



Magyarország

FOGYASZTÓ-TÚRA, AVAGY MIVEL ETEITNEK VALÓJÁBAN?



FOGYASZTÓ-TÚRA, AVAGY MIVEL ETETNEK VALÓJÁBAN?

„A szervezett, pénzühes kereskedelmi gépezet bármilyen eszközt fölhasznál, hogy hirdesse és eladja az árut – így fogyasztásra biztatja, és ezzel elindítja a lejtőn a tizenéveseket a megtévesztő reklámokkal.” (Jane Goodall)

Alapadatok

Korosztály 12–14–(18) évesek

Időtartam 2x45 perc + 140 perc

Tantárgy földrajz, biológia, erkölcsstan, hon- és népismeret

Kulcs-kompetenciák anyanyelvi kommunikáció
természettudományos és technikai kompetencia
hatékony, önálló tanulás
szociális és állampolgári kompetencia
kezdeményszékképesség és vállalkozói kompetencia

Kulcsszavak helyi termék, tudatos vásárlás, tudatos fogyasztás, CO₂ kibocsátás

A foglalkozások összefoglalója

Sorszám	Cím	Módszer	Időtartam	Munkaforma	Helyszín
I. tanóra Keresd a helyit! (45 perc)					
1. feladat	Ráhangelődés	irányított beszélgetés	10 perc	nagy csoport (osztály)	belső térben
2. feladat	Milyen az igazi joghurt?	érzékszervi gyakorlat, elemzés	15 perc	kis csoport	belső térben
3. feladat	Mit is ettem valójában?	kutatás, bemutató	20 perc	kis csoport	belső térben
4. feladat	Mennyit utazott?	tudáspróba, internetes kutatás	házi feladat	egyéni	otthon
II. tanóra Vásárolj tudatosan! (45 perc)					
5. feladat	Ráhangelődés	játék	10 perc	kis csoport	belső térben
6. feladat	Milyen háztartási gépeket használunk otthon?	elemzés, irányított beszélgetés	25 perc	kis csoport, nagy csoport (osztály)	belső térben
7. feladat	Szabadulj meg a felesleges dolgoktól!	elemzés, irányított beszélgetés	10 perc	kis csoport, nagy csoport (osztály)	belső térben
III. tevékenység Helyi termék – helyi érték (140 perc)					
8. feladat	Mi fán terem a helyi termék?	kutatás, irányított beszélgetés	20 perc + otthoni kutatás	nagy csoport (osztály)	belső térben
9. feladat	Karbon totó	ellenőrzés	15 perc	nagy csoport (osztály)	belső térben
10. feladat	Zöldséget a gazdától!	prezentáció	25 + 20 perc	kis csoport	belső térben
11. feladat	A tíz kilométeres buli	érzékszervi gyakorlat	60 perc	nagy csoport (osztály)	belső térben

A modul vázlata

ÖSSZEFOGLALÁS

A modul során a gyerekek megismerkednek a helyi termék fogalmával, a termékek helyben előállításának lehetőségeivel. Játékosan megismerik a helyi és a nagyüzemi termékek közötti különbséget, rácsodálkoznak a helyi és a távolról érkező árucikkek árának viszonyulására.

Sorra veszik az életünket állítólag megkönnyítő gépek sokaságát és megvizsgálják azok szükségességét, valamint megtapasztalják, hogy mennyi mindent próbálnak eladni nekünk.

CÉLOK

A gyerekek gondolkozzanak el arról, hogy szükséges-e minden terméket a legtávolabbi helyről beszerezni. Mi lehet az oka annak, hogy távolról – gyakran másik kontinensről – hozzánk kerülő termékek olcsóbbak, mint az itt előállított? Mennyire van szükségünk energiafogyasztó gépekre? Milyen területen segítség, és milyen területen értelmetlen energiapocsékolás a megvásárlásuk és használatuk?

ESZKÖZÖK ÉS ANYAGOK

- I. tanóra –** 4x4 db kistálka
2. és 3. feladathoz Kiskanalak (a gyerekek számának megfelelő darab)
Joghurtok (epres vagy sárgabarackos): legalább 2 db a lenti fajtákból
- reklámozott – pl. Danone (multinacionális cég terméke)
 - nem vagy kevésbé reklámozott (multinacionális üzletláncok kevésbé reklámozott saját márkái – pl. Lidl, Aldi, Penny, Tesco)
 - magyar – pl. Cserpes, Koppányi, St. Mártoni, stb. (magyarországi, magyar cég saját tehenészetéből származó tejből előállított saját terméke)
 - helyi – piacról a tejes nénitől
- II. tanóra –** Reklámújságok – olyan áruházaktól, amelyekben műszaki cikket árúsítanak (pl. Auchan, Tesco, Media Markt, Conrad Electronics, Lidl, Aldi, Euronics). Ezt vagy mi szedjük össze, vagy adjuk ki a diákoknak jó előre, hogy gyűjtsenek ilyet.
5. feladathoz
- III. tevékenység** (tanórán kívüli)
8. feladathoz Csomagolópapír és filctoll, vagy számítógép és kivetítő.
10. feladathoz Csomagolópapír, rajzlapok, írólapok, tollak, filctoll, színes ceruza vagy zsírkréta.
11. feladathoz Az étel(ek) elkészítéséhez szükséges edények, tányérok, evőeszközök.

ELŐKÉSZÜLETEK

- I. tanóra** A 2. feladathoz a joghurtokat számozzuk be 1-4-ig! Osszuk szét a kistányérokra, amelyeket 1-4-ig számokkal jelöljünk meg, minden tálkába a számának megfelelő joghurtot.
Fénymásoljuk le a Diákoldalról a 2. és 3. feladathoz tartozó táblázatot, valamint a 4. feladathoz tartozó Karbon totót 4-4 példányban! Írjuk fel a 3. feladathoz a joghurtok árát, valamint azt is, hány gramm van a dobozban, és számoljuk ki az egységárakat (Ft/kg).
- II. tanóra** Nyomtassuk ki a Diákoldalról, és vágjuk szét a 6. feladathoz tartozó képeket!

TÉR, TEREM ELRENDEZÉSE

Rendezzük úgy az asztalokat és a székeket, hogy csoportokban tudjanak dolgozni a gyerekek.

KAPCSOLÓDÁSI PONTOK

Vásárolni mindenki jár. A gyerekek főleg az élelmiszerekkel találkoznak, ugyanakkor vágyaik az elektronikai cikkek, a cipők és ruházati termékek felé terelik őket. Vajon mindegy-e, hogy mit (v)eszünk? Számít-e, honnan származik? Azért, mert márkás valami, már tartós és jó minőségű is?

HÁTTÉR

A vásárlásunkkal szavazunk. Ahol, és amit vásárolunk, arra igent mondunk. Erről tudják, hogy milyen terméket kell előállítani és milyen típusú üzletet érdemes építeni és üzemeltetni. Tehát rajtunk múlik, hogy milyen kínálata van az üzleteknek. És az is, hogy tud-e egy helyi vállalkozó kisboltot üzemeltetni, vagy a település szélére kell járni hatalmas, külföldi cégek által épített és üzemeltetett „dobozok”-ba.

Persze, a kép nem ilyen egyszerű. Erős lobbik és nagy érdekeltségek akarják befolyásolni döntéseinket. A reklámanipuláció mindenhová beszűrődő térhódításával, és az információs túlterheltséggel vágyakat keltenek bennünk olyan termékek iránt, amire egyáltalán nincs is szükségünk! A mi dolgunk az, hogy szelektáljunk ezek közül, és fontossági sorrendet állítsunk fel. Ehhez nagyon fontos ismernünk a valós szükségletünket!

A rendszerváltás óta Magyarországon egy dolog számít: olcsó legyen! Vége hossza nincs az „akcióknak”, a filléres boltoknak, a „kiárúsításoknak”. De gyakran a legolcsóbb nem is a legolcsóbb. Mert használhatatlan, nem tartós, hamar tönkremegy, egészségtelen, műízű. És ha a végén összeszámoljuk, máris kiderül, hogy kevesebbe került volna, ha elsőre egy kicsit drágább, ám jó minőségű terméket választunk. A minőség sokáig nem volt szempont, ezért az országot elárasztották a rossz minőségű, rossz ízű, használhatatlan termékek. Miközben néhány szomszédos országban akár 20–30%-kal olcsóbban lehet sokkal jobb minőségű élelmiszert kapni, minket hozzászoktattak az igénytelen, hamar tönkre menő termékekhez.

Szerencsére hazánkban is egyre többen vannak olyanok, akiknek fontos, hogy hazai, helyben és minőségi alapanyagokból készült, vegyszermentes élelmiszereket fogyasszanak. Azok száma is nő, akik hajlandók ezt előállítani!



Lassan az a törekvés is terjed, hogy a fogyasztót közvetlenül összekapcsolják a termelővel (rövid ellátási lánc). Sorra alakulnak a termelői piacok. A doboz/szatyor rendszer keretében egy bizonyos összeg befizetésével egy adott termelőtől rendszeresen kaphatunk friss, egészséges idényzöltségeket és -gyümölcsöket, valamint az általa készített lekvárokat, szörpöket, savanyúságot. Mivel személyesen ismerjük a termelőket, nekik is érdekük, hogy minőségi termékeket kapjunk, és a bizalom hosszú távon fennmaradjon.

Az elmúlt húsz-harminc év alatt felgyorsult az elektronikai cikkek fejlődése és az infokommunikáció. A hagyományos média mellett (TV, rádió, újságok) az internet, a mindig nálunk levő okostelefonok és a közösségi média az információáramlás új útjait nyitotta meg. Az eddigi felülről jövő reklámanipuláció mellett a közösségi médiában alulról terjedő trendkövetés még nagyobb nyomást jelent. Információs túlterheltségben élünk, kialakult a képernyőfüggőség, a józan ítélőképességünk egyre csökken. Társas kapcsolatainkat elsekélyesíti a közösségi média. A fogyasztói társadalom életünk problémáira a vágykeltést és a vásárlást nyújtja válaszul. Ilyen környezetben még tudatosabbaknak kell lennünk, hogy milyen trendeket és értékeket követünk, mi után vágyunk és mit veszünk meg, mivel töltjük szabadidőnket és hogyan gondozzuk személyes kapcsolatainkat.

Miért vásároljunk helyi terméket?

A termelővel személyes kapcsolatot alakíthatunk ki, megkérdezhetjük tőle, miből készült, milyen vegyszert használt, milyen allergén van benne. Sok esetben megnézhetjük, ellenőrizhetjük a termék előállítását (pl. gazdaságokba el lehet látogatni, a műhelyben munka közben láthatjuk a mestert).

Általában egyedi termékeket kapunk, adott településre, régióra jellemző ízvilággal, motívumokkal. A termelőt (rokon, szomszéd, ismerős) gazdagítjuk a kereskedők és a multik helyett. A termelő munkahelyét megőrizzük. A termelő további munkahelyet is teremthet a helyben élők számára.

Termékek szállítása – karbonlábnyom

A termékek szállítása fosszilis tüzelőanyag égetéssel, és így szén-dioxid kibocsátással jár. A kibocsátott szén-dioxid növeli a légkör üvegházhatását így elősegíti a globális felmelegedést. Ez a világ távoli helyeiről származó termékek esetén igen jelentős lehet. A 4. feladatban levő karbon totóban megdöbbentő számokat olvashatunk. A legjelentősebb szén-dioxid kibocsátással a légi, utána a kamionos, majd a vasúti és vízi szállítás jár. A helyi termékek vásárlásakor a szállítással kapcsolatos szén-dioxid kibocsátást minimálisra csökkentjük.

Helyi termékek

„Minden, amit nem importáltak. Amit nem az ország másik feléből szállítottak. Ami helyben készül. Amit 50 km-en belül adnak el. Házi savanyúság a kertből. Friss kenyér a péktől. Gyümölcs a fáról. Cipő a sarki cipésztől. Hegedű a szomszéd hangszerkészítőtől. Hagyományőrző portéka. Kézműves termék. Ami nem tömegcikk. Nem nagyipari selejtmunka a hipermarketeknek. Ami minimum 51%-ban helyi hozzáadott értéket (munkaerő, alapanyag) tartalmaz. Helyi specialitás. Ételkülönlegesség. Használati tárgy. Népi motívumokat őrző áru. Amit sokszor nehezen, vagy egyáltalán nem lehet értékesíteni, pedig érdemes lenne. Helyben, a helyieknek. Hogy tudják, mit esznek meg. Hogy tudják, mit vesznek meg.” (Magosfa Alapítvány, 2006)

„Helyi termékek vásárlásával hozzájárulunk saját környezetünk fenntarthatóságához. Minden helyben elköltött forinttal segítjük a helyi gazdaság talpon maradását, munkahelyeket segítünk megőrizni vagy újak teremtését idézhetjük elő közvetve. A helyben megtermelt profit helyi fejlesztéseket generál. Ha saját környezetünkben szerezünk be a legfontosabb élelmiszereket, egyéb árukat, akkor csökkentjük a termeléssel, illetve a szállítással, csomagolással járó környezetterhelést. Kisebb lesz ökológiai lábnyomunk. A helyi termékek előállítása kis mennyiségben, hagyományos, természet közeli módszerekkel történik, így azok kevésbé terhelik meg a környezetet, a termőföldet.

A gazdasági, környezeti hatásokon túl saját egészségünket is könnyebben megőrizhetjük. Vásároljunk idényjellegű termékeket! A helyben előállított zöltségek, gyümölcsök kevesebb tartósítószeret tartalmaznak, tovább érhetnek, hiszen nem kell olyan hosszú szállítási időt kibírniuk, mint tengeren túlról érkező társaiknak. Ezek az élelmiszerek frissebbek, zamatosabbak, finomabbak, illetve sokkal több vitamint és ásványi anyagot tartalmaznak, mint az importált termékek. A helyben előállított termékek összetevői könnyebben ellenőrizhetőek, így »tudjuk, mit eszünk«. A tájfajták előnyben részesítésével hozzájárulunk a biológiai sokféleség megőrzéséhez, illetve a hagyományok továbbéléséhez.” (Pannon Helyi Termék Nonprofit Kht. – Miért a helyit?)

Foglalkozások

I. TANÓRA | Keresd a helyit!

1. feladat. Ráhangolódás (10 perc)

Kérjük meg a tanulókat, hogy jelentkezzen az, akinek szüleine/nagyszüleine/közeli rokonaira jellemző, hogy:

- kiskertjük van és művelik azt,
- állatokat tartanak és feldolgozzák a húst vagy tejet, tojást,
- lekvárt, befőttet, savanyúságot tesznek el télire,
- helyi termelőtől vásárolnak.

2. feladat. Milyen az igazi joghurt? (15 perc)

Osszuk 4 kiscsoportra az osztályt! Osszuk ki a joghurtokat a kis tálkákon, minden csoportnak 4–4 félét. A tanulók kóstolják meg a négyféle joghurtot! A csoportok a megadott szempontok szerint minden joghurtról töltsék ki a Diákoldalon található táblázatot! Végül találják ki, melyik számú tányéron milyen típusú joghurt van! Beszéljük át, ki mire jutott, melyik joghurt melyik.

3. feladat. Mit is ettem valójában? (20 perc)

Most végezzenek el egy kis kutatást csoportonként: minden csoport kapjon egy doboz kibontatlan joghurtot, a négyféle egyikét. Kibonthatják, megvizsgálhatják a dobozt és a joghurtot is.

Vannak a joghurtban gyümölcsdarabok? Milyen állagúak ezek a gyümölcsdarabok? Olvassuk el az összetevőket is: van valamilyen aroma és mesterséges színezék bennük? Hasonlítsuk össze a joghurtok árát, és az egységárakat is (a gyerekeknek is kiadhatjuk a számolást, mondjuk meg nekik az árat és a dobozokban lévő mennyiséget).

A diákok ezek alapján töltsék ki a Diákoldalról lemásolt, 3. feladathoz tartozó táblázatot! Minden csoport csak a saját joghurtjára töltsék ki (a közös megbeszélés során az oszlopokba be lehet írni a többi joghurtra vonatkozó adatokat is). Ez után a kitöltött táblázatok alapján csoportról-csoportra közösen beszéljük meg, hogy mi a véleményük a négyféle joghurtról? Miből erednek az árbeli különbségek (tömeges gyártás olcsó összetevőkből + költséges reklám, vagy helyi termék minőségi alapanyagokból)?

4. feladat. Mennyit utazott? (házi feladat)

Karbon totó: a termékek előállítás, szállítása, használata, majd ártalmatlanítása környezetterheléssel jár. Az egyik legnagyobb CO₂ kibocsátás a szállítás során keletkezik. Osszuk ki a csoportoknak a Diákoldalról lemásolt totót! Oldják meg házi feladatként. Adjuk ki nekik, hogy találjanak ki legalább egy hasonló termékpárt, és interneten nézzék meg, mekkora a karbonlábnyomok közti különbség. A karbonkalkulátor a www.mtvsh.hu/karbonkalkulator oldalon található.

Olvaszák el a Diákoldal második felén a tudatos vásárló 12 pontját is!

II. TANÓRA | vásárolj tudatosan!

5. feladat. Ráhangolódás (10 perc)

Alakítsunk ki 3–4 kiscsoportot! Minden csoportnak osszunk különböző, műszaki cikket tartalmazó reklám-újságokat. Melyik kütyüket vennék meg, ha korlátlan pénze lenne a csoportnak? Vágyjatok arra, amire csak akartok, de minden csoport csak 4 cikket választhat! Karikázzátok be fekete filccel! A csoportok sorolják fel a cikketeket, és írjuk fel ezeket a táblára.

6. feladat. Milyen háztartási gépeket használunk otthon? (25 perc)

Vágjuk ki a Diákoldalról a feladathoz tartozó 16 db képet! A képeken háztartási eszközöket látunk, vannak köztük hasznosak és szükségesek, illetve teljesen feleslegesek is. Minden csoportnak osszuk ki a neki megfelelő 4-4 db-ot! Rakják sorrendbe a képeket a fontosságuk szerint: elől legyen a fontos, hátul a felesleges. Írjanak ötleteket, hogyan lehetne kiváltani ezeket az eszközöket (esetleg régen hogyan oldották meg a gép nélkül)! Ezután közösen dolgozunk: minden csoport mondja el, mit tett az 1., a 2., a 3. és a 4. helyre, majd azt is mondják el, szerintük hogyan lehet kiváltani az adott gépet.

7. feladat. Szabadulj meg a felesleges dolgoktól! (10 perc)

Szedjük elő ismét az 5. feladatban felírt listát! A fentiek fényében minden csoport válasszon ki két árucikket a saját listájából, amelyek megléte nélkül is boldog életet élhet! Húzzuk ki ezeket a táblai feliratok közül. Beszéljünk arról, hogy mi jelent örömet és boldogságot az életükben, és hogy a tárgyak birtoklásának ebben mekkora szerepe lehet.

III. TEVÉKENYSÉG | Helyi termék – helyi érték

Szervezzünk egyik délután egy rendhagyó osztály bulit! Az első felében ismerkedjünk meg a helyi termék fogalmával, a második felében pedig tartsunk kóstolót!

8. feladat. Mi fán terem a helyi termék? (20 perc + előzetes otthoni kutatás)

Otthoni feladatnak adjuk ki a kiscsoportoknak, hogy járjanak utána:

- Mit nevezünk helyi terméknek?
- Milyen hatással van
 - a) a termelőre,
 - b) a helyi gazdaságra,
 - c) a környezetünkre, ha helyi terméket vásárolunk?
- Kihez kerül a haszon, ha
 - a) helyi terméket vásárolunk a termelőtől,
 - a) egy hipermarketben vásárolunk külföldről érkező termékeket?
- Mi lehet helyi termék? Sorolj fel néhány konkrét terméket!
- Milyen helyi termékeket lehet a településeden kapni?

Használhatnak internetet (URL címeket ajánlunk lentebb), kérdezzék meg szüleiket, rokonaikat, érdeklődjének a boltokban, piacokon, stb.

Az osztályteremben irányított beszélgetés keretében válaszolják meg az előző kérdéseket, mondják el, mit találtak! Adjunk lehetőséget arra, hogy mindenki beszéljen, aki csak el szeretné mondani gondolatait.

Továbbá kérdezzük meg azt is, hogy nekik mi a véleményük a helyi termékekről!

9. feladat. Karbon totó (15 perc)

Vegyük elő az I. tanórán kiadott házi feladatot, és nézzük át közösen a CO₂ kibocsátási adatokat (a Tanári oldal táblázatában van a megoldás)! Beszéljük át a termékek szállítása során keletkező karbonlábnyomot, emeljük ki literben az egyes termékek szállítása során felszabaduló CO₂ mennyiséget. Beszéljünk ennek klímaváltozásban betöltött szerepéről és a diákok személyes felelősségéről.

10. feladat. Zöldséget a gazdától! (25 + 20 perc)

Írjanak kampánybeszédet (max. 5 perces) a kiscsoportok arról, hogy miért a helyi terméket válasszák a vásárlók.

1. csoport – A Riska tehenészet termékei (tej, sajt, túró, tejföl, vaj, joghurt)
2. csoport – A Koca farm hústermékei (kolbász, szalonna, hurka, töpörtyű)
3. csoport – Bözsi néni lekvárfőzője (gyümölcslekvárok, ízesített lekvárok, vegyes lekvárok)
4. csoport – Csalamádé gazda kertje (idényzöldségek, -gyümölcsök, feldolgozott termékek – savanyú káposzta, lecsó, savanyúságok, stb.)

A csoportok adják is elő az osztály előtt, hogy mit írtak. Lehet rajzokat, szlogeneket is készíteni!

Ha az iskolában hasonló témában tartanak rendezvényt, akkor azon is kapjanak lehetőséget, hogy előadhassák társaiknak a megírt kampánybeszédet.

11. feladat. A tíz kilométeres buli (60 perc)

Készítsünk HELYI alapanyagokból étel(eke)t az osztálybulira! Ha van valamilyen jellegzetes helyi recept, vagy helyi étel, akkor feltétlenül használjuk azt! Összehasonlításképpen pedig érdemes készíteni egy zacskónyi instant „műkaját” is!

Írunk néhány ötletet, de elsősorban a helyi jellegzetességek élvezzenek előnyt!

1. Milánói makaróni vagy bolognai spagetti helyben termelt paradicsomból – egy zacskónyi instant milánói vagy bolognai
2. Körözött helyben készített túróból – egy doboz bolti körözött
3. Palacsinta hagyományosan (helyi tojás és tej, esetleg liszt felhasználásával) – néhány darab boltban kapható palacsintaporból vagy masszából
4. Császármorzsa hagyományosan (helyi tojás és tej, esetleg liszt/búzadara felhasználásával) – egy zacskónyi bolti császármorzsa
5. Valamilyen krémleves helyben termelt zöldségből – egy zacskónyi instant krémleves a boltból ugyanazon ízben

Természetesen többféle étel, sütemény is legyen a bulin, ahogy szokott lenni máskor, de legyen legalább egy olyan étel, amit helyi alapanyagokból készítettünk!

Az ételeket elkészíthetjük a gyerekekkel közösen is, ha az iskolában van lehetőség főzésre, vagy valakinél van annyi hely, hogy elfér az osztály. Megkérhetünk néhány szülőt is, hogy amíg a gyerekekkel a foglalkozás első felét tartjuk, addig készítsék el a megbeszélt ételeket, majd hozzák el az iskolába a bulira.

Beszélgünk meg a tanulságokat! Melyik: Finomabb? Laktatóbb? Egészségesebb? Környezetbarátabb? Olcsóbb? Melyiket ennéd szívesen minden nap?

Házi feladatok otthonra

AMIKOR SZÜLŐKKEL MÉSZ VÁSÁROLNI, FIGYELD MEG!

Amíg a szüleid vásárolnak a szupermarketben, vagy egy üzletlánc boltjában, addig ne unatkozz te sem! Keress dolgokat, hogy mivel csábítják a vevőket, mivel akarják rávenni, hogy minél többet vegyenek, illetve olyan dolgokat is megvegyenek, amire nincs szükségük.

OTTHON BESZÉLGESS A NAGYSZÜLEIDDEL ÉS ANYÁVAL!

Mit írt a bevásárló listára nagyfi régen? Mit ír anya manapság? Mit vitt magával nagyfi a bevásárláshoz? Mit visz magával anya?

Régen a nők egy füzetben írták a család kiadásait. Kérdezd meg nagyit, ő is írt-e ilyen füzetet. Ha igen, megvan-e még? Miért írt nagyfi miért nem írt? Anya is ír ilyet? Ha igen, miért, ha nem, miért nem?

Irodalom:

- Dóra M. T.: *Kertkaland – Termelj magadnak zöldséget!* Budapest, 2015, Central Médiacsoport Zrt.
- Wackernagel, M., Rees, W. E.: *Ökológiai lábnyomunk.* Budapest, 2001, Föld Napja Alapítvány. Letölthető változat: <http://www.fna.hu/konyvtar/okologiailabnyomunk>
- Grimm, H.-U.: *A leves hazudik – Az ételek szép új világa.* Piliscsaba, 2001, Kétezeregy Kiadó.
- Szomi E.: *Helyi termék kézikönyv.* Szeged, 2016, Csongrád Megyei Agrár Információs, Szolgáltató és Oktatásszervező Nonprofit Közhasznú Kft. Letölthető változat: goo.gl/lPOcLm
- Varga É.: *Hétköznapi kalauz – Mindennapi környezetvédelem.* Budapest, 2010, Föld Napja Alapítvány.
- Energia Klub: *Hol az energia?* Budapest, 1997, Föld Napja Alapítvány.
- Rosta G.: *A városi tanya - Önellátás, takarékoság, környezettudatosság.* Pócsmegyer, 2009, Leviter Kiadó Kft.
- Tóth G.: *Az E-számokról őszintén. Élelmiszereink árnyoldalai.* Pilisvörösvár, 2003, Pilis-Vet Életmód Kiadó.

Internetes oldalak:

- Tudatos vásárlás:
www.tudatosvasarlo.hu
goo.gl/yQVvLT (tudatos vásárló – fölösleges áruk fóruma)
<http://www.humuszu.hu/faf/kereso> (HUMUSZ - fölösleges áruk fóruma)
- Karbonkalkulátor:
www.mtvsh.hu/karbonkalkulator
- Helyi termék:
goo.gl/hZW11v (Országos Helyi Termék – Mi a helyi termék?)
goo.gl/jgaZvC (Helyi termék – Helyből jobb! – Mi a helyi termék)
goo.gl/ltiVil (Pannon Helyi Termék – Miért a helyit?)

Fogyasztó-túra, avagy mivel etetnek valójában? – Diákoldal

2. feladat. Milyen az igazi joghurt?

A JOGHURT	1.	2.	3.	4.
– íze				
– szaga				
– állaga				
– színe				

JOGHURT TÍPUSA	JOGHURT SZÁMA
reklámozott bolti	
nem reklámozott multi saját márka	
magyar termék	
helyi termelőtől	

3. feladat. Mit is ettem valójában?

SZEMPONTOK	1.	2.	3.	4.
gyümölcsdarabok mérete				
gyümölcsdarabok állaga				
mesterséges színezék				
aromák				
tartósítószer				
minőségét megőrzi				
ár (Ft)				
egységár (Ft/kg)				

Fogyasztó-túra, avagy mivel etetnek valójában? – Diákoldal

4. feladat. Mennyit utazott?

KARBON TOTÓ					
Tippeld meg, mennyi CO ₂ kibocsátással terheled a környezetet, ha az alábbi termékeket vásárolod meg!					
1. Egy üveg bolti kínai méz	1	504 gramm	2	2566 gramm	X 10 kilogramm
2. Egy üveg piaci magyar méz	1	27 gramm	2	0 gramm	X 1 kilogramm
3. Indonéz Nike sportcipő	1	1337 gramm	2	405 gramm	X 5 kilogramm
4. Tisza cipő	1	10 gramm	2	504 gramm	X 21 gramm
5. Egy darab equadori banán	1	212 gramm	2	305 gramm	X 532 gramm
6. Egy darab magyar alma	1	7 gramm	2	104 gramm	X 812 gramm
7. Egy brazil csirke az Auchanból	1	415 gramm	2	3084 gramm	X 2199 gramm
8. Egy magyar csirke a piacról	1	27 gramm	2	104 gramm	X 216 gramm
9. Egy olcsó kínai Agojama fűrógép	1	2700 gramm	2	7,7 kilogramm	X 15 kilogramm
10. Egy márkás német Metabo fűrógép	1	1315 gramm	2	2458 gramm	X 687 gramm

Fogyasztó-túra, avagy mivel etetnek valójában? – Diákoldal

A TUDATOS VÁSÁRLÓ 12 PONTJA

1. A pénzeddel szavazol!

A vásárlás a Te döntésed. Eldöntheted, mit és kit támogatasz, mit nem. Nem kell támogatnod a környezet-szennyezést, vegyszerezést, gyermekmunkát, a buta, káros és felesleges dolgok tömeges gyártását.

2. A szemét a legdrágább!

A szemét értelmetlen pénzkidobás Neked és terhelés a környezetnek: mindig gondold végig, mennyit dobsz majd ki abból, amit megveszel.

3. Ceti!

Vásárlás előtt írd össze, mire van szükséged. A nagy üzletek profi módszerekkel csábítanak felesleges pénzköltésre. Ne hagyatkozz 'polctrükkökre'.

4. Helyben

A nagy bevásárlóközpontok helyett vásárolj piacon, vagy helyi boltban. Kutasd fel a jó helyeket.

5. Mennyi műanyagot viszel haza?

Vigyél magaddal táskát, szatyrot, ne fogadj el zacskót mindenhol. Válaszd az egyszerűen csomagolt árukat. Keresd a visszaváltható, illetve újrahasznosított csomagolást.

6. Keresd az eredetit!

Ne dőlj be a szép külsőnek és a vicces dumának: kerülj a nem természetes alapanyagból, vegyszerek segítségével, gyárilag előállított ételeket.

7. Olvasd el a címkéket!

Az élelmiszerek és kozmetikumok rengeteg káros (és felesleges) anyagot tartalmazhatnak. Ne kezeled magad vegyszerrel, se kívülről, se belülről, ha vegyszer nélkül is kaphatsz.

8. Erőszakmentes szépség

Válassz olyan kozmetikumokat, amelyeket állatkínzás nélkül tesztelnek, illetve nem tartalmaznak állati eredetű anyagokat.

9. Tartós használat!

Kerüld az eldobható dolgokat, ezek tömeges előállítás és kidobása energiapazarlással és környezetszennyezéssel jár.

10. Frisset

Friss, hazai idényzöldséget és -gyümölcsöt vegyél az üvegházi, több tízezer kilométert utaztatott, mesterségesen érlelt, agyoncsomagolt és tartósított áruk helyett.

11. Helyi termékeket vegyél

Keresd a lakóhelyed közelében készülő dolgokat. Így a helyi környezetet támogathatod, valamint kevésbé járulsz hozzá a szállítással járó környezetterheléshez.

12. Nem mindegy!

Ha nincs is tökéletes termék, keresheted mindig a jobbat. Legyél tudatos: járj utána, hogy ki állítja elő, mit tartalmaz, mibe csomagolják, hová kerül.

Fogyasztó-túra, avagy mivel etetnek valójában? – Diákoldal

6. feladat. Milyen háztartási gépeket használunk otthon?

1. csoport	2. csoport	3. csoport	4. csoport
			
			 
			
			

Fogyasztó-túra, avagy mivel etetnek valójában? – Tanári oldal

4. feladat. Karbon totó megoldása

1. Egy üveg bolti kínai méz	1	504 gramm	2	2566 gramm	X	10 kilogramm
2. Egy üveg piaci magyar méz	1	27 gramm	2	0 gramm	X	1 kilogramm
3. Indonéz Nike sportcipő	1	1337 gramm	2	405 gramm	X	5 kilogramm
4. Tisza cipő	1	10 gramm	2	504 gramm	X	21 gramm
5. Egy darab equadori banán	1	212 gramm	2	305 gramm	X	532 gramm
6. Egy darab magyar alma	1	7 gramm	2	104 gramm	X	812 gramm
7. Egy brazil csirke az Auchanból	1	415 gramm	2	3084 gramm	X	2199 gramm
8. Egy magyar csirke a piacról	1	27 gramm	2	104 gramm	X	216 gramm
9. Egy olcsó kínai Agojama fűrógép	1	2700 gramm	2	7,7 kilogramm	X	15 kilogramm
10. Egy márkás német Metabo fűrógép	1	1315 gramm	2	2458 gramm	X	687 gramm

1. és 2. kérdés: *Kínai méz*: 1 kg, 17 988 km-t utazott, ezzel 2566 g CO₂ (= 1428 liter) kibocsátás történt. Ez *95x több*, mint a magyar méz esetében (27 g CO₂).

3. és 4. kérdés: *Indonéz sportcipő*: 800 g, 12 689 km-t utazott, ezzel 1337 g CO₂ (= 744 liter) kibocsátás történt. Ez *62x több*, mint a magyar sportcipő esetében (21 g CO₂).

5. és 6. kérdés: *Equadori banán*: 250 g, 13 044 km-t utazott, ezzel 532 g CO₂ (= 300 liter) kibocsátás történt. Ez *79x több*, mint a magyar gyümölcs (alma) esetében (7 g CO₂).

7. és 8. kérdés: *Brazil brojler csirke*: 12 148 km-t utazott, 2199 g CO₂ (= 1224 liter) kibocsátás történt. Ez *81x több*, mint a magyar csirke esetében (27 g CO₂).

9. kérdés: *Agojama fűrógép (kínai)*: 17 988 km-t utazott, 7700 g CO₂ (= 4288 liter) kibocsátás történt. Ez *95x több*, mintha magyar lenne.

10. kérdés: *Metabo fűrógép (német)*: 868 km-t utazott, 687 g CO₂ (= 382 liter) kibocsátás történt. Ez *8,5x több*, mintha magyar lenne.

6. feladat. Milyen háztartási gépeket használunk otthon?

A fontossági sorrend így alakul az egyes csoportoknál (1. sor: legfontosabb, 4. sor: felesleges termék):
A sorrend csak javaslat, érvelhetünk más sorrend mellett is!

1. csoport	2. csoport	3. csoport	4. csoport
1. hűtő	porszívó	gáztűzhely	mosógép
2. vasaló	turmixgép	mikrohullámú sütő	habverőgép
3. bluetooth hangszóró	páramentesítő	okostelefon	TV
4. hajszűtő vas	digitális képkeret	elektromos fogkefe	elektromos krumplihámozó