

# Babestu ingurumena mokadu bakoitzean

me  
nuda  
tierra!

Ba al dakizu?



Bisitatu  
gure  
Web!

[menudatierra.eco](http://menudatierra.eco)



Nekazaritza da munduko airearen, uraren eta lurzorua-  
ren kutsadura-iturririk handiena. Nekazaritzako ekoizpen-  
sistema intentsiboek eragiten dute munduko ur geza  
gehienak nitratoekin eta pestizidekin kutsatzea, bai eta  
munduko baso-soiltzearen % 80 ere.



Laborantza-eremuetan, hegaztien kopurua % 56  
murriztu da 1980tik. Egun, 1990ean baino ia % 35  
tximeleta gutxiago dago larreetan.



Gure elikadura-ereduak elikatzen gaituzten landare landuen  
eta animalia-arrazen aniztasunaren murrizketa kezkarria  
eragin du. Nekazaritza-sistemek bariedade eta arraza  
produktiboagoen aldeko apustua egiten dute, eta askoz ere  
ingurumen- eta energia-baliabide gehiago kontsumitzen  
dituzte.



LIFE HEALTHY PLANET DIET está cofinanciado  
con fondos de la Unión Europea a través del  
Programa LIFE (LIFE 20/NGO4GD/ES/0003)

# Zer egin dezakezu?



Itsas zabaleko arrantzak arazo larriak sortzen ditu ingurumenean eta gizartean.



Abeltzaintza estentsiboa ingurumena kutsatzeko eta kalitate eskaseko elikagaiak ekoizteko modu argia da. Abeltzaintza estentsibo ekologikoak, berriz, kalitate handiko elikagaiak ekoizten ditu, ingurunea babesten du eta biodibertsitatearen oinarri diren flora- eta fauna-espezie askoren garapena ahalbidetzen du.



Espanian, elikatzeko erabiltzen den lurzorua ia % 30ek higadura-prozesu larriak edo oso larriak jasaten ditu.

1

Kontsumi itzazu elikagai ekologikoak, haien ekoizpenak ingurumen-kutsadura murrizten eta biodibertsitatea hobetzen baitu. 66 azterlan zientifikoren azterketa sakonak erakutsi duenez, modu ekologikoan landatutako eremuek modu ez-ekologikoan landatutako azalerek baino % 30 espezie gehiago eta % 50 flora eta fauna gehiago dituzte, batez beste.



2

Eros itzazu labore eta arraza tradizionalak elikagaiak; jatorri-deituren eta adierazpen geografikoen bidez babestuta daudenak erreferente izan daitezke. Horrela, laborantzan eta ganaduan dibertsitate handiagoa izatea ahalbidetuko duzu.



3

Kontsumi ezazu lurraldeari lotutako abeltzaintza estentsiboko haragia. Bazkaleku edo larre iraunkorren gisako ekosistemei eustea funtsezkoa da espezie askoren iraupenerako.



4

Kontsumi ezazu gertuko arrantza iraunkorreko edo akuikultura ekologikoko arraina. Saihets itzazu itsas zabaleko arrantzatik datozen produktuak, arrantza-baliabideak agortzen baitituzte eta merkataritzakoak ez diren espezie gehienek (izurdeak, dortokak, saltzen ez diren arrainak) arrantzaren erantzuleak baitira.



5

Ez erabili plastikozko ontziak, birziklatu behar bezala eta berrerabili ahal duzun guztia zure eguneroko bizimoduan. Birziklatze egokiak gure planetako kutsadura saihestuko du.

