

Prosím, ke každému tipu napište i přezdívku a věk toho, kdo jej navrhuje. Můžete dát tip i za celou družinku, tak přiřipšte její jméno a věkové rozpětí.

## Skautský slib a zákon – Na jakých hodnotách můj život stojí?

- Pro vlčata a světlušky: zeptej se rodičů, co je pro ně v životě nejdůležitější. (Maru 25)
- Co všeho jsem ochotná obětovat pro Pravdu? Jak moc je to v porovnání s obětováním se pro Lásku (tj. např. příbuzné) (Dáda 26)
- vyzkoušet si uzlování (je zmiňováno v textu) (Dáda)
- Zvládl/a by jsi řídit se skautským zákonem? Co by pro Tebe bylo nejtěžší? (Dáda)
- Zamysli se, kdy jsi udělal/a něco, z čeho nemáš dobrý pocit. Pokud chceš, zkus to napravit - omluvit se, poděkovat atp. (Kami, 28)
- Prožij neděli (nebo jiný den v týdnu), kdy kromě přípravy a úklidu jídla nebudeš pracovat. Čím ji naplníš? (Kami, 28)
- Preci si príbehy ze života Plajnera. Jak bys v danyh situacich reagoval/a Ty? (Siro 27)
- Dělejte dobré skutky (Marš, 10)
- Pokud máš problém mluvit sprostě, zkus aspoň jeden den si na to dát pozor a mluvit slušně. (Smíška 16)

## Učení se zkušeností (prostřednictvím praktických činností a her) – Jak můžu přiložit ruku k dílu?

- Vymezi si hodinu času a vyzkoušej něco co už dlouho chceš zkusit! Cokoli! (*inspire*: vyřezat lodičku z borovicové kůry, postavit model letadla, uvařit nový recept, nebo vyrobit užitečnou věc do domácnosti) (Maru 25)
- Připrav krátkou hru pro lidi v okolí (*inspire*: turnaj v piškvokách o přestávce se spolužáky; šipky s terčem na pracovišti; člověče nezlob se s rodinou; hříčka pro kamarády ze skautu nebo z okolí bydliště, petang nebo šachy ...) (Maru 25)
- školáci: Zapoj se s mámou do přípravy nedělního koláče/pomoz tátovi s prací na zahradě či v dílně. (Luu, 28)
- Vyber si cizí jazyk, který neznáš a je zároveň mateřským jazykem někoho, kdo žije ve tvém městě, a nauč se v tomto jazyce pozdravit, představit se, poděkovat a poprosit. Popros někoho, kdo tímto jazykem mluví, jestli si s ním můžeš tyto věty procvičit. (Kami, 28)
- Určitě máš doma něco, co potřebuje opravit a dlouho to odkládáš, protože to není důležité. Zkus si na to udělat čas a oprav to. (Sunny, 21)
- Zkus něco užitečného ušít nebo uplést, třeba šálu nebo plátěný pytlíček na ovoce. (Ema, Klárka, Magda, Kamilka, 6–10 let)
- Vypěstuj něco ze semínka. (Ema, Klárka, Magda, Kamilka, 6–10 let)
- Zkuste si nechat uletět stan (Luky, 10)

- Naučte se pořizovat, mě to naučil Ali. (Vojta, 8)

## **Družinový systém/učení se v malé skupině – Kdo v tom jede se mnou a pomůže mi zvládnout velké věci?**

- Najdi staršího člověka ve svém okolí a pokud se od něj naučit něco nového. Společný čas můžeš využít i ke zjištění od koho se to naučil on/ona a jestli má nějakou veselou historku vztahující se k tématu (*inspirace*: jízda na skateboardu od kamaráda, pletení od babičky, oprava rozbité věci s dědečkem nebo nová šifra s vedoucím) (Maru 25).
- Sežeň alespoň tři kamarády či kamarádky a společně uvařte nějaké jídlo, které nikdo z vás nikdy nevařil. (Kami, 28)
- Zahrajte si s kamarády polštářovou bitvu (Matěj, 9)
- Chtěl/a si někdy něco zkusit, ale měl/a si z toho strach? Tak vezmi kamaráda/ kamarádku a běž to zkusit. Ve více lidech jde všechno líp. (Smíška 16)
- Vidiš v okolí někoho, kdo potřebuje pomoc? Zeptej se ho, jestli potřebuje pomoc a pokud neodmítne, pomoz mu. (Tygi 14)
- Společně s kamarádem si sepište výzvy, které vás zaujaly a navzájem si pomozte při jejich plnění. (Včelka 15)

## **Program osobního růstu – Kam se chci posunout? Co chci v životě zvládnout?**

- Stanov si vlastní cíl zítřejšího dne (*inspirace*: na každého se usměji, seberu každý odpadky ze země a dám ho do koše, napíšu kamarádovi, kterého jsem dlouho neviděl...) (Maru 25)
- Pořiď si diář (můžeš si jej přát třeba na Vánoce). Život je třeba prožívat ne se jím nechat uvláčet. Vyčleňte si denně alespoň 5 minut k zamyšlení nad rozvrhem svého programu tak, aby tvé činnosti byly uspořádány, odpovídali prioritám a byl vyčleněn dostatečný prostor pro jejich naplnění. (Luu, 28)
- Stanov si, kolik kilometrů bys chtěl/a v následujících 7 dnech ujít po vlastních nohách. Ujdi je! (Kami, 28)
- Popemyslej jaký je Tvůj životní dar (někdo umí krásně kreslit jiny dokáže skvěle organizovat...). Zeptej se blízkých co považují oni za Tvůj dar! (Siro 27)
- Vyzkoušej si parkour. (Deny, Šídlo, Ella, 6–10 let)
- Zkuste si v noci hlídat dům, jako my hlídáme tábor. (Dan 9)
- Osprchuj se ledovou vodou (Mike, 8)
- Když si myslíš, že něco nezvládneš, tak to alespoň zkus. (Vrtáček 12)

## Symbolický rámec – Co mne motivuje?

- Vydejte se s někým za kulturou. (inspirace: kino, divadlo, výstava nebo společné čtení knihy, procházka po hřbitově) (Maru 25)
- Společně s kamarády uspořádejte setkání v podobě třídního srazu (ZŠ, SŠ) nebo srazu pracovnícholegů. (Luu, 28)
- Napiš 10 věcí, za které jsi v životě vděčný/vděčná. (Kami, 28)
- Zpříjemni si úklid nebo umývání nádobí tím, že si u toho budeš zpívat. (světluch)
- Z toho, co tě moc nebaví dělat (třeba domácí úkoly), si udělej soutěž (třeba zkus vypočítat co nejvíce příkladů během pěti minut, dokážeš udělat rekord?). (Ananas, Kája, Míša)
- Vyber si jednu povinnost nebo práci, kterou už dlouho odkládáš a pozvi kamarády a kamarádky, aby ti s ní pomohli. Poděkuj jim, třeba zmrzlinou. (Ananas, Kája, Míša, 6–10 let)
- Sněz jedno jídlo tak, že si ho poradně vychutnáš. Nedívej se do mobilu, soustřeď se na každé sousto. Žvýkej pomalu a třeba i zavři oči, ať tvé chuťové pohárky nic nerozptýluje. (Kami, 28)

## Příroda a pobyt v ní – Co mi příroda dává a jak jí to vracím?

- Vydejte se samotní či s přáteli do lesa (ideálně bez jakékoliv moderní techniky – mobilní telefon, mp3 přehrávač, ...). Procházejte se tiše mezi stromy a vnímejte zvuky, které k vám z každé strany přicházejí. Aby byl zážitek lepší, vyzujte si své boty a absolvujte část cesty bosky. Že už jste unavení? Vytáhněte celtu či deku a připravte si společný čaj na okraji lesa. (Luu, 28)
- Za měsíc vyprodukuje většina domácností velké množství odpadu, který zatěžuje přírodu. Nevěříte? Připravte si doma nádoby na plast, papír, plechovky/kov, sklo a biopad a zkuste odpad třídit. Kelímek od jogurtu už nevyhodíme do koše, ale umyjeme a uložíme do nádoby s plastem. Látková taška se stane součástí každého našeho nákupu 😊 (Luu, 28)
- Nasbírejte si plody naší přírody (bylinky, ovoce, houby...). Vychutnej si je hned (zavři oči a pomalu chutnej, kousek a polykej) a část si nasuš na zimu. (Kami, 28)
- Vyběhni, vyjdi na nějaký kopec v okolí a rozhlédni se. (Kami, 28)
- Vyprav se na výlet do míst kde nejsou lidé a kde nejde slyšet civilizace. Muze to být hodinka nebo celý den! Zkus na nic nemyslet, pozoruj stromy a poslouchej naplno zvuky přírody. (Siro 27)
- Proč nesnáší příroda odpadky? Protože to nemá ráda jako ty. Vyraž na procházku a cestou posbírejte ty odpadky, které potkáš. (
- Pokuste se zapálit oheň bez zapalovače a se třemi sirkami a nebo vůbec bez sirek. (Dřevorubec, 10)
- Vyjděte si na nejvyšší kopec Hostýnských vrchů (Tom, 10)
- Pomáhejte přírodě (Vojta, 8)

## **Dospělí průvodci – výchova zkušenějšími – Kdo a co mi pomůže dosáhnout mých možností a podpoří mne na mé cestě?**

- Mrkni se do domácího fotoalba a zavzpomínej na hezké chvíle. (inspirace: přizvi na prohlížení fotek i blízké se kterými jsi na fotkách, připrav čaj a pár sušenek - určitě je přesvědčíš =) )(Maru 25)
- Přečti si nebo poslechni rozhovor s někým, kdo mluví o tématu, které tě zajímá. (Kami, 28)
- Napis na papír osoby které Te inspirují a proč tomu tak je. Kdo je Ti vzorem v osobní a kdo v profesní rovině? (Siro 27)
- Zamysli se, jaká věc je pro tebe těžká nebo co neznáš. Popros své rodiče nebo kamarády, aby tě to naučili nebo ti to vysvětlili. (Foxie, Popel, Maruška, 6–10 let)
- Najdi si čas chvíli posedět s prarodiči či s rodiči a zahrajte si společně oblíbenou hru z jejich dětství. (Človí 15)

## **Zapojení společnosti – Co můžu udělat pro druhé a pro svět? Co mne to naučí?**

- školáci: zeptej se rodičů, s čím můžeš pomoci doma (Maru 25)
- (18+) Zajdi darovat krev, přihlas se do registru dárců kostí dřeně nebo třeba pošli vlasy na výrobu paruk pro onkologicky nemocné pacienty (Maru 25)
- Najdi si nejbližší psí útulek, vyber pejska, který se ti nejvíce líbí a zajdi s ním na procházku.(Luu, 28)
- Dej se do řeči s někým neznámým ve vlaku, v tramvaji, v autobuse, ve škole. Zeptej se ho/jí třeba na to, jaké místo v okolí doporučuje navštívit nebo jakou si přečíst knížku. (Kami, 28)
- Vidíš bloudícího turistu? Pjijď k nemu a pomoz mu najít cestu! (Siro 27)
- Pozoruj lidi v autobuse či ve vlaku. Kdo hledí do mobilu? A kdo si všimne že by si stársa pani rada sedla na jeho místo? (Siro 27)
- Až půjdeš po ulicích, usmívej se. Lidem, kteří jsou ve stresu, mají špatný den nebo jsou prostě smutní zlepšíš den. A nejen jim, ale i sobě. (Smíška 16)