

# Bio užitek

## Hrana naj bo zdravilo in zdravilo naj bo hrana - Hipokrat

Skupaj s povečano skrbjo za zdravje in počutje, wellness, ki se mu posvečajo prebivalci razvitega sveta, nezadržno raste tudi poraba hrane iz nadzorovane ekološke pridelave. Ta je postala v EU, Ameriki, Avstraliji in na Japonskem najhitreje rastoči sektor. Skupaj s povečano porabo ekološke hrane se nezadržno širi tudi potrošnja certificirane naravne kozmetike za osebno nego ter čistil in detergentov, ki so brez sintetično-kemičnih dodatkov, so iz naravnih snovi in vsebujejo izvlečke zelišč iz kontrolirane ekološke pridelave. Prav tako je vse več trgovin, ki prodajajo oblačila iz ekološkega bombaža, lana, volne, konoplje, usnja in drugih naravnih surovin.

Naraščajoča priljubljenost ekoloških izdelkov in hrane v času globalizacije, nam sporoča nekaj zelo pomembnega: preko skrbi za svoje zdravje in dobro počutje, ki se odraža v nakupu certificirane ekološke hrane, kozmetike, oblačil in celo pohištva se med sodobnimi ozaveščenimi ljudmi ustvarja trend in stil, ki okolici in svetu sporoča, da nam ni vseeno, kaj se dogaja z našim lastnim zdravjem in zdravjem naših bližnjih in da nas še kako skrbi onesnaženost okolja.

Zadnjih nekaj let lahko v medijih spremljamo opozorila okoljskih strokovnjakov in organizacij o alarmantnem stanju našega vsakdanjega okolja. Hkrati nas opozarjajo na moč, ki jo imamo prebivalci v vlogi potrošnika in kako lahko s svojimi nakupovalnimi navadami ter zavestnimi odločitvami prispevamo k manjši porabi

energije in škodljivih snovi ter že samo s tem bistveno izboljšamo naše bivalno okolje in okrepimo lastno zdravje. Prehranjevanje s hrano iz nadzorovane ekološke pridelave kot tudi uporaba naravne kozmetike, čistil brez sintetičnih dodatkov in ekološko pridelanih oblačil, so že tak ukrep.

Ekološko kmetijstvo je pri nas, tako kot v EU, regulirano in kontrolirano s strogo zakonodajo Skupnosti za to področje. Na tej osnovi, pri nas tri akreditirane in neodvisne kontrolne organizacije izvajajo temeljit reden ter nenapovedan nadzor nad vsakim ekološkim kmetom in njegovim načinom dela. Kontrolira se tudi predelavo tako v manjših kot v večjih obratih ter delovanje trgovin, gostiln, hotelov in kuhinj javne prehrane, ki ponujajo ekološke izdelke. Ekološko živilo se torej spremlja od semena, njive, predelave, skladišča pa do trgovske police. Enaka kontrola velja za ekološko pridelane snovi, ki so v naravni kozmetiki in čistilih ter za oblačila iz ekološko pridelanih surovin.

V ekološkem kmetijstvu ni dovoljena uporaba sintetično-kemičnih škropiv za varstvo rastlin in hitro topnih gnojil, ni dovoljena uporaba sevanj in gensko spremenjenih semen, živali morajo živeti v skladu s potrebami svoje vrste in se pasti na pašnikih.

Tudi pri nas je vse več resnih ponudnikov ekoloških izdelkov, ki so primerni za negovanje lepote, zdravja in dobrega počutja.

Ekološko pridelana živila so zelo primerna tudi kot darila in izrazi posebne pozornosti, saj nam posredujejo sporočilo o zavedanju po varstvu okolja in zdravja na vseh ravneh, doma in po svetu.

*Dane Podmenik*