

# Lokální vs. globální potraviny

## 1. Základní info: Co máme na talíři?

Jídlo je naše nejsilnější spojení s přírodou. Průmyslové zemědělství a dálková doprava potravin však zanechávají obrovskou stopu. „Potravinokilometry" označují vzdálenost, kterou jídlo urazí, než se dostane k nám. Lokální jídlo je čerstvější, chutnější a podporuje krajinu v našem okolí.

## 2. Vývoj v čase: Jak to bylo před 40 lety a jak dnes?

- Před 40 lety: Strava byla striktně sezónní. Jahody byly v červnu, jablka v zimě. Exotické ovoce (banány, pomeranče) bylo vzácností jen na Vánoce. Lidé mnohem více zavařovali, uskladňovali brambory ve sklepích a maso pocházelo z místních chovů.
- Dnes: V supermarketech najdeme vše po celý rok. Můžeme mít jahody v prosinci (z Peru) nebo česnek z Číny. Jídlo je sice levné a dostupné, ale často bez chuti, plné chemie pro trvanlivost a cestuje přes půl světa v kamionech a letadlech.

## 3. Co můžeme dělat v každodenním životě?

- Sledovat původ: Upřednostňovat české potraviny a sezónní plodiny.
- Nákup od farmáře: Využívat farmářské trhy nebo bedýnkové systémy.
- Vlastní pěstování: I bylinky za oknem nebo rajčata na balkoně snižují naši ekologickou stopu.
- Omezení plýtvání: Nakupovat jen to, co sníme. Třetina vyrobeného jídla na světě se vyhodí.

## 4. Mezigenerační diskuse (Otázky pro vás):

1. (Pro seniora): Na jaké jídlo jsi se jako dítě nejvíce těšil/a, protože bylo dostupné jen v určitém období roku?
2. (Pro dospělého): Sleduješ na obalech, odkud jídlo pochází? Překvapila tě někdy země původu u nějaké běžné potraviny?
3. (Společná): Zkuste sestavit menu na společný oběd, které by se skládalo pouze ze surovin vypěstovaných v okruhu 50 km od vašeho bydliště. Co by to bylo?

Zdroj pro další studium: Skutečně zdravá škola (skutecnezdravaskola.cz) – sekce o sezónnosti a původu jídla.

Financováno Evropskou unií

Celý tento program probíhá v rámci projektu Erasmus+
„Potřebujeme se navzájem, společně jsme silnější ",
číslo projektu: 2024-2-CZ01-KA210-ADU-000285278

CENTRUM PRO RODINU A SOCIÁLNÍ PÉČI