



10 GODE GRUNDE TIL AT VÆLGE ØKOLOGI

1. MAD UDEN RESTER AF SPRØJTEGIFTE / 2. MAD MED MERE SMAG / 3. RENE VARER UDEN SMINKE / 4. ØKOLOGISKE DYR HAR BEDRE FORHOLD / 5. ØKOLOGI ER GODT FOR VORES GRUNDVAND / 6. BEVAR EN RIG OG REN NATUR
7. NATURLIG MAD ER SUND FORNUFT / 8. NEJ TAK TIL GENSPLEJSET MAD
9. Ø-MÆRKET STÅR FOR GRUNDIG KONTROL / 10. ØKOLOGI ER GODT FOR ULANDE



“95 procent af vores indtag af pesticider stammer fra 25 almindelige afgrøder – med æbler som den største bidrager. Men du kan undgå pesticider i din mad, hvis du spiser økologisk.”



CAMILLA UDSEN
PhD og seniorrådgiver, Forbrugerrådet Tænk

“Undersøgelser tyder på, at tidlig eksponering for pesticider kan påvirke udviklingen af forplantnings- og hormonsystemet hos mennesker.”

SUNDHEDSTYRELSENS TIDSSKRIFT
“MILJØ OG SUNDHED”,
NR. 3, DECEMBER 2008.

DU FÅR MAD UDEN RESTER AF SPRØJTEGIFT

Økologisk produktion bygger på forsigtighedsprincippet. Derfor kan du være sikker på, at økologiske fødevarer ikke er sprøjtet med de giftstoffer, som bliver brugt til at dræbe ukrudt, skadedyr og svampesygdomme i den ikke-økologiske del af landbruget. Sprøjtetegnene kaldes også sprøjtemidler eller pesticider.



EN GIFTIG COCKTAIL

En blanding af fem sprøjtemidler viste sig at have stærk hormonforstyrrende effekt ved et forsøg med rotter på Danmarks Tekniske Universitet. Når forældredyrene havde fået den kemiske cocktail blandet op i deres foder, var resultatet færre levendefødte unger og usædvanligt mange misdannede kønsorganer hos de unger, der blev født. Det særligt bemærkelsesværdige var, at det enkelte middel ikke havde nogen effekt alene, når det blev brugt i så lav dosis som i forsøget. Men når midlerne blev kombineret, forstærkede de hinandens virkning, så de nu blev giftige.

Kilde: International Journal of Andrology, årgang 33, nr. 2, april 2010

KEMIKALIER SKADER KØNSORGANER

Pesticider og andre hormonforstyrrende stoffer bidrager med stor sandsynlighed til en del af de tilfælde, hvor drenge fødes med misdannet penis, eller hvor testiklerne ikke befinder sig i pungen ved fødslen. Det er konklusionen i en rapport udarbejdet af professor Richard Sharpe fra The Queen's Medical Research Institute i Storbritannien.

Kilde: Richard M. Sharpe: Male Reproductive Health Disorders and the Potential Role of Exposure to Environmental Chemicals



75 %
AF IKKE-ØKOLOGISKE
JORDBÆR INDEHOLDER
RESTER AF SPRØJTEMIDLER



62 %
AF IKKE-ØKOLOGISKE
PÆRER INDEHOLDER
RESTER AF SPRØJTEMIDLER



48 %
AF IKKE-ØKOLOGISKE
ÆBLER INDEHOLDER
RESTER AF SPRØJTEMIDLER

Tallene er for frugt og bær dyrket i Danmark. De er baseret på en undersøgelse fra 2013, offentliggjort i 2015. Kilde: DTU Fødevareinstituttet og Fødevarestyrelsen: Pesticidrester i fødevarer 2013.



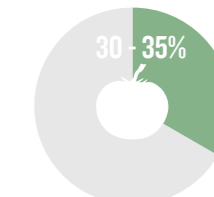
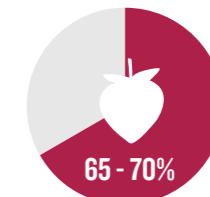
DET BETYDER ALT FOR MIG AT DYRKE GRØNTSAGER UDEN SPRØJTEMIDLER

“Hvis jeg ikke kunne være fri for at sprøjte mine afgrøder, ville jeg slet ikke være landmand. Det betyder alt for mig. I stedet for at sprøjte, dyrker jeg sorter, som er særligt modstandsdygtige, og jeg har andre ugiftige metoder til at forebygge sygdom, skadedyr og ukrudt i markerne.”

Peter Bay Knudsen, økologisk landmand og gartner, Tåsinge

FOSTRE PÅVIRKES

“Kemiske stoffer kan lave ulykker med næste generations hjernefunktioner. Hjernen er mest følsom hos fostre i slutningen af graviditeten og siden i de første leveår. Derfor råder jeg gravide til at spise økologisk mad.” Philippe Grandjean, professor i miljømedicin ved Syddansk Universitet og adjungeret professor ved Harvard School of Public Health.



Der er rester af sprøjtetegn i omkring to tredjedele af al ikke-økologisk frugt, der bliver solgt i Danmark, og i omkring en tredjedel af grøntsagerne. Det viser årlige undersøgelser fra Danmarks Tekniske Universitet.

Kilde: Fødevarestyrelsen og DTU Fødevareinstituttet.

DU FÅR MAD MED MERE SMAG

Økologiske landmænd er ofte dedikerede "nørder", der vil gøre alt for at få den helt rigtige kvalitet frem. Det kan smages! Deres grøntsager, frugt og dyr har de bedste og mest naturlige betingelser. Bl.a. derfor vinder økologiske varer ofte gourmet-priser.



BEDRE SMAG I ØKO-ÆBLER

Økologiske æbler indeholder op til 6,7 procent mere sukker og er mere faste i frugtkødet end ikke-økologiske af samme sort.

Det viser målinger foretaget af Gasa Nord Grønt.

- Resultatet er meget entydigt, og det er samme mønster hvert år: Der er mere sukker i de økologiske æbler, og det er en god ting. Det lyder måske ikke af meget med de få procent, men de fleste vil opleve det som en bedre smag i æblet, siger Birgitte Pedersen, som er kvalitetschef hos Gasa Nord Grønt.



"Den stigende interesse for økologiske fødevarer er bl.a. konsekvensen af et alt for lille smagspotentiale i de masseproducerede råvarer. Den største smagsoplevelse laves af den dygtige og samvittighedsfulde bonde i et samarbejde med jorden, planterne og dyrene. Det er jeg slet ikke i tvivl om."



KILLE ENNA
Kok, kogebogsforfatter og fotograf



MÆLK AF BEDRE KVALITET

Risikoen for en harsk afsmag er betydeligt lavere i økologisk mælk end i anden mælk. Det skyldes, at indholdet af frie fedtsyrer er lavere i økologisk mælk, viser et forskningsprojekt fra Aarhus Universitet. Forskerne vurderer, at den bedre kvalitet hænger sammen med, at de økologiske køer er mere på græs og får anderledes foder.

Kilde: Forskningscentret ICROFS - www.icrofs.dk

TO AF TRE PRISER TIL ØKO-PRODUKTER

Da Gourmetprisen til de bedste mejeriprodukter blev uddelt ved konkurrencen Danish International FOOD Contest i 2013, gik prisen til økologiske varer i to ud af tre kategorier. Den bedste drikkemælk var Biodynamisk Høsmælk fra det økologiske og biodynamiske mejeri Naturmælk. Og i kategorien 'Smør og øvrige produkter' var vinderen Unika økologisk gammeldags kærnet smør med Læsø salt fra Arla.



LÆKRE FISK

Ørreder fra økologiske dambrug smager klart bedre end andre opdrættede ørreder. Det mener Dragan Slijivic fra Byens Fisk & Vildt i Silkeborg, som to gange er kåret som Danmarks dygtigste fiskehandler.

"Det må hænge sammen med, at produktionen er mere ekstensiv på et økologisk dambrug", siger han.

MINDRE VAND = MERE SMAG

Økologiske grøntsager indeholder generelt mindre vand pr. kg end ikke-økologisk grønt. Smagen er ofte tilsvarende mindre "udvandet" og mere autentisk.



DU FÅR RENE VARER UDEN SMINKE

Ø-mærkede fødevarer er ikke sminket med kunstige farvestoffer eller sødemidler. Reglerne for tilsætning af stoffer med E-numre til økologiske varer er nemlig meget skrappe end for ikke-økologiske fødevarer.



VIDSTE DU

at der ikke må være kunstige farvestoffer i foder til økologisk opdrættede fisk? Derimod er kunstige farver tilladt i foder til laks og ørred, som er opdrættet i ikke-økologiske anlæg.

ØKOLOGISK SLIK ER UDEN FARVESTOFFER, DER GØR BØRN HYPERAKTIVE

En række farvestoffer kan sammen med konserveringsmidlet Atamon gøre børn hyperaktive. Børnene får svært ved at koncentrere sig og sidde stille. Det er dokumenteret i en undersøgelse, som en gruppe britiske læger har gennemført. Økologiske fødevarer er helt fri for disse farvestoffer og Atamon. Men både Atamon og de seks farvestoffer, der var med i undersøgelsen, bliver meget brugt i ikke-økologisk slik, saft og sodavand. (Atamon er også kendt som natriumbenzoat og E211).

Kilde: The Lancet, 3. november 2007.

NATURLIG BLOMMEFARVE ÅRET RUNDT

Når du køber økologiske æg, kan du være helt sikker på, at blommens farve er naturlig. I økologisk produktion er det nemlig forbudt at putte syntetiske farvestoffer i foderet til høns og andre husdyr. Blommens farve kan variere fra meget gul til det mere blege hen over året. For farven afhænger af hønsenes foder, og der er forskel på det økologiske foder fra sommer til vinter. Men det er den samme gode smag året rundt.



INGEN NITRIT I DANSK ØKOLOGI

I Danmark er der i praksis et forbud mod at bruge nitrit i økologiske varer. Ganske vist tillader EU nitrit i økologisk produktion, når det er nødvendigt, men Fødevarestyrelsen har besluttet, at det aldrig er nødvendigt i Danmark. Den beslutning er taget i fuld enighed med de danske økologiske producenter. Nitrit giver kødpålæg en rød farve, tilføjer produktet en karakteristisk saltet smag og virker konserverende. Men stoffet er også under mistanke for at kunne give kræft. Næsten alle pålægs-produkter, som ikke er økologiske, indeholder nitrit.

Kilder: EU's forordning om økologisk produktion og Fødevarestyrelsen.



"Økologi, tja, det er jo det eneste, der skaber mening, hvis man ellers tænker sig lidt om."



CAMILLA PLUM
Kogekone, tv-vært, foredragsholder,
køgebogsforfatter og madskribent.

Foto: Anne-Li Engstrøm

I ikke-økologiske varer er det tilladt at bruge syv gange så mange tilsætningsstoffer, som det er i økologiske.

ØKO-VARER FRI FOR 332 E-NUMRE

Fødevarerindustrien i EU har generelt lov til at bruge 379 forskellige tilsætningsstoffer med E-numre: Konserveringsmidler, farvestoffer, antioxidant, sødestoffer m.m. I økologisk mad er kun 49 af disse stoffer tilladt - de øvrige 332 er bandlyst. De 49 stoffer er tilladt i de økologiske varer, hvor det er nødvendigt at bruge dem. Eksempelvis må guar gummi (E412) bruges til at give den rette konsistens i ketchup, salatdressing og andre varer. Guar gummi udvindes af planter.

Kilder: EU's liste over tilladte tilsætningsstoffer og EU's forordning om økologisk produktion.

ØKOLOGISKE DYR HAR BEDRE FORHOLD

Høj dyrevelfærd er vigtigt i økologisk landbrug.

Økologiske høns, køer, svin og andre husdyr:

- Har god plads at bevæge sig på
- Får grovfoder, som er godt for dyrenes velbefindende og forebygger sygdomme
- Kan gå ud under åben himmel, når årstiden tillader det
- Skal i det hele taget have forhold, der imødekommer deres naturlige adfærd og behov
- Skal have økologisk foder. Dog må op til 5 procent af foderet til svin og fjerkræ være ikke-økologisk indtil videre. Endnu er det nemlig ikke alle nødvendige næringsstoffer til dyrene, der bliver produceret økologisk i tilstrækkelige mængder.

Kilde: Vejledning om økologisk jordbrugsproduktion.

”Dyrenes Beskyttelse arbejder for, at alle køer skal på græs om sommeren, som de økologiske er det. For en ko er det både sundt og naturligt at være ude. Vi anbefaler dig også at købe økologisk svinekød, for hos økologiske svin er der ingen problemer med skuldersår.”

BRITTA RIIS,
Direktør i Dyrenes Beskyttelse.



KYLLINGER MED NATURLIG VÆKST

Økologiske kyllinger vokser i et væsentligt langsommere og mere naturligt tempo end de ikke økologiske. Helt præcist tager de økologiske i gennemsnit 35 gram på i vægt pr. dag, mens tallet for de ikke økologiske er 55 gram. Derfor har de økologiske kyllinger ikke så stor risiko for at få problemer med benene, når de bliver store. Ikke-økologiske kyllinger lever i en hal uden dagslys hele livet. Derimod har de økologiske vinduer i stalden, og de kan gå ud, fra de er cirka fem uger gamle, og vejret er til det.

Kilder: Rose Poultry og Dyrenes Beskyttelse.



ALLE ØKO-KØER HAR UDELIV

Alle økologiske køer er på græs om sommeren. Mindst seks timer om dagen fra 15. april til 1. november, medmindre vejret er for dårligt. I dag er det kun omkring 16 procent af de ikke økologiske køer, der nyder det samme privilegium. Resten går inde året rundt. I undersøgelser fra Aarhus Universitet er det dokumenteret, at køer lever længere og har bedre velfærd, når de er på græs om sommeren.

Kilder: 'Vejledning om økologisk jordbrugsproduktion', Videncentret for Landbrug og Aarhus Universitet.



RET TIL AT RODE

En økologisk so skal bo i en hytte på en mark, når den føder sine unger - de små grise. På marken kan dyrene rode i jorden og bade i mudder på naturlig grisemaner. De allerfleste ikke-økologiske svin lever hele livet lukket inde i en stald, og grisene bliver taget fra deres mor, allerede når de er tre eller fire uger gamle.

Hos økologerne sker adskillelsen først, når grisene er syv uger. Så kommer de normalt ind i en stald, men de har stadig adgang til en udendørs løbegård.

Kravet, om at søerne skal føde i en hytte på marken, er aftalt mellem slagteriet Friland, Landbrug & Fødevarer samt Økologisk Landsforening.

VIDSTE DU

at 95 procent af alle ikke-økologiske grise i Danmark må leve uden deres hale, fordi landmanden har klippet den af? Ingen økologiske grise får deres hale klippet af.

ØKOLOGI ER GODT FOR VORES GRUNDEVAND

Økologiske landmænd bruger ikke sprøjtemidler. Sprøjtemidler kan sive ned i grundvandet. Så når du køber økologiske varer, er du med til at spare vores fælles vand for rester af de giftstoffer, som bliver brugt på ikke-økologiske marker. I Danmark er vi fra naturens side beriget med helt rent vand i undergrunden. Vi har i mange år været så heldige, at vi bare kan pumpe grundvand op og sende det ud som prima drikkevand i vores haner uden videre rensning. Men de seneste årtier er mere og mere grundvand desværre blevet forurenset med sprøjtemidler.

466 TON MINDRE GIFT

I Danmark bliver et areal lidt større end Lolland-Falsters 1.757 kvadratkilometer dyrket økologisk. Hvis ikke arealet var blevet dyrket økologisk, ville det på et år være blevet sprøjtet med mere end 466 ton gift.

Tallene er beregnet ud fra de nyeste statistikker fra Miljøstyrelsen og Fødevareministeriet.

"Med økologi er vi med til at sikre, at vi også i fremtiden kan forsyne danskerne med rent urenset drikkevand."

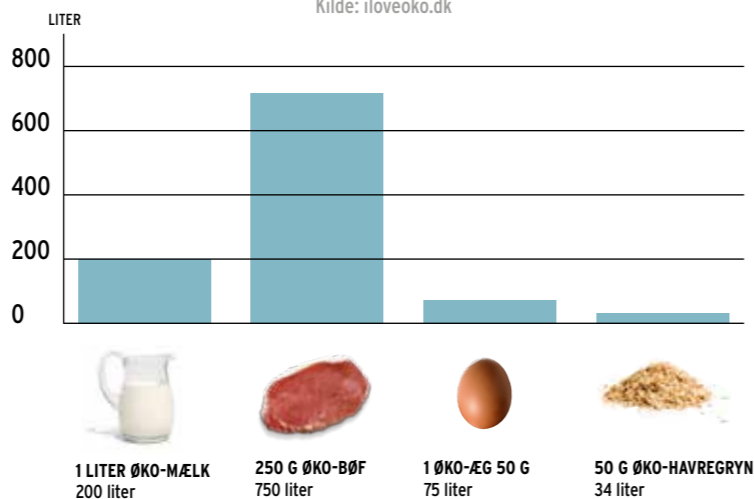


CARL-EMIL LARSEN
Direktør for vandværkernes forening DANVA (Dansk vand- og spildevandsforening)

SÅDAN PASSER ØKOLOGI PÅ GRUNDEVANDET

Så meget grundvand bliver skånet for mødet med sprøjtemidler, når du drikker eller spiser økologiske fødevarer:

Kilde: iloveoko.dk



SPRØJTEGIFTE DUKKER OP I GRUNDEVANDET

I maj 2013 dukkede svampemidlet metalaxyl-M op i grundvandet. Ifølge Miljøstyrelsen viste det sig, at metalaxyl-M nedbrydes til stoffer, hvor der er en større risiko for nedsivning til grundvandet, end eksperterne tidligere havde regnet med. I dag er det ikke længere tilladt at bruge metalaxyl-M. Også flere gange tidligere er det sket, at sprøjtemidler mod forventning er dukket op i grundvandet.

Kilde: Miljøstyrelsen og GEUS.



VORES FÆLLES VAND ER TRUET

Geologer har fundet spor af sprøjtegifte i 37 procent af det danske grundvand, baseret på analyser af vand fra 554 borerne fordelt over hele landet. I 10 procent var grænseværdien overskredet. Giften i grundvandet stammer fra 25 forskellige slags sprøjtemidler. Nogle af dem er blevet forbudt, andre bliver stadig brugt helt lovligt.

Kilde: GEUS (De Nationale Geologiske Undersøgelser for Danmark og Grønland) Grundvandsrapport 2014



BEVAR EN RIG OG REN NATUR

Naturen er rigere og renere på økologiske arealer. Det skyldes dels, at de økologiske landmænd ikke gør brug af de sprøjtemidler, som andre landmænd bruger, og dels at de anvender mindre gødning end de ikke-økologiske landmænd. Undersøgelser dokumenterer blandt andet, at der i gennemsnit er 30 procent flere vilde plante- og dyrearter på økologisk dyrkede arealer, sammenlignet med ikke-økologisk landbrugsjord.

Kilde: 'Udvikling, vækst og integritet - i den danske økologisektor', udgivet af forskningscenteret ICROFS i november 2008. Bogen kan læses via hjemmesiden www.foejo.dk

SPIS ØKOLOGISK OG SKÅN NATUREN FOR 90 SLAGS SPRØJTEGIFTE

Vælger du økologi, er du med til at skåne den danske natur for 90 forskellige slags sprøjtegifte, som de ikke-økologiske landmænd og gartnere bruger til at bekæmpe ukrudt, insekter og mikrosvampe. Når giften bliver sprøjtet ud, danner den en tåge af små dråber, hvoraf en del svæver ud i naturen omkring markerne. Når dråberne lander på jorden, kan regnvand skylle giften ud i søer og vandløb.

Kilder: Middeldatasen (fra Videncentret for Landbrug) og Miljøstyrelsen.



ØKOLOGI SKABER MERE FØDE TIL FUGLE

Når du spiser økologisk mad, hjælper du store sangfugle som sol-sort, sjagger og silkehale med at overleve vinteren. Forklaringen er, at nogle af de sprøjtemidler, som de ikke-økologiske landmænd bruger, bliver blæst ud i læhegn og skovbryn. Her påvirker sprøjtemidlerne tjørnebuske, hylde og seljerøn, så buskene og træerne får færre bær. Og netop bær er mange fugles vigtigste føde om vinteren. Det fortæller en rapport fra Aarhus Universitet.

Kilde: Trine Hedemand og Morten Strandberg: Pesticider - påvirkninger i naturen.

"Antallet af arter af vilde planter og dyr er meget højere, når landbruget drives økologisk. Og det er jo en stor fordel, ikke mindst for en naturflipper som mig."



SEBASTIAN KLEIN
Showmand, Naturpatruljeleder, foredragsholder med mere.

ET RENERE HAV

Alle planter har brug for kvælstof som næring, og derfor anvender både økologiske og ikke-økologiske landmænd kvælstofholdig gødning. For økologerne vil det i praksis sige gødning fra husdyr eller planter. Men hvis der kommer for meget kvælstof ud på markerne, fører det til forurening og iltsvind i havet. Af hensyn til vandmiljøet gælder det altså om at spare på kvælstoffet.

Økologiske landmænd med malkekvæg udleder 25-40 kg mindre kvælstof pr. hektar til vandmiljøet, sammenlignet med deres ikke-økologiske kolleger. Det vil sige, at når vi køber økologiske mejeriprodukter i stedet for ikke-økologiske, bliver hav og fjorde renere.

Kilde: 'Udvikling, vækst og integritet - i den danske økologisektor', udgivet af forskningscenteret ICROFS i november 2008. Bogen kan læses via hjemmesiden www.foejo.dk

"Danmarks Naturfredningsforening peger på økologisk jordbrug som den åbenlyse vej til at genskabe et landbrug i balance med natur, miljø og landskab."



Ella Maria Bisschop-Larsen
Præsident i Danmarks Naturfredningsforening.



FLERE BLOMSTER OG DYR

Over 70 danske og udenlandske videnskabelige undersøgelser viser, at økologisk drift har en positiv effekt på naturen. Undersøgelserne viser blandt andet, at:

- I gennemsnit er der 40 forskellige plantearter i levende hegn mellem økologiske marker. I hegn mellem ikke-økologiske marker er der kun 22 arter (tallene gælder de dele af Danmark, hvor jorden naturligt er sandet).
- Jo flere år et landbrug bliver drevet økologisk, jo flere sommerfugle kommer der på markerne og i markskellene. Det har en svensk undersøgelse vist.
- Da godset Oremandsgaard på Sjælland blev lagt om til økologi, kom der 70 procent flere vilde blomster.
- Tyske undersøgelser viser, at der er flere bier på arealer, hvor der ikke bruges sprøjtemidler.

Kilder: Danmarks Miljøundersøgelser, Journal of Applied Ecology, videnskab.dk m.fl.

UNDGÅ TILSÆTNINGSSTOFFER OG PESTICIDRESTER

"Jeg vurderer økologiske varer som sundere end andre, fordi de indeholder mindre nitrat og væsentligt færre tilsætningsstoffer og pesticidrester."



PER BRÆNDGAARD MIKKELSEN,
leder af sundhedscentret SmaaSkridt.dk, ernæringskonsulent og cand.scient. i human ernæring.

NATURLIG MAD ER SUND FORNUFT

Økologisk produktion sker i samarbejde med naturen. Den økologiske landmand lader sine dyr og planter leve og vokse i naturligt tempo; med anvendelse af naturens egne råstoffer. Der bruges ikke kunstgødning og syntetiske sprøjtemidler til at forcere planternes vækst; og forbruget af medicin er mindre, når dyrene er økologiske.

Filosofien bag økologi er, at vi får de bedste fødevarer, når dyr og afgrøder er så naturlige, sunde og robuste som muligt.

Er økologi sundere? Det mener mange forbrugere.

Men sundhed er en meget kompliceret størrelse at måle.

Derfor siger vi i Økologisk Landsforening blot:

"Økologi er mad på naturens egne præmisser. Det er sund fornuft."



NEJ TIL RESISTENTE BAKTERIER

I økologisk svinekød er der markant færre af de grimme resistente bakterier, som kan overleve behandling med penicillin og andre antibiotika, sammenlignet med kød fra ikke-økologiske svin. Det viser en rapport fra Københavns Universitet. Forklaringen er, at ikke-økologiske grise i gennemsnit behandles med antibiotika næsten 15 gange så ofte som de økologiske. De hyppige behandlinger får bakterierne til at udvikle resistens.

Kilde: Rapporten 'Fremtidens fødevarer - nye veje mod sikrere kød i Danmark' fra Center for Bioetik og Risikovurdering, KU Life.

MERE OMEGA-3 I ØKO-MÆLK

Forskere ved universiteter i USA, England, Danmark og andre lande har gentagne gange påvist, at økologisk mælk indeholder mere af fedtsyren omega-3, sammenlignet med ikke-økologisk mælk. Senest konkluderede forskere ved Washington State University i USA, at den økologiske mælk, som de undersøgte, overhalede den ikke-økologiske med 62 procent. Ernæringseksperter anbefaler generelt forbrugere at øge indtaget af omega-3. Selvom fedt-delen af økologisk mælk er en kilde til den gode fedtsyre, er det dog ved at spise fede fisk, man får mest omega-3.

KILDER: TIDSSKRIFTERNE 'PLOS ONE' (DECEMBER 2013), JOURNAL OF DAIRY SCIENCE (JANUAR 2011) MED FLERE.



ØKOLOGI FØRER TIL MERE KVALITET I MADEN

Forbruges og landmænds arbejde for økologi har ført til øget kvalitet i fødevarerne. Desuden bliver forbrugere inspireret af den økologiske produktion til at tilegne sig nye værdier og idealer, som fører til mere bæredygtige spisevaner. Sådan konkluderer tre forskere fra Institut for Miljøstudier ved VU Universitetet i Amsterdam efter at have interviewet en række økologiske forbrugere i Holland. Undersøgelsen viser også, at de økologiske forbrugere i højere grad føler sig forbundet med naturen, og det fører til ansvarlighed over for natur og miljø.

Kilde: Journal of Agricultural and Environmental Ethics, volume 25, April 2012



MINDRE RISIKO FOR SVAMPEGIFT

Giftige fusarium-svampe er mere tilbøjelige til at angribe ikke-økologisk korn end korn, som er dyrket økologisk. Det fandt forskere fra det norske Veterinærinstitut ud af, da de undersøgte 602 prøver af havre, hvede og byg. "Alle kornarter, som var dyrket økologisk, havde mindre smitte med fusarium og et lavere indhold af mykotoksiner (giftstoffer), som dannes af fusarium" konkluderede de norske forskere.

Paradoksalt nok nyder de giftige svampe godt af, at de ikke-økologiske landmænd bruger sprøjtemidler mod netop svampe. Sprøjtemidlerne dræber nemlig de mikroorganismer, som konkurrerer med fusarium om pladsen på kornet.

Kilde: Veterinærinstitutet - Norwegian Veterinary Institute.

NEJ TAK TIL GENSPLEJSET MAD

Inden for økologisk produktion bliver der hverken brugt gensplejsning til føde til mennesker eller til foder til dyrene. Hvorimod gensplejsede afgrøder er brugt i produktionen af praktisk talt alle mejeriprodukter, kød, kyllinger og æg, som ikke er økologiske. Dyrene i ikke-økologiske landbrug får nemlig foder, der delvist består af gensplejsede sojabønner og andre gensplejsede råvarer, der importeres fra Nord- og Sydamerika.

Læs mere på www.iloveøko.dk



GEN-FORSKER ADVARER MOD GENSPLEJSET MAD

I 28 år har docent Michael Antoniou fra King's College i London forsket i, hvordan gen-teknologi kan bruges til medicinske formål, og han har skrevet over 40 videnskabelige artikler om emnet. Men at gensplejsning kan være nyttigt i behandlingen af syge, det er absolut ikke det samme, som at teknologien er sikker i produktion af fødevarer. Det understreger Michael Antoniou i rapporten "GMO Myths and Truths", som han har skrevet sammen med to andre forskere. Ved udgivelsen af rapporten i juni 2012 sagde Michael Antoniou: *"Forskning viser, at gensplejsede afgrøder kan have skadelige effekter på laboratoriedyr i foderforsøg og på miljøet under dyrkningen"*

Kilde: www.gmwatch.org og 'GMO Myths and Thruths'.

"Det er problematisk, at der mangler længerevarende forsøg med at anvende gensplejsede afgrøder til foder til dyr og føde til mennesker. Derfor er eventuelle langtidsvirkninger ikke kendt."



KLAUS SAL
Biolog og indehaver af Sall&Sall Rådgivning



FORSKELLEN KAN MÆRKES

ØKOLOGISK

DER PÅ IKKE BRUGES GENSPLEJSEDE AFGRØDER I FODER TIL ØKOLOGISKE DYR

IKKE - ØKOLOGISK

I ALT 16 GENSPLEJSEDE AFGRØDER MÅ BRUGES TIL FODER TIL IKKE-ØKOLOGISKE KØER, SVIN OG HØNS I EU - 10 SORTER GMO-MAJS, 3 SORTER GMO-RAPS OG 3 SORTER GMO-SOJA

Maj 2014

FORSKERE: GENSPLEJSNING ER UNØDVENDIGT

Der er masser af muligheder for at udvikle nye og bedre afgrøder uden at gøre brug af gensplejsning. Det påpeger tre forskere fra Det Biovidenskabelige Fakultet under Københavns Universitet i en kronik i Berlingske Tidende. *"Det forekommer indlysende, at en global indsats burde sikre anvendelsen af allerede optimalt økologisk tilpassede afgrøder, der gennem årtusinder har bevist deres evne til at sikre fødevarerproduktion under praktisk talt alle naturbestemte betingelser"*, skriver kronikkens forfattere: lektor Niels Jacobsen, professor Sven-Erik Jacobsen og lektor Marten Sørensen.

Kilde: Berlingske Tidende 11. juli 2010.

DERFOR NEJ TIL GENSPLEJSNING

Gensplejsning er en teknik til at overføre arvelige egenskaber fra en art til en anden, selv om de to (for eksempel en plante og en bakterie) aldrig vil kunne mikse deres egenskaber på naturlig måde.

Ved hjælp af gensplejsning er det muligt at designe Genetisk Modificerede Organismer (GMO).

Økologerne har mange grunde til at sige nej til gensplejsning.

De vigtigste er:

- De langsigtede biologiske konsekvenser er ukendte.
- De sundhedsmæssige konsekvenser er ikke undersøgt til bunds.
- Konsekvenserne er uoverskuelige, da der ikke vil være nogen vej tilbage, hvis gensplejsede planter breder sig i naturen.

AI brug af GMO er forbudt i økologisk landbrug. Dog må syge dyr få medicin, som er fremstillet ved hjælp af gensplejsning.

Læs mere på www.okologi.dk

Ø-MÆRKET STÅR FOR GRUNDIG KONTROL

Det røde danske Ø-mærke og EU's økologilogo er din garanti for økologisk kvalitet. Når du køber en vare med et af disse mærker, kan du stole på, at de detaljerede regler for økologisk produktion er blevet fulgt hele vejen fra landmandens mark til hylden i butikken. Det holder et grundigt kontrolsystem øje med.

Læs mere på www.iloveøko.dk

KONTROL FRA JORD TIL BORD

Inden en landmand kan få lov at sælge sine produkter som økologiske, skal han først søge myndighederne om autorisation som økolog. Desuden skal hans marker igennem to års omlægning. I de to år skal jorden dyrkes efter økologiske regler, men uden at korn, grøntsager og andre afgrøder må sælges som økologiske.

Alle økologiske landmænd og virksomheder får mindst én gang om året besøg af en kontrollør, som tjekker, at reglerne bliver fulgt. I Danmark er kontrollørerne ansat af staten.

Kilder: NaturErhvervstyrelsen og Fødevarestyrelsen.

ØKOLOGI FOR SIG

En virksomhed, som arbejder med økologiske produkter, skal omhyggeligt sørge for, at de økologiske varer bliver holdt adskilt fra eventuelle ikke-økologiske varer. Ellers kan virksomheden få en bøde og miste retten til at handle med økologi.

Mindst én gang om året bliver virksomheder, der producerer økologiske varer, kontrolleret af en repræsentant for fødevaremyndighederne.

Kilder: Fødevarestyrelsen: 'Vejledning om økologiske fødevarer m.v.' og NaturErhvervstyrelsen: 'Vejledning om økologisk jordbrugsproduktion'.



MINISTERIET: STOL PÅ Ø-MÆRKET



"Forbrugerne kan stole på Ø-mærket, fordi økologisk produktion er underlagt skarp kontrol. Landmændene er klar over, at Ø-mærkets troværdighed er afgørende for, om forbrugerne køber økologiske produkter. Der er et godt samarbejde med erhvervet, hvilket er med til at sikre en effektiv kontrol og dermed skabe tillid til Ø-mærket."

Ane Frost Førde,
Formand for kontroludvalget for økologi under Fødevareministeriet.



INTERNATIONAL KONTROL

I alle lande, som eksporterer økologiske varer til Danmark, er der kontrolsystemer, som svarer til de danske. I de fleste andre lande er det private organer, der står for kontrollen. Men disse er under statsligt opsyn og godkendt af EU. De regler, der kontrolleres efter, er mindst lige så skrappe som EU's økologi-regler - ligesom de danske regler også er.

Kilder: Fødevarestyrelsen: Vejledning om økologiske fødevarer m.v., og EU's økologiforordninger (kan findes via www.fvst.dk > Mærkning > Økologi).



GODE MÆRKER



DET DANSKE RØDE Ø

Det danske røde Ø-mærke kan du finde på økologiske produkter, der er helt eller delvist produceret i Danmark, eller som er pakket her i landet. Det sidste kan for eksempel være økologiske appelsiner, der er lagt i plastikposer på en virksomhed i Danmark.



EU'S GRØNNE LOGO FOR ØKOLOGI

EU's grønne økologilogo er dokumentation for, at varen er produceret i overensstemmelse med EU's økologiregler, og der har været en grundig kontrol med produktionen.



ØKOLOGI ER GODT FOR ULANDE

En række internationale undersøgelser viser, at økologiske metoder kan hjælpe fattige bønder i Afrika, Asien og Sydamerika til at producere mere mad og tjene flere penge.

Derfor er det til fordel for bønderne, når der er et økologi-mærke på din kaffe, bananer og andre varer fra de varme lande.

Læs mere på www.okologi.dk

AFRIKANERE TJENER PÅ DANSKERES FORBRUG

Salg af økologisk frugt og kaffe til Danmark har øget levestandarden for foreløbig 2000 mennesker i det afrikanske land Uganda. De 2000 ugandere lever af indtægten fra 150 økologiske landbrug, hvor en del af høsten bliver eksporteret til Danmark.

Kilde: Landbrug & Fødevarers magasin Foodculture, uge 11, 2012



"Økologisk jordbrug kan godt brødføde verdens befolkning. Det har blandt andet vist sig, at moderne økologiske metoder kan øge udbytterne i ulande, hvor store dele af landbruget er afhængigt af regn fra himlen, og hvor bønderne dårligt har råd til kunstgødning og sprøjtemidler."



PAUL RYE KLEDAL
landbrugsøkonom, Ph.d. og direktør i det private
Institute of Global Food & Farming.



ØKOLOGISK BOOM I DEN TREDJE VERDEN

Fordelene ved økologisk landbrug har de seneste år fået flere hundrede tusinde bønder i den tredje verden til at lægge om til økologi. Ifølge det internationale forskningsinstitut for økologisk landbrug, FiBL, bor 80 procent af verdens 1,6 millioner økologiske landmænd i ulande. I fattige lande kan bønderne ofte høste mere end før, når de tager økologiske metoder i brug; og tilmed får de en højere pris for de produkter, de sælger.

Kilde: Forschungsinstitut für biologischen Landbau, FiBL



Foto: Hans Christian Jacobsen

FN-RAPPORT: ØKOLOGI ER ET GODT MIDDEL MOD FATTIGDOM

Når bønder i Afrika tager økologiske metoder i brug, får de konstante fordele ud af det. Det er konklusionen i en fælles rapport fra to FN-organer for handel, udvikling og miljø, UNCTAD og UNEP.

Blandt andet peger rapporten på disse gevinster:

- Bønderne sparer de penge, de ellers skulle have brugt til sprøjtemidler og kunstgødning
- De får større høst og derfor flere varer, som de kan sælge
- De kan tage højere priser, når de er underlagt økologikontrol
- De kan tjene penge på forarbejdning af de økologiske produkter

Kilde: Organic Agriculture and Food Security in Africa.
Kan findes via www.unctad.org > Digital Library.

MERE FRUGTBAR JORD

Hvis ikke bønder gør noget aktivt for at bevare jordens frugtbarhed, bliver den hurtigt udpint og fattig på næring til planterne. Men med økologiske metoder kan bønder i ulande øge jordens indhold af næringsrigt organisk stof. Det sker især ved at gøde markerne med kompost fra planterester, husdyrgødning og kvælstofsamlende planter. Det er forklaringen på, at omlægning til økologi meget ofte giver større høst i den tredje verden.

Læs mere på www.okologi.dk

Økologi løser flere problemer
"Økologisk landbrug kan - hvis det bliver drevet rigtigt - inden for 10 år fordoble produktionen af fødevarer i hele regioner, samtidig med økologien dæmper klimaforandringerne og formindsker fattigdom i landområder."

CITAT FRA FN'S SÆRLIGE RAPPORTØR
FOR RETTEN TIL MAD, OLIVIER DE SCHUTTER.

KAN ØKOLOGI OG ØKONOMI HÆNGE SAMMEN? JA – OG DET SKAL DET!

HER ER NOGLE TIPS TIL, HVORDAN DET KAN LYKKES

“Alle i Danmark har råd til at spise økologisk. Det handler om planlægning, om at undgå madspild og om at spise sig mæt i masser af sæsonens frugt og grønt og træne familien i at gå ned i kødmængde. At købe økologisk ind, handler om ikke at se på prisen på varerne, men om at få nye vaner i køkkenet.”



TRINE KREBS,
mad-inspirator og formand for Landsforeningen Praktisk Økologi, partner i Frugtformidlingen Aps.



LAV SÅ MEGET SOM MULIGT FRA BUNDEN

Det er billigere end at købe hel- eller halvfærdige retter, og du bestemmer selv smagen.



BRUG SÆSONENS RÅVARER

Der er mange fordele ved at købe sæsonens grøntsager og frugter. Ikke alene er de billigere, de er også friskere, har den bedste smag og en naturlig høj næringsværdi. Samtidig får man større variation på tallerknerne, fordi man undgår at forfalde til at bruge de samme grøntsager hele året.

TEGN ABONNEMENT PÅ EN GRØNTSAGSKASSE

En ny kasse grøntsager hver eller hver anden uge kan være en god kilde til inspiration. Du vil blive tvunget til at afprøve nye ingredienser, og du får ofte nye opskrifter sammen med kassen. Desuden sparer du både penge og tid ved at undgå supermarkedet og dets fristelser. Flere firmaer tilbyder grøntsagskasser - på internettet kan du søge efter leverandører i dit område.

MELD DIG IND I ET FØDEVAREFÆLLESSKAB

De seneste år er flere og flere forbrugere gået sammen om at købe økologi direkte hos avlerne og spare de fordyrende mellemled. Du kan bl.a. finde fødevarefællesskaber her: Bornholm, Faaborg, Hillerød, København (over 10 lokale afdelinger), Køge, Lejre, Odense, Ramløse-Annisle, Roskilde, Svendborg, Tisvilde, Tybjerg, Viborg, Aalborg, Aarhus og Assens-Tommerup.

Søg efter dit lokale fødevarefællesskab på internettet. Mange af dem er på Facebook, eller de har egne hjemmesider.

ET LAGER MED BASISVARER

Få dig et basislager af økologiske råvarer som mel, havregryn, ris, pasta, kartofler, rodfrugter og mejeriprodukter. Man kan efterhånden finde et stort økologisk udvalg af disse typer varer i alle butikker, og til priser hvor alle kan være med.



SKÆR NED PÅ KØDET

Kød er en af de økologiske varer, hvor prisen er relativt høj. Så skær ned på kødforbruget.

Spis mindre, men bedre kød. Det er sundt for både jorden og mennesket. Vegetariske dage kan udjævne den merpris, du betaler for de økologiske varer.

MAD TIL EN ELLER TO

Er du single eller på SU, så gå sammen med andre om at lave mad. Du undgår at smide rester ud, og det er også meget hyggeligere.

PLANLÆG OG UNDGÅ MADSPILD

Sæt for eksempel tid af hver søndag til at planlægge en uge frem, og tjek sæsonvarer og tilbud i de butikker du handler i. Ved at planlægge undgår du dyre impuls køb, og du får bedre overblik over hvilke råvarer, der kan gå igen i flere retter. På den måde kan du undgå at smide mad ud.



BAG DIT EGET BRØD

Det smager ofte bedre, og du kan spare mange penge. Find inspiration i opskrifter på nettet, for eksempel på www.denokologiskebagebog.dk.



VIDSTE DU

Ordet økologi er sammensat af de græske ord "oikos", som betyder hus og "logi", som betyder læren om. Økologi betyder altså "læren om naturens husholdning".

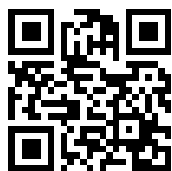
**HOLD DIG
OPDATERET**

Tilmeld dig vores nyhedsmail
på www.okologi.dk

10 GODE GRUNDE TIL AT VÆLGE ØKOLOGI

I Økologisk Landsforening arbejder forbrugere,
landmænd og virksomheder sammen for at
skabe nye veje for mere økologi
- til gavn for mennesker, dyr og miljø.

Læs mere på www.okologi.dk



UD AT SPISE?

Find spisesteder med økologi på menuen på
www.økologisk-spisemærke.dk. Scan koden
og få de økologiske spisesteder på mobilen.



ØKO I DIN KANTINE?

Hent råd og vejledning på www.okocater.dk

I  ØKO



Find os på FACEBOOK.
Søg efter "I love øko"



UDGIVER Økologisk Landsforening | Silkeborgvej 260 | 8230 Åbyhøj | Tlf. 87 32 27 00 | www.okologi.dk
REDAKTION Nanna Hyltdgaard Hansen, Økologisk Landsforening | Per Henrik Hansen, www.perhenrik.dk
DESIGN Mai Tschjerner Nielsen, Økologisk Landsforening
TRYKKERI Scanprint. Brochuren er trykt på Svanemærket papir. 6. udgave.

10 GODE GRUNDE TIL AT VÆLGE ØKOLOGI er finansieret med tilskud fra
"Grønt Udviklings- og Demonstrations Program, GUDP under Fødevarerministeriet"
Redaktionen afsluttet maj 2015.

