**KISLÁBNYOM ENERGIATAKARÉKOSSÁGI VERSENY**

1. **szorgalmi feladat avagy „CO2 kihívás”: Klímabarát ünnepi menü**

November van, lassan mindenki kezd készülődni a Karácsonyra és egyéb ünnepségekre…

Tél lévén, a klímabarát életmód eleve kihívásokkal teli, hisz az évszak adottságai miatt sokat fűtünk, világítunk, és a biciklire sem annyira szívesen ülünk fel.

De hogyan tudnánk mégis az ünnepeket klímabaráttá, energiatakarékossá tenni? Ebben a szorgalmi feladatban, CO2 kihívásban, az ünnepi menüre szeretnénk irányítani a figyelmet… Lehet vajon az is klímabarát?

**A feladat:**

**Klímabarát ünnepi menü összeállítása a család tagjai (és esetleges vendégei) számára december 25-re[[1]](#footnote-1)!**

* A menü tartalmazzon minimum reggelit, ebédet és vacsorát. Az ételek, fogások száma szabadon választható.
* A fő ünnepi étkezés *(ebéd vagy vacsora)* min. 3 fogására *(előétel/leves, főétel és desszert)* pontos receptet *(összetevők, mennyiségek és hány főre)* és elkészítési útmutatást is kérünk!
* Kérjük, röviden (1-2 bekezdésben) indokolják, hogy miért a megadott menüt választották, miért gondolják, hogy ez az ételsor és elkészítési mód jelenti a leginkább környezet- és klímabarát, energiatakarékos megoldást!

**A feladat értékelésének szempontjai:**

1. **szakmai megfelelőség** – mennyire felel meg a klímabarát életmód szempontjainak az összeállított menü és elkészítési módszer? Ezt az indoklás mennyire jól fejti ki, támasztja alá?
2. **kreativitás** – mennyire ötletes, élvezhető és változatos az összeállított menü?
3. **kivitelezés** – mennyire színes, szépen összeállított és szerkesztett a beküldött feladat. Itt jutalmazzuk, ha a beadványokat **saját készítésű** képekkel, esetleg rajzokkal illusztrálják a háztartás tagjai ☺

**A feladat beküldése:** [www.kislabnyom.hu](http://www.kislabnyom.hu) honlapon keresztül

**Beküldési határidő:** **2011. december 15.**

**Formátum:** Word, Excel, PDF *(doc docx xls xlsx pdf)*

**Max. fájl nagyság:** 3 MB

**A legjobb megoldásokat** közzétesszük a [www.kislabnyom.hu](http://www.kislabnyom.hu) honlapon, valamint a Kislábnyom hírlevélben bemutatjuk, és bekerülhetnek a projekt záró, nyomtatott kiadványába is!

**!** Ezen kívül, természetesen, **a szorgalmi feladatok megoldásával extra pontokat lehet szerezni** a

[Kislábnyom Energiatakarékossági Versenyben](http://kislabnyom.hu/hir/verseny)!

**Inspiráció és háttérirodalom a feladat elkészítéséhez a következő anyagokban és helyeken található:**

1. A **Kislábnyom hírlevél** különböző számai:

<http://kislabnyom.hu/category/letoltheto-anyagok/hirlevel>

és:

<http://kislabnyom.hu/nagycsalad-kislabnyom/letoeltheto-anyagok/43-hirlevel.html>

1. **Projekt kiadványok**:

* Klímabarát háztartások – Útmutató családoknak:

<http://kislabnyom.hu/sites/default/files/letolt/csaladi_utmutato_web_1.pdf>

* Klímabarát háztartásoktól a klímabarát közösségekig – Útmutató szervezőknek:

<http://kislabnyom.hu/sites/default/files/letolt/koordinator_utmutatoii_web.pdf>

* Nagycsalád – kis lábnyom projektzáró kiadvány:

<http://kislabnyom.hu/nagycsalad-kislabnyom/letolt/zarokiadvany.pdf>

1. **Klímatudatos irodalom a projekt honlapon** (folyamatosan bővítjük!):

<http://kislabnyom.hu/klimatudatos-irodalom>

1. **Mit együnk, hogy jól legyünk?** c.kiadvány**:**

<http://www.nyitottkert.hu/?q=lae-kiadvany>

1. **A kerttől a konyháig – a tudatos szakács könyve** c. kiadvány:

<http://vedegylet.hu/doc/szakacskonyv_2-47.pdf>

1. Vagy ha a háztartásban nem a karácsony a legjelentősebb téli ünnep, más ünnepnap is választható! [↑](#footnote-ref-1)