



SZÉNLÁBNYOM

1. Meg tudod mondani, mit tehetsz azért, hogy csökkentsd a szénlábnyomodat? Karikázd be a helyes választ.

KAPCSOLD LE A VILLANYT, AMIKOR KIMÉSZ A SZOBÁBÓL

ANNYSZOR MENJ AUTÓVAL, AHÁNYSZOR CSAK LEHETSÉGES.

CSAK ANNYI VIZET FORRALJ FEL, AMENNYIRE SZÜKSÉGED VAN

VIGYÉL MAGADDAL A BOLTBA ÚJRAHASZNÁLHATÓ BEVÁSÁRLÓSZATYROT

TÖLTSD MEG TELJESEN A MOSÓGÉPET ÉS A MOSOGATÓGÉPET

ZUHANYZÁS HELYETT INKÁBB FÜRÖDJ KÁDBAN

AJÁNDÉKOZD EL A RÉGI RUHÁIDAT

EGYÉL RENGETEG VÖRÖS HÚST

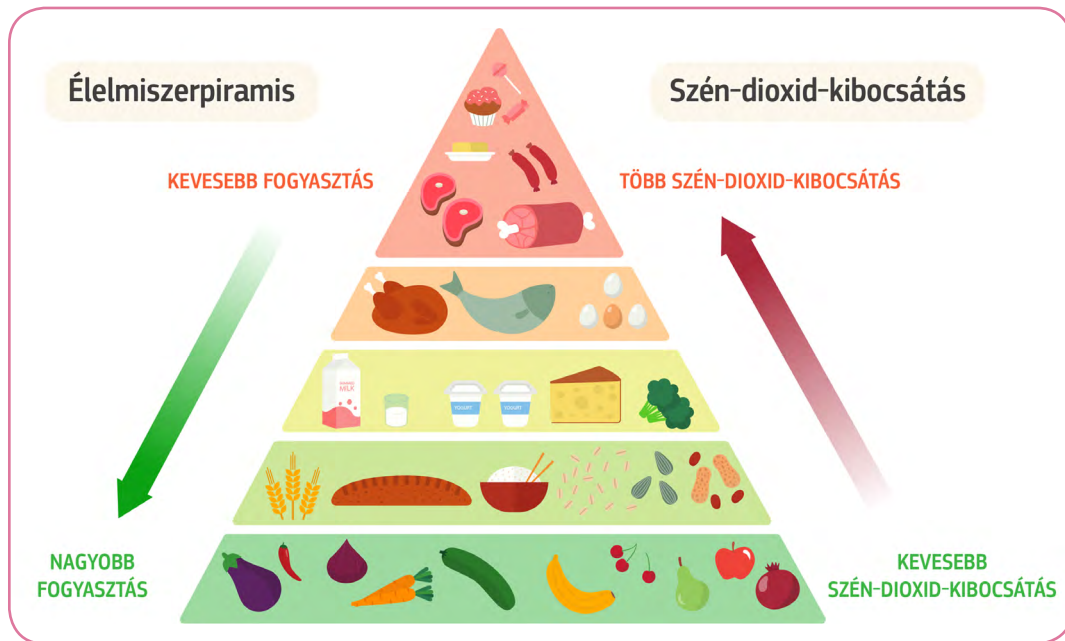
MINDENT UGYANABBA A SZEMETESBE DOBJ

CSUKD BE AZ ABLAKODAT, HA MEGY A FŰTÉS

VÁSÁROLJ TÖBB ÉLELMISZERT, MINT AMIRE SZÜKSÉGED VAN

ZÁRD EL A CSAPOT FOGMOSÁS KÖZBEN

2. Mit tudsz az általad elfogyasztott élelmiszerek szénlábnyomáról? Vess egy pillantást az alábbi piramisra, amely a különféle élelmiszercsoportok tápértékét és szénlábnyomát mutatja be.



a) Milyen észrevételeid vannak? Meglepőnek talárod, hogy egyes élelmiszerek vagy italok hol helyezkednek el a piramison belül?

Two horizontal lines for writing answers.

SZÉNLÁBNYOM

b) Az alábbi családok a heti bevásárlás kapcsán különböző döntéseket hoztak. Pontozd 1 és 4 között, milyen szénlábnymot hagynak!

1 = NAGYON ALACSONY **4 = NAGYON MAGAS**



c) Írj egy listát arról, hogy mit ettél tegnap. Beszélj meg egy társaddal, milyen élelmiszereket választottál. Nagy volt az étkezéseid szénlábnyma? Tudtál volna ennél éghajlatbarátabb döntéseket hozni?

REGGELI

EBÉD

VACSORA

NASSOLÁS

SZÉNLÁBNYOM

3. Az osztályon belül alkossatok hét kisebb csoportot. Mindegyik csoport válassza ki a hét egyik napját, és állítson össze arra a napra vonatkozóan egy olyan étkezési tervet, a) amelynek alacsony a szénlábnyma, és b) amely táplálkozási szempontból kiegyensúlyozott. Ezután minden csoport mutassa be az osztály többi tagjának saját étkezési tervét, és magyarázza el, melyik élelmiszert miért választotta. Az egész osztály közösen beszélje meg a hallottakat.

HÉTFŐ

KEDD

SZERDA

CSÜTÖRTÖK

PÉNTEK

SZOMBAT

VASÁRNAS