

BOLETÍN DE CONSUMIDORES ECOLÓGICOS



EDITORIAL

Con la presente edición, se pretende dar a conocer al lector la real trascendencia que encierra el hecho de abocarse a la "revolución" interna del ser, comenzando por la adopción de nuevos hábitos en lo referente a su alimentación. El replantear el comensalismo como verdadera estrategia de cambio y no por el simple hecho de seguir una moda, de sentirse parte de una cultura que se autodenomina "conservacionista", pero que adolece de una firme base; la cual sólo emerge tras un proceso de sensibilización y concienciación; desde un cambio inicial y necesariamente interno, para luego así poder proyectar al exterior las acciones que evidencien dicho renacer.

En Colombia son varios los factores que hacen que existan problemas de hambre y desnutrición entre sus habitantes y con el actual conflicto social interno estos se están acentuando cada vez más. Se destaca la apertura económica el desempleo creciente, el aumento de los precios de la canasta familiar, los bajos ingresos familiares, la tendencia a la concentración de la propiedad de la tierra, y la violencia acompañada por el desplazamiento forzoso de las familias rurales.

Es así como desde el Jardín Botánico de la Universidad de Caldas y el Grupo GEAS (Grupo de Estudio en Agriculturas Sustentables), a él adscrito, se ha emprendido la conformación de una asociación en red de consumidores orgánicos, que se encuentra en su etapa inicial, y con la cual se quiere dar a conocer la relevancia que tiene el decidir ser un consumidor orgánico, viéndose éste como alguien que ha elegido un estilo de vida alterno, alguien que adquiere un estado de conciencia que emerge tras la sensibilización adquirida desde diversos ámbitos:

- El político, al rechazar las lesivas normativas que posibilitan la progresiva degradación de la vida;
- El cultural, tras el cambio generado a partir de la adopción de un nuevo paradigma;

- El social, al apoyar una iniciativa en defensa de la dignidad;
- El ambiental, al adoptar una justa relación entre el ser humano y la naturaleza.
- El económico, tras tomar una posición de resistencia al actual y excluyente sistema imperante.
- El ético, al retomar una filosofía ancestral de vida basada en el respeto por la tierra y por todas las formas de vida en ella existentes.

Se extiende la invitación a hacer parte de este proyecto, que se ha creado con la convicción de forjar mejores estilos de vida y dinamizar los mercados verdes en la ciudad de Manizales.



REFLEXIONEMOS

En cierta ocasión, un reportero le preguntó a un agricultor si podía divulgar el secreto de su maíz, que ganaba el concurso al mejor producto, año tras año. El agricultor confesó que se debía a que compartía su semilla con los vecinos.

"¿Por qué comparte su semilla con sus vecinos, si usted también entra al concurso año tras año?"

"Verá usted Señor -dijo el agricultor-:

El viento lleva el polen del maíz maduro de un sembrado al otro. Si mis vecinos cultivan un maíz de calidad inferior, la polinización cruzada degradaría constantemente la calidad del mío. Si voy a sembrar buen maíz, debo ayudar a que mi vecino lo haga."

Lo mismo es con otras situaciones de nuestra vida. Quienes quieran lograr éxito, deben ayudar a que los vecinos también tengan éxito.

Quienes decidan vivir bien, deben ayudar a que los demás vivan bien, porque el valor de una vida se mide por las vidas que toca.

Quienes optan por ser felices, deben ayudar a que otros encuentren la felicidad, porque el bienestar de cada uno se halla unido al bienestar de tod@s.

Carlos Andrés Becerra

AGRICULTÚRESE



SABÍAS QUÉ?

La principal causa de las enfermedades que actualmente padece la humanidad (diabetes, cáncer, hipertensión), se debe a:

- Los malos hábitos alimenticios.
- Una vida sedentaria, con poca actividad física.
- La deficiente educación alimentaria (cómo llevar una dieta balanceada).
- Consumo progresivo de alimentos tratados química y genéticamente.
- La tendencia a preferir productos con una alta carga de aditivos (alimentos listos para preparar, comidas chatarra o con un complejo proceso de transformación), antes que productos naturales (sin proceso de transformación y nativos de su territorio).

¡ Piénsalo!



GÉNESIS

Al principio creó Dios a Europa y los hizo blancos, altos, les dio barcos para que salieran a multiplicarse, a multiplicar sus riquezas. Les dio una cruz y arcabuces para convertirnos en la fe. Al principio fue creada la Coca-Cola, las transnacionales, fue creado el Fondo Monetario y el Banco Interamericano de Desarrollo, fue creado el dólar para que nos pudieran prestar. Luego fue creado el pentágono y la CIA y muchos soldados como M16 para defenderlos; blancos, altos, preferentemente rubios a imagen y semejanza.

Después fue creado el Rio Bravo y al Sur mucho oro y plata con petróleo y todas las frutas, con indio, cobre y negro. Al principio nos enseñaron a rezar y cuando cerramos los ojos para hacerlo, nos lo robaron todo.

Jorge Luis Izquierdo



RECETA ORGÁNICA

GUISO DE HABAS CON HUEVO

2 kg de habas frescas, 4 huevos, 2 ajos frescos
1 cebolleta, 1 tomate, hierbabuena picada, 1 cucharada de harina, agua, aceite virgen extra, vinagre, sal, perejil picado.

PREPARACIÓN:

Pela y desgrana las habas. Ponlas a cocer en una cazuela con agua y una pizca de sal durante 5 minutos. Pon un poco de aceite en una cazuela. Pica la cebolleta y ponla a pochar. Limpia y pica los ajos frescos en bastones de 5 centímetros e incorpóralos. Rehoga hasta que se dore un poco. Pela el tomate, córtalo en dados e incorpóralo a la cazuela. Mezcla bien, sazona, agrega la hierbabuena picada y la harina. Rehoga brevemente y añade un poco del caldo (resultante de cocer las habas) y las habas. En otra cazuela amplia pon agua a cocer con un chorro de vinagre. Cuando empiece a hervir, baja la temperatura del fuego y escalfa los huevos. Sirve el guiso de habas en una fuente y coloca encima los huevos escalfados. Espolvorea con perejil picado.



EVENTOS

- La asociación Nacional por la Salvación Agropecuaria y la Asociación de Productores Indígenas y campesinos (**ASPROINCA**), realizaron el pasado 18 y 19 de mayo en el municipio de Riosucio-Caldas el Congreso Nacional Agropecuario. Evento que reunió a un gran número de dirigentes sociales y políticos, con el objetivo de analizar la actual situación de crisis del Agro Colombiano y así buscar alternativas para enfrentarla.

- El día 5 de junio se celebrará el Día internacional del Medio Ambiente.

- **MERCADO AGROECOLÓGICO**

Encontrarás productos alimenticios para Tu bienestar.

VEN... comparte la posibilidad de un Consumo responsable y solidario.

Universidad de Caldas, Sede Palogrande

Sábado 20 de junio de 2009,

de 8:00 am A 12:00 m

Invita: Jardín Botánico U de Caldas.

Informes: Tel: 878 15 88

Alguna sugerencia escribir a:

consumidoresecologicosmzls@hotmail.com

Edición Quincenal

Responsable: Leidy Lorena Betancourth

Estudiante en Práctica de Trabajo Social

