

# Lektorské listy - Řízená exkurze

## SKANZEN (např. Veselý Kopec)

Tradice, šetrnost a udržitelnost v životě našich předků

### Obsah

|    |                                               |   |
|----|-----------------------------------------------|---|
| 1. | Informace o aktivitě.....                     | 1 |
| 2. | Příprava před exkurzí.....                    | 2 |
| 3. | Struktura exkurze .....                       | 3 |
| 4. | Závěr exkurze (10 min.) .....                 | 5 |
| 5. | Symbolické zakončení.....                     | 6 |
| 6. | Ekologický přesah .....                       | 6 |
| 7. | Inspirace pro další navazující aktivity ..... | 6 |
| 8. | Přílohy, které můžete využít .....            | 6 |

### 1. Informace o aktivitě

#### CHARAKTERISTIKA

Řízená exkurze s ekologickým přesahem

#### POPIS

Exkurze do skanzenu Veselý Kopec propojuje poznávání tradičního venkovského života, adventních zvyků a lidové architektury s tématy udržitelnosti, šetrného hospodaření a vztahu člověka k přírodě. Vedoucí exkurze vstupuje během programu krátkými otázkami, zastaveními a podněty k zamyšlení, které pomáhají účastníkům propojit minulost se současným životem.

#### OMEZENÍ

- venkovní prostředí
- chůze po areálu
- vhodné upozornit na teplejší oblečení v zimním období
- některé části mohou být fyzicky náročnější pro osoby s omezenou mobilitou

#### CÍL

- propojit historii a tradice s tématem současné udržitelnosti
- otevřít diskusi o šetrném hospodaření a vztahu k věcem
- podpořit sdílení zkušeností seniorů
- ukázat, že mnohé principy dnešní udržitelnosti byly dříve přirozenou součástí života

#### NA CO ÚČASTNÍKY NALÁKAT

- atmosféra adventního skanzenu
- připomenutí života našich předků

- tradiční venkovské stavby a zvyky
- společné vzpomínání
- inspirace pro jednodušší a šetrnější život

#### HLAVNÍ EKOLOGICKÁ TÉMATA

- šetrné hospodaření
- opravování a znovuvyužívání věcí
- lokálnost a sezónnost
- omezení odpadu
- střídmost
- vztah člověka a přírody
- domácí výroba
- úcta k materiálům a potravinám

Pro koho je exkurze vhodná

#### VHODNÉ PRO

- seniory
- mezigenerační skupiny
- skupiny se zájmem o tradice a historii
- účastníky se zájmem o ekologii a udržitelnost

#### DOPORUČENÍ

- ideální velikost skupiny: 15–35 osob
- vhodné počítat s možností odpočinku
- doporučeno pohodlné oblečení a obuv

## 2. Příprava před exkurzí

#### Organizační příprava

- rezervace exkurze
- domluva s průvodcem, že budete mít krátké vstupy
- ověření délky prohlídky
- zajištění dopravy
- ověření možností občerstvení a WC

#### Obsahová příprava

Vyberte 1–2 hlavní témata, ke kterým se budete během exkurze vracet.

Doporučená témata:

- Co lidé dříve nevyhazovali
- Jak se dříve šetřilo
- Domácí výroba a opravy
- Advent bez nadměrného nakupování
- Vztah člověka k přírodě a ročním obdobím

#### Doporučení pro lektora

- Nepřetěžujte skupinu informacemi.

- Více fungují otázky a vzpomínky než dlouhý výklad.
- Nebojte se ticha a prostoru pro vnímání atmosféry.
- Oceňujte osobní zkušenosti účastníků.
- Nehodnoťte minulost ani současnost — spíše inspirujte k zamyšlení.

#### Pomůcky a materiály

Možné pomůcky:

- kartičky s otázkami
- fotografie tradičních předmětů
- malý zápisník pro postřehy
- jednoduchý pracovní list
- drobný dárek na závěr (např. sušené jablko, čaj, recept, semínka)

### 3. Struktura exkurze

#### 1. Úvod před vstupem do areálu (10 min.)

**Co může lektor říct**

„Dnes se nepůjdeme dívat jen na historii. Zkusíme si všimnout i toho, co by nám způsob života našich předků mohl připomenout o dnešní udržitelnosti, šetrnosti a vztahu k věcem.“

**Možné úvodní otázky**

- Co si vybavíte pod pojmem „šetrné hospodaření“?
- Co se doma dříve běžně opravovalo?
- Co vás na dnešní době někdy překvapuje ve vztahu ke spotřebě?

**Možné formy**

- krátké sdílení ve dvojicích
- hlasování rukou
- každý řekne jednu věc

#### 2. Zastavení během exkurze

Vedoucí nemusí využít všechna zastavení. Vybere si podle času, atmosféry a skupiny.

#### *ZASTAVENÍ A – Dům a domácnost*

**Téma**

Skromnost a využití věcí „do poslední chvíle“

**Co může lektor říct**

„Dříve lidé často vlastnili méně věcí než dnes, ale využívali je mnohem déle.“

**Možné otázky**

- Co se doma opravovalo?
- Co se dědilo?
- Co bychom dnes vyhodili, ale dříve se ještě používalo?

**Možné formy**

- skupinová diskuse
- každý řekne jeden příklad
- vzpomínky ve dvojicích

### *ZASTAVENÍ B – Kuchyně a hospodaření s potravinami*

#### **Téma**

Plýtvání jídlem a sezónnost

#### **Co může lektor říct**

„Naši předkové si často mnohem více vážili potravin, protože jejich získání stálo čas a práci.“

#### **Možné otázky**

- Co se doma dělalo se zbytky jídla?
- Jak vypadaly zimní zásoby?
- Co bylo sezónní?

#### **Možné formy**

- sdílení receptů
- vzpomínky na dětství
- „co jsme doma nikdy nevyhazovali“

### *ZASTAVENÍ C – Materiály a oblečení*

#### **Téma**

Opravování a znovuvyužití

#### **Co může lektor říct**

„Dnes často věci rychle nahrazujeme novými. Dříve bylo běžné věci opravovat, přešívat a využívat opakovaně.“

#### **Možné otázky**

- Kdo doma uměl šít nebo opravovat?
- Co se přešívalo?
- Jaké věci měly více životů?

#### **Možné formy**

- jeden člověk = jedna vzpomínka
- diskuse ve dvojicích
- humor a sdílení zkušeností

### *ZASTAVENÍ D – Advent a svátky*

#### **Téma**

Jednodušší a klidnější Vánoce

#### **Co může lektor říct**

„Advent býval více spojený s klidem, přípravou a společným časem než s nakupováním.“

#### **Možné otázky**

- Jak vypadaly Vánoce dříve?
- Jaké dárky byly nejcennější?

- Co se vyrábělo doma?

### **Možné formy**

- společné vzpomínání
- každý řekne jednu tradici
- tiché zamyšlení

### *ZASTAVENÍ E – Atmosféra místa*

#### **Téma**

Vztah člověka a přírody

#### **Aktivita**

Na 1–2 minuty se zastavte a jen vnímejte okolí.

#### **Otázky**

- Co zde slyšíte?
- Jak na vás místo působí?
- Cítíte zde jiný rytmus než ve městě?

#### **Tipy pro práci se skupinou**

- Senioři často nejlépe reagují na vzpomínky a osobní zkušenosti.
- Nebojte se humoru a drobných odboček.
- Nechte prostor i těm, kteří chtějí jen poslouchat.
- Pokud skupina unavená, zařaďte krátké tiché pozorování.
- Nepotřebujete „odučit“ vše připravené.

### *Povídání během exkurze*

Využijte krátké tematické vstupy:

- šetrné hospodaření
- vztah k věcem
- lokálnost
- domácí výroba
- méně odpadu
- úcta k práci a materiálům

Můžete využít také krátké otázky:

- Co bychom si z tehdejšího života mohli vzít dnes?
- V čem byli naši předkové šetrnější?
- Co dnes zbytečně plýtváme?

### 4. Závěr exkurze (10 min.)

#### **Možné otázky**

- Co vás dnes nejvíce oslovilo?
- Co vám připadalo inspirativní?
- Co bychom si mohli z minulosti vzít do dneška?
- Co malého by mohl každý z nás změnit?

## Osobní závazek

Můžete účastníky vyzvat, aby si každý zkusil říct jeden malý krok, který by chtěl více dělat:

- méně plýtvat jídlem
- více opravovat
- nakupovat lokálně
- vyrábět něco doma
- více využívat přírodní materiály
- mluvit o těchto tématech s rodinou

## 5. Symbolické zakončení

Možné drobné dárky:

- sušené jablko
- recept na tradiční pokrm
- malý čaj
- semínka bylinek
- krátká básnička nebo citát
- kartička s otázkou k zamyšlení

## 6. Ekologický přesah

Exkurze otevírá témata:

- udržitelnost v běžném životě
- omezení odpadu
- opravování věcí
- lokálnost a sezónnost
- domácí výroba
- vztah člověka a přírody
- střídmost
- spotřeba a plýtvání
- mezigenerační předávání zkušeností

## 7. Inspirace pro další navazující aktivity

- výroba adventních dekorací z přírodních materiálů
- diskuse „Co jsme dříve nevyhazovali“
- tvoření z recyklovaných materiálů
- pěstování bylinek
- návštěva farmářského trhu
- workshop opravování drobných věcí

## 8. Přílohy, které můžete využít

- kartičky s otázkami
- pracovní list „Co nás dnes inspirovalo?“
- krátké povídání o šetrnosti
- fotografie tradičního hospodaření
- tipy na šetrné adventní dekorace