

CO MOŻEMY ZROBIĆ DLA POKOJU?

Dla pokoju z naturą:

- ◇ Wybrać lokalne jedzenie, produkty ze sprawiedliwego handlu i zrównoważonej produkcji,
 - ◇ Posprzątać swoją okolicę,
 - ◇ Zająć się roślinami i zwierzętami.
-

Dla pokoju w sobie:

- ◇ Zostać wolontariuszem/szką,
 - ◇ Praktykować wdzięczność i uważność,
 - ◇ Uśmiechać się do innych,
 - ◇ Nauczyć się czegoś nowego,
 - ◇ Przeczytać biografię osoby zasłużonej dla pokoju.
-

Dla pokoju z ludźmi wokół nas:

- ◇ Traktować innych z szacunkiem,
- ◇ Otworzyć się na różnorodność,
- ◇ Obserwować emocje innych,
- ◇ Uważnie słuchać,
- ◇ Okazać empatię,
- ◇ Pomóc rozwiązać konflikt.

Dla pokoju z w społeczności:

- ◇ Zorganizować wydarzenie na rzecz pokoju,
 - ◇ Wyrazić sprzeciw wobec mowy nienawiści,
 - ◇ Zareagować na dyskryminujący żart,
 - ◇ Wziąć udział lub poprowadzić warsztaty o pokoju i porozumieniu,
 - ◇ Zareagować będąc świadkiem czyjejs krzywdy.
-

Dla pokoju na świecie:

- ◇ Edukować na temat sprawiedliwości społecznej,
 - ◇ Zbojkotować firmy, które czerpią zyski z wojny,
 - ◇ Nauczyć się czegoś o innej kulturze,
 - ◇ Głosować na polityków popierających pokój,
 - ◇ Wesprzeć sygnalistę,
 - ◇ Porozmawiać ze znajomą/ znajomym o pokoju i prawdziwych kosztach wojny.
-