

PODPORA WELLBEINGU VE ŠKOLE SKRZE PŘÍRODU

SEVER, Horní Maršov, DOTEK, 18. – 20. listopadu 2026

Pro koho je seminář určen

Seminář je určen lektorům – pracovníkům EV a EP.

Specifikace základní vstupní úrovně znalostí a dovedností účastníků

Seminář je zaměřen na rozvoj wellbeingu prostřednictvím zážitkových aktivit v přírodě, reflexe vlastních zkušeností a hledání možností, jak podporovat wellbeing žáků i učitelů v souladu s principy environmentální výchovy a novým RVP.

Vzdělávací cíl semináře

Kontakt s přírodou má prokazatelně pozitivní vliv na duševní zdraví a wellbeing. Tento seminář nabídne prostor pro hledání cest, jak využít pobyt v přírodě ke zlepšení pohody žáků i učitelů. Vyzkoušíme si konkrétní aktivity v přírodě, které nám pomohou zrelaxovat a načerpat energii, jednou z nich bude landart. Dotkneme se vývoje environmentálního myšlení a různých pohledů na vztah člověka k přírodě. Zarámujeme si téma wellbeingu v souvislosti s novým RVP.

Soupis hlavních prostředků – aktivit semináře

Metody a formy využití v rámci semináře

- zážitkové a prožitkové učení v přírodě,
- řízené diskuse a skupinové reflexe,
- individuální i skupinové aktivity podporující wellbeing,
- pozorování, vnímání a práci s přírodním prostředím,
- prvky environmentální etiky a filozofické reflexe,
- vzájemné sdílení zkušeností,
- tvůrčí aktivity

Celková časová **dotace semináře je 18 hodin**, přibližně 40 % času probíhá venku.

Lektorský tým

Lektoři SEVER Horní Maršov:

Eliška Hájková: lektorka vzdělávání dospělých na SEVERu, národní koordinátorka programu Škola pro udržitelný život, spoluautorka publikace Učme (se) místem.

Jakub Vebr: na SEVERu působí jako lektor ve vzdělávání dětí i dospělých, zabývá se místně zakotveným učením, globálním vzděláváním a klimatickou změnou.

Michaela Glovňová: na SEVERu se věnuje vzdělávání budoucích pedagogů, zabývá se tématem přírodních zahrad, v němž vzdělává především učitele.

Lektoři a terapeuti [Klidem](#).

Časový harmonogram

Seminář je třídní, s časovou dotací 18 hodin, začíná se obědem.

PRVNÍ DEN

Odpoledne (13:00–18:00)

Úvodní blok je věnován pojmu wellbeing – společně si ujasníme, co pro nás pojem wellbeing znamená. Seznámíme se s pěti oblastmi wellbeingu – fyzickou, sociální, kognitivní, duchovní a emocionální. Zaměříme se na fyzickou oblast wellbeingu.

18:00 večeře

Večer (19:00–20:00)

Zážitkový blok bude věnován duchovní složce wellbeingu. Propojíme osobní prožitek s širším kontextem environmentální etiky a filozofie vztahu k přírodě.

DRUHÝ DEN

8:00 Snídaně

Dopoledne (8:30–12:00)

Emocionální složka wellbeingu je hlavním tématem dopolední vycházky venku. Účastníci stráví čas v přírodě s lektory ze společenství terapeutů [Klidem](#). Zaměříme se na vnímání, zastavení se, pozorování a reflektování toho, jak nám příroda pomáhá ve všech oblastech wellbeingu.

12:00 oběd

Odpoledne (14:00–17:00)

Sociální složka wellbeing s externími lektory.

18:00 večeře

Večer (19:00–20:00)

Blok je věnován tématu odolnosti a aktivní naděje – hledáme způsoby, jak si zachovat energii, naději a psychickou odolnost, a jak tyto principy přenést do každodenní práce.

TŘETÍ DEN

8:00 snídaně

Dopoledne (8:30–13:00)

Program zakončíme kognitivní složkou wellbeingu. Zasadíme si téma wellbeingu do kontextu nového



RVP a proběhne společná reflexe a land-art v přírodě.

13:00 oběd

Pro vydání osvědčení je nutné absolvovat celý seminář v počtu 18 hodin. Pokud odjedete dříve, bude na vašem osvědčení uveden pouze počet absolvovaných hodin.

Účastnický poplatek

Účastnický poplatek činí 3 000 Kč pro členy Pavučiny, 4 500 Kč pro ostatní účastníky. Cena semináře je dotovaná z dlouhodobé smlouvy Pavučiny. V ceně je zahrnuto ubytování, stravování (plná penze, strava vegetariánská) a program. Cena nezahrnuje dopravu účastníků do místa konání semináře. Seminář je určen pro minimálně 15 a maximálně 22 účastníků, přednost mají dříve přihlášení.

Účastnický poplatek bude uhrazen na účet Pavučiny na základě vystavené faktury po uzavření přihlašování. Poplatek se hradí předem a je nevratný. V případě, že se přihlášený účastník nebude moci semináře zúčastnit, může jeho vysílající organizace vyslat náhradníka.

Přihlášky

Přijímání přihlášek bude ukončeno, jakmile bude naplněna kapacita semináře, nejpozději však 31.10. 2026. Po tomto datu je možné se přihlásit pouze na základě osobní domluvy. Pokud zájem o seminář výrazně převýší jeho kapacitu, vyhrazuje si Pavučina právo dodatečně omezit počet účastníků z jedné organizace. S přihlášením neváhejte.

V případě, že bude přihlášeno méně než 15 účastníků, nebude se seminář konat. Není to v našich finančních možnostech.

Přihlásit se lze vyplněním přihlášky <https://forms.gle/MiXt28DLgDfqHCaXA>

O přijetí přihlášky budete informováni obratem, o realizaci semináře a Vašem zařazení do něj budete informováni do 1.11. 2026.

Vyplněním a odesláním přihlášky souhlasíte se zpracováním osobních údajů pro účely školení dle nařízení Evropského parlamentu a Rady (EU) 2016/679 ze dne 27. 4. 2016 o ochraně fyzických osob v souladu se zpracováním osobních údajů a jejich předání třetí osobě (organizátorovi semináře).

Ostatní

Nejpozději 10 dní před začátkem semináře Vám bude zaslán podrobný program a další organizační informace.

Kontaktní osoba: Mgr. Blanka Toušková, info@pavucina-sev.cz, +420 721 133 108