

# Kampaň obyčejného hrdinství 2022



1944  
plných  
van vody

## Snížíme spotřebu vody

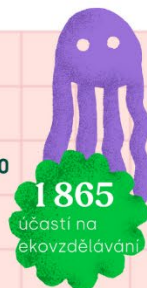
Hospodárným chováním jsme ušetřili 340 000 litrů vody a díky technologickým vylepšením ušetří mnoho účastníků přes 1 000 Kč za rok.



2 325  
bezobalových  
nákupů

## Pořizujeme věci odpovědně

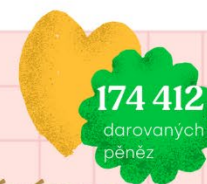
Uskutečnili jsme přes 2 000 nákupů na farmářských trzích a vyměnili přes 600 věcí, které jsme již nepotřebovali.



1 865  
účasti na  
ekovzdělávání

## Vzděláváme se v eko

Shlédli jsme přes 2 000 dokumentů a rozečetli 1 459 ekologických knih.



174 412  
darovaných  
peněz

## Podpoříme dobrou věc

Na ekologické projekty jsme přispěli více než 170 000 Kč a odpracovali 1 226 hodin jako dobrovolníci.



12 552  
vysazených  
stromů a keřů

## Zasadíme strom nebo jinou rostlinu

Vysázeli jsme tolik rostlin, že by zabraly plochu 69 tenisových hřišť.



1 035  
nesnědených  
kuřat

## Jíme zdravě a ekologicky

Změnou jídelníčku jsme prodloužili život tisícovce kuřat a každý z nás zároveň ušetřil i 19 kg emisí CO<sub>2</sub>.



128 101  
ekologických  
kilometrů

## Cestujeme šetrně

Za týden jsem ujeli/ušli průměrně 28 ekologických kilometrů a ušetřili 4 kg CO<sub>2</sub> na osobu.



1 447  
zapojených  
lidí

## Strávíme den bez technologií

Celý den bez počítače, mobilu, televize atd. si užilo přes 1 400 z nás.



325 615  
m<sup>2</sup> divočiny

## Budujeme prostředí pro zvířata

Pro motýlí louky a divočinu jsme vyčlenili plochu o velikosti 7 Václavských náměstí v Praze a zároveň jsme vyrobili přes 2 000 příbytků pro zvířata.



428  
nových  
odběratelů

## Čerpáme zelenou energii

Díky novým odběratelům zelené energie ušetříme každý rok přes 640 tun emisí.



3,5  
hodiny venku  
2x týdně

## Jsme venku a objevujeme

Více než 3 hodiny venku, strávených prací, hraním, procházkami i objevováním, jsme zvládli alespoň 2x za týden.

# Co jsme dokázali

11 811 zapojených lidí

111 tun ušetřeného CO<sub>2</sub> během jednoho týdne

**A co ještě dokážeme díky zavedeným opatřením:**

53 tun CO<sub>2</sub> zachytíme během příštích 12 měsíců

642 tun CO<sub>2</sub> ušetříme během příštích 12 měsíců

**DĚKUJEME**







## Zasadíme strom nebo jinou rostlinu

Počet zapojených účastníků: 6 712

Zasadili jsme společně více než 50 000 kyttek, bylin a stromů. Celkem by tak zabraly plochu 69 tenisových hřišť.

Jen během příštího roku vysazené stromy zachytí až 53 tun CO<sub>2</sub>, což je stejné množství jako vyprodukují za jeden rok 4 automobily<sup>1</sup>.

## Budujeme prostředí pro zvířata

Počet zapojených účastníků: 2 956

Pro divočinu a motýlí louky jsme vyčlenili plochu 7 Václavských náměstí v Praze<sup>2</sup>. Vyrobili jsme 1 041 ptačích budek, 888 hmyzích hotelů, broukovišť a škvorovníků, 630 pitek pro ptáky, 136 ježkovníků a zabezpečili jsme 205 vodních ploch.

## Snížíme spotřebu vody

Počet zapojených účastníků: 4 743

Šetrným chováním jsme ušetřili 1 944 plných van vody<sup>3</sup>. Namontovali jsme 881 perlátorů a WC stopů, díky čemuž můžeme ušetřit v příštím roce přes 2 miliony litrů vody<sup>4</sup> (to vylepší i peněženku účastníků této výzvy o cca 1 000 Kč ročně).

## Jíme zdravě a ekologicky

Počet zapojených účastníků: 4 842

Každý zapojený účastník ušetřil až 19 kg CO<sub>2</sub><sup>5</sup> tím, že 2 dny neměl na svém jídelníčku maso. Zároveň jsme uvařili 2 765 nových bezmasých jídel. Díky této zdravé stravě se těší delšímu životu i 1 035 pěkně vypasených kuřat.

<sup>1</sup> Při průměrné spotřebě 5,5 l/100 km benzínu a ujeté vzdálenosti 15 000 km.

<sup>2</sup> Celkem 32, 5 hektarů luk, lesů, mokřadů, zahrad...

<sup>3</sup> Objem vany počítáme 170 litrů.

<sup>4</sup> V rámci využití toalety 4x denně se 3 litry úspory na jedno spláchnutí. Perlátor ušetří až 9 litrů tekoucí vody za jednu minutu.

<sup>5</sup> Pokud bychom do výpočtu nezahrnovali emise spojené se skladováním potravin, jejich prodejem, přípravou pokrmů a ani ztráty, ke kterým dochází při cestě k zákazníkovi, tak by výsledná hodnota byla 6 kg.





## Pořizujeme věci odpovědně

Počet zapojených účastníků: 4 161

Uskutečnili jsme 4 789 farmářských a lokálních nákupů, 2 325 bezobalových nákupů, 1 425 nákupů z druhé ruky a 606 výměn věcí, které jsme už nepotřebovali. Ve více než 2 000 případech jsme preferovali ekovýrobky nebo ekoprotraviny.

## Cestujeme šetrně

Počet zapojených účastníků: 4 447

Pěšky, autobusem, vlakem, na kole či koloběžce jsme společně 3x objeli zeměkouli<sup>6</sup> a mohli jsme tak ušetřit až 17 tun CO<sub>2</sub><sup>7</sup>.

## Čerpáme zelenou energii

Počet zapojených domácností a organizací: 585

428 domácností a organizací si podalo přihlášku k čerpání zelené energie u svých nebo nových dodavatelů. Tento krok může ušetřit až 642 tun emisí CO<sub>2</sub> každý rok<sup>8</sup>.

## Vzděláváme se v eko

Počet zapojených účastníků: 4 667

Být „v obraze“ je důležité a v ekologii, ochraně klimatu a přírody obecně to platí dvojnásob. Shlédli jsme 2 794 dokumentů, začali jsme číst nebo jsme přečetli 1 459 knih, více než 1 800x jsme se zúčastnili vzdělávacích akcí a 662 z nás si spočítalo svoji osobní uhlíkovou stopu.

<sup>6</sup> Průměrný účastník výzvy ušel/ujel za týden 28,8 ekologických km.

<sup>7</sup> Pro potřeby Kampaně počítáme průměrnou hodnotu 134 g CO<sub>2</sub>/km a to v případě, že bychom byli zcela bezemisní, což nikdy nejsme.

<sup>8</sup> Udává se, že čerpáním zelené energie domácnost ušetří až 1,5 tuny emisí ročně.





## **Podpoříme dobrou věc**

Počet zapojených účastníků: 2 333

Na podporu ekologických projektů a organizací jsme poslali 174 412 Kč<sup>9</sup>. Odpracovali jsme 1 226 dobrovolnických hodin pro přírodu a 566 z nás uskutečnilo vzdělávací nebo přímou akci pro životní prostředí.

## **Jsme venku a objevujeme**

Počet zapojených účastníků: 6 222

V současné době děti tráví venku od 25 minut do 2 hodin denně. Delší čas je tedy již opravdová výzva. Strávili jsme venku průměrně 3,5 hodiny v kuse 2x týdně.

## **Strávíme den bez technologií**

Počet zapojených účastníků: 1 447

*...syn se ráno probudil plný radosti s větou: „JOOOO, vydržel jsem to, jsem dobrý!“*

Digitální detox byl pro nás jeden z nejsilnější i nejtěžších zážitků v celé kampani.

**Děkujeme 119 ekoškolám, školám, organizacím, rodinám i jednotlivcům, kteří jste se rozhodli Kampaň obyčejného hrdinství koordinovat ve vašich krajích, obcích, oddílech nebo rodinách! Jste opravdoví hrdinové!**

---

<sup>9</sup> Z toho přes 50 000 tvoří pravidelné finanční příspěvky.







## Další tipy, aneb co vše můžete dělat dál?

- [Návody a tipy, jak pokračovat dál v jednotlivých výzvách kampaně](#)
- [Interaktivní průvodce úsporami energií, spotřeby i peněz](#)
- [Inspirace pro udržitelnější život](#)
- [Učíme o klimatu](#)
- [Fakta o klimatu](#)
- [Vzdělávací centrum TEREZA](#)



# Kampaň obyčejného hrdinství 2022



proběhla v rámci projektu *EKOŠKOLA a OCHRANA KLIMATU – Od individualismu k občanské participaci*.

Projekt podporuje Nadace OSF v rámci programu Active Citizens Fund, jehož cílem je podpora občanské společnosti a posílení kapacit neziskových organizací. Cílem programu je dále inspirace k aktivnímu občanství a pomoc znevýhodněným skupinám. V České republice jej spravuje konsorcium, které tvoří Nadace OSF, Výbor dobré vůle – Nadace Olgy Havlové a Skautský institut. Program je realizován v rámci Fondů EHP a Norska 2014–2021. Prostřednictvím Fondů EHP a Norska přispívají státy Island, Lichtenštejnsko a Norsko ke snižování ekonomických a sociálních rozdílů v Evropském hospodářském prostoru (EHP) a k posilování spolupráce s 15 evropskými státy. Důležitým posláním programu je také spolupráce mezi Českou republikou a dárcovskými státy. Jde o spolupráci mezi českými neziskovými organizacemi a organizacemi z Islandu, Lichtenštejnska a Norska.

- Program Active Citizens Fund: [www.activecitizensfund.cz](http://www.activecitizensfund.cz)
- Fondy EHP a Norska: [www.eeagrants.org](http://www.eeagrants.org)
- Nadace OSF: [www.osf.cz](http://www.osf.cz)
- Výbor dobré vůle – Nadace Olgy Havlové: [www.vdv.cz](http://www.vdv.cz)
- Skautský institut: [www.skautskyinstitut.cz](http://www.skautskyinstitut.cz)

**Jdeme do toho.  
S odvahou.**



| Nadace OSF



# Kampaň obyčejného hrdinství 2022



Děkujeme společnosti *EG.D, a.s.* a *dm-drogerie markt s.r.o.*  
za finanční podporu Kampaně obyčejného hrdinství.

[egd.cz](http://egd.cz) • [dm.cz](http://dm.cz)



Děkujeme společnosti *Inpublic group s.r.o.*,  
za mediální podporu.

[amosvision.cz](http://amosvision.cz) • [inpublictechnology.cz](http://inpublictechnology.cz)

