



Βιολογικά Προϊόντα στη Ζωή μας

Δρ Κωνσταντίνος Μακρής

Ποιοι είμαστε;

- ▶ Εργαστήριο Νερό και Υγεία - Διεθνές Ινστιτούτο Κύπρου για την Περιβαλλοντική και Δημόσια Υγεία
- ▶ Πληθυσμιακές Μελέτες: Αξιολόγηση έκθεσης ανθρώπου σε χημικές ουσίες που βρίσκονται στο περιβάλλον και των επιπτώσεων τους στη δημιουργία χρόνιων νοσημάτων

water^{and}
health
laboratory



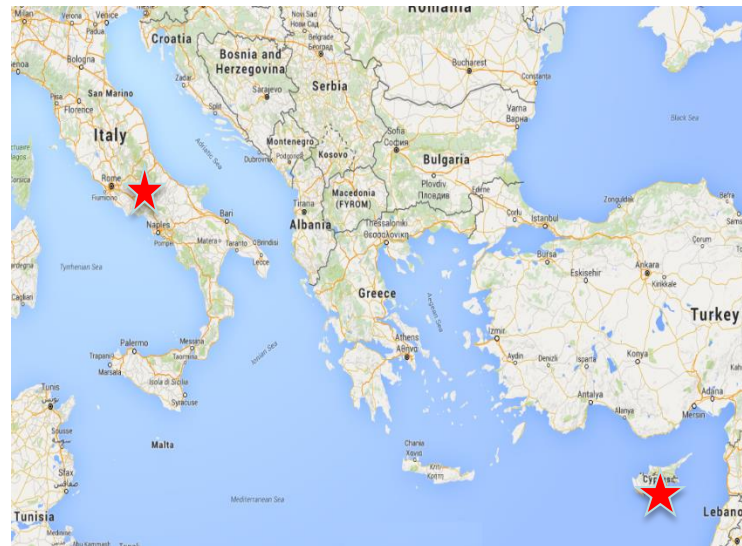
CYPRUS INTERNATIONAL INSTITUTE
FOR ENVIRONMENTAL AND PUBLIC HEALTH

ΕΡΓΟ ORGANIKO LIFE+



▶ Το διακρατικό έργο μεταξύ Κύπρου και Ιταλίας ORGANIKO LIFE+ έχει ως στόχους:

- ▶ να αναδείξει τα συγκριτικά πλεονεκτήματα της βιολογικής έναντι της συμβατικής γεωργίας και των διατροφικών προϊόντων της ενταγμένα σε ένα ολιστικό πλαίσιο βελτίωσης ποιότητας ζωής και υγείας για τη μέση οικογένεια της Κύπρου,
- ▶ να τονώσει την τροφοδότηση της Κυπριακής αγοράς με τοπικά βιολογικά προϊόντα αυξάνοντας την κατανάλωσή τους χρησιμοποιώντας:
 - ▶ Δείκτες απόδοσης μετριάσμου της κλιματικής αλλαγής
 - ▶ Βιοδείκτες έκθεσης σε φυτοφάρμακα όταν παιδιά δημοτικού ακολουθούν βιολογική διαίτα



- ▶ Εταίροι: Τεχνολογικό Πανεπιστήμιο Κύπρου (συντονιστής), Ινστιτούτο Γεωργικών Ερευνών (Κύπρος), Τμήμα Περιβάλλοντος (Κύπρος) και Kyoto Club (Ιταλία).

Τι είναι η βιολογική παραγωγή;

- ▶ Σύστημα παραγωγής τροφίμων
 - ▶ Προστασία φυσικών πόρων
 - ▶ Βιοποικιλότητα
 - ▶ Ευημερία ζώων



Βιολογική γεωργία

- ▶ Χρήση βιολογικών σπόρων
- ▶ Χρήση βιώσιμων πρακτικών καλλιέργειας
- ▶ Χρήση φυσικών λιπασμάτων & βιολογικών φαρμάκων καταπολέμησης παρασίτων και βιολογικών εχθρών των καλλιεργειών



Γιατί τα βιολογικά προϊόντα είναι πιο ακριβά από τα συμβατικά;

- ▶ Μικρή ζήτηση - Περιορισμένη προσφορά
- ▶ Υψηλό κόστος παραγωγής
- ▶ Τεχνικές βιολογικής καλλιέργειας
- ▶ Κόστος μεταφοράς και εμπορίας

- ▶ Το κόστος περιλαμβάνει:
 - ▶ Προστασία περιβάλλοντος
 - ▶ Μετριασμός ρύπανσης
 - ▶ Υψηλά πρότυπα για την καλή διαβίωση των ζώων

Προδιαγραφές βιολογικών προϊόντων (ΕΕ)

- ▶ Σεβασμός βιολογικών συστημάτων και κύκλων αμεμψισποράς
- ▶ Υψηλό επίπεδο βιοποικιλότητας
- ▶ Ορθή χρήση ενέργειας & φυσικών πόρων
- ▶ Απαγορεύεται η χρήση ιονίζουσας ακτινοβολίας
- ▶ Απαγορεύεται η χρήση γενετικά τροποποιημένων οργανισμών
- ▶ Βιολογικά τρόφιμα: τουλάχιστον $\geq 95\%$ βιολογικά συστατικά



Από τη φάρμα στο πιάτο μας!



Βιολογική φάρμα



Έλεγχος-
Πιστοποίηση



Μικρά
καταστήματα,
Υπεραγορές



Καταναλωτής,
Ομάδες Καταναλωτών

ΒΙΟΛΟΓΙΚΗ ΙΧΘΥΟΚΑΛΛΙΕΡΓΕΙΑ

- ▶ Τα βιολογικά ψάρια είναι υγιεινά και ασφαλή μιας και τηρούν τις παρακάτω δικλείδες ασφάλειας και πιστοποίησης:
 - ▶ Μεγάλη επιφάνεια θαλάσσης για βόσκηση
 - ▶ Απαγορεύεται η προφυλακτική χρήση αντιβιοτικών και αναπαραγωγικών ορμονών



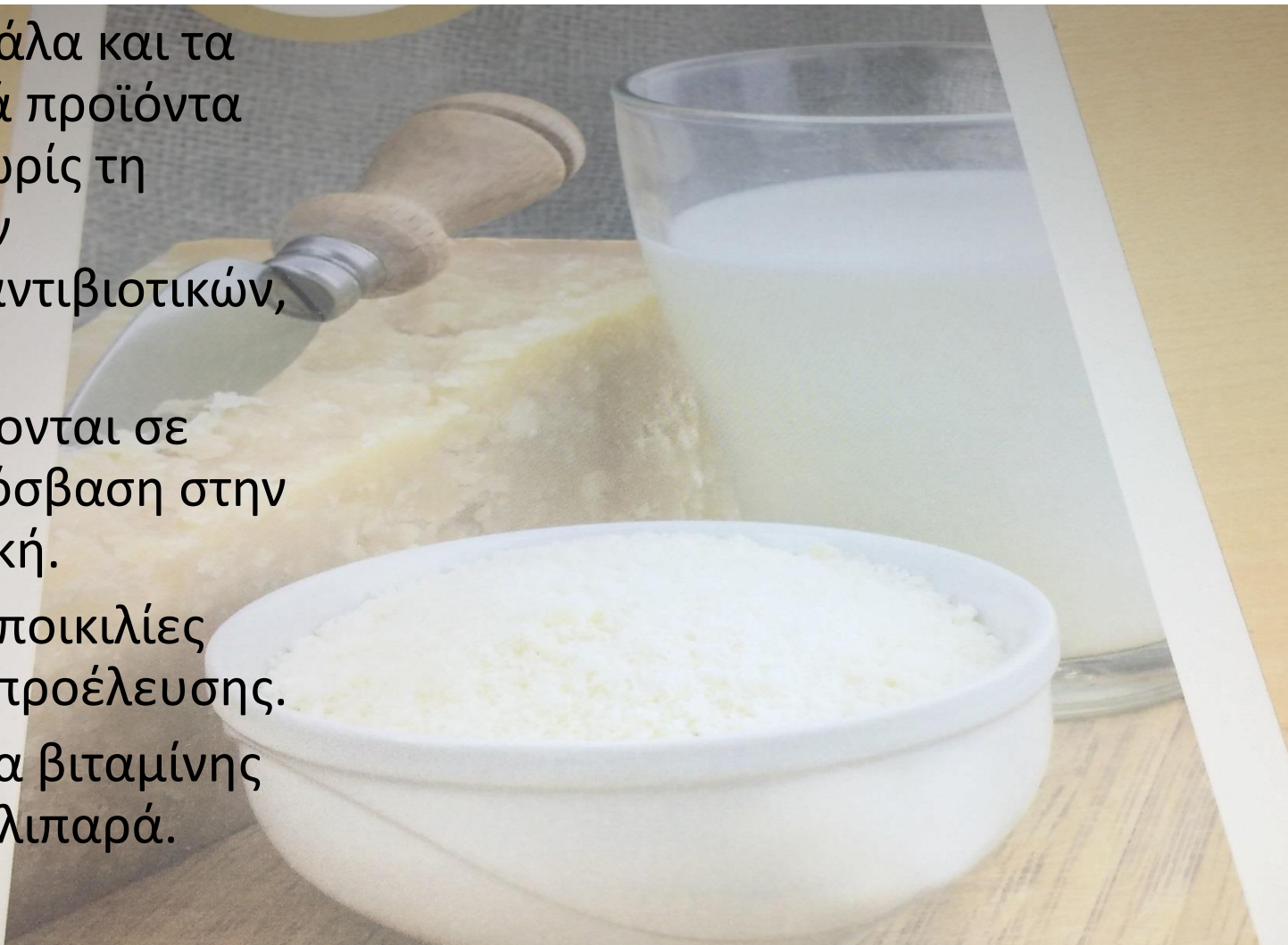
ΒΙΟΛΟΓΙΚΗ ΚΤΗΝΟΤΡΟΦΙΑ

- ▶ Ορμόνες και αντιβιοτικά απαγορεύονται, εκτός σε περιπτώσεις κτηνιατρικής θεραπευτικής αγωγής
- ▶ Ευημερία & καλή διαβίωση ζώων
 - ▶ Δεν επιτρέπεται η πρόσδεση
 - ▶ Επαρκής χώρος
 - ▶ Πρόσβαση σε αέρα και φως
- ▶ Βιολογικές ζωοτροφές
- ▶ Ελάχιστη ταλαιπωρία



ΒΙΟΛΟΓΙΚΟ ΓΑΛΑ ΚΑΙ ΓΑΛΑΚΤΟΚΟΜΙΚΑ

- ▶ Το βιολογικό γάλα και τα γαλακτοκομικά προϊόντα παράγονται χωρίς τη χρήση χημικών λιπασμάτων, αντιβιοτικών, ορμονών.
- ▶ Τα ζώα στεγάζονται σε χώρους με πρόσβαση στην ελεύθερη βοσκή.
- ▶ Προτιμούνται ποικιλίες ζώων τοπικής προέλευσης.
- ▶ Υψηλά επίπεδα βιταμίνης Ε και ωμέγα 3 λιπαρά.



ΒΙΟΛΟΓΙΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ

- ▶ Το έξτρα παρθένο βιολογικό ελαιόλαδο αποτελεί ένα από τα βασικά συστατικά της Μεσογειακής διαίτας.
- ▶ Ιδιότητες όπως, μεγάλη θρεπτική αξία και αντιοξειδωτικά στο συμβατικό ελαιόλαδο εμφανίζονται ακόμη πιο έντονα στο βιολογικό ελαιόλαδο.
- ▶ Συχνά η συλλογή ελιών γίνεται με τα χέρια για προστασία οργανοληπτικών και υγιεινών ιδιοτήτων.

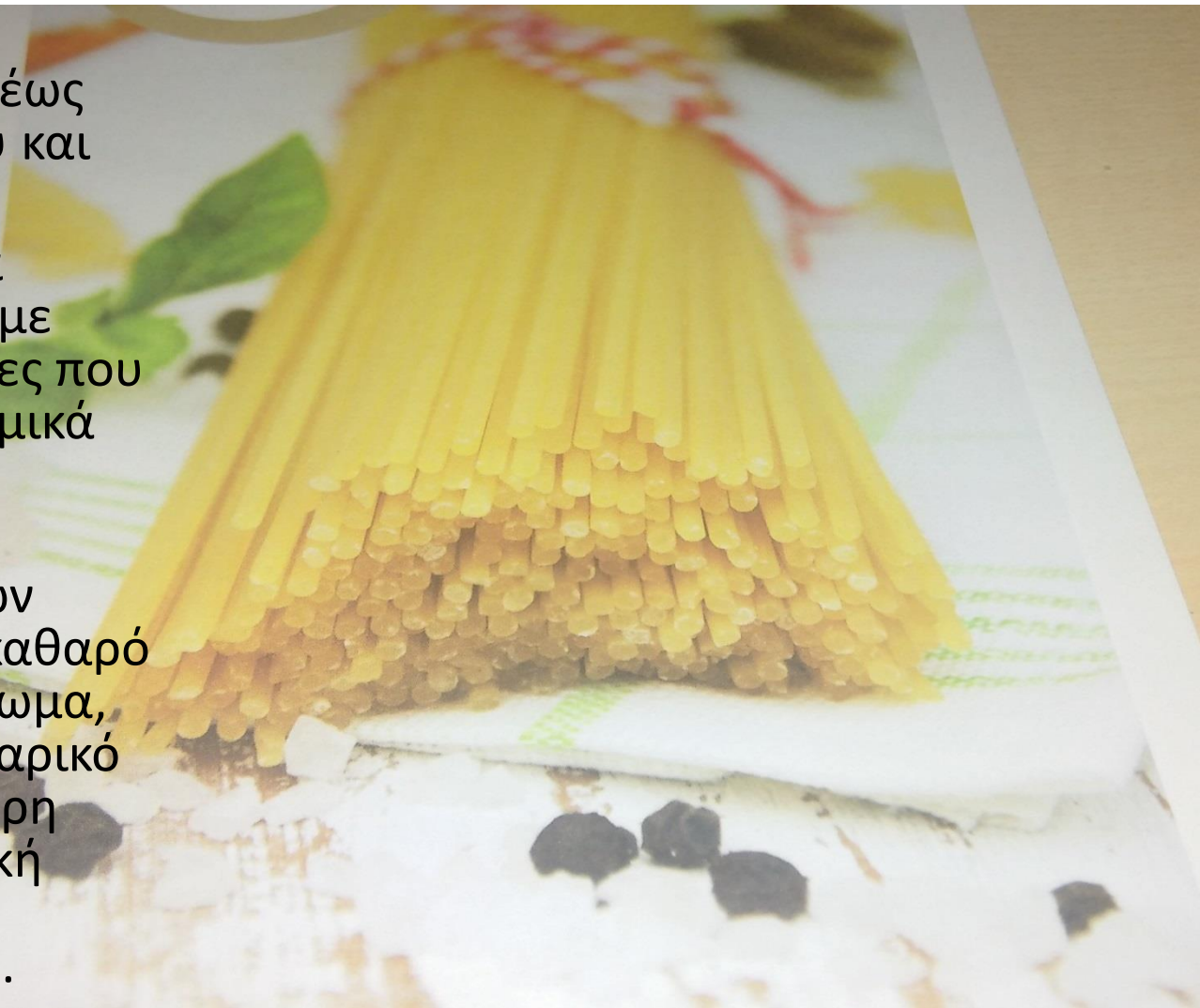


ΒΙΟΛΟΓΙΚΟ ΜΕΛΙ

- ▶ Το μέλι είναι γνωστό για τις θρεπτικές του ιδιότητες και χρησιμοποιείται ευρέως για παραγωγή καλλυντικών και προϊόντων προσωπικής φροντίδας αλλά και για παραγωγή φαρμάκων.
- ▶ Οι κυψέλες πρέπει να βρίσκονται σε επιφάνεια όπου υπάρχουν βιολογικές γεωργικές καλλιέργειες.
- ▶ Οι κυψέλες πρέπει να βρίσκονται τουλάχιστον 3 χιλιόμετρα μακριά από εργοστάσια, συμβατικές γεωργικές καλλιέργειες, χωματερές.
- ▶ Απαγορεύεται η χρήση αντιβιοτικών, φυτοφαρμάκων.
- ▶ Το κερί για την επικάλυψη κυψελών δεν πρέπει να έχει καθόλου φυτοφάρμακα και οι κυψέλες πρέπει να είναι φτιαγμένες με φυσικά υλικά.

ΒΙΟΛΟΓΙΚΑ ΖΥΜΑΡΙΚΑ ΚΑΙ ΨΩΜΙ

- ▶ Σιτάρι και κριθάρι χρησιμοποιούνται ευρέως για παραγωγή ψωμιού και ζυμαρικών.
- ▶ Τα βιολογικά ζυμαρικά πρέπει να παραχθούν με αλεύρι από πρώτες ύλες που δεν ψεκάστηκαν με χημικά φυτοφάρμακα και λιπάσματα.
- ▶ Πλάσιμο των ζυμαρικών γίνεται μόνο με κρύο καθαρό νερό και φυσικό στέγνωμα, προσδίδοντας στο ζυμαρικό και στο ψωμί υψηλότερη θρεπτική και ενεργειακή αξία και χαμηλότερη συγκέντρωση λιπαρών.



ΒΙΟΛΟΓΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ: ΝΕΟΣ ΤΡΟΠΟΣ ΖΩΗΣ -- LIFESTYLE

- ▶ Κουλτούρα βιολογικών τροφών διάχυτη σε αρκετές προηγμένες χώρες της Ευρώπης, αλλά και στην Αμερική.
- ▶ Προωθούμε τα πιστοποιημένα βιολογικά προϊόντα σαν ένα μέρος ολιστικής αειφορικής επαναπροσέγγισης του σημερινού τρόπου ζωής μας.



Βιολογικά τρόφιμα σε σχολεία

► Λόγοι

- Προστατεύεται το περιβάλλον και τα ζώα
- Οι μαθητές τρέφονται με πιο υγιεινό φαγητό
- Καλύτερη εφαρμογή των Πράσινων Συμβάσεων της Ευρωπαϊκής Ένωσης

► Παράδειγμα: Δήμος Ρώμης

- 150000 βιολογικά γεύματα κάθε μέρα (50% ημερήσιας διατροφής στο σχολείο με βιολογικά)
- Μαθήματα σχετικά με τη υγιεινή διατροφή στην τάξη
- Φυλλάδια με πληροφορίες για τους γονείς και τα παιδιά
- Επισκέψεις σε βιολογικά αγροκτήματα



Βιολογικά τρόφιμα και κοινωνική προσφορά

- ▶ Άτομα με αναπηρίες ή με προβλήματα επανένταξης
 - ▶ Προσφορά εργασίας σε βιολογικές φάρμες
 - ▶ Σταδιακή κοινωνική επανένταξη και αλληλεγγύη
- ▶ Ομάδες Φίλων και Γειτόνων
 - ▶ Σύσταση ομάδων αγοράς βιολογικών προϊόντων
 - ▶ Συστηματική αγορά και ελάχιστη κατανάλωση



ΔΥΝΑΜΙΚΗ βιολογικών προϊόντων και κοινωνική προσφορά

- ▶ Αύξηση επιφάνειας καλλιεργήσιμης γης με βιολογικά
 - ▶ Σουηδία και Αυστρία έχουν 20% της γης τους καλυπτόμενη με βιολογικές καλλιέργειες
 - ▶ Σταδιακή κοινωνική επανένταξη και αλληλεγγύη
- ▶ Δημιουργία νέων θέσεων εργασίας, εκτός της παραγωγής βιολογικών προϊόντων
 - ▶ Συσκευασία και μεταποίηση
 - ▶ Παράδοση σε καταστήματα, ιδιώτες, οικογένειες, ομάδες ατόμων
 - ▶ Εστιατόρια με βιολογικές συνταγές
- ▶ Αύξηση πληθώρας και ποικιλίας βιολογικών προϊόντων για παιδιά
 - ▶ Νηπιακής και προσχολικής ηλικίας
 - ▶ Παιδικές τροφές, γάλα κτλ.

Ποια είναι τα πλεονεκτήματα των βιολογικών τροφίμων;

- ▶ Υγεία
 - ▶ Χαμηλότερα υπολείμματα φυτοφαρμάκων
 - ▶ Μικρότερο ρίσκο νευροδιανοητικών διαταραχών σε παιδιά
 - ▶ Υψηλότερα επίπεδα αντιοξειδωτικών
 - ▶ Χαμηλότερα επίπεδα βαρέων μετάλλων (π.χ. κάδμιο)
- ▶ Περιβάλλον
 - ▶ Μείωση κινδύνου ρύπανσης υπόγειων υδάτων
 - ▶ Μεγαλύτερη αποθήκευση διοξειδίου του άνθρακα
 - ▶ Μεγαλύτερη βιοποικιλότητα
- ▶ Ζώα
 - ▶ Καλύτερες συνθήκες διαβίωσης
 - ▶ Μηδαμινή χρήση αντιβιοτικών και ορμονών

Στοιχεία επικοινωνίας

- ▶ Ηλ. Ταχυδρομείο: info@organikolife.com
- ▶ Τηλ: 25002282
- ▶ Ιστοσελίδα: <http://organikolife.com>
- ▶ Facebook: <http://facebook.com/organiko.project>
- ▶ Twitter: [@OrganikoLife](https://twitter.com/OrganikoLife)
- ▶ Διεθνές Ινστιτούτο Κύπρου για την Περιβαλλοντική και Δημόσια Υγεία: <http://web.cut.ac.cy/cii/>
- ▶ Εργαστήριο Νερό και Υγεία: <http://web.cut.ac.cy/waterandhealth>