

## Októberi „Zöld Gasztró” a PTE Zöld Egyetem Program szervezésében

Kedves Egyetemi Polgár!

***Október elsején ünnepeljük a Vegetarianizmus Világnapját, mellyel kezdetét veszi a vegetáriánus hónap - ami nemcsak a húsmentes táplálkozást jelenti, de 1977 óta etikai ünnep is, azaz a környezetvédelmi szempontok mellett az élőlényekhez való humánus hozzáállást is népszerűsíti, s néhány nappal ezt követi az Állatok Világnapja is. Tökéletes időszak, hogy kissé átértékeljük, mi kerül a tányérunkra, az milyen hatással van a szervezetünkre és a környezetünkre.***

Egyre több fórumon olvashatjuk és halljuk, hogy a hús- és tejfogyasztás csökkentése segítheti a klímaváltozás folyamatának lassulását. Ráadásul a növényi alapú táplálkozás is lehet isteni finom, ízekben gazdag, és a bolygónk mellett a saját egészségünknek is jót teszünk vele!

Szeretettel ajánljuk figyelmébe a PTE "Zöld Gasztró" programsorozatát a vegetáriánus október jegyében!



**„Azzá leszel, amit eszel! – gondolatok a táplálkozás és a fenntarthatóság kapcsolatáról”** címmel tart előadást Szabó Zoltán,

a PTE ETK Élelmiszer és Táplálkozástudományi Tanszékének tudományos segédmunkatársa az alábbi témában: mind a növekvő tudományos ismeretek, mind saját tapasztalataink szerint is egyre világosabb, hogy a fenyegető ökológiai válság sürgető változtatásokat kíván meg mindenkitől a globális környezeti katasztrófa túlélése kapcsán. Annak ellenére, hogy viszonylag kevesebbet hallunk felőle, az étrendi választásaink igen jelentős részben gyakorolnak hatást

környezetünk állapotára is. Az előadás célja annak bemutatása, hogy milyen módon kapcsolódnak össze az egészséges étrend jellemzői egy ökológiailag kedvezőbb étrendi mintázattal.

Az előadás helyszíne és időpontja: PTE ETK, Pécs, Vörösmarty u. 3. D10-D11 terem; 2022. október 13. (csütörtök) 16:00 óra [Regisztráció](#)

Szeretettel ajánljuk továbbá Faragó Írisz, Szabó Zoltán és Tálás András a Zöld Egyetem részére készült [táplálkozási ajánlás környezetvédelmi és egészségügyi szempontból](#) című kiadványát!

### **Húsmentek péntek a PTE Zöld Egyetem Program szervezésében**

Együttműködő partnereink: Room Bistro&Club, Teleky Bistro, Pécsi Vásárcsarnok vállalkozó kedvű bérlői

Részletes információ: [akciók és menüajánlatok](#)



### Pécsi Vásárcsarnok Túra - Nézz be a „színpalot” mögé is!

Vásárolj tudatosan, helyi termelőktől szezonális zöldséget, gyümölcsöt!

Jelentkez a vezetett Pécsi Vásárcsarnok Túrára a [zoldegyetem.pte.hu](http://zoldegyetem.pte.hu)-n weboldal található úrlapon keresztül.



Túranapok:

10.21. péntek 6.30-11.00 óra között (egy "túra" időtartama kb. 30 perc, időpontokat ld. Regisztrációnál)

10.27. csütörtök 8.00-12.00 óra között (egy "túra" időtartama kb. 30 perc, időpontokat ld. Regisztrációnál)



A PTE Zöld Egyetem Program és a RAKUN együttműködés keretében október 31-ig minden környezettudatosan gondolkodó polgár 50%-os kedvezményel "rakunozhat" egy hónapon keresztül, a listában szereplő éttermekben bárhol Magyarországon, a következő kuponkód felhasználásával: PTECSOMIMENTES

Ha még nem csatlakoztál, akkor regisztrálj a weboldalon, töltsd le az applikációt és próbáld ki a dobozolást: [www.rakun.hu](http://www.rakun.hu)

### „A tudatos vásárló vega uzsonnája” - vetélkedő

A vegetáriánus október és a húsmentes péntek jegyében "A tudatos vásárló vega uzsonnája" címmel receptversenyt hirdetünk a PTE Gyakorló Általános Iskola és Gimnázium 1. Számú Általános Iskolája (1. gyakorló), a PTE Gyakorló Általános Iskola és Gimnázium Deák Ferenc Általános Iskolája (2. gyakorló), valamint a PTE Gyakorló Általános Iskola és Gimnázium Babits Mihály Gimnáziuma tanulói részére.



Részletek és jelentkezés a [zoldegyetem.pte.hu](http://zoldegyetem.pte.hu)-n.