



PROJEKTIDÉER HUNGERSNÖD

FAKTA

- Bjuda in kunniga personer på området till ett klubbmöte, för att informera medlemmarna om hungersnöd, lokalt eller i världen.

AGERA // NYBÖRJARE

- Stödja den lokala matbanken, genom att donera tid, utrustning eller mat.
- Sammanställa en lista över möjliga insatser kring hungersnöd och dela med dig av listan till andra klubbar.
- Använda sociala media för att informera om hungersnöd bland barn, för att inspirera andra att bli involverade.
- Stå värd för ett evenemang med hälsosam mat i en skola, ungdomsgård, kyrka eller liknande. Bjuda in en dietist att tala vid evenemanget.
- Leverera näringsrik och lagad mat till äldre eller handikappade människor.
- **Servera mat vid soppkök eller härbärgen för hemlösa.**
- Donera till organisationer som tillhandahåller mat till undernärda barn.
- Ta med frukt och grönsaker till en skolklass. Förklara för barnen var maten kommer från och uppmuntra dem att prova olika sorters frukt och grönsaker.

AGERA // MELLAN

- Delta som frivillig för att skörda oplockad frukt och ej skördade grönsaker vid en gård eller odling.
- Stå värd för en information i en mataffär eller torghandel, där en dietist berättar om hälsosam och näringsrik mat.
- **Samarbeta med en lokal matbank, för att genomföra en insamling av mat som matbanken har behov av.**
- Sammanställa en kokbok med billiga, näringsrika och enkla recept.
- Samarbeta med den lokala skolan, för att tillhandahålla mellanmål som barnen kan äta under helgen.
- Sponsra en matlagningskurs för ungdomar, för att lära dem om matlagning och hälsosam mat.
- Skapa en resurs på nätet om inköp och planering av måltider, för att minska matsvinn.

AGERA // AVANCERAD

- Genomföra en undersökning av bra mat i samhället. Uppmuntra lokala myndigheter att förbättra förutsättningarna för bra mat.
- Använda medlemmarnas nätverk, för att förmedla kontakt mellan matbanker och företag i matbranschen för att skapa samarbete.
- Skapa ett program som stödjer elever som har behov av mat under skollov då det inte serveras någon mat i skolan.
- Skapa ett koloniområde på hemorten eller vid den lokala skolan, för att skapa intresse kring odlad mat.
- Erbjud försäljning av frukt och grönsaker i området.
- Samla frivilliga och erbjud transport till mataffären, matbanken eller soppköket, för dem som inte kan ta sig dit på egen hand.
- Skapa ett program för att föda upp kycklingar eller hålla höns. Om programmet producerar nya kycklingar kan programmet spridas till fler familjer.