

„Nulla hulladék ebéd”



A nulla hulladékot termelő ebéd megszervezésével megmutathatod a résztvevők számára, hogy miként alakíthatják át mindennapjaikat úgy, hogy az étkezéshez kapcsolódóan keletkező csomagolási hulladék mennyisége jelentős mértékben csökkenhető legyen. A „Nulla hulladék ebéd” akció esetén a cél az, hogy csökkentsük, és végül teljesen megszüntessük az így keletkező csomagolási hulladékot. Nehéz feladat elérni, hogy ételünk csomagolásához kötődően semmi se kerüljön hulladéklerakóra vagy hulladékégetőbe, ezért „Nulla hulladék ebéd” célja ennek a mennyiségnek a lehető legnagyobb mértékű visszaszorítása.

Nulla hulladékot termelő ebédeket bárki szervezhet és számos különböző közönséget célozhat meg, játékos, versenyztető formában is: iskolásokat, munkavállalókat, felnőtteket. Az alapelv változatlan: A nulla hulladék ebéd azt jelenti, hogy nem keletkezik hulladék sem az étel **csomagolásából**, sem pedig magából az **élelmiszerből**. Ehhez alapos tervezés, előrelátás és megfelelő eszközök szükségesek.

A hulladék mentes ebéd könnyen „Nulla hulladék vacsorává” vagy piknikké is alakulhat.

Célok

- ▶ Felhívni az európai polgárok figyelmét a csomagolási hulladék napi szinten való csökkentésére
- ▶ Felhívni az európai polgárokat a csomagolás és élelmiszer-hulladék csökkentésének jó szokásaira

Mit jelent ez?

- ▶ A „Nulla hulladék ebéd” azt jelenti, hogy nem keletkezik hulladék sem az étel **csomagolásából**, sem pedig magából az **élelmiszerből**.
 - Bizonyos körülmények között ez nem mindig lehetséges. Viszont így is fontos, hogy törekedjünk erre, ésszerűen és tudatosan használjuk a csomagolást, és lehetőség szerint figyeljünk arra, hogy elkerüljük a felesleges hulladék keletkezését.
- ▶ „Nulla hulladék ebéd” megszervezéséhez különböző lehetőségek állnak rendelkezésre: a résztvevők mindegyike úgy készíti el saját ételét, ebédjét és viszi munkahelyére, iskolába, közösségébe, hogy az nem jár csomagolási és élelmiszerhulladék keletkezésével – azaz, ami marad utána, az nulla..., vagy közösen is elkészíthetők az ételek, hulladékká váló csomagolóanyag használata nélkül.

További tippéért és útmutatást nyújtó hivatkozásokért tekintse meg a „További tudnivalók” című bekezdést.

Mire is van szükség?

- ▶ Egy **helyszínrre: otthon, az irodában, az iskolában, vagy bármely, étkezésre alkalmas helyszínen (ezt az eseményt kell majd regisztrálnod az esemény honlapján)**
- ▶ **Tájékoztató és ismertető anyagra:** Népszerűsítsd a „Nulla hulladék ebédet” plakátok stratégiai pontokon való kihelyezésével vagy egyéb kommunikációs csatornákon. Tájékoztasd a célcsoportot az akció céljáról és lebonyolításának módjáról szóló ismertetővel ([Tips to reduce packaging waste in your everyday life](#)).
- ▶ A megfelelő **eszközökre:** újrahasznosítható uzsonnás dobozok, italos dobozok és evőeszközök; textilszalvéta, adagoló eszköz, ha van.

Az akció előkészítése

Legalább egy hónappal az Európai Hulladékcsökkentési Hét előtt

- ▶ Határozd meg a célközönst: Kiket szeretnél elérni, kiket szeretnél bevonnai a „Nulla hulladék ebéd”? akcióba? Diákokat, a szüleiket vagy a tanárokat? Esetleg munkatársaidat? Az egész környezetet? A lakosságot a szomszédságban/településen/városban?
- ▶ Hogyan szeretnéd, tudod elérni őket? Hogyan tudod tájékoztatni őket az akcióról?
- ▶ A célközönstől függően: dönts az akció helyszínéről: : Hol szeretnéd megszervezni a „Nulla hulladék ebéd” akciót: Otthon, iskolában, ebédlőben? A hivatalban? A boltban? A büfében?
- ▶ Készíts a helyszín és a célközönsted számára releváns plakátot a „Nulla hulladék ebéd” hirdetéséhez.
- ▶ Készíts vagy szerezz be tájékoztató anyagot a nulla hulladék ebéddel kapcsolatos szabályokról. Ihletet meríthetsz a [Gyakorlati útmutató a „Nulla hulladék ebédhez”](#) és a [Tipppek a csomagolási hulladék csökkentéséhez](#) című kiadványainkból. Használd a közösségi oldalakat, vagy küldd el e-mailben, illetve nyomtasd ki és add át személyesen az információkat célcsoportodnak.
- ▶ *Lehetőség: A „Nulla hulladék ebéd” megvalósítása előtt a résztvevők kitölthetik a [Hulladék-naplót](#), hogy felmérhessék, szembesüljenek azzal, hogy általában mennyi hulladékot termelnek.*
- ▶ Hívd meg a célközönst egy megbeszélésre, tájékoztasd őket az akció lényegéről, tegyenek javaslatokat, tegyék közösségi élménnyé a közös akaratot.

Egy vagy két héttel az Európai Hulladékcsökkentési Hét előtt

- ▶ Népszerűsítsd akciódat valamennyi kommunikációs csatornán, emlékeztess az emberekre a rendezvényre és hívd meg őket újból, inspiráld őket, hogy vegyenek részt az akcióban.
- ▶ Világosan ismertessd a szabályokat a résztvevőkkel, készüljenek a Hét során ennek betartására.

Az akció lebonyolítása

- ▶ Bonyolítsd le a „Nulla hulladék ebéd” akciót.
- ▶ Használd fel a rendezvényt arra, hogy ismertessd az étel- és a csomagolási hulladék keletkezés problémáját, összefüggéseit, ismertessd és cseréljétek tapasztalatokat, miként csökkenthetik az ételmaradék és csomagolóanyagokból származó hulladék mennyiségét mindennapi életükben.
- ▶ Készíts képeket és videókat – a résztvevők engedélyével, amely arra is vonatkozzék, hogy ezek nyilvánosságra hozatalához hozzájárulnak
- ▶ *Lehetőség: Ha kitöltötték a résztvevők a [Hulladék-naplót](#), tekintsetek át az eredményeket és beszéljétek meg együtt.*
- ▶ Az ételmaradék és csomagolási hulladék megelőzés fokozása érdekében versenyt is indíthatsz a „Nulla hulladék ebéd” kapcsán, hogy kiderüljön, ki termelte a legkevesebb - ételmaradék és csomagolóanyagokból származó - hulladékot a résztvevők közül.
- ▶ Beszéljék át a hulladék megelőzése érdekében megfogadott tanácsokat, és álljatok elő új ötletekkel, javaslatokkal

Eredmények értékelése és visszajelzés küldése

Az Európai Hulladékcsökkentési Hét után

- ▶ Adj visszajelzést az Európai Hulladékcsökkentési Hét nemzeti koordinátora felé: a résztvevők számáról, a korábbihoz képest történt mennyiségi változásokról,
- ▶ Küldj képeket és videókat akcióról (a közzétételre vonatkozó feltételek betartásával)
- ▶ Néhány héttel az akció után, beszéljess a rendezvény résztvevőivel a hosszú távú eredmény, a jó gyakorlatok fenntarthatósága érdekében



További információk

- ▶ Vállalt akciódat oszd meg az alábbi webhelyen is: www.ewwrcommitment.eu
- ▶ [Tips to reduce packaging waste](#)
- ▶ **Információs anyagok**
 - [Practical guide for a Zero Waste Lunch](#)
 - [Zero Waste Nerd](#) or [Zero Waste Chef](#)
 - [WRAP Report: Consumer Attitudes to Food Waste and Food Packaging](#)
 - [Food Ethics Council: Food Packaging Beyond Reduction](#)
 - [Stop Food Waste](#)
- ▶ **Kapcsolódó dokumentum:** [Hulladék-napló](#) (kitölteni) es [Hulladék-napló](#) (nyomtatni)
- ▶ **Esettanulmányok**
 - [Less waste, thanks to me/Minder afval, dankzij mij](#)(NL)
 - [Réduisons les emballages de nos goûters \(Let us reduce the packagings of our snacks\)](#)(FR)
 - [0 Waste lunch](#)(FR)
- ▶ **Európai Hulladékcsökkentési Hét:** www.ewwr.eu contact@ewwr.eu [Facebook](#) [Twitter](#)

