

Náš společný domov – seznam úkolů

Zde naleznete konkrétní úkoly k projektu *Náš společný domov*. Celkem je úkolů 48, to odpovídá i počtu polí v plánu projektu. Pod příslušným číslem naleznete více úkolů, jsou oddělené lomítkem. Není nutné plnit všechny, stačí si vybrat jeden z nich. Úkoly v rámečku naznačují, že je možné z nich vytvořit tajenku. Pokud úkol splníte, pečlivě se podívejte na text zadání a zkuste najít jedno tučné tiskací písmenko – to pak запиšte do svého plánu pod příslušné číslo. Pokud splníte všech 14 úkolů v rámečku a zaznačíte si všechna písmenka v plánu projektu, vyjde vám tajenka. Úkoly můžete plnit v libovolném pořadí, i když některé jsou vázány na určité roční období. Dokonce je dobré plnit je na přeskáčku, abyste střídavě zabrousili do všech čtyř oblastí úkolů. Z navržených úkolů můžete 5 nahradit vlastními. Úkoly si vybírejte tak, aby neporušovaly aktuální hygienická opatření.

LS = Laudato si´

Obdivovat Boží stvoření (zaměřeno na přírodu – všímáme si, jak je příroda krásná)

- 1** PřipravíT soutěž v poznávání ovoce a zeleniny se zavázanýma očima. / Nasušit bylinky na čaj. / Nasbírat jedlé rostliny v přírodě (pampeliška, medvědí česnek, ...) a něco z nich připravit (na internetu se dají nalézt recepty). / Nasušit křížaly. / Udělat ohýnek a upéct si brambory nebo jablka.
- 2 Udělat si procházku a sbírat podzemní barevné listí (je možné z něj doma udělat výstavu). / Na procházce posbírat různé přírodniny a vytvořit z nich koláž nebo výzdobu na hrob někoho z příbuzných. / Spočítat, kolik barev je na jablku a na barevném listu. / Malovat v blátě. / Objevit duhu.
- 3 Postavit sněhuláka nebo sochu ze sněhu. / Vyrobit krmítko pro ptáčky a v zimě je krmit. / Na sněhu nebo v blátě najít stopy zvířat a určit, komu patří. / Pokusit se o sledování zvířat podle stop.
- 4** Na procházce najít živočichy: jednoho, který žije ve vodě, druhého, který žije na zemi, a třetího, který létá ve vzduchu. / Naučit se poznat aspoň jednoho ptáka podle zpěvu. / Naučit se poznat tři ptáky podle zbarvení. / Pokusit se v hluku města zaslechnout zvuky přírody (ptáci; hmyz; vítr; bouřka...). / Najít čapí hnízdo.
- 5 Podívat se na film o přírodě. / Vyrobit domácí zmrzlinu. / Namalovat krajinu, kde žiji.
- 6 Na procházce vyjít na kopec nebo rozhlednu a rozhlédnout se po krajině. / Na kopci nebo rozhledně podle mapy určit hory, vodní plochy, města a vesnice. / Zkusit určit sever, jih, východ a západ.
- 7** Pozorovat východ nebo západ slunce. / Pozorovat fáze měsíce. / Najít na noční obloze tři souhvězdí.
- 8 Vytvořit herbář z nejméně 10 rostlin. / Zasadit strom. / Zasadit květiny nebo bylinky do okenních truhlíků nebo na zahrádku. / Zúčastnit se brigády sázení stromů v lese.
- 9 Na procházce pozorovat malého živočicha a obdivovat jeho vytrvalost a plí. / Během 3 týdnů pozorovat, jak pučí stromy. / Najít rozkvetlý strom a obdivovat ho.
- 10** Zasít velikonoční osení. / Zasadit vrbový proutek (pomlázku). / Obarvit velikonoční vajíčka ve slupkách od cibule.
- 11 Najít pramen vody nebo studánku a uvědomit si dobrotu Stvořitele. / Najít zamrzlý potok. / Brouzdat se v potoce.
- 12 Jít na noční procházku. / Uspořádat pro děti cestu za pokladem. / Najít a navštívit společně přírodní památku či jinou přírodní zajímavost.

Chválit Boha a jeho stvoření (zaměřeno na modlitbu a na oslavu Boha)

- 13** Pomodlit se modlitbU sv. Františka z Assisi „Chvalozpěv stvoření“. / Pomodlit se modlitbu papeže Františka „Za zemi“.
- 14 Přečíst si kousek z *Laudato si´* a popovídat si o tom (např. LS 1-3; LS 63-65; LS 84-85; LS 216-218; LS 235-237).
- 15 Vytvořit vlastní modlitbu – děkování za stvoření a za Boží dary, které od Boha dostáváme. / Ztišit se a naslouchat Bohu – děti 5 minut, dospělí 15 minut.
- 16 Jít ke svátosti smíření. / Někomu odpustit. / Účastníci se vzájemně omluví, že si někdy ubližují.
- 17** Společně oslavit neděli (Mše svatá, oběd, společná hra, výlet nebo pouť, odpočinek); jednotlivec někoho osloví.
- 18 Přečíst si žalm, který chválí Boha za stvoření (např. Žl 8; 33; 95; 135; 136; 144; 145; 147; 148; 150). / Přečíst si v Bibli 1. a 2. kapitulu knihy Genesis.
- 19 Pomodlit se křížovou cestu v přírodě. / Na procházce se pomodlit 1 desátek nebo celý růženec.
- 20** Děti si prohlédnou výzdobu nějakého kostela a najdou na obrazech nebo sochách zvířata a rostliny. / Dospělí zkusí najít v Bibli 5 zvířat a 5 rostlin. Je možné zapátrat i po symbolice jednotlivých rostlin a zvířat.
- 21 Vydat se na nějaké poutní místo. / Vydat se k nějaké kapliče, boží muce, kříži...
- 22 Účastníci sdílí a diskutují, kde je vidět v přírodě Boží stopa. / Uvědomit si, co vše patří k Božímu stvoření. / Děti napíší 10 věcí, které jsou z přírody, menší nakreslí něco, co patří do přírody.
- 23 Najít ve svém okolí kříž nebo kapličku, uklidit místo kolem; přinést čerstvé květiny, a pak se pomodlit. / Jít na mši svatou a děkovat Bohu za stvoření; prosit o změnu chování vůči přírodě.
- 24 Zařadit pravidelně modlitbu před jídlem. / Připojit modlitbu po jídle. / Po dobu jednoho měsíce každou neděli poděkovat Bohu za vše dobré v přírodě, co slouží k jídlu.

Být více součástí Božího stvoření (zaměřeno na člověka a jeho vztahy k druhým lidem)

- 25 Staré hračky, školní potřeby, knihy nebo oblečení darovat potřebným, kterým ještě mohou posloužit (přímo nebo přes nějakou organizaci). / Týden si odeprít sladkosti nebo slané pochutiny a ušetřené peníze darovat chudým. / Účastníci se domluví, kolik pošlou na misie a jak peníze ušetří.
- 26 Účastníci se sejdou a vzájemně si sdělí, čeho si na druhém váží. / Účastníci si na papír napíší svá jména, a pak jeden týden zapisují ostatním, co se jim na nich líbí, co se jim povedlo; po týdnu si každý přečte, co o něm druzí napsali. / Všímat si alespoň jeden den lidí, kteří jsou smutní.
- 27 Poznat se více se svými sousedy. / Navštívit osamělého nebo nemocného člověka. / Najít ve svém okolí někoho, kdo potřebuje podporu nebo zastání, a pomoci mu.
- 28 Naučit se vyjmenovat skutky duchovního a tělesného milosrdenství, promluvit si o tom, co znamenají. / Vybrat jeden skutek tělesného nebo duchovního milosrdenství a týden jej uskutečňovat v rodině, škole, mezi kamarády.
- 29 Společně navštívit ZOO nebo botanickou zahradu nebo nějakou výstavu. / Společně si poslechnout kousek z cyklu „Má vlast“ od Bedřicha Smetany.
- 30 Poděkovat tomu, kdo pro nás připravil jídlo. / Připravit někomu nějaké dobré jídlo (např. snídani, večeři, upéct moučník). / Připravit jídlo společně, zapojit všechny účastníky.
- 31 Navštívit prarodiče nebo někoho staršího a poděkovat za jejich péči. / Trpělivě naslouchat – zeptat se prarodičů na jejich dětství, mládí, vzpomínky. / Připravit pro prarodiče výlet, kam rádi jezdili nebo chodili. / Společně s prarodiči nebo s někým starým realizovat to, co rád dělal.
- 32 Připravit někomu radostné překvapení. / Někomu připravit krásnou oslavu narozenin nebo svátku.
- 33 Vědomě více prosit, děkovat, zdravít a usmívat se. / Naslouchat potřebám bližních a nabídnout někomu pomoc. / Upravit někoho hrob a pomodlit se za zemřelého.
- 34 Měsíc nenakupovat v neděli.
- 35 Přečíst si nebo zhlédnout dokument o kultuře jiného národa (např. hudba, dějiny, výtvarné umění, životní styl, návštěva Muzea romské kultury v Brně). / Přečíst si o životě v rozvojových zemích, jak jsou na tom s vodou, s potravinami... / Uvařit cizokrajné jídlo, specialitu.
- 36 Na určitý čas omezit své pobývání na sociálních sítích (vymezit si vlastní možný čas). / Zatelefonovat někomu, koho to potěší nebo s kým jsme dlouho nemluvili. / S někým si povídat nebo zaspívat. / Poslat někomu pohlednici.

Pečovat o Boží stvoření (zaměřeno na změnu životního stylu)

- 37 Udělat revizi v domácnosti např. kosmetických produktů, šatníku, lednice – spotřebujeme nejprve ty, které jsou dobré, než koupíme nové.
- 38 Zamyslet se nad vztahem k přírodě a upravit domov nebo okolí domova. / Pozvat někoho na návštěvu a dotknout se mj. tématu životního stylu, popovídat si o zkušenostech.
- 39 Snažit se produkovat méně odpadu a naučit se důsledně třídit. (Pokud někdo ještě netřídí odpad, zkusí začít oddělovat např. papír nebo PET lahve.) / Zkusit vymyslet další využití některých odpadů. / Zřídit si kompostér. /
- 40 Neplýtvat potravinami – nakupovat jen tolik potravin, kolik spotřebujeme, vařit jen tolik, kolik se sní, a nakládat si na talíř jen takové množství jídla, které sníme. Pokud potraviny zbývají, najít možnost, jak je dát zvířatům. / Mít připravený seznam nákupu a nenakupovat, co vidíme.
- 41 Místo použití automobilu využít vlastní pohon (např. pěšky, na kole, na koloběžce, na bruslích) nebo alespoň spoujízdu. / Uspořádat společný cyklovýlet.
- 42 Šetřit s vodou – nenechat téct vodu z kohoutku po celou dobu sprchování. / Nemýt ovoce a zeleninu pod tekoucí vodou, ale dát vodu do nějaké nádoby. / Myčku nebo pračku zapínat až jsou plné.
- 43 Omezit používání mikrotenových sáčků – na salám, sýr nebo nějaký salát je možné přinést si vlastní misku a na pečivo, ovoce a zeleninu používat textilní sáčky.
- 44 Najít způsob, jak v domácnosti ušetřit energii (např. nepřetápět místnosti, zbytečně nesvítit, vytahovat šňůry ze zásuvek od elektrických přístrojů, používat úsporné žárovky).
- 45 Jíst více ovoce a zeleniny. / Být střídmi v jídle, pití, sladkostech. / Podívat se na etikety, odkud pocházejí jednotlivé potraviny, a pokud je to možné, zaměřit se na nákup lokálních produktů.
- 46 Uklidit nepořádek v přírodě, který jsme neudělali. / Posbírat odpadky v okolí domu nebo zamést před domem. / Zapojit se do „úklidových akcí“ (např. ve farnosti; Uklidme Česko – 27. 3. 2021).
- 47 Koupit k Vánocům dárek šetrný k přírodě. / Zjistit, kde se v okolí prodávají ekovýrobky a výrobky respektující spravedlivou odměnu a důstojné podmínky (fair trade), a zda by se dalo něco odtud pořídit. (např. káva, drogerie).
- 48 Místo nákupu nové věci zkusit něco vyrobit nebo opravit (např. dárek, upravit si oblečení). / Zamyslet se, jak správně používat věci, aby se neničily, a udělat nějakou konkrétní změnu.

Při plnění úkolů buďte kreativní.