

- 1 FIN DE LA POBREZA
- 2 HAMBRE CERO
- 3 SALUD Y BIENESTAR
- 4 EDUCACIÓN DE CALIDAD
- 5 IGUALDAD DE GÉNERO
- 6 AGUA LIMPIA Y SANEAMIENTO
- 7 ENERGÍA ASEQUIBLE Y NO CONTAMINANTE
- 8 TRABAJO DECENTE Y CRECIMIENTO ECONÓMICO
- 9 INDUSTRIA, INNOVACIÓN E INFRAESTRUCTURA
- 10 REDUCCIÓN DE LAS DESIGUALDADES
- 11 CIUDADES Y COMUNIDADES SOSTENIBLES
- 12 PRODUCCIÓN Y CONSUMO RESPONSABLES
- 13 ACCIÓN POR EL CLIMA
- 14 VIDA SUBMARINA
- 15 VIDA DE ECOSISTEMAS TERRESTRES
- 16 PAZ, JUSTICIA E INSTITUCIONES SÓLIDAS
- 17 ALIANZAS PARA LOGRAR LOS OBJETIVOS

→ 170

acciones diarias



No fumes.

1

Lleva una dieta saludable y bebe mucha agua.

2

Contribuye a promover la sensibilización y el apoyo a los problemas de salud mental como la depresión, el abuso de sustancias o el Alzheimer.

3

Las enfermedades cardíacas siguen siendo la principal causa de muerte. Infórmate sobre las causas y los síntomas de las enfermedades cardíacas y de otras enfermedades no transmisibles.

4

Nunca dejes de aprender. Participar en actividades profesionales o educativas aleja a las personas mayores de la depresión. Así que aprende otro idioma, lee mucho, organiza un club de lectura.

6

El VIH/SIDA no ha desaparecido. Protégete. Hazte análisis.

5

Amamanta a tus hijos. Es natural y la mejor fuente de alimentación para los bebés. La lactancia materna protege a los bebés de las enfermedades, y es beneficiosa para los niños y para sus madres.

7

3 SALUD Y BIENESTAR



Duerme lo suficiente.

8

Tómate un tiempo para ti y tus amigos.

9

Sé más activo. Da un paseo a mediodía o ve al trabajo en bicicleta.

10

Acerca de los Objetivos de Desarrollo Sostenible

Nuestro planeta es un hermoso lugar. Muchas veces se nos olvida todo lo que nos puede ofrecer, ya que constantemente recordamos los desafíos diarios, desde las desigualdades hasta la pobreza, pasando por el cambio climático. Si nada cambia para detener, evitar o revertir estos desafíos, la situación solo empeorará. Por eso existen las Naciones Unidas.

Defendemos un futuro mejor para todos, en el que todo el mundo pueda prosperar y desarrollar su potencial. Queremos conservar lo bueno que tienen las personas, los lugares y el planeta, y acabar con los problemas que nos quitan la esperanza. Por esta razón, los líderes mundiales se reunieron en 2015 y activaron la Agenda 2030: un conjunto de 17 objetivos para el desarrollo sostenible.

Nos atañen a todos, ya que todos somos responsables de formar parte del cambio. Nuestras acciones de hoy afectarán mañana a nuestros hijos. Todos merecemos oportunidades justas e igualitarias en la vida. Los objetivos nos permiten llegar lejos, porque son universales y no dejan a nadie atrás. También es importante entender que estos objetivos están interconectados. No podemos separar la pobreza del hambre, ni la educación del empoderamiento de las mujeres, etc. Si entendemos esto, no tardaremos en comprender las necesidades que hay que satisfacer, y a su vez estaremos más cerca de alcanzar los 17 objetivos. Es hora de devolver al planeta lo que el planeta nos ha dado. Es sencillo y no cuesta nada.

Descubre algunas acciones sencillas para mantenerte en la senda hacia un planeta más próspero.



Producido por el Proyecto de Cambio de Percepción

Los Objetivos de Desarrollo Sostenible son una lista de tareas pendientes de la humanidad para un planeta sostenible, una hoja de ruta clara para un futuro mejor.



UNOG
UNITED NATIONS OFFICE
AT GENEVA



**Genève
internationale**
Peace, Rights and Well-Being