



**CZYLI**

**DLACZEGO WARTO WSPIERAĆ  
ROLNIKÓW I JEŚĆ ZDROWO?**



**KUPUJ  
LOKALNIE**



praktyczny poradnik

# KUPUJ LOKALNIE

Czy myślałeś/aś o tym, że relacja między producentem a konsumentem nie zawsze musi opierać się na zysku? Czy zamiast pieniędzy priorytetem mogą być: szacunek, zaufanie, obustronna opieka oraz środowisko naturalne? Być może, podnosząc te kwestie publicznie, zobaczysz zdziwione reakcje ludzi, dla których pytanie to brzmi idealistycznie, ale... Taka idea współpracy faktycznie istnieje! Również w Polsce. I warto ją poznać.



Dowiedz się czym jest rolnictwo wspierane przez społeczność oraz jak działają kooperatywy spożywcze. Poznaj korzyści płynące z konkretnych modeli współpracy. I znajdź rozwiązania, które najlepiej realizują Twoje potrzeby.



Fot. Unsplash: Paige Cody, Dan Smedley, Peter Wendt

## ROLNICTWO WSPIERANE PRZEZ SPOŁECZNOŚĆ (RWS)

RWS to model współpracy między konsumentami a producentami żywności, który z jednej strony tworzy dogodne warunki działalności dla drobnych gospodarstw, a z drugiej zapewnia konsumentom dostęp do wysokiej jakości świeżej żywności. Rolnictwo Wspierane przez Społeczność opiera się na pięciu podstawowych zasadach, które stanowi: partnerstwo, solidarność, bliskość, różnorodność i zaangażowanie.

### Co zyskują konsumenci?

Korzystając z RWS konsumenci zyskują dostęp do zdrowej i lokalnej żywności, wyprodukowanej przy ograniczonym stosowaniu nawozów sztucznych oraz środków ochrony roślin. Żywność często dostarczana jest w przygotowanych przez rolnika paczkach, bez plastikowych opakowań i wygórowanych cen.

### Co zyskują rolnicy?

Taka współpraca pozwala rolnikowi uniezależnić się od wahań cen rynkowych. Dzięki temu, że na początku sezonu otrzymuje on od konsumentów wspólnie ustaloną kwotę, jego przychód nie jest też zależny od urodzaju. W ten sposób RWS daje rolnikom bezpieczeństwo pozwalające na prowadzenie gospodarstwa w zgodzie z własnymi wartościami, bez konieczności zaciągania pożyczek.

#### PRAKTYCZNY PORADNIK

**Kupuj lokalnie** - czyli dlaczego warto wspierać rolników i jeść zdrowo?

## KOOPERATYWY SPOŻYWCZE

Podobnie jak w RWS, również w kooperatywie spożywczej ważna jest nie tylko jakość żywności, ale także sprawiedliwa relacja z jej producentem. W odróżnieniu do RWS, kooperatywa spożywcza nie jest jednak inicjatywą rolników, a konsumentów, którym zależy na pozyskaniu lokalnych produktów. Działanie w ramach tej inicjatywy odbywa się w trzech etapach: (1) zbieraniu zamówień od członków; (2) kontakcie z dostawcą i ustaleniu szczegółów - wielkości minimalnego zamówienia, ceny, terminu i miejsca odbioru; (3) odbiorze zamówienia.

### Co zyskują konsumenci?

Członkostwo w kooperatywie spożywczej to dostęp do wyselekcjonowanej oferty wysokiej jakości produktów, które często powstały w sposób odpowiedzialny i ekologiczny, oraz posiadają korzystne dla konsumentów ceny. Kooperatywa daje także konsumentowi możliwość działania i edukowania się, m.in. poprzez uczestnictwo w organizowanych przez grupę spotkaniach i warsztatach.

### Co zyskują rolnicy?

Brak pośredników między producentem a konsumentem zapewnia rolnikowi lepszą cenę. Kooperatywa to także pewny i regularny zbyty dla rolnika, który dzięki trwałej współpracy może zyskać poczucie bezpieczeństwa finansowego.

## MIEJSKIE FARMY

Miejskie farmy działają podobnie do RWS, ale zgodnie z nazwą, mieszczą się w miastach. Dystrybucja dojrzewających tu warzyw odbywa się zazwyczaj na zasadach abonamentu. Klienci wykupują paczkę żywności za określoną kwotę, a rolnicy zobowiązują się do jej dostarczania w określonym terminie. Co ważne, zamówienia na paczki można tu często składać nie na początku sezonu, a co tydzień. Oprócz zakupu lokalnych produktów, farmy często dają też możliwość uczestniczenia w ich życiu, w tym pomaganiu w pracy.



Fot. Unsplash: Jeshoots Com

## OGRODY SPOŁECZNE

Obok farm miejskich w Polsce funkcjonują także ogrody społeczne, czyli inicjatywy otwarte, na których dochodzi do wspólnej uprawy ziemi. Bywają one miejscem spotkań i wydarzeń edukacyjnych. Najczęściej ich inicjatorami są lokalne społeczności, a powstają na niezagospodarowanych terenach należących do miasta. Tu konsument, choć nie staje się rolnikiem, może uprawę ziemi chociaż „liznąć”.

### PRAKTYCZNY PORADNIK

**Kupuj lokalnie** - czyli dlaczego warto wspierać rolników i jeść zdrowo?

## PODMIOTY EKONOMII SPOŁECZNEJ

Wraz z rolnikami uprawiającymi warzywa i owoce, na naszą uwagę zasługują także podmioty ekonomii społecznej produkujące lokalną żywność. Ich działanie różni się od działalności firm tym, że nie są one kontrolowane ani przez państwo, ani przez prywatnego właściciela, a proces podejmowania decyzji opiera się na zarządzaniu partycypacyjnym, które daje możliwość aktywnego uczestnictwa różnym grupom interesariuszy – pracownikom, wolontariuszom i konsumentom.

## LOKALNYROLNIK.PL

Poza realnymi spotkaniami z rolnikami i bazarami, wśród opcji odpowiedzialnych zakupów, istnieją także usługi online, jak **LokalnyRolnik.pl**, który łączy konsumentów z producentami za pomocą internetu.

### LOKALNE TARGI

Jeszcze nie tak dawno lokalne targi kojarzono wyłącznie z niezbyt dużymi miasteczkami, ale dziś targowiska z warzywami i owocami podbijają metropolie. Zwłaszcza te z lokalną żywnością ekologiczną, które oferują wysokiej jakości produkty sprzedawane bezpośrednio od producentów, często lokalnych firm rodzinnych. Tu produkty pochodzą z odpowiedzialnych hodowli, a większość z nich posiada certyfikaty. Można je kupić bez konieczności wcześniejszych zapisów. Wygodnie, ale zdecydowanie bardziej odpowiedzialnie niż w supermarkecie.



Fot. Unsplash: Megan Markham, Benjamin Brunner, Heather Gill

#### PRAKTYCZNY PORADNIK

**Kupuj lokalnie** - czyli dlaczego warto wspierać rolników i jeść zdrowo?





Fot. Unsplash / Mil Gonzalez Escobar

# JAKA JEST TWOJA GŁÓWNA POTRZEBA ZWIĄZANA Z LOKALNĄ ŻYWNOŚCIĄ?

Wybierz stwierdzenie, które najlepiej pasuje do Ciebie i sprawdź na następnej stronie jak działać dalej.

- 1** CHCĘ WIĘCEJ O NIEJ WIEDZIEĆ
- 2** CHCĘ JĄ KUPOWAĆ
- 3** CHCĘ ZAANGAŻOWAĆ SIĘ W PROCES JEJ WYTWARZANIA/POZYSKIWANIA
- 4** WSZYSTKIE Z POWYŻEJ WYMIENIONYCH
- 5** NIE MAM TAKICH POTRZEB

1

Super! A wiesz już, czy w Twojej okolicy znajduje się Ogród Społeczny? Pamiętaj, że wiele z nich, poza uprawą, zajmuje się też prowadzeniem działalności edukacyjnej i kulturalnej. Ciekawe wydarzenia mogą się dziś odbywać także online i być dostępne w całej Polsce. Warto więc sprawdzić, co na ten temat podpowiada internet.

2

Świetnie! Dokonując zakupów głosujesz swoim portfelem na konkretne rozwiązania i wspierasz konkretnych ludzi. Zamiast globalnych sieci supermarketów polecamy Ci targi ekologiczne, gospodarstwa działające w ramach RWS oraz serwis LokalnyRolnik.pl, które dają bezpieczeństwo drobnym producentom.

3

Ekstra! Dobrym rozwiązaniem dla Ciebie wydaje się farma miejska. Może znajdzie się na niej miejsce na jeszcze jednego farmera? A może dodatkowe ręce do pracy przydadzą się w którymś z lokalnie działających podmiotów ekonomii społecznej – w restauracji, sklepie czy piekarni? Warto zapytać!

4

Rewelacyjnie! W takim razie powinieneś/powinnaś się świetnie odnaleźć w kooperatywie spożywczej. Tu nie powinno zabraknąć Ci możliwości do działania, inspiracji i satysfakcji. Znajdziesz ją w swojej okolicy? Jeśli nie, może czas pomyśleć o jej założeniu?

5

Naprawdę?! A czy uważnie przeczytałeś/aś niniejszy poradnik? Żywność kupowana lokalnie może być bardzo istotnym wsparciem dla rolników, ale na współpracy z małymi, ekologicznymi producentami zyskasz też Ty i całe środowisko naturalne, a więc nasza Planeta. Zastanów się raz jeszcze.

## ICO DALEJ?

Jeśli już wiesz, jakiego typu inicjatywa najbardziej Ci odpowiada, spróbuj znaleźć ją w Twojej okolicy. Na następnej stronie znajdziesz kilka przykładowych. Koniecznie zapoznaj się z zasadami ich działania. Nawet targi niekoniecznie są dostępne przez 6 czy 7 dni w tygodniu. Zakupy w niektórych kooperatywach możliwe są bez dołączania do nich, ale w przypadku innych, początkiem jest spotkanie z działacz(k)ami. Dlatego warto poszukać informacji. Pamiętaj, że nagrodą jest dostęp do świeżych produktów, ale też wsparcie lokalnego rolnictwa oraz odpowiedzialnej i ekologicznej produkcji. Zatem do dzieła!



Fot. Unsplash: Phuc Long

# PRZYKŁADY INICJATYW W POLSCE



## KOOPERATYWY SPOŻYWCZE:

Kooperatywa „Dobrze” (Warszawa)  
Wawelska Kooperatywa Spożywcza (Kraków)  
Kooperatywa Spożywcza w Łodzi (Łódź)  
Poznańska Kooperatywa Spożywcza (Poznań)

## TARGI:

Targ Pietruszkowy (Kraków)  
Ekobazar (Wrocław)  
Eko Targ (Świdnik)  
BioBazar (Warszawa)  
BioBazar (Katowice)

## OGRODY SPOŁECZNE:

Ogród Społeczny Kolektynu Kąpielisko (Poznań)  
Schronowy Ogród Społeczny (Poznań)  
Grunwaldzki Ogród Społeczny (Poznań)  
Olbiński Ogród Otwarty (Wrocław)  
Ogród Społeczny „Motyka i Słońce” (Warszawa)  
Ogród Społecznościowy „Fort Bema” (Warszawa)  
Ogród Społeczny „Salwator” (Kraków)  
Krakowski Ogród Społeczny „Macierzanki” (Kraków)

## PODMIOTY EKONOMII SPOŁECZNEJ:

Spółdzielnia Socjalna „Serowa Kraina” (Rajcza)  
„Cafe PoWoli” (Warszawa)  
Restauracja „Wspólny Stół” (Poznań)  
Spółdzielnia Socjalna „Nie jesteś sam” (Nidzica)  
Spółdzielnia Socjalna „Lepiej” (Miłki)  
Spółdzielnia Socjalna „Zioła Siedleckie” (Siedlce)

## RWS:

Eko-Farma u Piotra (Kromnów)  
Wojciechówka (Wojciechówka)  
Dobrzyńskie Warzywa (Dobrzyń)  
Gut-u-Anki (Gutowo)  
Eko-Luchowo (Luchowo)  
Dobrodziej (Żeliszewo)



Konsekwentnie i na różne sposoby poddajemy refleksji nawyki konsumenckie polskiego społeczeństwa, po to, by świat, w którym żyjemy stawał się czystszy, bardziej sprawiedliwy, bezpieczniejszy i lepszy.

**Dołącz do nas!** Stań się częścią czegoś fajnego. Włącz się w kampanie, akcje uliczne, zbieraj z nami podpisy, prowadź zajęcia z młodzieżą.



[ekonsument.pl/dolacz](https://ekonsument.pl/dolacz)

**Wspieraj nas!** Tylko wsparcie takich osób jak Ty nadaje naszym działaniom sens.



[ekonsument.pl/wesprzyj](https://ekonsument.pl/wesprzyj)

Jeżeli masz pytania - napisz do nas:  
[info@ekonsument.pl](mailto:info@ekonsument.pl)



[ekonsument.pl](https://ekonsument.pl)



[facebook.com/kupujodpowiedzialnie](https://facebook.com/kupujodpowiedzialnie)



[instagram.com/kupujodpowiedzialnie](https://instagram.com/kupujodpowiedzialnie)



Współfinansowane  
przez Unię Europejską



FUNDACJA  
DRZEWO I JUTRO

**OUR FOOD  
OUR FUTURE**

**WE ARE HUNGRY FOR JUSTICE**

**DEAR**

DEVELOPMENT EDUCATION AND AWARENESS RAISING  
supporting global change

Publikacja powstała w ramach projektu „Our Food. Our Future” współfinansowanego ze środków Fundacji „Drzewo i Jutro” oraz Unii Europejskiej. Za treść publikacji odpowiada Fundacja Kupuj Odpowiedzialnie. Poglądy w niej wyrażone niekoniecznie odzwierciedlają oficjalne stanowisko Unii Europejskiej.



Narodowy Instytut Wolności  
Centralny Biuro Rozwoju Organizacji Obywatelskich



Program Rozwoju  
Organizacji  
Obywatelskich  
na lata 2018-2030  
**PROO**

Publikacja powstała w ramach projektu finansowanego ze środków otrzymanych z NIW-CRSO w ramach Programu Rozwoju Organizacji Obywatelskich na lata 2018-2030 PROO.