

**Bądź "Eko". Bądź trendy.**

**Wrocławian moda na ekologiczną żywność**

**Jak pisał publicysta Eryk Mistewicz: "Ekologia i ochrona środowiska to (...) nie tylko wielki przemysł, kopalnie i huty. To także Twoje i moje codzienne gesty, to Twoja i moja kuchnia, łazienka, garaż, ogród." Współczesny trend ekologiczny zdominował styl życia Polaków. Zawładną także rynkiem zdrowej żywności. Szczególnie widoczny jest w dużych miastach, takich jak Wrocław.**

**A Ty? Czy jesteś "Eko"?**

**Certyfikowane "Eko" zaufanie**

Konsumenci w trosce o jakość spożywanej żywności coraz częściej wybierają produkty wytwarzane metodą ekologiczną. Aby produkt został uznany za ekologiczny, producent ma konieczność spełnienia kilku wymogów uregulowanych aktami prawnymi. Następnie uzyskuje certyfikat, który pozwala na umieszczenie charakterystycznego logo rolnictwa ekologicznego z zielonym listkiem na etykiecie. Taki obowiązek posiadają producenci na wszystkich pakowanych produktach ekologicznych wytwarzanych na terenie Unii Europejskiej. Stanowi to gwarancję identyfikowalności produktów, a także pozwala potęgować zaufanie konsumentów do rynku produktów ekologicznych.

**Europejskie logo rolnictwa ekologicznego**



Źródło: oficjalna strona internetowa Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi [www.minrol.gov.pl](http://www.minrol.gov.pl)

**"BIO", "Eko", organiczny - a co to właściwie za różnica?**

Zgodnie z obowiązującymi na całym terenie Unii Europejskiej regulacjami (Rozporządzenie Komisji (WE) nr 889/2008 z dnia 5 września 2008 r. oraz Rozporządzenie Rady nr 834/2007 z dnia 28 czerwca 2007 r.), znaczenie słów ekologiczny, bio (biologiczny) i organiczny związane jest z produktami, które powstają w tym samym systemie jakości. Wszystkie dotyczą zatem produktów powstałych na podstawie surowców rolnictwa

ekologicznego certyfikowanych i kontrolowanych zakładach oraz przetwórnich. Takie produkty muszą posiadać certyfikat oraz być oznaczane tzw. EKO logo, czyli unijnym logo żywności ekologicznej. Produkt ekologiczny powstaje tylko z ekologicznych, naturalnych składników, nie zawiera sztucznych dodatków i polepszaczy, poddany jest tylko naturalnym metodom przetwórstwa. W ekologicznej uprawie roślin, rosną one w sposób naturalny, dojrzewają na słońcu, nie są modyfikowane genetycznie, nie znają sztucznych oprysków, ani nawozów, a ich produkcja nie zanieczyszcza środowiska. Z kolei w ekologicznej hodowli zwierząt, żyją one tradycyjnie w oborze na ściółce, przebywają na świeżym powietrzu i spożywają naturalny pokarm - nie wolno ich karmić paszami przemysłowymi, ani podawać antybiotyków lub hormonów. Z kolei pojęcie Naturalny z definicji Słownika Języka Polskiego PWN oznacza zrobiony z surowców występujących w naturze. Jednakże ze względu na zbyt szeroki zakres znaczenia tego słowa, jest ono nadużywane w działaniach marketingowych wielu firm w celu podniesienia wartości tych produktów wśród konsumentów. Warto więc uważać na to, podejmując decyzję o zakupie.

**Przykład logo rolnictwa ekologicznego na jednym z produktów w sklepie "Zdrowy Mięśniak" na wrocławskim Brochowie**



## **Nie zawsze złe "E", czyli czytanie etykiet ze zrozumieniem**

- *Wpływ żywności ekologicznej na prawidłowe funkcjonowanie organizmu ludzkiego jest bardzo ważny - twierdzi Tomasz Hutnik, dietetyk, fizjoterapeuta i trener personalny z Wałbrzycha. Badania naukowe zdecydowanie potwierdzają, że żywność ekologiczna jest bardziej wartościowa dla człowieka niż żywność konwencjonalna. Żywność ekologiczna jest zdrowsza ponieważ, powstała zgodnie z prawami natury (jest czysta i wolna od szkodliwych substancji, pochodzi z kontrolowanych upraw, zgodnie z prawami obowiązującymi w Unii Europejskiej). Dla zachowania zdrowia warto spożywać żywność ekologiczną - dodaje. Pytanie więc, czy współcześnie jesteśmy w stanie całkowicie wykluczyć przetworzoną żywność z diety i na co zwracać uwagę, decydując się na zakup produktu. - Sztuczne dodatki do żywności mają za zadanie: uatrakcyjnić jej wygląd, poprawić konsystencję i smak, zakonserwować. Czytanie składów produktów jest mądrym rozwiązaniem. Warto zwrócić uwagę na następujące elementy: barwniki: E 102, E 104, E 110, E 122, E 124, E 151, E 155 kwasy sorbowe: E 200, E202, E 203 benzoesany: E 210, E 219 siarczyny: E 220, E 228 glutaminy: E 620, E 625 Konsumenci powinni unikać tych najbardziej szkodliwych konserwantów. Nie wszystkich dodatków do żywności kryjący się pod symbolem "E" musimy się bać. Naturalne przeciwutleniacze: E 300, E 307, E 322, Naturalne pomarańczowo - żółte barwniki : E150a Naturalny czerwony barwnik: E160d Naturalne zagęszczacze: E440 Nie są szkodliwe dla zdrowia - dodaje specjalista.*

## **Myśl globalnie, działaj lokalnie.**

We Wrocławiu widoczny jest trend, w którym propaguje się wybieranie lokalnych produktów i wspieranie lokalnych przedsiębiorców czy gospodarstw. Coraz więcej sklepów oferuje dostęp do takiej żywności. W przypadku warzyw i owoców z lokalnych gospodarstw, unikamy wówczas czasu transportu, dzięki czemu produkt nie traci na świeżości. Inicjatywy te rozumiane są jako patriotyzm lokalny i dodawanie wyższej wartości lokalnym produktom niż te sprzedawany w tzw. „sieciówkach”. Wynika ona bowiem z historii, indywidualnych pomysłów oraz unikatowej produkcji. - *Dzięki inicjatywom promującym lokalną żywność możemy napić się kawy produkowanej w naszym mieście, bądź krowiego mleka z dolnośląskiego gospodarstwa, które jeszcze niedawno w mieście było rarytasem - mówi Konrad Białas, właściciel sklepu z lokalną i ekologiczną żywnością Zdrowy Mięśniak na wrocławskim Brochowie. - Uważam, że bycie "Eko" to nie tylko moda, ale i świadomy wybór każdego z nas. I ta świadomość jest coraz bardziej widoczna wśród naszych klientów, co mnie bardzo cieszy. W wybieraniu asortymentu, kierujemy się zasadą: Nie sprzedajemy nic, czego*

*sami nie zjemy. I myślę, że jest to największy wskaźnik jakości.* - dodaje. Ciekawy jest fakt, że wrocławianie wybierają nie tylko ekologiczne jedzenie, ale sami też starają się żyć w zgodzie z naturą. - *Jestem pozytywnie zaskoczony chociażby reakcją naszych klientów na wprowadzenie obowiązkowych opłat za reklamówki jednorazowe*" - mówi Konrad Białas. *"Niemałże 70% z nich korzysta już z własnych ekologicznych toreb bawełnianych, dzięki czemu możemy wspólnie dbać o nasze środowisko"* - dodaje.

Rolnictwo ekologiczne stanowi jedną z najszybciej rozwijających się obecnie gałęzi rolnictwa na świecie, w tym w szczególności w Unii Europejskiej. Ostatnie lata w Polsce charakteryzują się stałą dynamiką wzrostu powierzchni użytkowanej i liczby gospodarstw ekologicznych. Rozwój sektora rolnictwa ekologicznego znajduje również odzwierciedlenie w liczbie przetwórci, jak i dostępnym na rynku asortymencie produktów ekologicznych. Nie tylko we Wrocławiu, ale w całej Polsce widoczny jest "Eko" trend. Rozwija się ekodizajn i moda eko. Marki modowe nie tylko chwalą się odpowiedzialnym wykorzystaniem surowców (np. organiczna bawełna, surowce pozyskiwane zgodnie z zasadami fair trade). Sieciówki (np. H&M) wystawiają w sklepach pojemniki na zużytą odzież, która następnie poddawana jest recyklingowi. Z kolei w wielu firmach powstają ekologiczne elementy wystroju, takie jak. np. Green Wall - ściany z żywych zielonych roślin. Nie wiemy dokąd zabrnę "Eko" moda. Wiadomo jednak, że dzięki ekologicznej żywności, mamy szansę na większą wiedzę odnośnie tego, co spożywamy i świadomość podczas naszych codziennych decyzji zakupowych.

Autor: Jagoda Jóźwik