



## Klimat-OS

**Uppgift:** Att på ett lekfullt sätt utmana varandra att göra små uppoffringar för klimatet och minska miljöpåverkan. Det kan innebära att man avstår från att shoppa nya kläder eller att man tar cykeln istället för ber om skjuts när man ska till kompis.

**Gör så här:** Bestäm vilka som ska vara med och hur lång tid ni har på er för att försöka klara alla fem OS-grenar. Det kan vara bra att ha några veckor på sig, så att man kan hinna träffas någon gång mellan start och slut för att se hur det går. Sätt gärna upp ett gemensamt mål, till exempel att skulle alla i gruppen klara alla fem grenar kan ni fira segern med att göra ekologisk glass tillsammans. (Recept finns att ladda ner på [www.skr.org/globalaveckan](http://www.skr.org/globalaveckan)) Gör gärna egna diplom.

### De fem OS-grenarna

Inre hållbarhet (Gul ring)

Klimatanpassning (Röd ring)

Konsumtion (Grön ring)

Transporter (Blå ring)

Energi (Svart ring)

### Regler i korthet

20 poäng ger en OS-ring. Ofta krävs fler än en insats för att samla ihop 20 poäng. När du samlat ihop 20 poäng ska du fylla i motsvarande ring. Exempel: Du har skänkt 100 kronor i kollekt till ett vattenprojekt i Bangladesh, fyll i röd ring. Fem OS-ringar ifyllda först vinner.

### Poängsystem

**Inre hållbarhet:** Går du på 2 gudstjänster/vecka= 10 poäng. Läser du Bibeln en stund varje dag/vecka= 10 poäng. Ger du dig tid att gå och lägga dig en timme tidigare 3 dagar/vecka= 10 poäng. Tar du tid bara för dig själv en timme per dag= 10 poäng. Stänger du av mobiltelefonen kl 20 på kvällen= 10 poäng.

**Klimatskänk:** Skänk pengar till klimatanpassningar, i Sverige eller annat land. 50 kronor= 10 poäng. Det kan vara till vindkraft i din kommun eller till katastrofhjälp vid översvämning i Costa Rica.

**Konsumtion:** Handlar du 5 ekologiska/miljövänliga/rättvisemärkta varor per vecka= 10 poäng. En vegetarisk middag per vecka= 10 poäng. Nytt klädesplagg på second hand istället för vanlig butik= 5 poäng. Handlas inga kläder, skor, accessoarer= 10 poäng.

**Transporter:** Cykel/löpning/gång 3 sträckor tur & retur som du annars skulle åkt bil = 10 poäng. Tåg istället för flyg en lång sträcka tur & retur = 10 poäng.

**Energi:** Duscha en gång mindre per vecka = 5 poäng. Duscha max 5 min per gång = 5 poäng. Stäng av datorn, TV:n och radion helt när du inte använder dem = 1 poäng.