

KRIZA TELESA

Dandanes se ljudje v Sloveniji sprašujejo samo še o finančni krizi. Ne vprašajo pa se, od kod hrana pride in kako to vpliva na njihovo zdravstveno stanje. Zato bi lahko rekli, da imamo zaradi take hrane krizo telesa.

Kot vsi vemo, temelji naše družbe stojijo na najmlajši generaciji ali na kratko na otrocih, kot stoji na njih tudi naša prihodnost. Zato jih moramo naučiti karseda veliko o zdravem življenjskem slogu. V ta namen v šolah enkrat letno organizirajo projekt tradicionalni slovenski zajtrk, ki se izvaja na dan slovenske hrane, 15. 11. 2013. Projektu se je pridružila tudi OŠ Domžale. Tradicionalni slovenski zajtrk sestavljajo mleko, med, maslo, črni kruh in jabolka lokalnih dobaviteljev. Projekt podpirajo številna ministrstva in Čebelarstva zveza Slovenije. Namen projekta je, da izobražuje, obvešča ter ozavešča učence o pomenu zajtrka, z njim želi poudariti pomen in prednosti lokalno pridelanih živil slovenskega izvora, poudariti pomen kmetijske dejavnosti za okolje, pomen čebelarstva za kmetijsko pridelavo ter splošno ozaveščati učence o pomenu zdravega načina življenja. Hrana, ki smo jo dobili pri tradicionalnem slovenskem zajtrku, je lokalna hrana, to pomeni, da ta

DAN SLOVENSKE HRANE

VSAK TRETJI PETEK V NOVEMBRU Izberite hrano, ki nima za sabo na stotine kilometrov

ZAKAJ UŽIVATI LOKALNO HRANO?

- Hrana iz lokalnega okolja je **sezonsko dostopnejša**, sadje in zrnje ima **več vitaminov** in posledično **višjo hranilno vrednost**. Zaradi bližine proizvodnje se lahko uporablja manj aditivov, kot so konzervansi, barvila ipd., tako živila pa so tudi prepoznavna po bogatem in tradicionalnem okusu.
- Podpiramo domačo proizvodnjo in ohranjamo domača delovna mesta.
- Ohranjamo posejemanost, obdelanost in urejenost slovenskega podeželja.
- Zaradi krajših transportnih poti in manjše uporabe embalaže varujemo okolje.
- Zagotavljamo **samooskrbo** s hrano v državi.

Ministrstvo za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano RS
SLOVENSKI ZAJTRK
Več na: www.zajtrk.si

REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA KMETIJSTVO IN OKOLJE



hrana ni prepotovala na stotine kilometrov, da bi prišla na naše krožnike, temveč je slovenskega porekla.

Slaba samooskrba v Sloveniji

Slovenija nima veliko njiv ter kmetijskih površin, je pa rekorderka v številu postavljenih trgovin. Zaradi pomanjkanja kmetijskih površin se Slovenija preživlja s hrano iz drugih držav in preden pride

hrana na naše mize, prepotuje tudi na tisoče kilometrov. To pa ni dobro, saj promet zelo onesnažuje okolje, zaradi dolge poti pa hrano tudi kemično obdelajo. Boljša hrana je torej lokalna, čeprav jo tudi včasih kemično obdelajo. Slovenija je na ravni samooskrbe zelo slaba, predvsem pri predelavi zelenjave je celo najslabša v Evropi. Zato mora Slovenija nekaj ukreniti, da izboljša samooskrbo, saj v primeru, da Evropa reče, da je preveč sladkorja, v Sloveniji zapremo tovarno sladkorja, s tem pa tudi vse ostale povezane člene. Tako Slovenija ni le brez tovarne sladkorja, ampak izgubi tudi veliko delovnih mest. Sladkor moramo kupovati od drugih držav in s tem Slovenija postaja odvisna od drugih držav.



https://www.google.si/search?q=g+anton+komat&espv=210&es_sm=93&source=lnms&tbn=isch&sa=X&ei=j1LvUuW1NaeayAO3ylGYCQ&ved=0CAcQ_AUoAQ&biw=1866&bih=1054&dpr=0.9#q=food+

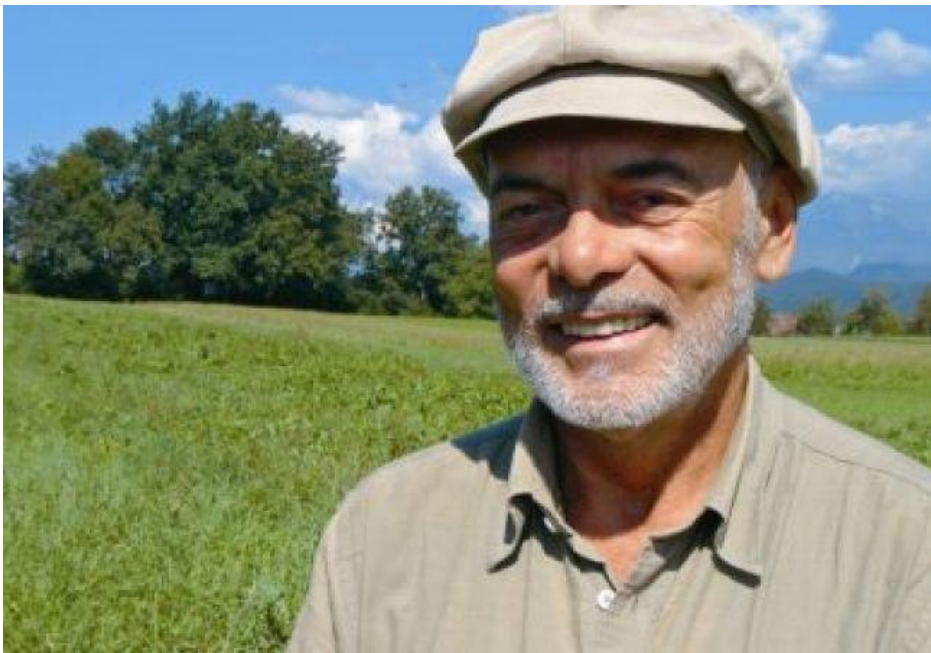
Do slabe samooskrbe vodi tudi slab pogled na kmete in s tem tudi na kmetijstvo. Nihče tako noče biti nekaj, iz česar bi se drugi norčevali, čeprav vsi vemo, da brez kmetov in kmetij ne bi bilo hrane, saj vsa hrana izvira iz kmetij. Poleg tega pa je biti kmet tudi težaško delo. Kmetje se čez leto ukvarjajo z veliko različnimi deli, ki so pomembni za pridelavo hrane.

Rešitev za povečanje samooskrbe je lahko v spodbudi ljudi, da poprimejo za delo ter začnejo obdelovati svoje vrtičke pred hišo. Če pa živite v bloku, zdaj že obstajajo določene možnosti, da lahko dobiš vrtiček v najem (primer Urbane brazde v Mariboru).

Okrogla miza

V torek, 21. 1. 2014, je OŠ Domžale obiskal g. Anton Komat. Učenci, ki nas zanimata okoljska vzgoja in trajnostni razvoj hrane, smo ga spraševali o zdravi in nezdravi hrani. G. Anton Komat že vse življenje živi v naravi, vedno so imeli

stanovanje čisto na koncu naselja, ki se je nato odpiralo v naravo. Zato je bil celo svoje otroštvo povezan z naravo. Skoraj nič hrane niso kupili v trgovinah, razen tisto, ki je niso mogli pridelati sami na svojem vrtu. Ko je odrasel, je postal okoljevarstvenik in kritik potrošništva, saj ga je jezilo prikrievanje resnice o hrani in varovanju okolja. Povedal je, da so si trgovci prisvojili nadzor nad hrano, hrana, ki jo najdemo v supermarketih, je konzervirana, večinoma uvožena iz drugih držav, vsebuje tudi precej sledi pesticidov in drugih kemikalij, kar je značilno za »industrijsko« pridelano hrano.



https://www.google.si/search?q=g+anton+komat&es_sm=93&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ei=j1LvUuW1NaeayAO3yIGYCQ&ved=0CAcQ_AUoAQ&biw=1866&bih=1054&dpr=0.9 , 3. 2. 2014

Kot je že splošno znano, je lokalna hrana boljša kot industrijska. Krave v industrijskih kmetijah pitajo z različno nezdravo hrano, dajo jim tudi antibiotike, ki nato ostanejo še v mesu, na kar nas je opozorila vsebina dokumentarnega filma Food, Inc. Pa tudi pesticidi vsebujejo živčne strupe, ki lahko poškodujejo možganske centre. Pri otrocih se to vidi tako, da ne zmorejo natančno risati, težko berejo, se učijo in koncentrirajo, pri odraslih pa se to vidi kot bolečina v glavi in velika utrujenost. Na leto polje z vsemi pesticidi škropijo približno 20–22-krat. Tako je v hrani, pa tudi v ozračju in podtalnici, res veliko različnih ostankov pesticidov. Daljša izpostavljenost temu pa ima škodljive učinke na zdravje vseh.

»Industrijski hrani« ne bi mogli reči živa hrana zaradi vseh umetnih dodatkov, za razliko od lokalno pridelane hrane – na domačem vrtu oz. lokalni kmetiji. Industrijska hrana je pridelana na industrijskih kmetijah, kjer mučijo živali in delavce ter dodajajo različne pesticide. Zato hrani z veliko pesticidi rečemo industrijska hrana.

Lokalna hrana je veliko boljša kot »industrijska«, čeprav večina ljudi uživa hrano množične proizvodnje, ki jo kupijo v različnih supermarketih in ji lahko rečemo »industrijska.« Slovenija ima žal zelo slabo samooskrbo s hrano in smo odvisni od uvoza iz tujine. Če bi vsi stremeli k povečevanju lokalne samooskrbe, bi tako spodbujali male kmete, da bi lažje preživel, manj bi obremenjevali okolje zaradi transportnih poti hrane in vsi bi jedli zdravo hrano.

VIRI:

<http://www.os-domzale.si/>

<http://brazde.org/vizija/>

<http://www.rtv slo.si/pravaideja/novica/377>

<http://topdocumentaryfilms.com/food-inc/>

http://sl.wikipedia.org/wiki/Anton_Komat

http://lokalna-kakovost.si/zakaj_izbrati_lokalno/10/lokalna_samooskrba/

<http://www.os-domzale.si/index.php/component/content/article/9-neuvrsceni/206-ekodan-os-domzale-zdravje-in-dobro-pocutje>

Dne 3. 2. 2014