

GERÇEK GIDA UCUZ OLABİLİR Mİ?

Doğal ve endüstriyel gıdaların maliyetleri ve fiyatları üzerine

24 Haziran 2013
Ceyhan Temürcü
ctemurcu@gmail.com

Büyük ölçekli endüstriyel üretim ve yaygın dağıtım/satış ağlarına dayalı günümüz gıda sektörünün kendilerine sunduğu gıdalardan hoşnut olmayan pek çok insan, organik sertifikalı olsun veya olmasın, doğal gıdalara yönelme ihtiyacı duyuyor. Ancak bu ürünlere erişimle ilgili önemli bir sorun, bunların endüstriyel/konvansiyonel ürünlere göre genellikle daha pahalı olması.

Bu yazıda doğal gıdalar ile endüstriyel gıdalar arasındaki bazı temel farkları ele almaya ve üretim süreçlerindeki dışsal (ekolojik, sosyo-ekonomik, sağlıkla ilgili ve kültürel) maliyetlere değinmeye çalışacağım. Ardından, doğal gıdaların endüstriyel gıdalarla neden fiyat rekabetine giremeyeceğini açıklamaya ve bu noktada neler yapabileceğimizle ilgili görüşlerimi ortaya koymaya çalışacağım.

Bu yazı bağlamında 'doğal' veya 'gerçek' gıda ifadeleriyle; besleyici, insanların sağlığına ve esenliğine katkı sağlayan, doğal tat ve lezzete sahip olan, hile içermeyen ve gerçekte ne ise o şekilde sunulan gıdaları kastediyorum. Bu 'doğal/gerçek gıda' tanımının dışında kalan gıdalar ise; besleyicilik değeri düşük olan, veya sağlığa olumsuz etkileri olan, veya yapımında/sunumunda hileler olan, veya yapay olarak tat ve lezzet verilmiş gıdalardır.

Üretim süreçleri yönünden bakıldığında doğal gıda, temiz ve sağlıklı toprakta yetişen bitkilerden veya doğal yapılarına uygun koşullarda yaşayan hayvanlardan elde edilen kaynaklarla ve doğal yöntemlerle üretilir¹.

Doğal gıdaların her zaman gerçek ve yararlı gıdalar; endüstriyel olanların da her zaman yapay veya zararlı gıdalar olduğunu söylemek mümkün olmasa da, üretim süreçlerine yakından bakıldığında bu denkliklerin büyük ölçüde geçerli olduğu görülür. Aşağıda tabloda bazı gıda kalemleri ile ilgili örnekler verilmiştir:

1 Bu yazıda 'doğal üretim' ifadesiyle kastedilen, doğal süreçlere hiçbir kültürel müdahale olmaması değildir. Onbinlerce yıllık kültürel evrimden süzülerek günümüze ulaşmış, doğal çevreye ve insan sağlığına etkileri sınırlanmış olan girdiler (örneğin geleneksel ıslahla elde edilmiş tohumlar) ve yöntemler (örneğin polikültür, kardeş bitkiler) kadar, güvenli yeni yöntemleri de (örneğin damlama sulama) kapsayabilir. Bu yazı bağlamında 'doğal üretim' tanımını, çevreye ve insan sağlığına etkileri yönünden organik üretim standartlarının altında olmayan, yani en azından sistemik kimyasal girdilerin kullanılmadığı üretim biçimleri olarak kabul edebiliriz.

| Doğal/gerçek gıda | Endüstriyel/yapay gıda |
|--|--|
| Serbest gezinen, doğal yemlerle beslenen tavukların yumurtası | Sürekli kapalı ortamlarda tutulan, endüstriyel yemlerle ve yapay katkılarla beslenen, hormonlar ve ilaçlarla desteklenen, sarısının rengi özel renk verici katkılarla ayarlanan tavukların yumurtası |
| Doğal yapısını ve canlılığını koruyan toprakta sistemik kimyasal ilaçlar ve hormonlar olmadan yetiştirilen meyve ve sebzeler | Yasal olarak izin verilen düzeyde dahi olsa sistemik ilaç kalıntıları içeren, suni gübrelere aşırı azot nedeniyle doğal boyutlarının ötesinde büyümüş ve lezzet yoğunluğu azalmış, raf ömrünün uzaması için koruyucu tabakayla kaplanmış meyve ve sebzeler |
| Karakovanlarda veya organik balmumu ile, tarım ilaçlarıyla kirletilmemiş bir bölgede üretilen, katkısız bal | Her üretim döngüsünde katlanarak artan naftalin ve ilaç kalıntıları içeren balmumu kullanılarak, glikoz şurubuyla beslenen arılarla, yoğun zirai ilaçlama yapılan bir alanda üretilen bal |
| Doğal/organik tarımla yetiştirilmiş buğdayın yavaş dönen taş değirmende öğütülmesiyle elde edilmiş tam buğday unundan, yapay katkılar olmadan üretilen ekmek, erişte, bisküvi ve diğer unlu mamüller | Tohum koruma ilaçları, böcek ilaçları, ot ilaçları ve zirai gübreler kullanılarak üretilmiş buğdayın, ısı ve mekanik işlemlerle kabuğundan ayrılarak elde edilen özden yapılan, beyazlatma ve rafinasyon işlemleriyle yararlı bileşenlerinden yoksun bırakılan, koruyucu-geliştirici katkıları eklenen undan yapılan ekmek ve diğer unlu mamüller |
| Doğal/organik tarımla üretilmiş bitkilerden soğuk presleme ile elde edilen ve mekanik yöntemle filtrelenen bitkisel yağlar | Zirai ilaç kalıntıları içeren yağ bitkilerinin yüksek basınç ve sıcaklıkta preslenmesi sonucu doğal yapısı bozulan, kimyasal yöntemlerle rafine edilen, koku giderici ve renk ayarlayıcı katkıları eklenen bitkisel yağlar |
| Meralarda serbest gezinen, yeşil otlarla beslenen, güneş ışığı gören ineklerin çiğ sütünün, soğuk zincirle taşınıp uygun sıcaklıkta sterilize edilmesiyle elde edilen süt ve bundan elde edilen süt ürünleri | Doğal yapılarına uygun olmayan kapalı ortamlarda endüstriyel yemler ve katkıları ile beslenen, antibiyotikler, ilaçlar ve hormonlarla desteklenen ineklerden elde edilen, toplama ve işleme merkezlerine ulaşana kadar bozulmaması için koruyucular katılan çiğ sütlerin çok yüksek sıcaklıkta işlenmesi ve homojenize edilmesi ile elde edilen sütler ve bunlardan elde edilen süt ürünleri |

Endüstriyel gıda üretiminde dışsal maliyetler

Bin yılların kültürel birikimi sonucu günümüze ulaşan doğal gıda üretiminde birincil amaç, insanlara yarar sağlayacak ürünler ortaya çıkarmaktır. Bu üretim sevgiyle, özenle ve hizmet duygusuyla yapılır. Oysa günümüzün kapitalist ekonomik sistemi içinde gelişmiş olan endüstriyel gıda üretim ve pazarlama süreçlerinde birincil hedef para kazanmaktır. İnsanların sağlığına katkı sağlama amacı ya yoktur, ya da ancak bir pazarlama stratejisi olarak ortaya çıkar.

Doğal gıdalarla endüstriyel gıdalar arasındaki bu temel farkın sonucu olarak, üretim süreçleri içinde, çoğunlukla son kullanıcının görüş alanının dışında kalan önemli farklar ortaya çıkar. Bunlardan biri, endüstriyel gıdaların üretim, dağıtım ve satış aşamalarındaki maliyetlerin önemli bir bölümünün, bu sektörlerdeki şirketlerin öz kaynaklarında herhangi bir eksilmeye neden olmaması, yani 'dışsal' maliyetler olmasıdır.

Ekolojik maliyetler

Doğal tarım ve hayvancılık yöntemlerinde, örneğin geleneksel aile çiftçiliğinde ve organik tarım uygulamalarında, toprağa, suya ve canlılara kalıcı zararlar veren sistemik kimyasal maddeler kullanılmaz. Üretim alanı dışındaki doğal döngülere zarar verilmez, hatta çoğu durumda biyoçeşitliliğe katkı sağlanır. Üretim alanlarında geçmişten günümüze ulaşan kültür bitkisi çeşitlerinin, toprak bütünlüğünün ve yabancı flora ve faunanın korunup geliştirilmesini mümkün kılan yöntemler (örneğin; hastalık ve zararlılara dayanıklı yerel türler, polikültür, karışık ekim, dönüşümlü ekim, canlı gübre vs.) kullanılır².

Buna karşılık endüstriyel gıdaların üretiminde sıklıkla, hammadde temininden ambalajlamaya kadar pek çok aşamada, doğal yaşama zarar veren sistemik kimyasallar, ayrıca doğal yapı ve döngülere aşırı müdahale içeren yöntemler kullanılır. Endüstriyel tarım ve hayvancılık faaliyetleri verimi maksimize etmeyi, kayıp risklerini azaltmayı ve hasadı hızlandırmayı hedeflediği için, ekolojik maliyeti yüksek olan girdi ve yöntemlerin³ kullanılması kaçınılmaz olur. Bu uygulamaların doğal yaşama, toprağın biyolojik yapısına, yerüstü ve yeraltı sularına, yabancı bitki ve hayvan yaşamına verdiği zararlar iyi bilinmektedir. Üstelik, endüstriyel ürünlerin nakliye ve dağıtımında genellikle büyük mesafeler kat edilir ve bu durum büyük miktarda fosil yakıt tüketimine ve karbon salınımına neden olur.

Endüstriyel gıda üretiminin doğal çevreyle ilgili dolaylı bir etkisi daha vardır. Bu üretim tarzının doğayla uyumlu küçük çiftliğin yerini almasıyla giderek insansızlaşan kırsal alanlarda yeraltı ve yerüstü kaynakları büyük sermaye gruplarına açılır. Enerji, madencilik, turizm faaliyetleri adı altında ormanlar ve akarsular talan edilir.

2 Organik tarımın özgün felsefesinde doğaya ve toplumsal bütünlüğe saygılı üretim ideali olsa da, büyük ölçekte yapılan organik üretimlerin de doğal çevreye olumsuz etkileri olabilmektedir.

3 Örneğin monokültür, kimyasal ilaç uygulamaları, toprağın derin sürülmesi, gen transferi veya mutasyon işlahı gibi genetik müdahale yöntemleriyle elde edilmiş ve ekolojik güvenliği sınırlanmış tohumlar, vs.

Sağlık maliyetleri

Başta da söylendiği gibi doğal gıdalar, insanların sağlığına katkı vermesi için üretilen, besleyicilik ve şifa değeri yüksek gıdalardır. Endüstriyel gıdaların ise orta veya uzun vadede hastalıklara sebep olabilen maddeler içermesi son derece olasıdır: Örneğin; zirai ilaç ve hormon kalıntıları, katkı maddeleri, kimyasal koruyucular, lezzet artırıcılar, fazla tuz, şeker, sağlıksız yağlar, glisemik indeksi yüksek karbonhidratlar, doğal bileşenlerin bozulmasıyla ortaya çıkan serbest radikaller, vs. Bu maddeler genellikle üretim ve nakliye süreçlerini kolaylaştırmak, ürünlerin raf ömrünü uzatmak, maliyetleri düşürmek veya tüketicilerde bağımlılık oluşturmak için kullanılır. Üretimde yoğunluklu olarak kullanılan ayırıştırma, saflaştırma, ısıl ve mekanik işlemler gibi pek çok işlem ayrıca, ürün bileşenlerinin doğal yapılarında eksilmeler ve bozulmalar ortaya çıkarır. Bütün bunların toplumsal maliyetlerinden biri, obezite, kanser hastalıkları, metabolik ve dejeneratif hastalıklar, kalp-damar rahatsızlıkları gibi sağlık sorunlarındaki büyük artışı. Bütün bunlar yetmezmiş gibi, halktan toplanan vergilerin önemli bir bölümü devletin sağlık harcamalarına ve sağlık sektörünün yatırımlarına aktarılır.

Sosyo-ekonomik maliyetler

Endüstriyel gıda sektöründe birincil ürünler ya büyük arazilerde modern konvansiyonel tarım yöntemleriyle üretilir veya çok sayıda küçük üreticiden 'toplanır'. Toplama söz konusu olduğunda birincil ürünler için olabildiğince düşük fiyatlar ödenir. Çoğunlukla devlet politikalarını da arkasına alan şirketler, serbest piyasa ilkelerine bile aykırı olan müdahalelerle haksız rekabet oluşturur. Üreticiler toptancılara ve sanayicilere bağımlı hale gelir.

Bu süreçte küçük çiftçiler ayrıca, kısa vadede büyük verim ve kazanç motivasyonu, şirket tohumlarıyla yapılan ilaçlı tarıma yönlendirilir. Yerel koşullara dayanımı düşük olan bu tohumlardan yetişen bitkilerin zirai ilaçlarla desteklenmesi gerekir. Bu noktada çiftçiye ekonomik bağımlılığa sürükleyen tohum-ilaç döngüsü başlar. Aynı süreci, sözleşmeli üretimin yaygın olduğu endüstriyel hayvancılık alanında da gözlemek mümkündür. Örneğin süt, et ve yumurta üretiminde, kapalı alanlarda yoğun beslemeye alınan 'yüksek verimli' hayvan çeşitlerinin antibiyotiklerle, hormonlarla ve türlü katkılarla desteklenmesi gerekir⁴. Üreticiler çoğu zaman bu ilaçları ve destek ürünlerini belirli şirketlerden satın almak zorunda kalırlar.

Sonuç, küçük çiftçilerin ekonomik bağımlılığının giderek artması ve çoğunun üretimi bırakmak zorunda kalmasıdır. Küçük çiftçiliğin ve gerçek gıda üretiminin bu şekilde yok oluşa sürüklenmesi günümüzde bütün dünyada yaşanan bir olgudur ve büyük sosyal sonuçları vardır. Kırsal alanların boşalması ve şehirlerdeki nüfusun hızla artması sonucu sosyal uyum sorunları, doğa yoksunluğuna bağlı fiziksel ve ruhsal rahatsızlıklar, şiddet, yabancılaşma, işsizlik gibi büyük sorunlar ortaya çıkar.

4 Konunun ayrıca incelenmesi gereken diğer bir önemli boyutu, hayvanların doğal yapılarına uygun olmayan koşullarda yaşamaya zorlanmasıdır.

Büyük çaplı endüstriyel gıda üretim, dağıtım ve satış süreçlerinde ortaya çıkan olgulardan biri de doğrudan emek sömürüsüdür. Gerek büyük zirai işletmelerde, gerekse dağıtım ve pazarlama sektörlerinde büyük miktarda ücretli işgücü çalıştırılır. Kazancın maksimize edilmesi için bu insanlara verilen ücretler ve haklar minimumda tutulur. Birincil ürünlerin küçük üreticilerden toplandığı durumlarda da durum değişmez: Endüstriyel gıda sektöründe yer alan şirketler düşük ücretler karşılığında büyük miktarda emek satın almış ve dolayısıyla artı değer elde etmiş olurlar.

Kültürel maliyetler

'Yüksek verimli' çeşitlere yönelen endüstriyel tarım ve hayvancılık faaliyetlerinin, gelenekten ve yerel bilgeliğinden beslenen doğaya saygılı üretim biçimlerinin yerini almasının getirdiği diğer bir sorun, yerel kültür bitkisi çeşitlerinin ve hayvan ırklarının azalması, bazı durumlarda genetik mirasın tümüyle kaybolmasıdır. Bu durumun sonuçlarından biri, zirai hastalık ve zararlı salgınlarına karşı doğal gen çeşitliliğinin sağladığı gıda güvencesinin tehlikeye girmesidir. Bir diğeri de; asırlardır kuşaktan kuşağa aktarılan kadim bilgilerin, doğayla ilişkilendirme biçimlerinin, üretim yöntemlerinin, yemek kültürünün, yerel sanatların, kısacası bir bütün olarak yaşam kültürlerinin kaybolmasıdır.

Öte yandan; yiyeceklerini büyük alışveriş merkezlerinden ve marketlerden edinen şehir insanının da doğayla, yiyeceklerinin kaynağıyla ve üreticileriyle olan bağları zayıflar. Yüzyıllardır süren verimli kültürel etkileşim yerini tüketim kültürüne, yabancılaşmaya ve yalnızlaşmaya bırakır.

Doğal gıdalar endüstriyel gıdalarla fiyat rekabetine girebilir mi?

Endüstriyel ürünlerin son fiyatlarına düşme yönünde etki eden etkenlerden biri, üretim maliyetlerinin büyük ölçüde 'dışsallaştırılmış' olmasıdır. Bunun bir boyutu dışsal ekolojik maliyetler, yani doğa sömürüsü; diğer boyutu ise dışsal ekonomik maliyetler, yani emek sömürüsüdür.

İkinci etken, endüstriyel gıdaların çok büyük miktarlarda üretilebilmesi, dağıtılabilmesi ve satılabilmesidir. Yoğun makine kullanımı ile büyük arazilerde veya çiftliklerde düşük nitelikli de olsa bol ürün elde edilir. Kimyasal ilaçlar ve destek ürünleri sayesinde, değişken hava koşullarından çok fazla etkilenmeden istikrarlı üretim yapılabilir. Ürün işleme süreçlerinde kullanılan çeşitli ısı, kimyasal ve mekanik işlemlerle ve koruyucu maddelerin eklenmesiyle ürünlerin raf ömrü uzatılır. Bu ürünler, büyük nakliye ve dağıtım zincirleriyle, coğrafi sınırlara fazla bağlı kalmadan toptancı hallerine ve büyük marketlerin raflarına kadar ulaştırılabilir.

Üçüncü etken, fiyat rekabetidir. İlk bakışta tüketicilerin yararına işliyor gibi görünen bu süreçte asıl ortaya çıkan sonuçlar, (i) şirketlerin dışsal maliyetlerini daha da artırmaya yönelmesi, (ii) ürünlerin kalitesinde düşüş ve hatta düpedüz sahte gıdaların ortaya çıkması ve (iii) bir veya birkaç büyük şirketin piyasaya hakim olmasıdır.

Endüstriyel üretim ile genel bir karşılaştırma yapıldığında, doğal üretimde birim arazi veya hayvan için ortalama girdi maliyetleri daha düşük olsa da, birim ürün için harcanan emeğin çok daha fazla, üretim hacminin ise çok daha az olduğu görülür. Bir çiftçinin, çiftçi ailesinin veya küçük tarımsal işletmenin, başkalarının emeğini sömürmeden ve doğal yöntemlerle işleyebileceği arazi büyüklüğü ve/veya yetiştirebileceği hayvan sayısı sınırlıdır. Doğal üretimde koruyucu önlemlerin sınırlı olması nedeniyle, değişken doğa koşulları her zaman istikrarlı bir üretime imkan vermez. Doğal gıdalar yapay koruyucu katkıları içermediği için depolama ömürleri de daha kısadır. Dağıtım ağlarından geçerek market raflarına, toptancı halinden geçerek pazaryerlerine ulaşması imkansız değilse bile çok zordur. İşlenmiş ürünler söz konusu olduğunda, küçük çiftçi veya işletmelerin önüne yasal engeller, 'ambalajlama tesisi' gibi altından kalkılması zor koşullar konur. Organik sertifikalı üretimde ise belirli pazarlama avantajları olmakla birlikte, kontrol ve sertifikasyon ücretleri önemli bir mali yük getirir.

Endüstriyel gıda üretim, dağıtım ve pazarlama sektörlerinin maliyetleri dışsallaştırma potansiyeli ve büyük satış hacimlerine karşılık, doğal üretimin emek-yoğun niteliği ve sınırlı üretim/satış hacmi düşünüldüğünde, doğal gıdalar ile endüstriyel gıdalar arasında son fiyat üzerinden bir karşılaştırma yapmanın zorluğu açıkça görülür. Yine de böyle bir karşılaştırmada ısrar edilecek olursa, bir doğal ürünün, örneğin meralarda otlayan hayvanların sütünden elde edilmiş gerçek bir köy peynirinin, herhalde endüstriyel karşılıklarının en kaliteli olanlarıyla karşılaştırması gerekecektir. Bu tür bir karşılaştırmaların doğal gıda talep eden tüketiciler açısından adil ve insafli bir sonuç doğurmayacağı açıktır.

Doğal gıda üretiminde, değişken etkenlerden⁵ ve son ürünün niteliklerden dolayı, belirli bir gıda kalemi için her özel durumda farklı bir fiyat oluşması beklenebilir. İstisnalar söz konusu olmakla birlikte, geçimini doğal gıda üretiminden sağlayan bir üreticininin, ürünleri için düşük nitelikli endüstriyel ürünlere göre daha yüksek fiyat belirlemek zorunda kalması şaşırtıcı olmaz.

Bir serbest piyasa kavramı olan 'rekabet' doğal tarım ve hayvancılığın ruhuyla bağdaşmaz. Sorumluluk duygusuyla gerçek gıda üretimi yapan bir çiftçi veya üreticinin fiyat rekabetine zorlanması, ya gerçek gıda üretmekten vazgeçmesi, veya bütünüyle üretime son vermesi anlamına gelir. Sayıları ne yazık ki çok az bu insanların özenle ve binbir emekle ürettikleri gıdalar için uygun buldukları bedele saygı duymak ve onları olabildiğince desteklemek gerekir. Bu desteği hak ederler, çünkü toprağa ve biyolojik çeşitliliğe zarar vermek pahasına zehirli tarım ilaçları, yapay gübreler kullanmazlar. Kimsenin emeğine el koymaz, insanların sağlığını tehlikeye atarak para kazanmazlar. Doğayla barışık yaşamları toplumun sırtına yük olmaz. Doğaya, insan yaşamına, sosyal uyuma ve kültürel zenginliğe katkı sağlarlar.

5 Örneğin; iklim, arazi miktarı, hayvan sayısı, toprak yapısı, suya erişim, tarımsal teçhizat, talep miktarı, satış kanalları, vs.

Ne yapabiliriz?

Daha sağlıklı analizler için sayısal verilere ihtiyaç duyulsa da, üretim süreçlerindeki temel farklılıklar nedeniyle, doğa-dostu yöntemlerle üretilmiş gerçek gıdaların düşük nitelikli endüstriyel gıdalar kadar ucuz olmasını beklemek gerçekçi değildir. Peki yiyeceklerini para ile alması gereken milyonlarca insan bu durum karşısında ne yapabilir?

Öncelikle, doğal gıdalar ile beslenmenin getirebileceği ekonomik maliyet artışının görüldüğü kadar fazla olmayabileceğini görebiliriz. Doğal gıdaları daha az yer, daha fazla doyarız: Endüstriyel beyaz ekmek ile gerçek tam tahıl ekmeğinin farkını bilenlerin bunu anlaması kolaydır. Doğal gıdalarla doğru ve dengeli beslenmekle uzun vadede sağlık masraflarımızın azalacağını; mutfak harcamalarındaki olası artışın, doğru beslenmenin getireceği bedensel, zihinsel ve ruhsal yararlarla, yaşam kalitemizdeki ve üretkenliğimizdeki artışla dengeleneceğini öngörebiliriz. Doğal ürünleri daha fazla talep etmemiz, zaman içinde fiyatlarının görece düşmesini de sağlayabilir.

Elbette bireysel alışveriş tercihlerinin ötesinde de yapılabilecek şeyler vardır. Küçük çiftçileri ve yerel üretimi teşvik eden, doğal gıdalara erişimi kolaylaştıran tarım ve gıda politikaları talep edebiliriz. Bu yönde çalışan örgütler oluşturabilir veya var olanlara katılabiliriz. İçinde bulunduğumuz kurumlarda inisiyatif alarak veya ilgili kurumlarla birlikte çalışarak tarım ve gıda politikalarını dönüştürmeye gayret edebiliriz.

Ancak gıda üretim süreçlerinin dışından gelen bu tür çabaların etkinliğinin, düzeni kökten değiştirecek bir devrim ortaya çıkmadığı sürece, sınırlı olacağını görmek gerekir. Devlet endüstriyel ürünlerin nitelikleri ve fiyatlandırmaları konusunda uygun gördüğü ayarlamaları yapmaya ve piyasayı yönlendirmeye devam edecektir. Sonuçta biz yine kendimizi, önümüze 'gıda' diye getirilip konanlarla yetinir ve bizi yönetenlerden çareler beklemeye devam eder halde bulabiliriz.

Bir diğer seçeneğimiz, gıda üretim süreçleriyle olan bağlantılarımızı güçlendirmek ve hatta üretimin bir parçası olmaktır. Öncelikle, elimizden geldiğince kendi gıdamızı üretebiliriz. Bir pencere önü, bir balkon, bir bahçe, küçük ölçekte ve kısmen de olsa kendi gıdamızı üretemize olanak verecektir. Hazır yiyecekler satın almak yerine yemeklerimizi olabildiğince evde hazırlayabiliriz. Ülkemizde yeni yeni filizlenen mahalle ve şehir bostanlarındaki kolektif çalışmalara katılabiliriz. Yaşadığımız bölgede örgütlenmiş olan doğal besin erişim gruplarından birine katılabilir, yoksa oluşturulmasında etkin rol alabiliriz. Böylece duyarlı üreticilerle dayanışma içine girebilir ve tanıdığımız, güvendiğimiz üreticilerin ürünlerine aracasız bir şekilde erişebiliriz.

İçinde yaşadığımız toplumda gelir kaynakları doğal gıdalara erişmeye yetmeyecek kadar kısıtlı olan çok sayıda insanın var olduğu da bir gerçektir. En başta bu kişiler olmak üzere hepimiz, yaşamlarımızın bütünlüğünü elimize almak

için daha köklü adımlar atmayı düşünebiliriz: Doğaya ve üretkenliğe dönmenin, birer çiftçi ve üretici olmanın yollarını arayabiliriz.

Halihazırda üretim yapan çiftçilerin de ayakta kalmak ve ürünlerini daha erişilebilir kılmak için yapabileceği şeyler vardır. Doğal tarım ve hayvancılıkla ilgili ata bilgilerini yeniden hayata geçirebilir, bunları permakültür gibi ekolojik arazi yönetimi yöntemleriyle birleştirerek daha fazla çeşitlilik içeren, daha dayanıklı ve kendine yeterli üretim sistemleri oluşturabilirler. Düşük girdili zirai yöntemler uygulayarak, kendi tohumlarını ve hayvanlarını üreterek üretim maliyetlerini daha da azaltabilirler. Ürünlerini başka duyarlı çiftçilerin ürünleriyle takas edebilirler. Alıcılarını yeterli şekilde bilgilendirerek güven esasına dayalı ilişkiler oluşturabilirler. İşbirliğine dayalı üretim-kullanım modellerinin oluşmasında, bir takas ve dayanışma ekonomisinin kurulmasında öncü rol oynayabilirler.