

Jesti ali ne jesti – to je zdaj vprašanje!

V petek, 15. 11. 2013, smo imeli učenci Osnovne šole Domžale ekodan. Začeli smo s tradicionalnim slovenskim zajtrkom, nato pa smo imeli učenci vsakega razreda drugačno zaposlitev.

Jedli smo hrano, značilno za Slovenijo; kruh z maslom in medom, jabolko ter mleko. Namen tega dne je bil spodbuditi nas, otroke, k pravilnemu in zdravemu prehranjevanju (tudi uživanju zajtrka), nas ozavestiti o prehranjevanju z lokalno hrano ter nas spodbuditi k razmišljanju o trajnostnem razvoju. Učenci devetih razredov smo si ogledali film Food, Inc. Film je prikazoval nekatere največje predelovalce hrane v Ameriki in njihov način predelave hrane. Med ogledom filma so se nam postavila vprašanja, med drugim tudi, kaj hrana danes sploh je. Iz njega smo se naučili, da je pomembno, da vemo, kakšno hrano jemo, od kod prihaja in kaj vse je v njej. Ekodan je bil poučen, poudarjen pa je bil pomen lokalno pridelane hrane in zdravega življenja. Vendar za povečanje zavedanja o pomenu zdrave prehrane in zdravem življenju ni dovolj, da to poudarjamo le en dan na leto.



Slovenski tradicionalni zajtrk.

Začeti je treba na začetku

Ker otroci ne pripomoremo k spremembi načina preskrbe s hrano, ker pač otrok nihče ne upošteva, mora informacija o lokalni hrani priti do staršev oz. odraslih. Zato je slovenska vlada razglasila dan slovenske hrane, ki je vsako leto tretji petek v novembru, na dan, ko poteka tradicionalni slovenski zajtrk. Poleg spodbujanja k pravilnemu prehranjevanju (pet obrokov, najpomembnejši je zajtrk) nas je ministrstvo, ki je plačalo izdelke kmetov, čebelarjev, mlekarjev ipd., pridelane na slovenskih kmetijah, spodbujalo k razmišljanju, da ni nujno tuja hrana najboljša oz. da lahko živimo tudi samo z domačo, neuvoženo hrano. S tem

so nas spodbudili k preverjanju izvora in sestavin hrane, posledično pa so nam sporočili tudi, da hitra hrana ni zdrava, kar nas je večina že vedela, vendar se nismo zavedali, kako zelo škodljiva je za naš organizem. Skrbeti pa nas mora tudi za trajnostni razvoj, to pomeni, da moramo zadovoljevati svoje potrebe s čim manjšimi posledicami na okolju, da ne bi ogrozili življenja naslednjih rodov; z velikimi pridelovalnicami hrane, ki onesnažujejo okolje, pa k temu ne pripomoremo.

»Skrivnosti« pridelovalcev hrane

Največja težava je, da večina pridelanih živil vsebuje koruzo, ki jo znajo znanstveniki pridelati tako, da ima okus po nečem drugem. V velikih predelovalnicah mesa izdelki pogosto niso higienični oz. so v stiku z umazanijo, zato kot razkužilo dodajajo amonijak. Paradižnike in druge sadeže poberejo še nezrele; dozoriyo tako, da jih zaplinijo. Kokoši in piščanci so v hlevih, kjer nimajo prostora, vzrejeni so z umetno svetlobo, okoli njih so njihovi lastni iztrebki in trupla. Večina se jih ne more premikati, ker uživajo hormone, ki povečujejo telesno maso, kosti in mišice pa vsega skupaj ne dohajajo. Krave hranijo s koruzo, ker je poceni; le-ta pospešuje razvoj bakterije E. coli, zaradi katere je leta 2001 umrl deček. Na tem primeru lahko tudi vidimo, da se zaradi dodajanja škodljivih snovi v hrano odpornost ljudi slabša; bistvena je tudi razlika med številom obolelih ljudi danes in nekaj desetletij nazaj, ne glede na to, katero bolezen vzamemo pod lupo. Poleg tega pomembna podjetja zatrejo kmete oz. vse, ki bi jih lahko ogrožali na trgu ali kakor koli škodovali njihovim interesom.

Tako je film prikazal pridelovalce hrane v Ameriki. Če oz. dokler tega še ni pri nas, bi morali spoštovati in uživati lokalno pridelano hrano, ki je bolj naravna in ni prepotovala tisoče kilometrov in bila, da ne bi med transportom propadla, podvržena mnogim škodljivim postopkom – škropljena je s pesticidi in kemikalijami, da je na videz dlje sveža.



Domača hrana je boljša od tiste, ki je prišla k nam od daleč.

Boj z mlino na veter?

Anton Komat, slovenski samostojni raziskovalec, naravovarstvenik in pisec raznih člankov nas je obiskal na naši šoli ter se z učenci pogovarjal o lokalni pridelavi hrane ter pasteh množične pridelave le-te. Gospod Komat je v intervjuju za Primorske novice omenil, da se je od leta 1974 do danes samooskrba v Sloveniji iz 70 % tako poslabšala, da danes $\frac{2}{3}$ hrane uvažamo. Povedal je, da najbolj kakovostne domače izdelke izvažamo, namesto da bi jih

imeli zase, da ne bi bilo potrebno živil uvažati. Ker imamo v Sloveniji preveč živali in premalo krme zanje, njeno rast umetno pospešujemo s kemikalijami; tako uničujemo prst, v kateri potem ne morejo zrasti rože, ker pa ni rož, čebele nimajo hrane oz. se zastrupljajo, ko nabirajo med na s kemičnimi gnojili in škropivi zastrupljenih rastlinah. Ko pa bodo čebele izumrle, človek ne bo več dolgo živel. Gospod Komat omenja tudi, da je povezano vse – od cene nafte, cene hrane pa do revolucije. Ker kmetje za kmetovanje uporabljajo nafto, je logična posledica dražje nafte podražitev hrane, pri tem pa nihče ne pomisli, da bi se vrnil na začetek – k sončni energiji.

V reviji Viva g. Komat na vprašanje, kako vemo, če je izdelek, na katerem piše, da je slovenski, res tak, odgovarja, da, ker pri nas še ni sistema nadzora, to težje ugotovimo, zato je verjetno tovrstnih manipulacij veliko. Kljub temu bi morali kupovati slovensko hrano, ker tudi tako pripomoremo h kakovosti hrane. Naravovarstvenik v tem intervjuju v zvezi z raznimi (škodljivimi) dodatki hrani poudarja, da če je kakšna snov zelo škodljiva, jo lahko vsaka država prepove in bi jo po njegovem mnenju tudi morala.

Zakaj je torej lokalna hrana boljša od tuje? Ker ni prepotovala milijon kilometrov, pa še okolje je manj onesnaženo, ker hrana od daleč potrebuje prevoz, domača hrana pa nam je tako rekoč dostavljena na prag. Poleg tega z uvozom hrane ljudje doma izgubljajo delovna mesta. Zakaj potem sploh še kdo kupuje tujo hrano? Odgovor na to je precej očiten. Ker je ta bistveno cenejša od domače. Ampak, ali je dolgoročno res? Kaj pa cena zdravja ljudi kot posledica onesnaženega okolja in nekakovostne hrane?

VIRI:

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

<http://www.ekovas.si/index.php/-anton-komat>, 3. 2. 2014,

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

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

http://www.szd.si/user_files/vsebina/Zdravniski_Vestnik/2012/januar/32-43.pdf, 3. 2. 2014,

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

<http://www.viva.si/Intervju/1983/Intervju-Anton-Komat-samostojni-raziskovalec-in-publicist>, 3. 2. 2014,

<http://www.primorske.si/Priloge/Sobota/Premaknite-se-sicer-vas-bodo-premikali-drugi.aspx>, 3. 2. 2014

Vira slik:

<http://www.vrtec-medvode.si/events/tradicionalni-slovenski-zajtrk/>, 3. 2. 2014,

http://www.mko.gov.si/si/delovna_podrocja/promocija_lokalne_hrane/lokalno_pridelana_z_elenjava/, 3. 2. 2014