

UHLÍKOVÁ STOPA

1. Víte, jakým způsobem snížit vlastní uhlíkovou stopu? Zakroužkujte správné odpovědi.

PŘED ODCHODEM Z MÍSTNOSTI ZHASNĚTE SVĚTLO

JEZDĚTE CO NEJVÍCE AUTEM

VAŘTE JEN TOLIK VODY, KOLIK SKUTEČNĚ POTŘEBUJETE

DO OBCHODU SI NOSTE VLASTNÍ NÁKUPNÍ TAŠKU

PRAČKU I MYČKU NÁDOBÍ ZAPÍNEJTE, AŽ KDYŽ JSOU PLNÉ

MÍSTO SPRCHOVÁNÍ SE KOUPEJTE VE VANĚ

DARUJTE OBLEČENÍ, KTERÉ UŽ NEPOTŘEBUJETE

JEZTE HODNĚ ČERVENÉHO MASA

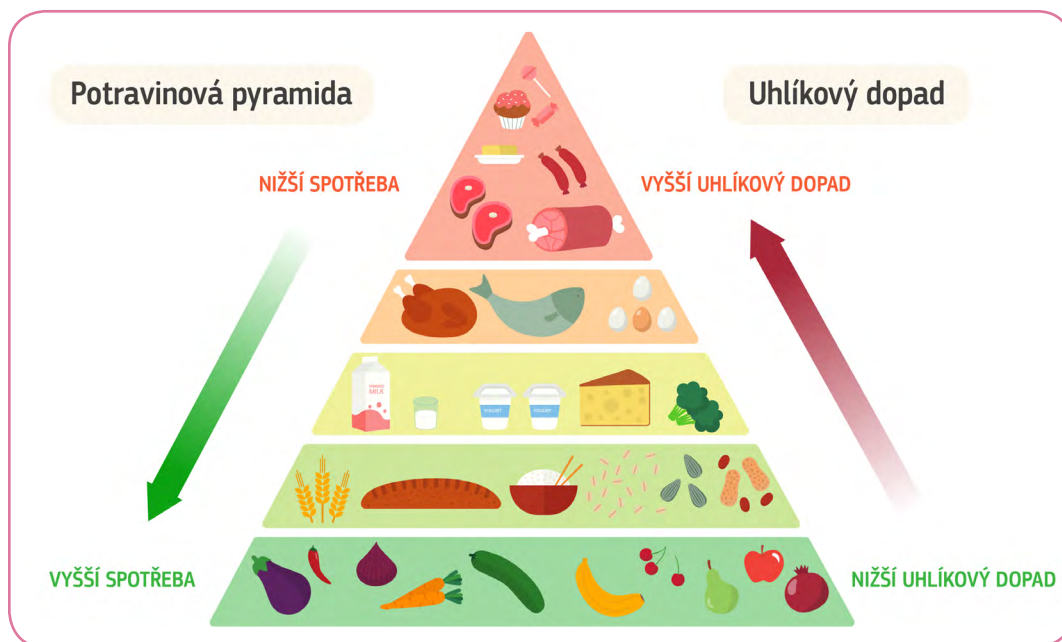
VEŠKERÉ ODPADKY HÁZEJTE DO STEJNÉHO KOŠE

PŘI ZAPNUTÉM TOPENÍ ZAVŘETE OKNA

KUPOJTE VÍCE POTRAVIN,
NEŽ STAČÍTE SPOTŘEBOVAT

NENECHÁVEJTE PŘI ČIŠTĚNÍ ZUBŮ
TÉCT VODU Z KOHOUTKU

2. Co víte o uhlíkové stopě vašeho jídelníčku? Podívejte se na tuto potravinovou pyramidu. Ukazuje výživové hodnoty jednotlivých skupin potravin a uhlíkovou stopu každé z nich.



a) Co vás na pyramidě zaujalo? Překvapilo vás umístění některých potravin a nápojů?

UHLÍKOVÁ STOPA

b) Projděme si týdenní nákupy několika rodin. Dokážete je oznámkovat z hlediska uhlíkové stopy?

1 = VELMI NÍZKÁ 4 = VELMI VYSOKÁ



c) Napište seznam toho, co jste včera snědli. Váš jídelníček proberte ve dvojici. Měla vaše jídla vysokou uhlíkovou stopou? Dovedli byste si vybrat potraviny, které jsou ke klimatu šetrnější?

SNÍDANĚ

OBĚD

VEČEŘE

SVAČINY

10 empty rounded rectangular boxes for listing breakfast items.

10 empty rounded rectangular boxes for listing lunch items.

10 empty rounded rectangular boxes for listing dinner items.

10 empty rounded rectangular boxes for listing snacks.

UHLÍKOVÁ STOPA

3. Rozdělte třídu do sedmi skupinek. Každá z nich navrhne jídelníček na celý týden. Jídelníček musí mít a) nízkou uhlíkovou stopu a musí být b) nutričně vyvážený. Jednotlivé skupinky poté svůj jídelníček představí zbytku třídy a svůj výběr potravin zdůvodní. Nechte třídu diskutovat.

PONDĚLÍ

ÚTERÝ

STŘEDA

ČTVRTEK

PÁTEK

SOBOTA

NEDELE