

16 Οκτωβρίου 2016: Ανακοίνωση του Ινστιτούτου Prolepsis για την Παγκόσμια
Ημέρα Διατροφής

Επιστροφή σε ήπιες μεθόδους καλλιέργειας, φιλικές προς το περιβάλλον και τον άνθρωπο και υιοθέτηση υγιεινών διατροφικών επιλογών. Αυτό είναι το κεντρικό μήνυμα του Διεθνούς Οργανισμού Τροφίμων και Γεωργίας (F.A.O) **για τη φετινή Παγκόσμια Ημέρα Διατροφής**, ως απάντηση στις διαρκώς εξελισσόμενες επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής.

Με σύνθημα «Το κλίμα αλλάζει. Η Διατροφή και η Γεωργία πρέπει να αλλάξουν επίσης», ο Διεθνής Οργανισμός Τροφίμων και Γεωργίας επισημαίνει την ανάγκη περιορισμού των επιπτώσεων της διαρκούς κλιματικής αλλαγής, οι οποίες γίνονται ήδη αντιληπτές σε αναπτυσσόμενες χώρες και έχουν τάση επέκτασης και στις δυτικές κοινωνίες. Οι συνέπειες από την αύξηση της θερμοκρασίας και την εκδήλωση ακραίων καιρικών φαινομένων οδηγούν σε συνεχή μείωση της διαθέσιμης ασφαλούς και υγιεινής τροφής, στην αύξηση της επισιτιστικής ανασφάλειας, τον υποσιτισμό και την πείνα.

Το Ινστιτούτο Prolepsis προσφέρει τεράστιο έργο στην κατεύθυνση της προώθησης της ποιοτικής διατροφής με την εφαρμογή προγραμμάτων παρέμβασης, καθώς και μέσα από ποικίλες εκστρατείες ευαισθητοποίησης και προαγωγής της υγείας στα σχολεία, άλλους οργανισμούς και τον ιδιωτικό τομέα. Οι κύριες δράσεις περιλαμβάνουν το πρόγραμμα **«Ευ Δια... Τροφήν»** και το Πρόγραμμα Σίτισης & Προώθησης Υγιεινής Διατροφής, **ΔΙΑΤΡΟΦΗ**.

Το Πρόγραμμα **«Ευ Δια... Τροφήν»**, που σχεδίασε και εκπόνησε το Ινστιτούτο Prolepsis αφορά στην ανάπτυξη του περιεχομένου, την παραγωγή και την ευρεία διάχυση των Εθνικών Διατροφικών Οδηγών. Οι Εθνικοί Διατροφικοί Οδηγοί απευθύνονται (1) στον γενικό πληθυσμό, δηλαδή τους υγιείς ενήλικες, 18-65 ετών (2) στις γυναίκες στους σημαντικότερους σταθμούς της ζωής τους (κύηση, γαλουχία, και εμμηνόπαυση), (3) στα βρέφη, τα παιδιά και τους εφήβους, καθώς και (4) στους ηλικιωμένους. Στόχος των Οδηγών είναι να συνεισφέρουν στην προαγωγή της υγείας του πληθυσμού, στηριζόμενοι στη σύγχρονη επιστημονική γνώση και αξιοποιώντας την ελληνική παραδοσιακή διατροφή. Οι Εθνικοί Διατροφικοί Οδηγοί είναι διαθέσιμοι στην ιστοσελίδα www.diatrofikoiodigoi.gr.

Παράλληλα συμβάλλει καίρια στην προαγωγή της υγείας των παιδιών και στην προώθηση της υγιεινής διατροφής, μέσω του Προγράμματος **ΔΙΑΤΡΟΦΗ**, το οποίο

υλοποιείται σε σχολεία κοινωνικοοικονομικά ευάλωτων περιοχών της χώρας μας, έχοντας διαθέσει περισσότερα από 12,8 εκατομμύρια υγιεινά γεύματα σε 530 περίπου σχολεία και 90.000 μαθητές σε όλη την Ελλάδα. Το Πρόγραμμα **ΔΙΑΤΡΟΦΗ** ενισχύει την υγιεινή διατροφή και την ευρύτερη προαγωγή της υγείας, τόσο των ίδιων των μαθητών όσο και των οικογενειών τους με ειδικά διαμορφωμένο εκπαιδευτικό υλικό. Παράλληλα, αντιμετωπίζει τα εντεινόμενα προβλήματα σίτισης που αντιμετωπίζουν οι μαθητές πολλών σχολείων. Όλοι ανεξαιρέτως οι μαθητές των σχολείων που συμμετέχουν λαμβάνουν καθημερινά δωρεάν ένα υγιεινό γεύμα, ειδικά σχεδιασμένο για τις διατροφικές ανάγκες τους. Με αυτόν τον τρόπο το Πρόγραμμα **ΔΙΑΤΡΟΦΗ**, διευκολύνει και ενισχύει την υιοθέτηση υγιεινών διατροφικών συνηθειών σε μαθητές και τις οικογένειες τους.

Το Πρόγραμμα συντονίζει και υλοποιεί η επιστημονική ομάδα του Ινστιτούτου Prolepsis σε συνεργασία με επιστημονικούς συνεργάτες της Ιατρικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών και άλλων ελληνικών και αμερικανικών Πανεπιστημίων. Το Πρόγραμμα υλοποιείται για έκτη συνεχή σχολική χρονιά με Μέγα Δωρητή το Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος και τελεί υπό την αιγίδα του Υπουργείου Παιδείας, Έρευνας και Θρησκευμάτων. Περισσότερες πληροφορίες στο <http://diatrofi.prolepsis.gr>.

Τέλος, το Ινστιτούτο Prolepsis, μέσα από τη συμμετοχή του σε κοινωνικές συμπράξεις του Ταμείου Ευρωπαϊκής Βοήθειας για τους Απόρους (T.E.B.A.) παρέχει συμβουλευτικές υπηρεσίες και προωθεί προτάσεις προαγωγής υγείας προς ευπαθείς κοινωνικές ομάδες (έντυπο υλικό με οικονομικές συνταγές βασισμένες στη μεσογειακή διατροφή, μαγειρικές τεχνικές, πρακτικές συμβουλές για οικονομικές αγορές τροφίμων), συμβάλλοντας με ακόμα έναν τρόπο στην καταπολέμηση των κοινωνικών ανισοτήτων στην υγεία.

Μέσα από αυτές τις ποικίλες δράσεις και τα προγράμματα παρέμβασης, το Ινστιτούτο Prolepsis μετουσιώνει στην πράξη το μήνυμα του Διεθνούς Οργανισμού Τροφίμων και Γεωργίας για ανάληψη πρωτοβουλιών και πρακτικών που συνεισφέρουν στην αντιμετώπιση της κλιματικής αλλαγής. Προωθώντας την παραδοσιακή Μεσογειακή διατροφή και την κατανάλωση φυτικών προϊόντων, ιδιαίτερα εκείνων που έχουν παραχθεί με ήπιες μεθόδους καλλιέργειας (βιολογική γεωργία, μέθοδοι ολοκληρωμένης διαχείρισης), μειώνεται η κατανάλωση κόκκινου κρέατος, το οποίο ευθύνεται σημαντικά για την αύξηση των εκπομπών αερίων του θερμοκηπίου (μέσω της παραγωγής ζωοτροφών, εκτροφής, μεταφοράς του κρέατος κ.α.)