

Zöld infó - 2023. október

Zöld cikkek (könyv és cikkajánlók)

Mengyán Eszter: Helló, slow fashion!: Környezettudatos ruhatár lépésről lépésre

A fenntartható divat sokkal többet jelent a textíliák létrehozásánál és annál, hogyan kezeljük az elkészült termékeket. Ezzel a definícióval a divat egész rendszerét határozzuk meg: a textilgyártástól kezdve a kreatív iparágon át az értékesítéssel foglalkozó területekig.

Átvilágítva a folyamatokat mára már sokan belátták, hogy baj van. A fast fashion kínálta ruhaáradat rengeteg problémát szül, rendszere fenntarthatatlan. A környezettudatos öltözködés ezzel szemben együtt jár a lassulással, a mérlegeléssel, az életmódunk átalakításával. Ez a változás pedig nagyon felszabadítóan hat.

A könyv célja, hogy segítsen az első lépésekben: hogyan tegyük fenntarthatóbbá a ruhatárunkat, milyen megoldások léteznek jelenleg, milyen fordulópontokra számíthatunk a jövőben.

<http://katalogus.dfmk.hu/cgi-bin/tlwww.cgi?show=b255375>



Goodall, Jane – Abrams, Douglas : A remény könyve: Túlélési útmutató veszélyeztetett bolygónk számára

Egy legendás környezetvédő. Egy életem át tartó küzdelem a természetért. Egy létfontosságú üzenet a reményről.

A remény könyvében a természetnek szentelt életútján szerzett tapasztalatait osztja meg velünk Jean Goodall. Beavat minket abba is, hogy miért rendületlen a természet világába és az emberiségbe vetett hite. A könyv társszerzőjével, Douglas Abrams-szel folytatott beszélgetései felelevenítik utazásai és aktivista tevékenysége megannyi epizódját, új megvilágításba helyezve korunk nagy krízisét, az éghajlatváltozást.

A világunknak sosem volt még ekkora szüksége a reményre. Korunk egyik legszeretettebb emberének a könyve megmutatja, hogy hatalmas problémáink ellenére is reményt meríthetünk magából a természetből.

"Egy nő, aki a feje tetejére állította a zoológia világát." - David Attenborough

"Egy igazi hős." - Greta Thunberg

<http://katalogus.dfmk.hu/cgi-bin/tlwww.cgi?show=b258042>



Podcast ajánló

Retextil, textil-újrahasznosítás, hulladékmentes ruhakészítés és divat

Kocsis Angéla civil érdeklődőből lett a hulladékmentes ruhakészítés követője. A beszélgetés során szóba kerül a főtérés/retextil technika, amellyel minden anyagot újra lehet használni, valamint előtérbe kerül a fenntartható divat, a slow fashion.

<https://open.spotify.com/episode/0lFd5q16C6paf1ZgdFOv3C>

A hónap különleges növénye: *Philodendron Pink Princess*



A növény gondozása:

Fényigény: Közepes vagy alacsony fényigényű növény. Jól bírja az árnyékos vagy részlegesen árnyékos helyeket, és kerülni kell az erős, közvetlen napsütést.

Öntözés: Szereti a mérsékelt öntözést. Akkor kell locsolni, amikor a talaj felső rétege kiszáradt. Ügyelj arra, hogy ne áztasd túl a növényt, mert a túlzott vízhatás gyökérrothadáshoz vezethet!

Páratartalom: Magas páratartalmat igényel, ez az ideális számára. Ha a levegő száraz, használj párasítót vagy permetezd be rendszeresen a leveleket, hogy megemelkedjen a páratartalom.

Hőmérséklet: Az ideális hőmérséklet a számukra 18-24°C között van. Kerüld a hirtelen hőmérsékletváltozásokat és a hideg huzatot.

Átültetés: Általában évente vagy kétfévente szükséges.

Könyvtárunk új szolgáltatása:

2023 augusztusától egy új szolgáltatást készítünk elő, amelyet 2024. január 1-től vezetünk be első helyszínként a Deák Ferenc Megyei és Városi Könyvtárban.

Intézményünk elköteleződött a zöld szemlélet mellett. Könyvtárunk stratégiai tervében is fontos szerepet kapott a fenntarthatóság.

Célunk a helyi közösségekre, a vonzáskörzet lakosaira alapozva a tájfajta növényvilág megőrzése, a magok adományozásának és cseréjének segítése, az otthon termesztett haszon-, dísznövény és a hobbikertészkedési kedv erősítése, a növénynevelés lépéseinek támogatása, valamint a közösségépítés.

A magcserére épülő könyvtári szolgáltatás a helyi, honos növényfajták megbízható forrásból származó készletét bocsátja a kölcsönzők rendelkezésére. Csak vegyszermentes, saját kertből származó magokat gyűjtünk (zöldség, fűszer, gyógynövény, virágok, gyümölcs, gabona).

Kiszerezelt csomagolásban kérjük a magokat, kis tasakban vagy kis zacskóban – nagy magokból 6 db egy tasakba, kis magokból kb. 20. Visszahozatalhoz a fajt, fajtát, a magfogás évét, helyét, ha ismert, akkor a termesztési tapasztalatokról pár információt kérünk mellékelni, ha lehetséges, akkor fotót is a növényről, virágjáról és terméséről.

<https://dfmk.dfmvk.hu/hirek/magkonyvtar>

<https://javk.dfmvk.hu/hirek/uj-szolgaltatasunk-magkonyvtar>



Bolygónk megmentői (a növény és állatvilág védelmezői): **Greta Thunberg**

Greta Tintin Eleonora Ernman Thunberg (Stockholm, 2003. január 3. –) svéd éghajlatváltozás-aktivista. 2019-ben tett szert nemzetközi ismertségre, amikor több világkongresszuson és csúcstalálkozón is felszólalt, többek között az Egyesült Nemzetek Szervezetének egyik tárgyalásán is.

Az aktivizmust 2018-ban kezdte el, amikor Stockholmban, a svéd parlament előtt sztrájkolt, hogy azt erőteljesebb fellépésre szólítsa fel a klímaváltozással szemben. Nemsokára egyre több diák csatlakozott hozzá, 2019-ben például több mint egymillióan vettek részt egy általa szervezett demonstráción. Megalapította továbbá az Iskolasztrájk az éghajlatért nevű nemzetközi mozgalmat is.

2019-ben a Time magazin az Év Emberének választotta.

<http://katalogus.dfmk.hu/cgi-bin/tlwww.cgi?thshow=81146&xsearch=Szavak%3Dgreta+thunberg>

Októberben szezonális zöldségek és gyümölcsök:

Beköszöntött színpompás évszakunk, az ősz. Bár a természet lassan téli nyugovóra készül, a konyhában továbbra is pezseg az élet, az őszi betakarítású növények feldolgozása zajlik.

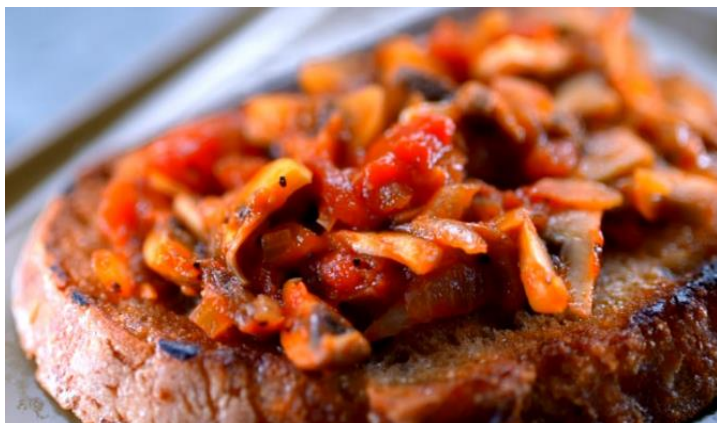
Érik a paradicsom, felszedhető a sárgarépa, a karfiol, a cékla és a hagyma, betakarítható a sütőtök és az édeskömény, friss szüretelésű alma, szőlő, körte, birs és dió kerül a piacra.



Forrás: <https://maradeknelkul.hu/edes-izes-osz/>

Receptek:

Hagyományos Svéd gombasaláta



Hozzávalók:

- 1 fej vöröshagyma
- 1-2 gerezd fokhagyma
- 2 evőkanál sűrített paradicsom
- 30 dkg csiperke gomba
- 2 darab babérlevél
- só, bors
- 1 darab biocitrom
- 1 evőkanál balzsamecet
- 1,5 dl hámozott paradicsom
- 1 evőkanál cukor

Elkészítés:

Apróra vágjuk a vöröshagymát és a fokhagymát, majd olívaolajon egy kevés sóval üvegesre dinszteljük. Adunk hozzá egy evőkanálnyi sűrített paradicsomot, amit óvatosan megpirítunk a hagymával elkeverve. Mikor elkezd pirulni a paradicsom, hozzáadjuk a felaprított gombát. Addig dinszteljük a gombát, amíg a kiengedett víz el nem párolog. Adunk hozzá egy nagy csipetnyi borsot és 2 db babérlevelet. Mikor a víz már elpárolgott, adunk hozzá hámozott paradicsomot, melyeket szét nyomkodunk. Adunk hozzá egy kevés citromhéjat és egy kevés balzsamecetet. Ízlés szerint sózzuk, ha szükséges, és egy kevés cukrot is adunk hozzá. Melegen, langyosan és hidegen is tálalható.

Recept és kép forrása: <https://egy.hu/gasztro/sved-gombasalata-111000#>

Sajtos-csirkés rakott brokkoli



- 1 db citrom facsart leve
- 700 g brokkoli
- 200 g rizs
- 2 evőkanál olaj
- 2 fej hagyma
- 4 gerezd fokhagyma
- 1 tk pirospaprika
- 1 mk őrölt kömény
- 500 g darált sertéshús
- 200 ml passata (passzírozott paradicsom)
- só, bors
- 400 g tejföl
- 1 ek liszt
- 1 db tojás
- 300 g sajt (füstölt sajt is lehet akár)

Elkészítés

A citromlevet forrásban lévő vízbe öntjük, és megsózzuk. A brokkolit rózsáira szedjük, 5 percre mehet a forrásban lévő vízbe, majd jéghideg vízben lehűtjük. A rizst kétszeres mennyiségű vízben megfőzzük. A finomra vágott hagymát az olajon megpirítjuk, jöhet rá az aprított fokhagyma. Felöntjük fél deci vízzel, és megszórjuk a paprikával és a köménnyel. Jöhet a darált hús, amit kicsit lepirítunk, majd felöntjük a passatával. Sózunk, borsozunk és felöntjük 1 deci vízzel, és kis lángon rottyogatjuk a húst, hogy megpuhuljon. Ha szükséges a további párolódáshoz, pótoljuk a folyadékot, de a legvégén elpároljuk a levét.

A tejfölbe szórjuk a lisztet, beleütjük a tojást, sózzuk, borsozzuk és csomómentesre keverjük. Egy magas falú tepsibe tesszük a brokkolit, egyenletesen szétosztva, erre jöhet a rizzsel összekevert darált hús, majd a tejföl és végül a reszelt sajt. 180 fokra előmelegített sütőben 35 perc alatt megsütjük.

Recept és kép forrása: <https://streetkitchen.hu/hust-hussal/rakott-brokkoli/>