

EMMA NIKODÝMOVÁ (15)

UŽ V MLADOM VEKU ZISTILA,
AKÉ PODSTATNÉ JE URČIŤ SI VLASTNÝ CIEĽ.

Vyskúšala veľa typov tanca, no žiaden ju nechytí za srdce. A podobne pristupovala aj k tréningom. Až keď si v rámci DofE určila ako cieľ dostať sa na tanečné súťaže, dostala ten pravý impulz.

"Vďaka DofE som získala sebavedomie, ktoré mi pomohlo sa nakopnúť v tanci. To, že som si stanovila jasný cieľ mi pomohlo pri jeho dosahovaní."



#dofesk

ŠIMON ŠALATA (18)

TRÉNOVAL MLADÝCH HOKEJBALISTOV A JEHO TÍM
DOSIAHOL VÝZNAMNÉ ÚSPECHY

V DofE oblasti dobrovoľníctva si vzal na plecia prípravu pätnásťročných hráčov hokejbalového tímu v Námestove. Pod jeho vedením sa tímu podarilo dosiahnuť významné míľniky. Navyše, DofE ho nakoplo v cvičení a napriek zdravotným komplikáciám dokázal prekonať sám seba.

"Nastavenie cieľov v DofE aktivitách mi pomohlo v najťažších chvíľach v boji s lenivosťou či bolesťou."



#dofesk

PAVLÍNA RUŽIČKOVÁ (18)

V NITRE ZALOŽILA
KLUB ZAHRANIČNÝCH ŠTUDENTOV



Keď videla, že sa jej nová spolužiačka z Mexika trápi, nemohla sa nečinne prizerať. Založila Klub zahraničných študentov a pomáhala im s novým jazykom a kultúrou. V športe prekonala samu seba na náročných pretekoch Spartan Sprint.

"DofE mi dalo perfektnú príležitosť získať nové skúsenosti, spoznať nových ľudí a zbaviť sa strachu z neznámeho."

KLÁRA VLČKOVÁ (18)

ABSOLVOVALA DofE BRONZ A STRIEBRO.
TERAZ POKRAČUJE NA ZLATO!



Na bronze sa venovala antropologickej téme a počas striebra skúmala rastliny. DofE jej tak pomohlo vyskúšať si a následne vybrať študijný odbor, ktorý plánuje študovať na univerzite.

"Aj keď sa najbližšie obdobie budem pripravovať na maturity, zlaté DofE chcem určite dokončiť pred tým, ako odídem zo školy. Navyše, už by mi to po toľkých rokoch aj chýbalo. Zvykla som si na to, že som vo švungu."