



VIDEN OM: ØKOLOGISK MAD TIL BØRN

■ ■ ■ *Vi har samlet en række gode grunde til mere økologi i daginstitutioner:*

Rent miljø, også indeni: Ingen pesticider og hormonforstyrrende stoffer.

- Pesticider er på listen over stoffer, der virker hormonforstyrrende og påvirker børns pubertetsudvikling. Fødevarestyrelsens pesticidrapport fra 2008 påviste, at der i 2007 blev fundet sprøjterester i hvert andet dansk konventionelt produceret æble, og to ud af tre danske konventionelle jordbær.
- Der er fundet sammenhæng mellem det, børn spiser og rester af sprøjtegifte i deres urin – de børn, der spiser økologisk har markant mindre rester af sprøjtegifte i deres urin.
- De hormonforstyrrende stoffer kan påvirke puberteten og kønsudviklingen blandt børn.

Sunde stoffer:

- Økologisk mælk forebygger kræft. Økologiske køer kommer på græs om sommeren. I kløvergræs er der høje koncentrationer af fytoøstrogener, som er kræftfremmende. Når vi drikker den økologiske mælk, bliver stofferne sendt videre til vores system.
- Mere naturligt E-vitamin i økologisk mælk.
- Økologiske jordbær er sprængfyldt med stoffer, der hæmmer kræft.
- Forsøg har vist, at rotter, der spiser økologisk, får et bedre immunforsvar, mindre fedtindhold i kroppen og er mere rolige, end dem, der ikke får økologisk foder.
- Flere sunde stoffer som C-vitamin og de såkaldte sekundærstoffer, mikronæringsstoffer som flavonoider og polyfenoler er sundhedsfremmende plantestoffer, der styrker immunforsvaret. Især økologiske tomater indeholder mange flavonoider ift. de konventionelle, og menes at kunne forebygge hjerte-karsygdomme, kræft og demens.

Rene varer: Undgå farvestoffer, aromastoffer, sødemidler og en lang række tilsætningsstoffer.

- Børn, der indtager kunstige farve- og tilsætningsstoffer, bliver mere hyperaktive og får sværere ved at koncentrere sig og lære i skolen.
- Stort set alt konventionelt kød, æg og mejeriprodukter er produceret med brug af gensplejset foder. Man kender endnu ikke de miljø- eller sundhedsmæssige konsekvenser heraf. Gensplejset foder er forbudt i økologisk produktion.

Sundere sammensætning af maden:

- Undersøgelser af skolemadsordninger viser, at de madordninger, der bruger en høj andel økologiske råvarer, i højere grad lever op til myndighedernes ernæringsanbefalinger. Pga. mere groft brød, mere af årstidens frugt og grønt, mindre kød og mere fisk.

Se mere om de enkelte undersøgelser på www.okologi.dk.

Se alle de gode grunde til økologi her.