

Naslov ideje: Stop stress!

Nagrada: srebrna plaketa ter najbolj »odštekana« ideja

**Avtorica**

**Andreja Kolar**

Krška vas 108

8262 Krška vas

**Mentorica**

**Karmen Krošl**

Ekonomska in trgovska šola Brežice

Bizeljska cesta 45

8250 Brežice

**Šola**

Ekonomska in trgovska šola Brežice

**Opis ideje**

**Navedite problem, ki ga ideja rešuje:** Konec težav z sproščanjem energije (uničevalna terapija). V vsakdanjem življenju se veliko srečujemo s stresom. Npr...v družini, med prijatelji, sorodniki. Prihaja do sporov, zato včasih ne moremo obvladovati svojih živcev. Energijo sproščamo na mogoče neprimeren način, zato se spori včasih samo se večajo. In ker včasih ne znamo energije sprostiti na način, ki ne bi nikomur škodoval, ali da ne stresamo jeze na druge imamo za vas primerno rešitev za obvladovanje.

**Rešitve – opis ideje oz. princip delovanja:** Uničevalna terapija. Kadar smo jezni in imamo stresno življenje, lahko preživimo dan ali nekaj ur na uničevalnem »pokopališču«. Tako se lahko tiste dni sprostimo na prav poseben način. Ob vstopu dobimo kladivo in različne predmete (skodelice, krožnike, kozarce, vaze, stare mobitele, kolesa...) s katerimi premagujemo stres. Npr...s kladivom razbijamo stare, neuporabne avtomobile, mobitele, računalnike in podobno, mečemo krožnike, kozarce, skodelice in druge predmete v tla ali v steno. Tudi kričimo lahko po mili volji, ter iz sebe spravimo vse, kar nas teži in nam ne da miru. Tako sprostimo svojo energijo in se znebimo stresa.