

16 أكتوبر/تشرين الأول 2019
يوم الأغذية العالمي



أهداف
التنمية
المستدامة

منظمة
الأغذية والزراعة
للأمم المتحدة



أفعالنا هي مستقبلنا

نظم غذائية صحية

من أجل
#القضاء_على_الجوع
في العالم

العمل من أجل #القضاء_على_الجوع

أكثر من مجرد الجوع

على مدى عقود، كان العالم يحرز تقدماً في مكافحة الجوع، والآن بات عدد الأشخاص الذين يعانون من سوء التغذية في تزايد مرة أخرى. فهناك أكثر من 820 مليون شخص، أو ما يعادل واحداً من كل تسعة أشخاص، يعانون من الجوع. ولكن الأمن الغذائي في عصرنا ليس مسألة كمية فحسب، بل هو مسألة نوعية أيضاً. لقد أصبحت النظم الغذائية غير الصحية الآن عامل الخطر الرئيسي للمرض والوفاة في جميع أنحاء العالم. وهناك حاجة ملحة إلى جعل نظم الغذاء الصحية والمستدامة في متناول الجميع.

إرشادات من أجل نظام غذائي صحي

- تناول ما يكفي من الأغذية المأمونة، والمغذية، والمتنوعة لكي تعيش حياة نشطة وتقلل من خطر الإصابة بالمرض.
- أضف الفواكه والخضروات والبقوليات (مثل العدس والفاصوليا) والمكسرات والبيذور والحبوب الكاملة.
- حدد مقادير ما تتناوله من الأغذية التي تحتوي على دهون (خاصة الدهون المشبعة) والسكر، والملح.
- يجب استكمال كل ما سبق بنشاط جسدي منتظم.
- يمكنك الرجوع إلى المبادئ التوجيهية الغذائية الوطنية الخاصة بك لمعرفة المزيد عن الأغذية المحلية المختلفة التي يمكن أن توفر مستوى الاستهلاك المطلوب من المواد المغذية.

أزمة التغذية

والأسر التي تعاني من أزمات بسبب النزاعات والكوارث الطبيعية وتأثير تغير المناخ. كما أن بعض الأشخاص، محرومون حتى من خيار شراء الأغذية الطازجة والمغذية، نظرا للمكان الذي يعيشون فيه.

ما الذي يحتاج إلى تغيير؟

يجب أن تتغير طريقتنا في إنتاج الغذاء وإمداده واستهلاكه. فمن المزرعة إلى المائدة، تفضل نظمنا الغذائية الحالية إنتاج المحاصيل الرئيسية عالية الإنتاجية. وبالإضافة إلى التأثير على نظمنا الغذائية، فإن الإنتاج الغذائي المكثف، ومعه تغير المناخ، يتسببان في فقدان التنوع البيولوجي على نحو سريع. واليوم هناك فقط تسعة أنواع من النباتات تشكل 66 في المائة من إجمالي إنتاج المحاصيل الزراعية، على الرغم من حقيقة أن أكثر من 6 000 نوع من النباتات الزراعية جرت زراعتها من أجل الغذاء على مر التاريخ. ونحن نعتمد حالياً على ثلاثة محاصيل فقط (القمح والذرة والأرز) لتوفير ما يقرب من 50 في المائة من إمدادات الطاقة الغذائية العالمية. إن وجود مجموعة متنوعة من الأغذية يعتبر أمراً ذا أهمية حاسمة لتوفير نظم غذائية صحية ولحماية البيئة.

ما بعد الثورة الخضراء

قبل نصف قرن، أدت الشواغل المتعلقة بكيفية إطعام كل فرد في عالم متنامي إلى الثورة الخضراء، وهي توسع سريع في الإنتاج الزراعي وتوزيع الأغذية، مما ساعد على منع مليارات الناس من الموت جوعاً. لكن هذا النهج، بمرور الزمن، فضل ممارسات زراعية كان لها أيضاً تأثير سلبي على الموارد الطبيعية مثل التربة، والمياه، والغابات، ونوعية الهواء، وأدى إلى تفاقم أثر تغير المناخ.

لغة الجوع

إن الأشخاص الذين يعانون من مستويات متوسطة من انعدام الأمن الغذائي أو ما هو أسوأ، بمن فيهم أولئك الذين لا يحصلون بشكل منتظم على ما يكفي من الأغذية المغذية، هم أكثر عرضة لخطر الإصابة بأشكال سوء التغذية المختلفة. يؤثر سوء التغذية على شخص واحد من كل ثلاثة أشخاص، كما يمكن أن يظهر في حالات نقص الفيتامينات والمعادن، والتقرن، والهزال، وزيادة الوزن، والسمنة.

يعتبر النظام الغذائي غير الصحي عامل الخطر الرئيسي للوفيات الناجمة عن الأمراض غير المعدية، بما في ذلك أمراض القلب والسكري وبعض أنواع السرطان. وتكف المشاكل الصحية المرتبطة بالسمنة الميزانيات الوطنية المخصصة للرعاية الصحية نحو 2 تريليون دولار أمريكي في السنة.

لماذا يحدث هذا؟

قمنا في العقود الأخيرة بتغيير نظمنا الغذائية وأنماط تناول الطعام بشكل كبير، نتيجة للعولمة والتمدن ونمو الدخل. وقد انتقلنا من الأطباق الموسمية، المعتمدة أساساً على النباتات والغنية بالألياف، إلى النظم الغذائية عالية السعرات الحرارية، والغنية بالنشويات المكررة والسكر والدهون والملح والأطعمة المصنعة وغالباً ما تتميز بالاستهلاك المفرط للحوم. ويقضي الناس وقتاً أقل في إعداد وجبات الطعام في المنزل، ويعتمد المستهلكون، خصوصاً في المناطق الحضرية، بشكل متزايد على الأسواق الكبيرة (السوبر ماركت) ومناخذ الوجبات السريعة وبائعي الأغذية في الشوارع والمطاعم السريعة. ولا يزال ضمان توافر النظم الغذائية الصحية وإمكانية الحصول عليها يمثل تحدياً هائلاً في معظم أنحاء العالم. ويمكن أن ينطبق ذلك على الأشخاص من ذوي الموارد المالية المحدودة، بما في ذلك صغار المزارعين



تستفيد منظمة الأغذية والزراعة من شبكتها الواسعة من المكاتب، والشركاء، والخبرة التقنية، لتوفير الدعم لسياسات واستراتيجيات وبرامج الأمن الغذائي، والتغذية على الصعيد العالمية والإقليمية والوطنية، بما في ذلك:

- توفير الدعم التقني على الصعيد العالمي بهدف تحسين وتعزيز النظم الغذائية والصحية والمستدامة؛
- تزويد البلدان بمعلومات عن مختلف أبعاد سوء التغذية، والعمل معها على وضع سياسات، واستراتيجيات، وتشريعات، ومبادئ توجيهية غذائية؛
- توفير مجموعة أدوات عن النظم الزراعية، والغذائية المراعية للتغذية، مع وحدات للتعلم الإلكتروني لدعم المهنيين في مجال الأغذية والزراعة في تصميم، وتنفيذ، ورصد، وتقييم البرامج والاستثمارات، والسياسات المراعية للتغذية؛
- برامج أخرى لتنمية القدرات ورفع مستوى الوعي.



©FAO/Karen Minasyan

بدأت لغة الجوع التي يستخدمها المجتمع الدولي تعكس الحاجة الملحة لتحويل النظم الغذائية والأنظمة الغذائية. ففي عام 2015، اعتمدت البلدان 17 هدفاً من أهداف التنمية المستدامة للقضاء على الفقر والجوع، ولحمية الكوكب، وضمان الرخاء للجميع. ولا يقتصر هدف التنمية المستدامة الخاص بالقضاء على الجوع في العالم، وهو الهدف الثاني من أهداف التنمية المستدامة، على تحديد الحاجة إلى القضاء على الجوع وحسب، ولكن أيضاً الحاجة إلى تحقيق الأمن الغذائي من خلال تحسين الوصول إلى الأغذية المغذية مع استخدام الأساليب الزراعية المستدامة.

عقد الأمم المتحدة للعمل من أجل التغذية

تقود منظمة الأغذية والزراعة تنفيذ عقد الأمم المتحدة للعمل من أجل التغذية (2016 - 2025) بصورة مشتركة مع منظمة الصحة العالمية وبالتعاون مع وكالات الأمم المتحدة والشركاء الآخرين. وقد أعلن عن عقد التغذية عن طريق الجمعية العامة للأمم المتحدة في عام 2016، بهدف تعزيز العمل المشترك حول الحد من الجوع، وتحسين التغذية في جميع أنحاء العالم ودعم البلدان في التزاماتها المحددة بتحسين التغذية. وكانت البرازيل، وإكوادور، وإيطاليا أول ثلاثة بلدان قدمت هذه الالتزامات، وهناك بلدان عديدة تعد خطاً مشبهاً. وتعود عدة بلدان شبكات عمل لوضع سياسات لتعزيز النظم الغذائية الصحية.



دعم الحلول

كسر الحلقة

يمكن أن تتأصل آثار سوء التغذية، وأن تنتقل من جيل إلى جيل، مما يزيد من أهمية النظم الغذائية الصحية للأمهات والأطفال الصغار إلى أبعد حد.

حالة الأمن الغذائي والتغذية في العالم في عام 2019

يصدر التقرير الرئيسي "حالة الأمن الغذائي والتغذية في العالم" سنوياً، حيث تشارك في إعداده منظمة الأغذية والزراعة، والصندوق الدولي للتنمية الزراعية، واليونيسف، وبرنامج الأغذية العالمي، ومنظمة الصحة العالمية. يستهدف التقرير جمهوراً واسعاً، بما في ذلك واضعو السياسات، والمنظمات الدولية، والمؤسسات الأكاديمية، وعمامة الجمهور، بما يوفره من معلومات عن التقدم نحو القضاء على الجوع وتحقيق الأمن الغذائي وتحسين التغذية.

تم إطلاق تقرير هذا العام في 15 يوليو/ تموز 2019 في نيويورك



©Shutterstock/Valeriya Anufriyeva

العمل مع البلدان

تستخدم منظمة الأغذية والزراعة خبرتها التقنية في مختلف التخصصات لدعم البلدان في التزامها بتحسين الأمن الغذائي والتغذية.

إضاءة: تحسين التعليم التغذوي في الجامعات الأفريقية

تبين من دراسة استقصائية أجرتها منظمة الأغذية والزراعة في سبعة بلدان أفريقية أن برامج التدريب الجامعي في مجال التغذية تميل إلى التركيز على المعرفة العلمية وحدها، مع إهمال قدرات الطلاب في التثقيف والاتصال في مجال التغذية، وأن مهارات رفع الوعي أساسية لتبادل المعلومات مع الجمهور، وتحسين السياسات والبرامج. وقد وضعت منظمة الأغذية والزراعة برنامجاً يتألف من 11 وحدة للطلاب الجامعيين باللغتين الإنكليزية والفرنسية. وتم أيضاً تدريب أكثر من 2 000 طالب في عشرة بلدان اعتباراً من أوائل عام 2019. وقدمت الدورة أيضاً في هندوراس وسري لانكا، كما يجري تكيفها للاستخدام في أماكن أخرى من أفريقيا والهند.

وتتقيحها بالنسبة لقطاعات أخرى من السكان. ويُعتبر البلد واحداً من بين بلدان عديدة في أمريكا اللاتينية ومنطقة البحر الكاريبي التي اعتمدت هذه المبادئ التوجيهية، أو قامت بتبنيها في السنوات الثلاث الماضية بدعم من منظمة الأغذية والزراعة.

في **اليمن**، تساعد منظمة الأغذية والزراعة في توفير الدعم التقني، وسبل العيش الزراعي في ظل أزمة إنسانية متفاقمة، وفي الوقت نفسه تمكن جمعيات مستخدمي المياه من إدارة موارد المياه الشحيحة في البلاد على نحو أفضل.



©FAO/Karen Mimsyan

في **الفلبين** وسبعة بلدان أخرى في جنوب آسيا وجنوب شرقها، ساعدت منظمة الأغذية والزراعة في تعزيز قدرات أصحاب الحيازات الصغيرة، وأسر المزارعين في العمل على توفير منتجات عالية الجودة، وطازجة، والحد من خسائر ما بعد الحصاد، مع خفض الأسعار على المستهلك النهائي. فاستهلك الفواكه والخضروات في كثير من البلدان الآسيوية منخفض نسبياً، ويعزى ذلك جزئياً إلى ارتفاع التكاليف والتلف.

في **قيرغيزستان**، ساعدت منظمة الأغذية والزراعة على إنشاء مركز لوجستي لتسويق شراء المنتجات الطازجة من المزارعين المحليين، واختبارها، وتوزيعها على برامج التغذية المدرسية، وبهذا يتمتع المزارعون من أصحاب الحيازات الصغيرة بفرض الحصول على مداخل جديدة، بينما يحصل الأطفال على أغذية صحية متنوعة.

في **بنما**، اعتمدت في عام 2018 وللمرة الأولى، مبادئ توجيهية غذائية مبنية على توفير الغذاء للأطفال دون سن الثانية، إضافة إلى المبادئ التوجيهية المتعلقة بالغذاء التي سبق اعتمادها

ماذا يمكن للبلدان أن تفعل؟

هناك عدة طرق يمكن بها للحكومات أن تساعد على الحد من الجوع، وتحسين التغذية، وتحويل الأنظمة الغذائية عن طريق معالجة الأسباب الجذرية لسوء التغذية بجميع أشكاله.

إضاءة: قسائم غذائية لنظم غذائية أكثر صحة

في بنغلاديش، تساعد القسائم الغذائية الإلكترونية، الموزعة على اللاجئيين لاستخدامها في منافذ أغذية محددة في المخيمات، المشتريين الأفراد على تحسين خياراتهم الغذائية عن طريق تشجيعهم على شراء أغذية مغذية وطازجة. وتوفر القسائم الإلكترونية إمكانية الوصول إلى عشرين مادة غذائية مختلفة، من بينها اثنتي عشرة مادة إلزامية.

- زيادة توافر الأغذية المتنوعة، والمغذية بأسعار معقولة من أجل نظم غذائية صحية، عن طريق وضع مبادئ توجيهية غذائية وطنية، ومعايير تغذوية وتنفيذها وتحديثها بالنظام.
 - تصميم وتنفيذ سياسات وبرامج مراعية للتغذية وفقاً للمبادئ التوجيهية الوطنية. وتعزيز الأطر القانونية والقدرات الاستراتيجية لدعم ذلك.
 - العمل عبر القطاعات لتحسين السياسات الغذائية والزراعية، بما في ذلك السياسات التي تدعم برامج الغذاء والتغذية المدرسية، وتقديم المساعدة الغذائية للأسر والأفراد المستضعفين، وتحسين معايير المشتريات الغذائية العامة واللوائح المتعلقة بتسويق الأغذية، ووضع العلامات، والإعلان.
 - تمكين المستهلكين من اختيار أغذية صحية أكثر من خلال وسائل الإعلام، وحملات التوعية العامة، وبرامج التثقيف التغذوي، والتدخلات المجتمعية، ووضع العلامات التغذوية.
- دعم الحلول المتجددة في إنتاج الأغذية (الزراعة، الثروة الحيوانية، الأسماك، الحراجة) للحد من سوء التغذية، وزيادة التنوع الغذائي وتحسين التغذية من أجل مستقبل أوفر صحة واستدامة.
- تبنى ممارسات مراعية للتغذية، وإنتاج الأغذية، تركز بدرجة أقل على المحاصيل الرئيسية ذات الإنتاجية العالية، وتركز بدرجة أكبر على التنوع والجودة الغذائية.
- رصد وتعزيز الحاجة إلى التنوع البيولوجي الزراعي. ولا يقتصر ذلك على الصحة الغذائية فقط، بل يشمل أيضاً حماية التنوع البيولوجي، والموارد الطبيعية، وتحسين الإنتاجية، والدخل، وزيادة قدرة المزارعين على مواجهة تحديات مثل تغير المناخ.



©FAO/Marian Vatsyavajun

إضاءة: مبادئ توجيهية غذائية من أجل صحة أفضل

توفر المبادئ التوجيهية الغذائية المشورة بشأن الأغذية والمجموعات الغذائية والأنماط الغذائية من أجل تأمين نظم غذائية صحية لعامة الناس. وهي تساعد على تعزيز الصحة العامة والوقاية من الأمراض غير السارية. وقد وضع أكثر من 100 بلد في جميع أنحاء العالم بدعم من الفاو مبادئ توجيهية عن التغذية تتكيف مع أوضاعها المتعلقة بالتغذية وتوافر الأغذية وثقافات الطهي وعادات تناول الطعام. وفي بعض الحالات، بدأت البلدان في ربط المبادئ التوجيهية الغذائية الخاصة بها بالتأثير البيئي الناتج عن إنتاج أو استخدام أغذية معينة.

إضاءة: الترويج لكل صحي أكثر في المناطق الحضرية

في جمهورية كوريا، أعلنت مدينة سول حق كل مواطن في الغذاء الكافي، وأطلقت خطة رئيسية تهدف إلى معالجة السمنة الآخذة في الارتفاع، وغيرها من القضايا الغذائية من خلال سلسلة من الإجراءات، من بينها:

- زيادة عدد آلات بيع الخضار والفواكه وبائع أكياس الفواكه بالتجزئة ومقاهي الفاكهة المتوافرة في مراكز النقل العام والمؤسسات العامة؛
- استخدام شعارات تحدد المطاعم التي تقدم خيارات من وجبات قليلة الملح؛
- التصديق على "الوجبات الذكية" ذات المستوى الأقل من الدهون والملح في المطاعم، ومراكز رعاية الأطفال، ومقاصف الشركات، والوجبات الجاهزة التي يتم توزيعها من قبل متاجر الاستهلاك العادي، بحيث يتمكن حتى الشباب الذين يشترطون أطعمة مناسبة أو مطبوخة أو مجهزة من اختيار خيارات صحية أكثر؛
- المساعدة الاجتماعية مثل قوائم الطعام والمطابخ العمومية؛
- الترويج بين سكان المدينة للمطابخ المغذية.



©Alex Webb/Magnum Photos for FAO

ماذا يمكن للقطاع الخاص أن يفعل؟

تتمتع مؤسسات القطاع الخاص بتأثير هائل على النظم الغذائية وعلى إمكانية حصول الناس على نظم غذائية صحية ومعقولة التكلفة. وبصفتك شركة مصنعة للغذاء أو بائعا بالتجزئة أو أي أعمال أخرى تتعلق بالطعام، تتوفر لك فرص عديدة لتحسين نوعية المنتجات الغذائية ومنتجات المشروبات والمعلومات المتوفرة للمستهلكين والطرق التي يتم بها تسويق المنتجات.

إضاءة: تحسين تعبئة الأغذية باستخدام الخبرة المتوفرة لدى القطاع الخاص

في معظم بلدان جنوب الصحراء الكبرى، يؤدي عدم كفاية تغليف الأغذية، الطازجة منها والمجهزة، إلى إضعاف قدرة المنتجين المحليين على المنافسة، كما يساهم في خسارة الغذاء وهدره على امتداد سلسلة الإمدادات الغذائية. وتشارك شركة إيطالية من القطاع الخاص، هي:

Industria Macchine Automatiche SpA (IMA)

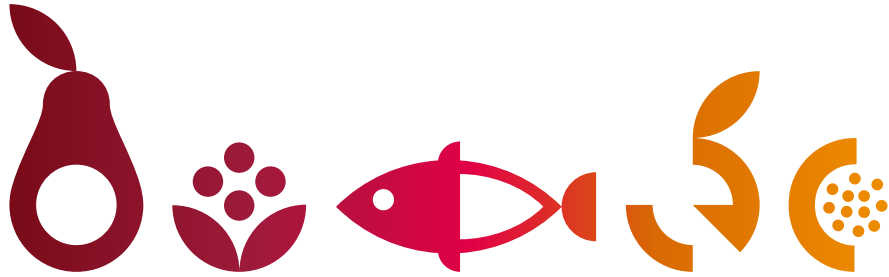
مع الحكومات في عشرة بلدان أفريقية، ومع منظمة الأغذية والزراعة ومركز التجارة الدولية، للمساعدة على تحسين تعبئة الأغذية ولصق العلامات عليها، مما يمكن أن يعزز من قدرة شركائها في أفريقيا على المنافسة، ويقلل من خسارة الأغذية وهدرها. ومن خلال عمل هذه الشركة الإيطالية مع شركاء آخرين، بما في ذلك مفوضية الاتحاد الأفريقي والجماعات الاقتصادية الإقليمية في شرق وغرب أفريقيا، فإنها تعمل على تطبيق خبرتها في تصميم وصنع معدات التغليف، كما أنها شريك في المبادرة العالمية المنبثقة عن منظمة الأغذية والزراعة بشأن الحد من الفاقد أو المهدر من الأغذية، والمعروفة أيضاً باسم مبادرة توفير الأغذية.



- الاستمرار في تطوير وتوفير خيارات غذائية معقولة التكلفة ومغذية للمستهلكين، والسعي إلى توفير قدر أكبر من التنوع والجودة الغذائية. والحد من مستويات الدهون المشبعة، والدهون المهدرجة، والسكريات المضافة، والملح في المنتجات الحالية.
- التخلص التدريجي من الإعلان عن الأطعمة الغنية بالدهون والسكر و/أو الملح وترويجها، والخصومات عليها، خاصة عندما تستهدف الأطفال والمراهقين.
- تزويد المستهلكين بمعلومات تغذوية ملائمة وسهلة الفهم حول المنتجات، وتجنب الادعاءات المتعلقة بالمغذيات (مثل "الدهون العالية/المنخفضة" أو "المقواة") التي تستخدم بشكل أساسي لتعزيز القدرة التنافسية لمنتج ما والتي قد تضلل المستهلكين بشأن نوعيته الغذائية الكلية بدلا من ذلك.
- إعطاء الأولوية لتحسين التغذية وسلامة الأغذية على امتداد السلسلة الغذائية.

ما الذي يمكن أن يفعله المزارعون؟

إن الرجال والنساء في مجالات الزراعة، والمصايد، والحراجة هم مصادرنا الرئيسية للأغذية المغذية، كما أنهم يلعبون أدواراً حيوية في إدارة الموارد الطبيعية. وإذا كنت مزارعاً أو منتجاً آخر للأغذية، فيمكنك التأثير على استدامة وتتنوع الإمدادات الغذائية.



• قم بزراعة مجموعة أوسع من الأغذية المغذية مثل الفواكه والخضروات والبقوليات والمكسرات.

• قم بالانتقال إلى واحد من أماكن إنتاج مصائد الأسماك المحلية الصغيرة، إن أمكنك ذلك، باعتبارها مصدراً للدخل والأغذية الغنية بالفيتامينات بأسعار معقولة للمجتمعات المحلية. فالأسماك توفر البروتين والفيتامينات والمعادن وأحماض أوميغا 3 الدهنية المتعددة غير المشبعة (التي لا توجد عادة في المحاصيل الرئيسية).

• قم بإدارة الموارد الطبيعية على نحو مستدام وفعال، وقم بتطوير الوسائل التي تتبعها مع تعبير المناخ. اعمل على إنتاج المزيد من الغذاء بنفس كمية الأرض والماء.

• اعمل على الحد من فقد الغذاء وهدره بدءاً من الحصاد وانتهاءً بالتوزيع. واستفد من أساليب التجهيز، والتخزين، للحفاظ على المنتجات، حيثما أمكن ذلك.

ما يدعو إلى التفكير

في حين أن 30 000 نوع من النباتات معلوم أنها صالحة للأكل في جميع أنحاء العالم، إلا أنه لا يزرع منها إلا 200 صنف من المحاصيل على نطاق واسع، و8 محاصيل فقط هي (الشعير، والفاصوليا، والبقول السوداني، والذرة، والبطاطا، والأرز، والذرة الرفيعة، والقمح)، توفر أكثر من 50 في المائة من سعراتنا الحرارية اليومية. فكر في هذا (واطلب من واضعي السياسات التفكير فيه أيضاً).



ماذا يمكننا جميعاً أن نفعل؟

بصفتنا مستهلكين وأعضاء، في أسر، يمكننا اتخاذ قرارات شخصية لتحسين تغذية الأسرة.

كيف يمكن لمنظمات المجتمع المدني المساعدة؟

يوفر المجتمع المدني والمنظمات غير الحكومية روابط حيوية بين الأفراد والمجتمعات التي لا تسمع أصواتها دائماً.

• القيام بحملات ومناسبات وإنشاء شبكات لمساعدة المواطنين الأفراد على القيام بأدوار أكثر نشاطاً في العمليات التشريعية والسياسية والدعوة إلى جعل النظم الغذائية الصحية أولوية على جدول أعمال عامة الناس.

• دعم نشر المعلومات عن أهمية النظم الغذائية الصحية، على نطاق واسع، لمنع جميع أشكال سوء التغذية وما ينتج عنه من أمراض.

• الدعوة إلى البرامج الصحية وحملات التثقيف الصحي ودعمها.



- زيادة كمية ما نتناوله من الفواكه، والخضروات، والبقوليات، والمكسرات، والحبوب الكاملة.
- الحد من استهلاك الأغذية التي تتطلب استخداماً مفرطاً للموارد الطبيعية، مثل المياه، من أجل إنتاجها.
- استهلاك كمية أقل من الأطعمة والمشروبات التي تحتوي نسباً مرتفعة من أنواع السكر المكرر و/أو الدهون المشبعة و/أو الملح.
- التفكير في تأثير الأغذية التي نتناولها على البيئة.
- تقليل أو التخلص من استهلاك الأغذية المصنعة وأغذية الاستهلاك العادي لصالح أغذية أكثر تنوعاً وتقليدية، في محاولة لدعم التنوع البيولوجي المحلي.
- تعلم أو راجع الدروس حول الأغذية المحلية والموسمية وقيمتها الغذائية وكيفية طهيها وحفظها.

هل تعلم ؟

قد يزيد الضرر البيئي الناتج عن نظام
الأغذية بنسبة

90-50 في المائة

في البلدان المنخفضة الدخل والمتوسطة
الدخل بسبب زيادة استهلاك الأغذية واللحوم
المصنعة.



تمت زراعة حوالي 6 000 نوع من النباتات
للحصول على الغذاء على مدار تاريخ البشرية.

اليوم، **8** منها فقط تزودنا بأكثر من

50 في المائة

من سعراتها اليومية.

يهدد **تغير المناخ** بتخفيض كل من نوعية
المحاصيل وكميتها، مما يؤدي إلى خفض
العائدات.



النظم الغذائية غير الصحية،
بالإضافة إلى أنماط الحياة المستقرة،

فاقت التدخين باعتبارها

عامل الخطر الأول على

مستوى العالم للوفاة والعجز

الناجمين عن الأمراض

غير المعدية.



تكلف المشاكل الصحية المرتبطة

بالسمنة الميزانيات الوطنية

في جميع أنحاء العالم

ما يقدر بـ 2 تريليون دولار

أمريكي من العلاج كل

عام.



يمكن أن توجد أشكال مختلفة

من سوء التغذية

في نفس الأسرة ، وحتى في نفس الفرد خلال
حياته، ويمكن أن تتغل من جيل إلى آخر.

أكثر من

820 مليون

شخص يعانون من الجوع.



149 مليون

طفل دون سن الخامسة يعانون من التقزم،

في حين أن **49 مليون شخص**

مصابون **بالهزال.**



670+ مليون بالغ

120+ مليون ولد و بنت

(من سن 5 إلى 19 عاما) يعانون من **السمنة.**

40 مليون طفل

دون سن الخامسة يعانون من

زيادة الوزن.

يوم الأغذية العالمي

تحتفل منظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة بيوم الأغذية العالمي في 16 أكتوبر/ تشرين الأول من كل عام، وهو ذكرى تأسيس المنظمة في عام 1945. ويجري تنظيم الفعاليات في أكثر من 150 بلداً في جميع أنحاء العالم، مما يجعله واحداً من أكثر الأيام احتفالاً في جدول أعمال الأمم المتحدة. وتعزز هذه الفعاليات الوعي العالمي، والعمل العالمي، من أجل الذين يعانون من الجوع، وغيره من أشكال سوء التغذية، والحاجة إلى ضمان الأمن الغذائي، والتغذية الصحية للجميع. ويمثل يوم الأغذية العالمي أيضاً فرصة هامة لتوجيه رسالة قوية إلى الجمهور: نحن قادرون على القضاء على الجوع، وجميع أشكال سوء التغذية، خلال حياتنا، وأن نصح بذلك جيل القضاء على الجوع، ولكن على الجميع أن يعملوا معاً لتحقيق هذا الهدف.

القضاء على الجوع. 100% تغذية.

إن تحقيق القضاء على الجوع لا يعني فقط إطعام الجياع. بل يعنى أيضاً تغذية البشر من خلال نظم غذائية صحية تتضمن مجموعة كافية من الأغذية المأمونة والمغذية، مع الحفاظ على صحة الكوكب الذي نعتمد عليه جميعاً. في كل عام، يدعونا يوم الأغذية العالمي إلى اتخاذ إجراءات بمشاركة جميع القطاعات لتحقيق القضاء على الجوع.



منظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة

Viale delle Terme di Caracalla
00153 روما، إيطاليا

www.fao.org/wfd
#يوم_الأغذية_العالمي