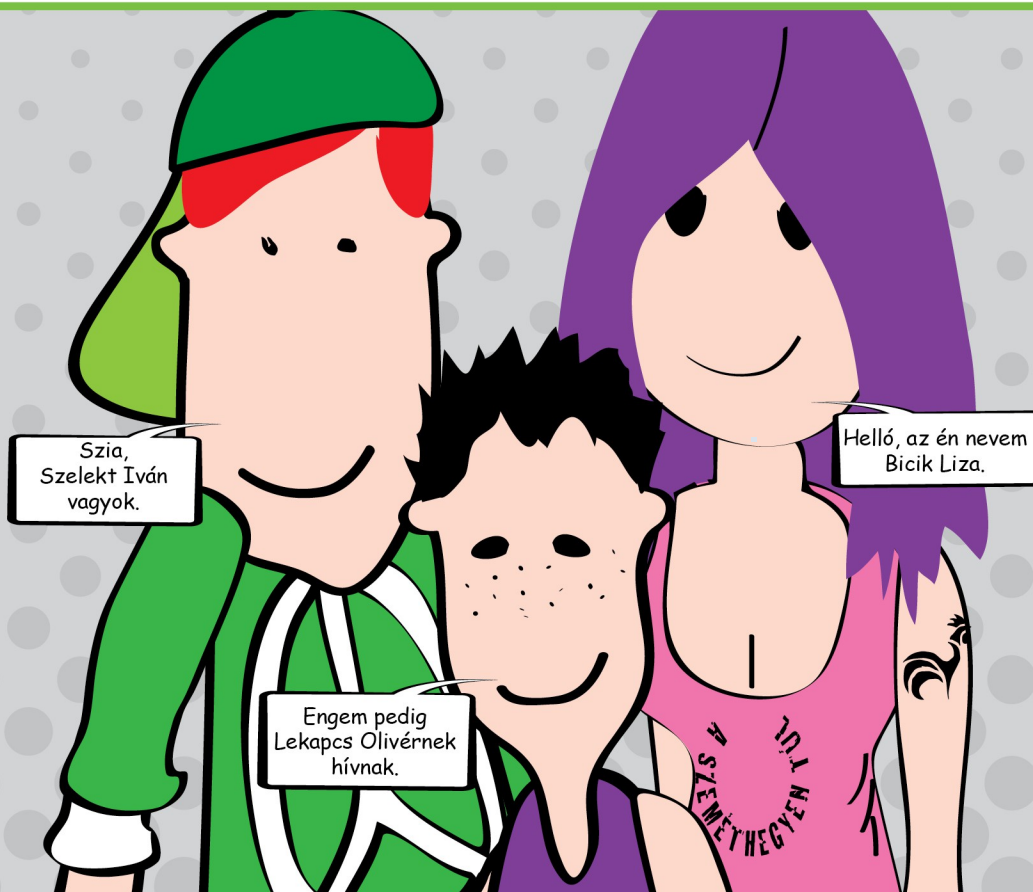


# „A szeméthegyen túl...”



Fenntarthatósági tematikájú interaktív rendezvény, öt megye gyermekvédelmi gondoskodásban elő fiataljainak.



Rubeus Egyesület  
1122 Budapest, Krisztina krt. 2-4. II/22.  
Tel.: +36 30 388 0034  
Web: rubeus.hu/aszemethegyentul  
E-mail: aszemethegyentul@rubeus.hu

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség  
www.ujszechenyiterv.gov.hu  
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósul meg.

# Az élelmiszer-fogyasztás és -termelés környezeti hatásai



**Rubeus Egyesület**  
1122 Budapest, Krisztina krt. 2-4. II/22.  
Tel.: +36 30 388 0034  
Web: [rubeus.hu/aszemethegyentul](http://rubeus.hu/aszemethegyentul)  
E-mail: [aszemethegyentul@rubeus.hu](mailto:aszemethegyentul@rubeus.hu)

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség  
[www.ujszechenyiterv.gov.hu](http://www.ujszechenyiterv.gov.hu)  
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósul meg.

# Élelmiszer-termelés környezeti hatásai



- Másodpercenként a világon
  - 1 hektár erdő tűnik el az erdőirtás miatt (60% az élelmiszer-termelés miatt irtott)
  - 1000 tonna termőföld pusztul el a művelés miatt
- Az intenzív mezőgazdaság okozza az emberi üvegházgáz-kibocsátások 15-20%-át (éghajlatváltozás!)
- A világban használt víz 70%-a öntözővíz, miközben 1 milliárd ember nem jut egészséges ivóvízhez!



Rubeus Egyesület  
1122 Budapest, Krisztina krt. 2-4. II/22.  
Tel.: +36 30 388 0034  
Web: [rubeus.hu/aszemethegyentul](http://rubeus.hu/aszemethegyentul)  
E-mail: [aszemethegyentul@rubeus.hu](mailto:aszemethegyentul@rubeus.hu)

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség  
[www.ujszechenyiterv.gov.hu](http://www.ujszechenyiterv.gov.hu)  
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósul meg.

# Élelmiszerek ökolábnyoma

- Élelmiszerek ökolábnyoma: az élelmiszerek termeléséhez és szállításához energiára van szükség, amelynek környezeti hatása is van.
- Vásárláskor az emberek többsége nem gondol az élelmiszerek ökolábnyomára!
- PL: 1 kg új-zélandi alma ideszállításának 2,5 kg a széndioxid kibocsátása, 1 kg alma országon belüli szállítása kb. 2,5 gramm



Rubeus Egyesület  
1122 Budapest, Krisztina krt. 2-4. II/22.  
Tel.: +36 30 388 0034  
Web: rubeus.hu/aszemethegyentul  
E-mail: aszemethegyentul@rubeus.hu

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség  
www.ujszechenyiterv.gov.hu  
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósul meg.

# Élelmiszer-termelés energiaigénye



- Magyarországon egy átlagember 40 kcal energiát használ el 1 kcal élelmiszer megvásárlásakor
- világátlag: 15:1
- Nyugat-Európa: 90:1
- USA: 200:1



Rubeus Egyesület  
1122 Budapest, Krisztina krt. 2-4. II/22.  
Tel.: +36 30 388 0034  
Web: [rubeus.hu/aszemethegyentul](http://rubeus.hu/aszemethegyentul)  
E-mail: [aszemethegyentul@rubeus.hu](mailto:aszemethegyentul@rubeus.hu)

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség  
[www.ujszechenyiterv.gov.hu](http://www.ujszechenyiterv.gov.hu)  
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósult meg.

# Fenntartható élelmiszer-termelés



- **Növényi élelmiszer:**
  - talajkímélő módszerek (vetésforgó használata, hüvelyesek vetése)
  - vegyszermentes ill. biológiai védekezés,
  - helyi fajták alkalmazása, melyek a helyi környezethez alkalmazkodtak
- **Állatok:**
  - hazai ősi fajták tenyésztése pl. mangalica (ellenállóbb a betegségekre és a helyi viszonyokhoz alkalmazkodott)
  - természetközeli tartás (kisgazdaságok, legelők)
- **Élelmiszer hulladékok hasznosítása:**
  - lakossági szinten: komposztálás,
  - Közösségi, ipari szinten: a hulladékból felszabaduló biogáz és természetes trágya hasznosítása



Rubeus Egyesület  
1122 Budapest, Krisztina krt. 2-4. II/22.  
Tel.: +36 30 388 0034  
Web: rubeus.hu/aszemethegyentul  
E-mail: aszemethegyentul@rubeus.hu

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség  
www.ujsechenyiterv.gov.hu  
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósul meg.

# Fenntartható étkezés



- a kisebb környezeti hatással megtermelt (növényi eredetű, kevésbé feldolgozott, stb.) élelmiszerek előnyben részesítése
- a helyi, szezonális termékek előnyben részesítése az importálttal szemben
- az organikus termékek előnyben részesítése a hagyományosan megtermelt élelmiszerekkel szemben



Rubeus Egyesület  
1122 Budapest, Krisztina krt. 2-4. II/22.  
Tel.: +36 30 388 0034  
Web: [rubeus.hu/aszemethegyentul](http://rubeus.hu/aszemethegyentul)  
E-mail: [aszemethegyentul@rubeus.hu](mailto:aszemethegyentul@rubeus.hu)

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség  
[www.ujsechenyiterv.gov.hu](http://www.ujsechenyiterv.gov.hu)  
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósult meg.

# Környezetbarát étrend

- Fenntartható életmód: a saját egészségünk és a Föld egészsége együtt fontos!
- Környezetbarát étrendet:
  - A WWF és az abredeeni Rowen Étkeztetési és Egészségügyi Intézet dolgozta ki
  - 35% zöldség és gyümölcs
  - 29% kenyér, tészta, rizs, krumpli
  - 15% tejtermék
  - Kevés feldolgozott és sok friss termék
- Ha a fejlett világ népessége átállna egy ilyen étrendre 2050-re 70%-kal lehetne csökkenteni az üvegházhatás káros következményeit!



Rubeus Egyesület  
1122 Budapest, Krisztina krt. 2-4. II/22.  
Tel.: +36 30 388 0034  
Web: [rubeus.hu/aszemethegyentul](http://rubeus.hu/aszemethegyentul)  
E-mail: [aszemethegyentul@rubeus.hu](mailto:aszemethegyentul@rubeus.hu)

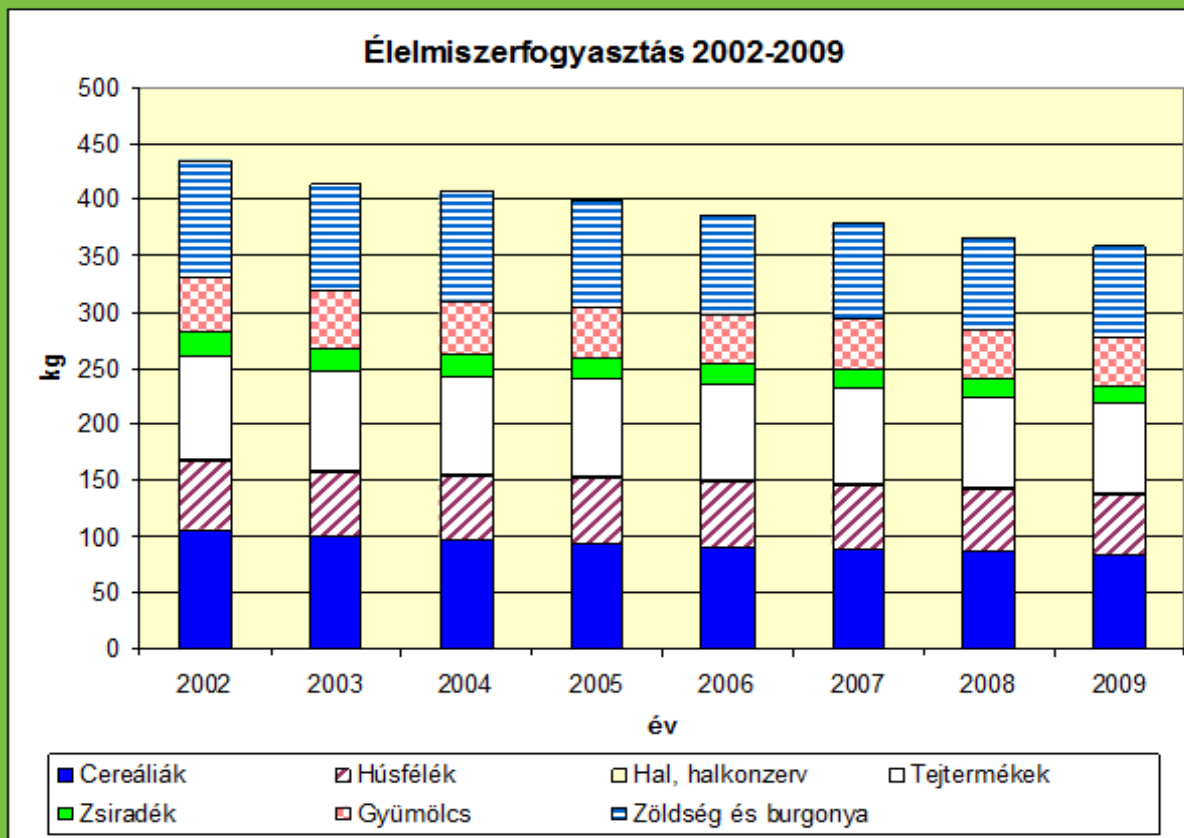
Nemzeti Fejlesztési Ügynökség  
[www.ujszechenyiterv.gov.hu](http://www.ujszechenyiterv.gov.hu)  
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósul meg.



# Élelmiszer-fogyasztás Magyarországon



Forrás KSH 2012 alapján Vetőné (é.n)



Rubeus Egyesület  
1122 Budapest, Krisztina krt. 2-4. II/22.  
Tel.: +36 30 388 0034  
Web: rubeus.hu/aszemethegyentul  
E-mail: aszemethegyentul@rubeus.hu

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség  
www.ujszechenyiterv.gov.hu  
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósul meg.

# Hús kontra növényi élelmiszer

- sertéshús előállításához 17-szer annyi erőforrást használunk el, mint a növényi élelmiszerekhez
- ez az arány marhahúsnál 54:1
- pulykánál 14:1
- ketreces csirkénél 4:1
- tehéntejnél: 17:1
  - Az arányok az intenzív mezőgazdasági termelésre vonatkoznak, ökológiai gazdálkodásnál az arányok jobbak



Rubeus Egyesület  
1122 Budapest, Krisztina krt. 2-4. II/22.  
Tel.: +36 30 388 0034  
Web: rubeus.hu/aszemethegyentul  
E-mail: aszemethegyentul@rubeus.hu

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség  
www.ujszechenyiterv.gov.hu  
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósul meg.

# Helyi és szezonális élelmiszerek előnyei



- Kapcsolatot teremt a vidék és város között
- Ösztönzi a helyi vállalkozásokat
- Környezetkímélő! (rövidebb szállítás, kisebb káros anyag kibocsátás)
- Közelebb visz a természethez



Rubeus Egyesület  
1122 Budapest, Krisztina krt. 2-4. II/22.  
Tel.: +36 30 388 0034  
Web: rubeus.hu/aszemethegyentul  
E-mail: aszemethegyentul@rubeus.hu

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség  
www.ujsechenyiterv.gov.hu  
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósul meg.

# Tudatos vásárlás



- Minden vásárlás hatással van a környezetre!
- Hogyan vásárol egy tudatos vásárló:
  - Felkészül, kész listája van.
  - Védi környezetét és egészségét.
  - Kritikus, megfontolt és igényes.
  - Minőséget vásárol, törekszik a legjobb ár-minőség arányra.
  - Előnyben részesíti a friss, bio, szezonális, regionális termékeket.



Rubeus Egyesület  
1122 Budapest, Krisztina krt. 2-4. II/22.  
Tel.: +36 30 388 0034  
Web: [rubeus.hu/aszemethegyentul](http://rubeus.hu/aszemethegyentul)  
E-mail: [aszemethegyentul@rubeus.hu](mailto:aszemethegyentul@rubeus.hu)

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség  
[www.ujszechenyiterv.gov.hu](http://www.ujszechenyiterv.gov.hu)  
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósul meg.

# Étkezz egészségesen és környezetbarát módon!



- Válaszd a menzát a büfé helyett!
  - Olcsóbb és egészségesebb a főtt étel
  - A főtt ételeket nem kell csomagolóanyagban tárolni
- Készítsd el magadnak a tízórait/uzsonnát!
  - Csomagold be környezetbarát módon (uzsonnás doboz, környezetbarát csomagoló)
- Kerüld el az ital és étel automatákat!
  - Műanyag pohár, műanyag csomagolás!
- Mindig a kukába dobd a rágógumit!
  - A rágógumi nem bomlik le!
  - Egy átlagos ember évente 190 darab rágógumit rág el!



Rubeus Egyesület  
1122 Budapest, Krisztina krt. 2-4. II/22.  
Tel.: +36 30 388 0034  
Web: [rubeus.hu/aszemethegyentul](http://rubeus.hu/aszemethegyentul)  
E-mail: [aszemethegyentul@rubeus.hu](mailto:aszemethegyentul@rubeus.hu)

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség  
[www.ujszechenyiterv.gov.hu](http://www.ujszechenyiterv.gov.hu)  
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósul meg.

# Kertészkedj!



- Fogj össze a barátaiddal!
- Beszéld rá tanáraidat és nevelőidet és csináljatok kiskertet!
  - Használd ki a vidék lehetőségeit (tér, természet, föld, stb.)
  - Légy büszke, hogy képes vagy megtermelni az ételedet!



Rubeus Egyesület  
1122 Budapest, Krisztina krt. 2-4. II/22.  
Tel.: +36 30 388 0034  
Web: [rubeus.hu/aszemethegyentul](http://rubeus.hu/aszemethegyentul)  
E-mail: [aszemethegyentul@rubeus.hu](mailto:aszemethegyentul@rubeus.hu)

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség  
[www.ujszechenyiterv.gov.hu](http://www.ujszechenyiterv.gov.hu)  
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósul meg.

# Miért jó a kertészkedés?



- A kertészkedés nem az idősek kiváltsága!
- Oldja a stresszt! Kikapcsol!
- Közelebb visz a természethez!
- Kutatások bizonyítják, hogy azoknak a diákok, akik részt vesznek az iskolai kertészkedésben jobbak a tanulmányi eredményei!
  - életszerű példák, tapasztalatok



Rubeus Egyesület  
1122 Budapest, Krisztina krt. 2-4. II/22.  
Tel.: +36 30 388 0034  
Web: [rubeus.hu/aszemethegyentul](http://rubeus.hu/aszemethegyentul)  
E-mail: [aszemethegyentul@rubeus.hu](mailto:aszemethegyentul@rubeus.hu)

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség  
[www.ujszechenyiterv.gov.hu](http://www.ujszechenyiterv.gov.hu)  
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósul meg.

# Környezetbarát kertészkedés

- Kialakítás:
  - Ültessünk őshonos, a kert mikroklímájának megfelelő növényfajtákat
  - Kártevők elleni küzdelem környezetbarát módon
    - Növénytársításokkal (pl. fűszernövények)
    - Madárbarát kert kialakításával
    - Sünbarát kert kialakításával
- Talajjavítás: komposztálás



Rubeus Egyesület  
1122 Budapest, Krisztina krt. 2-4. II/22.  
Tel.: +36 30 388 0034  
Web: rubeus.hu/aszemethegyentul  
E-mail: aszemethegyentul@rubeus.hu

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség  
www.ujszechenyiterv.gov.hu  
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósul meg.





# Mi a komposzt és komposztálás?

- A komposzt: szerves trágya, amely szilárd és folyékony szerves hulladékból lebomlási folyamatok útján alakul ki. A komposzt „mesterséges” humusz. Sötétbarna színű, földszerű anyag.
- Sok kerti és konyhai hulladék komoly műszaki és anyagi ráfordítás nélkül, környezetbarát módon a saját kertünkben komposzttá alakítható.



Rubeus Egyesület  
1122 Budapest, Krisztina krt. 2-4. II/22.  
Tel.: +36 30 388 0034  
Web: [rubeus.hu/aszemethegyentul](http://rubeus.hu/aszemethegyentul)  
E-mail: [aszemethegyentul@rubeus.hu](mailto:aszemethegyentul@rubeus.hu)

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség  
[www.ujszechenyiterv.gov.hu](http://www.ujszechenyiterv.gov.hu)  
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósul meg.



# Mi kerüljön a komposztba?

- **A konyhából és a háztartásból:**
- krumpli-és gyümölcsshéj, káposzta és salátalevél, a tojáshéj, kávé és a teazacc, elhervadt virág, a szobanövények elhervadt levelei, a fahamu, faforgács, a növényevő kisállatok ürüléke a forgácsalommal együtt, toll, szőr, a természetes alapanyagok, gyapjú, pamut, lenvászón maradék stb.
- A déligyümölcsöket gyakran rothadásgátló anyagokkal kezelik, ezért célszerű ezeket jó alaposan megmosni mielőtt a komposztba tesszük!



Rubeus Egyesület  
1122 Budapest, Krisztina krt. 2-4. II/22.  
Tel.: +36 30 388 0034  
Web: rubeus.hu/aszemethegyentul  
E-mail: aszemethegyentul@rubeus.hu

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség  
www.ujszechenyiterv.gov.hu  
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósul meg.

# Komposztba való

- **A kertből:**
- Kerti gyomok lehetőleg virágzás előtt, a lomb, tűlevél szalma az összeaprított ágak, gallyak, az elszáradt egynyári virágok, palánták, lehullott gyümölcsök stb.
- A fűvet nagyobb mennyiségben előbb meg kell szárítani, nehogy összetapadva rothadni kezdjen
- Az örökzöldek egyes fajtáit csak szárítva lehet komposztálni.



Rubeus Egyesület  
1122 Budapest, Krisztina krt. 2-4. II/22.  
Tel.: +36 30 388 0034  
Web: [rubeus.hu/aszemethegyentul](http://rubeus.hu/aszemethegyentul)  
E-mail: [aszemethegyentul@rubeus.hu](mailto:aszemethegyentul@rubeus.hu)

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség  
[www.ujsechenyiterv.gov.hu](http://www.ujsechenyiterv.gov.hu)  
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósul meg.

# Ne kerüljön a komposztba



- Fémeket, üveget, műanyagot ne tegyünk a komposztálóba.
- Ne rakjunk húsféléket és a zsiradékokat a komposztba.
  - Nehezen bomlanak, bűzlenek és vonzzák az állatokat.
- A húsevő állatoktól származó almot nem szabad komposztálni a fertőzésveszély miatt.
- Az utak mentén a nagy autóforgalom miatt, szennyezett lehet a növényzet, ezért az itt lekaszált fűvet vagy más növényi maradványt nem szabad komposztálni
- A beteg növényeket se tegyünk a komposztba.



Rubeus Egyesület  
1122 Budapest, Krisztina krt. 2-4. II/22.  
Tel.: +36 30 388 0034  
Web: [rubeus.hu/aszemethegyentul](http://rubeus.hu/aszemethegyentul)  
E-mail: [aszemethegyentul@rubeus.hu](mailto:aszemethegyentul@rubeus.hu)

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség  
[www.ujszechenyiterv.gov.hu](http://www.ujszechenyiterv.gov.hu)  
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósul meg.

# Környezetbarát kertész



- Nem használ növényvédő szereket
- Őshonos fajtákat ültet
- Komposztál
- Esővízzel locsol
- Környezetbarát kerti eszközöket és búrokat használ



Rubeus Egyesület  
1122 Budapest, Krisztina krt. 2-4. II/22.  
Tel.: +36 30 388 0034  
Web: [rubeus.hu/aszemethegyentul](http://rubeus.hu/aszemethegyentul)  
E-mail: [aszemethegyentul@rubeus.hu](mailto:aszemethegyentul@rubeus.hu)

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség  
[www.ujszechenyiterv.gov.hu](http://www.ujszechenyiterv.gov.hu)  
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósul meg.

*„Földdel való napi kapcsolatra  
épülő életmód az egyén  
tehetségéből a legtöbbet hozza  
ki és egy boldogabb, teljesebb  
élet, illetve fenntarthatóbb  
bolygó irányába mutat. „  
Naoki Shiomi*



Rubeus Egyesület  
1122 Budapest, Krisztina krt. 2-4. II/22.  
Tel.: +36 30 388 0034  
Web: [rubeus.hu/aszemethegyentul](http://rubeus.hu/aszemethegyentul)  
E-mail: [aszemethegyentul@rubeus.hu](mailto:aszemethegyentul@rubeus.hu)

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség  
[www.ujszechenyiterv.gov.hu](http://www.ujszechenyiterv.gov.hu)  
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai  
Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósul meg.

# Felhasznált források



- Élelmiszer és földművelés: Élelmiszerek ökolábnyoma  
<http://www.dynamoeffect.org/public/trasmission/documents/452.pdf> (letöltve 2013. 09.09.)
- Vetőné Mózner Zsófia: Fenntartható életmódok felé: lehet-e az élelmiszer-fogyasztás fenntartható  
[http://unipub.lib.uni-corvinus.hu/1066/1/ff\\_otka68647p111.pdf](http://unipub.lib.uni-corvinus.hu/1066/1/ff_otka68647p111.pdf) (letöltve 2013.09.10.)
- Létezik környezetbarát étrend?  
<http://propeller.hu/szorakozas/1723999-letezik-kornyezetbarat-etrend> (letöltve 2013.09.10.)
- A kert környezettudatos használata  
<http://fenntarthato.hu/epites/leirasok/epulet/epuletek-kornyezettudatos-hasznalata/kert> (letöltve 2013. 09.13.)
- Komposztáljunk együtt! Zöld kör 2006  
[http://enfo.agt.bme.hu/drupal/sites/default/files/zoldkor\\_komposzt.pdf](http://enfo.agt.bme.hu/drupal/sites/default/files/zoldkor_komposzt.pdf) (letöltve 2013.09.12.)



Rubeus Egyesület  
1122 Budapest, Krisztina krt. 2-4. II/22.  
Tel.: +36 30 388 0034  
Web: [rubeus.hu/aszemethegyentul](http://rubeus.hu/aszemethegyentul)  
E-mail: [aszemethegyentul@rubeus.hu](mailto:aszemethegyentul@rubeus.hu)

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség  
[www.ujszechenyiterv.gov.hu](http://www.ujszechenyiterv.gov.hu)  
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósul meg.