1 GEEN ARMOEDE

2 GEEN HONGER

3 GOEDE GEZONDHEID EN WELZIJN

4 KWALITEITS-ONDERWIJS

5 GENDER-GELIJKHEID

6 SCHOON WATER EN SANITAIR

7 BETAALBARE EN DUURZAME ENERGIE

8 EERLIJK WERK EN ECONOMISCHE GROEI

9 INDUSTRIE, INNOVATIE EN INFRASTRUCTUUR

10 ONGELIJKHEID VERMINDEREN

11 DUURZAME STEDEN EN GEMEENSCHAPPEN

12 VERANTWOORDE CONSUMPTIE EN PRODUCTIE

13 KLIMAATACTIE

14 LEVEN IN HET WATER

15 LEVEN OP HET LAND

16 VREDE, JUSTITIE EN STERKE PUBLIEKE DIENSTEN

17 PARTNERSCHAP OM DOELSTELLINGEN TE BEREIKEN

170

dagelijkse acties

ALS

Betrek zoveel mogelijk mensen. Laat bijvoorbeeld klassen regelmatig een daguitstap maken naar achtergestelde buurten.

1

Geef op je verjaardag de mogelijkheid om geld te doneren aan een door jou gekozen goed doel.

2

Koop fairtradeproducten om duurzame handelssystemen die werknemers eerlijk belonen te steunen.

3

Leer anderen een vaardigheid aan of geef een korte cursus in een buurthuis (computervaardigheden, een cv opstellen, sollicitatiegesprekken voorbereiden, enzovoort).

4

Koop kleding of andere producten in winkels die een deel van hun winst doneren aan liefdadigheids-instellingen.

5

Sponsor een kind zodat hij of zij toegang heeft tot voedsel, onderwijs en gezondheidszorg.

6

Ruim je voorraadkast op. Vul een doos met niet-bederfelijk eten en doneer het aan een voedselbank.

7

Breng een debat rond armoede op gang. Schrijf een blog of een artikel in de lokale krant.

8

Word vrijwilliger in opvangplaatsen voor daklozen. Je tijd kan waardevoller zijn dan je geld.

9

Geef wanneer je kan aan elke bedelaar op straat. Een appel, een fles water, wat kleingeld of zelfs een glimlach is beter dan helemaal niets geven.

10

JIJ

Verspreid de boodschap. Hoe meer ideeën er worden verspreid om honger te bestrijden, hoe meer mensen zich zullen inzetten. 1

Doneer niet-bederfelijk voedsel aan liefdadigheids-instellingen. 2

Ondersteun lunchprogramma's voor scholen in ontwikkelingslanden. Wanneer er een middagmaal verkrijgbaar is, neemt de aanwezigheid toe. 4

Steun voedselhulpprogramma's. Ze bieden meer dan 20 keer meer voedsel dan voedselbanken en soepkeukens. 3

Bied één keer per week je expertise aan. Veel voedselhulporganisaties hebben nood aan mensen met gespecialiseerde vaardigheden zoals boekhouding, kennis van sociale media en schrijfvaardigheden. 6

Als je werknemers met een minimumloon in dienst neemt, help hen dan in het voorzien in hun basisbehoeften, zoals toegang tot onderwijs voor hun kinderen. 5

Veel mensen die honger lijden, aarzelen om hulp te vragen vanwege het stigma en de schaamte. Spreek erover en informeer anderen over deze realiteit. 8

Hou een zak appels of conserven in de auto voor straatbedelaars. 7

Lees een boek. Een beter begrip van de oorzaken van honger in de wereld zal je helpen een verschil te kunnen maken. 9

Steun lokale boeren door je voedsel rechtstreeks van hen te kopen op de markt. 10

GEEFT

Rook niet.

1

Beweeg meer. Maak een wandeling tijdens de middagpauze, of fiets naar het werk.

2

Hartziekten blijven de nummer één doodsoorzaak. Leer meer over de oorzaken en symptomen van hart- en andere niet-overdraagbare ziekten.

5

Eet gezond en drink veel water.

3

Zorg voor bewustwording rond psychische aandoeningen zoals depressie, drugsmisbruik of de ziekte van Alzheimer.

4

Blijf leren. Zowel mentaal als fysiek actief blijven helpt senioren om uit een depressie te komen. Dus, leer een nieuwe taal, lees veel of richt een boekenclub op.

7

HIV/AIDS is nog steeds een groot probleem. Bescherm jezelf. Test jezelf.

6

3 GOEDE GEZONDHEID EN WELZIJN

Geef borstvoeding. Het is de beste voedingsbron voor baby's die hen beschermt tegen ziekten, voordelen heeft op lange termijn en bovendien goed is voor de moeders.

8

Slaap voldoende.

9

Maak tijd voor jezelf en je vrienden.

10

OM

Help een migrant bij het leren van een nieuwe taal.

1

Voorzie gezonde maaltijden in scholen.

2

Leer je kinderen over het belang van onderwijs, voor hen is het moeilijker de tastbare voordelen ervan in te zien.

3

Laat kinderen films of series kijken die zowel entertainend als leerzaam zijn.

4

Leren stopt niet aan de schoolpoort. Neem kinderen mee op uitstapjes naar het planetarium of het museum.

5

Steun goede doelen die in de armste delen van de wereld onderwijs ondersteunen.

6

Doneer boeken aan openbare bibliotheken of aan scholen die ze nodig hebben.

7

Deel succesverhalen, ook de verhalen die de krantenkoppen niet halen.

8

In vele landen moeten meisjes vroegtijdig de school verlaten omwille van gedwongen huwelijken. Spreek erover en informeer anderen over deze realiteit.

10

Deel je kennis met je omgeving.

9

DE

Vergroot de genderpariteit onder leidinggevenden op de werkvloer.

1

Communiceer met mediakanalen (bv: reclamebedrijven en filmproductiehuizen) over de schadelijke gevolgen van genderstereotypen.

4

Geef het goede voorbeeld aan kinderen door thuis op gelijke voet beslissingen te nemen.

2

Moedig scholen aan om beurzen voor meisjes te voorzien.

3

Kom op voor gendergelijkheid op de werkvloer.

5

Vrouwen, ken je rechten en kom er voor op.

6

Maak gendergelijkheid een onderdeel van opleidingen en onderwijs. Jongeren moeten worden ondersteund bij het kiezen van banen die hun toekomst bevorderen, ongeacht hun geslacht.

8

Maak flexibiliteit en de balans tussen werk en privéleven een onderdeel van de bedrijfscultuur.

7

5 GENDER-GELIJKHEID

Gendergelijkheid begint thuis.

9

Wees een rolmodel voor jonge meisjes.

10

TOEKOMST

Lees een boek over water. Het zal je begrip over de impact van water op onze maatschappij, economie en planeet vergroten. 1

Verspil niets. Wanneer je ijsblokjes over hebt, gooi ze dan niet weg. Gebruik ze voor planten. 2

Steun organisaties die water voorzien in hulpbehoevende regio's. 3

6 SCHOON WATER EN SANITAIR

Doneer aan projecten die middelen nodig hebben voor het boren van waterputten, het installeren van waterleidingen en -pompen alsook voor het geven van opleidingen aan gemeenschappen voor het onderhoud ervan. 4

Spoel nooit giftige chemicaliën zoals verf, chemische stoffen of medicatie door in het toilet. Dit vervuilt meren en rivieren en zorgt voor gezondheidsproblemen voor zowel het leven onder water als voor mensen. 7

Herstel lekken in je huis. Een lekkende kraan kan meer dan 11 000 liter per jaar verspillen. 5

Organiseer fondsenwervende activiteiten op school op Wereldwaterdag en Wereldtoiletdag en doneer het geld aan een door jou gekozen project. 6

Was je auto bij carwashes die het water recycleren. 8

Draai de kraan dicht terwijl je je tanden poetst en terwijl je je onder de douche inzeept. 9

Schakel een "groene loodgieter" in om je water- en energieverbruik te helpen verminderen. 10

DRAAG DAN BIJ

Zet een deksel op je kookpot. Daardoor verbruik je tot wel 75% minder energie om water te koken.

1

Gebruik energiezuinige verlichting en vergeet niet om elektronische apparatuur zoals TV's en computers uit te schakelen wanneer je op vakantie vertrekt.

2

Schakel de verlichting uit in kamers die niet worden gebruikt. Wanneer je je lichten uitschakelt, zelfs voor enkele seconden, bespaart dit meer energie dan er nodig is voor het inschakelen van het lampje, ongeacht het type lamp.

3

Een efficiënt ontworpen woning combineert energiezuinige constructies met apparaten en verlichting, zoals zonneboilers en zonne-energie.

4

Stel je huishoudelijke apparaten in op een energiezuinige stand.

5

Verlaag de thermostaat, kleed je warmer aan en gebruik tapijten om je huis warm te houden.

6

7 BETAALBARE EN DUURZAME ENERGIE

Ondersteun projecten rond zonne-energie voor scholen, huizen en kantoren.

7

Vul de waterkoker alleen met de hoeveelheid water die nodig is.

8

Denk je eraan om airco te installeren? Overweeg een installatie op zonne-energie.

9

Vraag om advies over en begeleiding bij energie-efficiëntie in historische gebouwen.

10

TOT DE

Laat je kinderen een dag op je werk doorbrengen, zodat jongeren persoonlijk een gezonde werkomgeving kunnen ervaren.

1

Steun internationale campagnes om moderne slavernij, dwangarbeid, mensenhandel en gedwongen huwelijken te beëindigen.

3

Geef jonge mensen de mogelijkheid te ondernemen met behulp van microkredieten.

2

Zorg voor stabiliteit. Zorg ervoor dat jonge werknemers kunnen groeien in hun functie.

4

Wees bewust en maak ethische keuzes bij je aankopen. Vermijd producten gemaakt onder slechte arbeidsomstandigheden.

5

8 EERLIJK WERK EN ECONOMISCHE GROEI

Beloon hard werk. Mensen zetten zich harder in als er een eerlijke beloning tegenover staat.

6

Zorg voor verlaagde tarieven op kwaliteitsvolle gezondheidszorg en -faciliteiten voor werknemers.

7

Zorg voor veilige werkomstandigheden.

8

Zorg voor meer carrièremogelijkheden voor jongeren.

9

Ondersteun trainings- en ontwikkelingsprogramma's zodat werknemers hun vaardigheden kunnen ontwikkelen.

10

VERANDERING.

Financier projecten die infrastructuur voor basisbehoeften voorzien.

1

Doneer nog werkende telefoons. Toegang tot communicatiemiddelen is een probleem voor 1,5 miljard mensen wereldwijd.

2

9 INDUSTRIE, INNOVATIE EN INFRASTRUCTUUR

Ziekenhuizen en scholen kunnen fondsenwervende evenementen organiseren voor projecten rond gezondheidszorg-infrastructuur.

3

Dompel jezelf onder in andere culturen. Organiseer groepsreizen naar regio's waar basisbehoeften ontbreken. Dit zal het begrip vergroten en mensen motiveren om actie te ondernemen.

4

Investeer in duurzame infrastructuur. Gebruik efficiënte bouwmaterialen en milieuvriendelijke technologieën.

5

Blijf op de hoogte van de nieuwste technologieën en innovaties.

6

Geef financiële steun aan ontwikkelingslanden voor technologisch onderzoek.

7

Neem meer wetenschappelijke onderzoekers en ontwikkelingswerkers in dienst in de industriële sector.

8

Maak steden gezonder. Verander lege dakruimtes op gebouwen in stadstuinen. Ze verbeteren de luchtkwaliteit, isoleren tot wel 25%, absorberen geluid en bevorderen sociale integratie.

9

Gooi niet weg, maar geef weg. Het upgraden van onze elektronische gadgets kunnen we niet tegenhouden, maar onze gadgets zijn vaak nog in goede staat. Geef je oude werkende apparaten door of laat ze recycleren zodat bepaalde onderdelen teruggewonnen kunnen worden.

10

HELP

Laat je kinderen kennismaken met kinderen met een andere culturele en sociale achtergrond.

1

Ga één keer per maand een kop koffie drinken met iemand die een andere culturele achtergrond heeft.

2

Koop fairtrade, en stimuleer eerlijke handel.

4

Heb respect voor mensen die dingen op een andere manier doen.

3

Reis op een duurzame manier de wereld rond om te leren over andere culturen.

5

10 ONGELIJKHEID VERMINDEREN

Sponsor een kind en geef het de kans om naar school te gaan.

6

Lees kinderen voor uit boeken die over andere culturen gaan.

7

Zeg “ja” tegen de verhoging van het minimumloon.

8

Bouw toegankelijke scholen, huizen en kantoren voor ouderen en mensen met een beperking.

9

Weerleg stereotypen. Start bijvoorbeeld een blog die deze manier van denken tegengaat.

10

ARMOEDE TE BEËINDIGEN

Carpool naar het werk en overtuig je collega's.

1

Pleit voor de ontwikkeling van toegankelijke sportinfrastructuur en recreatieterreinen. Ze dragen bij aan gezonde, inclusieve en veilige samenlevingen.

3

Verhoog het bewustzijn van de ecologische voetafdruk van je stad en zoek naar manieren om deze te verminderen.

2

11 DUURZAME STEDEN EN GEMEENSCHAPPEN

Bouw bruggen met minderbedeelde buurten. Raadpleeg en betrek mensen van verschillende sociale achtergronden bij besluitvormings-processen.

6

Gebruik het openbaar vervoer, de fiets en andere ecologisch verantwoorde transportmiddelen, zoals carpoolen.

4

Zet beleidsmakers aan tot een open en transparante communicatie.

5

Kom samen om te brainstormen rond manieren om veilige en toegankelijke openbare ruimtes te garanderen, in het bijzonder voor vrouwen, kinderen, ouderen en mensen met een beperking.

9

Zorg voor lagere tarieven voor openbaar vervoer in steden die geplaagd worden door verkeersellende.

7

School jezelf bij over het cultureel en natuurlijk erfgoed van je regio. Bezoek erfgoedsites en breng ze positief onder de aandacht.

8

Geef als bedrijf kortingen op de huur van stadsfietsen.

10

ONGELIJKHEDEN TE VERMINDEREN

Doneer kleding of andere items die je niet meer gebruikt.

1

Organiseer samen met scholen een wekelijkse openbare schoonmaak van één uur om afval op te ruimen en zo het bewustzijn rond vervuiling te vergroten.

2

12 VERANTWOORDE CONSUMPTIE EN PRODUCTIE

Koop ook vervormd en overrijp fruit. Je kan er heerlijke smoothies mee maken!

3

Werk samen met hotels, restaurants, supermarkten of fastfoodketens om voedseloverschotten op te halen en ze te doneren aan liefdadigheids-instellingen.

4

Consuminder, recycleer en hergebruik!

5

Eet lokaal. Steun fairtrade organisaties die zich inzetten voor eerlijke handel.

8

Douch niet te lang. Vul het bad niet tot aan de rand. Overmatig watergebruik leidt tot wereldwijde waterschaarste.

6

Koop duurzame producten, gaande van elektronica tot shampoo, en doe je boodschappen in biowinkels en op biomarkten.

7

Doe je was met koud water. Warm water verbruikt meer energie.

9

Drink kraantjeswater wanneer het veilig is.

10

EN DE KLIMAATOPWARMING TEGEN TE GAAN.

Composteer voedselresten.

1

Laat de auto staan. Ga te voet, met de fiets, neem het openbaar vervoer of carpool.

2

Gebruik herbruikbare tassen.

3

Laat je haar en kleding op natuurlijke wijze drogen.

4

Rij niet met de auto tijdens de spitsuren.

5

Onderhoud je auto. Een goed onderhouden auto stoot minder vervuilende stoffen uit.

6

Organiseer samen met je school of bedrijf een jaarlijkse boomplantactie. Bomen geven zuurstof af en nemen koolstofdioxide op.

7

Koppel TV's, computers en andere elektronica los van het net wanneer je ze niet gebruikt.

8

Genereer bewustzijn in je omgeving over manieren en oplossingen om het broeikaseffect te verminderen.

9

Koop alleen wat je nodig hebt. Eén derde van ons eten belandt in de vuilnisbak.

10

13 KLIMAATACTIE

SAMEN

Neem als vrijwilliger deel aan schoonmaakacties om het strand op te ruimen.

1

Koop geen sieraden of andere items gemaakt van koraal, schildpadden of ander zeeleven.

2

Eet lokaal, duurzaam voedsel.

3

Ondersteun organisaties die de oceanen beschermen.

4

Gebruik minder plastic, dit komt vaak in oceanen terecht en doodt zeedieren.

5

Respecteer de wetten rond overbevissing.

6

Informeer jezelf over het leven onder water door bijvoorbeeld educatieve documentaires te bekijken.

7

Vermijd de aankoop van in het wild gevangen zoutwatervissen voor je aquarium.

8

Beperk je ecologische voetafdruk, en zo ook het broeikaseffect. Hoe meer CO2 in de lucht, hoe zuurder de oceanen. Een verhoogde uitstoot van CO2 is dus nefast voor het leven onder water.

9

Beoefen verantwoorde recreatieve activiteiten zoals varen, snorkelen en kajakken.

10

KUNNEN WE

Vermijd het gebruik van pesticiden die in de waterloop terecht kunnen komen, ze zijn schadelijk voor dieren in het wild. 1

Eet seizoensgebonden. Het is goedkoper, milieuvriendelijk en bovendien heel lekker! 2

Steun projecten die bodems beschermen en herstellen. 3

Koop nooit producten afkomstig van bedreigde diersoorten. 4

Wanneer je naar de winkel of de markt gaat, maak dan milieuvriendelijke keuzes. 6

Gebruik gerecycleerd papier en schenk aandacht aan milieulabels. 5

Eet minder vlees. De productie en distributie van vlees heeft een enorme impact op de uitstoot van broeikasgassen. 7

Maak je eigen compost. Het ondersteunt de biodiversiteit, verrijkt de bodem en vermindert de behoefte aan chemische meststoffen. 8

Neem deel aan lokale stadslandbouw. 9

Koop gerecycleerde producten. 10

DE WERELD

Gebruik je stemrecht tijdens verkiezingen om te wegen op beleid dat streeft naar een duurzame toekomst.

1

Informeer je over de besluitvormings-processen van je land.

2

Stop zinloos geweld en geweld tegen vrouwen. Als je het ziet gebeuren, meld het dan.

3

Waardeer diversiteit. Zo komen we tot een inclusieve samenleving.

4

Zorg thuis voor een vredige levenssfeer.

5

Kom op een vreedzame manier op voor datgene waarin je gelooft.

6

Lees een boek, schrijf een brief of maak een video om op te komen voor wereldvrede.

7

Neem deel aan lokale gemeenschaps-evenementen om anderen in een ontspannen omgeving te leren kennen.

10

Doe wekelijks aan zelfreflectie en denk na over hoe je wil staan tegenover anderen.

8

Doe vrijwilligerswerk bij lokale organisaties die zich inzetten tegen zinloos geweld en voorlichtingsprogramma's ondersteunen.

9

TRANSFORMEREN.

Zoek als bedrijf of organisatie naar synergieën en bouw sterke partnerschappen op. Deel kennis, expertise, technologie en financiële middelen.
1

Stimuleer scholen om buitenschoolse activiteiten in zowel lokale gemeenschappen als bedrijven te omarmen.
2

Leer kinderen samenwerken op een recreatieve manier.
3

Moedig maatschappelijke verantwoord ondernemen aan, zo stimuleer je duurzame ontwikkeling in ontwikkelingslanden.
5

Steun samen met anderen organisaties die je nauw aan het hart liggen.
4

Werk samen met organisaties in andere landen die dezelfde visie hebben. Deel succesverhalen en beste parktijken.
6

Zet partnerschappen in de schijnwerper.
7

Wees duidelijk en specifiek over je sociale doelstellingen.
8

Technologische experten: werk samen met projecten in ontwikkelingslanden die nood hebben aan technologische vaardigheden.
9

Doe thuis aan teamwerk. Organiseer activiteiten met het hele gezin.
10

1 GEEN ARMOEDE
2 GEEN HONGER
3 GOEDE GEZONDHEID EN WELZIJN
4 KWALITEITS-ONDERWIJS
5 GENDER-GELIJKHEID
6 SCHOON WATER EN SANITAIR
7 BETAALBARE EN DUURZAME ENERGIE
8 EERLIJK WERK EN ECONOMISCHE GROEI
9 INDUSTRIE, INNOVATIE EN INFRASTRUCTUUR

10 ONGELIJKHEID VERMINDEREN
11 DUURZAME STEDEN EN GEMEENSCHAPPEN
12 VERANTWOORDE CONSUMPTIE EN PRODUCTIE
13 KLIMAATACTIE
14 LEVEN IN HET WATER
15 LEVEN OP HET LAND
16 VREDE, JUSTITIE EN STERKE PUBLIEKE DIENSTEN
17 PARTNERSCHAP OM DOELSTELLINGEN TE BEREIKEN
DUURZAME ONTWIKKELINGS DOELSTELLINGEN

Over de Duurzame Ontwikkelingsdoelstellingen

Onze planeet is een prachtige plek, maar we vergeten soms hoe waardevol ze is. We richten ons voornamelijk op uitdagingen waar we dagelijks mee geconfronteerd worden, gaande van armoede en ongelijkheid tot klimaatverandering. Als er niets wordt gedaan om deze trends te stoppen, te voorkomen of om te keren, blijven ze doorzetten. Dit is waarom de Verenigde Naties zich inzet om de juiste weg in te slaan naar een duurzame toekomst.

We streven ernaar om voor elk individu een beter toekomstperspectief te bieden, opdat iedereen kan groeien en zijn of haar potentieel kan benutten. We willen overal ter wereld het goede in elke persoon bewaren en beschermen, en een einde maken aan hetgeen ons verdeelt. In 2015 kwamen wereldleiders samen voor het opstellen van de Agenda 2030: een reeks van zeventien doelstellingen voor duurzame ontwikkeling.

Onze dagelijkse activiteiten hebben een invloed op de toekomst van onze kinderen. Iedereen is gelijkwaardig en verdient dezelfde kansen. Dankzij de SDG's kunnen we mensen wereldwijd bereiken en laten we niemand achter. De 17 SDG's zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden. Zo is armoede onlosmakelijk verbonden met honger en is onderwijs voor iedereen nauw verbonden met vrouwenemancipatie. Wanneer we ons hiervan bewust zijn, kunnen we beter begrijpen aan welke noden nog moet worden beantwoord. Zo zetten we de juiste stappen om de zeventien SDG's te verwezenlijken. Het is tijd terug te geven wat de planeet ons gegeven heeft. Dagelijks een kleine moeite kan een groot verschil maken!

Ontdek de eenvoudige acties die je hievoor kan ondernemen.

De Duurzame Ontwikkelingsdoelstellingen (SDG's) zijn universeel en ondeelbaar, ieder van ons maakt deel uit van de verandering.

UNOG
UNITED NATIONS OFFICE AT GENEVA

Genève internationale
Peace, Rights and Well-Being