



# Zmiany klimatu to nie ŻARTY!

czyli o tym



co możesz ZROBIĆ

praktyczny poradnik

już dziś

# ZMIANY KLIMATU TO NIE ŻARTY

*czyli o tym, co możesz zrobić już dziś*

Być może myśląc o zmianach klimatycznych, przed oczami wyobraźni stają ci ekolodzy i to im właśnie pragniesz zostawić walkę o lepsze jutro. Bez ciebie ta walka nie może się jednak udać. Nawet najbardziej profesjonalne kampanie największych organizacji pozarządowych, bez ludzi, którzy rozumieją wagę podejmowanych tematów, nie są warte zbyt wiele. Ziemia potrzebuje bowiem także twoich działań. I to już dziś!

Choć jeszcze do niedawna mówiło się, że walka z kryzysem klimatycznym jest niezbędna ze względu na przyszłe pokolenia, okazuje się, że zmiany postępują szybciej niż myśleliśmy. A ich konsekwencje są widoczne gołym okiem. Fale upałów, wzrost średniej globalnej temperatury, susze, gwałtowne wichury i ulewę, czy zwiększona populacja kleszczy niosą zagrożenie nie tylko dla planety, ale też zdrowia i życia nas oraz naszych bliskich. Właśnie dlatego aktywizm klimatyczny ma dziś tak dużą wartość.



Fot. Markus Spiske on Unsplash

# OD CZEGO WARTO ZACZAĆ?



## OD TEGO, CO ROBISZ TERAZ – ZDOBYWANIA INFORMACJI

Rzetelna wiedza to najlepszy punkt wyjścia do działań. Z tego poradnika dowiesz się, jakie działania mają w kontekście klimatu szczególne znaczenie. Wiele informacji i materiałów znajdziesz także na naszej stronie internetowej:

[www.ekonsument.pl](http://www.ekonsument.pl)

Wiele aktualnych, sprawdzonych i popartych wiedzą i badaniami naukowców informacji znajdziesz na stronie [www.naukaoklimacie.pl](http://www.naukaoklimacie.pl). Portal nie tylko w popularny sposób odpowiada na trudne pytania, ale przede wszystkim obala mity pojawiające się często w mediach na temat zmian klimatu. Warto tu zajrzeć i zgłębić swoją wiedzę, gdyż jest ona podana w prosty i atrakcyjny sposób. Innym ciekawym miejscem na zdobycie informacji o klimacie jest strona [www.smoglab.pl](http://www.smoglab.pl). Poszerzy ona twoją wiedzę nie tylko na temat jakości powietrza, ale także zdrowia, odpadów czy stanu wód w Polsce.

## OD ZMIANY WŁASNYCH PRYZWYCZAJEN

Wciąż jeszcze kupujesz wodę w plastikowych butelkach, które po kilku minutach lądują w koszu? Twój ulubiony sposób na poprawę humoru to zakupowe szaleństwo (choć większość nowych ciuchów i tak nie nosisz)? A może dla oszczędności czasu nawet po Polsce lataś samolotem? Wszystkie działania związane z produkcją plastiku, konsumpcjonizmem, czy emisją CO<sub>2</sub> mają negatywny wpływ na środowisko.



# A JAKIE SĄ TWOJE NAWYKI?

Zastanów się nad swoimi nawykami i sprawdź, czy nie warto czegoś zmienić.  
Oto check lista, która może ci w tym pomóc:

- SEGREGUJĘ ŚMIECI
- OGRANICZAM SPOŻYCIE MIĘSA I NABIAŁU
- OGRANICZAM ZUŻYCIE PLASTIKU, PRODUKTÓW JEDNORAZOWYCH ORAZ WSZELKICH MATERIAŁÓW, KTÓRE NIE NADAJĄ SIĘ DO RECYKLINGU
- OSZCZĘDZAM ENERGIĘ (PO WYJŚCIU Z POMIESZCZENIA GASZĘ ŚWIATŁO I GOTUJĘ WYŁĄCZNIE TYLE WODY NA HERBATĘ, ILE FAKTYCZNIE POTRZEBUJĘ)
- KUPUJĘ LOKALNE PRODUKTY W POBLISKICH SKLEPACH, OGRANICZAJĄC ŚLAD WĘGLOWY
- JEŻELI MUSZĘ KUPIĆ PRODUKT, KTÓRY POCHODZI Z KRAJÓW GLOBALNEGO POŁUDNIA (NP. KAWA, KAKAO, OWOCE EGZOTYCZNE), ZWRACAM UWAGĘ NA CERTYFIKATY, NP. CERTYFIKAT FAIRTRADE
- KORZYSTAM Z EKOLOGICZNYCH, BEZSILNIKOWYCH ŚRODKÓW TRANSPORTU, NP. ROWERU, POCIĄGU
- OSZCZĘDZAM WODĘ (SZCZOTKUJĄC ZĘBY, ZAKRĘCAM KRAN)
- KUPUJĘ TYLKO TO, CZEGO NAPRAWDĘ POTRZEBUJĘ, NIEZALEŻNIE OD TEGO, JAK BARDZO ZOSTAŁO TO PRZECENIONE
- KUPUJĘ W SECOND-HANDACH, WYMIENIAM SIĘ, NAPRAWIAM – NIE WYRZUCAM!
- ZWRACAM UWAGĘ NA OBECNOŚĆ SUBSTANCJI CHEMICZNYCH W PRODUKTACH, KTÓRE KUPUJĘ, I KTÓRE MOGĄ OKAZAĆ SIĘ SZKODLIWE DLA MNIE I ŚRODOWISKA

# CO MOŻESZ ZROBIĆ DALEJ?

## BĄDŹ INSPIRACJĄ DLA INNYCH

Mów o tym, co udało ci się zmienić i dlaczego podjąłeś/podjęłaś takie decyzje. Zaczynaj od najbliższego otoczenia. Rozmowa z ludźmi, którzy cię lubią i szanują, pytania, jakie od nich otrzymasz oraz ich wątpliwości, pomogą ci w późniejszych rozmowach z obcymi.




Fot. Markus Spiske on Unsplash

## ZOSTAŃ AKTYWISTA/KA

Jeśli chcesz działać na większą skalę, zastanów się nad poziomem, na którym będziesz czuć/a się najlepiej. Mogą być to działania indywidualne, ale również dobrze możesz działać z innymi, np. włączając się w prace wybranej fundacji czy stowarzyszenia.

Jeśli tylko masz taką możliwość i ochotę, możesz także stworzyć własną grupę. To nie musi być od razu organizacja posiadająca osobowość prawną. Jako nieformalna grupa stworzona z koleżanek i kolegów też możecie wiele zdziałać.



Na świecie działa wiele organizacji zajmujących się ochroną klimatu, których działania możesz śledzić, petycje podpisywać, a raporty udostępniać. W Polsce również nie brakuje działaczy i działaczek. Na stronie Koalicji Klimatycznej ([www.koalicjaklimatyczna.org](http://www.koalicjaklimatyczna.org)), czyli porozumienia 24 organizacji pozarządowych, które są zaangażowane w ochronę klimatu, możesz sprawdzić np. stanowiska ekspertów odnośnie konkretnych problemów związanych z kryzysem klimatycznym.

# KONKRETNE PRZYKŁADY JAK SIĘ ZAANGAŻOWAĆ

## BIERZ UDZIAŁ W MANIFESTACJACH I PROTESTACH



Fot. Pascal Bernardon on Unsplash

Jeszcze nigdy tylu młodych ludzi, nie wyrażało swojego niepokoju o los Ziemi, co dziś. To zasługa Greta Thunberg, która zainicjowała Młodzieżowe Strajki Klimatyczne. Choć w sierpniu 2018 roku, gdy rozpoczynała swój protest przeciwko zmianom klimatu wynikającym z działalności człowieka, niewiele osób traktowało

ją poważnie. Dziś inspiruje ludzi na całym świecie. Także w Polsce, gdzie młodzi żądają wprowadzenia odpowiedniej polityki klimatycznej, wzywają polski rząd do ogłoszenia stanu kryzysu klimatycznego i oczekują podjęcia natychmiastowych kroków prowadzących do redukcji emisji gazów cieplarnianych.

Udział w podobnych wydarzeniach to nie tylko okazja do zmanifestowania swoich poglądów i zwrócenia uwagi na pewne problemy – w tym uwagi mediów. To także okazja do poznania innych działaczy i działaczek, wymiany doświadczeń a być może także do nawiązania kontaktów, które poskutkują przyszłą, owocną współpracą.



## DZIEL SIĘ WIEDZĄ

Nie musisz od razu organizować wykładów lub warsztatów. Możesz zacząć od dzielenia się własną wiedzą z bliskimi oraz przesyłania znajomym opracowań, które w postaci raportów czy poradników stworzyli inni. Dziś, ważnym źródłem informacji są także media społecznościowe. Je też możesz wykorzystać do edukowania i promowania pewnych postaw.

## WŁĄCZAJ SIĘ W DZIAŁANIA I ORGANIZUJ WŁASNE

W ostatnim czasie w Polsce bardzo popularne stały się tzw. trash challenge, czyli sprzątanie odpadów z terenów ogólnodostępnych, np. z plaż czy lasów. Zwykle organizator „skrzykiwał” inne osoby przez internet, nie znając ich osobiście. W Warszawie szczególnie aktywny był m.in. „Ej, nie śmieć!”. Ochotnicy robili zdjęcie terenu przed jego uporządkowaniem i później – gdy wszystkie śmieci zostały już zapakowane w foliowe worki. Udostępnianie tych zdjęć w mediach społecznościowych dodatkowo zachęcało do działania innych. Może chcesz zrobić coś podobnego?



Fot. Grzegorz Lepianka, z profilu FB Ej, nie śmieć

A może wolisz organizację wydarzenia dla lokalnej społeczności, np. piknik sąsiedzki, na którym zachęcisz do takich działań, jak segregacja śmieci, czy sadzenie drzewek. Możesz też pomyśleć nad akcją skierowaną do konkretnych grup, np. nad zabawą edukacyjną dla dzieci, czy SWAPem dla dziewczyn, które zamiast wyrzucać stare ubrania i kupować nowe, będą mogły wymienić się tym, czego już nie używają. Możliwości jest wiele.

## WPŁYWAJ NA DECYDENTÓW

Im dłużej będziesz zajmować się sprawami klimatu, tym wyraźniej będziesz widzieć problemy, które powinny zostać rozwiązane na wyższym szczeblu. Nie bój się kierować na nie uwagi decydentów. Domagaj się zmian wszędzie tam, gdzie widzisz ich potrzebę – na poziomie gminy, powiatu, województwa czy kraju. Pisz maile, podpisuj petycje i zachęcaj do aktywności innych. Informuj media i domagaj się działań, których potrzebuje klimat. Im więcej osób się w nie włączy, tym większa szansa, że uda nam się coś zmienić.



Konsekwentnie i na różne sposoby poddajemy refleksji nawyki konsumenckie polskiego społeczeństwa, po to, by świat, w którym żyjemy stawał się czystszy, bardziej sprawiedliwy, bezpieczniejszy i lepszy.

**Dołącz do nas!** Stań się częścią czegoś fajnego. Włącz się w kampanie, akcje uliczne, zbieraj z nami podpisy, prowadź zajęcia z młodzieżą.



[ekonsument.pl/dolacz](https://ekonsument.pl/dolacz)

**Wspieraj nas!** Tylko wsparcie takich osób jak Ty nadaje naszym działaniom sens.



[ekonsument.pl/wesprzyj](https://ekonsument.pl/wesprzyj)

Jeżeli masz pytania - napisz do nas:  
[info@ekonsument.pl](mailto:info@ekonsument.pl)



[ekonsument.pl](https://ekonsument.pl)



[facebook.com/kupujodpowiedzialnie](https://facebook.com/kupujodpowiedzialnie)



[instagram.com/kupujodpowiedzialnie](https://instagram.com/kupujodpowiedzialnie)



Współfinansowane  
przez Unię Europejską



Publikacja powstała w ramach projektu „Klimat na zmiany” („End Climate Change, Start Climate of Change.#ClimateOfChange- A Pan-European campaign to build a better future for climate-induced migrants, the human face of climate change”, CSO - LA/2019/410-153) i jest współfinansowaną ze środków Unii Europejskiej. Za treść publikacji odpowiada Fundacja Kupuj Odpowiedzialnie. Poglądy w niej wyrażone niekoniecznie odzwierciedlają oficjalne stanowisko Unii Europejskiej.

Publikacja powstała w ramach projektu “Climate od Change - My Revolution” finansowanego ze środków Fundacji Drzewo i Jutro.

#ClimateOfChange  
#KlimatNaZmiany