



25 let podporujeme mladé lidi, aby měli sílu být změnou
vedoucí k udržitelnému životu, kterou naše planeta potřebuje!



Zapoj se do 7 malých výzev po dobu 7 dní a pomoz zlepšit tento svět!

Výzvy mají různou obtížnost: 1 nejjednodušší, 5 nejobtížnější

*Každý jedinec si může vybrat, kolik výzev chce plnit. Může to být jedna nebo klidně všechny!
Důležitá je dlouhodobost, vydržet plnit výzvu celý týden!*

1. Výzva

Obtížnost 1

Nenechávej téct vodu při čištění zubů!

Nalej si vodu do kelímku nebo si jen krátce vypláchni ústa!

Pokud budeš tento postup dodržovat celý rok, tak ušetříš 8 plných van vody nebo 6 424 čajových šálků.

Kolik van plných vody se ušetří díky zapojení rodin skrze vaši školu?

2. Výzva

Obtížnost 2

Zasad' kytku!

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

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.

Kolik nových rostlin jste společně vysázeli? Je jedno, jestli je to pro začátek bylina nebo rovnou malý strom, vše se v tomto týdnu počítá.

3. Výzva

Obtížnost 2

1 hodina tvého času!

Každý den buď minimálně jednu hodinu venku v přírodě (i kdyby to měl být městský park).

Zároveň zkuste přesvědčit učitele, že i některá výuka může probíhat venku. Pohyb venku totiž zlepšuje psychickou pohodu, paměť a zvyšuje imunitu.

Kolik hodin členové rodin strávili za týden venku (mimo svoji práci a školu)?

Kolik tříd ze školy strávilo venku alespoň 1 vyučovací hodinu za den v rámci vyučování?

4. Výzva

Obtížnost 3

Buď věrný!

Buď věrný jedné tašce. Kup si nebo vyrob látkovou tašku či síťovku a jen tu používej na nákupy.

Nevyužívej plastové tašky ani nové papírové tašky (Bohužel i papírová taška zatěžuje životní prostředí! Při její výrobě dokonce více než plastová.)

Kolikrát za týden členové všech rodin zapojených do výzvy využili látkovou tašku při nákupech a dalších činnostech?



25 let podporujeme mladé lidi, aby měli sílu být změnou vedoucí k udržitelnému životu, kterou naše planeta potřebuje!



5. Výzva

Obtížnost 4

Neprodukuj odpad!

Nakupuj tak, abys produkoval co nejméně odpadu (tříděného i směsného). Vejde se všechen tvůj odpad po deseti dnech do jednoho 10-ti litrového pytle?

Průměrný Čech vyprodukuje ročně zhruba 320 kg odpadu, z toho zhruba 13 % tvoří tříděný odpad. To je průměrně 6,14 kg na člověka za týden. Kolik kilogramů odpadu, včetně toho tříděného, vyprodukuješ za týden (zvaž pytel na klasické váze)? Pokud kompostuješ, tak bio odpad nepočítej.

O kolik procent odpadu méně jste vyprodukovali za celou školu, respektive za rodiny, které se přes školu do výzvy zapojily? Bude to méně, než vyprodukuje průměrný Čech za týden?

6. Výzva

Obtížnost 5

Nejezdi autem!

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

Při celoročním využívání hromadné dopravy místo auta budeš mít na přírodu stejný dopad, jako kdybys zasadil 16 stromů. Podobného výsledku dosáhneš, i když budeš jezdit vždy plným autem.

Kolik jste „zasadili stromů“, když jste využívali hromadnou dopravu místo auta či jste jezdili zcela plným autem?

7. Výzva

Obtížnost 5

Nejez maso!

Omez pokrmy z masa na minimum nebo nulu. Zkus sedm dní hledat alternativy, které by ti maso nahradily nebo ti odvedly pozornost od chuti na něj. Produkce masa, hlavně chov hovězího, přispívá k produkci skleníkových plynů více než všechna automobilová doprava na této planetě dohromady. Za jeden den bez masa ušetříš 9,1 kg CO² a „zachrániš“ 0,025 zvířete.

Kolik CO₂ díky minimalizaci konzumace masa ušetřili lidé zapojení ve školní výzvě?

8. Výzva

Obtížnost ?

Přidejte si klidně další výzvy! Je to jen na vás.

Chcete bojovat dál proti klimatické změně a přitom plnit další výzvy?

Tak si každý den zopakujte naše motto:

Velké změny začínají od nejmenších!