



## Zöld Húsvét, színes tojással, természetesen!

A Húsvét csillogó jele annak, hogy végre ismét itt a tavasz. Ilyenkor feléledünk mi is a természettel, ami jó alkalom arra, hogy tudatosabban fogjunk hozzá a készülődésnek, s igyekezzünk fenntarthatóan ünnepelni. Mit tehetünk, ha zöldebb Húsvétra vágyunk, mialatt nem sokkal nagyobb ökológiai lábnyomot hagyunk magunk után, mint a húsvéti csibék? Ehhez az alábbi ötletekkel, hasznos információkkal szeretnénk hozzá járulni:



- **Zöldség- és gyümölcsalapú festékekkel** is pompás színű tojásokat festhetünk, anélkül, hogy szennyeznénk a környezetet - és így később nyugodtan meg is ehetjük a tojásokat:
  - Piros szőlőlé (lilához)
  - Vöröskáposzta (kékhez)
  - Spenót (zöldhöz)
  - Sárgarépa, narancs- vagy citromhéj (sárgához)
  - Kávé vagy dióhéj (barnához)
  - Cékla, vagy áfonya (rózsaszínhez)
  - vöröshagyma héja (piroshoz, narancssárgához)

- Ellenőrizzük, hogy a **tojások ökológiai gazdaságokból származnak-e**, ahol a kotlókat egészséges étellel és környezettel látták el. Ezért válasszunk biotojásokat, vagy a szabad tartásos változatot, amit vagy a dobozáról, vagy a tojásra ütött számból (kezdő szám 0: biogazdaságból, vagy 1: szabad tartásos) ismerünk meg.
- Az **ünnepi menü összeállításakor válasszunk idényzöldségeket**, melyeket a legközelebbi helyi piacon is beszerezhetünk: cékla, spenót, újhagyma, medvehagyma, sárgarépa, alma. Természetesen, az **energiatakarékos főzési módszerek** alkalmazásáról sem érdemes megfeledkezni.
- **Vásároljunk kevesebbet!** Egy ideje ez az ünnep is a lázas vásárlásról és a drága ajándékokról kezd szólni, ahelyett, hogy szereteteinkkel töltenénk egy hosszú, tartalmas hétvégét.



A húsvét **hétfőjét** jó idő esetén **próbáljuk a szabadban tölteni**, kirándulni. Esetleg el is mehetünk ellesni a tojásfestés művészeiből Mezőkövesden a Matyó húsvéton, illetve vödör víz elől is menekülhetünk Hollókővön a Húsvéti Fesztiválon (csak hölgyeknek), miután megnéztük az egyéb hagyományörző műhelyeket, programokat!

### Top tipp haladóknak

Amennyiben felelősséget érzünk hozzátartozóink egészsége és a kakaóbab termesztők munkakörülményei iránt, **válasszunk fair trade és bio csokoládékat**, lehetőleg minél magasabb kakaótartalommal (egészségesebb, és nem bír belőle az ember olyan sokat enni) és a lehető legkevesebb csomagolással!

### Amit még megtehetünk

Gondoskodjunk arról, hogy **minél természetesebb dekorációban** tálaljuk a megfestett tojásokat. A fonott kosarakban igazi fűvel, viragokkal, barka ágakkal, újságpapírból vágott fűszálakkal ágyazzunk meg a tojásoknak.

További dekorációs ötletek [itt találhatóak](#), valamint [itt](#).

### Tudtad?

- A legtöbb csokoládégyár **pálmaolajat használ** termékei előállításához, ezért a pálmaültetvényeket számos helyen a világban az **esőerdők helyére telepítik**.
- Pár évvel ezelőtt a Channel 4 tévécsatorna dokumentumfilmje arra hívta fel a figyelmet, hogy az elefántcsontparti **kakaóültetvényeken** igen elterjedt a **gyermekmunka alkalmazása**, ahol a világ kakaótermésének 43 %-át termesztik.



### További ötletek, tippek találhatóak:

- Kislábnym Hírlevél 18. száma - **40 napos húsvéti klíma(energia)-böjt**
- Kislábnym Hírlevél 60. száma - **Hogyan szervezhetünk energiatudatos húsvéti locsoló bulit?**

**Források:** <http://www.diverziti.hu/531/oko-husvet-tippek-es-otletek/>; (Letöltés ideje: 2015 márc)  
<http://www.sheknows.com/holidays-and-seasons/articles/828431/eco-friendly-easter-eggs>;  
<http://tudatosvasarlo.hu/cikk/kakaos-problemak>

**A tippek és ötletek forrása a Kislábnym Hírlevél 71. száma.**

## Hasznos információk, kapcsolat

Szerkeszti: Vadovics Edina  
Közreműködött: Antal Orsolya, Vadovics Kristóf és Vásárhelyi Csenge

Design: Iconica Bt.

**Szerkesztőség:**

GreenDependent Egyesület

2100 Gödöllő, Éva u. 4.

Telefon: 06-28/412-855

E-mail: [info@greendependent.org](mailto:info@greendependent.org)

Honlap: [www.kislabnyom.hu](http://www.kislabnyom.hu)

[www.greendependent.org](http://www.greendependent.org)



**A GreenDependent Egyesület a következő szakmai szervezet tagja:**

Resource Cap Coalition  
(Európai Koalíció az Erőforrás Használat Csökkentéséért)

resourcecapcoalition

