

JENDE GUZTIAK DU ONGI JATEKO ESKUBIDEA



ELIKADURA OSASUNA DA,
TOKIKO ENPLEGUA ERE,
BAI ETA INGURUNEA ETA
GURE PLANETA ZAINTZA ERE

Osasunerako eskubidea eta elikadura egokirako eskubidea hainbat eskalatako hitzarmen eta legeetan daude jasota, bai nazioartean bai toki mailan.

Dena dela, administrazio publikoek konpromisoak hartu badituzte ere, larrialdian gaude, etengabe ari baitira ugaritzen elikadura txarrarekin, ariketa fisikorik ezarekin, **inguru osasungaitzarekin eta naturaren hondamenarekin lotutako gaixotasun kronikoak.**

Gaur egun, eta COVID-19aren krisiak areagoturik, gero eta **jende gehiagok dauka zailtasunak elikadura osasungarria eta jasangarria eskuratzeko.**



Obesitate eta gainpisu tasa altuak dituzten taldeetako pertsonak izaten dira, eta ondorio larriak pairatzen dituzte dela ongizatean, dela bizi-kalitatean, dela osasunean.

Diru gutxi irabaztearen ondorioz, **fruta eta barazki gutxi jaten da, eta koipe eta azukre gehiegi hartzen dira.** Halaber, elikadura-ohituretan, gainerako jendeak baino elikagai kalorikoagoak eta asegarriagoak hartzeko joera izaten dute.

Gainera, ziurtasun osoz dakigu elikatzeko dugun moldeak **kalte larriak eragiten dituela gure toki ingurunean, landa-ingurunean, biodibertsitatean eta planeta osoan.**

Horrenbestez, eta aunitzez ere arrazoi gehiago direla medio, ekiteko tenorea dela pentsatu dugu **Agroekologiaren Aldeko Hirien Sarean**, gutariko bakoitzak eta denok oro har elikatzeko dugun modua hobetzeko.

Eta lanean hasi gara. Baina zuen laguntza behar dugu. Ezinbestekoa baita gure ahaleginak eta baliabideak batzea egungo egoera hobetuko bada.

COVID-19aren krisian hasitako #elikaduraosasunada kanpainak elikadura jasangarria eta osasungarria du ardatz, ziur baikaude #ongijateaes-kubidea dela.



Honatx gure **helburuak**:

- ➔ Informazioa ematea bai **dieta egokiagoez, bai elikagai osasungarriagoak eta jasangarriagoak eskuratzeko moduz**, betiere agroekologian oinarritutako eta tokiko nekazaritza-elikagaien sistemetatik datozenak.
- ➔ **Elikaduraren eta natura babestearen, klima-aldaketaren, COVID-19aren...** artean dagoen lotura ezagutzen laguntzea.
- ➔ **Elikadurak jendearen eta planetaren osasunean duen garrantziaz sentsibilizatu eta kontzientziaztea.**
- ➔ **Elikadura arloko ohitura osasungarri eta jasangarriak sustatzea eta, horrela, gure osasuna eta ingurunearekin dugun harremana** hobetzea.

ELIKADURA OSASUNGARRIA ETA JASANGARRIA MUNDU GUZTIARENTZAT

Agroekologiaren Aldeko Hirien Sarean tokiko elikadura-sistemak eraiki nahi ditugu, ingurumenarekin bat, inklusiboak, erresilienteak, seguruak eta askotarikoak, biztanleria osoari janari osasungarria, jasangarria eta irisgarria ziurtatzeko, tokiko enplegua bultzatuta.

Eta oraingo honetan, talderik ahulenekin lan egiten ahaleginduko gara.

Informatu zaitez hobeki eta egizu bat gure kanpainarekin, hementxe:

WWW.ALIMENTACIONESSALUD.INFO

Eta sare sozialetan jarraitzen ahal diguzu:

#ELIKADURAOSASUNADA **#ONGIJATEAESKUBIDEA**
#ALIMENTACIONESSALUD **#COMERBIENESUNDERECHO**

Hementxe aurkituko gaituzu:

facebook (**agroecociudades**) | twitter (**agroecociudades**)
telegram (**agroecociudades**) | instagram (**redagroecociudades**)
YouTube (**Red de Ciudades por la Agroecología**)

