

Preventivní výzva P-centra

Výzvy prvního týdne by se daly pojmenovat „NESEĎ DOMA“. Následující tipy na outdoorové aktivity mohou žáci využít sami, se sourozenci, s rodiči či se spolužáky. Nezapomeňte žáky vyzvat ke sdílení fotek z plnění výzev! Způsob jak, kdy a kde sdílet splněné výzvy je jen na vás.

Pokud byste chtěli a mohli, sdílejte fotky i na Instagramu a připojte k nim hashtag #preventivnivyzva, za sdílení budeme moc rádi!



Úkoly na tento týden

I. MÉ OBLÍBENÉ MÍSTO VENKU – *pondělí*

Vydej se do okolí svého bydliště, do své vesnice, města, do přírody v okolí tvého domu a najdi místo, které máš fakt rád(a)! Až si budeš jistý(á), že je to to pravé, můžeš jej vyfotit nebo nakreslit a sdílet s ostatními. Důležitou součástí úkolu je také odpovědět na tyto otázky: *Co vidím, slyším, cítím, co můžu nahmatat a jak mi je na tomto místě?*

Pokud budeš sdílet se spolužáky, můžete vzájemně hádat, kdo z vás byl na kterém místě. Možná si někteří vyberete dokonce stejné.

II. STARÁ ZNÁMÁ CESTA – *úterý*

Dnes vyraž na trasu, kterou už si šel mnohokrát. Kam obvykle chodíš, kde to dobře znáš. Dobře ji zmapuj, zjisti počet kroků tam a zpět, čas, který ti cesta zabrala i vzdálenost, kterou si musel(a) urazit. Všiměj si důležitých bodů a vytvoř vlastní mapu, ve které budou zakresleny. Tu pak sdílej s ostatními. Tvoji kamarádi pak mohou podle tvé mapy vyrazit ven, ty na oplátku můžeš využít mapu od nich.

III. PORADIT SI – *středa*

To je výzva pro dnešek. Dnes (ve středu 25.11.) je totiž **Mezinárodní den bez nákupů**. Máš za úkol nachystat večeři pro celou rodinu a to takzvanou „co dům dal“. Tedy ze zdrojů, jež objevíš v ledničce a spížírně. Bez nakupování! I když nepůjdeš do obchodu, ven se stejně budeš muset vypravit. Stůl k večeři máš totiž za úkol vyzdobit v podzimním duchu z materiálu, který nalezneš na své dnešní výpravě ven.

Na světě se vyhodí více než 1/3 jídla! Více informací o tom, jak se můžeme naučit neplýtvat jídlem, jak správně které potraviny skladovat a další zajímavé tipy, si můžeš přečíst tady: <https://zachranjidlo.cz/>

IV. NAKRMIT ZVÍŘE (NEMYSLI JEN NA SEBE) - *čtvrtek*

Co takhle dnes nakrmit nějaké volně žijící zvíře ve svém okolí? Ptáky v krmítku, kachny na řece, srnky v lese? Abys nenadělal(a) více škody než užitku, je třeba si nejdříve zjistit, co kterému zvířeti může ublížit. Věděl jsi například, že se kachny a labutě nemají krmit pečivem? Zjisti proč a co je správné vodním ptákům v přírodě dávat a dej echo kamarádům ve třídě fotkou nebo obrázkem.



**VÁŽENÍ NÁVŠTĚVNÍCI,
PROSÍME - RESPEKTUJTE DOPORUČENÍ PRO
KRMENÍ KACHEN**

ČÍM KRMIT

- kukuřice, pšenice, žito, oves
- mražený hrášek nebo kukuřice – rozmražené, nevařené
- rýže vařená i nevařená
- ptačí zob
- rozpůlené bobule hroznového vína
- natrhané listy zelených salátů
- pokrájené zeleninové odřezky a slupky

CO ŠKODÍ

- pečivo – chléb, rohlíky, sladké pečivo apod...
- chipsy
- cukroví, sušenky, oplatky, čokoláda
- popcorn

V. BUĎ STAVITEL S FANTAZIÍ - *pátek*

Výzva, která uzavírá tento týden tě pošle do lesa. Najdi to správné místo a postav dnes fantastický domeček skřítkům nebo jiným tajemným lesním bytostem. Promysli taky, kdo a proč se do něj má nastěhovat a sdílej se třídou. Zamysli se, jestli jsi někdy nečetl nějakou fajn knížku o skřítcích a doporuč ji spolužákům.