

DOE ELKE DAG
IETS OM DE
WERELD TE
VERBETEREN

Dit journal is van:

Er gaat geen dag voorbij waarop je geen invloed hebt op de wereld om je heen. Wat je doet maakt verschil en je zult een beslissing moeten nemen over wat voor soort verschil jij wilt maken.



In dit boekje vind je 365 manieren om voor positieve verandering in de wereld te zorgen. Je treft er inspirerende citaten in aan van natuurkenners, beroemdheden, politici en dichters, maar ook verhalen van alledaagse rolmodellen (in het rubriekje ‘Helpende hand’): van een hairstylist in de VS tot een jachtopziener in Rwanda. Daarnaast lees je er verontrustende feiten in over armoede, honger, opleiding, gezondheid, de overheid en het milieu, inclusief acties die je nú in verband daarmee kunt ondernemen.

Sommige lezers halen misschien de schouders op bij de confrontatie met al die onrechtvaardigheid in de wereld, zowel groot als klein, zowel dichtbij als ver weg, omdat de taak daar iets aan te doen zo immens is. Blader echter gewoon eens door de niet-gedateerde bladzijden van dit boekje en je zult manieren vinden om bij te dragen aan verandering, dag voor dag en actie voor actie.

In *Doe elke dag iets om de wereld te verbeteren* kom je erachter hoe lang het duurt voor blikjes (80-100 jaar) en plastic flessen (nooit!) vergaan zijn, maar je doet ook kennis op over recyclen en upcyclen en hoe je bedrijven kunt aanspreken op onnodig verpakkingsmateriaal. Je zult er dingen in lezen over

ernstig bedreigde diersoorten, maar ook over speciale actiedagen per dier en over beschermingsmaatregelen die effectiever afgedwongen dienen te worden. Zeker, je leert iets over de vervuiling van de oceanen, maar ook over mensen in India die de bergen rotzooi op hun stranden opruimden en getuige waren van de terugkeer van schildpadden, die zich daar al tientallen jaren niet meer hadden laten zien. Je zult manieren ontdekken om geld of spullen die je hebt ingezameld over te dragen aan organisaties die ze weer verspreiden ten behoeve van de goede doelen die je aan het hart gaan. Ten slotte kun je door middel van *self-tracking* achterhalen hoeveel je zelf misschien aan de wereldproblematiek bijdraagt door je eigen CO₂-uitstoot, voedsel- en waterverspilling of politieke onverschilligheid. Je komt er eveneens achter hoe je je eigen positieve impact op de wereld kunt vergroten door wat je eet, wat je koopt, de manier waarop je leeft en reist.

Of je je nu inzet voor de bestrijding van armoede, honger en ziekte op wereldschaal, of je focust op het helpen van één enkel iemand in nood in je eigen omgeving, je maakt hoe dan ook de wereld weer een stukje beter. Dank je wel.

NB: Mocht je nog niet bekend zijn met sommige milieu-technische termen, dan vind je achter in dit boek vind je een Verklarende woordenlijst.

DATUM: ___/___/___

Geef jezelf een cijfer voor wat jij nu doet om de wereld te verbeteren (van 1-10, waarbij 10 fantastisch is): _____

Geef jezelf aan het einde van het boek opnieuw een cijfer – nadat je een jaar lang elke dag iets gedaan hebt om de wereld te verbeteren.

DATUM: __/__/__

IN 2016 GING MAAR 56 PROCENT VAN DE AMERIKAANSE STEMGERECHTIGDEN NAAR DE STEMBUS OM HUN STEM UIT TE BRENGEN BIJ DE PRESIDENTSVERKIEZINGEN. VAN DE 32 HOOGST ONTWIKKELDE DEMOCRATISCHE LANDEN, STOND DE VS WAT KIEZERSOPKOMST BETREFT OP DE 26^e PLAATS. NEDERLAND DEED HET MET EEN OPKOMST VAN 77 PROCENT BETER EN EINDIGDE OP DE 6^e PLAATS.

Pew Research Center (VS) en Parlement.com (NL)

- Ik: heb gestemd bij de laatste verkiezingen
 heb niet gestemd bij de laatste verkiezingen
 ga stemmen bij de volgende verkiezingen

DATUM: __/__/__

*Leg je al het plastic dat
jaarlijks weggegooid wordt
achter elkaar, dan kun je
vier keer de aarde rond.*



**Vandaag schroef ik mijn verbruik van plastic
verpakkingen terug, als het gaat om:**

- winkelen
- drinken
- bewaren

**EEN KIND,
EEN LERAAR,
EEN BOEK EN
EEN PEN KUNNEN
DE WERELD
VERANDEREN.**

Malala Yousafzai



DATUM: __/__/__

Het aantal extreem arme mensen – zij die van anderhalve euro per dag moeten leven – stijgt in de zuidelijke helft van Afrika. Die regio was in 2015 goed voor meer dan de helft van de extreem armen ter wereld. Men gaat ervan uit dat dat in 2030 bijna 90 procent zal zijn.



- Vandaag:** kocht ik iets bij een bedrijf dat een deel of al zijn inkomsten doneert aan een organisatie die zich inzet in de strijd tegen armoede in de wereld
- kocht ik een fair trade en ethisch verantwoord product van een vakman/-vrouw in een ontwikkelingsland

DATUM: __/__/__

ENERGIE BESPAREN DOE JE NU.


**Energiebesparingslogan
van de Rijksoverheid**


- Vandaag:** deed ik bewust het licht uit, elke keer dat ik een kamer uit ging
 deed ik iets anders om energie te besparen:

DATUM: __/__/__

MAKE AMERICA KIND AGAIN.

Slogan tijdens de Women's March, 2017



Een aardig gebaar dat ik vandaag maakte:

DATUM: ___/___/___



Vandaag deed ik onderzoek naar burgerrechtenorganisaties in Nederland, onder andere via het CBF, dat toezicht houdt op goede doelen.

- Platform Bescherming Burgerrechten
- Amnesty International
- Kennisplatform Integratie & Samenleving
- Landelijk kenniscentrum discriminatie Art.1
- Platform Burgerrechten van het Humanistisch Verbond
- www.nederlandwordtbeter.nl
- _____

een andere organisatie

DATUM: __/__/__

Draaideuren zijn efficiënter en energiezuiniger dan automatische schuifdeuren. Ze stellen grote groepen mensen in staat gebouwen in en uit te gaan, terwijl ze voorkomen dat er 's winters warme lucht naar buiten ontsnapt en 's zomers koude lucht.


'Climate Fwd', *New York Times*

Vandaag maakte ik _____ keer gebruik van draaideuren in plaats van schuifdeuren.

**HET VERSCHIL
TUSSEN HET ROET VAN
MENSEN EN HET VUIL
IN DE NATUUR IS DAT
DE NATUUR WEET HOE
ZE HAAR ROTZOOI OP
MOET RUIMEN.**

The logo consists of a solid black upward-pointing triangle above a solid black downward-pointing triangle, forming a diamond shape.
Stanford Research Institute



Ook al wordt er
veel geleden in
de wereld, er
wordt ook veel
gedaan om
daar een einde
aan te maken.

◆
Helen Keller
◆

DATUM: __/__/__

ONGEACHT HOE VER WE ONS
VERWIJDERD VOELEN VAN DE OCEANEN,
ALLES WAT WE DOEN IN ONS DAGELIJKS
LEVEN HEEFT ZONDER UITZONDERING
INVLOED OP DE WATERCYCLUS VAN ONZE
PLANEET EN ALDUS WEER OP ONS.


Fabien Cousteau

- Vandaag koos ik voor milieuvriendelijke schoonmaakproducten om te voorkomen dat ik gifstoffen toevoeg aan het water.**

DATUM: __/__/__

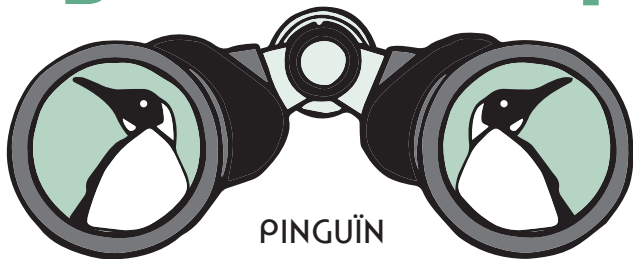
Wil je in onze democratie een mondig burger zijn, niet alleen in staat om je weg te vinden in de maatschappij en haar instellingen, maar ook om die te hervormen, dan zul je de grondwet moeten kennen.


Amerikaans universiteitsbestuur, 2017

- Vandaag ga ik mijn kennis van de wet opvizzelen om te kijken hoe ik ervoor kan zorgen dat iedereen stemrecht krijgt.

DATUM: _/_/___

DIERENWACHT



PINGUÏN

De pinguïns op Antarctica zijn afhankelijk van het zee-ijs om bij hun voedsel te komen en voor plekken om te broeden. Met de opwarming van de aarde is het ijs samen met de pinguïnpopulatie aan het verdwijnen.

Vandaag:

- ga ik meer over pinguïns lezen
- heb ik Wereld Pinguïndag (25 april) in mijn agenda
gezet als een dag voor actie

DATUM: __/__/__

We kunnen niet als een eilandje van welvaart voortleven in een wereld waar twee derde van de mensen elke avond met honger gaat slapen.



- Vandaag onderneem ik het volgende om de honger in de wereld te verminderen:
