



*"Vi unga ser annorlunda
på utmaningar och vi
kan se saker från helt nya
synvinklar"*

*"Att göra något
konkret skapar
välmående"*

Så kan DU förändra världen: 50 TIPS!

HUR KAN DU FÖRÄNDRA VÄRLDEN?

DEBATTARTIKEL



starta en blogg

TWITTER

GE INTE UPP!



VOLONTÄR

ENGAGERA DIG
POLITISKT



Prata med en kompis

UNGDOMSRÅD

INSÄNDARE

kunskap är makt - gå en kurs

EARTH HOUR

Litteratur

➔ ELLER NÅGOT ANNAT?

MÅNGA BESLUT OM PLANETENS FRAMTID TAS JUST NU AV VUXNA...

...ändå är det **DU** som är ung nu som kommer att påverkas mest i framtiden

Många vill agera för att bevara planeten för nutida och framtida generationer. Alla vet inte hur eller vad man kan göra.

➔ VILL DU ENGAGERA DIG FÖR ATT PÅVERKA SAMHÄLLET?

Du behövs för att utmana gamla sanningar och hitta nya sätt att tänka för att skapa en hållbar framtid.

◀ Fredagen den 15 mars 2019 deltog hundratusentals människor i klimatmanifestationer världen över, inspirerade av Greta Thunberg. Här utanför Riksdagen i Stockholm samlades tusentals människor för klimatet och #fridaysforfuture.

Klimatförändringarna och miljöförstöring kommer i topp bland de viktigaste samhällsfrågorna idag, bland Sveriges unga.



Miljön och samhällsutvecklingen tillhör oss alla!

DU HAR RÄTT ATT GÖRA DIN RÖST HÖRD

➔ ÄR DU MED OCH BESTÄMMER TYCKER DU?

WWF gjorde en Sifo-undersökning bland unga. Många känner att de är med och påverkar samhället.

50 %

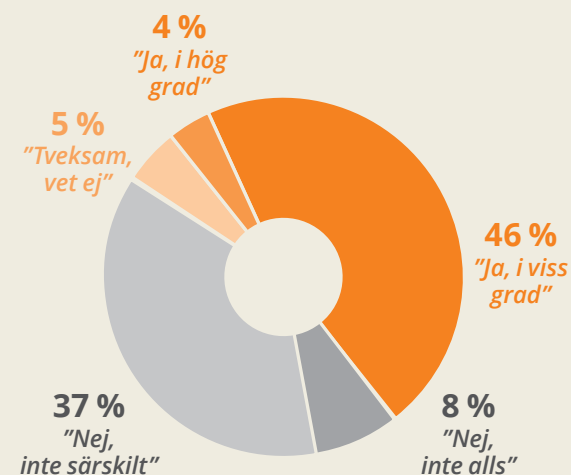
Hälften upplever att de är med och påverkar världen att bli mer rättvis.

2/3

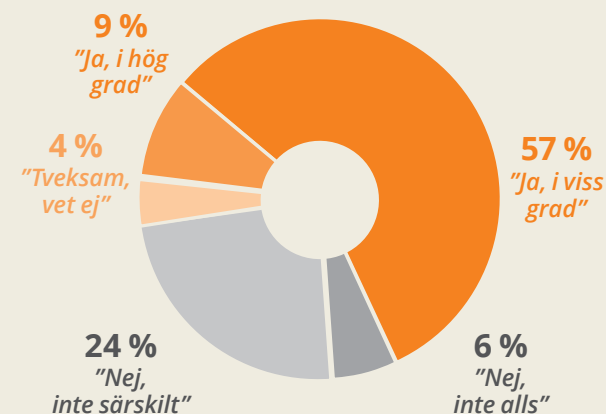
Två tredjedelar känner att de har makten att förändra.



Upplever du att du är med och påverkar en förändring mot en mer rättvis och hållbar värld?

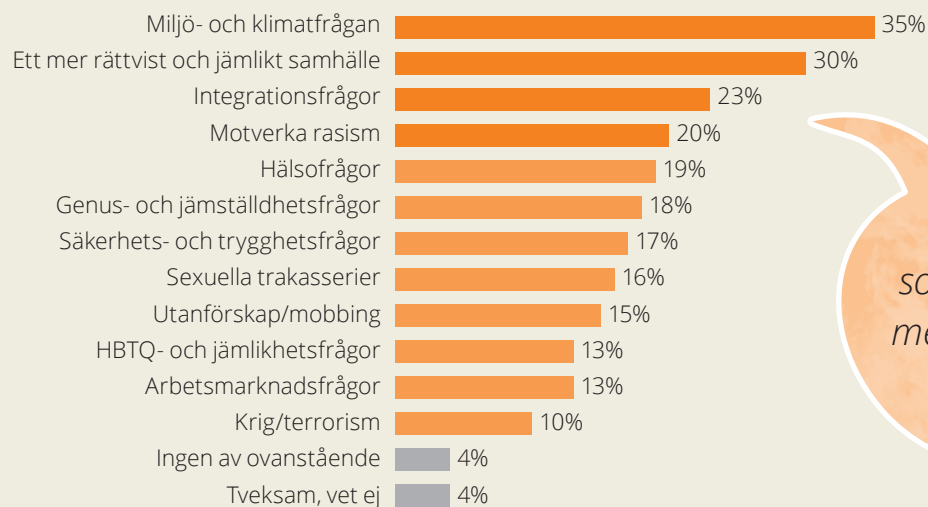


Tror du att du själv kan påverka en förändring mot en mer rättvis och hållbar värld?



Undersökningen är utförd av Kantar Sifo under 2018 på uppdrag av WWF. Den bygger på 1000 svaranden i åldern 16-29 år. Den är utförd i webbpaneler med slumpmässigt utvalda respondenter och består av ett riksrepresentativt urval.

Vilka tre av dessa frågor vill du helst vara med och påverka i samhället?



*Miljö och **klimat** är det som man allra mest vill vara med och påverka i samhället, enligt undersökningen.*

*Ett mer **rättvist och jämlikt samhälle** och integrationsfrågor engagerar också många.*

Vilka tre av dessa frågor oroar dig mest?



Krig och klimatförändringar är det unga oroar sig för mest!

➔ **HÅLLER DU MED?**

VAD ENGAGERAR ELLER OROAR DIG?



15-ÅRING SKAPADE KLIMATREVOLUTION

Svenska Greta Thunberg startade en klimatrevolution när hon var 15 år gammal.

I augusti 2018 började hon att skolstrejka för klimatet utanför Sveriges Riksdag, något som snabbt gav internationell uppmärksamhet.

Efter att ha gjort ett tal vid FN:s stora klimatmöte i Polen i december 2018 blev hennes tal viralt och uppmärksammades av internationell media. Hennes skolstrejk har nu spridit sig världen över under #fridaysforfuture.

Målet för Greta Thunberg är att fortsätta sin strejk fram till den dag Sverige är i linje med Parisavtalet.



"Sometimes we just simply have to find a way. The moment we decide to fulfil something, we can do anything. And I'm sure that the moment we start behaving as if we were in an emergency, we can avoid climate and ecological catastrophe. Humans are very adaptable: we can still fix this"



VAD VILL DU FÖRÄNDRA I VÄRLDEN?

Stanna upp och tänk en minut. Slut ögonen. Andas. Känn in vad som är viktigt för dig. Vad brinner du för? Vad skulle du vilja engagera dig i? **Sky is the limit.**

Rent vatten och
bättre sanitet för alla

DJURRÄTT

Förlusten av biologisk mångfald

RÄTTVISARE HÄLSA

INTEGRATION & MINDRE RASISM

FREDSFRÅGOR



MINDRE PLAST I HAVEN

BÄTTRE
SKOLA

KLIMATFÖRÄNDRINGARNA

Utanförskap eller mobbing

SKOLMATEN

FATTIGDOM

Rättvisare
samhälle

ÖVERFISKET

BOSTADSBRISTEN

HBQ-FRÅGOR

Ökad makt för kvinnor
och mer jämställdhet

➔ ELLER NÅGOT ANNAT?



DE GLOBALA MÅLEN

Världens länder har antagit 17 globala mål för hållbar utveckling. Huvudsyftet är att uppnå fyra fantastiska saker till år 2030:

- Att avskaffa extrem fattigdom.
- Att minska ojämlikheter och orättvisor i världen.
- Att främja fred och rättvisa.
- Att lösa klimatkrisen.



GLOBALA MÅLEN
för hållbar utveckling

Jag tycker
globala målet 13
"Bekämpa klimat-
förändringarna" är
viktigast.

VILKA AV DE GLOBALA MÅLEN ENGAGERAR DIG MEST?

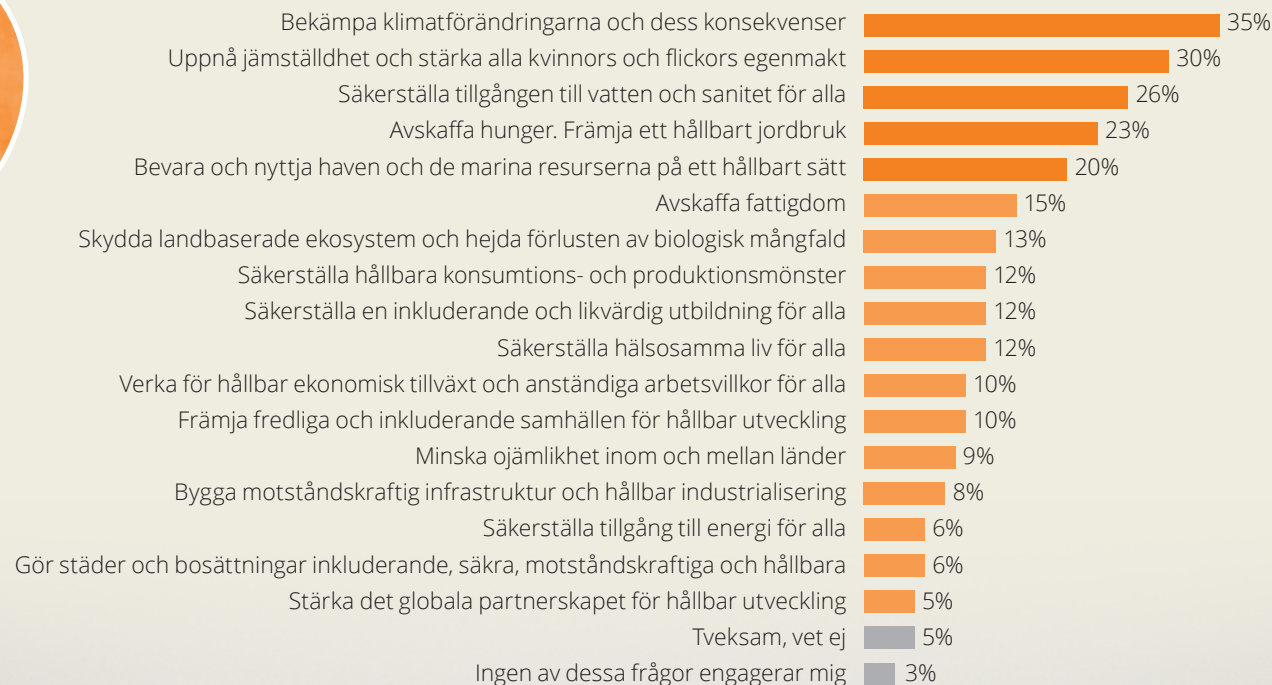
WWFs egen Sifo-undersökning
visar att unga tycker att **klimat**
och jämställdhet engagerar mest
av de globala målen.

Rent dricksvatten, avskaffa
hungern och hållbart jordbruk
hamnar också högt på listan.

Bara tre procent blir
inte engagerade alls

➔ HÅLLER DU MED?

Vilka tre av dessa frågor bland FNs globala mål engagerar dig mest?





PÅVERKAR DU VÄRLDEN?



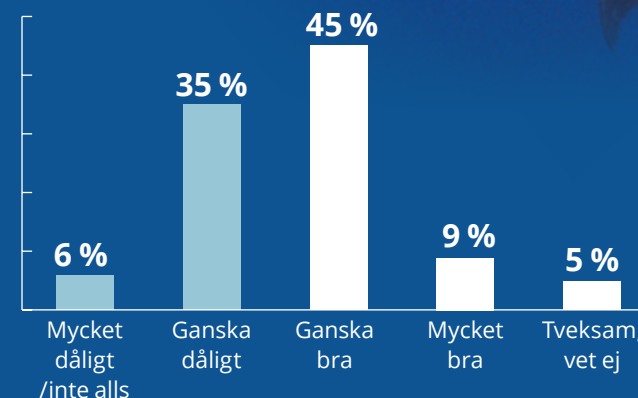
54 % av Sveriges unga (16-29 år) tycker att de är med och påverkar i samhället, enligt Sifundersökningen.

Många av Sveriges unga tycker att de är med och påverkar samhället och utvecklingen i Sverige och har aktivt försökt göra sin röst hörd i samhället i någon fråga som engagerar dem.

➔ **HAR DU GJORT DET NÅGON GÅNG?**



Hur väl stämmer det här påståendet in på dig?
"Jag är med och påverkar samhället och utvecklingen i Sverige."



HUR PÅVERKAR DU?

De vanligaste sakerna unga har gjort

för att påverka samhället att bli mer hållbart är, enligt WWFs undersökning:

- Jobbat ideellt
- Delat viktiga inlägg i sociala medier
- Diskuterat hållbarhetsfrågor med vänner

En tredjedel har under de senaste två åren aktivt försökt påverka eller göra sin röst hörd i någon fråga som hen är engagerad i.

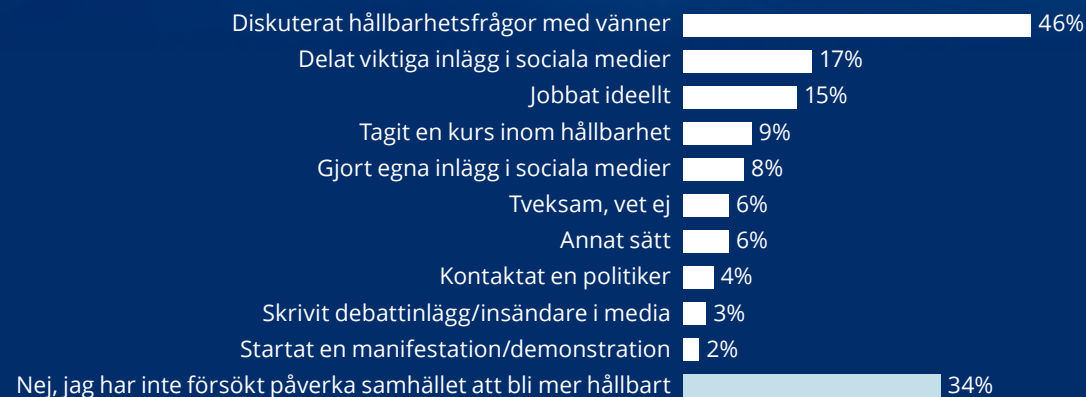
De vanligaste sätten är:

- Sociala medier
- I en ideell organisation
- Inom politik eller näringsliv

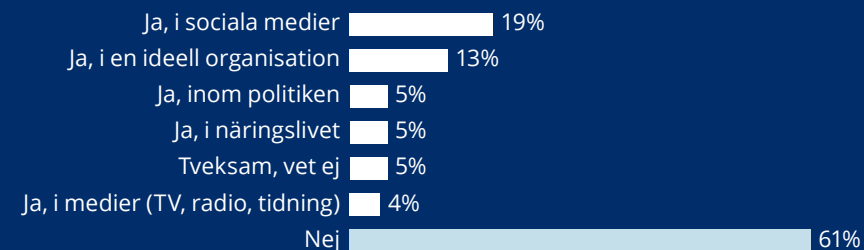


*Två tredjedelar
har försökt att göra
samhället hållbarare.*

Försöker du eller har du försökt påverka samhället att bli mer hållbart? Hur?



Har du under de senaste två åren aktivt försökt påverka eller göra din röst hörd i någon fråga du är engagerad i?



THERESE ZÄTTERQVIST

*"Kör så det ryker
och ha tålamod!"*

● Hur bidrar du som Influencer att påverka för en bättre värld?

Jag använder min plattform till att sprida klimatfakta, helt enkelt därför att jag tycker att det är viktigt att vi alla lär oss mer om klimatförändringarna. Det här är en lärandeprocess för mig med, där jag lär mig mer samtidigt som jag sprider information och har diskussioner med andra. Jag tror att kunskap är A och O när det kommer till att ställa om till en mer hållbar livsstil. Att förstå varför tror jag är superviktigt om förändringen ska bli långvarig, för att man inte bara ska återgå till gamla vanor igen.

● Var det svårt att skapa sig en egen plattform?

Jag fick definitivt draghjälp när jag och Therese Lindgren drev vår podd ihop. Där pratade jag om mitt klimatintresse och många fick vetskap om att det var något jag brann för och hittade till mina kanaler. Det tar tid att bygga upp en plattform, och jag tror att även ett mindre konto kan ha stort inflytande. Att satsa på att bli störst på Youtube kan bli en utmaning, men att under några års tid bygga på sin plattform och ha som utgångspunkt att driva en sakfråga, vara med i diskussioner och växa på sikt är absolut genomförbart.



Influencer med egen plattform

THERESE ZÄTTERQVIST

● Vad har du varit med och förändrat? Kan du ge ett exempel?

Jag får ganska ofta meddelanden från personer som följer mig som berättar att jag varit en bidragande faktor till att de fått upp ögonen för klimatfrågan. Så, jag tror att det är där jag varit med och förändrat mest. Genom att dagligen sprida klimatfakta i mina kanaler.

● Lyssnar beslutsfattarna på unga tycker du?

Jag läste i Scouternas lägereldsrapport att bara 13 procent av unga mellan 15 - 25 år tycker att politikerna lyssnar på dem. Så, uppenbarligen finns det lite att jobba med. Jag tycker definitivt att unga ska få synas och höras mer i debatten, deras perspektiv borde lyftas fram mer än det gör idag.

*"Låt kreativiteten
flöda!"*

Thereses tips för unga som vill höras, synas och påverka mer:

Det finns mycket man kan göra!

1. För det första vill jag säga; grotta ner dig riktigt ordentligt i något du tycker är viktigt och intressant. Vilken fråga engagerar dig?
2. Sen, låt kreativiteten flöda!
3. Jag tror definitivt att det finns mycket mer utrymme för unga att ta plats i media. Nyttja medias ständiga sug efter nyheter och gör något som är både underhållande och sprider kunskap.
4. Min erfarenhet efter att ha kontaktat många företag och organisationer är att människor ofta är intresserade av att lyssna på din idé om du genuint brinner för den och att den bidrar till något gott.
5. Vill du skapa debatt om slit-och-släng-samhället i din stad? Ja ring då till kommunens återvinningscentral och gör en deal med dem där du får "upcyclo" prylar som kommer in till dem.
6. Ring sedan till ett hippt café och fråga om du får ställa ut eller sälja dina skapelser där under några veckor.
7. Ring därefter några lokaltidningar och berätta om projektet och varför du tycker att det här är viktigt.
8. Kanske avslutar du hela kalaset med att buda en av de upcyclade sakerna till relevant lokalpolitiker, tillsammans med en inbjudan om att fika och snacka klimatpåverkan?
9. Jag vill uppmana alla unga att våga sätta dina idéer och projekt. Teama upp dig med människor som vill samma sak. Strunta i alla "äh det där kommer inte att gå"-tankar.
10. Kör så det ryker och ha tålamod! saker sker ju oftast inte över en natt.

*"Bjud en
lokalpolitiker
på fika!"*

DINA TIPS – vad ska man tänka på om man vill kommunicera hållbarhet?

Det är smart att avgränsa sig, det är något jag själv har utmaningar med. Att avgränsa sig gör det tydligare för människor att förstå vad just du erbjuder för fakta, tips och inspiration.

Gå "all in" med kreativiteten, försök paketera fakta i underhållning. Personligt och humoristiskt innehåll får bättre spridning.

Teama upp och gör saker tillsammans med andra för att få bättre spridning. Prata om saker folk kan relatera till.

Var kontinuerlig. Ha tålamod, tänk typ; Nu ska jag göra det här i ett år och sen utvärdera om jag ska fortsätta och vad som fungerat bäst.

"Personligt och humoristiskt innehåll får bättre spridning."



LUCA BERARDI

"Försöker någon säga att du inte kan eller att det inte går – motbevisa dem"

• Hur började ditt engagemang?

För åtta år sedan när jag bodde i Kenya startade jag miljöorganisationen *Young Animal Rescue Heroes*, med fokus att rädda vilda djur. Jag var då åtta år gammal. Det hela började med att jag läste en bok om vilda djur på biblioteket på min skola. Jag läste om hur vi människor jagar vilda djur illegalt, hur vi hugger ner skogen och hur snabbt de vilda djuren försvinner. Jag kände att jag måste göra något. Hur kunde jag göra skillnad? Det var så *Young Animal Rescue Heroes* föddes.

• Hur kommer det sig att du grundade en organisation, när du bara var åtta år gammal?

Jag kände en stark drivkraft att jag måste göra något. Och även om jag var ganska liten så kände jag att: "jag kan göra något". En sak som arbetet i Kenya har lärt mig är att det är bäst att börja i liten skala, för att sedan sakta växa steg för steg. Kunskap är det enda som kan hjälpa oss. Jag kan också tillägga att jag fick mycket stöd och hjälp av mina föräldrar för att göra detta.



**Sångare, författare
och miljöambassadör**

LUCA BERARDI

*Räddade vilda
djur när han
var 8 år.*

• Vad gjorde du sen?

Jag funderade hur jag skulle kunna skapa en plattform för att få ut mitt budskap ännu bättre. Jag vill att vi alla ska bli medvetna om de problem som människan orsakar och vad vi kan göra för att lösa dem.

Jag gjorde ganska många olika saker:

- Jag höll **workshops** i skolor och fortsatte driva min organisation Young Animal Rescue Heroes och skapa uppmärksamhet runt miljöfrågor. Det blev ganska mycket jobb, vid sidan av skolan – det märkte jag inte minst när jag hann bli runt 11-12 år - och ofta jobbade jag ganska hårt med mitt ideella engagemang på helger och lov.
- Jag sökte till ett **programledarjobb** i ett barnprogram, eftersom jag förstod att det skulle hjälpa mig att få ut mitt budskap och för att jag gärna ville bli skådespelare. Jag fick jobbet och var faktiskt programledare i två år i Kenya.
- Jag **skrev en bok om tjuvjakten** i Kenya, som jag publicerade själv helt gratis på Amazon. Nu håller jag på med en ny bok och avskogningen i Amazonas.

• Jag **skrev låtar** – musik är ytterligare en stark kanal att få ut mina budskap. Jag har skrivit två stycken låtar, en till Earth Hour förra året och en när jag var 9 år som heter "Better Place".

• Jag engagerade min skola i Lund i en **klimatmarsch för Earth Hour** 2018. Jag har också fortsatt hålla workshops i skolor även i Sverige.

• **Twitter** är också en viktig kanal för mig att få ut mitt budskap.

• Nu funderar jag på att **starta en organisation** även i Sverige med fokus på klimatförändringarna.

• Dina bästa tips?

• **Börja i liten skala och väx steg för steg**

• **Arbeta hårt – ge inte upp**

• **Försöker någon säga att du inte kan eller att det inte går – motbevisa dem**

• **Försöker någon trycka ner dig – studsa tillbaks**



**Så startar du
en ideell förening**

Att starta en ideell förening behöver inte vara svårt. Det viktigaste för en förening är dess stadgar, som bestämmer föreningens namn, syfte och hur man fattar beslut. Man måste också ha en styrelse.

Innan starten ska man vara minst tre personer, man bestämmer vad föreningen ska göra och vad den ska heta. Det är bra att registrera den hos Skatteverket så att man får ett organisationsnummer.



"Att faktiskt göra något
– gör att min klimatångest
har minskat."

WWFs ungdomsråd
och #ungnog

MONA MONASAR

● Vad driver dig?

När jag pluggade hållbarhet på högskolan fick jag klimatångest. Jag kände att jag måste engagera mig. Klimatfrågan är avgörande för vår framtid.

● Hur engagerar du dig?

Jag ansökte till **WWFs Ungdomsråd**, WSY och kom med. Det hjälpte. Det känns bättre att göra något konkret – tillsammans med andra. Att faktiskt göra något gör att min klimatångest har minskat.

I somras drev vi på WSY en kampanj som heter **#ungnog i Almedalen** på Gotland. Här samlas de politiska partierna, intresseorganisationer och företag och diskuterar politik och samhällsfrågor. Vi var en tajt grupp som arbetade intensivt ihop med att skapa ett helt ungdomsdrivet event och seminarium i WWFs tält i Almedalen. Vi ville visa att unga måste släppas i beslutsfattarnas och makthavarnas rum. Det var hårt och intensivt. Vi jobbade en månad med eventet. Resultatet blev mycket bra. Vi hade flera makthavare på plats i seminarier och paneldebatter och både företagsledare och politiker som pratade med oss på riktigt. Vi hade en bra dialog. Vi skrev också en debattartikel om att unga måste släppas in i

klimatfrågan i maktens rum, som publicerades på [aftonbladet.se](https://www.aftonbladet.se).

● Är det roligt?

Ja! Roligast är att jag fått lära känna andra unga som är engagerade i klimatfrågan och hållbarhet. Det har varit utmanande i perioder, till exempel när vi drivit kampanjer, men vi har stöttat varandra.

● Får unga för lite plats?

Ja. De vuxna har inte alltid fattat att vi unga kan mycket – vi har inte setts som att vi är tillräckliga att göra något. Därför kampanjen #ungnog. Vi har så mycket att bidra med.

● Vad ska unga göra för att ta mer plats?

Man kan engagera sig i kommunal politik i sin kommun, många kommuner har ungdomsråd som man kan söka till. Det är ett bra sätt att påverka sitt lokalsamhälle. Att engagera sig i en ideell förening är också bra. Eller kontakta de företag man tycker är intressanta som har ungdomsråd. Det finns andra sätt att uttrycka sig och förmedla en åsikt, jag själv håller till exempel på med poesi och "Spoken word", som har varit en värdefull kanal för mig.

DANIEL MISAKI

• Vad motiverar dig?

Jag gick en WWF-utbildning i Uganda för några år sedan och kände där och då att jag faktiskt hade potential förändra världen. Då startade jag organisationen "Ihandiro Youth Advocates For Nature", tillsammans med några vänner. Målet var att förbättra levnadsstandarden i vår by och samtidigt jobba med några av vår tids största utmaningar; klimatförändringarna och förlusten av biologisk mångfald. **Vår organisation fixar hållbar och förnybar energi till husen i vår by.** Det handlar om solenergi till hushållselen, energisparande lerugnar, biogasanläggningar och vi har också ett trädplanteringsprojekt. Med mera.

• Vad är tycker du är viktigt när det gäller natur och miljö?

De flesta husen i vår by är beroende av ved och fotogen för matlagning och belysning. Våra traditionella vedeldade spisar släpper ut giftig rök inomhus. Och eftersom alla behöver ved till spisarna för att kunna laga mat, är det tyvärr många huggit ner skogen runt där vi bor, vid Rwenzoriberget och i Queen Elizabeth nationalpark. Så här kan vi inte fortsätta.

A portrait of Daniel Misaki, a young Black man with short hair, wearing a red button-down shirt. He is sitting in a wooden chair against a light blue wall. On the wall behind him are several small framed pictures of animals, including a hippopotamus, an African buffalo, and a crane. A speech bubble in the top right corner contains a quote.

"Our success on Earth is not judged by how much we enjoyed our time but by what we leave behind for the next generation."

Ungdomsledare för
klimatet, Uganda

DANIEL MISAKI

Om fler använder bättre spisar och hållbar el kommer: **1.** skogen får stå kvar, **2.** vi slipper andas in hälsofarlig rök och **3.** vi bidrar mindre till klimatförändringarna.

• Vad är du mest stolt över?

De flesta trodde inte att det skulle vara **möjligt för en ung pojke som jag, att mobilisera en hel by.** Men det gick. Jag tog mod till mig och pratade med alla i byn och berättade för dem om klimat-hotet - och hur viktigt det är att vi satsar på hållbar

energi. Tillslut hade jag faktiskt de flesta med mig. Resultatet? Bland annat har vi redan byggt 1500 energisparaggregat som sparar upp till 60 procent trä, vi har kopplat 250 hem till solen och vi har planterat 150 000 nya träd.

• Vad är bäst med ungdomsgrupper tycker du?

Att arbeta med ungdomsgrupper är kul. Vi unga ser annorlunda på utmaningar och vi kan se saker från helt nya synvinklar.

Daniel: "En bra ledare ska..."

- vara en bra kommunikatör
– lagarbete är A och O
- skapa bra lagarbete och få alla att se sin fulla potential
- motivera och inspirera andra
- vara ärlig och rak och ha integritet
- vara passionerad och engagerad
- våga tänka nytt och vara innovativ
- respektera andra människors idéer
- våga delegera och ge andra ansvar
- våga ta eget ansvar – det är förutsättningen för att vara en bra ledare



HUR FÖRÄNDRAR MAN VÄRLDEN DÅ?

➔ VAD KAN MAN GÖRA FÖR ATT ENGAGERA SIG OCH FÖRÄNDRAR?

- Gå med i ett Ungdomsråd.
Sveriges Ungdomsråd är ett tips.
Flera kommuner, företag och organisationer har också ungdomsråd
- Skriv en insändare eller en debattartikel i en tidning
- Skriv en bok och publicera gratis online
- Starta en blogg
- Gå ihop med vänner och starta en organisation
- Prata med dina vänner eller dela något på Instagram.
- Starta en manifestation eller en demonstration
- Engagera din skola till exempel i Earth Hour
- Läs en bok, gå en kurs
- Identifiera ställen där unga kommer till tals, som Järvaveckan eller Almedalen

TIPS &
RÅD!

➔ OCH TÄNK PÅ DETTA:

- Våga misslyckas
- Lär genom att göra
– och glöm inte att reflektera
- **Teama** ihop dig med en person som är olik dig själv – då växer idéerna fram
- Var inte rädd för hårt **arbete**
- Lyssna på **feedback** och se om du kan utvecklas
- Sätt upp mål för dig själv – **ge inte upp**

FORSKAREN MARIA OJALA: "Att göra något konkret för miljön skapar välmående"

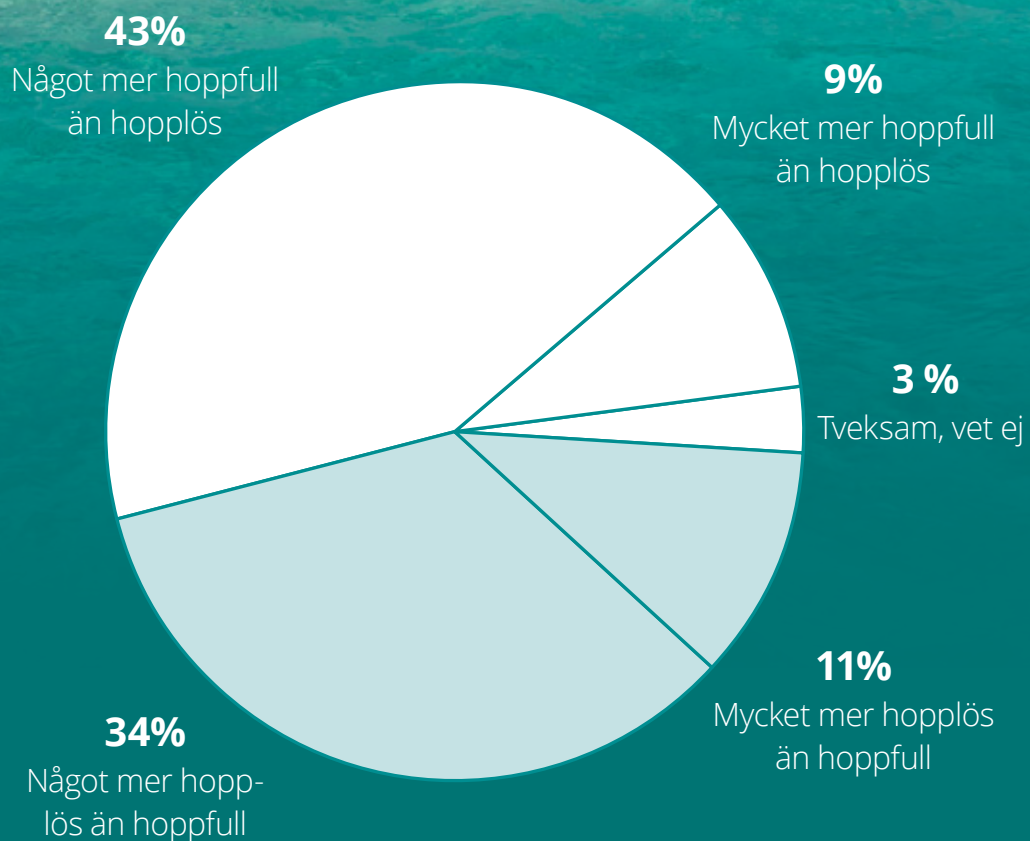
Forskning från Maria Ojala, som är docent i psykologi och lektor vid Örebro universitet, visar att unga som känner oro för framtiden, till exempel klimatförändringarna, ska prata med sina föräldrar eller kompisar om oron och gå ihop och göra något tillsammans med andra. Det gör att man mår bättre.

Att göra något konkret, kan vara ganska enkla saker som att sopsortera eller att cykla till skolan. Effekten förstärks om man känner att man gör något kollektivt tillsammans med andra.



BLIR VÄRLDEN BÄTTRE?

Jag tycker framtiden känns...



"Världens framtid känns mer hoppfull än hopplös". Det tycker Sveriges unga (16-29 år), enligt WWFs Sifo-udnersökning.

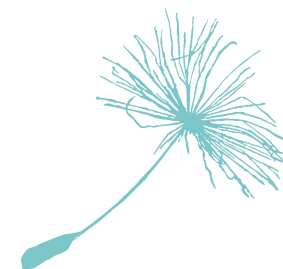
52 %

Tycker att världens framtid känns hoppfull

65 %

Tror att "jag själv kan påverka en förändring mot en mer rättvis och hållbar värld"

➔ **VAD TYCKER DU?**



WITH VOICELESS CALLS NATURE SUMMONS US

*Global warming a threat to all species
yet caused by man*

*Aquatic species taking a polluted habitat
and food and this back to man*

*Forested areas left bare
as though had no use*

*The rhino, the elephant and the beautiful
primates to extinction due to man's greed*

*The once black loam
now left bare rocks with no vegetation*

*Landslides evidenced,
may affected but few minds*

*Streams and rivers drying up
due to global warming gear up*

*If this today,
what about our decedent's generation*

"With voiceless calls nature summons us"

Daniel Misaki, Uganda

