



Nulla hulladék ebéd



A nulla hulladékot eredményező ebéd megszervezése egy olyan akció, amellyel megmutathatod a résztvevők számára, hogy miként alakíthatják át mindennapjaikat úgy, hogy a náluk keletkező hulladék mennyisége csökkenjen. A cél az, hogy jelentős mértékben csökkentsük, akár teljesen meg is szüntessük a keletkezett hulladékot. Nehéz feladat étkezéseink során annak elérése, hogy semmi se kerüljön a szemetesünkbe.

Nulla hulladékot eredményező ebédeket bárki szervezhet és számos különböző közönséget célozhatnak meg: például iskolás gyermekeket, magánszemélyeket, munkavállalókat. Az alapelv változatlan: A nulla hulladék ebéd azt jelenti, hogy a főzés és étkezés során nem termelünk sem a **csomagolási**, sem pedig **étel és élelmiszer hulladékot**; **de legalábbis mindent megteszünk annak érdekében, hogy a keletkezett mennyiség a lehető legkevesebb legyen.** Ehhez alapos tervezés és a megfelelő eszközök beszerzése szükséges.

A nulla hulladékot eredményező ebéd könnyen nulla hulladékot eredményező vacsorává vagy piknikké alakítható át. Ez csupán egy példa az élelmiszerből és csomagolásból származó hulladék csökkentését célzó akciókra, amelyet barátok, munkatársak, szomszédok csoportjai hajthatnak végre.

Célok

- ▶ Annak tudatosítása, hogy a keletkezett élelmiszer-hulladék csökkentését célzó lépések napi szinten megtehető – még akár az elkerülhetetlennek hitt élelmiszer-hulladék keletkezés esetén is.
- ▶ Az európai polgárok tudatosságának növelése a keletkezett élelmiszer-hulladék csökkentését szolgáló szokások terén.

Mi is ez?

- ▶ A nulla hulladékot eredményező ebéd azt jelenti, hogy főzés és étkezés során nem keletkezik hulladék sem a **csomagolásból**, sem pedig magából az **élelmiszerből**.
- ▶ Megszervezéséhez különböző lehetőségek állnak rendelkezésre: a résztvevők mindegyike elkészíti saját nulla hulladékot eredményező ebédjét vagy közös főzés is szervezhető.

Mire is van szükség?

- ▶ Egy **helyszínre**
- ▶ **Tájékoztató és népszerűsítő anyagokra:** a nulla hulladék ebéd népszerűsítése plakátok stratégiai pontokon való kihelyezésével vagy egyéb kommunikációs csatornákon. Tájékoztasd a célcsoportot az akció céljáról és lebonyolításának módjáról szóló ismertetővel!
- ▶ A megfelelő **eszközökre:** újrahasznosítható uzsonnás dobozok, italos dobozok és evőeszközök; textilszalvéta, ételadagoló





Tematikus Megelőzési Napok 2014

Csökkentsük az élelmiszer hulladékot!

Az akció előkészítése

Az Európai Hulladékcsökkentési Hét előtt (legalább egy hónappal előtte)

- ▶ Határozd meg a célközönseget: Kiket szeretnél megszólítani a nulla hulladék ebéd akcióval? Diákokat, szüleiket vagy a tanárokat? Esetleg munkatársaidat? A településed lakóit?
- ▶ A célközönsegtől függően határozd meg az akciód helyszínét! Hol kívánod lebonyolítani az akciót? Az iskolában vagy a munkahelyi étkezdében? A munkahelyi kávézóban? A városházán? A piacon?
- ▶ Készíts plakátot a nulla hulladékot eredményező ebéd hirdetése érdekében vagy töltsd le az Európai Hulladékcsökkentési Hét plakátjait!
- ▶ Gyűjtsd össze a nulla hulladékot eredményező ebéddel kapcsolatos lépésekről és tiltásokról szóló információkat, hogy megszthasd a résztvevőkkel!
- ▶ Mérd meg egy szokványos ebéd alkalmával keletkezett átlagos hulladék mennyiségét!
- ▶ Hívd meg a célközönseget a rendezvényen való részvételre!

Egy vagy két héttel az EURÓPAI HULLADÉKCSÖKKENTÉSI HÉT előtt

- ▶ Javítsd az akciót népszerűsítő tevékenységet, amennyiben szükséges, valamint emlékeztess az embereket a rendezvényre!
- ▶ Ismertesd a lépéseket és tiltásokat a résztvevőkkel!

Az akció végrehajtása, lebonyolítása

- ▶ Hajtsd végre az akciót!
- ▶ Használd fel a rendezvényt arra is, hogy az élelmiszer-hulladék okozta problémákat megismerjék a résztvevők és adj javaslatokat számukra, hogy miként csökkenthetik, vagy előzhetik meg a keletkezett élelmiszer-hulladék mennyiségét a mindennapi életükben; amennyiben készültek, oszd ki a tájékoztató anyagokat!
- ▶ Készíts képeket és videókat az akció lebonyolításáról!
- ▶ Mérd meg a nulla hulladékot eredményező ebéd során keletkezett hulladék mennyiségét (fontos, hogy ez a lehető legkevesebb legyen!). Ezt követően azt is meghatározhatod, hogy mennyi hulladék keletkezését sikerült megakadályozni (az Európai Hulladékcsökkentési Hét akció előtti első élelmiszer-hulladékra irányuló vizsgálatával összehasonlítva)
- ▶ Az élelmiszer-hulladék megelőzését szolgáló intézkedések hatékonyságának javítása érdekében versenyt is indíthatsz a nulla hulladékot eredményező ebéd tekintetében, hogy lásd, ki termelte a legkevesebb élelmiszerből és csomagolóanyagokból származó hulladékot a résztvevők közül.
- ▶ Tájékoztasd a résztvevőket az élelmiszer-hulladékra irányuló vizsgálat eredményeiről!

Értékelés és visszajelzés

Az EURÓPAI HULLADÉKCSÖKKENTÉSI HÉT után

- ▶ Adj visszajelzést koordinátorodnak a résztvevők számáról, megakadályozott hulladék mennyiségéről!
- ▶ Küldj képeket és videókat akciójáról a koordinátor számára!
- ▶ Végezz egy újabb mérést az élelmiszer-hulladékra vonatkozóan a nulla hulladékot eredményező ebéd után egy szokványos ebéd alkalmával, hogy látható legyen, volt-e a rendezvénynek hosszú távú hatása



Az Európai Bizottság támogatásával





Tematikus Megelőzési Napok 2014

Csökkentsük az élelmiszer hulladékot!

További információk

► Tájékoztató anyagok

- www.hulladekcsokkenteshet.hu
- www.szelektalok.hu
- <http://szelektalok.hu/fokuszban-az-etelhulladek/>

► Európai Hulladékcsökkentési Hét magyarországi koordinátorának elérhetősége:

- www.hulladekcsokkenteshet.hu
- ewwr@ohukft.hu
- +36-30-822-4108

► Korábban megvalósított akciótletek

- A Waste-free Lunchtime (UK):
www.ewwr.eu/sites/default/files/EWWR_2011-Case%20studies_School_Belfast-UK.pdf
- 0 waste lunch (FR): www.ewwr.eu/sites/default/files/EWWR_2010_Case_Study_Other_France.pdf

► Hasznos linkek

- European Commission: [Stop Food Waste](#)
- [European Environment Agency](#) (EEA)
- [European Environmental Bureau](#) (EEB)
- [Food and Agriculture Organization](#) (FAO)
- [Love Food Hate Waste](#)
- Love Food Hate Waste: [Food waste recycling - What to do with the food you can't eat?](#)
- [OECD Food Chain Network](#)
- [SAVE FOOD initiative](#)
- Slow Food Movement: <http://www.slowfood.com/>
- [Think.Eat.Save.](#)
- [The European Consumer Organisation](#) (BEUC)
- Trash is for Tossers: [Hosting a Zero Waste Dinner Party](#)



Az Európai Bizottság támogatásával

