

# FESTIVAL ZDRAVÍ A POHODY

2011 – 2016  
VI. ročník

## Charta projektu

Brno – Lužánecký park – sobota, 24. září 2016

**Festival zdraví a pohody chce v roce 2016 již šestým rokem přinést tisícům návštěvníků nové zážitky a novou zkušenost.**

Festival vznikl jako výsledek spolupráce lidí, kteří se nadchli udělat společně něco, co posune náš společný životní prostor o kousek dál. Základní vizí Festivalu je podpořit **zdravý způsob života a život v harmonii s přírodou a se sebou**; představit ho veřejnosti a to tak, aby nebyl poučující, ale přátelský, aby nenásilným způsobem ukazoval, že existují alternativy běžnému způsobu života, o kterých je dobré vědět a které je dobré vyzkoušet; dát lidem příležitost nahlédnout do trošku jiného způsobu života, než jsou zvyklí, aby si mohli vyzkoušet něco nového; rozbít předsudky a ukázat, že žít zdravěji a ve větší pohodě může být jednoduché a příjemné, že co je zdravé může být i chutné a že to neznamená až takové utrpení a odříkání, jak si mnoho lidí myslí; že lze cvičit i při vyšším věku, s určitým handicapem apod.

**Filozofií Festivalu je ukázat a nechat vyzkoušet, jaké jsou možnosti života ve zdraví a pohodě. Festival prezentuje zdravý způsob života v kontextu pohyb – strava – duše – mysl. Hodnoty, které festival rovněž podporuje, jsou kvalita potravin a kvalita života obecně.**

Festival obsahuje řadu aktivit, pestrých a zároveň konzistentních ve svém zaměření. Projekt kombinuje a propojuje zdravou gastronomii s pohybovými a duchovními aktivitami, kulturou, aktivním hraním a dalšími činnostmi. Důraz je kladen na **aktivní zapojení návštěvníků a osobní zkušenost** (informování, ochutnávání, vyzkoušení, cvičení, diskusi atd.).

Specifickou podskupinou, které je uzpůsobený program festivalu, jsou **rodiny s dětmi**, které mají zvýšený zájem o zdraví a zdravou kuchyni. Těmto účastníkům je určen samostatný program pro děti – malování, umělecké dílny, cvičení apod.

Po čtyřech krásných a úspěšných ročnících se Festival přestěhoval z brněnské přehrady do centra Brna – Lužáneckého parku. Partnerem Festivalu se stalo tamní Středisko volného času Lužánky, které mu přidalo opět něco nového a posunulo o další krůček dál.

(Použité fotografie v tomto dokumentu jsou z předchozích ročníků Festivalu)



**FESTIVAL ZDRAVÍ  
A POHODY** 24. září 2016  
Sobota 10<sup>00</sup> - 17<sup>00</sup> hod.  
Lužánky - středisko volného času / Lidická 50 / Brno

**PROGRAM FESTIVALU:**

- zelený farmářský a bylinkový trh
- prodejní výstava a ochutnávka zdravých produktů
- prodej občerstvení zdravých lemeznických restaurací
- výroba jogurtu
- cvičení jógy, tai-chí, újgong
- jóga a pohybové aktivity pro děti
- dílny meditačních technik
- umělecká dílna Cirkus LeGrande
- tělocvičké tane pro milovníky sílny pro děti
- kulinářské dílny pro děti a dospělé
- kulinářské dílny pro děti a dospělé
- a spousta dalšího...

Akte se koná za každého počasí

Volný vstup

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

6. ročník





Festival **organizuje** skupina Brňanů ve spolupráci se Střediskem volného času Lužánky s podporou Městské části Brno-střed a samotného města Brna, kde se Festival stal významnou součástí kampaně Brněnské dny pro zdraví v rámci projektu Brno – Zdravé město.

Realizace festivalu a společná práce je založena na několika **principech**: nekomerční povaha, ekonomická udržitelnost, konzistence dílčích aktivit, společné sdílení vize, udržení čistoty záměru, apolitičnost a dobrovolnická práce. I když je Festival dobrovolnickou aktivitou, je **řízen** s využitím manažerského stylu práce, projektového řízení, finančního plánování, PR aktivit a orientace na zákazníka, tedy pragmatických způsobů práce obvyklých pro komerční sféru. To umožnilo plně využít potenciál vize festivalu tak, jak se postupně rozvíjela. Jádrem projektového týmu tvoří ředitelé firem a organizací, tedy lidé, kteří mají výborné zkušenosti s řízením, ale kteří se rozhodli posloužit veřejnému prospěchu nikoliv sponzorsky, ale osobně.

Na **realizaci** Festivalu se podílí lidé z různých komunit: výrobci a prodejci zdravých potravin, odborníci na výživu a gastronomii, vědci, cvičitelé pohybových a duchovních škol, umělci a v neposlední řadě i mnoho dobrovolníků. Motivací pro pořadatele nejsou ekonomické benefity, ale hlavním oceněním a odměnou je spokojenost všech návštěvníků, vystavovatelů, účinkujících, sponzorů a partnerů akce.

Návštěvnost a ohlas prvního ročníku ukazuje, že této odměny se všem vrchovatě dostává:

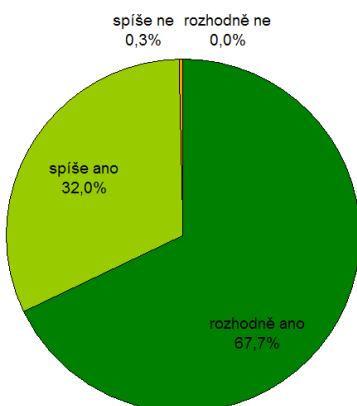
- Festival zdraví a pohody navštívilo cca **15 tisíc návštěvníků** (pro velký zájem lidí musely být posíleny i spoje MHD),
- akce se zúčastnilo přes **60 vystavovatelů**, zejména farmářů a provozovatelů manufaktur výroby zdravých produktů,
- z ankety mezi návštěvníky vyplynula jejich **naprostá spokojenost** a jejich přání pokračování Festivalu i v příštích letech.

Festival zdraví a pohody připomíná, že **jakkoliv smělá vize, které se ujmou nadšení lidé odhodlání ji realizovat, dojde úspěchu**. Pokud budou takové vize zaměřeny na spokojenost lidí, můžeme vybudovat spokojenou společnost. Pokud budou tyto vize realizovat občané, **vybudujeme spokojenou občanskou společnost**.

Úspěch Festivalu zdraví a pohody v předchozích letech nás přivádí, a v podstatě i zavazuje k organizaci dalších ročníků. **V termínu 24. září 2016** proto připravujeme **šestý ročník Festivalu zdraví a pohody**. Pokud se chcete stát organizátorem, vystavovatelem, sponzorem, dobrovolníkem či jiným způsobem přispět jeho zdatu, **bude nám potěšením se podílet o radost s realizací festivalu i o radost lidí, kterým přinese radost a užitek**.

Více informací: [www.festivalzdraviapohody.cz](http://www.festivalzdraviapohody.cz)

Líbí se Vám Festival zdraví a pohody?



Ankety se zúčastnilo 635 respondentů – účastníků festivalu (reprezentativní vzorek o velikosti cca 4% z celého vzorku cca 15.000 návštěvníků akce)