

**روز جهانی غذا از کجا آمد؟** نام‌گذاری روز جهانی غذا به سال ۱۹۷۹ بازمی‌گردد. در ۱۶ اکتبر سال ۱۹۷۹ بیستمین کنفرانس فائو (سازمان خواروبار و کشاورزی) برگزار شد. به همین مناسبت و برای جلب توجه مردم جهان به مسئله مهم گرسنگی، آن روز به‌عنوان روز جهانی غذا نام‌گذاری شد تا بهانه‌ای برای رفع فقر و گرسنگی در سطح بین‌المللی، توجه به تغذیه سالم، عادات غذایی مناسب و رعایت رژیم اصولی باشد. در شرایطی که بسیاری از کشورهای آفریقای جنوبی، آمریکای جنوبی و نواحی مرکزی آسیا با مسئله گرسنگی درگیر هستند، روز غذا توجه رسانه‌ها را به تامین غذای کافی جلب می‌کند. از طرف دیگر، آمار رو به افزایش مصرف غذاهای ناسالم و اضافه وزن در تمامی کشور، باعث شد تا روز جهانی غذا در کنار مسئله فقر و گرسنگی درباره لزوم رعایت رژیم سالم نیز حرف بزند. بر اساس اعلام رسمی فائو، این سازمان مستلزم به تامین خوراک برای همه مردم است. این سازمان می‌خواهد با تلاش برای کاهش فقر، نقشی مستقیم و مؤثر در رفع گرسنگی در جهان داشته باشد. در طول این سال‌ها، فائو آگاهی جهانی را در جهت تامین غذا به‌عنوان حق اولیه و طبیعی انسان‌ها افزایش داد و خواستار همراهی کشورهای پیشرفته و توسعه‌یافته با کشورهای محروم جهان شد. **اهداف جهانی روز غذا چیست؟** در روز غذا بهانه‌ای برای جلب توجه دولت‌ها و مردم نسبت به مسئله گرسنگی در جهان است، اما تمام اهداف فائو در این مورد خلاصه نمی‌شود. تمامی ۱۵۰ کشور عضو سازمان فائو به مناسبت این روز باید طی مراسمی رسمی، برنامه‌هایی با هدف کاهش فقر و گرسنگی، افزایش تولید غذا و محصولات کشاورزی بدون آسیب به طبیعت، حفظ محیط‌زیست و تلاش برای توسعه پایدار را مطرح کنند. در مقاله **رژیم غذایی و محیط‌زیست** با جزئیات بیشتری درباره این موضوع صحبت کردیم. فائو با تشویق تمامی کشورهای جهان، نهادهای بین‌المللی، سازمان‌های خصوصی و دولتی در حال تلاش برای افزایش تولیدات کشاورزی است تا به کمک آن بتواند نرخ گرسنگی را در سطح بین‌المللی کاهش دهد. همچنین کشورها را ترغیب می‌کند تا برای همکاری‌های دوجانبه با یکدیگر وارد مذاکره شوند تا دولت‌های پیشرفته بتوانند در حوزه کشاورزی و تکنولوژی تولید خوراک در کنار کشورهای کم‌برخوردار و محروم‌تر قرار بگیرند. روز جهانی غذا و ماه اکتبر بهانه‌ای برای افزایش آگاهی و اطلاعات عمومی مضرات نرخ گرسنگی در جهان و عدم رعایت تغذیه سالم است تا با کمک تمامی کشورها کمپینی برای پایان دادن به گرسنگی، مبارزه با سوءتغذیه و رژیم غذایی ناسالم شکل بگیرد. در حال حاضر یکی از مهم‌ترین مسائل سازمان فائو تامین منابع غذایی برای تمام مردم، تشویق به رعایت رژیم غذایی، ترغیب مردم به سبک زندگی سالم و توجه به بهداشت محصولات غذایی است. **اهداف فائو برای آینده:** روند رو به افزایش جمعیت در سال‌های گذشته یکی از مسائل مهمی است که آینده منابع طبیعی و غذایی کره زمین را تهدید می‌کند. تهیه مواد غذایی برای این جمعیت عظیم بدون آسیب به زمین، بهره‌برداری شدید از منابع طبیعی و محیط‌زیست تقریباً ممکن نیست. به همین خاطر فائو از کشورهای پیشرفته و صنعتی می‌خواهد فناوری و تکنولوژی‌شان را به دیگر کشورها انتقال دهند تا مواد غذایی در دسترس تمام مردم باشد و این نرخ بالای کشاورزی و تولید مواد خوراکی همراه با کمترین میزان آسیب به طبیعت، جنگل‌ها و حیوانات باشد. فائو به مناسبت روز جهانی غذا اعلام کرده برای حذف گرسنگی در سطح جهان به همکاری دولت‌ها، بخش‌های خصوصی، سازمان‌های مختلف و دانشگاه‌ها نیاز دارد زیرا افزایش تولید مواد غذایی بدون آسیب رساندن به طبیعت نیازمند همکاری تمامی کشورهای جهانی است. از طرف دیگر، روی این موضوع هم تاکید دارد که باید اسراف و دورریز مواد غذایی به حداقل رسیده، آگاهی درباره اهمیت سبک زندگی سالم و پایدار بیشتر شده و در نهایت برای کاهش تغییرات اقلیمی و آسیب به طبیعت میان کشورها همکاری صورت بگیرد. **حرف آخر:** روز جهانی غذا در تمامی کشورهای عضو فائو به‌صورت رسمی

پذیرفته شده و هر کشوری بر اساس میزان تولیدات کشاورزی و فرهنگ غذایی‌اش برنامه‌هایی را در این روز به سازمان فائو ارائه می‌دهد. در کنار تلاش جهانی، ما به‌تنهایی هم می‌توانیم با اصلاح سبک زندگی و عدم اسراف مواد غذایی تأثیر کوچکی از خودمان به‌جای بگذاریم که نتایج درخشانی برای آینده داشته باشد. هر تصمیم کوچکی که از سمت شهروندان گرفته شود، نتیجه همان تلاش فائو برای افزایش آگاهی عمومی است که بدون شک تأثیر خوبی از خودش به‌جای می‌گذارد. **سؤالات متداول: فائو چه پیشنهادی برای تحقق اهداف روز جهانی غذا دارد؟** سازمان فائو علاوه بر علاوه بر ترغیب کشورها به همکاری با یکدیگر، به‌دنبال کمک، حتی کمک مالی، به کشورهای جهان برای برنامه‌ریزی بهتر در حوزه مواد غذایی و خوراک است. بررسی اطلاعات و داده‌های مهم از تولیدات کشاورزی هر کشور از دیگر اهداف سازمان خواروبار و کشاورزی جهانی است. **روز جهانی غذا پیشنهادی هم برای تشویق مردم به رژیم غذایی سالم دارد؟** بله. برنامه‌هایی مانند لزوم تحرک کافی به‌خصوص بعد از میانسالی، رعایت رژیم غذایی کم کربوهیدرات، وعده‌های گیاهی و بدون گوشت از برنامه‌های روز جهانی غذا است که در سال‌های اخیر رسانه‌ها درباره آن بارها صحبت کردند. **آیا روز جهانی غذا در تقویم ایران است؟** بله! ایران یکی از ۱۵۰ کشور عضو سازمان فائو است و ۱۶ اکتبر روز جهانی غذا را که مصادف با ۲۴ مهر است، در تقویم ملی کشور ثبت کرده است. تاریخچه نان به چندین هزار سال قبل برمی‌گردد. طبق تحقیقات علمی، اولین محصولات نان حدود ۸ هزار سال پیش ظاهر شد. از نظر ظاهری شبیه کیک های مسطح بودند که از غلات و آب تهیه شده و روی سنگ های داغ پخته شده بودند. اولین نان مخمری در مصر آموخته شد. حتی در آن زمان، نان به عنوان نان آور در نظر گرفته می شد و با خورشید مرتبط بود و حتی با آن (در نوشته های اولیه) با یک نماد - دایره ای با یک نقطه در مرکز - مشخص می شد. علاوه بر این، در زمان های قدیم، نان سفید عمدتاً توسط مردم از طبقه بالا مصرف می شد، و نان سیاه و خاکستری (به دلیل رنگ آن) غذای فقرا محسوب می شد. فقط در قرن بیستم، با آگاهی از فواید و ارزش غذایی نان چاودار و غلات، محبوبیت بیشتری پیدا کرد. باید بگوییم که در روسیه از قدیم با این محصول با احتیاط و محبت رفتار می شده است و از زمین حاصلخیزی که غذای اصلی را می ستاید قدردانی می شود و سنت های پخت روسی ریشه های طولانی دارد. این روند مقدس تلقی می شد و واقعاً دشوار بود. قبل از ورز دادن خمیر، مهماندار همیشه دعا می کرد و به طور کلی به روند ورز دادن خمیر با روحیه خوب نزدیک می شد و آهنگهای روح انگیز می خواند. در تمام این مدت در خانه ممنوع بود که با صدای بلند صحبت کنید، قسم بخورید و درها را بکوبید، و قبل از ارسال نان به اجاق گاز، صلیب روی آن نصب شد. حتی در حال حاضر، در کلیساهای مسیحی، مسیحیان با شراب و نان ارتباط برقرار می کنند، والدین آنها را با نان و نمک در آستانه در خانه ملاقات می کنند و هنگام فرستادن خویشاوندان خود به سفری طولانی، مردم محبت آمیز همیشه خرده نان را ترک می کنند. با آنها