VÝZVY KAMPANĚ

Zasaď si kytku, bylinu nebo strom. Můžeš venku (strom určitě) nebo i doma do květináče.

S kým: Sám i s rodinou/přáteli, školou, organizací.
Čas: Jednorázová.
Zaměření: Tato výzva míří na rozvoj senzitivity (citlivosti) a vztahu k přírodě.

Proč

Rostliny, a zvláště stromy, absorbují ve velkém oxid uhličitý, který je jeden ze základních plynů stojících za skleníkovým efektem. Jeden hektar lesa za rok z ovzduší naváže a vymaže oxid uhličitý v množství 15 tun, tedy tolik, kolik vypustí středně velké auto za 100 000 km.

Na co si dát pozor: Nesázejte stromy bezmyšlenkovitě (vybírejte správná místa i druh) – užitečné jsou stromy hlavně ve městě a ve volné krajině, kde zlepšují mikroklima.

Na co hledáme odpověď: Kolik nových rostlin společně vysázíme? Je jedno, jestli je to pro začátek bylina nebo rovnou malý strom? U výzvy prosím nepočítejme rostliny, které zasadíme v rámci zaměstnání (např. v lesních školkách).

Vynechej na 7 dní jízdu autem a využívej jen hromadnou dopravu nebo kolo/koloběžku atd.
Pokud to není z různých důvodů možné, tak výzvu změň na: Pojedu jen vždy plným autem (3 a více osob).

S kým: Sám i s rodinou/přáteli
Čas: Týdenní
Zaměření: Tato výzva míří ke zpomalení klimatických změn (=mitigační opatření).

Proč

Za každý ekologický kilometr ušetříš v průměru 129 g oxidu uhličitého. Čím více takových kilometrů najezdíme, tím více zmenšíme náš dopad na klima planety.

Na co hledáme odpověď: Kolik „ekologických kilometrů“ společně najezdíme a jaký dopad to bude mít na snížení produkce CO_2?

Každý den buď <u>minimálně jednu hodinu</u> v rámci svého volného času venku v přírodě (i kdyby to měl být městský park).

S kým: Sám i s rodinou/přáteli
Čas: Týdenní
Zaměření: Tato výzva podporuje rozvoj vztahu k přírodě.

Proč

Pohyb venku zlepšuje psychickou pohodu, paměť a zvyšuje imunitu. Udělejte si tuto výzvu zábavnou (vylezte každý den na jiný strom, foťte, poznejte 5 druhů ptáků, běžte ven za každého počasí…).

Na co hledáme odpověď: Kolik hodin strávíme za týden venku (mimo svoji práci a školu)?

Daruj opakovaně použitelný sáček na ovoce, zeleninu nebo pečivo. Daruj plátěnou tašku!

S kým: Sám i s rodinou/přáteli, školou, organizací
Čas: Jednorázová
Zaměření: Tato výzva míří na předcházení vzniku plastových odpadů, ke zpomalení klimatických změn (=mitigační opatření) a podporuje aktivní občanství.

Proč

V České republice jsme premianti v třídění odpadu. Bohužel již né v jeho recyklaci. Velká část tříděného odpadu stále končí ve spalovnách (v lepším případě) nebo na skládkách (v tom horším). Plasty jsou toho nedílnou součástí. Nehledě na to, že jejich výroba z neobnovitelných zdrojů (ropy) je sama o sobě velkým problémem.

Nahraďme igelitové i papírové tašky látkovými. V době epidemie jsme prokázali, že umíme šít a vyrábět roušky po tisících. Pojďme to udělat i s taškami!

Máš doma několik látkových tašek nebo síťovinových sáčků? Daruj nějaké těm, kteří je nemají. Pokud je nemáš, tak je můžeš pro ostatní vyrobit. Taška se dá udělat ze starého trička, sáček z nepoužívané záclony. Rozšiřme fenomén nákupů bez igelitových pytlíků!

Na co hledáme odpověď: Kolik sáčků nebo tašek dokážeme rozšířit mezi naše známé, kamarády nebo do komunity?

Nalep na poštovní schránku cedulku „Nevhazujte reklamní letáky“.

S kým: Sám i s rodinou/přáteli
Čas: Jednorázová
Zaměření: Tato výzva míří na předcházení vzniku odpadů a šetření přírodních zdrojů

Proč

Jedna domácnost v ČR dostane ročně do schránky až 15 kg reklamních letáků. V této době přitom najdeme všechny informace na internetu. Předcházejme vzniku odpadu. Dejme firmám najevo, že nechceme informovat způsobem, který zatěžuje životní prostředí.

Na co hledáme odpověď: Kolik nových nálepek se nám objeví na schránkách během kampaně?

Změř spotřebu vody své domácnosti za 2 dny a další 2 dny se ji snaž snížit!

S kým: Sám i s rodinou/přáteli,
Čas: Týdenní (2 + 2 dny = 4 všední dny)
Zaměření: Tato výzva míří na zmírnění dopadů klimatických změn (=adaptační opatření).

Tato výzva má dvě části:

1) Na jejím začátku si urči dva všední dny v týdnu (nejlépe pondělí a úterý), kdy uděláš první měření spotřeby vody. Najdi vodoměr vaší domácnosti/školy/ klubovny a napiš si kolik vody tam je. Dva dny (48 hodin) pak využívej prostor tak, jak jsi zvyklí. Po uplynutí těchto dvou dnů změř opět spotřebu a z rozdílu vypočítej kolik jste spotřebovali celkem vody.

2) A teď přijde ta výzva. Vymysli, jak šetřit vodu další 2 všední dny (48 hodin). Opět odečti na začátku i na konci stav vody na vodoměru a zjisti o kolik jste dokázali být úspornější. Možná to vyjde a možná ne, záleží na mnoha věcech (praní, mytí, vaření atd.) – pokud budete chtít lepší data, tak si následně zkuste celou výzvu dělat týden. POZOR: Nemíchejte všední a víkendové dny (buď výzvu dělejte jen ve všedních dnech nebo jen v rámci víkendů).

Proč

Průměrná spotřeba vody v domácnosti za jeden den je 89 litrů. Z toho třeba jen splachování tvoří 26 %, osobní hygiena a mytí 35 %. Nedostatek vody i vlivem změn klimatu bude součástí našich životů. Připravme se na to!

Na co hledáme odpověď: Podaří se nám snížit spotřebu vody, když vymyslíme a zavedeme pár úsporných opatření?

Tipy pro snížení spotřeby: myjte v plném dřezu, využívejte šetřící programy na myčce, pračce, zachytávejte šedou vodu a využívejte ji na splachování – to je voda, které utíká např. z odpouštění kohoutků, ze sušiček, vaření atd.) + Slyšeli jste někdy o výzvě *ZALEJ MĚ!*? Podívejte se na ní!

Omez pokrmy z masa!

S kým: Sám i s rodinou/přáteli
Čas: Týdenní
Zaměření: Tato výzva míří ke zpomalení klimatických změn – redukce CO_2 (=mitigační opatření) i ke zmírnění dopadů klimatických změn – úspora vody (=adaptační opatření).

Proč

Produkce masa, hlavně hovězího, přispívá k produkci skleníkových plynů více než všechna automobilová doprava na této planetě dohromady. Za jeden den bez masa ušetříš 9,1 kg CO_2. Nejde o to přestat jíst maso, jen není třeba ho konzumovat každý den. Zkus několik dní v týdnu hledat alternativy, které by ti maso nahradily (výživově i chuťově).

Na co hledáme odpověď: Kolik CO_2 díky minimalizaci konzumace masa ušetříme za jeden týden?

Napiš článek do novin či na web, přeposílej a šiř informace mezi své známé i mezi svoji komunitu. Věnuj část svého času prohlížení odborných webů s informacemi o klimatických změnách a udržitelném způsobu života.

S kým: S týmem/Ekotýmem, přáteli, rodinou
Čas: jednorázová
Zaměření: Tato výzva rozvíjí kritické myšlení, občanskou angažovanost a komunikační dovednosti.

Proč

Pokud chceme ovlivnit co nejvíce lidí, inspirovat je a motivovat k udržitelnějšímu způsobu života, který naše planeta potřebuje, je třeba šířit ověřené informace a pozitivní příběhy z praxe. Bojovat proti klimatickým dezinformacím je jeden z nejdůležitějších kroků v rámci zlepšování našeho životního prostředí.

Napište, nafoťte nebo natočte reportáž o některém problému z kampaně a jeho možném řešení. Sdílejte ji směrem na veřejnost – v lokálním médiu, na sociálních sítích, webových stránkách školy i dalších institucí. Díky tomu se o problému dozví co nejvíce lidí a může se něco změnit. Své reportáže nám nezapomeňte poslat i s odkazy, kam všude se vám ji podařilo dostat.

Na co hledáme odpověď: Kolik reportáží dokážeme vytvořit a kolik lidí je uvidí, uslyší nebo si je přečte?

Zakonči kampaň dnem pro sebe, svoji rodinu, přátele… Naplánuj den bez techniky a vymožeností moderního světa!

S kým: Sám i s rodinou/přáteli
Čas: jednodenní
Zaměření: Tato výzva rozvíjí senzitivitu (citlivost) k přírodě i ostatním lidem, podporuje digitální detox a zlepšuje duševní zdraví.

Proč

Průměrný adolescent stráví 268 hodin ročně hraním počítačových her. A ani mnoho dospělých si nedokáže představit den bez rychlovarné konvice, zapnutého mobilu nebo rozsvíceného světla… Být jenom sám sebou, bez závislosti na technologiích a vymoženostech našeho světa je poslední výzva kampaně OBYČEJNÉHO HRDINSTVÍ.

Na co hledáme odpověď: Dokážeme oslavit své lidství bez techniky? Dokážeme si užít tento svět jednoduše a přirozeně?

Tipy na tento den: Naplánujte si celodenní výlet ven (bez využití auta či hromadné dopravy), nechte mobily doma, setkejte se s přáteli, pozorujte, malujte, piknikujte…

Informace ke kampani: www.ekoskola.cz