



Co-funded by  
the European Union



**SSPICE IT!**

Sustainability Skills Program for International Catering  
operators and Entrepreneurs through Integrated Training

## **SSPICE IT! – Programul de competențe pentru sustenabilitate destinat operatorilor internaționali de catering și antreprenorilor prin formare integrată**

SSPICE IT! proiectul este cofinanțat de Comisia Europeană în cadrul programului Erasmus+.

*Conținutul acestei publicații reflectă doar punctul de vedere al Consorțiului SSPICE IT, iar Comisia nu este responsabilă pentru nicio utilizare care poate fi făcută a informațiilor pe care le conține.*

## Modulul nr. 01

|  |   |   |
|--|---|---|
| <b>ZONA TEMATICĂ</b>   | <b>Relațiile dintre alimente, oameni și mediu</b>   |   |
| <b>SUBZONA DE REFERINȚĂ</b>  | <i>Mâncare durabilă</i>   |   |
| <b>ORE</b>   | 15  |   |
| <b>OBIECTIVE DE ÎNVĂȚARE</b>   |   |   |
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Recunoașteți</b> principalele relații și probleme dintre oameni și mediu.</li> <li>2. <b>Înțelegeți</b> impactul alimentelor asupra mediului.</li> <li>3. <b>Înțelegeți</b> conceptul de hrană durabilă.</li> <li>4. <b>Înțelegeți</b> corelația dintre sănătate și alimentația durabilă.</li> <li>5. <b>Înțelegeți</b> complexitatea sistemului alimentar și problemele societale asociate cu acesta.</li> </ol> |   |   |
| <b>ACTIVITĂȚI DE ÎNVĂȚARE</b>  |   |   |
|  | <b>Teoretic</b>   | <b>Practic</b>  |
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Lectură</li> <li>✓ Cercetare web</li> <li>✓ Studiu de caz</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Cercetarea cauzelor, mecanismelor și consecințelor problemelor de mediu contemporane</li> <li>✓ Evaluarea impactului scenariilor fictive asupra sistemului alimentar global</li> <li>✓ Alcătuirea de meniuri inovatoare urmând principiile de sustenabilitate</li> </ul> |

## CUPRINS

|  |                                     |
|--|-------------------------------------|
| <b>INTRODUCERE</b> .....   | <b>4</b>                            |
| <b>CAPITOLUL 1: OAMENII ȘI MEDIUL ÎNCONJURĂTOR</b> .....   | <b>5</b>                            |
| 1.1.    INTRODUCERE: O SCURTĂ ISTORIE A RELAȚIEI OM – NATURĂ .....   | 5                                   |
| 1.2.    IMPACTUL OAMENILOR ASUPRA MEDIULUI .....   | 6                                   |
| 1.3.    IMPACTUL MEDIULUI ASUPRA OAMENILOR .....   | 6                                   |
| 1.4.    SOLUȚII ȘI PERSPECTIVE .....   | 7                                   |
| 1.4.1 <i>Pactul verde european</i> .....   | 7                                   |
| 1.4.2 <i>La nivel economic: antreprenoriat social, economia circulară și alimentația durabilă</i> .....            | 8                                   |
| EXERCIȚIUL 1: <i>CONȘTIENȚIZAREA PROBLEMELOR ECOLOGICE</i> .....   | 8                                   |
| <b>CAPITOLUL 2: PROVOCĂRI SOCIETALE ALE ACESIBILITĂȚII ALIMENTELOR</b> .....                                       | <b>10</b>                           |
| 2.1.    INTRODUCERE: COMPLEXITATEA SISTEMULUI ALIMENTAR .....  | 10                                  |
| 2.2.    INSECURITATEA ALIMENTARĂ ȘI NUTRIȚIONALĂ: O PRIVIRE DE ANSAMBLU EUROPEANĂ .....                            | 14                                  |
| 2.3.    DREPTUL LA HRANA .....   | 15                                  |
| 2.4.    DINCOLO DE EUROPA: CONCEPTUL DE SUVERANITATE ALIMENTARĂ .....  | 16                                  |
| EXERCIȚIUL 2: <i>ÎNȚELEGEREA COMPLEXITĂȚII SISTEMULUI ALIMENTAR</i> .....  | 17                                  |
| EXERCIȚIUL 3: <i>CREAREA CAMPANIEI – CREȘTEREA GRADULUI DE CONȘTIENȚIZARE CU PRIVIRE LA DREPTUL LA HRANĂ</i> ..... | 19                                  |
| <b>CAPITOLUL 3: INVESTIGAREA INTERSECȚIILOR DINTRE ALIMENTE, SĂNĂTATE ȘI MEDIU</b> .....                           | <b>20</b>                           |
| 3.1.    INTRODUCERE: AMPRENTA ECOLOGICĂ A ALIMENTELOR INDUSTRIALE .....  | 20                                  |
| 3.2.    CE ESTE MÂNCAREA ORGANICĂ? .....   | 22                                  |
| 3.3.    CE ESTE UN SISTEM ALIMENTAR SUSTENABIL? .....  | 23                                  |
| 3.4.    DE CE AR TREBUI SĂ ADOPTĂM PRACTICI ALIMENTARE SUSTENABILE ÎN INDUSTRIA ALIMENTARĂ? .....                  | 26                                  |
| EXERCIȚIUL 4: <i>CREAREA UNEI CARTE DE DURABILITATE PENTRU UN RESTAURANT SAU CAFENEA</i> .....                     | <b>ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.</b> |
| EXEMPLU: <i>O CARTE DE DURABILITATE PENTRU „KEBABUL VERDE”</i> .....   | <b>ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.</b> |
| 3.5.    DIETA SUTENABILĂ .....   | 29                                  |
| EXERCIȚIUL 5: <i>MENIUL SĂNĂȚOS ȘI SUSTENABIL</i> .....  | <b>ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.</b> |
| <b>SARCINA FINALĂ: O HARTĂ A DURABILITĂȚII</b> .....   | <b>37</b>                           |
| SARCINA FINALĂ MODULUL 1: <i>O HARTĂ A DURABILITĂȚII</i> .....   | 37                                  |
| <b>STUDIUL DE CAZ</b> .....  | <b>38</b>                           |
| MASA GAZDĂ FORESTO .....   | 38                                  |
| <b>SUPLIMENTARE</b> .....  | <b>42</b>                           |
| 5.1    REZUMATUL CAPITOLULUI .....   | 42                                  |
| 5.2    LECTURI SUPLIMENTARE .....  | 43                                  |
| 5.3    GLOSAR .....  | 44                                  |
| 5.4    MULȚUMIRI .....   | 45                                  |
| 5.5    BIBLIOGRAFIE .....  | 45                                  |

## INTRODUCERE

Bine ați venit la programul SSPICE IT!! Vă invităm să porniți într-o călătorie savuroasă în lumea fascinantă a alimentației sustenabile. Sperăm să vă bucurați de această experiență plină de savoare! În acest prim capitol, veți descoperi conceptele fundamentale legate de temele principale ale programului nostru: schimbările climatice, sustenabilitatea sistemului alimentar, dietele sănătoase și ecologice și multe altele. Scopul acestui capitol este de a vă oferi contextul necesar pentru a înțelege miza acestui demers. Pentru a înțelege mai bine provocările sustenabilității, ne vom concentra pe trei actori esențiali și pe interacțiunile dintre aceștia: oamenii, mediul înconjurător și sistemul alimentar global. Sperăm ca acest modul să vă inspire să contribuiți la un viitor mai bun, o lingură pe rând!

## CAPITOLUL 1: Oamenii și mediul înconjurător



Fig. 1 – Illustration. Source : <https://www.pexels.com/fr-fr/photo/moulin-a-vent-blanc-414837/>

### 1.1. Introducere: o scurtă istorie a relației om – natură

Dacă am putea rezuma relația dintre societățile umane și mediu într-un mod general, am putea spune că este povestea unei încercări constante a oamenilor de a se elibera de constrângerile naturale. Primele etape ale istoriei umane au fost marcate de o dependență de incertitudinile naturale. Principalele mijloace de subsistență se bazau pe cules și vânătoare. Natura era ca o forță mistică, o sursă de viață, dar și de moarte pentru oameni. Odată cu dezvoltarea agriculturii (în urmă cu aproximativ -8.000 de ani) și apariția treptată a proprietății, am trecut la o exploatare mai regulată și mai consecventă a resurselor naturale. Pe măsură ce secolele au trecut, proprietatea asupra pământului a devenit o sursă de bogăție, nu doar un mijloc de subsistență. Prin urmare, natura nu mai era doar o forță incontrollabilă impusă oamenilor; a devenit un spațiu în care voința lor se extindea, un spațiu aflat la dispoziția lor pentru îmbogățire.

Cu toate acestea, abia după cele două revoluții industriale din Europa, în special în secolul al XIX-lea (în jurul anului 1830), utilizarea resurselor naturale s-a transformat

În exploatare pe scară largă. Extragerea și transformarea resurselor au fost conduse de ambiții economice, iar în imaginarul colectiv nu mai existau limite etice ale acestei exploatare. Natura părea nemărginită. Cele două războaie mondiale și perioada de creștere din timpul „Trente Glorieuses” (treizeci de ani prosperi între 1945 și 1975) nu au făcut decât să întărească acest model productiv de „mai mult și mai rapid”.

Totuși, anii 1970 au marcat începutul unei conștientizări a impactului negativ al activității umane asupra naturii. A fost perioada în care au apărut primele rapoarte științifice și conferințe internaționale, precum Conferința de la Stockholm din 1972, care au lansat ideea protecției mediului ca o preocupare socială. Astăzi, conceptele de schimbări climatice și ecologie au fost adoptate de o parte semnificativă a populației, generând acțiuni cu eficiență variabilă.

## **1.2. Impactul oamenilor asupra mediului**

În ultimele cinci decenii, datele științifice privind efectele activității umane asupra mediului s-au înmulțit semnificativ. Aceste efecte sunt cu adevărat vizibile și de netăgăduit. Aceste efecte sunt cu adevărat vizibile și de netăgăduit. Principala consecință a modurilor de producție și a stilurilor de viață umane este schimbarea climatică, cauzată în principal de emisia gazelor cu efect de seră (CO<sub>2</sub>, metan etc). În 2019, temperatura medie globală a fost cu 1,1°C peste nivelurile preindustriale, iar această creștere de temperatură nu este un fenomen natural. Omenirea a devenit, într-adevăr, o forță geologică, capabilă să modifice echilibrele globale ale mediului, precum temperaturile.

Concret, această încălzire duce la proliferarea evenimentelor climatice extreme, precum uragane/furtuni, inundații (în special în Asia de Sud-Est), secete și incendii forestiere de proporții incredibile. În Uniunea Europeană, aproape 400.000 de hectare de păduri au fost mistuite de flăcări. Acest lucru este însoțit de dispariția multor specii de animale, cauzată de extinderea activităților umane asupra habitatelor sălbatice. Între 1970 și 2018, 68% din populațiile de vertebrate sălbatice au dispărut (măsurate ca număr de indivizi, nu ca specii – WWF). Aceasta se explică prin deteriorarea spațiilor naturale, inclusiv defrișările pentru agricultură, poluarea (deșeuri, plastic, ape reziduale etc.), urbanizarea, pescuitul excesiv și altele.

## **1.3. Impactul mediului asupra oamenilor**

Toate repercusiunile și modificările asupra mediului atribuite oamenilor nu vin fără consecințe pentru aceștia. Până în 2030, ar putea fi 230 de milioane de refugiați climatici și până la 1,2 miliarde până în 2050, potrivit estimărilor Întalnilor Comisariat al Națiunilor Unite pentru Refugiați. Mai multe fenomene sunt responsabile pentru aceasta. Schimbările climatice provoacă creșterea nivelului mării și dispariția anumitor teritorii. Mai mult, secetele fac unele zone nelocuibile, cu incapacitatea de a accesa hrana

adecvată și chiar apă potabilă curată. Numărul tot mai mare de refugiați ridică întrebări cu privire la primirea lor, care poate fi problematică. În plus, pe măsură ce rezervele de apă dulce scad, nevoile agricole vor deveni din ce în ce mai greu de satisfăcut. Acidificarea oceanelor și scăderea nivelului de oxigen în anumite zone duc la scăderea populațiilor de animale, ca să nu mai vorbim de pescuitul excesiv. Prin urmare, sunt de așteptat penurii alimentare, precum și conflicte legate de exploatarea resurselor.

În cele din urmă, din cauza încălzirii globale, dezastrelor naturale devin din ce în ce mai frecvente și mai intense, rezultând un număr mai mare de victime. De exemplu, în martie 2029, ciclonul Idai a ucis peste 1.000 de oameni în Zimbabwe, Malawi și Mozambic, ca să nu mai vorbim de victimele penuriei de alimente pe care le-a provocat. În 2022, se estimează că inundațiile din Bangladesh au afectat peste 7,2 milioane de oameni. Este important de menționat că primele victime ale încălzirii globale sunt adesea cele mai vulnerabile și mai precare persoane.

În concluzie, schimbările climatice nu sunt doar o catastrofă de mediu, ci și o catastrofă socială.

## **1.4. Soluții și perspective**

### **1.4.1 Pactul verde european**

Având în vedere urgența climatică și de mediu, atât statele, cât și organizațiile internaționale iau măsuri proactive pentru a schimba direcția și a limita încălzirea globală și distrugerea spațiilor naturale.

La nivel european, un exemplu ilustrativ este Pactul Verde European, lansat în aprilie 2021. Pactul Verde constă într-un set de măsuri cu caracter obligatoriu, care angajează Uniunea Europeană (UE) să atingă neutralitatea climatică până în 2050 și să reducă emisiile de gaze cu efect de seră (GES) cu 55% până în 2030. Aceste inițiative se întind în toate sectoarele economice, de la agroalimentare la transport la energie. Reducerea GES va fi realizată prin acțiuni precum renovarea clădirilor, reformarea pieței carbonului și promovarea dezvoltării surselor de energie verzi. Scopul este de a încuraja creșterea și dezvoltarea economică durabilă din punct de vedere ecologic.

Pactul Verde succede Pachetului Climatic, adoptat inițial în decembrie 2008 și revizuit în 2014, ca plan de combatere a schimbărilor climatice. Acesta includea, de asemenea, obiective de reducere a emisiilor de GES și de eficiență energetică, cu

termene limită stabilite pentru 2020 și 2030. Astăzi, Pactul Verde pare a fi mai cuprinzător decât Pachetul Climatic, dar eficacitatea sa va fi, în cele din urmă, evaluată pe baza implementării viitoare și a impactului său pe termen lung.

### **1.4.2 La nivel economic: antreprenoriat social, economia circulară și alimentația durabilă**

Pentru a contribui la lupta împotriva schimbărilor climatice, participanții economici din sectorul alimentar pot adopta filosofia unei tranziții juste. Acest cadru combină alimentația sustenabilă, antreprenoriatul social și economia circulară, având ca scop crearea unei economii mai verzi, mai sustenabile și mai echitabile.

- **Alimentația sustenabilă:** Un sistem alimentar sustenabil utilizează resursele Pământului într-un mod rațional, permițându-i să-și refacă rezervele consumate anual. De asemenea, acest sistem ia în considerare o serie de aspecte, precum securitatea alimentară, sănătatea, siguranța, accesibilitatea, calitatea, o industrie alimentară solidă (în ceea ce privește locurile de muncă și creșterea economică) și, în același timp, protecția mediului în ceea ce privește schimbările climatice, biodiversitatea, calitatea apei și a solului.
- **Antreprenoriatul social :** Antreprenoriatul social este o formă de antreprenoriat care urmărește obiective de interes general, cum ar fi combaterea schimbărilor climatice, și reinvestește majoritatea profitului obținut în sprijinul acestei misiuni. Mai multe detalii despre acest subiect veți descoperi în Modulele 5 și 6.
- **Economia circulară :** Economia circulară este un model economic care își propune să minimizeze risipa resurselor naturale prin promovarea reciclării, utilizării energiei regenerabile, partajării, reparării produselor defecte, lanțurilor scurte de aprovizionare și altele. Acționează într-un circuit închis, în care deșeurile nu mai sunt privite ca deșeuri, ci ca resurse potențiale ce pot fi reutilizate. Veți afla mai multe despre acest subiect în Modulele 2 și 3.

Aceste concepte vor fi dezvoltate în detaliu în cadrul instruirii ulterioare, care va explica modul în care pot fi aplicate atât la nivelul unei companii din sectorul alimentar, cât și la nivel individual.

#### **Exercițiul 1: Conștientizarea problemelor ecologice**



|  |   |
|--|---|
| <b>Cerințe preliminare</b>   | /   |
| <b>Timp</b>  | 3 ore   |
| <b>Instrumente</b>   | PC sau Smartphone, conexiune la internet  |
| <b>Obiective</b>   | 1. Înțelegeți problemele ecologice actuale și consecințele acestora asupra societăților umane |
| <b>Instrucțiuni</b>  |   |
| <p>1. Pasul 1: alegeți unul dintre următoarele subiecte:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schimbările climatice</li> <li>• Despădurirea</li> <li>• Pierderea biodiversității</li> <li>• Poluare</li> <li>• Acidificarea oceanelor</li> <li>• Distrugerea habitatului natural</li> <li>• Pescuitul excesiv</li> <li>• Lipsa apei</li> <li>• Specii invazive</li> </ul> <p>2. Pasul 2: Faceți câteva cercetări pe tema aleasă.</p> <p>3. Pasul 3: Faceți o scurtă prezentare colegilor despre tema aleasă. Prezentarea ar trebui să dureze între 5 și 10 minute. În prezentarea dvs., evidențiați</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Cauzele fenomenului.</li> <li>b. Mecanismul din spatele lui (într-un mod simplificat).</li> <li>c. Consecințele pentru societățile umane.</li> </ol> |   |

## CAPITOLUL 2: Provocările sociale ale accesibilității alimentelor

### 2.1. Introducere: complexitatea sistemului alimentar

Prin „sistem alimentar” ne referim la toate etapele legate de hrănirea unei populații: producția, procesarea, distribuția, promovarea și vânzarea alimentelor; consumul acestora de către cetățeni (acasă sau în afara casei); politicile publice asociate acestor acțiuni; precum și toate domeniile care sunt influențate de sectorul alimentar și, la rândul lor, îl influențează (sănătatea, tehnologia, economia, mediul, demografia etc.). Pentru a înțelege mai bine complexitatea acestui sistem, putem observa această diagramă produsă de HLPE <sup>1</sup>:

---

<sup>1</sup>HLPE înseamnă Grupul de experți la nivel înalt pentru securitatea alimentară și nutriție, care este un grup științific înființat de Națiunile Unite pentru a oferi îndrumări și recomandări de politică privind securitatea alimentară și problemele de nutriție.

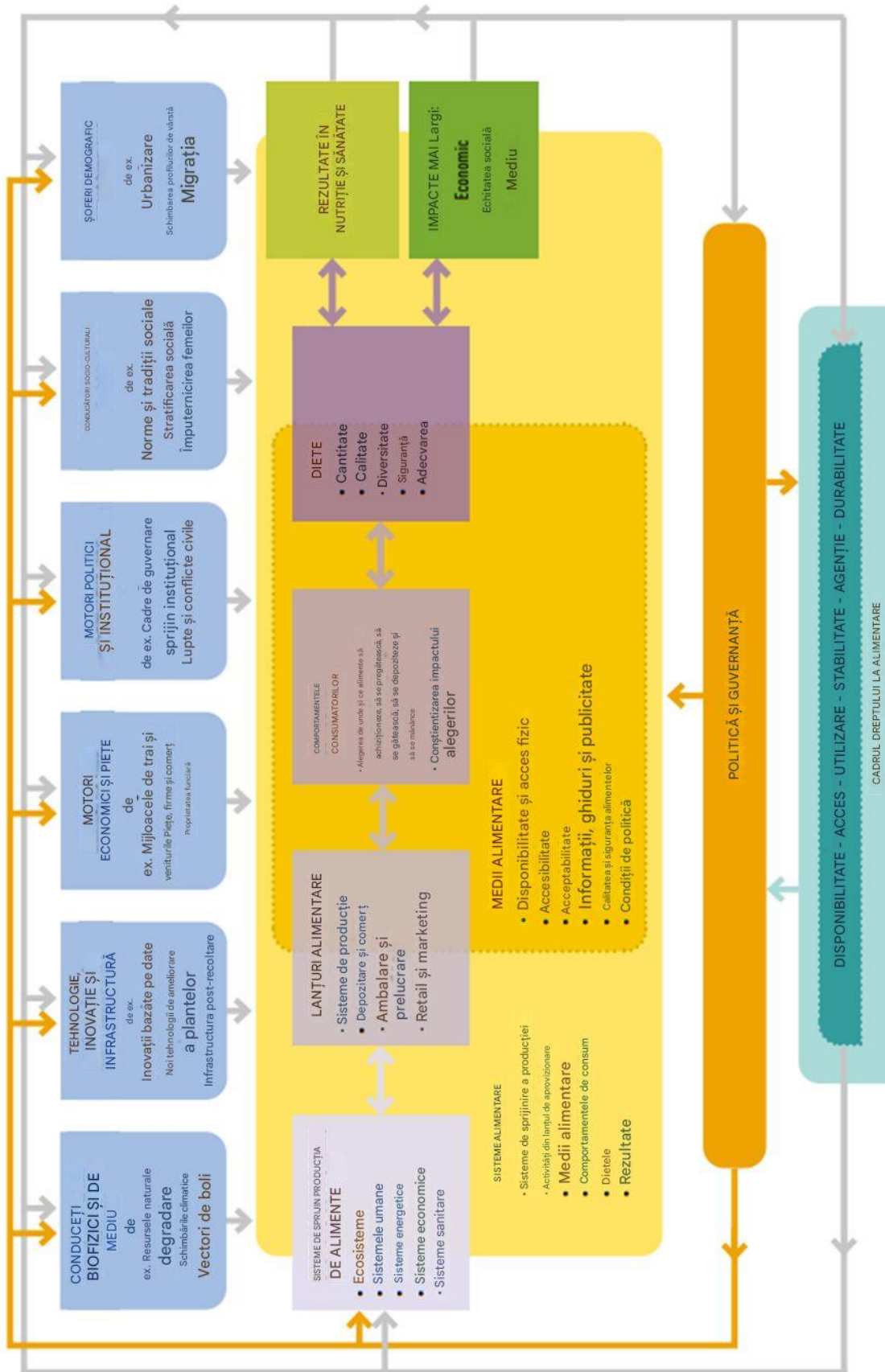


Fig. 2 – Cadrul sistemului alimentar sustenabil – adaptat din HLPE 12<sup>2</sup>

În această diagramă, alimentația influențează diverse sectoare ale societății, iar totul este interconectat.

Să luăm în considerare un exemplu ipotetic: apariția recentă a tehnologiilor de inteligență artificială (etichetate drept „inovație, tehnologie și infrastructură”) poate avea un impact asupra modului în care companiile de depozitare și distribuție își transportă mărfurile, cum ar fi favorizarea utilizării camioanelor conduse de AI (descrise în „Lanțurile de aprovizionare cu alimente” și „Depozitare și distribuție”). Aceste camioane conduse de AI, care nu necesită șoferi umani, pot funcționa perioade mai lungi (întrucât nu trebuie să se oprească pentru ca șoferii să se odihnească) și, prin urmare, ajung la destinații mai repede, îmbunătățind prospețimea mărfurilor (în „Mediile alimentare”). În plus, dacă tehnologia avansează suficient, poate fi mai rentabil pentru o companie să folosească camioane conduse de inteligență artificială decât șoferi umani, reducându-le potențial cheltuielile de operare și scăzând prețurile mărfurilor din magazine (în „Mediile alimentare”). Poate că acest lucru ar face alimentele costisitoare anterior mai accesibile, ducând la o tendință de pepeni pătrați japonezi în restaurantele noastre în câțiva ani (în „Comportamentul consumatorilor”).

Cu toate acestea, această tranziție la camioanele conduse de inteligență artificială ar putea duce, de asemenea, la pierderea locurilor de muncă pentru mulți oameni care anterior erau șoferi de camioane, lăsându-i șomeri (după cum este prezentat în secțiunile „Impacturi”, „Economic” și „Social”). Cu venituri reduse în comparație cu angajarea lor anterioară, acești indivizi și familiile lor s-ar putea să nu-și permită atât de multă mâncare sau alimente de aceeași calitate ca atunci când erau angajați, afectându-le starea generală de sănătate (în „Rezultate privind nutriția și sănătatea”). Toate aceste elemente vor influența peisajul economic (în „Motori politici și economici”) și adoptarea de noi politici publice (în „Acțiuni politice, de program și instituționale”).

---

<sup>2</sup>HLPE. (2020). *Securitate alimentară și nutriție: construirea unei narațiuni globale către 2030 (Raportul nr. 15)*. Grupul de experți la nivel înalt pentru securitatea alimentară și nutriție al Comitetului pentru securitatea alimentară mondială. Preluat de la <https://www.fao.org/3/ca9731en/ca9731en.pdf>, p.31. Vă rugăm să verificați acest link pentru a obține o versiune cu rezoluție mai mare a acestei diagrame.

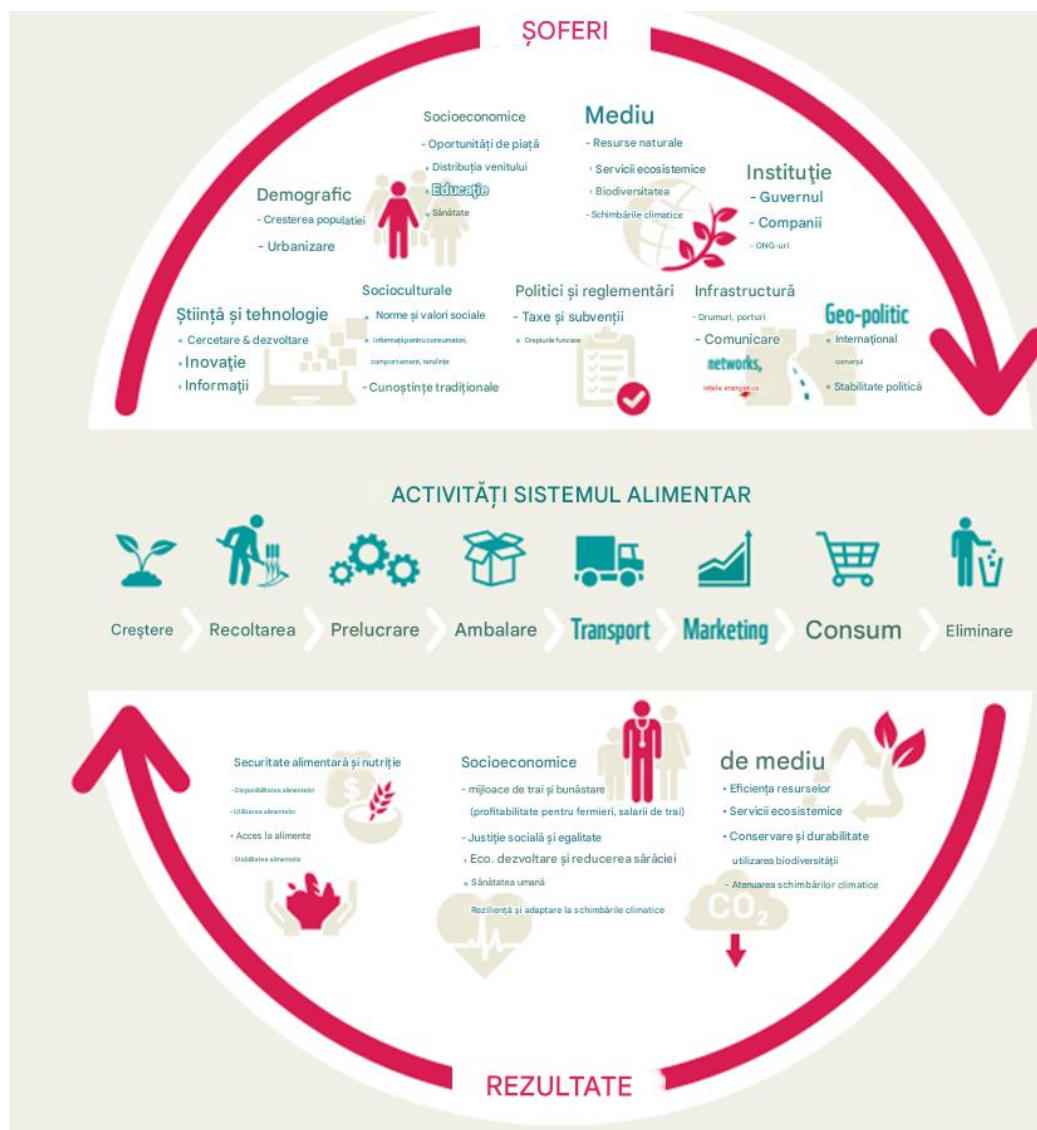


Fig. 3 – Elemente ale sistemului alimentar<sup>3</sup>

<sup>3</sup>WWF Germania și WWF Food Practice. (2020, august). Îmbunătățirea NDCS PENTRU SISTEME ALIMENTARE: RECOMANDĂRI PENTRU FACTORI DE DECIZII. Preluat de la [https://wwfint.awsassets.panda.org/downloads/wwf\\_ndc\\_food\\_final\\_low\\_res.pdf](https://wwfint.awsassets.panda.org/downloads/wwf_ndc_food_final_low_res.pdf), p.6. Vă rugăm să verificați acest link pentru a obține o versiune cu rezoluție mai mare a acestei diagrame.

## 2.2. Insecuritatea alimentară și nutrițională : o privire de ansamblu europeană

Pentru ca ființele umane să fie sănătoase, trebuie să se hrănească. Și pentru a se hrăni, ei au nevoie ca alimentele să fie disponibile în cantitate și calitate suficientă, la un preț accesibil și suficient de diversificate pentru a satisface toate nevoile lor nutriționale pentru a duce o viață activă și sănătoasă. Securitatea alimentară este modul în care societățile se asigură că fiecare dintre cetățenii lor are oportunitatea de a satisface aceste nevoi <sup>4</sup>.

Opusul securității alimentare este insecuritatea alimentară, care este înțeleasă ca un rezultat al proceselor sociale și economice care au ca rezultat lipsa disponibilității alimentelor. Această problemă este o preocupare globală, inclusiv în țările occidentale. Potrivit rezultatelor unui sondaj global realizat de FAO (Organizația Națiunilor Unite pentru Alimentație și Agricultură), în 2020, una din trei ființe umane nu a avut acces la alimente sănătoase și nutritive. În ultimul său raport, GNAFC (Global Network Against Food Crises) observă că insecuritatea alimentară a crescut la nivel mondial din 2017. Pandemia de COVID-19 a exacerbat această situație, inclusiv în țările care sunt de obicei mai puțin afectate de malnutriție, cum ar fi statele membre UE, în special în regiunile din Europa centrală, mediteraneană și de est. Între 2018 și 2020, un total de 59,7 milioane de persoane au suferit de insecuritate alimentară moderată până la severă pe întreg continentul european. Mai mult, în 2019, în cadrul UE însăși, s-a estimat că peste treizeci de milioane de oameni nu își puteau permite o masă de calitate la două zile, reprezentând 6,7% din populație.

Factorii care contribuie la sărăcia alimentară variază în funcție de context. În timp ce în țările în curs de dezvoltare, problemele sunt legate de toate cele patru condiții tradiționale – disponibilitatea, accesibilitatea, capacitatea de utilizare și stabilitatea alimentelor – în țările dezvoltate, problemele legate de alimente sunt legate în primul rând de condițiile economice și de transformarea sărăciei într-un fenomen multidimensional, precum și de utilizarea adecvată a alimentelor. În națiunile bogate, problemele alimentare nu provin din lipsa resurselor disponibile, ci mai degrabă din

---

<sup>4</sup>Summitul Mondial al Alimentației din 1996 a stabilit că Securitatea Alimentară există atunci când toți oamenii, în orice moment, au acces fizic și economic la alimente suficiente, sigure și hrănitoare pentru a-și satisface nevoile alimentare și preferințele alimentare pentru o viață activă și sănătoasă. Această definiție larg acceptată subliniază natura multidimensională a securității alimentare, cuprinzând nivelul și stabilitatea accesului și disponibilității alimentelor, precum și adecvarea utilizării alimentelor și a stării nutriționale.

distribuția inegală a acestora. Acest fenomen este cunoscut sub numele de „paradoxul deficitului în abundență” (Campiglio și Rovati, 2009 <sup>5</sup>), în care anumite segmente ale populației nu pot accesa resurse suficiente pentru întreținere, în ciuda supraabundenței de alimente în mediul lor.

Există situații sociale de marginalizare care au consecințe similare în toate țările, astfel încât insecuritatea alimentară poate varia din punct de vedere cantitativ și numărului de persoane afectate, dar nu diferă din punct de vedere calitativ. Peste tot există gospodării și grupuri de vârstă în mod constant expuse riscului, cum ar fi mamele izolate, ceea ce poate duce la probleme precum creșterea piperică și copiii subponderali. Situații precum războiul din Ucraina, care generează inflația și prețurile alimentelor în toată Europa, afectează capacitatea oamenilor de a cumpăra alimente și în special cresc presiunea asupra gospodăriilor cu venituri mici. În esență, insecuritatea alimentară este fundamental o problemă socioeconomică.

### 2.3. Dreptul la hrană

a apărut conceptul de „ **drept la hrană** ”. Acesta este definit de CESC (Comitetul pentru Drepturi Economice, Sociale și Culturale, un organism al ONU) după cum urmează: „ *Dreptul la o hrană adecvată se realizează atunci când fiecare bărbat, femeie și copil, singur sau în comunitate cu alții, are acces fizic și economic în orice moment la hrană adecvată sau la mijloacele pentru procurarea acesteia* ”. <sup>6</sup>.

În timp ce discuția despre Dreptul la hrană datează destul de departe, în ultimii ani, dreptul fiecărei persoane de a avea acces la alimente sănătoase și hrănitoare a fost din ce în ce mai reafirmat, în conformitate cu dreptul la o alimentație adecvată și cu dreptul fundamental al fiecărei ființe umane de a nu suferi de foame. În 2015, Națiunile Unite au adoptat **Agenda 2030**, unde al doilea obiectiv este „Dezvoltarea durabilă – Foame zero până în 2030”, cu scopul ambițios de a pune capăt foametei în lume până în 2030.

---

<sup>5</sup>Campiglio L., Rovati G. (2009). *La povertà alimentare in Italia: prima indagine quantitativa e qualitativa*. Guerini e associati, Milano.

<sup>6</sup>Comitetul ONU pentru Drepturi Economice, Sociale și Culturale (CESC), *Comentariul General nr. 12: Dreptul la o hrană adecvată (Art. 11 din Pact)*, 12 mai 1999, disponibil la: <https://www.refworld.org/docid/4538838c11.html>.



Fig. 4 – Logo UN SDG2

„Dreptul la hrană” este diferit de „dreptul de a fi hrănit”. Este dreptul de a fi hrănit cu demnitate și **fără a crea dependență** . Nevoile individuale ar trebui și pot fi satisfăcute prin eforturi individuale și resurse individuale și colective, ceea ce înseamnă că fiecare trebuie să aibă condițiile care să le permită să producă alimente și/sau să cumpere alimente, inclusiv acces la pământ, semințe, apă, bani, piețe și multe altele.

Dreptul la hrană este **un drept inclusiv** , care cuprinde nu numai dreptul la o rație minimă de calorii și nutrienți, ci și toate elementele nutriționale de care o persoană are nevoie pentru o viață activă și sănătoasă, împreună cu mijloacele pentru a le obține pe deplin. Este **un drept al omului** care este interdependent, interconectat și indivizibil de alte drepturi ale omului, cum ar fi sănătatea, educația, viața, apa, locuința, informația etc. Este important, este **un drept nenegociabil** .

#### 2.4. Dincolo de Europa: Conceptul de suveranitate alimentară

Cam în aceeași perioadă cu Summitul Mondial al Alimentației FAO din 1996, mișcarea globală a țăranilor și a oamenilor din mediul rural, Via Campesina, a declarat că **suveranitatea alimentară** este precondiția fundamentală pentru o securitate alimentară reală și că dreptul la hrană poate fi instrumentul pentru realizarea acesteia (Documentul WFS 96/3, FAO, Roma, 1996). Astăzi, suveranitatea alimentară este recunoscută în dreptul național și internațional, deși cu anumite limitări (de exemplu, *acapararea terenurilor* ).

Potrivit Declarației Nyeleni din 2007, „ *Suveranitatea alimentară este dreptul popoarelor la alimente sănătoase și adecvate din punct de vedere cultural, produse prin metode*



*juste din punct de vedere social, ecologic și durabile, precum și dreptul lor colectiv de a-și defini propriile politici, strategii și sisteme pentru producția, distribuția și consumul de alimente* ” .<sup>7</sup>care produc și consumă aceste produse alimentare. Suveranitatea alimentară este în general văzută ca un concept care promovează un model alternativ de agricultură și pescuit, comerț și politici de piață prin practici care asigură **siguranța și durabilitatea. alimente** pe termen lung, atât din perspectiva sănătății, cât și din perspectiva mediului.

În timp ce conceptul de suveranitate alimentară nu este lipsit de critici, el ilustrează faptul că pot exista și alte abordări ale sistemelor alimentare locale și globale, subliniind alte principii decât urmărirea profitului. După cum vom vedea în capitolul următor, conceptul de hrană durabilă se aliniază cu scopul de a face hrana accesibilă cât mai multor oameni într-o manieră justă din punct de vedere social și responsabil din punct de vedere ecologic.

| <b>Exercițiul 2: Înțelegerea complexității sistemului alimentar</b>  |   |
|--|---|
| <b>Cerințe preliminare</b>   | După ce am observat și înțeles îndeaproape diagrama HLPE din secțiunea 2.1              |
| <b>Timp</b>  | 1 oră   |
| <b>Instrumente</b>   | Pix și hârtie   |
| <b>Obiective</b>   | 1. Înțelegeți complexitatea sistemului alimentar și interconexiunea componentelor sale. |
| <b>Instrucțiuni</b>  |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasul 1: alegeți unul dintre următoarele scenarii:               <ol style="list-style-type: none"> <li>a. „Peste noapte, toți oamenii au devenit vegetarieni. Nimeni nu a mai vrut să consume produse de origine animală.”</li> <li>b. „După o serie de tensiuni diplomatice, în cele din urmă a izbucnit un război în Distantland. Peste noapte, prețurile celor mai comune îngrășăminte de pe piață au crescut vertiginos, ducând la o creștere semnificativă a costului produselor pe bază de plante.”</li> <li>c. „În urma unei erupții solare excepțional de puternice, rețelele de telecomunicații terestre (inclusiv internetul) au încetat să mai funcționeze. Restaurarea lor va dura luni, dacă nu ani.”</li> <li>d. „O revoluție izbucnește în inima uneia dintre cele mai mari țări exportatoare de petrol din lume, provocând creșterea prețurilor la combustibili.”</li> </ol> </li> <li>• Pasul 2: Luați diagrama HLPE pe care am văzut-o în secțiunea 2.1. Ce consecințe ar avea scenariul pe care l-ați ales să aibă asupra sistemului alimentar? Mai întâi,</li> </ul> |   |

<sup>7</sup>Nyéléni. (2007). *Declarația lui Nyéléni* . Preluat de la <https://nyeleni.org/IMG/pdf/DeclNyeleni-en.pdf>

identificați în diagramă unde se află principalul dvs. factor (este în procesul de producție? În comportamentul consumatorului? etc.). Apoi, imaginați-vă cât mai multe consecințe posibil pentru următoarele puncte:

- a. Lanțurile de aprovizionare cu alimente
    - i. Sisteme de producție
    - ii. Depozitare și distribuție
    - iii. Prelucrare și ambalare
    - iv. Retail și piețe
  - b. Mediile alimentare
    - i. Disponibilitate și acces fizic
    - ii. Accesibilitate
    - iii. Publicitate
    - iv. Calitatea și siguranța alimentelor
  - c. Comportamentul consumatorului
  - d. Dietele
    - i. Cantitate
    - ii. Calitate
    - iii. Diversitate
    - iv. Siguranță
  - e. Impacturi
    - i. Social
    - ii. Economic
    - iii. de mediu
- Pasul 3: În cele din urmă, imaginează-ți că ești un politician de frunte al țării tale. Care sunt cele trei decizii principale pe care le-ai lua pentru a gestiona consecințele scenariului fictiv?
    - 1. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
    - 2. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
    - 3. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

### Exercițiul 3: Crearea campaniei – Creșterea gradului de conștientizare cu privire la dreptul la hrană

|                            |   |
|----------------------------|---|
| <b>Cerințe preliminare</b> | Înțelegerea de bază a dreptului la hrană și a problemelor legate de insecuritatea alimentară.<br><br>Puține cunoștințe despre strategiile de comunicare și campaniile de conștientizare a publicului.   |
| <b>Timp</b>                | 2 ore   |
| <b>Instrumente</b>         | Computer cu conexiune la internet<br><br>Hârtie, markere sau instrumente digitale pentru proiectarea imaginilor   |
| <b>Obiective</b>           | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pentru a dezvolta creativitatea, abilitățile de comunicare și implicarea societății în abordarea unor probleme sociale importante.</li> <li>2. Încurajați elevii să se gândească la dreptul la hrană și la insecuritatea alimentară.</li> </ol> |

#### Instrucțiuni

##### 1. Muncă de grup sau personală: crearea campaniei

Veți lucra în grup sau singur (în funcție de instrucțiunile profesorului dvs.) pentru a concepe o campanie de conștientizare concentrată pe un aspect specific al dreptului la hrană. Exemple de teme: Combaterea foametei, Accesul la alimente sănătoase și de calitate, Reducerea risipei alimentare, Acces egal la nutriție pentru toți...

##### 2. Orientări pentru campanie: Fiecare grup (sau student) are sarcina de a crea următoarele componente pentru campania sa:

- **Slogan:** un mesaj scurt și de impact care reflectă tema principală a campaniei tale.
- **Vizual:** un afiș, un videoclip sau alte forme de media vizuală care transmit mesajul campaniei într-un mod clar și captivant.

##### 3. Prezentări la clasă:

Fiecare grup (sau elev) își va prezenta campania în fața clasei. Prezentarea ar trebui să includă sloganul, vizual, care să explice de ce ar trebui să ne implicăm în această problemă și de ce ați ales acest proiect de conștientizare.

##### 4. Votarea pentru cea mai impactantă campanie:

După ce toate grupurile și-au prezentat campaniile, veți vota campania pe care o considerați cel mai de impact.

## CAPITOLUL 3: Investigarea intersecțiilor dintre alimente, sănătate și mediu

### 3.1. Introducere: Amprenta ecologică a alimentelor industriale

Două studii „*Îmbunătățirea NDCS pentru sistemele alimentare*”, publicate în august 2023 de WWF, UNEP și Climate Focus, și „*Emisiile sistemului alimentar global ar putea împiedica atingerea țintelor privind schimbările climatice de 1,5° și 2°C*”,<sup>8</sup> publicate în noiembrie 2022 de revista Science au ajuns la aceeași concluzie: sistemul alimentar – care se referă la toate activitățile de recoltare, transport, procesare, creștere vânzarea, consumul și, în final, la managementul produce deșeuri – poluează semnificativ planeta.

Potrivit primului dintre aceste două studii, agricultura și utilizarea solului și pădurilor sunt responsabile pentru aproximativ **24% din emisiile globale de gaze cu efect de seră** – față de 25% generate de producția de electricitate și căldură, 21% de industrie, 14% de transporturi și 16% de clădiri și alte utilizări energetice (IPCC, 2014).

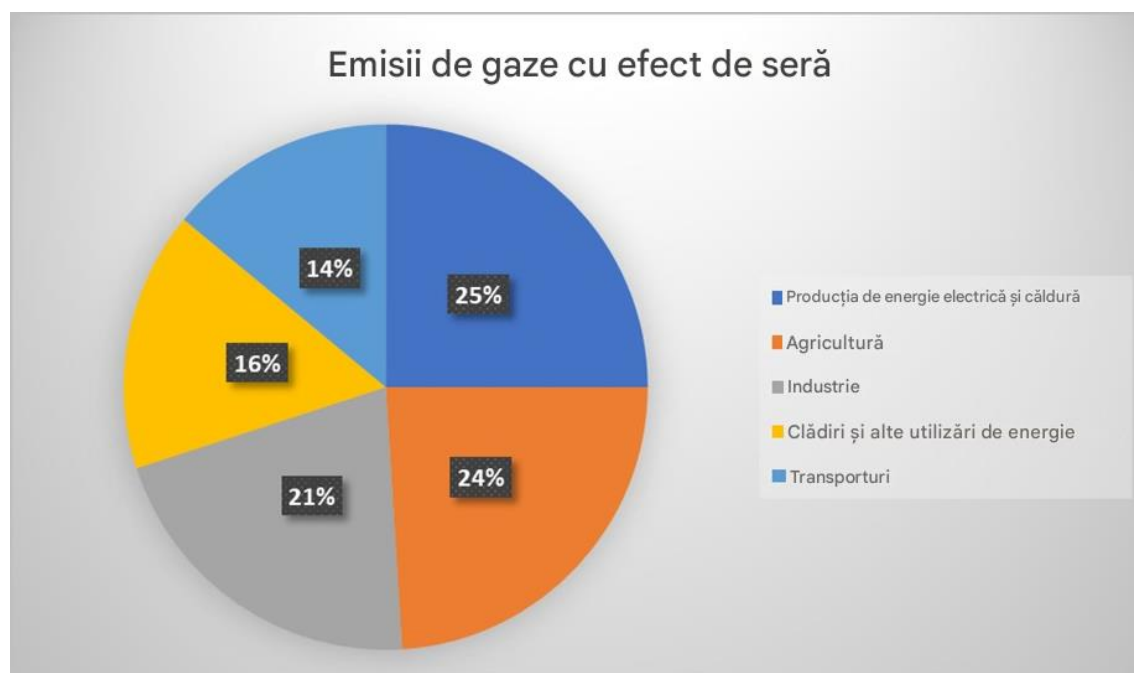


Fig. 5 – Emisii de gaze cu efect de seră

<sup>8</sup>Clark, MA, Springmann, M., Hill, J., Tilman, D. și Fraser, H. (2020). Emisiile sistemului alimentar global ar putea împiedica atingerea obiectivelor de 1,5° și 2°C privind schimbările climatice. Science, 370(6517), 705-708. Preluat de la: <https://www.science.org/doi/full/10.1126/science.aba7357>

Totuși, dacă luăm în considerare *întregul* sistem alimentar, deci inclusiv emisiile rezultate din agricultură și utilizarea solului, transport, ambalare, procesare, vânzarea detaliată și consumul, inclusiv risipa de alimente și deșeurile generate, acesta este responsabil pentru **21% până la 37%** din emisiile de gaze cu efect de seră cauzate de om în fiecare an. Aceste cifre ridică întrebarea de a ști de ce sistemul alimentar are un asemenea impact asupra mediului.

**Agricultura intensivă** este un sistem de intensificare și mecanizare a agriculturii care vizează maximizarea randamentelor terenurilor prin diverse mijloace, cum ar fi utilizarea pe scară largă a pesticidelor și îngrășămintelor chimice. Această intensificare și mecanizare au fost aplicate și în creșterea animalelor și acvaculturii, unde animalele sunt crescute în interior și în rezervoare speciale. Aceasta este ceea ce numim agricultura industrială și agricultura.

În timp ce aceste practici agricole industriale au permis creșterea producției de alimente la costuri mai mici, contribuind astfel la hrănirea unei populații umane în creștere (prevenind în același timp nevoia de a converti mai mult pământ în teren agricol), ele au devenit una dintre cele mai mari amenințări de mediu globale din cauza unor factori precum:

- **Utilizarea substanțelor chimice:** Agricultura convențională se bazează în mare măsură pe pesticide chimice și îngrășăminte sintetice, care se pot scurge în sursele de apă, pot degrada sănătatea solului prin epuizarea materiei organice și au efecte dăunătoare asupra ecosistemelor, inclusiv asupra speciilor nevizate, polenizatorilor și organismelor din sol.
- **Utilizarea terenurilor și defrișarea:** Agricultura convențională implică adesea monoculturi pe scară largă, care necesită defrișare extinsă a terenurilor. Acest lucru contribuie la defrișarea și distrugerea habitatelor, ducând la pierderea biodiversității și la perturbarea ecosistemelor. Conversia habitatelor naturale în terenuri agricole reduce, de asemenea, capacitatea planetei de a absorbi dioxidul de carbon, exacerbând schimbările climatice.
- **Emisii de gaze cu efect de seră:** producția de alimente convenționale contribuie la emisiile de gaze cu efect de seră, în primul rând prin utilizarea îngrășămintelor sintetice, a emisiilor de animale și a utilajelor consumatoare de energie. În plus, odată cu globalizarea economică, multe produse alimentare implică asamblare care se întinde pe mai multe țări și zeci de mii de kilometri de transport. În cele din urmă, deșeurile alimentare din gropile de gunoi generează metan, un gaz cu efect de seră puternic.

- **Pierderea diversității genetice** : Agricultura convențională favorizează adesea un număr limitat de soiuri de culturi cu randament ridicat, ceea ce duce la o pierdere a diversității genetice, care sărăcește producătorii locali și slăbește biodiversitatea.
- **Risipirea alimentelor** : producția intensivă epuizează terenurile agricole. Alimentele produse și neconsumate ocupă singure 30% din terenul cultivat. Risipirea alimentară poate fi observată în toate etapele lanțului alimentar, de la producție până la consum.

Mai mult, există un impact asupra sănătății umane: prin industrializarea produselor de bază precum făina, zahărul, uleiurile (prin îndepărtarea fibrelor, germeni de grâu, uleiuri de încălzit etc.), produsele se epuizează din punct de vedere nutrițional, rezultând scăderea conținutului de vitamine și acizi grași și prezența substanțelor toxice.

Impactul tuturor acestor elemente asupra mediului este calculat folosind conceptul de „amprentă de mediu”, pe care îl vom explora mai în profunzime în Modulul 3 al acestui curs.

Pe scurt, agricultura intensivă ucide plantele și insectele benefice, degradează și epuizează solurile de care se bazează, duce la scurgerea apei poluate, crește riscul de inundații, provoacă eroziunea genetică a culturilor și a speciilor din întreaga lume, reduce biodiversitatea, distruge habitatele naturale și contribuie semnificativ la acumularea de gaze cu efect de seră în atmosferă. Aceste impacturi asupra mediului subliniază necesitatea unor abordări mai durabile și regenerative ale producției de alimente, care să acorde prioritate conservării biodiversității, sănătății solului, conservarea apei, aporturi chimice reduse și emisii de carbon mai reduse. Tranziția către practici agricole mai durabile poate ajuta la atenuarea acestor impacturi asupra mediului și la promovarea unui sistem alimentar mai sănătos și mai rezistent. După cum vom vedea în secțiunile următoare, agricultura ecologică și sistemele alimentare durabile constituie soluții potențiale la problemele ridicate de agricultura industrială.

### 3.2. Ce este mâncarea organică?

Termenul „ecologic” se referă la un aliment sau un produs care provine din agricultura ecologică. Modul de producție agricolă este natural și nu utilizează substanțe chimice sintetice, cum ar fi pesticide, erbicide chimice, îngrășăminte artificiale sau hormoni de

creștere. Potrivit FAO, agricultura ecologică contribuie la securitatea alimentară, atenuază efectele problemelor legate de schimbările climatice, protejează biodiversitatea și alimentele durabile, sporește suficiența nutrițională și promovează dezvoltarea rurală prin generarea de venituri și locuri de muncă în zonele mai puțin dezvoltate.

Agricultura ecologică este strâns legată de politicile agricole care determină alegerile privind exporturile și importurile, deci obiectivele economice, de mediu și sociale. Totuși, din perspectivă socială, alimentele organice nu sunt la fel de precise ca alimentele durabile.



Fig. 6 – Logo organic UE

Din punct de vedere comercial, pentru ca un produs să fie considerat „ecologic”, acesta trebuie să fie certificat de o etichetă oficială. Cu toate acestea, un produs poate fi certificat organic chiar dacă provine dintr-o regiune îndepărtată a lumii și a parcurs mii de kilometri folosind **metode de transport poluante** . De asemenea, etichetarea nu garantează **condițiile de muncă** ale forței de muncă. Prin urmare, a avea o etichetă de „origine organică” nu asigură neapărat că originea acesteia poate fi considerată durabilă.

### 3.3. Ce este un sistem alimentar sustenabil?

Potrivit FAO <sup>9</sup>, un sistem alimentar sustenabil (SFS) este un sistem alimentar care oferă securitate alimentară și nutriție pentru toți, astfel încât bazele economice, sociale și de

<sup>9</sup>Organizația Națiunilor Unite pentru Alimentație și Agricultură. (2018). *Sisteme alimentare durabile: Concept și cadru* . Preluat de la <https://www.fao.org/3/ca2079en/CA2079EN.pdf> , p.1.

mediu pentru a genera securitatea alimentară și nutriția pentru generațiile viitoare să nu fie compromise. Aceasta înseamnă că:

- Un sistem alimentar durabil este profitabil pe tot parcursul ( *sustenabilitate economică* ).
- Un sistem alimentar durabil are beneficii ample pentru societate ( *sustenabilitate socială* ); și
- Un sistem alimentar durabil are un impact pozitiv sau neutru asupra mediului natural ( *durabilitatea mediului* )

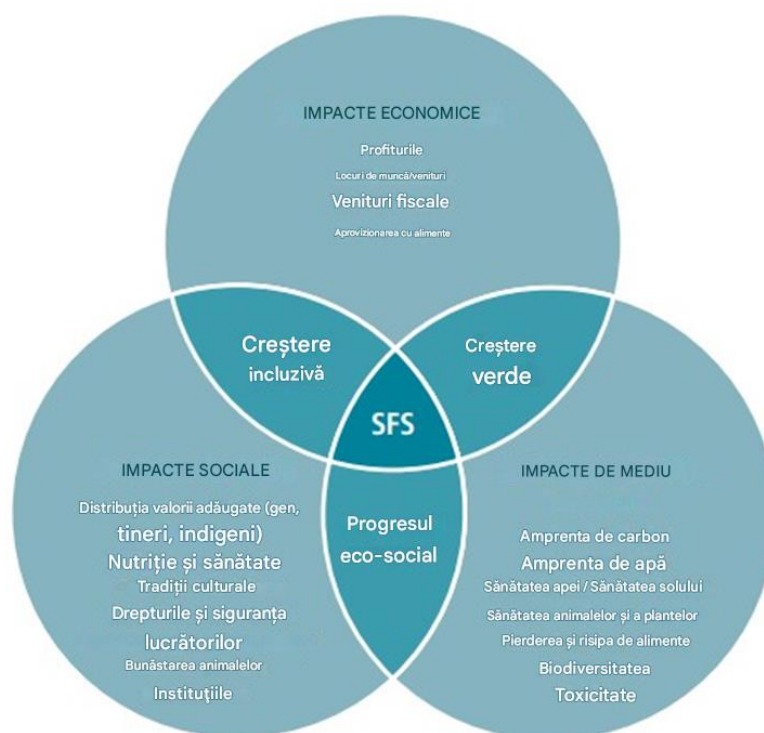


Fig. 7 – Sistem alimentar durabil<sup>10</sup>

Trecerea către un sistem alimentar durabil implică reorganizarea ciclului alimentar într-unul mai circular:

<sup>10</sup>Organizația Națiunilor Unite pentru Alimentație și Agricultură. (2018). *Sisteme alimentare durabile: Concept și cadru*. Preluat de la <https://www.fao.org/3/ca2079en/CA2079EN.pdf>, p.4.





Fig. 8 – Ciclul alimentar sustenabil

Aceste schimbări pot începe la scara întreprinderilor mici. De fapt, adoptarea de practici alimentare durabile poate fi benefică pentru creșterea economică a unor astfel de afaceri. Vom aprofunda filozofia economiei circulare în Modulul 2 al acestui training.

### 3.4. De ce ar trebui să adoptăm practici alimentare sustenabile în industria alimentară?

În ansamblu, practicile alimentare sustenabile sunt vitale pentru afacerile din industria alimentară pentru a îndeplini așteptările consumatorilor, a respecta reglementările, a obține economii de costuri, a construi reziliență, a stimula inovația, a asigura viabilitatea pe termen lung și a implica părțile interesate. Prin adoptarea sustenabilității, afacerile pot crea valoare nu doar pentru ele însele, ci și pentru mediu și societate în ansamblu.

- **Cererea consumatorilor:** Există o cerere tot mai mare din partea consumatorilor pentru produse sustenabile și prietenoase cu mediul. Prin adoptarea practicilor alimentare sustenabile, companiile pot satisface această cerere, atrage clienți conștienți de impactul asupra mediului și își pot îmbunătăți imaginea și reputația brandului într-un peisaj de afaceri în continuă schimbare.
- **Conformitatea cu reglementările:** Guvernele și organismele de reglementare implementează reglementări și standarde mai stricte legate de sustenabilitate și impactul asupra mediului.
- **Economii de costuri:** Implementarea practicilor alimentare sustenabile poate duce la economii de costuri pe termen lung. Echipamentele eficiente din punct de vedere energetic, măsurile de reducere a risipei și aprovizionarea sustenabilă pot ajuta la scăderea costurilor operaționale, îmbunătățirea eficienței și reducerea cheltuielilor de eliminare a deșeurilor.
- **Reziliența lanțului de aprovizionare:** Practicile alimentare sustenabile promovează lanțuri de aprovizionare mai puternice și mai reziliente. Prin diversificarea surselor de aprovizionare, susținerea producătorilor locali și regionali și prioritizarea agriculturii sustenabile, afacerile pot reduce dependența de lanțurile globale fragile și își pot îmbunătăți capacitatea de a face față perturbărilor.
- **Inovație și avantaj competitiv:** Adoptarea practicilor alimentare sustenabile încurajează afacerile să caute soluții inovative și să adopte tehnologii de ultimă generație. Această dorință de inovație poate duce la dezvoltarea de produse noi, îmbunătățirea proceselor și operațiuni mai eficiente.
- **Implicarea și colaborarea părților interesate:** Adoptarea practicilor alimentare sustenabile permite afacerilor să colaboreze cu părțile interesate,

inclusiv furnizori, clienți, angajați și comunități. Această implicare poate duce la noi oportunități de afaceri, creșterea loialității clienților și relații mai puternice cu părțile interesate.

În continuare, vom explora diverse modalități de implementare a practicilor alimentare sustenabile într-o afacere. În acest capitol, ne vom concentra asupra nivelului individual, analizând conținutul farfuriilor noastre prin prisma conceptului de dietă sustenabilă. Dincolo de dimensiunea socială, obiceiurile noastre alimentare individuale pot influența semnificativ amprenta noastră de mediu.

### Exercițiu: Crearea unei Carte a Sustenabilității pentru un Restaurant sau Cafenea

|                            |  |
|----------------------------|--|
| <b>Cerințe preliminare</b> | Înțelegerea principiilor sustenabilității în industria alimentară.<br>Cunoașterea impactului asupra mediului și social al sistemelor alimentare.   |
| <b>Timp</b>                | 2 ore  |
| <b>Instrumente</b>         | Hârtie, pixuri<br>Șablon pentru carta de sustenabilitate (opțional)  |
| <b>Obiective</b>           | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pentru a crea o Cartă cuprinzătoare de sustenabilitate care promovează practici alimentare responsabile într-un restaurant sau cafenea.</li> <li>2. Pentru a înțelege și aplica practici sustenabile</li> <li>3. Să lucreze în colaborare într-un grup pentru a elabora, discuta și prezenta soluții sustenabile pentru industria de servicii alimentare.</li> </ol> |

#### Instrucțiuni

##### 1. Formarea grupului:

Vei lucra în grup sau singur (în funcție de instrucțiunile profesorului tău). Fiecare grup (sau student) va avea sarcina de a crea o Cartă de sustenabilitate pentru un restaurant sau cafenea.

##### 2. Crearea Cartei:

Fiecare grup (sau student) va căuta pe internet pentru a găsi un exemplu de restaurant sau cafenea sustenabil. Apoi, pe baza informațiilor pe care le veți găsi, veți crea o Cartă de sustenabilitate care conturează acțiuni specifice care promovează sustenabilitatea în restaurant sau cafenea. Mai jos veți găsi un exemplu de cartă de sustenabilitate care să vă inspire.

##### 3. Prezentare și discuție:

După ce și-a creat documentele de sustenabilitate, fiecare grup își va prezenta Carta clasei.

## Exemplu : O Cartă de Sustenabilitate pentru „The Green Kebab”

### **The Green Kebab**

La „The Green Kebab”, suntem dedicați să îmbinăm arome delicioase și autentice cu angajamentul de a proteja planeta noastră. Această carte evidențiază cele cinci principii cheie care ne ghidează eforturile de sustenabilitate.

#### **1. Ingrediente locale și etice**

Obținem carnea și legumele de la ferme locale, sustenabile, care respectă standarde înalte de bunăstare a animalelor și practici ecologice prietenoase cu mediul.

#### **2. Mentalitate Zero-Waste**

Bucătăria noastră funcționează pe baza unei filosofii de zero deșeuri. Ingredientele rămase sunt reutilizate creativ, iar toate deșeurile organice sunt compostate. De asemenea, încurajăm clienții să ia doar ce pot consuma pentru a reduce risipa alimentară.

#### **3. Ambalare durabilă**

Kebab-urile și garniturile noastre sunt servite în ambalaje biodegradabile sau reciclabile. Oferim reduceri clienților care își aduc propriile containere reutilizabile.

#### **4. Eficiență energetică**

Procesele noastre de gătit acordă prioritate echipamentelor și tehnicilor eficiente din punct de vedere energetic. De asemenea, ne străduim să minimizăm utilizarea apei în timpul pregătirii și curățării alimentelor.

#### **5. Comunitate și educație**

Ne implicăm activ în comunitatea noastră pentru a promova obiceiuri alimentare sustenabile prin ateliere și colaborări cu organizații locale. Suntem dedicați să împărtășim beneficiile consumului responsabil cu clienții și personalul nostru.

La „The Green Kebab”, fiecare îmbucătură reprezintă un pas către un viitor mai verde. Vă mulțumim că sprijiniți misiunea noastră de a transforma fast-food-ul în ceva sustenabil!

Semnat,

*Echipa Green Kebab*

### 3.5. Dieta sustenabilă

FAO definește consumul alimentar durabil ca: „ *Dietele durabile sunt acele diete cu impact scăzut asupra mediului care contribuie la securitatea alimentară și nutrițională și la o viață sănătoasă pentru generațiile prezente și viitoare. Dietele durabile sunt protectoare și respectuoase pentru biodiversitate și ecosisteme, acceptabile din punct de vedere cultural, accesibile, echitabile și accesibile din punct de vedere nutrițional, sigure și sănătoase, optimizând în același timp resursele naturale și umane ;*

A vorbi despre alimente durabile înseamnă a aborda problema accesului la alimente de calitate, care respectă sănătatea, mediul și umanitatea. Cu toate acestea, nu există o certificare europeană oficială pentru alimente „durabile”. Iată principiile consumului durabil:

1. **Combateți risipa alimentară**, utilizând tehnici adecvate de depozitare a produselor, valorificând resturile din frigider, gătiți legumele întregi și altele.
2. **Cumpărați produse locale și de sezon**, prioritizați producătorii locali și consumați fructe și legume de sezon prin lanțuri scurte de aprovizionare.
3. **Favorizați proteinele de origine vegetală**, consumând mai multe cereale și leguminoase și reducând consumul de carne.
4. **Alegeți grăsimi de înaltă calitate și folosiți uleiuri vegetale** presate la rece, consumați pește gras și altele.
5. **Folosiți și consumați produse integrale sau semiprocuate**, cum ar fi cerealele, pastele, orezul și pâinea artizanală.
6. **Consumați produse proaspete și neprocuate**, cumpărând legume, carne, pește etc. din surse non-industriale și dedicând timp gătitului.
7. **Consumul de preparate făcute în casă** ajută la evitarea produselor procesate și industriale, dăunătoare sănătății, și susține o alimentație mai echilibrată.

Mai jos este un rezumat al elementelor cheie ale unei diete durabile:

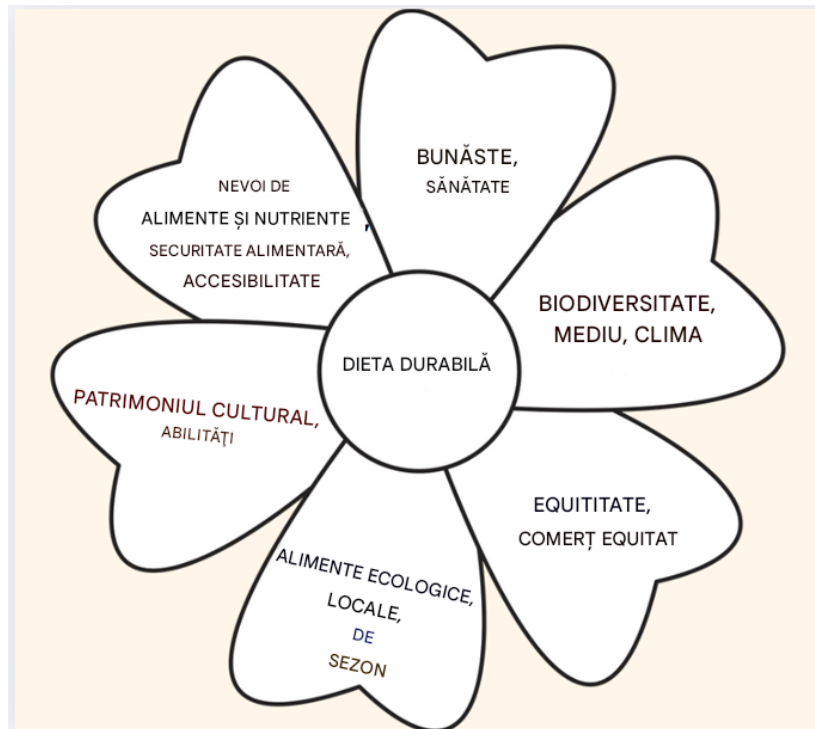


Fig. 9 – Copie a elementelor cheie ale unei diete sustenabile<sup>11</sup>

## 1. Beneficiile unei diete sustenabile

Consumul sustenabil și alegerea alimentară responsabilă necesită schimbări în obiceiuri. Alimentația sustenabilă are beneficii la diferite niveluri: sănătate, social, mediu și economic.

<sup>11</sup>Burlingame, B., Dernini, S. (Eds.). (2010). *Diete durabile și biodiversitate: direcții și soluții pentru politică, cercetare și acțiune. Proceedings of the International Science Symposium Biodiversity and Sustainable Diets Unite Against Hunger*, Nutrition and Consumer Protection Division, FAO. Preluat de [la https://www.fao.org/3/i3004e/i3004e.pdf](https://www.fao.org/3/i3004e/i3004e.pdf), p.34.

- În ceea ce privește sănătatea, alimentația noastră a evoluat semnificativ în ultimele decenii. Alimentele industriale, procesate, cumpărate în supermarketuri, au contribuit la dezvoltarea unor boli precum obezitatea, problemele cardiovasculare, diabetul și alergiile alimentare.
- Din punct de vedere social, accesul la alimente sustenabile și de calitate este un drept fundamental care nu este încă recunoscut pentru toată lumea. Mai multe studii arată că gospodăriile cu venituri mici tind să aleagă alimente mai puțin costisitoare, cu conținut scăzut de nutrienți. Provocarea alimentației sustenabile este, de asemenea, să se asigure că toată lumea are acces la alimente de calitate, sănătoase și echilibrate, la prețuri acceptabile din punct de vedere social. Este necesar să creștem gradul de conștientizare și să ghidăm consumatorii către alegeri responsabile din punct de vedere social.
- În ceea ce privește problemele de mediu, alimentația sustenabilă ajută la atenuarea consecințelor negative ale agriculturii industriale, așa cum am discutat mai devreme.
- Din punct de vedere economic, dreptul la hrană sustenabilă implică asigurarea unor venituri decente producătorilor atât din Sudul Global, cât și din Nordul Global. Înseamnă sprijinirea actorilor economici care produc servicii bazate pe producție locală, ecologică și durabilă.

## 2. Ce este o dietă sănătoasă?

Dieta are un impact semnificativ asupra sănătății. O alimentație optimă duce la creșterea speranței de viață, reducerea semnificativă a riscului de boli cronice și îmbunătățirea expresiei genelor. S-a demonstrat că o dietă minim procesată, cât mai naturală și bazată pe plante poate preveni bolile, îmbunătăți sănătatea și se poate adapta diferitelor abordări alimentare<sup>12</sup>.

Una dintre cele mai importante surse internaționale de informații legate de dietă și nutriție este The Nutrition Source de la Harvard TH Chan School of Public Health. Potrivit Harvard, o dietă sănătoasă este în principal pe bază de plante, jumătate din farfurie constând din fructe și legume, un sfert din cereale integrale și produse secundare ale acestora și un sfert din proteine precum fasole, nuci, pește și slabă. carne.

---

<sup>12</sup>Katz D., Meller, S. (2014), *Can We Say What Diet Is Best for Health?*, Analiza anuală a sănătății publice; 35:1, 83-103. Preluat de la <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24641555/>

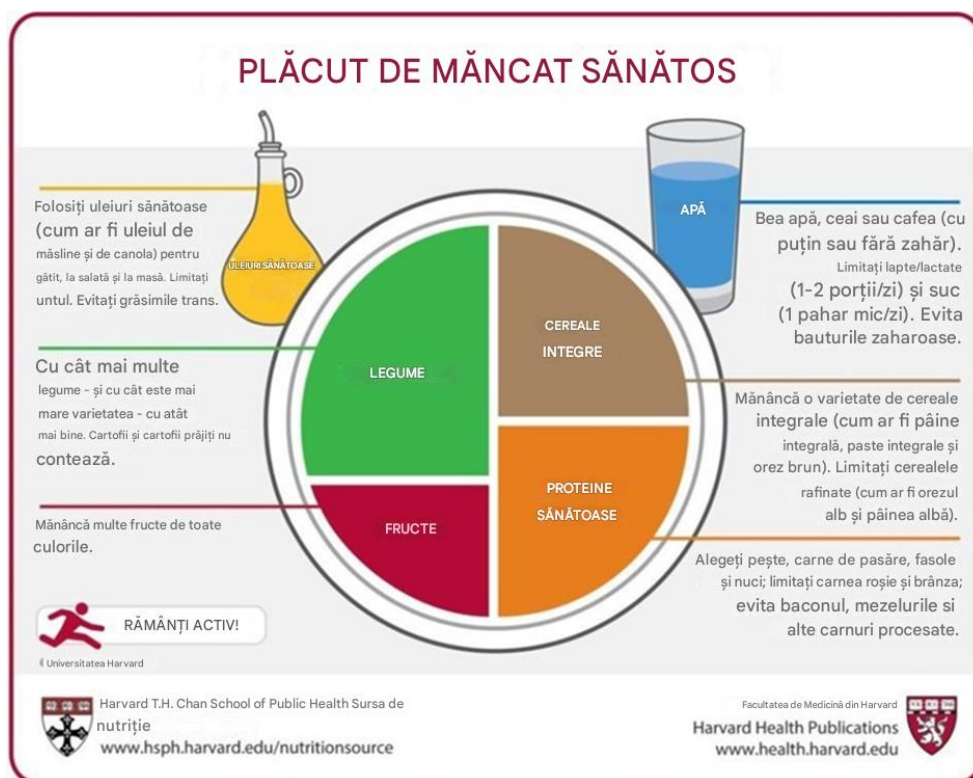


Fig. 10 – O farfurie sănătoasă

Adoptarea **unei diete sărace în carne** este o soluție ideală atât pentru sănătatea noastră, cât și pentru planetă. De fapt, principala contribuție pe care o putem aduce la combaterea schimbărilor climatice prin schimbări în alimentația noastră este reducerea substanțială a cantității de carne pe care o consumăm.

Un raport al Națiunilor Unite (ONU) din 2010 a afirmat: „ *O reducere substanțială a impactului [asupra mediului] ar fi posibilă doar cu o schimbare substanțială a dietei la nivel mondial, departe de produsele de origine animală.* ”<sup>13</sup> Conform ONU și Food Climate Research Network (FCRN) de la Universitatea din Oxford, sistemele și obiceiurile alimentare actuale pun în pericol producția de alimente și nu reușesc să asigure o nutriție adecvată populației<sup>14</sup>.

<sup>13</sup>Programul Națiunilor Unite pentru Mediu și Panelul Internațional de Resurse (2010). *Evaluarea impacturilor asupra mediului ale consumului și producției: produse și materiale prioritare - Rezumat* . <https://wedocs.unep.org/20.500.11822/8572>.

<sup>14</sup>Gonzalez Fischer C., Garnett T. (2016) *Plates, pyramids, planet* Evoluții în liniile directe alimentare naționale sănătoase și sustenabile: o evaluare a stării de joc . Organizația pentru Alimentație și Agricultură a Națiunilor Unite și Rețeaua de Cercetare a Climei Alimentare de la Universitatea din Oxford.



Un alt domeniu de cercetare <sup>15</sup>explorează recomandările dietetice atât din perspectiva nutrițională, cât și din perspectiva durabilității mediului. Studiul compară șase diete și concluzionează că **o dietă vegană** este cea mai sănătoasă și mai sustenabilă din punct de vedere al mediului, ceea ce o face cea mai durabilă alegere.

În concluziile sale și pentru a propune un compromis acceptabil pentru publicul larg, studiul sugerează promovarea **unei diete mediteraneene stricte**, care se bazează pe alimente pe bază de plante, ouă, lactate, pește (de două ori pe săptămână) și carne (ocazional).

### 3. Sustenabilă și sănătoasă: dieta mediteraneană

Astfel, în acest moment cea mai bună alegere ar putea fi Dieta Mediteraneană, un model de dietă sustenabilă pentru mediu și sănătate. Se bazează pe alimentele consumate în mod tradițional în Marea Mediterană: paste, pâine, leguminoase, multe legume și fructe, puțină carne, pește, brânză, ouă, ulei de măsline. De asemenea, este dovedit științific că reduce riscurile de boli cardiovasculare, obezitate, diabet.

Pe baza constatărilor care corelează alimentele și mediul înconjurător, aceeași piramidă alimentară a dietei mediteraneene poate fi citită invers pentru a ilustra modul în care impactul asupra mediului al alimentelor care sunt bune pentru sănătate (plasate la baza piramidei alimentare) este mai scăzut, în timp ce impactul consumului de alimente cele mai dăunătoare sănătății (în vârful piramidei alimentare) este cel mai mare.

---

Preluat de la <https://www.fao.org/3/I5640E/i5640e.pdf>.

<sup>15</sup>Van Dooren C., Marinussen M., Blonk H. și colab. (2014), *Explorarea ghidurilor alimentare bazate pe valori ecologice și nutriționale: O comparație a șase modele alimentare*, Politica alimentară, Vol. 44. <https://doi.org/10.1016/j.foodpol.2013.11.002>.



Fig. 11 – Piramida alimentară propusă la prima conferință mondială privind dieta mediteraneană ca model sănătos și sustenabil.

Dieta mediteraneană, pe lângă faptul că este certificată de UNESCO pentru valoarea sa culturală, este acum recunoscută și ca un model de dezvoltare sustenabilă.

Principiile de sustenabilitate pe care se bazează dieta mediteraneană sunt legate în esență de faptul că producerea de fructe, leguminoase, legume și cereale necesită o utilizare a resurselor naturale și emisii de gaze cu efect de seră mai mici decât producția de carne și grăsimi animale.

Se estimează că, pentru a obține o sută de calorii, dieta mediteraneană are un impact asupra mediului cu aproximativ 60% mai mic decât o dietă bazată într-o mai mare măsură pe carne și grăsimi animale, precum dieta nord-europeană.

De asemenea, temele de sezonabilitate, consumul de produse locale și biodiversitate sunt concret transpuse în comportamente sustenabile precum reducerea culturilor în sere, costuri de transport zero pentru mărfurile primite din țări îndepărtate sau rotația culturilor.

Pe lângă beneficiile pentru mediu, o dietă sustenabilă trebuie să aducă și beneficii pentru sănătate, economie și societate. Adoptarea unor modele alimentare și stiluri de viață, precum cel mediteranean, îmbunătățește starea de sănătate, conducând la reducerea cheltuielilor naționale pentru sănătate. Mai mult decât atât, prin favorizarea ingredientelor de sezon și cu cost redus (precum leguminoasele și cerealele), „alimentarea mediteraneană” este, de asemenea, economică.

Consumul de materii prime locale și de sezon presupune, așadar, punerea în valoare a companiilor și teritoriilor cu oferta gastronomică relativă. Dintre beneficiile sociale, pe lângă sănătate, conștientizarea alimentației și legătura cu teritoriul, dieta mediteraneană promovează integrarea socială. Având în vedere efectele pozitive asupra sferelor sociale, economice și de mediu, acesta poate fi considerat un model extrem de durabil și, prin urmare, alegerea dietei mediteraneene, îmbinarea stilului său de viață în întregime, înseamnă a deveni conștient de planetă și a avea grijă de ea.

| <b>Exercițiu: Meniu sănătos și sustenabil</b>   |  |
|---|--|
| <b>Cerințe preliminare</b>  | Cunoașterea bazelor alimentației sănătoase și alimentației sustenabile.  |
| <b>Timp</b>   | 2 ore  |
| <b>Instrumente</b>  | PC, conexiune la internet, ustensile de bucătărie opționale  |
| <b>Obiective</b>  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Recunoașterea factorilor, obiceiurilor și alegerilor alimentare care influențează sănătatea noastră, planeta și comunitatea.</li> <li>2. Informarea cu privire la ingrediente alternative și alimente neconvenționale.</li> <li>3. Identificarea dietelor echilibrate în funcție de nevoile nutriționale.</li> <li>4. Recunoașterea informațiilor corecte despre sănătate și alimentația nutritivă.</li> </ol> |
| <b>Instrucțiuni</b>   |  |
| <p>După ce ați citit modulul și linkurile sugerate despre dieta sănătoasă și sustenabilă, creați un meniu.</p> <p>Creați și gătiți opțional un meniu conform țării dvs. cu ingrediente atât sustenabile, cât și sănătoase, compus din 4 aperitive, 4 feluri principale, 4 „deserturi”.</p> <p>Toate ingredientele și tehnicile de gătit trebuie să fie sănătoase și, în funcție de țară, cât mai sustenabile.</p> |  |

## Sarcina finală : O hartă a sustenabilității

### Sarcina finală Modulul 1: O hartă a sustenabilității

|                            |  |
|----------------------------|--|
| <b>Cerințe preliminare</b> | /  |
| <b>Timp</b>                | 3 ore  |
| <b>Instrumente</b>         | Pc, conexiune la internet  |
| <b>Obiective</b>           | 1. Creșterea gradului de conștientizare cu privire la entitățile durabile din zona locală. |

#### Instrucțiuni

Pe computer sau cu pix și hârtie, creați o „hartă durabilă” a zonei dvs. locale cu:

- locale durabile ;
- Grupuri locale/organizații non-profit active în tematica durabilității;
- Organismele publice locale legate de durabilitate;
- Alte afaceri (durabile sau nu) legate de activitatea dvs. (potențiali parteneri sau concurenți)

## STUDIU DE CAZ – Masa gazdă Foresto

### Conceptul Foresto



Fig. 12 – Poza restaurantului FORESTO

Obiectivul principal este promovarea utilizării produselor locale și de sezon și dezvoltarea conștiinței civice.

În 2017, asociația For.e.t. din Bruxelles, dorind să fie un actor activ în domeniul alimentației sustenabile, a decis să deschidă un restaurant de cartier care oferă meniuri și produse bazate în principal pe alimente din circuite scurte, pentru a promova agricultura, practicile agricole raționale și sustenabile, precum și producătorii locali.

Restaurantul lucrează pentru a evita risipa alimentară: card redus, alimente proaspete neambalate, depozitare minimă, fără produs procesat sau industrial. Pentru a reduce consumul de energie, asociația a promovat și o bucătărie slab utilată.

Prin acest proiect, Foresto organizează și traininguri profesionale pentru un public exclus de pe piața muncii, în mare parte din Africa subsahariană și automat îndepărtat de obiceiurile alimentare europene. Prin această instruire și datorită restaurantului, proiectul combină crearea de locuri de muncă, învățarea și dezvoltarea alimentelor durabile.

### **Punctele cheie ale proiectului sunt:**

- Sprijinirea micilor producători locali (fermieri, cooperative, berării belgiene).
- Rentabilitate financiară: cifra de afaceri acoperă cheltuielile și oferă un bonus financiar.
- Limitarea consumului de combustibili fosili: consum redus de energie electrică și gaz, spațiu de depozitare minim.
- Fără risipă: produse proaspete vrac, rotația alimentelor pentru a evita pierderile, comenzi limitate la consumul săptămânal.
- Crearea de locuri de muncă pentru persoane vulnerabile excluse de pe piața muncii.

### **Impactul proiectului la mai multe niveluri:**

- Dezvoltarea unui proiect de economie socială.
- Sensibilizarea clienților cu privire la alimentația sustenabilă și locală.
- Angajarea personalului puțin calificat, exclus de pe piața muncii.
- Utilizarea produselor proaspete și de sezon, procesate la fața locului.
- Crearea unei rețele locale (de la producători la consumatori).
- Promovarea unei diete sănătoase, cu o valoare adăugată netă în ceea ce privește calitățile nutriționale.



*Fig. 13 – Interiorul restaurantului FORESTO.*

Pentru a dezvolta acest proiect bazat pe un model de economie socială și sustenabilă în alte regiuni sau țări, sunt necesare:

- Identificarea resurselor pentru personal: supraveghetori și cursanți (pentru studenți, este necesar fie să se obțină aprobarea din partea Guvernului, fie să se stabilească parteneriate cu serviciile de ocupare a forței de muncă).
- Găsirea unor spații adecvate și achiziționarea materialelor și echipamentelor (subvenții sau fonduri private).
- Crearea unui program metodologic adresat cursanților aflați departe de piața muncii și celor slab pregătiți, dar și cu accent pe aspectul comercial pentru a primi corespunzător clienții la restaurant.
- Asigurarea unei bune gestionări a proiectului (horeca, pedagogie, control social, management), inclusiv resursele umane adecvate.

Parteneriatul a fost dezvoltat astfel:



- Guvernele, prin contracte de muncă ce vizează un public defavorizat și prin aprobarea proiectului.
- Producătorii locali: cooperative de fermieri din Valonia, berari ecologici, brutari din Bruxelles etc.
- Clienții, receptivi la conceptul și valorile promovate.

**Site :** <http://foret-asbl.be/>

## EXTRA

### 5.1 Rezumatul capitolului

Trainingul SSPICE IT! începe cu un capitol introductiv care introduce cititorii în domeniul alimentației durabile. Acest modul stabilește o bază solidă, explorând teme esențiale precum schimbările climatice, sustenabilitatea sistemului alimentar și dietele ecologice. De asemenea, urmărește evoluția istorică a relației dintre om și natură, oferind un cadru pentru înțelegerea provocărilor actuale ale sustenabilității. Narațiunea analizează repercusiunile activităților umane, subliniind impactul schimbărilor climatice asupra fenomenelor meteorologice extreme, pierderii habitatelor și declinului biodiversității.

Capitolul 2 își mută atenția asupra provocărilor sociale legate de accesibilitatea alimentelor în cadrul unui sistem alimentar complex. Acesta evidențiază interconexiunile dintre diferite sectoare, analizând relațiile dintre inovație, tehnologie și impactul social. Sunt discutate posibilele consecințe ale camioanelor autonome bazate pe inteligență artificială asupra accesibilității alimentelor, alături de o analiză a insecurității alimentare și nutriționale din Europa. Capitolul introduce conceptul de „drept la hrană”, accentuând importanța demnității și independenței în asigurarea necesarului alimentar. În afara Europei, este prezentat conceptul de suveranitate alimentară ca o condiție esențială pentru securitatea alimentară reală, promovând sisteme alimentare echitabile din punct de vedere social și sustenabile.

Capitolul 3 explorează legăturile complexe dintre alimentație, sănătate și mediu, evidențiind impactul semnificativ al sistemului alimentar global asupra mediului. Acesta analizează practicile agricole industriale, precum agricultura intensivă, pentru contribuția lor la emisiile de gaze cu efect de seră și defrișări, reprezentând o amenințare atât pentru mediu, cât și pentru sănătatea umană.

Se subliniază necesitatea ca întreprinderile din industria alimentară să adopte practici sustenabile, din motive ce includ satisfacerea așteptărilor consumatorilor, conformarea la reglementări și reducerea costurilor. Capitolul se încheie abordând provocarea alinierii sănătății umane cu sănătatea planetei prin diete sustenabile, prezentând dieta mediteraneană drept model. În final, cititorii sunt ghidați printr-un exercițiu care îi încurajează să creeze un meniu sănătos și sustenabil, stimulând implicarea activă în practici ecologice conștiente. Narațiunea de ansamblu își propune să inspire schimbări pozitive, promovând conștientizarea problemelor ecologice și încurajând adoptarea practicilor sustenabile – câte o linguriță pe rând.

## 5.2 Lecturi suplimentare

### Documente generale:

- ✓ Ce este schimbarea climatică? Un material realizat de Națiunile Unite, care reprezintă o introducere bine structurată și plăcută despre subiectul schimbărilor climatice: <https://www.un.org/en/climatechange/what-is-climate-change>
- ✓ „Starea securității alimentare și nutriției în lume 2023” de Organizația pentru Alimentație și Agricultură a Națiunilor Unite – o actualizare privind progresul global către atingerea obiectivelor de eliminare a foametei și a tuturor formelor de malnutriție <https://www.fao.org /3/CC3017EN/online/CC3017EN.html>
- ✓ „Omul și Mediul: O perspectivă generală” de Nico Stehr – O istorie a relațiilor schimbătoare dintre om și natură, precum și a percepției omului asupra acesteia.
- ✓ „Un adevăr incomod” de Davis Guggenheim – Un documentar care sensibilizează opinia publică despre poluare și schimbările climatice cauzate de om.
- ✓ „Les algues vertes (Algele Verzi)” de Pierre Jolivet – Un film francez ce ilustrează efectele agriculturii industrializate și utilizării pesticidelor și insecticidelor în Bretania.
- ✓ „Ce este schimbarea climatică? | Start Here” de Al Jazeera English, un videoclip YouTube de șapte minute care explică elementele de bază ale schimbărilor climatice: <https://www.youtube.com/watch?v=dcBXmj1nMTQ>

### Organizații non-profit:

- ✓ Greenpeace: Oferă articole despre schimbările climatice și despre daunele provocate de om asupra mediului. Se implică în lupta împotriva distrugerii ecosistemelor și a utilizării combustibililor fosili la nivel global: <https://www.greenpeace.org/international/>
- ✓ Oxfam International: Publică resurse despre schimbările climatice, dezastrelor naturale și inegalitățile alimentare, promovând în același timp justiția socială: <https://www.oxfam.org/en>
- ✓ Friends of the Earth Europe: Militează pentru justiție socială și de mediu, precum și pentru un acces egal la resurse, prevenind totodată dezastrelor ecologice.: <https://friendsoftheearth.eu/>
- ✓ Food and Agriculture organization of the United Nations: O agenție specializată a Națiunilor Unite care coordonează eforturile internaționale de combatere a foametei: <https://www.fao.org/home/en>

#### Documentare:

- ✓ Securitatea alimentară - o dilemă în creștere - Un documentar de 30 de minute care abordează viitorul agriculturii, producția alimentară, precum și preocupările legate de sustenabilitate și suveranitate: <https://www.youtube.com/watch?v=wu7PjKawjwI>
- ✓ Impactul omului asupra mediului : O listă de redare cu videoclipuri scurte care pun la îndoială consecințele activității umane pe planeta noastră: <https://www.youtube.com/playlist?list=PLL4ByIaW73wgSuZyfdxJUnhhOjDanFteu>
  - Alte videoclipuri de la National Geographic despre schimbările climatice pot fi găsite aici: <https://education.nationalgeographic.org/resource/resource-library-climate-change/>

### 5.3 Glosar

FAO: Organizația Națiunilor Unite pentru Alimentație și Agricultură (FAO) este o agenție specializată a Națiunilor Unite care coordonează eforturile internaționale de combatere a foametei și de îmbunătățire a nutriției și securității alimentare.

Green Deal: Pactul Verde European, aprobat în 2020, este un set de inițiative politice ale Comisiei Europene, având scopul principal de a face Uniunea Europeană neutră din punct de vedere climatic până în 2050.

HLPE: Panelul de Experti la Nivel Înalt privind Securitatea Alimentară și Nutriția, un grup științific stabilit de Națiunile Unite pentru a oferi îndrumări și recomandări de politici pe teme de securitate alimentară și nutriție.

ONU: Organizația Națiunilor Unite (ONU) este o organizație interguvernamentală care are ca scop declarat menținerea păcii și securității internaționale, dezvoltarea relațiilor prietenoase între națiuni, promovarea cooperării internaționale și armonizarea acțiunilor națiunilor.

WWF: Fondul Mondial pentru Natură (WWF) este o organizație internațională non-guvernamentală cu sediul în Elveția, fondată în 1961, care activează în domeniul conservării sălbăticiei și reducerii impactului uman asupra mediului.

## 5.4 Mulțumiri

Suntem recunoscători lui Agathe Bausson, Quentin Giret, Jeremiah Lahesa Vega și Xavier Rodrigues, de la POUR LA SOLIDARITÉ-PLS, pentru contribuția lor utilă la scrierea acestui modul.

## 5.5 Bibliografie

Burlingame, B., Dernini, S. (Eds.). (2010). *Diete sustenabile și biodiversitate: Direcții și soluții pentru politici, cercetare și acțiune*. Lucrările Simpozionului Științific Internațional *Biodiversitate și Diete Sustenabile Unite Împotriva Foamei*, Divizia pentru Nutriție și Protecția Consumatorului, FAO. Disponibil la <https://www.fao.org/3/i3004e/i3004e.pdf>

Campiglio L., Rovati G. (2009). *La povertà alimentare in Italia: prima indagine cantitativa e calitativa*. Guerini e associati, Milano.

Clark, MA, Springmann, M., Hill, J., Tilman, D. și Fraser, H. (2020). Emisiile sistemului alimentar global ar putea împiedica atingerea obiectivelor de 1,5° și 2°C privind schimbările climatice. *Science*, 370(6517), 705-708. Preluat de la: <https://www.science.org/doi/full/10.1126/science.aba7357>

Comisia Europeană (2020), *Pachetul Climă și energie*, preluat de la [https://climate.ec.europa.eu/eu-action/climate-strategies-targets/2020-climate-energy-package\\_en](https://climate.ec.europa.eu/eu-action/climate-strategies-targets/2020-climate-energy-package_en)

Parlamentul European (4 mai 2023), *Pacte Vert : la voie vers une UE durable et climatique neutru*, preluat din [https://www.europarl.europa.eu/news/fr/headlines/society/20200618STO81513/le-pacte-vert-pour-une-ue-durable-et-climatiquem\\_\\_\\_ent-neutre?at\\_campaign=20234-Green&at\\_medium=Google\\_Ads&at\\_platform=Search&at\\_creation=Sitelink&at\\_goal=TR\\_G&at\\_audience=le\\_pacte\\_vert&at\\_topic=Green\\_Deal&gclid=CjwKCAjwu4WoBhBkEiwAojNdXpCvZ7Kaob7oRW2TUIHehMCNF7eWFodNvBd6mesL8MZm2GnvnP42QxoCzjcQAvD\\_Bw](https://www.europarl.europa.eu/news/fr/headlines/society/20200618STO81513/le-pacte-vert-pour-une-ue-durable-et-climatiquem___ent-neutre?at_campaign=20234-Green&at_medium=Google_Ads&at_platform=Search&at_creation=Sitelink&at_goal=TR_G&at_audience=le_pacte_vert&at_topic=Green_Deal&gclid=CjwKCAjwu4WoBhBkEiwAojNdXpCvZ7Kaob7oRW2TUIHehMCNF7eWFodNvBd6mesL8MZm2GnvnP42QxoCzjcQAvD_Bw)

Eurostat (2021), *Incapacitè à s'offrir un repas comportant de la viande, du poulet ou du poisson (ou un équivalent végétarien) un jour sur deux - enquête EU-SILC*, extras din <https://bit.ly/3yBDp10>

FAO (2021), *Starea securității alimentare și a nutriției în lume 2021. Capitolul 2 securitatea alimentară și nutriția în întreaga lume*, preluat de la <https://bit.ly/3t3y1T2>

FAO (2021), *Starea securității alimentare și nutriției în lume 2021. Anexa 1a: Tabele statistice pentru capitolul 2*. preluat de la: <https://bit.ly/3zx2uvp>

GNAFC (2021), *Raport global privind crizele alimentare. Analiză comună pentru decizii mai bune*, preluat de pe <https://bit.ly/3DssUkp>, p.19.

Gonzalez Fischer C., Garnett T. (2016) *Plates, pyramids, planet. Dezvoltări în orientările naționale privind dietele sănătoase și sustenabile – o evaluare a stării actuale*. Organizația pentru Alimentație și Agricultură a Națiunilor Unite (FAO) și Rețeaua de Cercetare pentru Climă Alimentară de la Universitatea Oxford. Poate fi accesat la: <https://www.fao.org/3/I5640E/i5640e.pdf>.

HLPE. (2020). *Securitate alimentară și nutriție: construirea unei narațiuni globale către 2030 (Raportul nr. 15)*. Grupul de experți la nivel înalt pentru securitatea alimentară și nutriție al Comitetului pentru securitatea alimentară mondială. Preluat de la: <https://www.fao.org/3/ca9731en/ca9731en.pdf>

HLPE (septembrie 2020), *Impactul COVID-19 asupra securității alimentare și nutriției: dezvoltarea unor răspunsuri politice eficiente pentru a aborda pandemia de foamete și malnutriție*, preluat de la <https://bit.ly/2WDQKbQ>, p.4.

Katz D., Meller, S. (2014), *Can We Say What Diet Is Best for Health?* Revizuirea anuală a sănătății publice; 35:1, 83-103, preluat de la <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24641555/>

Nyeléni . (2007). *Declarația lui Nyéléni* . Preluat de la <https://nyeleni.org/IMG/pdf/DeclNyeleni-en.pdf>

Oxfam Franța ( 15 septembrie 2022), *Vers une augmentation croissante du nombre de « réfugiés climatiques »*, preluat din <https://www.oxfamfrance.org/migrations/vers-une-augmentation-croissante-du-nombre-de-refugies-climatiques/>

Oxfam International, *Changement climatique : cinq catastrophes naturelles qui demandent une action d'urgence*, extras din <https://www.oxfam.org/fr/changement-climatique-cinq-catastrophes-naturelles-qui-demandent-une-action-durgence>

Sechier T., ( 13 octombrie 2022), *Près de 70% des animaux sauvages ont disparu en 50 ans, d'après le WWF*, France bleu, extras din <https://www.francebleu.fr/infos/environnement/69-des-animaux-sauvages-ont-disparu-en-50-ans-d-apres-le-wwf-1665637844>

Simon F., ( 7 septembrie 2023), *La prochaine Commission se concentrera sur la mise en œuvre des politiques climatiques, un haut fonctionnaire de l'UE*, Euractiv, extras din <https://www.euractiv.fr/section/energie-climat/news/la-prochaine-commission-se-concentrera-sur-la-mise-en-oeuvre-des-politiques-climatiques-selon-un-haut-fonctionnaire-de-lue/>

The Economist (2020), *Global Food Security Index*, preluat de la <https://bit.ly/2V3AUab>

Comitetul ONU pentru Drepturi Economice, Sociale și Culturale (CESCR) (12 mai 1999), *Comentariul General nr. 12: Dreptul la o hrană adecvată (Art. 11 din Pact)*, preluat de la: <https://www.refworld.org/docid/4538838c11.html>

Programul Națiunilor Unite pentru Mediu și Panelul Internațional de Resurse (2010). *Evaluarea impacturilor asupra mediului ale consumului și producției: produse și materiale prioritare - Rezumat*. <https://wedocs.unep.org/20.500.11822/8572>.

Van Dooren C., Marinussen M., Blonk H. și colab. (2014), *Explorarea ghidurilor alimentare bazate pe valori ecologice și nutriționale: O comparație a șase modele alimentare*. Politica alimentară, Vol. 44. <https://doi.org/10.1016/j.foodpol.2013.11.002>

WWF Germania și WWF Food Practice. (2020, august). *Îmbunătățirea NDCS PENTRU SISTEME ALIMENTARE: RECOMANDĂRI PENTRU FACTORI DE DECIZI*, preluat de la [https://wwfint.awsassets.panda.org/downloads/wwf\\_ndc\\_food\\_final\\_low\\_res.pdf](https://wwfint.awsassets.panda.org/downloads/wwf_ndc_food_final_low_res.pdf)