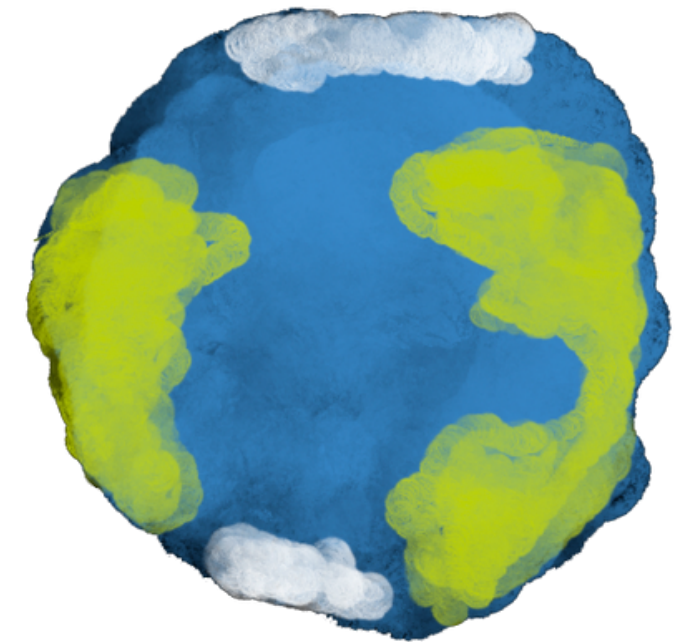


Johdantotehtävä MIELI ry:n  
Hyvän mielen taitomerkki® -kokonaisuuteen :

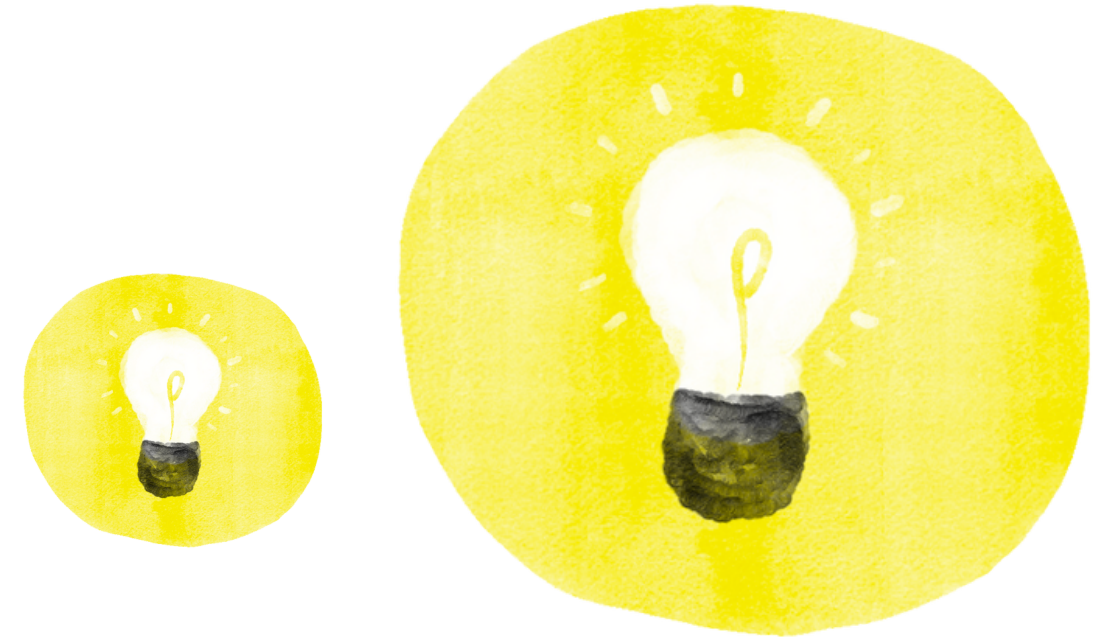
# Ilmastoahdistuksesta ilmastotoivoon



Tehtävä on osa MIELI ry:n Hyvän mielen taitomerkki® peruskouluun -kokonaisuutta, josta löytyy lisätietoa täältä:

<https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/materiaalit/hyvan-mielen-taitomerkki-peruskouluun/>

# Tavoitteet:



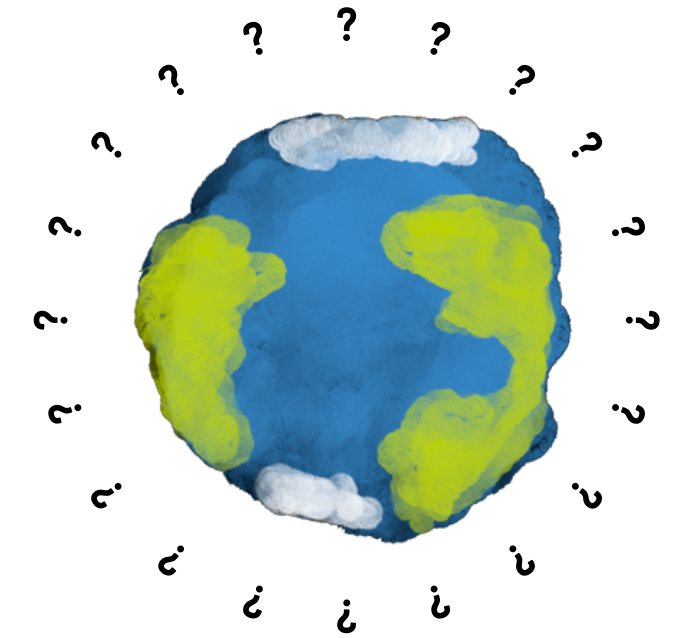
- Tiedän, että toiminta ja luonnosta nauttiminen ovat hyvä lääke ilmastoahdistukseen.
- Olen pohtinut, millaisessa tulevaisuuden maailmassa haluaisin elää.
- Tiedän, että ilmastoahdistuksen sijaan saan tuntea ilmastotoivoa.

# SAANVOIDAHYVIN  
# SAATVOIDAHYVIN

# Ilmastotoivon herättelyä

Huoli luonnon ja ympäristön tilasta herättää meissä monenlaisia tunteita varsinkin silloin, kun pohdimme omaa ja koko ihmiskunnan tulevaisuutta. Tilanne on vakava ja huoli aiheellinen. On myös ihan hyväksyttävää olla tuntematta ilmastoahdistusta. Kenellekään ei tee hyvää olla jatkuvasti huolissaan. Jokaisella yläkoululaisella on oikeus elää nuoruuttaan ja nauttia siitä. Samalla on tärkeää pitää omilla valinnoillaan huolta siitä, ettei omalta osaltaan turhaan kuormita ympäristöä ja huolehtia omasta lähiluonnosta.

Ilmastokriisin torjunnassa otetaan jatkuvasti edistysaskelia, niin pieniä kuin suuriakin. Tutustukaa WWF:n listaukseen [Viisi syytä ilmastotoivoon](https://wwf.fi/uutiset/2019/12/viisi-syyta-ilmastotoivoon/).



<https://wwf.fi/uutiset/2019/12/viisi-syyta-ilmastotoivoon/>

# Hyviä uutisia ympäristöstä

Ympäristön tilaan liittyvät uutiset ovat usein huolta ja ahdistusta herättäviä. Toivoa on helpompi pitää yllä, kun muistaa seurata myös myönteisiä ympäristön tilaan liittyviä uutisia. Paljon on jo tehty. Miljoonat aikuiset ympäri maailman työskentelevät joka päivä ilmastokriisin torjumiseksi.

**Hyvä keino purkaa ilmastoahdistusta on muuttaa ahdistus toiminnaksi! Huomioi ympäristö siis myös omissa valinnoissasi.**

Seuraavalle dialle on koottu ympäristön- ja luonnonsuojelun onnistumisia meiltä ja maailmalta.



## Esimerkkejä Suomesta

Sukupuuton partaalta pelastettuja lajeja:

- maa- ja merikotka
- laulujoutsen
- huuhkaja
- kiljuhanhi

Ilmastolle erittäin haitallinen turpeenpoltto on vähentynyt merkittävästi 2010-luvulla ja se tulee loppumaan lähitulevaisuudessa. Tämä ei olisi tapahtunut ilman aktiivisten kansalaisten vaikutusta.

Jokia, puroja ja ojitettuja soita palautetaan luonnontilaan ja lintuvesiä kunnostetaan ennätysellistä tahtia.



## Esimerkkejä maailmalta

Maapalloa vaaralliselta UV-säteilyltä suojaavan otsonikerroksen heikkeneminen saatiin pysäytettyä. Tästä päätettiin 1987 kaikkien maailman valtioiden allekirjoituksella.



Metsävaurioita ja vesistöjen happamoitumista aiheuttavat rikkioksidipäästöt ovat vähentyneet murtoosaan Euroopassa.



EU-onnistui perustamaan kattavan Natura 2000-verkoston, jolla suojellaan luonnon monimuotoisuutta, erilaisia luontotyypppejä ja elinympäristöjä koko unionin alueella.



Tehtävä:

# Hyvän mielen ympäristöuutiset

Tehkää pieniä ympäristötekoja  
omassa arjessanne ja kirjoittakaa  
ne uutisen muotoon.

Lähettkää "Hyvän  
mielen ympäristöuutiset"  
koko koululle keskus-  
radion kautta.

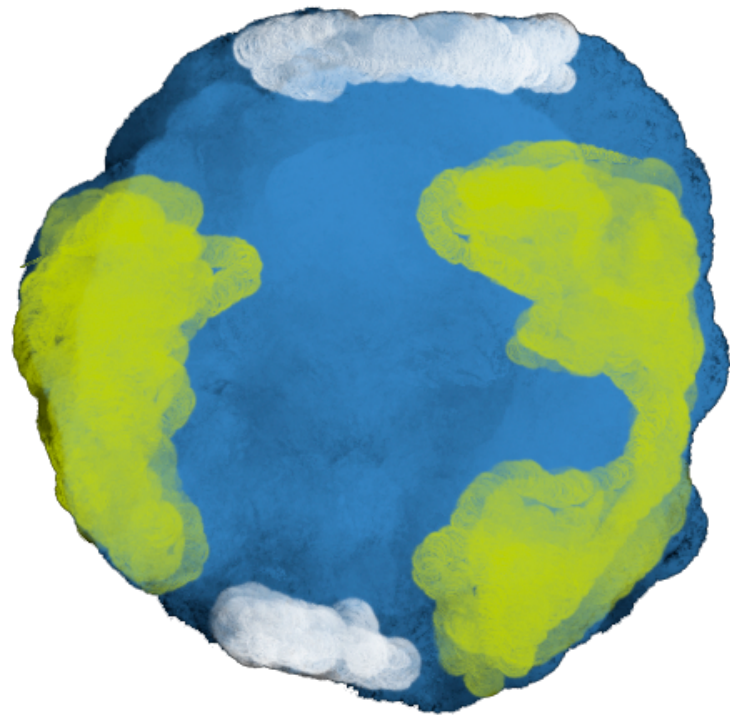


# Toivotut tulevaisuudenkuvat

**Miettikää**, miltä haluaisitte tulevaisuuden näyttävän vaikka 10 tai 20 vuoden päästä koulussanne, kotipaikkakunnallanne tai maapallolla. Mitkä asiat ovat muuttuneet nykypäivästä?

**Piirtäkää kuvia** toivomistanne tulevaisuuksista. **Keskustelkaa** lopuksi, olisiko kuvien kaltainen tulevaisuus oikeasti mahdollinen - ja jos, niin mitä voisitte tehdä sen eteen?

**Jatkotehtävänä** voitte myös kirjoittaa kuville taustatarinoita: millaisten vaiheiden kautta muutokseen päästiin? Tarinan voi hyvin esittää myös sarjakuvan muodossa tai draaman keinoin still -kuvina. Still -kuva -harjoituksessa tehdään toivotuista tulevaisuuskuvista pienryhmissä liikkumattomia kuvaelmia, ikään kuin pysähtynyttä pantomiimia. Still -kuville voidaan lisätä myös ajatusääniä, tai ne voidaan herättää hetkeksi eloon, jolloin kuvaa esittäjät voivat liikkua ja puhua.



Luonnossa liikkujan verenpaine laskee, stressi helpottaa ja vastustuskyky vahvistuu. Mieli virkistyy ja luovuus paranee. Luonto tekee hyvää mielenterveydelle.

Tehtävä:

## **Virtuaalinen metsäkävely**

Aina ei ole mahdollista kipaista lähimetsään. Onneksi tutkimukset osoittavat, että virtuaalinen metsäkävely laskee stressiä ja virkistää mieltä siinä missä aitona koettukin. Ottakaahan mukava asento ja lähtekää muutamaksi minuutiksi virtuaaliselle metsäkävelylle!

[VIRTUAALINEN METSÄKÄVELY](https://www.youtube.com/watch?v=wqasPNZd3uU)

<https://www.youtube.com/watch?v=wqasPNZd3uU>



Tehtävä on osa MIELI ry:n Hyvän mielen  
taitomerkki<sup>®</sup> peruskouluun -kokonaisuutta,  
josta löytyy lisätietoa täältä:

[https://mieli.fi/materiaalit-ja-  
koulutukset/materiaalit/hyvan-mielen-  
taitomerkki-peruskouluun/](https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/materiaalit/hyvan-mielen-taitomerkki-peruskouluun/)