

EKO-Espero, część pierwsza.

24. lipca 2021 roku w siedzibie Europejskiego Centrum Edukacji Międzykulturowej odbyło się pierwsze spotkanie w ramach projektu „EKO-Espero”. Projekt jest dofinansowany z budżetu Urzędu Marszałkowskiego Województwa Dolnośląskiego i promuje działania ekologiczne, nie tylko teoretyczne, ale i praktyczne.

Jeszcze przed jego rozpoczęciem program cieszył się dużym zainteresowaniem. Dlatego organizatorki dopuściły do udziału w nim trochę więcej osób niż planowały, ale zgodnie z wszelkimi zasadami bezpieczeństwa w okresie panującej pandemii.

Prowadzące spotkanie spróbowały obudzić świadomość ekologiczną publiczności i wspólnie odpowiedzieć na pytanie: „Czy ekologia to jeszcze moda czy już nasz obowiązek?”. Rozmawiano o tym jak rozsądnie robić zakupy, oszczędzać wodę i energię a przede wszystkim nie marnować żywności...



Zaproponowane potrawy uświadomiły zebranym, że często można wykorzystać wszystkie jadalne części warzyw (jak listki rzodkiewki, młodej marchewki czy skórki bobu), udowadniając w ten sposób naszą zaradność i nie marnowanie żywności (ciasto z resztek chleba, smoothie z pozostałych warzyw i owoców). Aby ograniczyć emisję gazów cieplarnianych, za



które w dużej mierze odpowiada hodowla zwierząt zaproponowano zdrowe zamienniki mięsa.

Podczas spotkania skupiliśmy się też na odpowiedniej dla seniora gimnastyce i relaksacji, bo ruch jest nam bardzo potrzebny aby po pandemii nie borykać się z chorobami spowodowanymi małą jego dawką.



Spotkanie upłynęło w miłej atmosferze i wzbudziło duże zainteresowanie – były ciekawe rozmowy, dyskusje i dzielenie się swoimi doświadczeniami i propozycjami. To pierwsze spotkanie już pięknie pokazało kształtowanie postawy odpowiedzialności wg. zasady „każdy coś daje a nie tylko bierze”. Uczestnicy chętnie deklarowali pomoc w przygotowaniu sali czy podawaniu potraw. Joasia przyniosła z własnego ogrodu pyszne porzeczki i agrest a Irenka upiekła „chleb życia”.

Kolejne spotkanie 21. sierpnia (liczba miejsc ograniczona – tylko na zapisy).
Zapraszamy.
EKO-Grupa



Projekt realizowany w Programie
Dolnośląskie Małe Granty
ze środków budżetu Zarządu
Województwa Dolnośląskiego

