

2. BALIOZKO PROPOSAMENA

Gaur egungo gizartean, elikadurak funtsezko papera betetzen du pertsonen osasunean eta ongizatean. Hala ere, errealitatea da gero eta pertsona gehiagok ez dutela elikadura osasuntsu, orekatua eta askotarikoa jarraitzen. Arazo hau ez da adin-tarte jakin batera mugatzen; ume txikiek, helduek zein adinekoek elikadura desegokiaren ondorioak pairatzen dituzte. Ohitura txarrek, janari ultraprosesatuaren kontsumo handiak, informazio faltak eta eguneroko erritmo bizkorrek eragin zuzena dute osasun-arazoetan, hala nola obesitatean, bihotzeko gaixotasunetan edo bestelako arazo metabolikoetan.

Gizarteak askotan elikadurari behar besteko garrantzia ematen ez diola uste dugu. Janaria askotan denbora galtze gisa ikusten da, eta horrek aukera azkarrak eta ez osasuntsuak aukeratzea eragiten du. Gainera, badago uste orokortu bat elikadura osasuntsua garestia dela edo antolatzea zaila dela, eta horrek pertsona asko ohitura desegokietan mantentzen ditu. Testuinguru honetan, elikadura ez da soilik osasun kontu bat; desberdintasun sozialak, ekonomikoak eta ingurumenekoak ere agerian uzten dituen gai bat da.

Hori dela eta, gure proiektuan behar argi bat ikusten dugu: elikadura osasuntsua, merkea eta jasangarria modu errazean pertsonen egunerokora eramatea. Premia horri erantzuteko sortu dugu gure ideia, gizartearen zati handi bati benetako alternatiba erabilgarri bat eskaintzeko asmoz.

Gure proposamenaren helburua ez da soilik informazioa ematea, baizik eta ohiturak aldatzen laguntzea. Horretarako, gure proiektuaren ardatz nagusietako bat zukaldaritzako tailerren antolaketa da. Tailer hauek praktikoak izango dira, eta parte-hartzaileek zuzenean ikasiko dute nola prestatu plater osasuntsuak, sinpleak eta ekonomikoak. Ez dugu sukaldaritza konplexua irakatsi nahi, baizik eta egunerokoan edonork aplikatu dezakeen elikadura eredua.

Tailerrak adin eta egoera desberdinetara egokituta egongo dira. Alde batetik, ume txikientzat zuzendutako tailerrak eskainiko dira, txikitatik elikadura-ohitura onak lantzeko. Bestetik, helduentzat eta familientzat ere jarduerak egongo dira, eguneroko erritmoetara moldatutako proposamenekin. Azkenik, adineko pertsonentzat eta egoitzetan bizi direnentzat ere tailerrak egingo dira, haien behar bereziak kontuan hartuta.

Proiektuaren beste zutabe nagusietako bat hileko menuen sorrera da. Menu hauek pertsonen eguneroko antolaketa errazteko diseinatuta egongo dira,

askotan “zer jan” galdera estres iturri bihurtzen baita. Menuak orekatuta egongo dira, elikagai mota desberdinak barneratuz, eta elikadura aniztasuna sustatuz. Gainera, menu hauek sare sozialen bidez zabalduko dira, edonork doan eskuratu ahal izateko.

Menu horiekin batera, erosketa-zerrenda merke eta osasuntsuak eskainiko ditugu. Zerrenda hauek funtsezkoak izango dira jendeari laguntzeko zer erosi, zein produktu lehenetsi eta nola aurreztu. Gure ustez, planifikazio egoki batekin posible da ondo jatea gastu handirik egin gabe, eta hori praktikan erakutsi nahi dugu.

Bestalde, gure proiektuak ingurumenarekiko konpromiso sendoa du. Elikadura jasangarria sustatuko dugu, bertako produktuak eta “km 0” elikagaiak erabiliz. Horrek hainbat onura ditu: alde batetik, ingurumenaren inpaktua murrizten da; bestetik, herriko dendak eta tokiko ekoizleak sustatzen dira; eta azkenik, produktu horiek normalean freskoagoak eta kalitate handiagoak izaten dira. Tokiko kontsumoak, gainera, ekonomia zirkularra indartzen du eta herrietako merkataritza bizirik mantentzen laguntzen du.

Ilido beretik, gure proiektuaren barruan lizitazio edo hitzarmen baten aukera aurreikusten dugu, adibidez, Durangoko Udalarekin eta Durangoko azokan. Helburua litzateke informazio- eta aholkularitza-gune bat sortzea, herritarrei elikadurari buruzko aholkuak emateko. Bertan, jendeak orientazioa jasoko luke nola jan osasuntsuago, non erosi produktu egokiak eta nola antolatu bere elikadura egunerokoa.

Gure zerbitzuaren bereizgarri nagusietako bat praktikotasuna eta irisgarritasuna da. Ez dugu elikadura ikuspegi teoriko hutsetik landu nahi; pertsonen errealitatera egokitutako irtenbideak eskaini nahi ditugu. Horregatik, prezioak egokiak eta malguak izango dira, edonork gure zerbitzuak eskuratu ahal izan ditzan bere egoera ekonomikoa edozein izanik.

Balio kuantitatiboari dagokionez, gure proiektuak kostu txikiko zerbitzuak eskainiko ditu, elikadura osasuntsua ahalik eta pertsona gehienengana irits dadin. Jarduera gehiago antolatuko dira erabiltzaile kopurua handitzen den heinean, eskaintzaren malgutasuna bermatuz.

Balio kualitatiboari dagokionez, gure lanaren oinarria errespetua, jasangarritasuna eta gertutasuna izango dira. Ingurunea zainduko dugu, baliabideak arduraz erabiliz, eta aldi berean, bezeroekin harreman zuzena eta pertsonalizatua sustatuko dugu. Gure ustez, konfiantza funtsezkoa da ohiturak aldatzeko prozesu batean.

Azkenik, nabarmendu nahi dugu gure proiektua inklusiboa dela. Elikadura osasuntsua guztiontzat izan behar da, eta horregatik, adina, egoera ekonomikoa edo bizi-egoera edozein izanik, edonork izango du gure proiektuan parte hartzeko aukera. Ez dugu inor kanpoan utzi nahi, elikadura eskubide unibertsala delako.

Laburbilduz, gure baliozko proposamena elikadura osasuntsua, jasagarria eta eskuragarria gizartearen erdigunean jartzea da. Zukaldaritzako tailerren, hileko menuen, erosketa-zerrenden eta aholkularitza-guneen bidez, pertsonen bizi-kalitatea hobetzea dugu helburu, bai osasunari dagokionez, bai ingurumenari eta tokiko ekonomiari dagokionez.