

ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ

Η Παγκόσμια Ημέρα Διατροφής, είναι μια διεθνής ημέρα που γιορτάζεται κάθε χρόνο σε όλο τον κόσμο στις 16 Οκτωβρίου προς τιμή της ημερομηνίας ίδρυσης του Οργανισμού Τροφίμων και Γεωργίας των Ηνωμένων Εθνών το 1945. Η ημέρα γιορτάζεται ευρέως από πολλούς άλλους οργανισμούς που ασχολούνται με την επισιτιστική ασφάλεια, συμπεριλαμβανομένου του Παγκόσμιου Επισιτιστικού Προγράμματος και του Διεθνούς Ταμείου Αγροτικής Ανάπτυξης.

Διατροφή

Η διάδοση και υιοθέτηση υγιεινών διατροφικών συνηθειών αποτελεί καθοριστικό παράγοντα προάσπισης της ατομικής υγείας, καθώς και βασικό συντελεστή προαγωγής της Δημόσιας Υγείας.

Η δραστική αλλαγή του σύγχρονου τρόπου ζωής, η μείωση του ελεύθερου χρόνου, η μετεξέλιξη της οικογενειακής δομής και η επακόλουθη υιοθέτηση νέων διατροφικών συνηθειών, που οδηγούν στην κατανάλωση έτοιμου και τυποποιημένου φαγητού, είναι μια από τις πιο σοβαρές προκλήσεις για τη Δημόσια Υγεία στη σημερινή εποχή. Την ίδια στιγμή, η συστηματική καλλιέργεια αισθητικών προτύπων που αποκλίνουν από μια υγιή στάση ζωής, σε συνδυασμό με την εμφάνιση προβλημάτων ψυχικής υγείας, αυξάνουν τη συχνότητα νοσημάτων που συνδέονται με διατροφικές διαταραχές.

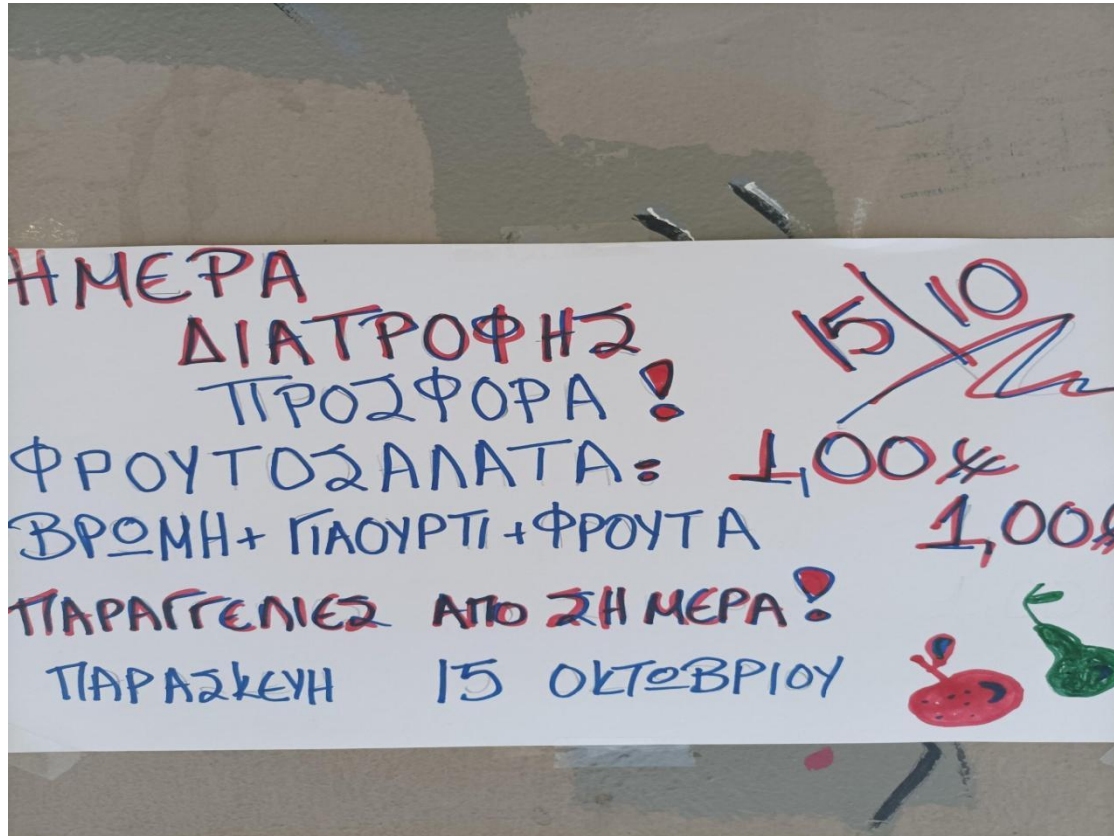
Το μήνυμα του γ.γ. του ΟΗΕ Αντόνιο Γκουτέρες

Η Παγκόσμια Ημέρα Τροφίμων δεν είναι μόνο μία υπενθύμιση της σπουδαιότητας των τροφίμων για κάθε άτομο στον πλανήτη. Είναι επίσης μία έκκληση για δράση προκειμένου να πετύχουμε την διατροφική ασφάλεια σε όλο τον κόσμο.

Σήμερα, τουλάχιστον 40% της ανθρωπότητας – 3 δισεκατομμύρια άνθρωποι – δεν έχουν τη δυνατότητα μίας υγιεινής διατροφής.

Η πείνα, ο υποσιτισμός και η παχυσαρκία αυξάνονται. Η πανδημία έχει αυξήσει κατά 140 εκατομμύρια τους ανθρώπους που δεν έχουν πρόσβαση

στην τροφή που χρειάζονται. Την ίδια στιγμή, ο τρόπος που παράγουμε, καταναλώνουμε και σπαταλούμε τρόφιμα έχει βαρύ αντίκτυπο στον πλανήτη. Ασκήι πρωτοφανή πίεση στους φυσικούς μας πόρους, στο κλίμα και στο φυσικό περιβάλλον κοστίζοντας τρισεκατομμύρια δολάρια κάθε χρόνο.



Ευτυχώς στις μέρες μας υπάρχουν συνειδητοποιημένα άτομα που καταλαβαίνουν την σημασία της υγιεινής διατροφής.

Στο σχολείο μας έχουμε μια ευγενική και καλοπροαίρετη υπεύθυνη κυλικείου όπου οι περισσότεροι μαθητές βλέπουν σαν φίλη. Η κυρία **Αγνή** είναι το άτομο στο σχολείο που μας παρέχει ό,τι χρειαζόμαστε. Μας θεωρεί σαν παιδιά της και πάντα προσπαθεί να μας προσφέρει τα καλύτερα προϊόντα. Η κυρία Αγνή έρχεται κάθε πρωί από τις 5:30 γιατί φτιάχνει μόνη της σχεδόν όλα

τα προϊόντα του κυλικείου . Τα τρόφιμα που πουλάει περιέχουν χαμηλά λιπαρά και προτιμάει βιολογικά λαχανικά δικής της καλλιέργειας.

Κάποιος θα περίμενε ότι λόγω της τόσης καλής ποιότητας των προϊόντων θα ήταν ακριβά. Παρόλα αυτά οι τιμές είναι χαμηλές και προσιτές σε όλους τους μαθητές . Λόγο της αγάπης της για αυτό που κάνει , η κυρία Αγνή φέτος δημιούργησε ειδικό μενού με μειωμένες τιμές για την **ημέρα διατροφής** .

Πρέπει να της δοθούν συγχαρητήρια για την πρωτοβουλία της και να της ευχηθούμε να την συνεχίσει και τις επόμενες χρονιές !





Καλλιοντζής Στέφανος , Βουρδουμπά Μυρτώ Γ1