

Olomoucký biozpravodaj

březen 2010

3

Informátor pro zájemce o ekologické zemědělství a původ našich potravin

TÉMA

Potravinová banka

Zajímáte se o to, odkud pochází potraviny, které si kupujete? Dáváte přednost biopotravínám, zejména těm místním? Trápí vás množství plastových a jiných obalů z nákupu, které se vám hromadí v koši? Možná právě pro vás bude řešením náš biopotravinový klub.

Jsme neformální sdružení lidí, kteří se snaží objednávat si základní potraviny přímo u ekologických zemědělců z okolí. V ideálním případě se jedná o velkobalení biopotravin, které daleko necestují. V praxi je to však komplikovanější, neboť zejména na Olomoucku se ekozemědělci zaměřují převážně na živočišnou produkci, takže si objednáváme i biopotraviny z větší dálky či dokonce z ciziny, pokud u nás nejsou dostupné. Nebo naopak slevujeme z požadavku na bio kvalitu, pokud se daná rostlina pěstuje u nás v blízkosti.

Důležitým faktorem je, že objednáváme ve velkém množství a pak si tyto produkty rozebereme podle konkrétní potřeby. Každý si proto nosí své vlastní použité sáčky nebo sklenice. Tím snižujeme spotřebu obalových materiálů. Pokud si zapomenete

sáčky donést nebo jich máte s sebou málo, většinou jsou nějaké čisté k dispozici, ale upřednostňujeme vlastní zásoby.

Do potravinového klubu objednáváme suché potraviny s větší trvanlivostí. Není v něm totiž lednička. Pokud máte zájem o čerstvou zeleninu či živočišné produkty (bio mléčné výrobky z kozího či kravského mléka, domácí vejce, bio maso), kontaktujte, prosím, správkyni bio klubu Renatu Plackovou z Hnutí DUHA Olomouc.

Klub otevíráme zpravidla dvakrát do měsíce, a to v různé denní doby a v různé dny, aby se mohli vystřídat všichni. Emailem posíláme „pozvánky“, tedy upozornění na další otevření a aktuální nabídku potravin včetně cen.

Členem potravinového klubu se stáváte složením vratné zálohy 300 Kč na svůj „účet“ a zápisem do knihy. Dále je nutné si uložit kredit, jaký vy uznáte za vhodné, a z něj pak čerpat. Při každém příchodu do klubu si pak můžete nabrat a navážít, kolik potravin chcete, zapsat do knihy, podle ceníku spočítat, kolik to stojí, zapsat a buď odečíst z vkladu nebo vložit další peníze. Třisetkorunová záloha

by na vašem účtu měla vždy zůstat. Záloha se vybírá proto, aby byly vždy k dispozici prostředky na nákup dalších potravin, případně na inovaci vybavení. Pokud se rozhodnete členství v klubu z jakéhokoli důvodu ukončit, záloha je vám vrácena. Klub je nevýdělečným podnikem.

Míváme české celozrnné těstoviny bio, žitnou chlebovou/špaldovou mouku celozrnnou bio, pohanku bio, brambory bio, vlašské ořechy papírky domácí, mák modrý domácí z Olomoucka, sušené ovoce bio, pšenici/špaldu/žito/oves bio, sušené ovesné/sojové mléko, slad, stáčený olej, nebělený řepný cukr z Vrbátek u Prostějova, ekologický prací prostředek od Olomouce (veganský z rostlinného mýdla, sody a křemičitanů), domácí kim chee (mléčně kvašená zelenina podle korejského receptu), ze Slovenska česnek domácí, z Itálie rýže natural bio, z Turecka (v rámci projektu na podporu venkova) cizrna bio, rozinky bio, sušené meruňky bio.

Pokud vás naše nabídka zaujala, napište na adresu jana.kynclova@hnutiduha.cz.

Jana Kynclová

SERIÁL

Ekozahrada v předjaří

Na stránkách Biozpravodaje se od čísla, které právě držíte v ruce, budete setkávat s tipy a radami, jak ze své velké či malé zahrady uděláte zahradu přírodní čili bio. Představíme osvědčené způsoby nechemic-

ké ochrany rostlin před škůdci, hnojení bez umělých preparátů a chybět nebudou ani recepty na využití plodů z vaší zahrady.

Pokud byste se chtěli o šetrném pěstování dozvědět více, doporuču-

jeme publikace, ze kterých jsme čerpali informace i do článků: Radomil Hradil a kol.: Česká biozahrada, Helena Vlašínová: Přírodní zahrada, Gertrud Scherf: Plané rostliny a jejich použití v kuchyni a další.

Březen

Poté, co odtaje sníh a půda trochu proschne, nadchází čas na jarní zpracování půdy. U kyprých půd není nutné půdu zrýt s obracením – postačí prokypření pomocí rycích vidlí. Zapíchneme je do země, několikrát jimi pohneme násadou k sobě a od sebe; o deset centimetrů dále zopakujeme. Tento postup je šetrnější k půdě i méně náročný fyzicky.

Nastává čas rozvěsit budky pro ptáky i netopýry (viz rámeček), případně vyčistit ty, které na stromech visí od loňska – často bývají po vyhnízdění ptáků obsazeny plchy. Netopýři se živí zejména hmyzem a to i druhy považované za zahradní škůdce. Za jednu noc dokáží nachytat takové množství hmyzu, které odpovídá až ¼ jejich váhy. Návod na výrobu a vyvěšení netopýří budky (dle Mojmíra Vlašína) uvádíme v rámečku; další návody najdete na internetu – třeba v ekoporadně ČSOP Vlašim (www.csopvlasim.cz/ekoporadna) nebo Veronica (www.veronica.cz).

Nachystejte si nádoby na zachytávání dešťové vody. Bude se hodit na zálivku sadby a pařeníšť, je měkká, bez chloru a zdarma.

Dokud trvá chladné počasí, nerozebírejte hromady klestí, starého dřeva, listí a kamenů. Téměř určitě

v nich jsou schovaní drobní obratlovci (ježci, ještěrky, hadi, žáby), kterým by příliš časně probuzení a ztráta úkrytu mohly přinést smrt.

Rozvrhněte si záhony a kombinace hlavních plodin na zahradě – zejména plodiny s dlouhou vegetací (zůstávají na záhoně od jara do podzimu) a rostliny „předskokany“ – rané

Netopýří budky

Budky jsou podobné ptačím, ale s několika zásadními odlišnostmi. Zhotovují se z nejlépe nehoblovaných prken (netopýři se na nich lépe přichytí) a nesmí být natřeny páchnoucím mořidlem nebo lakem – letouni mají velmi dobrý čich a takovou budku neobsadí. Mezi prkny by neměly být mezery a pro údržbu by budka měla mít odklápěcí stříšku zhotovenou z jednoho kusu dřeva (kvůli zatekání). Jako vletový otvor slouží protáhlá štěrbinová šířka asi 2 cm na spodní straně budky. Vnitřní rozměr budek nemá přesáhnout 8–10 cm. Budky vyvěšujeme ve výšce 3–6 m nad zem nejlépe na jižní a závětrnou stranu nejlépe pomocí popruhů (zatloukáním hřebíků strom zbytečně poraníme). Případné opravy nebo údržbu provádíme výhradně v zimních měsících.

ředkvičky, saláty apod., které se sklídí a nahradí pomaleji rostoucími plodinami. Vhodné kombinace a osevňovací sledy najdete v knížkách zmíněných v úvodu.

Bylinky vysévejte nebo vysazujte tak, aby byly „při ruce“ pro častou sklizeň a použití do kuchyně. Nezapomeňte na kvetoucí rostliny, které budou potravou pro včely a další hmyz. A nemusí být naseté zrovna v řádcích – slunečnice mohou růst v rohu zahrady, nižší květiny vyznačí okraje záhonů atd.

Poohlédněte se po starých a krajových odrůdách jednoletých i trvalých plodin. Mnohé z nich jsou pozapomenuté zcela neprávem – obvykle vynikají chutí, odolností vůči škůdcům nebo zajímavým vzhledem. Poptejte se u sousedů či známých, jaké rostliny se pěstovaly dříve nebo co zajímavého jim na zahradě roste. Aktivně pomůžete zachování starých odrůd prostřednictvím sdružení Gengel – dostanete semínka vybraných plodin, vypěstujete je na zahradě, většinu sklizně si necháte a přebytek semen pošlete nazpět a/nebo rozdáte přátelům. Více na www.gengel.webzdarma.cz.

Podle článku Mojmíra Vlašína na www.veronica.cz

Renata Placková

AKTUÁLNĚ

Jeden svět 2010 klepe na dveře

Festival dokumentárních filmů o lidských právech Jeden svět, který každoročně pořádá společnost Člověk v tísní ve spolupráci s kinem Metropol – Olomoucká kina s.r.o., Divadlem hudby Olomouc a Univerzitou Palackého v Olomouci, zavítá ve dnech 22. až 31. března opět do Olomouce.

Letošní, již 12. ročník festivalu, má mimo jiné zaostřeno na Írán. Mezi další tematické sekce patří Zelené výzvy, jež dokumentují globální ekologické problémy. Kategorie s názvem Snášenliví – nesnášenliví upozorňuje na vzrůstající neonacistická hnutí v Evropě. Panorama odráží společenské problémy i zajímavé

příběhy jednotlivců, kteří dokázali čelit nepřízní osudu. Chybět nebudou ani České dokumenty.

Nosným tématem festivalu je jeho nový program, který umožní všem aktivně se zapojit do šíření filmů s lidskoprávní tematikou. „Každoročně nás oslovují lidé, které na festivalu zaujal některý z filmů a oni ho chtěli promítnout svým známým a kamarádům,“ řekla ředitelka festivalu Hana Kulhánková. „Letos se taková možnost otevírá.“ Diváci mohou po skončení festivalu hlasovat o nejoblíbenější film. Tři vítězné snímky pak budou k dispozici pro všechny, kdo je chtějí zhlédnout se svými známými v oblíbené kavárně nebo třeba doma v obýváku. Podmínkou bude registrace na internetu a bezplatné

promítání. „Je to výborná myšlenka a krok, který odpovídá současným trendům,“ dodal Josef Kvapil, jehož firma Kvapil ELEKTRO je hlavním regionálním partnerem festivalu Jeden svět v Olomouci.

Festival zahájí 18. března vernisáž výstavy fotografií Magdalény Jochcové, studentky Mezinárodních rozvojových studií na Přírodovědecké fakultě Univerzity Palackého. Výstava s názvem „Nepál – země úsměvů“ bude k vidění v Uměleckém centru UP (Konvikt) do 31. března.

V týdnu od 23. do 26. března se bude promítat v kině Metropol, a to vždy v 18 a 20 hodin. Během promítání si diváci mohou zakoupit výrobky „férového obchodu“ – Fair Trade, jež jsou zárukou reálné mzdy pro jejich

výrobce v zemích třetího světa, nebo se seznámit s kampaní přední ekologické organizace Hnutí DUHA – Velká výzva. Ta lobuje za schválení zákona, který by umožnil snížení emisí v České republice o 2 % ročně. „Česká republika se 12 tunami na obyvatele za rok patří k evropským rekordmanům v exhalacích oxidu uhličitého. Globální změny podnebí však nejvíce odnesou lidé v Africe, Indii a dalších chudých zemích,“ řekl Petr Machálek, ředitel Hnutí DUHA. „Nejen proto je přijetí nového zákona důležité.“

Divadlo hudby poskytne také zázemí pro besedy, na které jsou diváci Jednoho světa zvyklí, a to ve dnech 29. až 31. března, vždy od 18.00. Každá debata bude uvedena filmem k danému tématu. Pozvání přijali mnozí významní hosté: novinářka Petra Procházková, bývalý člen českého provinčního rekonstrukčního týmu v Lógaru Igor Klimeš a repor-

tér Marek Vítek vyličí posluchačům současnou situaci v Afghánistánu, Adis Šaranović, rodák z Bosny a Hercegoviny, se podělí o své zážitky ze

Srebrenice a režisér Tomáš Škrdlant doprovodí svůj film Nevítání společně s Janem Halaburtem, protagonistou časosběrného snímku.

Již od února mohou diváci shlédnout několik úspěšných snímků z předchozích ročníků festivalu Jeden svět na online speciálu, který nabízí internetová stránka České televize (www.ceskatelevize.cz/jedensvet).

Záštitu festivalu poskytli tradičně Václav Havel, dále hejtman Olomouckého kraje Martin Tesařík, primátor Olomouce Martin Novotný a rektor Univerzity Palackého Miroslav Mašláň.

Více informací naleznete na webu: www.jedensvet.cz, www.jedensvet.cz/olomouc.

Najdete nás také na sociální síti Facebook: Jeden svět Olomouc.

Martina Hájková
jedensvet@email.cz

Olomouc – program

Divadlo hudby Olomouc, Denisova 47

27.03.2010	16:00	Legenda o ptačím vejci
	17:00	Vorga - Cesta mezi břehy
	18:10	Oni, my a Skitskoj (Dialog ve střizně)
28.03.2010	19:05	Čekání na sobí spřežení
	14:00	Šil jsem u Kubiše
	16:00	Na kole za svobodou
	16:20	Meatrix: Příběh čuníka
29.03.2010	16:25	Adam
	16:45	Tak to vidím já - Pepa
30.03.2010	18:00	Zprostředkovatel
31.03.2010	18:00	Všude dobře, doma nejhůř
	18:00	Nevítání

kino Metropol, Sokolská 25

22.03.2010	18:00	Afghánská superstar
	20:00	Bombajská spojka
23.03.2010	18:00	Vysněný odpad
	20:00	Írán - nevyslyšené hlasy
24.03.2010	18:00	Vůdce má vždy pravdu
	18:45	Nenávist v krvi
25.03.2010	20:00	Nepřátelé národa
	18:00	Kimčongilie
26.03.2010	20:00	Byl jednou jeden ostrov
	18:00	Anna v přední linii
	20:00	Mugabe a bílý Afričan

AKTUÁLNĚ

Biopotraviny čeká přeznačení

Od poloviny roku se budeme na obalech biopotravin setkávat s novým logem – zeleným lístkem z „evropských“ hvězd. Vítězný návrh vzešel z celoevropské soutěže studentů grafického designu. Komise dostala k posouzení téměř 3500 návrhů, ze kterých vybrala tři nejlepší. O nejoblíbenějším rozhodlo v online hlasování 130 000 občanů z celé Evropské unie. Jeho autorem je německý student Dusan Milenkovic.

Nové logo bude povinně od 1.7. 2010 na všech biovýrobciích balených v Evropské unii. Novinkou je povinné označení země původu suroviny – minimálně slovy „z EU“ nebo „mimo

EU“; doplnění konkrétní země je na výrobcí. Na národní loga – například českou biozebru – stejně jako soukromé či regionální certifikáty nemá zaváděné značení vliv. Nicméně se rozpoutala diskuse, jak dál – české logo má podobný informační obsah jako nový „evropský lístek“. Jediným rozdílem je, že biozebru udělily české



Vítězný návrh získal 63 % hlasů

certifikační orgány; standardy národní a evropské jsou však totožné. Uvažuje se

nad několika variantami – zebra může nadále označovat jen české výrobky, bude vytvořena „česká varianta“ loga nebo zůstane jen na vůli výrobců, zda známější zebra na obale ponechají.

S novým logem se nijak nemění legislativa ani podmínky udělení certifikátu. Hlavním přínosem pro spotřebitele tedy zůstává povinné označení alespoň „evropského původu“ biopotravin. Biopohanka nebo biofazole z Číny nebo Argentiny nemají vzhledem k obrovské přepravě vzdálenosti s ochranou klimatu a životního prostředí mnoho společného.

Renata Placková

AKTUÁLNĚ

Najdi si svého farmáře

Poptávka po kvalitních, zdravých a čerstvých potravinách dodávaných přímo z farem stoupá. Odpovědí na tento zvýšený zájem je unikátní projekt Najdi si svého

farmáře, který odstartoval v druhém únorovém týdnu. Záměrem organizátora projektu Františka Němce, soukromého zemědělce a držitele ocenění Živnostník roku 2008

kraje Vysočina, je oslovit co nejvíce farmářů po celé České republice. Z jejich nabízených produktů poté vytvoří katalog potravin doplněný údaji o místech, kde možné je

zakoupit. Součástí tohoto přehledu budou i informace o daných zemědělských farmách.

Pro zájemce byl vytvořen internetový rozcestník www.najdisisvehofarmare.cz, na kterém zjistí, kde je k dostání čerstvé mléko, tvaroh, jogurty, brambory, vepřové nebo hovězí maso, med a mnoho jiných kvalitních produktů.

Internetová stránka uživatelům pomůže zmapovat zemědělské farmy v okolí jejich bydliště.

Výhodou nákupu přímo od výrobce je i to, že si zákazníci mohou

prohlédnout chod farmy. „Nakoupí si zdravé potraviny přímo od výrobce a navíc se mohou podívat, v jakém prostředí produkty vznikají, jakým způsobem chováme hospodářská zvířata nebo na jakých polích pěstujeme zeleninu, kterou pak oni konzumují,“ říká jeden z členů projektu, soukromý zemědělec David Smetana z Královéhradecka.

Němec zmiňuje další možné využití projektu: „Když někdo pojedie například na Vysočinu a bude mít zájem o produkty z farem, najde na internetových stránkách www.najdisisvehofarmare.cz všechny zúčastněné producenty z Vysočiny a po kliknutí na příslušný odkaz se dozví další detaily o jednotlivcích.“

Pro zúčastněné zemědělce je projekt možností, jak upozornit na své zboží a ukázat zákazníkům, jakým způsobem hospodaří. Zemědělci, kteří mají zájem se do projektu zapojit, se mohou blíže informovat na webových stránkách www.farmanemcova.cz.

Kateřina Ševčíková

BIONOVINKY

Amálčin jogurt a niva

Po nějaké době přichází Mlékárna Lacrum Velké Meziříčí opět s bio novinkou. Ve své řadě výrobků s vílou Amálkou tentokrát představuje bílý jogurt ve skle a sýr niva. Bio jogurt Amálka je vyráběn tradičním způsobem, jaký se používá i na domácí výrobu jogurtů. Bio mléko je tzv. „naočkováno“ bio mléčnými kulturami přímo ve skleněném obalu, kde



potom dochází k jeho prokysání. Mléko na výrobu jogurtu Amálka je ošetřeno nízkou pasterací, tudíž si zachovává všechny potřebné mikroorganismy a kultury, které

jsou pro výrobu takového druhu jogurtu nezbytné.

Niva s logem Amálky je sýr s ušlechtilou plísní uvnitř. Vyrábí se z bio mléka pocházejícího ze Šumavy a Vysočiny a podle stupně zralosti se barva plísně může měnit od zelené až po nahnědlou. Sýr je charakteristický svou pikantní chutí a výrazným aroma. Všechny výrobky od Amálky seženete například v olomouckém hypermarketu Globus. V Albertu,

Bille nebo Penny najdete bio výrobky Mlékárny Lacrum také, avšak někdy ne s typickým obrázkem víly Amálky, ale pod privátní značkou jednotlivých supermarketů.

Bio oleje různých druhů

Společnost PRO-BIO představuje pod svou značkou BIOLINIE řadu kuchyňských olejů v bio kvalitě. Prvním je netradiční panenský sezamový olej, který se používá převážně v asijské kuchyni. Vyniká semínkovou chutí a pro své výživové hodnoty je oceňován hlavně makrobiotiky. Používá se ve studené i teplé kuchyni, je třeba ho zahřívát pomalu a opatrně. Chuťově se hodí k rybám a zelenině.

Další je už známější extra panenský olivový olej, který je velmi oblíbený především ve studené kuchyni na dochucení zeleninových salátů, zkušenější kuchaři jej používají také jako ochucovačlo na závěr přípravy teplých jídel. Novinkou je slunečnicový olej lisovaný za studena, který po vylisování již neprochází žádnou tepelnou úpravou a zachovává si tak všechny důležité látky a typické aroma. Právě proto je vhodné využít jej spíše ve studené kuchyni.

Posledním z řady je olej na pečení a smažení. Ten je vyroben ze za studena lisovaného slunečnicového oleje. Ze všech čtyř je nevhodnější na

smažení a pečení. Oleje se prodávají v objemu 500 ml, poslední jmenovaný na pečení a vaření pak v balení po 750 ml. Seženete je ve vybraných bioprodejnách a supermarketech s bio sortimentem. Cena se pohybuje od 80 do 130 korun podle druhu.

Vídeňské pokušení od Sonnentoru

Sonnentor přichází na trh s bio kávou v kvalitě fair trade Vídeňské pokušení. Je to směs více než 20 druhů zrn kávy Arabica, které jsou pěstovány v hornatých krajinách a pražených ve vídeňské pražírně Helmuta Sachra. Vybraná směs kávových zrn je pak typická svou čokoládově-karamelovou chutí a oříškovým aroma. Vídeňské pokušení společnosti Sonnentor existuje také ve variantě bez kofeinu a je k dostání jako mletá i jako zrnková káva. Svou chutí a svým aroma se hodí na přípravu všech druhů mléčných káv jako je Latte nebo Cappuccino. Seženete ji v bioprodejnách nebo v internetových obchodech. Cena se pohybuje okolo 140 Kč za variantu s kofeinem a 220 Kč bez kofeinu.

Barbora Číhalová



Hnutí DUHA
místní skupina Olomouc

Olomoucký Biozpravodaj 3/2010 • vychází: 8.3. 2010 • vydává: Hnutí DUHA Olomouc • Redakce: Simona Horká, Renata Placková, Jitka Komendová • Grafická úprava: Radim Šašinka, larva_grafik@volny.cz • Tisk: Petr Skyva, Pod Kosířem 838, Kostelec na Hané • Náklad: 2000 výtisků • Adresa redakce: Hnutí DUHA Olomouc, Dolní náměstí 38, 772 00 Olomouc • Tel.: 585 228 584 • Zaslání Biozpravodaje lze objednat e-mailem: ekologickelisty@hnutiduha.cz • www.ekologickelisty.cz • Uzávěrka příštího čísla: 20.3. 2010 • Navštivte Ekoporadnu Hnutí DUHA Olomouc – pondělí: 13–17, úterý: 13–17, středa: 10–13, čtvrtek: 13–17, pátek: 10–13.