

O clima está mudando. A alimentação e a agricultura também.

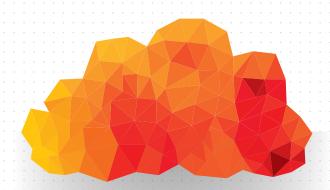
Livro de Atividades

Dia Mundial da Alimentação 2016

Texto original: www.fao.org/world-food-day/2016/communication-toolkit/en/
Tradução livre: PMSP - SME/CODAE-DEC

World Food Day





O clima está mudando. A alimentação e a agricultura também.



Vamos adaptar a agricultura à mudança climática para nos tornar a Geração Fome Zero

Introdução

Dia Mundial da Alimentação

O Dia Mundial da Alimentação, que acontece em 16 de outubro a cada ano, é aniversário da Organização das Nações Unidas para alimentação e agricultura, (FAO, na sigla em inglês). Nesse dia, em 1945, a Organização foi fundada. Os eventos do Dia Mundial da Alimentação, organizados em mais de 150 países mundo afora, promovem a conscientização sobre a fome e a necessidade de garantir que todos tenham acesso a comida nutritiva e saudável.

O tema do Dia Mundial da Alimentação 2016 é "O clima está mudando. A alimentação e a agricultura também".

A FAO ajuda os países em desenvolvimento a combater a fome e garantir que todos tenham comida nutritiva para levar uma vida ativa e saudável. Trabalhamos principalmente em áreas rurais, onde vivem cerca de 80% das pessoas pobres e famélicas. Nossos principais objetivos são acabar com a fome e a pobreza, garantir que as pessoas comam alimentos nutritivos e ajudar os países a administrar seus recursos naturais. A FAO este presente em mais de 100 países e tem sua sede em Roma, Itália.

Livro de Atividades do Dia Mundial da Alimentação

O que aconteceria se desmatássemos todas as florestas e não fizéssemos nada para proteger nossos oceanos ou as pessoas afetadas pela mudança climática? O Livro de Atividades do Dia Mundial da Alimentação 2016 aborda assuntos-chave relacionados à mudança climática e à agricultura em um mundo encantado, por meio das ilustrações de Lorenzo Terranera. Cada ilustração explora uma mensagem importante relacionada ao tema do Dia Mundial da Alimentação.

Junte-se aos seus personagens favoritos de contos de fadas para encontrar soluções para a mudança climática e a fome. Cada solução pode se tornar realidade se todos fizermos nossa parte, e as dicas que damos no fim deste livro são um ótimo ponto de partida. Cada figura está incompleta e nós precisamos que você use sua imaginação para colorir o que está em branco. Mostre-nos como, trabalhando juntos, podemos combater a mudança climática, proteger nosso planeta e acabar com a fome.

Mensagem aos educadores

O Livro de Atividades do Dia Mundial da Alimentação é uma ferramenta educacional para estudantes, educadores e qualquer um que deseje aprender mais sobre o tema do Dia Mundial da Alimentação 2016. Ele também deve ser usado para inspirar os jovens que desejem participar do concurso de posters e vídeos. As ilustrações neste livro não foram finalizadas, para que seus alunos possam usar sua imaginação e colorir um futuro positivo para o nosso planeta.

Concurso "Dia Mundial da Alimentação"

Nosso clima está mudando. E queremos que você nos diga por que a alimentação e a agricultura precisam mudar também. Há dois modos de fazê-lo.

Se você tem entre 5 e 19 anos, pode criar um pôster sobre o tema do Dia Mundial da Alimentação e, se tiver entre13 e 19 anos, pode também produzir um vídeo com até um minuto de duração, dizendo-nos o que pensa sobre a mudança climática, a alimentação e a agricultura.

É fácil se inscrever. Crianças, professores ou educadores podem acessar www.fao.org/WFD2016- Contest para enviar seu pôster ou vídeo.

O prazo para inscrições é 30 de setembro de 2016. Os vencedores do concurso de pôsteres e vídeos serão anunciados no portal Dia Mundial da Alimentação, nas páginas da FAO nas mídias sociais e divulgados pelos escritórios da FAO no mundo todo. Os trabalhos também aparecerão em uma exposição na sede da FAO em Roma durante a Semana Mundial da Alimentação (10 a14 de outubro de 2016) e receberão um certificado de reconhecimento, além de uma bolsa com brindes surpresa.



O clima está mudando. A alimentação e a agricultura também. O que isso significa?

Mudança climática, alimentação e agricultura

Nossas ações diárias, decisões e comportamento, todos impactam o clima. A mudança climática está afetando a saúde do nosso planeta e mudando o nosso mundo. Está causando mais desastres naturais e problemas ambientais, o que dificulta o cultivo de alimentos. Cultivar alimentos faz parte do problema também, já que estamos pegando atalhos e prejudicando nosso planeta para produzir aquilo de que precisamos. A fim de alimentar uma população em crescimento, que deve atingir 9,6 bilhões até o ano 2050, temos que aprender a cultivar aquilo de que precisamos de modo a não continuar destruindo o planeta.

Adaptando-se à mudança climática

Adaptar-se à mudança climática significa mudar o modo como cultivamos alimentos para nos assegurar de que nosso planeta continue saudável e capaz de procuzir os alimentos de que precisaremos no futuro. Também significa ajudar as pessoas mais pobres, mais afetadas pela mudança climática, preparando-as para desastres naturais como secas e aumentando sua habilidade de se recuperar mais rapidamente dos desastres inevitáveis. Precisamos adaptar a alimentação e a agricultura à mudança climática de modo sustentável.

A sustentabilidade tem tudo a ver com o futuro - tem a ver com a construção e manutenção de um planeta saudável que possa alimentar nossa população em crescimento e as gerações futuras.

Somos a Geração Fome Zero

Você sabia que, em média, 1 em cada 10 pessoas vai dormir com fome todas as noites? É um total de 800 milhões de pessoas. Já produzimos comida suficiente para alimentar a todos, então por que ainda há gente com fome? A fome existe por muitas razões: pessoas pobres podem não ter dinheiro para comprar comida, a guerra pode impedir o acesso aos alimentos, desastres naturais podem causar fome e há muito desperdício de comida. A boa notícia é que líderes no mundo inteiro querem acabar com a fome. Ano passado, 193 países se comprometeram com 17 metas, visando ao desenvolvimento sustentável, sendo o objetivo geral acabar com a fome até 2030. Mas os líderes não podem podem fazer isso sozinhos. Eles precisam da ajuda de organizações internacionais, fazendeiros, escolas, universidades, empresas e também da sua ajuda. Podemos nos tornar a primeira geração a eliminar a fome do planeta - Geração Fome Zero - se trabalharmos juntos. Acabar com a fome é responsabilidade de todos e todos temos um papel a desempenhar, ainda que por meio da mudança de nossas ações e decisões simples do dia-a-dia.





Sete áreas a mudar

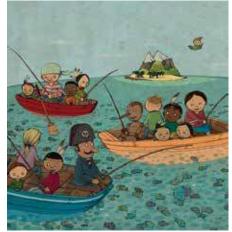
O Dia Mundial da Alimentação 2016 aborda sete áreas diferentes relacionadas à alimentação e à agricultura nas quais a mudança precisa acontecer se quisermos lidar com a mudança climática. Este é o único jeito de acabar com a fome mundial.

As áreas são: Silvicultura Agricultura Pecuária Desperdício de Alimentos Recursos Naturais Pesca Sistemas Alimentares

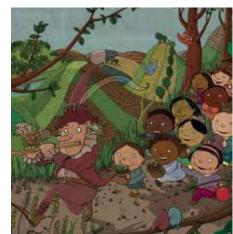


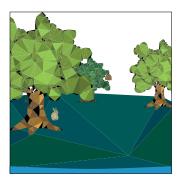










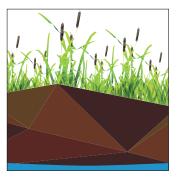


Silvicultura

Muitas pessoas mundo afora vivem em florestas ou dependem delas para se alimentar. Florestas não apenas fornecem abrigo e alimentação a pessoas e outros seres, elas também produzem oxigênio, limpam o ar que respiramos ao absorver gases como dióxido de carbono e também nos dão muita água doce. Nossas florestas estão desaparecendo rapidamente, com milhares de árvores sendo cortadas a cada ano, a fim de limpar terreno para cultivos, entre outros usos. Temos de proteger e cuidar das nossas florestas para manter nosso planeta e aqueles que vivem nele saudáveis.



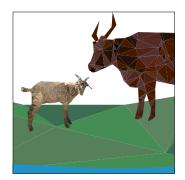
WFD2016 - Activity Book



Agricultura

À medida que o clima muda, o modo como os alimentos são cultivados precisa mudar também. A mudança climática está dificultando o cultivo devido aos desastres naturais, como enchentes, secas e estações mais quentes. A alimentação e a agricultura precisam se adaptar aos efeitos da mudança climática para produzir mais para uma população global em crescimento de forma sustentável. Muitas das pessoas mais pobres do mundo são fazendeiros, que são mais atingidos pelo aumento dos desastres naturais causados pela mudança climática. Precisamos fortalecer sua habilidade de preparar-se para o clima desfavorável, mas quando este é particularmente ruim e os desastres são inevitáveis, precisamos ajudá-los a se recuperar, reduzindo os danos e perdas.





Pecuária

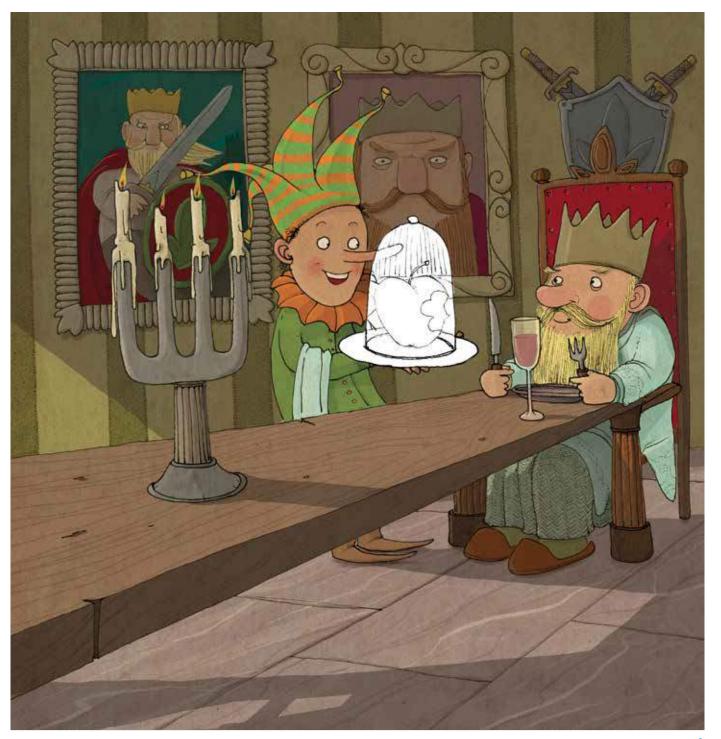
O modo como os fazendeiros cuidam dos animais, incluindo vacas, cabras, ovelhas, porcos, mulas e camelos, produz a maior parte dos gases do efeito estufa originários da agricultura. Mudar o modo como os fazendeiros cuidam desses animais é um passo importante para garantir que eles produzam menos gases danosos. Isto é especialmente importante se considerarmos que precisaremos de ainda mais animais no futuro para alimentar a população em crescimento. Mais recursos naturais também são usados para fornecer carne do que para vegetais ou leguminosas (ex. lentilhas, feijões e grãos de bico), especialmente água. Comer ao menos uma refeição sem carne por semana é algo que você pode fazer para ajudar.





Desperdício de Alimentos

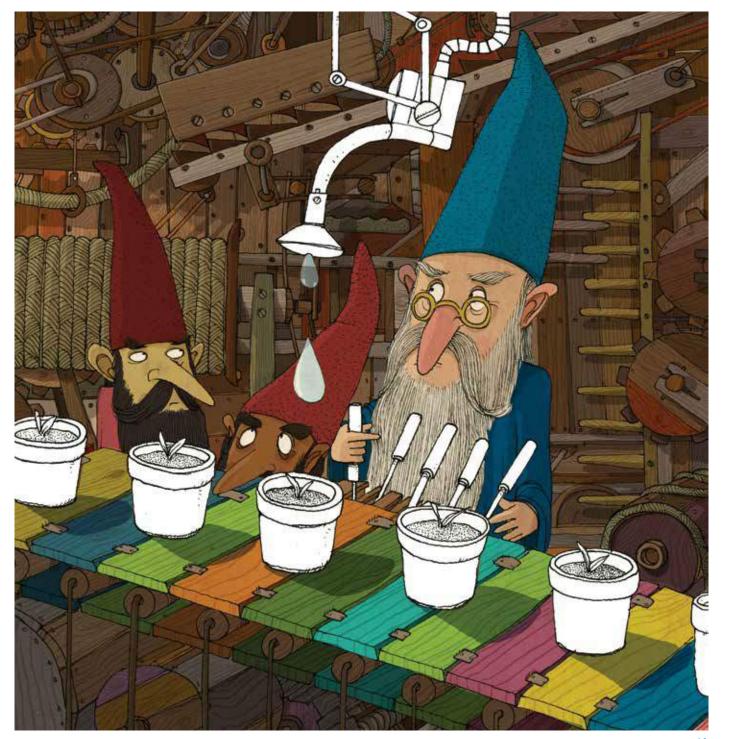
Uma grande quantidade de gases do efeito estufa é emitida para produzir a comida que consumimos todos os dias. Mas o pior é que mais de um terço dos alimentos produzidos no mundo é perdido ou desperdiçado a cada ano. Desperdiçar comida significa desperdiçar o dinheiro, o trabalho e os recursos como energia, terra e água usados para produzi-lo. A comida desperdiçada normalmente acaba em depósitos onde apodrece, e a comida podre faz mal ao nosso meio ambiente, porque emite o metano, um dos gases mais danosos do efeito estufa. Você pode jogar menos comida fora, guardando sobras, congelado porções, ajudando seus pais a planejar as refeições, comprando apenas aquilo de que precisa no supermercado e tentando comprar frutas, legumes e verduras de aparência imperfeita.

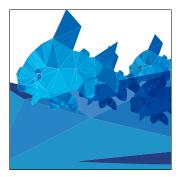




Recursos Naturais

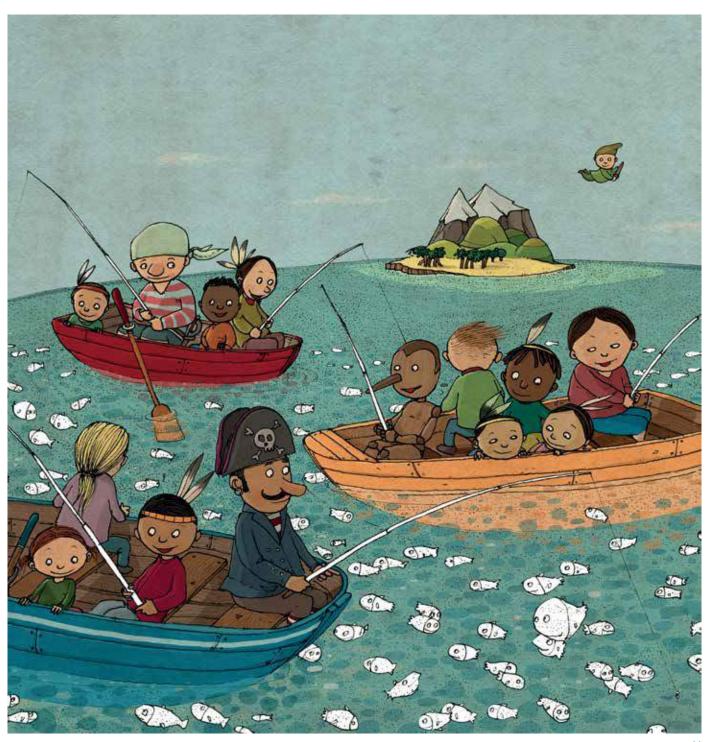
No momento, estamos usando muito mais recursos naturais do que precisamos para produzir comida. Há apenas uma quantidade limitada desses recursos e eles precisam estar disponíveis para as famílias no futuro. Também estamos usando mal os preciosos recursos da Terra e prejudicando ecossistemas importantes. Estamos desmatando florestas, poluindo os mananciais e estragando nossos solos. Quando administrados de forma sustentável, os solos podem armazenar uma grande quantidade de carbono e, portanto, têm um grande potencial para diminuir os gases do Efeito Estufa na atmosfera. Se cuidarmos dos nossos recursos naturais de forma sustentável, não só poderemos ajudar a acabar com a fome, poderemos também combater a mudança climática.





Pesca

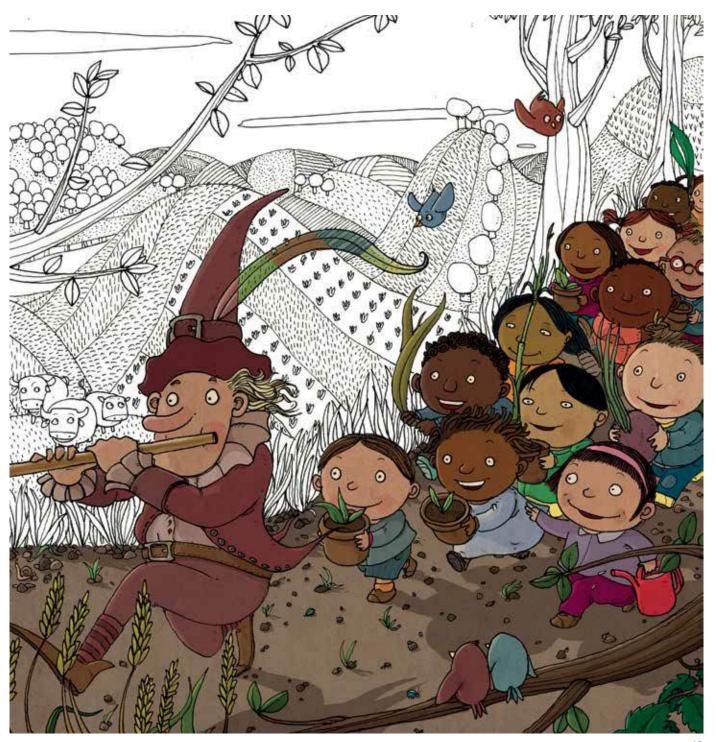
Muitas pessoas mundo afora dependem dos oceanos e brejos para viver e alimentar suas famílias. Os oceanos também armazenam muito dióxido de carbono nas suas profundezas e abrigam mais da metade da vida na Terra. O aumento nos níveis dos mares, as temperaturas mais elevadas das águas, a poluição e a pesca descontrolada significam que nossos oceanos e brejos não estão mais saudáveis e que, entre outras coisas, em breve não teremos mais peixes, a não ser que façamos algo. Mudar o modo como pescamos e quais peixes comemos ajudará a manter nossos mares cheios de peixes pelos próximos anos.





Sistemas Alimentares

Uma das coisas que nos ajudarão a acabar com a fome até 2030 é garantir que criemos sistemas alimentares sustentáveis. O que é um sistema alimentar? O alimento passa por vários estágios até chegar ao nosso prato, viajando das fazendas e campos até o mercado e os supermercados e, finalmente, a sua casa. Esse longo processo está ligado como uma cadeia e é conhecido como um sistema alimentar. Se um elo se quebra (ou não funciona como esperamos, porque não há comida suficiente, por exemplo), o processo inteiro é interrompido. Um sistema alimentar sustentável pode alimentar nossa população em crescimento sem causar danos ao planeta. Essa é a chave para acabarmos com a fome para sempre e nos tornarmos a Geração Fome Zero. Você pode ajudar escolhendo comprar alimentos produzidos de forma sustentável, cultivados localmente e com o selo de comércio justo (fairtrade).





O clima está mudando. A alimentação e a agricultura também.

O que eu posso fazer?

Ações voltadas ao clima para mudar nosso mundo

Nosso planeta está se aquecendo. As geleiras estão derretendo, os níveis dos oceanos estão subindo e eventos climáticos extremos como secas, ciclones e enchentes estão se tornando mais comuns. Todos esses eventos têm duas coisas em comum: 1. os mais afetados são os mais pobres, muitos dos quais trabalham como fazendeiros e têm mais dificuldade para produzir comida assim; 2. eles ameaçam a meta global de acabar com a fome até 2030.

A boa notícia é que nós podemos ajudar. Precisamos desperdiçar menos comida, salvar nossas florestas, proteger os preciosos recuros naturais da Terra, como a água e o solo, e consumir menos energia ou usar recursos energéticos que causem menos poluição, entre outras coisas.

O que VOCÊ pode fazer a respeito? Você pode enfrentar a mudança climática, mudando seus hábitos diários e tomando decisões simples. Nós desafiamos você a escolher uma das ações abaixo e se manter fiel a ela.



Preserve os preciosos recursos naturais da Terra

A Terra nos fornece tudo de que precisamos para cultivar alimentos e ter vidas saudáveis na forma de recursos naturais. Esses recursos são a terra, a água, os animais e as plantas. Não podemos cultivar alimentos sem água ou solo e será muito mais difícil cultivar comida saudável e nutritiva em quantidade suficiente se a água que temos estiver poluída e tivermos eliminado os ricos minerais do solo que o tornam fértil. Se queremos ter condições de continuar a cultivar comida segura e nutritiva em quantidade suficiente para todos no planeta, temos de proteger nossos recursos naturais.

Não desperdice água.

Tome uma ducha rápida, em vez de um banho longo. Banheiras gastam litros de água, em comparação a uma ducha de 5 a 10 minutos. Feche a torneira enquanto escova seus dentes. Escovar os dentes com a torneira aberta usa 6 litros de água. Lembre seus pais de consertar os vazamentos - uma torneira com um vazamento pode gastar mais de 11 litros de água em um ano! Você pode cuidar melhor de suas roupas, para que seus pais não precisem lavá-las toda vez que você as usar; tente usar as mesmas roupas pelo menos três vezes antes de lavá-as. Você também pode pedir a eles que lavem as roupas na máquina em grandes quantidades e sequem as roupas no varal, em vez de usar uma secadora. Isso economizará água, eletricidade e sabão em pó. As plantas no seu jardim também podem ser regadas com água da chuva.

Coma coisas novas.

Uma vez por semana, tente comer uma refeição só com vegetais (incluindo leguminosas, como lentilhas, feijões, ervilhas e grãos-de-bico), em vez de uma refeição com carne. Mais recursos naturais são usados para produzir carne do que plantas ou leguminosas, especialmente água. Milhões de hectares de florestas equatoriais são cortados e queimados para tranformar a terra em pasto para gado. Descubra algumas receitas saborosas com leguminosas, além de algumas informações interessantes, especialmente neste Ano Internacional das Leguminosas.

Mantenha nossos oceanos cheios de peixes.

Convença seus amigos e familiares a comer espécies de peixe mais abundante em vez das que sofrem com a pesca excessiva como o atum e o bacalhau. Você também pode comprar peixes que tenham sido pescados ou cultivados de forma sustentável.

Eficiência energética é o melhor.

Se a sua família está pensando em trocar um eletrodoméstico, como um liquidificador ou uma lavadora, você pode recomendar a compra de aparelhos com eficiência energética, que usem menos eletricidade. Economize energia também apagando as luzes ao sair de um cômodo, desligando sua TV, seu rádio e seu computador, em vez de deixá-los no standby e usando lâmpadas eficientes. Você pode também proteger as janelas da luz solar durante o verão para manter a temperatura.

Compre orgânicos.

A agricultura orgânica ajuda nosso solo a permanecer saudável e conservar sua habilidade de armazenar carbono, o que contribui para reduzir a mudança climática. Ajude seus pais a encontrar produtos orgânicos e com o selo de comércio justo (fairtrade) nos supermercados, feiras e sacolões.

Mantenha os solos e a água limpos.

Recolha o lixo e peça aos seus pais que escolham produtos de limpeza, tinta e outros produtos biodegradáveis e sem químicas fortes. Reduzindo a quantidade de lixo descartado e usando produtos ecológicos, podemos limitar a contaminação da água e a degradação do solo.

Use paineis solares ou outros sistemas de energia limpa.

Descubra se consegue fazer isso em casa, na escola ou no trabalho, pedindo ao(à) seu(ua) professor(a) ou aos seus pais que pesquisem incentivos e benefícios concedidos pelo governo.



Desperdice menos e reduza seu impacto ecológico

Assim como o impacto ecológico do carbono que produzimos todo ano, lançando gases do Efeito Estufa como o dióxido de carbono (ao andar de carro ou avião e usar eletricidade, por exemplo), também causamos impacto pela comida que optamos por consumir. Ao contrário do carro, você não consegue ver o lançamento de gases do efeito estufa do seu jantar, mas todo o caminho percorrido pela refeição, da fazenda até o seu prato, é cheio de processos que emitem carbono.

Além de comer mais verduras, legumes e leguminosas e menos carne, podemos também reduzir o desperdício das seguintes formas:

Compre só o necessário.

Ajude os seus pais a planejar as refeições da família, preparando uma lista de compras semanal, e seja fiel a ela! Além de desperdiçar menos comida, sua família economizará dinheiro!

Escolha frutas, legumes e verduras de aparência imperfeita.

Frutas, legumes e verduras com aparência estranha são jogados fora constantemente, porque as pessoas não querem comprá-los, mas, na verdade, o sabor é o memo, senão melhor. Fale com os seus pais sobre comprar frutas, legumes e verduras de aparência imperfeita e faça com que eles aproveitem alimentos que poderiam acabar sendo jogados fora.

Não se deixe enganar por rótulos.

Há uma grande diferença entre "consumir de preferência até" e "data de validade". Às vezes, ainda é seguro consumir um alimento depois da data "de preferência". Já a "data de validade", esta sim, indica quando não é mais seguro comer o alimento. Ensine à sua família a diferença e peça a seus pais que verifiquem os produtos com cuidado antes de jogá-los fora.

Limite seu plástico.

Peça que a sua família compre comida com menos embalagens, leve sacolas de casa quando for fazer compras e use garrafas d'áqua e copos plásticos não-descartáveis.

Recicle.

Recicle papel, plástico, vidro e alumínio e reduza a quantidade de resíduos que vai para os aterros (depósitos de lixo subterrâneros).

Seja sábio ao armazenar alimentos.

Quando sua família enche a despensa ou a geladeira, sugira colocar os produtos mais velhos na frente e os novos atrás. Uma vez aberta, use recipientes herméticos para manter a comida fresca na geladeira ou feche as embalagens para impedir que insetos a estraguem.

Ame suas sobras

Se sua família cozinhou demais, não jogue fora! Peça que os seus pais congelem uma porção para outro dia ou que transformem em outra receita para a refeição do dia seguinte. Se estiver em um restaurante, menos é mais. Peça meia porção se achar que uma inteira talvez seja muito grande e peça para levar suas sobras para casa. Mais uma vez, você economizará comida e dinheiro.

Faça comida para plantas.

Às vezes, o desperdício de comida é inevitável, mas isso não significa que precise acabar em um aterro. Em vez de jogar as cascas das suas frutas, legumes e verduras no lixo, peça que os seus pais ajudem você a fazer uma composteira. Esse é um ótimo jeito de reciclar alimentos que, de outra forma, emitem gases do efeito estufa e, ao mesmo tempo, você pode turbinar o seu jardim com nutrientes.



Outras formas de cuidar do clima

Nós mostramos jeitos diferentes de cuidar dos recursos naturais da Terra e desperdiçar menos comida, mas há outras coisas que você pode fazer para nos ajudar a manter nosso planeta saudável e acabar com a fome. Você já faz alguma delas? Há algo mais que você poderia tentar?

Seja sábio ao lidar com o seu lixo.

Além de reduzir, reutilizar e reciclar, aprenda como reciclar ou descartar ítens que nunca devem ser jogados no lixo normal - baterias, tinta, telefones celulares, remédios, químicos, fertilizantes, pneus, cartuchos de impressora, etc. Esses produtos são terríveis para o meio-ambiente, especialmente se forem parar em mananciais. Se o plástico não for descartado devidamente, por exemplo, pode causar sérios danos aos habitats marinhos e matar um grande número de animais a cada ano.

Ande de bicicleta, a pé ou use o transporte público.

Reduza as emissões de carbono da sua família, perguntando se você pode ir a pé ou de bicicleta aos lugares próximos ou, se possível, use o transporte público.

Faça compras nas proximidades..

Ande 0 km para fazer compras. Consumindo produtos locais, sua família pode apoiar os negócios vizinhos e diminuir seu impacto ecológico, por exemplo, evitando que caminhões dirijam longas distâncias.

Torne as cidades mais verdes.

Acrescente mais verde ao ambiente, encorajando seu professor a ajudar a criar e manter um jardim na escola. Você pode também criar a sua horta caseira ou um jardim de vasos no telhado ou na varanda. Se não houver espaço, fale com a sua família sobre se juntar aos vizinhos para cultivar um jardim comunitário em um terreno baldio. Plantas ou áreas verdes criam sombra, limpam o ar, refrescam a cidade e reduzem a poluição da água.

Proteja as florestas e economize papel.

Use a menor quantidade possível de papel: tire fotocópias, use os dois lados da folha para imprimir e só imprima quando for realmente necessário. Junte papel de rascunho na escola e em casa para desenhos e anotações e encoraje sua escola e sua família a comprar e usar papel ecologicamente correto, para usar à mesa, no banheiro, etc. Aconselhe também a sua família a comprar móveis feitos com madeira ou compensado de fonte sustentável e faça uma placa "Não deixe cartas supérfluas" para pendurar na sua caixa de correio.

Mantenha-se atualizado(a) sobre a mudanca climática.

Siga as notícias locais e mantenha-se em contato com o portal eletrônico da FAO sobre mudança climática ou nas redes sociais com @FAOclimate

Espalhe a mensagem.

Se você vir uma publicação interessante nas redes sociais sobre o combate à mudança climática, compartilhe, em vez de só curtir. E faça-se ouvir! Descubra mais sobre as autoridades locais e nacionais e pense em como elas poderiam participar de iniciativas voltadas a ajudar o planeta.

Passe adiante.

Veja quais roupas, brinquedos ou livros você pode doar para amigos, familiares e instituições de caridade. Ou, melhor ainda, compre livros, roupas e outros produtos de segunda mão tanto quanto possível para economizar energia e dinheiro.

Seja um eco-turista.

Quando sair de férias com a sua família, pense na possibilidade de não viajar de avião ou carro. Aviões emitem grandes quantidades de CO2 na atmosfera. Se não for possível, tente escolher companhias aéreas que tenham programas para reduzir emissões de carbono ou participe de uma campanha pela plantação de árvores ou um projeto de energia renovável para ajudar a diminuir suas emissões.

Incentive os eco-bebês.

Aconselhe seus pais a comprar fraldas de pano para seus(as) irmãozinhos(as) ou a usar uma marca ambientalmente responsável.

Conte-nos sobre as suas ações para combate a mudança climática, usando a hashtag #WFD2016 nas redes sociais!

Agora que você já leu sobre por que precisamos mudar nosso comportamento e ações para combater a mudança climática e acabar com a fome, anote as quatro ações que você selecionou aqui:

1.	
2.	
3.	
1	



Observe as figuras à direita.

O que você está vendo? Alguma das cenas é mais bonita que a outra? O que você acha que elas significam?

A mudança climática pode mudar nosso mundo de várias maneiras, algumas para melhor, outras para pior. Precisamos garantir que as famílias não sofram por causa da mudança climática e que ela não impeça as famílias do futuro de cultivar comida o suficiente para alimentar uma população global em crescimento.

Para garantir que a mudança climática não mude nosso mundo para pior, precisamos mudar o modo como fazemos as coisas HOJE. As quatro ações que você escolheu podem parecer pequenas, mas se todos se juntarem e cada um fizer a sua parte, conseguiremos manter o nosso mundo e as pessoas alimentadas e nos tornar a geração fome zero.

