

OSNOVNA ŠOLA KARLA DESTOVNIKA-KAJUHA ŠOŠTANJ
KOROŠKA CESTA 7, 3325 ŠOŠTANJ

MLADI RAZISKOVALCI ZA RAZVOJ ŠALEŠKE DOLINE

RAZISKOVALNA NALOGA

ŽIVLJENJE S HRANO, PRIDELANO NA ZDRAV NAČIN

Tematsko področje: BIOLOGIJA/SOCIOLOGIJA

Avtorja:

Lovro Pečnik, 9. razred,
Marko Plankelej, 9. razred

Mentorica:

Maja Ahtik Požegar, univ. dipl. psih.

Šoštanj, 2013

Raziskovalna naloga je bila opravljena na Osnovni šoli Karla Destovnika-Kajuha Šoštanj.

Mentorica: Maja Ahtik Požegar, univ. dipl. psih.

Datum predstavitve:

KLJUČNA DOKUMENTACIJSKA INFORMACIJA

ŠD OŠ Karla Destovnika-Kajuha Šoštanj, šolsko leto 2012/2013
KG hrana/eko-bio/zdrava prehrana
AV PEČNIK, Lovro/ PLANKELJ, Marko
SA AHTIK POŽEGAR, Maja
KZ 3325 Šoštanj, SLO, Koroška cesta 7
ZA OŠ Karla Destovnika-Kajuha Šoštanj
LI 2013
IN **ŽIVLJENJE S HRANO PRIDELANO NA ZDRAV NAČIN**
TD Raziskovalna naloga
OP VI, 39s, 5 graf., 9 sl., 3 pril., 12 vir.
IJ SL
JI sl

AI V vsakdanjem življenju slišiš veliko govoric glede bio hrano, zato sva se midva odločila to malce raziskati. V raziskovalni je navedeno, zakaj je bio hrana resnično na zdrav način pridelana in ne ogroža našega zdravja. Pri otrocih in starših sva raziskala, kaj si mislijo o bio hrani in ali ji sploh verjamejo. Koliko otrokom in staršem je sploh pomembno prehranjevanje z zdravo hrano? Kje starši v okolici Šoštanja kupujejo zelenjavo? Na vsa ta vprašanja so odgovori navedeni v raziskovalni. Vse hipoteze so bile potrjene. Glede nato, kje živijo ljudje in koliko so stari imajo zelo podobne odgovore, zato sva večinoma vse združila, ločila sva le otroke stran od staršev. Da sva lažje ovrgla ali sprejela hipoteze sva vse odgovore, ki so se nama zdeli pomembni uprizorila v grafih. Raziskala sva tudi, kaj morajo kmetije postoriti, da si pridobijo naziv ekološka kmetije. Zato sva opravila tudi intervju z lastnico ekološke kmetije Ocepek.

Seznam krajšav:

-EU-Evropska unija

Kazalo vsebine

1	UVOD.....	1
1.1	Namen naloge.....	1
1.2	Cilji	1
1.3	Hipoteze.....	2
2	PREGLED OBJAV.....	3
2.1	Zakaj bi bilo bolje jesti zdravo eko-bio hrano?	3
2.2	Kaj je biodinamična pridelava hrane?	4
2.3	Ali je lahko tudi meso bio?	4
2.4	Bio hrana v trgovini.....	5
2.5	Kakšna je razlika med bio(loško) in eko(loško) hrano?.....	5
2.6	Oznake na ekološko pridelanih izdelkih	6
2.6.1	Blagovna znamka Mercator bio	6
2.6.2	Blagovna znamka Spar Natur pur	6
2.6.3	Blagovna znamka Biodar	7
2.6.4	Organic farming	7
2.6.5	Blagovna znamka Demeter.....	7
2.6.6	Naturland.....	8
2.6.7	Nemška ekološka oznaka.....	8
2.6.8	Sonnentor	8
3	METODE DELA.....	10
3.1	Izbor anketirancev	10
3.2	Anketa in njena izvedba.....	10
3.3	Obdelava podatkov.....	10
3.4	Intervju z lastnikom bio-eko kmetije	10
4	REZULTATI.....	11
4.1	Koliko otrokom v okolici Šoštanja, se jim zdi pomembno, če je hrana bio?	11
4.2	Koliko staršev verjame, da je bio hrana resnično na zdrav način pridelana?.....	12
4.3	Koliko ljudi v okolici Šoštanja ima doma vrtove in njive?.....	13
4.4	Koliko otrok v okolici Šoštanja raje jè zelenjavo iz vrta oz. raje kupuje bio hrano iz trgovine? 14	
4.5	Kje starši v okolici Šoštanja raje kupijo zelenjavo in sadje?.....	15

5	DISKUSIJA.....	16
6	SKLEP.....	18
7	POVZETEK	19
8	ZAHVALA	20
9	PRILOGE	21
9.1	Priloga A.....	21
9.2	Priloga B-anketa-otroci.....	22
9.3	Priloga C-anketa-odrasli.....	26
10	VIRI IN LITERATURA	30
10.1	Literatura	30
10.2	Viri slik	30
10.3	Slušni viri.....	30

Kazalo slik

Slika 1: Mercator bio izdelki	6
Slika 2: Spar Natur pur izdelki.	6
Slika 3: Znak slovenskega združenja bio pridelovalcev	7
Slika 4: Evropska oznaka ekološko pridelane hrane.....	7
Slika 5: Blagovna oznaka za pridelke bio-DEMETER.....	7
Slika 6: Mednarodno združenje za ekološko pridelavo NATURLAND	8
Slika 7: Nemška oznaka za ekološko pridelane izdelke	8
Slika 8: Izdelki s kontrolirano ekološko pridelavo	8
Slika 9: Enotni znak EU za ekološko pridelavo	9

Kazalo grafov

Graf 1: Koliko otrokom v okolici Šoštanja, se jim zdi pomembno, če je hrana bio?	11
Graf 2: Koliko staršev verjame, da je bio hrana resnično na zdrav način pridelana?	12
Graf 3: Koliko ljudi v okolici Šoštanja ima doma vrtove in njive?.....	13
Graf 4: Koliko otrok v okolici Šoštanja raje jè zelenjavo iz vrta oz. raje kupuje bio hrano iz trgovine?	14
Graf 5: Kje starši v okolici Šoštanja raje kupijo zelenjavo in sadje?	15

1 UVOD

1.1 Namen naloge

Prideš v trgovino, vzameš najcenejšo hrano in odideš na blagajno. Ali pa je res tisto najcenejše vedno sveže in zdravo? Ali ne bi bilo bolje dati kakšen evro več in kupiti raje resnično naravno in eko hrano na kmetijah?

S tem vprašanjem sva se že dolgo ubadala in odločila sva se, da raziščeva, zakaj je tako. Zakaj ljudje preprosto ne ustvarijo svojega vrta ali pa odidejo h kakšnemu bližjemu kmetu in od njega, čeprav za rahlo višjo ceno, odkupijo hrano. Zakaj raje odidejo v trgovino in kupijo tisto, kar jim pride prvo v roke. Ljudje preprosto verjamejo v vse, kar je napisano zraven izdelkov v trgovini. Ampak, ali se zavedajo, kaj vse se je pred tem že zgodilo s tem npr. sadjem, kaj vse so storili z njim, od škropljenja pa vse tja do prevoza do trgovskih polic in še in še bi se lahko naštevalo. Ampak ne. Večina ljudi kupi v trgovini in se ne ozirajo na ostale kmete v Sloveniji, ki propadajo, ker preprosto nimajo komu prodajati svoje hrane. Raje kupujemo tuje izdelke kakor pa naše slovenske. Primer: ker so ljudje prezaposleni in preobremenjeni ali pa so preprosto preveč »leni« grede v trgovino, kupijo najcenejšo hrano (ne glede na to ali je eko ali pa je povsem navadna, večkrat škropljena) ter odidejo domov. Če pa bi si ljudje vzeli malo več časa, bi si lahko doma naredili mali vrt ter si sami pridelovali hrano. S tem bi pridobili nekaj denarja ter vedeli, kaj jedo. Pa vendar se to najverjetneje ne bo zgodilo čez noč, ampak bo potrebno veliko več časa, da bodo ljudje ugotovili, da delajo veliko napako s tem.

Kupci hrane ne delimo na eko in »ne-eko«, na škropljeno in neškropljeno, na zdravo in nezdravo... delimo jih večinoma le po ceni. Vendar zakaj? Zakaj verjamemo vsemu kar napišejo v trgovini?

1.2 Cilji

Najini cilji so:

-prepričati ljudi, da naj ne kupujejo sadja in zelenjave v trgovini, ampak si jo pridelajo doma, če pa že te možnosti nimajo, pa naj jo kupujejo v trgovini z bio-eko oznako,

-ugotoviti, koliko, če že sploh, zaupajo bio-eko izdelkom,

-ugotoviti, kako pomembno je ljudem uživanje zdrave hrane in hkrati živeti na zdrav način,

-ugotoviti, koliko ljudi ima doma vrt.

1.3 Hipoteze

H1: Večini anketiranih otrok se zdi pomembno, da je hrana bio.

H2: Večina staršev verjame, da je bio hrana resnično pridelana na zdrav način.

H3: Večina anketirancev ima doma vrt.

H4: Večina anketiranih otrok raje jè zelenjavo iz vrta kot pa iz trgovine.

H5: Večina anketiranih ljudi zelenjavo kupuje na tržnici.

2 PREGLED OBJAV

2.1 Zakaj bi bilo bolje jesti zdravo eko-bio hrano?

Pred 100 leti je bilo ekološko kmetijstvo običajno in hkrati edino, vse dokler vanj ni posegla agrarna industrija. Danes se trend vračanja k naravi počasi vrača. Vse več je tudi ljudi, ki ugotavljajo, da so ekološka živila bolj zdrava in tudi po okusu boljša (Topolovec, 2009).

Večina ljudi bi rada jedla zdravo hrano in tem ljudem kmetovalci, strokovnjaki na tem področju svetujejo, naj v trgovini vzamejo hrano z oznako bio-eko. A pri tem odgovoru nastane veliko vprašanje, zakaj je ravno bio-eko hrana bolj zdrava od tiste brez te oznake.

Ta bio-eko hrana je zelo rahlo prebavljiva, polnovredna, brez umetnih dodatkov in brez genetsko spremenjenih organizmov. Zaželeno je tudi zaradi tega, ker ne obremenjuje organizma z različnimi pesticidi in drugimi nezaželenimi snovmi. Daje čisti vir energije, brez škodljivih sestavin. Način pridobivanja je prijazen naravi in živalim. Z uživanjem te hrane se zmanjša možnost obolenja z rakom, prav tako se izboljša imunski sistem (Priročnik za bruce 2007). Eko hrana raste počasneje, posledica tega je postopno nabiranje hranljivih snovi. Zaradi vseh teh vsebin je zelo zdrava in priporočljiva. Veliko je bilo že izvedenih raziskav na tem področju. Med leti 1995 in 2003 je bilo izvedenih sedem študij, ki so primerjale živila rastlinskega izvora (iz ekološke in konvencionalne pridelave). Rezultat vseh je jasn: ekološko pridelana živila vsebujejo manj pesticidov in nitratov, zato pa občutno več vitamina C in sekundarnih snovi (pri bio zelenjavi do 50%) in so veliko bolj okusna. Gre za substance, ki delujejo antioksidativno, protimikrobno, krepijo imunski sistem, delujejo proti vnetjem, preprečujejo raka. Bio sadje in zelenjava vsebujeta več antioksidantov (npr. polifenolov). Tudi delež suhe snovi je v ekološko pridelani listnati, koreninasti in gomoljni zelenjavi do 20% višji. Vse to vpliva na okus, ki je pri ekoloških izdelkih intenzivnejši.

Uživanje ekološke hrane ima neposreden učinek na zmanjšanje vsebnosti pesticidov v urinu, kar so dokazali z epidemiološko raziskavo, izvedeno na dveh skupinah študentov na Univerzi v Mariboru na Fakulteti za kmetijstvo in bio sistemske vede (Topolovec, 2009).

2.2 Kaj je biodinamična pridelava hrane?

Velikokrat lahko v prispevkih o bio/eko hrani zasledimo pojem biodinamična pridelava hrane. Ta besedna zveza je zelo pogosta, a kaj ko večina ljudi ne ve, kaj sploh pomeni biodinamična pridelava hrane.

Kadar govorimo o biodinamični pridelavi hrane, imamo v mislih predvsem biodinamično poljedelstvo. V ta krog pridelave sodijo predvsem kmetje. Za biodinamično poljedelstvo veljajo vsa pravila kot v ekološki predelavi, vendar pa so ta pravila v marsičem še precej bolj stroga, odnos do pridelave pa je še bolj natančen, celosten. Tako morajo biodinamični kmetovalci uporabiti krmo, hrano za živali iz biodinamične pridelave, živali imajo bolj natančno, skrbno oskrbo, uporabljajo se le zreli komposti, ne pa nezreli hlevski gnoj in gnojnica. Biodinamiki uporabljajo le tradicionalna semena in semena vzgojena doma, zdravje zemlje in rastlin pa izboljšujejo tudi s pripravki iz zdravilnih rastlin. Pri delu se upošteva setveni koledar Marie Thun, kar zagotavlja še večjo vitalnost rastlin. Na setvenemu koledarju Marie Thun je za vsako rastlino napisano kdaj se seje (točno določen datum) in kdaj ga pobiramo. To zadnje je še posebej pomembno, saj to maksimira njegovo vsebnost zdravilnih snovi in hranil (Topolovec, 2009)

2.3 Ali je lahko tudi meso bio?

Odločitev za prehranjevanje z biološko pridelano hrano ni nujno odločitev za vegetarijanski ali veganski način življenja. Sodobna bio mesna proizvodnja hrani živali z naravno hranljivimi snovmi, brez umetnih prehranskih dodatkov in hrane živalskega izvora, kot je npr. kostna moka, poleg tega pa skušajo z njimi tudi humano ravnati. Tako se na bio kmetijah prašički prosto sprehajajo. S tem, ko jim je omogočeno prosto gibanje in čim manjša izpostavljenost stresu, vsekakor vplivajo na kakovost in neoporečnost njihovih proizvodov. Priporočljivi sta dve glavi živine na hektar obdelovalne površine (Priročnik za bruce 2007, Študentska prehrana).

2.4 Bio hrana v trgovini

Velikokrat se je že zgodilo, da je imel izdelek oznako bio/eko, pa sploh ni bil pridelan na zdrav način. Ali lahko sploh zaupamo tem oznakam?

Oznaka bio je lahko dodana vsakemu proizvodu, ki ustreza minimalnim zahtevam Evropske unije. A to še zdaleč ne pomeni, da je res brezmadežen. Pri prodaji pridelkov in živil z označbo »ekološki« mora biti na vpogled certifikat pri prodajalcu. Pogoji za pridobitev certifikata so opisani v Pravilniku o ekološki pridelavi in predelavi kmetijskih pridelkov oziroma živil. V Sloveniji je povpraševanje vsekakor večje kot ponudba. Ekološka živila lahko kupimo na samih kmetijah ali na posebnih eko tržnicah: v Ljubljani, Mariboru, Novem mestu, Celju, Kranju, Tolminu in drugod. Specializirane trgovine z EKO certifikatom svoje izdelke prodajajo v trgovinah in na spletu, določene artikle iz bio ponudbe pa lahko dobimo tudi v večjih trgovskih centrih. Spar Slovenija je bil prvi na slovenskem trgu, ki je pred več kot 10 leti uvedel lastno znamko izdelkov iz ekološke pridelave Spar Natur*Pur, ki združuje najboljše, kar daje narava (Priročnik za bruce, 2007)

2.5 Kakšna je razlika med bio(loško) in eko(loško) hrano?

Izraz ekološko se pojavlja šele od prejšnjega stoletja. Ta način razmišljanja se je začel, ko so opazili, da obstaja določena hrana, ki ima v sebi določene kemične dodatke in je pridelana s pomočjo umetnih gnojil, pesticidov, herbicidov in da obstaja določena hrana, ki je pridelana na naravi bolj prijazen način, brez »kemije«. Torej tej naravni hrani se reče ekološka, drugi hrani pa konvencionalna, pridelana na konvencionalen način. Na območju Slovenije se vsa taka zdrava hrana označuje z ekološko, mnoga živila pa imajo še dodatne oznake kot so biološko, bio, eko,... (<http://www.matejadereani.si/S20100/D46/Eko+in+bio>)

2.6 Oznake na ekološko pridelanih izdelkih

2.6.1 Blagovna znamka Mercator bio



Slika 1: Mercator bio izdelki

2.6.2 Blagovna znamka Spar Natur pur



Slika 2: Spar Natur pur izdelki.

2.6.3 Blagovna znamka Biodar



Slika 3: Znak slovenskega združenja bio pridelovalcev

2.6.4 Organic farming



Slika 4: Evropska oznaka ekološko pridelane hrane

2.6.5 Blagovna znamka Demeter

Blagovna znamka Demeter je bila ustanovljena leta 1928. Uveden je bil prvi znak za biološko –dinamično kmetijstvo. Od takrat se je povečevalo število znakov, kot se je povečevalo število bio dinamičnih združenj po vsem svetu.



Slika 5: Blagovna oznaka za pridelke bio-DEMETER

2.6.6 Naturland



Slika 6: Mednarodno združenje za ekološko pridelavo NATURLAND

2.6.7 Nemška ekološka oznaka



Slika 7: Nemška oznaka za ekološko pridelane izdelke

2.6.8 Sonnentor



Slika 8: Izdelki s kontrolirano ekološko pridelavo

Teh znakov je še zelo veliko, zato sva izpostavila le glavne, vodilne v tej industriji. EU pa se je odločila, da bo zakonsko predpisala le en znak, ta je upodobljen spodaj pod besedilom.



Slika 9: Enotni znak EU za ekološko pridelavo

3 METODE DELA

Metodo dela sva razdelila na ankete in intervju.

3.1 Izbor anketirancev

Ankete sva razdelila med 90 otrok in 76 odraslih v okolici občine Šoštanj.

3.2 Anketa in njena izvedba

Kot osnova za zbiranje podatkov nama je služil anketni vprašalnik s 13 vprašanji za starše in s 12 vprašanji za otroke. S odgovori sva dobila ključne podatke o mišljenju ljudi na bio hrano in kako pomembno jim je uživati zdravo hrano. Ankete sva razdelila otrokom, ki so svojo anketo rešili že v šoli, za starše pa so jo odnesli domov. Ankete sva razdelila v novembru.

3.3 Obdelava podatkov

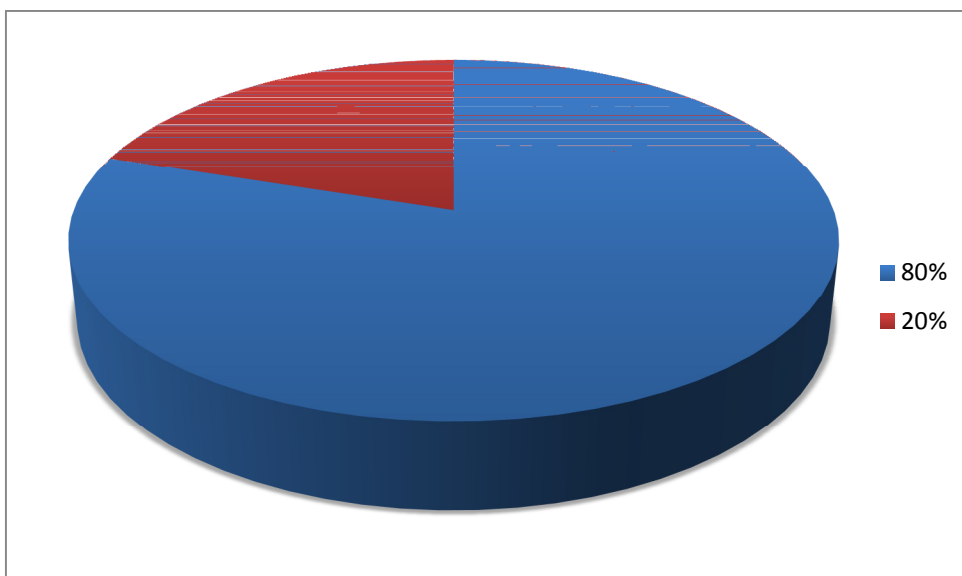
Ankete sva natančno analizirala. Ločila sva otroke in odrasle ter vse to natančno pregledala. Na koncu sva to prenesla v grafični prikaz.

3.4 Intervju z lastnikom bio-eko kmetije

Poleg anket sva se še odločila, da bova naredila intervju z lastnikom bio-eko kmetije. Te odgovore na vprašanja z najinega intervjuja sva združila v kratek povzetek. Ta intervju sva izvedla v februarju. S tem intervjuju sva ugotovila, kaj morejo kmetije narediti, da dobijo naziv bio-eko.

4 REZULTATI

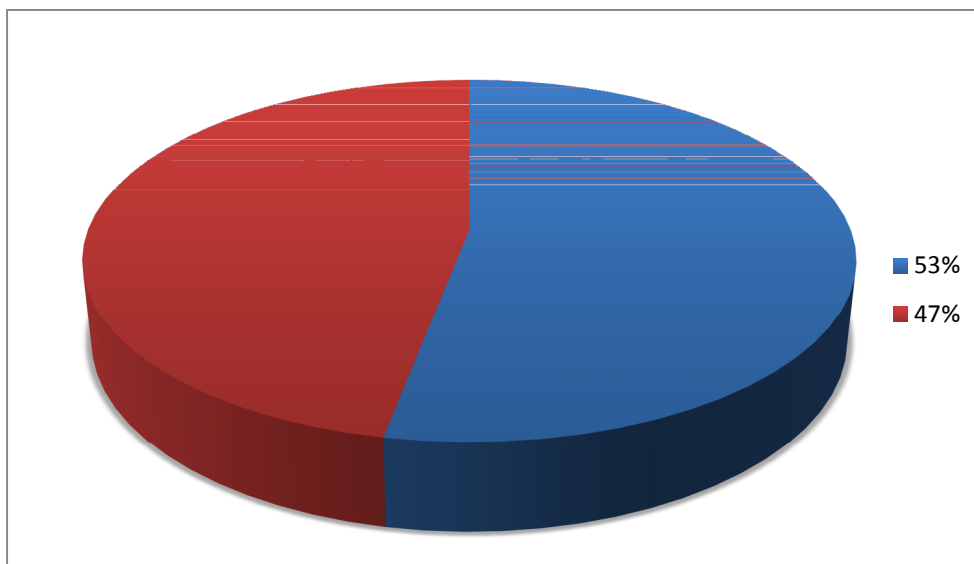
4.1 Koliko otrokom v okolici Šoštanja, se jim zdi pomembno, če je hrana bio?



Graf 1: Koliko otrokom v okolici Šoštanja, se jim zdi pomembno, če je hrana bio?

Pri prvem grafu lahko vidimo, da se zelo veliko otrokom v okolici Šoštanja zdi, da je zelo pomembno uživanje bio hrane. Teh otrok (skupaj jih je bilo 90), ki se jim zdi to pomembno, je kar 80%.

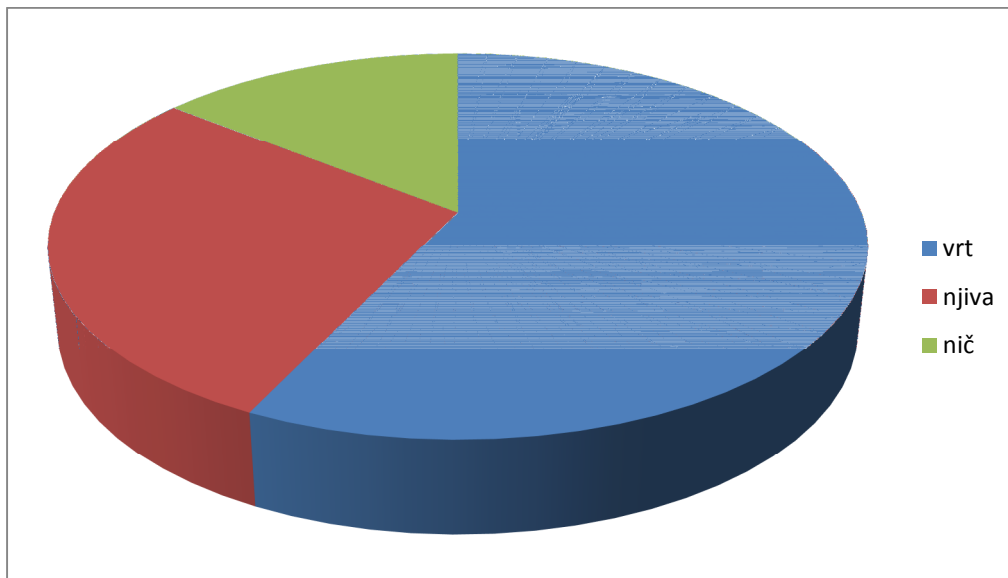
4.2 Koliko staršev verjame, da je bio hrana resnično na zdrav način pridelana?



Graf 2: Koliko staršev verjame, da je bio hrana resnično na zdrav način pridelana?

Ali ljudje resnično verjamejo temu, kar je napisano na izdelku, da je eko, da je zdrav, svež... To vprašanje sva raziskala in ugotovila, da so ljudje mešanih mnenj; nekaj več je tistih, ki temu vendarle verjamejo (53%), vendar pa ljudje kljub temu kar precej ne zaupajo vsemu temu, kar piše na izdelku (47%).S tem sva potrdila hipotezo.

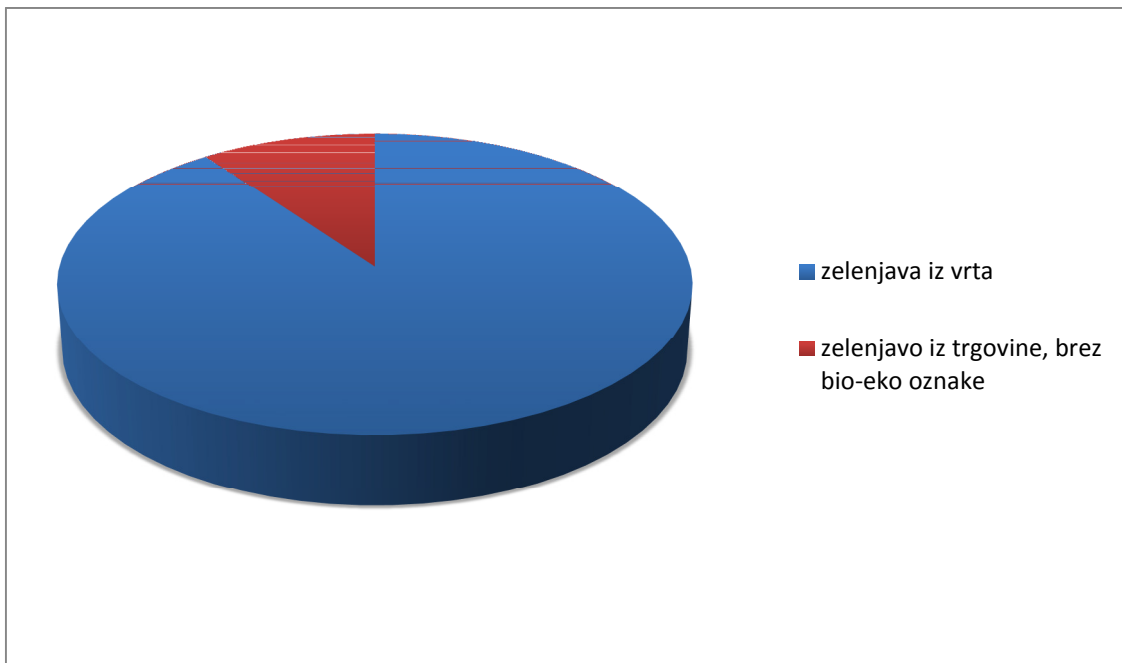
4.3 Koliko ljudi v okolici Šoštanja ima doma vrtove in njive?



Graf 3: Koliko ljudi v okolici Šoštanja ima doma vrtove in njive?

Pri tem vprašanju vidimo, da ima kljub modernemu življenju še vedno veliko ljudi doma vrtove ali njive, malo je tistih, ki nimajo ničesar. Kar 84% anketiranih ima doma vrt ali njivo, vendarle pa jih je večina (57%) tistih, ki imajo doma vrt, medtem ko jih ima 29% doma njivo. Ugotovila pa sva, da vsi, ki imajo doma njivo imajo tudi vrt. Le malo je tistih, ki nimajo doma ničesar (14%).

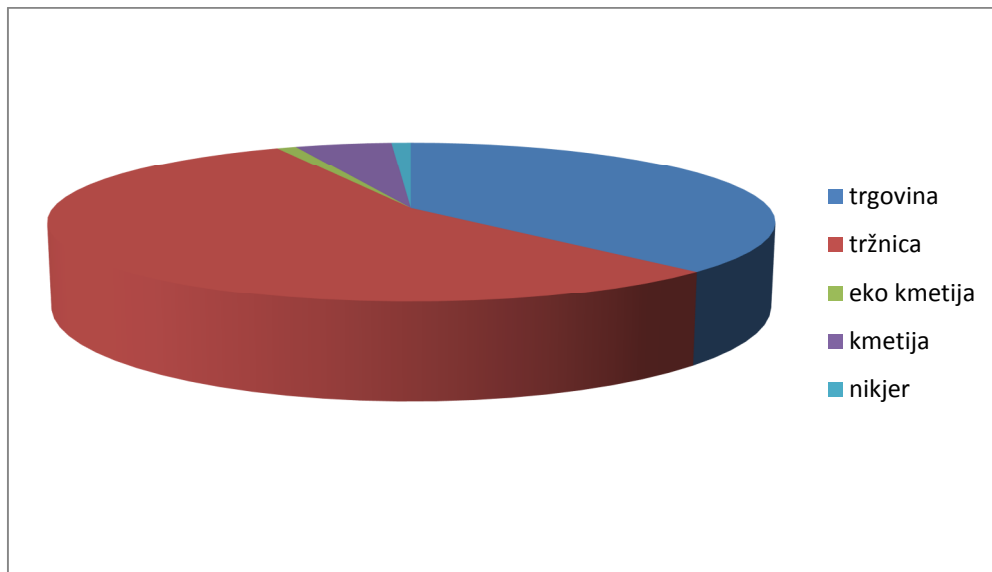
4.4 Koliko otrok v okolici Šoštanja raje jè zelenjavo iz vrta oz. raje kupuje bio hrano iz trgovine?



Graf 4: Koliko otrok v okolici Šoštanja raje jè zelenjavo iz vrta oz. raje kupuje bio hrano iz trgovine?

V tem vprašanju sva želela ugotoviti, ali otroci raje jedo zelenjavo in sadje iz vrta ali raje iz trgovine. Ugotovila sva, da imajo mnogo rajši zelenjavo iz vrta (90%) kot pa iz trgovine (10%). S tem sva potrdila hipotezo, da 85% anketiranih otrok raje jè zelenjavo iz vrta kot pa iz trgovine.

4.5 Kje starši v okolici Šoštanja raje kupijo zelenjavo in sadje?



Graf 5: Kje starši v okolici Šoštanja raje kupijo zelenjavo in sadje?

Iz tega grafa je razvidno da večina anketirancev (30-50 let) kupuje sadje in zelenjavo največkrat na tržnici (55%). S tem je bila potrjena hipoteza. To pomeni, da ljudje kljub krizi še zmeraj raje kupujejo svežo in predvsem bolj zdravo zelenjavo kot pa tisto iz trgovin. Marsikdo pa še zmeraj odide v trgovino (38%). Žalosten pa je podatek, da le malokdo od anketirancev odide po sadje in zelenjavo tja, kjer je še najbolj zdrava in sveža, to je na kmetijo (5%). Skorajda nihče pa ne kupuje hrane na eko kmetiji (1%). 1% anketirancev pa zelenjave in sadja sploh ne kupuje.

5 DISKUSIJA

Bio/eko hrana, kaj je to? Ali je to kaj novega? Ali ljudje to sploh poznajo? Ali je res toliko bolj zdrava, kot pravijo? Vsa ta vprašanja in še več naju je zanimalo že dalj časa in letos je prišla priložnost, da bi to zares raziskala in ugotovila, ali ljudje to zares poznajo. Tako sva se odločila za temo o eko/bio hrani ter začela.

Najprej sva sama malo raziskala, kaj sploh je bio hrana. Zakaj je ljudje ne poznajo tako dobro? Ko sva raziskala, kaj je to in ugotovila, da marsičesa od tega še sploh nisva vedela ter spoznala, da je že sama pridelava mnogo bolj zdrava kakor navadna, sva se odločila, da bova najprej raziskala s pomočjo ankete, kako dobro jo sploh ljudje poznajo ter ali jo sploh kupujejo, ali pa si jo mogoče sami pridelujejo. Anketo sva razdelila učencem 5. in 9. razredov ter staršem. V anketi naju je zanimalo predvsem to, kako dobro poznajo bio/eko hrano, ali jo uživajo, ali si jo mogoče sami pridelujejo ali pa imajo doma kar svoj vrt ali njivo, kje najpogosteje kupujejo sadje in zelenjavo... Dobila sva zelo zanimive rezultate, ki sva jih nato analizirala. Ker sva vedela, da bova dobila še bolj natančne rezultate iz prve roke od tistega, ki se s tem tudi ukvarja, sva se odločila, da pridobiva nekaj informacij iz bio in eko kmetije Ocepek. Tam sva pridobila podatke, ki sva jih še potrebovala za raziskovalno nalogo in začela sva jo pisati. Dobila sva izredno zanimive rezultate.

-H1:80% procentov otrok se zdi, da je pomembno uživanje bio hrane. Teh 80 % procentov je večina otrok, kar pomeni, da je hipoteza potrjena. Za otroke je pomembno, da verjamejo bio hrani, saj imajo zdaj še čas, da lahko večino življenja uživajo bio hrano.

- H2: Hipoteza je potrjena, saj večina ljudi verjame bio hrani. Je pa res, da so si otroci bolj enotni kot starši. Veliko staršev pa je odgovorilo, da le tej ne zaupa, kar je zelo žalosten podatek.

-H3: Hipoteza je potrjena, ker ima večina ljudi doma vrtove. Najmanj je tistih, ki nimajo ničesar. Ta podatek je zelo razveseljiv kajti prav zagotovo je zelenjava na vrtu dosti bolj sveža kakor pa iz trgovine, ko mora hrana preden pride na trgovske police prepotovati dolgo pot, pred tem pa je bila prav zagotovo škropljena z različnimi škropivi, ki so bila v EU že prepovedana. Nekaj ljudi pa nima doma ničesar.

-H4: Hipoteza je potrjena, saj zelo veliko otrok raje je zelenjavo iz vrta, kot iz trgovine. Tudi tisti, ki so iz mesta so odgovorili povsem isto, kot tisti iz podeželja. To je zanimiv podatek ker sva predvidevala, da bodo tisti ljudje, ki so iz mesta odgovorili drugače, kakor pa tisti iz podeželja.

-H5: Hipoteza je tudi tukaj potrjena. Največ ljudi kupuje hrano na tržnici, kjer je bolj sveža, kot v trgovini. Žalosten pa je podatek, da več ljudi hrano kupuje v trgovini, kot pa na kmetijah. Le en starš pa je odgovoril, da najraje kupuje na eko kmetijah.

Vse hipoteze sva potrdila. Še zmeraj pa meniva, da bi se dalo še marsikaj spremeniti na področju bio in eko hrane ter tudi na domačem pridelovanju hrane. zdavnaj prepovedana škropila, gnojila... Pa vendar se stvari očitno premikajo v pravo smer, vedno več ljudi zaupa bio in eko hrani. Vedno več ljudi pa si jo tudi prideluje doma. Še zmeraj pa nismo niti blizu starim časom ko je imela vsaka hiša svoj vrt, svojo njivo, vse so si pridelali sami ali pa si zamenjali z sovaščani. Kako pa so lahko včasih živeli brez vseh škropiv, gnojil in pa predvsem uvažanja hrane iz drugih držav? Zakaj je sedaj tega vedno več? Zakaj verjamemo vsem stvarim, ki jih napišejo? Kaj bi se še lahko spremenilo na temu področju? Ne vemo. Mogoče pa bi lahko iz tega nastala nova zanimiva raziskovalna naloga...

6 SKLEP

Na podlagi vseh raziskovalnih ugotovitev misliva, da:

- so starši premalo seznanjeni z bio hrano, saj ji premalo verjamejo. Otroci dosti bolj zaupajo bio hrani, saj jih v šoli o njej tudi malo učijo,
- je bio hrana premalo promovirana, zato jo ljudje ne poznajo dovolj dobro,
- preveč trgovine s svojimi reklamami nagovarjajo, da je njihova zelenjava izjemno zdrava, pa čeprav ni in jo vsakoletno na veliko »špricajo« z različnimi pesticidi.

V nalogi prideva do ugotovitve, da si otroci in starši niso enotni. Staršem ni tako pomembno zdravo življenje kot otrokom. Ne stoji svet samo na mladih, kot radi starejši govorijo mladim. V tem primeru stoji svet na starših, starejših ljudeh, saj jih otroci še vedno poslušajo in ubogajo in jim starši vrivajo svoje napačno mnenje. Razne organizacije zelo spodbujajo in razvijajo to industrijsko panogo. Ljudje pa jim moramo verjeti in tako bo naše življenje vsaj iz strani hrane boljše in kvalitetnejše.

7 POVZETEK

Veliko ljudi bi radi jedlo zdravo, kvalitetno hrano, po možnosti kupljeno v trgovini, saj je vse več ljudi preobremenjenih, prezaposlenih ali pa se jim enostavno »ne ljubi« ustvariti svojega vrta ali njive. Nekateri te možnosti tudi nimajo. Mnogi kupujejo zelenjavo in sadje v trgovini brez eko-bio oznake. Kljub temu te pridelke hvalijo, a pri tem pozabljajo, koliko držav mora hrana prepotovati, pod kakšnimi pogoji je pridelana, kje je nato shranjena in še bi lahko naštevali. V Sloveniji imamo veliko bio-eko kmetij, podjetij, ki se s tem ukvarjajo, celo v naši bližini. A kaj, ko večina ljudi ne ve, kaj sploh je bio-eko hrana in ji ne zaupajo.

V različni literaturi sva preverila, kaj opredeljuje bio-eko hrano in na kakšen način je pridelana. Opravila sva tudi intervju z enim od lastnikov bio-eko kmetije in se pozanimala, kaj morajo te kmetije postoriti, da je hrana pridelana na resnično zdrav način. Z anketnim vprašalnikom sva prišla do informacije, koliko ljudi v okolici Šoštanja zaupa bio-eko oznaki in jim je hkrati pomembno uživanje zdrave hrane.

Z nalogo želiva ljudi opozoriti na to, da je kljub težkim časom bolje dati več denarja in se prehranjevati zdravo – življenje imamo namreč eno samo.

8 ZAHVALA

Zahvaliti se morava vsem, ki so naju spodbujali pri raziskovalni nalogi. Še posebej sva hvaležna najini mentorici Maji Ahtik Požegar, univ. dipl. psihologinji. Veliko zahvale gre vsem anketirancem in lastniku kmetije Ocepek. Hvala pa tudi najinim staršem, ki so naju venomer spodbujali.

9 PRILOGE

9.1 Priloga A

Intervju z Slavko Ocepek-lastnico ekološke kmetije Ocepek.

Lovro in Marko:

1. Kaj pridelujete na vaši kmetiji?
2. Po čem se razlikujete od drugih kmetij?
3. Zakaj ste se odločili, da bo vaša kmetija eko?
4. Kaj ste morali postoriti za začetek vaše kmetije?
5. Ali prihaja veliko ljudi k vam?

Slavka Ocepek: Na naši kmetiji pridelujemo suho sadje, zeliščne čaje, likerje, itd. Na naši kmetiji poteka vse na ekološki način, če bi na primer uporabljali pesticide, bi se ta sistem porušil. Idejo za kmetijo sem dobila že na začetku, saj se rada prehranjujem zdravo in mi to veliko pomeni. Za začetek delovanja te kmetije sem odšla na predavanje v Maribor k ga. Martini Bavec, ki je glavna na tem področju. Ta svoje znanje predaja naprej, napisala pa je tudi knjigo z naslovom Ekološko kmetovanje. K nam prihaja veliko obolelih ljudi, saj se ti potem, ko zbolijo, zavedo, kako pomembno je jesti zdravo, kvalitetno hrano.

Veliko ljudi prihaja k njej na kmetijo po eko hrano in odhaja z velikim nasmehom, saj vedo, da so opravili uspešen nakup.

9.2 Priloga B-anketa-otroci

Raziskovalna naloga- Ali jemo zdravo hrano? OTROCI

Sva Lovro Pečnik in Marko Plankelj in delava raziskovalno nalogo za natečaj Mladi raziskovalci Šaleške doline. Vesela bi bila, če bi izpolnili najin vprašalnik o zdravo pridelani hrani.

Na vprašanja odgovorite tako, da obkrožite ustrezno črko pred odgovorom.

1.Spol: m ž

2.Razred: a) 5. Razred

 b) 9. Razred

3. Kraj bivanja: A) a) Hiša

 b) Blok

 c) Drugo:_____

 B) a) Podeželje

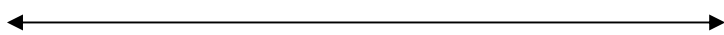
 b) Mesto

4. Kaj od naštetega imate doma? a) Vrt

b) Njiva

c) Nič

5. Kako si zadovoljen/na z šolsko prehrano? (Obkroži številko)



1

2

3

4

5

Ni mi všeč

Zelo mi je všeč

6. Ali imaš raje zelenjavo iz vrta ali iz trgovine?

a) vrt

b) trgovina

7. Ali si vzameš sadje pri malici?

a) da

b) ne

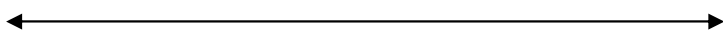
c) občasno

8. ali se ti zdi pomembno če je hrana bio?

a)da

b)ne

9. Kako pogosto se ti zdi, da se doma prehranjujete zdravo?(obkroži številko)



1

2

3

4

5

nikoli

zelo pogosto

10. Kam bi šel raje:

a)McDonald's

b)kmečki turizem

c)jedel doma

11. Kolikokrat na teden ješ (odgovor napiši na črto) :

Meso ____

Zelenjava ____

Sadje ____

Testenine ____

Ribe ____

Pripravljena hrana ____

12. A) Ali veš, da je črna čokolada zdrava?

a)da

b)ne

B) Ali jo kdaj ješ?

a)da

b)ne

HVALA!

9.3 Priloga C-anketa-odrasli

Raziskovalna naloga- Ali jemo zdravo hrano?

Sva Lovro Pečnik in Marko Plankelj in delava raziskovalno nalogo za natečaj Mladi raziskovalci Šaleške doline. Vesela bi bila, če bi izpolnili najin vprašalnik o zdravo pridelani hrani.

Na vprašanja odgovorite tako, da obkrožite ustrezno črko pred odgovorom.

1. Spol: m ž

2. Starost: a) 30-40

b) 40-50

c) več kot 50

3. Kraj bivanja: A) a) Hiša

b) Blok

c) Drugo: _____

B) a) Podeželje

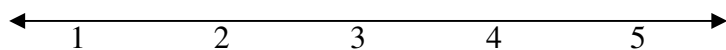
b) Mesto

4. Kaj od naštetega imate doma? a) Vrt

b) Njiva

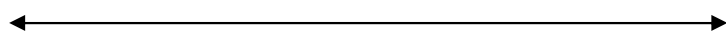
c) Nič od naštetega

5. Kako pomembno vam je, da uživате zdravo hrano?



Zelo

6. Kako pogosto se vam zdi, da se doma prehranujete zdravo?(obkrožite številko)



nikoli

zelo pogosto

7. Ali radi jeste svežo zelenjavo, pravkar prineseno z vrta/njive?

a) Da

b) Ne

8. Verjamete, da sta zelenjava in sadje v trgovini vedno oz. običajno sveža? a) Da

b) Ne

9. Ali sem vam zdi, da je bio hrana resnično na zdrav način pridelana in je zdrava za naše telo? a) Da

b) Ne

10. Na kaj ste pozorni pri nakupu izdelka? a) Cena izdelka

b) Država porekla

c) Sestavine

d) Drugo: _____

11. Kje raje kupite sadje in zelenjavo? a) V trgovini

b) Na tržnici

c) Drugje: _____

12. Če bi imeli na razpolago kje kupiti mleko,
bi ga kupili v/na: a) kmetiji

b) trgovini

13. Ali verjamete, da so tisti izdelki, ki so dražji, tudi kvalitetnejši od tistih, ki so cenejši?
a) Da

b) Ne

14. Ali verjamete v napise : SUPER hrana, KAKOVOST iz Slovenije, NAJBOLŠE, ...

a) Da

b) Ne

HVALA!

10 VIRI IN LITERATURA

10.1 Literatura

1. Sabina Topolovec, 2009- <http://www.avogel.si/aktualno/Prednosti-ekolosko-in-biodinamicno-pridelane-hrane.php>
2. Copyright © 2009. Design PRObio d.o.o.-<http://biohrana.si/>
3. Priročnik za bruce 2007, Študentska prehrana
<http://www.prirocnikzabruce.si/studentska-prehrana/bio-prehrana/>
4. <http://www.matejadereani.si/S20100/D46/Eko+in+bio>

10.2 Viri slik

1. <http://www.deloindom.si/ekoloska-pridelava/mercator-z-lastno-znamko-ekoloskih-zivil>
2. http://www.spar.si/spar/Trgovinska_znamka/naturpur.htm
3. <http://www.zveza-ekokmet.si/biodar>
4. http://ec.europa.eu/agriculture/organic/home_sl
5. <http://www.jejmo-zdravo.si/blagovna-znamka-demeter/>
6. <http://www.tustrgovine.si/bio-tus/kdo-zagotavlja-kakovost>
7. <http://www.prema.si/si/mesanica-zacimb-soncni-poljub-bio-i439.shtml>

10.3 Slušni viri

1. Slavka Ocepek(po telefonu)

