

ECO-COMPASS - educație ecologică inovatoare

2. MODULE

Importanța valorilor și atitudinilor ecologice în familie

Materiale de formare pentru participanți

Programul ERASMUS

KA210-ADU - Parteneriate la scară mică în sectorul învățării pentru adulți

Numărul proiectului: 2021-2-SK01-KA210-ADU-000048280

Inovatívne budovanie ekologického povedomia a kultúry rozvíjaním environmentálnych zručností a formovaním postojo občanov s mentálnym postihnutím

Dezvoltarea inovativă a conștientizării și culturii de mediu prin dezvoltarea abilităților și atitudinilor de mediu ale persoanelor cu dizabilități intelectuale



ECO-COMPASS Educație inovatoare în domeniul mediului - Materiale de formare pentru participanți

Această publicație a fost aprobată de consorțiul partener ECO-COMPASS în cadrul programului Erasmus+ KA2 2021-2-SK01-KA210-ADU-.000048280 "Construcția inovatoare a conștiinței și culturii mediului prin dezvoltarea competențelor de mediu și formarea atitudinilor persoanelor cu dizabilități intelectuale" (Inovatívne budovanie ekologického povedomia a kultúry rozvíjaním environmentálnych zručností a formovaním postojo občanov s mentálnym postihnutím).

Scopul principal al proiectului este de a sprijini incluziunea socială și învățarea pe tot parcursul vieții a adulților cu dizabilități intelectuale prin dezvoltarea abilităților și competențelor lor de mediu, prin formarea atitudinilor și responsabilității lor față de mediu prin educație bazată pe experiența internațională. Proiectul se concentrează, de asemenea, pe sprijinirea și dezvoltarea cooperării internaționale între organizațiile participante, pe crearea și consolidarea rețelelor de parteneriat și pe profesionalizarea organizațiilor.

ECO-COMPASS Innovative Environmental Education asigură dezvoltarea aptitudinilor și competențelor de mediu ale profesioniștilor și adulților cu dizabilități intelectuale, a atitudinilor lor față de mediu și a responsabilității față de mediu prin intermediul unei educații inovatoare bazate pe experiența internațională.



Coordonată de Spoluprácou pre lepšiu budúcnosť - Veľký Meder, editată de consorțiul ECO-COMPASS
August 2023

2021-2-SK01-KA210-ADU-000048280

Sprijinul acordat de Comisia Europeană pentru această publicație nu implică aprobarea de către Comisie a conținutului acesteia, care reflectă doar punctul de vedere al autorilor, iar Comisia nu poate fi considerată responsabilă pentru orice utilizare a informațiilor conținute în ea.

Conținut

1. Introducere	4
2. Importanța valorilor și atitudinilor ecologice în familie	5
2.1. Gospodărie ecologică	5
2.1.1. Ce este important de știut?	5
2.1.2. Întrebări	8
2.1.3. Exerciții practice - fișe de lucru	9
2.2. Utilizarea ecologică a resurselor energetice	11
2.2.1. Ce este important de știut?	11
2.2.2. Întrebări	15
2.2.3. Exerciții practice - fișe de lucru	16
2.3. Gospodărie fără deșeuri - cumpărături chibzuite, separarea deșeurilor, compostare	18
2.3.1. Ce este important de știut?	18
2.3.2. Întrebări	21
2.3.3. Exerciții practice - fișe de lucru	22
2.4. Mini-grădăritul - microcosmos	24
2.4.1. Ce este important de știut?	24
2.4.2. Întrebări	27
2.4.3. Exerciții practice - fișe de lucru	28
3. Chestionar	30

1. Introducere

În acest modul, veți afla ce puteți face acasă, în familie, pentru a proteja natura.

Putem face multe pentru a face ca gospodăria în care locuim împreună cu familiile noastre să fie prietenoasă cu mediul. O gospodărie prietenoasă cu mediul înseamnă să nu folosim produse și materiale care poluează apa, pădurile și aerul și să producem cât mai puține deșeuri posibil.

Haideți să vedem pas cu pas ce putem face pentru mediul înconjurător și, prin urmare, pentru sănătatea noastră, acasă! Veți vedea că, de multe ori, putem chiar economisi bani dacă luăm aceste măsuri!

2. Importanța valorilor și atitudinilor ecologice în familie

2.1. Gospodărie ecologică



2.1.1. Ce este important de știut?

Cumpărături inteligente



Atunci când faceți cumpărături, ați observat că ambalajele alimentare sunt adesea din plastic, care nu se descompune în mod natural.

Știați că

1-2 milioane de ani pentru sticlă,

o pungă de plastic are 200-1000 de ani,

iar scutecele de unică folosință au un termen de valabilitate de 550 de ani?

Aceste substanțe vor polua mediul înconjurător în timpul vieții noastre și chiar în timpul vieții copiilor, nepoților și strănepoților noștri.

Ce putem face în această privință? Cumpărând cât mai puține produse preambalate posibil. Este nevoie doar de un pic de atenție pentru a vă căra propria pungă de produse de patiserie, legume și fructe. De asemenea, este foarte bine să cumpărăm ingrediente proaspete și nu gata preparate. Mâncărurile gata preparate vin, de asemenea, în recipiente de plastic și conțin adesea conservanți. Conservanții sunt substanțele care prelungesc termenul de valabilitate al alimentelor noastre. Conservanții sunt folosiți pentru a conserva produsele din pește, sucurile de fructe, băuturile răcoritoare, pâinea, produsele de panificație, salatele, margarina, sosurile pentru salate, vinul, fructele și legumele uscate.

Dacă cumpărați produse proaspete, verificați ce fructe sau legume sunt în sezon. Iarna, de exemplu, varza, napii sau dovleacul sunt legume de sezon foarte bune. Bunicile noastre obișnuiau să gătească cu ele și nu se gândeau niciodată să caute

pe rafturi roșii sau ardei proaspeți iarna. În zilele noastre, putem cumpăra orice, oricând, dar prețul este plătit nu doar de noi, ci și de natură. Aceste produse sunt adesea transportate în camioane frigorifice timp de mai multe zile din țările mai calde. Gazele de eșapament contribuie la poluarea aerului și la încălzirea globală. De ce? Ați auzit de efectul de seră? Puteți afla mai multe despre el în Modulul 1!

Chiar și pașii mărunți pot face o mare diferență - dacă fiecare are propriul pahar acasă, nu trebuie să luați unul nou de fiecare dată când beți. Un pahar pe zi! Acest lucru vă va economisi, de asemenea, o parte din apa pentru chiuvetă. Iar dacă beți apă de la robinet și nu cumpărați apă îmbuteliată, reduceți și consumul de plastic.

Spălare de vase, spălare de rufe, curățenie



În primul rând, trebuie să acordăm atenție cantității de apă folosită și înlocuirii substanțelor chimice cu materiale ecologice. Știați că puteți folosi oțet în loc de lichid de clătire în detergentul de vase? Acesta va face ca paharele și farfuriile să fie la fel de strălucitoare. Oțetul este complet inofensiv pentru apa vie, este de origine naturală și rapid biodegradabil.

Dacă spălați vasele de mână, este o idee bună să lăsați vasele murdare la înmuiat pentru o perioadă de timp înainte. Este nevoie de mai puțin timp pentru a freca vasele foarte murdare în apă curentă. De asemenea, puteți folosi bicarbonat de sodiu, oțet, acid citric sau ceai negru atunci când le puneți la înmuiat.

Faceți un duș rapid, mai degrabă decât o baie - la duș se consumă mai puțină apă. Merită să montați o clepsidră pe gresie pentru a măsura durata dușului. Poate fi interesant să respectați un timp de duș autoimpus.

În loc să folosiți apă curentă atunci când vă spălați pe dinți, turnați apa într-o cană pentru a economisi multă apă. În 3 minute puteți economisi aproximativ 15 litri de apă. Habar nu aveai, nu-i așa?

Este o idee bună să vă informați cu privire la consumul de apă al aparatelor de uz casnic care folosesc apă (mașini de spălat rufe și mașini de spălat vase) înainte de a le cumpăra.

Dacă vă lipsește mirosul de balsam de clătire, puteți adăuga în garderoba dvs. flori uscate sau condimente (lavandă, cuișoare, mentă, lămâie, anason stelat, bețișoare de scortişoară sau coajă uscată de portocală și lămâie).

Pentru curățare, puteți folosi produse BIO, care sunt, de asemenea, ecologice și delicate cu pielea și părul. Astfel de produse sunt fabricate exclusiv din ingrediente naturale. Ele nu conțin materii prime de origine animală, cu excepția mierii, a cerii de albine și a lanolinei.

Curățare



Atunci când faceți curățenie, uitați-vă și la substanțele chimice pe care le puteți înlocui cu materiale naturale. Puteți chiar să înlocuiți unele dintre instrumentele de curățare. De exemplu, nu trebuie să aruncați imediat un tricou uzat, o pereche de șosete fără pereche sau o periuță de dinți folosită. Acestea sunt excelente pentru curățare și ștergere. Periuțele de dinți pot fi folosite pentru curățarea locurilor greu accesibile.

Nu vă fie teamă să folosiți instrumente pe care le aveți deja acasă pentru curățenie. Știați că, pentru spălare, mulți oameni folosesc bureți din lufe, care nu numai că sunt compostabili, dar pot fi chiar crescuți acasă. Este fructul unei plante din familia dovleacului, care capătă forma unui burete după ce se usucă.

Folosind câteva ingrediente prietenoase cu natura, puteți acoperi în esență curățarea întregii gospodării. Avantajul acestor materiale este că sunt versatile, deci pot fi folosite în multe locuri diferite, iar simplitatea lor le face să fie ieftine.

Oțet/acid citric

Am scris deja despre acest lucru. Cele două materiale au aplicații similare. La ce sunt bune? Dezincrustant, îndepărtează mușgaiul; dezinfectant, deci îl puteți folosi pentru curățarea oricărei suprafețe (bucătărie, baie), pentru a șterge cu

mopul. De asemenea, este perfect pentru curățarea suprafețelor de sticlă și ferestre și poate fi folosit în locul unui lichid de clătire.

Cum se utilizează? Diluat cu apă și turnat într-o sticlă, puteți pulveriza direct pe suprafață, folosind o sticlă cu un detergent folosit anterior. Atunci când dizolvați calcarul, lăsați suficient timp pentru ca acesta să acționeze.

Bicarbonat de sodiu

De asemenea, este excelent pentru spălare, înălbire, curățare pe alocuri și coacere. Este, de asemenea, un agent de curățare, degresant și deodorant (de exemplu, în frigider într-un bol mic sau presărat pe pantofi). Diluat în puțină apă, face o pastă excelentă pentru îndepărtarea murdăriei grase.



2.1.2. Întrebări

Gospodărie ecologică

1. Cultivați banane și portocale?
2. La ce poate fi folosit oțetul?
3. Cum să vă spălați pe dinți pentru a economisi apă?
4. Ce instrumente de curățare cunoașteți care le pot înlocui pe cele cumpărate din magazin?
5. La ce poate fi folosit bicarbonatul de sodiu?



2.1.3. Exerciții practice - fișe de lucru

Gospodărie ecologică

1. Fișa de sarcini

Căutați în reviste colorate imagini cu legume și fructe de sezon. Arătați-le colegilor și povestiți-le despre cel puțin una dintre ele și despre cum poate fi folosită pentru a face un fel de mâncare!

2. Fișa de sarcini

Găsește acasă o jumătate de pereche de șosete și pune în ele o floare uscată sau un condiment care miroase bine (lavandă, cuișoare, mentă, lămâie, anason stelat, baton de scorțișoară sau coajă de portocală și lămâie). Pune-le în garderoba ta și raportează-le celorlalți peste 2 zile ce ai experimentat.

2.2. Utilizarea ecologică a resurselor energetice



2.2.1. Ce este important de știut?

Consumul de energie al oamenilor crește în fiecare zi. Rezervele de energie ale Pământului se epuizează. Nu mai putem folosi cărbunele, gazul și petrolul pentru mult timp. Extracția acestora devine din ce în ce mai dificilă și mai scumpă. Problema este că noi folosim aceste surse de energie pentru a produce electricitate, de exemplu. Și folosim o mulțime de dispozitive care necesită multă energie, de exemplu pentru a le încărca. Următoarele dispozitive folosesc energie electrică: telefon, calculator, tabletă, ventilator, aparat de aer condiționat.

Unele dispozitive utilizează gaz pentru a funcționa.

Ce putem face dacă vrem să păstrăm iluminatul, încălzirea sau șofatul? Trebuie să trecem la surse de energie regenerabilă!

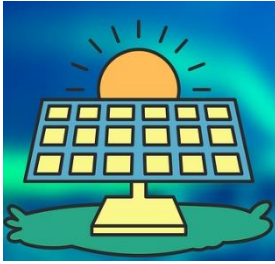


Ce este regenerabil? Înseamnă că se reînnoiește în fiecare zi. Cine o produce din nou? Natura. Sursele de energie regenerabilă includ energia solară, eoliană, hidro, geotermală și biomasa. Dintre acestea, energia solară și eoliană sunt considerate inepuizabile, celelalte sunt disponibile în funcție de condițiile

geografice. Sursele de energie regenerabilă ar putea include, de exemplu, utilizarea pădurilor Pământului. Din nefericire, omul a distrus în mod greșit și excesiv pădurile fără a se asigura că acestea se refac, adică fără a planta tot atâția copaci câți a tăiat. Astfel, încălzirea cu lemn nu mai este o sursă de energie regenerabilă.

Hai deți să analizăm mai îndeaproape ce înseamnă mai exact energia regenerabilă!

Energie solară



Energia solară este cea mai abundentă sursă de energie disponibilă. Energia care ajunge la suprafață este de aproximativ 10.000 de ori mai mare decât energia utilizată de întreaga omenire. Deși este adevărat că țările nu beneficiază în mod egal de această sursă uriașă de energie (unele au mai mult soare, altele mai puțin), aproape toate țările au potențialul de a valorifica energia solară. Dacă luați un glob pământesc în mână, veți constata că polul nordic și cel sudic primesc mai puțină lumină solară, iar ecuatorul primește cea mai multă. Energia solară este colectată de panouri solare. Ungaria și România se numără printre țările cu un grad mediu de însorire, conform măsurătorilor. Slovacia are ceva mai puțin soare.

Energie eoliană



Vântul este unul dintre cele mai variabile fenomene: uneori suflă, alteori nu, uneori bate cu putere, alteori este o briză. Prin urmare, pentru a valorifica energia eoliană, trebuie să alegeți cu grijă locul unde să construiți un parc eolian. Ați văzut probabil un turn uriaș cu palete în vârf. Atunci când vântul este potrivit, acestea se rotesc continuu și produc energie electrică. Morile de vânt obișnuiau să funcționeze astfel, dar erau folosite pentru măcinarea cerealelor. Forța vântului făcea să se învârtă roțile morii, care acopereau boabele de grâu și le măcinau. Ungaria, Slovacia și România sunt măsurate ca țări cu o putere eoliană medie.

Energie hidroelectrică



Țările cu munți înalți, râuri înalte, o mare sau un ocean sunt deosebit de bine plasate. Datorită predictibilității și continuității sale, oamenii îl folosesc de foarte mult timp, de exemplu în agricultură pentru irigații, dar și pentru alimentarea vechilor mori.

Căldura Pământului



În interiorul Pământului, temperatura crește în medie cu 3°C pe kilometru în jos. Această căldură se numește energie geotermală. Această energie este nelimitată și continuă. Ea nu este o sursă inepuizabilă sub formă de apă termală. Extracția ei este relativ ieftină și nu poluează aerul. Ea există de foarte mult timp, fiind folosită de romani pentru încălzirea clădirilor și în scopuri medicinale (cum ar fi tratarea afecțiunilor oculare și ale pielii). Oamenii încă preferă să meargă pe plajele termale. Bătrânilor le place să petreacă perioade lungi de timp în apă termală caldă, deoarece este bună pentru ameliorarea durerii.

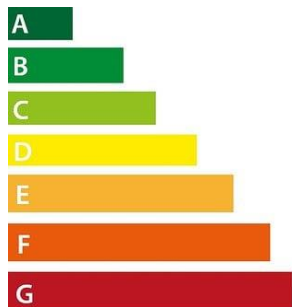
Biomasă



Această energie regenerabilă foarte interesantă nu este altceva decât deșeuri care sunt arse pentru a produce căldură și electricitate.

Ce sunt aceste deșeuri? Acestea pot fi de origine vegetală, cum ar fi paie, tulpini de porumb, rapiță, floarea-soarelui, rumeguș, copaci, culturi furajere (sfeclă de zahăr, mei, secară). Pot fi de origine animală, cum ar fi grăsimi, proteine, gunoi de grajd. Și unele dintre aceste deșeuri artificiale sunt, de asemenea, potrivite pentru biomasă.

Cum putem fi conștienți de consumul de energie acasă?



Mașinile de spălat rufe și mașinile de spălat vase trebuie să funcționeze la capacitate maximă, adică să fie încărcate înainte de a fi pornite. Verificați dacă mașina are un program ECO. Programul ECO este un mod de economisire a energiei care reduce consumul de energie și de apă al mașinii de spălat vase. Producătorul mașinii s-a gândit și la natură.

Un alt indicator important la care trebuie să fiți atenți este clasificarea eficienței energetice a aparatelor electrocasnice. Aceasta este obligatorie pentru toate

aparatele, indiferent dacă este vorba de aspiratoare, frigidere sau mașini de spălat.

Lucrurile mărunte - după cum putem fi de acord acum - pot face o mare diferență. Mai multe sfaturi utile:

- Întotdeauna stingeți luminile în camerele în care nu sunteți prezent!
- Iarna, nu trebuie să fie 25 de grade Celsius în casă, ci mai degrabă 20 de grade Celsius și să te îmbraci! Noaptea poate fi 18 C, veți dormi mult mai bine.
- Dacă nu vă uitați la televizor, închideți-l! Nu este nevoie de zgomot de fond!
- Înlocuiește-ți becurile cu unele eficiente din punct de vedere energetic!
- Nu așezați frigiderul în apropierea unui calorifer!
- Gândește-te la ce vrei să mănânci și scoate toate produsele din frigider deodată. Nu-l deschideți din minut în minut!
- Ventilație scurtă!
- În cazul în care ferestrele și ușile nu sunt renovate, folosiți șerpi de pernă pentru a sigila golurile!
- Așezarea covoarelor pe trotuare reci în timpul iernii va crește sentimentul de confort!
- Vara, folosiți în schimb o umbră, nu aveți întotdeauna nevoie de aer condiționat!





2.2.2. Întrebări

Utilizarea ecologică a resurselor energetice

1. Ce dispozitive funcționează cu energie electrică?
2. Este încălzirea cu lemne o sursă de energie regenerabilă?
3. Cum colectăm energia solară?
4. Ce materiale sunt arse în centralele electrice pe biomasă?
5. Cum putem economisi energie acasă?



2.2.3. Exerciții practice - fișe de lucru

Utilizarea ecologică a resurselor energetice

1. Fișa de sarcini

Desenează o moară de vânt și spune-le celorlalți cum funcționează.

2. Fișa de sarcini

Găsiți Pământul pe internet sau într-un atlas și desenați-l. Aflați unde sunt polii nord și sud și unde se află ecuatorul. Marcați polii nord și sud și ecuatorul pe propriul desen. Desenați un soare unde soarele strălucește mult.

2.3. Gospodărie fără deșeuri - cumpărături chibzuite, separarea deșeurilor, compostare



2.3.1. Ce este important de știut?

Cumpărături conștiente



Cantitatea de deșeuri menajere poate fi redusă. Cum? Nu cumpărați ceea ce nu aveți nevoie! Nu mai cumpărați lucruri inutile!

Magazinele și supermarketurile sunt foarte inteligente în modul în care ne conving să cumpărăm. Știați că, cu cât ambalajul este mai colorat, cu atât ne dorim mai mult să îl cumpărăm? Gândiți-vă înainte de a pune în coș pentru a vedea

dacă aveți cu adevărat nevoie de el. Nu mergeți la magazin flămând, veți cheltui mult mai mult pe mâncare. Mirosul de pâine sau de produse de patiserie proaspăt coapte lângă tezgheaua de la brutărie este, de asemenea, o tentație. Dacă nu ești suficient de conștient, cu siguranță vei ajunge să ai excese după cumpărături. Gândiți-vă la asta! Deșeurile menajere nu erau deșeuri la începutul "carierii" lor. Producerea și transportul acestora necesitau energie și poluau mediul înconjurător. Mâncarea nefolosită este cel mai scump lucru din lume. Nu este bună pentru traiul nimănui, iar noi plătim nu numai pentru producerea ei, ci și pentru eliminarea ei.

Perioada de valabilitate a produselor aflate la vânzare este scurtă și acestea trebuie consumate rapid. Data de expirare nu înseamnă neapărat că alimentele trebuie aruncate. Dacă produsul este păstrat în ambalaje intacte, nedeschise, conform recomandărilor producătorului, iar după deschidere nu se observă modificări semnificative ale gustului, culorii, mirosului sau texturii în comparație cu produsele normale, acesta poate fi consumat la câteva săptămâni sau chiar luni după data de expirare. O conservă poate fi bună până la 1 an după expirarea termenului de valabilitate. Dar și brânzeturile tari, smântâna, kefirul pot rezista mai mult timp în frigider.

Ce putem face?

1. Mergeți la cumpărături bine hrăniți și cu o listă de cumpărături!
2. Verifică termenul de valabilitate al alimentelor pentru a vedea cât timp trebuie să le consumi înainte de a le cumpăra!
3. Verificați termenul de valabilitate prin degustarea produsului, nu-l aruncați automat!

Pâinea și chiflele uscate pot fi consumate în continuare, trebuie doar să găsești o cale. Dacă o dai pe răzătoare, e bună pentru firimituri. Cu laptele de casă fermentat se poate face caș foarte gustos.

Separarea deșeurilor



Pentru produsele care nu sunt reciclate în niciun fel, trebuie să știți cum să le sortați corect.

Plasticul

Recipientele de plastic sunt galbene. Sticlele și conservele trebuie presate împreună pentru a economisi spațiu. Nu aruncați materialele de ambalare contaminate cu uleiuri, substanțe chimice, grăsimi.

Hârtie

În pubela albastră aruncăm cartonul, ambalajele de hârtie, pliantele, ziarele, hârtia de birou. Aceasta nu include tetra pak. Un exemplu de tetra pak este o cutie de băutură care are 3 componente: hârtie, plastic și aluminiu. De asemenea, sunt excluse ambalajele de hârtie unsuroase și murdare.

Sticlă

Recipientul folosit pentru a separa sticla este verde. Acesta include sticlele de sticlă, paharele de sticlă și farfuriile de sticlă. În niciun caz nu aruncați în containerul verde sticlă contaminată (în special cea contaminată cu nisip sau pământ), becuri, porțelanuri, ceramică și sticlă combinată cu alte materiale (sârmă metalică), sticlă tehnică și sticle returnabile!

Metal

În pubela roșie aruncăm tot felul de deșuri metalice (cutii de conserve, doze de suc, folie de aluminiu. Nu sunt incluse aici ambalajele metalice contaminate, ambalajele metalice combinate (cafea, pastă de dinți etc.) sau ambalajele care conțin substanțe periculoase.

Deșuri biologice

Coșul maro pentru deșuri biologice poate fi folosit pentru a elimina iarba, frunzele, florile, ramurile subțiri, cafeaua, ceaiul, fructele și alte deșuri biologice. Dacă locuiți într-o casă cu grădină, compostati!

După ce ați aflat în ce coșuri de gunoi puteți arunca deșeurile, trebuie să vorbim și despre cum să clătiți sticlele. De exemplu, întotdeauna rămâne puțin sos pe fundul unei sticle de maioneză sau de ketchup.

Compostare



Compostarea este una dintre cele mai vechi și mai naturale metode de reducere a deșeurilor. Dacă locuiți într-o casă cu grădină, nu aveți nevoie decât de o zonă separată, chiar și din scânduri de fier vechi, unde puteți continua să îngrămădiți deșeurile menajere pentru compostare și unde are loc procesul de putrefacție. Dar este suficient și un colț semiumbrat unde să adunați deșeurile vegetale în grămadă. Natura își va face treaba.

Dacă compostati (sau găsiți un loc unde să vă duceți deșeurile compostabile), veți reduce deșeurile menajere cu cel puțin 30%. Nu sunt multe de făcut în mod regulat cu un compostor, trebuie doar să-l întoarceți și să-l cerneți o dată pe an. Iar în timpul anului, pur și simplu aruncați în el toate materialele naturale. În loc de îngrășământ, este o sursă excelentă de nutrienți pentru plantele dumneavoastră.

Toamna este perioada în care se generează cele mai multe deșuri verzi. În această perioadă, frunzele rezultate din tăierile de toamnă se adaugă la cantitatea de deșuri menajere. Soluția este să nu le ardeți! Arderea deșeurilor de grădină umede este extrem de dăunătoare, deoarece reduce semnificativ calitatea aerului și contribuie la apariția smogului. Pur și simplu aruncați-le și pe

acestea în coșul de compost. Puteți adăuga la compost nu numai deșeuri vegetale, ci și multe deșeuri menajere: păr de animale, pene de pasăre, coji de ouă, rumeguș, hârtie naturală, praf, firimituri.



2.3.2. Întrebări

Gospodărie fără deșeuri

1. Ce exemplu de ambalaj tetra pack puteți da?
2. De ce nu este bine să mergi la magazin flămând?
3. Credeți că următoarea afirmație este adevărată sau falsă?

Data limită de consum este indicată pe produsele mai durabile, astfel că expirarea acestora nu înseamnă neapărat că alimentele trebuie aruncate. Este posibil ca calitatea acestor alimente să nu fie aceeași cu cea a unui produs mai proaspăt. Cu toate acestea, dacă este depozitat în ambalaje intacte, nedeschise, conform recomandărilor producătorului, iar după deschidere nu se constată modificări semnificative ale gustului, culorii, mirosului sau texturii în comparație cu produsele normale, produsul expirat poate fi consumat la câteva săptămâni sau luni după data de expirare.

4. Ce materiale pot fi compostate?
5. La ce poate fi folosit compostul?



2.3.3. Exerciții practice - fișe de lucru

Gospodărie fără deșeuri

1. Fișa de sarcini

Ce obiecte de utilitate pot fi fabricate din deșeuri? Scrieți-le sau desenați-le!

2. Fișa de sarcini

Desenează ce părți verzi ale plantelor pot fi transformate în compost.

2.4. Mini grădinărit - microcosmos



2.4.1. Ce este important de știut?

Când vine primăvara, toată lumea vrea să grădinărească. Cât de bine ar fi să vă serviți cafeaua de dimineață într-un cadru verde și înflorit, nu-i așa? Mai ales atunci când plantele nu sunt doar frumoase, ci și tulpinile, frunzele, florile și fructele lor sunt comestibile.

Pentru cei care vor să simtă gustul casei, dar locuiesc într-un apartament, puteți, de asemenea, să aduceți un pic de natură în casa dumneavoastră. În funcție de mărimea locuinței, puteți chiar să puneți câteva ghivece pe pervazuri, balcoane și holuri pentru a vă cultiva mini-grădina săptămână de săptămână. Aceasta este adevărata junglă urbană!

Pe lângă beneficiile comestibile, îngrijirea lor oferă o relaxare creativă și poate ajuta la reducerea stresului și a tensiunii zilnice prin atingerea unei stări de meditație.

Ce plante ar trebui să plantați?



Scopul este de a alege semințe sau răsaduri care necesită puțin spațiu, sunt ușor de îngrijit, ușor de obținut și care vor produce într-un timp relativ scurt. Plantele aromatice sunt deosebit de potrivite în acest scop și pot fi folosite proaspăt culese de pe tulpină sau uscate pentru a da gust mâncării. Busuiocul, arpagicul, rozmarinul sau cimbrul sunt perfecte în acest scop. De asemenea, vă puteți prepara ceaiul sau limonada din ingrediente din grădina proprie. În acest caz, iarba de lămâie, lavanda și menta sunt toate posibilități.

Dacă aveți mai mult spațiu, puteți chiar să vă cultivați pe balcon roșii, ardei, ardei iute, dovlecei și salată. Unul dintre cele mai populare fructe ușor de îngrijit este

căpșunul de balcon, care se coace mereu. Dar totul ține de râvna noastră și de puțină experimentare!

la grădinăritul! Ce plante ar trebui să tratăm?



Busuioc - Nu-l plantați prea rece! Îi place multă apă și ploaie, dar nu are nevoie de prea multă îngrijire și poate supraviețui iernii. Nu-l udați prea mult, dar nici nu-i place solul prea uscat.

Arpagic - Reînnoită an de an, încolțește din nou primăvara, după o iarnă de odihnă. Merită să tăiați frunzele de pe spini atunci când faceți, de exemplu, unt sau margarină condimentată. Poate produce flori purpurii, care pot fi consumate sau folosite ca decor. Crește cel mai bine într-un sol ușor, umed, calcaros și bogat în nutrienți.

Cimbru - După iarnă, această plantă esențială din bucătăria mediteraneană prinde și ea viață. Poate fi plantată prin semințe sau răsaduri, acestea din urmă având mai mult succes. Îi place căldura și lumina soarelui, așa că evitați ghivecele sau lădițele la umbră! Deși tolerează seceta, udați regulat timp de un an după plantare pentru a menține solul umed!

Ardei iute - Poate fi cultivat în ghiveci, în spații mici. Semințele pot fi comandate prin poștă, dar dacă îl cultivați din semințe, va avea nevoie de un mediu cald pentru început. Poate fi plantat pe balcon mai târziu, când temperatura de afară este mai caldă (în jurul lunii mai).

Ardei, roșii - puneți puțin îngrășământ în sol atunci când plantați răsadurile în cutie, primăvara. Este mai bine să alegeți un soi care nu crește prea înalt, deoarece este ușor de dezrădăcinat. Udați în fiecare zi, dacă este foarte cald. De asemenea, puteți planta ierburi aromatice între răsaduri.



Sfaturi, sfaturi

- Din cauza prafului și a smogului de pe stradă, este mai bine să nu amplasați cutia de balcon în care plantați plantele comestibile în fața străzii.

- Este recomandabil ca ghivecele să fie așezate într-un loc în care să beneficieze de cel puțin șase ore de lumină solară.
- Alegeți un ghiveci cu o gaură în partea de jos pentru a scurge excesul de apă și pentru a evita apariția mușgaiului.
- Când udați, udați solul, nu direct pe tulpini sau pe frunzele plantei.
- Tăierea frunzelor și a lăstarilor uscați și tăierea este bună pentru a stimula creșterea ulterioară.
- Pentru siguranță, puneți cutiile la îndemâna animalelor de companie și a copiilor!



Pentru a evita dezamăgirile, trebuie să aveți grijă să nu înghesuiți prea multe vase mici. De asemenea, trebuie avut grijă ca rădăcinile plantelor să nu putrezească (prin scurgere). Acestea nu ar trebui să fie udate prea mult sau prea puțin. Și ar trebui să faceți ceva și în privința omizilor și a altor dăunători. Substanțele naturale care sunt bune împotriva lor sunt usturoiul, ardeiul iute și săpunul.



2.4.2. Întrebări

Mini grădinărit, microcosmos

1. Unde locuiți? Credeți că este posibil să creați o mini-grădină acolo unde locuiți?
2. Ce sunt ierburile? Dați 1-2 exemple.
3. Ce alimente puteți mânca cu arpagic?
4. De ce nu e bună o plantă din fața străzii?
5. Cum credeți că trebuie îngrijită o plantă?



2.4.3. Exerciții practice - fișe de lucru

Mini grădinărit, microcosmos

1. Fișă de sarcini

Desenați instrumentele care pot fi folosite pentru îngrijirea plantelor.

2. Fișa de sarcini

Desenează modul în care o plantă se dezvoltă pe măsură ce crește.

3. Chestionar

1. Cum putem cumpăra mai puține produse preambalate?

- a) aduceți-vă propria pungă pentru produse de patiserie, legume, fructe
- b) ne facem cumpărăturile doar într-un supermarket
- c) nu cumpărăm nimic care este preambalat
- d) nici vorbă, trebuie să cumpărați mereu punga de plastic de la magazin.

2. Ce este o sursă de energie regenerabilă?

- a) Că nu mai există.
- b) Faptul că este reprodusă în fiecare zi.
- c) Că are un preț foarte scăzut.
- d) Că este foarte puțin.

3. Ce NU este bine să faci dacă vrei să fii un utilizator conștient de energie acasă?

- a) Întotdeauna stingeți luminile în camerele în care nu sunteți prezent!
- b) Nu ai nevoie de 25 C iarna, ci de 20 C și îmbracă-te!
- c) Dacă nu vă uitați la televizor, închideți-l!
- d) Apa nu este scumpă în Europa, este sigur să folosești multă apă!

4. Ce este compostarea?

- a) Când are loc procesul de descompunere a deșeurilor verzi.
- b) Stivuirea borcanelor.
- c) Grădinărit.
- d) Cumpărături care respectă mediul înconjurător.

5. Care NU este o plantă de balcon?

a) busuioc

b) arpagic

c) almeta

d) ardei iute

Răspunsuri corecte:

1. a), 2. b), 3. d), 4. a), 5. c)

Coordonato



<http://ozbuducnost.sk/>

Parteneri



<https://www.humanprofess.hu/>



<https://www.facebook.com/iriszhaz>

<https://eco-compass-project.eu/>



Cofinanțat de
Uniunea Europeană