

VČASIH BI ZASE NAREDILI VEČ KORISTI, ČE NE BI JEDLI NIČESAR

Se ljudje zavedamo, da je edina rešitev vrnitev k našim prednikom?

Svetovna industrijska proizvodnja hrane nas počasi spreminja v premikajoče se gmote bolezni instrupov, ki jih vnašamo vase s »sodobno hrano«.

Na naši šoli je v torek, 21. 1. 2014, potekal intervju z g. Antonom Komatom za »okroglo mizo«, kjer smo mu učenci zastavljali številna vprašanja, na katera smo želeli izvedeti odgovore. Izvedeli smo marsikaj novega o hrani, ki jo vsakodnevno uživamo. Take informacije nas vedno znova osupnejo, na ta način pa se učence tudi izobražuje o lokalni samooskrbi in trajnostnem razvoju. Za veliko informacij v tem članku je bil zaslužen g. Anton Komat, za kar se mu iskreno zahvaljujem.

Vedno se v trgovini v velikem loku izogibam oddelka s sadjem in zelenjavo. Zakaj? Ker se zavedam, zakaj to sadje in zelenjava nimata niti ene napake in ker vem, da nas imajo velike in zelo vplivne korporacije v popolni oblasti.

Zanemarjamo težave, ki se pojavljajo ob tem. Ne pozabite, tu gre tudi za drugo hrano, ki jo kupujemo, ker veliko ljudi nima denarja, da bi si privoščili kaj boljšega. In kako se je vse skupaj začelo? Z industrijsko revolucijo v 18. stoletju, ko so dobili idejo, da lahko ljudi hitro nahranijo in začeli so torej z množično pridelavo hrane. A ljudje so se začeli upirati in trgovci so spoznali njihovo izobraženost, zato so se začele velike prevare. Tudi tisti, ki preberejo, kaj vsebuje izdelek, ne morejo zagotovo vedeti, kaj je v njem, saj proizvajalci ne napišejo vseh sestavin ali pa le-teh ne poznamo, ker se skrivajo za simbolnimi imeni. Trgovci in korporacije so pretkani, mi pa moramo biti še bolj. Vrnimo se na način življenja naših prednikov!

Sezonska in domača hrana je najboljša

Najbolje za naša telesa storimo, ko jemo sezonsko hrano. Seveda imamo širše možnosti, a zelo dobro bi bilo tudi, če mi (v tem primeru Slovenci) sploh ne bi jedli hrane, ki ne raste na našem območju. Naša telesa so biološko prilagojena na ritem narave, zato je najbolje, da ga upoštevamo, ker so se prilagodila na okolje, v katerem živimo. Tako so namreč preživeli že naši predhodniki in lahko še mi! Uspelo jim je tudi brez tujerodnih vrst hrane.

Odlično je, če si kar sami pridelujemo hrano, ker enostavno ne moremo več zaupati živilski industriji. Imejmo svojo zelenjavo in sadje na domačem vrtu, izdelujmo svoje jogurte, imejmo svoje kokoši za jajca in gnojenje vrta ...

Tudi ko kupujemo različno sadje in zelenjavo, ki nosita oznako bio, a prihajata od daleč, to pomeni, da nismo naredili skoraj nič dobrega, ker ju vseeno pri transportu poškropijo, da

preprečijo gnitje, zato je odlično, da kupujemo ekološko pridelano sadje in zelenjavo iz bližnjih krajev, enako velja za meso, jajca in mleko, če nimamo svoje kmetije in vrta.

Je povsod po svetu enako?

Živilska industrija nam večinoma prikriva resnične podatke o hrani. Pod pretvezo na embalažo narišejo stvari, ki nas pritegnejo, lahko pa tudi oznake bio in eko, ki niso resnične. Pridelava hrane je mehanizirana, masivna in škodljiva, ker vsebuje veliko maščob, sladkorja in dodatkov, kot so antioksidanti, konzervansi ... Izjemno nevarna sta glutamat in aspartam, ker povzročata diabetes. Pri nakupu hrane je potrebno vedno pogledati, kaj vsebuje, če pa je to napisano v simbolih, se lahko pozanimamo, kaj pomenijo.

Skoraj povsod absolutno prevečkrat posegajo po škropivih. To so strupi, ki jih delimo v več skupin, vsi pa imajo končnico »cidi« oz. »ubijalci«. Če smo jim dalj časa izpostavljeni, povzročajo hude bolezni. Ko kmetje, ki si želijo čim večji pridelek in uničenja škodljivcev, nespametno škropijo, nikoli ne pomislijo na druge živeče organizme na svoji zemlji. Narava vedno gradi na pestrosti, zato ne smemo uničiti nekega organizma, drugega pa pustiti, ker so v endosimbiozi in tako prispevajo k biotski raznovrstnosti. Ne nazadnje pa tako sami sebi kopljemo jamo. Pomisliti je treba na zanamce, ki ne bodo imeli kje živeti, če bomo tako nadaljevali. Osveščanje ljudi o trajnostnem razvoju je zelo pomembno, saj bomo le tako uspeli preživeti.

Kaj pa bo z nami v prihodnje?

Proti taki hrani in »strupeni« živilski industriji narašča odpor. Pomembno je, da se zavedamo, da sta **lokalna pridelava hrane in lokalna samooskrba najboljši naložbi za prihodnost**. Če so naši predniki preživeli, zakaj ne bi še mi? Imamo vse možnosti, torej jih izkoristimo in za vselej ustavimo proizvodnjo škodljive hrane ter s tem preprečimo širjenje smrtonosnih bolezni.

Kupujemo od lokalnega pridelovalca ali pa vsaj od čim bližjih, ki kmetujejo na ekološki način, ker lahko korporacije ustavimo tudi po tej poti.

Zmoremo!

VIRI:

<http://topdocumentaryfilms.com/food-inc/>, 3. 2. 2014

http://sl.wikipedia.org/wiki/Anton_Komat, 3. 2. 2014

<http://www.os-domzale.si/index.php/component/content/article/9-neuvrsceni/206-ekodan-os-domzale-zdravje-in-dobro-pocutje>, 3. 2. 2014

http://lokalna-kakovost.si/zakaj_izbrati_lokalno/10/lokalna_samooskrba/, 3. 2. 2014