

# *Вільний вибір*





Ця газета створена дуже різними в усіх сенсах людьми, тож ми дуже довго сперечались про що буде наша газета. Але так і не дійшли згоди. Тому вирішили, що це буде вільний вибір кожного і всіх. Тому наша газета буде про все і для всіх... трошки про їжу і кулінарію; трошки про туризм, трошки про спорт....

Нам дуже хочеться спробувати себе в новій справі, і нам видається що проект цей названо дуже вдало - "СТПРАВА". Вірогідно, що журналістика не стане справою життя для всіх нас. Але це ж не важливо, так?

Тож, зустрічайте наш "Вільний вибір"!



# Органічні продукти: міфи і реальність

Рух за використання в раціоні органічної їжі почався в 1940 році у відповідь на зелену революцію. Зелена революція означувала значне збільшення виробництва їжі за рахунок впровадження нових високоевжайних сортів, використання пестицидів і поліпшених методів управління в інноваційному сільському господарстві і харчовій промисловості. Вибір на користь здорового харчування є відмінним початком до здорового життя. Окрім збільшення фруктів та овочів, цілісного зерна та корисних жирів в щоденному раціоні, необхідно врахувати безпечність використовуваних продуктів. Ви повинні знати, як вони вирощуються, чи не пошкодять вашому здоров'ю та навколишньому середовищу. Це піднімає питання: Яка різниця між органічними та не органічними продуктами?

Органічна їжа – це їжа, яка була вирощена або перероблена без використання синтетичних пестицидів, хімічних добрив, опромінення, впливу промислових викидів або додання хімічних харчових добавок.

Чи завжди «органіка» краща? Чи не краще самотійно вирощувати продукти? чому органічні продукти дорожчі за звичайні? Спробуємо відповідати на ці питання. Перш за все, що таке органічні продукти? Термін «органіка» - відноситься до способу вирощення та оброблення сільськогосподарської продукції, відповідно до міжнародних стандартів. Органічні культури повинні бути вирощені в «безпечному ґрунті», які передбачають мінімізацію

використання пестицидів, синтетичних мінеральних добрив, штучних харчових добавок та ТМФ, на основі нафти, добрив, і осадку стічних вод мінеральних добрив.

Дослідження довели, що органічно вирощені овочі та фрукти містять більше вітаміну С, поживних мікроелементів. Крім того, зменшуються симптоми в людей, які мають алергічні реакції на певні види продуктів чи консервантів. Органік продукти містять менше пестицидів. Пестициди являють собою хімічні речовини, такі як фунгіциди, гербіциди та інсектициди. Ці хімікати широко використовуються в традиційному сільському господарстві і залишаються на (та в) їжі, яку ми споживаємо. Органічна їжа – свіжіша. Вона має менший строк споживання та не містить консервантів, які довше зберігають продукти. При органічному вирощуванні тварин, не використовуються антибіотики та гормони росту.





Органічне сільське господарство краще для навколишнього середовища. Методи органічного землеродства спрямовані на зменшення забруднення довкілля, на економне використання води, зменшення ерозії ґрунтів та підвищення їх родючості. Крім того, воно є кращим для птахів та дрібних тварин, так, як хімічні пестициди не лише впливають на зниження їх відтворювальних функцій, а й вбивство. Важливим фактором є те, що сільське господарство без пестицидів, полегшує працю людей на фермах. Підводячи підсумки, відзначимо основні переваги органічних продуктів: органіка, особливо сира або необроблена містить більше бета-каротину, вітаміну С, Д та Е, полі фенолів, які зміцнюють здоров'я, антиоксидантів, які борються з раком, флавоноїдів, які захищають від хвороб серця, незамінних жирних кислот та

необхідних мінералів. Органічні продукти харчування містять якісно вищі рівні

необхідних мінералів (кальцій, магній, заліз, хром).

Чому ж органічна їжа дорожча за звичайну? Так, органічні продукти дорожчі, ніж вирощені традиційно, – на 15–50, часом і на 100%. Пояснюється це тим, що органічне виродництво є більш трудомістким, органічні культури більш уразливі до шкідників, хвороб, дають децю менші врожаї, ніж конвенційні, а також виробник щорічно сплачує певні суми організації, яка здійснює сертифікування.

Більшість органічних ферм занадто малі, щоб отримувати державні субсидії.

Крім того, термін реалізації органічних продуктів набагато менший, що також значно збільшує їх вартість



Які ж є вимоги до органічних продуктів? Відсутність у складі ТМО та їх похідних.

\*Відсутність у складі штучних ароматизаторів, стабілізаторів, консервантів, барвників та загусників.

\*Виробництво без використання шкідливих технологій (ультразвукова та радіаційна обробка, обробка ПАВ та фенолами, хімічна консервація, атомне розщеплення, газация).

\*Відсутність у складі сільськогосподарської сировини, при вирощуванні якої використовувались хімічні добрива та пестициди, будь-яка інша агрохімія, а, також регулятори

\*Відсутність у складі сільськогосподарської сировини, яка .

вирощувалась поблизу промислових об'єктів.

Так чи можливе органічне сільське господарство в Україні, виходячи з даних вимог?

На наш погляд це дуже сумнівно, адже промислове виробництво на наших територіях є майже всюди (може тільки за винятком **Кривого**, більшість земель сільськогосподарського призначення знаходяться в управлінні та користуванні у великих агрокомпаній, які проводять обробку пестицидами земель у великих обсягах, в тому числі з використанням авіації.

Органічне виробництво у нас тільки зароджується...



## ІНШІ...

За останні роки на вулицях міста Суми побільшало дівчаток з абсолютно слов'янськими обличчями в чудному і чужому погляді вбранні. Бабульки невдоволено шепочуться: «і шо воно їм не хватало», «запроданки», «чого це не заборонять цей жах». Хлопці кидають в спину нецензурні компліменти. Вони – ІНШІ, вони перейшли на ІНШУ сторону, як багато хто вважає – на ворожу сторону.

Що ж насправді спонукає дівчат змінити віру предків? Чи є в цьому якась загроза для міста? Які вони, ІНШІ?

Тенденція прийняття мусульманства саме молодими людьми не нова для України. Інститут сім'ї навіть провів певне наукове дослідження щодо причин такої тенденції. Виявилось, що основних причин три:

- Розчарування в православній релігії. Як не дивно, дуже великий відсоток прийняв Шаріат, до цього були досить віруючими атеїстами і православних сім'ях (маємо на увазі, що «віруючий» і відомку - людина яка ходить до церкви не лише на Пасху та Різдво). Змінити релігію таких людей спонукало спостереження за церковним життям: заполітизованість церковних діячів; скандали.

пов'язані зі священниками; величезна кількість священників, що за своїми діями та якостями аж ніяк не відповідають «посередника Божого». Другу причину популярності ісламу серед українців слід шукати у відмінностях цього релігійного вчення від християнства. Молодь хоче спілкуватись з Богом «без посередників», а Коран дає їм конкретні відповіді на життєві питання. Біблія видається чимось «древнім» та загальним, не наближеним до теперішнього життя. Крім того, Іслам менш перевантажений церемоніями і декораціями, ніж християнство. Це також приваблює. Однією з причин, і то дуже поширених, є заміжжя з мусульманином. Дуже часто дівчатка розглядають заміжжя з мусульманином як казкову можливість виїхати з країни, або хоч змінити своє життя. Звичайно, це життя в країні свого чоловіка, культуру і традиції вони знають небагато. Дається взнаки реклама курортів або фільмів про казковий Схід».

Так, чи варто боятись цих тенденцій? Чи дійсно є міфічний «наступ ісламу» на наші території?

Мені здається, що боятись ІНШИХ немає підстав. Певним чином, така ситуація є закономірною в країні, яка лише починає шлях до реальної свободи і демократії. Ми звикли, що хтось має за нас піклуватись, тож радо віримо що мусульманський чоловік візьме на себе

повне піклування про «менекохану», буде повністю забезпечувати, вирішувати за мене всі проблеми. І відмова від звичайного вбрання – досить помірна ціна за комфорт і інфантильність. Тим більше, що наші хлопці, мякокожучи, не дурять дати дівчині все це. Потрібен час, аби повернутись до знищених радянською владою традицій та культури, до вірувань предків та традиційних сімейних цінностей. Все буде. Ми лише на початку шляху і добре, що найслабші залишили нас. І не факт, що ці ІНШІ – гарне длободіло. А якщо ж людина свідомо обрала іншу віру, так чи не є це добрим знаком одужання нашого суспільства? Адже якщо людина в Україні має свободу і відповідальність обрати віру – то ми на вірному шляху. Розмірковуючи над проблемою ІНШИХ в нашому місті, доходило до думки про корисність такої тенденції. Чому? Вони спонукають нас замислитись чому наші дівчата обирають Іслам, тож маємо мотивацію до змін. Вони приносять в наше місто свою моду, вона трохи дивна, але вносить пожвавлення в обличчя міста: місто стає цікавішим. Вони спонукають наших чоловіків поборотись за наших дівчат, створюють конкуренцію – тож для дівчат це вкрай добре)



# Зелений туризм в Україні

*Сільський зелений туризм здійснює позитивний вплив на відродження, збереження і розвиток місцевих народних звичаїв, промыслів, пам'яток історико-культурної спадщини, а також розширює канали реалізації продукції підсобного господарства селянина*

Сільський туризм – це діяльність сільського населення, що пов'язана із сільським середовищем, сільським будинком і заняттям. У центрі уваги знаходяться природа і людина. Сільський туризм не має шкідливого впливу на навколишнє середовище, на відміну від масового, і у той же час робить істотний внесок у регіональний розвиток. Він дозволяє використовувати існуючий житловий фонд і не вимагає значних інвестиційних витрат.

Для українського села це ще один спосіб залучення надлишкової робочої сили, яка вивільнилася з сільськогосподарського виробництва. Оскільки, відомо, що малі підприємницькі структури в аграрному секторі економіки України функціонують на принципах самоохорони, самозабезпечення, самостійності у виборі напрямів діяльності і повної відповідальності за результати діяльності. Тому сільський туризм можна вважати одним з перспективних напрямків розвитку підприємництва в сільській місцевості.

Люди через зміни умов життя у великих містах-мегаполісах все далі відходять від природи. Проживання в таких містах призводить до ізольованості людини, почуття самотності, надмірних навантажень на нервову систему, спричинених постійним психологічним напруженням і стресами. Все частіше мешканці великих міст потерпають від нервових розладів та різних захворювань нервової системи. Тому у них з'являється природне і цілком зрозуміле бажання виїхати на природу, щоб у спілкуванні з нею розвантажити свою нервову систему від негативного впливу, який накопився в умовах міського проживання, і перетворюється на справжнє дієство.

В Сумській області, якщо вірити даним "Спілки зеленого туризму Сумщини", на даний момент діють 9 садиб зеленого туризму. Перша садиба в рамках розвитку зеленого туризму на Сумщині з'явилася в Лебединському районі. Вона функціонує як хата-музей, приваблюючи відвідувачів не тільки тим, що була розташована в чудовому куточку мальовничої природи, а й самодіючим національним колоритом. Поступово подібні садиби почали з'являтися і в інших районах Сумської області, а зелений туризм став завойовувати все більше прихильників. Та сьогоднішній день на Сумщині за програмою розвитку зеленого туризму в сільській місцевості вже функціонує більше 10 садиб. Кожен із них властива неповторність, кожна має свої особливості, а кожен господар намагається привнести у свою справу якусь родзинку, яка завороже серця відвідувачів. Власники садиб пропонують відпочиваючим відгукнути неповторну національну атмосферу завдяки справжній українській кухні, одягу, особливостям побуту та народних ремесел. Серед розваг, які пропонують туристам господарі садиб, кінні прогулянки, рибалка, екскурсії до історичних місць і пам'яток архітектури, оздоровчі процедури, катання на човнах, садибах цікаво будь-якої пори року, оскільки кожен час має свої особливості, які знаходять відображення

В більшості випадків вони розташовані на річках Сейм та Псел, які відомі своїми надзвичайно живописними краєвидами та чистою водою. Такі садиби, окрім стандартного пакету житло + харчі пропонують також риболовлю і збирання грибів та ягід

Ні для кого не секрет, екологічна ситуація в містах залишає бажати кращого. Ми, городяни, користуємось усіма благами цивілізації, повинні платити за це задоволення своїм здоров'ям. Тому вирватися хоча б на пару тижнів із галасливого та курного міста, пожити у згоді з природою, дихати свіжим повітрям, харчуватися тільки натуральними та свіжими продуктами, пити джерельну воду та парне молоко для багатьох є раєм на землі. Саме за цим і їдуть у село. Тут все своє, вирощене дбайливими господарськими руками, смачне й корисне. І нехай на яблуці або груші, зірвані вами з дерева, не буде написано «Без ГМО», ваше внутрішнє чуття підкаже вам, що це - натуральне, таке, яким йому й належить бути.

Хтось скаже, а навіщо їхати в село, якщо можна відпочити на дачі? Дійсно, з цим можна погодитися, якщо, по-перше, ця сама дача у вас взагалі є, по-друге, вона розташована в екологічно чистій місцевості, та, по-третє, якщо відпочинок на дачі буде таким же повноцінним і цікавим, як у селі.

Зелений туризм відкриває нові можливості. Городяни їдуть у села чи хутори пожити зовсім іншим життям. Це повернення до першоджерел. Краса сільських пейзажів, близькість річок, озер, лісів, гір, відсутність стресів та метушні, здорове харчування добре впливають на людину, зміцнюють її і духовно, і фізично. Це одна з переваг зеленого туризму.

Ті, хто мав нагоду відпочивати за програмою зеленого туризму, стверджують, що такий відпочинок дійсно відрізняється від перебування на дачах відпочинку чи в санаторіях, адже створює відчуття чогось домашнього і затишного. Відпочивши у такій садибі хоча б раз, хочеться неодмінно туди повернутися.

