KODEKS ODGOVORNE PREHRANE

Birajmo hranu kad joj je sezona,

dajmo prednost lokalnom,

bez puno kamiona.

Resurse već trošimo brže nego ih Zemlja stvara,

prema našoj planeti odnosimo se poput lošeg gospodara.

Ne trošimo gorivo, vodu, šume, tlo

da planetu našu ne zadesi zlo.

Klimatske nam promjene

kucaju na vrata

Možemo ih spriječiti –

planetu izliječiti!

Voća, mesa, povrća

s druge strane svijeta

zamijeniti lokalnim:

bit će manja na planeti šteta!

Velika je naša mana

Kad se baca iskoristiva hrana!

Promijeniti ponašanje možemo bez straha,

razumno se hraniti – to nek, uzme maha!

Izraditi kompost – naučiti može svatko,

taj posao u vrtu trebao bi teći glatko.

Napravite kompost od otpada iz kuhinje, trave i lupina od jaja,

biljke koje njime prihranite blistat će od sjaja!

Čuvamo i šume; tropske i daleke

koristeći ove savjete bar neke:

Ne jedite namirnice pržene u palminom ulju,

imat ćete više zdravlja i liniju života dulju!

Nek, svježe voće i povrće na tanjuru caruje,

jer priroda iz vrta slasnu nam hranu daruje.

Blagodati takve iskoristiti treba

zato što iz prerađene i pržene hrane

opasnost za naše zdravlje vreba.