

Zarządzanie czasem



CO ZAMIERZAMY ROBIĆ NA WAKACJACH

1. - Wakacje tuż i masz ogromną ochotę na podróżowanie. W małych grupach ustalcie, gdzie chcielibyście jechać. Jedźcie razem, więc konieczne jest uzgodnienie miejsca, gdzie wszyscy chcieliby pojechać.

Uzgodniliśmy, że chcielibyśmy pojechać do



2. - Przygotuj listę rzeczy, które chciałbyś/ chciałybyś zabrać na wakacje.

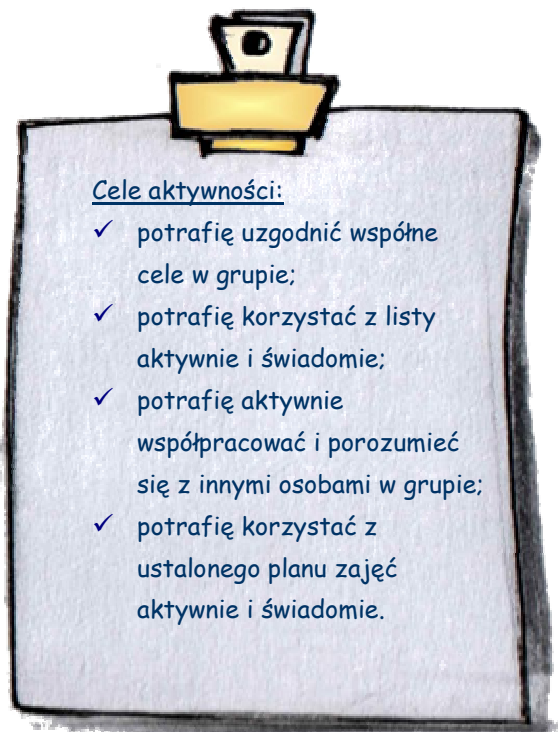
Zaprezentuj swoją listę reszcie uczestników. Co z wspólnymi rzeczami? Uzgodnijcie, kto co zabierze.

3. - Ponieważ podróż trwa tylko tydzień, chcielibyście zobaczyć jak najwięcej w wybranym kraju, a nie wszystkich interesuje to samo, będziecie musieli szczegółowo zaplanować wycieczkę. Możecie wziąć pod uwagę następujące rzeczy:

- jakie miejsca chcielibyście zobaczyć, o której musicie wstawać, gdzie będziecie jeść; możecie ustalić jeden dzień, w którym każdy będzie robił, co chce: pójdzie na plażę, pojedzie na krótką wycieczkę, wynajmie samochód...
- możecie korzystać z internetu lub udać się do biura podróży po broszury czy też pójść do biblioteki, aby znaleźć więcej informacji na temat kraju, do którego jedziecie .
- zastanów się, jak podzieliś zadania pomiędzy członków grupy: kto czym się zajmie?

4. - Przedstawcie swój plan wycieczki innym grupom w klasie.

5. - Ocena



Cele aktywności:

- ✓ potrafię uzgodnić wspólne cele w grupie;
- ✓ potrafię korzystać z listy aktywnie i świadomie;
- ✓ potrafię aktywnie współpracować i porozumieć się z innymi osobami w grupie;
- ✓ potrafię korzystać z ustalonego planu zajęć aktywnie i świadomie.

Co sądzisz o tej lekcji?

Lekcja była:

- nudna
- trudna
- przyjemna
- interesująca
- ...

Przygotowywanie list jest:

- konieczne
- ważne
- przydatne
-

ponieważ _____

Czego się nauczyłeś/aś?

Muszę poprawić:

To zadanie pomoże ci rozwinąć umiejętność planowania z
użyciem list i planu zajęć .

KORZYSTANIE Z PLANU ZAJĘĆ

Cele aktywności:

- ✓ potrafię czytać plan zajęć,
- ✓ potrafię wpisać nowe czynności do planu zajęć,
- ✓ potrafię korzystać z planu zajęć na codzień.

1.- Odpowiedz na następujące pytania na podstawie planu zajęć Ani
(załącznik 1)

1. Kiedy Ania wyszła z psem?

2. Kiedy i o której godzinie Ania grała w tenisa?

3. Którego dnia mogłaby wybrać się ze mną do kina (aby zobaczyć film, który zaczyna się o 20:30)?

4. Co robi Ania 28 kwietnia?

5. Na kiedy jest umówiona z Elą?

6. Kiedy ma wizytę u dentysty?

7. W które dni uprawia sport?

8. Kiedy spotyka się z dziadkami?

9. Kiedy są urodziny Joasi?

10. W które dni ma umówione spotkania z przyjaciółmi?

11. Jeśli zaprosiłbym Anię 25 kwietnia do teatru na spektakl zaczynający się o 20.00, mogłaby ze mną pójść?

12. 26 kwietnia przyjaciółka Ani Judyta dzwoni, żeby zapytać, czy Ania mogłaby zająć się rano jej dziećmi. Czy może? Dlaczego tak lub dlaczego nie?

13. W tygodniu między 23 a 28 kwietnia, Ania powinna iść do sklepu na rozmowę o pracę. Zgodnie z jej planem zajęć kiedy może iść?

14. W które dni zajmuje się domem?

15. Czy może uczestniczyć w twoim kursie?



2. - Wpisz do swojego planu następujące zajęcia (załącznik 2), zwróć uwagę na godzinę.

- Wychodzę z przyjaciółmi 29 lutego 2007. Idziemy do restauracji, gdzie mamy zamówiony stolik na 19.00.
- W poniedziałek i środę zazwyczaj chodzę na siłownię w godzinach od 20.30 do 21.
- 26 lutego 2007 muszę pojechać na lotnisko, ponieważ siostra wraca z wakacji. Przylatuje o 11.00.
- W czwartek 27 lutego obiecałam/em przyjacielowi, że pójdziemy do kina na film o godzinie 20.00.
- W piątek 28 lutego odbieram dziadka z domu opieki o 14.00 i muszę przywieźć go z powrotem na 17.30 na posiłek.
- W sobotę rano muszę iść na zakupy, bo wciąż nie mam sukienki na ślub Kasi.
- 24 lutego mam umówioną wizytę u lekarza o 10.30.
- W tym tygodniu muszę też iść do supermarketu, muszę wybrać dzień.
- We wtorek i czwartek muszę pracować od 8.30 do 11.30. Sprzątam biura.
- 29 lutego idę na wystawę obrazów. Wystawa zaczyna się o 14.00.
- W piątek rano idę z mamą do dentysty. Jest umówiona na 11.00.
- W czwartek po pracy mąż zabiera mnie na obiad.
- 24 lutego mamy spotkanie w pracy, które zaczyna się o 14.30 i trwa do 16.30.
- W środę po południu Wiktoria zaprosiła mnie na kawę.
- Raz w tygodniu muszę wyprasować ubrania. Według kalendarza, kiedy mam na to czas?

3. - Pomyśl o zwykłym tygodniu, w którym zajęcia się powtarzają. Wpisz w swój plan (załącznik 3) rzeczy, które zazwyczaj robisz w ciągu tygodnia.

4. - Scenka: Przeczytaj następujący dialog.

Piotr (P) dzwoni do Ani (A), żeby zaprosić ją do kina.

P: Cześć, Aniu.

A: Cześć, Piotrek. Co u ciebie?

P: Wszystko w porządku, dzięki. Chciałabys pójść ze mną do kina w czwartek?

A: O której zaczyna się film?

P: O 20.00.

A: Przykro mi, ale nie mogę. Zarezerwowałam już kort i umówiłam się z przyjacielem. Będziemy grać w tenisa od 19.30 do 20.30. Moglibyśmy iść do kina o 22.30.

P: Hmm, muszę wstać wcześniej w piątek rano. Chyba lepiej będzie umówić się innym razem.

A: Ok, cześć.

P: Cześć.

W poprzednim ćwiczeniu opracowałeś/aś swój plan. Zaproś swoich kolegów i koleżanki, by towarzyszyli ci w niektórych zajęciach. Jeśli mogą, zapisz to w swoim planie.

5. - Ocena

Co sądzisz o tej lekcji?

Lekcja była:

- nudna
- trudna
- przyjemna
- interesująca
- ...

Umiejętność korzystania z planu zajęć jest:

- konieczna
- ważna
- przydatna
-

ponieważ _____

Czego się nauczyłeś/aś?

Muszę poprawić:

To zadanie pomoże ci korzystać z kalendarza w codziennym życiu, co ułatwi planowanie i organizowanie twoich zajęć.

ZAŁĄCZNIKI

1. Tydzień z życia Ani
2. Pusty plan zajęć
3. Kalendarz

ZAŁĄCZNIK 1: TYDZIEŃ Z ŻYCIA ANI		
23 KWIETNIA 2007 PONIEDZIAŁEK	24 KWIETNIA 2007 WTOREK	25 KWIETNIA 2007 ŚRODA
10.00 PÓJŚĆ NA POCZTĘ I ZAPŁACIĆ RACHUNEK ZA PRĄD	URODZINY JOASI - NIE ZAPOMNIJ	PODLEWANIE KWIATÓW
15.00 WYJŚĆ Z PSEM	15.00 WYJŚĆ Z PSEM	15.00 WYJŚĆ Z PSEM
	16.30 IŚĆ DO DENTYSTY	
17.00 - 18.00 TENIS Z JANEM		
	PRZED 19.00 ODNIEŚĆ FILMY DO WYPOŻYCZALNI	20.30 ODEBRAĆ FRANKA (MOJEGO MĘŻA) Z PRACY
26 KWIETNIA 2007 CZWARTEK	27 KWIETNIA 2007 PIATEK	28 KWIETNIA 2007 SOBOTA
ZAKUPY: SER, WODA, KALAFIOR		
		10.30 PŁYWANIE Z DZIEĆMI
	11.00 GRA W KARTY Z DZIADKAMI	
		13.00 OBIAD Z PRZYJACIÓŁMI

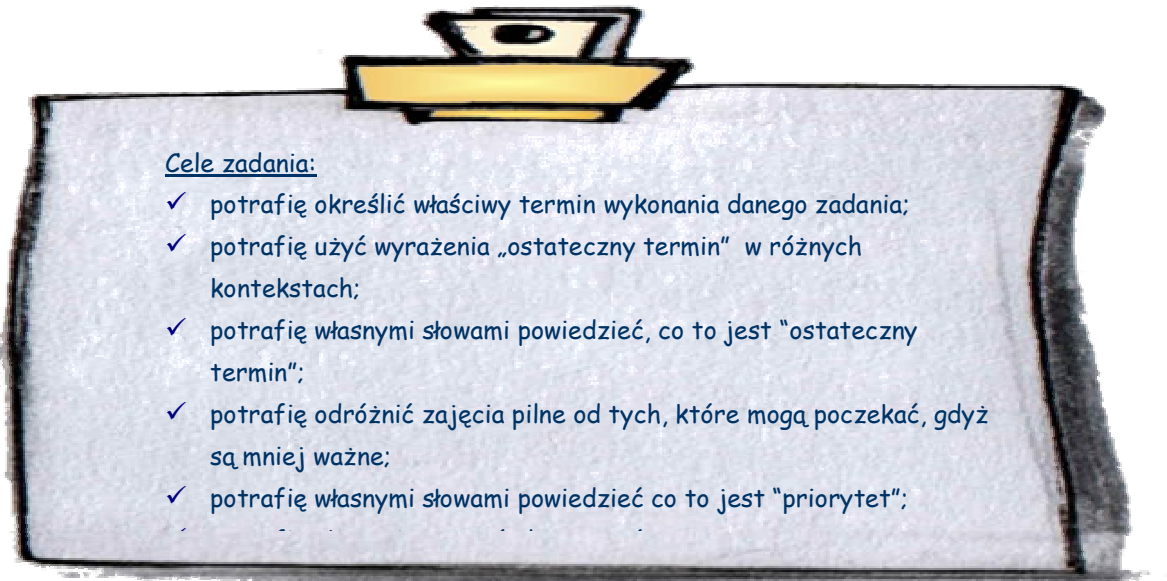
		ROBERTEM I LUIZĄ
15.00 WYJŚĆ Z PSEM	15.00 WYJŚĆ Z PSEM	
		16.00 ODWIEDZINY U DZIADKÓW
20.30 AEROBIC		
	21.00 SPOTKANIE Z ELA	

ZAŁĄCZNIK 3

UMIEJĘTNOŚCI: Kompetencje kluczowe w uczeniu się

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA
CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA

OSTATECZNE TERMINY I PRIORYTETY



1.A - Spójrz na plik rachunków, które dostałeś/aś od nauczyciela i spróbuj powiedzieć, do kiedy trzeba je zapłacić, kiedy mija ostateczny termin.

- A. _____
- B. _____
- C. _____
- D. _____
- E. _____
- F. _____
- G. _____
- H. _____
- J. _____

1. B - Spróbuj użyć wyrażenia „ostateczny termin” w innym kontekście niż zapłata rachunków. Gdzie jeszcze występuje to określenie?

1.C - Spróbuj własnymi słowami określić, co znaczy " ostateczny termin":

2. - W codziennym życiu wykonujesz też zadania i załatwiasz sprawy bez ściśle określonego terminu, ale możesz domyślać się, do kiedy powinny zostać zrobione. Możesz podać przykłady?

3.A - Ułóż wszystkie rachunki w kolejności, w jakiej muszą być zapłacone. Co to oznacza twoim zdaniem?

3.B - Podaj definicję priorytetu:

4. - Nauczyłeś/aś się już korzystać z kalendarza. Zapisz w nim, kiedy trzeba zapłacić rachunki. Następnie dopisz też następujące czynności: podlanie kwiatów - prasowanie wypranych ubrań - robienie prania - zmywanie - mycie włosów - robienie zakupów - wzięcie prysznic (załącznik 1).

UMIEJĘTNOŚCI: Kompetencje kluczowe w uczeniu się

5. - Ocena

Co sądzisz o tej lekcji?

Ta lekcja była:

- nudna
- trudna
- przyjemna
- interesująca
- ...

Umiejętność określania terminów ostatecznych i priorytetów jest:

- konieczna
- ważna
- użyteczna
-

ponieważ _____

Czego się nauczyłeś/aś?

Muszę poprawić:

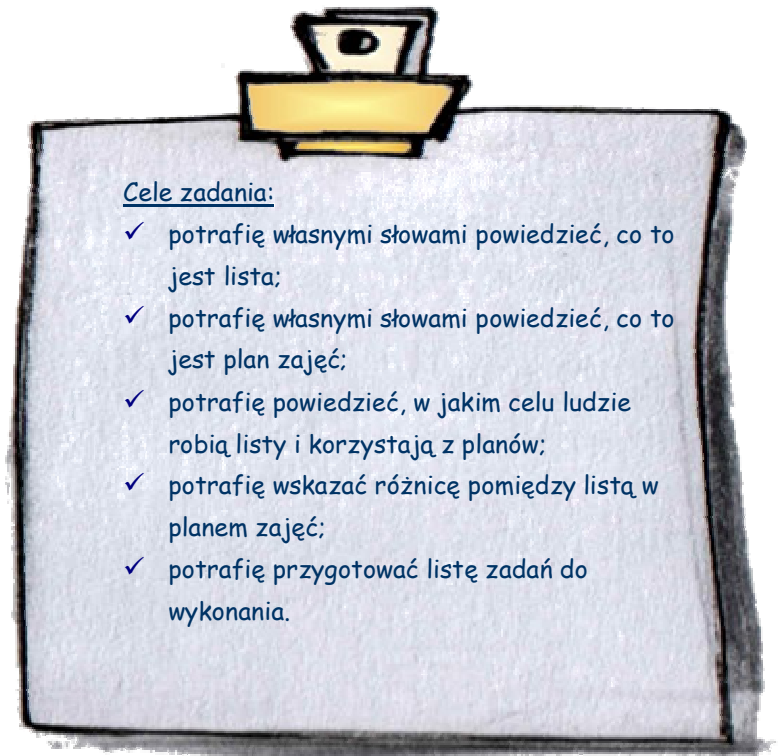
To zadanie pomoże ci przestrzegać ostatecznych terminów i określać priorytety tak, aby ułatwić organizowanie i planowanie zajęć.

ZAŁĄCZNIK

1. Kalendarz

Załącznik 1 (data zależy od rachunku)		
24 LUTEGO 2007 PONIEDZIAŁEK	25 LUTEGO 2007 WTOREK	26 LUTEGO 2007 ŚRODA
27 LUTEGO 2007 CZWARTEK	28 LUTEGO 2007 PIĄTEK	29 LUTEGO 2007 SOBOTA

SPORZĄDZANIE LIST



1. - Spójrz na zdjęcia w pierwszym załączniku i spróbuj odpowiedzieć na pytania:

A. Co to jest?

TABELKA - A :

OBRAZEK - B :

B. Do czego służą te rzeczy? Dlaczego ludzie ich używają?

C. Kto z was już używał tych rzeczy?

D. Czy sądzisz, że są użyteczne? Dlaczego tak lub nie?

E. Jaka jest różnica między tymi dwoma rzeczami?

F. Co jeszcze możesz w nich wpisać/



2. - Przeczytaj tekst (załącznik 2) i wpisz na listę czynności, które Ania ma do wykonania i te, które już zrobiła. Następnie zaznacz krzyżykiem czynności wykonane.

NR	ZADANIA ANI	ZROBIONE
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>

		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>

3. - Pomyśl o trwającym tygodniu: jakie czynności możesz wpisać na listę/ Które z nich zostały przez Ciebie wykonane, a które masz jeszcze do zrobienia?

NR	TWOJE ZADANIA	ZROBIONE
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>

		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>

4. - Zorganizuj swój dzień. Następujące czynności muszą być skończone w ciągu jednego dnia. Pogrupuj je w ten sposób, aby zaoszczędzić jak najwięcej czasu. Nie ma na to jednego idealnego sposobu, wszystko zależy od Ciebie. Następnie będziesz musiał/a wytłumaczyć, co zdecydowało o takiej kolejności.

CZYNNOŚCI: zapłacić rachunek za prąd - wyciągnąć pieniądze - zrobić zakupy: chleb, owoce, warzywa, nowe talerze dla 6 osób, szczotka do włosów, pasta do butów - zmienić olej w samochodzie - nabrać benzyny - zawieźć dzieci do szkoły - odebrać ubrania z pralni - ściąć włosy - iść do apteki - wysłać listy - zmienić opony w samochodzie

NR	ZADANIA

5. - Ocena

Co sądzisz o tej lekcji?

Ta lekcja była:

- nudna
- trudna
- przyjemna
- interesująca
- ...

Umiejętność przygotowywania list jest:

- konieczna
- ważna
- użyteczna
-

ponieważ _____

Czego się nauczyłeś/aś?

Muszę poprawić:

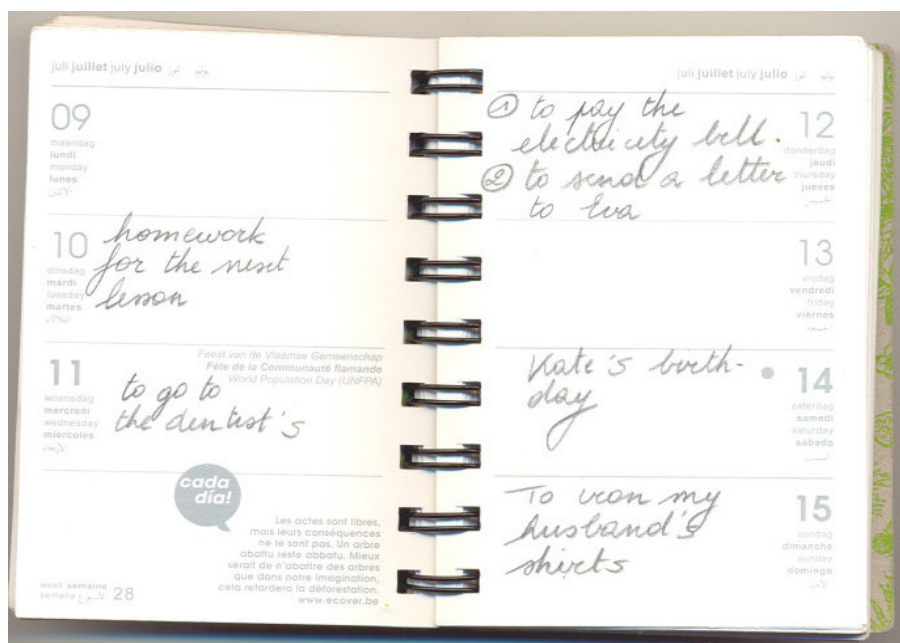
To zadanie pomoże ci przygotowywać listy, aby łatwiej ci było planować i organizować codzienne zajęcia.

1. Załącznik- Ćwiczenie 1

A.

NR	ZADANIA DO ZROBIENIA	ZROBIONE
1	Praca domowa na następną lekcję	<input type="checkbox"/>
2	Zapłacić rachunek za prąd	<input type="checkbox"/>
3	Wysłać list Ewy	<input type="checkbox"/>
4	Zrobić zakupy: ser, kalafior, wino	<input type="checkbox"/>
5	Iść do dentysty	<input type="checkbox"/>
6	Kupić prezent na urodziny Kasi	<input type="checkbox"/>
7	Wyprasować koszule męża	<input type="checkbox"/>

B.



2. Załącznik- Ćwiczenie 2

"Budzik dzwoni o 7 rano. Ania chce jeszcze trochę poleżeć, ale to niemożliwe. Już tydzień temu obiecała mamie, że pójdzie na pocztę i odbierze paczkę. Z trudem zwleka się z łóżka i idzie do kuchni. Bierze parę kromek chleba i nutellę. Niestety, nutelli nie zostało dużo, więc smaruje kromki dżemem. Patrzy na zegarek i zauważa, że nie zostało jej dużo czasu, jeśli chce dotrzeć na czas do szkoły. Uśmiecha się, wspominając wczorajszy dzień. Przyjechała do szkoły za późno, bo zegarek się zepsuł, a ona tego nie zauważyła. Na szczęście zegarmistrz szybko sobie z tym poradził.

W szkole też musi zrobić jeszcze dużo rzeczy przed rozpoczęciem lekcji. Zostawia paczkę mamy w pokoju nauczycielskim i biegnie do ksero. W kolejce czeka wielu nauczycieli, więc staje na końcu. Musi skserować ćwiczenia i plan zajęć na dzisiejsze popołudnie. Spędziła dużo czasu, przygotowując zebranie, a wczoraj przygotowania przedłużyły się aż do północy, ale jest zadowolona z rezultatów. Stojąc w kolejce spotyka Jana i składa mu życzenia urodzinowe. Przeprasza, ale w pośpiechu zostawiła prezent dla niego w domu. Kupiła go w poniedziałek. Obiecuje, że jutro przyniesie go do szkoły. Kiedy Janek odchodzi, Ania uświadamia sobie, że nie przyjdzie jutro do szkoły, bo ma wizytę u dentysty. Umówienie się z dentystą zajęło jej całe tygodnie. Wreszcie ostatni nauczyciel skończył kserować, teraz kolej na nią.

Jeszcze nie spytała Sylwii, innej nauczycielki, czy mogłaby wziąć za nią jutro zastępstwo. Wydaje się jednak, że nie będzie z tym problemu. Dzwoni dzwonek, musi iść do klasy.

Szósta po południu: na szczęście zebranie nie trwało długo. Jest trochę czasu, żeby pójść do marketu i zrobić zakupy. Na szczęście sklep nie jest zatłoczony. Kupuje wszystko, co zamierzała i wraca prosto do domu. W domu leży sterta ubrań czekających na wypranie i wyprasowanie, ale jest zbyt zmęczona, żeby zająć się pracami domowymi. Podlewa tylko kwiaty, bo wyglądają jakby zaraz miały całkiem zwiędnąć. Przez resztę wieczoru ogląda telewizję i nie rusza się z kanapy."

CELE

Cele aktywności:

- ✓ potrafię własnymi słowami powiedzieć, co to jest cel;
- ✓ potrafię powiedzieć, dlaczego działanie i efekt kontrolny są niezbędne w procesie osiągnięcia celów;
- ✓ potrafię podać przykłady celów osobistych;
- ✓ potrafię rozpoznać cele stawiane sobie przez innych;
- ✓ potrafię określać działania prowadzące do osiągnięcia określonego celu;
- ✓ wiem, co zrobić, aby kontrolować, czy cel został osiągnięty;
- ✓ potrafię określić trzy aspekty niezbędne w procesie osiągnięcia celów w konkretnych sytuacjach.

1.A - Spójrz na obrazki i odpowiedz dlaczego te osoby wykonują określone czynności? Opisz obrazki na podstawie przykładu:



ćw.

Je arbuza, żeby pozbyć się uczucia głodu LUB Je arbuza, bo chce przestrzegać zasad zdrowego żywienia.

- CEL: przestrzeganie zasad zdrowego żywienia LUB pozbycie się uczucia głodu
- DZIAŁANIE: jedzenie arbuza
- EFEKT KONTROLNY: czuje się lepiej - nie jest już głodny



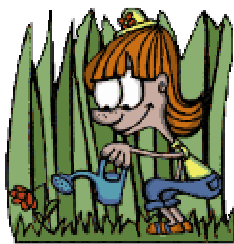
1.

- CEL: _____
- DZIAŁANIE: _____
- EFEKT KONTROLNY: _____



2.

-
- CEL: _____
 - DZIAŁANIE: _____
 - EFEKT KONTROLNY: _____



3.

-
- CEL: _____
 - DZIAŁANIE: _____
 - EFEKT KONTROLNY: _____



4.

-
- CEL: _____
 - DZIAŁANIE: _____
 - EFEKT KONTROLNY: _____



5.

-
- CEL: _____
 - DZIAŁANIE: _____
 - EFEKT KONTROLNY: _____

1. B - Czy potrafisz po wykonaniu tego zadania powiedzieć swoimi słowami, co to jest cel? Moim zdaniem cel to...

Jak pewnie zauważyłeś/aś na podstawie tego zadania, cel nierozzerwalnie łączy się z dwoma aspektami: działaniem i efektem kontrolnym. Dlaczego są one tak ważne?

Działanie:

Efekt kontrolny:



2. - Pomyśl o jakichś celach, które chciałbyś/chciałabyś osiągnąć w życiu.
Następnie napisz, jakie działania są konieczne do ich osiągnięcia.



3.A - 22 marca, z okazji ŚWIATOWEGO DNIA WODY, organizacja sanitarna AMREF (African Medical and Research Foundation) rozpoczęła kampanię pod nazwą "Spreco meno subito - Zużywaj mniej od zaraz". Jakie cele według ciebie ma ta kampania?

3.B - Przeczytaj tekst o tej kampanii i spróbuj wywnioskować, jakie krótko- i długofalowe cele ma kampania. Porównaj je z celami, które wypisałeś/aś w poprzednim ćwiczeniu.

3.C - Co możesz zrobić, aby przyczynić się do osiągnięcia któregoś z celów kampanii (Działanie): co możesz zrobić, aby nie marnować wody?

3.D - Kampania przedstawiła również 10 zasad, które mogą pomóc ci zużywać mniej wody. Przeczytaj je i porównaj ze swoimi.

3.E - Kolejnym ważnym aspektem w osiąganiu celu jest kontrola, czy cele zostały osiągnięte. W przypadku celów osobistych to ty możesz kontrolować postępy. Jak AMREF może kontrolować czy cele kampanii są osiągnięte?

4. - Praca domowa: Czy potrafisz podać przykłady innych kampanii rozpoczętych przez różne organizacje? Możesz poszukać w internecie lub w innych źródłach informacji. Spróbuj rozróżnić w nich trzy aspekty: cele - działania, które prowadzą do osiągnięcia celów - efekt: na jego można kontrolować osiągnięcie celów.

5. - Ocena

Co sądzisz o tej lekcji?

Ta lekcja była:

- nudna
- trudna
- przyjemna
- interesująca
- ...

Umiejętność wyznaczania sobie celów jest :

- konieczna
- ważna
- użyteczna
- ...

ponieważ _____

Czego się nauczyłeś/aś?

Muszę poprawić:

To zadanie ma uświadomić, że wyznaczanie celów jest nieodzowną częścią życia codziennego.

ZAŁĄCZNIKI

1. Spreco meno subito - Zużywaj mniej od zaraz
2. Dziesięć zasad, by zużywać mniej wody



AMREF

Italia

22 MARZO - 22 APRILE 2007
MESE DELL'ACQUA

22 marca - 22 kwietnia - Miesiąc wody



" To smutne, że nadejdzie kiedyś czas, kiedy tylko multimilionerzy będą mogli sobie pozwolić na kostkę lodu."

Zużywaj mniej od zaraz!

18 % ludzi na świecie nie ma dostępu do wody pitnej, a 6 tysięcy ludzi, w tym większość dzieci, codziennie umiera z przyczyn mających związek z wodą.

Rzeczywiście, nazwa „niebieskie złoto”, jak często określa się wodę, nabiera prawdziwego znaczenia w Afryce, gdzie jej najbardziej brakuje: dostęp do wody oznacza zdrowie, pokój i harmonię społeczną, szacunek dla środowiska, bogactwo i rozwój. Prawdy te, niestety, najczęściej się ignoruje i najcenniejsze zasoby naturalne nadal są marnowane nie tylko w biednych krajach, ale również w najlepiej rozwiniętych społeczeństwach. We Włoszech także woda jest marnotrawiona, zanieczyszczana, traktowana jako coś oczywistego, co zawsze będzie w zasięgu ręki. Oczywiście różnice w dostępie do wody są ogromne: podczas gdy afrykański rolnik musi zaspokoić swoje potrzeby około dwudziestoma litrami wody dziennie, każdy z nas dysponuje aż trzystoma litrami! Nadmierne ilości wody zużywane są niepotrzebnie. Aby temu przeciwdziałać i uwrażliwić nas na sytuację ludzi, którzy cierpią z braku wody, AMREF od lat prowadzi liczne kampanie społeczne.

WODA TO POKÓJ

"Można oczekiwać, że w przeciągu 25 lat wojny nie będą toczyć się o dostęp do zasobów paliw, ale do zasobów wody."

Ta niepokojąca prognoza Kofi Annana znajduje uzasadnienie w faktach: ze wszystkich zasobów wody na świecie, tylko 2,5 % to woda pitna, z czego dostępny jest tak naprawdę 1%. Pomimo to od 1950 do 1990 zużycie wody wzrosło trzykrotnie, przy czym wzrost ten nie dokonał się równomiernie we wszystkich krajach. Okazuje się, że Amerykanie zużywają stukrotnie więcej wody niż rolnicy w Afryce. Kontrola nad zbiornikami wodnymi jest utrudniona, gdyż zbiorniki te wyznaczają granice między krajami o nie zabiegającymi. Ponadto utowarowienie wody zwiększyło kontrolę nad nią przez państwa zamożne kosztem państw biednych. Wody zaczyna brakować nie tylko w południowych częściach świata, ale jak pokazuje raport "Bogate kraje ubogie w wodę" wydany przez Światowy Fundusz na Rzecz Przyrody, ze względu na ogromne zużycie w rolnictwie i przemyśle, reszta świata również zacznie odczuwać jej brak. Od Afryki po Bliski Wschód i dorzecze Mekongu jest co najmniej 50 miejsc zatargów o wodę: jest ona przedmiotem walk lub elementem przetargowym. Ograniczenie lub

uniemożliwienie dostępu do wody pitnej jest najgroźniejszą bronią. Dzieje się tak na przykład w Północnej Ugandzie, gdzie większość ludzi żyje w obozach dla uchodźców, w których na osobę przypada 5, 3 lub tylko 2 litry wody dziennie!

WODA TO ŚRODOWISKO NATURALNE

Definicja ustanowiona przez Narody Zjednoczone mówi: "Pustynnienie jest degradacją ziemi na terenach suchych na skutek wielu czynników, między innymi zmian klimatycznych i działań człowieka."

Woda to życie i jej coraz większe niedobory powodują dewastację środowiska naturalnego, co w efekcie prowadzi do śmierci ludzi. Około 39% powierzchni na ziemi ulega pustynnieniu, które uderza w ponad 100 krajów na świecie. Pustynnienie zabija zróżnicowanie biologiczne gatunków i możliwość produkcji pożywienia. Każdego roku znika 12 milionów hektarów terenów uprawnych. Sytuacja ta jest szczególnie poważna w Afryce, gdzie 66% terenów jest suchych. Również we Włoszech dane są niepokojące: 5 regionów 'mezzogiorno' i 5% powierzchni kraju ulega pustynnieniu. Najpoważniejsze zagrożenie występuje na Sycylii, gdzie ponad 36 % terenów jest narażonych na ten proces. Większość nieprawidłowości tj. zmiany klimatyczne, brak opadów, erozja czy zmiany zasolenia gleby, ulega nasileniu przez szkodliwe działanie człowieka. Zachowanie cennej równowagi między zasobami wodnymi a terenami suchymi w coraz większym stopniu zależy od człowieka. Popatrzmy na najbardziej oczywisty przykład, rolnictwo: prawie 80 % źródeł wody jest zużywanych na irygację. Procent ten wciąż wzrasta w krajach biednych. Stosowanie irygacji na coraz większą skalę, począwszy od lat sześćdziesiątych, ma bardzo negatywny wpływ na środowisko. Przyczynia się do zwiększenia zasolenia, pustynnienia, erozji co ma miejsce np. w Sahelu, Chinach czy Iraku. Do tego dochodzi jeszcze marnotrawienie ogromnej części wody przeznaczonej na irygację (60 % wody nie dociera do pól, lecz wyparowuje przez uszkodzone części rur) oraz zanieczyszczenia powodowane przez środki chemiczne.

WODA TO ZDROWIE

Liczba ofiar cichego zabójcy- skażonej wody - sięga rocznie 3 do 4 milionów. Połowa z nich to dzieci poniżej 5 roku życia.

Siódmy cel milenijny wyznaczony przez Narody Zjednoczone zakłada zmniejszenie o połowę liczby ludzi, którzy nie mają dostępu do wody pitnej do 2015 roku. Aby to osiągnąć, jak informuje Światowa Organizacja Zdrowia, wysiłki międzynarodowe muszą zostać co najmniej podwojone. Sytuacja jest najpoważniejsza w Afryce na południe od Sahary, gdzie dostęp zwiększył się z 49 % do zaledwie 58 %: to oznacza, że bardzo daleko jeszcze do realizacji zamierzonego celu i podniesienia osiągnięcia 75%. Wciąż 288 milionów mieszkańców Afryki czerpie wodę ze studni, które nie są chronione i najczęściej wraz z ludźmi korzystają z nich także zwierzęta. Jednak największe zagrożenie niesie skażona woda. Według Komisji Narodów Zjednoczonych ponad połowa pacjentów szpitali cierpi na choroby mające bezpośredni lub pośredni związek z zanieczyszczoną wodą. Malaria, cholera, poważne choroby oczu, biegunki to niektóre z przykładów: z 2 200 000 osób zmarłych na skutek biegunki, 1 800 000 zgonów spowodowała skażona woda. Dane dotyczące daltonizmu, spowodowanego przez kontakt z wodą, są również szokujące: liczba ofiar dochodzi do 6 000 000. Wystarczyłoby mieć trochę czystej wody do umycia twarzy, aby uniknąć zakażenia.

WODA TO ROZWÓJ

"Woda to prawdopodobnie jedyny taki zasób naturalny, który dotyczy każdego aspektu życia człowieka: począwszy od rozwoju rolnictwa i przemysłu, a skończywszy na aspektach kulturowych i religijnych"

Jeśli rozwój rolnictwa i przemysłu zależy od wody i jeśli degradacja tego zasobu zależy od człowieka, możemy coś z tym zrobić. W sektorze rolnictwa, który zużywa ogromną część dostępnej na świecie wody, niektóre decyzje mogą zapewnić rozwój i jednocześnie nie zagrażać środowisku. Na przykład można skupić się na tych roślinach, które są mniej wymagające pod względem zapotrzebowania na wodę i które dobrze znoszą susze, ulepszyć systemy irygacyjne, stawiając na metody mniej inwazyjne i mniej intensywne.

Wyzwania w zakresie dobrego zagospodarowania zasobów wody nie ograniczają się tylko do rolnictwa. W ostatnich dekadach masowa migracja spowodowała ogromny wzrost liczby miast. Zapotrzebowanie na wodę w okręgach urbanistycznych jest porównywalne do

tych niezbędnych w rolnictwie, dlatego też dochodzi do coraz częstszych konfliktów na tej płaszczyźnie.

Jedno z proponowanych rozwiązań zakłada budowę dwóch równoległych wodociągów: jeden dla celów spożywczych, drugi, z wodą niskiej klasy pod względem czystości, dla innych celów. Ta futurystyczna koncepcja nie odnosi się do krajów rozwijających się, gdzie nawet w dużych miastach brakuje wielu niezbędnych udogodnień, nie wspominając o problemach społecznych. Przemysł konsumuje wodę zarówno w celach produkcyjnych, jak i w pobieraniu energii elektrycznej, co może stanowić ogromne zagrożenie zasobów wodnych i ekosystemu jeśli nie podlega ścisłej kontroli. Emisja substancji trujących, ingerencja w strukturę rzek, budowa tam dla celów produkcji energii to tylko niektóre z problemów, jakie napotykamy na naszej drodze.

AMREF DOSTARCZA WODĘ PÓŁNOCNEJ UGANDZIE

"We wschodniej Afryce dzieci często zmuszone są przemierzać wiele kilometrów ze swoimi matkami w celu zdobycia wody. Nie mają wiele czasu na naukę, a to wpływa negatywnie na poziom ich wykształcenia."

Po raz kolejny najczęściej niedogodności spotyka się terenach wiejskich. Źródła wody są zazwyczaj daleko od wsi, w szkołach brakuje podstawowych artykułów sanitarnych tj. wody czy toalety. Budowa zbiorników na wodę deszczową jest ważnym elementem mogącym zwalczać te problemy, gdyż w ten sposób można by zapewnić dzieciom czystą wodę do picia i utrzymania higieny osobistej. Jeśli zaczniemy wprowadzać w życie hasła norm sanitarnych, zmiany staną się możliwe.

Zbiorniki są cementowe i zaopatrzone w rynny zbierające deszczówkę. Jeden zbiornik może pomieścić nawet 10 000 litrów wody, a tym samym może służyć tysiącu dzieci. Projekt zakłada budowę 20 zbiorników w szkołach w Północnej Ugandzie. Zaopatrzą one w wodę 20 000 dzieci.

10 ZASAD, BY ZUZYWAĆ MNIEJ WODY

1. Zakręć kran, kiedy myjesz zęby lub się golisz.
Rada: Puść wodę tylko dwa razy, aby opłukać szczoteczkę; przygotuj kubek z wodą, aby wypłukać zęby .
2. Spuszczaj mniej wody w toalecie.
Rada: wyreguluj z pomocą hydraulika strumień spłuczki.
3. Zbieraj deszczówkę.
Rada: ustaw wiadra w ogrodzie lub na tarasie.
4. Bierz prysznic zamiast kąpieli w wannie.
Rada: zakręć kurek, kiedy się namydłasz.
5. Podlewaj kwiaty, nie tracąc wody.
Rada: podlewaj ogród zawsze wieczorem - słońce już zachodzi, więc woda wolniej paruje.
6. Napraw ciekący kran.
Rada: sprawdzaj, czy kran nie przecieka.
7. Zainstaluj baterię mieszającą wodę.
Rada: używaj baterii mieszającej wodę.
8. Używaj ekologicznych pralek i zmywarek.
Rada: używaj urządzeń domowych klasy A+: zużywają 17 litrów wody mniej
9. Zmywaj naczynia w ekologiczny sposób.
Rada: zakręcaj kran, kiedy czyścisz naczynia.
10. Myj samochód używając wiadra.
Rada: używaj wiadra zamiast bieżącej wody: przepłucz karoserię, umyj samochód i spłucz go używając mniej wody.