

GERTUTASUNEN ELIKAGAIAK. Km 0

Jatea ezinbestekoa da eta gure eskualdean jateko ekoizten dena ezagutarazi nahi dugu. Gure erakusketaren lupa **LURRAREN EMAKORTASUNA, EKOSISTEMEN ZAINZTA ETA PERTSONEN OSASUNA HAINTZAT HARTZEN DUEN EKOIZPEN** adibideetan jarriko dugu.

KMO ELIKAGAIAK

Gure eskualdeko elikagaiak oso bidai txikia egin behar dute sortu diren tokitik gure platereraino. Gertutasun horrek abantaila ezberdinak ditu: urtaro bakoitzari dagokiona jateko erraztasuna ematen digu, freskoago eta egora hobean iristen da etxera eta gainera egin duen bidea motzagoa denez bidai horrek gutxiago kaltetzen du ingurumena.

Elikagaiak gure etxetik gertu ekoizten direnean Kilometro Oko elikagaiak direla esaten dugu. Baina zein distantzia erreal da gertu? Zein baldintza bete behar da elikagai bat KMOKoa dela esateko?

- Gehienez 100km-ko erradioan jatorria izatea
- Sasoiko produktuak izatea
- Elikagaiak modu naturalean ekoiztea.
- Tokiko ekonomiaren susperketa eta tokiko ekoizleentzako bidezkoagoa den ekonomia bat, bitartekariak gutxituz eta ekoiztutakoaren etekinak ekoizlearen onurako dira.

Horrenbestez, KMO elikagaiak ez dira bakarrik gure etxetik gertu sortutakoak. Ingumena errespetatzen duten nekazaritza ereduak erabiliz, tokiko ekonomia bultzatuz nekazari eta ekoizleentzako justuagoak diren lan baldintzak ahalbidetu eta banaketan kutsadura gutxiago sortzen duten elikagaiak dira.

BA AL DAKIZU EGUNEROKOTASUNEAN JATEN DUZUNA NON SORTU DEN?

Euskal Herrian jaten dugunaren oso kopuru txikia sortzen da bertan, egia esan, oinarrizko elikagaiak sortzeko dugun ahalmena txikia da. Hala ere, ahalmen hori garatzeko aukera eta eskubidea dugu. Eskubide eta ahalmeni horri Elikadura-burujabetza deitzen zaio eta guztion artean ahalmen hori hobetzeko erronka dugu.



● EKOIZLEAK

Astiro Baratza, Sorburu Baratza, Xixare baratza, Patrick Larrondo, Ola Sagardoegia, CPIE littoral Basque-Euskal itsas bazterra - Hendaiaiko udala, Xabat Mendia, Iparreko Eztia, Bidasoako erlezainak, Oihanalde, Mendiari, Ostibar, Goxoan

● ERALDATZAILEAK

Garua, Eskuz, Amona Margarita, Larrea, Irandatz kolegioa, Ola Sagardoegia*, Oihanalde*, Mendiari*, Ostibar*, Goxoan*
*Ekoizle-eraldatzaileak

● KONTSUMO TALDEAK

Sorburu baratza*, Xixare baratza*, Labore Txingudi, Hendaiaikoop
*Kontsumorako ekoizle taldea

● AZOKAK

Hendaiaiko azokak: Herriko plaza eta Sokoburu, Hondarribiko azokak: Damarri eta San Pedro, Irungo Azoka

BIDASOA TXINGUDIKO ELIKAGAIAK



NEKAZARITZA EKOLOGIKOA EDO BIOLOGIKOA



Lurrak ematen duenari esker bizi gara, horregatik gure ardura da lurra zaintzea.

Lurrari eman eta eskaintzen dioguna bihurtzen da gero gure janari. Gure gorputzean, nutrizioan eta osasunean eragingo duen elikadura, alegia.

Gizakiak ingurumenarekiko harremanean antolatzaile onak edo txarrak izan gaitzke. Naturarekiko gauzak gaizki, ondo ala oso ondo egiteko gai gara. **Nekazaritza biologikoak baliabide naturalak zentzuz erabilia, lurraren emankortasuna denboran mantentzeko eta hobetzeko helburua du.** Modu horretan teknika ezberdinak erabiliz eta jatorri kimikoa duten produktuak erabili gabe **elikagaiak eta ingurumena kutsatu gabe ekoizten da.** Horregatik, antolaketa egoki baterako, naturak berak nola funtzionatzen duen jabetzea ezinbestekoa da. **Ekoizpen ekologikoa bioaniztasunaren oreka mantentzean oinarritzen da** naturak berak arazoei aurre egiteko dituen berezko moduak kontuan hartzen dituelako. Azkenik, ekoizpen eredu honek animalien ongizatea bermatzea oinarri du.



BA AL DAKIZU ZEIN EZBERDINTASUN DAGOEN EKOIZPEN EKOLOGIKOA, BIOLOGIKOA ETA ORGANIKOAREN ARTEAN?

Ez dago!

Gauza beraz ari gara. Hizkuntzaren arabera hitz jakin bat erabiltzen da gehiago. Organikoa ingelesez bereziki, biologikoa frantsesez hitz egiterakoan eta ekologikoa hitza gazteleraz.

Euskaraz zein erabiltzen dugula uste duzu?



BIDASOA TXINGUDIKO ELIKAGAIK



ERLEAK: NATURAREN ZAINTZAILE

Eztia, propolia, jalea... Erlearen lanaren ondorio gozoak dira, gainera gaixotasun ezberdinen aurrean eragiteko ahalmena dute elikagai hauek.

Hala ere, erleak elikagai ekoizle baino hamaika gauza gehiago dira. **Planetaren biziraupenerako ezinbestekoak dira, horregatik diogu direla naturaren zaintzaille.** Landareak polinizatzeaz arduratzen dira, horrek esan nahi du, haiei esker bizirauten dutela inguruko lore, landare eta fruituak. Eta ondorioz landare horiek jaten dituzten animaliak eta gizakiok gu geuk ere. Bioaniztasunaren zaintzaren arduradunak dira! **Haiek gabe, ez legoke elikadura ekoizpenaren %75a.**

Erleak zaintzea ezinbestekoa da. Arrisku handiei aurre egin behar diete erleek une honetan: **Klimaren aldaketak habitat edo bizitokiaren baldintzak aldatzen ari ditu.** Uda luzeagoa eta beroagoa izatea adibidez, erleen ohiko bizitokiak gutxitzea eragiten ari da. Bestetik, **nekazaritza intentsiboan erabiltzen diren sustantzia ez naturalak mehatxu dira erleen biziraupenerako.** Gainera, **espezie inbaditzaileek kaltetzen ari dituzte:** Barroa eta liztor asiarra. Barroa erleei eragiten ari dien akaroa da eta erleak gaixotzen ditu. Liztor asiarra ordea, harrapakaria da eta etengabeko mehatxu erlearentzat.



BA AL ZENEKIEN BIDASOAKO ERLEZAIENEK SOS ERLEAK ERLEEN SALBAMENDURAKO SAREA MARTXAN JARRI DUTELA?

Denok izan gaitzke erleen salbamenduaren aldeko ekintzaille baina sarean lorpen handiagoak egiten dira. hiru proposamen egiten dizkigute:

Erleentzako kutsakorrak diren sustantziak ez dituzten Km Oko produktu ekologikoak aukeratzea.

Tokiko ekoizleen ezti ekologikoa kontsumitzea.

Gure inguruko balkoi, terraza eta lorategietan polinizatzaileentzako erakargarriak diren landareekin polit jartzea.

ESP



FRA



BIDASOA TXINGUDIKO ELIKAGAIK



TOKIKO ALTXORRAK: GURE SAGARRAK

Sagar zukua, sagardoa, sagar erreak, sagar konpota, sagar-irasagarra, sagar-opila... Gure ohituretan sagarra kontsumitzeko hamaika modu dugu! Baina zergatik sagarrak eta ez beste fruitu batzuk?

Gure paisaia eta inguruan begiratuta, **sagarrondoak dira gainerakoan artean nabarmentzen diren fruitu-arbolak**. Hartu pentsatzeko une bat eta saiatu zaitez erantzuten zergatik ote.

Bertakoa den fruta espeziea delako pentsatu dugu gehienok, ziur! Baieztape hori erdi egia eta erdi gezurra litzateke. Sagarraren jatorria Asian dago, bai Asian! Ekialde hurbileko idatzi zaharretan sagarrari aipu egiten zaio, pentsa! Gizakiek euren bidaietan elikagaiak eta haziak garraiatu dituzte beti eta horrela iritsi ziren sagarrak gurera ere. Hain aspaldiko denboratan gertatu zen hori, ezen **sagarrak geurera egokitu diren eta denboraren poderioz hemen bakarrik aurkitu daitezkeen sagar barietateak sortu diren**.

Baina gizakiak badu zeresan handirik barietate horien mantenuan ere. **Gurera ondo egokitutako sagarrei etekina atara diegun heinean, sagar horien erabilera indartu eta sagarraren kultura bera sortu dugu**. Gure altxorrek direla esan dezakegu, bertako barietateak izateaz gain, gure kulturen erabilera handia eman zaielako eta gure parte bihurtu direlako: jateko, edateko, zein animaliak elikatzeko ere.

Udazkenetik aurrera aurkitu dezakegun fruitua izanik, udako fruituek baino gehiago irau dezake, horregatik fruitu honi etekina ateratzea errazagoa izan da.



BA AL ZENEKIEK FRUITU LEHORREN ARTEAN GUREAN NAGUSI DIREN GAZTAINAK EZ DIRELA GUZTIAK BERDINAK?

Gure baso eta parkeetan gaztainondo bezala ezagutzen ditugun zuhaitz ezberdinak daude. Ohiko gaztainondoak eta Indiako gaztainondoak antzerako itxura badute ere, ez dira zuhaitz familia berekoak. Ohiko gaztainak jangarriak dira eta udazkenean mendian bildu eta etxera eramaten ditugun horiek dira. Indiako gaztainondoak bi gezur ditu bere izenean, ez dator Indiatik eta ez da gaztainondoak. Zuhaitz hauek gure parke eta kaleetan sarri ikusten dira eta bere fruitua udan agertzen da. Balkanetan du jatorria eta ez da jangarria, toxikoa baita. Hala ere, tradizionalki botika gisa erabili izan da berezkoak dituen ezaugarriengatik.



ABELTZAINNTZA ESTENSIBOA. ANIMALIAK BASOZAIN

Abeltzaintza estentsiboa animaliak ingurunean bazkatzen uzten dituen abeltzaintza mota da. Animaliak ez daude itxita, eremu zabal batean ibiltzeko eta bazkatzeko aukera dute. Modu honetan animaliak egoera hobean aurkitzen dira. Animaliek bilatzen dute kontsumitzen duten janariaren parte handi bat, hortaz, abeltzainek ez diete janari guztia eman behar, osatu besterik ez.

Baina ez da hori ingurumenarentzako ezaugarri on bakarra. **Energia gutxiago kontsumitzen da haiek hazteko, ez baitute denbora guztian toki itxi batean egon behar.** Animaliak elikagaiak sortzeko ekosistemen parte direnez, **bioaniztasuna mantentzen laguntzen dute.** Abereak, ez dira janaria soilik, dauden tokian bazkatzen dutenean eremu hori aberasten dute. Mendiari egiten dioten ekarpena handia da, mendien garbiketaz arduratzen dira suteak eragin ditzaketan sasiak gutxituz, bideak mantenduz nahiz eta lagundu behar zaien ere, noski! Eta ez da ahaztu behar haien gorotza mendian sakabanatu eta ongarrria dela naturarentzat.



BA AL ZENEKIEN BEHIEK HONDAKINEN KUDEAKETAREN KATEAN ROL GARRANTZITSU BAT DUTELA?

Behiek ez dute urteko sasoi guztietan behar adina jan aurkitzen mendian. Belar eta kimuez gain abeltzainek beste janari gehigarri bat eman behar diete. Ola sagardotegiko sagar patsa (sagardoa egiterakoan geratzen den sagar hondakina) Oihanaldeko behien elikagai bilakatzen da, batentzat hondakina dena beste batentzat aukera bihurtuz.

Aldi berean, behien gorotzetik sortutako ximaurra beste baratza batzuetara eramaten da, behien hondakina baratzeke ongarrri bilakatuz.



ESP



FRA



BASOA: URTAROEN BEHATOKI



Basoak, inguruko mendietan ikusten ditugun zuhaitzak baino askoz ere gehiago dira. Ekosistema baten adibidea ulertzen laguntzen digute. Baso batean dauden izaki bizidun guztiak, animalia, landare, onddo eta bakteriak, elkarrekin bizi dira. Elkarren arteko beharra dute, orekaturik bizi baitira. Baina ekosistema horretan aldaketak eragiten badira oreka hori galdu eta ekosistema bera arriskuan jartzen da. Ekosistema horri ez dagozkion izaki bizidunak gehitzen edo desagertzen badira, ingurune horretako gainerako izaki bizidun guztiei eragingo die. Aldaketa horiek, ekosistema desagertzea edota bizi irauteko egokitzea ekar dezake.

Denok dakigu basoak ez direla beti berdinak, etengabeko aldaketan daude. Urtaro bakoitzaren arabera kolore, fruitu, edota izaki ezberdinak antzemateko gai gara. **Urtaroen aldaketa ziklikoa da, hau da, urtero errepikatzen den ekosistemen berezko aldaketa.** Masustak, gaztainak edota perretxikoak biltzera joateko ohitura handia dugu. Basoan, lore jangarriak aurkitu ditzakegu edota gaixotasunen aurrean laguntzen diguten sendabelarrak ere. Aipatutako fruitu edo landare guztiak ez ditugu urte sasoi guztietan aurkitzen, bakoitzak badu bere garaia. Ba al dakizu esaten noiz aurki dezakegu horietako baten bat?

Urtaroen aldaketa ziklikoak ekosistema guztietan gertatzen dira, horregatik elikagai guztiek dute sasoi bat, basokoak izan, baratzeakoak izan, bai eta itsasokoak izanda ere.



BA AL ZENEKIEN SORO ETA LORATEGIETAKO BELARRAK ERE BADUELA BERE SASOIA?

Belarra ez da beti modu berean hazten, temperatura jakin bat, argia, ura eta elikagaiak behar ditu. Elementu hauek behar bezala ez dituenean ez da hazten, bere burua babesteko erabiltzen duen modua da. Udazken amaiera zein neguaren hotzarekin belarraren handitzea eteten da eta udaberrietik aurrera, berriz hasten da. Urtaroak aurrera egin ahala lorezain zein baserritarrek belarrak moztzen ikus ditzakegu. Udako beroa gehiegizkoa denean ere, belarrak, babesteko modu bera bilatzen du eta temperatura goxatu artean hazteari uzten dio.

ESP



FRA



KONTSUMO TALDEAK: BARATZA, SASKI ETA DENDAK



Bertako elikagaien atzean, bertako nekazari, abeltzain eta ekoizle familiarik daude. Gertutasun horrek, elikagai horiek zeinek ekoiztu dituen ezagutzeko aukera ematen digu.

Kontsumitzaile edo erosle gisa tokiko elikagaiak non eskuratu argi izatea ez da beti erreza. Azokak ekoizleen produktuak lortzeko ohiko tokiak izan dira baina azokek egun eta ordutegi jakin bat dute eta ez da beti erraza, azoka egun, ekoizle eta kontsumitzaileek bat egitea.

Egoera horren aurrean, **ekoizle zein kontsumitzaileok elikagaiak saldu edota erosteko modu berriak bilatu behar izan ditugu**. Horren adibide dira kontsumo taldeak: kontsumitzaileak talde batean bildurik ekoizleen elikagaiak lortzeko sistema edota aukera berriak. **Kontsumo talde guztiak ez dira berdinak, gure eskualdean adibide ezberdinak ditugu eta ekoizle zein kontsumitzaileei elikagaiak banatzeko edo lortzeko aukera ezberdinak ematen dizkiete.**

Aukeren artean, kontsumo talde **dendak, baratza parte hartzaileak edota saski taldeak aurkitu ditzakegu** besteak beste. Gure eskualdean ekoizle eta kontsumitzaileen artean sortutako on-line azoka bat ere badugu. Kontsumo taldeen izaerak ezberdinak badira ere oinarri berdinak partekatzen dituzte:

- Sasoiko produktuak izatea.
- Elikagaiak modu naturalean ekoiztea.
- Tokiko ekonomiaren susperketa eta tokiko ekoizleentzako bidezkoagoa den ekonomia bat, bitartekariak gutxituz eta ekoiztutakoaren etekinak ekoizlearen onurarako dira.

KONTURALTU AL ZARA GURE ETXETIK GERTU EKOIZTUTAKO EDOZEIN JAKIK BIDE ASKOZ ERE MOTZ ETA ZUZENAGOA EGITEN DUELA GURE PLATERERA IRISTEKO?

Ekoizle eta kontsumitzaileen artean distantzia txikiagoa egoteak bitartekariak gutxiago izatea edota desagertzea esan nahi du. Ondorioz, garrariorako erregai gutxiago erabiltzea eragiten du edota elikagaiak fresko mantentzeko beharrezkoa den elektrizitatea erabili behar ez izatea. Horrek produktua ekologikoagoa eta merkeagoa izatea bermatzen du. Gainera, distantziak motzagoak direnez, produktuak freskoagoak iristen dira gure etxeetara.



ESP



FRA



BIDASOA TXINGUDIKO ELIKAGAIK

Labore
tergud



ideiak

ERAGILE KOMUNITARIOAK. ELIKADURA ERDIGUNEAN BESTEENTZAKO ERE

Ekoiizleen lan egiteko modu jasagarria eta kontsumitzaile arduratsuen antolatze moduak ikusi eta gero, elikagaiak era jasagarrian sortu, lortu eta erabiltzearen ibilbidea itxita geratzen dela irudi dezake. Baina pixka bat pentsatzen hasi ezker, gure egunerokotasunean ez dugu etxean prestatutakoa bakarrik jaten.

Jangelan, lanean, tabernan edo jatetxean, prestatutako janaria etxera eramatea, elikagaiak kontsumitzeko ohiko moduak dira. Ogia etxean egin badaiteke ere, askok eta askok egunero erosten dugu.

Baina etxetik kanpo ere, tokiko elikadura erdigunean jartzea eta besteei eskaintzea erabaki duten aukera gehiago non aurkitu daitezke? Zorionez, badaude gure eskualdean! Baten bat ezagutzen al duzu?

Okin edota taberna batzuk, janari prestatua eskaintzen duen denda edota ikastetxe bateko jangela ere! Eskaintza hauen atzean, **tokiko elikagaiak eraldatu eta besteentzako eskuragai jartzen dituzten pertsonak edota taldeak daude ere.**

Taldean, komunitatean edota sarean elikadura erdigunean jarri eta gure ingurumenaren alde ideiak garatu eta martxan jartzen baditugu, lortu dezakegunaren inpaktua handiagoa izango da. Horrek emaitza hobeagoak lortu ditzakegula esan nahi du. Azken finean, elkarrekin lan eginez indar handiagoa lortzen baita.



GURE ESKUALDEAN ZEIN PAUSO EMATEN JARRAITU BEHARKO GENUKE?

Tokiko elikadura erdigunean jartzen duten adibide asko egon daitezke Txinguditik haratago, ziu! Hemen eraldaketarako bidea pixkanaka hasi da baina pauso gehiago eman beharko ditugu ezta? Elkarrekin hasi gaitzke ideiak partekatzen eta proposamenak egiten, horregatik, beste tokietan martxan jarri diren adibideak ezagutzen badituzu edota ideia berriak baituzu, elkar banatu itzazu!

ESP



FRA



BIDASOA TXINGUDI KO ELIKAGAI AK

Labore
tergud



ideiak