Domov není jen adresa

Photovoice

Fotografie v této výstavě vznikly během **Letní školy Young Caritas 2026** v rámci metody Photovoice. Mladí lidé dostali za úkol prostřednictvím fotografie zachytit téma **„Jak místo, kde bydlím, ovlivňuje mé duševní zdraví“**.

Při naší práci s mladými lidmi se opakovaně ukazuje, že mezi témata, která je dnes nejvíce zasahují, patří duševní zdraví a bydlení. Metoda Photovoice nám umožnila tato dvě témata přirozeně propojit a podívat se na ně očima samotných mladých lidí.

YOUNG caritas CZ

GearUP!

FORS
České fórum pro rozvojovou spolupráci
Czech Forum for Development Cooperation



Domov nemusí být jen konkrétní místo. Domov je tvořen lidmi, atmosférou a prostředím, které potřebujeme a dělají nás šťastnými.



Práce na zahradě a pěstování vlastního jídla může uklidnit a zlepšit náladu. Pobyt venku na čerstvém vzduchu má skvělý vliv na zvládání stresu.



Vybrala jsem si koše na tříděný odpad, protože čisté a upravené okolí ovlivňuje naši náladu.



Když vše kolem mě existuje a žije v harmonii
a vzájemné symbióze, tak pohled na takovou krajinu utváří i harmonii
uvnitř nás.



Psi jsou pro mě důležitou součástí domova a vytvářejí prostředí, ve kterém se cítím klidně a bezpečně. Jejich přítomnost pozitivně ovlivňuje mou psychickou pohodu a pomáhá mi zvládat každodenní stres. Díky canisterapii poznávám, jak velký vliv může mít blízkost psa na člověka a jeho emoce. Místo, kde žijeme, a vztahy, které v něm vytváříme, mají velký význam pro naše duševní zdraví.



Traktor na snímku může symbolizovat zanedbanou péči o duševní zdraví – stejně jako technika potřebuje pravidelnou údržbu, i člověk potřebuje čas na odpočinek, obnovu sil a péči o sebe, aby mohl dlouhodobě dobře fungovat.



Domov pro mě znamená klid a také to, že se zde mohu setkávat se všemi mými blízkými. A to třeba na velké grilovačce. :)



Možnost být venku.



Tato fotka ve mně evokuje možnost se propojit s přírodou.



Kdyby strom neměl vše, co potřebuje- voda, světlo..., tak nepřežije. Také kdyby neměl pevně upevněné kořeny v zemi, tak ho vítr vytrhne ze země. Přesně tak je to i lidí a jejich bydlení. Když máme doma to, co potřebujeme, tak můžeme dál růst a rozvíjet se. Kdyby to tak nebylo, tak se nám nedaří a můžeme upadnout jako ten strom.



Ve městě kde žiju se nachází několik míst, kde najdu klid, mohu tam relaxovat
a přijdu si tam jako doma.



Jak pro pohyb, tak pro přemýšlení a osobní rozvoj. Nedostatek prostoru může navozovat pocit ztísněnosti, který si někdy ani nemusíme sami uvědomovat. To, že na první pohled prosperujeme, neznamená, že by nám na lepším místě nebylo lépe.



Každý domov je jedinečná kopule. ekosystém, který na venek může vypadat úplně jinak, než jaký je ve skutečnosti.



Aby byl domov domovem, tak musí být naplněn lidmi, kteří nás přijímají takové jací jsme.



Něco co doma význam má jiný, venku může být užitečným k něčemu jinému.



Pro zklidnění mi vyhovuje pobyt v přírodě, dodává mi potřebnou energii a čas ke zpomalení a zamyšlení.