

Zehirsiz Sofralar Mümkün



Dünyada ve Türkiye’de pek çok çiftçi toprağını iyileştirerek, biyolojik çeşitliliği koruyarak, birbirini destekleyen çeşitli ürünleri bir arada ekerek, mevsimsel ürünler yetiştirerek, yerel ve dayanıklı çeşitler kullanarak, doğanın döngülerini ve ayın hareketlerini gözlemleyip deneyimle elde ettikleri bilgileri kullanarak pestisit (tarım zehiri) ve sentetik gübre kullanmadan zehirsiz tarım yapıyor. Agroekolojik uygulamalar, çevreyle uyumlu bir üretimle dış girdi ihtiyaçlarını azaltırken ürün ve hizmet çeşitliliğini mümkün kılıyor, gelir olanaklarını çeşitlendiriyor. Endüstriyel tarımın neden olduğu tahribatın kontrol altına alınmasına yardımcı oluyor ve daha az enerji gerektiren uygulamalar

sayesinde iklim değişikliğinin etkilerinin azaltılmasına katkı sağlıyor. Dünyada ve Türkiye’de onarıcı tarım, organik tarım, biodinamik tarım, permakültür gibi agroekolojik uygulamalar hızla yaygınlaşıyor. Ancak tahribatın azalması ve toplumların sağlıklı beslenebilmesi için, doğa dostu üretim ve tüketimin daha geniş kitleler tarafından benimsenmesine ve kamu politikalarıyla yaygın kullanım alanı bulmasına ihtiyaç var. Bu nedenle tüketiciler olarak haklarımızı bilmemiz, karar alma süreçlerine katılmamız, ihtiyaç ve tercihlerimizi gözden geçirmemiz gerekiyor.



Haklarımızın farkında olun... Türkiye’nin de taraf olduğu Birleşmiş Milletler Evrensel Tüketici Hakları Bildirgesi ve Tüketicinin Korunması Hakkında Kanun’a göre, gıda dâhil satışa sunulan her türlü mal ve hizmetin insan yaşamı ve sağlığı açısından kullanıcıya zarar vermeyecek durumda olması gerekiyor. Kanun, gıdaların hem kendi sağlığımıza hem de çevrenin sağlığına zararlı veya tehlikeli olması durumunda gerekli açıklama, bilgi ve uyarıların ürün etiketlerinde açıkça görülebilecek şekilde konulmasını öngörüyor.



Katılımcı olun... Pestisitlerden vazgeçilerek doğa dostu tekniklere ve yöntemlere geçilmesi genel anlamda politika yapımcıların ve karar vericilerin, bireysel olarak da çiftçilerin inisiyatifinde gibi görünse de, bu konuda gerçekleştirilecek bir değişimde, tüketicilerin politik süreçlere müdahil olmasının rolü büyük. Bunun için gıda güvenliği, doğa dostu tarım ilkelerine dayalı yöntemlerin yaygınlaştırılması, sağlıklı gıda temini, biyolojik çeşitliliğin korunması, tüketici hakları gibi konularda çalışan sivil toplum kuruluşlarının ve inisiyatiflerin faaliyetlerine katılabilir veya katkıda bulunabilir; politika yapımcıların kararlarında etkili olacak kampanyaları destekleyebiliriz.

Gıda üretiminde yarı-sistemik ve sistemik pestisitler yaygın olarak kullanılıyor ve bu tip pestisitleri, bitkinin dokularına nüfuz ettiği için yıkama, kabuk soyma gibi bir yöntemle uzaklaştırmak olanaksız.



Mevsiminde ve yerel gıda tüketin... Her canlı gibi bitkilerin de belirli bir coğrafi bölge ya da iklime özgü genetik yapıları var ve bu yerel çeşitlerin her biri gün ışığı, nem ve sıcaklık gibi faktörlere ihtiyaç duyuyor. Mevsim dışı ve yerel çeşitliliği yansıtmayan tohumlardan yetiştirilen bitkiler alışık olmadıkları koşullara tabi tutuldukları için hastalıklara daha açık hale geliyor ve bu durum pestisit kullanımını artırıyor.

Mevsiminde ve yetiştirildiği coğrafi bölgenin şartlarına uyum sağlamış yerel tohumlardan yetiştirilen gıdalarda ise pestisit kullanımı genellikle daha az oluyor ya da hiç kullanılmıyor. Bilgi için: www.bugday.org/blog/neden-mevsimsel-beslenmeliyiz-hangi-ayda-hangi-meyve-sebze-yetisir



Doğa dostu alışverişin farklı yollarını keşfedin... Türkiye’de ekolojik tarımın son yıllarda hızlı gelişme göstermesinde, üretimlerinde hem insan hem de çevre sağlığını düşünen çiftçilerin yanı sıra, tüketici talebinin payı büyük. Tüketicinin talebindeki artış, doğa dostu üretim yapan çiftçiler için önemli bir motivasyon kaynağı.

Ülkemizde 2002’de 150 olan organik ürün çeşidi 20 yılda 268’e yükseldi. Aynı sürede 12 bin 428 olan çiftçi sayısı 44 bin 927’ye, 89 bin 827 hektar olan üretim alanı 310 bin 584 hektara çıktı. Organik sertifikalı veya doğa dostu yöntemlerle yetiştirilmiş gıdalar 20 yıl önce sadece birkaç doğal ürün dükkânında bulunabilirken, artan tüketici farkındalığı ve talebi sonucunda zehirsiz gıdaya ulaşmanın yolları gün geçtikçe çeşitleniyor.

Eğer gıdanızı kendiniz yetiştiriyorsanız ya da nasıl ürettiğinden emin olduğunuz çiftçilerle iletişim halindeyseniz, şanslısınız! Doğa dostu üretim yapan çiftçilere yerelde ulaşma şansınız yoksa, sayıları giderek artan ekolojik pazarlar, doğal ürün dükkânları, marketlerin organik ürün reyonları, üreticiden tüketiciye ürün kargosu, internetten ekolojik ürün satışları, gıda toplulukları ve tüketici kooperatifleri sağlıklı gıdaya ulaşmanın yolları arasında.



Organik sertifikalı ürünlere doğal ürün dükkânları, bazı marketler, e-ticaret sitelerinden ve organik pazarlardan ulaşabilirsiniz. Organik/Ekolojik ürünleri tadından, kokusundan, şeklinden, kısacası dış görünüşünden anlamak imkânsız. Bunu anlamanın tek yolu var: Etikete bakmak! Paketli ürünlerin etiketinde Tarım ve Orman Bakanlığı'nın organik tarım logosu, kontrol ve sertifika kuruluşu bilgileri ve organik tarım sertifika numarası ile "ekolojik tarım esaslarına göre üretilmiştir" yazısının bulunması gerekiyor. Organik taze sebze ve meyvelerde de satıcıdan, kontrol ve sertifika kuruluşunca verilen ürün sertifikasını ve sertifikada adı geçen üreticiden alındığını belgeleyen mali belgeyi isteyebilirsiniz.



Ekolojik/Organik pazarlar, üreticiler ile tüketicilerin doğrudan iletişim kurmasını sağlıyor. Buğday Ekolojik Yaşamı Destekleme Derneği tarafından Türkiye'de ilk kez Şişli Belediyesi işbirliğiyle 2006'da kurulan Şişli %100 Ekolojik Pazar'ın ardından organik pazarların sayısı, tüketici talebinin artışıyla 17'ye ulaştı. İstanbul'da Şişli, Kartal, Bakırköy, Küçükçekmece, Kadıköy, Beylikdüzü'nde, Ankara'da Ayrancı ve Çayyolu'nda, İzmir'de Bostanlı, Balçova ve yaz aylarında Çeşme'de, Eskişehir, İzmit, Konya ve Adana'da, mevsimsel olarak da Kayseri ve Burhaniye'de organik pazarlar kuruluyor. Bu pazarlarda taze sebze ve meyveden ekmek ve yumurtaya, tahıl ve kuru bakliyattan hayvansal ürünlere kadar zehirsiz üretilmiş çok çeşitli gıdaya ulaşılabilir. Bilgi için: www.ekolojikpazarlar.org



Üretici pazarları, hem mevsiminde yöresel ürünlerin bulunabileceği hem de üreticilerle doğrudan iletişim kurabileceğiniz yerler. Bu pazaryerlerinde zararlı kimyasallar kullanmadan üreten çiftçilerle kuracağınız güvene dayalı ilişkiler sayesinde, mevsiminde sağlıklı gıda alışverişi yapabilirsiniz. Üreticilere hastalık ve zararlılara karşı mücadelede kullandıkları yöntemler hakkında soru sorabilir, çiftlik ziyaretleri yaparak gıdanızı yetiştirenlerle daha yakın iletişim kurabilirsiniz.



Gıda toplulukları ve tüketici kooperatifleri, zehirsiz gıdaya ulaşma konusunda giderek yaygınlaşan alternatifler arasında yer alıyor. Doğa dostu üretim yaptığını bildiği ve güvendiği çiftçilerden belli periyotlarda sipariş vererek alışveriş eden topluluklar, ulaşmak istedikleri gıda konusunda kendi standartlarını belirleyerek (örneğin zehirsiz, yerel tohum, küçük ölçekli üretim, adil ticaret) sağlıklı gıdaya ulaşıyor. Katılımcı Onay Sistemleri (KOS) adı verilen bu sistemde üreticiler ve tüketiciler standartlara göre değerlendirme, denetim, toplu satın alma, lojistik ve dağıtım süreçlerine katılıyorlar. Türkiye'de, tarladan sofraya, gıdasının izlediği rotayı takip eden gıda topluluklarının sayısı giderek artıyor. Siz de dostlarınız, komşularınız ya da işyerindeki arkadaşlarınızla gıdanızda istediğiniz özelliklerde kendi kriterlerinizi belirleyerek gıda topluluğu oluşturabilir, belirli periyotlarla güvendiğiniz çiftçilerden toplu alışveriş yapabilirsiniz. Bilgi için: www.gidatopluluklari.org



Topluluk Destekli Tarım (TDT), gıda topluluklarının veya kişilerin, agroekolojik yöntemlerle yetiştiricilik yapan çiftçilere, zehirsiz üretim yapmaları karşılığında alım garantisi vererek gıda ihtiyaçlarını karşılamalarını esas alıyor. Günümüzde pek çok topluluk bu yöntem aracılığıyla zehirsiz gıdaya ulaşabiliyor. Topluluk üyeleri mevsimlik gıda ihtiyaçlarına göre çiftçilerle anlaşarak üretim masraflarına ortak oluyor ve alım garantisi veriyor. Böylece hem doğa dostu üretimin devamlılığına katkıda bulunuyor hem çiftçilerin pazar endişesini ortadan kaldırıyor hem de sağlıklı besleniyorlar.

Topluluk Destekli Tarım, üretici ve tüketici arasında aracısız bağlantı kurulmasını sağlarken, kır ile kent arasında zayıflamış olan bağların güçlenmesine de olanak tanıyor. 1960'ların ortasında Almanya, İsviçre ve Japonya'da gıda güvenliği konusundaki kaygılar sonucu ortaya çıkan bu sistem Türkiye'de de giderek yaygınlaşıyor. Günümüzde ABD'de 3 bine yakın TDT girişimi bulunuyor. Japonya'da, ülkenin önemli yaş ürün kaynağı durumundaki TDT sisteminin içinde milyonlarca kişi yer alıyor.

Bilgi için: www.gidatopluluklari.org



Haftalık ürün kutuları, zehirsiz gıdaya ulaşmak için en çok kullanılan yöntemlerden biri. Agroekolojik üretim yapan bazı çiftçiler belirli periyotlarda mevsimlik ürünlerinin listelerini yayınlayarak sipariş alıyor ve anlaşmalı kargo ile gönderim yapıyorlar.



Mahalle bostanları, balkon bahçeleri... Bazı şehirlerde, semt sakinlerinin ortaklaşarak ekip biçtiği mahalle bostanlarından ürün almak ya da balkon bahçenizde mutfak yeşilliklerinizi yetiştirmek hem topratla ve tohumlarla bağınızı güçlendirir hem de soranızı kendi yetiştirdiğiniz gıdalarla zenginleştirmenizi sağlar.



Gıda israfından kaçının... Araştırmalar dünyadaki açlık sorununun yetersiz gıda, yani üretimle ilgili olmadığını ortaya koyuyor. BM Gıda ve Tarım Örgütü (FAO) verilerine göre, açlığın asıl sebebi, gıdanın adaletsiz dağılımı nedeniyle yoksulların yeterli gıdaya ulaşamaması ve gıda israfı.

Günümüzde dünyada üretilen gıdanın üçte biri tarladan sofraya ulaşınca kadar çeşitli nedenlerle heba oluyor. Gıdaya adil erişimle birlikte israf sorununu aştığımızda, Türkiye ve dünya nüfusunun ekolojik tarım yöntemleriyle beslenmesinin mümkün olduğunu gösteren pek çok araştırma var. Bilgi için: www.bugday.org/blog/organik-tarim-dunya-nufusunu-besler