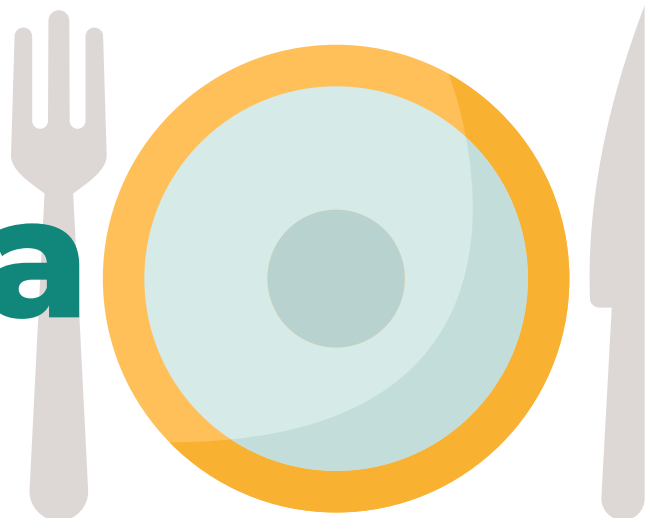


Večera z nultého kilometra



Oblasť klimatickej zmeny

- možnosti prevencie

Vek

- 12 – 15

Použitie

- neformálne vzdelávanie

Trvanie

- príprava: 20 min
- cvičenie: 30 min

Miesto konania

- vnútri

Zhrnutie

Konzumácia lokálnych výrobkov, pôvodných odrôd zeleniny, ovocia a sezónnych výrobkov je prospešná pre naše telo aj dušu a má nižší dopad na životné prostredie. V rámci tohto cvičenia môžete vysvetliť koncept potravinovej sebestačnosti.

Kľúčové slová

sezónne výrobky, potravinová sebestačnosť, odrody vhodné pre krajinu, prepravné náklady, znečistenie vzduchu

Potrebné znalosti z oblasti

nie

Cieľ výuky

- zvyšovanie povedomia o ekonomických, environmentálnych a sociálnych nákladoch
- zdôraznenie prínosu pôvodných odrôd zeleniny a ovocia, sezónnych a lokálnych výrobkov
- zvyšovanie povedomia o našom okolí

Metódy (vyberte jednu možnosť)

- analýza
- brainstorming
- plánovanie
- tímová práca

Nástroje a materiál

- papier
- papier s nakreslenými košíkmi
- perá alebo ceruzky

Príprava

Animátor porozmýšľa, ktoré rastliny, zvieratá alebo prísady by mohli hráči uviesť do jedál. Je vhodné vopred si pripraviť nejaké známe recepty. Hráči môžu košíky vyrobiť pred cvičením.

Príprava miesta

Cvičenie bude zaujímavé, len ak bude možné pripraviť jedlo. Použite kuchyňu v zariadení, školskú kuchyňu alebo táborisko.

Opis

Koncept potravinovej sebestačnosti vznikol v 90. rokoch 20. storočia na pozadí občianskych protestov proti požiadavkám Svetovej obchodnej organizácie (WTO) v oblasti poľnohospodárstva. Podstatou je, aby miestne komunity neboli potravinovo závislé od ďalekých krajín, ale aby dokázali vyprodukovať vlastné potraviny udržateľným a ekologickým spôsobom, a zároveň za svoju prácu dostávali spravodlivú odmenu. Prírodné zdroje krajiny nám dovoľujú získať bezpečnú a kvalitnú úrodu bez toho, aby sme ohrozovali prírodné zdroje alebo bohatstvo budúcich generácií. Konzumácii škodlivých látok možno zabrániť správnym pestovaním, výrobou, prepravou, skladovaním a prípravou jedla. Len potraviny, ktorých bezpečnosť je potvrdená, môžu byť uvedené do predaja. Uvedomeli spotrebiteľia túžia po zdravom jedle s nízkym dopadom na životné prostredie. Dôsledne si kontrolujú zloženie tovaru, pôvod a podmienky, za ktorých bol dopestovaný či vyrobený. Kupujú výrobky miestnych farmárov, pretože vedia, že svojou voľbou ovplyvňujú miestnu ekonomiku. Peniaze tak zostávajú v regióne a pomáhajú zachovať prácu pre miestnych obyvateľov.

Kúpou bio výrobkov podporujeme proces výroby bez pesticídov, ktorý je základom vysoko výživných potravín. Neprítomnosť hnojív a chemikálií zároveň chráni životné prostredie. Spotrebiteľia uprednostňujú tento výrobný systém (miestny, ekologický, bez dovozu, bez chemikálií) a podporujú ho nakupovaním bio výrobkov. Dokonca aj konzumácia pôvodných odrôd, ktoré nie sú v bio kvalite, znižuje riziko kontaktu s pesticídmi o štvrtinu. Ak totiž rastliny pestujeme v ich prirodzenom prostredí, kde im klíma a pôda najlepšie vyhovujú, a na ich pestovanie tak treba menej chemikálií.

Ak máte možnosť kupovať a jesť lokálne dopestované potraviny, znižujete dopad na životné prostredie, pretože nepodporujete priemyselnú veľkovýrobu potravín ani ich prepravu. Vyhnite sa príliš spracovaným potravinám. Obsahujú totiž umelé farbivá, dochucovadlá a konzervanty.

Úloha

1. Čo tu možno zasadiť a pestovať?

Pre hráčov, ktorí vyrástli na menšej dedine a vedia niečo o poľnohospodárstve, môže byť táto hra ľahšia. Každý hráč uvedie jednu miestnu rastlinu alebo zviera, ktoré však nemusí byť určené na jedenie. Ak žiadnu nevedia, povedia „ďalej“ a do ďalšieho kola nad ňou porozmýšľajú. Animátor spíše zoznam na baliaci papier alebo na tabuľu. Keď je zoznam dostatočne dlhý, porozprávajte sa o prínosoch organizmov na zozname. Všimnite si biologickú diverzitu na zozname, čo vidíte? Ktoré rastliny a zvieratá sú na jedenie?

Ktoré treba chovať a pestovať? Ktoré sa dajú zbierať? Dospejeme k záveru, že žijeme v oblasti, kde dokážeme prežiť vďaka rastlinám a živočíchom, ktoré nás obklopujú. Ak aj nedokážeme odísť, vieme sa o seba postarať, pretože máme dostatok potravy. Animátor by mal upozorniť na to, že komerčná potravinárska výroba a globálna preprava zatieňujú možnosti miestnej výroby a ovplyvňujú našu spotrebu miestnych potravín.

2. Čo si dáme na večeru?

Pozrime sa na náš zoznam spoločne. Čo je pochúťka? Čo majú radi? Dobrovoľníci z radov hráčov nám môžu povedať, akú večeru by sme mohli pripraviť z vecí na zozname. Animátor sa spýta, či všetky potrebné prísady (vrátane bylín) možno získať z miestnych zdrojov. Spoločne zostavíme menu.

3. Zhromaždíte prísady

Ak majú niektorí z hráčov doma záhradu alebo pestujú bylinky na balkóne, vytlačte im košík. Hráči napíšu alebo nakreslia prísadu, ktorou prispievajú k večeri. Hráči položia košíky na stôl.

4. Hodnotenie, spätná väzba

Zistíte, či všetky prísady na večeru možno získať z miestnych zdrojov. Vymenujte prísady, ktoré sa z miestnych zdrojov získať nedajú (napr. ryža, prípadne olej na varenie). Porozprávajte sa o vzdialenosti, na ktorú tieto prísady treba prepraviť a ako to ovplyvní „večeru z nultého kilometra“.

Rozšírenia / Variácie

Ak vám to miesto konania dovoľuje, pripravte večeru z nultého kilometra spoločne. Porozprávajte sa o prvých dvoch bodoch deň vopred a večeru podľa bodov 3 a 4 pripravte na ďalší deň. Pred prípravou jedla zistite, kto má alergiu!

Zdroje

Vásárhelyi, J.: Nulla kilométeres vacsora in Neumayer, É., Zentai K. et al (2020): Fogyasztó kúra, p. 141-145. Magosfa Alapítvány, Vác

Prílohy (pracovné hárky, obrázky, atď.)

Možný zoznam rastlín a zvierat v okolí

- | | | | | |
|-----------------|-------------------|---------------------|----------------------|-----------------|
| • mandľa | • uhorka | • ligurček lekársky | • zemiak | • slnečnica |
| • jablko | • biela reďkovka | • kukurica | • králik | • jedlý gaštan |
| • marhuľa | • jeleň | • nechtík | • reďkovka | • kaleráb |
| • jačmeň | • kôpor | • mišpuľa | • ambrózia | • vlašský orech |
| • bazalka | • ryba | • mäta | • repka | • pšenica |
| • fazuľa | • líška | • žihlava | • malina | • divá ruža |
| • cvikla | • žaba | • dub | • červená ríbezľa | • vřba |
| • černica | • koza | • cibuľa | • srna | • cuketa |
| • diviak | • egreš | • oregano | • ruža | |
| • brokolica | • hrozno | • paprika | • šalát | |
| • ružičkový kel | • lieskový orech | • petržlen | • ovca | |
| • kapusta | • pagaštan konský | • patizón | • šťavel' (kyslička) | |
| • mrkva | • yzop | • hrach | • višňa | |
| • dobytok | • levanduľa | • broskyňa | • špenát | |
| • karfiol | • citrónová tráva | • hruška | • tekvica | |
| • zeler | • šošovica | • prasa | • veverica | |
| • čerešňa | • orgován | • borovica | • bocian | |
| • krava | • ľalia | • slivka | • jahoda | |