



Bohaterowie Klimatu nie marnują jedzenia

2023-02-21

W ramach rozpoczętej w roku ubiegłym inicjatywy edukacyjnej, skierowanej do uczniów szkół podstawowych pn. *Akademia Bohaterów Klimatu* odbył się cykl warsztatów żywieniowych, które poprowadziła edukatorka ekologiczna, dziennikarka i autorka książek Sylwia Majcher.

Zajęcia odbyły się w Zespole Szkół Gastronomicznych nr 2 w Krakowie w dniach 13-17 lutego i wzięli w nich udział uczniowie młodszych klas 10 szkół podstawowych. W ich trakcie uczestnicy dowiedzieli się, jaki wpływ na klimat mają nawyki żywieniowe, a wiedzę o niemarnowaniu żywności sprawdzili w praktyce.

Prowadząca zajęcia doradziła uczniom, na co zwracać uwagę w kuchni przyjaznej dla planety. Dzieci prześcigały się w wyszukiwaniu warzyw i owoców charakterystycznych dla każdej pory roku. Dowiedziały się, że warto wybierać sezonowe owoce i warzywa, np. nowalijki gdy nastanie wiosna a podczas zakupów dawać szansę tym owocom i warzywom, które niekoniecznie są atrakcyjne wizualnie, ale za to smakują wyśmienicie, jak np. dojrzały banan. A wszystko po to, by ograniczyć skalę marnowania jedzenia w naszym kraju, gdzie rocznie na wysypiska trafia go prawie 5 mln ton (głównie z gospodarstw domowych). Takie świadome, indywidualne wybory są korzystne dla środowiska i w dużej skali mogą przyczynić się do ograniczenia emisji gazów cieplarnianych, odpowiedzialnych za postępujące ocieplanie Ziemi i zmiany klimatu. W trakcie spotkania Sylwia Majcher podkreślała także znaczenie odpowiedniej diety, którą powinniśmy tak komponować, aby zawierała wartościowe energetycznie składniki, poprawiające nie tylko nasze zdolności fizyczne ale także umysłowe, kluczowe w procesach uczenia się i zapamiętywania.

Podczas części praktycznej uczestnicy wspólnie z uczennicami szkoły gastronomicznej przygotowywali smaczne i zdrowe posiłki ze składników, które często pozostają zapomniane w naszych lodówkach i spiżarkach: m.in. burgery z ciecierzycy, buraków i kaszy jaglanej z pesto ze zmarniałych ziół i własnoręcznie zrobionymi bułeczkami a także owoce pod kruszonką. Ich przygotowanie nie wymaga wielkich umiejętności oraz dużej ilości czasu, dlatego uczniowie będą mogli je z łatwością dodać do swojego codziennego jadłospisu.

Warsztaty żywieniowe miały za zadanie uwrażliwienie uczestniczących w nich uczniów na problem marnowania żywności ale także zachęcenie do podejmowania innych, klimatycznych wyzwań. Wskazówką w tych poszukiwaniach może być dla nich podręcznik Akademii pt. [Elementarz Bohaterów Klimatu](#), który uczestnicy otrzymali. Zawiera on inspirujące i kształtujące zadania.

Akademia Bohaterów Klimatu to kolejny, miejski projekt edukacyjny, realizowany w ramach kampanii promocyjno-informacyjnej *Kraków w dobrym klimacie*, dedykowany uczniom klas 1-3 szkół podstawowych. W ramach pierwszej jego edycji w okresie od grudnia 2022 do czerwca 2023 odbędzie się 6 spotkań, podczas których uczestnicy będą mieli okazję poprzez gry, doświadczenia i spotkania poznawać różne zagadnienia klimatyczne. Odwiedzą także Centrum Edukacji Ekologicznej Bielany (prowadzone przez Wodociągi Miasta Krakowa), krakowską Ekospalarnię a także [Krakowskie Centrum Edukacji Klimatycznej](#) nowy, stały punkt na mapie edukacji klimatycznej Krakowa.