

Consuma productos orgánicos: “Que los alimentos sean su medicina”

Está ampliamente demostrado que la mejor manera de cuidar la salud es a través de una buena alimentación. Esto implica procurar una dieta balanceada, no consumir comida chatarra, tomar suficiente agua y principalmente consumir al menos cinco raciones de frutas u hortalizas frescas y sanas por día.

Estas cinco raciones garantizan el consumo necesario de vitaminas y minerales. Además, los antioxidantes presentes en forma natural en los productos frescos contribuyen a eliminar el efecto de los componentes dañinos que se producen en nuestro organismo como consecuencia del ejercicio y de la actividad diaria.

Estos alimentos que compramos pueden producirse al menos de dos formas: La más común es utilizando agro químicos, muchos de ellos muy tóxicos, por lo que los y las agricultores/as deben ser muy cuidadosos y cuidadosas para no afectar su salud, la de los consumidores y el ambiente.

Otra forma de producción es la **orgánica**; en esta se cultiva y procesan los alimentos sin la utilización de agro químicos, ya que para su cultivo se usan tecnologías no contaminantes como los abonos naturales donde se elimina por completo el uso de sustancias tóxicas para combatir plagas, como los pesticidas, fungicidas y otros químicos sintéticos.

Siempre que esté a su alcance, trate de consumir productos orgánicos: **Son más nutritivos, de mejor sabor y seguros para su salud y la de los agricultores/as que los producen.** Además se protegen los suelos, las fuentes de agua y la atmósfera.

Adquiriendo alimentos que provengan de fincas que respetan la naturaleza contribuiremos directamente con su conservación.

La agricultura orgánica no es una moda, ni un lujo, es una necesidad. El ser humano sin distinción de ningún tipo debe consumir alimentos sanos, es su derecho. Y la naturaleza que nos provee abrigo, casa y comida, necesita de la consideración de todos. La gente necesita de una naturaleza equilibrada para vivir bien, proteger los ríos, los suelos, la biodiversidad... preservar la vida.

ROSTRO REGIONAL

MAOCO Caribe

Nuria Chaves,
productora

Los productores y productoras del Caribe motivados por el impulso nacional hacia el fomento de agricultura orgánica y las oportunidades de capacitación que se dieron en la zona, creyeron en el sueño de ver crecer y desarrollar esta práctica no solo como modelo productivo sino como una forma de vida y estrategia de desarrollo.

Con los pies sobre la tierra y muy conscientes de que el futuro es responsabilidad de todos, no hemos dudado en comprometernos a trabajar en la práctica y en la gestión para llegar a ser un eslabón regional líder del movimiento de agricultura orgánica costarricense.

Gracias a la motivación de todos, productores, instituciones y organizaciones como el Movimiento de Agricultura Orgánica Costarricense (MAOCO), CEDECO, ACTo-MINAE y MAG; el Caribe Norte vió nacer en julio del 2005 un grupo unido liderando el movimiento regional de agricultura orgánica.

Este grupo sintió en el camino la necesidad de constituirse como organización bajo el nombre de Asociación para el Desarrollo de la Agricultura Orgánica del Caribe (APOC), la cual actualmente esta integrada por más de 30 productores/as orgánicos o en transición.

Entre los principales logros de APOC, destacan:

- Más y mejores oportunidades de capacitación para los miembros del MAOCO Caribe.
- La comercialización de productos orgánicos y en transición en las ferias del agricultor de Guápiles y Cariari.
- El Programa Educativo Aula Verde, donde la finca es la escuela y los productores/as son los instructores.
- Experiencias de intercambio con otros productores/as orgánicos del país.
- Liderazgo para el fortalecimiento de la red regional del MAOCO, Caribe.

- Relación positiva con instituciones y ONG's regionales y nacionales vinculadas con la agricultura orgánica.
- Una muy buena relación con los consumidores, los cuales creen y se suman al movimiento.
- Relación con la Asociación de Productores Orgánicos de Zarcero (APODAR), que rinde frutos en temas de capacitación, asesoría técnica, comercialización de hortalizas y vegetales orgánicos.
- Inicio del proceso hacia la certificación orgánica.
- La realización de dos Ferias Agroecológicas (FAE) y el reto de una tercera para este año.

En fin esto es un poquito de la historia y una motivación para invitarlo o invitarla a sumarse al MAOCO del Caribe... Usted tiene la decisión de sumarse a colaborar con la protección de los recursos naturales y mejorar la salud ya sea produciendo o consumiendo productos orgánicos.

La inscripción a la APOC está abierta y para mayor información puede comunicarse al 767-6587 con Nelson Montero (Presidente).





EXPOPOCOCI 2007... UNA VENTANA DE NUESTRO ACCIONAR



El pasado mes de setiembre aprovechando la realización de la feria ganadera EXPOPOCOCÍ 2007 en Guápiles, el sector agropecuario se dio a la tarea de organizar un stand para dar a conocer los esfuerzos que están realizando tanto las instituciones como las organizaciones para insertarse en los procesos de encadenamiento de la producción.

Es así como en el transcurso de la semana de exposición se exhibieron productos procesados, haciendo énfasis al concepto de "Producir conservando y conservar produciendo", tomando como punto de partida las agrocadenas priorizadas en la zona como son: cacao, plátano, raíces tropicales, palmito entre otras.

En la actividad participaron también empresas privadas ligadas a estos procesos.

Fiestas Agroecológicas... ¿Qué son?

Desde hace cuatro años el Movimiento de Agricultura Orgánica (MAO-CO), organiza las Ferias Orgánicas en diversas regiones del país con el objetivo de promover y divulgar la agricultura orgánica motivando a más productores a involucrarse de lleno en este movimiento que reúne actualmente a más de 5.500 familias de diversas zonas del país.

El objetivo es transmitir un mensaje a la mayor cantidad posible de personas, aprovechando que el espacio por su carácter festivo y llamativo atrae la atención de la comunidad y de las familias consumidoras.

¿Qué podemos encontrar en estas Fiestas Agro ecológicas?

Se incluyen actividades educativas, culturales y ferias de agricultura orgánica donde los visitantes podrán observar y adquirir alimentos orgánicos producidos en nuestra región y en el país.



VENTANA INFORMATIVA

FIESTA AGROECOLÓGICA REGIÓN ATLÁNTICA

EVENTO: FIESTA AGROECOLÓGICA CARIBE

FECHAS: del 30 de noviembre al 01 de diciembre del 2007

Lugares: Siquirres, Guápiles y Cariari

ACTIVIDADES:

- Inauguración oficial el 30 de noviembre en la Casa de la Cultura, actividades culturales, educativas, feria de productos y degustaciones.
- 01 de diciembre: venta de productos, degustaciones y música cultural en las ferias del agricultor en Siquirres, Guápiles y Cariari.



COLABORANDO

Aula Verde... por la cultura agroecológica

Laura Segura,
ACTo MINAE

Desde el año 2003 inició una visión de desarrollo territorial en los cantones de Pococí y Guácimo basada en la promoción del concepto de la finca integrada agro ecológica. Esta filosofía de vida más que una práctica productiva generó en poco tiempo grandes logros gracias a la visión compartida del MAG, IDA, el Área Conservación Tortuguero (ACTo-MINAE) y organizaciones locales.

Se puede decir con gran propiedad que uno de los logros más importantes ha sido la consolidación de una red de agricultores/as y técnicos de instituciones que lideran la escuela agro ecológica "Aula Verde". Esta escuela es un programa innovador que incluye la participación activa de nueve familias agricultoras ejemplares y que en conjunto con técnicos de la Agencia del MAG- Guácimo y el Programa de Gestión Comunitaria (ACTo) han asumido el reto de impulsar la cultura agro ecológica en el Caribe Norte.

Las familias son las que comparten su experiencia como instructoras del programa y los técnicos asumen el papel de facilitadores/as. El Movimiento de Agricultura Orgánica del Caribe Norte, es la organización que articula la red, gestiona recursos y

la ejecución. Sin lugar a dudas la propuesta ha sido aceptada por los productores y productoras que motivados por su deseo de aprender y producir en armonía con el ambiente mes a mes visitan las aulas verdes.

La suma de horas de trabajo y el compromiso de las partes rinde frutos y nos motiva a luchar para mantener vigente esta escuela sin paredes, líder en el fomento y capacitación de quienes se suman a "producir conservando y conservar produciendo".



Comité Editorial Regional:

Carlos Abarca Siles
Ana Gabriela Zúñiga V.
Sigifredo Roja Rojas
Yuner Alvarado Sojo
Ana Gutiérrez Rodríguez

Enlace Regional Infoagro
Directora regional MAG
Planificación regional MAG
Coordinador regional extensión-MAG
INTA

Colaboraron:

Sra. Nuria Cháves
Sra. Laura Segura
Sr. Mauricio Chacón Navarro

Productora MAOCO Regional
ACTo – MINAE
MAG-Guácimo

CONTÁCTENOS....

Con gusto esperamos sus comentarios y sugerencias, dirigirse a:

-Dirección Electrónica: infoagrorha@yahoo.es Teléfonos: 768-8725/768-8063 Fax: 768-8410

¿Desea colaborar en la producción del próximo número de este boletín?

Contáctenos... juntos podemos enriquecer este valioso instrumento de información regional.

¡INFOAGRO... HACIA LA SOSTENIBILIDAD!

