



Ekoškola

Program vzdělávacího centra TEREZA

Již více než čtvrt století předáváme mladým lidem schopnosti a dovednosti aktivně a samostatně zlepšovat životní prostředí.



Kampaň **OBYČEJNÉHO HRDINSTVÍ**

miliony malých změn může být víc než jedna velká

7 dní, kdy můžeš se svojí školou i rodinou zlepšit svět!

Kampaň obyčejného hrdinství v době Covidové

Epidemiologická krize postavila miliony lidí před nečekané výzvy. A nehladě na zásahy a pomoc státu se ukázalo, že rozhodující silou byla hlavně zvýšená míra samostatnosti jednotlivců, hledání řešení na lokální úrovni, posilování komunit i občanská angažovanost. Přesně ta síla, která je rozhodující i v rámci zlepšování stavu našeho životního prostředí.

Pojďme společně tuto sílu využít v Kampani obyčejného hrdinství v roce 2020.

Pokud nás virus něco naučil, tak právě to, že když chceme, tak se dokážeme překonat, omezit se a společně táhnout za jeden provaz. Naše životní prostředí v minulých měsících získalo i utrpělo zároveň. Snížila se produkce oxidu uhličitého ze zavřených továren, a naopak se zvýšila produkce odpadů. Evropa jako celek rozjíždí zelený plán, ale naše republika je v tom opatrná. Pojďme naší zemi pomoci a ukažme našim představitelům, že chceme čistší a zdravější budoucnost. Čím více lidí bude zlepšovat svět malými kroky, které budou bojovat proti klimatickým změnám, tím větší bude jejich vliv na státní instituce i průmyslníky.

Obyčejné hrdinství je chování, které každý den zlepšuje náš svět skrze naše skutky!

Informace pro Ekotým k výzvě

Pokud se rozhodnete vaši školu a skrze ni i rodiče, sourozence a komunitu zapojit, tak:

- 1) Vyplňte jednoduchou přihlášku – **JDEME DO TOHO!**
- 2) Stanovte jeden říjnový týden (pondělí až neděle), kdy výzvu uskutečníte v rámci vaší školy/komunity.
- 3) Rozjedte propagaci, ať je vás co nejvíce! Pošlete rodičům a žákům informace (e-mailem je to ekologičtější, případně k tisku využijte šmíráky).
- 4) Dodejte (tištěné nebo mailem) průběžné vyhodnocovací listy k sledování úspěchů v rodinách (Příloha 2).
- 5) Na konci výzvy (následující týden) vyberte vyplněné vyhodnocovací listy nebo jiné záznamy od všech zúčastněných rodin, učitelů, spolužáků i jednotlivců.
- 6) Spočítejte za celou školu jednotlivé výsledky a dopady (Příloha 1).
- 7) Zveřejněte výsledky ve škole i v okolí – uspořádejte přednášku/setkání pro spolužáky nebo i veřejnost (nakreslete plakát, pošlete to mailem rodičům, napište článek do novin).
- 8) **Pošlete výsledky (vyplněnou Přílohu 1) do kanceláře Ekoškoly na: ekoskola@terezanet.cz a to nejpozději do 15. listopadu.**

Co máte k dispozici:

- **Příloha 1 výpočetní tabulka** – tabulka, do které se zanesou výsledky za celou školu a ona vám spočítá vaše dopady.
- **Příloha 2 průběžný vyhodnocovací list** – Pomáhá zapojeným účastníkům každý den zaznamenávat svůj úspěch (můžete ho vytisknout nebo poslat rodičům a dětem e-mailem).

Vše máte také ke stažení na webové stránce kampaně: **ZDE**

www.ekoskola.cz



Zapoj se až do 7 malých výzev po dobu 7 dní a pomoz zlepšit tento svět!



Výzvy mají různou obtížnost: 1 nejlehčí, 5 nejobtížnější

Základní pravidla plnění:

- Každý jedinec si může vybrat, kolik výzev chce plnit (může to být jedna nebo klidně všechny!).
- Důležitá je dlouhodobost, vydržet plnit výzvu celý týden (doma, v práci i ve škole).
- V rámci kampaně je možné plnit také dvě týmové výzvy (ty jsou určeny pro školní týmy).
- Škola si může vymyslet i svoji výzvu (musí ovšem vést ke snižování dopadu na ŽP).

1. Šetři vodou při čištění zubů!

Obtížnost 1

Nalej si vodu do kelímku nebo si jen krátce vypláchni ústa!

Pokud budeš tento postup dodržovat celý rok, tak ušetříš 8 plných van vody nebo 6 424 čajových šálků.

Kolik van plných vody se ušetří díky zapojení rodin skrze vaši školu?

2. Zasad' rostlinu!

Obtížnost 2

Zasad' si kytku, bylinu nebo strom. Můžeš venku (strom určitě) nebo i doma do květináče.

Říjen sice není typický měsíc pro sázení rostlin, ale to neznamená, že to nejde. Rostliny, a zvláště stromy absorbují ve velkém oxid uhličitý, který je jeden ze základních plynů stojících za skleníkovým efektem. Jeden hektar lesa za rok z ovzduší naváže a vymaže oxid uhličitý v množství 15 tun, tedy tolik, kolik vypustí středně velké auto za 100 000 km.

Kolik nových rostlin jste společně vysázeli? Je jedno, jestli je to pro začátek bylina nebo rovnou malý strom?

U výzvy prosím nepočítejte rostliny, které zasadí účastníci v rámci svého zaměstnání (např. v lesních školkách).

3. Bud' venku!

Obtížnost 2

Každý den buď minimálně jednu hodinu venku v přírodě (i kdyby to měl být městský park).

Zároveň zkuste přesvědčit učitele, že i některá výuka může probíhat venku. Pohyb venku totiž zlepšuje psychickou pohodu, paměť a zvyšuje imunitu.

Kolik hodin ze svého osobního času členové rodin strávili za týden venku (mimo svoji práci a školu)?

Kolik tříd ze školy a kolik času strávilo během týdne vyučováním venku?

4. Staň se šetrným spotřebitelem!

Obtížnost 3

Staň se šetrným spotřebitelem. Kup si nebo vyrob látkovou tašku či síťovku a jen tu používej na nákupy.

Nevyžívej plastové sáčky, tašky a nové papírové tašky (Bohužel i papírová taška zatěžuje životní prostředí!

Při její výrobě dokonce více než plastová.). Zároveň nekupuj kvůli výzvě novou látkovou tašku!

Tašky z bavlny se vyplatí, ale jejich výroba také zatěžuje životní prostředí.

Proto je třeba je využívat dlouhodobě. Vyroberte si pytlíky na ovoce a pečivo ze starých záclon či vyrobte nebo sežeňte látkovou tašku.

Kolikrát za týden členové všech rodin zapojení do výzvy využili látkovou tašku při nákupu a dalších činnostech?



5. Minimalizuj odpad!

Obtížnost 4

Nakupuj tak, abys produkoval co nejméně odpadu (tříděného i směsného). Vejde se všechn tvůj odpad po deseti dnech do jednoho 10 litrového pytle?

Průměrný Čech vyprodukuje ročně zhruba 320 kg odpadu, z toho zhruba 13 % tvoří tříděný odpad. To je průměrně 6,14 kg na člověka za týden. Kolik kilogramů odpadu, včetně toho tříděného, vyprodukuješ za týden (zvaž pytel na klasické váze)? Pokud kompostuješ, tak bio odpad nepočítej.

O kolik procent méně odpadu vyprodukovaly rodiny, které se přes školu do výzvy zapojili? Bude to méně, než vyprodukuje průměrný Čech za týden?

6. Využívej ekodopravu!

Obtížnost 5

Vynechej na 7 dní jízdu autem a využívej jen hromadnou dopravu nebo kolo/koloběžku atd. Pokud to není z různých důvodů možné, tak výzvu změň na: Pojedu jen vždy plným autem (spolujízda...)

Za každý ekologický kilometr ušetříš v průměru 129 g oxidu uhličitého.

Čím více takových kilometrů najezdíme, tím více zmenšíme náš dopad na klima planety.

Kolik „ekologických kilometrů“ najezdili účastníci vaší výzvy a jaký dopad to mělo na snížení produkce CO2?

7. Jez zdravě a ekologicky!

Obtížnost 5

Omez pokrmy z masa! Nejde o to ho přestat jíst, jen není třeba ho konzumovat každý den. Zkus několik dní v týdnu hledat alternativy, které by ti maso nahradily (výživově i chuťově). Produkce masa, hlavně chov hovězího, přispívá k produkci skleníkových plynů více než všechna automobilová doprava na této planetě dohromady.

Za jeden den bez masa ušetříš 9,1 kg CO2 a „zachráníš“ 0,025 zvířete.

Kolik CO2 díky minimalizaci konzumace masa ušetřili lidé zapojení ve školní výzvě?

8. VAŠE VÝZVA!

Obtížnost ?

Přidejte si další výzvy! Je to jen na vás.

Dejte nám vědět, jakou výzvu jste si zvolili, kolik lidí se zapojilo a jaký měla podle vás dopad na životní prostředí.



Týmové výzvy



TÝMOVÉ VÝZVY

Týmová výzva - Získej zelené peníze!

Obtížnost 4

Programy a instituce, které cílí na službu společnosti, ať je to OSN, Charita nebo právě program Ekoškola ovlivňují miliony lidí. Aby tyto instituce mohli fungovat, tak potřebují finance, bez nich se bohužel nic neobejde. Zkuste v rámci této výzvy získat peníze na činnost programu Ekoškola na vaší škole (např. na účastnický poplatek školy nebo na rozvoj a vzdělávání Ekotýmu). Důležité je, že peníze smíte získat pouze činností, která zároveň přispěje ke zlepšení životního prostředí: může to být prodej ručně vyrobených pytlíků na ovoce nebo třeba přednáška o šetření vodou pro veřejnost se vstupným. Nápadům se meze nekladou.

Kolik zelených peněz jste díky činnosti, která zároveň vedla ke zlepšení životního prostředí získali?

Týmová výzva - Šiřte informace!

Obtížnost 3

Tato výzva je určena pro Ekotýmy nebo školu jako takovou. Pokud chceme ovlivnit co nejvíce lidí, inspirovat je a motivovat k udržitelnějšímu způsobu života, který naše planeta potřebuje, tak je třeba šířit informace a pozitivní příběhy. Napište, nafoťte nebo natočte reportáž o některém problému z kampaně a jeho možném řešení. Sdílejte ji směrem na veřejnost – v lokálním médiu, na sociálních sítích, webových stránkách školy i dalších institucí. Díky tomu se o problému dozví co nejvíce lidí a může se něco změnit. Své reportáže nám nezapomeňte poslat i odkazy, kam všude se vám ji podařilo dostat.

Kde všude byla vaše reportáž k vidění, kolik lidí ji mohlo asi vidět, slyšet nebo číst?

Jak na reportáž

Zde máte tipy od mezinárodního programu [Mladí reportéři pro životní prostředí](#).

- jak na reportážní **článek** se dozvíte [ZDE](#).
- jak na reportážní **fotografii** se dozvíte [ZDE](#).
- jak na reportážní **video** se dozvíte [ZDE](#) (u videa se doporučujeme držet délku do 3 minut).

Další informace ke kampani můžete získat na mailu ekoskola@terezanet.cz nebo na telefonu 603 147 167.

"Naučila jsem se, že nikdy nejste příliš malí na to, abyste mohli něco změnit!"
studentka Greta Thunbergová ve svém proslovu světovým lídrům na klimatické konferenci.