

ПУТІВНИК МОЛОДОЇ ЛЮДИНИ

---

# ЯК ЗМІНИТИ СВІТ

---

ВИДАННЯ



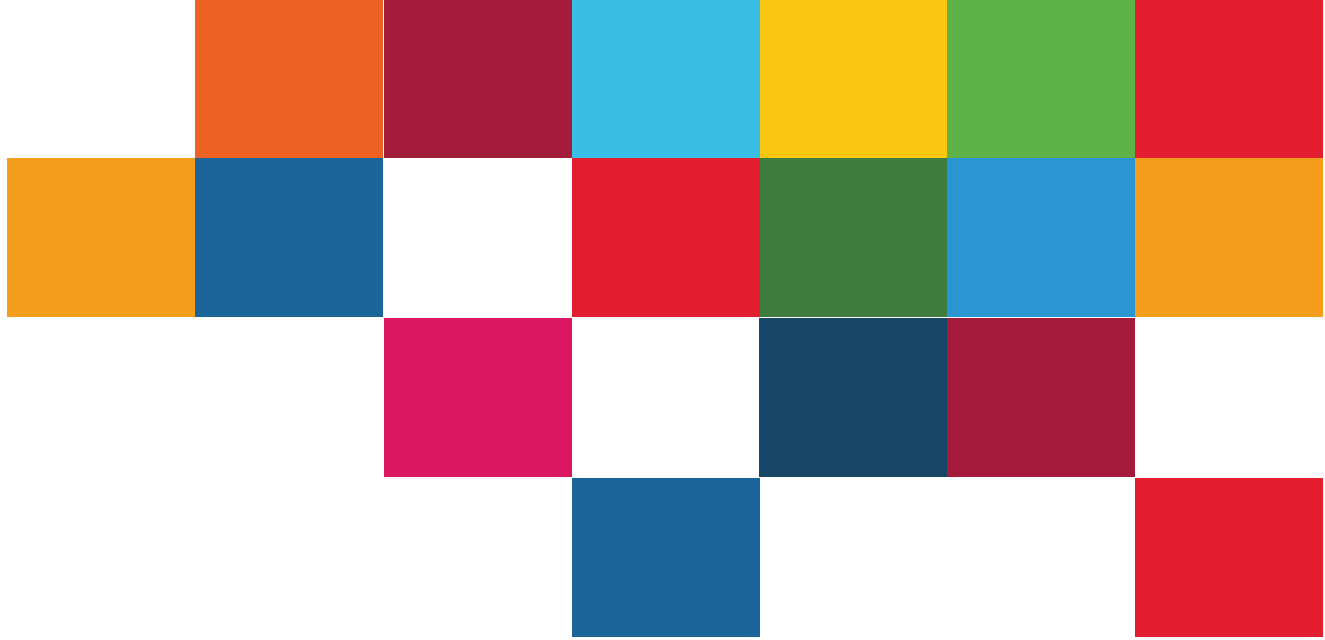
За підтримки



та у партнерстві



UN  
VOLUNTEERS



## Зміст

1. Про путівник.....	02
2. Про Youth4GG та AIESEC.....	03/04
3. Як користуватися Путівником: для молоді.....	05
4. Як користуватися Путівником: для організацій.....	06
5. Заходи та дії.....	07-25
6. Подяка.....	26



# 1. Про Путівник

Цей посібник містить набір простих дій та заходів, що сприяють досягненню кожної з Цілей сталого розвитку до яких Ви можете долучитися на щоденній основі.

Цілі сталого розвитку (надалі також “Цілі”, “Глобальні цілі” або “ЦСР”)

*У вересні 2015 року світові лідери висловили свою відданість та підтримку у досягненні Глобальних цілей. 17 Цілей заради досягнення трьох величезних змін до 2030 року: Подолати бідність. Побороти нерівність та несправедливість. Запобігти зміні клімату.*

Ці результати залежать від того, чи поставимося ми з відповідальністю та розумінням до 17 Цілей.

Цей Путівник створений молоддю і для молоді та містить у собі щоденні дії та можливі заходи, до яких Ви можете долучитися з друзями, щоб допомогти досягнути трьох величезних змін. Наш Путівник було створено на основі ідей 500 молодих лідерів зі 126 країн та територій, які зібралися на глобальній конференції у Нідерландах у лютому 2017 року, а також на основі онлайн-опитування, відкритого для молодих людей. У поєднанні з досвідом 13 організацій з різних секторів, ці ідеї лягли в основу Путівника для молоді зі зміни світу.

Співпраця AIESEC та UN Volunteers зробила цей Путівник більш доступним у різних куточках світу, забезпечивши його переклад на різні мови та використовуючи його в інформаційній роботі з молоддю заради підвищення рівня обізнаності про ЦСР.

Цей Путівник не ставить за мету вмістити усі заходи та дії, що можуть бути використані молоддю заради досягнення Глобальних Цілей. Сприймайте цей посібник, як керівний інструмент, щоб дізнатися, що Вас захоплює та отримати уявлення про те, чим Ви можете бути корисні. Будьте креативними та розвивайте свої власні ідеї щодо можливих заходів. Не забудьте переконатися, що запропоновані Вами дії збігаються з описом Глобальних цілей!

**Робіть маленькі щоденні кроки та будьте наполегливими заради кращого світу для всіх!**



## 2.

## Про AIESEC, Youth4GG та UN Volunteers



AIESEC – це глобальна молодіжна організація, яка прагне досягнення миру та реалізації потенціалу людства шляхом активізації лідерських якостей у молоді через отримання практичного досвіду у складних умовах. Це об'єднання молодих лідерів віком до 30 років, які прагнуть самовдосконалення, а також покращення ситуації в їхніх громадах. AIESEC не дискримінує на основі етнічної приналежності, статі, сексуальної орієнтації, релігії або національного/соціального походження. .

Організація присутня в 126 країнах і територіях, а всі аспекти діяльності AIESEC управляються студентами та недавніми випускниками.

З моменту створення, ми залучили та забезпечили можливості для понад 1 000 000 молодих людей, які отримали досвід співпраці з AIESEC. Відображення впливу діяльності нашої організації на суспільство можна побачити, поглянувши на наших випускників: серед них і представники бізнесу, і представники неурядових організацій та світові лідери, і навіть лауреати Нобелівської премії миру.

*Ми переконані,  
що кожна молода людина  
несе відповідальність  
за позитивну роль  
у формуванні майбутнього  
нашої планети.*





Youth 4 Global Goals (Youth4GG) – це ініціатива, яку підтримує AIESEC. Вона спрямована на розвиток лідерського потенціалу у молоді шляхом залучення її до цільових світових міжкультурних проектів, які розроблені з метою досягнення Цілей сталого розвитку.

## *Ми вважаємо, що молодь є важливим гравцем для досягнення Глобальних Цілей.*

Ми прагнемо забезпечити ширшу обізнаність молоді щодо ЦСР, надати можливості для волонтерства та участі у вирішенні проблем, які вас безпосередньо стосуються.

### *Як ми це робимо?*

#### **Обізнаність**

За допомогою інформаційних кампаній ми прагнемо охопити кожну молоду людину та підвищити обізнаність щодо 17 Цілей та їх значення до 2030.

#### **Розуміння**

Ми організуємо наші форуми YouthSpeak у різних куточках світу, щоб залучити молодь до пошуку рішень для досягнення Глобальних цілей.

#### **Дії та Заходи**

Ми створюємо можливості для волонтерства на місцевому та глобальному рівнях, щоб Ви мали можливість зробити свій внесок у справу, в яку Ви вірите. Щорічно ми виконуємо понад 6000 проектів у більш ніж 120 країнах та територіях.

Програма Волонтери Організації Об'єднаних Націй (United Nations Volunteers – Програма UNV) сприяє збереженню миру та забезпеченню розвитку через добровільні заходи в усьому світі. Програма UNV працює з подвійним мандатом – мобілізує волонтерів для Організації Об'єднаних Націй та сприяє розвитку волонтерства в усьому світі. Програма UNV та її волонтери мають унікальну значущість в епоху Цілей сталого розвитку. Вперше, мандат Програми UNV збігається з глобальною програмою розвитку. Глобальна програма розвитку 2030 закликає не залишати нікого осторонь і визнає, що традиційних засобів впровадження наразі недостатньо, і їх необхідно доповнювати діями, які поглиблюють вплив та збільшують охоплення. Програма UNV активно працює в 130 країнах і щорічно залучає 6500 волонтерів ООН та понад 12 000 онлайн-волонтерів за допомогою веб-сайту [www.onlinevolunteering.org](http://www.onlinevolunteering.org). Дізнайтеся більше про те, як співпрацювати з Програмою UNV або стати волонтером ООН на сайті [www.unv.org](http://www.unv.org).

# 3.

## Як користуватися Путівником: для МОЛОДІ

Не має значення, з якої Ви країни й де Ви знаходитесь – Ви можете щодня робити щось, щоб змінити світ на краще. Це твердження і стало джерелом натхнення для нашого Путівника. Ми закликаємо Вас скористатися цим посібником, щоб зробити ваш особистий внесок!



### Перший рівень: ЗЦС (або Зроби це сам)

*Оберіть, що важливо саме для Вас та дійте!*

У цьому Путівнику йдеться про важливість та актуальність кожної Цілі сталого розвитку.

- Оберіть найактуальнішу для Вас ціль
- Визначте, яких змін потребує Ваша громада
- Зробіть свій внесок

*Почніть з самого початку: оберіть маленькі та прості дії, які легко робити щодня, і поступово переходьте до більш складних дій. Коли це стане рутинною – саме час переходити на другий рівень.*



### Другий рівень: Залучайте свою родину та друзів!

*Розкажіть їм про Путівник та можливі дії для збереження світу.*

Підвищення обізнаності інших про ЦСР - це те, чим Ви можете займатися щоденно. Ви можете вибрати дії з цього посібника або своїми словами пояснити важливість Цілей Вашим друзям та родині. Надихайте якомога більше людей, щоб разом подолати найбільші глобальні виклики.

*Після того, як усе Ваше оточення буде у курсі концепції ЦСР, чому б не перейти на Третій рівень?*



### Третій рівень: Мобілізуйте свою громаду!

*Сприяйте створенню групових ініціатив або проектів.*

Проведення найбільших заходів вимагає ініціатив, які впливають на всю громаду і потребують її участі. Ваші сусіди, навчальні заклади і навіть усе ваше місто – Глобальні цілі стосуються всіх, отже це справа кожного.

# Як користуватися Путівником: ДЛЯ ОРГАНІЗАЦІЙ

# 4.

Якщо Ви представляєте приватну або неурядову організацію, Ви можете вплинути на ваших співробітників, слухачів або колег аби змінити їх поведінку на більш свідому за допомогою цього Путівника.

Пам'ятайте, що відповідальними за реалізацію глобальних цілей виступають не лише уряд та громадянське суспільство. Підприємства, навчальні заклади та третій сектор можуть стати каталізаторами величезних змін, і цей Путівник допоможе Вам зробити перший крок – залучити своїх колег.

## Як моя організація може використовувати цей Посібник?



### Приватний сектор

#### Корпоративне волонтерство:

Ви можете побудувати корпоративну волонтерську програму для молодих працівників, взявши за основу цей Путівник та запропоновані в ньому дії. У рамках підтримки запропонованих нижче ініціатив, Ваші співробітники можуть надавати безкоштовно послуги та ділитися кваліфікацією стосовно різних питань.

#### Вдосконалюйте свою стратегію корпоративної соціальної відповідальності (КСВ)

Перегляньте Путівник та включіть ініціативи описані нижче у Вашу стратегію КСВ або оберіть наявні проекти, які очолюються молодими людьми у Вашій місцевій громаді та допоможіть їм своєю кваліфікацією або ресурсами.



### НУО чи ОГС

(неурядові організації  
чи організації громадянського  
суспільства)

#### Внутрішні кампанії:

Організуйте конкурс чи навіть змагання для своїх членів та волонтерів з виконання дій Путівника; визначте та нагородіть найкращих.

#### Інформуйте Ваші мережі:

Ви можете підвищувати рівень обізнаність та залучати людей з Вашої організації або зовні, поширюючи цю інформацію за допомогою Ваших каналів і заохочуючи вживання заходів з Путівника у повсякденному житті.

#### Вдосконалюйте свої проекти та ініціативи:

Перегляньте проекти та ініціативи вашої організації, і подивіться, як дії Путівника можуть вписатися у Ваш проектний план та надати більше можливостей молодим людям долучитися до реалізації ЦСР.



### Навчальні заклади

#### Розкажіть своїм учням та студентам про ЦСР:

Ви можете використовувати спеціально розроблену програму, щоб покращити обізнаність своїх учнів про ЦСР, а також розказати їм як користуватися Путівником, щоб допомогти визначитися з ініціативами, які вони хочуть реалізувати у своєму класі.

#### Підтримка ініціатив, запропонованих Путівником:

Велика частина ініціатив наведених нижче вимагає підтримки школи/університету, щоб забезпечити простір та можливості для студентів реалізувати свої ідеї для підтримки ЦСР. Найкращим способом реалізувати Цілі у цьому випадку є включення подібних аспектів діяльності студентів до навчального плану або позапланової програми Вашого навчального закладу.



*Як покращити світ*  
*крок за кроком*







## 1 ПОДОЛАННЯ БІДНОСТІ



### ЦСР 1. Подолання бідності

#### Що мається на увазі?

- Здолати надзвичайну бідність і забезпечити умови, за яких кожна людина має на життя не менше ніж 1,25 доларів США на день.
- Скоротити принаймні наполовину кількість людей, що живуть за межею бідності.
- Всі мають рівні права на економічні ресурси та основні послуги, незалежно від того, ким вони є.
- Підвищити життєздатність малозабезпечених і осіб, що перебувають у вразливому становищі.

#### Здається важким завданням, чи не так?

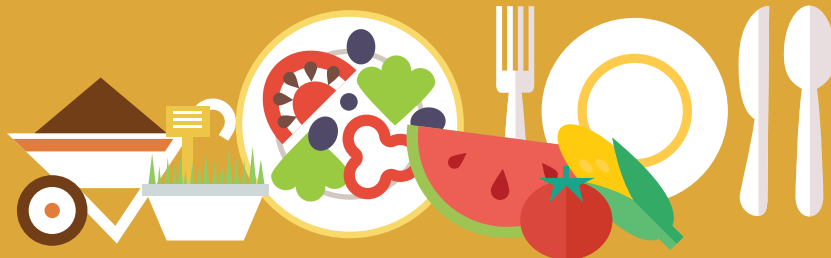
Погоджуємося – досягти цієї мети непросто, адже понад 1 мільярд людей мають на життя менше ніж 1,25 доларів США на день. Але Ви можете долучитися до кількох простих заходів та дій, щоб допомогти подолати бідність раз і назавжди.

#### З чого почати?

Кількість людей, що живуть у бідності, тісно пов'язана з рівнем безробіття та відсутністю освіти серед членів вразливих громад.

- **Організуйте або візьміть участь у тренінгах з питань підприємництва.** Це є рішенням для збільшення кількості підприємців. Це дає можливість забезпечити більшу кількість людей робочими місцями та доходами, тим самим долаючи бідність. Запросіть місцевих підприємців у свій клас/групу для проведення тренінгів чи знайдіть наявну програму для розвитку навичок підприємця для себе та свого класу/групи.
- **Організуйте або візьміть участь у програмі підвищення кваліфікації.** Вдосконалюючи та вивчаючи нові навички, Ви з колегами можете стати більш компетентними та спроможними вийти на ринок праці і отримати роботу. Ви можете організувати зустріч з професіоналами з різних сфер у Вашій школі, університеті чи місці збору місцевої громади. Ними можуть бути навіть Ваші батьки.
- **Дізнайтеся більше про економічні права, заощадження, управління кредитами та заборгованістю.** Переконайте свого вчителя/професора провести навчальний курс щодо права на землю та майно, законодавства щодо малого підприємництва, фінансування та мікrokредитування. Почніть створювати особисті та сімейні бюджети, щоб на цьому прикладі вивчати основи фінансового менеджменту і бути готовим керувати своїми фінансами.
- **Дізнайтеся більше про програми соціального захисту.** В більшості країн існує політика захисту вразливих груп населення через різні субсидії та інші переваги. Але деякі люди не знають про існування цих переваг і тому не можуть ними користуватися. Вивчіть цю тему та поширюйте інформацію серед усіх людей у Вашому оточенні – друзі, родина і навіть Ваші сусіди, з якими Ви лише вітаєтеся в коридорі.
- **Підтримайте кампанії збору предметів першої необхідності для жертв різних надзвичайних ситуацій.** Різні гуманітарні організації (Червоний Хрест, ЮНІСЕФ тощо) проводять кампанії для підтримки громад, які постраждали від стихійних лих. Пожертвуйте свій одяг, харчові продукти тощо заради підтримки тих, хто цього дійсно потребує.

## 2 ПОДОЛАННЯ ГОЛОДУ



### ЦСР 2. Подолання голоду

#### Що мається на увазі?

- Ніхто не має засинати голодним.
- У кожного є можливість забезпечити себе їжею з достатнім вмістом поживних речовин, щоб залишатися здоровим.
- Підвищити продуктивність сільського господарства та доступ до ресурсів для місцевих виробників.
- Збільшити інвестиції в інфраструктуру сільських районів та сільськогосподарські дослідження.

#### Чому це важливо:

за оцінками, 1 людина з 8 страждає через хронічний голод. Навіть якщо Вам пощастило не бути серед цих людей, у Вашій школі, будівлі або районі можливо є люди, які засинають голодними.

#### З чого почати?

- **Жертуйте до продовольчих банків.** Приблизно 1,3 мільярда тон їжі втрачається чи псується щороку. Переконайтеся, що Ви пожертвували залишки від таких подій, як дні народження, випускні, події у школі/університеті, до найближчого продовольчого банку, щоб допомогти людям, які цього потребують.
- **Оберіть день, щоб годувати людей у місцевих притулках.** Станьте волонтером та допомагайте з друзями в місцевому притулку. Збирайте і роздавайте їжу. Спробуйте зробити це регулярним заходом Вашого класу.
- **Навчіться готувати** і Ви будете споживати дорому і збалансовану їжу, необхідну для підтримки Вашого здоров'я.
- **Дізнайтеся більше та розкажіть іншим про принципи здорового харчування,** адже наше здоров'я залежить від їжі, яку ми вживаємо. Маючи здорову дієту, Ви підвищите Вашу продуктивність і покращите своє здоров'я. Не забудьте перевірити склад і харчові переваги продуктів при купівлі в магазині.
- **Купуйте у місцевих фермерів і виробників.** Звичка купувати продукти з місцевих магазинів або ринків підтримує бізнес місцевих фермерів.
- **Зробіть власне дослідження та почніть розробку документу щодо розвитку сільського господарства.** Цей сектор потребує інновацій та технологічного прогресу, щоб підвищити продуктивність та забезпечити стабільність. Будьте в курсі нових методів виробництва і поділіться ними зі своїм класом.



## 3 МІЦНЕ ЗДОРОВ'Я



### ЦСР 3. Міцне здоров'я

#### Що мається на увазі?

- Мінімізація смертності дітей віком до 5-ти років.
- Зниження захворюваності на психічні розлади на одну третину.
- Припинення поширення епідемій ВІЛ/СНІДу, туберкульозу, малярії та інших захворювань.
- Посилення профілактики та лікування наркоманії та алкоголізму.
- Зниження рівня смертності внаслідок дорожньо-транспортних пригод.
- Забезпечення універсального доступу до центрів та служб з питань сексуального та репродуктивного здоров'я.
- Забезпечення рівного та справедливого доступу усіх членів суспільства до медичних послуг.

#### Чи знаєте Ви, що?

Ізгідно з даними ВООЗ, імунізація населення дозволяє щорічно попередити від 2 до 3 мільйонів смертельних випадків. Ще 1,5 мільйону смертей можна було б запобігти шляхом поліпшення глобального охоплення вакцинацією. Навіть ця окрема ціль впливає на 1,5 мільйона життів.

#### А Ви хочете зробити свій внесок у поліпшення стану здоров'я людей у світі?

- **Практикуйте захищений статевий контакт.** Це значно зменшить ріст епідемії СНІДу та запобігатиме венеричним захворюванням. Підвищуйте свою обізнаність стосовно цього.
- **Своєчасна вакцинація.** Низький рівень охоплення вакцинацією є основною причиною смерті від низки інфекційних хвороб, яким можна запобігти при своєчасній вакцинації. Перевірте, які вакцини Вам потрібні та зверніться до свого лікаря, школи/університету або перегляньте веб-сайт ВООЗ.
- **Поцікавтеся, до яких наслідків призводить зловживання алкоголем та наркотиками.** Відмова від цих речовин серед молодих людей може зменшити негативні наслідки. Зберіть достатньо інформації на цю тему і не соромтеся звернутися за допомогою у разі необхідності.
- **Займіться волонтерством у лікарні.** Ознайомтеся з можливостями волонтерства у Вашій місцевій лікарні. Зміцніть її людський потенціал та продуктивність, щоб врятувати більше життів.
- **Організуйте візит до лікарні.** Організуйте відвідування лікарні, щоб дізнатися про відповідні проблеми в галузі охорони здоров'я у Вашій країні.
- **Організуйте бесіди з родичами, друзями або колегами.** Соціальна ізоляція людей з захворюваннями є загальною проблемою в громадах. Проведення відкритої бесіди може бути початком інтеграції людей з певними захворюваннями у суспільство або початком чесної дискусії у сімейному колі або серед друзів про проблеми зі здоров'ям. Ви можете звернутися за більш детальною інформацією до відповідного консультанта у Вашій школі або університеті. Ці заходи є надважливими для забезпечення відвертої розмови з приводу психічних захворювань, ВІЛ/СНІДу та венеричних захворювань.
- **Поводьтеся за кермом відповідально.** Це допоможе знизити рівень смертності внаслідок дорожньо-транспортних пригод. Наявність водійських права в першу чергу означає відповідальність, тому обов'язково слідкуйте за дорожніми знаками та дотримуйтесь правил. Не використовуйте свій мобільний телефон під час кермування та не сідайте за кермо під впливом алкоголю. У рамках підвищення обізнаності з цієї теми, організуйте захід щодо безпеки на дорозі у своєму класі/на робочому місці.
- **Станьте донором крові.** Згадайте про Ваші місцеві центри донорства крові, які потрібні для допомоги в надзвичайних ситуаціях. Ініціюйте центр донорства крові у Вашій школі, університеті або на робочому місці один раз на семестр або на рік.
- **Допомагайте отримати рівний доступ до медицини у сільській місцевості.** Не всі люди мають рівний доступ до медицини, особливо в сільській місцевості. Проведіть кампанію, щоб пожертвувати ліки, які будуть передані сільським районам. Ви можете відвідати ці райони та підвищити обізнаність місцевих жителів про основи охорони здоров'я та гігієну.

## 4 ЯКІСНА ОСВІТА



### ЦСР 4. Якісна освіта

#### Що мається на увазі?

- Кожна дитина має можливість навчатися протягом 12 років.
- Рівний доступ до освіти для всіх.
- Ваша освіта забезпечить Вас роботою у майбутньому.
- Доступне і якісне технічне навчання, у тому числі університет.
- Кожна молода людина вміє читати і писати.
- Всі учні отримують знання щодо принципів свідомого способу життя.
- Побудовані безпечні, ненасильницькі, інклюзивні та ефективні навчальні середовища.

Якщо Ви серед молоді, яка має або мала шанс піти до школи, то Вам пощастило! Є багато причин, чому молодь та діти не мають можливості отримати повну загальну середню та вищу освіту. Конфлікти та стихійні лиха завадили процесу освіти 75 мільйонів дітей. Більш того, у світі налічується 168 мільйонів дітей у віці від 5 до 17 років, які належать до дитячої робочої сили, і через це вимушені припинити навчання.

#### З чого почати?

- **Провести інформаційну кампанію щодо важливості освіти.** Існує багато молодих людей, які не мають доступу або відмовляються від освіти з різних причин. Проведіть кампанію, яка проголошує важливість 12 років навчання для кожного хлопця та дівчини. Переконайтеся, що батьки і діти знають про наявність цієї проблеми.
- **Пожертуйте свої книги.** Найпростіший спосіб надати доступ до знань - це пожертвувати комусь прочитані книги. Організуйте ярмарок для збору навчальних книг та подаруйте їх дітям, які не мають коштів для їх придбання.
- **Збір коштів для місцевої школи.** Багато шкіл надають стипендії та пожертви дітям. Ви можете підтримати цю ініціативу шляхом організації благодійної акції або кампанії у Вашій школі, університеті тощо. Збирайте кошти для малозабезпечених молодих людей.
- **Сприяйте безкоштовним онлайн-курсам.** В цифровому світі існує більше можливостей доступу до освіти, ніж в університеті. На сьогодні існує багато онлайн-курсів, які допоможуть отримати теоретичні та практичні навички та підготувати Вас до майбутньої кар'єри. Заохочуйте своїх друзів долучатися до подібних курсів.
- **Організуйте майстер-класи з Вашої сфери знань, щоб навчити інших.** Ви можете багато чого дізнатись від своїх друзів та однолітків. Якщо Ви знаходитесь у старшій школі чи в університеті, встановіть список додаткових навчальних планів, щоб ділитися своїм досвідом з іншими однокурсниками. Ви можете організувати зустрічі з іншими школами/університетами/молоддю поза школами, щоб поділитися знаннями. Якщо Ви – молодий професіонал, присвятіть свій час наставництву молодих людей, які ще навчаються.
- **Організуйте навчальні заходи з різними організаціями, щоб отримати відповідні навички.** Залучайте професіоналів, щоб навчати Вас та Ваших однолітків корисним та актуальним навичкам. Ви можете організувати відкриті заходи, щоб залучати людей з малозабезпеченої молоді, даючи їм можливість отримати доступ до знань.
- **Волонтерство у дитячому садку.** Ви можете сприяти інноваційним ідеям та форматам, щоб навчати молодших дітей і отримати власний досвід у процесі освіти.
- **Репетиторство та допомога з домашнім завданням.** Виділіть 1-2 години на тиждень, щоб допомогти навчити молодь, яка не має доступу до освіти або не має ресурсів для найму репетитора.
- **Викладайте англійську мову самостійно або станьте волонтером однієї з НУО.** Давайте уроки з англійської мови для молоді та дорослих, які не мають можливості її вивчати. Знання англійської мови є однією з найбільш потрібних навичок для працевлаштування у глобалізованому світі.
- **Надавайте уроки про ЦСР.** Розповсюджуйте цей Путівник серед Ваших друзів та членів родини, щоб більше молодих людей дізналося про важливість свідомого способу життя. Проведіть навчальний або класний семінар щодо цілей сталого розвитку. Ви можете використовувати уроки, створені нами та нашими партнерами – “Найбільший урок у світі”.
- **Зупиніть цькування, знущання та залякування.** Освітні установи повинні бути безпечними, особливо для емоційного та фізичного добробуту учнів. Переконайтеся, що Ваш клас має можливість для відкритої бесіди на тему цькування, і заохочуйте дітей обговорювати випадки знущання в школах.
- **Вимагайте у своєї школи або університету забезпечити доступ до шкільних об'єктів для всіх без винятку.** На сьогодні, не всі навчальні заклади адаптовані для дітей та молоді з інвалідністю, тим самим ізолюючи їх від соціальної взаємодії з однолітками. Напишіть петицію разом з вашим класом та іншими учнями, щоб встановити пандуси та об'єкти, необхідні для рівного інклюзивного середовища.



## 5 ГЕНДЕРНА РІВНІСТЬ



### ЦСР 5. Гендерна рівність

#### Що мається на увазі?

- Припинення дискримінації за ознакою статі.
- Припинення насильства над жінками.
- Забезпечення рівного доступу до лідерських посад та ресурсів для жінок.
- Припинення дитячих шлюбів та каліцтва статевих органів.
- Підвищення можливості доступу жінок до інформаційних технологій.
- Забезпечення репродуктивного здоров'я.

За даними Світового банку в більш ніж 150 країнах існує принаймні один закон, який є дискримінаційним стосовно жінок. Подивіться на свій уряд, бізнес-еліту чи впливових фахівців. Скільки серед них жінок? 10 відсотків? 20 відсотків? У всіх галузях економіки кількість жінок на посаді генерального директора складає у середньому 9 відсотків. Саме час це змінити, чи не так?

#### З чого почати?

- **Забезпечте платформу для обговорювання кар'єрних планів для дівчат.** Ви можете розпочати з обговорення про вибір кар'єри й подолання стереотипів стосовно кар'єри для дівчат. Запропонуйте успішним жінкам-підприємцям викладати клас про становлення кар'єрного шляху.
- **Підвищуйте рівень інформованості про проблеми гендерної рівності.** Почніть говорити про рівні права жінок. Ви можете написати блог про Ваш особистий досвід, приєднатися до кампаній соціальних мереж, організувати подію щодо гендерної рівності у своєму класі чи школі.
- **Діалог між представниками різних поколінь щодо гендерних ролей та норм.** Ініціюйте регулярну бесіду у Вашій родині щодо гендерних ролей в управлінні побутовими справами, кар'єрі тощо. Створіть платформу у своєму класі, щоб обговорити гендерні стереотипи й упередження, які Ви спостерігаєте у своєму повсякденному житті.
- **Захищайте жінок у небезпеці.** Переконайтеся, що у Вашому класі, на робочому місці або навіть у Вашій родині приймаються відповідні заходи стосовно гендерно неприйнятних коментарів та дій. Якщо ці коментарі або дії починають становити загрозу здоров'ю та добробуту потерпілих, повідомте про це адміністрацію у Вашій школі чи на робочому місці.
- **Навчайте жінок і дівчат користуванню інформаційними технологіями.** Ви можете почати з себе та членів своєї родини, Навчіться користуватися комп'ютером та інтернетом, а також почніть вивчати основи кодування, дизайну або оберіть інші онлайн-уроки, щоб вдосконалювати свої знання. Після цього, Ви можете добровільно працювати в НУО і навчати інших дівчат інформаційним технологіям.
- **Підвищуйте власну обізнаність та інформуйте інших про репродуктивне здоров'я та гігієну.** Почніть розмову про репродуктивне здоров'я з батьками чи радником у школі, та шукайте додаткову інформацію. Станьте волонтером в НУО та інформуйте більше дівчат на такі теми, особливо в сільській місцевості.
- **Розкажіть дівчатам про їхні права на розірвання дитячого шлюбу.** Питання про дитячий шлюб не достатньо розкриті. Ви можете підтримати інформаційні кампанії на цю тему у Вашій громаді або стати волонтером, щоб розповісти молодим дівчатам про їхні права та небезпеки раннього шлюбу.

## 6 ЧИСТА ВОДА ТА НАЛЕЖНІ САНІТАРНІ УМОВИ



### ЦСР 6. Чиста вода та належні санітарні умови

#### Що мається на увазі?

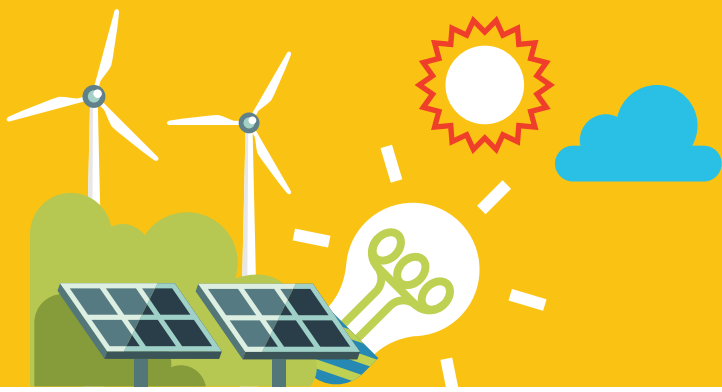
- Вода високої якості є більш доступною для населення.
- Кожен має доступ до належних санітарно-гігієнічних засобів.
- Жодна крапля води не витрачається марно.
- Захист та відновлювання гір, лісів, водно-болотних угідь, річок, водоносних горизонтів та озер.

#### Чому це важливо?

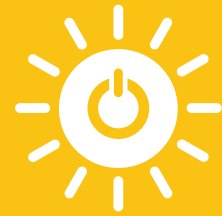
Понад 750 мільйонів людей не мають доступу до чистої питної води. Ми говоримо про доступ до найбільш необхідного для виживання ресурсу для людей. Вода не повинна бути елементом розкоші, так само як і основні послуги гігієни.

#### Будь-який внесок є важливим, навіть малий. Як Ви можете почати?

- **Провести кампанію з гігієни.** Підвищуйте рівень поінформованості про проблеми гігієни у Вашій громаді за допомогою соціальних мереж, проведіть кампанію у школі/університеті, чи навіть цілому районі.
- **Не використовуйте воду надмірно і завжди будьте ощадливі.** Переконайтеся, що закриваєте кран після миття посуду. Намагайтеся скоротити час перебування в душі. Подумайте про придбання лічильника, щоб знати про своє споживання води.
- **Навчіть людей дбати про економію води.** Проведіть тест у своєму класі, щоб виміряти, скільки води можна зберегти завдяки уважному використанню та представте результати. Заохочуйте свою школу/університет підтримати конкурс ідей та ініціатив та використайте результати для покращення управління власними водними ресурсами.
- **Станьте волонтером, щоб розподіляти питну воду в уразливих громадах.** 750 мільйонів людей позбавлені доступу до чистої питної води. Люди повинні ходити за кілометри кожен день, щоб просто отримати воду, яка потрібна для виживання. Це особливо позначається на дітях та їх освіті, адже вони повинні ходити по воду. Станьте волонтером на регулярній основі – допомагайте доставляти воду до уразливих громад і полегшить їхнє життя.
- **Організуйте захід з очищення річки.** Залучайте своїх однокласників чи родичів, щоб очистити місцеву річку. Поширюйте цю діяльність в своїй школі/університеті або вдома.
- **Захищайте вододіли.** Ви можете посадити дерева на берегах річок та водоймищ, адже вони необхідні для фільтрації викидів та речовин, що спричиняють забруднення. Зробіть це груповим заняттям.



## 7 ВІДНОВЛЮВАНА ЕНЕРГІЯ



### ЦСР 7. Відновлювана енергія

#### Що мається на увазі?

- Кожен має доступ до енергії.
- Подвійне підвищення енергоефективності.
- Сучасна інфраструктура та технологія постачання енергії для всіх.
- Збільшення використання відновлюваних джерел енергії.

Навіть з усіма інноваціями енергетичного сектора, лише 6% енергії в світі походить від відновлюваних джерел. Роль молодих людей в цьому неоціненна. Молодь може активно сприяти поширенню та допомагати громадам звикнути до використання відновлюваних джерел енергії.

#### З чого почати?

- **Вимикайте світло, коли Ви його не використовуєте.** Це допоможе зберегти енергію.
- **Розкажіть членам Вашої родини про те, що економити електроенергію вигідно.** Ви можете попросити своїх батьків перевіряти рахунки за споживання енергії та відстежувати як домогосподарство з часом покращується.
- **Переконайте своїх батьків використовувати сонячні джерела енергії.** Проведіть дослідження щодо відновлюваних джерел енергії та способів його використання у домі і представте результати своїм батькам. Ви можете встановити сонячні батареї у вашому будинку для нагріву води, нічного освітлення тощо і зробити Ваш будинок більш енергоефективним.
- **Вимикайте опалення та кондиціонер.** Стежте за тим, щоб користуватися ними лише тоді, коли це необхідно.
- **Не використовуйте одночасно декілька пристроїв.** Використання декількох пристроїв або програм одночасно переростає у звичку. Використовуйте кілька пристроїв лише тоді, коли це дійсно необхідно. Уявіть собі скільки енергії Ви витрачаєте на зарядку свого телефону та ноутбуку щоночі, просто щоб прокручувати Facebook в десятий раз.
- **Здавайте батарейки для переробки.** Неправильне поводження з використаними батарейками може призвести до забруднення ґрунту, води та повітря. Ознайомтеся з інформацією про місця навколо Вас, де можна здати в переробку акумулятори та батарейки та організуйте класом збір використаних батарейок для переробки.
- **Проведіть конкурс у Вашому університеті щодо доступної енергетики.** Організуйте ярмарок проектів або конкурс на кращі проекти та дослідження щодо відновлювальних джерел енергії. Це може бути частиною завдання з певного предмета або курсу.
- **Поширюйте інформацію про доступну енергетику.** Роль молоді як новаторів - це поширення знань та підвищення свідомості щодо цього питання. Організуйте або приєднуйтесь до кампанії за чисту енергію.
- **Сприяйте традиційним компаніям та уряду, щоб здійснити трансформацію енергетичного сектора.** Ініціюйте клопотання та кампанії, спрямовані на трансформацію енергетичного сектора у Вашій країні.
- **Допоможіть місцевій громаді адаптуватися.** Молоді люди найкраще сприймають та адаптуються до змін. Ми повинні бути взірцями з використання нових типів енергії і сфері управління енергетичними ресурсами. Почніть зі своєї родини та проінформуйте людей у своєму будинку.
- **Підтримайте громади, які не мають доступу до енергії.** З мільярди людей покладаються на деревину, вугілля або відходи тварин для приготування їжі та нагрівання. Якщо у Вашій країні є подібні громади, організуйте кампанію з краудсорсінгу або дізнаєтесь, чи можете Ви стати волонтером для підтримки людей у цих сферах.



# 8

## ГІДНА ПРАЦЯ ТА ЕКОНОМІЧНЕ ЗРОСТАННЯ



## ЦСР 8. Гідна праця та економічне зростання

### Що мається на увазі?

- Повна зайнятість населення та справедлива грошова компенсація.
- Мінімум 7% річного приросту ВВП у найменш розвинених країнах.
- Припинення примусової праці та рабства.
- Захист трудових прав та сприяння забезпеченню надійних та безпечних умов праці для всіх працюючих.
- Сприяння розвитку професійних навичок молоді для забезпечення працевлаштування.
- Впровадження законодавства для розвитку стабільного туризму.

### Чому це важливо?

В світі налічується 13,6% безробітних молодих людей, а в деяких країнах їх відсоток становить понад 50%. Безробіття тісно пов'язане з нестачею професійних навичок і відсутністю підготовки до виходу на ринок праці.

### Допоможіть підготувати більше молодих людей для виходу на ринок праці.

- **Організуйте позашкільні семінари та платформи для проектів обміну знаннями.** Ви можете запросити людей з певними професійними навичками проводити відповідні семінари у Вашій школі чи університеті. Ви також можете організувати платформу для проектів обміну, де учасники діляться своїми знаннями з певної теми.
- **Організуйте програму професійного наставництва.** Ви можете запросити людей з досвідом роботи в певній галузі і створити групу наставництва. Група допоможе молодим людям з Вашого університету краще підготуватися до майбутньої професії.
- **Ретельно вивчіть трудове право, що стосується Вашої вікової групи.** Ознайомтеся більш детально з розділом трудового законодавства у Вашій країні, який стосується праці молоді.
- **Не купуйте товари у компаній, які експлуатують дітей.** В інтернеті Ви можете дізнатися, які компанії використовують дитячу працю для виготовлення своїх продуктів.
- **Реєструйтеся на заходи, спрямовані на отримання нових професійних навичок та відвідайте дні кар'єри.** Це збільшить шанси на працевлаштування, закріпить теоретичні знання та допоможе отримати практичні навички. Зареєструйтеся на відповідні семінари в інтернеті або в університеті.
- **Купуйте у місцевих виробників.** Підтримуйте місцевий економічний розвиток та купуйте продукцію місцевих виробників і підприємств.
- **Сприяйте розвитку свого міста та країни.** Підтримуйте національний туризм – станьте послом Вашої країни чи окремого міста. Розкажіть про національний туризм Вашим друзям з інших регіонів та іноземним друзям.
- **Організуйте захід з професійної орієнтації у своєму класі.** Переконайте свого вчителя або шкільного радника провести орієнтаційні тести у Вашому класі.
- **Проводьте семінари та тренінги для молоді з сільської місцевості.** Вони часто не мають можливості практичної підготовки або стажування після закінчення школи. Допоможіть їм – запросіть до них людей відповідних професій та тренерів для проведення семінарів з професійної підготовки.





## 9 ІННОВАЦІЇ ТА ІНФРАСТРУКТУРА



### ЦСР 9. Інновації та інфраструктура

#### Що мається на увазі?

- Подвоїти кількість працівників промисловості найменш розвинених країн.
- Забезпечити доступність інтернету.
- Забезпечити розвиток наукових досліджень та експериментальних науково-технічних розробок.

Наприклад, в той час, як в світі говорять про четверту промислову революцію, 4 мільярда людей досі не мають доступу до інтернету, про 4G навіть і мови не має. У світі існують машини без водіїв, але є й країни, в яких немає якісних доріг або громадського транспорту.

#### Пам'ятайте, молодь – це каталізатор інновацій.

Ось кілька простих кроків для реалізації цієї Цілі:

- **Організуйте майстер-класи у середніх школах за участю людей, які працюють у промислових сферах.** Неформальна бесіда з представниками й працівниками відповідної галузі – це чудовий спосіб допомогти молодим людям дізнатися про кар'єрні можливості в цій галузі. Ви можете запрошувати людей, які працюють у різних галузях, до своєї школи, щоб вони поділилися своїм досвідом та навичками. Це сприятиме розвитку кар'єри в промисловій сфері.
- **Організуйте або беріть участь у конкурсах дослідницьких центрів.** Ви можете сприяти розвитку Вашого підприємницького духу та Ваших колег шляхом організації конкурсу місцевих ідей та пропонуючи компаніям чи представникам стартапів стати наставниками переможців.
- **Отримайте ІТ-уроки у Вашій школі.** Попросіть додати уроки з інформаційних технологій до Вашої шкільної програми або запровадити ІТ-семінари після занять, щоб Ви змогли навчитися аспектам кодування та набути інших навичок. Таким чином, більше молодих людей буде пристосовано до роботи з ІТ-технологіями.
- **Попросіть адміністрацію своєї школи або університету забезпечити територію відкритою WI-FI мережею.** Це допоможе молоді без постійного доступу до інтернету мати рівний доступ до знань.
- **Створіть карту точок доступу.** Існує безліч громадських місць з безкоштовним доступом до інтернету. Відстежуйте їх у Вашому районі та поширюйте цю інформацію через соціальні мережі, листівки або оголошення у Вашому будинку. Таким чином Ви можете допомогти багатьом людям отримати вільний та безкоштовний доступ до інтернету.
- **Організуйте науковий ярмарок у Вашій школі.** Ви можете організувати або взяти участь у науковій ярмарці, щоб стимулювати інтерес Ваших однокласників або колег до інновацій та промисловості, а також створити платформу для пошуку креативних шляхів вирішення різних проблем.

## 10 ЗМЕНШЕННЯ НЕРІВНОСТІ



### ЦСР 10. Зменшення нерівності

#### Що мається на увазі?

- Скорочення розриву між багатими та бідними.
- Створення безпечного середовища для біженців та мігрантів.
- Сприяння соціальному, економічному та політичному включенню усіх, незалежно від віку, статі, стану здоров'я, расової чи етнічної приналежності, походження, релігії, економічного або іншого статусу.

Як бачите, існує безліч питань, що стосуються теми рівності. Ми всі були жертвами дискримінації, принаймні одного разу. Хто ти, що ти маєш, чи кого ти любиш, – погляди багатьох людей стосовно цих питань є дуже консервативними. Окрім власних проблем кожного з нас нам також треба пам'ятати, що 50% світових біженців молодші 18-ти років.

#### Ми живемо в 21 столітті і ми хочемо виправити цю ситуацію наступним чином.

- **Кампанія реєстрації у списках виборців.** Однією з проблем, що викликають нерівність населення, є відсутність представництва меншин та незахищених верств населення у владі. Ви можете провести інформаційну кампанію щодо реєстрації у списках виборців серед цих груп населення для підвищення їх участі та представництва в установах влади.
- **Організуйте заходи, спрямовані на вирішення питань, що торкаються меншин.** Представники меншин та інших уразливих груп населення мають недостатньо інформації про свої основні права, такі як права людини, трудове законодавство, права власності та інші. Це робить їх більш вразливими і викликає посилення нерівності.
- **Відвідайте місцеві притулки, дитячі будинки або громадські центри меншин** та організуйте неформальні бесіди, щоб регулярно обговорювати важливість прав меншин, або навіть станьте волонтером на постійній основі.
- **Організуйте зустрічі між посадовими особами та недостатньо представленими групами населення.** Подання клопотань та діалог між місцевими посадовими особами та недостатньо представленими групами населення нададуть цим групам можливість поділитися думками та бути включеними у процес прийняття рішень, незважаючи на їх вік, стать, стан здоров'я, расову чи етнічну приналежність, походження, релігію, економічний або інший статус.
- **Підтримайте мігрантів та біженців у Ваших громадах.** Станьте волонтером в місцевому таборі біженців. Збирайте або жертвуйте приладдя, їжу, одяг. Ви можете організувати мовні курси, розказати про культурні традиції Вашої країни, провести семінар з отримання актуальних навичок тощо, щоб полегшити їх адаптацію. Надішліть прохання урядові Вашої країни про допомогу у вирішенні кризи біженців.
- **Дізнайтеся більше про культурні відмінності та розкажіть про це своїм друзям.** В глобалізованому світі потрібно вміти працювати і взаємодіяти з різними культурами. Присвятіть годину-другу, щоб прочитати статтю на цю тему та обговорити її з колегами та родиною.
- **Вивчайте різні релігії та культурну спадщину разом з друзями.** Навчайтеся самостійно, організуйте різноманітні культурні вечори для громади своєї школи, університету, роботи, щоб усунути упередження щодо різних релігій та культур.
- **Віддайте своє місце тим, хто потребує цього більше за Вас.** За допомогою цієї невеликої, але постійної дії Ви можете виховати у собі співчуття та бути більш інклюзивним до людей, які не мають таких самих можливостей, як Ви.
- **Надайте перевагу компаніям, які є загальнодоступними.** Перевіряйте списки компаній, які є інклюзивними щодо різних меншин завдяки умовам роботи у цих компаніях або їх продукції та розповсюджуйте цю інформацію серед Ваших друзів.



## 11 СТАЛИЙ РОЗВИТОК МІСТ ТА СПІЛЬНОТ



### ЦСР 11. Сталий розвиток міст та спільнот

#### Що мається на увазі?

- Кожна людина має гідне житло.
- Розвиток стійких міст та селищ.
- Захист вразливих громад від стихійних лих.
- Безпечний та доступний транспорт для всіх.
- Захист культурної та природної спадщини.
- Універсальний доступ до громадських приміщень.

#### Чому це важливо?

Мати будинок чи оселю – це, здається, така нормальна річ, але 828 мільйонів людей сьогодні живуть у нетрях, і число цих людей продовжує зростати. Зростаюча урбанізація зумовляє тиск на процес постачання прісної води, каналізацію, житлове середовище та громадське здоров'я.

### Ваші дії допоможуть розвитку міст і зроблять їх кращими для життя.

- **Підпишіть петиції щодо розвитку Вашого міста.** Постійно слідкуйте за подіями в громадських місцях. Підпишіть або подайте клопотання, щоб зупинити проекти, які не підтримують сталий розвиток міста або підтримайте проекти, що сприяють сталому розвитку Вашого міста.
- **Проведіть інспекцію свого будинку.** Присвятіть час, щоб перевірити безпеку та інклюзивність Вашої будівлі. Чи є вона доступною для людей з інвалідністю, людей старшого віку, чи присутня цвіль або неізольовані дроти та ін. У разі потреби повідомте про це об'єднання співвласників або комунальну установу.
- **Підтримайте проекти безпечного житла у міських нетрях.** Ви можете добровільно працювати в нетрях, щоб допомогти з будівництвом будинків, усуненням існуючих та зі створенням громадських або зелених просторів.
- **Створіть Посібник «доброго сусідства» для Вашого будинку.** Після огляду своєї будівлі проаналізуйте результати, подумайте про загальні заходи, у яких можуть допомогти Ваші сусіди, щоб зробити Ваше житло безпечнішим та більш зручним. Подаруйте чи поширюйте цей Помічник серед своїх сусідів, щоб вони дізналися більше про шляхи вдосконалювання вашої громади.
- **Проводьте культурні вечори.** Створіть групу для зустрічей, де місцева громада зможе представити інформацію про їх культурну спадщину. Спробуйте готувати традиційні страви, вивчати пісні, танці чи ігри з цих культур.
- **Заохочуйте та підтримуйте місцеві музеї.** Ініціюйте регулярні візити в музеї, пов'язані з навчанням або інтересами. Станьте волонтером у музеї та проводьте екскурсії або долучайтеся до рекламної кампанії музеїв.
- **Пересувайтеся зручно і раціонально.** Існують безліч варіантів – спільні автомобільні поїздки, велосипед, прогулянка або громадський транспорт. Всі вони роблять Ваше місто більш екологічним та придатним для життя.
- **Підвищуйте обізнаність щодо катастроф і стихійних лих та способів допомоги.** Використовуйте соціальні мережі для попередження та розповсюдження інформації про катастрофи та необхідну допомогу. Зверніться до установ, що займаються надзвичайними ситуаціями, щоб отримати необхідну інформацію.
- **Створіть молоду колегію радників для надання порад адміністрації.** Ви можете створити петицію, щоб включити думку молоді у план розвитку міста та запропонувати цю ідею муніципалітету. Сформулюйте ідею створення ради молодих людей при муніципалітеті, яка буде працювати над ідеями вдосконалення міста.
- **Піклуйтеся про громадські місця.** Розпочинайте з себе та надихайте інших заради сприяння кращому громадському простору – поливайте зелень, обробляйте, доглядайте та саджайте дерева, відновлюйте спортивні майданчики та ігрові майданчики, організуйте заходи з очищення тощо.
- **Створіть нові громадські місця.** Розробіть проект зі своїми однокласниками, щоб створити нові місця для заняття спортом, відпочинку або взаємодії з громадськістю. Ви можете створити кампанію з краудсорсингу, щоб отримати фінансування та залучати добровольців з сусідніх кварталів.

# 12 ВІДПОВІДАЛЬНЕ СПОЖИВАННЯ



## ЦСР 12. Відповідальне споживання

### Що мається на увазі?

- Припинення втрат природних ресурсів.
- Скорочення глобальних втрат їжі вдвічі.
- Скорочення обсягу відходів через повторне використання та переробку.
- Запровадження практики підзвітності підприємств щодо прийняття та виконання стратегій сталого розвитку.
- Люди знають як жити в гармонії з природою.

Кожна людина в середньому створює 1,2 кг побутових відходів на день. Тяжко уявити? Це означає, що кожен з нас утворює 438 кг побутових відходів на рік. Кожен з нас. Тепер помножте це число на кількість членів Вашої родини. Вражає, чи не так? Та, на щастя, молоде покоління може забезпечити раціональніше використання ресурсів та значно скоротити утворення відходів.

### З чого почати?

- **Скоротіть використання паперу.** Намагайтеся не використовувати папір взагалі і замінити його електронними пристроями або носіями. Якщо це неможливо, друкуйте з обох сторін, щоб використовувати менше ресурсів і допомогти зберегти дерева.
- **Купуйте перероблені товари та займайтеся переробкою самі.** Ви можете знайти креативні способи повторного використання речей у Вашому будинку та надати їм друге життя. Шукайте відео типу «зроби сам» та статті для натхнення або переходу в режим «творчість». Ви також можете купувати товари, створені з перероблених матеріалів. Ці заходи є безпосередньо важливими, щоб скоротити обсяг витрачених ресурсів.
- **Зменшуйте витрату води.** Скоротіть час перебування в душі, закривайте кран під час миття посуду. Звертайте увагу, коли хтось у Вашій родині цього не робить, встановіть лічильник води, щоб перевірити, скільки води використовує Ваша квартира/будинок.
- **Вимикайте електронні пристрої протягом ночі.** Заряджайте свою електроніку протягом дня, щоб відключити їх від живлення, коли вони повністю заряджені. Приділяйте увагу іншим пристроям, якими Ви не користуєтесь вночі (освітлення, кондиціонер тощо) і вимикайте їх перед сном.
- **Підтримуйте високий тиск у Ваших автомобільних шинах.** Це може допомогти зменшити споживання пального. Пошукайте більш докладну інформацію з цього приводу.
- **Завантажте та використовуйте програми спільного споживання їжі.** Ви можете завантажувати програми для різних локацій, щоб поділитися залишковою їжею та таким чином зменшити обсяг продовольчих відходів у Вашому домі.
- **Плануйте купівлю продуктів харчування та використання у приготуванні їжі.** Спонтанні покупки призводять до купівлі зайвих продуктів, які можуть бути змарновані. Створіть свій власний план закупок і робіть списки на своєму холодильнику, телефоні чи ноутбучі, щоб планувати купівлю їжі на тиждень. Переконайтеся, що ви готуєте або замовляєте раціональну кількість їжі, щоб не викидати залишки.
- **Купуйте товари в крамницях з нульовими відходами.** Знайдіть неподалік магазини що не використовують упаковку або крамницях з нульовими відходами. Дізнайтеся, як купівля у таких крамницях може допомогти зменшити обсяг використання пластику, паперу та інших матеріалів, які використовуються для пакування.
- **Вибирайте продукти багаторазового використання.** Ви можете мати екологічну сумку багаторазового користування для покупок, пластикову пляшку або чашку, яку Ви можете повторно використовувати, і тим самим зменшити кількість пластикових відходів.
- **Жертвуйте старий одяг та електроніку.** Перегляньте список організацій, які збирають речі для людей, що потребують допомоги, і пожертвуйте свої речі, що можуть бути використані повторно. Це призведе до меншого споживання та позитивного впливу на навколишнє середовище.
- **Робіть свої власні подарунки.** Ви можете бути творчими та виробляти подарунки з перероблених матеріалів для Ваших друзів і родини, таким чином показуючи більш відповідальну поведінку щодо ресурсів.
- **Проведіть майстер-клас з повторного використання та переробки.** Ініціюйте проект творчої майстерні, щоб залучити своїх однолітків до ідеї переробки. Ви можете допомогти поінформувати людей про вплив відходів і стимулювати їх перейти до більш відповідального способу життя.
- **Сміттєві баки для сортування сміття у Вашій школі чи будинку.** Ініціюйте цю ідею з керівництвом школи/університету або НУО, яка займається питаннями управління відходами.
- **Підтримайте корпоративну відповідальність проти забруднення та зменшення впливу на навколишнє середовище.** Приєднуйтеся до клопотань та кампаній, які засуджують діяльність безвідповідальних підприємств. Вибирайте і купуйте продукти від організацій, діяльність яких є прогресивною.
- **Віддавайте перевагу вегетаріанській їжі.** Спробуйте свідомо зменшити споживання м'яса. М'ясна промисловість створює величезні витрати водних ресурсів та забруднення навколишнього середовища. Переконайте шкільну владу ввести вегетаріанський день у шкільній їдальні.



## 13 ЗАХИСТ ПЛАНЕТИ



### ЦСР 13. Захист планети

#### Що мається на увазі?

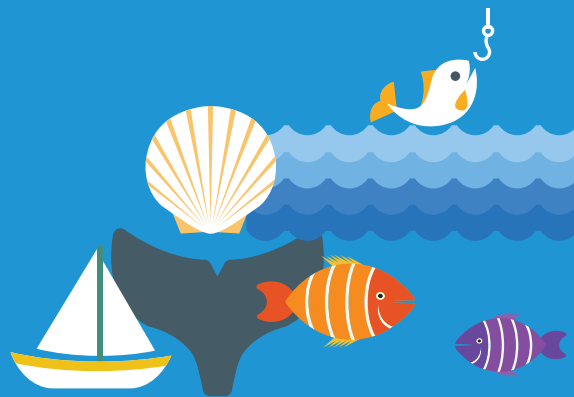
- Підвищити потенціал готовності до стихійних лих.
- Поширення знань та забезпечення поінформованості щодо зміни клімату.

Зміна клімату реальна. 97% кліматологів погоджуються з тим, що тенденції кліматичного потепління протягом минулого століття, ймовірно, пов'язані з діяльністю людини. Якщо людина не почне терміново боротись зі зміною клімату, наш будинок, планета Земля, буде у величезній небезпеці.

#### Як запобігти прискоренню зміни клімату.

- **Проведіть семінари щодо того, що робити в разі стихійних лих.** Зв'яжіться з установами, відповідальними за надзвичайні ситуації, щоб отримати їх пораду. Це допоможе забезпечити своїх ровесників необхідними знаннями та зробити їх більш підготовленими до можливих стихійних лих.
- **Купуйте екологічно чисті продукти.** Перевірте написи на упаковці, щоб дізнатися, чи є процес виробництва цих продуктів екологічно чистим. Купівля екологічно чистих продуктів сприяє зменшенню впливу на навколишнє середовище. Це зумовлено способами їх виробництва та аспектами подальшого споживання й переробки.
- **Відстежуйте скільки Ви репродукуєте вуглецю та створюйте план дій для підтримки навколишнього середовища.** Знайдіть онлайн-трекер для вимірювання рівня вуглецю та встановіть показники щодо його зменшення.
- **Споживайте менше м'яса.** практикуйте вегетаріанство один день на тиждень. М'ясопереробна промисловість має величезний вплив на навколишнє середовище, тому, споживаючи менше, Ви зменшуєте цей негативний вплив.
- **Підтримуйте високий тиск у Ваших шинах для зменшення споживання пального.** Зменшення споживання пального зменшує Ваш вуглецевий слід та допомагає зменшити викиди CO<sub>2</sub>.
- **Проведіть тренінг щодо того, як запобігти зміні клімату.** Тепер, коли Ви знаєте про дії з помякшення наслідків зміни клімату, станьте активістом та проведіть майстер-класи для інших.
- **Розділяйте відходи.** Чим менше відходів, тим безпечніше навколишнє середовище. Окремо сортуйте папір, скло, пластик, метал, стару електроніку. Усі вони можуть бути перероблені, тому направте їх до найближчого центра переробки.
- **Вимикайте світло.** Зменшення використання електрики допомагає зменшити негативний вплив на природу.
- **Користуйтеся громадським транспортом або велосипедом.** За допомогою громадського транспорту або їзди на велосипеді Ви зменшуєте викиди вуглецю, що суттєво впливає на покращення навколишнього середовища.

## 14 ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЖИТТЯ ПІД ВОДОЮ



## ЦСР 14. Забезпечення життя під водою

### Що мається на увазі?

- Зменшення забруднення Світового океану.
- Припинення надмірного вилову та незаконних риболовних методів.
- Рівні можливості для малих риболовних підприємств.
- Захист океанів та морських екосистем.

Чи розумієте Ви, що все, рано чи пізно, повертається на Вашу тарілку? Океан – це не смітник! Близько 40 % світових океанів сильно постраждали від діяльності людини. Більш того, життя понад 3 мільярдів людей залежить від біологічного різноманіття морських та прибережних районів.

### Як ви можете долучитися до захисту океанів:

- **Кампанії проти використання пластика.** Проведіть кампанію про наслідки неправильної переробки пластика та його надмірного застосування для морів та океанів.
- **Переконайте друзів щодо важливості стану океанів та морських ресурсів.** На основі опитування YouthSpeak лише 2% молоді долучилися до захисту життя під водою. Це означає, що молодь втрачає розуміння, чому підтримка чистого океану є важливою для нашого повсякденного життя. Зробіть серію презентацій у стилі розмов TED talk про роль океанів у нашому житті або покажіть серію YouTube про вплив відходів на океани та життя їх мешканців.
- **Дізнайтеся про утилізацію відходів та впливу цієї утилізації на океани.** Шукайте поради щодо утилізації відходів для уникнення негативного впливу на морську екосистему, особливо стосовно скла, пластику, батарейок і так далі.
- **Не використовуйте пластикові пакети.** Використання та неправильна утилізація пластика - головна причина забруднення морів. Переконайте своїх батьків припинити використовувати пластикові пакети у Вашому домі.
- **Долучіться до проекту очищення річок і океанів.** Ви можете залучити своїх друзів і членів родини, щоб очистити місцеву річку, приморське узбережжя або океан поруч з Вами. Розрекламуйте цей захід за допомогою Facebook, щоб залучити інших людей, які також хочуть допомогти.
- **Не викидайте сміття в річки та океани та засуджуйте тих, хто це робить.**
- **Купуйте місцеву рибу, отриману законним шляхом.** Ви можете підтримати малих виробників, купляючи на місцевих ринках та в магазинах. При купівлі перевірте, чи є у рибалок необхідні документи для ведення риболовного бізнесу.





## 15 ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЖИТТЯ НА ЗЕМЛІ



### ЦСР 15. Забезпечення життя на землі

#### Що мається на увазі?

- Збереження кількості лісів та гір.
- Запобігання вимиранню видів, що знаходяться під загрозою зникнення.
- Підтримування родючого ґрунту і землі.
- Захист дикої природи та запобігання браконьєрству.

Ліси не належать людям. Ліси є домівками для понад 80% всіх наземних видів тварин, рослин та комах. Однак наша роль полягає в тому, щоб подбати про них та інші земні екосистеми для підтримки життя на суші.

#### Хочете допомогти? Приводимо декілька ідей нижче.

- **Приєднуйтеся до політичних груп та ініціатив для сприяння охороні життя на суші.** Приєднуйтеся до НУО чи політичної групи, щоб захищати життя на суші через подання клопотань компаніям та уряду. Влаштовуйте освітні заходи у Вашій місцевій громаді, створюючи резолюції для підтримки тощо. Це може допомогти розпочати дискусію на цю тему на корпоративному/державному рівні.
- **Викидайте сміття у відведеному для цього місці.** Просто викидаючи сміття в сміттевий бак, ви підтримуєте чистоту ґрунту, лісу, гір, що допомагає уникнути забруднення цих екосистем.
- **Організуйте або приєднуйтеся до проектів, які допомагають підтримувати та створювати велосипедні чи пішохідні стежки.** Важливим способом захисту лісів та гір від впливу людини є створення засобів для їх співіснування. Ви можете створити або організувати проект, який створює або підтримує велосипедні чи пішохідні стежки в місцевих лісах або горах.
- **Посадіть дерево.** Посадіть одне або кілька дерев у Вашому районі, садку біля школи чи в лісі неподалік. Зробіть це щорічним заходом або подією в соціальних мережах чи просто серед своїх друзів, аби вони могли долучитися до справи.
- **Не купуйте різдвяні ялинки.** Переконайтеся, що Ваші батьки замінюють дерево пластиком і використовують пластикову ялинку року в рік. Це безперечно принесе святковий настрій і в той самий час збереже більше дерев.
- **Очистіть місцеві парки та ліси.** Організуйте свою власну ініціативу або приєднуйтеся до існуючої події для очищення, щоб зберегти екосистему Вашого місцевого зеленого простору. Це зовсім нескладно. Беріть сміттевий мішок, збирайте та сортуйте сміття, яке Ви знайдете. Навіть один зібраний мішок означає збереження екосистеми.
- **Здавайте папір для переробки.** Ви можете допомогти уникнути вирубки дерев, використовуючи перероблений папір та у меншій кількості. Зберігайте весь папір, який Вам не потрібний, в окремому контейнері та здавайте до спеціальних установ для переробки.
- **Не використовуйте пестициди для захисту та підтримки якості ґрунту.** Не використовуйте хімікати під час вирощування рослин. Це допоможе зменшити забруднення ґрунту. Ви завжди можете використовувати натуральні добрива.
- **Не купуйте нелегальні рослини чи об'єкти дикої природи.** Ви можете допомогти запобігти вимиранню видів під загрозою зникнення, якщо Ви перевіряєте джерело їх походження та не купуєте нелегальні рослини та тварин. Ви можете перевірити список зникаючих видів у Вашій країні та глобально – в інтернеті або в місцевій бібліотеці.
- **Не купуйте продукти, перевірені на тваринах.** Перевірте етикетки продуктів, які Ви купуєте. Перевірте, чи тестовані вони на тваринах. Тварини переважно застосовуються для тестів косметики, продуктів харчування, лікарських препаратів тощо. Крім того, Ви можете пошукати їх список в інтернеті. Запобігання покупкам від компаній, що перевіряють свою продукцію на тваринах, допомагає підтримувати різноманітність дикої природи та ліквідувати практику жорстокого поводження з тваринами.
- **Не відвідуйте установи, які жорстоко поводяться з тваринами.** Перестаньте відвідувати цирку з тваринами та відвідуйте лише зоопарки та акваріуми, які добре піклуються про своїх тварин та сприяють створенню природного місця проживання.
- **Не купуйте хутро або шкіру.** Заміщуйте хутро та шкіру штучними або іншими матеріалами, щоб запобігти практикам жорстокого поводження з тваринами.
- **Беріть домашніх тварин з притулку.** Ви можете врятувати життя тварини, взявши домашню тварину з притулку, а не купуючи її.
- **Станьте волонтером і допомагайте організаціям з питань вуличних тварин або притулком.** Допомагайте підтримувати різноманітність та врятувати життя тварин шляхом добровільної участі в організаціях, що допомагають цим тваринам, а також займаються захистом видів, що знаходяться під загрозою зникнення.

# 16 МИР І СПРАВЕДЛИВІСТЬ



## ЦСР 16. Мир і справедливість

### Що мається на увазі?

- Зниження рівня насильства у світі.
- Припинення тортур та насильства над дітьми.
- Рівний доступ до юридичних послуг.
- Зниження рівня корупції та хабарництва.
- Доступ громадськості до інформації та захист основних прав.
- Інклюзивне та репрезентативне прийняття рішень на всіх рівнях.

За даними Організації Об'єднаних Націй, молоді люди не знаходяться у центрі прийняття політичних рішень, хоча майже половина населення світу молодше 30 років. Як молодь, ми маємо право виступати за те, у що ми віримо, і щоб наші ідеї були представлені в органах влади. Більше того, у світі все ще існують конфлікти, через які діти залишають початкову школу, а також зростає рівень бідності та руйнується інфраструктура.

## Як Ви можете допомогти.

- **Дізнайтеся більше та розкажіть друзям про Ваші права та обов'язки.** Знаючи про основні права людини та інші права, Ви можете захистити себе в небезпечних ситуаціях. Навчаючи інших, Ви можете допомогти запобігти поширенню кількості молоді та дітей у ситуаціях експлуатації або зловживання, надати їм інформацію про доступ до юридичних послуг та інше. Це має стати окремим уроком у Вашому навчальному закладі.
- **Проведіть спільні семінари для вирішення конфліктів.** Залучіть своїх вчителів та однокласників або колег до семінару з питань управління та вирішення конфліктів. Цей семінар має відбуватися за участю професіоналів у цій сфері і може стати для всіх платформою знань про запобігання насильницькому розв'язанню конфліктів та розвинути співчуття та емоційний інтелект.
- **Беріть участь у зустрічах між посадовцями та особами з недостатньо представлених груп.** Ви можете стати голосом свого покоління в процесі прийняття рішень, активно приймаючи участь у зустрічах з представником влади, різними молодіжними робочими групами тощо. В усьому світі лише 2% парламентаріїв молодше 30 років. Це робить молодь менш представленою групою, і Вам потрібно докласти додаткових зусиль для того, щоб Ваші права були захищені.
- **Голосуйте! Це тісно пов'язано з попереднім пунктом.** Використовуйте своє право голосу для того, щоб продемонструвати свою підтримку конкретним ідеям або зробити Ваш голос почутим у різних установах. Врешті-решт, рішення приймаються тими, хто присутній.
- **Державна служба.** Якщо двох попередніх дій для Вас недостатньо, і Ви хочете представляти молодь у процесі офіційного прийняття рішень, Ви завжди можете подати свою кандидатуру на посаду державного службовця. Ви можете знайти натхненні приклади у всьому світі. Наприклад, міністру молоді в ОАЕ всього 23 роки.
- **Будьте в курсі новин.** Актуальність того, що відбувається в суспільстві, допомагає усвідомлювати наростаючі конфлікти, знати про останні урядові рішення, нові закони, які можуть вплинути і на Вас. Бути добре інформованим та мати доступ до інформації є привілеєм та силою, яку Ви можете застосувати і поділитися з колегами, щоб бути готовим до прийняття самостійних рішень.
- **Протистояти корупції та не давати хабарів.** Навіть у житті підлітка, студента чи молодого професіонала є загроза зітнутися зі спробами підкупу в різних установах (школі, лікарні, школі водіїв тощо). Зробіть усвідомлене рішення не підтримувати таку поведінку, навіть незважаючи на те, що дати хабара може здатися легшим, ніж навчання або праця над чимось. У випадку, якщо Ваші члени родини, друзі або колеги намагаються дати/взяти хабар, продовжуйте обстоювати та поширювати свої принципи.





## 17 СПІВПРАЦЯ ЗАРАДИ ДОСЯГНЕННЯ ЦІЛЕЙ



### ЦСР 17. Співпраця заради досягнення Цілей

#### Що мається на увазі?

- Мобілізація фінансових ресурсів для країн, що розвиваються.
- Підвищення технічної та інноваційної спроможності в країнах, що розвиваються.
- Набуття навичок, необхідних для виконання Цілей сталого розвитку в країнах, що розвиваються.
- Збільшення експорту з країн, що розвиваються.
- Моніторинг даних та підзвітність прогресу.

Ця гра не може бути виграна однією людиною, однією компанією або навіть окремими урядами. Це відповідальність кожного, якщо ми дійсно хочемо, щоб це сталося. Всі галузі та все населення повинні співпрацювати.

#### Як ви можете залучити всіх людей до роботи заради втілення ЦСР?

- **Робота або добровільна робота в НУО, які працюють з ЦСР.** Шляхом волонтерства з різними НУО Ви можете сприяти досягненню Цілей сталого розвитку через різні проекти у Вашій країні чи країнах, що розвиваються. Зокрема, Ви можете працювати у сфері зміцнення потенціалу для розвитку технологій та інновацій, а також освіти задля сталого розвитку.
- **Збір коштів для проектів, розроблених на основі ЦСР.** Ви можете безпосередньо підтримати проект Вашими власними ресурсами або розпочати кампанію, спрямовану на залучення коштів, щоб підтримати існуючі ініціативи, спрямовані на досягнення ЦСР в одній з країн, що розвиваються. Просто відвідайте одну з цих платформ, щоб отримати натхнення і вирішити, яку саме ініціативу Ви хочете підтримати.
- **Купуйте товари з країн, що розвиваються.** Ви можете підтримати експорт, створюючи попит на продукти з країн, що розвиваються. Зверніть увагу на позначку "Fair Trade" на продуктах, які вказують на те, що ці продукти походять від місцевих виробників у країнах, що розвиваються.
- **Підзвітність урядів та компаній.** Ознайомтеся з планом Вашого уряду щодо виконання Цілей сталого розвитку та використовуйте Ваші громадянські права (голосування, приєднання до робочих груп, організацій громадянського суспільства), щоб чинити тиск на уряди для виконання цього плану. Ви можете використовувати силу впливу покупців, щоб стимулювати бізнес впроваджувати свідомі рішення. Може, однієї людини недостатньо, щоб це сталося, але Ви можете розпочати рух у Вашій громаді! Ми всі повинні взяти на себе відповідальність та досягти Цілей, які впливають не тільки на наше життя, але й на існування всієї планети!

# Слово подяки



**Азійський банк розвитку** був заснований на початку 1960-х років як азійська фінансова установа, що сприятиме економічному зростанню та співпраці в одному з найбідніших регіонів світу. АБР допомагає своїм членам та партнерам, надаючи позики, технічну допомогу, гранти та інвестиції в акції для сприяння соціальному та економічному розвитку. АБР з гордістю підтримує діяльність та є партнером Youth for Global Goals.



Партнерство з компанією AIESEC на протязі більше ніж 10 років і понад 350 стажерів у всьому світі надає **Electrolux** статус одного з найсильніших глобальних партнерів. Цього року, разом з кампанією щодо залучення талантів компанія Electrolux разом із AIESEC взяла участь у розробці стратегії «Для кращого», а також стала спонсором щорічної премії Global Electrolux Excellence Awards.



**JCI** є неприбутковою організацією молодих активних громадян віком від 18 до 40 років, які беруть участь у діяльності та беруть на себе зобов'язання впливати на свої громади. JCI – це мережа молодих людей у більш ніж 120 країнах, яка допомагає змінити світ на краще через цілеспрямоване рішення місцевих проблем. JCI організовує проекти, пов'язані з проблемами молоді в більш ніж 5000 підрозділах у всьому світі.



Заснований в 1937 році, **Plan International** є гуманітарною організацією з розвитку, яка опікується правами дітей та рівністю для дівчат. Вони прагнуть справедливого світу, працюють разом з дітьми, молоддю, нашими послідовниками та партнерами. Ми прагнемо справедливого світу, який захищає права дітей та гарантує рівність для дівчат. Plan International – партнер-засновник Youth for Global Goals.



**PwC** з гордістю підтримує AIESEC у всьому світі вже більше 40 років, що робить його найдовшим постійним партнером. PwC співпрацює з AIESEC за різноманітними ініціативами, активно бере участь у міжнародних конференціях, надаючи поради та досвід, здійснює фінансову підтримку, залучає талант і активно розвиває мережу випускників. Глобальне партнерство можна розділити на чотири основні сфери, які включають глобальне лідерство, розвиток таланту, корпоративну соціальну відповідальність та порозуміння з молоддю.



**SDSN Youth** являє собою офіційну молодіжну ініціативу Мережі рішень з питань сталого розвитку ООН, яка дає змогу молоді в усьому світі створювати рішення щодо сталого розвитку. SDSN Youth виховує у молоді розуміння концепції сталого розвитку та створює можливості для використання творчості та знань для новаторських рішень для ЦСР.

**Teach For All**

**Teach For All** – це глобальна мережа з більш ніж 35 незалежних партнерських організацій, які очолюють та фінансують місцеві громади і мають спільне бачення шляхів розширення можливостей освіти у своїх країнах. Кожен партнер набирає та розвиває різноманітних лідерів протягом двох років, щоб потім навчати всіх, у кого є в цьому потреба, і згодом збільшити можливості для дітей.



**TCS** один з найбільших партнерів AIESEC у сфері стажування і залучає таланти для своїх глобальних проектів в рамках програми ACE по всьому світу. В минулому році понад 200 стажерів-випускників взяли участь в програмі.



**UN Habitat** – це програма Організації Об'єднаних Націй, спрямована на поліпшення майбутнього у містах. Її мета полягає у сприянні соціально- та екологічно-стабільному розвитку населених пунктів та адекватному забезпечення житлом всіх. Затверджена Генеральною Асамблеєю ООН у 1978 році для вирішення питань зростання міст, вона є установою з питань процесів містобудування та розуміє прагнення міст та їх мешканців. Близько сорока років UN Habitat працює в населених пунктах у всьому світі, зосереджуючи увагу на створенні більш світлого майбутнього для сіл, містечок та міст усіх розмірів.



**U-Report** – це один з проектів ЮНІСЕФ; безкоштовний інструмент для участі громади, призначений для вирішення питань, які турбують населення. ЮНІСЕФ працює в 190 країнах і територіях для захисту прав кожної дитини. ЮНІСЕФ вже 70 років прагне покращити життя дітей та їх сімей.



**Всесвітня Організація Скаутського Руху** – найбільша міжнародна скаутська організація. ВОСР налічує 165 членів. Ці члени є визнаними національними скаутськими організаціями, котрі колективно мають понад 40 мільйонів учасників.



**World Vision** є глобальною християнською організацією, яка займається питаннями допомоги, розвитку та адвокації, працює з дітьми, родинами та громадами в більш ніж 100 країнах світу для подолання бідності та несправедливості.



**World Merit** - це платформа для молодих громадян світу, які тісно співпрацюють, щоб зробити світ кращим. World Merit прагне поєднати талант з можливостями та підтримує молодь.



**Project Everyone** є неприбутковим агентством, що спроможне працювати над кампаніями, контентом та подіями, які ведуть до досягнення Цілей сталого розвитку. Наша мета полягає у забезпеченні того, щоб кожен на планеті знав, що таке глобальні цілі, щоб збільшити шанси на їх досягнення.

**Michiel Stork, Goher-Ur-Rehman Mir, Mansi Jasuja** – це експерти з великим досвідом у галузі «чистої енергетики», які зробили свій креативний внесок до ЦСР 7.

## Команда, яка стоїть за створенням Путівника.

**Alonso Salazar**  
Маркетинг

**Federico Restrepo Sierra**  
Менеджер Youth 4 Global Goals

**Tanya Landysheva**  
PR

**Larissa Demel**  
Вимір впливу

**Laurena Alves**  
Менеджер з маркетингу

**Diego Tibamoso**  
Менеджер форуму YouthSpeak

**Mei Kok**  
Менеджер з питань партнерства

**Jakub Wolf**  
Редактор

Дизайн:





**Youth**  
4 Global Goals

[youth4globalgoals.org](http://youth4globalgoals.org)