

# Pozorné vnímání a vnímání pozornosti

*Pozorné vnímání a vnímání pozornosti* nás učí dvěma schopnostem. Posilovat vnímavost k okolí a s tím i vlastní pozornost. Vnímavost se učíme posílit čtením své nejbližší krajiny a toho, jak působí na naše smysly. V programu rozebíráme, jaké pozitivní a negativní dopady na nás má naše okolí a komu takto nastavené prostředí prospívá a komu ne. Studující přemýšlejí nad tím, jak jinak by jejich okolí mohlo vypadat, aby jim v něm bylo dobře.

---

<b>Cíle</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Účastníci a účastnice vnímají okolní vjemy a podněty a reflektují, jak působí na jejich pozornost a psychiku, jaké vyvolávají pocity.</li><li>• Účastníci a účastnice pojmenovávají, co jim pomáhá a co brání v soustředění.</li><li>• Účastníci a účastnice zkoumají příčiny negativních jevů ve svém okolí a analyzují, jaké dopady mají na pozornost, psychiku a wellbeing.</li><li>• Účastníci a účastnice rozvíjejí svou představivost o okolním prostředí – jak má vypadat, aby naplňovalo jejich vlastní potřeby a zohledňovalo wellbeing.</li></ul>
<b>Doba trvání</b>	220 minut
<b>Věk</b>	15+
<b>Prostředí k realizaci</b>	veřejný prostor v dostupném okolí školy, kde je dostatek různých vizuálních i sluchových vjemů, pozitivních i negativních podnětů (např. náměstí s frekventovanou silnicí, hlučný přednádražní prostor, nábřeží s černou skládkou, panelové sídliště s nákupním centrem)
<b>Pomůcky</b>	papíry, podložky, barevné pastelky, fixy, flipcharty, vytištěné mapy zkoumané lokality, zadání aktivity Pohlednice (Příloha 1), texty pozitivních příkladů změny (Příloha 2), kartičky pocitů ( <a href="#">NVC Brno</a> )

# Realizace

## Uvedení do tématu (5 minut)

Na začátku uveďte zúčastněné do tématu: *V dnešním programu se zaměříme na zkoumání vlastní pozornosti: jak si všímáme okolních jevů a kam se naše pozornost ztrácí. Podíváme se blíže i na vjemy, na které se běžně nezaměřujeme, a přesto nás ovlivňují. Rozebereme podněty, které vnímáme negativně, nalezneme jejich příčiny. A v závěru se pobavíme o vlivu různých prostředí na naši psychiku a pozornost.*

## Všímavost a soustředění na sebe (20 minut)

V této aktivitě se účastníci a účastnice vnitřně utiší, začnou se soustředit na sebe sama, na vlastní tělesné i psychické prožívání, zaměří se na vlastní pozornost, kam a proč utíká, jak s ní lze pracovat.

Program zahajte na klidném, přírodě blízkém místě (např. parčík u školy), kde se usadíte do kruhu. Účastníky a účastnice provedete asi 5minutovým zamyšlením:

- *Na začátku se soustředíme na sebe, na svoji pozornost – kam a proč nám utíká. Pohodlně se posadte na trávniku. Zavřete oči, ztište se. Vnímejte okolní zvuky, ale nenechte se jimi příliš unášet.*
- *Nyní se zaměřte na svůj dech, sledujte jeho proud. Uvědomujte si nádechy a výdechy i přestávky mezi nimi. Sledujte, jak procházejí vašim tělem. Uvědomte si, jak se cítí jednotlivé části vašeho těla (od hlavy k patě) a tělesné pocity, které v něm jsou.*
- *Možná vnímáte, jak vaše pozornost ubíhá směrem k okolním podnětům, myšlenkám, pocitům či představám. Stačí si uvědomit, že k tomu došlo, a znovu klidně obraťte pozornost k nádechu a výdechu.*

Po této meditační aktivitě následuje reflexe směřující k analýze vlastní schopnosti soustředění a pozornosti. Ptejte se:

- *Jak se teď cítíte? Jaké pocity prožíváte? (možno využít kartiček pocitů)*
- *Dařilo se vám sledovat dech a tělesné pocity a nenechat se unášet myšlenkami? Jak dlouho? Co vám při tom pomáhalo?*
- *Kam ubíhala vaše pozornost? Rozptylovaly vás okolní vjemy? Jaké?*
- *Zobrazovaly se vám představy? Jaké? Proč?*
- *Napadaly vás nějaké myšlenky? Na co? Proč?*

Reflexi aktivity se snažte rámovat tak, že naše pozornost většinou tíhne k tomu, co nám přijde aktuálně v životě důležité, a to skrze pocity („těším se, až budu o víkend u rybařit“, „bojím se písemky z fyziky“, „myslím na holku, co jsem viděl v autobuse“).

V závěru nechte skupinu sdílet, jak pracuje s pozorností a soustředěností: *Co vám pomáhá k udržování či navracení pozornosti? Co vám pomáhá k soustředění?*

Reflexi uzavřete tipy, jakými způsoby lze udržovat pozornost a jak je v současnosti pozornost kradena a zneužívána:

- *Existují různé způsoby, jak lze udržovat pozornost. Důležité je však zejména odpočívat a cvičit mozek, aby byl schopen udržet i delší dobu pozornost. Kvalitní a pravidelný spánek je stěžejní pro relaxaci kognitivních funkcí mozku. Fyzická aktivita, dostatečný pitný režim a odpočinek jsou také důležitými faktory, aby byl váš mozek schopen se soustředit.*
- *Problémem dnešní doby je hlavně nadbytek stimulů, které na nás vyskakují z mobilů, počítačů a reklamních poutačů. Je vhodné v těchto případech nedělat několik věcí najednou, odpojit se na čas od sociálních sítí a věnovat čas a pozornost činnosti, kterou chci reálně dělat.*
- *Pozornost se totiž stala obchodním artiklem společnosti, je s ní obchodováno, je zdrojem zisku. Pozornost je nám kradena. Je na nás získat ji zpět: „Reclaim our attention.“*

## Metoda „pohlednice“: obrat pozornosti k okolním vjemům (35 minut)

V následující části se účastníci a účastnice zaměří na vnímání okolí – vnímání okolních vjemů a podnětů. Budou kriticky zkoumat, jak na ně působí, jaké pocity v nich vyvolávají.

Přesuňte se na následující aktivitu na místo (ideálně blízko školy), kde je dostatek (i kontroverzních a negativních) podnětů, se kterými se ne každý student či každá studentka setkávají a které mohou vést k různým emočním reakcím (veřejný prostor s frekventovanou silnicí, hluchý přednádražní prostor, znečištěné nábřeží se skládkou, stará čtvrť s novými domy s vysokým plotem apod.).

Vysvětlete, co bude každý člověk sám za sebe v následující půl hodině dělat v bezprostředním okolí (max. 5 minut pěšky od místa zadání): *Už se nebudeme, tak jako v předchozí aktivitě, věnovat tomu, jak naše pozornost ubíhá k představám a myšlenkám. V následující půlhodině obrátíme pozornost k okolním jevům a procesům, kterých si tolik nevšímáme, ale přesto nás významně ovlivňují. Budeme tedy kriticky zkoumat okolní vjemy a jevy, jak a proč na nás mají dopad. Využijeme k tomu techniky, které nám zintenzivní vnímání smyslů.*

- Rozdejte všem papír, podložku, různé barevné pastelky, mapu okolí a zadání, zdůrazněte, v kolik hodin se zde opět potkáte.
- Zadejte: *Ve zvoleném prostoru města **vnímejte okolní vjemy a podněty**, které vás upoutají, **včetně pocitů**, které ve vás místo vyvolává. Tyto vjemy, ať už jsou to vizuální objekty z okolí, sluchové či čichové podněty nebo pocity, **zakreslete barevnými pastelkami na první stranu papíru, na druhou stranu tyto vjemy či dojmy popište textem, slovy.***
- *Na tomto místě se opět potkáme za 30 minut.*

Přidejte i doporučení na konkrétní techniky: *K tomu, ať můžete intenzivněji vnímat okolní vjemy, vám poslouží tyto techniky:*

- *Zastav se, zavři oči a jen poslouchej (a čichej) podněty z okolí.*
- *Zaměř se na detaily, „zazoomuj“ jednotlivé drobnosti v okolí.*
- *Zastav se a pozoruj místo z širší perspektivy, z dálky nebo z výšky.*
- *Zastav se, zavři oči a vnímej, jak se tu cítíš.*

*Vyzkoušejte tyto techniky několikrát na různých místech.*

Po návratu všech se přesuňte na klidnější místo, kde se můžete usadit do kruhu a v klidu diskutovat.

### Reflexe vnímání okolí (45 min)

Vytvořte následně prostor, ve kterém mohou zúčastnění a zúčastněné navzájem sdílet a reflektovat, jak se jim dařilo vnímat okolí, jaké nejsilnější či nejslabší vjemy a pocity si pamatují a proč. Dále pak budou analyzovat, proč se jim líbí či nelíbí.

Na začátku reflexe se zeptejte na bezprostřední pocity a případné problémy s vnímáním okolí:

- *Jak se vám dařilo vnímat okolí?*
- *Vybavíte si problémy s nějakou z použitých technik? Jaké a proč?*

Poté rozdělte účastníky a účastnice do skupin po 3 až 5 lidech, každé skupině dejte flipchart a fixy. V těchto skupinách budou nadále pracovat i v dalších aktivitách. Zadejte každé skupině, aby rozdělila plakát na 4 kvadranty (pozitivní silné, negativní silné, pozitivní slabé a negativní slabé) a aby mezi sebou sdílela vjemy a pocity, které následně zaznačí do těchto kvadrantů. Nechte na to asi 15 minut.

- *Zadejte: Sdílejte v rámci skupin, jaké byly vaše vjemy a pocity (+ pozitivní silné, - negativní silné; + pozitivní slabé, - negativní slabé) z okolí a PROČ?*
  - *Jaké vizuální objekty/věci upoutaly vaše pozornost? Jaké typy objektů přitahovaly váš zrak?*
  - *Jaké barvy? Jaké sluchové (a čichové) vjemy si pamatujete, že byly nejintenzivnější? Proč zrovna tyto podněty?*
  - *Jak tyto vjemy působily na vaši psychiku? Jaké pocity ve vás vyvolávalo toto místo?*
- *Zaznačte tyto vjemy a pocity do příslušných kvadrantů (pozitivní/negativní a silné/slabé).*

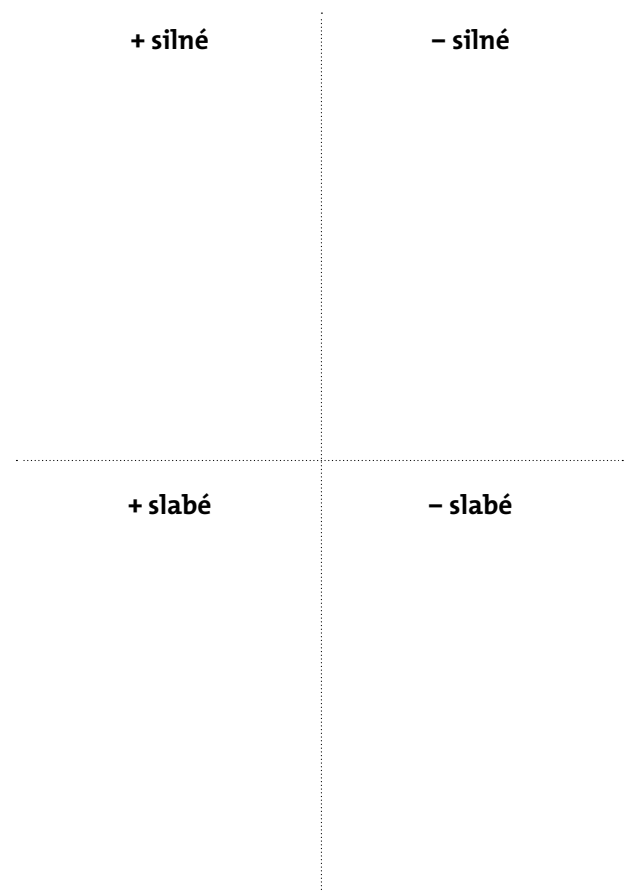
V další fázi řekněte skupinkám, aby se v 10 minutách zaměřily na rozbor silných vjemů a pocitů:

- *Proč byly tyto vjemy pro vás negativní? Proč se vám to nelíbí?*
- *A naopak proč byly tyto vjemy pro vás pozitivní? Proč se vám to líbí?*

Následně nechte skupiny navzájem představit nejsilnější vjemy a proč je shledaly jako pozitivní, resp. negativní. Ptejte se na otázky spojené s reflexí pozornosti – kam tíhla pozornost účastníků a účastnic nebo co jim naopak unikalo:

- *Co stálo v centru vaší pozornosti?*
- *Jaké podněty vám naopak unikaly?*
- *Proč si (ne)všimáte těchto věcí?*

Na závěr je vhodné vypíchnout a propojit nejčastěji zmiňované vjemy a jejich důvody.



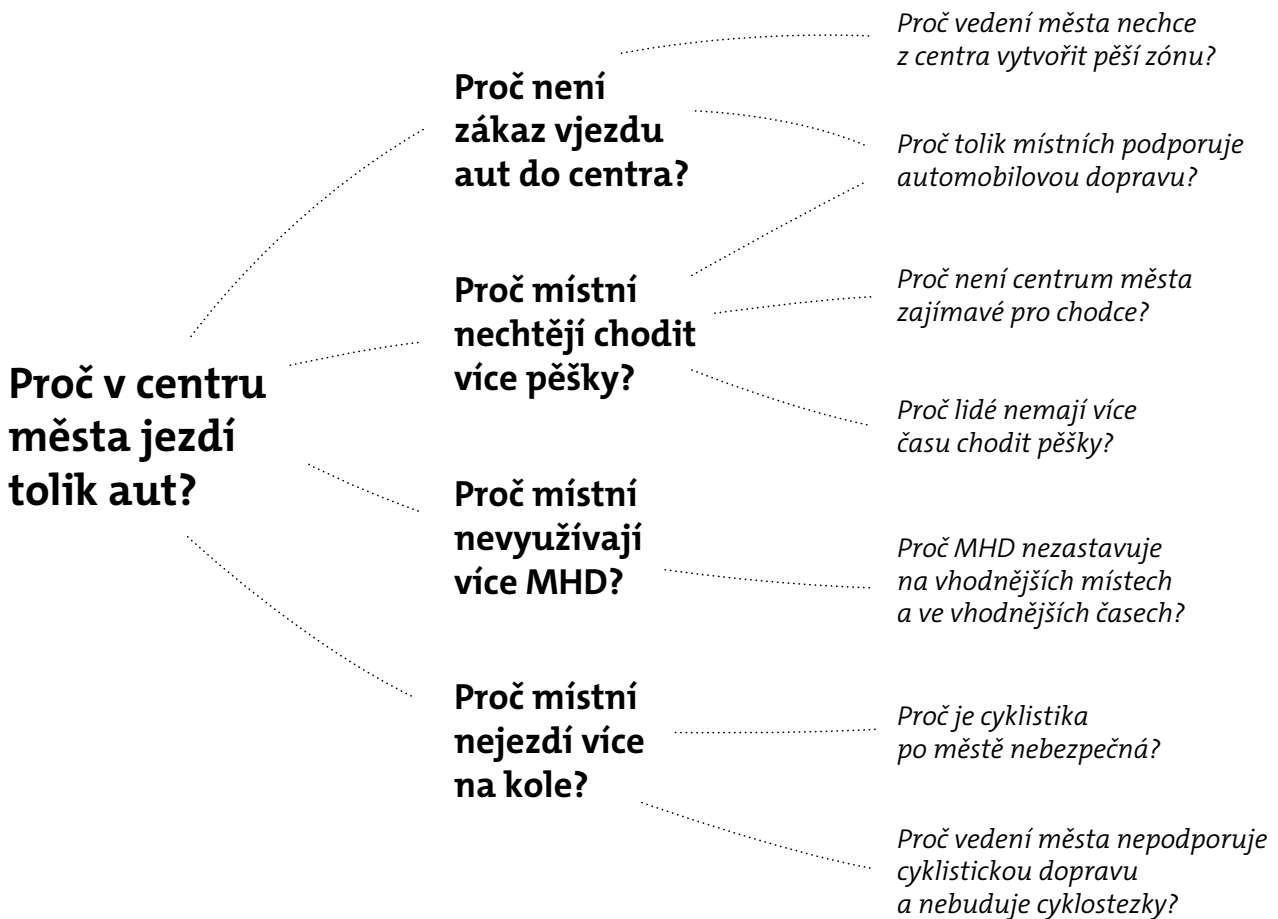
## Řetězec PROČ (40 min)

Záměr této části je analyzovat hlavní problémy zkoumaného místa a proniknout k jejich hlubším příčinám.

Uvedte: *Zjišťujeme, že městské prostředí nás ovlivňuje skrze podněty a pocity, které jsou reakcí na okolní prostorové jevy. Různé objekty kradou naši pozornost (např. reklama), ovlivňují nás negativně (doprava hlukem a smogem). Nyní zaostříme na podstatu těchto problémů, budeme zkoumat, odkud se berou, co je jejich prvotní příčinou.*

Postupujte takto:

- Nechejte každou skupinu vybrat si jeden z negativních podnětů, který bude následně zkoumat. Ten ať přepíše jako otázku (např. *Proč v centru města jezdí tolik aut?*) na levou část papíru. Poté skupiny požádejte, aby přemýšlely nad všemi přímými příčinami tohoto problému. Každou z příčin potom položte znovu jako otázku a propojte s otázkou původní. Takto pokračujte dále.
- U každé z příčin si poté znovu zkoumající položí otázku *Proč?* Opakujte tento proces tolikrát, kolikrát to daný problém dovolí, a pokaždé začněte nový sloupec napravo od předchozího.
- Konečným výsledkem bude diagram, který upozorňuje na složitost problému a jeho různé příčiny. Poté můžete požádat skupiny, aby rozlišily mezi těmi důvody, které mohou být podpořeny důkazy, a těmi, které nemohou.



Jakmile bude proces tak daleko, jak jen je to možné, podívejte se na políčka na pravé straně a vyzvěte zúčastněné, ať se ptají a sdílejí s ostatními skupinami:

- *Co díky otázkám teď víte?*
- *Jak to souvisí s naší pozorností?*
- *Kdo to způsobuje?*
- *Co lze udělat, aby se něco změnilo?*

### Příklady pozitivní změny (30 min)

V této části se účastníci a účastnice seznámí s případovými studii – příklady pozitivní změny různých typů míst ve městě, které ukazují, jak různé kolektivy či jednotlivci mohou změnit negativní aspekty města.

*Uvedte: Ted' se podíváme na příklady pozitivní změny různých typů míst ve městě blíže. Jednotlivci, komunity, spolky nebo celá města řešili podobně problémy s hlukem, vizuálním smogem, nedostupností zeleně nebo občanské vybavenosti. Tyto příklady nás mohou inspirovat, jakými způsoby lze transformovat město k lepšímu.*

Rozdělte účastnice a účastníky na nové skupiny tak, aby v každé nové skupině byl právě 1 člověk z původních skupin. Rozdejte každé skupině různé texty s příklady pozitivní změny míst, ať si každý člověk přečte alespoň jeden text a skupina tedy všechny. Bude to trvat přibližně 10 minut.

Napište na flipchart otázky a zadejte, ať si na tyto otázky odpoví ve skupinách, na základě přečtených textů:

- *V čem spočíval problém? Jaká byla jeho hlavní příčina?*
- *Čím a kým byla odstartována změna? Jaké faktory napomohly ke změně?*
- *Co si z toho můžeme odnést? Jak to lze využít na případě našeho problému?*

Sdílejte a na flipchart запиšte odpovědi na poslední otázky – jak lze nové poznatky aplikovat na případech našich problémů.

### Reimaginace různých míst (30 min)

Navazte představováním si i dalších míst: *Nejen město ovlivňuje negativně naše smysly, pozornost, psychiku. Ted' se podíváme i na jiné typy prostředí a pohrajeme si se svou fantazií, jak by tato místa mohla vypadat, aby se tu lidé cítili lépe.*

Zadejte skupinám, ať si vyberou typ prostředí, které dobře znají (např. náměstí, nádraží, nábřeží, škola, park...). Nechte je pobavit se o těchto otázkách v kontextu zvoleného místa (5 min):

- *Co s námi dělá toto prostředí? Jak ovlivňuje naši pozornost?*
- *Jak se tu cítíme? Jak bych se tu chtěla či chtěl cítit? (možno využít kartiček pocitů)*
- *Jak by místo vypadalo, aby to umožnilo?*

Rozdejte každé skupině flip a barevné pastelky a nechte je v průběhu 15 minut nakreslit plán, jak by místo mohlo vypadat podle jejich představ:

- *Vytvořte plán nového místa, jak by podle vás vypadalo, aby se tu lidé cítili lépe.*
- *Co by tam lidé dělali? Na co by se pak zaměřovala jejich či vaše pozornost?*
- *Co dál s tímto plánem?*

Vytvořte galerii těchto plánů a nechte ostatní procházet a komentovat.

### Závěrečná reflexe (15 min)

Na závěr si v kruhu odpovíme společně na tyto otázky:

- *Co si z dneška odnášíte?*
- *K čemu bude dál směřovat vaše pozornost?*

# Příloha 1



## Zadání aktivity Pohlednice

Techniky, které vám umožní intenzivněji vnímat okolní vjemy:

- Zastav se, zavři oči a jen poslouchej (a čichej) podněty z okolí.
- Zaměř se na detaily, „zazoomuj“ jednotlivé drobnosti v okolí.
- Zastav se a pozoruj místo z širší perspektivy, z dálky nebo z výšky.
- Zastav se, zavři oči a vnímej, jak se tu cítíš.

Vyzkoušejte tyto techniky několikrát na různých místech.

## Příloha 2 – Příklady pozitivních změn ve městě



### Lublaň – město, které se nebálo postavit autům

Ještě v roce 2006 patřila Lublaň, hlavní město Slovinska, k městům s příšernou dopravní situací. Město sužovaly zácpy, problémy s parkováním, nesnesitelný hluk i znečištěné ovzduší. Lidé se raději stěhovali pryč a jejich dojíždění do města situaci ještě zhoršovalo.

Vedení města se proto rozhodlo situaci změnit. Nově zvolený starosta Zoran Jankovič se odhodlal k ambicióznímu kroku a přes protesty některých místních prosadil zákaz automobilové dopravy v centru města. Rozhodnutí však předcházela dlouhý proces informování a vyjednávání s veřejností – od výzkumů a informačních kampaní přes plánování opatření až po rozsáhlou podporu jiných druhů dopravy (MHD, pěší a cyklistické).

V roce 2015 pak namísto rušné čtyřproudé silnice na Slovinské ulici vznikl sdílený prostor, na němž lidé na kolech, pěší i autobusy mohou využívat ulici stejnou měrou. V prostoru bez jasně určených pravidel a překážek se musí účastníci a účastnice chovat preventivně opatrněji, což činí dopravu ve výsledku bezpečnější.

Hlučné a špinavé silnice tak dnes vystřídaly lavičky s posezením, kašny, kavárenské stolky, cyklisté a cyklistky a děti hrající si na ulici.

Zdroj: NESEHNUTÍ. Lublaň – město, které se nebálo postavit autům [online]. 10. 10. 2018 [cit. 17. 12. 2023].

Dostupné z: <https://www.moudramesta.cz/lublan-mesto-ktere-se-nebalo-postavit-autum/>



## Příloha 2 – Příklady pozitivních změn ve městě



### Čištění vizuálního smogu v Brazílii

Vizuální smog je termín označující nepřiměřenou a nevkusnou reklamu v ulicích města, která útočí na naši pozornost. Neregulované reklamní billboardy a poutače nejenže znehodnocují estetiku veřejného prostoru, ale mají i dlouhodobý efekt na kvalitu života. Nejzranitelnější skupinou jsou pak děti, které často nedokážou odolat reklamnímu tlaku a přijmou konzumní životní styl.

Mnoho měst se rozhodlo tento problém řešit radikálně – úplným zákazem reklam ve veřejném prostoru. První metropolí, která zakázala reklamu, bylo v roce 2007 brazilské São Paulo, kde radnice pod tlakem místních přijala *Zákon o čistém městě*. Celkově bylo odstraněno více než patnáct tisíc billboardů a tři sta tisíc rozměrných reklamních poutačů. Některá bílá místa byla po čase nahrazena nástěnnými malbami a street artem, jiná odhalila skryté problémy města – chudobu, bezdomectví a gangy. Díky tomu se tak odstartovala další kampaň za dostupné bydlení pro všechny obyvatele.

Po São Paulu přicházela se zákazem i další města. Prvním evropským městem zakazujícím pouliční reklamu se v roce 2014 stal francouzský Grenoble, v němž navíc každou odstraněnou reklamu nahradil vysazený strom.

Zdroje: SEDMÁ GENERACE. Město bez nánosů reklam [online]. 12. 12. 2016 [cit. 17. 12. 2023].

Dostupné z: <https://sedmagenerace.cz/mesta-bez-nanosu-reklam/>

RAPID TRANSITION. Adblocking – the global cities clearing streets of advertising to promote human and environmental health [online]. 23. 7. 2019 [cit. 17. 12. 2023]. Dostupné z: <https://rapidtransition.org/stories/adblocking-the-global-cities-clearing-streets-of-advertising-to-promote-human-and-environmental-health/>



## Příloha 2 – Příklady pozitivních změn ve městě



### Jak zanedbané místo v Athénách proměnit v park a zahradu

Kvůli asfaltovým a betonovým plochám trpí města často nedostatkem zeleně, což vede zejména v létě k přehřívání. V řeckých Athénách tento problém vyřešili lidé po svém. Ve čtvrti Exarchia v roce 2009 zabrala místní iniciativa prostor po zbořené klinice, který byl po několik let opuštěný, a následně na tomto místě navrhla a vybudovala park Navarinou. Po kolektivní domluvě a plánování rozbila aktivní skupina místních beton, odvezla suť, dovezla půdu a vysadila na místě stromy a další rostliny. V další fázi bylo vybudováno dětské hřiště a amfiteátr, kde se konají společenské akce. V roce 2012 pak byla vytvořena komunitní zahrada, ve které si obyvatelé a obyvatelky města pěstují vlastní jídlo.

Park Navarinou dodnes tvoří zelenou oázu v hustě obydlené šedi Athén. Komunita pořádá na místě kulturní akce pro děti i dospělé a vzdělávací workshopy o tom, jak si vypěstovat vlastní potraviny.

Zdroje: GLOBAL ATLAS OF ENVIRONMENTAL JUSTICE. Self-organized Park Navarinou and Zoodochou Pigis Str., Greece [online]. 2. 5. 2022 [cit. 17. 12. 2023]. Dostupné z: <https://ejatlas.org/conflict/self-organised-park-navarinou-and-zoodochou-pigis-str>

URBAN NATURE ATLAS. Navarinou Park [online]. 10. 10. 2021 [cit. 17. 12. 2023]. Dostupné z: <https://una.city/nbs/athens/navarinou-park>



## Příloha 2 – Příklady pozitivních změn ve městě



### Správcovství opuštěných domů v Lipsku

Zatímco se řada lidí stěhuje z měst do satelitních městeček, centra měst se často potýkají s odlivem obyvatelstva a chátráním starých domů. Na druhou stranu lidé s nižšími příjmy nemají možnost sehnat levné bydlení a často musí platit vysoké nájem i za rozpadající se byty.

Tento problém se snažili vyřešit v německém Lipsku specifickým způsobem. Družstevnická organizace Haushalten, která zprostředkovává dostupné bydlení širší vrstvě populace, usiluje o propojení majitelů a majitelek opuštěných domů s potenciálními zájemci či zájemkyněmi o bydlení nebo o využití těchto chátrajících budov. Domy tak získávají své správce či správce, kteří je opravují na vlastní náklady, udržují je v dobrém stavu, ale nemusí platit předražené nájem. Majitelé či majitelky se nemusí tolik starat o dům, řešit drahé opravy a údržbu a bát se, že jejich nemovitost bude znehodnocena nebo vyrabována. V současnosti v Lipsku funguje 18 správcovských projektů a rozšiřují se i do dalších německých měst.

Obdobné programy rozvíjejí organizace i ve snaze spravovat staré prostory domů, využívané dříve pro obchody nebo sklady, které v dnešní době mohou sloužit např. jako ateliéry pro umělce či umělkyně.

Zdroje: HAUSHALTEN. e.V. Wächterhäuser - Das Modell [online]. [cit. 17. 12. 2023].

Dostupné z: [http://www.haushalten.org/de/waechterhaeuser\\_modell.asp](http://www.haushalten.org/de/waechterhaeuser_modell.asp)

URBACT – (RE)MAKING THE CITY. Guardian Houses, Leipzig, Germany [online]. [cit. 17. 12. 2023].

Dostupné z: <http://remakingthecity.urbact.eu/guardian-houses-leipzig-germany--32.case>

## Příloha 2 – Příklady pozitivních změn ve městě



### Participativní rozpočet – jak mohou lidé aktivně přetvářet veřejný prostor

Jedním ze stěžejních problémů měst je nezájem obyvatelstva o dění v obci, jeho pasivní role při utváření měst. Veřejný prostor je totiž často ovládán mocnými – politiky či političkami a developerkami nebo developery – kteří rozhodují o tom, kde, co a jak bude stát.

Participativní rozpočet představuje efektivní nástroj, jak se do rozhodování o rozvoji své obce mohou aktivně zapojit místní. Radnice vymezí část peněz z ročního rozpočtu, obyvatelé a obyvatelky pak podávají návrhy, co by se za tyto peníze mělo ve městě vybudovat. Smyslem participativního rozpočtu je především vtáhnout místní do dialogu o utváření místa, kde žijí, ukázat lidem, jak se mohou na tvoření města podílet. A zároveň naučit radnice způsobu, jak občanům a občankám naslouchat a jak s nimi konstruktivně komunikovat. Důležitou součástí participativního rozpočtu jsou pak veřejná setkání a debaty o návrzích.

Participativní rozpočet už vyzkoušelo více než sto českých obcí, více než patnáct set měst z celého světa. Díky participativnímu rozpočtu vznikl nespočet smysluplných kreativních projektů od komunitních zahrad a parků přes opravy veřejných budov a náměstí až po podporu kulturních událostí a sousedských slavností. Organizace Agora CE také v otázce participativního rozpočtu vzdělává mladé lidi, přičemž skrze její projekty se mohou aktivně zapojit do rozhodování na úrovni místních samospráv či řešit problémy, které je v obci trápí.

Zdroj: PARTICIPATIVNÍ ROZPOČET. O participativním rozpočtu. [cit. 17. 12. 2023].

Dostupné z: <https://www.participativni-rozpocet.cz/o-participativnim-rozpocetu/>

Vzniklé metodické materiály byly finančně podpořeny Ministerstvem životního prostředí z projektu:  
*Ke kořenům: transformativní pedagogika jako základ environmentálního vědomí.*  
Vytvářené materiály nemusí vyjadřovat stanoviska MŽP.

Skrze transformativní vzdělávání, nerůstovou ekonomiku a facilitaci přispíváme ke světu, kde budou potřeby všech naplněné v rámci planetárních mezí.

[www.nazemi.cz](http://www.nazemi.cz)



---

Ministerstvo životního prostředí