



WWF

MATERIAL
EDUCATIV

RO

2021

CALENDAR ANUAL

- Ziua zero risipă alimentară
- Ziua mâncării pregătite acasă
- Ziua fructelor
- Ziua dietei durabile

LUME ALIMENTE ZI 16 octombrie	Plantează o legumă sau o plantă aromatică.	Pregătește-ți un pachetel pentru școală care să aibă mărimea și cantitatea perfectă pentru tine.	Concurs de idei: „ACELEAȘI fructe și legume, dar un mod NOU de a le pregăti”.	Creează un quiz despre mâncare sustenabilă (sănătoasă pentru tine și pentru planetă).	Provocarea sandwichului fără carne: câte rețete delicioase poți găsi?	Gătești pe rând acasă și aduceți gustări pentru restul colegilor.	Faceți „bombe cu semințe” și aruncați-le în grădina școlii.	Dacă vă rămâne mâncare după o petrecere de la școală, donați mâncarea bună care a rămas.		
„DI. Morcovos-năsos” sau „Prințesa Brioșă”. Botezați un fel de mâncare și astfel vă va fi și mai dificil să-l aruncați.	Rețetă multiculturală. Puteți combina ingrediente locale pentru a crea o pizza?	Mănâncă ceva plantat chiar de tine!	Pune-ți pachetelul pentru școală într-un ambalaj ecologic. Dacă ți-a mai rămas mâncare, ia-o înapoi acasă (nu o arunca).	Organizați un concurs de gătit. Cine e Masterchef la voi în clasă? Cea mai gustoasă mâncare câștigă!	Regele/Regina pachetelului sustenabil (de azi)!	Fii un grădinar iscusit! Află diferite trucuri pentru grădinărit și împărtășește-le cu colegii.	Aduceți un pachetel pe care l-ați pregătit singuri! Înceercați o rețetă raw-vegană.	Crează un cureubeu (din fructe și legume) în farfurie.		
Ține un jurnal săptămânal în care notezi ce mâncare aruncați. Gândește-te ce ai putea face diferit și împărtășește-ți ideile cu familia!	Creeți un design de sort de bucătărie pentru copii.	Să facem rime hip hop despre mâncăruri ecologice.	Creeți o cutie sau un borcan de compost în clasă.	Organizați la școală un târg de mâncare făcută în casă.	Planifică-ți pentru săptămâna viitoare ce mâncare vei lua la școală ca pachetel. Le vei face o surpriză grozavă părinților!	Crează un quiz „Fruct sau legumă?”	Atunci când este ziua voastră, aduceți colegilor un desert făcut în casă.			
Premiul pentru „Ambasadorul gustării ecologice în cancelarie” – cei mai mulți profesori convertiți.	Mănâncă jumătatea bună dintr-un fruct pe jumătate stricat!	Premiul pentru „Ambasadorul gustării ecologice acasă” – cei mai mulți membri de familie convertiți.	Mergeți la magazin și identificați fructele și legumele din import și cele care nu sunt de sezon.	Premiul pentru „Ambasadorul gustării ecologice la școală” – cei mai mulți elevi convertiți.	Creeți un design de bonetă de bucătar pentru copii.	Mergeți la piața de legume, sau invitați la școală un vânzător (ba chiar un producător) de fructe și legume.	Ziua „Voi găti pentru familia mea”? Cum a fost?	Identificați o greșală pe care o fac părinții voștri în legătură cu mâncarea sustenabilă (ecologică). Spuneți-le și lor. Prezentați colegilor ce ați descoperit.	Organizați o discuție despre dietele sustenabile (sănătoase pentru noi și pentru planetă) cu un fermier, un medic nutriționist și un blogger culinar.	
Expoziție foto la școală: fotografiile artistice cu mâncăruri făcute în casă.	Leșiți la o plimbare cu clasa și priviți în jur: ce este comestibil?	Graficul de vitamine și minerale al fructelor și al legumelor.	Organizați o petrecere cu mâncare sustenabilă la școală, împreună cu familiile.	Implică întreaga familie într-o zi zero risipă alimentară. Sau poate chiar o săptămână?	Leșiți în curtea școlii și identificați insectele! Albinele, fluturii, buburuzele sunt polenizatori și protejează plantele împotriva dăunătorilor.	Ziua gustărilor extraterestre.	Detectivii zero risipă! Verificați dacă sunt resturi de alimente aruncate în coșul de gunoi. Investigați cine a fost făptașul și implicați-l în activități creative de a reduce risipa.	Inventați o rețetă în 4 pași. Creeți benzi desenate cu 4 imagini.	Ziua de „Gătit cu resturile de mâncare”.	
Rețetele bunicii. Căutați rețete secrete și împărtășiți-le colegilor de clasă.	Găsește moduri noi să pregătești și să te bucuri de o parte din mâncarea pe care de obicei o aruncați. De pildă, ai auzit de budinca de cozonac?	Mâncare făcută în casă în secolul XXII. Imaginați-vă și prezentați-o în mod creativ.	Organizați o Expoziție cu portrete de Fructe și Legume haioase!	Creeți un boardgame „De unde provin alimentele: Fermă sau Fabrică?”	Ziua ștampilelor din cartofi.	Fiecare elev aduce un fruct. Cu toate fructele din clasă faceți o salată de fructe uriașă. Măncați și bucurați-vă împreună!	Ziua „În care gătim mâncarea preferată a mamei/tatălui?”	Concurs de idei și rețete de mâncare zero risipă.	Creeți un boardgame „Unde cresc fructele și legumele?”	La coaja unui fruct sau a unei legume și găsește o modalitate de a o refolosi. Adu-o în clasă și împărtășește cu colegii.
	Ziua de gătit împreună cu un prieten. Nu uitați să spălați vasele!	Concurs de metode de conservare a alimentelor. Cine poate găsi cele mai multe metode?	Oferiți colegilor de clasă să guste un aliment conservat acasă.	Alegeți să respectați o zi vegană sau fără carne la școală.	Ziua „Rețetelor pentru cei flămânzi”.	Expoziția de artă creată din fructe.				

COSUL DE PICNIC

ZIUA MONDIALĂ A MEDIULUI
5 iunie

