

Navn:	Lavforbruksuke
Tema:	Miljø, klima, forbruk, fattigdom.
Formål:	Formålet med uka er å bevisstgjøre oss selv og andre om vårt høye forbruk i hverdagen, og sammenhengen mellom miljø, klima, forbruk, vår rikdom og andres fattigdom.
Gruppestørrelse:	Ubegrenset
Lydnivå:	Variierende
Tid:	1 uke
Plass:	Hele skolen
Ute/inne:	Ute og inne
Forberedelse:	Samarbeid med hele skolens personale (lærere, kjøkken/internat, vaktmester) slik at alle kjenner til hva som skal skje og er med på opplegget.
Utstyr:	
Aktivitetsnivå:	Middels
Beskrivelse av opplegg:	<ul style="list-style-type: none"> • Elevene (på en linje, eks Voluntør Ecuador på Stavern folkehøgskole) utfordres på å lage lavforbuksregler som skal gjelde for alle i løpet av uka. Reglene skal være utfordrende, men realistiske å følge (eks. kun 3 min. dusj-tid pr dag, kjøttfrie dager osv.). • I tillegg til et sett av regler som skal følges er det gjennom uka andre aktiviteter som setter miljø/klima/forbruk på dagsorden: eks morgensamlinger, middagsquiz, urettferdig dag (måltider og andre aktiviteter), filmkveld, lørdagsseminar. • I tillegg til fokus på <i>lavforbruk</i> settes også fokus på <i>etisk forbruk</i>, gjennom f.eks. Fairtrade og Changemaker-kampanjer i løpet av uka. • Uka kan avsluttes med seminar og elevkveld i tilknytning til tematikken. • Bruke tid på refleksjon med elevene når opplegget avsluttes.
Fallgruver:	Elever som boikotter opplegget. Viktig å motivere folk til å delta, legge det frem som en positiv utfordring.
Variasjoner/ideer:	
Kommentar:	Erfaringer viser at dette er et opplegg som elevene husker (alt som kan kjennes på kroppen huskes bedre), og som utfordrer elevenes holdninger og handlinger.
Kilde:	Kristin O. Alvarez, Stavern folkehøgskole.