

# Food&More

*pracovní sešit*



## O vzdělávacím programu Food&More

Milí účastníci školení!

Tento pracovní sešit vás bude provázet na cestě školícím programem Food&More. Neváhejte si do něj dělat poznámky, kreslit své nápady nebo shromažďovat jakékoli užitečné informace. Sešit vám dobře poslouží i po skončení školicích setkání jako takový váš osobní „památník“ – užitečný soubor vzpomínek.

Food&More je evropský vzdělávací program realizovaný čtyřmi organizacemi: Tudatos Vásárlók Egyesülete (z Maďarska), Asociace AMPI (Česká republika), Fundacja Ekorozwoju (Polska) a mezinárodní síť URGENCI. Cílem programu je podporovat vás, zodpovědné spotřebitele potravin ("food citizens"), kterým nejde jen o nákup potravin, ale kteří dělají mnohem více. Sami podporujete drobné zemědělce, vytváříte potravinové komunity a povzbuzujete také i naše organizace.

Cílem programu je si vzájemně ukázat, jak lze budovat silnější potravinové komunity pomocí praktických nástrojů a metod participativního rozhodování a plánování. Jak také nenásilně komunikovat a vědomě spolupracovat. Kromě samotných pilotních školení jsme pro vás a další členy potravinových komunit připravili volně k dispozici krátká videa, informační materiály a webináře. Dopřejte si čas a podívejte se na ně!

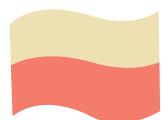
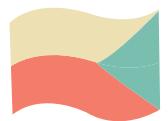
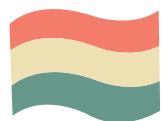
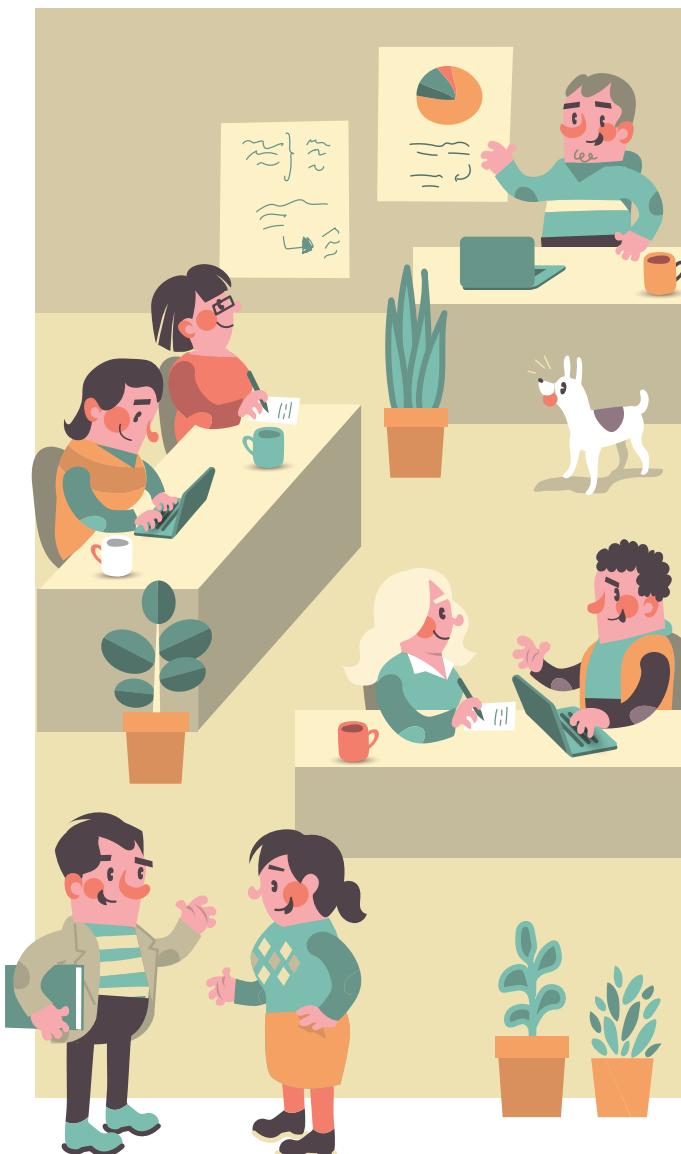
Pracovní sešit obsahuje základní tematický nástin. Pokud máte zájem o kompletní rozsah všech informací a materiálů k oblasti budování silných potravinových komunit, navštivte stránky vzdělávací hubu URGENCI ([hub.urgenci.net](http://hub.urgenci.net)), kde jsou k dispozici veškeré materiály vzniklé v průběhu projektu Food&More. Všechny materiály v českém jazyce najdete také na webu KPZkoALICE ([www.kpzinfo.cz](http://www.kpzinfo.cz)).



# Poznejme se navzájem

## ORGANIZACE

Obvykle začínáme každé setkání tzv. úvodním kolečkem. Pojdme si tedy představit jednotlivé organizace, které stojí za realizací projektu Food&More.



### Tudatos Vásárlók Egyesülete (TVE)

je asociace zaměřující se svými aktivitami primárně na spotřebitele. Soustřídí se na udržitelnou a etickou spotřebu. Ve středu dění jejich aktivit je, aby si spotřebitelé uvědomili environmentální, sociální a etické aspekty svého dosavadního konzumního života a aby jim pomohli najít si cestu udržitelnějšího způsobem žítí. TVE podporuje KPZ hnutí v Maďarsku.

[www.tudatosvasarlo.hu/en](http://www.tudatosvasarlo.hu/en)



### AMPI

je nezisková organizace založená v roce 2014, která se zaměřuje především na rozvoj místních potravinových systémů charakterizovaných přímým partnerstvím mezi zemědělci a spotřebiteli. Současně zastřešuje rozvoj KPZ v České republice a poskytuje zázemí národní sítě KPZ u nás - KPZkoALICE.

[www.asociaceampi.cz, kpzinfo.cz](http://www.asociaceampi.cz, kpzinfo.cz)



### Fundacja EkoRozwoju (FER)

se v Polsku již více než 25 let věnuje aktivitám zaměřeným na budování odpovědné a soběstačné společnosti. Soustřídí se především na problémy, kterou vznikají negativním lidským působením v městském prostředí.

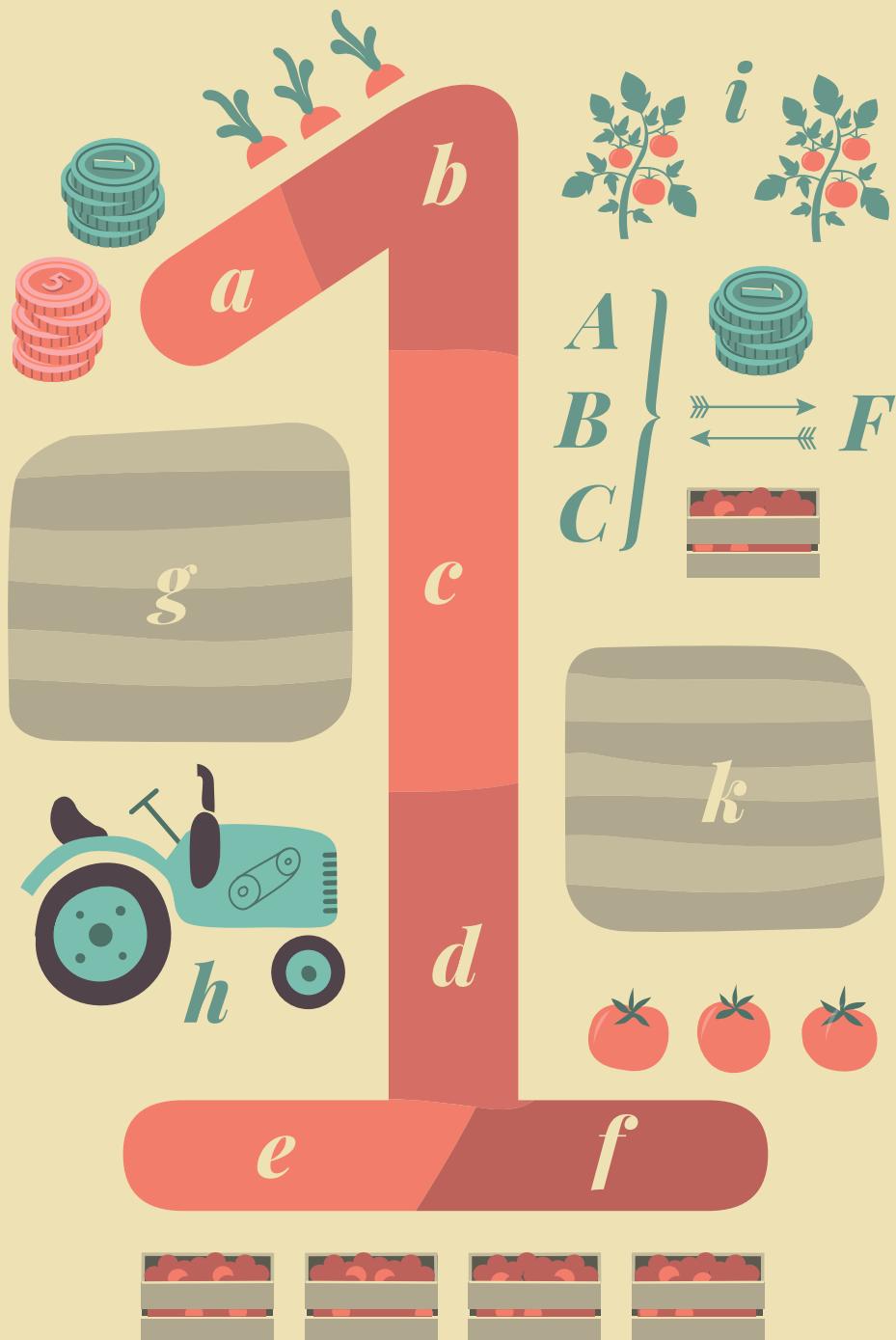
[fer.org.pl/en](http://fer.org.pl/en)



### URGENCI

mezinárodní síť sdružující nejen prostřednictvím KPZ místní zemědělce se spotřebiteli, která má členy v 32 evropských zemích, ale i Americe či Asii. Podporuje KPZ v celé jejich rozmanitosti a od roku 2006 se věnuje i výměně zkušeností mezi rozličnými potravinovými iniciativami.

[urgenci.net](http://urgenci.net)



# První vzdělávací den



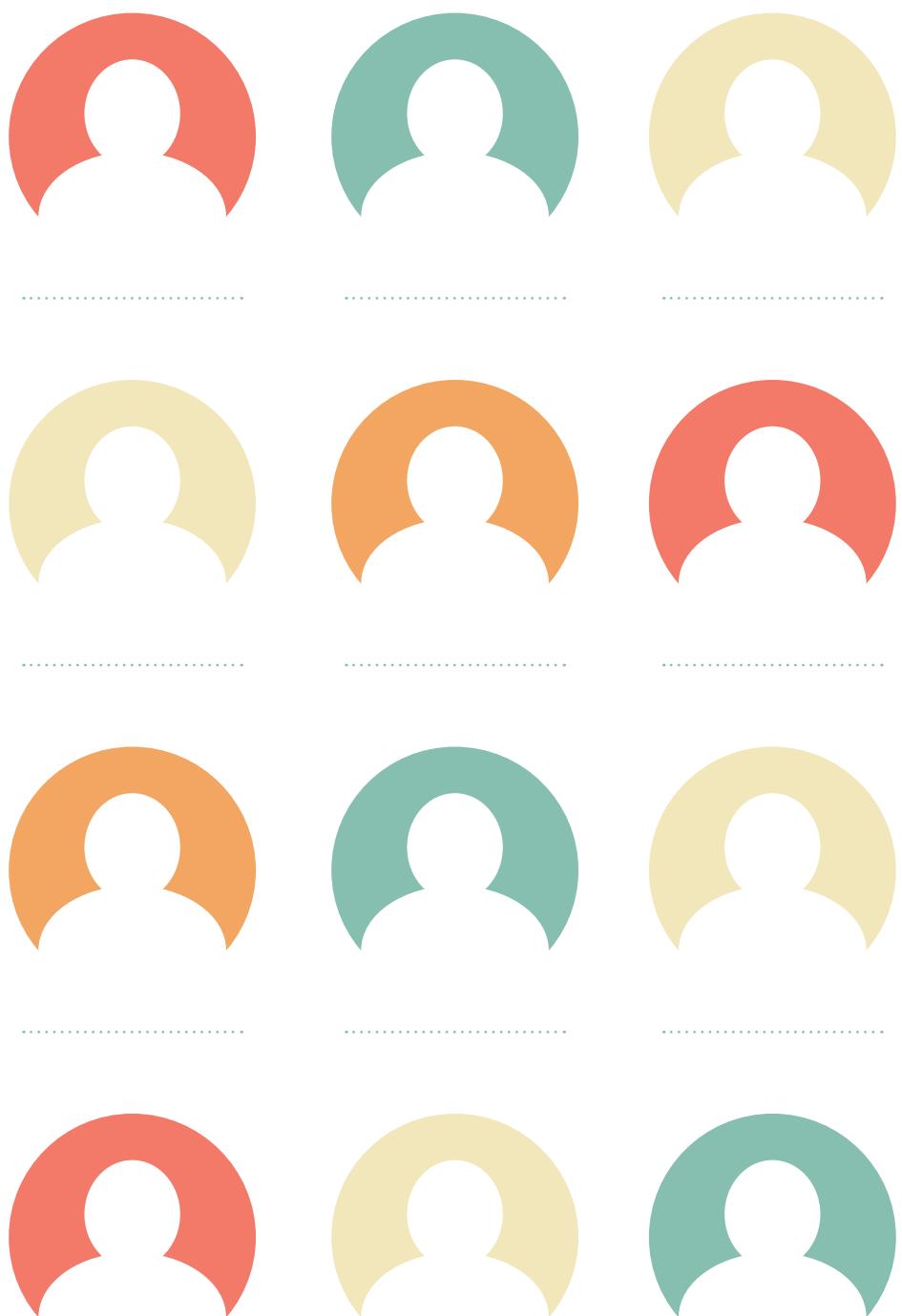
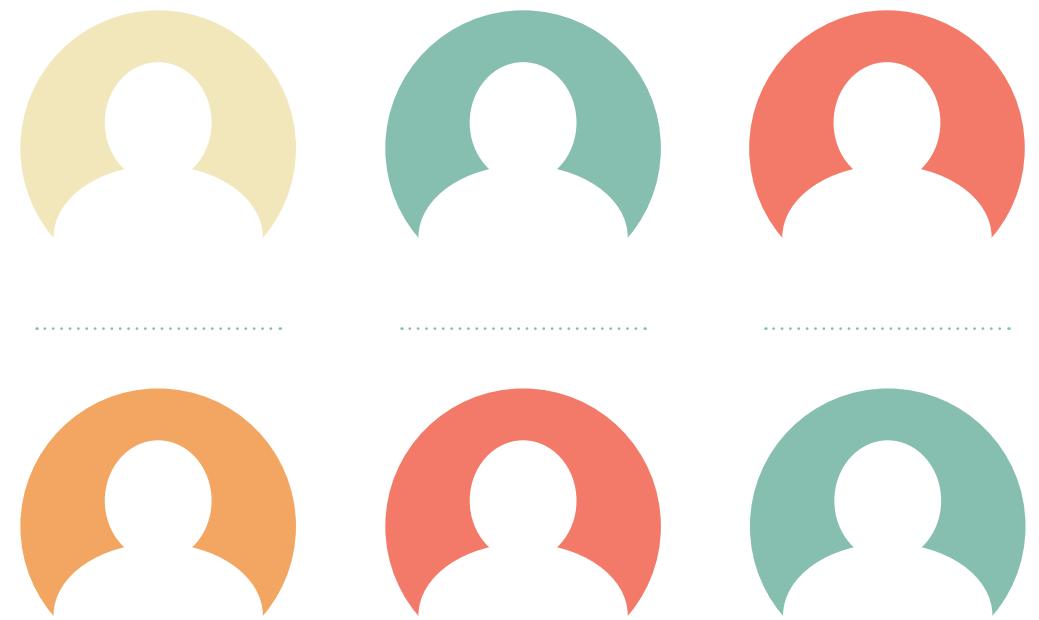
## Pojďme se navzájem poznat: NOVÉ TVÁŘE – ZNÁMÉ TVÁŘE

Zapamatovat si všechna jména účastníků může být náročné. Tato dvoustrana vám k tomu může skvěle posloužit.

Kromě uvedení jednotlivých jmen si můžete zkusit i účastníky nakreslit, pokud se vám bude chtít.



Příklad:  
Michal - pěstuje zeleninu  
pro KomPot.



## Pojďme se navzájem poznat ÚVODNÍ KRUH

Chcete se s někým poznat ještě o něco více? Nebo vás při seznamování něco zvláště zaujalo?  
Zapište si zajímavosti právě zde!

*Chci se propojit s...*

*Chci se ho/jí zeptat na...*

*Bylo to zábavné:*



## Pojďme se navzájem poznat KRUH OTÁZEK

Tyto informace během diskuzí mě zaujaly.



## Základní informace o vaší komunitě



1. Kdy vaše komunita vznikla?

2. Jaké potraviny odebírá vaše komunita přímo od zemědělců?

3. Kolik členů tvoří vaši komunitu?

4. Kde máte výdejní místo? V které dny realizujete odběry?

5. S jakými zemědělci spolupracujete? Kde a jak hospodaří? Jsou ekologicky certifikovaní?

6. Kdo jsou klíčoví členové podílející se na organizaci vaší KPZ?

7. Kde lze najít informace o vaší KPZ? webové stránky, sociální sítě aj.

## Poznejte svého zemědělce

Napadají vás nějaké otázky pro zemědělce, se kterým spolupracujete? Zajímají vás téma spjatá s hospodařením? Nebo byste rádi znali osobní motivaci, která stojí za vznikem spolupráce vaší komunity se zemědělcem? Zeptejte se svého zemědělce?

Otázka 1

Otázka 2

Otázka 3



## KPZ v měřítku vaší komunity

Jakožto člen KPZ komunity již víte o fungování KPZ možná vice než dost.  
Ale přesto, dozvěděli jste se něco nového?

Nejužitečnější informace, kterou jsem se dnes o KPZ dozvěděl(a):

*Je to pro mě důležité, protože...*

Měli byste zájem zapojit se  
do hnutí KPZ i na národní úrovni?  
Propojit se s dalšími komunitami  
a sdílet zkušenosti? Podívejte se  
na webové stránky naší národní sítě  
komunitou podporovaného zemědělství  
KPZkoALICE:  
[www.kpzinfo.cz](http://www.kpzinfo.cz)

## KPZ v širším měřítku

Poznávání pokračuje. Svět kolem nás je tak velký! Víte, co znamenají termíny potravinová suverenita nebo agroekologie? Cítíte se být s těmito hnutími alespoň dílčí měrou propojeni? Seznamte se s definicí těchto pojmu.

## *Potravinová suverenita*

*"Potravinová suverenita je právo lidských společenství na zdravé a kulturně vhodné potraviny produkované prostřednictvím environmentálně příznivých a udržitelných přístupů, a právo těchto společenství definovat vlastní potravinové a zemědělské systémy. Do středu zájmu se dostávají potřeby těch, kteří potraviny pěstují, vyrábí a jedí, spíše než požadavky trhu a korporací."*

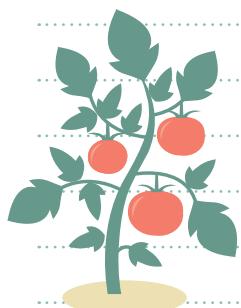
## *Agroekologie*

“Agroekologie představuje propojení vědy, praxe a sociální hnutí. Zahrnuje celý potravinový systém od půdy po organizaci lidských společností. Je hodnotově založená na základních principech. V praktické rovině je založena na udržitelném využívání místních obnovitelných zdrojů, znalosti místních zemědělců a priorit, rozumném využívání biologické rozmanitosti k poskytování ekosystémových služeb, posílení odolnosti a hledání řešení, která poskytuje řadu environmentálních a sociálních výhod, jenž se přenáší z úrovni místní na globální.” (Agroecology Europe)

Podrobnější informace naleznete v části "Další zdroje". Na následující stránce si můžete shromažďovat své poznámky k tématu!



Nejužitečnější informace, které jsem se dozvěděl(a)..



Jsou pro mě důležité, protože...

## Co vše se skrývá za fungováním KPZ?

Zauvažujte nad různými rolemi a rozličnými perspektivami v rámci fungování KPZ? Jak podle vás vypadá „dobře fungující“ KPZ? A co si o tom myslí ostatní?

Pro mě byly nejužitečnější informace z tohoto cvičení...



## Příprava na další den: SWOT ANALÝZA

Analýza SWOT je užitečným nástrojem pro pochopení aktuální situace ovlivňující určitou komunitu, organizace nebo třeba obec. Jedná se o nástroj strategického plánování, který se používá ideálně před vlastním plánováním nebo v případě, že je třeba učinit důležité rozhodnutí.

Nejprve je zapotřebí porozumět anglické zkratce.

**“S”** znamená silné stránky “Strengths”,  
**“W”** znamená slabé stránky “Weaknesses”,  
**“O”** znamená příležitosti “Opportunities” a  
**“T”** znamená hrozby “Threats”.

Na první pohled nemusí být zřejmé, co patří, ke které ze čtyř charakteristik. Pomoci může určit si, zda se jedná o faktory interní povahy, které můžete ovlivnit – k těm se řadí silné a slabé stránky. Nebo naopak o externí vlivy prostředí – příležitosti a hrozby. Například zkušený farmář může být silnou stránkou vaší KPZ, zatímco nedostatek dobrovolníků může být její slabou stránkou. Rostoucí zájem o ekologické produkty by mohl představovat vnější příležitostí a jako hrozbu lze uvést hospodářskou krizi.

*Co byste měli zkoušet udělat před dalším vzdělávacím dnem?*

- Najděte si s vaší komunitou společný čas, kdy můžete pracovat na SWOT analýze osobně nebo online.
- Nezapomeňte pozvat farmáře, koordinátora a další pracovníky KPZ, protože mohou mít různé pohledy na věc. Vítání jsou i další členové, kteří se koordinačních setkání neúčastní!
- Pomůže, když si již před setkáním sepíšete své nápady.
- Zvolte si facilitátora, který sdílení nápadů a postřehů povede.
- Pro shrnutí výsledků použijte tabulku na následující straně.

## SWOT Analýza: Vyzkoušejte ve vaší KPZ

SILNÉ STRÁNKY Co se nám daří?	SLABÉ STRÁNKY Co potřebujeme zlepšit?
PŘÍLEŽITOSTI Jaké příležitosti se nám nabízejí?	HROZBY Jaká rizika ohrožují naši KPZ?



# Druhý vzdělávací den

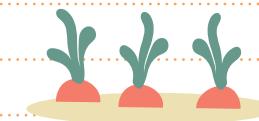


## Komunikace je výzva

Ne vždy je snadné si vzájemně porozumět, i když bychom chtěli a potřebovali.  
Zamyslete se, jak probíhá komunikace ve vaší KPZ?

Pokud jde o komunikaci:

*Co se nám daří ...*



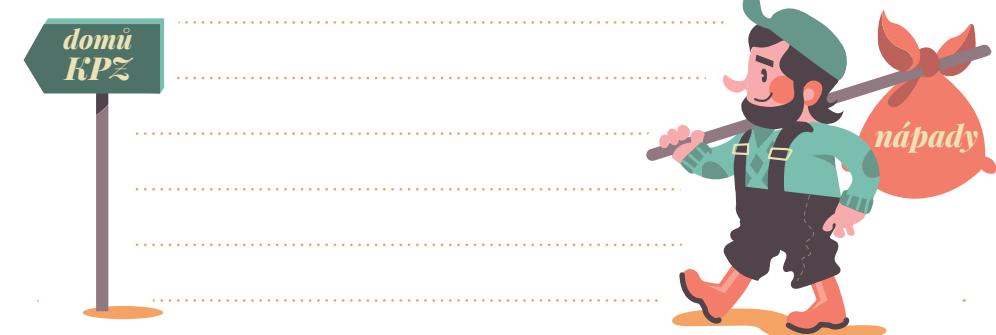
*Co potřebujeme zlepšit/změnit ...*

## Komunikační nástroje

Jak se můžeme vyhnout nedorozuměním v KPZ? Pojdme si společně vyjmenovat vhodné nástroje, které nám mohou pomoci v lepší komunikaci!

Zauvažujte, jaké nástroje jsou vám osobně blízké. Preferujete osobní setkání naživo, společná setkání celé skupiny nebo raději volité online řešení jako např. informační emaily, newslettery aj.?

*Co chci vyzkoušet v naší komunitě...*



## Informační toky v KPZ

Jaké informace musíte mít pro svou práci/rolí v potravinové komunitě?  
Co vše potřebujete sdílet s ostatními?

V komunitě/KPZ zastávám tuto roli:



*farmář/zahradník*

*podílník*



*koordinátor*

*dobrovolník/stážista*



*podporovatel*

*sezónní pracovník*

Potřebujeme tyto informace

Základní nutné minimum	Pokročilé informace

Vymenujte, co je zapotřebí sdílet s ostatními v komunitě/skupině:

Základní nutné minimum	Pokročilé informace

Co za „sklizeň“ si odnáším ze společné diskuze k tématu:

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

## Role a úkoly koordinačního týmu

Co se vám v KPZ osvědčilo a co je zapotřebí zlepšit?

Seznam nejdůležitějších úkolů koordinačního týmu:



Rozhodování

Co usnadní nebo naopak ztěží rozhodování, když si zkuste vybavit dění ve vaší KPZ? Jak fungují rozhodovací procesy a probíhá řešení konfliktů ve vaší komunitě?

## *Poznámky k tématu rozhodování v KPZ:*



## Význam společného rozhodování

Jaké metody rozhodování používáte ve vaší komunitě? Co se vám osvědčilo a co ne? Máte zkušenosti s rozhodováním na základě konsensu? Nebo jste již zažili online hlasování? Čemu dáváte přednost?

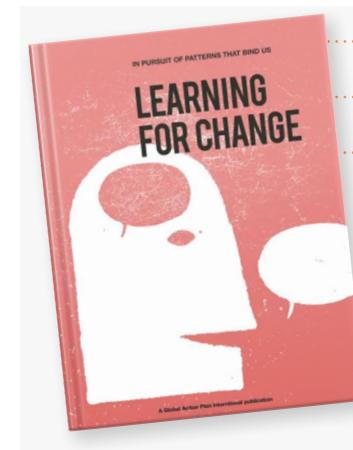
*Tyto způsoby rozhodování se mi líbí nejvíce:*

Co zajistí, že budou setkání skutečně účelná?

Máte zkušenost s efektivním průběhem schůzky? K dobrání se rozhodnutí může stačit půl hodiny, ale existují i celodenní porady, které skončí bez výsledku. I porady mohou být zábavné!

*Tipy a triky na efektivní a zábavná setkání z vlastní praxe v KPZ:*

The image shows the front cover of a book titled "LEARNING FOR CHANGE". The title is in large, bold, white capital letters. Above the title, in smaller white capital letters, is the subtitle "IN PURSUIT OF PATTERNS THAT BIND US". Below the title is a white graphic of a head profile facing right, with a white speech bubble coming from the mouth area. At the bottom of the cover, it says "A Global Action Plan International publication".



Chcete se dozvědět více o metoách společného rozhodování, facilitace a vedení společných setkání? Prozkoumejte příručku SolidBase, kterou najdete na našem webu [www.kpzinfo.cz](http://www.kpzinfo.cz).

## Metoda synergie

Metodu „Synergie“ vyvinul Švéd Erhard Fleck. Pracuje s tzv. synergickým setkáním, při kterém se postupně plánuje program a využívá se dynamiky procesu. Můžete si ji vyzkoušet! Jak metodu používat:

- 1 Nejdříve facilitátor nachystá základní strukturu programu.
- 2 **SEZNAM PŘÁNÍ:** Účastníci setkání diskutují společně s facilitátorem, jaký čas odhadují pro svoje vstupy a jednotlivé body – téma – programu.  
*Příklad: Jana - Příprava návštěvy farmy – 20 minut*
- 3 Všechna téma by měla být umístěn tak, aby byla dobře viditelná – na flipchartu, tabuli apod..
- 4 Čas potřebný pro předpokládaná téma by se měl sečít a porovnat s časem, který je ve skutečnosti k dispozici pro setkání. Nezapomeňte si naplánovat určitou časovou rezervu!
- 5 **VYJEDNÁVÁNÍ:** Pokud není dostatek času na projednání všech témat, mělo by se uspořádat (vy)jednání. Facilitátor k němu vybízí tím, že projde seznam témat. O zkrácení nebo vyřazení tématu může rozhodnout pouze ten, kdo téma předkládá. *Zjistíte, že tento postup je užitečný - obvykle se lze dohodnout během několika minut!*
- 6 Upravené časy jsou zřetelně napsané v přehledu setkání..
- 7 Témata lze projednávat i dynamicky! Vybírejte je na základě priorit, logiky nebo energetického nastavení skupiny.
- 8 Nezapomínejte na dodržování času! Přednášející jednotlivých témat mohou požádat o pomoc kteréhokoli člena skupiny o hlídání časového limitu.

## Příprava na další den

Provedte si v KPZ miniprůzkum na téma: Jaké jsou dle vás nejpřínosnější postupy a typy rozhodování, patřičně široce zapojující všechny účastníky? Připravte si shrnutí do výstupu dle níže uvedených bodů!

### Kontrolní seznam

#### METODA 1.

##### Stručný popis zvolené metody

##### Podpůrné otázky

- Kdo se podílí na rozhodování?
- Proč si myslíte, že je zvolená metoda efektivní?
- Jaký druh rozhodnutí lze touto metodou docílit?
- Provádí se online nebo v rámci setkání naživo?
- Jaký druh rozhodnutí lze touto metodou docílit?

#### METODA 2.



Metody si klidně sepište na samostatné listy.





# Třetí vzdělávací den



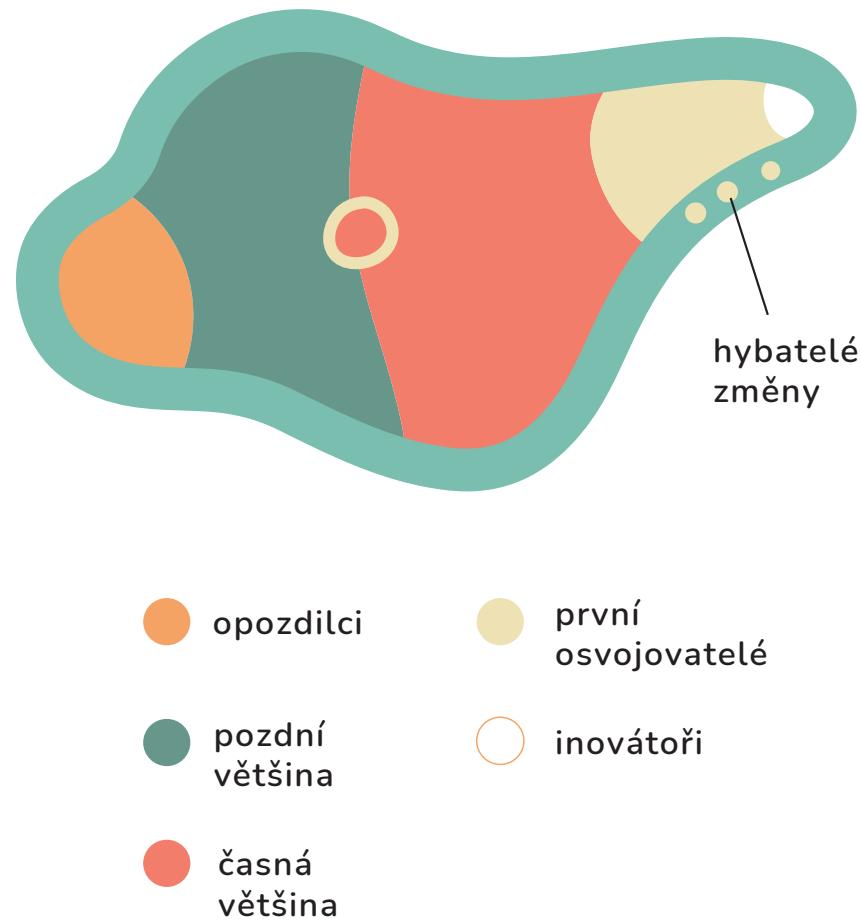
## Role a úkoly

Představte si, že jste člen posádky níže vyobrazené lodě?  
Jakou pozici/charakter by vám nejvíce vyhovovalo zastávat?  
Jste spíše plavčík, kormidelník, navigátor...?  
Má vaše KPZ dostatečně velkou posádku v podobě koordinačního týmu?



# Jsme hybatelé změn

Jste hybatelem změny! Díky modelu améby Alana AtKissona pochopíte, proč tomu tak je.



## Budoucí spolupráce

Jakou změnu/zlepšení byste požadovali od zemědělce v KPZ jako jeden z členů? Nebo od KPZ sítě - KPZkoALICE? Sepište si zde!

Náš seznam přání možných vylepšení:



Na základě diskuse ve skupině, na jaké změně/zlepšení byste se chtěli vy osobně podílet?



## Food&More

Společný vzdělávací kurz se chýlí ke konci, ale není zapotřebí se rovnou loučit. Program Food&More je koncipován pro ty, kdo se rozhodli stát se vědomými občany. Více než aktivními spotřebiteli, kteří se chtejí přidat k nám do společnosti potravinových komunit a být s námi i nadále ve spojení. Sledujte dění a zapojte se!

*on  
line*

Na webových stránkách národní sítě KPZkoALICE najdete spoustu vzdělácích materiálů, které můžete využít pro rozvoj vaší komunity a propagaci myšlenky KPZ.  
[www.kpzinfo.cz](http://www.kpzinfo.cz)

*pod  
pora*

Propojte se s dalšími komunitami! Můžete sdílet zkušenosti, vzájemně se obohatit a podpořit? Zapojte se do KPZkoALICE.  
[www.kpzinfo.cz](http://www.kpzinfo.cz)

*mé  
di  
a*

Sdílejte se svými přáteli, proč má smysl být součástí komunitou podporovaného zemědělství a podobných iniciativ. Využijte seriál Průvodce světem potravinových komunit.  
[www.asociaceampi.cz/blog/vic-nez-jidlo-pruvodce](http://www.asociaceampi.cz/blog/vic-nez-jidlo-pruvodce)

*zkuše  
nosti*

Zjistěte více! Kontaktujte tým KPZkoALICE a získejte další podpůrné materiály nebo osobní konzultaci.  
[kpzkoalice@asociaceampi.cz](mailto:kpzkoalice@asociaceampi.cz)

*setká  
vání*

KPZkoALICE pořádá webináře, semináře i další setkání, kde se můžete potkat s podobně naladěnými lidmi. Přihlašte se k odběru aktualit ve zpravodaji "Co klíčí v KPZkoALICI?"  
[www.kpzinfo.cz/zapoj-se](http://www.kpzinfo.cz/zapoj-se)

*hnu  
tí*

Potravinové komunity kvetou po celém světě. Prozkoumejte URGENCI - mezinárodní síť komunitou podporovaného zemědělství a poobných partnerství založených na solidaritě a péči. Na webu najdete spoustu užitečných vzdělávacích materiálů.  
[urgenci.net](http://urgenci.net), [hub.urgenci.net](http://hub.urgenci.net)

## Uzavření setkání

Máte za sebou tři pestré dny. Co se vám nyní o nich honí hlavou?

Odnáším si domů..

Nové nápady...

Mám radost, protože...

## Čemu dalšímu se věnujeme?

Jak možná již víte, naše organizace AMPI, zapojená do projektu Food&More, se různými způsoby podílí na rozvoji místních potravinových iniciativ.

AMPI podporuje blízký vztah lidí ke krajině, ve které žijí a která je živí.

AMPI vzdělává všechny generace o environmentálních a sociálních aspektech výroby a spotřeby potravin. Zastřešuje rozvoj místních potravinových iniciativ v ČR. Poskytuje zázemí národní sítí komunitou podporovaného zemědělství - KPZkoALICE, která propojuje zemědělce, spotřebitele a další aktéry ke vzájemné spolupráci a podpoře. [asociaceampi.cz](http://asociaceampi.cz) a [kpzinfo.cz](http://kpzinfo.cz)



## Další užitečné zdroje

Chcete se dozvědět více o potravinových komunitách? Další užitečné zdroje najdete na webových stránkách KPZkoALICE.

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

### Publikace



#### Zapoj se do KPZ

Příručka ke čtyřem vzdělávacím seminářům výukového programu o komunitou podporovaném zemědělství, která přináší komplexní informace o základech, vzniku a udržování systémů KPZ.

[www.kpzinfo.cz/knihovna](http://www.kpzinfo.cz/knihovna)



#### SOLID BASE

Příručka k výukovému programu, jehož cílem je posílit finanční udržitelnost solidárních potravinových systémů. Nabízí rozšiřující informace v oblasti managementu, finančního plánování, využití digitálních nástrojů a participativního rozhodování.

[www.kpzinfo.cz/knihovna](http://www.kpzinfo.cz/knihovna)



### Zdroje ke straně 15:



#### Agroecology Europe

(zprávy, akce, webináře, publikace):  
[www.agroecology-europe.org](http://www.agroecology-europe.org)



#### European Agroecology Knowledge Exchange Network

(sdílení zkušeností mezi farmáři)  
[www.eurovia.org/eaken](http://www.eurovia.org/eaken)



#### Food sovereignty

(klíčové dokumenty, videa, podcasty):  
[viacampesina.org/en/food-sovereign](http://viacampesina.org/en/food-sovereign)



#### International Planning Committee For Food Sovereignty (IPC):

[www.foodsovereignty.org](http://www.foodsovereignty.org)



**URGENCI** a její partneři se podíleli na evropském projektu Dynaversity. Pokud vás zajímá agrobiodiversita, na stránkách projektu najdete krátké filmy, příběhy a publikace a případové studie:

[dynaversity.eu](http://dynaversity.eu)

Tyto materiály zde najdete v několika jazykových mutacích.

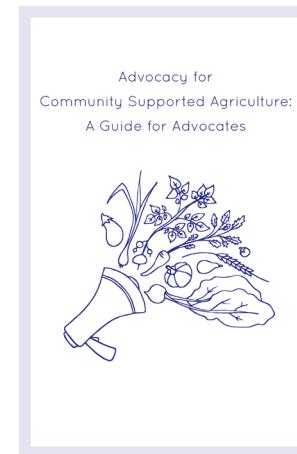
**Zdroje ke straně 18:****SWOT analýza stručně**

[https://www.mindtools.com/pages/article/newTMC\\_05.htm](https://www.mindtools.com/pages/article/newTMC_05.htm)

Napsali jsme o této metodě v publikaci

**Advokační práce pro KPZ**

[www.kpzinfo.cz/knihovna](http://www.kpzinfo.cz/knihovna)

**Zdroje ke straně 30:**

Můžete si přečíst více o metodě Synergie, facilitaci a procesu změny v publikaci Learning for Change.

<https://legacy17.org/Files/Article-related/L4C.pdf>



Jestliže vás zajímají metody facilitace, vedení setkání, participativního rozhodování a metody pro práci se skupinou, podívejte na stránky Seeds For Change.

<https://www.seedsforchange.org.uk/>

**IMPRESSUM**

Publikováno v roce 2021 jako součástí mezinárodního projektu Food&More, který byl podpořen Evropskou Unií v programu Erasmus+ realizovaném v konsorciu partnerů:

**TVE**, [www.tudatosvasarlo.hu](http://www.tudatosvasarlo.hu)

**AMPI**, [www.asociaceampi.cz](http://www.asociaceampi.cz)

**Fundacja EkoRozwoju (FER)**, [fer.org.pl](http://fer.org.pl)

**URGENCI**, [www.urgenci.net](http://www.urgenci.net)



**Autorka:** Zsófia Perényi

**Přispěla:** Erika Kármán

**Projektový tým:** Anikó Haraszti, Samuel Holder, Šárka Krčílková, Nathalie Markiefka, Barbara Mayer, Wojtek Mejor, Monika Onyszkiewicz, Jocelyn Parot, Alena Wranová

**Česká adaptace:** Šárka Krčílková, Alena Wranová

**Design a ilustrace:** Lívia Hasenstaub, György Szalay

Není-li uvedeno jinak, jsou všechny fotografie a ilustrace v této publikaci majetkem výše uvedených partnerů. Tato publikace byla vydána pod licencí Creative commons:



Obsah publikace vyjadřuje pouze názory autorů a Evropská komise nenese odpovědnost za případné využití informací v ní obsažených.



