

# Olomoucký zpravodaj

**Informátor pro zájemce o ekologické zemědělství a původ našich potravin  
srpen/září 2003**

## Ekofarma Baucis, nejen Biomozoly a Biozelenina

*Aneb co se urodilo a co jsme sklídili*

V minulém čísle Biozpravodaje jsme vás lákali na týdenní pobyt na farmě Aleše Horáka v Lesoňovicích u Bystřice nad Pernštejnem. Tam jste se také dočetli základní informace o farmě a jejích hospodářích. A co jsme si odsud dovezli? Slibované biomozoly?

Tábora se zúčastnilo 12 lidíček, ze všech možných koutů republiky. Z Ostravska, Chrudimi, nejvíce nás ale bylo z Olomouce.

První den jsme zjistili, že si raději přivstaneme, než abychom se nechali spálit silným, poledním, srpnovým sluncem, a tak další dny jsme většinou pleli od 7 hodin zeleninu, než nám horko začalo vysušovat hrdla. Nejraději jsme pleli mrkev. Šťavnatá čerstvá svačinka přímo z pole. Pak nás dobrotivý sedlák nechal odpočívat ve stínu nebo jsme pomáhali s nějakou lehčí prací. Selka Veronika nám mezi tím s jedním pomocníkem chystala chutnou vegetariánskou krmi.



*Dobruška - foto archiv autorky*

A protože jsme byli na farmě Baucis v době žní, nevyhnuli jsme se osinám a obilnému prachu. Pomáhali jsme čistit a uskladňovat obilí, připravovat sklep a bedny na uskladnění letošní úrody nebo jsme opět pleli mrkev, zelí, kedlubny a další zeleninu. Věřte, že takové ovocné knedlíky, vařená pšenice s oříšky, pohankové palačinky s domácím meruňkovým tvarohem nebo cuketové zelí s celozrnnými noky, dobré samy o sobě, chutnaly po práci ještě víc.

Přestože ke konci týdne práce přibývalo, stihli jsme se porozhlédnout po okolí, kde jsme v chladivém stínu lesa objevili zasazené drahokamy zřícenin středověkých hradů, třeba Zubštejna či Auršperka. Podívali jsme se i na Pernštejn. Sedlák Aleš nás několikrát vyvezl jako správné táborníky na koupání k rybníku.

K večeru, kdy už by každý rozumný a život na farmě znaly člověk šel spát, aby nabral síly na další den, nakrmila nás selka opět dobrotami, které jsme nestíhali konzumovat. Takřka všechny potraviny a suroviny byly sklizeny a pocházely z biofarmy. Zelenina, ovoce, brambory, obilí z něhož jsme si mleli ovesné vločky nebo nám je Veronika schystala velmi chutně upra-vené, mléko, kozí a kravské sýry, smetana, tvaroh, to vše z místa, kde žijete a dýcháte. Poté jsme ještě po západu měsíce seděli u ohně. Buď jsme si povídali, o běhu života na farmě, se sedlákem o vitariánství, o léčení stravou, syrových šťávách..., nebo nám Veronika četla své půvabné pohádkové příběhy. Takže na farmě se neurodilo jen obilí a zelenina, ale i potrava pro duši. A ne jen jednu. Aby jste také zakusili kousek z místa kde jsme se tak dobře měli, zkuste recept od Veroniky nebo si přečtěte jeden její vybraný příběh.

V posledních dnech nám starý pán svěřil k večeru i kozy na pastvě. Loukou voněla mateřídouška a třezalka, kozy si vybíraly ty nejvoňavější bylinky. Pást nám pomáhalo černo-bílé kotě.

I když se vám může zdát, že do tak nabitého programu se už nic jiného nevejde, Aleš ještě stihl rozvézt bio-zeleninu do Brna, Prahy a dalších míst, představovali dům, každý den si k nim lidé chodili pro mléko a sýry které selka sama se svou švagrovou vyráběly a nakládaly a starý pán vyháněl krávy na pastvu.



*Na pastvě - foto archiv autorky*

*Starý pán - foto archiv autorky*



### Pro přiblížení tohoto kouzelného místa:

Ekofarma Baucis je ekologická farma zaměřená na pěstování BIOzeleniny. Nachází se Českomoravské vrchovině, asi 50 km severozápadně od Brna, mezi obcemi Bystřice nad Pernštejnem a Štěpánov nad Svratkou.

Výměra farmy je 28 ha, z toho je 13 ha orné půdy. Na orné půdě rostou obiloviny, luskoviny, brambory, zelenina. Farma pěstuje tyto druhy zeleniny:

Brokolici, brukey, celer, cibule, cuketa, dýně hokaido, endivie, fazole, hrách, jahody, kapusta, kapusta růžičková, kadeřávek, kopr, mrkev, okurky, paprika, pastinák, petržel, pórek, rajčata, revec, ředkev, ředkvičky, řepa, řeřicha, salát, šalotka, špenát, tuřín, vodnice, zelí bílé, zelí červené, zelí kruhárenské, zelí na uskladnění, zelí pekingské.

Z obilovin na farmě roste oves, oves bezpluchý, pšenice dvouzrnka, pšenice jarní, pohanka, proso, žito. Na mezích podél pozemků ekofarmy rostou třešně, višně, jabloně, švestky, mirabelky, rybíz a angrešty.

Farma pěstuje několik odrůd brambor, Karin, Rozára, Bonita aj.

### Ekoagroturistika

Na farmě je místo pro 2-3 stany a ubytování až pro 7 osob v chaloupce u farmy. Domeček je vybaven kuchyní, skřípkem, sprchou, toaletou. Teplá voda do sprchy byla ohřívána ve slunečním kolektoru přímo na střeše domku. Ubytování jsou přednostně ti, kteří se budou podílet na pěstování zeleniny (ubytování a vegetariánská strava za 6 hodin práce). My jsme spali na kopečku nad farmou, obehání plotem, aby na nás ráno krávy nešlápaly nebo si během dne nepochutnávaly na špagátích od stanů, na knížkách nebo spacácích. V největším horku jsme totiž odpočívali u dřevěného plotu pod švestkami.

*Chaloupka, kde jsme bydleli*



Na farmě jsou pro agroturistiku vybaveni mnohokrát. Můžete si půjčit kola, v Lesoňovicích je možno hrát stolní tenis a navštěvovat posilovnu. K nahlédnutí byla připravena knihovna o ekologickém zemědělství, netradičních zdrojích energie, alternativních stravovacích systémech. Nejlepší ale bylo, když nám Aleš s Veronikou sami vykládali o svých vlastních zkušenostech v těchto oborech. Na farmě jsme si mohli vybrat vegetariánskou nebo vitariánskou stravu, i když pouhý týden bez masa byl pro některé pomocníky i tak příliš dlouhý. Po zasvěcení do mechanismů a chodu odšťavňovače jsme ochutnali i výbornou čerstvou mrkvovou šťávu která utišila i velkou žízeň velmi horkých srpnových dnů. Po jejím ochutnání přejde člověka chuť kupovat si pasterizované a sterilizované šťávy nebo nektary běžně nabízené v obchodní síti.

Aleš Horák nám rád popovídal o léčení tzv. nevyléčitelných nemocí, jako je alergie nebo cukrovka, přirozenou stravou, o vitariánství o irisdiagnostice, o ekologickém zemědělství.

Podle komentáře Šárky, jedné ze zúčastněných, jediný biomazol který si odvezla z farmy Baucis, byl ten na břišku, z všeho toho dobrého jídla a pozornosti, kterou nám selka a všichni ostatní na statku věnovali. Většina pomocníků, okouzlená stejně jako já, nádherným místem a lidmi se už teď těší a plánuje si návrat do Lesoňovic.

Pokud se někdo našeho tábora nezúčastnil jen ze strachu před prací, vezte, že těch pár hodin práce nebylo ničím srovnatelným s osmihodinovou směnou v pásové výrobě. Pracovali jsme venku, pomáhali sklízet zeleninu a obilí které jsme pak i v jídlech ochutnali, popovídali jsme si s celou farmářovou rodinou, a zakusili na vlastní oči, ruce, a celé člověčenství, jak hospodaří lidé kteří se nebojí žít podle svých názorů, ideálů, a kteří se nestachují je realizovat.

Pokud chcete zažít podobný zážitek a poznat kus země, krásnou krajinu a dobré lidi, Horákovi přivítají vaši pomoc přes celé září, říjen i později. Na farmě je práce dost a hlavně na podzim bude potřeba pomoci se sklízni.

Kontaktujte Aleše Horáka a domluvte si s ním individuální pobyt předem:

Aleš Horák  
Ekofarma Baucis  
566560087  
604139660  
ekofarma.horak@worldonline.cz

### Klára Kratochvílová

*A aby jste alespoň přivoněli k těm všem řamkám, atmosféře a potravě pro tělo i duši, kterou nás na farmě Baucis krmili, přikládám zde jeden ze slíbených vypečených receptů a pohádkových příběhů selky Veroniky Horákové, sic křehké konzistence, však statné to opory svému muži v hospodaření a všem jiném daření.*

### Bezmasý boršč

aneb co dělat s červenou řepou

#### Potřebujeme:

2 větší cibule, 3/4 kg brambor, 3/4 kg červené řepy, 1/2 kg rajčat, 1/2 kg zelí, 1/2 celeru, 2 stroužky česneku, 1 lžice oleje, šťáva z půlky citrónu, 1 lžice posekané petrželové natě, 1 lžice posekaného kopru, solčanka, zakysaná smetana

Cibuli podusíme na oleji. Mezitím pokrájíme oloupané brambory a rajčata na kostičky, oloupanou červenou řepu a celer postrouháme nahrubo, zelí postrouháme na nudličky a česnek najemno posekáme.

Vše přidáme do hrnce, zalijeme vodou a dusíme. Po 15 minutách přidáme solčanku, šťávu z citrónu a dusíme dále, až je to všechno měkké.

Pokud je boršč moc řídký, můžeme ho zahustit hladkou kukuřičnou (nebo pšeničnou) moukou.

Pokrm posypeme petrželkou a koprem a pro ozdobu a lepší chuť přidáme až na talíři lžici zakysané smetany.

#### Obměny:

- Místo čerstvého zelí můžeme použít zelí kyselé, jen pak už nepřidáváme šťávu z citrónu.

- Místo rajčat můžeme použít kečup nebo rajský protlak, nejlepší je domácí.

- Na zjemnění chuti je možné použít na kostičky nakrájenou cuketu.

- Solčanka je směs mořské a kuchyňské soli s bylinkami a lze místo ní použít jen sůl.

- Pokud nemáme celer, můžeme použít celerovou nat nebo petržel nebo úplně vynechat.

Veronika Horáková

# O kouzelném cedrovém háji

*Trochu jiná úroda z Baucisu, aneb, co rostlo a vyrostlo selce kromě zeleniny.*

Žila byla jedna holčička jen s tatínkem. Byli chudí, a protože neštěstí nechodí po horách, ale po lidech, holčička byla nemocná.

Zatímco ostatní holčičky běhaly venku a hrály si, ležela tato bílá holčička v posteli a byla smutná. Tak ráda by si s ostatními hrála.

Jednou, když bylo venku krásné počasí, vzal tatínek holčičku i s postýlkou na trakař a odvezl ji do cedrového háje, aby se holčička nadechla čerstvého vzduchu.

Holčička ležela v postýlce. Vzduch kolem ní voněl, v trávě se jiskřila ranní rosa, sluníčko mírně zahřívalo celou zem a barevní motýlci se kolem honili.

„Chtěla bych být zdravá.“ Povzdechlo si děvčátko a usnulo.

Staré cedry se nad ní skláněly.

„Je tak mladá a přitom nemocná. Uzdravme ji!“ zašuměly cedry.

„Nedělejte to!“ varoval je nejstarší cedr, „Nic si s lidmi nezačínajte!“

„Proč? Jsou zlí?“ ptaly se udiveně ostatní cedry.

„Ne, nejsou,“ zamyslel se ten prastarý cedr, „jsou jen hloupí.“

„Přesto - musíme jí pomoci,“ šuměly cedry, „Tížilo by nás to.“

A zatímco holčička spala ve své postýlce, cedry se nad ní ještě více sklónily a vši kouzelnou silou, kterou mají stromy v sobě, ji uzdravily.

Devčátko se probudilo a cítilo se dobře. Bylo zdravé. Radostně zatleskalo, vstalo s postýlky a běželo se ukázat tatínkovi.

Tatínek měl obrovskou radost. I celé okolí bylo udiveno nad tím zázrakem.

„Jak se to stalo, že se vaše dcerka tak rychle uzdravila?“ divili se lidé.

„Stromy jí pomohly, cedry ji uzdravily.“ Radoval se tatínek.

Lidé se divili. Lidé chtěli také zázrak. Každý si chtěl kousek zázraku odnést domů, aby ho léčil. A tak šli do cedrového háje a stromy pokáceli a každý si vzal kousek kouzelného cedru.

Nikoho nenapadlo, že kouzlo uzdravení malé holčičky nebylo ve dřevě, ale v živých stromech. Stromy chtěly pomoci, bylo jim líto nemocné holčičky, proto pomohly.

Z cedrového háje zbyl jen ten nejstarší strom. Byl smutný, hodně moc smutný.

Byl smutný, protože se splnilo to, co předpovídal.

Jednou k tomu smutnému stromu přišla holčička. Cítila, že je smutný, že celé to místo, které kdysi bývalo cedrovým hájem, je smutné.

„Co mám udělat, abys nebyl smutný?“ ptala se starého cedru.

„Udělej cedrový háj!“ usmál se smutně strom.

Holčička se ale nedala odradit. Posbírala semínka starého cedru a rozsadila je kolem. Sazeničky zalévala a starý cedr jim dával stín.

Jenže cedr roste mnoho a mnoho let a najdou se jednou za mnoho a mnoho let ještě stromy, které budou věřit lidem, stromy, které budou chtít lidem ještě pomoci?

*Veronika Horáková*

## GMO - geneticky manipulované organismy

# Evropa, Amerika a GMO

Evropský parlament v úterý 1. července 2003 schválil nový zákon o geneticky modifikovaných potravinách. Spojené státy si stěžovaly u Světové organizace pro obchod, že odpor Evropanů vůči geneticky modifikovaným potravinám je bezdůvodným obchodním bojkotem, úmyslně zaměřeným proti Americe. Informoval o tom ve středu večer britský rozhlas.

Poslanci Evropského parlamentu schválili zákon, podle něhož potraviny, které obsahují více než 0,9% geneticky modifikovaného materiálu, budou muset být označeny. Odpor spotřebitelů vůči geneticky modifikovaným potravinám vedl k neoficiálnímu bojkotu v Evropské unii vůči geneticky modifikovaným výrobkům. Evropský parlament doufá, že nynější návrh povede k odstranění tohoto neoficiálního bojkotu.

Spojené státy a Kanada ostře kritizují postoj Evropské unie vůči geneticky modifikovaným plodinám a stěžují si, že je ochranný.

„Cílem práce Evropského parlamentu je uspokojit evropské spotřebitele,“ konstatoval labouristický poslanec Evropského parlamentu David Bow, „a toto umožní evropským spotřebitelům se jasně rozhodnout, zda chtějí či nechtějí geneticky modifikované plodiny.“ Evropský parlament však zároveň v úterý umožnil jednotlivým zemím Evropské unie, aby samy rozhodovaly na svém území o tom, jak chtějí řešit problém koexistence geneticky modifikovaných a geneticky nemodifikovaných plodin, pěstovaných na nedalekých polích, a problém koexistence geneticky modifikovaných a nemodifikovaných výrobků na trhu.

„Táhle by mohlo znamenat v budoucnosti pro americký dovoz do Evropy problémy,“ uvedl David Bow, „jednotlivé země EU by mohly na svém území zavést

zákaz pěstování a prodeje geneticky modifikovaných plodin a potravin.“

Pokud by však jednotlivé země EU dovoz geneticky modifikovaných plodin a potravin zakázaly, to by bylo proti předpisům a Evropská komise by proti tomu musela zasáhnout.

Američané si stěžují, že předpisy EU jsou záměrně zaujaté proti americkým výrobkům. „To není pravda“, uvedl Bow, „předpisy EU se týkají geneticky modifikovaných plodin a ty se nyní nepěstují jen v Americe, ale po celém světě.“

Americký prezident Bush si už stěžoval Světové organizaci pro obchod na postoj Evropské unie. Argumentoval, že obavy z geneticky modifikovaných potravin jsou založeny na nepodložených, poplašných zprávách.

Britský rozhlas hovořil s Northopem Francisem, americkým zástupcem pro zemědělství v Evropské unii. Spojeným státům se podle něho nelíbí, že mají být potravinářské výrobky v Evropě označovány, že obsahují geneticky modifikované plodiny. „To není spotřebitelům příliš nápomocné,“ uvedl, „protože to výrobek handicapuje.“ Daleko lepší by podle něho bylo označovat jen výrobky, které neobsahují geneticky modifikované plodiny, a považovat výrobky s geneticky modifikovanými plodinami za normální.

Spojené státy si stěžují na Evropskou unii u Světové organizace pro obchod, protože, podle Francisových slov, odmítá Evropská unie hodnotit tuto technologii a rozhodnout, zda je bezpečná. Namísto toho geneticky modifikované plodiny už téměř pět let EU neoficiálně bojkotuje.

Zdroj: <http://www.blisty.cz>

Dřín obecný je keř se žlutošedou kůrou dorůstající do výšky 3 - 5 m, s možností tvarování na stromek. Jeho domovem je Kavkaz, Malá Asie, jižní i střední Evropa. U nás roste zejména v teplejších oblastech na křovinatých stráních a hájích. Nejsevernější jeho oblastí ve střední Evropě je údolí řeky Labe v Německu kolem Drážďan (Dresden). Má husté, velmi tvrdé a těžké dřevo. Dá se využívat k řezbářství a k výrobě holí.

Plody dřínu obecného jsou podlouhlé, elipsoidní peckovičky, nejčastěji červené barvy v různé intenzivních odstínech. U formy „Xanthocarpa Bean“, jsou barvy žluté. Obecně jsou označovány a známy pod jménem dřínky.

Dřínky jsou nutričně velice hodnotné. Mají vysoký obsah vitamínu C. (askorbová kyselina) a sice 200 - 300 mg ve 100 g dužiny. Dále obsahují organické kyseliny (jablečnou a vinnou), cukry (třtinový a invertní, což je směs stejných dílů D-glukosy a D-fruktosy), pektiny, stopy tříslovin a minerální látky, z nichž nejvíce převládá vápník (Ca) a hořečík (Mg). V úplné zralosti jsou chuti sladkokyselé, příjemně osvěžující.

S oblibou byly sbírány již ve starověku a vedle lesních jahod a malin, patřily mezi oblíbené lesní ovoce. Existují dokonce i informace, že peckičky dřínu byly nalezeny i ve vykopávkách z dob kolových staveb, což je mladší doba kamenná, tzv. Neolit (6 - 4 tisíciletí před Kristem).

Dřínky se konzumují jednak v čerstvém stavu, nebo po zpracování, případně i v tekutém stavu, jako nealkoholické i alkoholické nápoje. Dozrávají dle místních poměrů počasí, případně i odrůdy, od konce srpna do konce října.

Jsou vhodné i k sušení a k přípravě čajů, které jsou nejen chutné, osvěžující, ale i velice zdravé. Vhodné jsou proto především pro děti, rekonvalescenty i starší pacienty. Jako sušené jsou vhodné a osvěžující především k „cucání“ za dlouhých zimních večerů při sledování televizních nebo rozhlasových pořadů.

Z čerstvých džínků je možno připravovat chutné džemy a šťávy, případně kompoty. Velmi chutné jsou smíchané s brusinkami a hruškami. V minulosti byly používány i v lékařství. Slavný MATTHIOLI (Pietro Andrea), italský lékař, který od roku 1544 jistý čas působil i v Praze, ji doporučoval při zažívacích potížích, zejména se stolici. Léčivě zřejmě působil (aniž si to tehdy lidé uvědomovali) i vysoký obsah vitamínu C. Dnes lékařská věda jeho používání pokládá za obsoletní (zastaralé).

Oblíbené jsou džínky ve francouzské kuchyni k přípravě různých kompotů a zavařenin. V jiho-východní Evropě hodně používají džínky k přípravě osvěžujících nápojů v podobě jakéhosi druhu „šerbetu“ což bývá označení pro orientální, dobře vychlazený nápoj z ovoce. Na Kavkazu a na Ukrajině jsou taktéž džínky ve velké oblibě. Mimo jiné se z nich

připravuje kvalitní destilát „dernovka“. Na Slovensku se v poslední době začíná podobně pálit výborná a chutná „drienkovica“. Z džínků se na Slovensku připravuje i vitaminózní a chutný „džínkový“ sirup. U národů v kavkazských oblastech je v oblibě používat džínky (nejčastěji sušené), jako přísady k nejrozmanitějším pokrmům (jakýsi druh „aliči“).

I když v minulosti (mnohdy ještě i dnes) byly džínky získávány sběrem z přírodních zdrojů, již ve středověku v mnohých klášterních zahradách, byly činěny pokusy s kulturním pěstováním dřínu obecného. Tak asi započaly snahy o zušlechtění botanických forem. Podařilo se získat větší plody a tak vznikla forma „macrocarpa“. Ta se pak v některých oblastech „nekontrolovaně“ rozšiřovala i volně v přírodě. Na Slovensku to byly např. oblasti: Vihorlat, Strážovská hornatina, Moravské Predhorie apod. Ještě za bývalého Československa v tehdejší „Výskumnom ústavu ovocných a okrasných dřevin“ v Bojniciach u Previdze na Slovensku, byly vyšlechtěny dvě kvalitní odrůdy dřínu obecného. Obě dvě odrůdy jsou velmi plodné, odolné vůči chorobám a škůdcům i vůči nízkým teplotám na jaře v době kvetení. Navzájem se liší dobou dozrávání, barvou a trochu i tvarem plodů. Odrůda „Titus“ kvete velmi brzy, již na počátku března a začíná dozrávat ke konci srpna. Plody jsou mírně hruškovitého tvaru, tmavě červené. Dobře se obírají a snášejí přepravu. Odrůda „Devín“ dozrává o něco později, asi tak v polovině měsíce září. Plody jsou



rubínově-červené, oválné až mírně protáhlé. Je vhodná do sušších (aridních) poloh. Doporučuje se, při výsadbě jedné odrůdy, zařadit do porostu i nějaký keř odrůdy jiné. Zajistí se tak lepší opylení a násada plodů. Dřín, jelikož kvete brzy zjara pěknými žlutými květy, působí na zahradě nejen dekorativně, ale je to i cenná, vděčná včelařská rostlina. Zkrátka dřín obecný je užitková dřevina komplexního významu, která mimo již zmíněného je vhodná do větrolamů a k zpevňování svahů.

Pěstování je obdobné, jak tomu bývá při výsadbě ovocných dřevin. Výsadba nejlépe na podzim do sponu 5 x 5 m. (na zahradce možno zmenšit dle dané situace až na 2,5 x 2,5 m. Pamatovat na okopávku a přihnojování. Do plné plodnosti dřínky vstupují kolem pátého roku po výsadbě. Sklízí se obvykle (ve velkém) setřásáním nejlépe na plachty. Z dospělých keřů lze docílit 30 až 45 kg plodů.

Rozšiřování dřínu obecného v jeho kulturních formách - odrůdách, by se mělo rozšiřovat. Nebude to sice nic nového, toliko obnovení a rozšíření osvědčeného bobulovitého ovoce vhodného i do extenzivních výsadeb.

Prof. Ing. Jan Lužný, CSc.  
Olomouc

# Nemocná zvířata, nemocní lidé

Salmonelóza, hormony, antibiotika: maso zvířat z konvenčních velkochovů právě tyto baktérie a medikamenty často obsahuje. Následkem je stále více nemocných lidí.

Prasata uzavřená do obrovských hal velkochovů bez přístupu denního světla. Rošťová podlaha, betonové kotce, minimum pohybu, život ve vlastních výkalech, stres, kastrace bez narkózy. Po šesti měsících jatka.

Prasnice každý rok uměle oplodňované, sloužící jako porodní automaty uzavřené prakticky celý život v úzké kleci. Při poklesu porodnosti a nízké rentabilitě: jatka.

Vylíhnutá kuřata nacpaná do velkovýkrmnů bez přístupu denního světla a čerstvého vzduchu, vylíhnutí kohoutci ihned usmrceni rozemletím zažíva, již po šesti týdnech dosažení jateční hmotnosti. Denní úmrtnost v chovu s počtem 20 000 kusů kuřat: 40 -120 zvířat. Nosnice nacpané v klecích o velikosti 3 listu formátu A4, až 300 snesených vajec ročně. Poranění končetin od tenkého drátu klece, jako prevence kanibalismu ucviknutí konce zobáčku bez narkózy.

Uměle oplodňované krávy, život na rošťové podlaze a krátkém řetězu, minimum pohybu, denně až 40 litrů mléka, záněty vemene léčené antibiotiky, stres, po čtyřech letech a tisících nadojených litrů mléka jatka. Telata ihned po porodu odebraná matce a umístěná do malého teletníku. Náhražky mléka tvořené umělými vitamíny a sušeným mlékem, izolace, minimum pohybu, po šesti měsících cesta na jatka jako „odp a d m l é č n ě h o průmyslu“.

Taková je realita dnešní industriální masové produkce masa, mléka a vajec v České republice. O podrobnostech se chovatelé zvířat jen neradi zmiňují, pro zvědavé zájemce mají připravené na svých velkochovech cedule „nepovolaným vstup zakázán“ a pohotovité výmluvy v podobě „nebezpečí nálezové situace“. Ani zástupci Státní veterinární správy nebo Ministerstva zemědělství výše uvedenými fakty o chovech hospodářských zvířat moc širokou veřejnost neseznamují. Důvod je prostý: prozradit široké veřejnosti praktiky dnešních velkochovů se zvířaty a jatečních provozů znamená riskovat krach následkem opadnutí zájmu spotřebitele o jejich produkty.

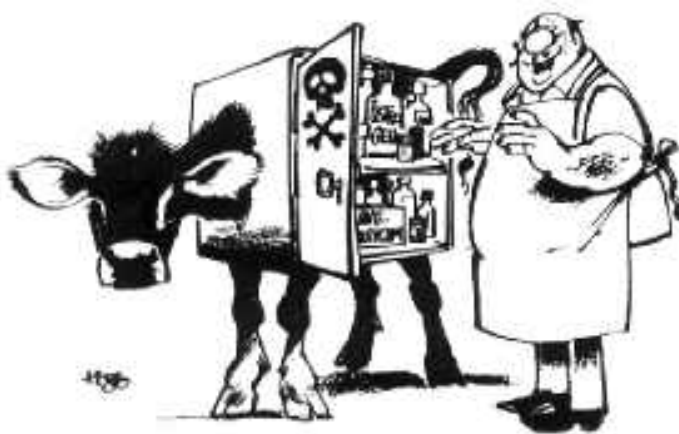
Lékaři stále více varují před nebezpečím velkochovů zvířat pro člověka: trpí nejenom zvířata, ale jsou nemocní rovněž lidé. Vyskytuje se totiž stále více případů nemocí způsobených baktériemi ze závadného mléka, masa a vajec. Situaci komentuje Franz Allerberger z Institutu pro hygienu na univerzitě v Innsbrucku: „Tento problém se již od šedesátých let ustavičně stupňuje. Klasické nemoci zvířat máme pod kontrolou, zato ale přibývá infekcí způsobených novými původci nemocí - ty jsou dnes častější než dětské nemoci.“

Jak také zdůrazňují lékaři ve „Švýcarských lékařských novinách“: „Hlavní vinu na vzrůstajícím počtu nemocí způsobených bakteriemi z infikovaných živočišných potravin

nesou industriální velkochovy zvířat“. Franz Allerberger se vyjadřuje ještě jasněji: „Dříve se žádný spotřebitel nemusel obávat salmonelózy. Dnes je většina kuřat touto nemocí infikovaná.“ Lékaři dále zdůrazňují, že hlavní vinu na takovém neutěšeném stavu nesou producenti orientovaní na co největší výnosy. „Turbonosnice“ s výkonem 300 snesených vajec ročně již není schopna přirozeného rozmnožování, kráva na mléko s denním výkonem 30 litrů musí být nadopovaná krmivem s vysokým obsahem bílkovin. Prasata a kuřata dosahují v rekordním čase jateční hmotnosti. „Turbozvířata“ jsou však také zpravidla náchylná k nemocem všeho druhu. Většinu původců nemocí se tak v mase z oslabených zvířat podaří dostat i na talíř spotřebitele.

Každé čtvrté prodané kuře obsahuje baktérie salmonelózy. Nedostatečnou kuchyňskou úpravou kuřecího masa nebo vajec tyto baktérie přežívají a u člověka způsobují silné průjemy. Pro děti a oslabené osoby toto může být i smrtelné. V České republice podle odhadů onemocní na salmonelózu tisíce lidí. *Campylobacter* rovněž v posledních letech postihuje stále více hovězí dobytek a slepice. Zvláště v létě je u nás každá čtvrtá slepice nakažená. V EU

je to devět z deseti slepic. Již nepatrné množství *campylobacteru* vyvolá u člověka průjem a teplotu. *Escherichia Coli* je název pro nejnovějšího a nejvíce nebezpečného původce nemocí, který způsobuje silné až krvavé průjemy. Podle odhadů 15 -10 % nakažených osob selhávají ledviny. Původci této nemoci žijí hlavně ve střevech novězího dobytka. Jak se shodují odborníci, pouze 10 - 20 % případů nakažení *Escheri-*



Co by to mělo být: plecko, svičková nebo vnitřnosti?

*chia Coli* je rozpoznáno a nahlášeno.

Velkochovy zvířatům oslabují imunitní systém. To je způsobeno stresem z nedostatku místa v halách, minimem přirozeného denního světla a čerstvého vzduchu. Pro viry a baktérie je takové prostředí rovněž ideální na množení. I dlouhé transporty zvířat přispívají k této neutěšené situaci: zvířata jsou často znečištěna výkaly obsahujícími různé zárodky nemocí. Lékaři rovněž apelovali na Evropskou komisi i jednotlivé vlády, aby měly několikadenních mezinárodních transportů podporovat pouze transporty lokální, a to pouze k nejbližším jatkům.

Průmyslová velkoprodukce zvířat neznamena jen problém s infekcemi. Vede také k velkému riziku pro člověka: lékaři nemohou efektivně tyto infekce léčit. Zdravotnická organizace WHO a jiné lékařské organizace vyjadřují znepokojení nad ztrátou účinnosti mnoha antibiotik, protože producenti používají podobné léky pro zvířata jako lékaři pro pacienty v humaní medicíně. Čím častěji chovatelé zvířat používají na léčbu nemocí antibiotika, tím rychleji se původci nemocí stávají odolnější. Následky mohou být fatální: pokud se člověk nakazí infekcí pocházející ze znečištěného masa, mléka nebo vajec, žádné antibiotikum mu nepomůže. Toto může být smrtelné zejména



pro starší a oslabené osoby. V Dánsku tak minulý rok zemřela žena následkem nakažení salmonelózou, protože u ní nezabralo žádné antibiotikum.

V Evropě existují prozatím dvě země, kde je přidávání antibiotik do krmiva jako „stimulátorů růstu“ zakázáno: Švédsko a Švýcarsko. Ostatní země žádné zákazy nevydaly. Bohužel antibiotika nejsou jediným problémem. V mase lze prokázat stále ve větší míře zbytky hormonů. Zvířata s jejich pomocí rostou rychleji, přinášejí tedy více zisku. Zda jsou zbytky hormonů pro člověka nebezpečné nemohou vědci vyloučit.

Jediným možným řešením, jak uchránit spotřebitele před nebezpečím číhajícím v potravinách živočišného původu, je návrat k přirozenému, nestresujícímu chovu zvířat s dostatkem slunce, čerstvého vzduchu, kvalitního přiroze-

ného krmiva a respektem vůči potřebám zvířat. Že je to možné, dokazuje například Švédsko, kde přirozeně chovaná zvířata nepotřebují žádné medikamenty, jsou zdravá a výskyt bakterií odolných vůči antibiotikům, salmonelózy nebo *campylobacteru* je výjimečný. Bude však záležet na spotřebiteli, zda bude ochoten připlatit si za kvalitní produkty, protože velkochovy zvířat jsou přímým následkem jeho touhy po co největším množství masa, mléka a vajec za co nejnižší cenu. Proto je i prvním logickým krokem pro naplnění tohoto cíle snížení konzumace potravin živočišného původu: není totiž možné pro všechny produkovat skutečně kvalitní a přirozené potraviny z industriální velkovýroby.

Vladimír Synek

## BIO novinky

# Kde koupíte v Olomouci biopotraviny a biokosmetiku?

### Zdravá výživa BIO FARM

Karoliny Světlé 5  
tel: 585 428 801  
PO - PÁ: 9.00 - 12.00  
13.30 - 18.00  
SO: 8.00 - 12.00

suché potraviny:  
sortiment fy Pro-bio,  
Country life, Sluneční brána,  
Abrlovy  
drogerie:  
ECOVER prostředky pro  
domácnost  
vlastní bioovoce a biozele-  
nina

### Ječmínek

Ostružnická 13  
tel: 585 228 727  
PO - PÁ: 8.00 - 18.00  
SO: 8.00 - 12.00

suché potraviny:  
sortiment fy PRO-BIO,  
Natural, Country life, SIVO,  
Natural way,  
Sunfood, Ambrozia,  
Matyska, Abrlovy  
drogerie:  
ECOVER prostředky pro  
domácnost, WELEDA -  
kosmetika

### Pí centrum, Zdeněk Hájek

Mlýnská 2  
tel: 585 234 657  
www.pí.voda.cz  
PO - PÁ: 8.00 - 18.30  
SO: 8.00 - 12.00

suché potraviny:  
sortiment fy Country life,  
Provamel, Pro-bio, Pí  
sortiment  
drogerie:  
ECOVER prostředky pro  
domácnost, WELEDA -  
kosmetika  
biozelenina Dvořák, sušené  
bioovoce na váhu (!)

### Herba

Dolní náměstí 11  
tel: 585 221 846  
PO - PÁ: 8.00 - 17.00  
SO: 8.00 - 11.30

suché potraviny:  
sortiment fy PRO-BIO,  
Country life, Sluneční brána

### Herba

Denisova 17  
tel: 585 222 662  
PO - PÁ: 8.00 - 17.00  
SO: 9.00 - 12.00

suché potraviny:  
sortiment fy Country life

### CF Zdravá výživa

Hálkova 2, PVT  
tel: 585 511 211  
ÚT - ČT: 9.00 - 17.00  
PÁ: 9.00 - 15.00

suché potraviny:  
sortiment fy Pro-bio,  
Country life, Sluneční brána

### Ekoprodukty u Mifi

Sokolská 41  
tel: 585 237 228  
Mobil: 604 286 606  
PO - PÁ: 8.00 - 17.30

suché potraviny:  
sortiment fy Sunfood,  
Natural, Natural way, PRO-  
BIO, Country life  
biozelenina Dvořák

### Natura, Marie Vašková

I.P. Pavlova 6  
tel: 58 541 35 15  
PO - PÁ: 8.00 - 16.30

suché potraviny:  
sortiment fy Country life,  
PRO-BIO

### Potraviny Mix

Sokolská 40  
tel: 58 522 57 11  
PO - PÁ: 7.00 - 22.00  
SO - NE: 8.00 - 20.00

suché potraviny:  
sortiment fy Sunfood,  
Matyska, PRO-BIO

### Potraviny Jim

Bořivojova 2  
tel: 585 232 994  
PO - PÁ: 7.00 - 18.00  
SO: 7.00 - 12.00

suché potraviny:  
sortiment fy PRO-BIO,  
Olma, Sluneční brána,  
Abrlovy

### Potraviny Kubová

Českokobratrská 42  
tel: 585 436 537  
PÁ - NE: 7.00 - 19.00

suché potraviny:  
sortiment fy Pro-bio, Olma

### Studio M-arta

Uhelná 4  
tel: 585 225 326  
Mobil: 602 579 421  
PO, ČT: 12.30 - 16.00  
ÚT, ST, PÁ: 10.00 - 16.00

drogerie:  
sortiment fy Dr. Hauschka -  
kosmetika

### Amaranth Bistro

Pavelčákova 21  
tel: 585 223 443  
PO - PÁ: 7.00 - 18.00  
SO: 8.00 - 11.30

suché potraviny:  
sortiment fy PRO-BIO,  
Country life

### Potraviny Prejza

Přichystalova 44  
tel: 585 241 254  
PO - PÁ: 7.00 - 18.00  
SO: 7.00 - 12.00  
NE: 8.00 - 12.00

suché potraviny:  
sortiment fy Pro-bio

### Zdravotnické potřeby U Trojice

Horní náměstí 26  
tel: 585 224 525  
PO - PÁ: 8.00 - 17.00  
SO: 8.30 - 11.30

drogerie:  
sortiment fy Weleda -  
kosmetika

Nově od července 2003 v  
prodeji bjomošty z Bílých  
Karpát Česká biopotravina  
roku 2002

### Klárka

Dolní nám.  
tel: 585 945 748  
PO - PÁ: 6.30 - 20.00  
SO: 6.30 - 19.00  
NE: 7.15 - 19.00

### Ovoce zelenina

Jiřina Vysloužilová  
Masarykova 56  
tel: 585 243 634  
PO: 7.30 - 18.00  
ÚT - PÁ: 7.15 - 18.00  
SO: 7.30 - 11.00

### Ovoce - Pavera P.

Masarykova 23  
Tel: 585 224 198  
PO - PÁ: 8.00 - 18.00  
SO: 7.30 - 11.30

Rozhovor s majitelkou **Studia Marta** p. Martou Zedkovou.



• *Kdy vlastně vzniklo Studio Marta a proč?*

Studio Marta vzniklo v Olomouci zhruba před rokem. Chtěla jsem vytvořit takové malinké centrum, kde by byla nabídnuta k prodeji přírodní kosmetika a další přírodní produkty, jejichž používáním můžeme šetřit přírodu a abychom také mohli nechat o své tělo pečovat stejnými produkty, aniž bychom museli z něčeho slevovat. Všechny produkty, se kterými pracujeme, pocházejí z ekologického a biodynamického zemědělství.

• *Konkrétně jsou to jaké produkty?*

Nabízíme pouze přírodní produkty - kosmetiku Dr. Hauschka - pocházející z biodynamického zemědělství, ručně vyráběná mýdla a jiné přírodní produkty - Savon du Midi - pocházejících z ekologického zemědělství jižní Francie. Metody, které ve studiu provádíme se navzájem doplňují, vnímají tělo jako celek, ale současně jej individuálně zohledňují. Provádíme celostní kosmetické ošetření metodou Dr. Hauschka, Bowenovu metodu, lymfatické drenáže, orientální depilace.

• *Můžete říci něco bližšího k těmto metodám?*

Bowenova metoda je zcela neinvazivní a nedagnostická, kde tělo je vnímá-



citlivými osobami, kůže po depilaci je minimálně podrážděná.

• *A teď již ke kosmetice...*

Kosmetika Dr. Hauschka se na trh dostala poprvé v roce 1967 a v současné době je praktikována a nabízena ve více než 30 zemích celého světa. Všechny přípravky jsou vyrobeny bez chemických konzervačních, barvicích a vonných látek. Kosmetika je vyrobena z rostlin, které pocházejí z ekologického, biodynamického zemědělství a volného sběru. Jsou ručně sbírány, tříděny a zpracovávány. Výrobce kosmetiky Dr. Hauschka je německá firma WALA, která je známa ve světě především jako výrobce homeopatických léčiv. Výchozí výrobní surovinou pro výrobu léčiv a kosmetiky jsou stejné rostlinné výtažky a proto je kvalita vyrobených kosmetických produktů značně vysoká. Přípravky jsou zakonžerovány rytmickým zpracováním rostlin a vzduchotěsným obalem



Kosmetika se vyznačuje především svým holistickým - celostním přístupem k pleti. Hlavním cílem kosmetiky je, nejen pomocí speciálních postupů a čistě přírodních přípravků, čelit různým projevům pleti, jako je suchost, akné apod, ale hlavně poté zachovat její zdravý vzhled a přirozenou krásu po celý život. Při výzkumu před zrodem kosmetiky, bylo již tehdy počítáno s vnitřním a vnějším zatížením naší pokožky v budoucnu. Výzkumný tým dokázal předpovědět, jakým způsobem bude naše kůže zatížena znečištěním ovzduší, stále agresivnějším slunečním zářením, synteticky upravovanými potravinami, ale i duševní a nervová zatížení - neustálý hluk z automobilismu, rozhlasu, televize, pracovní stres, psychické zatěžování. Pro to všechno je kosmetika Dr. Hauschka stále více a více aktuálnější, a to nejen pro své terapeutické účinky, ale i pro svou biologickou kvalitu.

Proto bylo také současně se vznikem přípravků vytvořeno „celostní kosmetické ošetření metodou Dr. Hauschka“, které zahrnuje nejen péči o obličej, ale i o celé tělo. Ošetření metodou Dr. Hauschka trvá 2 - 2,5 hod. Zahrnuje šalvějovou koupel nohou, jemnou masáž dolních a horních končetin, dekoltu tělovými oleji, samozřejmě hloubkové čištění, posílení pleti pletovými kúrami, a intenzivní pletové masky. Středem celého ošetření je lymfatická stimulace prováděná štetky a přikládáním dlaní, která slouží k rozproudění lymfy, spustí detoxikační proces v těle a podpoří se tím látková výměna. Celé ošetření je doprovázeno přikládáním vonných teplých kompres na obličej, dekolt, krk a šíji.



no jako celek. Jde o velmi šetrné pohyby, kdy bowenista svými prsty vyvine velmi jemný tlak, potom následuje vždy krátká pauza, která poskytuje tělu čas k dokonalému zpracování těchto pohybů. Vzhledem k obecnému použití Bowenovy metody je tato technika doporučována při chronických onemocněních pohybového, imunitního a lymfatického aparátu, je také vhodná při rekonvalescenci a pro relaxaci vrcholových sportovců.

Manuální lymfatická drenáž je jemné a lehké formování tkáně zvláštním terapeutickým přístupem. Působí fyziologicky na lymfatický systém tkáně a především podporuje odtok lymfy ze tkání bez posilování přítoku krve. Dochází také k ovlivnění parasympatiku - snížení bolestivosti a ovlivnění příčné pruhované ale i hladkého svalstva a také ke zlepšení imunologické obrany po odsunu otoku. Jsou indikovány při onemocnění lymfatického a imunitního aparátu, celulitis, preventivně při velké zátěži dolních končetin, jako první pomoc při počínajících bolestech v krku, apod. Využití je velmi široké a je velmi účinné.

Samozřejmě ke kosmetice patří i odstraňování ochlupení - depilace. I v tomto jsme neponechali nic náhodě a ve studiu praktikujeme depilaci orientální. Tato depilace se provádí depilační hmotou z datlí, fíků a medu za přidávku bylin, která velmi příznivě ovlivňuje růst dalšího ochlupení, ve smyslu úbytku. Depilační hmota nedráždí pokožku, je velmi dobře tolerována i velmi

Děkuji za rozhovor.



Uhelná 4, Olomouc, tel.: 602 579 421, [www.studiomarta.cz](http://www.studiomarta.cz)  
e-shop: <http://www.shop.storeonline.cz/studiomarta/>  
e-mail: [m.arta@mybox.cz](mailto:m.arta@mybox.cz)

## Víte co jíte?

### Ochutnávka jídel z Biopotravin

**Kde:** Galerie u Mloka, Laffayetova 9

**Kdy:** 23. září, 2003, v 17 hod,

- Dají se připravit zdravé pokrmy chutně?
- Co Vám zaručuje „zelená BIO-zebra“?
- Chcete si připravit zdravé jídlo a bojíte se že vám nebude chutnat?  
S námi bude!

Nejen pro příznivce ekologického zemědělství a biopotravin. Možnost konzultace s odborníky na zdravou výživu, s prodejci, s ekozemědělci. Přijďte ochutnat: pohankovou pomazánku, špaldový salát, dýni hokaido, celozrnné palačinky bez vajec a další dobroty. Objevte další hodnotu potravin.

## 10. PRAŽSKÝ BIOJARMARK

Hnutí DUHA Vás zve v rámci návštěv ekologických farem na jednodenní výlet. Seznámíte se s ekozemědělci, ochutnáte i jejich produkty tentokrát na netradiční akci.

### Sobota 20. září 2003

Zveme všechny příznivce hodnotnější výživy a ekologického zemědělství na výlet za ekozemědělci a jejich bio-produkty, v areálu solárního ekopavilonu v Praze na Barrandově. Zde se představí ekozemědělci se svými produkty z celé ČR s propagačním prodejem a ochutnávkou biopotravin.

Program začíná již v pátek, 19. září od 14 hod, v sobotu pak od 9 do 21 hod. Součástí programu bude i vysílání videofilmů, prodej literatury aj.

**Sraz:** Na hl. vl. nádraží Olomouc v 7:30 vedle telefonní budky, odjezd vlaku směr Praha je v 7:45.

Předpokládán návrat v 21:30 nebo později individuálně.

**Svou účast potvrďte, prosím, předem na adrese Hnutí Duha.**



Hnutí Duha Olomouc

Dolní náměstí 38, 772 00

Tel: 585228584, klara.kratochvilova@hnutiduha.cz

## Olomoucký BIOzpravodaj

Vydává Hnutí Duha ve spolupráci se Svazem ekologických zemědělců Pro-Bio.

Odpovědný redaktor: Klára Kratochvílová, kresby: Tomáš Motal a Klára Řičánková.

**Biozpravodaj** vychází v počtu 1500 ks a je zdarma rozšiřován do olomouckých a brněnských prodejen nejen zdravé výživy, do vybraných lékáren a čekáren u lékařů. Můžeme Vám jej poslat i do Vaší poštovní či e-mailové schránky - stačí, pokud nám zatelefonujete na číslo: **585 228 584** nebo napíšete na adresu:

Hnutí Duha, Klára Kratochvílová,  
Dolní náměstí 38,  
772 00 Olomouc.

Můžete také poslat e-mail na adresu: **olomouc@hnutiduha.cz** nebo slednout naše stránky:

**www.hnutiduha.cz/olomouc**

Pokud byste rádi podpořili vydávání Biozpravodaje i naši další činnost propojující Olomoučany s okolními ekozemědělci (pořádání výletů na ekofarmy, výstavy, besedy a další), uvítáme také vaši finanční podporu (díky ní nebudeme nuceni věnovat tolik času na shánění peněz z grantů, což nám umožní dále prohlubovat a zkvalitňovat naši činnost). Dobrovolný příspěvek v jakékoliv výši nám můžete zaslat na naši výše uvedenou adresu. Pro vaši představu o nákladech na jeden výtisk Biozpravodaje činí přibližně 5 Kč. Máte-li zájem podpořit naši činnost finančně, nebo se aktivně zapojit, navštivte nás prosím v naší kanceláři - nejlépe ve čtvrtek od 13:00 do 18:00 hod. Máte-li zájem podpořit i jinou činnost Hnutí Duha (viz. níže), obraťte se na brněnském telefonu 545 214 431 na Dášu Smolíkovou (e-mail: dagmar.smolikova@hnutiduha.cz)

## Kosa místo fitness

Od jara až do podzimu je zvláště v obytných čtvrtích rodinných domků se zahrádkami slyšet po celé víkendy elektrické sekačky na trávu. Ten neustálý hukot vůbec nepřidá nedělnímu klidu tolik potřebnému pro zotavení po celotýdenním stresu. A kolik se při tom spotřebuje elektrického proudu v té čtvrti, v celém městě, v celé republice. Pak je ovšem třeba stavět jaderné elektrárny. Oč lepší je vstát za krásného ranního rozbřesku, když ještě leží rosa a ptáci začínají zpívat, a trávu pokosit kosou nebo srpem. Myslím, že není nutné, aby trávník byl tak nízký, a když to někdo vyžaduje, může použít elektrickou sekačku. Při takové práci by si lidé utužili svaly a nemuseli by pak vyhazovat peníze za návštěvu fitnesscentra a ztrácet tak čas. Mladí a zdraví lidé by elektrické sekačky neměli používat. Ty by měly být jen pro lidi staré a špatného zdraví. A i těm by ti mladší mohli pomoci tuto práci udělat. Něco by si vydělali a nebo by získali pěkný pocit z dobrého skutku.

Také je třeba si uvědomit, kolik materiálu a energie stála výroba všech těch sekaček. Něco jiného je kosení trávy na veřejných prostranstvích technickými službami města. Tam je jistě technika nutná, i když je také spousta nezaměstnaných lidí.

*Čtenářka z Olomouce*

Ekologická organizace **Hnutí DUHA - Přátelé Země ČR** se již více než deset let snaží svou činností přispět nejen ke zlepšení stavu životního prostředí, ale i ke změně přístupu veřejnosti k ekologickým otázkám. Metody jeho práce sahají od jednání s úředníky a politiky, přes legislativní návrhy, informování a zapojování veřejnosti, informování spotřebitelů, působení na průmysl, výzkum a právní kroky až po spolupráci s obcemi. V národní kanceláři působí asi 30 zaměstnanců a řada dobrovolných spolupracovníků. V různých městech po celé republice pracuje kolem 15 místních skupin. Hnutí DUHA je českým zástupcem Friends of the Earth International, největšího světového sdružení ekologických organizací.

V radě patronů Hnutí DUHA jsou: spisovatelka Tereza Boučková, herečka Taňa Fischerová, muzikant Jaroslav Hutka, evangelický farář Svatopluk Karásek, sociolog Jan Keller, spisovatel Ivan Klíma, filozof Erazim Kohák, publicista Ondřej Vaculík, zoolog Zdeněk Veselovský.

Konkrétní témata, kterým se momentálně věnujeme: energie, lesy, odpady, zemědělství. (Rádi Vám na požádání zašleme informační materiály). Vydáváme také společensko-ekologický měsíčník Sedmá generace, jehož bezplatné ukázkové číslo si můžete vyžádat na adrese:

**www.hnutiduha.cz,**  
**www.hnutiduha.cz/skupiny/**



**Hnutí DUHA**  
Friends of the Earth ČR  
místní skupina Olomouc

Hnutí DUHA Olomouc, Dolní náměstí 38, 772 00 Olomouc