

— VĚDĚLI JSTE, ŽE... —

otevřete



Změňme svět...
Trikrát denně!

Tento projekt zajišťuje analytické centrum Glopolis (CZ) ve spolupráci s těmito organizacemi: TEREZA (CZ), ŽIVICA (SK), Društvo DOVES – FEE (SI), Centrul Carpato-Danubian de Geoecologie (RO), Bulgarian Blue Flag Movement (BG), Udruga Lijepa Naša (HR), Environmental Partnership Foundation (PL), Nature Trust Malta (MT) and Vides Izglitibas Fonds (LV). Finančně přispěly Evropská Unie a Česká rozvojová agentura.

 **glopolis**



**náš svět
naše důstojnost
naše budoucnost**

 **ČESKÁ REPUBLIKA
POMÁHÁ**

**Inspiraci a více informací najdete
na www.menuprozmenu.cz**

Obsah nemusí vyjadřovat stanoviska sponzorů
a nezakládá žádnou odpovědnost z jejich strany.

Nemusíte být superhrdinou, abyste mohli bojovat s odlesňováním, znečištěním vody, změnou klimatu, chudobou nebo s nedostatkem jídla, které lépe respektuje naši planetu a její obyvatele. Trikrát denně si můžeme zvolit jídlo, které lépe respektuje naši planetu a její obyvatele.



otevřete

**TIPY PRO ZODPOVĚDNĚ
— SPOTŘEBITELE —**

- kolem **40%** světové populace pracuje v zemědělství
- zemědělství využívá **70%** sladké vody
- produkce potravin přispívá ke změně klimatu více než doprava
- **1/3** všech potravin se vyhodí
- palmový olej se nachází v **50%** veškerého baleného zpracovaného zboží
- jeden hamburger obsahuje **2400** litrů virtuální vody
- během posledních **100 let** jsme ztratili **75%** agrobiodiverzity (rozmanitosti zemědělských plodin a plemen).



1800
učitelů

550
Ekoškol

O NAŠEM – PROJEKTU –

Projekt Menu pro změnu podporuje žáky a studenty Ekoškol v devíti evropských zemích, aby objevovali příležitosti, jak změnit svůj jídelníček zodpovědnějším směrem.

*Začněme sázet
semínka změny!*

65000
žáků

25000
studentů

- Dávejte přednost sezónnímu jídlu, které vypěstoval místní zemědělec. Snížíte tak svou uhlíkovou stopu a podpoříte místní ekonomiku!
- Pěstujte si vlastní jídlo! Staré a místní odrůdy jsou odolnější vůči škůdcům a nemocem.
- Neplýtvajte potravinami! Plánujte si, co budete vařit, pište si nákupní seznam, vařte z toho, co Vám doma zbývá.
- Vyhněte se vysoce zpracovanému jídlu a nakupujte výrobky bez palmového oleje. Nejjednodušší je nakupovat základní potraviny, ve kterých se skrývá méně nežádoucích látek.
- Snažte se snížit svou spotřebu masa a vyhněte se především hovězímu. Produkce masa přispívá velkou měrou ke změně klimatu.
- Dávejte přednost jídlu, které bylo vypěstováno bez použití chemie - pesticidů, herbicidů, atd.
- Podporujte farmáře na globálním Jihu koupí výrobků s označením Fairtrade. Nebo se zapojte do komunitou podporovaného zemědělství.