Najzdravšie ovocie a zelenina rastie za rohom

Aneta Berešíková, 8. ročník, Základná škola s materskou školou Ondreja Štefku, M. R. Štefánika 432, 013 03 Varín

Jedni hladujú, iní plytvajú! Podľa organizácie pre výživu a poľnohospodárstvo sa až 1/3 jedla v celosvetovom meradle vyhodí alebo vyplytvá, čo je približne 1,3 miliardy ton ročne. Najviac potravín sa stratí počas skladovacích procesov alebo transportu. Nejaké množstvo je vyhodené ešte v samotných predajniach.

Začiatkom 21.storočia sa Slovensko prepadá v marketingu. Naše úrodné polia sa stávajú majetkom vyspelých krajín. Navyše im vyvážame potraviny dozreté pod naším slnkom, pretože tieto krajiny dokážu kvalitu zaplatiť . Vysoké náklady našich poľnohospodárov im nedovoľujú znížiť ceny pre domácich zákazníkov. Pretože aj oni potrebujú z niečoho žiť – vyvážajú a účtujú si vyššie ceny.

Nie sú schopní ani obstáť v konkurencii lacných dovozcov, pretože ich domáce krajiny sú k poľnohospodárov zodpovednejšie – znížili im DPH na potraviny a poľnohospodárstvo výrazne dotujú. Našim farmárom sa darí dopestovať kvalitné a zdravé potraviny, ale je to len malé percento z nich, ktoré sa dostanú k slovenským zákazníkom.

Naša krajina akosi zabudla, že ZDRAVÉ POTRAVINY = ZDRAVÝ NÁROD.
Veľa potravín dovážame zo zahraničia, pretože musíme. Nie sme sebestační a dokonca aj v produkcii vína len 50% produkcie pochádza zo Slovenska.

Ponuky na trhu sú zaujímavé, ale len dovtedy, kým nenahliadneme do zákulisia. Mali by sme kupovať slovenské potraviny a podporovať slovenských pestovateľov, ktorí práci venujú čas, peniaze, energiu. A nekupovať zahraničné len preto, že sú lacnejšie, v krajšom obale, nikdy totiž nevieme, čo všetko sa v potravinách nachádza, čím všetkým si prešli na dlhej ceste až k nám.
Mnohé obsahujú škodlivé chemikálie a naše telo má problém ich spracovať. Ľudské telo nedostáva potrebné látky a vitamíny, pretože ovocie a zelenina, ktoré dozrelo cestou v kamiónoch, v kontajneroch alebo v skladoch pod lampami ich jednoducho nemajú. Zaplnia naše žalúdky, no výživa žiadna. V našich obchodoch sú ovocie a zelenina stále drahé pre mnohých našich zákazníkov a navyše mnohokrát i nekvalitné.

Ovocie a zelenina je zdrojom vlákniny, vitamínov, správneho vývoja. Mali by sme ju preto jesť každý deň. No nie striekanú chemickými postrekmi, ale pobozkanú slnkom na slovenských poliach a pokiaľ možno takú, ktorá rastie za rohom. Najlepšia je tá, o ktorej vieme, kde bola vypestovaná, kto sa jej venoval od semienka a priniesol ju na trhovisko vzdialené čo by kameňom dohodil od nášho domu.

Myšlienka samozberov ovocia a zeleniny, s ktorou prišli malí predajcovia, je krásnym príkladom, že slovenskí pestovatelia sa vedia obracať, záleží im na kvalite ich práce a výsledkoch ich práce. Ponúkajú ČERSTVOSŤ A ZDRAVIE V JEDNOM BALÍČKU. I napriek tomu, že musia riešiť obrovské množstvo problémov s financiami a zákonmi, ktoré ich obmedzujú.

Náš organizmus by mal v prvom rade prijímať ovocie a zeleninu, ktorá je typická pre našu oblasť. Takú, ktorú poznali naši starí rodičia, prarodičia a nemala by chýbať ani na našich

stoloch. Odrody kvalitných jabĺk, hrušiek, sliviek, orechov, čerešní, ríbezlí, kapusty, zemiakov, cesnaku, cibule. Naše OVOCIE A ZELENINA VONIA UŽ Z DIAĽKY a chuť je lahodná. Ovocie je šťavnaté a zelenina sa nám nikdy nepreje. Dozreli len pre nás.

Mnohí ľudia už pochopili , že „čo je lacné, nie je vždy aj zdravé“. Hľadajú spôsoby, ako vypestovať kvalitné suroviny za rohom – v záhradkách, na strechách domov, v skleníkoch, budujú malé biofarmy, chovajú včely, predávajú z dvora.

Chceme žiť čo najdlhšie, ale súčasne chceme , aby sme boli zdraví. Výberové „pohodlíčko“ v regáloch našich obchodov z nás urobilo pohodlných ľudí. Zabúdame na vlastné zdravie a kupujeme , lebo na to máme – či skôr nemáme? NERIEŠIME ODKIAĽ, ALE ZA KOĽKO.

Vlastné pohodlie nám bráni pridať ruku k dielu – nazbierať si úrodu vlastnými rukami, zájsť pešo na trhovisko a porozprávať sa s pestovateľom, vypýtať si radu, ako na to, aby sa aj nám urodilo niečo podobné v záhradke.

Ešte stále podceňujeme prácu poľnohospodárov a tých, ktorí pôdu milujú a starajú sa o ňu. Bez nich však ostaneme hladní!

Kúpou slovenských potravín pomáhame našej ekonomike. Nezdá sa vám, že výzva Kupujte slovenské výrobky prišla trochu neskoro? Mala tu byť už pred dvadsiatimi rokmi, keď sme sa začali obzerať v cudzom zrkadle a pomaly sa prizerali, ako naši poľnohospodári padajú na kolená a s nimi aj kvalita potravín.

Dôležité ale je, že prišla a otvára Slovákom oči. Aj my si zaslúžime rovnakú kvalitu ako vyspelé krajiny Európy a sveta, aj my chceme byť zdraví, hoci nie sme takí bohatí. Stále platilo a bude platiť – „Nie sme takí bohatí, aby sme si kupovali lacné veci“.

Upravím slová našich predkov: „NIE SME TAKÍ BOHATÍ, ABY SME JEDLI NEKVALITNÉ POTRAVINY!“