POLKUNI SATAKUNNASSA

Gallup hyvinvoinnista -Kysy neuvoa kavereilta.

1. *Saat yhden kysymyksen. Kierrä luokassa ja kysy se mahdollisimman monelta ja kirjaa lyhyesti vastaukset. Älä kirjaa nimiä.*
2. *Jos et ymmärrä kysymystä, kysy opettajalta.*
3. *Muista tervehtiä kaveria, kysyä kuulumisia ja rupatella säästä, ennen kuin esität kysymyksen. Opettaja näyttää mallia.*
4. *Raportoi ryhmälle:*
    a. *Minkä kysymyksen kysyit?*
    b. *Kuinka monelta henkilöltä kysyit?*
    c. *Mikä oli yleisin vastaus?*
    d. *Mikä oli mielenkiintoisin vastaus?*
    e. *Miten itse vastaisit kysymykseen?*

Euroopan unionin osarahoittama

SATAEDU DIAK

POLKUNI SATAKUNNASSA

Minulla on tylsää. Joka viikko on ihan sama ohjelma. Onko sinulla ideoita?

Euroopan unionin osarahoittama SATAEDU DIAK

POLKUNI SATAKUNNASSA

Haluaisin alkaa syödä terveellisemmin. Mitä neuvoisit?

Euroopan unionin osarahoittama SATAEDU DIAK

POLKUNI SATAKUNNASSA

Haluaisin olla paremmassa, kunnossa, mutta minun on vaikea löytää aikaa liikunnalle. Mitä ehdottaisit?

Euroopan unionin osarahoittama SATAEDU DIAK

POLKUNI SATAKUNNASSA

Minulla on stressiä. Mitä ehdottaisit?

Euroopan unionin osarahoittama SATAEDU DIAK

POLKUNI SATAKUNNASSA

Hartioitani särkee usein. Mitä neuvoisit?

Euroopan unionin osarahoittama SATAEDU DIAK

POLKUNI SATAKUNNASSA

Olen usein väsynyt. Mitä voisin tehdä?

Euroopan unionin osarahoittama SATAEDU DIAK

POLKUNI SATAKUNNASSA

Naapurini eivät juttele kanssani. Haluaisin tuntea heidät, koska sitten minulla ehkä olisi turvallinen tunne. Mitä voisin tehdä?

Euroopan unionin osarahoittama SATAEDU DIAK

POLKUNI SATAKUNNASSA

Olen paljon yksin. Miten voisin tutustua uusiin ihmisiin?

Euroopan unionin osarahoittama SATAEDU DIAK

POLKUNI SATAKUNNASSA

Nilkkani on taittunut. Mitä minun pitäisi tehdä?

Euroopan unionin osarahoittama SATAEDU DIAK

POLKUNI SATAKUNNASSA

Minulla on aina kiire. Unohdan asioita. Sitten tulee stressiä. Miten voisin järjestää päivän hyvin?

POLKUNI SATAKUNNASSA

Päätäni särkee usein. Olen käynyt lääkärissä, eikä se ole mitään vakavaa. Mikä voi aiheuttaa päänsärkyä? Miten voisin hoitaa itseäni? En haluaisi syödä paljon särkylääkkeitä.

POLKUNI SATAKUNNASSA

Selkääni särkee usein. Mikä voi aiheuttaa sen? Mitä voisin tehdä?

POLKUNI SATAKUNNASSA

En nuku hyvin. Ajattelen asioita, kun minun pitäisi nukkua. Mikä voisi auttaa?

POLKUNI SATAKUNNASSA

Haluaisin aloittaa uuden harrastuksen ja kehittää itseäni. Mitä voin tehdä?

POLKUNI SATAKUNNASSA

Niskani on kipeä. Mitä voisin tehdä?

POLKUNI SATAKUNNASSA

Ikeneni ovat punaiset ja niistä tulee verta, kun harjaan hampaitani. Mitä minun pitäisi tehdä, ettei näin tapahtuisi uudestaan?

POLKUNI SATAKUNNASSA

Haluaisin järjestää ystävilleni kotonani juhlat (pikkujoulut, tuparit, synttärit, vappujuhlat tms.), mutta minulla on vähän rahaa. Haluaisin, että olisi jotain iloista joskus. Mitä voisin ehdottaa? Haluan olla kohtelias.

POLKUNI SATAKUNNASSA

Vatsani on usein kipeä. Lääkäri tutki sen ja se ei ole mitään vakavaa. Mikä voisi olla syy? Mitä voisin tehdä?

Euroopan unionin osarahoittama SATAEDU DIAK

POLKUNI SATAKUNNASSA

Haluaisin enemmän suomalaisia ystäviä tutustuakseni kulttuuriin ja harjoitellakseni suomen kieltä. Ehkä sitten tuntisi enemmän, että olen kotona täällä. Mitä ehdottaisit?

Euroopan unionin osarahoittama SATAEDU DIAK

POLKUNI SATAKUNNASSA

Mitä lääkekaapissa olisi hyvä olla kotona?

Euroopan unionin osarahoittama SATAEDU DIAK

POLKUNI SATAKUNNASSA

Syötkö D-vitamiinia? Miksi?

Euroopan unionin osarahoittama SATAEDU DIAK

POLKUNI SATAKUNNASSA

Oletko käynyt ensiapukurssin?

Euroopan unionin osarahoittama SATAEDU DIAK

POLKUNI SATAKUNNASSA

Minun on vaikea nukahtaa illalla. Mikä voisi auttaa?

Euroopan unionin osarahoittama SATAEDU DIAK

POLKUNI SATAKUNNASSA

Olen huolissani kaverista. Minun mielestä hän juo liikaa alkoholia. Mitä voin tehdä?

Euroopan unionin osarahoittama SATAEDU DIAK

POLKUNI SATAKUNNASSA

Kaverillani ei koskaan ole rahaa. Olen nähnyt, että pelaa ja ajattelen, että siksi rahat on loppu. Mitä voin tehdä?

Euroopan unionin osarahoittama SATAEDU DIAK

POLKUNI SATAKUNNASSA

Vietän liian paljon aikaa selaten puhelinta, sosiaalista mediaa. Miten voisin vähentää sitä?

Euroopan unionin osarahoittama SATAEDU DIAK

POLKUNI SATAKUNNASSA

Mitkä asiat lisäävät hyvinvointia?

Euroopan unionin osarahoittama SATAEDU DIAK