

---

## Sporočilo za javnost

### **SAMOOSKRBA - KAKO NA MAJHNIH POVRŠINAH PRIDELATI VEČ**

**21.5. 2022. Celjski sejem Green Vita:** Predstavljene so bile zanimive rešitve kako bolje poskrbeti za samooskrbo – na nivoju gospodinjstva, na balkonih, zelenicah, vrtičkih in kako na malih kmetijah, za zagotovitev samooskrbe v lokalnih skupnostih in širše. Kako povečati samooskrbo s sadjem z borovnicami haskap, ki je tudi razvojna priložnost in kako se samoiniciativno aktivirajo ljudje za povečanje samooskrbe širom Slovenije preko Samooskrbni net. Center za spodbujanje sonaravnega vrtnarjenja Vransko s svojimi ekološki in tradicionalno priljubljenimi rastlinami daje priložnost pridelave od sadik do pridelka. Gibanje Oskrbimo Slovenij-štafeta semen in Ajda Štajerska je v čast Svetovnemu dnevu čebel in za povečanje samooskrbe podarjalo in izmenjavalo semena. Prikazane so bile dobre prakse na malih kmetijah, razil kmalu a de sonaravno pridelavo hrane- ekološko, biodinamično, permakulturno in kako povečati samooskrbo z intenzivno pridelavo hrane s predstavitvijo akvaponike - pridelava zelenjave s pomočjo rib. Da bomo vedeli kaj jemo, kaj kupujemo je potrebno vedeti prednosti in pomanjkljivosti posameznih metod pridelave hrane.



Foto arhiv Ekoci: **Jože Meh** je predstavil pridelavo hrane na način akvaponike, **Irena Rotar**, Ekoci pa sonaravne metode pridelave hrane.-kako na majhnih površina pridelati več.

Uvodoma je **Irena Rotar Ekoci - Eko civilna iniciativa Slovenije** predstavila pomen dobrih praks pridelovanja hrane na manjših površinah in permakulturna načela, ki nam lahko pri tem pomagajo. Opisane so tudi v priporočniku Samooskrba v praksi – manj površin več pridelka. Predstavila je tudi dobre prakse pridelave na malih kmetijah, ki je lahko perspektivna razvojna pot v prihodnost zelene Slovenije za povečanje lokalne in državne samooskrbe.

**Jože Meh** pa je predstavil akvaponično Satilu Shape, ki je enota ki je namenjena za pridelavo zelenjave, sadja in vzrejo rib. Mesečno je možno pridelati okoli 420 pridelkov ( listnata zelenjava, začimbnice, zdravilne rastline, jagode,...) in okoli 25 kg rib.Z dodajanjem kanalov je mogoče na zelo enostaven in hiter način podvojiti kapacitete in kasneje z dodajanjem enot pa se lahko lotite komercialne pridelave zelenjave in rib.



## Ekoci – eko civilna inicijativa Slovenije, Združenje za trajnostno prihodnost

Ulica Savinjske čete 4, 3310 Žalec, Slovenija; [www.ekoci.si](http://www.ekoci.si); [ekoci.si@gmail.com](mailto:ekoci.si@gmail.com); t: +386 40 203 055

Fb:Ekoci - eko civilna inicijativa Slovenije Oskrbimo Slovenijo - Štafeta semen ; Ekoci Green Tourism ; SDM: slovenska delovna mesta;  
Nič nas ne sme presenetiti - bodimo pripravljeni;

Akvaponika sodi med intenzivno kmetijstvo. Ekoci s somišljeniki pa si prizadevamo za čim več sonaravno pridelane hrane, vendar je potrebno poznati vse metode, v nepredelivi prihodnosti. V realnosti podnebnih sprememb, pa je lahko morda to za nekatere ena izmed možnosti pridelave hrane.

Primer dobrih praks za povečanje samooskrbe je viden tudi v sklopu projekta **Inovativne prakse in proizvodi sonaravnega pridelovanja na malih kmetijah v času podnebnih sprememb** z različnimi metodami (ekološka, biodinamična, permakulturna pridelava, uvajanje pridelovanja medovitih zelišč) in poudarkom na dodajanju vrednosti pridelavi zelišč in alternativnih poljščin izboljšujemo ekonomiko na kmetiji. Povečujemo biotsko pestrost ter pestrost kolobarja na partnerskih kmetijah. Poudarek je tudi na ohranjanju visokodebelnih sadovnjakov in dodajanju dodane vrednosti na področju sadjarstva, ohranjanju pasme krškopoljskega prašiča in čebele kranjske sivke, sonaravnem načinu kmetovanja ter vključevanju mladih na kmetijskem gospodarstvu, ki bodo sodelovali in se v prihodnosti morda navdušili za prevzem kmetije.

**Inovativne ekosistemske rešitve za prilagajanje na podnebne spremembe za pridelovanje zelišč na malih kmetijah** V pilotnem projektu na štirih partnerskih kmetijah vpeljujejo ekosistemsko pridelavo zelišč kot pristop prilagoditve podnebnim spremembam. V ta namen bomo na osnovi poznavanja geografske lege posamezne kmetije pripravili nove ekosistemske pristope za pridelavo zelišč. Dodana vrednost je v ekosistemskem pristopu za zagotovitev samo regeneracijskih možnosti zemlje, da vodo zadrži, da se hranila vključujejo v tla ter da so rastline preskrbljene z anorganskimi in organskimi hranili po naravni poti, kar je v sušnih pogojih panonske Slovenije zelo pomembno. Uvajajo pridelavo zelišč, povezane z dodatnimi možnostmi uporabe le teh, od kulinarike do naravne fitofarmaceutske rabe ter kot podporo rastlinam za rast v obliki naravnih gnojil, kar je v luči nujnosti oživljanja zemlje izredno pomembno.

**Glavna sprememba glede na dosedanje prakse je, da se vgradijo v pridelovalne pristope ekosistemske rešitve, zaradi katerih bodo kmetje zemljo manj fizično obdelovali in jo manj tehnično spreminjali, kar pomeni velik doprinos prilagoditvam na spremenjeno podnebje in istočasno skrb za življenje v tleh, ki je temelj dobre rodovitnosti. To je posebej pomembno zaradi izumiranja biodiverzitete in kot podpora samooskrbi kot varnostnemu stebru vsake države. S prilagajanjem podnebnju je potrebno slediti izboru takih vrst rastlin, ki prenašajo visoke temperature, ne potrebujejo veliko vode in dopolnjujejo samooskrbo Slovenije. Med take sodijo zelišča za čaje in dišavnice za kulinariko, ki jih Slovenija večinoma uvaža, imamo pa prav v Prekmurju odlične pogoje za njihovo pridelavo. Zato bomo v projektu našli del rešitve za povečanje oskrbe s čaji na slovenskem trgu. S tem je povezana tudi izboljšana ekonomika na kmetiji, saj lahko kmetje izdelajo nove produkte in jih tržijo je povezala dobre prakse, ki jih koordinira in vodi mag. Nataša Ferant, vodja projektov na IHPS Žalec **Dober primer aktivacije naprednih ljudi, ki se zavedajo, nove realnosti na področju prehranske ne-varnosti je društvo Samooskrbni.net: Oskrbljeni namesto zaskrbljeni so podali izjavo, je njihov moto.** Cene hrane se dvigujejo in zanimanje za lastno pridelovanje hrane in zelišč je vse večje. A marsikdo je ob tem ugotovil, da samooskrba ni tako preprosta, kot je morda videti na prvi pogled. Brez ustreznega znanja, izkušenj, časa, materiala ... preprosto ne gre, vsega tega pa se ne da pridobiti čez noč. **Rešitev je v povezovanju, deljenju izkušenj in znanja, skupinskem delu, skupinskih nabavah ... In vse to združujejo v Društvu za celostno samooskrbo****



## Ekoci – eko civilna iniciativa Slovenije, Združenje za trajnostno prihodnost

Ulica Savinjske čete 4,3310 Žalec, Slovenija; [www.ekoci.si](http://www.ekoci.si); [ekoci.si@gmail.com](mailto:ekoci.si@gmail.com); t: +386 40 203 055

Fb:Ekoci - eko civilna iniciativa Slovenije Oskrbimo Slovenijo - Štafeta semen ; Ekoci Green Tourism ; SDM: slovenska delovna mesta;  
Nič nas ne sme presenetiti - bodimo pripravljeni;

**Samooskrbni.net. Skoraj 600 naših aktivnih članov iz vse Slovenije se tedensko srečuje preko spleta (spletna predavanja, dogovori za skupinske nabave, zaprta FB skupina, spletni forum), znotraj 44 posameznih lokalnih timov pa potekajo skupne delovne akcije, izmenjave sadik, skupno spoznavanje in nabiranje užitnih divje raslih rastlin ipd. Povezani zmoremo več, hitreje in bolje. To dokazujejo mnogi člani, ki so se v nekaj mesecih sodelovanja prelevili iz popolnih začetnikov v uspešne vrtičkarje. In to je tudi naš cilj – da pomagamo vsakomur, ki se odloči za samooskrbo, to tudi čim prej udeležiti, in to s čim manj spodrseljajev, sporočajo iz Društva Samooskrbni net.**



Foto arhiv Ekoci: . Samooskrba iz teorije v prakso – enkrat tedensko preko predavanj in dvakrat mesečno preko lokalnih timov – na učnem vrtu Sonaravni vrtovi Žalec in v Škofji Loki in po več 10 lokacijah po Sloveniji

**Da bomo lahko čimbolj in čimprej oskrbljeni s sadjem so čudovita priložnost borovnice Haskap. Haskap, d.o.o. je trenutno največji svetovni pridelovalec eko haskap jagodičja ( *Lonicera caerulea*). Vse pridelajo in predelajo v Sloveniji in delno na Hrvaškem. Poznamo mnogo zdravnih učinkov jagodičja, za haskap pa velja, da ima odlične prehranske prednosti, kar je tudi znanstveno dokazano. Haskap prispeva k uravnavanju krvnega tlaka, pozitivnemu delovanju možganov, vsebuje snovi, ki pomagajo preprečevati okužbe sečil, deluje protivnetno, prispeva k dobremu vidu, preprečuje možnost obolezlosti za rakom, je bogat z antioksidanti. Iz haskap jagodičja izdelujejo različne izdelke, ki so svetovna inovacija. Na Celjskem sejmu Altermed predstavljajo dva specifična izdelka : Matični sok iz haskap borovnic in haskap prah. Oba izdelka sta eko certificirana. Sok in prašek, ki imata različne lastnosti, čeprav sta narejena iz sitih sadežev, brez dodatkov. Brez vode, brez sladkorja, nič ... samo 100% HASKAP ! SOK ima obsežnejšo paleto prehranskih koristi, medtem ko je prah bolj osredotočen na skupni vidik obeh izdelkov... čemur pravimo "močni trio"**

## Ekoci – eko civilna iniciativa Slovenije, Združenje za trajnostno prihodnost

Ulica Savinjske čete 4,3310 Žalec, Slovenija; [www.ekoci.si](http://www.ekoci.si); [ekoci.si@gmail.com](mailto:ekoci.si@gmail.com); t: +386 40 203 055

Fb:Ekoci - eko civilna iniciativa Slovenije Oskrbimo Slovenijo - Štafeta semen ; Ekoci Green Tourism ; SDM: slovenska delovna mesta;  
Nič nas ne sme presenetiti - bodimo pripravljeni;

antocianin - polifenol - bioflavonoid, zaradi česar je izdelek poseben. V Sloveniji je zasajenih na poljih kooperantov več že več 10 hektarov nasadov borovnic haskap, pospešeno pa prave sorte sadijo tudi vrtničkarji saj sadež obilno odi in ima življenjsko dobo kar 50 let, zato je dobičkonosen tudi za male kmetije.



Foto arhiv Ekoci: Zoran Petrovič, je uspel povezati več deset pridelovalcev borovnic Haskap in tako so postali največji svetovni pridelovalec haskap borovnic – sadeža večne mladosti z izjemnimi zdravilnimi učinkovinami na svetu

**Da bomo lahko čimbolj in čimprej oskrbljeni s sadjem so čudovita priložnost borovnice Haskap. Haskap, d.o.o. je trenutno največji svetovni pridelovalec eko haskap jagodičja ( Lonicera caerulea).** Vse pridelajo in predelajo v Sloveniji in delno na Hrvaškem. Poznamo mnogo zdravilnih učinkov jagodičja, za haskap pa velja, da ima odlične prehranske prednosti, kar je tudi znanstveno dokazano. Haskap prispeva k uravnavanju krvnega tlaka, pozitivnemu delovanju možganov, vsebuje snovi, ki pomagajo preprečevati okužbe sečil, deluje protivnetno, prispeva k dobremu vidu, preprečuje možnost obolenosti za rakom, je bogat z antioksidanti. Iz haskap jagodičja izdelujejo različne izdelke, ki so svetovna inovacija. Na Celjskem sejmu Altermed predstavljajo dva specifična izdelka : Matični sok iz haskap borovnic in haskap prah. Oba izdelka sta eko certificirana. Sok in prašek, ki imata različne lastnosti, čeprav sta narejena iz sitih sadežev, brez dodatkov. Brez vode, brez sladkorja, nič ... samo 100% HASKAP ! SOK ima obsežnejšo paleto prehranskih koristi, medtem ko je prah bolj osredotočen na skupni vidik obeh izdelkov... čemur pravimo "močni trio" antocianin - polifenol - bioflavonoid, zaradi česar je izdelek poseben. V Sloveniji je zasajenih na poljih kooperantov več že več 10 hektarov nasadov borovnic haskap, pospešeno pa prave sorte sadijo tudi vrtničkarji saj sadež obilno odi in ima življenjsko dobo kar 50 let, zato je dobičkonosen tudi za male kmetije.





## Ekoci – eko civilna iniciativa Slovenije, Združenje za trajnostno prihodnost

Ulica Savinjske čete 4, 3310 Žalec, Slovenija; [www.ekoci.si](http://www.ekoci.si); [ekoci.si@gmail.com](mailto:ekoci.si@gmail.com); t: +386 40 203 055

Fb: Ekoci - eko civilna iniciativa Slovenije Oskrbimo Slovenijo - Štafeta semen ; Ekoci Green Tourism ; SDM: slovenska delovna mesta; Nič nas ne sme presenetiti - bodimo pripravljeni;

Velik doprinos samooskrbi s Savinski dolini in širše je doprinesel **Svetovalni center za spodbujanje sonaravnega vrtnarjenja Vransko, katerega namen je prispevati k ohranjanju in izboljšanju stanja narave preko ukrepov za prilagajanje na podnebne spremembe in zmanjševanje negativnih posledic le teh. k povečanju samooskrbe, k izboljšanju dostopa do lokalno pridelane hrane da lahko dobijo ekološke in domače ter priljubljene sadike, nato pa tudi hrano , ki raste v rastlinjaku iz teh sadik-sveže nabrano in utrgano, skozi vse leto: solato, paradižnik, papriko ipd. Z aktivnostmi projekta prispevamo k zmanjšanju izpusta toplogrednih plinov, k učinkovitejšemu ravnanju z naravnimi viri, lokalno pridelane hrane, k boljšemu poznavanju podnebnih sprememb in posledično k spreminjanju navad prebivalcev, h krepitvi pozitivnega odnosa do narave in skupnosti ter prispevali k ohranjanju pestrosti in razgibanosti podeželja ter aktiviranju ranljivih skupin prebivalcev, da bodo lažje poskrbeli zase in za okolje. Svetovalni center za spodbujanje sonaravnega vrtnarjenja je nastal na pobudo vrtnarije Sadika iz Vranskega, kjer že od leta 1995 poteka vzgoja rastlin in pridelava hrane v tesnem odnosu z naravo in okoljem. V projektu sodelujejo tudi Zavod za kulturo in turizem Vransko in Savinjska televizija, pri izvajanju aktivnosti pa sodeluje tudi Ekoci - eko civilna iniciativa Slovenije. Naložbo sofinancirata Republika Slovenija in Evropska unija iz Evropskega sklada za regionalni razvoj.**



Foto arhiv Ekoci: Svetovalni center za spodbujanje Sonarvnega vrtnarjenja Vransko, kjer nastaja prvi center za vzgojo ekoloških in priljubljenih tersloevskih sadik. Ko pa te zrastejo pa si lahko pri njih natrgate tudi paradižnike različnih sort. Na foto- Katarina Doltar in Jože Šmit. Polonca Mrzle in Natalija Kolšek, ki ob Jožetu Šmitu podpirata prizadevanje za samooskrbo in sonaravno pridelavo hrane.

**Ekoci - eko civilna Iniciativa Slovenija v gibanju Oskrbimo Slovenijo Štafeta semen sodeluje tudi z Ajdo Štajerska**, kjer po biodinamičnih metodah – na način, da stara avtohtona semena sama poskrbijo za svoje seme pridelujejo semena za se, nekaj pa jih izmenjajo in podarijo. Gibanje Oskrbimo Slovenijo - Štafeta semen se že od leta 2012 deluje na način, da : »Najmanj 11 zrnč semen posejete, 11 zrnč semen podarite in najmanj 11 zrnč semen shranite za naslednje leto.« Se sprašujete, zakaj je to pomembno? Zaradi ohranjanja kulturne dediščine in starih običajev. izmenjave seme, ki je ohranjala naše prednike in skrbela zato, da niso bile generacije ljudi lačnih, saj so pridelovali slovenska semena, ki so prilagojena našemu okolju in zrastejo načeloma brez kemije. Da bomo znali njihova znanja ohraniti in nadgraditi je so potrebna konkretna dejanja. Za vzpodbudo, za povečanje samooskrbe in v podporo praznovanja Svetovnem dnevu čebel so podarili več tisoč semen obiskovalcem sejma.

Zato, da ne letos ne prihodnje leto ne bomo lačni. Zato da ohranjam dediščino naših prednikov in jo čuvamo za prihodnje rodove.



Foto arhiv Ekoci: Gibanje Oskrbimo Slovenija – Štafeta semen – Justina Škoberne Ajda Štajerska in njena zbirka fižolov starih sort. Prizadevanja za slovenska semena in povečanje samooskrbe podpirata tudi Polonca Mrzel in Natalija Kolšek ob Ireni Rotar Ekoci - eko civilna iniciativa Slovenije V Celju 21.5. 2022

Za Ekoci in partnerje Irena Rotar



## **Ekoci – eko civilna iniciativa Slovenije, Združenje za trajnostno prihodnost**

Ulica Savinjske čete 4, 3310 Žalec, Slovenija; [www.ekoci.si](http://www.ekoci.si); [ekoci.si@gmail.com](mailto:ekoci.si@gmail.com); t: +386 40 203 055  
Fb:Ekoci - eko civilna iniciativa Slovenije Oskrbimo Slovenijo - Štafeta semen ; Ekoci Green Tourism ; SDM: slovenska delovna mesta;  
Nič nas ne sme presenetiti - bodimo pripravljeni;

---