

Interreg



Współfinansowany przez
UNIĘ EUROPEJSKĄ

Litwa – Polska



20
25/26

KALENDARZ
PRAKTYK
EKOLOGICZNYCH



Kalendarz ekologicznych inspiracji!

Odkrywaj święta i daty związane ze zrównoważonym rozwojem i ochroną środowiska. Dołącz do tych, którzy zmieniają świat na lepsze – dzień po dniu!

Publikacja została opracowana w ramach realizacji projektu „Zaangażowanie społeczności przygranicznego regionu Litwy i Polski w działania na rzecz dobrostanu środowiska oraz promowanie zrównoważonej współpracy” (nr LTPL-00277).

Projekt jest realizowany w ramach Programu Interreg V-A Litwa–Polska na lata 2021–2027.

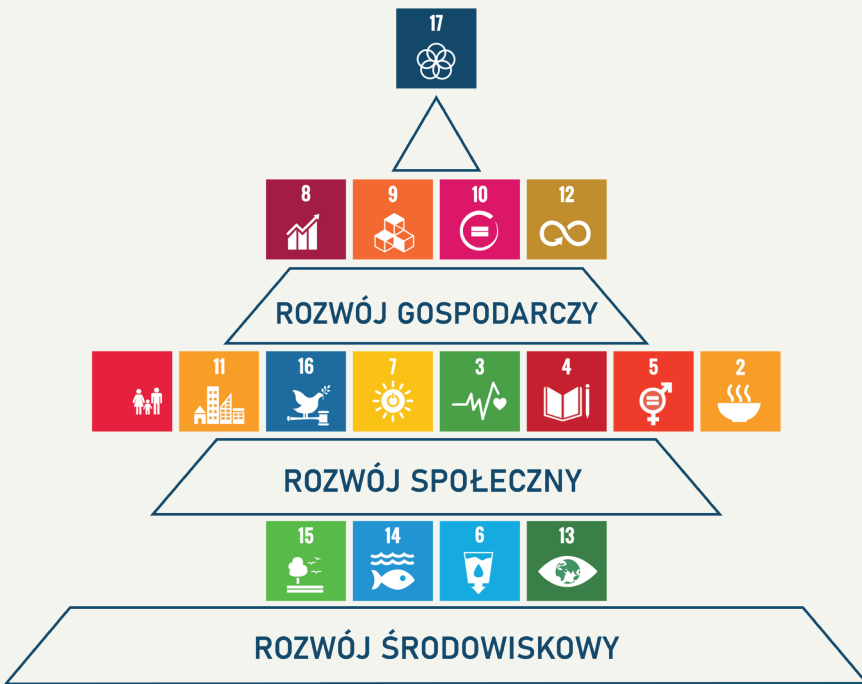
CO TO JEST ZRÓWNOWAŻONY ROZWÓJ?

Pojęcie zrównoważonego rozwoju po raz pierwszy zostało użyte w 1987 roku w raporcie opublikowanym przez Światową Komisję ds. Środowiska i Rozwoju ONZ pt. „Nasza wspólna przyszłość” (Our Common Future), w którym sformułowano wizję rozwoju zrównoważonego – utrzymywania harmonii pomiędzy człowiekiem, przyrodą i relacjami społecznymi.

Zrównoważony rozwój to długofalowy proces dążący do osiągnięcia trwałego dobrobytu i poziomu rozwoju, który zaspokaja potrzeby obecnego pokolenia, nie zagrażając możliwościom przyszłych pokoleń do zaspokajania ich własnych

potrzeb. Innymi słowy, to rozwój, który dąży do poprawy jakości życia ludzi, jednocześnie dbając o zachowanie zasobów naturalnych i minimalizując negatywny wpływ na środowisko.

Zrównoważony rozwój składa się z trzech wzajemnie powiązanych i uzupełniających się filarów: środowiskowego, gospodarczego i społecznego.



Choć często utożsamia się go wyłącznie

z ochroną środowiska, zrównoważony rozwój nie może zostać osiągnięty bez zapewnienia równowagi między ochroną i funkcjonowaniem środowiska, równością społeczną i rozwojem społecznym oraz rozwojem gospodarczym i odpowiednim zarządzaniem.

CELE ZRÓWNOWAŻONEGO ROZWOJU (SDGS)

W 2015 roku Organizacja Narodów Zjednoczonych przyjęła Agendę na rzecz Zrównoważonego Rozwoju do 2030 roku. Określono w niej 17 Celów Zrównoważonego Rozwoju (SDGs) oraz 169 kluczowych zadań, których realizacja monitorowana jest za pomocą 232 wskaźników. Celem tej agendy jest osiągnięcie do 2030 roku zrównoważonego rozwoju społecznego, gospodarczego i środowiskowego na całym świecie.



09 WRZESIEŃ 2025



ZACZNIJMY JUŻ TERAZ!

P	W	Ś	C	P	S	N
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

08.09 – Międzynarodowy Dzień Alfabetyzacji

15.09 – Międzynarodowy Dzień Demokracji

16.09 – Międzynarodowy Dzień Ochrony Warstwy Ozonowej. Ten dzień ma na celu przypomnienie o znaczeniu warstwy ozonowej dla życia na naszej planecie. Międzynarodowy Dzień Ochrony Warstwy Ozonowej został ustanowiony w 1995 roku we współpracy Organizacji Narodów Zjednoczonych (ONZ) i Światowej Organizacji Zdrowia (WHO).

Jego celem jest zwiększanie świadomości społeczeństwa na temat roli warstwy ozonowej, informowanie o negatywnym wpływie promieniowania ultrafioletowego (UV) na zdrowie ludzi i środowisko, a także przypomnienie o międzynarodowych zobowiązaniach podjętych w celu ochrony ozonu stratosferycznego.

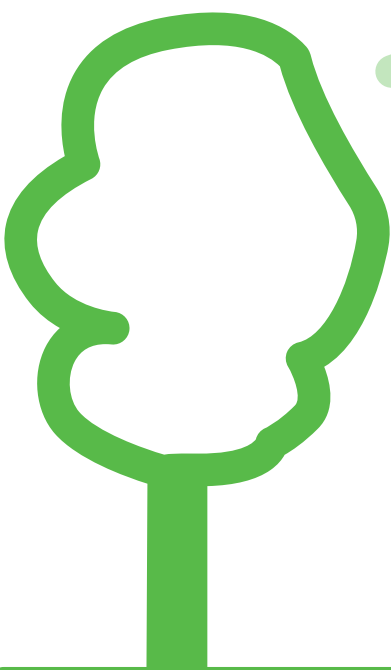
W tym dniu szczególna uwaga poświęcana jest również długoterminowym możliwościom ograniczenia i eliminacji substancji niszczących warstwę ozonową (chlorofluorowęglodorów – freonów). Cząsteczki tych substancji, wznosząc się do wyższych warstw atmosfery, pod wpływem promieniowania UV rozpadają się na chlor i jego związki, które niszczą warstwę ozonową.

21.09 – Dzień Leśnika. Każdego roku, w trzecią sobotę września, leśnicy obchodzą swoje najważniejsze święto zawodowe – Dzień Leśnika.

Od zbierania nasion po pielęgnację stuletnich lasów – leśnicy każdego dnia wykonują wiele różnorodnych zadań, aby zarówno obecne, jak i przyszłe pokolenia mogły cieszyć się zielonymi lasami i być z nich dumne.

Ten dzień to doskonała okazja, by bliżej poznać specyfikę pracy leśników, chronione wartości przyrodnicze oraz bogactwo lasów, a także uświadomić sobie znaczenie ochrony bioróżnorodności przyrody.

22.09 – Międzynarodowy Dzień bez Samochodu



CIEKAWOSTKA!

W dniach 15–21 września w całej Europie obchodzony jest Europejski Tydzień Mobilności!

To międzynarodowa inicjatywa mająca na celu zwiększenie świadomości mieszkańców na temat zrównoważonej mobilności miejskiej oraz zmianę codziennych nawyków związanych z przemieszczaniem się. Zachęca się do jak najczęstszego wybierania alternatywnych środków transportu zamiast samochodu.

Z każdym rokiem do tej inicjatywy dołącza coraz więcej miast, miasteczek, firm, uniwersytetów i społeczności lokalnych z całej Europy.

Co roku wręczane są międzynarodowe Europejskie Nagrody Mobilności dla najbardziej zrównoważonego miasta i inicjatywy!

CO MOŻNA ZROBIĆ?

Zorganizować tydzień bez samochodu w społeczności szkolnej i poznać istniejące szlaki piesze – lub stworzyć własny!

Wspierać ekologiczne sposoby poruszania się: współdzielić przejazdy samochodem z kolegami z klasy, korzystać z transportu publicznego, jeździć rowerem, chodzić pieszo, spędzać więcej czasu na łonie natury!

Szlaki piesze w rejonie sołecznickim:



Ścieżki piesze w gminie Sokółka:



PAŹDZIERNIK

10
2025

Nie chodzi tylko o klimat, ale także o osobę obok Ciebie!

P	W	Ś	C	P	S	N
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

03.10 – Światowy Dzień Środowiska Naturalnego. Organizacja Narodów Zjednoczonych ogłosiła pierwszy poniedziałek października Światowym Dniem Środowiska Naturalnego. W tym dniu wszystkie kraje są zachęcane do refleksji nad ochroną przyrody oraz do rozwoju przemysłu w taki sposób, aby jak najmniej szkodził środowisku naturalnemu.

16.10 – Światowy Dzień Żywności. Celem tego dnia jest zwrócenie uwagi społeczeństwa na problem niedoboru żywności na świecie, niewłaściwego i nierównoważonego odżywiania oraz ubóstwa. W tym dniu organizowane są akcje darmowego posiłku i pomocy potrzebującym, a społeczeństwo jest szerzej informowane o ludziach żyjących w ubóstwie, których warto wspierać.

W ramach obchodów tego dnia promuje się również zdrowe odżywianie, podkreślając, że „Nie żyjemy po to, by jeść – jemy po to, by żyć.”

17.10 – Międzynarodowy Dzień Walki z Ubóstwem

24.10 – Światowy Dzień Zmian Klimatu



CIEKAWOSTKA!

24 października obchodzony jest Światowy Dzień Zmian Klimatu. Jego celem jest zwrócenie uwagi społeczeństwa na problem zmian klimatycznych, zachęcanie do tworzenia i stosowania nowoczesnych technologii pomagających ograniczyć emisję szkodliwych gazów oraz do zmiany nieodpowiedzialnych nawyków konsumpcyjnych.

Spalanie paliw kopalnych, wycinka lasów i hodowla zwierząt gospodarskich mają coraz większy wpływ na klimat i temperaturę na Ziemi. Te działania uwalniają do atmosfery ogromne ilości gazów cieplarnianych, których część powstaje również w wyniku naturalnych procesów – co wzmacnia efekt cieplarniany i przyspiesza globalne ocieplenie.

Największy wpływ na globalne ocieplenie ma CO₂ pochodzący z działalności człowieka.

Aby całkowicie zatrzymać globalne ocieplenie, emisja netto CO₂ na świecie musi spaść do zera.

CO MOŻNA ZROBIĆ?

Inicjować akcje wspierające społecznie słabsze grupy. Razem z uczniami upieczcie ciasto i podarujcie je domowi starców, odwiedźcie dzieci pozbawione opieki rodzicielskiej, podejmijcie wolontariat w schroniskach dla zwierząt. Pokażmy, że zrównoważony rozwój to nie tylko ochrona przyrody i środowiska, ale też dbałość o dobro społeczne w naszej wspólnocie.



LISTOPAD

11

2025



Odpowiedzialna konsumpcja = redukcja odpadów

P	W	Ś	C	P	S	N
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

08.11 – Europejski Dzień Zdrowego Odżywiania

13.11 – Światowy Dzień Dobroci

16.11 – Międzynarodowy Dzień Tolerancji. To dzień przypominający, że tolerancja to coś więcej niż wartość moralna – to odpowiedzialność polityczna i prawna, mająca na celu wzmacnianie równości i sprawiedliwości społecznej między różnymi społecznościami.

Te zasady zostały zapisane w Deklaracji Zasad Tolerancji przyjętej przez państwa członkowskie UNESCO 16 listopada 1995 r. Deklaracja głosi, że każdy człowiek ma prawo do życia, wolności i bezpieczeństwa – niezależnie od rasy, płci, narodowości, wyznania, statusu społeczno-ekonomicznego czy innych różnic.

Organizacja Narodów Zjednoczonych zachęca społeczeństwa nie tylko do akceptacji różnorodności kulturowej, ale także do aktywnego budowania wzajemnego zrozumienia, wzmacniania empatii i uznania, że różnorodność wzbogaca świat.

21.11 – Światowy Dzień Powitania

28.11 – Dzień Bez Zakupów. Pomysł obchodzenia Dnia Bez Zakupów narodził się w Vancouver w Kanadzie. Wybrano na niego ostatni piątek listopada, przypadający tuż przed wielkimi wyprzedażami i szaleństwem świątecznych zakupów (znany również jako Czarny Piątek).

Tego dnia ludzie są zachęceni do refleksji nad uzależnieniem od konsumpcji i do postrzymania się od jakichkolwiek zakupów przez 24 godziny.

Inicjatywa ta ma na celu uświadomienie społeczeństwu, jak często dokonujemy nieprzemyślanych zakupów, i zachęcenie do uczestnictwa w targach wymiany – dzielenia się niepotrzebnymi rzeczami, ubraniami czy produktami spożywczymi. Zamiast wyrzucić – wymieniamy się tym, co może się komuś przydać.

CIEKAWOSTKA!

24–30 listopada obchodzony jest Europejski Tydzień Redukcji Odpadów – jedna z największych kampanii promujących zrównoważoną konsumpcję w Europie, organizowana już po raz 17!

W tym czasie szczególną uwagę poświęca się odpowiedzialnej konsumpcji i ograniczaniu ilości odpadów.

Czy wiesz, że przeciętny Europejczyk wytwarza rocznie ok. 500 kg odpadów komunalnych?

Dlatego warto zrezygnować z kolejnego zakupu i wykorzystać część tych odpadów w tworzeniu świątecznych dekoracji!

CO MOŻNA ZROBIĆ?

Zainicjujcie twórcze warsztaty dzielenia się w społeczności szkolnej! Dzielcie się niepotrzebnymi, ale wciąż dobrymi i sprawnymi przedmiotami z innymi – świadomie rezygnując z niepotrzebnych zakupów, unikając zanieczyszczeń i zbędnych wydatków!



GRUDZIEŃ
12
2025

Zrównoważone przygotowanie się do Świąt Bożego Narodzenia jest możliwe!

P	W	Ś	C	P	S	N
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

05.12 – Międzynarodowy Dzień Wolontariatu. Pełna nazwa to Międzynarodowy Dzień Wolontariuszy na rzecz Rozwoju Gospodarczego i Społecznego – ma na celu zapoznanie społeczeństwa z działalnością wolontariuszy, promowanie ich pracy i zachęcanie ludzi do angażowania się w pomoc w różnych dziedzinach – zarówno w kraju, jak i za granicą.

10.12 – Międzynarodowy Dzień Praw Człowieka

11.12 – Międzynarodowy Dzień Gór. To dzień obchodzony co roku 11 grudnia. Jego celem jest podkreślenie roli gór jako ważnego ekosystemu oraz promowanie ich ochrony. Został ustanowiony przez ONZ w 2003 roku, aby zwrócić uwagę na znaczenie i problemy regionów górskich.

To okazja do docenienia piękna gór, ich krajobrazów i bogactwa przyrody oraz przypomnienie, że w górach mieszkają ludzie i zwierzęta, którzy zmagają się z wyzwaniami takimi jak zmiany klimatyczne czy niewłaściwe gospodarowanie.

24.12 – Wigilia Bożego Narodzenia

25.12 – Boże Narodzenie

26.12 – Boże Narodzenie

31.12 – Dzień Pozbywania się Złych Myśli



CO MOŻNA ZROBIĆ?

Przygotujcie się do Świąt Bożego Narodzenia twórczo i z wyprzedzeniem!

W ramach warsztatów świątecznych wykonajcie własnoręcznie dekoracje stołu, choinki, domu, klasy lub biura!



Dekoracja WESOŁY PIERNICZEK

POTRZEBNE MATERIAŁY:

Karton

Szydło

Nić

Większa igła

- Guziki
- Klej
- Korektor
- Szablon pierniczka
- Nożyczki



WYKONANIE:

1. Drukujemy i wycinamy szablon pierniczka (można też narysować go ręcznie);
2. Przerysowujemy szablon na karton i wycinamy kształt;
3. Ołówkiem rysujemy kontur pierniczka w odległości 0,5 cm od brzegu;
4. Przy pomocy szydła robimy otwory wzdłuż narysowanej linii, co 0,5 cm;
5. Przez te same otwory, za pomocą igły, przewlekamy nić ściąganiem maszynowym (wkładamy się w otwór i po każdym ścięgu cofamy się o jeden);
6. W ten sam sposób wyszywamy uśmiech;
7. Przyklejamy oczy;
8. Dekorujemy pierniczka za pomocą przyborów do pisania;
9. Aby powiesić ozdobę na choince – mocujemy pętelkę.



Zeskanuj kod QR i wydrukuj szablon!

STYCZEŃ 01 2026



Miesiąc doświadczeń,
wiedzy i nowych wyzwań!

P	W	Ś	C	P	S	N
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

01.01 – Nowy Rok – datę obchodów Nowego Roku 1 stycznia ustalił cesarz rzymski Juliusz Cezar w 46 r. p.n.e. Po reformie kalendarza przeprowadzonej przez papieża Grzegorza XIII w 1582 r., Nowy Rok 1 stycznia zaczęto świętować we wszystkich krajach. Kalendarze juliański i gregoriański różnią się między sobą o 13 dni.

19.01 – Światowy Dzień Śniegu

24.01 – Międzynarodowy Dzień Edukacji. Organizacja Narodów Zjednoczonych ogłosiła 24 stycznia Międzynarodowym Dniem Edukacji. Celem tego dnia jest zwrócenie uwagi na ludzi pozbawionych dostępu do edukacji oraz dążenie do zapewnienia powszechnego dostępu do nauki.

Prawo do edukacji zostało zapisane w artykule 26 Powszechnej Deklaracji Praw Człowieka. Deklaracja wzywa do wprowadzenia bezpłatnej i obowiązkowej edukacji podstawowej. Konwencja o prawach dziecka z 1989 r. zobowiązuje państwa do zapewnienia powszechnego dostępu do szkolnictwa wyższego.

CIEKAWOSTKA!

W każdą trzecią niedzielę stycznia Międzynarodowa Federacja Narciarska obchodzi Światowy Dzień Śniegu. Jego celem jest promowanie sportów zimowych: zaprasza się do jazdy na nartach, sankach, snowboardzie i innych aktywności. Niestety, przez kryzys klimatyczny śniegu z roku na rok jest coraz mniej – a każdy z nas ma na to wpływ.

CO MOŻNA ZROBIĆ?

Poznać historię swojego regionu oraz odwiedzić lokalne atrakcje turystyczne i skorzystać z ich oferty edukacyjnej!

Nowe doświadczenia i wiedza mogą dać znacznie więcej satysfakcji niż nowy, krótkotrwały zakup.

Rejon Samorządowy
Soleczniki, Historyczny
Park Regionalny w
Dziewieniszkach:



Rejon
Samorządowy
Sokółka, Białowiecki
Park Narodowy:





Odpowiedzialne zachowanie i zrównoważone podejście – to najlepszy prezent!

LUITY
02
2026

P	W	Ś	C	P	S	N
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

02.02 – Dzień Mokradet

14.02 – Walentynki. Uważa się, że Święty Walenty był biskupem rzymskim żyjącym w III wieku. Ówczesny cesarz Klaudiusz II zakazał zawierania małżeństw, chcąc w ten sposób pozyskać więcej mężczyzn do wojska. Walenty, widząc cierpienie młodych zakochanych, udzielał im potajemnie ślubów. Gdy Klaudiusz II o tym się dowiedział, kazał go uwięzić, a 14 lutego – stracić. Z czasem Walenty został ogłoszony świętym.

21.02 – Międzynarodowy Dzień Języka Ojczystego. Dzień ten ma na celu zwrócenie uwagi na różnorodność języków i kultur oraz promowanie wielojęzyczności. Po raz pierwszy ogłoszony został przez UNESCO 17 listopada 1999 r., a w 2002 r. został oficjalnie uznany przez Zgromadzenie Ogólne ONZ. Dzień Języka Ojczystego jest częścią szerszej inicjatywy na rzecz ochrony i zachowania języków wszystkich narodów świata.

27.02 – Międzynarodowy Dzień Optymisty

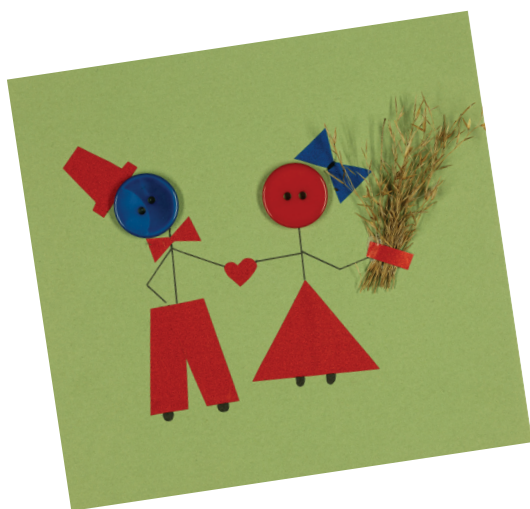
CIEKAWOSTKA!

Czy wiesz, że mokradła, powoli oddając zgromadzoną wodę, utrzymują poziom wód gruntowych, w cieplejszych miesiącach chronią jeziora przed wysychaniem, a strumyki przed zanikiem? Chronią również glebę przed przesuszeniem podczas suszy.

W dłuższej perspektywie mokradła odgrywają kluczową rolę w zapobieganiu ekstremalnym zjawiskom, takim jak powódzie spowodowane ulewnymi deszczami czy fale upałów. Niestety, przez osuszanie prowadzone na potrzeby rolnictwa, leśnictwa i innych gałęzi gospodarki, świat utracił już aż 20% swoich zasobów mokradeł.

CO MOŻNA ZROBIĆ?

Okazać miłość bliskiej osobie, przyjacielowi lub członkowi rodziny własnoręcznie wykonaną walentynką z rzeczy, które już nie są używane.



Kartka okolicznościowa RANDKA



POTRZEBNE MATERIAŁY:

Grubszy papier na bazę kartki

Resztki kolorowego papieru

Guziki

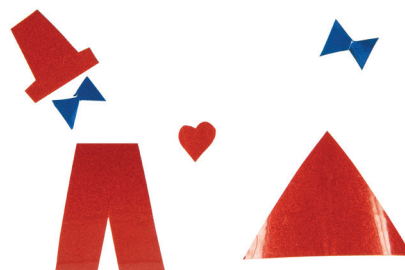
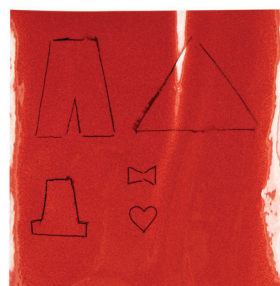
Przybory do rysowania

Klej

Suszone rośliny

WYKONANIE:

1. Z grubszego papieru formujemy kartkę w wybranym formacie;
2. Na kolorowym papierze rysujemy ubrania postaci (spodnie, spódnicę) oraz dodatki (kokardki, kapełusz, serduszko);
3. Na kartce przyklejamy guziki, dorysowujemy ciała postaci i przyklejamy wycięte elementy;
4. Z suszonych roślin tworzymy bukiet, który przyklejamy do papieru i zabezpieczamy niewielką wstążką.



03 MARZEC 2026



Przywitajmy wiosnę na
czystej Ziemi

P	W	Ś	C	P	S	N
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

01.03 – Dzień zerowej dyskryminacji

03.03 – Światowy Dzień Dzikiej Przyrody. Z inicjatywy Zgromadzenia Ogólnego ONZ, Światowy Dzień Dzikiej Przyrody został ogłoszony w 2013 roku. W ostatnich dziesięcioleciach obserwujemy gwałtowny zanik dzikiej przyrody. Jednym z najskuteczniejszych sposobów jej ochrony jest tworzenie obszarów chronionych.

Największy wpływ na utratę bioróżnorodności mają działania człowieka: nieodpowiedzialna konsumpcja, intensywna urbanizacja oraz nieustanne eksploatowanie nowych terenów przyrodniczych.

W Europie działa Europejskie Stowarzyszenie Dzikiej Przyrody (European Wilderness Society). Europejska sieć dzikiej przyrody zreszta nieliczne obszary chronione, gdzie natura rządzi się własnymi prawami – bez ingerencji człowieka.

08.03 – Międzynarodowy Dzień Kobiet

18.03 – Światowy Dzień Recyklingu. Dzień ten został zainicjowany w 2018 roku przez Global Recycling Foundation, która dąży do uznania odpadów za jedno z podstawowych światowych zasobów – obok wody, powietrza, węgla, ropy, gazu ziemnego i minerałów.

20.03 – Dzień Ziemi

22.03 – Światowy Dzień Wody. Celem tego dnia jest uświadamianie znaczenia wody i promowanie odpowiedzialnego podejścia do jej wykorzystywania.

Około 70% powierzchni naszej planety pokrywa woda, dlatego Ziemia bywa nazywana „błękitną planetą”. Około 97% tej wody znajduje się w morzach i oceanach, a tylko 3% to zasoby wody słodkiej. Jednak nie cała woda słodka jest dostępna do codziennego użytku – około 2% z niej jest zamrożona i zgromadzona w lodowcach i pokrywach śnieżnych. Tylko około 1% słodkiej wody to zasoby podziemne. Najmniejszą część stanowią zasoby powierzchniowe: w rzekach, jeziorach, atmosferze i organizmach żywych.

Według danych Światowej Organizacji Zdrowia (WHO), 74% ludności świata (czyli 5,8 miliarda osób) ma dostęp do uzdatnionej wody pitnej, natomiast prawie 2 miliardy ludzi (około 25%) nie ma dostępu do czystej wody pitnej.

23.03 – Światowy Dzień Meteorologii

CIEKAWOSTKA!

Światowy Dzień Ziemi został oficjalnie ustanowiony przez Organizację Narodów Zjednoczonych w 1971 roku. Jako datę obchodów wybrano równonoc wiosenną – moment w roku, gdy dzień i noc trwają niemal jednakowo długo na całym świecie. W zależności od miejsca na Ziemi, przypada ona między 20, a 21 marca.

Inicjatorem Dnia Ziemi był John McConnell, amerykański aktywista ekologiczny i wizjoner. Po odzyskaniu przez Litwę niepodległości, McConnell wystosował apel do narodu litewskiego, zachęcając do aktywnego udziału w ochronie środowiska oraz do świętowania równonocy jako Światowego Dnia Ziemi.

CO MOŻNA ZROBIĆ?

Przygotować się na wiosnę i Wielkanoc, tworząc dekoracje stołu i domu z dostępnych niepotrzebnych przedmiotów i naturalnych surowców!



Dekoracja JEZYK

Potrzebne materiały:

Zużyte, niepotrzebne rajstopy (najlepiej grubsze, kapronowe)

Nasiona trawy

Guziki

Grubsza i cieńsza nić

Nożyczki

Pusty kubeczek po jogurcie

WYKONANIE:

1. Wybieramy stare, czyste rajstopy – najlepiej grubsze.
2. Odcinamy koniec jednej nogawki – na długość ok. 15–20 cm. Tak powstanie tułów „języka”.
3. Ostrożnie wsypujemy trociny do wnętrza rajstopy, formując okrągłą kulkę.
4. Po wypełnieniu związujemy końcówkę grubszym sznurkiem lub mocną gumką, by trociny się nie wysypały.
5. Za pomocą gumek lub sznurków możemy uformować uszka i nosek.
6. Rysujemy oczy, nos i usta markerem lub flamastrem.
7. Można także przykleić guziki lub inne dostępne dekoracje.
8. Przyklejamy nitki jako włosy lub zawiązujemy na „główce” kolorowy skrawek materiału jako kokardkę.
9. Podlewamy „czubek głowy” języka i ustawiamy go na pustym kubeczku po jogurcie. Podlewamy co jakiś czas, nie dopuszczając do wyschnięcia, aż nasiona wykiełkują.

04 KWIECIEŃ 2026



Czystość nie tylko w domu, ale i w przyrodzie

P	W	Ś	C	P	S	N
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

01.04 – Światowy Dzień Ptaków

02.04 – Międzynarodowy Dzień Książki dla Dzieci obchodzony jest corocznie 2 kwietnia – w dniu urodzin Hansa Christiana Andersena, wybitnego duńskiego pisarza i autora baśni. Święto zostało ustanowione w 1967 roku przez Międzynarodową Izbę ds. Książek dla Młodych (IBBY) i ma na celu promocję literatury dziecięcej oraz rozwijanie czytelnictwa wśród najmłodszych.

W ramach obchodów organizowane są liczne wydarzenia: konkursy czytelnicze, spotkania autorskie, wystawy ilustracji, przedstawienia teatralne oraz kampanie promujące dostęp dzieci do książek i bibliotek.

Międzynarodowy Dzień Książki dla Dzieci przypomina również o znaczeniu edukacji, roli książki w rozwoju dziecka i potrzebie zapewnienia każdemu dziecku prawa do nauki czytania, pisania oraz zdobywania wiedzy – bez względu na pochodzenie, status społeczny czy miejsce zamieszkania.

05.04 – Wielkanoc

07.04 – Światowy Dzień Zdrowia

24.04 – Dzień Psa

25.04 – Światowy Dzień Pingwinów. Dzień ten ma na celu zwiększenie świadomości społecznej na temat tych charyzmatycznych, nielotnych ptaków oraz zachęcanie do ich ochrony. 25 kwietnia rozpoczyna się ich coroczna migracja, po raz pierwszy zaobserwowana w stacji naukowej McMurdo na Antarktydzie.

Pingwiny są ptakami wodnymi, które na lądzie poruszają się niezdarne, za to w wodzie są zwinne i szybkie. Ich skrzydła przekształciły się w płetwy. Spędzają w morzu około 75% życia. Niektóre gatunki wychodzą na ląd tylko po to, by zmienić pióra lub wychować młode. Żywią się w wodzie – polują na kryl, kałamarnice i ryby. Nie mają zębów, więc połykają zdobycz w całości.

27.04 – Światowy Dzień Geologii

30.04 – Międzynarodowy Dzień Walki z Hałasem

CIEKAWOSTKA!

1 kwietnia 1906 roku podpisano Międzynarodową Konwencję o Ochronie Ptaków. Z tej okazji na całym świecie promuje się działania mające na celu ochronę zagrożonych gatunków ptaków, wieszanie budek lęgowych i wspieranie różnorodności biologicznej.

CO MOŻNA ZROBIĆ?

Masz ochotę działać i zmieniać świat na lepsze? Zaczynaj lokalnie! Zbierz znajomych, kolegów z klasy lub całą społeczność i zorganizuj akcję sprzątania – terenu szkoły, przedszkola, pobliskiego parku, lasu lub ścieżki nad rzeką.

Ale to nie wszystko! Pomyśl także o mieszkańcach tych miejsc – ptakach. Z niepotrzebnych desek, drewnianych resztek czy starych mebli możecie wspólnie stworzyć budki lęgowe i zawiesić je w czystym, bezpiecznym miejscu.

Wybierzcie popularne lokalizacje – plaże, leśne szlaki, okolice jezior – i sprawcie, by znów stały się przyjazne dla ludzi i przyrody.



Dbajmy o kulturę,
poszerzajmy wiedzę

05 MAJ
2026

P	W	Ś	C	P	S	N
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

01.05 – Międzynarodowy Dzień Pracy

08.05 – Międzynarodowy Dzień Czerwonego Krzyża

14.05 – Światowy Dzień Wędrownych Ptaków – obchodzony po raz pierwszy w 2006 roku. Celem jest zwrócenie globalnej uwagi na ochronę migrujących ptaków i ich siedlisk. Inicjatywa organizowana jest przez Sekretariaty Konwencji Bońskiej oraz Porozumienia AEWA, administrowane przez Program Środowiskowy ONZ.

15.05 – Międzynarodowy Dzień Rodziny

18.05 – Międzynarodowy Dzień Muzeów

20.05 – Światowy Dzień Pszczół

21.05 – Światowy Dzień Różnorodności Kulturowej. Ustanowiony przez UNESCO. ONZ przyjęło deklarację: „Tożsamość, różnorodność i pluralizm”, której głównym celem jest zachowanie tożsamości narodów, ich różnorodności, wolności i współpracy.



CIEKAWOSTKA!

Światowy Dzień Pszczół został ustanowiony przez Zgromadzenie Ogólne ONZ. Celem jest zwrócenie uwagi na znaczenie pszczół dla przyrody i ludzi.

Pszczoly zapylają ok. 75% kwitnących roślin na świecie, w tym wiele owoców i warzyw. Bez nich różnorodność biologiczna znacząco by zmalała.

Jedna pszczoła podczas życia obleci Ziemię półtora raza i wyprodukuje ok. 1/10 łyżeczki miodu.

Królowa pszczół może złożyć do 2500 jaj dziennie – więcej niż sama waży.

Pszczoly potrafią latać z prędkością do 25 km/h i trzepoczą skrzydłami 200 razy na sekundę.

Po śmierci królowej pszczoły potrafią wychować nową.

Robotnice mają ok. 170 receptorów węchowych.

Pszczoly porozumiewają się za pomocą tańca.

Nie śpią – w nocy oszczędzają energię, pozostając nieruchome.

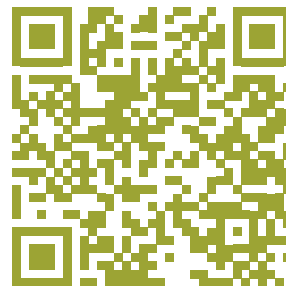
Miód to jedyny jadalny produkt zawierający wszystko, co niezbędne do życia

CO MOŻNA ZROBIĆ?

Chronić historię i poznawać lokalną kulturę, zabytki architektoniczne i muzea!

ZABYTKI ARCHITEKTONICZNE I HISTORYCZNE, MUZEA:

Szlaki piesze w rejonie sołecznickim:



Gmina Rejonowa
Sokułka:



CZERWIEC

06

2026

Wskocz na rower – zadbaj o zdrowie i planetę!

P	W	Ś	C	P	S	N
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

01.06 – Światowy Dzień Biegania

03.06 – Dzień Roweru

05.06 – Światowy Dzień Ochrony Środowiska został ustanowiony przez Zgromadzenie Ogólne ONZ w 1972 roku podczas Konferencji Narodów Zjednoczonych w Sztokholmie, poświęconej problemom środowiska naturalnego. Był to przełomowy moment w historii międzynarodowej polityki ekologicznej – po raz pierwszy tak wyraźnie zwrócono uwagę na konieczność globalnych działań w zakresie ochrony przyrody. Uczestnicy konferencji podkreślili, że zasoby naturalne oraz różnorodność biologiczna muszą być chronione nie tylko ze względu na współczesne potrzeby człowieka, lecz także w trosce o przyszłe pokolenia.

Obchody tego dnia mają na celu zwiększenie świadomości ekologicznej społeczeństw oraz promowanie działań sprzyjających zrównoważonemu rozwojowi. Na całym świecie organizowane są różnorodne wydarzenia: wyścigi rowerowe, koncerty ekologiczne, konkursy plastyczne i literackie, akcje sadzenia drzew, zbierania śmieci i segregacji odpadów. W wielu państwach w tym czasie podpisywane i ratyfikowane są także międzynarodowe porozumienia dotyczące ochrony środowiska.

08.06 – Światowy Dzień Oceanów

CIEKAWOSTKA!

Jazda na rowerze to nie tylko ekologiczny środek transportu, ale też sposób na zdrowy styl życia. Udowodniono, że zmniejsza ryzyko wystąpienia chorób serca, udaru, niektórych nowotworów i cukrzycy.

Pierwsze prototypy roweru można znaleźć na babilońskich reliefach, egipskich malowidłach i freskach z Pompejów. Rysunek roweru pojawia się też w notatkach Leonarda da Vinci z 1493 r.

Za wynalazcę roweru uważa się Niemca Karla Drais, który 12 lipca 1817 r. przejechał z Mannheim do Schwetzingen na swoim drewnianym pojeździe bez pedałów.

Pierwszy rower z pedałami stworzył kowal Kirkpatrick Macmillan w 1839 r. w Courthill w Anglii – ważył 34 kg, miał drewnianą ramę z rzeźbioną końską głową i dwa gumowane metalowe koła.

CO MOŻNA ZROBIĆ?

Zorganizujcie wycieczkę rowerową z klasą, rodziną, wspólnotą lub zespołem.



TRASY ROWEROWE:

Szlaki piesze w rejonie solecznickim:



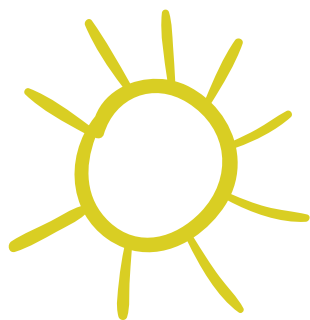
Gmina Rejonowa
Sokułka:



07 LIPIEC
2026

Wakacje bez śmieci i
plastikowych torebek!

P	W	Ś	C	P	S	N
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		



06.07 – Międzynarodowy Dzień bez Plastikowych Torebek

30.07 – Międzynarodowy Dzień Przyjaźni. 30 lipca – to dzień, w którym wszystkie kraje są zachęcane do świętowania przyjaźni, uwzględniając lokalne, narodowe i regionalne tradycje. Podkreśla się, że prawdziwa przyjaźń nie zależy od rasy, koloru skóry ani religii.

CIEKAWOSTKA!

Międzynarodowy Dzień bez Plastikowych Torebek to inicjatywa mająca na celu zwiększenie świadomości społecznej na temat negatywnego wpływu jednorazowych toreb plastikowych na środowisko.

Pierwsza plastikowa torba została wynaleziona w 1965 roku przez Szweda Stena Gustafa Thulina z firmy „Celloplast”. Dzięki niskim kosztom produkcji i dużej wygodzie szybko zyskała popularność na całym świecie.

Obecnie szacuje się, że na całym globie zużywa się ponad milion plastikowych toreb... na minutę. Wiele z nich trafia do środowiska naturalnego – zaśmiecają ulice, parki, lasy i oceany, gdzie rozkładają się nawet kilkaset lat, zagrażając zwierzętom i ludziom.

Międzynarodowy Dzień bez Plastikowych Torebek przypomina, że każdy z nas może ograniczyć ilość plastiku w codziennym życiu – wystarczy zabrać na zakupy torbę wielorazową, wybierać opakowania ekologiczne i świadomie rezygnować z niepotrzebnych plastikowych produktów.

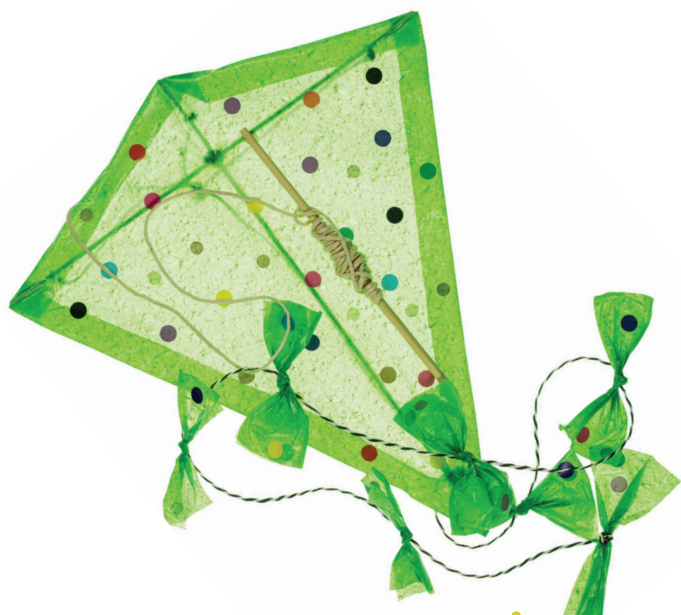
CO MOŻNA ZROBIĆ?

W najpopularniejszym miesiącu wakacyjnym ZREZYGNUJ z plastikowych toreb i zastąp je torbami materiałowymi!

Masz zniszczone plastikowe torby? Zrób z nich latawiec!



Latawiec WYSOKO, WYSOKO



Potrzebne materiały:

3 drewniane patyczki

Plastikowa torebka

Sznurek

••••• Nożyczki
••••• Taśma klejąca
••••• Marker
••••• Linijka



SPOSÓB WYKONANIA:

KORPUS LATAWCA:

1. Przygotuj patyczki do szkieletu latawca, korzystając z podanych proporcji.
2. Połącz poziomy i pionowy patyczek za pomocą sznurka – owijaj i krzyżuj nici, aby je solidnie związać.
3. Plastikową torebkę przetnij wzdłuż bocznego szwu, aby uzyskać prostokąt.
4. Połóż na niej szkielet latawca, wyobraź sobie boczne linie i odrysuj jego kontur przy użyciu linijki – teraz kształt latawca jest odwzorowany na folii.
5. Do powstałych krawędzi dodaj po 2 cm zapasu i narysuj nową, zewnętrzną linię cięcia. Wytnij latawiec według tej linii.
6. Połóż wycięty kształt na stole, na niego połóż szkielet i tymczasowo przyklej go taśmą klejącą.
7. Zagnij wszystkie zapasy materiału o 2 cm do środka i przyklej je taśmą klejącą wzdłuż całej długości każdego zagięcia.

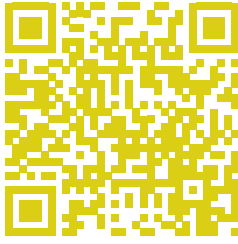
8. Usuń wcześniej przyklejone tymczasowo kawałki taśmy.

STEROWANIE LATAWCEM:

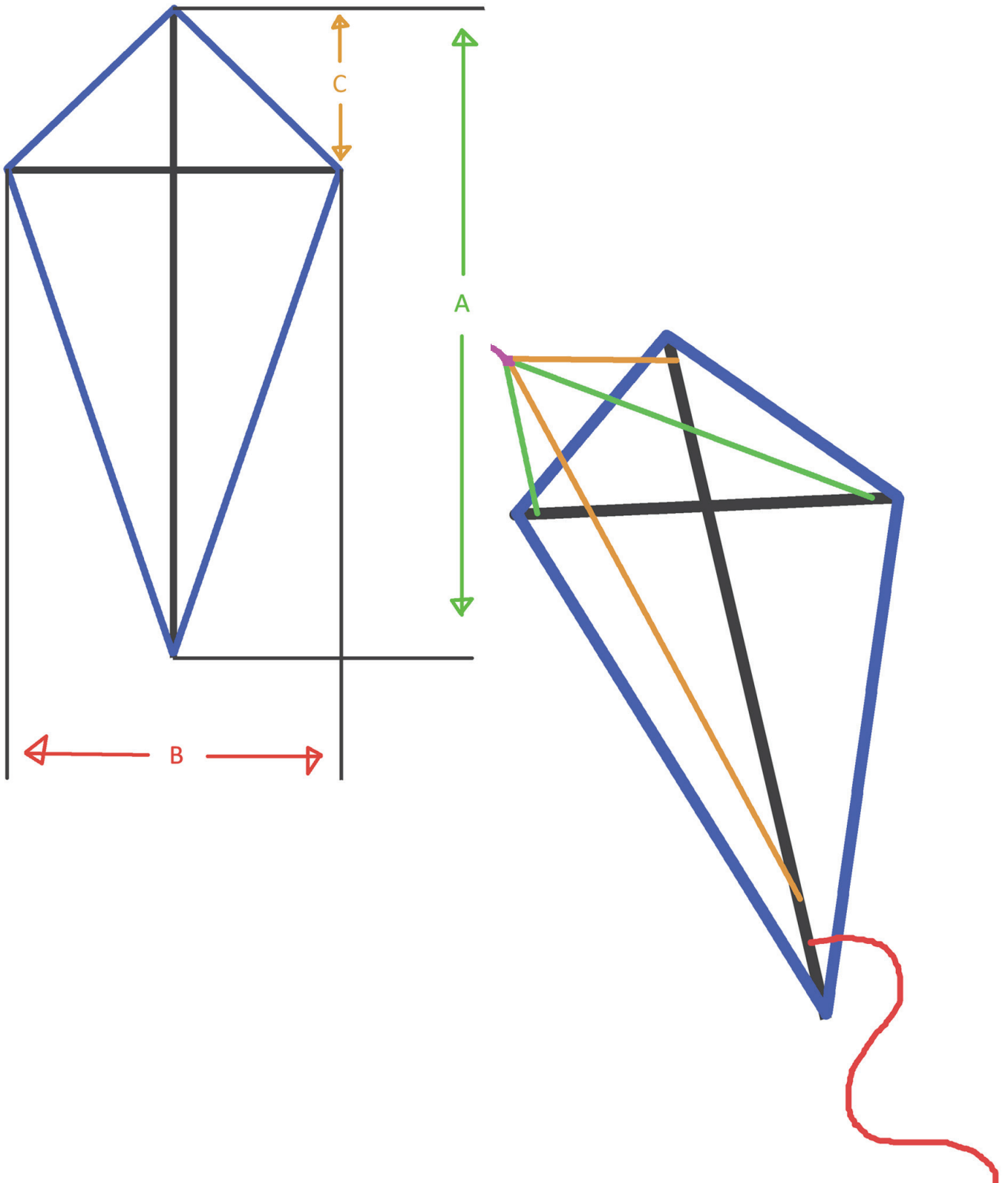
1. Odetnij dwa kawałki sznurka: jeden o długości poziomego patyczka, drugi o długości pionowego.
2. Przymocuj je zgodnie ze schematem, zostawiając niewielki odstęp od zagiętych krawędzi.
3. Lekko napinając obie nitki, zwiąż je ze sobą w miejscu ich skrzyżowania i przywiąż do nich linkę sterującą o długości ok. 1,5–2 metrów (najlepiej wcześniej nawinąć ją na patyczek – będzie wygodniej).

OGON LATAWCA:

1. Sznurek do ogona powinien być trzy razy dłuższy niż pionowy patyczek szkieletu.
2. Udekoruj ogon kolorowymi kokardkami.
3. Przymocuj go do dolnej części latawca, tuż przy zagiętym brzegu.



Jak zrobić latawiec
– dowiesz się,
skanując kod QR i
oglądając materiał
wideo.



SIERPIEŃ
08
2026

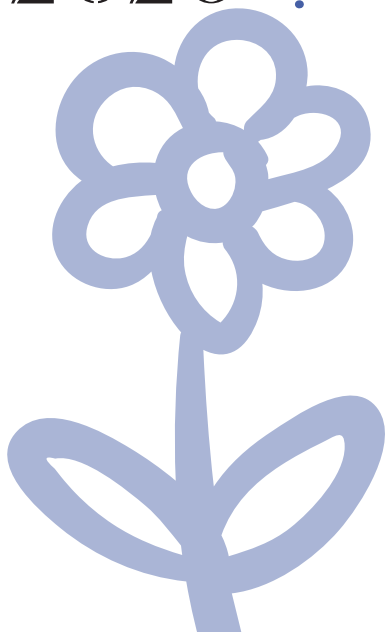
Z pomocą przyrody
przygotujmy się do nowego
roku szkolnego

P	W	Ś	C	P	S	N
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

08.08 – Międzynarodowy Dzień Kota

09.08 – Międzynarodowy Dzień Ludów Tubylczych. Dzień poświęcony prawom ludów rdzennych (aborygenów, autochtonów), którzy zamieszkują swoje terytoria od czasów przed pojawieniem się obecnych populacji. Zachowują oni własne tradycje, język, kulturę – często mieszkają w trudno dostępnych miejscach: dżungli, górach, Arktyce.

12.08 – Międzynarodowy Dzień Młodzieży. Święto ustanowione przez ONZ w 1999 r. Ma na celu zwrócenie uwagi na potrzeby młodych ludzi i zachęcenie ich do aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym.



CIEKAWOSTKA!

Światowy Dzień Słoni obchodzony jest w celu zwrócenia uwagi na zagrożenia, z jakimi mierzą się słonie w Afryce i Azji – przede wszystkim kłusownictwo, utratę siedlisk i konflikty z ludźmi. Współcześnie występują jedynie trzy gatunki słoni: słoń afrykański sawannowy, słoń afrykański leśny oraz słoń azjatycki.

Słonie mają bardzo długą historię ewolucyjną. Ich przodkowie pojawili się około 50 milionów lat temu w Afryce Północnej. Pierwsze znane gatunki słoniowatych były niewielkie – wielkością przypominały dzisiejszą świnię.

W erze plejstocenu (epoce lodowcowej) istniało od 6 do 7 gatunków słoni, w tym słynne mamuty. Dotąd naukowcy opisali aż około 170 wymarłych gatunków słoni, które zamieszkiwały niemal wszystkie kontynenty – z wyjątkiem Australii i Antarktydy.

Najbliższymi żyjącymi krewniakami słoni są dziś manaty i diugon, należące do rzędu syren.

CO MOŻNA ZROBIĆ?

Zbieraj zioła i rośliny na herbaty! Po co kupować, skoro można zrobić samemu?

NAJCZĘŚCIEJ WYKORZYSTYWANE SUROWCE NATURALNE:

- Szyszki
- Trociny
- Małe kawałki drewna
- Patyki różnej długości
- Kolorowe liście (suszone)
- Kwiaty, źdźbła zbóż, jarzębina, skórki pomarańczy (suszone)
- Kasztany, żołądźce
- Skarby znad morza: wygładzone kamyczki, szkło, muszelki, pióra

ZIOŁA I ROŚLINY NA HERBATY:

- Mięta
- Tymianek
- Rumianek
- Nagietek
- Liście wiśni, malin, porzeczek
- Bazylia
- Majeranek
- Koperek





PRZYCZYNIANIE SIĘ DO REALIZACJI
I PROMOCJI ZRÓWNOWAŻONEGO
ROZWOJU MOŻE BYĆ ŁATWIEJSZE, NIŻ SIĘ
WYDAJE!

KAŻDY NASZ DZISIEJSZY KROK – MA
ZNACZENIE DLA PRZYSZŁOŚCI!

