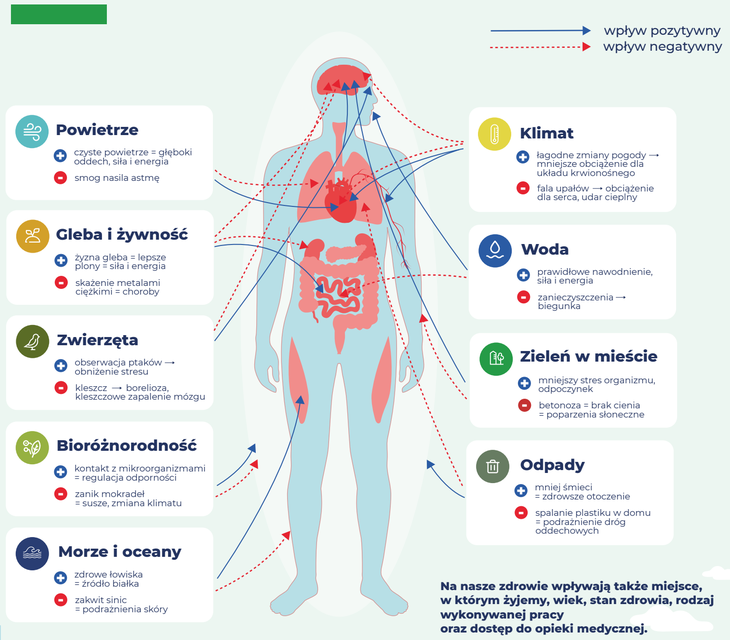
Zdrowa planeta
to zdrowi ludzie

Wszyscy mieszkamy na jednej planecie. To, w jakiej Ziemia jest kondycji wpływa na nasze zdrowie, a nasze decyzje mają wpływ na przyszłość.

Zdrowie planety a nasze zdrowie



Na nasze zdrowie wpływają także miejsce, w którym żyjemy, wiek, stan zdrowia, rodzaj wykonywanej pracy oraz dostęp do opieki medycznej.

Granice planetarne – bilans zdrowia planety

Granice planetarne

to niewidzialne linie bezpieczeństwa, które pomagają sprawdzić, w jakiej kondycji jest Ziemia. Odnoszą się między innymi do klimatu, wody i wszystkich żywych stworzeń oraz pokazują, czy działalność ludzi nie wywiera na nie zbyt dużej presji. Kiedy są przekraczane, rośnie ryzyko, że ekosystemy przestaną być stabilne, a życie stanie się trudniejsze.

Przeczytaj o tym



Granice planetarne - stan wiedzy na 2025 rok.

bezpieczna przestrzeń | **strefa ryzyka** | **strefa wysokiego ryzyka**

granica planetarna | **linia wysokiego ryzyka**

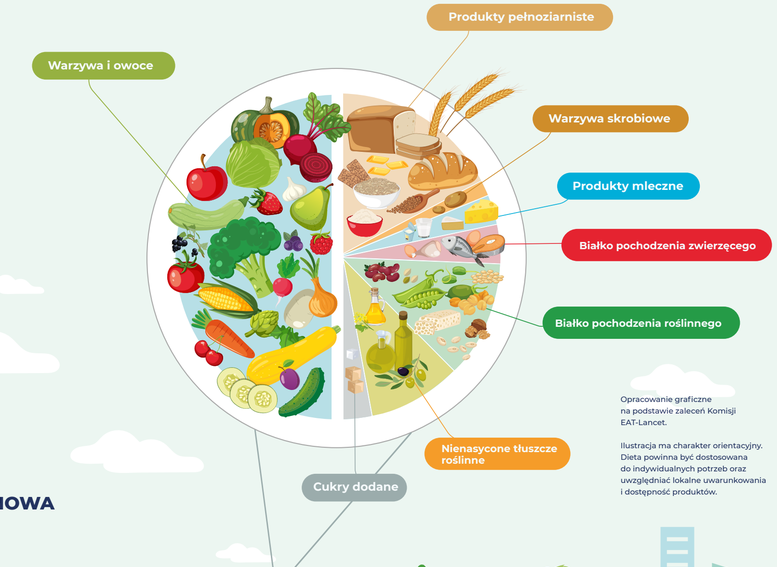
Linia granicy planetarnej nie jest punktem, po którym następuje katastrofa. Jej przekroczenie oznacza wzrost ryzyka i utratę stabilności całego systemu.

*Wymuszanie radiacyjne to zmiana równowagi między energią, którą Ziemia dostaje od Słońca, a energią, którą oddaje w kosmos. Dodatnie działa jak grubszy koc i ogrzewa planetę, a ujemne jak parasol odbijający część promieni słonecznych i ją ochładza.

** Granica globalna nie jest przekroczona, ale lokalne zanieczyszczenie powietrza może poważnie zagrażać zdrowiu.

*** Granica została przekroczona, ale nie ma jeszcze pewności jak bardzo.

Działamy na rzecz planety



Opracowanie graficzne na podstawie zaleceń Komisji EAT-Lancet.

Ilustracja ma charakter orientacyjny. Dieta powinna być dostosowana do indywidualnych potrzeb oraz uwzględniać lokalne uwarunkowania i dostępność produktów.

Odpoczynek jest ważny

dla naszego zdrowia.
To część dnia, a nie przywilej.
Sprawdź, jak natura pomaga odpocząć.

3 DOBRE ZDROWIE I JAKOŚĆ ŻYCIA
16 POKÓJ, SPRAWIEDLIWOŚĆ I SILNE INSTYTUCJE

Ruch to zdrowie -

zwłaszcza na świeżym powietrzu, gdy nie ma smogu.
Dowiedz się więcej o wpływie zanieczyszczeń powietrza.

3 DOBRE ZDROWIE I JAKOŚĆ ŻYCIA
10 MNIEJ NIERÓWNOŚCI
11 ZRÓWNOWAŻONE MIASTA I SPOŁECZNOŚCI

Zmiana klimatu

nie oznacza dłuższego lata, lecz większe ryzyko fal upałów i powodzi. Dowiedz się więcej.

13 DZIAŁANIA W DZIEDZINIE KLIMATU
1 KONIEC Z UBÓSTWEM
6 CZYSTA WODA I HIGIENA SANITARNE

W dbaniu o planetę ważna jest wspólnota.

Razem możemy zdecydować więcej. Sprawdź, jak możemy wspólnie, poprzez nasze talerze, dbać o planetę.

17 PARTNERSTWA NA RZECZ CELÓW
2 ZERO GŁODU
12 ODPOWIEDZIALNA KONSUMPCJA I PRODUKCJA

W diecie planetarnej

ważne jest pochodzenie żywności i sposób jej produkcji.
Dowiedz się więcej.

12 ODPOWIEDZIALNA KONSUMPCJA I PRODUKCJA
14 ŻYCIE POD WODĄ
15 ŻYCIE NA LĄDZIE
10 MNIEJ NIERÓWNOŚCI

Wszystkie organizmy potrzebują wody.

Niedobrze, gdy jest jej zarówno za dużo, jak i za mało. Przeczytaj o tym.

13 DZIAŁANIA W DZIEDZINIE KLIMATU
6 CZYSTA WODA I HIGIENA SANITARNE
11 ZRÓWNOWAŻONE MIASTA I SPOŁECZNOŚCI

CENTRUM EDUKACJI OBYWATELSKIEJ
polska pomoc www.polskapomoc.gov.pl
sponsored by DBU Deutsche Bundesstiftung Umwelt www.dbu.de

Projekt współfinansowany z budżetu państwa w ramach polskiej współpracy rozwojowej Ministerstwa Spraw Zagranicznych RP.
Projekt "Wzmacniamy nauczycieli, wspieramy sprawczość uczniów - razem dla zrównoważonego świata" jest współfinansowany ze środków Deutsche Bundesstiftung Umwelt (DBU)

Plakat "Zdrowa planeta to zdrowi ludzie" jest dostępny na licencji Creative Commons Uznanie autorstwa 4.0 Międzynarodowe.
Pewne prawa zastrzeżone na rzecz Fundacji Centrum Edukacji Obywatelskiej. Utwór powstał w wyniku realizacji projektu polskiej współpracy rozwojowej finansowanego przez MSZ RP w roku 2026. Zezwala się na dowolne wykorzystanie utworu, pod warunkiem zachowania ww. informacji, w tym informacji o stosowanej licencji i posiadaczach praw.