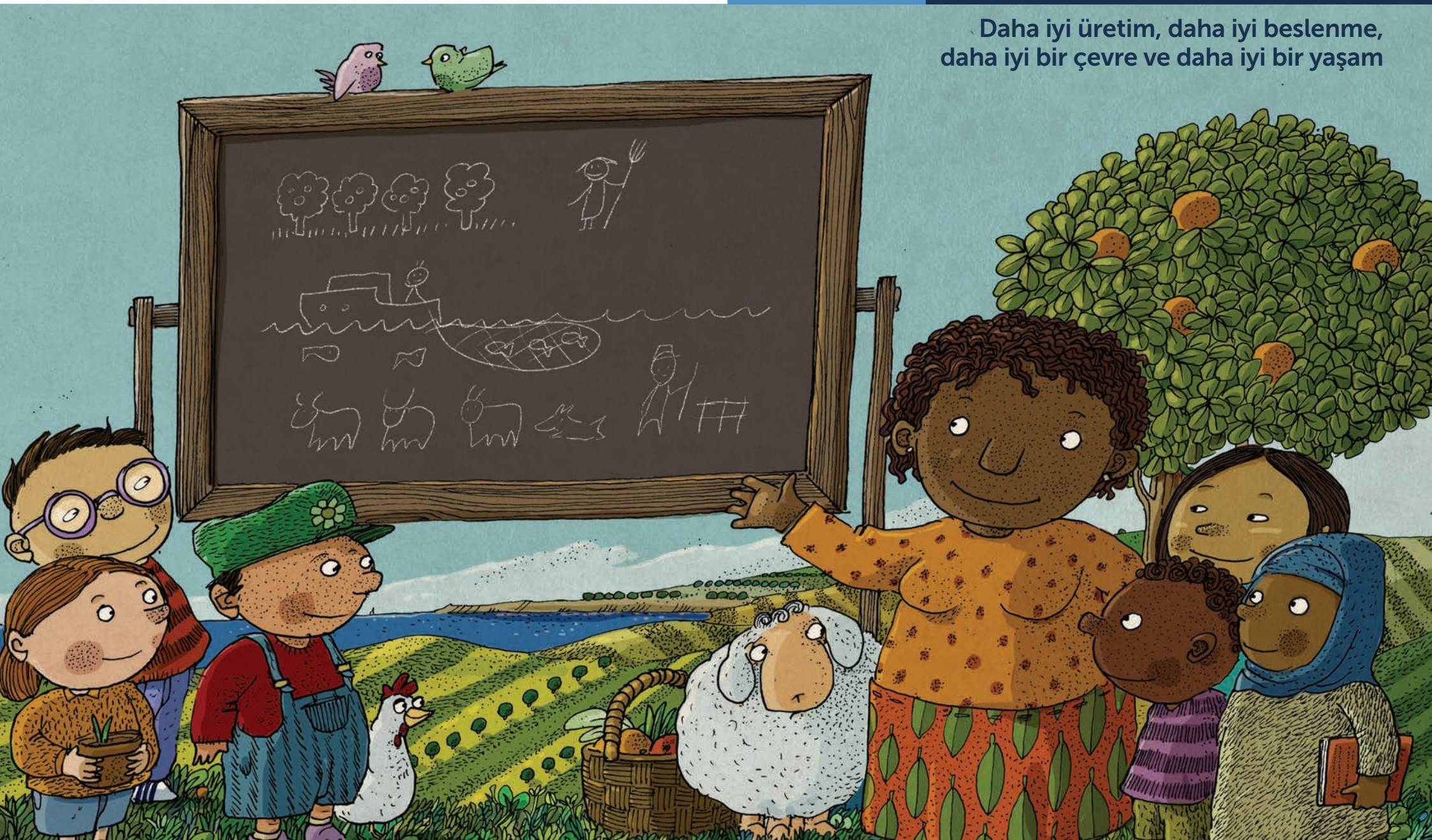
Food and Agriculture Organization of the United Nations

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

AKTİVİTE KİTABI

Eylemlerimiz geleceğimizdir

Daha iyi üretim, daha iyi beslenme, daha iyi bir çevre ve daha iyi bir yaşam



Gerekli Alıntı:
FAO.2021. Aktivite Kitabı. Eylemlerimiz geleceğimizdir. Daha iyi üretim, daha iyi beslenme, daha temiz bir çevre, daha iyi bir yaşam. Roma.
https://doi.org/10.4060/cb5047en

Bu kitapçıkta kullanılan görsel öğeler ve materyaller; herhangi bir ülkenin, bölgenin, şehrin veya alanın, buraların yetkili makamlarının yasal statüleri veya gelişmişlik düzeyleri ve de hudutların veya ara sınırların tahdidiyle ilgili olarak Birleşmiş Milletler Gıda ve Tarım Örgütü tarafından herhangi şekilde bir görüş beyanı taşımaz. Belirli şirketlerin veya imalatçıların ürünlerinden bahsedilmesi, patent almış olsun veya olmasın, FAO'nun bu firmaları ve ürünleri benzer niteliklere sahip olan ve bu yayında adı geçmemiş başka firmalara ve ürünlere tercih ettiği veya bu şirket veya ürünlerin uygun bulunduğu veya tavsiye edildiği anlamını taşımaz.

Bu bilgilendirme materyalinde ortaya konulan görüşler yazarlarına ait olup hiçbir suretle FAO'nun görüşlerini veya politikalarını temsil etmez.

ISBN 978-92-5-134538-2
© FAO, 2021

Bazı hakları saklıdır. Bu çalışma "Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 IGO" lisansı kapsamında yayımlanmıştır (CC BY-NC-SA 3.0 IGO; https://creativecommons.org/ licenses/by-nc-sa/3.0/igo/legalcode/legalcode).

Bu eser, esere uygun biçimde atıf yapıldığı sürece gayri ticari amaçlar için ilgili lisans koşulları altında kopyalanabilir, yeniden dağıtılabilir ve uyarlanabilir. Bu eserin tüm kullanımlarında FAO'nun belli bir örgütü, ürünü veya hizmeti desteklediği iması yer alamaz. FAO logosu kullanım izni yoktur. Şayet eser uyarlanırsa aynı veya eşdeğeri Creative Commons lisansı altında lisans almalıdır. Bu eserin çevirisi üretilirse gerekli atfın yanı sıra şu uyarıyı taşımalıdır: "Bu çeviri Birleşmiş Miletler Gıda ve Tarım Örgütü (FAO) tarafından üretilmemiştir. FAO bu çevirinin içeriğinden veya doğruluğundan mesul tutulamaz. Özgün [dildeki] sürüm, yetkili sürüm olacaktır."

Bu lisans altında oluşan ve barışçıl yollarla uzlaşılamayan anlaşmazlıklar bu belgede aksi belirtilmedikçe lisans Madde 8'de belirtildiği üzere arabuluculuk ve tahkim yoluyla çözülecektir. Uygulanabilir arabuluculuk kuralları, Dünya Fikri Mülkiyet Örgütü aracılık kuralları http:// www.wipo.int/amc/en/mediation/rules olacak ve tüm tahkimler Birleşmiş Milletler Uluslararası Ticaret Yasası Komisyonu (UNCITRAL) Tahkim Kurallarına uygun olarak yürütülecektir.

Üçüncü Taraf Materyalleri. Bu eserden tablo, şekil veya görüntü gibi üçüncü bir tarafa atfedilmiş bir materyali yeniden kullanmayı isteyen kullanıcılar, yeniden kullanım için izin gerekip gerekmediğini belirlemek ve telif sahibinden izin almanın gerekip gerekmediğini tespit etmekle mesuldür. Eserdeki tüm üçüncü taraf sahipliğindeki bileşenlerin ihlalinden kaynaklanacak tazminat riski yalnızca kullanıcıya aittir.

Satışlar, haklar ve lisanslama. FAO bilgilendirme materyalleri, FAO web sitesinden (www.fao.org/ publications) edinilebilir ve publications-sales@fao.org adresinden satın alınabilir. Ticari kullanım talepleri, www.fao.org/contact-us/licence-request adresine iletilmelidir. Haklar ve lisanslamaya yönelik sorular, copyright@fao.org adresine iletilmelidir.

Dünya Gıda Günü

Bugün SENİN günün! Her yıl 16 Ekim'de 150'yi aşkın ülkeden insan ortak bir amaç için; açlığı sona erdirme ve tüm insanların sağlıklı beslenmesini sağlama konusunda dünyanın her yerinde farkındalığı artırmak ve bu yoldaki eylemleri çoğaltmak üzere bir araya geliyor. 1945 yılının 16 Ekim'inde, dünya milletleri bu ortak amaçla birleşerek FAO'yu kurdular. Bu yıl sen de bir gıda kahramanı ol ve küresel kutlamaya katıl!

Teşekkür

FAO, yazar Susanna Mattiangeli'ye ve ilüstratör Lorenzo Terranera'ya bu yayındaki katkılarından dolayı içten teşekkürlerini sunar. Ayrıca destekleri için Sony Pictures Entertainment'a da teşekkür eder.

Bugünkü dersimiz başka derslere benzemeyecek. Sizinle, karmaşık gıda ve tarım sisteminde bir yolculuğa çıkacağız.

Hazır mısınız?

Yolculuğa hazır mısınız?

Nereden başlayalım?

Haydi basit ve çok eski bir gelenekle, toprağa küçük tohumlar serperek işe başlayalım. Tarımın 10 bin yıldır var olduğunu biliyor muydunuz? Tohum yetiştirme işi büyük bir devrime yol açtı. O günden beri de kadınlar ve erkekler yaşadıkları dünyayı yavaş yavaş değiştirmeye başladılar.

Şunu hiçbir zaman unutmamalıyız: Dünyanın her bir parçası, mevcut sistemin çalışma şeklini değiştirme gücüne sahiptir. Bazı parçalar yavaş, bazıları ise hızlı çalışarak başka hareketleri tetikler ve yeni dönüşümlere yol açarlar. Bitkiler, kuşlar, hatta taşlar bile dünya üzerindeki bu daimî harekete kendilerine göre katılır. Tıpkı canlı organizmalar gibi dünyadaki her detay önemlidir ve her eylemin bir ya da daha fazla sonucu olur.

Kısacası hepimiz birbirimize bağlıyız.

Sınıfta ya da okul bahçesinde bir sebze bahçesi kurmak her yaştan çocuk için eğlenceli ve eğitici bir faaliyettir. Peki, sizin böyle bir bahçeniz var mı? Kullanabileceğiniz uygun alanları araştırarak işe başlayabilirsiniz. Yeterli ışık var mı ve günün hangi saatlerinde ışık alıyor? Birlikte, yetiştirmek istediğiniz sebzeleri düşünün ve bunun mümkün olup olmadığına bakın. Bu konuda profesyonellerden, gönüllü uzmanlardan ya da ailenizden yardım bile isteyebilirsiniz. İster saksı içinde ister arazide olsun, birkaç tohum ekecek yer mutlaka bulunur. (Daha fazla bilgi için: **www.fao.org/school-food**)

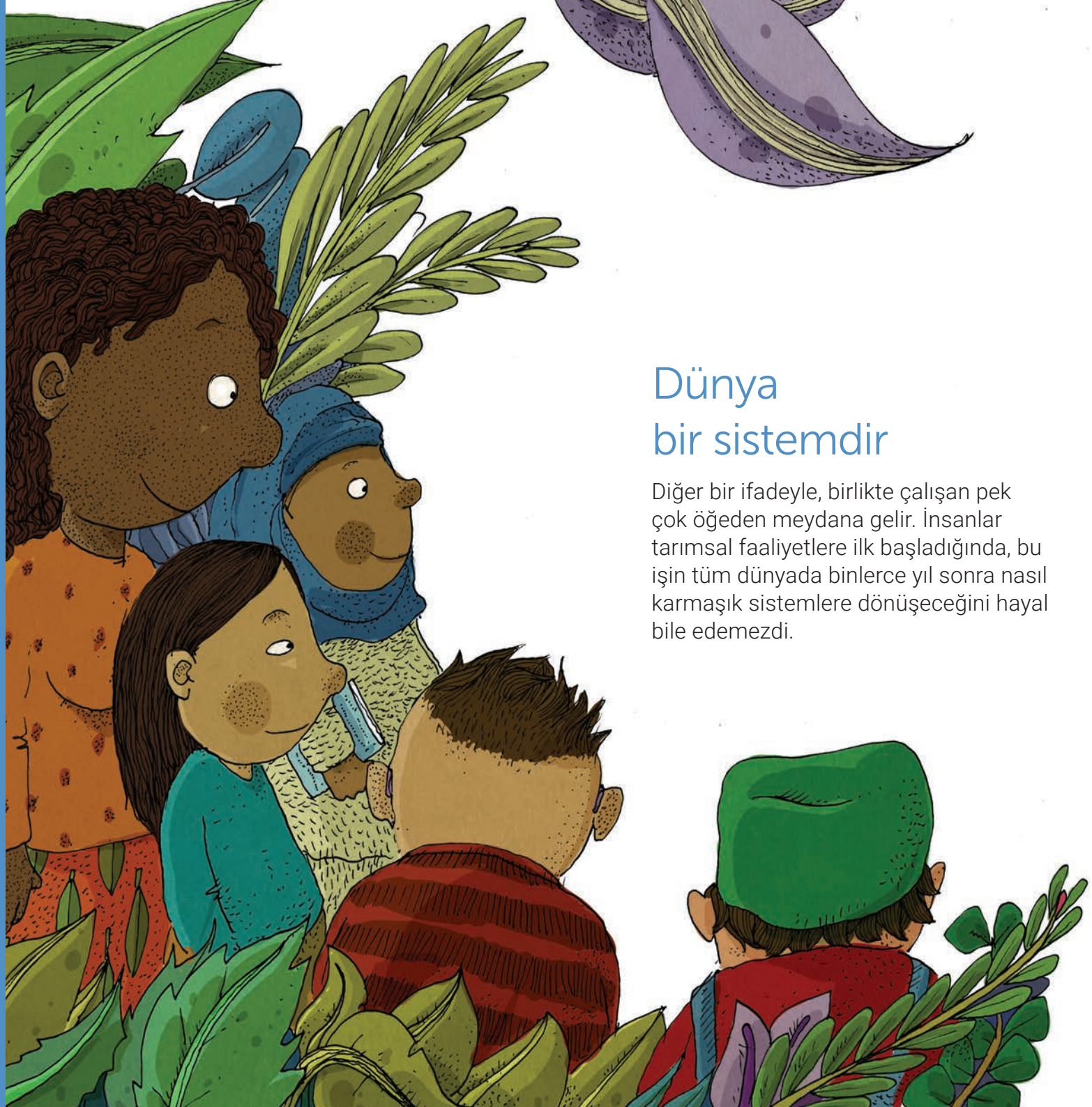
DGG2021
Poster Yarışması

Eğer 5 ile 19 yaşları arasındaysanız sizi, hayal gücünüzü kullanarak gıdanın yolculuğuyla ilgili bir poster tasarlamaya davet ediyoruz.

Jürimiz her yaş kategorisinden üç kişiyi seçecek ve kazananlar Aralık 2021'de duyurulacak. Kazananlar, dünyanın her yerindeki FAO ofisleri tarafından tanıtılacak. Kazananlara ayrıca sürpriz bir hediye çantası ile sertifika verilecek.

Katılım için son başvuru tarihi
5 Kasım 2021.

Daha fazla bilgi için:
www.fao.org/world-food-day/youth/contest/en/



Dünya bir sistemdir

Diğer bir ifadeyle, birlikte çalışan pek çok öğeden meydana gelir. İnsanlar tarımsal faaliyetlere ilk başladığında, bu işin tüm dünyada binlerce yıl sonra nasıl karmaşık sistemlere dönüşeceğini hayal bile edemezdi.

Tarım-gıda sistemi, hepsi birbirleriyle bağlantılı bir dizi eylemden oluşur. Çiftçilikle başlayıp evlerimize giren ürünlere, hatta sonunda çevreye bıraktığımız atıklara kadar devam eden bir döngüdür. Bu döngü, her türden ürünü içerir. Çünkü tarımsal faaliyetler sonucunda, ileriki sayfalarda göreceğimiz gibi, gıdanın yanı sıra başka ürünler de ortaya çıkar.

Birleşmiş Milletler Gıda ve Tarım Örgütü (FAO) beslenmeyi iyileştirmek amacıyla 190'dan fazla ülkeyle birlikte çalışmalar yürütüyor. FAO'nun başlıca amaçlarından biri bu devasa mekanizmayı incelemek ve onu geliştirmektir. Bu kitapta anlatılanlarla, tarım-gıda sistemlerinin nasıl çalıştığını ve bu sistemlerin daha iyi işlemesinde nasıl bir rol oynayabileceğimizi anlamaya çalışacağız.

Tohumların yolculuğu

Tarım aynı zamanda balıkçılığı, hayvancılığı, orman ürünleri, tekstil ve daha pek çok ürünün hammaddesi olan bitkisel materyallerin üretimini de içerir. Bu faaliyetlerin hiçbiri birbirinden ayrı değildir, o sebeple tohumlardan bahsederek konuya başlayabiliriz. Doğada, tohumlar bazen havanın yardımıyla etrafa yayılır ve yetişebilecekleri yeni topraklar bulur, bazen de suyla başka yerlere taşınırlar. Meyveyle beslenen hayvanlar da sıkça dışkıları yoluyla tohumların çok uzaklara taşınmasına yardımcı olur. Eskiden çiftçiler, en güzel tahılların ve sebzelerin tohumlarını yeniden ekmek üzere saklarlardı. Günümüzde ise tarımla uğraşan insanlar tohumlarını ya kendileri üretiyor ya da bir sanayi faaliyeti olarak tohum üreten şirketlerden satın alabiliyor.

Peki, tohum bir sanayi ürünü olabilir mi? Bu ne demektir? Bu, tahıl ve bitkileri sadece tohum elde etmek amacıyla yetiştiren büyük tarımsal işletmelerin olduğu anlamına gelir. Böylece, bu firmalardan alınan tohumlarla istenilen özelliklere sahip bitkiler üretmek mümkün olur. Nihayetinde bu tohumlar paketlenerek tüm dünyaya satılır. Bu ürünlerin ismi, menşei ve üretim yöntemi bakımından insanlar tarafından kolayca tespit edilebilmesi için tohumların tescilli ve sertifikalı olması gerekir.

Citrullus Lanatus, yani karpuz, tropik Afrika'ya özgü bir bitkidir. Siz belki de yalnızca tek bir karpuz türünü biliyorsunuz, oysa dünyada binden fazla karpuz çeşidi mevcuttur. Bunların ağırlıkları, büyüklükleri ve meyve içi renkleri birbirinden farklıdır. Tohumlar çok değerli bir hazinedir. Bu nedenle 2008 yılında, dünyanın her yerinden gelen tohumları yok olma riskinden korumak amacıyla Norveç'in Svalbard Adaları'nda Küresel Tohum Kasası kuruldu.

Son elli yılda, daha fazla gıda üretmek için hızlı büyüyen birkaç bitkinin üretimine odaklanıldı ve bu nedenle pek çok farklı tarımsal ürün artık yetiştirilmez oldu.

Hâlbuki sağlıklı bir gıda-tarım sisteminin **biyolojik çeşitliliği** güvence altına alması, diğer bir ifadeyle türlerin çeşitliliğini canlı tutması gerekir. Bunun için tek ürüne odaklanan bir tarımsal üretimi (ki buna 'monokültür' denir) azaltmak ve yerel bölgelere özgü bitki ve tahılları yetiştirmeye devam etmek çok önemlidir. Böylece sağlıklı beslenme için gerekli gıda çeşitliliği sağlanmış olur. Üstelik bu, toprak için de faydalıdır. Biyolojik çeşitlilik, parazitlerin doğal düşmanı olan arı ve kuşları da kendine çeker. Bu sayede tarım ilaçlarına duyulan ihtiyaç azalır.

Doğanın çeşitliliğe ihtiyacı var

Ürünlerin yolculuğu

Tarımsal üretim, bir tohumun veya fıdanın çiftliğe ulaşmasıyla başlar.

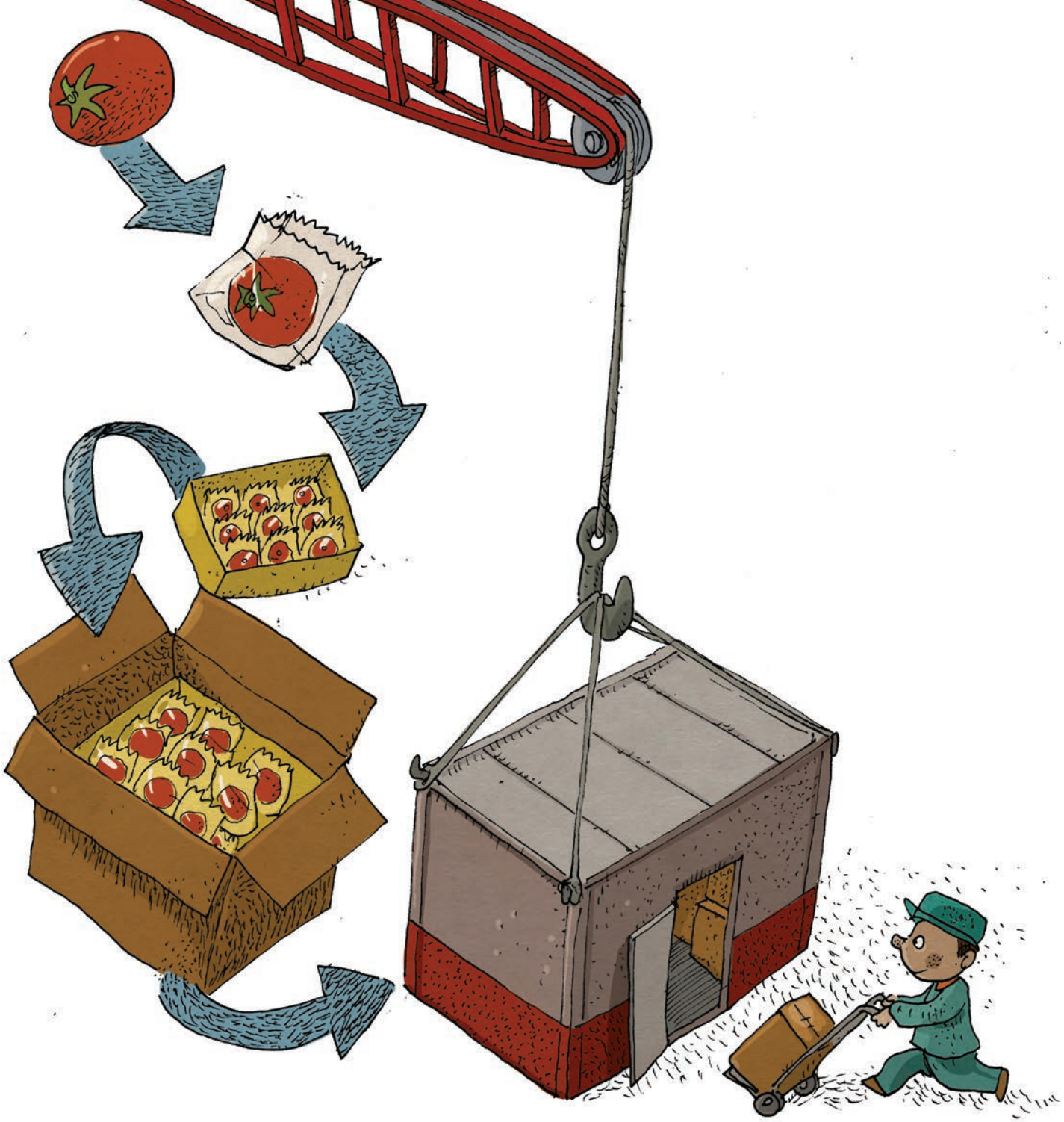
Bu, önemli bir aşamadır. Sağlıklı bir sistemde ürünler toprağı zayıflatmadan veya zararlı tarım ilaçlarına ve kimyasal gübreye ihtiyaç olmadan büyür.

Balık ve et gibi çiftlik ürünleri, çiftliklere yakın yerlerde yaşayan insanlar tarafından tüketilebilir...
... ya da uzak yerlere doğru uzun yolculuklara çıkarlar.
... ... ya da gıda sanayii tarafından satın alınarak işlenirler...
...ve işlenirler
...ve daha fazla işlenirler.

Tarımsal üretimin büyük bir kısmı hayvancılık için yem üretimine ayrılır. Başta mısır ve soya olmak üzere pek çok bitki, hayvan yemi olarak kullanılabilir.

Pamuk, keten, kenevir ve soya bazen tekstil sanayinin ana malzemesi olarak kullanılmak bazen de yakıta dönüştürülmek üzere yetiştirilir. Ormanlar ise kâğıt ve mobilya sanayi için gerekli odun ihtiyacını karşılar.

Tarım-gıda sistemi sadece gıdayla ilgili değildir.



Ürünler hazır olduğunda dağıtım aşaması başlar

Taze ürünler kamyonlarla kutular içinde taşınarak yerel pazarlara, restoranlara, otellere ve şirketlere ulaşır. Bunların bir kısmı sudan geçirilmiş olsa da tüketilmeden önce yine de yıkanmaları gerekir. Daha sonra doğranır ve pişirilirler. Taze gıdaların çok fazla ambalajlanması gerekmez. Organik maddece zengin topraklardan gelen ürünler genellikle daha lezzetli olur.

Ne var ki küçük ölçekli çiftçiler genellikle kayıplar yaşar. Modern araçları veya soğuk hava depoları yoktur veya ürünlerinin ne kadarını satacaklarını öngörebilmeleri için gerekli araçlara ya da bilgi birikimine de sahip değildirler. Örneğin, bir sebzenin fiyatı düşerse o sebzeyi hasat etmek anlamsız hale gelebilir. Bu sebeple çürümeye terk edilebilirler.

Uzak mesafelere taşınan ürünler daha hassas şekilde ambalajlanır. Örneğin, ülkemiz dışındaki bazı ülkelerde salatalara tazeliklerini korumaları için koruyucu maddeler eklenir. Kimi ürünler ambalajından çıkarıldıktan sonra tüketilebilir. Bu durum kolaylık sağlar ama uzak mesafelerden taşınan ürünler besin maddeleri bakımından genellikle taze gıdaların sahip olduğu kadar zenginlik içermezler. Peki, tüm o ambalajları ne yapıyoruz?

İşlenerek tüketmeye hazır hâle getirilen gıdalar çoğunlukla birçok kez paketlenir. Bazen kullanılan ambalajlar gıdanın kendisinden daha fazla yer kaplar. Uzun yolculuk aynı zamanda yakıt ve su kaybı, dolayısıyla kaynak israfı anlamına gelir.

Gıda ambalajlarını kimin yaptığını kendinize hiç sordunuz mu? Gıda sanayii, kutu ve poşet tasarımlarını ve tüm tanıtım işlerini firmalara verir. Bu firmalar da insanların, ürünler hakkında bilgi sahibi olması için yoğun şekilde çalışır. Tükettiğimiz gıdalarla ilgili video, afiş ve reklamlar bile tarım-gıda sisteminin bir parçasıdır.

Gıda ambalajlarının üzerinde içindekiler, besin öğeleri, üretildiği, işlendiği ya da ambalajlandığı yer gibi bilgileri içeren gıda etiketleri bulunur. Çoğu devlet, şirketlere, ürünlerine ilişkin bilgileri gıda etiketlerinde belirtme zorunluluğu getirmiştir. Gıda dışındaki tarım ürünlerinin bile etiketi vardır.

Örneğin kâğıt ürünleri, kontrollü ve sürdürülebilir ağaç yetiştiriciliğinden elde edilmiş olabilir. Ne satın aldığınızdan emin olmak için etiketleri dikkatli okumalısınız.

Ambalajlı gıda ve ürünlerin çoğu toplu dağıtım amacıyla kamyonlar, gemiler ve hatta uçaklarla taşınır. Böylece mağazalara, yerel pazarlara, süpermarketlere, alışveriş merkezlerine, ayrıca büyük restoran ve otel zincirlerine ulaştırılır.

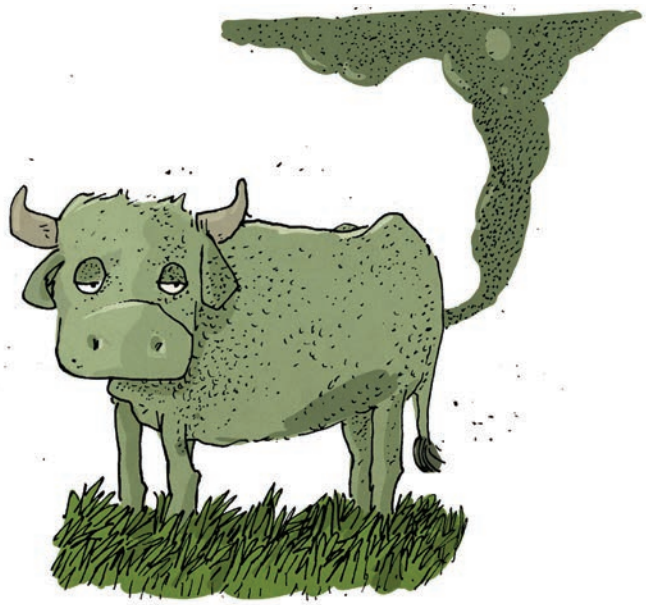
Gördüğünüz gibi bu, çok aşamalı ve uzun bir yolculuktur. Tarım-gıda sistemleri dünya genelinde bir milyar insana iş imkânı sağlar. Sağladığı istihdam, ekonomideki diğer tüm sektörlerden daha büyüktür. Ayrıca kimimiz daha fazla, kimimiz daha az, kimimiz daha iyi, kimimiz ise daha kötü beslense de hepimiz yemek yemek zorunda olduğumuz için bu sektör bütün dünyayı ilgilendiren bir sektördür.

Tarım-gıda sistemiyle ilgili üç olumlu, üç de olumsuz örnek bulun ve sebeplerini açıklayın.

Hepimiz birbirimize bağlıyız!

Gıda üretim yöntemlerimiz tüm gezegeni, doğal kaynaklarımızı, hayvanların yaşam şeklini ve iklimi etkiler. Şöyle düşünün, bizler günde iki litre su içiyoruz ama günlük tükettiğimiz gıdanın üretilebilmesi için 3 bin litre suya ihtiyaç var.

Şu anda sera etkisine ve iklim değişikliğine sebep olan karbon salınımının üçte biri gıda-tarım sistemlerinden kaynaklanıyor. Yoğun tarım, dünya üzerinde çok fazla yer işgal ederek pek çok canlı türünün doğal yaşam alanını yok ediyor. Kimyasal tarım ilaçları nehir ve göllere ulaşıyor ve en nihayetinde denizde sonlanıyor. Bu da balıkçılık sektörünü olumsuz etkiliyor.



Bunun dışında, kimyasal gübre üretimi de petrol gibi fosil yakıtları tüketerek havaya büyük miktarda karbondioksit salınmasına sebep oluyor. Et ve süt üretimi amaçlı yoğun hayvancılık da çok fazla alan gerektiriyor. Hayvan yemi için ihtiyaç duyulan tahılın üretimi çok geniş alanlarda yapılıyor. Doğru gıdalarla beslenmeyen bir ineğin çok fazla kirliliğe sebep olabileceğini biliyor muydunuz? Kirliliği azaltmak, suyu ve diğer doğal kaynakların daha sürdürülebilir şekilde kullanılmasını sağlamak için hayvancılığın sorumlu şekilde yapılması gerekiyor.

Gıdaları işlemek, genellikle gıda israfını azaltmanın yollarından biridir. Sonuçta peynir, reçel, kurutulmuş balık ve işlenmiş et, gıdaların daha uzun süre dayanmasını sağlayan koruma yöntemleridir. Ancak işleme süreci aşırıya kaçtığında ve kimyasal koruyucu maddeler kullanıldığında, tükettiğimiz gıdalar besleyici özelliklerini kaybeder. Çok fazla işlenmiş gıdalar besleyici gözükseler bile öyle değillerdir.

Çoğunlukla aşırı derecede işlenmiş gıdalar, mutfağınızda asla kullanmayacağınız ucuz ve sağlıksız malzemelerden yapılır. Alım gücünüz sadece kalitesiz gıdalara yetiyorsa hastalanma olasılığınız yüksektir. Bu da son derece adaletsiz bir durumdur. Günümüzde aşırı kilolu ya da obez insan sayısı iki milyar civarındadır. Hem açlığı hem de obeziteyi kapsayan kötü beslenme, dünyada 3 milyardan fazla insanı etkilemektedir. FAO bu sayıyı sıfıra indirmek için dünya ülkeleriyle birlikte çalışmaktadır.

Peki ne yapılabilir? Çözümler mevcut

Devletleri, uygun fiyatlı ve besleyici gıdaları sürdürülebilir şekilde üretmeye teşvik etmemiz gerekiyor. Bunun için de çevre dostu yaklaşımlara teşvik sağlanmalı ve küçük ölçekli işletmelere yardım edilmelidir. Aslında bu küçük ölçekli işletmeler, doğal afet ve acil durumlarda yoksulluk riski en yüksek olan gruplardır. Küçük ölçekli işletmeler dünyadaki toplam gıdanın %33'ünü üretmelerine rağmen çoğunlukla yeterli gelir elde edemezler. Ayrıca, yoksul ve kırsal bölgelerde kadınlar tüm kategoriler içerisinde en az ücret alan sınıftadır. Yapılması gereken tek şey onlara destek olmaktır. Devletler bu kişilerin eğitimine yatırım yapmalı, yoksul ve kırsal bölgelerde yaşayan kadınların kendilerini ilgilendiren kararlarda söz hakkı sahibi olması sağlanmalıdır.

COVID-19 pandemisi değişim için hep birlikte çalışmak zorunda olduğumuzu kanıtladı. Örneğin, kriz nedeniyle küçük çiftçiler hasatlarını satmak için her zamankinden daha fazla çalıştı. Ancak devletlerinden destek gören çiftçiler süreçten kaynaklanan olumsuzluklardan daha az etkilendiler.

Tarım-gıda sistemleri sağlık, eğitim ve hatta finansmanla bağlantılıdır. Özel sektör (şirketler, bankalar ve donör kurumlar) yatırımlarında sorumluluklarının bilincinde olmalıdır. Bitkisel üretim, balıkçılık ve hayvancılıkta yeni ve daha çevre dostu yöntemlere, sürdürülebilir proje ve yeniliklere kaynak sağlanmalıdır.

Eylül 2021'de Birleşmiş Milletler Genel Sekreterliği ilk Gıda Sistemleri Zirvesi'ni düzenleyecek. Liderler, araştırmacılar, özel ve uluslararası kuruluşların buluşacağı bu büyük toplantıda, gıda üretim ve tüketim yöntemlerini değiştirmek ve böylece Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları'na (SKA'lar) ulaşmak için gerekli olan cesur eylemlere karar verilecek. (Konu hakkında daha fazla bilgi için 22. sayfaya bakınız.)

İklim değişikliğini durdurmak, çevreyi korumak ve adaletsizlikle savaşmak için doğal olarak bizim de destek olmamız gerekir.

Atılacak dört adım

Durumu değiştirmek için herkesin çaba sarf etmesi gerekiyor. Ama nasıl? Nereden başlayabiliriz?

Bunun için dört temel aşama var: Daha iyi üretim, daha iyi beslenme, daha iyi bir çevre ve herkes için daha iyi bir yaşamı hedeflemeliyiz.

Daha iyi üretim, küçük işletmelere ve toprağa saygı gösteren, atık üretmeyen ve adil iş koşullarının olduğu üretimdir.

Daha iyi beslenme için sağlıklı gıdaların uygun fiyatlarda bulunabilmesi gerekir. Böylece kimse aç kalmaz ve kimse yedikleri yüzünden hastalanmaz.

Bu sayede ürünlerin toprağa zarar vermediği, biyolojik çeşitliliğin korunduğu ve sudaki yaşama saygı gösterilen daha iyi bir çevre yaratabiliriz.

Dünyadaki gıdanın %14'ü kötü hasat, saklama ve taşıma koşulları nedeniyle kaybediliyor. %16'sı ise satıcılar, restoran zincirleri ve tüketiciler düzeyinde israf ediliyor. Kimsenin tüketmediği gıdalar için harcanan onca emeği ve suyu düşünün.

Tüm bu katkıların; kadınlar, erkekler ve çocuklar için daha iyi bir yaşam sağlayacağı ve onlara daha adil, daha sağlıklı ve daha güzel bir yaşam sunacağı açıktır. Kirliliğe yol açmayan, hiçbir şeyin ziyan olmadığı ve işçilerin haklarına saygı gösterilen bir tarım-gıda sistemi güvenli ve sağlıklı bir sistemdir. Böyle bir sistem doğal afet ve salgın hastalıklar gibi zorlukları kolayca atlatabilir.

Şimdi iş başına! Bizim de sunabileceğimiz katkılar var. Kimler gıda kahramanıdır, biliyor musunuz? Kendilerini tarım-gıda sistemlerini iyileştirmeye adayan insanlar gıda kahramanıdır.

Dünyanın her yerinde gıda kahramanları var ve siz de onlardan biri olabilirsiniz.

İyileştirilmesi gereken dört alan

Daha iyi üretim için

Genç-yaşlı, hepimiz bilinçli alışveriş yaparak, evde ve okulda sürdürülebilir gıda üretimi hakkında konuşarak ve kendimizi eğiterek devletleri ve özel şirketleri etkileyebiliriz. Ürün etiketlerini okuyalım, sağlıklı, taze, organik, mevsiminde yetişen gıdaları seçelim ve mümkünse yaşadığımız yere yakın üretilen yiyecekleri tercih edelim. Satın aldıklarımızın, hem herkesin sağlığı hem de dünyamızın sağlığı üzerinde etkisi olacağını unutmayalım.

Daha iyi beslenme için

Beslenme şeklimize dikkat edelim. Aşırı işlenmiş gıdalar çok lezzetli olabilir ama yağ, tuz ve şeker içerikleri çok yüksektir ve koruyucu maddelerle doludurlar. Daha iyi bir yaşam için gerekli olan besin özelliklerini taşımazlar. Meyve ve sebzelerin mutlaka olduğu, çeşitlilik içeren bir beslenme şekli deneyelim. Çok fazla et yemekten kaçınalım, onun yerine ara sıra bakliyat ve sadece sebzelerden oluşan gıdalar tüketelim. Yemek yerken sebzeleri ve ellerimizi yıkayarak hijyene özen gösterelim. Ve yapabiliyorsak, evde veya okulda kendi sebzelerimizi yetiştirelim.

Daha iyi bir çevre için

İsrafı azaltalım. Evde, okulda, gittiğiniz restoranlarda neler olup bittiğini gözlemleyin. Ürünler üzerindeki son kullanma tarihlerini okumayı öğrenelim. Eğer bir etikette 'Son Tüketim Tarihi' (STT) yazısını görüyorsanız bu, o ürünün söz konusu tarihten sonra tüketilemeyeceği anlamına gelir. Fakat 'Tavsiye Edilen Tüketim Tarihi' (TETT) yazısını görüyorsanız, ürün ambalajlı sağlam ve doğru şekilde saklanmışsa, TETT'de belirtilen tarih geçmiş olsa bile bu gıdayı tüketmenizde bir sakınca yoktur. Satın aldığınız şeyleri tüketmeye çalışın ve sadece gerçekten ihtiyacınız olanları satın alın. Yaşadığımız bölgede atık yönetimi nasıl yapılıyor? Yaşadığımız yerde atıkları ayrıştırarak toplamak mümkün değilse giysileri ve kutuları geri dönüşüme kazandırın.

Daha iyi bir yaşam için

Hayatımız ancak başka hayatlarla, kadın ve erkeklerin, bitki ve hayvanların yaşamıyla birlikte iyileşebilir. İlk bakışta kolayca fark edilemeyebilir ama er ya da geç anlaşılır. Bazen bu gerçeği unutsak da aslında hepimizin dünyanın bir parçası olduğunu hatırlamamız için tek bir sıradışı olay yeter. Gıda her şeyle bağlantılıdır, o sebeple adaletsizlik ve yıkım kaynağı olmamalıdır. Gıda demek yaşam, kültür ve neşe demektir. Tükettiklerimize değer vermek, kendimize, başkalarına ve dünyamıza değer vermek demektir.

Etkinlikler

Hikâye yazmayı sever misiniz?

Her ürünün bir öyküsü vardır. Bazıları etiketlerde yazılıdır, gerisini ise hayal edebilirsiniz. Bir gıdanın size ulaşana dek geçirdiği yolculuğu canlandırdığınız bir öykü yazmayı deneyin. Hatta bırakın, gıda kendi kendini anlatsın.

Gazeteciliğe mi yatkınsınız?

Yakınlarınızda bir semt pazarı varsa gidip satıcılarla röportaj yapmayı deneyebilirsiniz. Onlara ürünlerin ne kadar uzaktan geldiğini sorun. Harita üzerinde aştıkları yolun izini sürün. Bir havuç ya da bir ekmeğe dair kurduğunuz hayali bir röportajı da yazabilirsiniz. Bırakın ürünler size tarladan sofraya doğru çıktıkları yolculuğu kendileri anlatsınlar.

Yoksa çizmeyi mi tercih edersiniz?

Bir sebze, peynir, reçel ya da canınız ne isterse onun hakkında karikatür şeklinde bir hikâye hayal edin. (Özellikle sizler için bir Poster Yarışması olduğunu unutmayın. Daha fazla bilgi için 3. sayfaya bakın).

Gıda Kahramanı Tavşan Peter

Gördüğümüz gibi, #GıdaKahramanları gıdanın üretim şeklini, beslenme biçimimizi, çevremizi ve yaşamımızı iyileştirmeye kendilerini adamıştır. #GıdaKahramanıTavşanPeter da onlardan biri.

Onu örnek alıp meyve ve sebzeyi daha fazla tüketerek dünyamıza nasıl yardımınız dokunabileceğini keşfedebilirsiniz. Ayrıca mümkünse yerel gıdalar tüketebilir ya da evde ve okulda sebze yetiştirebilirsiniz. Dünyadaki herkesin yaşamını daha iyi hale getirmek için yapılabilecek pek çok şey var. Daha fazla bilgi için şu adresi ziyaret edin: **www.fao.org/world-food-day**

Birleşmiş Milletler, 2030 tarihine kadar ulaşılması planlanan 17 Sürdürülebilir Kalkınma Amacı belirlemiştir. Gıda, dünyamızın geleceğiyle bağlantılı olduğu için FAO da bu amaçların pek çoğuna ulaşmayı hedefliyor. Önemli hedeflerden biri SKA2, yani Açlığa Son hedefidir. Hepimiz bu yönde çaba sarf etmeliyiz. Açlığa Son demek, her türlü yanlış ve kötü beslenmeyi ortadan kaldırmak demektir. Bu da hem gıda yetersizliğini hem de kötü beslenmenin sebep olduğu obezite ve diğer hastalıkları kapsar.

SKA'lar hakkında daha fazla bilgi için:
www.worldslargestlesson.globalgoals.org

Sürdürülebilir ne demektir?

Bir ticari malı, hizmeti veya nesneyi üretmek için yapılan işlerin dünya üzerinde olumsuz etkisi olmaması anlamına gelir. Dünyanın gelecekteki sakinlerinin bize bunun için teşekkür edeceği anlamına gelir.

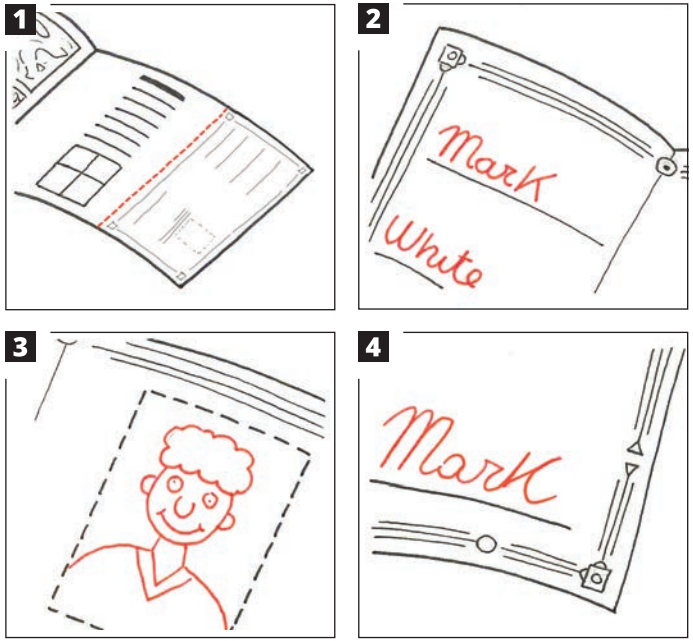
™ & © FW&Co. © 2021 CTMG.

İzlenecek Adımlar

Artık Aktivite Kitabı'nı tamamlamış olduğunuza göre sizin de kendi üstünüze düşeni yaparak bir Gıda Kahramanı olmanızı istiyoruz.

Gıda Kahramanı pasaportunuzu doldurmak için aşağıdaki adımları izleyin:

1. Sağdaki pasaportu dikkatle kesin.
2. Pasaportun sol alt kısmındaki bilgileri doldurun.
3. İlgili kutucuğa kendinizin bir resmini çizin veya bir fotoğrafınızı yapıştırın.
4. Gıda Kahramanı sözü verin. Yapmak istediğiniz üç eylemden birini ya da birkaçını seçerek bunları pasaportunuzda verilen alanlara yazın. Bu aktivite kitabındaki eylemlerden ilham alabilir ya da kendi eylemlerinizi belirleyebilirsiniz! Sonra da beyanınızı imzalayın.



Pasaportunuzu ortadan katlamayı unutmayın

İsim: _____ Yaş: _____

Ülke: _____

Bir Gıda Kahramanı olarak şunları yapacağıma söz veriyorum:

1 _____

2 _____

3 _____

Yukarıdaki satırı imzalayın

GIDA KAHRAMANI PASAPORTU

Eylemlerinizle birlikte, bu pasaport sürdürülebilir bir dünya için geçerliliğini koruyacaktır.

Tarih . . / . . / . . . .

#GıdaKahramanları

www.fao.org

Food and Agriculture Organization of the United Nations

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

Aktivite Kitapları Serisi

FAO'nun çalışmalarının temelini oluşturan önemli küresel meseleler hakkında faaliyet ve dersler hazırlamalarında eğitmenlere ve ebeveynlere yardımcı olacak çeşitli materyallerle birlikte FAO Aktivite Kitapları Serisi'ni "#AçlığaSon Neslinin İnşası" portalımız üzerinden indirebilirsiniz: **www.fao.org/building-the-zerohunger-generation**

▶ Gıda Kahramanları

▶ Sağlıklı Bitkiler Sağlıklı Dünya

▶ Sağlıklı Gıda Önemlidir

▶ FAO Rehberiniz

▶ Göçün Geleceğini Değiştirin

▶ İklim Değişiyor

▶ Açlığa Son Vermek İçin Çalışmak

İletişim için:

BİRLEŞMİŞ MİLLETLER GIDA VE TARIM ÖRGÜTÜ

Viale delle Terme di Caracalla 00153 Roma, İtalya

ISBN 978-92-5-132979-5

world-food-day@fao.org

www.fao.org

ISBN 978-92-5-134538-2

9 789251 345382

CB5047EN/1/06.21