



JA I CELE ZRÓWNOWAŻONEGO ROZWOJU ONZ: JAK MOGĘ POMÓC W ICH OSIĄGNIĘCIU?

ODPOWIEDZI DO KSIĄŻECZKI EDUKACYJNEJ

To jest materiał pomocniczy do książeczki edukacyjnej.
Zawiera propozycje odpowiedzi.

Strona www projektu, na której znajdziesz książeczkę:
rozmawiajmy.org/projekty/liderzyglobalnychwyzwan

Opracowanie materiału i projekt graficzny: Iwona Przybyła



DZIAŁANIE 1

Daję swojej odzieży
drugie życie



DZIAŁANIE 2

Wybieram polskie produkty
i wspieram lokalnych
przedsiębiorców

1 KONIEC
Z UBÓSTWEM



**CEL 1: WYELIMINOWAĆ UBÓSTWO
WE WSZYSTKICH JEGO FORMACH NA CAŁYM ŚWIECIE**



Sprawdzam czy firma,
od której kupuję
jest społecznie odpowiedzialna

DZIAŁANIE 3



Znam organizacje pomocowe,
które pomagają np. osobom
bezdomnym

DZIAŁANIE 4



DZIAŁANIE 1

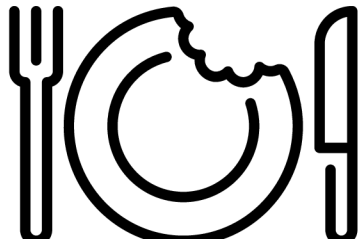
Sprawdzam skład produktów
przed zakupem

2 ZERO
GŁODU



DZIAŁANIE 2

Spożywam posiłki
o stałych porach



**CEL 2: WYELIMINOWAĆ GŁÓD,
OSIĄGNAĆ BEZPIECZEŃSTWO ŻYWNOŚCIOWE
I LEPSZE ODŻYWIANIE ORAZ
PROMOWAĆ ZRÓWNOWAŻONE ROLNICTWO**



Zjadam 5 porcji
warzyw i owoców
każdego dnia

DZIAŁANIE 3



Dbam o codzienne
nawodnienie organizmu



DZIAŁANIE 4



DZIAŁANIE 1

Przeznaczam min. 5 h
tygodniowo
na aktywność fizyczną

3 DOBRE ZDROWIE
I JAKOŚĆ ŻYCIA



DZIAŁANIE 2

Stosuję zasady higieny,
np. częste mycie rąk

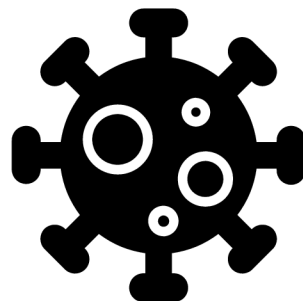


**CEL 3: ZAPEWNIĆ WSZYSTKIM LUDZIOM
W KAŻDYM WIEKU ZDROWE ŻYCIE
ORAZ PROMOWAĆ DOBROBYT**



Wysypiam się i znajduję czas
na odpoczynek

DZIAŁANIE 3



Dbam o relacje z rodziną
i przyjaciółmi



DZIAŁANIE 4



DZIAŁANIE 1

Rozwijam swoje
zainteresowania i pasje

4 DOBRA JAKOŚĆ
EDUKACJI



DZIAŁANIE 2

Pomagam osobom starszym
w zdobyciu umiejętności
cyfrowych

**CEL 4: ZAPEWNIĆ WSZYSTKIM
EDUKACJĘ WYSOKIEJ JAKOŚCI
ORAZ PROMOWAĆ
UCZENIE SIĘ PRZEZ CAŁE ŻYCIE**



Sprawdzam źródła, z których
czerpię informacje



DZIAŁANIE 3

Pomagam innym uczniom



DZIAŁANIE 4



DZIAŁANIE 1

Wykonuję swoje
obowiązki domowe

5 RÓWNOŚĆ
PŁCI

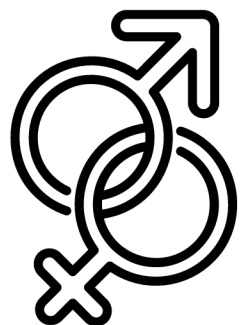


DZIAŁANIE 2

Reaguję, gdy jestem
świadkiem lub ofiarą
przemocy

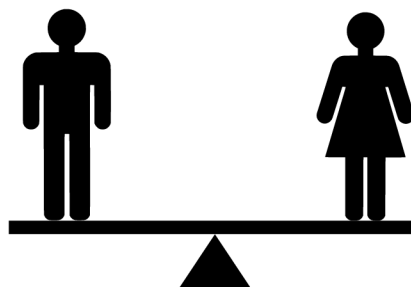
CEL 5: OSIĄGNAĆ RÓWNOŚĆ PŁCI

ORAZ WZMOCNIĆ POZYCJĘ KOBIET I DZIEWCZĄT



Unikam
wypowiadania się
w imieniu innej płci

DZIAŁANIE 3



Wspieram koleżanki
i inne kobiety

DZIAŁANIE 4

DZIAŁANIE 1

Zakręcam wodę w kranie,
kiedy jej nie potrzebuję
(np. mycie zębów)

6

CZYSTA WODA
I WARUNKI
SANITARNE



DZIAŁANIE 2

Nie piję wody butelkowanej

CEL 6: ZAPEWNIĆ WSZYSTKIM LUDZIOM DOSTĘP DO WODY I WARUNKÓW SANITARNYCH POPRCZYZ RÓWNOWAŻONĄ GOSPODARKĘ ZASOBAMI WODNYMI



Wybieram szybki prysznic
zamiast kąpeli w wannie

DZIAŁANIE 3



Wykorzystuję wodę
ponownie
(np. z mycia warzyw do
podlewania)

DZIAŁANIE 4

DZIAŁANIE 1

Zwracam uwagę,
żeby nie spalać odpadów
m.in. z plastiku

7

CZYSTA I DOSTĘPNA
ENERGIA



DZIAŁANIE 2

Gaszę światło
wychodząc
z pomieszczenia

CEL 7: ZAPEWNIĆ WSZYSTKIM

DOSTĘP DO STABILNEJ,

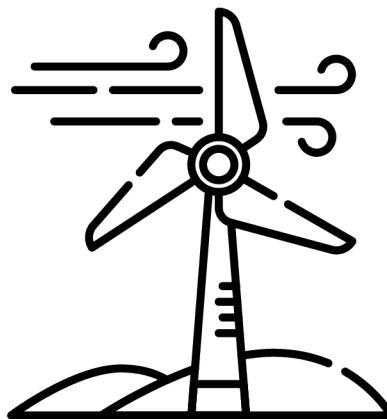
ZRÓWNOWAŻONEJ I NOWOCZESNEJ ENERGII

PO PRZYSTĘPNEJ CENIE



Wyłączam nieużywane
urządzenia z prądu

DZIAŁANIE 3



Sprawdzam klasę
energetyczną
produktów

DZIAŁANIE 4

DZIAŁANIE 1

Umiem napisać
swoje CV

8 WZROST
GOSPODARCZY
I GODNA PRACA



DZIAŁANIE 2

Kupuję produkty
od lokalnych
przedsiębiorców

**CEL 8: PROMOWAĆ SILNY,
ZRÓWNOWAŻONY I INKLUZYWNY**

WZROST GOSPODARCZY,

PEŁNE I PRODUKTYWNE ZATRUDNIENIE

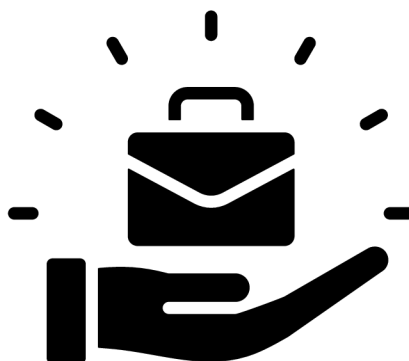
ORAZ GODNĄ PRACĘ DLA WSZYSTKICH LUDZI

Podnoszę swoje
umiejętności, by być dobrym
kandydatem do pracy

DZIAŁANIE 3

Dbam o swoje obowiązki
domowe, by inne osoby
również miały przestrzeń
do realizacji własnych
ambicji

DZIAŁANIE 4



DZIAŁANIE 1

Wiem, co to są innowacje

9 INNOWACYJNOŚĆ,
PRZEMYSŁ,
INFRASTRUKTURA



DZIAŁANIE 2

Doskonale swoje
umiejętności cyfrowe

CEL 9: BUDOWAĆ STABILNĄ INFRASTRUKTURĘ,

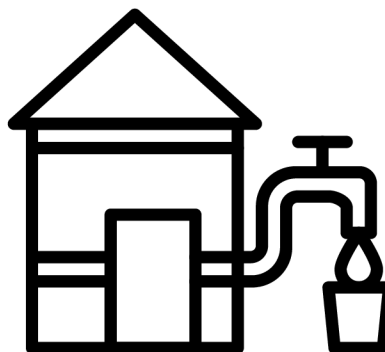
**PROMOWAĆ ZRÓWNOWAŻONE UPRZEMYSŁOWIENIE
ORAZ WSPIERAĆ INNOWACYJNOŚĆ**

Wiem, gdzie w mojej
okolicy mogę skorzystać
bezpłatnie z Internetu

DZIAŁANIE 3

Stary sprzęt
elektroniczny oddaję
potrzebującym

DZIAŁANIE 4





DZIAŁANIE 1

Zgłaszam w Internecie treści, które naruszają czyjeś dobra

10 MNIEJ NIERÓWNOŚCI



DZIAŁANIE 2

Potrafię rozmawiać z osobami o odmiennych poglądach



CEL 10: ZMNIEJSZYĆ NIERÓWNOŚCI W KRAJACH I MIĘDZY KRAJAMI



Reaguję na mowę nienawiści



DZIAŁANIE 3



Biorąc udział w dyskusjach internetowych pamiętam o kulturze osobistej i szacunku do drugiego człowieka



DZIAŁANIE 4



DZIAŁANIE 1

Na krótkich odległościach
przemierzam się
rowerem lub pieszo

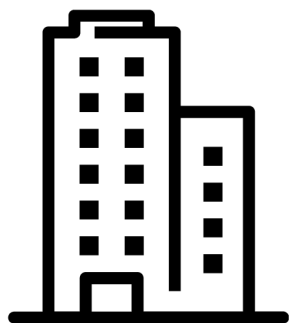
11 ZRÓWNOWAŻONE
MIASTA
I SPOŁECZNOŚCI



DZIAŁANIE 2



Znam swoich sąsiadów



**CEL 11: UCZYNIĆ MIASTA I OSIEDLA LUDZKIE
BEZPIECZNYMI, STABILNYMI, ZRÓWNOWAŻONYMI
ORAZ SPRZYJAJĄCYMI WŁĄCZENIU SPOŁECZNEMU**



Będę głosować w wyborach



DZIAŁANIE 3



Segreguję odpady
i ograniczam ilość
odpadów zmieszanych

DZIAŁANIE 4



DZIAŁANIE 1

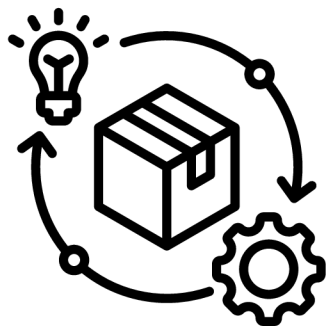
Znam różnicę
pomiędzy określeniem
"najlepiej spożyć przed"
a "najlepiej spożyć do"

12 ODPOWIEDZIALNA
KONSUMPCJA
I PRODUKCJA



DZIAŁANIE 2

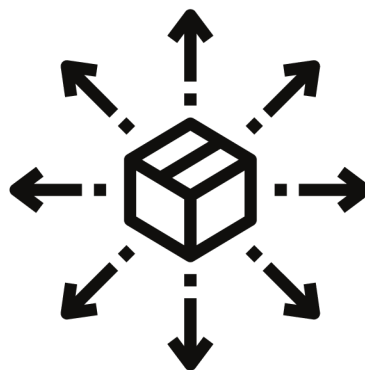
Sporządzam listę zakupów,
by ograniczyć zakup
niepotrzebnych rzeczy.



CEL 12: ZAPEWNIĆ WZORCE ZRÓWNOWAŻONEJ KONSUMPCJI I PRODUKCJI

Przed zakupem
nowej rzeczy zastanawiasz się
nad możliwością jej
wypożyczenia
lub zakupu używanej

DZIAŁANIE 3



Dbam o swoje rzeczy,
żeby służyły mi jak najdłużej

DZIAŁANIE 4



DZIAŁANIE 1

Kupuję lokalne produkty,
które nie wymagają
dalekiego transportu

13 DZIAŁANIA
W DZIEDZINIE
KLIMATU



DZIAŁANIE 2

Zamiast wersji
papierowych dokumentów,
wybieram wersje elektroniczne



CEL 13: PODJĄĆ PILNE DZIAŁANIA

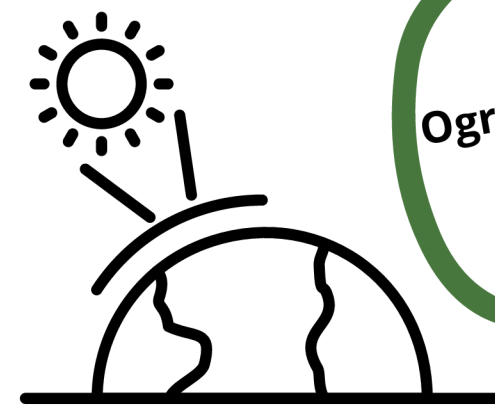
W CELU PRZECIWDZIAŁANIA ZMIANOM KLIMATU

I ICH SKUTKOM



Zapobiegam marnowaniu
żywności i wody

DZIAŁANIE 3



Ograniczam spożywanie mięsa



DZIAŁANIE 4

DZIAŁANIE 1

Znam lokalną rzekę i to,
co oferuje turystom

14 ŻYCIE
POD WODĄ



DZIAŁANIE 2

Rezygnuję
z jednorazowego plastiku

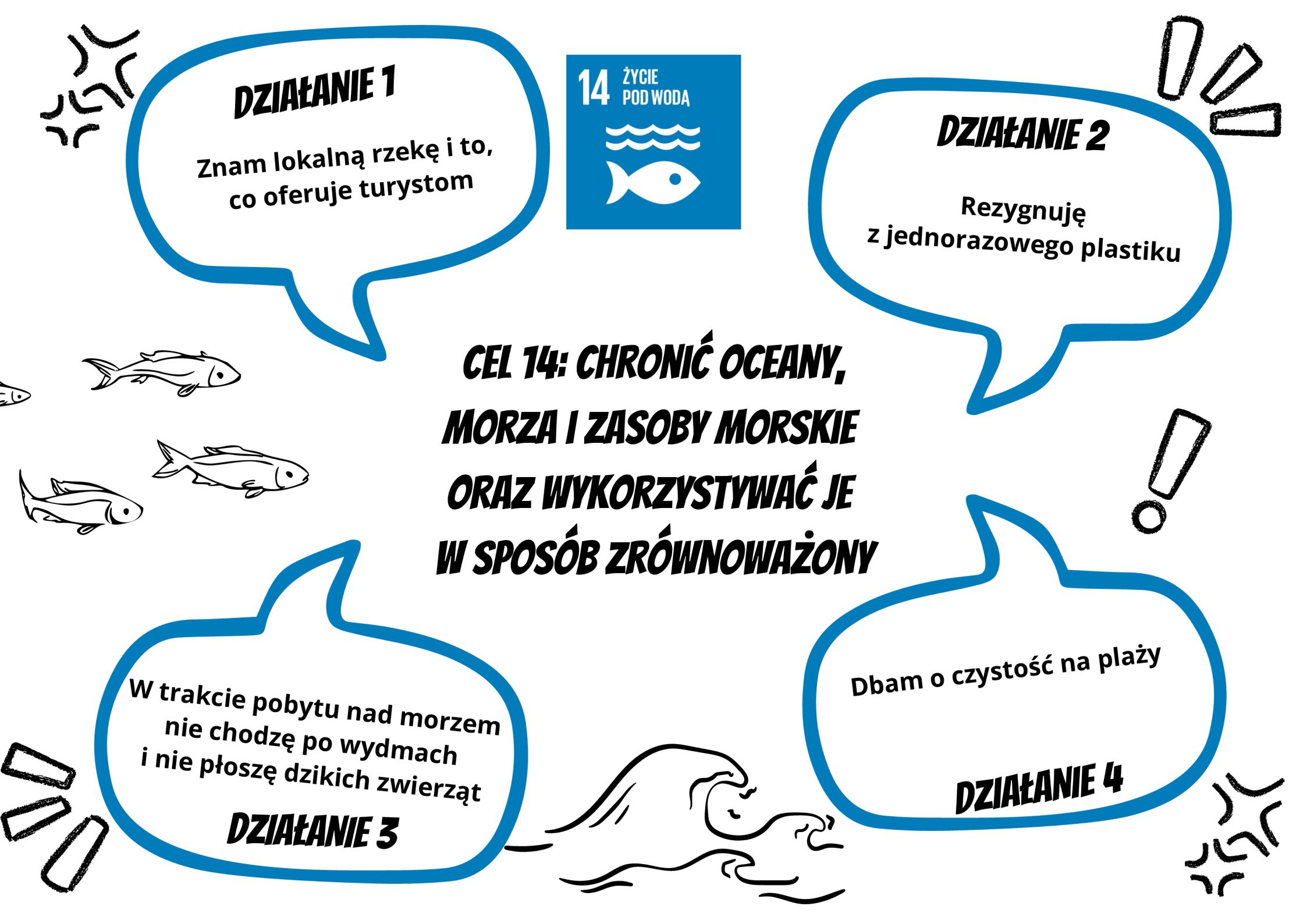
CEL 14: CHRONIĆ OCEANY, MORZA I ZASOBY MORSKIE ORAZ WYKORZYSTYWAĆ JE W SPOSÓB ZRÓWNOWAŻONY

W trakcie pobytu nad morzem
nie chodzę po wydmachach
i nie płoszę dzikich zwierząt

DZIAŁANIE 3

Dbam o czystość na plaży

DZIAŁANIE 4



DZIAŁANIE 1

Potrafę rozpoznać gatunki
roślin i zwierząt
w swoim otoczeniu

15 ŻYCIE
NA LĄDZIE



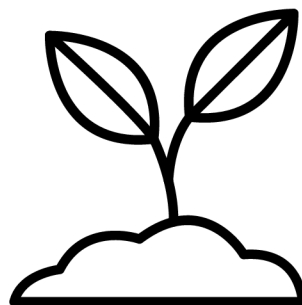
DZIAŁANIE 2

Przy sadzeniu roślin dbam,
by były to gatunki rodzime
dla naszego kraju

**CEL 15: CHRONIĆ, PRZYWRÓCIĆ ORAZ PROMOWAĆ
ZRÓWNOWAŻONE UŻYTKOWANIE EKOSYSTEMÓW LĄDOWYCH,
ZRÓWNOWAŻONE GOSPODAROWANIE LASAMI, ZWALCZAĆ PUSTYNNIENIE,
POWSTRZYMYWAĆ I ODWRACAĆ PROCES DEGRADACJI GLEBY
ORAZ POWSTRZYMAĆ UTRATĘ RÓŻNORODNOŚCI BIOLOGICZNEJ**

Dbam o dobrostan
zwierząt domowych

DZIAŁANIE 3



Przed kupieniem pamiątek
z wakacji upewniam się
czy nie doprowadzają
do degradacji środowiska

DZIAŁANIE 4

DZIAŁANIE 1

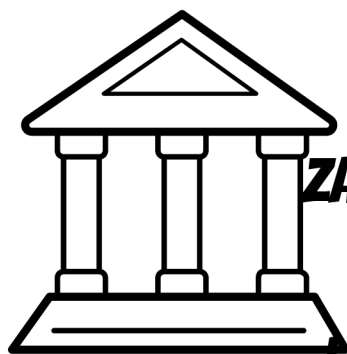
Znam swoje prawa

16 POKÓJ,
SPRAWIEDLIWOŚĆ
I SILNE INSTYTUCJE



DZIAŁANIE 2

Przestrzegam
przepisów drogowych



**CEL 16: PROMOWAĆ POKOJOWE I INKLUZYWNE SPOŁECZEŃSTWA,
ZAPEWNIĆ WSZYSTKIM LUDZIOM DOSTĘP DO WYMIARU SPRAWIEDLIWOŚCI
ORAZ BUDOWAĆ NA WSZYSTKICH SZCZEBŁACH SKUTECZNE
I ODPOWIEDZIALNE INSTYTUCJE, SPRZYJAJĄCE WŁĄCZENIU SPOŁECZNEMU**

Reaguję
na mowę nienawiści

DZIAŁANIE 3



Rozwiązuję konflikty
przez dialog

DZIAŁANIE 4



DZIAŁANIE 1

Jestem wolontariuszem

17 PARTNERSTWA
NA RZECZ CELÓW



DZIAŁANIE 2

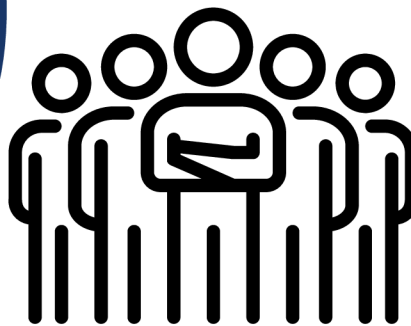
Interesuję się sytuacją
w Polsce, Europie i na świecie

CEL 17: WZMOCNIĆ ŚRODKI WDRAŻANIA I OŻYWIĆ GLOBALNE PARTNERSTWO NA RZECZ ZRÓWNOWAŻONEGO ROZWOJU



Wspieram lokalną społeczność
poprzez promocję zrównoważonej
i odpowiedzialnej turystyki

DZIAŁANIE 3



Znam 17 Celów
Zrównoważonego Rozwoju ONZ
i je promuję w swoim otoczeniu.



DZIAŁANIE 4

**Skorzystałeś z tego materiału?
Podziel się z innymi!**

**Chcesz poznać naszą Fundację?
Zapraszamy do kontaktu.**



**uwazniwrozmowie.pl
rozmawiajmy.org**

**e-mail: biuro@rozmawiajmy.org
tel: [+48 538 151 100](tel:+48538151100)**