7 ZE-MĚ VÝZEV

PRACOVNÍ LIST

1 VÝZVA VODNÍ

Dopady změn klimatu u nás asi nejvíce vidíme na vodě. Voda se stává hůře dostupnou, hladina spodní vody klesá a studny vysychají.

ÚKOLY:

- [ ] Nemyjte nádobí pod tekoucí vodou
- [ ] Místo vany si dejte krátkou sprchu.
- [ ] Využijte zbytkovou vodu – sbírejte celý den vodu bez saponátů, která se zbytečně vylije do odpadu (např. zbytek vody z varné konvice, voda z mytí zeleniny) a použijte ji na zalití rostlin.

VÍC O ŠETŘENÍ VODOU SE DOZVÍTE PO NAČTENÍ QR KÓDU!

2 VÝZVA PALMÁČOVÁ

Je těžké si představit, že sušenka, kterou jíme, má souvislost s požáry v Indonésii a orangutany, kteří nemají kde žít. Dávejte pozor na to, co kupujete, a zkuste se dívat, zda výrobek obsahuje palmový olej či nikoliv.

- [ ] Nakupte potraviny bez palmového oleje.
- [ ] Napište výrobci sladkostí, ať nepoužívá palmový olej.
- [ ] Vyrobte si vlastní mýdlo.

VÍC O PALMOVÉM OLEJI:

VÝROBA DOMÁCÍHO MÝDLA:

3 VÝZVA ODPADOVÁ

Raději odpadu předcházejte a vůbec ho nevytvářejte. Vyhýbejte se obalům a nenakupujte zbytečné věci. Staré věci opravte nebo pro ně najděte nové využití, sdílejte věci s ostatními.

- [ ] Nakupte nebalené ovoce a zeleninu.
- [ ] Jídlo s sebou či z výdejového okénka restaurace si vezměte do vlastní krabičky nebo jídlonosiče. Noste si s sebou vlastní lahev na pití.
- [ ] Pořiďte si sáček na pečivo či na ovoce a zeleninu

NÁVOD, JAK SI UŠÍT SÁČEK NA POTRAVINY:

4 VÝZVA LOKÁLNÍ

Víte, odkud pochází jídlo? Čočka z Kanady, rajčata ze Španělska, rýže z Myanmaru. Potraviny často urazí i několik tisíc kilometrů, než se k nám dostanou. Zaměřte se na lokální potraviny.

- [ ] Nakupte jen české potraviny.
- [ ] Najděte místa, kde mají lokální potraviny, tzn. potraviny, které se vyrábějí v našem blízkém okolí
- [ ] Uvařte pouze z českých surovin.

VYZNÁTE SE VE ZNAČENÍ KVALITY A PŮVODU POTRAVIN? NASKENUJTE SI QR KÓD A ZJISTĚTE SI VÍC!

5 VÝZVA CESTOVNÍ

Každý den do práce, do školy, na návštěvy, na nákupy i jinam šetrně k životnímu prostředí – bez auta, hromadnou dopravou nebo na vlastní pohon. Omezte produkci CO_2 při své dopravě!

- [ ] Jeďte na výlet autobusem nebo vlakem, popřípadě jděte pěšky.
- [ ] Jeden den jezděte jen na kole nebo choďte pěšky – nepoužívejte auto.
- [ ] Najděte si místo v ČR, kde jste ještě nebyli a naplánujte si tam výlet či dovolenou

TIPY NA ZAJÍMAVÁ MÍSTA V ČR:

6 VÝZVA BEZMASÁ

Tato výzva není jen o životním prostředí, ale také o našem postoji a soucitu k ostatním živým tvorům. Seznamte se s vegetariánstvím nebo s veganstvím.

- [ ] Zkuste to 2 dny bez masa.
- [ ] Sdílejte na sítích své bezmasé jídlo i s receptem.
- [ ] Upečte veganský koláč nebo jinou sladkost.

VEGANSKÝ KOLÁČ:

DALŠÍ INFORMACE:

7 VÝZVA ŠETRNÁ

Kombinace předchozích výzev. Je založena na šetrnosti a dobrovolné skromnosti. Snižte svoji uhlíkovou stopu a tím i dopad na klima omezením nákupů, neplýtvejte a vytvářejte méně odpadu.

- [ ] Pořiďte si "nové" oblečení – ale kupte ho z druhé ruky, přešijte či upravte staré nebo si ho vyměňte s přáteli či rodinou.
- [ ] Nakupte pouze to, co nezbytně potřebujete.
- [ ] Neplýtvejte jídlem a nevyhazujte ho – zbylé potraviny využijte k další úpravě či vaření.

RŮZNÉ ZAJÍMAVÉ NÁVODY K VÝROBĚ DOMÁCÍCH ČISTÍCÍCH PROSTŘEDKŮ.

Zdroj výzev:.
www.ekovyzva.cz

ANIMO

POKUD SPLNÍTE ALESPOŇ 1 ÚKOL Z KAŽDÉ VÝZVY, MŮŽETE SI OD PONDĚLÍ 26.4. DO ČTVRTKA 29.4. VŽDY OD 13 DO 17 HODIN VYZVEDNOUT ODMĚNU - INFO NA WWW.ANIMO.ZAMBERK.CZ