Organizzazione delle Nazioni Unite per l'Alimentazione e l'Agricoltura

OBIETTIVI PER LO SVILUPPO SOSTENIBILE

2 FAME ZERO

lavoriamo per Fame Zero

LIBRO DI ATTIVITÀ

Lavoriamo per **Fame Zero**

Le denominazioni usate e la forma in cui sono presentati i dati che figurano nel presente materiale informativo non implicano l'espressione da parte dell'Organizzazione delle Nazioni Unite per l'alimentazione e l'agricoltura di alcuna opinione in merito allo stato giuridico o al livello di sviluppo di paesi, territori, città o zone, né in merito alle loro autorità o alla delimitazione delle loro frontiere o dei loro confini. La menzione di aziende specifiche o di prodotti, sia brevettati che non brevettati, non costituisce approvazione o raccomandazione da parte dell'Organizzazione delle Nazioni Unite per l'alimentazione e l'agricoltura di tali aziende o prodotti, a discapito di altre aziende o altri prodotti di natura simile che non siano menzionati.

Le opinioni espresse nel presente materiale informativo appartengono all'autore/i e non riflettono necessariamente le opinioni e le politiche dell'Organizzazione delle Nazioni Unite per l'alimentazione e l'agricoltura.

© FAO, 2018

La FAO incoraggia l'utilizzo, la riproduzione e la distribuzione dei contenuti riportati nel presente materiale informativo. A meno che non sia diversamente indicato, la duplicazione, lo scaricamento ("download") e la stampa del presente materiale informativo sono consentiti per scopi didattici, di ricerca o di studio personale, oppure per uso in servizi o prodotti non commerciali, a condizione che la FAO sia debitamente riconosciuta come fonte e titolare del diritto d'autore e che essi non implichino in alcun modo l'approvazione da parte della FAO di servizi, prodotti o opinioni degli utenti.

Eventuali richieste riguardanti i diritti di adattamento, traduzione, rivendita e altro uso commerciale devono essere indirizzate al sito Internet www.fao.org/contact-us/licence-request, oppure all'indirizzo copyright@fao.org.

Il materiale informativo FAO è disponibile sul sito Internet FAO (www.fao.org/publications) e può essere acquistato contattando l'indirizzo publications-sales@fao.org

Lavoriamo per **Fame Zero**

Giornata Mondiale dell'Alimentazione

Benvenuto alla Giornata Mondiale dell'Alimentazione! Non vedo l'ora di condividere la mia ricetta per un mondo libero dalla fame, a cui siete tutti invitati a contribuire. Mi presento: sono la mascotte dell'edizione 2018, e sono nata proprio qui, nel quartier generale della FAO, l'Organizzazione delle Nazioni Unite per l'Alimentazione e l'Agricoltura.

Fondata nel 1945 affinché tutti i Paesi si unissero nella lotta contro la fame, la FAO festeggia il compleanno il **16 ottobre**, che è anche la Giornata Mondiale dell'Alimentazione. Oggi oltre 130 Paesi si riuniscono per celebrare il loro obiettivo comune: un mondo libero dalla fame e dalla povertà, in cui ognuno possa vivere in modo sano.

L'obiettivo Fame Zero (**#FameZero**) è il cuore degli Obiettivi per lo Sviluppo Sostenibile (OSS) delle Nazioni Unite da raggiungere entro il 2030. Attenzione però: la FAO e i governi coinvolti nella missione più importante per il nostro pianeta non potranno farcela senza uno sforzo da parte di tutti. L'ingrediente speciale per il cambiamento definitivo sono infatti... le persone! Il che include anche te!

SII CREATIVO!

Concorso della **Giornata Mondiale dell'Alimentazione**

Anche tu sei un ingrediente!

Le tue idee sono preziose: ogni bambino o ragazzo un giorno sarà un adulto, perciò ogni azione positiva che compi oggi, creerà un mondo migliore per te e i tuoi amici domani!

Se hai un'età compresa tra i 5 e i 19 anni, sei invitato a disegnare un poster sul tema della Giornata Mondiale dell'Alimentazione. Vai sul sito

www.fao.org/WFD2018-contest

per inviare il tuo capolavoro!

Il termine per la partecipazione è il **9 novembre 2018**. I vincitori saranno annunciati sul sito web della Giornata Mondiale dell'Alimentazione e sui social media della FAO, e festeggiati negli uffici FAO in tutto il mondo. Riceveranno inoltre un Diploma di Merito e un pacco regalo a sorpresa, mentre i loro lavori saranno esposti in una mostra nel quartier generale della FAO a Roma.

Cos'è la **Fame Zero?**

Purtroppo la fame nel mondo è in aumento: secondo un rapporto FAO, nel 2016 le persone che soffrono la fame sono state 38 milioni in più rispetto al 2015. Ogni giorno **più di 800 milioni di persone non riescono a procurarsi alcun tipo di cibo** e rischiano di morire di denutrizione. Una cifra superiore agli abitanti di Indonesia, USA e Pakistan messi insieme!

La missione Fame Zero mira a ridurre questa cifra sconcertante a ZERO. Il Brasile è stato il primo Paese ad accettare la sfida nel 2003, quando il governo ha aiutato milioni di persone a uscire dalla povertà e dalla fame.

La FAO aiuta i Paesi a combattere la fame dal 1945. Fame Zero è tuttora la principale missione della FAO e questi sono gli ingredienti necessari per essere vincenti:

1. **Sicurezza alimentare:** garantire a tutti l'accesso a cibi sani, ogni giorno. Il nostro pianeta è in grado di sfamarci ma è compito degli esseri umani distribuire il cibo in modo equo, senza lasciare nessuno a mani vuote!

2. **Alimentazione sana:** accertarsi che tutti assumano le sostanze nutritive per stare bene, promuovendo abitudini alimentari responsabili e a basso impatto ambientale. In questo modo potrà essere ristabilito l'equilibrio tra chi mangia troppo o in modo errato e chi non dispone di cibo sufficiente.

3. **Agricoltura sostenibile:** l'uso di campi, foreste, mari e di tutte le risorse naturali essenziali per la produzione alimentare, senza danneggiare il pianeta. Sostenibile, perché la produzione di cibo deve essere rispettosa dell'ambiente, così come di tutte le persone e gli animali che ci vivono, altrimenti le nostre risorse non dureranno a lungo!

4. **Eliminazione della povertà:** la povertà è spesso la causa diretta della malnutrizione, perfino nei Paesi in cui i supermercati sono pieni di cibo. Le persone che non possono permettersi cibi sani, o cibo in generale, tendono ad ammalarsi più facilmente. In sostanza, uno stile di vita sano è il risultato del progresso economico e sociale!

L'ingrediente speciale di questa ricetta sei tu, ricordi?
L'obiettivo potrà essere raggiunto solo con l'aiuto di tutti.

FAME ZERO è il secondo dei 17 Obiettivi di Sviluppo Sostenibile (OSS) delle Nazioni Unite, che sono supportati da tutte le sue Organizzazioni. Paesi, aziende private e cittadini di tutto il mondo si daranno da fare per raggiungere i 17 obiettivi entro il 2030, a cominciare dalla povertà e dalla fame.
Questa missione ha visto il lancio di programmi entusiasmanti, molti dei quali sono rivolti a famiglie e piccole comunità. Spesso prevedono percorsi di formazione e la condivisione di informazioni e tecnologie. Studiare è infatti il modo migliore per imparare a sfruttare le risorse e migliorare le condizioni di vita: si studia il territorio, le nuove tecnologie di coltivazione, i cambiamenti climatici e ciò che può mettere a repentaglio la salute delle persone. È anche importante studiare come le tecnologie avanzate possano essere di supporto agli individui più deboli, oltre che alla società in generale. Serve infatti ogni singolo ingrediente per completare la ricetta!

Studiare, però, non è tutto: dobbiamo trasformare le nostre idee in **azioni.**

COS'È LA BIODIVERSITÀ?

La biodiversità è la varietà di piante e animali che vivono in equilibrio perfetto nell'ambiente (ecosistema), che li preserva. Se una specie si estingue, l'intero ecosistema è messo a repentaglio. Sapevi che esistono 100.000 varietà di riso e che utilizziamo solo 30 colture per quasi tutte le nostre esigenze energetiche?

La FAO e gli OSS

Gli OSS sono una guida ai governi per poter sviluppare politiche e iniziative per debellare la fame e la povertà, combattere le disuguaglianze e le ingiustizie, contrastare i cambiamenti climatici e raggiungere uno sviluppo sostenibile, che è la vera soluzione permanente. Cibo e agricoltura sono elementi importantissimi per ognuno di questi punti perché raggiungere l'obiettivo Fame Zero significa anche realizzare molti degli altri OSS. Ad esempio, non è possibile pensare all'istruzione e al benessere se prima non si rende la sana alimentazione accessibile a tutti.
Partecipa alle interessanti iniziative per saperne di più sugli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile visitando il sito **www.worldslargestlesson.globalgoals.org**

Trova la soluzione

Diamo uno sguardo agli OSS e ai messaggi che mostrano come il cibo e l'agricoltura sono le basi essenziali per poter raggiungere una serie di obiettivi. **Abbina ogni obiettivo al relativo messaggio.**

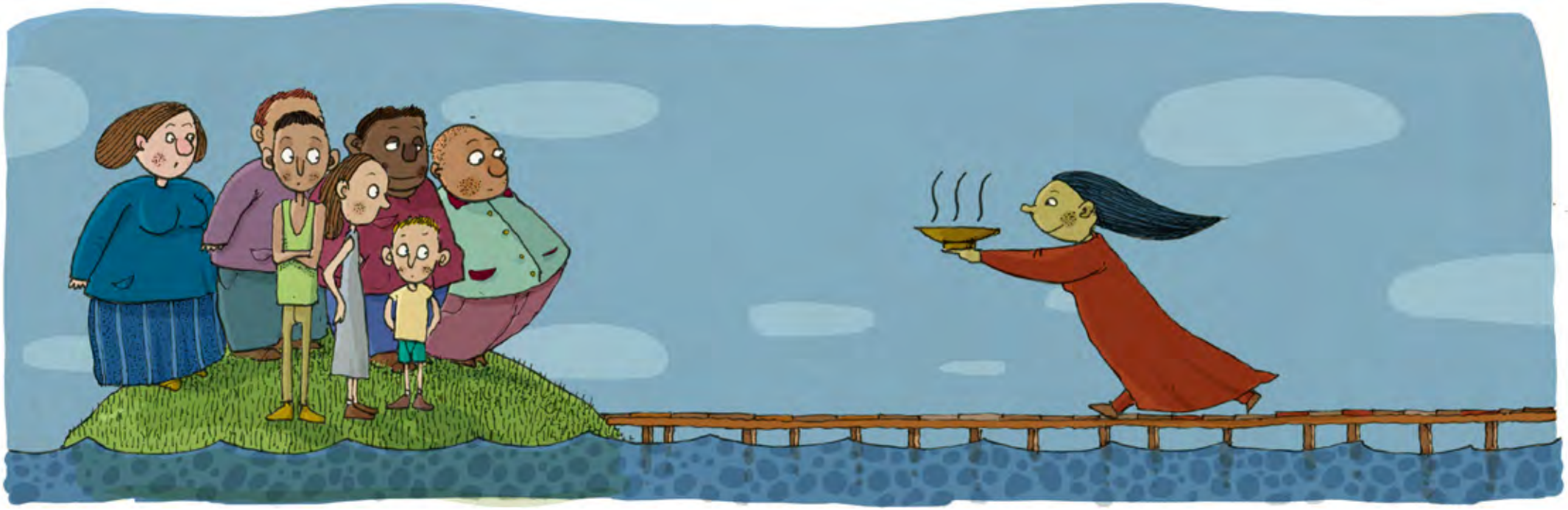
Troverai le risposte sull'ultima pagina del libro.

1 Sconfiggere la povertà	L'80% delle popolazioni povere vive in aree rurali, iniziamo da qui! (d)
2 Fame Zero	Cosa c'è di più giusto di un mondo Fame Zero? (l)
3 Salute e benessere	Mangiare sano, vivere bene, vivere più a lungo. (g)
4 Istruzione di qualità	Mens sana in corpore sano: una dieta corretta fa bene alla salute e predispone all'apprendimento (e)
5 Parità di genere	Metà della produzione alimentare nel mondo è in mano alle donne! Devono avere pari diritti di accesso alla terra. (n)
6 Acqua pulita e servizi igienico-sanitari	Entro il 2050 il 65% della popolazione mondiale vivrà in città sempre più grandi che devono approvvigionarsi. (j)
7 Energie rinnovabili	Sfruttiamo le energie alternative per la produzione alimentare. (q)
8 Lavoro dignitoso e crescita economica	Un'agricoltura giusta e sostenibile aiuta i popoli a venir fuori dalla povertà. (a)
9 Innovazione e infrastrutture	L'agricoltura innovativa aiuta i Paesi in via di sviluppo a… svilupparsi. (f)
10 Ridurre le disuguaglianze	Leggi migliori per un accesso più equo ai terreni agricoli. (h)
11 Città e comunità sostenibili	Le foreste sono immensi patrimoni di biodiversità: il loro futuro è anche il nostro. (i)
12 Consumi responsabili	Lo spreco è sempre sbagliato. (m)
13 Lotta contro il cambiamento climatico	Con l'agricoltura sostenibile non ci saranno sprechi! (b)
14 Vita sott'acqua	I pesci sono fonte di vita per i 3 miliardi di persone che ogni giorno si nutrono con le loro proteine. (o)
15 Vita sulla terra	La Terra ha tantissimo da dare: sta a noi condividerlo! (c)
16 Pace e giustizia	L'agricoltura sostenibile è parte della soluzione! (p)
17 Partnership per gli obiettivi	L'unione fa la forza! (k)

Cos'è la fame?

Sappiamo bene che centinaia di milioni di persone in tutto il mondo soffrono la fame. Ma a cosa è dovuto? Quali sono le origini della fame e della malnutrizione? Qual è la causa e come possiamo combatterla?

Se guardiamo alla Storia, la fame è sempre esistita, e sempre per gli stessi motivi. La povertà è una delle principali cause della fame: chi è povero non può permettersi alimenti nutrienti. Ciò rende difficile lavorare per guadagnarsi da vivere e per questo spesso si resta incastrati nella trappola della povertà.



Le guerre distruggono le coltivazioni e la produzione di alimenti. Spesso milioni di persone sono costrette ad abbandonare le proprie abitazioni e si ritrovano senza cibo. La stragrande maggioranza dei popoli affamati nel mondo vive in Paesi colpiti dalla guerra. Guerre o rivolte possono essere a loro volta una diretta conseguenza della fame: è naturale che si scateni la rabbia se l'accesso al cibo diventa impossibile. Il cibo può pertanto essere una potente arma di pace nel mondo e spezzare questo circolo vizioso.

Nel corso degli ultimi due secoli noi esseri umani abbiamo sottovalutato gli effetti dell'inquinamento, che invece ha cambiato il clima, causando l'aumento di eventi meteorologici estremi come alluvioni, tempeste tropicali e lunghi periodi di siccità. Agricoltori, pescatori, allevatori e abitanti delle aree boschive sono le persone più colpite durante e dopo i disastri naturali: si ritrovano con cibo insufficiente e sono spesso costretti ad abbandonare le loro abitazioni. Anche l'aumento delle temperature in seguito ai **cambiamenti climatici** ha un effetto devastante sull'ambiente, inaridendo i campi e rendendoli infertili.

Povertà, guerre e disastri naturali hanno effetti particolarmente gravi sulle aree meno ricche del mondo. Ma anche nei paesi ricchi e industrializzati troviamo fasce di popolazione che vivono in povertà e non possono nutrirsi adeguatamente. Spesso vivono negli stessi quartieri in cui vivono persone in sovrappeso o addirittura obese. La **sovralimentazione** e l'assunzione irresponsabile di cibo spazzatura sono parte integrante del problema della fame, in quanto causano un crescente numero di decessi ogni anno. 1,9 miliardi di persone, cioè oltre un quarto della popolazione mondiale, sono in sovrappeso. 600 milioni sono obese e l'obesità negli adulti è in crescita ovunque a una velocità notevole. I rifiuti che derivano dalle enormi quantità di cibo prodotte per gli ipernutriti contribuiscono all'inquinamento, il che interessa la salute di tutti. La malnutrizione è pertanto un problema globale: riguarda tutti noi, a prescindere da dove viviamo.

La **crescita economica** è spesso l'elemento chiave per uscire dalla fame. Purtroppo, però, quando non è corretta e controllata, può ampliare il divario tra ricchi e poveri, generando ulteriore fame, guerre e tensioni sociali.

La crescita deve includere le persone più deboli e considerare la società nella sua totalità: funzionerà solo quando ogni singola parte sarà considerata parte essenziale del quadro generale. Come abbiamo detto, le persone sono l'ingrediente speciale della ricetta per sconfiggere la fame nel mondo. Ognuno ha il proprio compito per raggiungere questo obiettivo comune, come vedremo nel capitolo successivo!

1,9 miliardi di persone,
cioè oltre un quarto della popolazione mondiale, sono in sovrappeso.

Chi fa cosa?

Secondo la ricetta Fame Zero, **ognuno ha il suo ruolo!**
Le soluzioni per sconfiggere la fame una volta per tutte sono semplici, ma funzioneranno solo con l'ingrediente speciale: le persone! E anche con le loro azioni – e qui viene il difficile. Per questo motivo la FAO indica la giusta via a governi, aziende private e gente comune attraverso una serie di iniziative che condurranno a un mondo a Fame Zero.

1. Governi e leader politici

Ai giovani la politica può sembrare roba da grandi, ma in realtà è un aspetto fondamentale della vita di tutti. I capi di Stato, per esempio, hanno un ruolo chiave nella lotta contro la povertà e la fame. La loro attenzione all'agricoltura, ai cambiamenti climatici, alla creazione di posti di lavoro e a una crescente tutela delle fasce più deboli della società, può fare la differenza nel breve e nel lungo termine.

I governi, per esempio, devono controllare i mercati affinché i prezzi siano equi anche per i piccoli agricoltori. Devono garantire che le grandi aziende rispettino e tutelino i diritti delle popolazioni locali quando acquistano o affittano grandi appezzamenti di terra. Devono inoltre promuovere sane abitudini alimentari, investire di più nella ricerca e concentrarsi sullo sviluppo delle aree rurali. Queste sono solo alcune delle cose che è possibile fare per migliorare la vita delle persone.

La buona leadership fa la differenza: per questo la FAO crede che supportare ed essere supportati dai governi sia fondamentale per sviluppare strategie globali contro la fame.

2. Piccoli agricoltori

Circa il 90% delle aziende agricole del mondo è a conduzione familiare. Questo significa che dietro ogni fattoria ci sono una madre, un padre e a volte altri parenti che lavorano insieme per produrre alimenti per l'intera famiglia e per la comunità in cui vivono.

Queste aziende agricole hanno un ruolo notevole nella missione per raggiungere l'obiettivo Fame Zero, e ne devono essere consapevoli! La FAO li invita a unirsi in cooperative per avere più potere, migliorare l'accesso alle risorse e massimizzare i profitti. Insieme possono adattarsi ai cambiamenti climatici e sviluppare strategie comuni per le coltivazioni sostenibili, nonché imparare come affrontare i disastri naturali e riprendersi rapidamente dalle loro conseguenze.

Per finire, i piccoli agricoltori devono preservare le risorse naturali della Terra come il suolo e l'acqua, e migliorare le tecniche di raccolto, conservazione, confezionamento e trasporto degli alimenti per eliminare gli sprechi.

Non ci rivolgiamo solo ai coltivatori di campi, ma anche alle comunità di persone che vivono di caccia, pesca e allevamenti di bestiame. La FAO impiega tempo e risorse per sviluppare l'incredibile potenziale dei piccoli agricoltori, concentrandosi in particolar modo sulla conoscenza, l'istruzione e la tecnologia.

3. Settore privato

Uno dei principali ingredienti nella lotta contro la fame è l'innovazione, che non potrebbe esistere senza il supporto del "settore privato". Ma cos'è, esattamente? È composto da aziende e imprese di ogni dimensione che lavorano non solo nel settore agricolo ma anche nei servizi correlati come le assicurazioni, il marketing, le comunicazioni e la finanza. Le aziende del settore finanziario lavorano con la FAO affinché i piccoli agricoltori più bisognosi possano avere accesso a finanziamenti per migliorare le loro attività e guadagnare di più. I supermercati possono partecipare all'iniziativa SAVE FOOD della FAO e far parte di una rete mondiale di rivenditori alimentari che si propongono di ridurre gli sprechi e gli scarti nei loro negozi, invitando anche i propri clienti a unirsi al progetto. Le multinazionali possono lavorare con la FAO per sfruttare grandi appezzamenti di terreno in modo responsabile, rispettando l'ambiente e assicurandosi che gli abitanti del luogo non siano costretti ad abbandonare i propri campi, posti di lavoro o abitazioni. Le compagnie di telecomunicazioni sono indispensabili per la FAO: possono sviluppare nuove App che consentano agli agricoltori di accedere a informazioni per sfruttare le risorse naturali con maggiore attenzione, nonché tenersi pronti ad affrontare eventi meteorologici estremi legati ai cambiamenti climatici. Giornali, riviste e altri organi di stampa dovrebbero far squadra con la FAO per condividere più informazioni possibili su argomenti come la fame, la nutrizione e altri problemi relativi all'alimentazione. **Tutti gli imprenditori del mondo possono unirsi alla FAO nella lotta contro la fame**, per esempio adottando progetti di sviluppo sostenibile e partecipando alla discussione internazionale sull'argomento. Come abbiamo visto, la fame è un problema che ci riguarda tutti!

4. Voi, giovani di tutto il mondo!

Non dimenticate che la FAO crede nel potere delle nuove generazioni, di ogni Paese e di qualsiasi estrazione sociale. Come già detto, i giovani sono gli adulti del domani ed erediteranno la Terra.

I bambini, rappresentati in questa immagine, hanno già deciso cosa fare e stanno prendendo il volo!

Cosa puoi fare per aiutare il mondo nella missione per raggiungere la Fame Zero? Dai uno sguardo ai nostri consigli nelle pagine che seguono per scoprire come puoi unirti a loro.

Passa all'azione!

Evita di sprecare il cibo

Un quarto degli alimenti che si rovinano o si sprecano ogni giorno basterebbe a sfamare tutti i popoli che soffrono la fame. Siamo certi che non vorrai essere complice di questa catastrofe globale, quindi preparati al cambiamento! Acquista e consuma solo il necessario, non scartare frutta e verdure che sembrano "brutte", dì NO alle inutili confezioni di plastica, ama i tuoi avanzi!

Non farti ingannare dalle etichette!

Solo la data di scadenza indica quando un alimento non è più buono. Ma se la data del "consumarsi preferibilmente entro..." di un alimento è superata, potrebbe essere ancora buono! Guarda bene prima di gettare qualcosa. "Data di scadenza" e "da consumarsi preferibilmente entro il" sono due cose differenti e potrebbero trarti in inganno...

Migliora la tua dieta

La produzione di carne utilizza molte più risorse naturali, come l'acqua, della produzione di vegetali o legumi. Cosa puoi fare? Prova a fare un pasto alla settimana a base di sole verdure (compresi i legumi come lenticchie, fagioli, piselli e ceci) al posto della carne. Magari penserai che è troppo poco per fare la differenza, e invece la farà, garantito al 100%!

Mangia sano

Quando fai la spesa, impara a individuare sulle etichette gli ingredienti dannosi come i grassi trans. Sostituisci gli snack industriali con frutta fresca, verdure crude, noci o pane integrale. Mangia patate al forno invece delle solite patatine fritte ed evita alimenti con zuccheri aggiunti.

Abbi cura dell'acqua

Siccità vuol dire assenza di acqua e sta diventando sempre più diffusa, anche nei Paesi in cui ce n'era in abbondanza. È dovuta ai cambiamenti climatici, il che vuol dire... che siamo parte del problema. Datti da fare e controlla le perdite, usa l'acqua piovana o le acque "grigie" per inaffiare le piante, fai docce rapide invece del bagno, chiudi il rubinetto quando ti lavi i denti (avrai un sorriso più smagliante!).

Proteggi i pesci a rischio

Alcuni pesci, come i merluzzi o i tonni, sono consumati più di altri e di conseguenza rischiano di scomparire per sempre a causa della pesca eccessiva. Convinci amici e parenti a mangiare altri tipi di pesce che sono più abbondanti, come gli sgombri o le aringhe. Puoi anche scegliere pesci catturati o allevati in modo sostenibile, con il marchio di certificazione o etichettati "eco". Quando al ristorante ordini pesce o frutti di mare, chiedi se provengono da fonti sostenibili. Diventa un paladino dei mari!

Mantieni puliti terreno e acqua

Non gettare rifiuti a terra, raccogli la spazzatura gettata via in modo irresponsabile dagli altri e non dimenticare di farti sentire se li vedi mentre lo fanno! Sii un consumatore coscienzioso e scegli detersivi, vernici e altri prodotti per la casa che non contengano candeggina o altre sostanze chimiche aggressive. In questo modo il terreno ne soffrirà meno. Dai uno sguardo online e acquista solo da aziende che prevedono lavorazioni sostenibili che non danneggino l'ambiente. Un prodotto a basso costo è probabile che sia dannoso per le persone o per il pianeta: compra solo cose di qualità o evita di comprarle e... fai spese solo se ne hai davvero bisogno.

Acquista prodotti locali

Quando puoi, acquista da agricoltori della tua zona. Perché? Perché in questo modo sostieni la crescita economica locale, e il trasporto dei prodotti è più breve. Meno emissioni, meno inquinamento, mondo più sano, agricoltori più felici. Un vantaggio a tutto tondo!

Rendi le città più verdi

Aggiungi un po' di verde al tuo mondo e mangia verdure salutari creando o curando un orticello a scuola, nel tuo quartiere, su un terreno abbandonato, in un ampio vaso sul tetto o magari sul balcone di casa. Invita le autorità locali a prendere in considerazione la creazione di giardini pensili invece di utilizzare ghiaia e catrame che assorbono calore. Le piante creano protezioni, purificano l'aria, abbelliscono il paesaggio urbano e riducono l'inquinamento delle acque.

Ricicla

Plastica, vetro, alluminio e carta. Non dimenticare di utilizzare il fronte e il retro dei fogli di carta: salverai molti alberi. Inizia a riciclare coinvolgendo i tuoi compagni di scuola!

Fatti furbo con la spazzatura

Presta sempre attenzione a ciò che butti nel bidone dell'immondizia – batterie, vernici, piante, cellulari, fertilizzanti, pneumatici, cartucce d'inchiostro ecc. possono essere estremamente nocivi all'ambiente, in particolare se finiscono nello scarico delle acque. La plastica eliminata in modo irresponsabile può gravemente danneggiare gli habitat marini, uccidendo migliaia di pesci ogni anno. Impara a riciclare e a eliminare in modo sicuro questi articoli pericolosi!

Scegli il risparmio energetico

La tua famiglia ha bisogno di un nuovo frigorifero, di una lavatrice o di un altro elettrodomestico? Invitali ad acquistarne uno a risparmio energetico, che consumi meno elettricità e che riporti il simbolo A+++. Puoi risparmiare energia anche spegnendo le luci uscendo da una stanza, scollegando TV, impianto stereo o computer invece di lasciarli in stand-by, e utilizzando lampadine a basso consumo. In inverno puoi indossare un maglione in più e chiedere ai tuoi genitori di abbassare il riscaldamento, mentre in estate puoi chiudere le tende delle finestre invece di impostare i condizionatori al massimo.

Organizza una pulizia di gruppo

Non aspettare che lo facciano il Comune o le autorità locali. Riunisci un gruppo di amici e vicini e datevi da fare per ripulire il luogo in cui vivi! Che sia un paesino o un quartiere, un parco o una spiaggia, fai la tua parte affinché siano splendenti per tutti.

Sostieni #FameZero

L'unione fa la forza! Condividi post interessanti sui social utilizzando l'hashtag #FameZero, fai sentire la tua voce e invita i politici a unirsi alla missione Fame Zero creando leggi e iniziative per aiutare il nostro pianeta. Non si è mai troppo giovani per interessarsi alla politica: inizia a pensare a chi darai il tuo voto quando verrà il momento!

Creatività

Diffondi la tua missione Fame Zero – partecipa al concorso per il poster della GMA, scrivi, realizza un video, dai sfogo alla tua creatività! Inizia dal tuo quartiere: rendilo migliore, più pulito, più allegro!

Storie di giovani impegnati nella missione Fame Zero

La FAO aiuta i giovani in tutto il mondo collaborando con governi, agricoltori e altri partner per raggiungere l'obiettivo Fame Zero. Leggi le storie che seguono per scoprire cosa ha fatto la FAO con ragazzi come te!

Ciao! Mi chiamo Justin David Faundo e vivo nelle Filippine!

Molti credono che non ci sia nulla di "figo" nel coltivare la terra e che non si diventi ricchi; nel mio Paese molti sognano di lavorare in campo industriale o tecnologico. Un giorno però nella mia scuola sono venuti dei rappresentanti FAO, tramite un'organizzazione chiamata Yakap Kalikasan, e hanno incoraggiato me e i miei compagni a diventare la prossima generazione di agricoltori, imprenditori alimentari, scienziati, agronomi e perfino leader di governo! Per adesso io sono il leader del mio gruppo, e tutti facciamo parte di un progetto in cui impariamo a coltivare le verdure in modo semplice e a costo zero. Pensi ancora che coltivare la terra non sia figo? Ripensaci! Noi siamo un raggio di speranza per la nostra comunità rurale e stiamo lavorando sodo per raggiungere uno sviluppo sostenibile e la sicurezza alimentare. Siamo anche molto creativi! Se venissi a trovarci nella nostra scuola, vedresti vecchie scarpe da ginnastica appese per i lacci nelle quali coltiviamo lattuga, piante di coriandolo che germogliano in bottiglie inutilizzate e melanzane che crescono in vecchi pneumatici. Ecco, noi ricicliamo i rifiuti affinché siano di nuovo utili! I nostri orti biologici sono come laboratori di scienze e all'ora di pranzo mangiamo ciò che coltiviamo, così possiamo fare tutti un pasto nutriente ogni giorno. L'organizzazione per la gioventù che gestisce il programma vende poi il nostro surplus al mercato locale. Abbiamo anche messo in pratica le nostre nuove conoscenze a casa: con i nostri genitori abbiamo realizzato giardini verticali in spazi ridotti. Ciò significa che dobbiamo acquistare meno cibo e possiamo risparmiare per comprare altre cose. Non è figo sul serio?

Qui Bilasan dalla Siria!

Essere una ragazzina di 10 anni in un territorio di guerra non è facile. Vivo nel pericolo da 8 anni - praticamente tutta la mia vita! Ogni giorno muoiono moltissimi innocenti, e milioni di persone soffrono per fame e malnutrizione, il che nel lungo termine può avere effetti gravi sulla crescita e sullo sviluppo futuro dei bambini. Per fortuna un team della FAO, con il supporto dell'Unione Europea, sta insegnando ai bambini delle scuole elementari del mio Paese l'importanza della nutrizione, insegnandoci a coltivare frutta e verdura. Con gli ulteriori aiuti dell'UNICEF e dei programmi alimentari per le scuole del PMA, il progetto si sta svolgendo al momento in 17 scuole e presto coinvolgerà altre 35 scuole in tutta la Siria, comprese zone pericolose come Aleppo. Il progetto aiuterà migliaia di bambini come me. Ho studiato la piramide alimentare, le vitamine e la dieta sana e ora so tutto su broccoli, peperoni, pomodori e altri alimenti. Abbiamo perfino un campo giochi commestibile! È come una classe a cielo aperto, lì impariamo a preservare le risorse naturali della Terra utilizzando serbatoi d'acqua e un sistema di irrigazione a goccia che riduce al minimo l'evaporazione e conserva gli elementi nutritivi. Sembra complicato? Secondo mia madre sono un'esperta, perché a casa ho piantato delle fragole, ma vi assicuro che non è affatto difficile!

Mi chiamo Elvis Cortés Hernández e vivo in Messico!

Frequento la 5a elementare della scuola bilingue General Lázaro Cárdenas, nello stato centrale di Puebla. Il mio Paese ha uno dei tassi di obesità più alti del mondo… significa che molti qui sono un po' grassottelli, il che può sembrare simpatico ma non lo è, anzi, non è affatto sano.
Le persone in carne credono che il cibo spazzatura o ad alto contenuto di grassi sia più buono, ma sapete che vi dico?
Le cose che preferisco alla mensa della scuola sono le carote, i broccoli e la frutta. Sì, esatto – i broccoli! Per questo sono così in forma e posso correre in cortile, dove abbiamo anche un orto e un pollaio.
Mi piace occuparmi dell'orto della scuola, piantando e raccogliendo ortaggi con l'aiuto di altri 95 compagni. Il nostro insegnante di matematica e geometria ci insegna come coltivare e ci illustra l'importanza della nutrizione, che aiuta noi e le nostre famiglie ad alimentarci in modo corretto. All'inizio è stata la FAO a seguirci, ma ora il progetto della scuola General Lázaro Cárdenas va avanti a gonfie vele dal 2011. Sono fiero di farne parte e anche di godere di ottima salute!

Saluti da Asamanech Asmelash in Etiopia!

La scuola mi piace per due motivi: imparo sempre cose nuove e mangio con i miei amici. Avete mai provato a rimanere concentrati quando leggete o scrivete mentre lo stomaco brontola? Io sì e non è affatto divertente. I miei compagni di scuola perdono tantissimi giorni di lezione, alcuni si sono addirittura ritirati perché troppo affamati per stare attenti. Ora che la nostra pancia è piena, invece, possiamo concentrarci meglio sulle lezioni. Il nostro insegnante, Gatso Besah, è molto soddisfatto del nuovo programma alimentare della scuola. Fornisce pasti ai bambini delle famiglie più povere e il cibo viene acquistato da agricoltori locali, affinché nel mio paese sempre più persone possano essere sollevate dalla povertà.

Tutto ciò è possibile grazie all'aiuto della FAO. La FAO fornisce i semi e gli strumenti agli agricoltori locali, insegnando loro come ridurre gli sprechi causati dalla scorretta conservazione degli alimenti, dal sole o dagli insetti. La FAO inoltre aiuta gli agricoltori a vendere i prodotti ai mercati e lavora a stretto contatto con il Programma Alimentare Mondiale (PMA), che supervisiona i programmi alimentari per le scuole. Abbiamo saputo che il programma ha avuto un grosso successo in Brasile, dove milioni di persone hanno sconfitto la povertà e la fame grazie all'iniziativa governativa "Fome Zero" (Fame Zero). Io e la mia famiglia siamo molto felici di partecipare al programma. Quando in classe cantiamo con il nostro insegnante, riesco a guardare al futuro con maggiore serenità.

Lo sapevi?

Quando Nelson Mandela era prigioniero in Sud Africa, ogni giorno curava un orto per ore. Ha coltivato verdure, spesso in bidoni per la benzina tagliati a metà. È arrivato a curare circa 900 piante. Così ha migliorato la sua dieta e quella di altri prigionieri, perfino quella dei suoi secondini!

Ora tocca a te

1. Descrivi un Eroe Fame Zero che conosci o che hai visto in TV o sui giornali.

_____

_____

2. Raccontaci della tua iniziativa Fame Zero preferita. Se ti senti bloccato, dai uno sguardo su internet, nei giornali, social media e YouTube!

_____

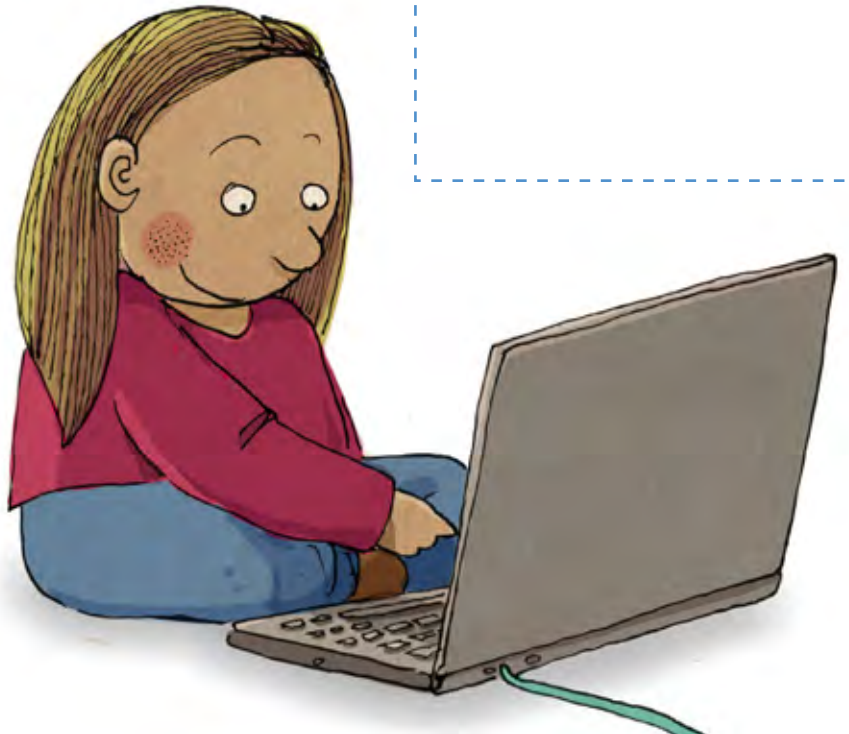
_____

3. Riesci a pensare a nuove azioni che non abbiamo considerato nella nostra missione Fame Zero?

_____

_____

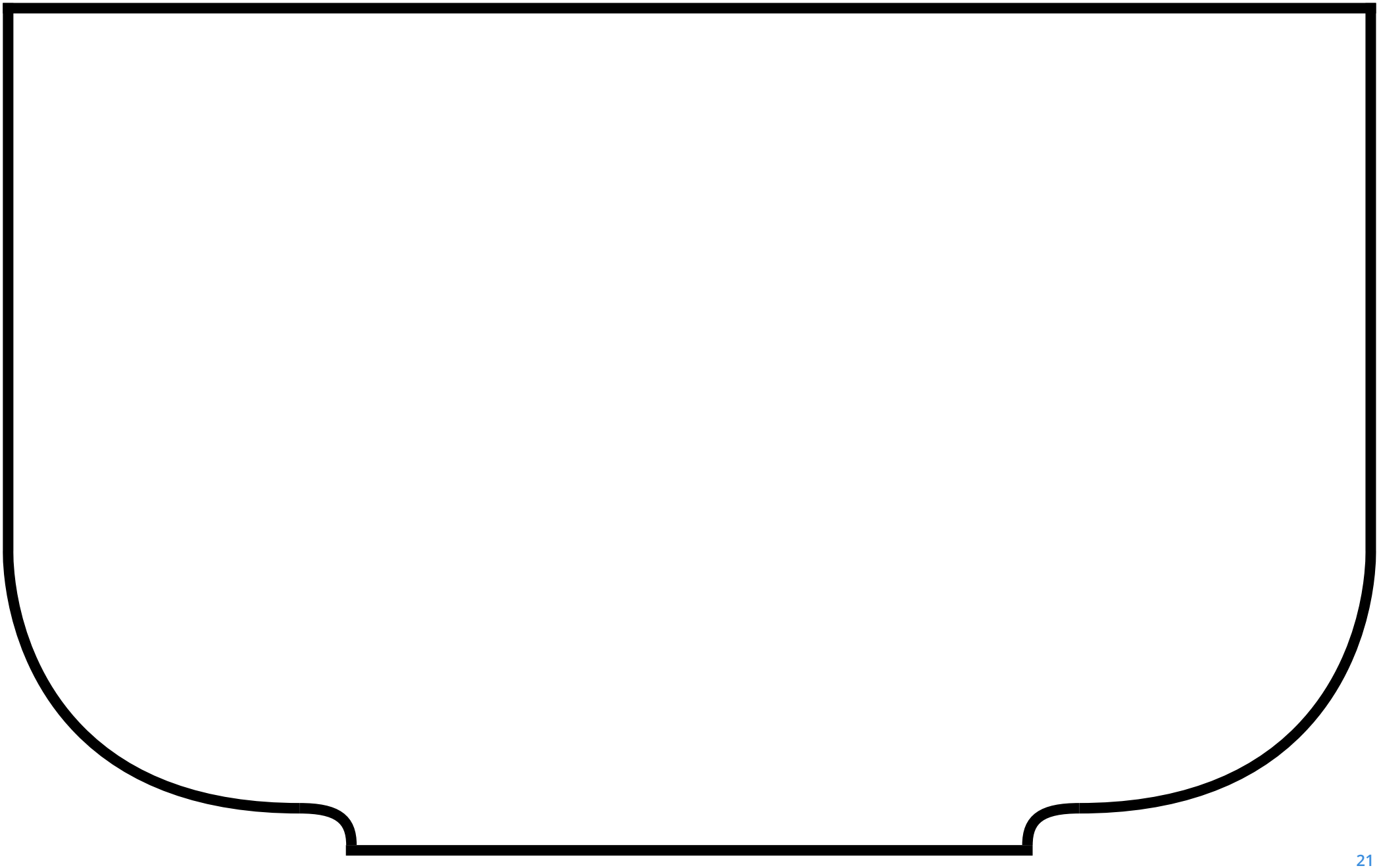
4. Disegna la tua mascotte Fame Zero. Cosa ti aiuterebbe a fare nel tuo quartiere?



Partecipa al concorso Un poster per la Giornata Mondiale dell'Alimentazione

Ora che hai scoperto tutto ciò che c'è da sapere sulla missione Fame Zero e sul ruolo che può avere ognuno di noi, vogliamo conoscere le tue idee su come raggiungere questo obiettivo globale. Disegnale, colorale o dipingile nella ciotola Fame Zero qui di seguito.

Scansiona o scatta una foto del tuo poster per partecipare al concorso: www.fao.org/WFD2018-contest



L'appello della FAO e delle Nazioni Unite

La FAO, con le Nazioni Unite, sta cercando di condividere la sua ricetta per l'obiettivo Fame Zero in tutto il mondo e vorrebbe che i popoli lavorassero insieme come un'unica squadra. Per questo la FAO promuove la cooperazione tra governi, agricoltori, individui e aziende private, sottolineando il fatto che solo lavorando uniti sarà possibile raggiungere l'obiettivo Fame Zero.

Come abbiamo visto, la FAO opera in diversi modi, per esempio portando conoscenze e strumenti nelle aree del mondo che sono rimaste indietro, distribuendo gli aiuti del settore privato e sollevando l'attenzione dei governi. Protegge inoltre la biodiversità, preservando le specie a rischio di estinzione in speciali banche genetiche a scopo di ricerche future. Ciascun ingrediente deve essere considerato importante, come dimostrano i dati e le statistiche sottoposte come prova ai leader e capi di tutto il mondo. Basandosi su queste preziosissime informazioni, la FAO suggerisce le migliori strategie per sviluppare trattati e norme a supporto degli agricoltori locali, nonché politiche commerciali favorevoli a tutti.

Fame Zero per un mondo migliore

Per concludere, cari amici, la mia ricetta funziona, gli ingredienti ci sono e li misceleremo insieme fino al 2030, quando si spera che l'obiettivo Fame Zero sarà divenuto realtà: la nostra realtà. Non dimenticate che avete la facoltà di scegliere! Come vivere, cosa acquistare, cosa mangiare, come reagire alle difficoltà e se essere o meno partecipi del cambiamento. Sento che lo sarete, che lo saremo tutti. Ogni minimo gesto contribuirà alla ricetta Fame Zero, il che vuol dire che ogni singola persona è indispensabile. E allora... non dimenticate di compilare il passaporto e di tener fede all'impegno preso per l'obiettivo Fame Zero.

Arrivederci nel **2030!**

ISTRUZIONI

Ora che hai completato il Libro di Attività sulla Giornata Mondiale dell'Alimentazione, vogliamo che tu diventi un Cittadino Fame Zero facendo la tua parte ed aiutandoci a raggiungere il nostro obiettivo entro il 2030.

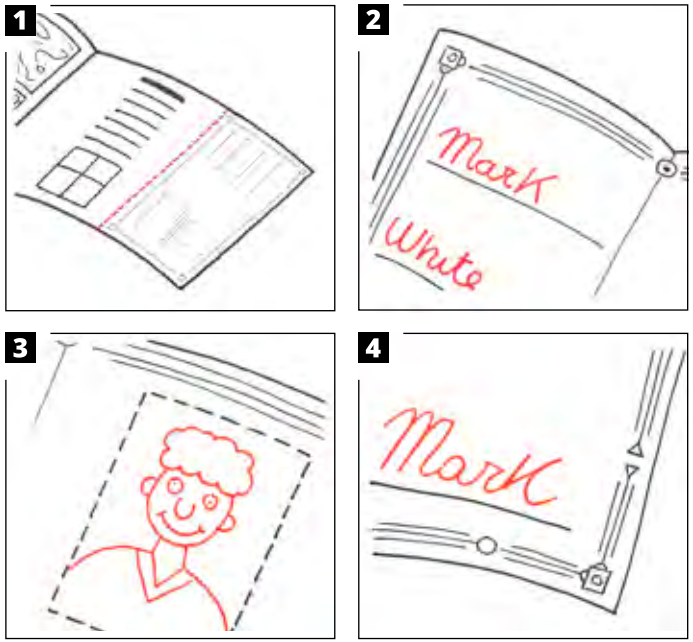
Segui i passi sottostanti per completare il tuo Passaporto Fame Zero:

1. Stacca delicatamente il passaporto sulla destra.

2. Riempi i campi sulla pagina sinistra interna.

3. Disegna una tua immagine o incolla una tua foto nel riquadro.

4. Scegli da 1 a 3 iniziative a cui tenere fede e descrivile nell'apposito spazio del passaporto. Lasciati ispirare da quanto hai letto in questo libro di attività, oppure pensa a un tuo progetto! Al termine, firma il tuo impegno.



Risposte alle domande a pagina 7
1-d, 2-c, 3-g, 4-e, 5-n, 6-b, 7-q, 8-a, 9-f, 10-h, 11-j, 12-m, 13-p, 14-o, 15-i, 16-l, 17-k

Ricordati di piegare il tuo passaporto al centro

Nome: _____

Età: _____

Nazione: _____

In qualità di Cittadino **Fame Zero**, mi impegno a:

1 _____

2 _____

3 _____

Firma sulla riga sovrastante

Organizzazione delle Nazioni Unite per l'Alimentazione e l'Agricoltura

OBIETTIVI PER LO SVILUPPO SOSTENIBILE

lavoriamo per Fame Zero

FAME ZERO

2 FAME ZERO

Con le tue azioni, questo passaporto sarà valido per un Mondo **Fame Zero** fino al 2030.

Data / /

#FameZero

www.fao.org

PASSAPORTO

Serie Libri di Attività

Se ti è piaciuto questo Libro di Attività, dai uno sguardo anche agli altri libri della serie.

▼ La tua guida alla FAO

▼ Cambiamo il futuro delle migrazioni.

▼ Il Clima sta cambiando.

Contattaci:

ORGANIZZAZIONE DELLE NAZIONI UNITE PER L'ALIMENTAZIONE E L'AGRICOLTURA

Viale delle Terme di Caracalla
00153 Roma, Italia

world-food-day@fao.org

www.fao.org

I9420IT/1/05.18