

# Kampaň obyčejného hrdinství 2024

Kampaň obyčejného hrdinství vychází z principu, že **každý člověk má moc změnit svět, ve kterém žije**, i kdyby to bylo jen o *nepatrný kousek*. Pokud však těch pozitivních *nepatrných kousků* budou stovky, tisíce a miliony, tak se mohou začít dít velké věci...

Kampaň nezastaví klimatické změny, ale **může** mnoha lidem **ukázat, že lze něco udělat** na své osobní úrovni, ve své domácnosti, v komunitě i na úrovni státu. **Každý má určitou moc**, která závisí na jeho věku, zkušenostech a postavení. **A záleží, jak tuto moc využije**. Možná zvládne jen vyměnit neúspornou žárovku, možná přejde s domácností na zelenou energii, možná podepíše petici nebo zvolí do vlády ty správné lidi...

<https://ekoskola.cz/projekty/kampanoh/hrdina/>



V rámci Kampaně obyčejného hrdinství pro jaro 2024 si můžete vybrat jednu ze 3 oblastí zahrnujících 7 výzev, které jsou rozděleny do 13 aktivit.

## Oblasti výzev, výzvy samotné a aktivity jsou následující:

### 1. Ochrana přírody

- a. Zasadíme strom nebo jinou rostlinu  
(<https://ekoskola.cz/projekty/kampanoh/aktualni/zasadime-strom/>)
  - Zasazení byliny, keře nebo stromu
- b. Budujeme prostředí pro zvířata  
(<https://ekoskola.cz/projekty/kampanoh/vyzvy/budujeme-prostredi-pro-zvirata/>)
  - Úkryty pro zvířata, motýlí louka nebo divoká zahrada, pítko pro ptáky nebo další projekty (ptačí budka, zabezpečení vodní plochy)

### 2. Odpovědná domácnost

- a. Snížíme spotřebu vody  
(<https://ekoskola.cz/projekty/kampanoh/vyzvy/budujeme-prostredi-pro-zvirata/>)
  - Sprchujte se 3 minuty
  - Zavřete kohoutek při čištění zubů
- b. Jíme zdravě a ekologicky  
(<https://ekoskola.cz/projekty/kampanoh/vyzvy/jime-zdrave-a-ekologicky/>)
  - Omezte pokrmy z masa
- c. Cestujeme šetrně  
(<https://ekoskola.cz/projekty/kampanoh/vyzvy/kohcestujeme/>)
  - Omezte jízdu osobním automobilem během jednoho týdne na minimum

### 3. Umění života

- a. Jsme venku a objevujeme  
(<https://ekoskola.cz/projekty/kampanoh/vyzvy/jsme-venku-a-objevujeme/>)
- b. Digitální detox  
(<https://ekoskola.cz/projekty/kampanoh/vyzvy/kohdetox/>)

13 aktivit v rámci 7 výzev dává dětem i dospělým příležitost zlepšit svět, ve kterém žijeme. Ne každou aktivitu mohou realizovat přímo děti. Mohou však ovlivnit dospělé kolem sebe, aby ji splnili oni nebo jim s ní pomohli.

ZŠ Javorník se do Kampaně obyčejného hrdinství 2024 zapojí v termínu

**29. dubna – 5. května 2024**

Vybrat si můžete kteroukoli aktivitu (stačí i pouze jedna), vaši ochotě zapojit se se však meze nekladou.

Prosíme Vás, po ukončení oficiální akce (tedy po 5. 5. 2024) vyplňte dotazník, díky kterému budeme moct předat hnutí Tereza, které v České republice zaštiťuje fungování sítě Ekoškol a které je zároveň organizátorem Kampaně obyčejného hrdinství. Hnutí Tereza poté sbírá výsledky všech zapojených jedinců, skupin i škol a dává dohromady celkové výsledky pro daný rok. Výsledky z Kampaně obyčejného hrdinství si můžete prohlédnout na stránkách Ekoškoly (<https://ekoskola.cz/projekty/kampanoh/dopad/>).



Odkaz pro vyplnění online dotazníku pro sběr výsledků Kampaně obyčejného hrdinství za ZŠ Javorník: <https://www.surveio.com/survey/d/K3H4K4W9F8N0A8F7D>

Níže najdete tabulku, do které si můžete v průběhu zapojení do Kampaně obyčejného hrdinství zapisovat, co vše jste zvládli (kolik rostlin a kterých jste zasadili, kolik ptačích budek jste vyrobili, kolikrát jste se sprchovali 3 minuty, kolikrát jste si vyčistili zuby se zastaveným kohoutkem, kolik dní jste měli digitální detox, kolikrát jste strávili venku alespoň 2 hodiny apod.) a kolik členů Vaší domácnosti / rodiny se výzvy zúčastnilo.

Oblast	Výzva	Aktivita	Počet (sazenic, výrobků, minut, ...)	Počet zapojených osob
Ochrana přírody	Zasadíme strom nebo jinou rostlinu	Zasazení byliny		
		Zasazení keře		
		Zasazení stromu		
	Budujeme prostředí pro zvířata	Úkryty pro zvířata		
		Motýlí louka nebo divoká zahrada		
		Pítko pro ptáky		
		Další projekty		
Odpovědná domácnost	Snížíme spotřebu vody	Sprchujte se 3 minuty		
		Zavřete kohoutek při čištění zubů		
	Jíme zdravě a ekologicky	Omezte pokrmy z masa		
	Cestujeme šetrně	Omezte jízdu osobním automobilem		
Umění života	Jsme venku a objevujeme			
	Digitální detox			