



تَغْذِيَّةُ الْعُقُولِ لِمُكَافَحَةِ الْجُوعِ

عالم
منحدر من
الجوع

تغذية العقول لمكافحة الجوع

عالم
متحذر من
الجوع

الأوصاف المستخدمة في هذا المطبوع وطريقة عرض موضوعاته لا تعبر عن أي رأي خاص لمنظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة أو لجماعة "شركاء تغذية العقول لمكافحة الجوع" فيما يتعلق بالوضع القانوني لأي بلد أو إقليم أو مدينة أو منطقة، أو فيما يتعلق بسلطاتها أو بتعيين حدودها وتخومها .

حقوق الطبع محفوظة لمنظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة. ويجوز إعادة استنساخ ونشر المواد الواردة في هذا المطبوع للأغراض التعليمية، أو غير ذلك من الأغراض غير التجارية، دون أي ترخيص مكتوب من جانب صاحب حقوق الطبع، بشرط التنويه بصورة كاملة بالمصدر. ويحظر إعادة استنساخ هذا المطبوع لأغراض البيع، أو غير ذلك من الأغراض التجارية، دون ترخيص مكتوب من صاحب حقوق الطبع. وتقدم طلبات الحصول على هذا الترخيص مع بيان الغرض منه وحدود استعماله إلى:

The Chief, Publishing and Multimedia Service, Information Division,
FAO, Viale delle Terme di Caracalla, 00100 Rome, Italy

أو بواسطة البريد الإلكتروني: copyright@fao.org

تقديم

٤

●
المستوى الابتدائي

١٤

●
المستوى الإعدادي

٣٤

●
المستوى الثانوي

٥٦



المواد

٧٥

عالم متحرر من الجوع

رؤيتنا تتمثل في عالم متحرر من الجوع وسوء التغذية - عالم يمكن فيه طمأنة كل شخص وفرد إلى حصوله على الغذاء الذي يحتاجه لكي يحظى بتغذية جيدة، وصحة وافرة. ورؤيتنا هي رؤية لعالم يوفر الإمكانات لتحقيق رفاهية وكرامة كل سكانه والمحافظة عليها. عالم يستطيع فيه جميع الأطفال النمو والتعلم والازدهار، وأن يصبحوا أفراد أصحاء ونشطين في مجتمع يحرصون على خدمته.

وفي حين أن الكثير من الإنجازات قد تحقق في مجال التخفيف من وطأة الجوع وسوء التغذية في مختلف أنحاء العالم، فمازلنا بعيدين للغاية عن الوصول إلى عالم يمكن أن يتحرر فيه جميع أفراد من الجوع. إننا ننظر إلى التعليم والمعلومات عن القضايا ذات الصلة بالجوع، والأمن الغذائي والتغذية في مختلف أنحاء العالم باعتبارها عوامل رئيسية في عملية تحويل هذه الرؤية إلى واقع ملموس. ولذا، فإننا نركز جهودنا على حديثي السن ومعلميهم. فهل إذا قدمنا في كل عام، بمناسبة يوم الأغذية العالمي (١٦ أكتوبر/تشرين الأول)، للأطفال في مختلف أنحاء العالم، وفي وقت، واحد مواد لدراسة موحدة عن الجوع وسوء التغذية، وما يتعين عمله، سينشأ هؤلاء الأطفال وقد أدركوا أهمية التكافل والتضامن في عالمنا؟ وهل إذا ما تعلموا الدروس من مختلف أنحاء العالم ومن مختلف الثقافات والظروف، سوف يكونون مستعدين للعمل معاً لحل مشكلات الجوع وانعدام الأمن الغذائي؟ وهل توجد وسائل يمكن بها تنشئة جيل من حديثي السن ليخلق المواطنة العالمية المسؤولة؟

إننا نعتقد أن الإجابة على جميع هذه الأسئلة هي بنعم. وإنكم، بوصفكم من رجال التعليم، في وضع خاص يسمح لكم بأن تبنوا في حديثي السن شعوراً بالاهتمام والالتزام بالانضمام إلى المعركة ضد الجوع. والواقع أن ما يتمتع به صغار السن من خيال ومثل وطاقات إنما يشكل مصدراً حيوياً لمواصلة تطوير مجتمعاتهم وبلدانهم. ويمكنكم، أنتم معشر معلميهم، أن تساعدوا في إظهار الفرق من خلال التوعية وتبادل المعلومات وتشجيع المشاركة، وإعلام حديثي السن بأن على عاتقهم دوراً هاماً في تحقيق الوصول إلى عالم متحرر من الجوع.

إننا نشجعكم على الانضمام إلى المعلمين والتلاميذ في مختلف أنحاء العالم للمشاركة في تغذية العقول لمكافحة الجوع

تقديم المعلمين إلى تقنية العقول لمكافحة الجوع

من: يستطيع المعلمون في جميع أنحاء العالم الذين يودون توعية طلبتهم بمشكلات الجوع وسوء التغذية استخدام مواد وخطط الدروس النموذجية الواردة في "تغذية العقول لمكافحة الجوع"، ومواءمة هذه المواد لتصلح للظروف السائدة.

ماذا: وضعت دروس "تغذية العقول لمكافحة الجوع" لتكون بمثابة نقطة بداية ينطلق منها المعلمون لتقديم موضوع الجوع في مختلف أنحاء العالم لطلبته. ونظرا للتنوع الشديد للمشكلات والثقافات والبيئات في أنحاء العالم، أعدت الدروس كإطار للمعلمين على أساس الفهم بأنه سيتعين عليهم مواءمة وتكييف نطاق كل درس ولغته ومناقشاته ونشاطاته وفقا لأوضاع طلبتهم والظروف المحلية السائدة. وتغطي جميع المستويات والموضوعات الخاصة بما هو الجوع وسوء التغذية؟ وما الذي يمكن عمله للمساعدة في وضع نهاية للجوع؟ ويتضمن كل درس أهدافا ومفاهيم ونشاطات لإشراك طلبتكم في مناقشات بشأن هذه المشكلات الخطيرة والمستمرة.

ثلاثة دروس: تقدم لكل مستوى من مستويات الدراسة العريضة وهي المستويات الابتدائي والإعدادي والثانوي. وقد وجهت الدروس نحو النطاق المتوسط لمهارات النمو الإدراكي في كل مستوى. ونظرا لأن مستويات الصف الدراسي وأعمار التلاميذ تحدد بطريقة مختلفة في مختلف أنحاء العالم، يتعين على المعلمين دراسة الدروس واختيار المواد التي تواكب، على أفضل حال، مستوى طلبتهم في النمو الإدراكي، وإجراء التعديلات حيثما كان ذلك ضروريا.

متى: في مناسبة يوم الأغذية العالمي في ١٦ أكتوبر/تشرين الأول، وطوال العام، يمكن للطلبة في جميع أنحاء العالم استخدام الدروس للوصول إلى فهم أفضل للجوع وسوء التغذية. ويمكن للمعلمين بعد ذلك تقديم الدروس التي وضعت في صفوفهم الدراسية الخاصة لاستخدامها بواسطة المعلمين الآخرين في مختلف أنحاء العالم في مناسبات يوم الأغذية العالمي التالية. وسيجرى تجميع الأفكار الجديدة والنشاطات والدروس من أنحاء العالم ونشرها كل عام.

أين: في صفكم الدراسي وفي الآلاف الأخرى من الصفوف في العالم في نفس الوقت.

لماذا: إن رؤيتنا هي رؤية لعالم يحصل فيه كل فرد على ما يكفي من غذاء لممارسة حياة ملؤها الصحة والإنتاج، ويختفي فيه سوء التغذية. إننا نرى أن التعليم والمعلومات بشأن القضايا ذات الصلة بالجوع والأمن الغذائي والتغذية في العالم بمثابة عوامل رئيسية في تحويل هذه الرؤية العالمية إلى حقيقة واقعية. والهدف هو إقامة صف دراسي عالمي يدرس فيه الأطفال وحديثو السن نفس القضايا ويناقشونها على أمل إعدادهم وتشجيعهم على المشاركة في النشاطات التي تؤدي إلى ظهور عالم متحرر من الجوع.

كيف: إننا نشجعكم على استنساخ واستخدام هذه المواد طوال العام الدراسي، وتكييف الدروس لتصلح للظروف الخاصة لطلبته، وصفكم الدراسي. فالدروس التي يجري تعديلها وتطويرها محليا لتغطية المشكلات والاهتمامات والثقافة المحلية هي الأكثر فعالية عادة. ويمكن بعد ذلك استخدام الدروس والمواد التي تم تطويرها محليا لمساعدة كل مجتمع محلي على معالجة مشكلاته الخاصة. وقد صممت الدروس النموذجية على أساس تقديمها في ثلاث جلسات يستغرق كل منها نحو ٤٥ دقيقة، إلا أنه يمكن تغطيتها بقدر متفاوت من

التفاصيل حسب رغبتكم، لتلبية احتياجات الصف الدراسي الخاص بكم. وتقدم معلومات أساسية عن كل درس ومفهوم للاستخدام بواسطتكم أو بواسطة تلاميذكم، حسب ما ترونه ملائماً. ويتضمن كل درس نشاطات مقترحة ونقاط نقاش يمكنكم استخدامها بالصورة المقدمة بها أو كأساس لوضع النشاطات الخاصة بصفكم الدراسي عن كل موضوع.

ونظراً لأن المعلمين في مختلف أنحاء العالم يرون ما هو الأفضل لمختلف الثقافات والبيئات، ويبدأون في تكييف هذه الدروس على هذا الأساس، سيتم إصدار سلسلة من أدوات ونشاطات التدريب المفيدة والباهرة عن موضوع الجوع في العالم. ونود أن نسمع تعليقاتكم على هذه الدروس، ونود على وجه الخصوص أن نتقاسم معكم أية مواد تكونوا قد قمتم بمواءمتها وتكييفها. وسوف يساعدنا ذلك على تحسين البرنامج عاماً بعد عام. كما نحثكم على تقديم هذه الدروس والنتائج النابعة من صفوفكم الدراسية، والتي يمكن تقاسمها في أنحاء العالم في هذا المشروع المتعلق بيوم الأغذية العالمي للعام القادم (الذي يوافق دائماً يوم ١٦ أكتوبر/تشرين الأول).

تتوافر جميع المواد الخاصة بتغذية العقول لمكافحة الجوع على شبكة الإنترنت على العنوان التالي:
www.feedingminds.org

لتبادل التعليقات والدروس، يرجى الرجوع إلى القسم الخاص بالتعليقات في نهاية الكتاب.

عنواننا الإلكتروني هو:
fmfh@fao.org

معلومات عن يوم الأغذية العالمي

يحتفل بيوم الأغذية العالمي كل عام في السادس عشر من أكتوبر/تشرين الأول بمناسبة ذكرى إنشاء منظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة عام ١٩٤٥. ويهدف يوم الأغذية العالمي إلى تعميق الوعي العام بمعاناة الجوع ونقصي الأغذية في العالم، وإلى تشجيع الناس في مختلف أنحاء العالم على اتخاذ تدابير لمكافحة الجوع. ويحتفل أكثر من ١٥٠ بلدا بهذه المناسبة كل عام. وفي الولايات المتحدة، ترعى أكثر من ٤٥٠ منظمة طوعية قومية ومن القطاع الخاص يوم الأغذية العالمي، وتعمل الجماعات المحلية بنشاط في كل مجتمع من المجتمعات المحلية تقريبا. وقد احتفل بهذا اليوم لأول مرة عام ١٩٨١، ويسلط يوم الأغذية العالمي الأضواء كل عام على موضوع معين تتركز حوله الاحتفالات. وكان موضوع عام ٢٠٠٠ هو "ألفية متحررة من الجوع". وكان "الشباب ضد الجوع" (عام ١٩٩٩) و"المرأة تطعم العالم" (عام ١٩٩٨) من بين موضوعات الأعوام السابقة.

وثمة مبادرة ذات صلة هي حملة تليفود التي يتولى فيها التليفزيون والإذاعة والحفلات الموسيقية، ونداءات المشاهير، والأحداث الرياضية وغيرها من الأحداث توصيل رسالة هامة هي أن الوقت قد حان لعمل شيء بالنسبة لمشكلة الجوع في العالم. والهدف من حملة تليفود هي إثارة الوعي وتعبئة الموارد لتنفيذ بعض المشروعات الصغيرة المتعلقة بالأمن الغذائي. فالمنح والهبات التي تقدم للحملة تمول مئات من المشروعات الصغيرة التي تنفذ في البلدان النامية لمساعدة المزارعين الفقراء على إنتاج المزيد من الأغذية أو إدراج دخل لشراء ما يكفي من غذاء لإطعام أفراد أسرهم. ويمكن الإطلاع على المواد الخاصة بموضوعات يوم الأغذية العالمي/حملة تليفود الأخيرة على موقع منظمة الأغذية والزراعة.

الجوع وسوء التغذية في العالم

لكي نحيا حياة ملؤها الصحة والنشاط، لابد أن نحصل على الغذاء بكميات كافية ونوعية سليمة ومتنوعة لتلبية احتياجاتنا من الطاقة والمغذيات. فبدون تغذية كافية، لن يستطيع الأطفال تنمية قدراتهم الخاصة إلى أقصى حد ممكن، وسيصادف قابل البالغون صعوبات في المحافظة على إمكاناتهم الخاصة أو توسيع آفاقها.

ولكن ليس كل فرد قادرا على الحصول على ما يكفيه من الغذاء الذي يلبي احتياجاته، وقد أدى ذلك إلى انتشار الجوع وسوء التغذية على نطاق واسع في العالم. فهناك اليوم ما يقرب من ٨٠٠ مليون نسمة يعانون من نقص مزمن في الأغذية وغير قادرين على الحصول على كميات كافية من الغذاء تلبي حتى احتياجاتهم الدنيا من الطاقة. ويعانى ما يقرب من ٢٠٠ مليون طفل دون الخامسة من أعراض نقص الأغذية الحاد أو المزمن، ويزيد هذا الرقم في فترات النقص الموسمي في الأغذية وفي أوقات المجاعة والاضطرابات الاجتماعية. ووفقا لبعض التقديرات، يعتبر سوء التغذية أحد العوامل الهامة في وفاة ١٣ مليون طفل دون الخامسة يموتون كل عام من الأمراض وأشكال العدوى المختلفة التي يمكن تلافيها مثل الحصبة والإسهال والملاريا والالتهاب الرئوي، أو من توليفة من هذه الأمراض.

والغالبية العظمى تعيش من ناقصي الأغذية في آسيا والمحيط الهادي. ويضم هذا الإقليم، الذي يعيش فيه ٧٠ في المائة من مجموع سكان العالم النامي، نحو ثلثي من يعانون من نقص الأغذية في العالم (٥٢٦ مليون نسمة). فالهند بمفردها تضم ٢٠٤ ملايين نسمة من ناقصي الأغذية، ويضم إقليم جنوب آسيا الفرعي أكثر من ثلث ناقصي الأغذية في العالم (٢٨٤ مليون نسمة). أما نسبة الثلاثين في المائة المتبقية (٢٤٠ مليون نسمة) فتعيش في جنوب شرق وشرق آسيا حيث يعانى ١٦٤ مليون نسمة من مجموع سكان الصين البالغ عددهم ١,٢ مليار نسمة من نقص الأغذية. ويوجد ما يقرب من ربع ناقصي الأغذية في أفريقيا جنوب الصحراء الكبرى، وهو الإقليم الذي يضم أكبر نسبة من ناقصي الأغذية بين سكانه. ويعتبر الموقف شديد الخطورة في وسط وشرق وجنوبي أفريقيا حيث يعانى ٤٤ في المائة من السكان من نقص الأغذية.

سوء التغذية هو السبب الرئيسي لانخفاض الوزن عند الميلاد وفي الأطفال حديثي الولادة وفي سوء النمو. ومن الأرجح أن الأطفال الذين ينجون من نقص الوزن عند الميلاد سيظلون يعانون من تأخر النمو والمرض طوال طفولتهم وفترتي المراهقة والبلوغ، ومن الأرجح كذلك أن النساء اللاتي يعانين من تأخر النمو سيواصلن الحلقة المفرغة لسوء التغذية بما سيقدمنه من أطفال يعانون من نقص الوزن عند الميلاد. وقد بدأت في الظهور الصلات بين سوء التغذية في بداية العمر، بما في ذلك فترة نمو الجنين، والإصابة، في فترة العمر التالية، بالأعراض الصحية المزمنة مثل أمراض القلب التاجية والسكري وارتفاع ضغط الدم. ويولد في العالم النامي سنويا نحو ٣٠ مليون طفل من حديثي الولادة بعوائق أمام النمو نتيجة لسوء التغذية في رحم الأم.

وسوء التغذية المتمثل في نقص الفيتامينات والمعادن الأساسية مازال يتسبب في أمراض شديدة أو الوفاة للملايين من السكان في مختلف أنحاء العالم. فأكثر من ٣,٥ مليار نسمة يعانون من الإصابة من نقص الحديد، ويتعرض مليارا نسمة لنقص اليود و٢٠٠ مليون طفل دون سن الدراسة لعدم كفاية فيتامين أ. ويمكن أن يؤدي نقص الحديد إلى تأخر النمو، وانخفاض القدرة على مقاومة الأمراض، والإعاقة الذهنية وعدم النمو الحركي في المدى البعيد، والإعاقة عن أداء الوظائف الإنجابية. ويسهم هذا النقص في نحو ٢٠ في المائة من الوفيات ذات الصلة بالحمل. وقد يؤدي نقص اليود إلى إحداث أضرار دائمة بالمخ، والتخلف العقلي وعدم الإنجاب وانخفاض نسبة بقاء الطفل على قيد الحياة والغدة الدرقية. ويمكن أن يؤدي نقص اليود في الأم الحامل إلى إصابة طفلها بدرجات متفاوتة من التخلف العقلي. وقد يؤدي نقص فيتامين أ إلى العمى أو الوفاة بين الأطفال، كما يسهم في خفض النمو البدني ويعوق مقاومة العدوى مع ما يترتب على ذلك من زيادة الوفيات بين الأطفال الصغار.

وحتى الأشكال المعتدلة من هذا النقص قد تحد من نمو الطفل وقدرته على الاستيعاب في مستهل حياته مما قد يؤدي إلى عجز متراكم في أدائه الدراسي، ومن ثم زيادة معدلات التسرب من المدارس وارتفاع أعباء الأمية بين سكان المستقبل. ويمكن التخفيف من الكثير المضاعفات الصحية الوخيمة الناجمة عن حالات نقص المغذيات الرئيسية الثلاثة هذه من خلال ضمان توافر إمدادات غذائية كافية وتنوع النظام الغذائي الذي يوفر الفيتامينات والمعادن الأساسية.

وفي كثير من البلدان، تمثل المشكلات الصحية ذات الصلة بالإفراط في الغذاء خطراً متزايداً. فالسمنة في الطفولة وفترة المراهقة ترتبط بمشكلات صحية شتى، ويؤدي استمرارها في فترة البلوغ إلى آثار ترتبط بمشكلات صحية تتراوح بين زيادة مخاطر الموت المبكر والعديد من الظروف التي وإن كانت لا تقضي إلى الموت فإنها مقعدة تؤثر في الإنتاجية. وهذه المشكلات الناشئة لا تقتصر على سكان العالم المتقدم، فهناك العديد من البلدان النامية التي تواجه العبء المزدوج لنقص التغذية المزمن، والأمراض المزمنة ذات الصلة بالنظام الغذائي. وعلاوة على ذلك، فإن تلوث الأغذية بالعناصر الجرثومية، والمعادن الثقيلة والمبيدات الحشرية يشكل عائقاً أمام تحسين التغذية في كل بلد في العالم. فالأمراض التي تحملها الأغذية من الأمور الشائعة في الكثير من البلدان، والأطفال هم الضحايا عادة حيث يتعرضون للإسهال الذي يؤدي إلى نقص الوزن والهزال وارتفاع معدلات الوفاة بينهم.

وسواء كانت الأشكال التي تتخذها مضاعفات سوء التغذية والصحة معتدلة أو حادة، فإنها تؤدي إلى خفض المستوى العام للرفاهية ونوعية الحياة، ومستويات تنمية الإمكانات البشرية. فسوء التغذية يمكن أن يؤدي إلى خسائر اقتصادية وإنتاجية، حيث يصبح البالغون المصابون باضطرابات تغذوية أو ذات صلة بها عاجزين عن العمل، وإلى خسائر تعليمية، حيث يكون الأطفال الذين يعانون من الضعف أو اعتلال الصحة غير قادرين على الانتظام في الدراسة أو التعلم على النحو السليم، فضلاً عن تكاليف الرعاية الصحية لأولئك الذين يعانون من الأمراض ذات الصلة بالتغذية، والتكاليف التي يتحملها المجتمع في العناية بأولئك الذين أقعدهم المرض بل والعناية بأسرهم في بعض الأحيان.

وخلال العقد الماضي، تحقق تقدم كبير في زيادة كمية ونوعية الإمدادات الغذائية في العالم وفي تحسين الحالة التغذوية للسكان. ونظراً لمواكبة الإمدادات الغذائية العالمية للزيادة في أعداد السكان، وتحسن الخدمات الصحية والتعليمية والاجتماعية في مختلف أنحاء العالم، انخفضت أعداد من يعانون من الجوع وسوء التغذية انخفاضاً كبيراً. ومع ذلك، مازال الحصول على الإمدادات الكافية من مجموعة من الأغذية السليمة وذات النوعية الجيدة يشكل مشكلة خطيرة في كثير من البلدان، حتى في البلدان التي تكون فيها الإمدادات الغذائية كافية على المستوى القطري. فمازال هناك، في كل بلد، شكل أو آخر من أشكال الجوع وسوء التغذية.

ووضع نهاية للجوع يبدأ بالضرورة بضمان إنتاج أغذية كافية وإتاحتها لكل فرد. غير أن مجرد زراعة ما يكفي من الأغذية لا يضمن ببساطة القضاء على الجوع. فلا بد من ضمان حصول جميع الناس في جميع الأوقات على ما يكفيهم من غذاء مفيد تغذوياً وسليم لممارسة حياة حافلة بالنشاط والصحة - أي تحقيق الأمن الغذائي. ويتعين زيادة الجهود في مختلف أنحاء العالم، لضمان الأمن الغذائي من أجل استئصال الجوع وسوء التغذية، وما يترتب عليهما من مضاعفات وخيمة سواء على الأجيال الحالية أو القادمة. ولذا، فإن مساهمة كل فرد وشخص منا، من خلال تبادل المعلومات والاهتمام والمشاركة في النشاطات - يعد أمراً ضرورياً لضمان الحق الأساسي لجميع البشر في التحرر من الجوع.

* أنظر أيضاً المذكرة الإعلامية عن يوم الأغذية العالمي لعام ٢٠٠٠ وورقة القضايا المعنونة "ألفية متحررة من الجوع" المتاحة في شكل مطبوع وعلى الشبكة على العنوان التالي: www.fao.org

الشركاء في تغذية العقول لمكافحة الجوع

مشروع تغذية العقول لمكافحة الجوع تم بمبادرة من مجموعة من المنظمات الدولية وغير الحكومية تكاثفت معا للمساعدة في استئصال الجوع وسوء التغذية من خلال التعليم. ويعتقد الشركاء أنه يمكن، من خلال تضافر جهود وخبرة كل منها، لتحقيق عالم متحرر من الجوع بصورة أسرع وأكثر نجاحا مما لو عملت كل منها بمعزل عن الأخرى.

اتحاد المعلمين الأمريكي

اتحاد المعلمين الأمريكي هو نقابة تمثل أكثر من مليون عضو في مجالات التعليم ك-١٢ (المعلمون والمساعدون)، وحكومات الولايات، والتعليم العالي، ومهن التمريض والصحة. ومازال هذا الاتحاد، الذي أنشئ عام ١٩١٦، معروفا بمثله الديمقراطية العليا، والعمل الجاد نيابة عن أعضائه، وممارسة نفوذ قوى على المعايير والأساليب المهنية في أماكن عمل أعضائه. عنوان المراسلة:

555 New Jersey AVENUE NW, Washington, DC 20001-2079. USA

Tel.: (+1) 202 879 4490 - Fax: (+1) 202 393 8648

Web site: www.aft.org

منظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة

أنشئت منظمة الأغذية والزراعة عام ١٩٤٥ باختصاصات تتمثل في زيادة مستويات التغذية ورفع مستويات المعيشة وتحسين الإنتاجية الزراعية والنهوض بأحوال سكان الريف. وتعمل هذه المنظمة، بموظفيها في جميع أنحاء العالم ودولها الأعضاء البالغة ١٨٠ دولة بالإضافة إلى المجموعة الأوروبية، على التخفيف من وطأة الفقر والجوع من خلال الترويج للتنمية الزراعية وتحسين التغذية ومتابعة الأمن الغذائي - أي حصول جميع الناس في جميع الأوقات على الغذاء الذي يحتاجونه لممارسة حياة حافلة بالنشاط والصحة. عنوان المراسلة:

Viale delle Terme di Caracalla, 00100 Rome, Italy

Contact Person: Valeria Menza,

Food and Nutrition Division

Tel.: (+39) 06 5705 4292 - Fax: (+39) 06 5705 4593

Web site: www.fao.org

حصاد المستقبل

تلتزم مؤسسة حصاد المستقبل بإقامة عالم أقل فقرا، وأسرة بشرية متمتعة بصحة أفضل، وأطفال أفضل تغذية، وبيئة أنقى من خلال إثارة الوعي وتقديم الدعم للبحوث الزراعية الدولية. وتدعم مؤسسة حصاد المستقبل البحوث العلمية وتساعد على إيصال نتائج البحوث إلى المجتمعات الريفية في البلدان النامية والعمل على توعية الأطفال والكبار بأهمية تغذية سكان العالم وحماية كوكب الأرض. عنوان المراسلة:

PMB 238, 2020 Pennsylvania Ave NW Washington, DC 20006-1846, USA

Tel.: (+1) 202 473 3553

Web site: www.futureharvest.org

المعهد الدولي لبحوث سياسات الأغذية

تتمثل مهمة هذا المعهد في تحديد وتحليل الاستراتيجيات والسياسات القطرية والدولية البديلة الرامية إلى تلبية الاحتياجات الغذائية في العالم النامي على أساس مستدام مع تركيز خاص على بلدان الدخل المنخفض والسكان الفقراء والإدارة السليمة لقاعدة الموارد الطبيعية التي تدعم الزراعة.

عنوان المراسلة:

2033 K Street NW, Washington, DC 20006-1002, USA

Tel.: (+1) 202 862 5600

Web site: www.ifpri.org

List serve: www.ifpri.cgiar.org/new/newatifpri.htm

الشبكة الدولية للتعليم والمواد الأساسية

الشبكة الدولية للتعليم والمواد الأساسية هي شبكة عالمية للاتصالات البعيدة في مجال التعليم تربط بين المدارس والمجموعات الشبابية في أكثر من ٩٠ بلدا لتمكين التلاميذ من استخدام تكنولوجيات الإنترنت في التعلم على أسس تعاونية لتنفيذ المشروعات التي تتناول القضايا المحلية والقطرية والدولية.

عنوان المراسلة:

I*EARN-USA

475 Riverside Drive, #540, New York, NY 10115, USA

Tel.: (+1) 212 870 2693 - Fax: (+1) 212 870 2672

Web site: www.iearn.org

الرابطة القومية لفيالق السلام

الرابطة القومية لفيالق السلام منظمة غير ساعية للربح، ويتكون أعضاؤها من المتطوعين العائدين من فيالق السلام، والموظفين السابقين والأصدقاء الآخرين لفيالق السلام. وتركز برمجة الرابطة على "إعادة العالم إلى مكانه الأصلي" من خلال التعليم العالمي وبناء السلام وتقديم الخدمات والدعوة العالمية.

عنوان المراسلة:

1900 L Street NW, Suite 205, Washington, DC 20036, USA.

Tel.: (+1) 202 293 7728 - Fax: (+1) 202 293 7554

Web site: www.rpcv.org

برنامج نيوزويك للتعليم

تتمثل مهمة هذا البرنامج في تعزيز مشاركة التلاميذ في القضايا المعاصرة. ويسعى البرنامج إلى تحسين مهارات تحليل السياسات العامة لدى التلاميذ وزيادة مشاركتهم في النشاطات المدنية. ويزود البرنامج المجموعات الدراسية بمجلة نيوزويك للصفوف الثانوية والكلية في مجالات اللغة الإنجليزية والدراسات الاجتماعية والاقتصاد واللغة الإنجليزية كلفة ثانية. وتطبق أسعار خاصة مخفضة للتلاميذ على طائفة من الموارد التكميلية تشمل الخرائط، والاختبارات الموجزة، وأدلة المعلمين، والكتيبات المرجعية، وعناصر بناء المهارات.

عنوان المراسلة:

PO Box 919, Mountain Lakes, NJ 07046, USA

Tel./Fax: within the United States: 800 526 2595

Tel./Fax: outside the United States: (+1) 212 445 5032

Web site: www.school.newsweek.com

منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة (اليونسكو)

تعزز هذه المنظمة التعاون بين الدول من خلال التعليم والعلم والثقافة والاتصالات من أجل العمل على زيادة احترام العدالة وحكم القانون وحقوق الإنسان والحريات الأساسية التي أكدها ميثاق الأمم المتحدة. وتعمل اليونسكو مع رجال التعليم على جميع المستويات ومع المنظمات الشريكة للجمع بين المعارف العلمية والثقافية ومساعدة الدارسين على استكشاف البيئة التي يعيشون فيها واختياراتهم الاجتماعية والشخصية والظروف المؤدية إلى التنمية المستدامة.

عنوان المراسلة:

Place de Fontenoy, Paris 07 SP, France, 75352 7

Contact: Anna-Maria Hoffman-Barthes

Fax: (+33) 1 4568 5622

Web site: www.unesco.org

اللجنة القومية ليوم الأغذية العالمي في الولايات المتحدة

يوم الأغذية العالمي عبارة عن احتفال سنوي يجري في مختلف أنحاء العالم بهدف زيادة الوعي والفهم والمعلومات طوال العام عن التدابير طويلة الأجل المتعلقة بالقضية المعقدة المتمثلة في ضمان الأمن الغذائي للجميع. واللجنة القومية ليوم الأغذية العالمي في الولايات المتحدة عبارة عن ائتلاف مكون من ٤٥٠ منظمة قومية طوعية خاصة غير ساعية للربح تقع في الولايات المتحدة.

عنوان المراسلة:

2175 K Street NW, Washington, DC 20437, USA

Contact Person: Patricia Young, National Coordinator

Tel: (+1) 202 653 2404 - Fax: (+1) 202 653 5760

Web site: www.worldfooddayusa.org

البنك الدولي

البنك الدولي هو أكبر مصدر للمساعدات الإنمائية في العالم حيث يقدم في المتوسط ٢٠ مليار دولار من القروض سنوياً للبلدان المتعاملة معه. ويستخدم البنك موارده المالية، وموظفيه المدربين تدريباً عالياً وقاعدة معارفه واسعة النطاق في مساعدة كل بلد نام على طريق النمو المستقر والمستدام والعاقل. وينصب التركيز الرئيسي على مساعدة أشد السكان فقراً وأشد البلدان فقراً. ويتم ذلك في مجال التنمية الريفية من خلال المساعدة في (١) زيادة الإنتاجية الزراعية، وفرص العمل والأمن الغذائي في المناطق الريفية؛ (٢) تطوير البنية الأساسية مثل الطرق وآبار المياه والمدارس والمستشفيات، وتقديم الخدمات الاجتماعية لسكان الريف؛ (٣) الترويج للتنمية الريفية غير الضارة بالبيئة.

عنوان المراسلة:

1818 H Street NW, Washington, DC 20433, USA

Contact Person: Lynn R. Brown, MC5110

Tel.: (+1) 202 458 8175 - Fax: (+1) 202 522 3307

Web site: www.worldbank.org

الجهات المتعاونة

جمعية التغذية العربية، شبكة الأغذية والتغذية في آسيا والمحيط الهادي، أمانة مجموعة المحيط الهادي، الاتحاد الأمريكي اللاتيني لرابطات أكاديميات التغذية والنظم الغذائية، مؤسسة التنمية الريفية - الجمعية الكاثوليكية في شيلي، نقابة المعلمين في شيلي، ائتلاف العمل من أجل التغذية في كينيا، منظمة المعلمين في الجنوب الأفريقي، الجمعية الإيطالية للتغذية البشرية، ومجلس معلومات الأغذية في الاتحاد الأوروبي، وشبكة المشروعات المدرسية المتحدة، والرابطة العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة.

رعاية برنامج تغذية العقول لمكافحة الجوع

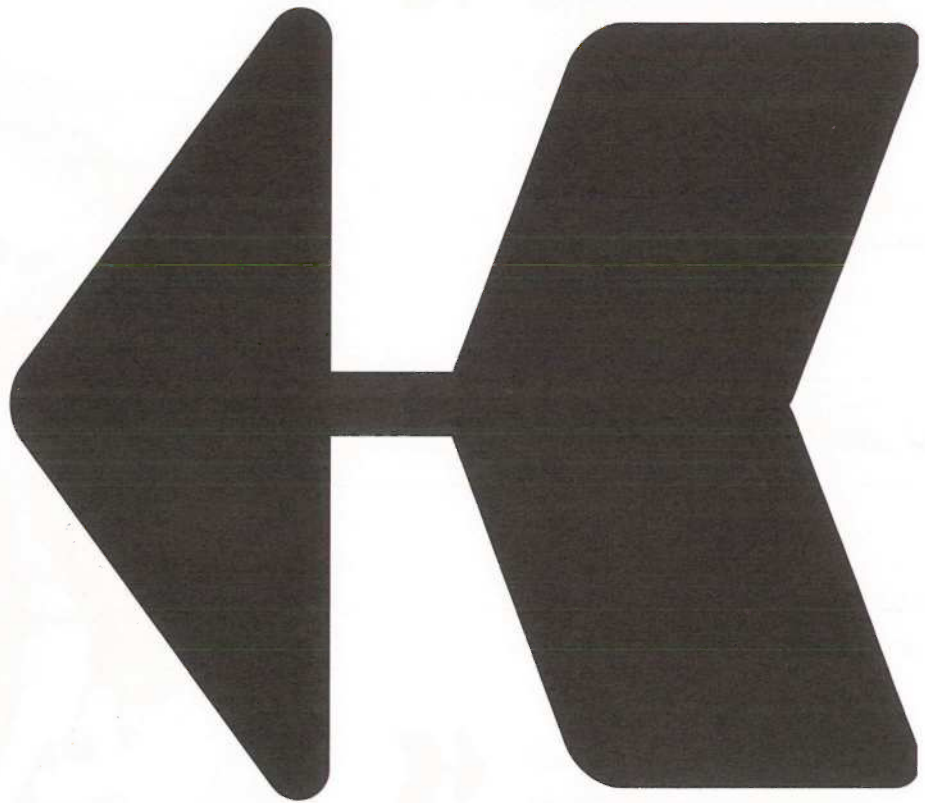
جميع الأعمال المتعلقة بتغذية العقول لمكافحة الجوع عبارة عن مساهمات من شركاء المشروع. وبغية الوصول إلى جميع الصفوف الدراسية في جميع أنحاء العالم، فثمة حاجة إلى تقديم دعم إضافي لأعمال الترجمة والأعمال الفنية ومواد الدراسة والطباعة والتوزيع. كما أن هناك حاجة إلى تقديم دعم إضافي للتوسع في وضع المواد لاستخدامها في الاحتفالات القادمة بيوم الأغذية العالمي. فإذا كنتم تريدون رعاية وضع هذه المواد، وإتاحتها على نطاق أوسع أو المساهمة بطريقة أو بأخرى في هذه العملية، يرجى الاتصال بأي شريك من الشركاء في برنامج تغذية العقول لمكافحة الجوع.

تنويه

الشركاء في برنامج تغذية العقول لمكافحة الجوع يعربون عن الشكر للمساهمات التي قدمها عدد من الأفراد المخلصين الذين قدموا خبراتهم بسخاء لهذا المشروع. فالشكر لفاليريا منزا في منظمة الأغذية والزراعة على وضع المشروع ومحتوياته الفنية، وباتريشيا يونج في اللجنة القومية ليوم الأغذية العالمي في الولايات المتحدة على تنسيق المشروع، وكلاوديا بروبورت الخبيرة الزائرة لمنظمة الأغذية والزراعة على وضع خطط الدروس.

ويقدمون الشكر لكل من كريستين تيري وستيفاني كمبف وجين ليفين ولاري ليفين على مساهمتهن في خطط الدروس، والى عمر إبراهيم وكيم باتري وزوريدا فيركاك على ما قاموا به من ترجمة. كما يعربون عن تقديرهم الخاص خاص للمركز العالمي للمعلومات الزراعية في منظمة الأغذية والزراعة على إقامة الموقع على الشبكة، ولماريا كيالا كابروني على الرسوم الخاصة بالمستوى الأولي، ولديفيز زولو، الفنان المحلي في زامبيا على ما قدمه من رسومات، ولتود متروكين من مؤسسة سوبون ديزاين لشعار تغذية العقول لمكافحة الجوع وتصميم غلاف الكتاب.

كما يعربون عن شكرهم للعمل الذي قام به أعضاء اللجنة التوجيهية للمشروع وهم آن باكر من الرابطة القومية لفيالق السلام؛ وايفلين باندا من المعهد الدولي لبحوث سياسات الأغذية؛ ولين براون من البنك الدولي؛ ووليام د. كلاي من منظمة الأغذية والزراعة؛ وكوني كوردفيللا من اتحاد المعلمين الأمريكي؛ وأنا ماريا هوفمان-بارثيس من اليونسكو؛ وسوزان لينبير من الاتحاد القومي لفيالق السلام؛ وفرانك ميثود من اليونسكو؛ وداف ميلبورن من برنامج نيوزويك للتعليم؛ وديبورا باركر من برنامج نيوزويك للتعليم سابقا؛ وماندی تومولتي من فيالق السلام؛ وكلاوس فون جريمر من المعهد الدولي لبحوث سياسات الأغذية.



المستوى الابتدائي

الدرس الأول

ما هو الجوع
ومن هم الجياع؟

المدة الإجمالية للدرس: ٤٥ دقيقة

الهدف ١

فهم السبب في حاجتنا إلى الغذاء

المفاهيم

- نحن في حاجة جميعا إلى الغذاء
- والعمل واللعب والتفكير والتعلم
- تناول القليل جدا من الغذاء أو الكثير جدا من الغذاء ليس بالأمر السليم من الناحية الصحية

الهدف ٢

أن نتعلم أننا في حاجة إلى الكثير من
الأغذية المختلفة

المفهوم

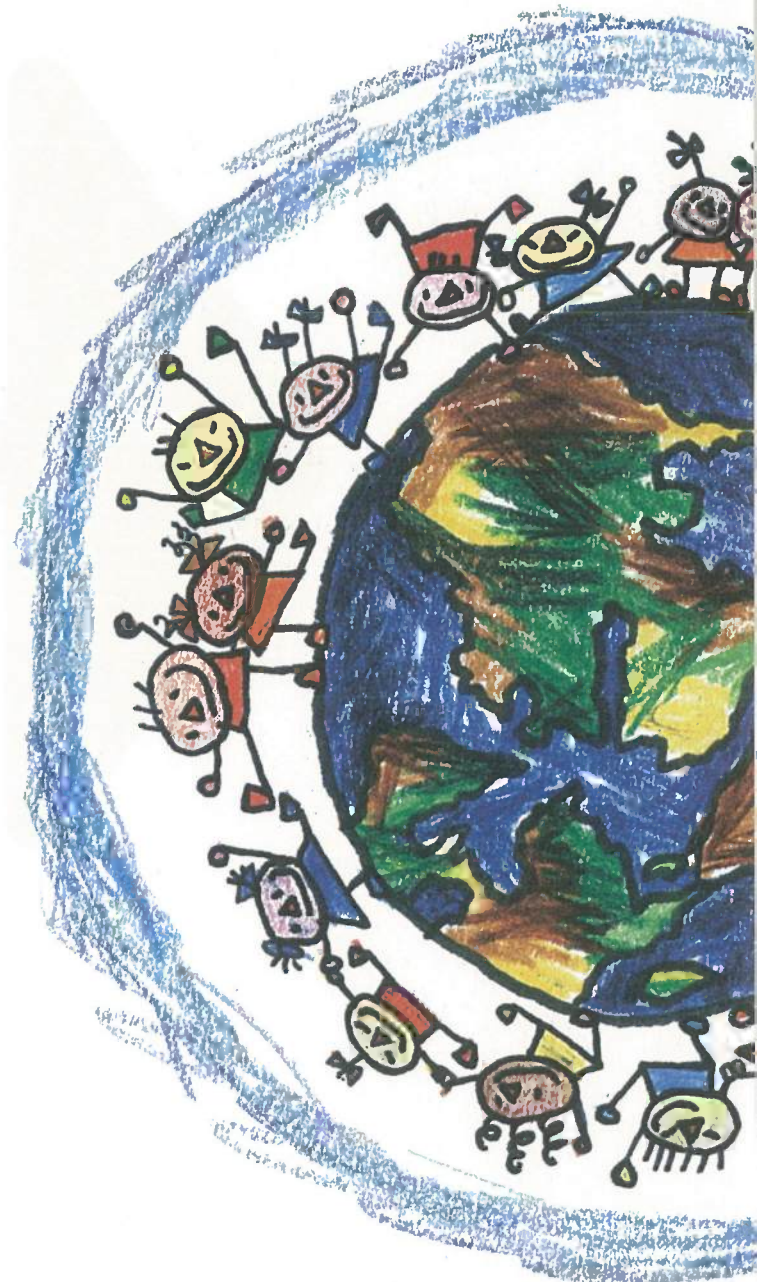
- يحتاج الناس إلى الكثير من الأغذية المختلفة للبقاء في حالة صحية سليمة وللنمو

الهدف ٣

معرفة من هم الجياع في العالم

المفاهيم

- الجوع هو عدم الحصول على ما يكفي من الأنواع السليمة من الأغذية لتلبية احتياجاتنا
- جميع البلدان والأقاليم تضم بعض الناس الذين يعانون من الجوع



٣

الدرس الثالث

ماذا يمكن أن نفعل للمساعدة في القضاء على الجوع؟

المدة الإجمالية للدرس: ٤٥ دقيقة

الهدف ١

معرفة أننا جميعا نستطيع، بل ويجب أن
نعمل على مكافحة الجوع

المفهوم

- يستطيع كل فرد أن يكون بطلا في عملية
مكافحة الجوع

الهدف ٢

تحديد الكيفية التي يمكننا بها مكافحة
الجوع وسوء التغذية في مجتمعاتنا المحلية
الخاصة

المفهوم

- نستطيع جميعا أن نتخذ إجراءات للمساعدة
في القضاء على الجوع

٢

الدرس الثاني

لماذا يجوع الناس؟

المدة الإجمالية للدرس: ٤٥ دقيقة

الهدف ١

فهم نظام الأغذية الذي يوفر الغذاء للناس

المفهوم

- النظام الذي يوفر لنا الغذاء يتضمن الكثير من
الخطوات

الهدف ٢

فهم معنى عبارة أن يتمتع الإنسان بالأمن
الغذائي

المفاهيم

- التمتع بالأمن الغذائي يعني أن من الضروري
أن نستطيع دائما أن نحصل على الغذاء الذي
نحتاجه لممارسة حياة ملؤها النشاط
والصحة
- الأعمدة الثلاثة للأمن الغذائي هي: توافر
الأغذية، وقدرة الحصول عليها واستخدامها



المستوى الابتدائي

الدرس الأول

ما هو الجوع ومن هم الجياع؟

معلومات إلى المعلمين

من المهم لكي يبدأ الأطفال في دراسة الجوع في العالم أن يفهموا الوظائف الرئيسية للأغذية وأهمية الغذاء للصحة الجيدة والنمو والتطور. كما يتعين أن يعرفوا أن هناك في جميع البلدان والأقاليم أناس يعانون من الجوع، وأن هذا الوضع يزيد في بعض البلدان عنه في بلدان أخرى، وأننا جميعا نعمل معا لحل مشكلة الجوع في العالم. وينبغي تقديم موضوع الجوع بطريقة تشجع على الأمل في مستقبل أفضل نحصل فيه جميعا على الغذاء الذي نحتاجه لممارسة حياة ملؤها النشاط والصحة.

الهدف ١ يقدم عرضا عاما لأهمية الحصول على الغذاء الذي نحتاجه. وتقدم التغذية بصورة مبسطة باعتبارها توفر الطاقة والمغذيات للمحافظة على الصحة والحياة ومساعدتنا في التطور والنمو دون الخوض في كثير من التفاصيل عن المغذيات النوعية مما يصعب فهمه على الأطفال الصغار. ويمكن للمعلمين، للحصول على عرض عام أكثر دقة لمفاهيم التغذية الأساسية الرجوع إلى الدرس الأول في المستوى الثانوي.

الهدف ٢ يقدم أهمية الحصول على مجموعة متنوعة من الأغذية لتلبية احتياجاتنا الغذائية. وتقدم صورة منسقة تبين الأنواع المختلفة من الأغذية التي نحتاجها وبيان نمط الوجبات التقليدية الذي يتبع في كثير من أجزاء العالم ويوفر تنوعا في الغذاء. وإذا سمح الوقت يمكن تقديم كل قسم بمزيد من التفاصيل وإعطاء الأطفال البيانات والصور لتلوينها ومناقشتها.

الهدف ٣ يعرض حجم مشكلة الجوع في العالم ويحدد أولئك الذين هم عرضة أكثر من غيرهم للجوع. ويمكن للمعلمين للحصول على عرض عام أكثر تفصيلا عن الأوضاع الحالية في العالم الرجوع إلى "الجوع وسوء التغذية في العالم" في المقدمة.

صمم هذا الدرس لكي يغطي في ٤٥ دقيقة، إلا أنه من الممكن تغطيته بقدر متفاوت من التفاصيل بما يتلاءم مع احتياجات الصف الدراسي. ويجرى تشجيع المعلمين على تغطية جميع الأهداف والمجالات المتصلة بالمضمون. إذ وفرت لكل هدف من الأهداف مجموعة من النشاطات ونقاط المناقشة التي يستطيع المعلمون أن يختاروا من بينها أكثرها ملاءمة لتلاميذهم. ويمكن الحصول على المواد الخاصة بكل درس في قسم المواد التي يبدأ من صفحة ٧٥.

الهدف ١ فهم السبب في حاجتنا إلى الغذاء

الصورة: نحتاج جميعا إلى الغذاء
ورقة وقائع: الغذاء يمنحنا...



المواد

المفهوم

نحتاج جميعا إلى الغذاء

المضمون

تبدأ سلسلة الأغذية بالنباتات وأصغر مستويات الحياة الحيوانية وتنتقل إلى مستويات أكبر فأكبر من الحيوانات والإنسان. وكما يتضح من كلمة "سلسلة"، تعتمد جميع أشكال الحياة على بعضها البعض وتجتمع جميعها في حاجتها إلى المغذيات. فلا بد لنا جميعا من الحصول على المغذيات لكي نظل على قيد الحياة.

النشاطات

يسأل الأطفال عما إذا كانوا يعتقدون في وجود أي حيوان لا يحتاج إلى غذاء. مروراً أو ارفع الصورة المعنونة نحتاج جميعا إلى الغذاء واطلب من التلاميذ كتابة أو تذكّر الأغذية التي يتناولها الناس والحيوانات الظاهرين في الصورة. كما يمكنهم تلوين هذه الصورة. ناقش كيف أن الحيوان والسكان الظاهرين في الصورة المعنونة نحتاج جميعا إلى الغذاء يتناولون أغذية متنوعة وأنهم يحتاجون إلى مغذيات مختلفة، ومع ذلك فإنهم يشتركون جميعا في الحاجة إلى المغذيات للمحافظة على سلامة صحتهم. ناقش مفهوم سلسلة الأغذية مع الأطفال - أي أن جميع النباتات والحيوانات، بما في ذلك البشر، مترابطون. فالنباتات تقدم الغذاء لكثير من الحيوانات؛ والحيوانات تقدم، بدورها، الغذاء للحيوانات الأخرى؛ وتأكّل الكثير من الحيوانات كلا من النباتات والحيوانات. ويمكن التفكير في ذلك في صورة دورة، وفي صورة سلسلة، لأن الحيوانات تقدم في بعض الأحيان الأسمدة التي تقدم المغذيات للنباتات.

ويمكن تمثيل سلسلة الأغذية بأن يطلب من الأطفال رسم صورة صغيرة لأحد النباتات أو الأسماك أو الحيوانات الصغيرة والحيوانات أكبر أو أشخاص وشبكها في ملابسهم أو الإمسك بها في أيديهم. ويمكن للأطفال بعد ذلك أن يشكلوا سلسلة (بوصل الأذرع والأيدي) مع النباتات والأسماك والحيوانات الصغيرة في ناحية، مع تحريك سلسلة الأغذية إلى أعلى بالنسبة لتلك الأنواع التي تعتمد عليها في الحصول على الغذاء في الناحية الأخرى. ولإظهار التكافل، يمكن أن يضم الأطفال أيديهم أو أذرعهم ويشكلون حلقة لتمثيل الرابطة القائمة بين جميع الأنواع. وثمة مفهوم هام يتمثل في أنه إذا انكسرت إحدى الحلقات، فإنها تؤثر في السلسلة أو الحلقة بأكملها. فجميع الحلقات مهمة وتعتمد جميعها على بعضها البعض، وهذا هو مفهوم النظام. وثمة نظام آخر (نظام الإمدادات الغذائية) سيقدم في الدرس القادم.



الأغذية تمنحنا الطاقة والمغذيات التي نحتاجها لابقاء أجسامنا في حالة من العمل والنمو والتطور والحركة والعمل واللعب والتفكير والتعلم

المفهوم

أذكر للتلاميذ أن هناك أشياء خاصة تسمى المغذيات في الأغذية. وتوجد المغذيات في الأغذية التي نتناولها وتشمل الفيتامينات والمعادن والكربوهيدرات والبروتين والدهون والماء. وهذه المغذيات تحافظ على الأجسام في حالة من العمل والتنفس والتفكير وتمكن من دوران الدم في الأجسام وتمنح الطاقة كما أنها أحجار البناء التي تساعدنا في النمو والحركة والعمل واللعب والتفكير والتعلم. وقد جرى توضيح العديد من المغذيات الهامة بقدر أكبر من التفصيل في ورقة الوقائع المعنونة الغذاء يمنحنا... ويمكن تقديم المفاهيم ومناقشتها بالتفاصيل التي تلائم كل مستوى دراسي. وقد قدمت مفاهيم أكثر تقدما عن التغذية في المستويات المتوسطة والمتقدمة.

المضمون

مرر أو ارفع إلى أعلى ورقة الوقائع المعنونة الغذاء يمنحنا... ضع في يدك عينات من الأغذية أو صورا من الأغذية المحلية وناقش الوظائف التي تقوم بها في الجسم. فعلى سبيل المثال، لتوضيح البروتين، أذكر ما يفعله في الجسم (من ورقة الوقائع) وارفع في يدك حفنة صغيرة من الفاصوليا (أو بعض الأغذية المحلية الأخرى الغنية بالبروتين) وبين أن الفاصوليا من المصادر الغنية بالبروتين. يمكن تحويل بعض النشاطات البديلة إلى ألعاب. فعلى سبيل المثال، ارفع بيدك غذاء أو صورة لغذاء أو أذكر اسم غذاء محلي واطلب من التلاميذ تحديد المغذيات (من ورقة الوقائع) التي توجد في ذلك الغذاء. وثمة مثال آخر يتمثل في رفع أو رسم صورة قمح واطلب من التلاميذ المغذيات التي يمنحها القمح (الكربوهيدرات والألياف والفيتامينات والمعادن).

النشاطات

تناول قدر قليل للغاية أو كثير للغاية من الغذاء ليس بالأمر السليم من الناحية الصحية

المفهوم

لكي نحافظ على صحتنا، يتعين أن نتناول الكميات والأنواع السليمة من الأغذية. فعدم الحصول على القدر الكافي من الأغذية والأنواع المتنوعة بصورة كافية من الأغذية، بل إن تناول كميات كبيرة للغاية من الأغذية يمكن أن يؤدي إلى اعتلال الصحة. فما هو القدر الكافي من الأغذية؟ يحتاج الناس إلى أنواع مختلفة وكميات متباينة من الأغذية. فنحن نحتاج إلى قدر أكبر من الأغذية عندما نكون في مرحلة النمو مثل حديثي الولادة والأطفال والأمهات الحوامل والمرضعات. ونحتاج إلى قدر أكبر من الغذاء إذا كنا نعمل ونلعب بصورة شاقة. وقد نحتاج إلى قدر أكبر من الأغذية عندما نكون مرضى.

وإذا تناولنا قدرا كبيرا للغاية من الغذاء، فإن من الممكن أن نصاب باعتلال الصحة أيضا. فالإفراط في الغذاء يتسبب في أن يمتلئ جسمنا الكثير من الدهون ويمكن أن يساهم في تعرضنا لمخاطر الأمراض مثل أمراض القلب والسكري.

المضمون

النشاطات

ارفع بيدك الصورة المعنونة نحن نحتاج جميعا إلى الغذاء واطلب من الأطفال تصور ما يمكن أن يحدث إذا تناولت مختلف الحيوانات والناس الظاهرون في الصورة الإمدادات الخاصة ببعضهم البعض من الأغذية ليوم واحد. فعلى سبيل المثال ماذا يحدث إذا أكلت الدجاج غذاء الأم ليوم واحد أو إذا أكل الطفل غذاء الدجاج ليوم واحد. وبين أن لكل فرد في الأسرة احتياجات مختلفة من



الأغذية. فنحن نحتاج إلى قدر أكبر من الغذاء عندما نعمل ونلعب بصورة شاقة وعندما نكون في مرحلة النمو وعندما نصاب بالمرض. كما تحتاج النساء الحوامل والأمهات اللاتي يرضعن أطفالهن إلى قدر أكبر من الغذاء أيضا. ولابد لجميع أفراد الأسرة من الحصول على ما يكفي من الغذاء لكي يظلوا أصحاء. ولكل حيوان وفرد في الصورة احتياجات خاصة من الأغذية الكافية والمغذيات النوعية في الأغذية. فإذا تبقى بعض الوقت، يمكن للأطفال رسم صورة لوجبة لكل حيوان وفرد في الصورة والحديث عن أنواع الأغذية وكمياتها بالنسبة لكل فرد من أفراد الأسرة.



الهدف ٢ معرفة أننا نحتاج إلى الكثير من الأغذية المختلفة

الصورة: نحتاج إلى الكثير من الأغذية المختلفة



المواد

نحتاج إلى الكثير من الأغذية المختلفة لتحقيق الصحة والنمو

المفهوم

حتى إذا حصلنا على ما يكفي من الغذاء لتلبية احتياجاتنا من الطاقة، فإن من الممكن أن نصاب باعتلال الصحة إذا لم نحصل على الأنواع من الأغذية المختلفة التي نحتاجها. ونظرا لوجود مغذيات مختلفة في الأغذية المختلفة، فإننا نحتاج إلى أن نتناول الكثير من أنواع الأغذية للحصول على الأشياء التي نحتاجها.

توجد في معظم الأقاليم أنماط تقليدية أو محلية لتناول الطعام توفر التنوع اللازم للصحة والنمو. فعلى سبيل المثال، فإن بعض الأغذية الأساسية مثل الأرز والقمح والذرة والكسافا والبطاطس توفر الغذاء الرئيسي الذي تضاف إليه عادة كميات صغيرة من الخضر واللحوم والأسماك أو الدواجن والصلصة. وحينما توفر الأغذية المصاحبة مجموعة من الخضر واللحوم أو البقول (الفاصوليا والبازلاء والجوز) فضلا عن الصلصة مع الدهون والسكر والفاكهة، يكون النظام الغذائي التقليدي والمحلي غنيا بالمغذيات اللازمة للصحة والنمو.

أذكر للأطفال أن الناس في مختلف أنحاء العالم يتناولون غذاءهم بوسائل مختلفة بدرجة كبيرة. مرر أو ارفع الصورة المعنونة نحن نحتاج إلى كثير من الأغذية المختلفة وأوصف الوجبة التي تقدم لهذه العائلة المبينة في الصورة. فهي تتكون من أغذية أساسية كثيرة. اسأل الأطفال عن هذه الأغذية (الأرز والكسافا أو البطاطس). واسألهم عن الكميات الصغيرة التي تبدو في الصورة (الفاكهة واللحوم والخضر والصلصات).

أذكر للأطفال أن هذه هي الطريقة التي يتناول بها معظم الناس في العالم طعامهم. إذ لديهم الغذاء الأساسي الذي يضاف إليه بعد ذلك كميات صغيرة من الأغذية المصاحبة. ناقش كيف أن الأغذية الأساسية في مختلف أنحاء العالم هي عادة أغذية نشوية مثل الأرز والأنواع الأخرى من الحبوب والبطاطس والكسافا. وبين كيف أن الأغذية المصاحبة قد تكون خضرا أو فاصوليا أو بازلاء أو جوز أو لحوم أو أسماك أو بيض أو صلصات مصنوعة من الأغذية.

أذكر للأطفال أن الأغذية المصاحبة توفر أنواعا مختلفة من الأغذية التي نحتاجها للبقاء أصحاء. وأنه يتعين علينا أن نسعى إلى تناول أنواع مختلفة من الأغذية يوميا. كما أنه يتعين علينا أن نحاول تناول الفاكهة بعد الوجبات أو استخدامها في الوجبات الخفيفة.

اسأل الأطفال عن طبيعة الوجبات التي يحصلون عليها وإن كانت تتضمن أيضا أغذية أساسية مع بعض الكميات الصغيرة من الأغذية المصاحبة كتلك التي تتناولها الأسرة التي تظهر في الصورة.

النشاطات



أطلب من الأطفال، باستخدام الصورة كدليل، وضع قائمة بالأغذية الأساسية المحلية الخاصة بهم والأغذية المصاحبة التي يضيفونها إليها. أطلب منهم ذكر عدد الأغذية المصاحبة المختلفة التي يمكن أن يدرجونها في القائمة وشرح لهم كيف أن وجود أنواع مختلفة كثيرة من الأغذية يساعدهم على النمو والبقاء أصحاء. يمكن إعداد نسختك الخاصة من الصورة برسم أو قطع الصور الخاصة بالأغذية الأساسية المحلية والأغذية المصاحبة.

الهدف ٣ معرفة من هم الجياع في العالم

الصورة: خريطة الجوع في العالم



المواد

- الجوع هو عدم الحصول على ما يكفي من الأنواع السليمة من الأغذية لتلبية احتياجاتنا
- يوجد في جميع البلدان والأقاليم بعض السكان الذين يعانون من الجوع

المفاهيم

المضمون الجوع هو عدم الحصول على ما يكفي من الغذاء وعدم الحصول على التنوع اللازم من الأغذية لتلبية احتياجاتنا التغذوية. والجوع مشكلة في مختلف أنحاء العالم. إذ يوجد في كل بلد وفي كل إقليم بعض الناس الذين لا يحصلون على ما يكفيهم من الغذاء. وفي حين أن الجوع موجود في كل بلد، فإن بعض البلدان والأقاليم تعاني بصورة أكبر من مشكلة توفير الغذاء لسكانها. في عام ٢٠٠١، بلغ عدد من يعانون من الجوع ولم يحصلوا أبداً على ما يكفيهم من الغذاء طوال العام ٨٠٠ مليون نسمة. والهدف في الألفية الجديدة هو ضمان حصول كل فرد على ما يكفيه من الغذاء وعلى الأنواع السليمة من الغذاء الذي يتناوله. فالجوع يوجد لكثير من الأسباب (مبينة في الدرس الثاني)، ويحتاج إلى قدر كبير من العمل لمعالجة المشكلات التي يتسبب فيها. فالكثير من الناس يعملون معاً في جميع أنحاء العالم لتحديد أسباب مشكلة الجوع والبحث عن حلول لها. يمكن لجميع الناس، بما في ذلك الأطفال، المشاركة في هذا الجهد من خلال معرفة أكبر قدر ممكن من المعلومات عن الجوع وكيفية تلافيه.

المضمون

النشاطات ارفع صورة خريطة الجوع في العالم التي تبين المناطق التي تعاني من مشكلات الجوع وسوء التغذية بصورة خطيرة. ووضح كيف أن الخريطة تبين المناطق التي يعيش فيها الكثير من الناس الذين لا يحصلون على كل ما يحتاجونه من أغذية. بين المناطق التي يعيش فيها أكبر عدد من الجياع في العالم. وبين أن هناك في جميع البلدان بعض الناس الذين يعانون من الجوع. وضح أن السكان الذين يتعرضون أكثر من غيرهم للجوع في كل منطقة هم أولئك الذين يعيشون بدون عمل أو تعليم، والفقراء، وأولئك الذين لا يملكون أرضاً ليزرعوا الأغذية عليها، وغير

ذلك من الفئات المحرومة من الناحية الاجتماعية. كما أن الناس الذين قد يعانون من الجوع هم أولئك الذين لهم احتياجات تغذوية خاصة مثل الأطفال (الذين يحتاجون إلى النمو) والأمهات الحوامل والمرضعات. وتتسبب الحروب والاضطرابات الأهلية والتغيرات المناخية والبيئية وغير ذلك من حالات الطوارئ مثل الفيضانات والزلازل في كثير من الأحيان في الجوع قصير الأجل وطويل الأجل في منطقة من المناطق. حدد المنطقة أو الإقليم الخاص بك في العالم وناقش مشكلته مع الجوع.

أطلب من الأطفال أن يتصوروا عالما يحصل فيه جميع الناس على ما يكفيهم من الغذاء. أطلب منهم رسم صورة في أذهانهم عما سيكون عليه هذا العالم وتبادل هذه الصورة مع الصف الدراسي. وتبادل معهم صورتك الفكرية عن عالم لا جوع فيه. وحيثما تسمح الموارد، أطلب من الأطفال رسم الصورة التي يتخيلونها لعالم أو مكان يتميز بوفرة الغذاء وعدم وجود جوع وعرض هذه الصور في مباني المدرسة فضلا عن المباني العامة في المجتمع المحلي.

بين كيف أن الناس يمكن أن يصبحوا جياعا وأن هناك أسبابا عديدة لذلك، وكيف أن الأمر يحتاج إلى جهد كبير لحل المشكلة وكيف أن كثيرا من الناس يعملون معا لمعرفة السبب في أن يصبح الناس جياعا وللعثور على طرق لضمان توافر أغذية جيدة طوال العام لكل فرد.

بين كيف يمكن أن يعمل الناس في العالم معا حتى يحصل كل فرد على ما يكفي من غذاء ومن الأنواع الصحيحة من هذا الغذاء.

الموجز

يقدم الدرس ١ مواد للإجابة على السؤال: ما هو الجوع ومن هم الجياع؟ ويتعين بعد انتهاء الدرس الأول أن يكون الأطفال قادرين على أن يحددوا ما يلي:

- نحتاج جميعا إلى الغذاء.
 - الغذاء يمنحنا الطاقة التي نحتاجها للنمو والتطور؛ وللتحرك والعمل واللعب والتفكير والتعلم؛ وللمحافظة على الحياة والصحة.
 - القدر القليل للغاية أو الكثير للغاية من الغذاء ليس بالأمر السليم من الناحية الصحية.
 - الجوع هو عدم الحصول على ما يكفي من الأنواع الصحيحة من الأغذية لتلبية احتياجاتنا.
 - جميع الأقاليم تضم بعض الناس الذين يعانون من الجوع.
 - لبعض الناس احتياجات تغذوية خاصة، بما في ذلك الأطفال، والأمهات الحوامل والمرضعات والناس الذين يعملون عملا شاقا وأولئك الذين يعانون من المرض.
- أذكر للتلاميذ أننا سنتعلم في الدرس التالي المكان الذي تأتي منه الأغذية وبعض الأسباب التي تجعل بعض الناس يعانون من الجوع في هذا العالم.



المستوى الابتدائي



الدرس الثاني

لماذا يعاني الناس من الجوع؟

معلومات إلى المعلمين

يقدم الدرس الأول معلومات مبسطة عن أهمية الأغذية للحياة والصحة ويوضح أن الجوع يوجد في معظم مناطق العالم. وفي الدرس الثاني، يمكن للتلاميذ دراسة نظم الأغذية باعتبارها عاملاً من عوامل الجوع في العالم. ثم يقدم للتلاميذ مفهوم الأمن الغذائي باستخدام مثال الأعمدة الثلاثة للأمن الغذائي.



الهدف ١ يساعد التلاميذ على إدراك أن الجوع يوجد لأسباب منها أن عملية الحصول على الأغذية هي عملية معقدة وأن النظام قد ينهار عند أي نقطة. ولذا يتعين علينا قبل أن نتمكن من حل مشكلة الجوع أن نتفهم المصادر التي تنشأ منها الأغذية والعمليات التي تمر بها بعض الأغذية قبيل تناولنا لها. وتقدم منظومة الأغذية باستخدام قصة توضح المفاهيم الأساسية وما تتطوي عليه من موضوعات للنقاش.

الهدف ٢ يركز على الأول حيث يقدم المفاهيم المتعلقة بالأمن الغذائي أي الحصول طوال الوقت على الأغذية التي نحتاجها لممارسة حياة ملؤها النشاط والصحة - وأعمده الثلاثة وهي: توافر الأغذية، وقدرة الحصول عليها، واستخدامها. ويركز هذا الهدف على ضرورة أن يعمل النظام الغذائي بالصورة التي تساعد على ضمان الأمن الغذائي.

صمم هذا الدرس لكي يغطي في ٤٥ دقيقة، إلا أنه من الممكن تغطيته بقدر متفاوت من التفاصيل بما يتلاءم مع احتياجات الصف الدراسي. ويجري تشجيع المعلمين على تغطية جميع الأهداف والمجالات المتصلة بالمضمون. إذ وفرت لكل هدف من الأهداف مجموعة من النشاطات ونقاط المناقشة التي يستطيع المعلمون أن يختاروا من بينها أكثرها ملاءمة لتلاميذهم. ويمكن الحصول على المواد الخاصة بكل درس في قسم المواد الذي يبدأ من صفحة ٧٥.





الهدف ١ فهم نظام الأغذية الذي يوفر الغذاء للناس

الصورة: الخطوات في نظام الأغذية
القصة: قصة طماطم ميجيل



المواد

النظام الذي يوفر لنا الأغذية ينطوي على خطوات عديدة

المفهوم

تتضمن الخطوات التي يشملها نظام الأغذية ما يلي:



المضمون

- الاستعداد لزراعة الأغذية
- زراعة الأغذية
- نقل الأغذية من الحقل
- تصنيع الأغذية وبيعها أو تخزينها
- إعداد الأغذية وتناولها

تنطوي كل خطوة من هذه الخطوات على الكثير من العمليات والاعتبارات. وقد تشمل كل عملية الكثير من الناس مثل رجال المصارف وموردي الأدوات الزراعية والمرشدين والمزارعين وعمال المزارع وسائقي الشاحنات وعمال مناولة الأغذية وعمال المطاحن والخبازين، فضلاً عن ظروف مختلفة، مثل حالة الطقس والطرق والاستقرار الاقتصادي والسياسي. وهذا التعقيد هو الذي يعرض إمداداتنا الغذائية للأخطار.

ويعتمد عدد الخطوات اللازمة والعمليات في كل خطوة على الأوضاع الخاصة في كل مجتمع محلي وأسرة.



فنظم الأغذية المحلية، بما في ذلك الحقائق المنزلية والمزارع الصغيرة قد تقلل من التعقيدات التي تنطوي عليها العمليات المعنية أو حتى تختصر بعض الخطوات مثل النقل والتصنيع أو البيع. ويمكن أن تزيد الحقائق المنزلية من الأمن الغذائي الأسري من خلال ما توفره من أغذية كافية للأسرة فضلاً عن بعض الدخل الناجم عن بيع بعض فوائض هذه الحقائق.



ومع ذلك، فقد تعتمد حتى الحقائق المنزلية على أناس آخرين في توفير بعض الاحتياجات مثل البذور والأدوات والأسمدة وطحن الحبوب أو استئجار الأراضي والمعدات الزراعية. ومن ناحية أخرى، فإن جميع المزارع معرضة لتقلبات الأحوال الجوية.



وقد صممت قصة طماطم ميجيل لإثارة المناقشات بشأن كل خطوة من الخطوات المتضمنة في نظام الأغذية. ويمكن قراءة هذه القصة للأطفال الصغار لتوضيح الطريقة التي يجرى بها زراعة الأغذية ونقلها وتصنيعها.



ويمكن للأطفال الأكبر سناً قراءة هذه القصة بمفردهم أو في مجموعات. ويمكن أن تتسع المناقشات لمزيد من التفاصيل بالنسبة للأطفال الأكبر سناً بما في ذلك سؤالهم عن تصورهم لجميع العمليات الإضافية التي تشتمل عليها كل خطوة من الخطوات في رحلة الطماطم، وماذا يمكن أن يحدث إذا لم تسر الأمور على ما يرام (عدم هطول الأمطار، إصابة ميجيل بالمرض وعدم قدرته على رعاية النباتات، حدوث إعطاب في الشاحنات المتجهة إلى المدينة وتلف الطماطم، وما إلى ذلك). ويمكن للمعلم أن يوجه المناقشات بشأن التأثيرات النهائية لحدوث خلل في أي مرحلة من مراحل النظام الغذائي على الإمدادات الغذائية الخاصة بالمجتمع المحلي.



النشاطات

اسأل الأطفال عن المصادر التي نحصل منها على أغذيتنا (إذا كان ردهم أنها من السوق أو من البقال، فاسألهم من أين تحصل الأسواق ومحلات البقالة على الأغذية؟) واذكر لهم أن الأغذية تبدأ من المزارع.



والآن أذكر للأطفال أنك سوف تقرأ عليهم قصة عن أحد المزارعين والطماطم التي يزرعها. واطلب منهم التفكير في جميع الأشياء التي يمكن أن تحدث للأغذية قبل أن تصبح جاهزة للتناول. واقرأ قصة طماطم ميجيل بصوت عالٍ للأطفال.



المناقشات

ارفع صورة الخطوات في نظام الأغذية. واذكر للأطفال أن هناك خمس خطوات رئيسية لابد أن تحدث للأغذية حتى تتوافر:

- الاستعداد لزراعة الأغذية
- زراعة الأغذية
- نقل الأغذية من الحقل
- تصنيع الأغذية وبيعها أو تخزينها
- إعداد الأغذية وتناولها.

قصة طماطم ميغيل

أطلب من الأطفال التفكير في الخطوات التي ينطوي عليها نظام الأغذية في قصة ميغيل والطماطم التي يزرعها.

الاستعداد لزراعة الأغذية:

- ما الذي يحتاجه ميغيل لكي يبدأ في زراعة الطماطم؟ البذور والأسمدة والمحراث والأرض.
- ماذا سيحدث إذا لم تتوافر هذه الأشياء؟ هل يستطيع ميغيل أن يزرع الطماطم بدون هذه الإمدادات؟

زراعة الأغذية:

- ما الذي يحتاجه ميغيل لكي تنمو الطماطم؟ أشعة الشمس والأمطار، ويداه للعمل ونزع الحشائش والاهتمام بالطماطم (العمل)، وفهم زراعة الأغذية والأراضي والزراعة (التعليم والمعارف).
- هل كانت ستنمو طماطم ميغيل إذا لم تتوافر هذه الأشياء؟

نقل الأغذية من الحقل:

- إلى أين نقلت طماطم ميغيل بعد أن قام هو وآنا بجنيها؟
- أخذ بعضها إلى منزل ميغيل وآنا لكي يتم تناولها في وجبة العشاء أو لوضعها في جرار لتخزينها.
- أخذ ميغيل الباقي إلى سوق القرية على عربة يد.

- في سوق القرية تم تحميل الطماطم على شاحنة وأخذت إلى المدينة.
 - أخذ بعضها إلى سوق المدينة
 - أخذ الباقي إلى معمل تصنيع الأغذية.
 - ما هي المسافة التي قطعها الطماطم حتى تصل إلى وجبة عشاء ميجيل وأنا؟
 - ما هي المسافة التي قطعها الطماطم للوصول إلى المدينة؟ وكيف قطعت هذه الرحلة؟ (عربة ميجيل، شاحنة بيدرو).
 - ماذا يمكن أن يحدث للطماطم إذا ما أصيبت العربة أو الشاحنة بعطب في الطريق؟
- تصنيع أو بيع الأغذية:**
- كيف قامت أنا بتجهيز الطماطم؟
 - كيف باع ميجيل الطماطم؟
 - كيف أعاد بيدرو بيع الطماطم؟
 - ماذا حدث للطماطم في معمل تصنيع الأغذية؟
- تناول الأغذية:**
- اشرح احتياج الناس إلى المال لشراء الأغذية ما لم يقوموا هم بأنفسهم بزراعتها مثلما فعل ميجيل وأنا.
 - اشرح كيف يتعين على الناس معرفة طريقة استخدام الأغذية بصورة آمنة واختيار الأغذية التي تحافظ على صحتهم.
 - ناقش المشكلات التي يمكن أن تنشأ في أي خطوة من الخطوات المشار إليها أعلاه، وكيف أن الأغذية قد لا تتوافر في تلك الحالة لكي يتناولها الناس.
 - ناقش الفرق بين الطماطم التي تم تناولها بصورة مباشرة بواسطة ميجيل وأنا من الحقل الخاص بهم والطماطم التي عادت في شكل معلبات.

الهدف ٢ فهم ما يعنيه التمتع بالأمن الغذائي



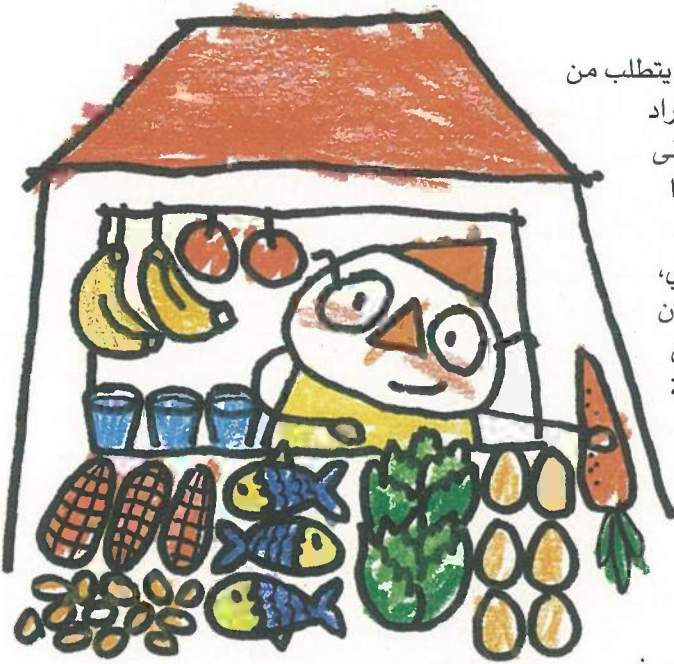
- التمتع بالغذاء يعني أن نكون دائماً قادرين على الحصول على الأغذية التي نحتاجها لممارسة حياة ملؤها النشاط والصحة
- أعمدة الأمن الغذائي الثلاثة: توافر الأغذية، والقدرة على الحصول عليها، واستخدامها

المفاهيم

- يعتمد التمتع بالأمن الغذائي على ثلاثة أعمدة أو دعائم. إذ ينبغي توافر كميات كافية من الأغذية، وضرورة توافر الفرص أمام الجميع للحصول عليها، ومعرفة أفضل الطرق لاستخدام ما بين أيدينا من الأغذية.
- ينبغي أن تتوافر الأغذية بمعنى ضرورة إنتاج كميات كافية من الأغذية السليمة والجيدة النوعية و/أو استيرادها على المستويين القطري والمحلي.
- وتوافر فرص الحصول على الأغذية يعني ضرورة أن توزع وتتوافر محلياً وأن تكون في متناول يد جميع الناس.
- وضرورة استخدام الأغذية بأفضل طريقة ممكنة لكي يتمتع كل فرد بالصحة والتغذية الجيدة (ما يكفي من حيث الكمية والنوعية والتنوع حسب احتياجات كل فرد).

المضمون





وتحقيق الأمن الغذائي القطري يتطلب من كل بلد أن يكون قادرا على إنتاج أو استيراد الأغذية التي يحتاجها وأن يكون قادرا على تخزينها وتوزيعها وضمان الحصول عليها بصورة منصفة. ولكي تحقق الأسر الأمن الغذائي، لا بد لها أن تمتلك الوسائل والأمن والأمان لإنتاج أو شراء الأغذية التي تحتاجها وأن يكون لديها الوقت والمعارف لضمان تلبية الاحتياجات التغذوية لجميع أفراد الأسرة طوال العام.



النشاطات

ناقش مع الأطفال مفهوم الحصول على ما يكفي من الكثير من الأنواع المختلفة من الأغذية الجيدة والسليمة لتناولها وكيف يتعين علينا أن نعرف جميعا أنه يجب علينا أن نحصل دائما على الأغذية التي نحتاجها لكي نتمتع بالصحة والنمو. فهذا هو الأمن الغذائي. أما بالنسبة للأطفال الأكبر سنا فإن من الممكن كتابة تعريف الأمن الغذائي المشار إليه أعلاه وشرح هذا التعريف.

توافر الأغذية: ناقش مع الأطفال، أثناء النظر إلى صورة الخطوات في النظام الغذائي (الدرس الثاني، الهدف ١)، كيف أن جميع الخطوات في النظام الغذائي تؤثر في مدى توافر الأغذية: الاستعداد لزراعة الأغذية؛ وزراعة ما يكفي من أغذية؛ ونقل الأغذية وتصنيعها وبيعها أو تخزينها. فهل نحن نزرع ما يكفي من غذاء؟ لأسرنا؟ ولمنطقتنا؟ وللعالم الذي نعيش فيه؟ هل نزرع الأنواع من الأغذية التي نحتاجها؟ أم هل نحتاج إلى شراء أغذية إضافية؟ ماذا يحدث إذا لم نزرع ما يكفي من أغذية أو جميع الأغذية التي نحتاجها؟ ما هي الأشياء التي تؤثر في توافر الأغذية؟ يمكن دراسة المفاهيم التي قدمت خلال مناقشة نظم الأغذية بحسب ما يقتضيه ذلك من تفاصيل مناسبة. فعلى سبيل المثال، فإن زيادة الإنتاجية من خلال اختيار المحاصيل والأسمدة وغير ذلك من التقنيات الزراعية؛ وزيادة الحدائق المنزلية وتربية الحيوانات الصغيرة والإنتاج الحيواني والسمكي؛ وعمليات التجفيف أو التخزين الأخرى؛ وزيادة سهولة نقل الأغذية إلى المنطقة أو خارجها - كلها عوامل سوف تحسن من توافر الأغذية.

القدرة على الحصول على الأغذية: القدرة على الحصول على الأغذية عنصر هام، لأنه حتى إذا توافرت كميات كافية من الأغذية، فإن جميع الأفراد والأسر أو الأسر الزراعية تحتاج إلى فرص الحصول على هذه الأغذية من الناحية المادية والاقتصادية. وتؤثر جميع الخطوات في نظام الأغذية في القدرة على الحصول عليها إلا أن الخطوات التي تؤثر فيها بصورة مباشرة فتشمل نقل الأغذية وتصنيعها أو بيعها فضلا عن تناول الأغذية. وتشمل العوامل التي تؤثر في القدرة على الحصول على الأغذية النقود التي تتوافر للناس لشراء الأغذية والبذور وغير ذلك من الإمدادات الزراعية والحيوانات وملكية الأراضي ونقل الأغذية إلى الأسواق وأسعار الأغذية. وعلاوة على ذلك، فإن سوء حالة الأمن في إحدى المناطق يمكن أن يقلل من القدرة على الحصول على الأغذية حيث أن الناس قد تصاب بالخوف من الانتقال إلى بعض المناطق أو المجتمعات أو خارجها أو حولها نتيجة للحروب والعصابات وغير ذلك من الأخطار التي تهدد الأمن. ويمكن زيادة القدرة على

الحصول على الأغذية من خلال تحسين قدرات الكسب لدى جميع الناس فضلاً عن تحسين الخدمات الحكومية (الطرق وشبكات النقل) واتفاقيات التجارة الدولية.

استخدام الأغذية: هل يتناول الناس مجموعة متنوعة من الأغذية بالكميات المناسبة في الأوقات الصحيحة للحصول على ما يكفي من طاقة ومغذيات لممارسة حياة ملؤها الصحة والنمو؟ وضع للأطفال كيف أن الناس بحاجة إلى فهم النظم الغذائية الخاصة بهم ومعرفة ما ينبغي أن يتناولونه من أغذية وكيف يمكنهم تحضيرها وتخزينها لكي تبقى سليمة إلى أن يتوافر غيرها من الأغذية. ناقش مع الأطفال كيف نحصل على المعلومات عن النظم الغذائية وما نتناوله من غذاء. ووضح كيف أن باستطاعة الآباء والأجداد مساعدة الأطفال في الحصول على هذه المعلومات. غير أن في وسع المعلمين والمرشدين الحكوميين وأخصائيي الرعاية الصحية مساعدة الأطفال والآباء في الحصول على المزيد من المعلومات عن طريقة استخدام الأغذية لممارسة حياة ملؤها الصحة والنمو.

الموجز

هدفنا هو التأكد من أن جميع الناس يشعرون بالأمان بشأن الغذاء الذي يحتاجونه. إن الحصول على الغذاء يشمل الكثير من الخطوات. وعلينا أن نفهم من أين يأتي غذاؤنا حتى يمكننا اتخاذ القرارات السليمة بشأن الطريقة التي يمكن أن نوفر بها الغذاء لكل فرد في هذا العالم. ويوضح الدرس الثاني مدى التعقيد الذي تنطوي عليه نظم الأغذية بغية تفسير الأسباب العديدة لتعرض بعض الناس للجوع. وبعد استكمال الدرس الثاني، ينبغي أن يكون الأطفال قد أصبحوا قادرين على بيان ما يلي:

- الأمن الغذائي يعني ضرورة أن يكون جميع الناس قادرين في جميع الأوقات على الحصول على الغذاء الذي يحتاجونه لممارسة حياة ملؤها الصحة والنشاط.
 - لا بد للتمتع بالأمن الغذائي، من توافر الأغذية، وأن يكون من السهل الحصول عليها وأن تستخدم بأفضل طريقة ممكنة لكي يتمتع كل فرد بالصحة والتغذية الجيدة.
 - النظام الذي يوفر لنا الأغذية يتضمن العديد من الخطوات.
- يبين للتلاميذ أننا نستطيع أن نعمل معاً للحد من الجوع. وسوف يبين درسنا التالي ماذا يمكن أن نفعله للمساعدة في مكافحة الجوع.



المستوى الابتدائي



الدرس الثالث

ماذا يمكن أن نفعله للمساعدة في القضاء على الجوع؟

معلومات إلى المعلمين

لقد تعلمنا في الدرس السابق أن النظم الغذائية العالمية والمحلية تتسم بالتعقيد وأن جميع الأقاليم تعاني من مشكلات بشأن ضمان الأمن الغذائي لجميع الناس. وسوف يوفر هذا الدرس الأساس لفهم ما يمكن أن نفعله سواء على المستوى الفردي أو الجماعي للحد من الجوع في هذا العالم.



صمم هذا الدرس لكي يغطي في ٤٥ دقيقة، إلا أنه من الممكن تغطيته بقدر متفاوت من التفاصيل بما يتلاءم مع احتياجات الصف الدراسي. ويجري تشجيع المعلمين على تغطية جميع الأهداف والمجالات المتصلة بالمضمون. إذ وفرت لكل هدف من الأهداف مجموعة من النشاطات ونقاط المناقشة التي يستطيع المعلمون أن يختاروا من بينها أكثرها ملاءمة لتلاميذهم. ويمكن الحصول على المواد الخاصة بكل درس في قسم المواد الذي يبدأ من صفحة ٧٥.

الهدف ١ يستخدم مفهوم الأبطال الواقعيين والأسطوريين لتوضيح مدى الشجاعة التي يمكن أن يعمل بها الناس لتحويل هذا العالم إلى مكان أفضل لنا جميعا ويحث الأطفال على التفكير في "الأبطال" المحليين الذين حققوا إنجازات في مجتمعاتهم المحلية وفي العالم. والفكرة المطروحة تبين أننا نستطيع جميعا أن نساهم في القضاء على الجوع وأن كل واحد منا، حتى بوسائل صغيرة، يمكن أن يصبح بطلا في أعين الآخرين.

الهدف ٢ يقترح التدابير النوعية التي يمكن أن يتخذها الأطفال للمساعدة في مكافحة الجوع لأنفسهم وعائلاتهم ومجتمعاتهم المحلية. ويجري تشجيع التلاميذ، من خلال استخدام دراسات الحالة كأساس لتوليد الأفكار، على تطبيق ما تعلموه في مجتمعاتهم المحلية الخاصة.





الهدف ١ معرفة أننا نستطيع جميعا بل ويجب أن نعمل لمكافحة الجوع

البيانات:

- عن يوم الأغذية العالمي
- تغذية العقول لمكافحة الجوع



المواد

يستطيع كل فرد أن يقوم بدور بطولي في مكافحة الجوع

المفهوم

المضمون

لقد ظهر أبطال عظام طوال حقب التاريخ. فالأساطير معروفة في كل ثقافة عن الأبطال العظام الذين كافحوا ضد الفقر والجوع من أجل السكان الفقراء. ويستند الكثير من هذه الأساطير إلى حقائق فعلية، كما أن الكثير منها يعتمد على المعتقدات الدينية للشعوب. وعلى الرغم من أن بعض الأساطير يعتمد على الغزو والحروب، فإن الأبطال الخالدين هم الذين ساعدوا في تحرير الناس من الفقر والجوع.

وعلاوة على الأساطير، فقد قام أناس حقيقيون بتغيير مجرى التاريخ والكفاح من أجل التخفيف من معاناة البشر وما يواجهونه من جوع في جميع بلدان العالم. ولقد قدم الكثير من هؤلاء الناس تضحيات شخصية ضخمة في جهودهم لمساعدة أشقائهم من البشر.

وخصائص البطل الحقيقي هي القوة الأخلاقية والشجاعة والاستعداد لمساعدة الآخرين.

أبطال المؤسسات والحكومات: يعمل كثير من البشر من أجل تحقيق انتصارات في المعركة ضد الفقر بعملهم في المنظمات والحكومات. فالمنظمات والأجهزة الحكومية لديها الموارد لمساعدتنا. وهناك مئات من

المنظمات التي أنشئت من أجل معالجة الجوانب المختلفة لمشكلة الجوع. وتشمل المنظمات الجماعات الخاصة والأجهزة الحكومية والمنظمات الدولية والاتلافات الإقليمية. ويشمل نطاق أعمالها الإغاثة والبحوث والدعوة. وتركز بعض الجماعات على بلدان بعينها ويركز البعض الآخر على مجالات معينة مثل التعليم أو الزراعة.

من هم أبطالنا؟ أطلب من الأطفال أن يذكروا ثلاثة من أبطالهم، سواء كانوا على قيد الحياة أو ماتوا، وسواء كانوا حقيقيين أو أسطوريين. وناقش الصفات الشخصية المشتركة بين هؤلاء الأبطال. وناقش الصفات الشخصية التي نقدرها فيهم كأفراد.

ومن هذه القائمة، اختر العديد من الأبطال والقادة الذين عملوا على مكافحة الفقر والجوع أو الظلم وقدم وصفا موجزا لمساهماتهم. واطلب من الأطفال تحديد ما إذا كان هؤلاء الأبطال مختلفون بدرجة كبيرة عن الآخرين، ونحن من بينهم، أو ما إذا كنا نستطيع جميعا أن نجد في أنفسنا الصفات اللازمة للعمل من أجل التغيير.



اسأل الأطفال عما إذا كانوا يعرفون أناسا في المجتمع المحلي الذي يعيشون فيه يهتمون بالآخرين ويتحلون بالشجاعة في مجال مساعدة الآخرين في حالة الطوارئ وفي أوضاع الحياة اليومية. وهل يعتبرون هؤلاء الناس أبطالاً؟ لماذا ولماذا لا؟ أترك الأطفال يصفون مساهمات بعض السكان المحليين ممن يساعدون الآخرين.

اسأل الأطفال عما يرغبون في عمله من أجل مساعدة أسرهم والمجتمع الذي يعيشون فيه أو العالم بأسره. واطلب منهم كتابة قصة أو رسم صورة عما يرغبون في عمله من أجل وضع نهاية للجوع.

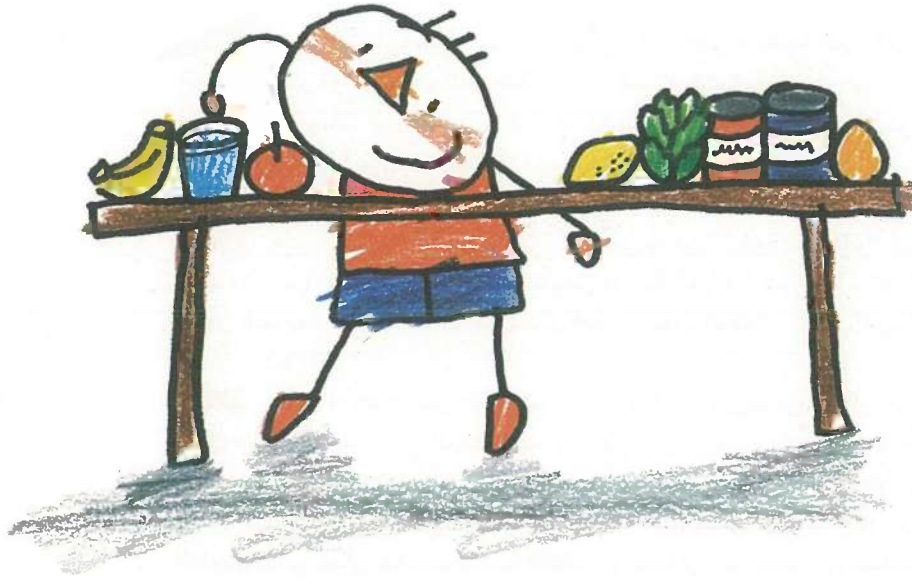
بين كيف أن الصف الدراسي الخاص بهم يشكل جزءاً من آلاف من الصفوف في مختلف أنحاء العالم تشارك في دروس يوم الأغذية العالمي. فيوم الأغذية العالمي مناسبة عالمية تنظم كل عام بهدف إثارة الوعي بالجوع وسوء التغذية في العالم وتشجيع الناس في مختلف أنحاء العالم على اتخاذ التدابير اللازمة لمكافحة الجوع. ويتعلم الأطفال في مختلف أنحاء العالم معاً ما يمكن أن يفعلوه معاً لكي يصبحوا عاملاً من عوامل القضاء على الجوع. اقرأ أو لخص البيان الخاص بيوم الأغذية العالمي أمام التلاميذ ودعهم يتعرفون على بعض الجهود العالمية التي تبذل لمكافحة الجوع.

والدروس التي تستخدمها جميع الصفوف الدراسية هي تغذية العقول لمكافحة الجوع، وقد وضعت لتوفير التوعية للمساعدة في القضاء على الجوع. اقرأ أو لخص البيان الذي يصف أهداف هذا المشروع ومثله العليا. وضح كيف يستطيع الأطفال الاستفادة من تبادل المعلومات التي جمعوها عن الجوع مع الصفوف الدراسية الأخرى في بلدهم أو في سائر العالم. أرسل هذه الاقتراحات إلى الشركاء في مشروع تغذية العقول لمكافحة الجوع الواردة أسماؤهم في المقدمة.

اتصل أو دع الأطفال يتصلون بالمنظمات الدولية الشريكة في تغذية العقول لمكافحة الجوع. ولبعض هذه المنظمات ممثلون قطريون أو موظفو مشروعات محليون يمكن الاتصال بهم أو دعوتهم إلى المدرسة للحديث عن عملهم. أطلب من المنظمات إرسال معلومات عن المشروعات التي تنفذها أو النشاطات التي تضطلع بها لوضع نهاية للجوع والتي يمكن تبادلها مع الصف الدراسي.

دع الصف الدراسي يتصل بالصفوف الأخرى المعنية بمكافحة الجوع؛ المنظمات والقادة على المستويات المحلية والقطرية والإقليمية أو الدولية، والسؤال عما يجري عمله بالنسبة لكل عمود من أعمدة دعم الأمن الغذائي (التي تم مناقشتها في الدروس السابقة). وعلاوة على ذلك، دع الأطفال يبحثون أو يطلبون المعلومات التي تشير إلى حجم الجوع في المنطقة التي يعيشون فيها.





اتصل بالسلطات المدنية المحلية وادعها إلى الحضور إلى الصف الدراسي للحديث عن التدابير المحلية التي يجري اتخاذها للحيلولة دون حدوث الجوع وسوء التغذية. ودع الأطفال يجرون مقابلات مع مجموعة مختلفة من المسؤولين بشأن المشروعات أو التدابير التي تتخذ لمكافحة الجوع على المستوى المحلي. ويمكن لكل طفل أو مجموعة من الأطفال، بعد ذلك، كتابة تقرير شديد الإيجاز وعرضه في الصف الدراسي.

وجه الدعوة إلى "الأبطال المحليين" الذين حددهم الأطفال للحضور إلى الصف الدراسي والحديث عما يفعلونه لمساعدة الآخرين في المجتمع المحلي.

وضح أهمية التعليم في مكافحة الجوع. فالكثير من أنواع الجوع ترتبط بالفقر الناجم عن نقص التعليم. وينبغي تشجيع الأطفال على البقاء في المدرسة وتعلم ما يستطيعونه عن الزراعة والتغذية بالإضافة إلى المهارات الأساسية.

ناقش منافع العمل في الخدمات الاجتماعية ومكافحة الجوع وكيف يمكن للتلاميذ تعلم كيفية المساعدة في هذا المجال. وجه الدعوة إلى العاملين في الصحة والمرشدين على المستوى المحلي للحضور إلى الصف الدراسي لتوضيح الحاجة إلى أعداد كبيرة من الناس للعمل في المجالات ذات الصلة بمكافحة الجوع.

الهدف ٢ التعرف على الكيفية التي يمكننا بها مكافحة الجوع وسوء التغذية في مجتمعاتنا المحلية الخاصة



دراسات حالة للمشروعات



المواد

نستطيع جميعاً أن نتخذ تدابير للمساعدة في وضع نهاية للجوع

المفهوم

يمكن اتخاذ خطوات لحل المشكلات ذات الصلة بالجوع وسوء التغذية على مستوى المجتمع المحلي وعلى المستويين القطري والدولي. وفي بعض الأحيان تكون هذه الخطوات صغيرة وفي البعض الآخر تكون كبيرة. ولكن الأمر الهام في هذا المجال هو التفكير في المشكلة وإدراك أهمية العمل على التوجه صوب إيجاد الحلول لها.

المضمون



يتمتع الشباب بالقدرات الخلاقة والطاقة على معالجة المشكلات الكبيرة مثل مشكلة الجوع. وتوفر دراسات الحالة أمثلة على ما قام به الشباب بالفعل في مختلف أنحاء العالم. ويعتبر استخدام دراسات الحالة وسيلة لإشاعة الأمل في الأطفال فضلا عن دورها كدليل يحدد الطريقة التي يمكنهم بها أيضا أن يحدثوا تغييرات في هذا العالم.

النشاطات

حدد دراسة حالة لكل طفل أو مجموعة من الأطفال (أو اقرأ عدة دراسات حالة للأطفال الأصغر سنا). أطلب من الأطفال تلخيص دراسة الحالة أمام الصف الدراسي وطرح اقتراحات بشأن الطريقة التي يمكن بها أن تحقق المشروعات المماثلة نجاحا في المجتمع المحلي الذي يعيشون فيه.

اسأل الأطفال عن أفكارهم بشأن التدابير التي يمكن لهم أو لغيرهم اتخاذها في مجتمعاتهم المحلية وفي العالم للمساعدة في حل مشكلات الجوع وسوء التغذية. ضع قائمة بهذه التدابير من يستطيع اتخاذها. وفيما يلي قائمة ببعض التدابير التي يجري اتخاذها في مختلف أنحاء العالم. اختر مثالا أو مثالين من القائمة التي وضعها الأطفال أو من القائمة المقدمة وشرح الطريقة التي يمكن بها تنفيذ هذه التدابير والوسائل التي يمكن أن تساعد بها هذه التدابير في مكافحة الجوع في المنطقة المحلية أو في العالم.

أمثلة على التدابير:

• المساعدة في تحسين الإمدادات الغذائية من خلال زيادة كميات الأغذية المتاحة وتنوعها:

- زراعة الحدائق المنزلية والمجتمعية والمدرسية
- إيجاد الوسائل لتربية الدواجن والحيوانات الصغيرة أو الأسماك لتناولها أو بيعها
- إعادة اكتشاف الأغذية المهملة التي تنمو في المنطقة
- زراعة أفضل المحاصيل المناسبة للبيع والاستخدام
- مواءمة المحاصيل مع الظروف الخاصة بالتربة والمياه
- استخدام أفضل الأدوات المتاحة للزراعة في المنطقة
- إيجاد أفضل توازن بين بيع المحاصيل والاستخدام المنزلي
- المشاركة في الجهود التعاونية لزراعة الأغذية وبيعها
- دعم المزارعين المحليين وشراء الأغذية المنتجة محليا
- إنشاء مراكز أو مصارف للأغذية لتبادل الأغذية.



• المساعدة في الإبقاء على الأغذية صالحة للتناول:

- المحافظة على الأغذية نظيفة
- المحافظة على مناطق إعداد الأغذية وأدواتها نظيفة
- المحافظة على الأغذية المخزونة جافة وبمناى عن الحشرات والحيوانات

• مساعدة جميع الناس على تلبية احتياجاتهم من الأغذية والمغذيات:

- معرفة احتياجاتك الخاصة من الأغذية والمغذيات
- معرفة الاحتياجات المختلفة لشتى الناس (مراحل العمر)
- اعمل على توافر أفضل الأغذية من الناحية التغذوية
- تطوع للعمل في القضايا المتعلقة بمكافحة الجوع
- تطوع للعمل في مراكز توزيع الأغذية أو الوجبات
- أنشئ مراكز أو مصارف للأغذية لتقاسم الأغذية الفائضة
- اعمل مع الصناعات الغذائية على إعادة توزيع فوائض الأغذية
- ادع مزارعي ومنتجي الأغذية على المستوى التجاري إلى المشاركة في إيجاد الحلول الخاصة بمشكلات الجوع على مستوى المجتمع المحلي.

• احصل على معلومات عن الأغذية والتغذية والجوع وتبادل المعارف والأفكار مع الآخرين:

- احصل على معلومات عن النظام الغذائي في المنطقة التي تعيش فيها
- اعرّف من يعمل في المجتمع المحلي على مكافحة الجوع وأنصت إليه وتبادل الأفكار معه
- اعرّف من يملك المعارف في المجتمع المحلي عن الصحة والزراعة وأنصت إليه وتبادل الأفكار معه
- انقل المعلومات إلى الأسر والجيران
- تبادل المشروعات والتقارير المدرسية في القاعات المجتمعية
- تبادل الأفكار مع القادة في المجتمع المحلي والأمة
- شجع القادة المحليين ومقدمي الخدمات (الأطباء والممرضات وعمال المستشفيات وأمناء المكتبات) على المشاركة في المشروعات المدرسية المتعلقة بقضايا الجوع والتغذية.

الموجز

لقد تحدثنا عن مشكلات الجوع في العالم. ولقد حقق عالمنا تقدما في توفير الغذاء لسكانه إلا أنه مازال هناك الكثير من هؤلاء السكان لا يحصلون على ما يكفيهم من الغذاء. وثمة حاجة إلى زيادة الإمدادات الغذائية والتوسع في تنويع الأغذية في كثير من البلدان. وعلى الرغم من أن مكافحة الجوع في العالم تتطلب على كثير من المشكلات، فهناك من بين صفوفنا أبطال يعملون على إيجاد الوسائل لتوفير الغذاء لكل فرد. ويستطيع كل فرد منا أن يصبح بطلا وأن يتخذ تدابير لمكافحة الجوع. فإذا عرفنا أسباب الجوع وعملنا على المستوى الشخصي والمجتمعي لتحديد هذه المشكلات وحلها فإننا نستطيع أن نضع نهاية للجوع.

نهاية المستوى الابتدائي

المستوى الإعدادي

الدرس الأول

ما هو الجوع
وسوء التغذية
ومن هم الجياع؟

الوقت الاجمالي للدرس: ٤٥ - ٦٠ دقيقة

الهدف ١

فهم عواقب الجوع وسوء التغذية

المفاهيم

- الأغذية الكافية عنصر أساسي في الحياة الحافلة بالنشاط والصحة
- الجوع يؤثر في رفاهية الناس والأمم والعالم

الهدف ٢

معرفة أننا نحتاج إلى الكثير من الأغذية
المختلفة

المفهوم

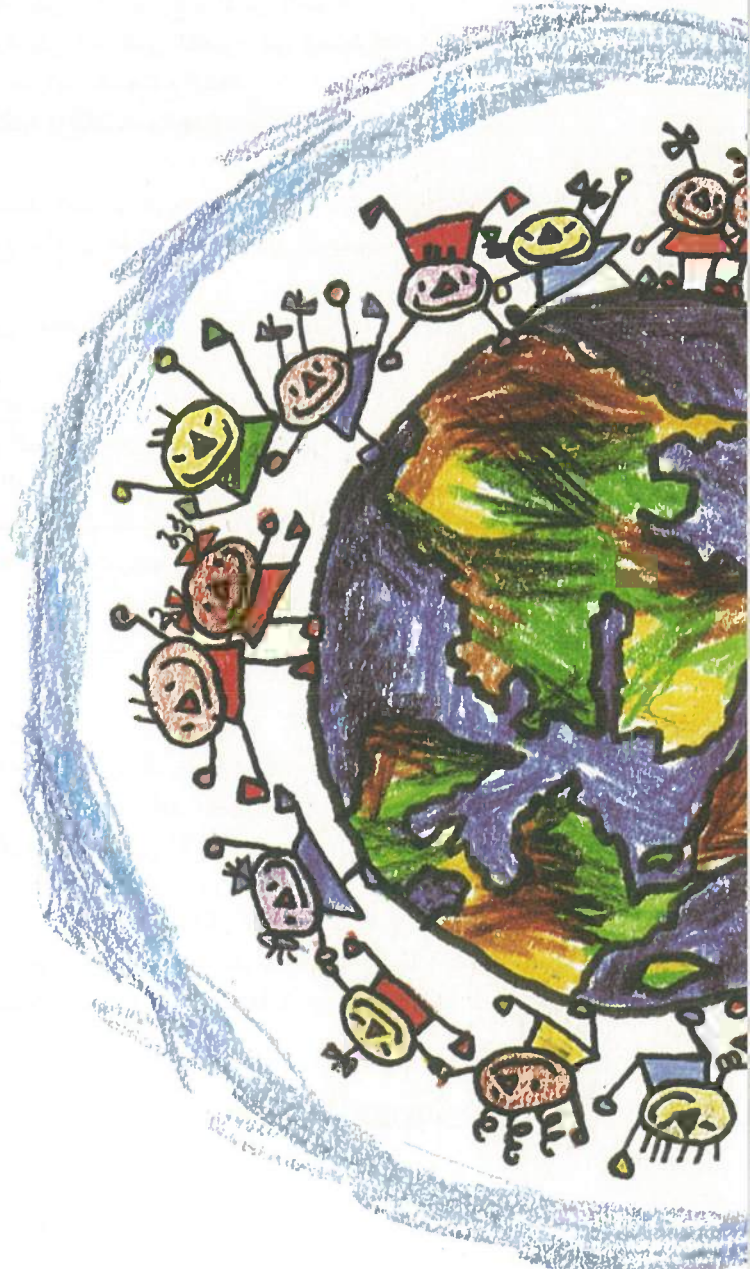
- يحتاج الناس إلى الكثير من الأغذية المختلفة للصحة والنمو

الهدف ٣

معرفة من هم الجياع ومن يعانون من سوء
التغذية في العالم

المفاهيم

- الجوع هو عدم الحصول على ما يكفي من غذاء أو الأنواع الملائمة من الأغذية لتلبية الاحتياجات التغذوية
- يوجد في جميع البلدان والأقاليم أناس يعانون من الجوع
- يوجد الجوع وسوء التغذية بأشكال مختلفة في كل بلد بين بعض الفئات المعرضة





الدرس الثاني

لماذا يعاني الناس من الجوع وسوء التغذية؟

الوقت الإجمالي للدرس: ٤٥ دقيقة



الهدف ١

فهم نظام الأغذية الذي يوفر الغذاء للناس

المفهوم

- ينطوي النظام الذي يوفر الأغذية على الكثير من الخطوات



الهدف ٢

فهم ما يعنيه التمتع بالأمن الغذائي

المفاهيم

- التمتع بالأمن الغذائي يعنى الحصول في كل الأوقات على الأغذية التي نحتاجها لممارسة حياة ملؤها النشاط والصحة
- الأعمدة الثلاثة للأمن الغذائي هي توافر الأغذية وقدرة الحصول عليها واستخدامها



الدرس الثالث

ماذا نستطيع أن نفعل للمساعدة على وضع نهاية للجوع؟

الوقت الإجمالي للدرس: ٤٥ دقيقة



الهدف ١

معرفة ما نستطيع جميعا بل وما يجب أن نفعله لمكافحة الجوع

المفهوم

- يستطيع كل فرد أن يصبح بطلا في مكافحة الجوع



الهدف ٢

تحديد الكيفية التي يمكننا بها مكافحة الجوع وسوء التغذية في مجتمعاتنا المحلية الخاصة وفي العالم

المفهوم

- نستطيع جميعا أن نتخذ التدابير للمساعدة في وضع نهاية للجوع



المستوى الإعدادي

الدرس الأول

ما هو الجوع وسوء التغذية ومن هم الجياع؟

معلومات إلى المعلمين

من المهم لكي يبدأ التلاميذ في دراسة الجوع في العالم أن يفهموا الوظائف الرئيسية للأغذية وأهمية الغذاء للصحة الجيدة والنمو والتطور. كما يتعين أن يعرفوا أن هناك في جميع البلدان والأقاليم أناس يعانون من الجوع، وأن هذا الوضع يزيد في بعض البلدان عنه في بلدان أخرى، وأننا جميعا نعمل معا لحل مشكلة الجوع في العالم. وينبغي تقديم موضوع الجوع بطريقة تشجع على الأمل في مستقبل أفضل نحصل فيه جميعا على الغذاء الذي نحتاجه لممارسة حياة ملؤها النشاط والصحة.

الهدف ١ يقدم عرضا عاما لأهمية الحصول على المغذيات التي نحتاجها. وتقدم الأغذية بصورة مبسطة باعتبارها توفر الطاقة والتغذية للمحافظة على الصحة والحياة ولمساعدتنا في التطور والنمو. فإذا كان من الملائم إجراء دراسة أكثر تقدما للفيتامينات والمعادن، فالدرس الأول في المستوى المتقدم يتضمن المزيد من التفاصيل.

الهدف ٢ يقدم أهمية الحصول على الأغذية المتنوعة لتلبية احتياجاتنا التغذوية. وتقدم صورة بسيطة تبين الأنواع المختلفة من الأغذية التي نحتاجها ولتوضيح نمط الوجبات العادي الذي يتبع في الكثير من أنحاء العالم ويوفر التنوع في الغذاء.

الهدف ٣ يقدم نطاق مشكلة الجوع ويحدد أولئك الذين هم عرضة أكثر من غيرهم لمخاطر الجوع. ومن المهم للتلاميذ أن يفهموا حجم المشكلة دون الشعور باليأس إزائها. وأحد الطرق لتحقيق ذلك يتمثل في التأكيد على أن الجوع يوجد في جميع البلدان والأقاليم بدرجات مختلفة وأننا نعمل معا لحل مشكلة الجوع. وتتوافر معلومات إضافية تقدم عرضا عاما للأوضاع العالمية الحالية في "الجوع وسوء التغذية في العالم" في المقدمة.

صمم هذا الدرس لكي يغطي في ٤٥ - ٦٠ دقيقة، إلا أنه من الممكن تغطيته بقدر متفاوت من التفاصيل بما يتلاءم مع احتياجات الصف الدراسي. ويجري تشجيع المعلمين على تغطية جميع الأهداف والمجالات المتصلة بالمضمون. إذ وفرت لكل هدف من الأهداف مجموعة من النشاطات ونقاط المناقشة التي يستطيع المعلمون أن يختاروا من بينها أكثرها ملاءمة لتلاميذهم. ويمكن الحصول على المواد الخاصة بكل درس في قسم المواد الذي يبدأ من صفحة ٧٥.

الهدف ١ فهم عواقب الجوع وسوء التغذية

ورقة الوقائع: الأغذية تمنحنا...



المواد



الأغذية الأساسية عنصر أساسي لممارسة حياة ملؤها النشاط والصحة

المفهوم

المضمون

الأغذية عنصر أساسي للحياة. ولكي نكون أصحاء ونتمتع بالتغذية الجيدة، علينا أن نتناول كميات كافية من مجموعة متنوعة من الأغذية السليمة والجيدة النوعية. وبدون التغذية الكافية، لا يستطيع الأطفال والشباب أن ينموا إمكانياتهم إلى أقصى حد ممكن وسوف يعاني البالغون من صعوبات في المحافظة على إمكانياتهم أو توسيع نطاقها.

يزودنا الغذاء بالطاقة التي نحتاجها للنمو والنشاط البدني ووظائف الجسم الأساسية (التنفس والتفكير والتحكم في درجة الحرارة والدورة الدموية والهضم). كما تزودنا الأغذية بالمواد اللازمة لبناء الجسم والمحافظة عليه وزيادة مقاومته للأمراض.

وتتحقق هذه الوظائف المختلفة من خلال المغذيات التي تحتويها الأغذية. وأنواع المغذيات في الأغذية هي النشويات والبروتين والدهون والفيتامينات والمعادن والمياه. وتحتوي جميع الأغذية على واحد أو أكثر من هذه المغذيات بكميات متباينة. ويخدم كل نوع من المغذيات وظائف معينة. وهذا هو السبب في أن التنوع في نظامنا الغذائي أمر ضروري للصحة الجيدة. إننا نحتاج إلى جميع المغذيات التي توفرها الأغذية المتنوعة لجميع عمليات أجسامنا.

ويمكن أن يساهم الإفراط في الأغذية أو عدم التوازن فيها في اعتلال الصحة والتعرض لمخاطر الأمراض المزمنة مثل السمنة وأمراض الأوعية الدموية والسكري.

وتعتمد الأغذية الجيدة أيضا على المحافظة على الأغذية سليمة للتناول والمحافظة على خصائصها التغذوية.



ناقش النقاط الواردة

النشاطات

أعلاه حسب ما يتاح من الوقت ووفقا لخلفيات التلاميذ واحتياجاتهم. واذكر للتلاميذ أن الأغذية تحتوي على مواد تعتبر أساسية للحياة. وبعض هذه المواد بكميات صغيرة للغاية لدرجة أننا لا نراها إلا أنه بدونها لن تعمل أجسامنا. وتوجد جميع هذه المواد في الأغذية لكنها لا توجد إلا في الكثير من الأغذية المختلفة. ولذا، علينا أن نتناول مجموعة متباينة من الأغذية للتأكد من أننا نحصل على جميع هذه المواد في وجباتنا الغذائية.



تقدم ورقة الوقائع المعنونة الغذاء يمنحنا... معلومات عامة عن التغذية بما في ذلك وظائف المغذيات الخاصة بالطاقة: البروتين والنشويات والدهون. وترد قائمة بالمصادر الغذائية لهذه المغذيات الثلاثة فضلا عن أربعة فيتامينات ومعادن: فيتامين ألف وبياء وفيتامين جيم وفيتامين دال واليود. مرر ورقة الوقائع أو امسكها عاليا ووضح المغذيات الواردة فيها. اطلب من التلاميذ وضع قائمة بالأغذية التي يتناولونها في يومهم العادي للتأكد مما إذا كانت هذه الأغذية توفر لهم التنوع اللازم للحصول على المغذيات المدرجة في القائمة. فعلى سبيل المثال هل تحتوي القوائم التي وضعوها على الأغذية الغنية بالبروتين وفيتامين ألف والحديد؟ فإذا لم يكونوا قد أدرجوا الأغذية الغنية بواحد أو أكثر من هذه المغذيات المدرجة في القائمة، ناقش مع التلاميذ الأغذية التي يمكن إضافتها لنظمهم الغذائية لتوفير المغذيات اللازمة.

الجوع يؤثر في رفاهية الناس والأمم والعالم

المفهوم

تتعتمد قوة الأمة على قوة شعبها. فعندما يكون الناس أصحاء وأقوياء وحسنى التغذية، تكون لديهم الطاقة والقوة الخلاقة والأمن والشجاعة على حل المشكلات وإبداع الأعمال الفنية والموسيقية العظيمة والمساهمة في التقدم العلمي وممارسة حياتهم اليومية بكرامة وسعادة ودفع المدنية في نهاية الأمر إلى مستويات عالية جديدة. والمواطنون حسنو التغذية هم المواطنون المنتجون الذين يساهمون في تقدم مجتمعاتهم. أما الناس الذين لا يحصلون على تغذية جيدة فلا يملكون الطاقة على العمل أو التعلم وكثيرا ما يحتاجون إلى رعاية طبية مستمرة. ويمكن أن تكون تكاليف القدرات الضائعة وتكاليف نظم الرعاية الصحية هائلة بالنسبة للمجتمع.

المضمون

ناقش المسائل المدرجة أعلاه مع التلاميذ. اطلب منهم تسمية العظماء في مجتمعهم المحلي أو في بلدهم أو في العالم سواء في الماضي أو في الحاضر. ضع قائمة بأسماء أناس آخرين قد يتعرف عليهم التلاميذ والذين غيروا مجرى حياة أمتهم أو العالم. اطلب من التلاميذ تخيل الفرق في العالم لو كان هؤلاء الناس يعانون من نقص الأغذية والجوع أو المرض بصورة لا تمكنهم من القيام بما قاموا به. اذكر للتلاميذ كم هو من المهم لنا جميعا أن نستطيع كل فرد في العالم تحقيق إمكانياته الكاملة. فالقدرات الضائعة تضر بنا جميعا.

النشاطات



الهدف ٢ معرفة أننا نحتاج إلى الكثير من الأغذية المختلفة

الصورة: نحتاج إلى الكثير من الأغذية المختلفة



المواد

نحتاج إلى الكثير من الأغذية المختلفة لتحقيق الصحة والنمو

المفهوم

حتى إذا حصلنا على ما يكفي من غذاء لتلبية احتياجاتنا من الطاقة، فإن من الممكن أن نصاب باعتلال الصحة إذا لم نحصل على الأنواع من الأغذية المختلفة التي نحتاجها. ونظرا لوجود مغذيات مختلفة في الأغذية المختلفة، فإننا نحتاج إلى أن نتناول الكثير من أنواع الأغذية للحصول على الأشياء التي نحتاجها.

توجد في معظم الأقاليم أنماط تقليدية أو محلية لتناول الطعام توفر التنوع اللازم للصحة والنمو. فعلى سبيل المثال، فإن بعض الأغذية الأساسية مثل الأرز والقمح والذرة والكسافا والبطاطس توفر الغذاء الرئيسي الذي تضاف إليه عادة كميات صغيرة من الخضر واللحوم والأسماك أو الدواجن والصلصة. وحينما توفر الأغذية المصاحبة مجموعة من الخضر واللحوم أو البقول (الفاصوليا والبالاء والجوز) فضلا عن الصلصة مع الدهون والسكر والفاكهة، يكون النظام الغذائي التقليدي والمحلي غنيا بالمغذيات اللازمة للصحة والنمو.

المضمون

اذكر للتلاميذ أن أساليب الناس، في مختلف أنحاء العالم، تختلف في تناول الغذاء اختلافا كبيرا. مرر أو ارفع الصورة المعنونة نحن نحتاج إلى كثير من الأغذية المختلفة وأوصف الوجبة التي تقدم لهذه العائلة المبينة في الصورة. فهي تتكون من أغذية أساسية كثيرة. اسأل الأطفال عن هذه الأغذية (الأرز والكسافا أو البطاطس). واسألهم عن الكميات الصغيرة التي تبدو في الصورة (الفاكهة واللحوم والخضر والصلصات).

النشاطات

أذكر للتلاميذ أن هذه هي الطريقة التي يتناول بها معظم الناس في العالم طعامهم. إذ لديهم الغذاء الأساسي الذي يضاف إليه بعد ذلك كميات صغيرة من الأغذية المصاحبة. ناقش كيف أن الأغذية الأساسية في مختلف أنحاء العالم هي عادة أغذية نشوية مثل الأرز والأنواع الأخرى من الحبوب والبطاطس والكسافا. وبين كيف أن الأغذية المصاحبة قد تكون خضرا أو فاصوليا أو بالاء أو جوز أو لحوم أو أسماك أو بيض أو صلصات مصنوعة من الأغذية.

أذكر للتلاميذ أن الأغذية المصاحبة تقدم أنواعا مختلفة من الأغذية التي نحتاجها للبقاء أصحاء. وأنه يتعين علينا أن نسعى إلى تناول أنواع مختلفة من الأغذية يوميا وأن علينا أن نحاول تناول الفاكهة بعد الوجبات أو استخدامها في الوجبات الخفيفة.

اسأل التلاميذ عن شكل الوجبات التي يحصلون عليها وما إذا كانت تتضمن أيضا أغذية أساسية مع بعض الكميات الصغيرة من الأغذية المصاحبة مثل تلك التي تتناولها الأسرة التي في الصورة.



أطلب من التلاميذ، باستخدام الصورة كدليل، وضع قائمة بالأغذية الأساسية المحلية الخاصة بهم والأغذية المصاحبة التي يضيفونها إليها. أطلب منهم ذكر عدد الأغذية المصاحبة المختلفة التي يمكن أن يدرجونها في القائمة وشرح لهم كيف أن وجود أنواع مختلفة كثيرة من الأغذية يساعدهم على النمو والبقاء أصحاء.

الهدف ٣ معرفة من هم الجياع ويعانون من سوء التغذية في العالم

الصورة: خريطة الجوع في العالم
ورقة وقائع: من هم المعرضون؟

المواد

- الجوع هو عدم الحصول على ما يكفي من الأنواع السليمة من الأغذية لتلبية احتياجاتنا
- يوجد في جميع البلدان والأقاليم بعض السكان الذين يعانون من الجوع

المفاهيم

الجوع هو عدم الحصول على ما يكفي من الغذاء وعدم الحصول على التنوع اللازم من الأغذية لتلبية احتياجاتنا التغذوية. والجوع مشكلة في مختلف أنحاء العالم. إذ يوجد في كل بلد وفي كل إقليم بعض الناس الذين لا يحصلون على ما يكفيهم من الغذاء. وفي حين أن الجوع موجود في كل بلد، فإن بعض البلدان والأقاليم تعاني بصورة أكبر من مشكلة توفير الغذاء لسكانها. في عام ٢٠٠١، بلغ عدد من يعانون من الجوع ولم يحصلوا أبداً على ما يكفيهم من غذاء طوال العام ٨٠٠ مليون نسمة. والهدف في الألفية الجديدة هو ضمان حصول كل فرد على ما يكفي من غذاء وعلى الأنواع السليمة من الغذاء الذي يتناوله. فالجوع يوجد لكثير من الأسباب، ويحتاج إلى قدر كبير من العمل لمعالجة المشكلات التي يتسبب فيها. فالكثير من الناس يعملون معاً في جميع أنحاء العالم لتحديد أسباب مشكلة الجوع والبحث عن حلول لها. يمكن لجميع الناس، بما في ذلك الأطفال، المشاركة في هذا الجهد من خلال معرفة أكبر قدر ممكن من المعلومات عن الجوع وكيفية تلافيه.

المضمون



ارفع صورة خريطة الجوع في العالم التي تبين المناطق التي تعاني من مشكلات الجوع وسوء التغذية بصورة خطيرة. ووضح كيف أن الخريطة تبين المناطق التي يعيش فيها الكثير من الناس الذين لا يحصلون على كل ما يحتاجونه من أغذية. بين المناطق التي يعيش فيها أكبر عدد من الجياع في العالم. وبين أن هناك في جميع البلدان بعض الناس الذين يعانون من الجوع. حدد المنطقة أو الإقليم الذي تعيش فيه في العالم، وحدد مشكلة

النشاطات

الجوع التي تواجه المنطقة. وأطلب من التلاميذ تحديد من هم الذين يعانون من الجوع في منطقتهم.

بين أن الجوع يحدث لأسباب عديدة، وكيف أن الأمر يحتاج إلى جهد كبير لحل المشكلة، وكيف أن كثيرا من الناس يعملون معا لمعرفة السبب في أن يصبح الناس جوعا وللعثور على طرق لضمان توافر أغذية جيدة طوال العام لكل فرد. بين كيف يمكن أن يعمل الناس في العالم معا حتى يحصل كل فرد على ما يكفيه من غذاء ومن الأنواع الصحيحة من هذا الغذاء.

يوجد الجوع وسوء التغذية بشكل أو بآخر في كل بلد بين بعض الفئات المعرضة

المفهوم

على الرغم من أنه يوجد عدد أكبر من الجوع في بعض البلدان، سواء من حيث عددهم ونسبتهم إلى السكان، مما هو عليه الحال في بلدان أخرى، فلا يوجد بلد خال من الجوع وسوء التغذية. ولكي نعمل صوب إيجاد الحلول لمشكلة الجوع، لابد أن نعرف من هم الجوع. توفر ورقة الوقائع المعنونة من هم المعرضون لنقص الأغذية؟ قائمة بالفئات المعرضة في جميع أنحاء العالم. وضح أن الناس الأكثر تعرضا للجوع في كل منطقة، هم الفقراء الذين يفتقرون إلى التعليم، أو أي عمل مضمون، والذين لا يملكون أرضا يزرعون عليها غذاءهم والأشخاص من ذوي الاحتياجات التغذوية الخاصة مثل الأطفال (الذين يحتاجون إلى النمو) والنساء الحوامل والمرضعات. وتعتبر الحروب والاضطرابات الأهلية والتغيرات المناخية والبيئية وغير ذلك من الطوارئ مثل الفيضانات والزلازل هي، في كثير من الأحيان، أسباب الجوع قصير وطويل الأجل في أي منطقة.

المضمون

استعرض قائمة الفئات المعرضة الواردة في ورقة الوقائع وإذا سمح الوقت، أسأل التلاميذ عن السبب فيما تتعرض له كل فئة من جوع وسوء تغذية. أربط مشكلات الجوع في منطقتك بالفئات المعرضة. كم عدد الجوع الذين ينتمون إلى الفئات المعرضة الواردة في القائمة؟ فعلى سبيل المثال، هل تتعلق مشكلة الجوع المحلية لديك بضحايا الصراعات أو أولئك الذين يعانون من الحرمان من الناحية الاجتماعية أو السكان المهاجرين؟ أسأل التلاميذ عما إذا كان يمكنهم تصور وجود فئات أخرى في منطقتهم الذين قد تكون عرضة للجوع وما أسباب ذلك.

النشاطات

الموجز

يبين الدرس الأول للتلاميذ أهمية الغذاء للنمو وعمل الجسم، بغية خلق مناخ يجرى فيه مناقشة قضايا الجوع. وقدم نطاق الجوع وأبعاده العالمية فضلا عن عرض عام للفئات المعرضة للجوع في مختلف أنحاء العالم. وبعد استكمال الدرس الأول، يمكن أن يذكر التلاميذ ما يلي:

- الغذاء والمغذيات التي يحتويها ضرورية الحياة.
- نحتاج إلى طائفة متنوعة من الأغذية لضمان الصحة الجيدة
- الكثير من النظم الغذائية التقليدية الصحية تحتوي على أغذية أساسية نشوية وكميات أصغر من الأغذية المصاحبة.
- جميع البلدان تعاني من مشكلات الجوع وسوء التغذية.
- بعض الفئات أكثر عرضة للجوع من غيرها.
- الجوع في العالم يؤثر في كل فرد.

المستوى الإعدادي

الدرس الثاني

لماذا يعاني الناس من الجوع وسوء التغذية؟

معلومات للمعلمين

يقدم الدرس الأول معلومات عن أهمية الأغذية للحياة والصحة ويوضح أن الجوع يوجد في معظم مناطق العالم. وفي الدرس الثاني، يمكن للتلاميذ دراسة نظم الأغذية باعتبارها عاملاً من عوامل الجوع في العالم. وينبغي أن يفهم التلاميذ أن الجوع وسوء التغذية ينبغي أن يستمران نتيجة لعدد من العوامل التي يتعين معالجتها جميعاً لضمان حصول جميع الناس على الأغذية التي يحتاجونها لممارسة حياة ملؤها النشاط والصحة. وفي الدرس الثاني، يمكن للتلاميذ دراسة نظم الأغذية باعتبارها عاملاً من عوامل الجوع في العالم. ثم يقدم للتلاميذ مفهوم الأمن الغذائي باستخدام مثال الأعمدة الثلاثة للأمن الغذائي.

الهدف ١ يساعد التلاميذ على إدراك أن الجوع يوجد لأسباب منها أن عملية الحصول على الأغذية هي عملية معقدة وأن النظام قد ينهار عند أي نقطة. ولذا يتعين علينا قبل أن نتمكن من حل مشكلة الجوع أن نتفهم المصادر التي تنشأ منها الأغذية والعمليات التي تمر بها بعض الأغذية قبيل تناولها لها. وتقدم منظومة الأغذية باستخدام قصة توضح المفاهيم الأساسية وما تنطوي عليه من موضوعات للنقاش.

الهدف ٢ يركز على المفاهيم الواردة في الهدف ١ ذات الصلة بنظم الأغذية التي تمتد الناس بالأغذية وتقدم المفاهيم المتعلقة بالأمن الغذائي التي نحتاجها لممارسة حياة ملؤها النشاط والصحة. ويركز هذا الهدف على ضرورة تمتع كل الناس بتغذية جيدة وبالأمن الغذائي. والأعمدة الثلاثة للأمن الغذائي هي: توافر الأغذية، والقدرة على الحصول عليها، واستخدامها، تم تقديمها لتوفر أساساً لتدابير مواجهة التهديدات التي تتعرض لها إمدادات الأغذية.

صمم هذا الدرس لكي يغطي في ٤٥ دقيقة، إلا أنه من الممكن تغطيته بقدر متفاوت من التفاصيل بما يتلاءم مع احتياجات الصف الدراسي. ويجري تشجيع المعلمين على تغطية جميع الأهداف والمجالات المتصلة بالمضمون. إذ وفرت لكل هدف من الأهداف مجموعة من النشاطات ونقاط المناقشة التي يستطيع المعلمون أن يختاروا من بينها أكثرها ملاءمة لتلاميذهم. ويمكن الحصول على المواد الخاصة بكل درس في قسم المواد الذي يبدأ من صفحة ٧٥.



الهدف ١ فهم نظام الأغذية الذي يوفر الغذاء للناس



المواد

القصة: قصة طماطم ميغيل
الصورة: الخطوات في نظام الأغذية
الجدول: مخطط نظام الأغذية

النظام الذي يوفر الأغذية ينطوي على خطوات عديدة

المفهوم

تتضمن الخطوات التي يشملها نظام الأغذية ما يلي:

- الاستعداد لزراعة الأغذية
- زراعة الأغذية
- نقل الأغذية من الحقل
- تصنيع الأغذية وبيعها أو تخزينها
- إعداد الأغذية وتناولها.

تتطوي كل خطوة من هذه الخطوات على الكثير من العمليات والاعتبارات. وقد تشمل كل عملية الكثير من الناس مثل رجال المصارف وموردي الأدوات الزراعية والمزارعين وعمال المزارع وسائقي الشاحنات وعمال مناولة الأغذية وعمال المطاحن والخبازين، فضلا عن الظروف المختلفة، مثل حالة الطقس والطرق والاستقرار الاقتصادي والسياسي. وهذا التعقيد هو الذي يعرض إمداداتنا الغذائية للأخطار.

ويعتمد عدد الخطوات اللازمة والعمليات في كل خطوة على الأوضاع الخاصة في كل مجتمع محلي وأسرة. فنظم الأغذية المحلية، بما في ذلك الحدائق المنزلية والمزارع الصغيرة قد تقلل من التعقيدات التي تنطوي عليها العمليات المعنية أو حتى تختصر بعض الخطوات مثل النقل والتصنيع أو البيع.

وتربية الحيوانات الصغيرة وزراعة المحاصيل يمكن أن يزيدا من الأمن الغذائي من خلال توفير قدر كاف من الأغذية مباشرة فضلا عن إدراج بعض الدخل من بيع الفائض.

غير أنه حتى الحدائق المنزلية قد تعتمد على أناس آخرين في توفير بعض الاحتياجات مثل البذور والأدوات والأسمدة وطحن الحبوب أو استئجار الأراضي والمعدات الزراعية. ومن ناحية

أخرى فإن جميع المزارع صغيرة كانت أو كبيرة معرضة لتقلبات الأحوال الجوية. أنظر الجدول الخاص بمخطط نظام الأغذية للإطلاع على العوامل الكامنة في كل خطوة من خطوات نظام الأغذية ومقارنة بعض الاختلافات الموجودة بين نظم الأغذية المحلية والنظم التجارية. وقد صممت قصة طماطم ميغيل

لإثارة المناقشات بشأن كل خطوة من الخطوات المتضمنة في نظام الأغذية. ويمكن قراءة هذه القصة للأطفال الصغار لتوضيح الطريقة التي يجري بها زراعة الأغذية ونقلها وتصنيعها.

ويمكن للتلاميذ الأكبر سنا قراءة هذه القصة بمفردهم أو في مجموعات. ويمكن أن تتسع المناقشات لمزيد من التفاصيل بالنسبة للتلاميذ الأكبر سنا بما في ذلك سؤالهم عن تصورهم لجميع العمليات الإضافية التي تشمل عليها كل خطوة من الخطوات في رحلة



الطماطم، وماذا يمكن أن يحدث إذا لم تسر الأمور على ما يرام (عدم هطول الأمطار، إصابة ميجيل بالمرض وعدم قدرته على رعاية النباتات، حدوث إعطاب في الشاحنات المتجهة إلى المدينة وتلف الطماطم، وما إلى ذلك). ويمكن للمعلم أن يوجه المناقشات بشأن التأثيرات النهائية لحدوث خلل في أي مرحلة من مراحل النظام الغذائي على الإمدادات الغذائية الخاصة بالمجتمع المحلي.

إذا كانت قصة طماطم ميجيل لا تناسب الفئة العمرية، أدرج نشاطا بديلا يتتبع مسار الأغذية المحلية في كافة مراحل نظام الأغذية.

النشاطات

اسأل التلاميذ عن المصادر التي نحصل منها على أغذيتنا (إذا كان ردهم أنها من السوق أو من البقال، فاسألهم من أين تحصل الأسواق ومحلات البقالة على الأغذية؟) واذكر لهم أن الأغذية تبدأ من المزارع.

والآن أذكر للتلاميذ أنك سوف تقرأ عليهم قصة أحد المزارعين والطماطم التي يزرعها. واطلب منهم التفكير في جميع الأشياء التي يمكن أن تحدث للأغذية قبل أن تصبح جاهزة للتناول. واقرأ أو أطلب من التلاميذ قراءة قصة طماطم ميجيل واستوف جدول مخطط نظام الأغذية أثناء قراءة القصة. واطلب من التلاميذ كمجموعة أو فرادى مناقشة العوامل في مخطط نظام الأغذية وإضافة المزيد منها أثناء قراءة القصة. واقرأ قصة طماطم ميجيل على التلاميذ بصوت عال أو اجعلهم يقرءونها مجموعة أو فرادى.

مناقشة قصة طماطم ميجيل:

- ارفع صورة الخطوات في نظام الأغذية واذكر للتلاميذ أن هناك خمس خطوات رئيسية لا بد أن تحدث حتى تتوافر الأغذية:
- الاستعداد لزراعة الأغذية
- زراعة الأغذية
- نقل الأغذية من الحقل
- تصنيع الأغذية وبيعها أو تخزينها
- إعداد الأغذية وتناولها.
- أطلب من التلاميذ التفكير في الخطوات التي ينطوي عليها نظام الأغذية في قصة ميجيل والطماطم التي يزرعها.
- الاستعداد لزراعة الأغذية:

- ما الذي يحتاجه ميجيل لكي يبدأ في زراعة الطماطم؟ البذور والأسمدة والمحراث والأرض. هل يحتاج إلى أي شيء آخر؟
- ماذا سيحدث إذا لم تتوافر هذه الأشياء؟ هل يستطيع ميجيل أن يزرع الطماطم بدون هذه الإمدادات؟

زراعة الأغذية:

- ما الذي يحتاجه ميجيل لكي تنمو الطماطم؟ أشعة الشمس والأمطار ويداه للعمل ونزع الحشائش والاهتمام بالطماطم (العمل). هل يحتاج إلى أي شيء آخر؟
- هل كانت ستنمو طماطم ميجيل إذا لم تتوافر هذه الأشياء؟

نقل الأغذية من الحقل:

- إلى أين نقلت طماطم ميجيل بعد أن قام هو وآنا بجنيها؟
- أخذ بعضها إلى منزل ميجيل وآنا لكي يتم تناولها في وجبة العشاء أو لوضعها في جرار لتخزينها.
- أخذ ميجيل الباقي إلى سوق القرية على عربة يد.
- في سوق القرية تم تحميل الطماطم على شاحنة وأخذت إلى المدينة.
- أخذ بعضها إلى سوق المدينة.
- أخذ الباقي إلى معمل تصنيع الأغذية.

- ما هي المسافة التي قطعتها الطماطم حتى تصل إلى وجبة عشاء ميجيل وأنا؟
- ما هي المسافة التي قطعها الطماطم للوصول إلى المدينة؟ وكيف قطعت هذه الرحلة؟ (عربة ميجيل، شاحنة بيدرو).
- ماذا يمكن أن يحدث للطماطم إذا ما أصيبت العربة أو الشاحنة بعطب في الطريق؟

تصنيع أو بيع الأغذية:

- كيف قامت أنا بتجهيز الطماطم؟
- كيف باع ميجيل الطماطم؟
- كيف أعاد بيدرو بيع الطماطم؟
- ماذا حدث للطماطم في معمل تصنيع الأغذية؟
- لماذا تعتبر هذه الخطوات مهمة في إمدادات الأغذية؟ وماذا يمكن أن يحدث إذا لم يمكن تصنيع الأغذية لكي تتوافر لأوقات لاحقة؟



تناول الأغذية:

- اشرح مدى احتياج الناس إلى المال لشراء الأغذية ما لم يقوموا هم بأنفسهم بزراعتها مثلما فعل ميجيل وأنا.
- اشرح كيف يتعين على الناس معرفة طريقة استخدام الأغذية بصورة آمنة واختيار الأغذية التي تحافظ على صحتهم.
- ناقش المشكلات التي يمكن أن تنشأ في أي خطوة من الخطوات المشار إليها أعلاه، وكيف أن الأغذية قد لا تتوافر في تلك الحالة لكي يتناولها الناس.
- ناقش الفرق بين الطماطم التي تم تناولها بصورة مباشرة بواسطة ميجيل وأنا من الحقل الخاص بهما والطماطم التي عادت في شكل معلبات.

تخزين الأغذية:

- ثمة مفهوم هام يتعين دراسته يتمثل في الخسائر التي تحدث للأغذية نتيجة للآفات والعطب على المستويين التجاري والأسري. فحماية الإمدادات الغذائية من الحشرات والقوارض والعفن والعطب يمكن أن يزيد كميات الأغذية المتاحة للناس بدرجة كبيرة. ففي كل عام، يؤدي سوء المناولة والتلوث بعد الحصاد إلى فساد الملايين من الأطنان من الأغذية. بين أهمية حماية الأغذية من الآفات والتلف، وكيف تنظر أنا ومصنعو الأغذية إلى تلف الأغذية.

نشاط بديل

- ضع، باستخدام جدول مخطط نظام الأغذية كنموذج، جدولاً يدرج فيه التلاميذ العمليات والاعتبارات الكامنة في كل خطوة من خطوات نظام الأغذية الذي يعتمدون عليه في توفير الأغذية في المجتمع المحلي الذي يعيشون فيه. أمسك بغذاء أو أكثر من الأغذية التي يشيع تناولها وتتبعها من منشأها كمثال على الطريقة التي يعمل بها نظام الأغذية. وضح نقاط الضعف في نظام الأغذية. فعلى سبيل المثال، إذا كان نظام الأغذية يعتمد بشدة على الزراعة التجارية، فماذا يحدث إذا لم تتوافر اليد العاملة أو إذا حدثت حالة شديدة من الجفاف أو أغلقت فجأة الطرق المؤدية إلى المدينة وغير ذلك؟



الهدف ٢ فهم ما يعنيه التمتع بالأمن الغذائي

دراسات حالة قطرية



المواد

- التمتع بالغذاء يعني أن نكون دائما قادرين على الحصول على الأغذية التي نحتاجها لممارسة حياة ملؤها النشاط والصحة
- الأعمدة الثلاثة للأمن الغذائي هي: توافر الأغذية، والقدرة على الحصول عليها، واستخدامها

المفاهيم

- المضمون**
- يعرف الأمن الغذائي بأنه حصول جميع الناس في جميع الأوقات على ما يكفيهم من غذاء ملائم من الناحية التغذوية وآمن (الجودة والكمية والتنوع) لممارسة حياة ملؤها النشاط والصحة. علينا أن نهئ الظروف التي يمكن في ظلها لجميع الناس ضمان الغذاء الذي يحتاجونه والتمتع بالتغذية الجيدة بطريقة كريمة ومستدامة.
 - يتأثر الأمن الغذائي بعدد من العوامل من بينها أساسا الإمدادات الغذائية، والحصول على العمل، وبعض الخدمات الأساسية مثل مرافق التعليم، والصحة، والإصحاح، والمياه النظيفة، والمساكن الآمن.
 - يعتبر الفقر والظلم الاجتماعي ونقص التعليم الأسباب الرئيسية للجوع وسوء التغذية، والعقبات الرئيسية أمام الحصول على الأمن الغذائي.
 - لا يمكن ضمان الأمن الغذائي بإنتاج المزيد من الأغذية فقط، فإذا لم يكن الناس مثلاً قادرين على شراء الغذاء المتوافر، وإذا كانت وجبتهم الغذائية تنقر إلى الفيتامينات والمعادن الأساسية، أو إذا كان سوء المناولة خلال التصنيع والتوزيع يتسبب في عدم سلامة الأغذية التي يتناولونها، فإن الأمن الغذائي لن يتحقق.
 - يعتمد تحقيق الأمن الغذائي على ثلاثة أعمدة أو دعائم:
 - ينبغي أن **تتوافر** الأغذية يعني ضرورة إنتاج كميات كافية من الأغذية السليمة والجيدة النوعية و/أو استيرادها على المستويين القطري والمحلي.
 - وتوافر **فرص الحصول** على الأغذية يعني ضرورة أن توزع وتتوافر محليا وأن تكون في متناول يد جميع الناس.
 - ضرورة استخدام الأغذية بأفضل طريقة ممكنة لكي يتمتع كل فرد بالصحة والتغذية الجيدة (ما يكفي من حيث الكمية والتنوع حسب احتياجات كل فرد).
 - تحقيق الأمن الغذائي القطري يتطلب من كل بلد أن يكون قادرا على إنتاج أو استيراد الأغذية التي يحتاجها وأن يكون قادرا على تخزينها وتوزيعها وضمان الحصول عليها بصورة منصفة. لكي تحقق الأسر الأمن الغذائي، لا بد أن تمتلك الوسائل والأمن والأمان لإنتاج أو شراء الأغذية التي تحتاجها وأن يكون لديها الوقت والمعارف لضمان تلبية الاحتياجات التغذوية لجميع أفراد الأسرة طوال العام.
 - استنادا إلى فهم ما ينطوي عليه نظام الأغذية من تعقيد، يمكن للتلاميذ تحليل الأوضاع المحددة التي تواجه بلدانهم من أجل تحديد ما إذا كانت قضايا الجوع ترتبط بتوافر الأغذية، والقدرة على الحصول عليها، واستخدامها. ففهم العوامل ذات الصلة يعتبر الخطوة الأولى في وضع الحلول.
 - يمكن تعلم دروس هامة من إلقاء نظرة على البلدان التي استطاعت الحد من الجوع وعقد مقارنات بين أوضاعها وأوضاع البلدان التي تدهورت فيها حالة التغذية. فعقد المقارنات بين مختلف الأوضاع، والبحث عن الأنماط التي يمكن إتباعها، يمكن أن توضح العوامل التي تساهم في المشكلات والحلول الخاصة بالجوع في مختلف أنحاء العالم. وترد دراسات حالة للبلدان التي تعاني من مشكلات الجوع.



النشاطات

وضّح كيف أن الظروف تختلف اختلافا شاسعا من مكان لآخر، وكيف أن اجتماع بعض العوامل معا ينشئ أوضاعا تتسبب في مشكلات الأمن الغذائي. ويمكن من خلال عمل تحليل للبلدان التي تتباين درجة التغيير في أوضاع أمنها الغذائي، وعقد مقارنة بين الأوضاع السائدة في كل بلد، التعرف على الاتجاهات التي تشير إلى مستقبل الأمن الغذائي في كل بلد.

تقدم دراسات الحالة القطرية التي تعقد مقارنات بين الأوضاع الماضية والحالية في بعض البلدان التي حدثت فيها تغييرات في أنماط الجوع والأمن الغذائي خلال العقود القليلة

الماضية. وترد دراسات الحالة على أساس كل بلدين على حدة بحسب الإقليم لعقد مقارنة بين البلد الذي حقق تأثيرات في الجوع، وبلد آخر واجه نكسات في توفير الطعام لسكانه. كلف التلاميذ، كل على حدة أو في مجموعات، بقراءة كل منهما مجموعة واحدة من دراسات الحالة أو مناقشة بعض الحالات في الصف في مناقشات جماعية. وينبغي للتلاميذ بمدخلات من المعلمين، حسب مقتضى الحال، مناقشة العوامل التي تسبب الأوضاع الحالية ذات الصلة بالجوع في كل بلد، وأطلب من التلاميذ مناقشة الظروف ذات الصلة بالجوع من حيث توافر الأغذية، والقدرة على الحصول عليها، واستخدامها.

استنادا إلى المناقشات التي دارت بشأن نظام الأغذية، وضّح للتلاميذ كيف أن دراسة حالة مماثلة يمكن أن تتسحب على أوضاعهم المحلية.

الموجز

هدفنا هو التأكد من أن جميع الناس يشعرون بالأمان بشأن الغذاء الذي يحتاجونه. فالحصول على الغذاء يشمل الكثير من الخطوات. وعلينا أن نفهم من أين يأتي غذاؤنا حتى يمكن أن نتخذ القرارات السليمة بشأن الطريقة التي يمكن أن نوفر بها الغذاء لكل فرد في هذا العالم. ويوضح الدرس الثاني مدى التعقيد الذي تطوي عليه نظم الأغذية لتفسير الأسباب العديدة لما قد يشعر به بعض الناس من جوع. وبعد استكمال الدرس الثاني، ينبغي أن يكون الأطفال قد أصبحوا قادرين على بيان ما يلي:

- الأمن الغذائي يعنى ضرورة أن يكون جميع الناس قادرين في جميع الأوقات على الحصول على الغذاء الذي يحتاجونه لممارسة حياة ملؤها الصحة والنشاط.
 - يعتمد التمتع بالأمن الغذائي على ثلاثة أعمدة هي: ضرورة توافر الأغذية، وفرص الحصول عليها، واستخدامها بأفضل طريقة ممكنة لكي يتمتع كل فرد بالصحة والتغذية الجيدة.
 - النظام الذي يوفر لنا الأغذية يتضمن العديد من الخطوات. وبالنظر إلى إمدادات الأغذية تزداد تعقيدا، فإن احتمالات حدوث خلل فيها تزداد قوة.
- يبيّن للتلاميذ أننا نستطيع أن نعمل معا للحد من الجوع. وسوف يبين درسنا التالي ماذا يمكن أن نفعله للمساعدة في مكافحة الجوع.

المستوى الإعدادي

الدرس الثالث

ماذا يمكن أن نفعله للمساعدة في القضاء على الجوع؟

معلومات إلى المعلمين

يتعين أن يفهم التلاميذ أن الجوع أينما كان يؤثر في الناس أينما كانوا، وأننا نشارك جميعا في مشكلات الجوع وسوء التغذية، وأن هناك إجراءات محددة يمكن أن يتخذها كل فرد منا للوصول إلى عالم متحرر من الجوع. وينبغي أن يثير الدرس في التلاميذ إحساسا بالاهتمام والالتزام إزاء رفقاءهم من بني البشر، وأن يبين لهم أن عليهم دورا هاما لا بد أن يضطلعوا به في الكفاح ضد الجوع من أجل أنفسهم وأسرهم ومجتمعاتهم المحلية والعالم أجمع. والطريقة المستخدمة لتوصيل هذه الرسائل هي استغلال الأساطير والقصص لإبراز الأسباب الأخلاقية والعرقية والروحية والعملية لعدم القبول بالجوع، وكيف يمكننا جميعا أن نكون أبطالا في المساعدة في القضاء على الجوع.

فالكثير من الشخصيات الأسطورية، سواء كانت شخصيات حقيقية أو أسطورية هم أبطال بسبب ما قاموا به من أعمال لمكافحة الفقر والجوع. وبوسع المعلمين، بالاستعانة بثروة من الروايات المحلية المحببة لهم وللتلاميذ، سواء كانت لشخصيات أسطورية أو حقيقية، في تقديم مفهوم الأبطال ومناقشة خصائص البطل فيما يتعلق بالقضاء على الجوع.

الهدف ١ اطلب من التلاميذ تحديد الأشخاص الشجعان في مختلف حقبة التاريخ الذين عملوا من أجل تحويل العالم إلى مكان أفضل لنا جميعا وتشجيع الطلبة على التفكير في "الأبطال" المحليين الذين حققوا إنجازات في مجتمعاتهم المحلية وبلدانهم. ويعرض هذا الهدف فكرة أن علينا جميعا أن نساهم في القضاء على الجوع وسوء التغذية، وأن بوسع كل فرد منا، حتى بوسائل محدودة، أن يصبح بطلا في أعين الآخرين.

الهدف ٢ يقترح إجراءات محددة يمكن أن يتخذها الطلبة للمساعدة في مكافحة الجوع لمصلحة أنفسهم وأسرهم ومجتمعاتهم المحلية. ويشجع التلاميذ، باستخدام دراسات الحالة كأساس لابتكار الأفكار، على تطبيق ما تعلموه على مجتمعاتهم المحلية.

صمم هذا الدرس لكي يغطي في ٤٥ دقيقة، إلا أنه من الممكن تغطيته بقدر متفاوت من التفاصيل بما يتلاءم مع احتياجات الصف الدراسي. ويجري تشجيع المعلمين على تغطية جميع الأهداف والمجالات المتصلة بالمضمون. إذ وفرت لكل هدف من الأهداف مجموعة من النشاطات ونقاط المناقشة التي يستطيع المعلمون أن يختاروا من بينها أكثرها ملاءمة لتلاميذهم. ويمكن الحصول على المواد الخاصة بكل درس في قسم المواد الذي يبدأ من صفحة ٧٥.

الهدف ١ معرفة أننا نستطيع جميعا بل ويجب أن نعمل لمكافحة الجوع



المواد

البيانات:

- عن يوم الأغذية العالمي
- تنفيذة العقول لمكافحة الجوع

يستطيع كل فرد أن يقوم بدور بطولي في مكافحة الجوع

المفهوم

المضمون

لقد ظهر أبطال عظام طوال حقب التاريخ. فالأساطير معروفة في كل ثقافة عن الأبطال العظام الذين كافحوا ضد الفقر والجوع من أجل السكان الفقراء. ويستند الكثير من هذه الأساطير إلى حقائق فعلية، كما أن الكثير منها يعتمد على المعتقدات الدينية للشعوب. وعلى الرغم من أن بعض الأساطير يعتمد على الغزو والحروب، فإن الأبطال الخالدين هم الذين ساعدوا في تحرير الناس من الفقر والجوع.

وعلاوة على الأساطير، فقد قام أناس حقيقيون بتغيير مجرى التاريخ والكفاح من أجل التخفيف من معاناة البشر وما يواجهونه من جوع في جميع بلدان العالم. ولقد قدم الكثير من هؤلاء الناس تضحيات شخصية ضخمة في جهودهم لمساعدة أشقائهم من البشر.

وخصائص البطل الحقيقي هي القوة الأخلاقية والشجاعة والاستعداد لمساعدة الآخرين.

أبطال المؤسسات والحكومات: يعمل كثير من البشر من أجل تحقيق انتصارات في المعركة ضد الفقر بعملهم في المنظمات والحكومات. فالمنظمات والأجهزة الحكومية لديها الموارد لمساعدتنا. وهناك مئات من المنظمات التي أنشئت من أجل معالجة الجوانب المختلفة لمشكلة الجوع. وتشمل المنظمات الجماعات الخاصة والأجهزة الحكومية والمنظمات الدولية والاتلافات الإقليمية. ويشمل نطاق أعمالها الإغاثة والبحوث والدعوة. وتركز بعض الجماعات على بلدان بعينها ويركز البعض الآخر على مجالات معينة مثل التعليم أو الزراعة.





النشاطات

- 🐟 من هم أبطالنا؟ أطلب من التلاميذ أن يذكروا ثلاثة من أبطالهم سواء كانوا على قيد الحياة أو ماتوا، وسواء كانوا حقيقيين أو أسطوريين. وناقش الصفات الشخصية المشتركة بين هؤلاء الأبطال. وناقش الصفات الشخصية التي نقدرها فيهم كأفراد.
- 🐟 ومن هذه القائمة، اختر العديد من الأبطال والقادة الذين عملوا على مكافحة الفقر والجوع أو الظلم وقدم وصفا موجزا لمساهماتهم. واطلب من التلاميذ تحديد ما إذا كان هؤلاء الأبطال مختلفون عن الآخرين، ونحن من بينهم، أو ما إذا كنا نستطيع جميعا أن نجد في أنفسنا الصفات اللازمة للعمل من أجل التغيير.
- 🐟 أسأل التلاميذ عما إذا كانوا يعرفون أناسا في المجتمع المحلي الذي يعيشون فيه يهتمون بالآخرين ويتحلون بالشجاعة في مجال مساعدة الآخرين في حالة الطوارئ وفي أوضاع الحياة اليومية. أترك التلاميذ يصفون مساهمات بعض السكان المحليين ممن يساعدون الآخرين.
- 🐟 أسأل التلاميذ عما يرغبون في عمله من أجل مساعدة أسرهم والمجتمع الذي يعيشون فيه أو العالم بأسره. أطلب من التلاميذ كتابة قصيدة أو قصة أو رسم صورة لمسألة ذات صلة بالجوع، أو اطلب منهم أن يعبروا عما يرغبون في عمله من أجل وضع نهاية للجوع. ويمكن عرض هذه الصور أو القصص في محيط المدرسة أو في نطاق المجتمع المحلي. ويمكن إرسال الصور إلى الصحف المحلية أو الإقليمية أو قراءتها عبر محطات الإذاعة.
- 🐟 بين كيف أن الصف الدراسي الخاص بهم يشكل جزءا من آلاف من الصفوف في مختلف أنحاء العالم تشارك في دروس يوم الأغذية العالمي. فيوم الأغذية العالمي مناسبة عالمية تنظم كل عام بهدف إثارة الوعي بالجوع وسوء التغذية في العالم وتشجيع الناس في مختلف أنحاء العالم على اتخاذ التدابير اللازمة لمكافحة الجوع. ويتعلم التلاميذ في مختلف أنحاء العالم معا ما يمكن أن يفعلوه معا لكي يصبحوا عاملا من عوامل القضاء على الجوع. اقرأ أو لخص البيان الخاص بيوم الأغذية العالمي أمام التلاميذ ودعهم يتعرفون على بعض الجهود العالمية التي تبذل لمكافحة الجوع.

والدروس التي تستخدمها جميع الصفوف الدراسية هي تغذية العقول لمكافحة الجوع، والتي وضعت لتوفير التوعية للمساعدة في القضاء على الجوع. اقرأ أو لخص البيان الذي يصف أهداف هذا المشروع ومثله العليا. وضح كيف يستطيع التلاميذ الاستفادة من تبادل المعلومات التي جمعوها عن الجوع مع الصفوف الدراسية الأخرى في بلدهم أو في سائر أنحاء العالم. أرسل هذه الاقتراحات إلى الشركاء في مشروع تغذية العقول لمكافحة الجوع الوارد أسماؤهم في المقدمة.

اتصل أو دع التلاميذ يتصلون بالمنظمات الدولية الشريكة في تغذية العقول لمكافحة الجوع. ولبعض هذه المنظمات ممثلون قطريون أو موظفو مشروعات محليون يمكن الاتصال بهم أو دعوتهم إلى المدرسة للحديث عن عملهم. أطلب من المنظمات إرسال معلومات عن المشروعات التي تنفذها أو النشاطات التي تضطلع بها لوضع نهاية للجوع والتي يمكن تبادلها مع الصف الدراسي.

دع الصف الدراسي يتصل بالصفوف الأخرى المعنية بمكافحة الجوع، المنظمات والقادة على المستويات المحلية والقطرية والإقليمية أو الدولية والسؤال عما يجري عمله بالنسبة لكل عمود من أعمدة دعم الأمن الغذائي (التي تم مناقشتها في الدروس السابقة). وعلاوة على ذلك، دع التلاميذ يبحثون أو يطلبون المعلومات التي تشير إلى حجم الجوع في المنطقة التي يعيشون فيها.

اتصل بالسلطات المدنية المحلية وادعها إلى الحضور إلى الصف الدراسي للحديث عن التدابير المحلية التي يجري اتخاذها للحيلولة دون حدوث الجوع وسوء التغذية. ودع التلاميذ يجرون مقابلات مع مجموعة مختلفة من المسؤولين بشأن المشروعات أو التدابير التي تتخذ لمكافحة الجوع على المستوى المحلي. ويمكن لكل تلميذ أو مجموعة من التلاميذ بعد ذلك كتابة تقرير تلخيص صغير وعرضه في الصف الدراسي.

وجه الدعوة إلى "الأبطال المحليين" الذين حددهم التلاميذ للحضور إلى الصف الدراسي والحديث عما يفعلونه لمساعدة الآخرين في المجتمع المحلي. يمكن للتلاميذ أن يكتبوا تقريراً موجزاً عن مشروعات مكافحة الجوع المحلية وتقديمه للنظر في إدراجه ضمن المنهج الدراسي ليوم الأغذية العالمي في العام القادم لتناوله مع التلاميذ الآخرين في مختلف أنحاء العالم.

الهدف ٢ التعرف على الكيفية التي يمكننا بها مكافحة الجوع وسوء التغذية في مجتمعاتنا المحلية الخاصة

دراسات حالة للمشروعات



المواد

نستطيع جميعاً أن نتخذ تدابير للمساعدة في وضع نهاية للجوع

المفهوم

يمكن اتخاذ خطوات لحل مشكلات الجوع وسوء التغذية على مستوى المجتمع المحلي والصعيدين القطري والدولي. وفي بعض الأحيان تكون هذه الخطوات صغيرة وفي البعض الآخر تكون كبيرة. ولكن الأمر الهام في هذا المجال هو التفكير في المشكلة وإدراك أهمية العمل على التوجه صوب إيجاد حلول لها.

المضمون



 مؤتمر القمة العالمي للأغذية. في عام ١٩٩٦، شاركت أكثر من ١٨٠ دولة في مؤتمر القمة العالمي للأغذية والتزمت بخفض أعداد ناقصي الأغذية إلى نصف المستوى الحالي في موعد لا يتجاوز عام ٢٠١٥. وقد صدرت عن هذا المؤتمر وثيقتان هما: إعلان روما بشأن الأمن الغذائي الذي تضمن سبعة التزامات تنفذها الحكومات المشاركة لزيادة الأمن الغذائي؛ والوثيقة المصاحبة المعنونة خطة عمل مؤتمر القمة العالمي للأغذية التي تتضمن أهدافا محددة لتنفيذ الأهداف الواردة في الإعلان. ووافقت جميع الدول المشاركة على البيانين ووقعت عليهما بما في ذلك سائرنا نؤكد الحاجة الملحة الآن إلى اتخاذ تدابير للوفاء بمسؤوليتنا إزاء تحقيق الأمن الغذائي للأجيال الحالية والمقبلة.

 يمكن للأفراد اتخاذ تدابير على مستوى المجتمع المحلي للمساعدة في القضاء على الجوع. وتشمل هذه التدابير التوعية بالسياسات والقضايا المحلية والقطرية ذات الصلة بالجوع، وطائفة من الخطوات المؤدية إلى وضع بيانات وطرق شخصية لإثارة وعي المجتمع المحلي بمشكلة الجوع. ويمكن للمعلمين المساعدة من خلال جمع المعلومات عن المشكلات المحلية المتعلقة بالجوع وسؤال التلاميذ عن الطريقة التي يمكن بها التخفيف من هذه المشكلات. يتمتع الشباب بالقدرات الخلاقة والطاقة على معالجة المشكلات الكبيرة مثل مشكلة الجوع. وتوفر دراسات الحالة المدرجة في هذا الدرس أمثلة على ما قام به الشباب بالفعل في مختلف أنحاء العالم. ويعتبر استخدام دراسات الحالة وسيلة لإشاعة الأمل في التلاميذ فضلا عن دورها كدليل يحدد الطريقة التي يمكنهم بها أيضا إحداث تغييرات في هذا العالم.

 حدد دراسة حالة لكل تلميذ أو مجموعة من التلاميذ (أو أقرأ عدة دراسات حالة للتلاميذ الصغار). أطلب من التلاميذ تلخيص دراسات الحالة أمام الصف الدراسي وتقديم مقترحات بشأن الطريقة التي يمكن بها أن تحقق المشروعات المماثلة نجاحا في المجتمع المحلي الذي يعيشون فيه.

 الجوع مشكلة عالمية إلا أن جزءا من حلها يتضمن الكثير من الخطوات الصغيرة على المستوى المحلي. وسوف ترد فيما يلي بعض الأمثلة على المشروعات التعاونية التي حققت زيادة في الأمن الغذائي للأسر والمجتمعات المحلية. أقرأ أوصاف المشروعات هذه للتلاميذ وناقش معهم كيفية تنفيذ هذه المشروعات وما يماثلها محليا. وناقش أيضا كيفية تمويل بعض المشروعات مثل تلك الواردة أدناه:

النشاطات

- بائعات الأسماك في بوركيما فاصو تشتري الصناديق العازلة للحرارة لوضعها على ظهور دراجاتهن. وتحفظ هذه الصناديق المملوءة بالثلج بما يتراوح بين ١٠ و ١٥ كيلوغراما من الأسماك طازجة مما يضمن الحصول على أعلى الأسعار في السوق المحلية.
- مربو النحل في جمهورية إيران الإسلامية تمكنوا من شراء مستعمرة وخلية بمبلغ بسيط من التبرعات. وعلاوة على إنتاج ١٥ كيلوغراما من النحل سنويا، يقوم النحل بتلقيح أشجار الفاكهة القريبة.
- في نيكاراغوا، حصل المزارعون على منحة صغيرة لشراء صوامع صغيرة لحماية محصول الذرة بعد حصاده من الرطوبة والآفات. وتضم كل صومعة ٥٥٠ كيلوغراما من الحبوب وهو ما يكفي لإطعام عشرة أفراد لمدة عام كامل.
- بقدر محدود من التمويل، اشترت ٤٠ مزارعة من غانا المواد اللازمة لصنع ٥٠ غطاء يبلغ كل منها متر مربع لحماية شتلات الموز الخاصة بهن من شمس أفريقيا الحارقة.
- تعاونت مجموعة من المزارعين في السنغال في شراء مضخة تعمل بالقدم قادرة على ري ما يصل إلى ٢٥٠٠ متر مربع من الخضر من بئر صغير حفر يدويا.
- استثمرت تعاونية مزارعين في البذور عالية النوعية لزراعة ٢٠ هكتارا من الكرنب والبصل والقريبط والبطاطس بالإضافة إلى كميات كافية من بذور الأعلاف اللازمة لتغذية حيواناتهم.

يمكننا أن نحصل على المعلومات عن الجوع في مجتمعاتنا المحلية وفي العالم من الكثير من المصادر. يمكننا أن نكتب رسائل، ونقوم بزيارات، ونجري محادثات هاتفية مع المكاتب والمكتبات (ويمكن البحث عن طريق شبكة الإنترنت إذا توافرت).

وضع أهمية التعليم في مكافحة الجوع. فالكثير من حالات الجوع يرتبط بالفقر الناجم عن انعدام التعليم. وينبغي تشجيع التلاميذ على البقاء في المدرسة وتعلم أكبر قدر ممكن عن الزراعة والتغذية بالإضافة إلى المهارات الأساسية.

ناقش فوائد العمل في الخدمات الاجتماعية ومكافحة الجوع وكيف يمكن للتلاميذ تعلم مد يد العون في هذا المجال. أدع موظفي الصحة والإرشاد المحليين إلى الحضور إلى الصف الدراسي لتوضيح عدد الأفراد اللازمين للعمل في المجالات ذات الصلة بمكافحة الجوع.



أطلب من التلاميذ التعبير عن أفكارهم بشأن التدابير التي يمكن لهم أو لغيرهم اتخاذها، في مجتمعاتهم المحلية وفي العالم، للمساعدة في حل مشكلات الجوع وسوء التغذية. أدرج هذه التدابير في قائمة وحدد من يستطيع القيام باتخاذها. وترد أدناه قائمة ببعض التدابير التي يجري اتخاذها في مختلف أنحاء العالم. اختر مثالا أو مثالين من القائمة التي وضعها التلاميذ أو من القائمة المقدمة، وناقش الطريقة التي تم بها تنفيذ هذه التدابير، والوسائل التي يمكن أن تساعد بها هذه التدابير في مكافحة الجوع في المنطقة المحلية أو في العالم. أمثلة على التدابير:

• المساعدة في تحسين الإمدادات الغذائية من خلال زيادة كميات الأغذية المتاحة وتنوعها:

- زراعة الحدائق المنزلية والمجتمعية والمدرسية
- إيجاد الوسائل لتربية الدواجن والحيوانات الصغيرة أو الأسماك لتناولها أو بيعها
- إعادة اكتشاف الأغذية المهملة التي تنمو في المنطقة
- زراعة أفضل المحاصيل المناسبة للبيع والاستخدام
- مواءمة المحاصيل مع الظروف الخاصة بالتربة والمياه
- استخدام أفضل الأدوات المتاحة للزراعة في المنطقة
- إيجاد أفضل توازن بين بيع المحاصيل والاستخدام المنزلي
- المشاركة في الجهود التعاونية لزراعة الأغذية وبيعها
- دعم المزارعين المحليين وشراء الأغذية المنتجة محليا
- إنشاء مراكز أو مصارف للأغذية لتبادل الأغذية.

• المساعدة في الإبقاء على الأغذية صالحة للتناول:

- المحافظة على الأغذية نظيفة
- المحافظة على مناطق إعداد الأغذية وأدواتها نظيفة
- المحافظة على الأغذية المخزونة جافة وبمناخ عن الحشرات والحيوانات.



• مساعدة جميع الناس على تلبية احتياجاتهم من الأغذية والمغذيات:

- معرفة احتياجاتك الخاصة من الأغذية والمغذيات
- معرفة الاحتياجات المختلفة لشتى الناس (مراحل العمر)
- اعمل على توافر أفضل الأغذية من الناحية التغذوية
- تطوع للعمل في القضايا المتعلقة بمكافحة الجوع
- تطوع للعمل في مراكز توزيع الأغذية أو الوجبات
- أنشئ مراكز أو مصارف للأغذية لتقاسم الأغذية الفائضة
- اعمل مع الصناعات الغذائية على إعادة توزيع فوائض الأغذية
- ادع مزارعي ومنتجي الأغذية على المستوى التجاري إلى المشاركة في إيجاد الحلول الخاصة بمشكلات الجوع على مستوى المجتمع المحلي

• احصل على معلومات عن الأغذية والتغذية والجوع وتبادل المعارف والأفكار مع

الآخرين:

- احصل على معلومات عن النظام الغذائي في المنطقة التي تعيش فيها
- اعرف من يعمل في المجتمع المحلي على مكافحة الجوع وأنصت إليه وتبادل الأفكار معه
- اعرف من يملك في المجتمع المحلي المعارف عن الصحة والزراعة وأنصت إليه وتبادل الأفكار معه
- انقل المعلومات إلى الأسر والجيران
- تبادل المشروعات والتقارير المدرسية في القاعات المجتمعية
- تبادل الأفكار مع القادة في المجتمع المحلي والأمة
- شجع القادة المحليين ومقدمي الخدمات (الأطباء والممرضات وعمال المستشفيات وأمناء المكتبات) على المشاركة في المشروعات المدرسية المتعلقة بقضايا الجوع والتغذية.

الموجز

لقد ناقشنا في الدروس الثلاثة من هذا المنهج والتي وضعت أساسا لأغراض يوم الأغذية العالمي في ١٦ أكتوبر/ تشرين الأول من عام ٢٠٠٠، مشكلات الجوع في العالم. فيوم الأغذية العالمي يهدف إلى خلق عالم متحرر من الجوع في أسرع وقت ممكن في الألفية الجديدة. وما زالت ملايين كثيرة منا لا تجد حتى الآن ما يكفيها من الغذاء يوميا. وعلينا أن نحاول جميعا فهم السبب في ذلك، فالشباب يمتلك القدرة الخلاقة والطاقة على معالجة المشكلات الكبيرة مثل الجوع. وعندما نستطيع أن تشترك جميعا في الرؤية المتعلقة بعالم بلا جوع، والثقة في أننا نستطيع أن نحدث التغيير، والمعارف عن الخطوات التي يتعين اتخاذها والاستعداد لاتخاذ التدابير، سوف نتمكن من التصدي للتحدي الضخم المتمثل في توفير الغذاء لجميع الناس في العالم. وسوف يكون شبابنا، الذي ورث مشكلة الجوع في عالمنا المفتاح الرئيسي إلى إيجاد الحلول لهذه المشكلة.

نهاية المستوى الإعدادي

المستوى الثانوي

الدرس الأول

**ما هو الجوع
وسوء التغذية
ومن هم الجياع؟**

الوقت الاجمالي للدرس: ٤٥ - ٦٠ دقيقة

الهدف ١

فهم عواقب الجوع وسوء التغذية

المفاهيم

- الأغذية الكافية عنصر أساسي في الحياة الحافلة بالنشاط والصحة
- اعتلال الصحة وسوء النمو والتطور يمكن أن تنشأ كلها عن الجوع وسوء التغذية
- الجوع يؤثر في رفاهية الناس والأمم والعالم

الهدف ٢

**معرفة أننا نحتاج إلى الكثير من الأغذية
المختلفة**

المفهوم

- يوجد الجوع وسوء التغذية بشكل أو بآخر في كل بلد

الهدف ٣

**معرفة من هم الجياع ومن يعانون من سوء
التغذية في العالم**

المفهوم

- يوجد الجوع وسوء التغذية بشكل أو بآخر في كل بلد





الدرس الثاني

لماذا يعاني الناس من الجوع وسوء التغذية؟

الوقت الإجمالي للدرس: ٤٥ دقيقة



الهدف ١

فهم نظام الأغذية الذي يوفر الغذاء للناس

المفهوم

- النظام الذي يوفر الأغذية نظام معقد



الهدف ٢

فهم ما يعنيه التمتع بالأمن الغذائي

المفاهيم

- التمتع بالأمن الغذائي يعنى الحصول في كل الأوقات على الأغذية التي نحتاجها لممارسة حياة ملؤها النشاط والصحة
- الاعتماد الثلاثة للأمن الغذائي هي توافر الأغذية وقدرة الحصول عليها واستخدامها



الدرس الثالث

ماذا نستطيع أن نفعل للمساعدة على وضع نهاية للجوع؟

الوقت الإجمالي للدرس: ٤٥ دقيقة



الهدف ١

تحديد مسؤولية وقدرة الأفراد على العمل على مكافحة الجوع وسوء التغذية وضمان الأمن الغذائي للجميع

المفهوم

- نستطيع جميعا أن نقوم بدورنا في المساعدة في وضع حد للجوع وسوء التغذية ويمكن أن يصبح كل فرد حتى بوسائل صغيرة، بطلا في أعين أفراد آخرين



الهدف ٢

التعرف على التدابير المحددة التي يمكننا بها المساعدة في وضع نهاية للجوع وسوء التغذية

المفهوم

- نستطيع أن نتخذ الإجراءات، سواء كأفراد أو مجتمعات محلية أو دول، للحد من الجوع



المستوى الثانوي

الدرس الأول

ما هو الجوع وسوء التغذية ومن هم الجياع؟

معلومات إلى المعلمين

يجب أن يفهم الطلبة أن الغذاء الكافي من الناحية التغذوية ضروري للصحة الجيدة والنمو والتطور. وأن الجوع وسوء التغذية يمثلان مشكلات خطيرة مع ما ينطوي عليه ذلك من أخطار طويلة الأجل على رفاهية الناس والدول والعالم.

الهدف ١ يقدم عرضا عاما لمفاهيم التغذية الأساسية وعلاقتها بالجوع وسوء التغذية. وقد يكون الطلبة قد درسوا أو لم يدرسوا التغذية من قبل. وهذه فرصة إما لمراجعة أو تقديم مفاهيم التغذية الأساسية ومناقشة دور الأغذية في الجسم. ويقدم الغذاء باعتباره عنصرا أساسيا للحياة والنمو والتطور، ووظائف الجسم الأساسية مثل التنفس ودوران الدم. كما يوفر الغذاء الطاقة للعمل والتعلم واللعب. ويقدم الدور الذي تساهم به المغذيات في شكل مبسط غير تقني، ويمكن تقديم المفاهيم التغذوية الأكثر تعقيدا كلما كان ذلك مناسباً. وتشمل المواد الإضافية معلومات التوعية التغذوية والخطوط التوجيهية للنظام الغذائي التي وضعتها منظمة الأغذية والزراعة ومنظمة الصحة العالمية وكل بلد على حدة.

الهدف ٢ يوفر بيانات عن الجوع في مختلف أنحاء العالم ويساعد الطلبة على تحديد المناطق التي في أشد الحاجة إلى المساعدة.

الهدف ٣ يحدد الفئات الخاصة التي تعاني أكثر من غيرها من الجوع وسوء التغذية، ويحدد أكثرها عرضة للمضاعفات الصحية الناجمة عن ذلك.

وتتوافر معلومات إضافية تقدم عرضا عاما للأوضاع الجارية في العالم في "الجوع وسوء التغذية في العالم" في المقدمة.

صمم هذا الدرس لكي يغطي في ٤٥ - ٦٠ دقيقة، إلا أنه من الممكن تغطيته بقدر متفاوت من التفاصيل بما يتلاءم مع احتياجات الصف الدراسي. ويجري تشجيع المعلمين على تغطية جميع الأهداف والمجالات المتصلة بالمضمون. إذ وفرت لكل هدف من الأهداف مجموعة من النشاطات ونقاط المناقشة التي يستطيع المعلمون أن يختاروا من بينها أكثرها ملاءمة لتلاميذهم. ويمكن الحصول على المواد الخاصة بكل درس في قسم المواد الذي يبدأ من صفحة ٧٥.

الهدف ١ فهم مضاعفات الجوع وسوء التغذية



ورقة وقائع:

- الغذاء يمنحنا
- الفيتامينات والمعادن

المواد

الأغذية الكافية ضرورية لممارسة حياة ملؤها النشاط والصحة

المفهوم

المضمون

الأغذية عنصر أساسي للحياة. ولكي نكون أصحاء ونتمتع بالتغذية الجيدة، علينا أن نتناول كميات كافية من مجموعة متنوعة من الأغذية السليمة والجيدة النوعية. وبدون التغذية الكافية، لا يستطيع الأطفال والشباب أن ينمووا من إمكانياتهم إلى أقصى حد ممكن وسوف يعانون البالغون من صعوبات في المحافظة على إمكانياتهم أو توسيع نطاقها. يزودنا الغذاء بالطاقة التي نحتاجها للنمو والنشاط البدني ووظائف الجسم الأساسية (التنفس والتفكير والتحكم في درجة الحرارة والدورة الدموية والهضم). كما تزودنا الأغذية بالمواد اللازمة لبناء الجسم والمحافظة عليه وزيادة مقاومته للأمراض. وتتحقق هذه الوظائف المختلفة من خلال المغذيات التي تحتويها الأغذية. وأنواع المغذيات في الأغذية هي النشويات والبروتين والدهون والفيتامينات والمعادن والمياه. وتحتوي جميع الأغذية على واحد أو أكثر من هذه المغذيات بكميات متباينة. ويخدم كل نوع من المغذيات وظائف معينة. وهذا هو السبب في أن التنوع في نظامنا الغذائي أمر ضروري للصحة الجيدة. إننا نحتاج إلى جميع المغذيات التي توفرها الأغذية المتنوعة لجميع العمليات التي تؤديها أجسامنا. ويمكن أن يساهم الإفراط في الأغذية أو عدم وجود توازن سليم فيها في اعتلال الصحة والتعرض لمخاطر الأمراض المزمنة مثل السمنة وأمراض الأوعية الدموية والسكري. تعتمد الأغذية الجيدة أيضا على المحافظة على الأغذية سليمة للتناول والمحافظة على خصائصها التغذوية.



النشاطات

ناقش النقاط الواردة أعلاه حسب ما يتاح من الوقت ووفقا لخلفيات الطلبة واحتياجاتهم. واذكر للتلاميذ أن الأغذية التي تحتوي على مواد تعتبر أساسية للحياة. وبعض هذه المواد بكميات صغيرة للغاية لدرجة أننا لا نراها إلا أنه بدونها لن تعمل أجسامنا. وتوجد جميع هذه المواد في الأغذية إلا أنها في الكثير من الأغذية المختلفة. ولذا علينا أن نتناول مجموعة متباينة من الأغذية للتأكد من أننا نحصل على جميع هذه المواد في وجباتنا الغذائية.

تقدم ورقة الوقائع المعنونة الغذاء يمنحنا... معلومات عامة عن التغذية بما في ذلك وظائف المغذيات الخاصة بالطاقة: البروتين والنشويات والدهون. وترد قائمة بالمصادر الغذائية لهذه المغذيات الثلاثة فضلا عن أربعة فيتامينات ومعادن: فيتامين ألف وباء وفيتامين جيم وفيتامين دال واليود. مَرر ورقة الوقائع

أو امسكها عاليا ووضح المغذيات الواردة فيها. اطلب من الطلبة وضع قائمة بالأغذية التي يتناولونها في يومهم العادي للتأكد مما إذا كانت هذه الأغذية توفر لهم التنوع اللازمة للحصول على المغذيات المدرجة في القائمة. فعلى سبيل المثال هل تحتوى القوائم التي وضعوها على الأغذية الغنية بالبروتين وفيتامين ألف والحديد؟ فإذا لم يكونوا قد أدرجوا الأغذية الغنية بواحد أو أكثر من هذه المغذيات المدرجة في القائمة، ناقش مع الطلبة الأغذية التي يمكن إضافتها لنظمهم الغذائية لتوفير المغذيات اللازمة.

اعتلال الصحة وسوء النمو والتطور قد ينشأ عن الجوع وسوء التغذية

المفهوم

تشمل المضاعفات الصحية والتغذوية الرئيسية لعدم كفاية الأغذية وسوء التغذية



المضمون

ما يلي:

- سوء التغذية الناجم عن نقص البروتين والطاقة يؤدي إلى اعتلال الصحة واختلال السوائل وانخفاض مقاومة الجسم للأمراض المعدية نتيجة لعدم كفاية غذائنا لتلبية احتياجات الجسم من الطاقة والبروتين. ويعاني ما يقرب من ٢٠٠ مليون طفل دون الخامسة من سوء التغذية الحاد أو المزمن الناجم عن نقص البروتين والطاقة.
- نقص فيتامين أ يمكن أن يؤدي إلى انخفاض الرؤية الليلية، والحوار، وفي الحالات الشديدة على فقد البصر. ويمكن أن يؤدي نقص فيتامين أ إلى زيادة المرض والوفاة من الأمراض المعدية ويعاني أكثر من ٢٠٠ مليون طفل دون الخامسة من مخاطر نقص فيتامين أ.



- نقص اليود يمكن أن يؤدي إلى الإصابة بالغدة الدرقية (تورم الغدة الدرقية) والتخلف العقلي، واعتلال المخ، وعدم الإنجاب ويعاني مليار شخص في العالم من مخاطر نقص اليود.
- نقص الحديد يمكن أن يسبب فقر الدم التغذوي، ومشكلات في الحمل، وتوقف النمو، وانخفاض المقاومة للأمراض المعدية فضلا عن الإعاقة العقلية والنمو الحركي في المدى الطويل. ويعاني ٣,٥ مليار نسمة في العالم من نقص الحديد.
- الأطفال الذين يعانون من انخفاض الوزن عند الميلاد (أقل من ٢,٥ كيلوغرام) ويبقون على قيد الحياة قد يظلون يعانون من نقص الوزن والمرض طوال طفولتهم ومرحلة المراهقة. ويولد نحو ٣٠ مليون طفل سنويا في البلدان النامية يعانون من توقف النمو نتيجة لسوء التغذية وهم في أرحام أمهاتهم.

تشمل المخاطر الصحية الرئيسية المرتبطة بالإفراط في التغذية أمراض الأوعية الدموية، والجلطات والسمنة، والسكري. وهذه المشكلات في ازدياد في كل من البلدان النامية والمتقدمة على السواء.

تلوث الأغذية يشكل عقبة خطيرة أمام الرفاهية التغذوية. والأطفال معرضون بصورة خاصة للأمراض التي تحملها الأغذية والتي تفقد المغذيات الأساسية من خلال الإسهال.

توفر ورقة الوقائع المعنونة الفيتامينات والمعادن معلومات عن كل مغذ من المغذيات الرئيسية الثمانية أو مجموعات المغذيات، ودورها في الجسم وأعراض نقصها ومصادرها في الأغذية. التقط واحدا أو اثنين من المغذيات (أو الكثير منها الذي يسمح به الوقت) التي قد تشكل مشكلة في منطقتك، وناقش أعراض نقص المغذيات وأهميتها للصحة المدرجة في الورقة، وأطلب من الطلبة تحديد مصادر المغذيات في الأغذية المحلية. أطلب من الطلبة اقتراح السبل التي يمكن بها للناس الحصول على مغذ أو أكثر من خلال وجباتهم الغذائية. ولتحديد مشكلات نقص المغذيات النوعية في منطقتك، اتصل بالعاملين أو المرشدين الصحيين المحليين أو بإدارة الصحة.

النشاطات

الجوع يؤثر في رفاهية الناس والأمم العالم

المفهوم

تعتمد قوة الأمة على قوة شعبها. فعندما يكون الناس أصحاء وأقوياء وحسن التغذية، تكون لديهم الطاقة والقوة الخلاقة والأمن والشجاعة على حل المشكلات وإبداع الأعمال الفنية والموسيقية العظيمة والمساهمة في التقدم العلمي وممارسة حياتهم اليومية بكرامة وسعادة ودفع المدنية في نهاية الأمر إلى مستويات عالية جديدة. والمواطنون حسنة التغذية هم المواطنون المنتجون الذين يساهمون في تقدم مجتمعاتهم. أما الناس الذين لا يحصلون على تغذية جيدة فلا يملكون الطاقة على العمل أو التعلم وكثيرا ما يحتاجون إلى رعاية طبية مستمرة. ويمكن أن تكون تكاليف القدرات الضائعة وتكاليف نظم الرعاية الصحية هائلة بالنسبة للمجتمع.

المضمون

ناقش المسائل المدرجة أعلاه مع الطلبة. اطلب منهم تسمية العظماء في مجتمعهم المحلي أو في بلدهم أو في العالم سواء في الماضي أو في الحاضر. ضع قائمة بأسماء أناس آخرين قد يتعرف عليهم الطلبة والذين غيروا مجرى حياة أمتهم أو العالم. أطلب من الطلبة تخيل الفرق في العالم لو أن هؤلاء الناس كانوا يعانون من نقص الأغذية والجوع أو المرض بصورة لا تمكنهم من القيام بما قاموا به. اذكر للتلاميذ كم هو من المهم لنا جميعا أن نستطيع كل فرد في العالم تحقيق إمكانياته الكاملة. فالقدرات الضائعة تضر بنا جميعا.

النشاطات

الهدف ٢ معرفة حجم الجوع في عالم اليوم

الصورة: خريطة الجوع في العالم



المواد

على الرغم من التحسينات الكبيرة التي تحققت مازالت ملايين عديدة تعاني اليوم من الجوع وسوء التغذية

المفهوم

المضمون

مازال عدد سكان العالم يتزايد بوتيرة سريعة. ففي عام ١٩٩٩ أشارت تقديرات الأمم الرسمية إلى أن عدد سكان العالم قد تجاوز ٦ مليارات. وسوف نشهد زيادة ملياري نسمة أخرى في غضون الخمسة والعشرين عاما القادمة. وسيأتي معظمهم من البلدان التي تواجه أكثر الصعوبات في توفير الغذاء لسكانها.

على الرغم من زيادة سكان العالم زيادة كبيرة (بأكثر من ٧٠ في المائة) خلال الثلاثين سنة الماضية، تحقق تقدم كبير في زيادة كميات ونوعية الإمدادات الغذائية في العالم وفي تحسين الحالة التغذوية لسكانه.

وفي العالم النامي، حيث تضاعف عدد السكان تقريبا خلال هذه الفترة، انخفضت نسبة من يعانون من نقص غذائي مزمن إلى نحو النصف (من ٣٦ إلى ١٨ في المائة في ١٩٩٥-١٩٩٧).

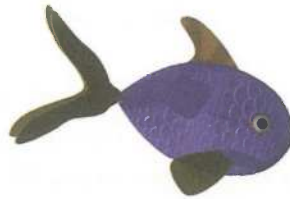
ومع ذلك، ما زال ٧٩٠ مليون نسمة (أي فرد من بين كل خمسة أفراد في البلدان النامية) لا يحصلون على الغذاء الكافي لتلبية احتياجاتهم التغذوية بالكامل. ولم تقد التنمية جميع الناس، إذ في حين حققت بعض البلدان تقدما كبيرا، ازداد الجوع في بلدان أخرى ولاسيما في تلك التي تواجه أكبر الصعوبات في توفير الغذاء لشعوبها.

يشكل عدم الحصول على إمدادات كافية من الأغذية المتنوعة وجيدة النوعية والأمنة مشكلة خطيرة في كثير من البلدان حتى حيثما تكون الإمدادات الغذائية كافية على المستوى القطري.

النشاطات

أرفع صورة خريطة الجوع في العالم التي تبين المناطق التي تعاني من مشكلات خطيرة في الجوع وسوء التغذية. وضع للتلاميذ كيف أن الخريطة تبين المناطق التي تضم الكثير من الناس الذين لا يحصلون على جميع الأغذية التي يحتاجونها. أبرز المناطق التي تضم أكبر عدد من الجوع. وضع للتلاميذ أن جميع البلدان تضم بعض الجوع.

حدد المنطقة أو الإقليم الذي تعيش فيه، وناقش درجة مشكلة الجوع في منطقتك بالمقارنة بالمناطق المحيطة والعالم بأسره.





الهدف ٣ معرفة من هم الجياع ومن يعانون من سوء التغذية في العالم

ورقة وقائع: من هم المعرضون لنقص الأغذية؟



المواد

يوجد الجوع وسوء التغذية بشكل أو بآخر في كل بلد

المفهوم

على الرغم من أنه يوجد عدد أكبر من الجياع في بعض البلدان، سواء من حيث عددهم ونسبتهم إلى السكان، مما هو عليه الحال في بلدان أخرى، فلا يوجد بلد خال من الجوع وسوء التغذية. ولكي نعمل صوب إيجاد الحلول لمشكلة الجوع، لابد أن نعرف من هم الجياع.

توفر ورقة الوقائع المعنونة "من هم المعرضون لنقص الأغذية" قائمة بالفئات المعرضة في جميع أنحاء العالم.

استعرض قائمة الفئات المعرضة الواردة في ورقة الوقائع، وإذا سمح الوقت، أسأل الطلبة عن السبب فيما تتعرض له كل فئة من جوع وسوء تغذية. أربط مشكلات الجوع في منطقتك بالفئات المعرضة. كم عدد الجياع الذين ينتمون إلى الفئات المعرضة الواردة في القائمة؟ فعلى سبيل المثال، هل تتعلق مشكلة الجوع المحلية لديك بضحايا الصراعات أو أولئك الذين يعانون من الحرمان من الناحية الاجتماعية أو السكان المهاجرين؟ أسأل الطلبة عما إذا كان يمكنهم تصور وجود فئات أخرى في منطقتهم قد تكون عرضة للجوع وما أسباب ذلك.

النشاطات

الموجز

يبين الدرس الأول للتلاميذ أهمية الغذاء للنمو وعمل الجسم من أجل خلق مناخ يجري فيه مناقشة قضايا الجوع. ويقدم عرضا عاما لمفاهيم التغذية الأساسية إلى جانب علاقاتها بالجوع وسوء التغذية. ويعرض النطاق والمنظور العالمي الخاصين بالجوع فضلا عن عرض عام للفئات المعرضة للجوع في مختلف أنحاء العالم. وبعد انتهاء الدرس الأول، ينبغي أن يكون الطلبة قد أصبحوا قادرين على وضع قائمة بما يلي:

- المصادر الغذائية للمغذيات الرئيسية المدرجة في الدرس.
- المغذيات الناقصة في الأغذية المحلية في المنطقة التي يعيشون فيها.
- العواقب الصحية لنقص البروتين والطاقة وفيتامين أ واليود والحديد.
- المضاعفات الصحية للإفراط في التغذية.
- البلدان التي تعاني من أشد مشكلات الجوع.
- الفئات الأكثر عرضة للجوع.

المستوى الثانوي



الدرس الثاني

لماذا يعاني الناس من الجوع وسوء التغذية؟

معلومات إلى المعلمين

ينبغي أن يفهم الطلبة أن الجوع وسوء التغذية ينبعان ويستمران نتيجة لعدد من العوامل التي يتعين معالجتها جميعا لضمان حصول جميع الناس على الأغذية التي يحتاجونها لممارسة حياة ملؤها النشاط والصحة. ويعتبر الفقر والظلم الاجتماعي ونقص التعليم في مقدمة هذه الأسباب وتشكل عقبات كأداء أمام عملية القضاء على الجوع وسوء التغذية في العالم.



الهدف ١ يوفر عرضا عاما لنظام الإمداد بالأغذية لمساعدة الطلبة على فهم المصادر التي تأتي منها الأغذية، وكيف أن أي عطل في هذه العملية المعقدة يمكن أن يؤثر في إمدادات الأغذية ويتسبب في الجوع في إحدى المناطق أو بين بعض السكان.

الهدف ٢ يقدم مفهوم الأمن الغذائي - أي الحصول في جميع الأوقات على الأغذية التي نحتاجها لممارسة حياة ملؤها النشاط والصحة - ويؤكد الحاجة لضمان حصول جميع الناس على التغذية الجيدة والتمتع بالأمن الغذائي. وتجرى مناقشة أعمدة الأمن الغذائي الأساسية الثلاثة - وهي توافر الأغذية، والقدرة على الحصول عليها، واستخدامها، بإتباع دراسات الحالة للتعلم من التجارب الفعلية للبلدان في مكافحة الجوع وسوء التغذية. وإذا سمح الوقت، يمكن عرض دراسات الحالة هذه بالتفصيل ودراستها في العديد من فترات الدراسة، وإذا لم يتسن ذلك، يمكن للمعلمين تقديم ملخصات موجزة للنقاط الرئيسية في كل دراسة حالة لاستخدامها في المناقشات التي تجرى في الصفوف الدراسية.

صمم هذا الدرس لكي يغطي في ٤٥ دقيقة، إلا أنه من الممكن تغطيته بقدر متفاوت من التفاصيل بما يتلاءم مع احتياجات الصف الدراسي. ويجرى تشجيع المعلمين على تغطية جميع الأهداف والمجالات المتصلة بالمضمون. إذ وفرت لكل هدف من الأهداف مجموعة من النشاطات ونقاط المناقشة التي يستطيع المعلمون أن يختاروا من بينها أكثرها ملاءمة لتلاميذهم. ويمكن الحصول على المواد الخاصة بكل درس في قسم المواد الذي يبدأ من صفحة ٧٥.



الهدف ١ فهم نظام الأغذية الذي يوفر الغذاء للناس

الجدول: مخطط نظام الأغذية



المواد

النظام الذي يوفر الأغذية نظام معقد

المفهوم

تتضمن الخطوات التي يشملها نظام الأغذية ما يلي:

- الاستعداد لزراعة الأغذية
- زراعة الأغذية
- نقل الأغذية من الحقل
- تصنيع الأغذية وبيعها أو تخزينها
- إعداد الأغذية وتناولها.



المضمون

تتطوي كل خطوة من هذه الخطوات على الكثير من العمليات والاعتبارات. وقد تشمل كل عملية الكثير من الناس مثل رجال المصارف وموردي الأدوات الزراعية والمزارعين وعمال المزارع وسائقي الشاحنات وعمال مناولة الأغذية وعمال المطاحن والخبازين فضلا عن الظروف المختلفة مثل حالة الطقس والطرق والاستقرار الاقتصادي والسياسي. وهذا التعقيد هو الذي يعرض إمداداتنا الغذائية للأخطار.

ويعتمد عدد الخطوات اللازمة والعمليات في كل خطوة على الأوضاع الخاصة في كل مجتمع محلي وأسرة. فإن مخطط نظام الأغذية يحدد الخطوات والعمليات التي يمكن أن تتطوي عليها نظم الأغذية المحلية والتجارية.

وثمة مفهوم هام ينبغي دراسته هو الخسائر التي تحدث في الأغذية نتيجة للآفات والعطب على المستويين التجاري والمنزلي. فحماية الإمدادات الغذائية من الحشرات والقوارض والعفن والعطب يمكن أن يحدث زيادة كبيرة في كمية الأغذية المتاحة للناس. ففي كل عام يؤدي سوء مناولة الأغذية بعد الحصاد والتلوث إلى إفساد ملايين الأطنان من الأغذية.



النشاطات

أطلب من الطلبة، بمعاونة مخطط نظام الأغذية، وضع واستكمال قوائم العمليات والاعتبارات في كل خطوة من الخطوات التي ينطوي عليها نظام الأغذية الذي يعتمدون عليه في توفير الأغذية في المجتمع المحلي الذي يعيشون فيه. امسك بغذاء أو أكثر من الأغذية التي يشيع تناولها وتتبعها من منشأها كمثال على الطريقة التي يعمل بها نظام الأغذية. وضح نقاط الضعف

في نظام الأغذية. فعلى سبيل المثال، إذا كان

نظام الأغذية يعتمد بشدة على الزراعة

التجارية، فماذا يحدث إذا لم تتوافر اليد

العاملة الزراعية أو إذا حدثت حالة شديدة من

الجفاف، أو أغلقت فجأة جميع الطرق المؤدية

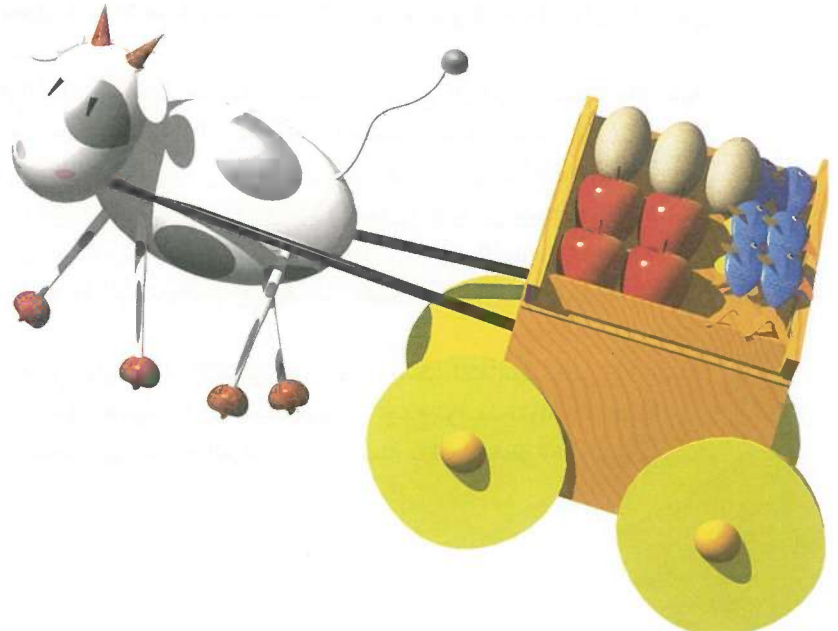
إلى المدينة وغير ذلك؟ إذا كان نظام الأغذية

المحلي يعتمد بشدة على الحداثق الأسرية،

ناقش ما يمكن أن يحدث إذا حدثت ظروف

(فيضانات أو جفاف) أدت إلى توقف زراعة

المحاصيل.





الهدف ٢ فهم ماذا يعني التمتع بالأمن الغذائي

ورقة وقائع: دراسات الحالة القطرية

المواد

التمتع بالأمن الغذائي يعني الحصول في جميع الأوقات على الأغذية التي نحتاجها لممارسة حياة ملؤها النشاط والصحة

المفهوم

يعرف الأمن الغذائي بأنه حصول جميع الناس في جميع الأوقات على ما يكفيهم من غذاء ملائم من الناحية التغذوية وآمن (الجودة والكمية والتنوع) لممارسة حياة ملؤها النشاط والصحة. علينا أن نهئ الظروف التي يمكن في ظلها لجميع الناس ضمان الغذاء الذي يحتاجونه والتمتع بالتغذية الجيدة بطريقة كريمة ومستدامة. يتأثر الأمن الغذائي بعدد من العوامل من بينها أساسا الإمدادات الغذائية، والحصول على العمل، وبعض الخدمات الأساسية مثل مرافق التعليم، والصحة، والإصحاح، والمياه النظيفة، والمسكن الآمن. يعتبر الفقر والظلم الاجتماعي ونقص التعليم الأسباب الرئيسية للجوع وسوء التغذية، والعقبات الرئيسية أمام الحصول على الأمن الغذائي.

المضمون

يقوم الأمن الغذائي على ثلاثة أعمدة أساسية هي: توافر الأغذية، والقدرة على الحصول عليها، واستخدامها

المفهوم

بالرغم من أن إمدادات الأغذية العالمية قد زادت، فإن سكان العالم مازالوا يزدادون بوتيرة سريعة. ولمواكبة هذا الأمر، لا يمكن تحقيق الأمن الغذائي للجميع من خلال زيادة الأغذية فقط. غير أنه لا يمكن ضمان الأمن الغذائي من خلال إنتاج المزيد من الأغذية فقط. فإذا لم يستطع الناس، مثلا، شراء الأغذية المتوفرة، وإذا كانت وجباتهم تقتصر إلى الفيتامينات والمعادن الأساسية، أو إذا كانت المناولة السيئة خلال التصنيع والتوزيع، تؤدي إلى أن يصبح تناول أغذيتهم غير آمن، فلن يتمتعوا بالأمن الغذائي. ويعتمد تحقيق الأمن الغذائي على ثلاثة أعمدة أو دعائم:

- ينبغي أن **تتوافر** الأغذية يعني ضرورة إنتاج كميات كافية من الأغذية السليمة والجيدة النوعية أو استيرادها على المستويين القطري والمحلي.
- وتوافر **فرص الحصول** على الأغذية يعني ضرورة أن توزع وتتوافر محليا وأن تكون في متناول يد جميع الناس.
- وضرورة **استخدام** الأغذية بأفضل طريقة ممكنة لكي يتمتع كل فرد بالصحة والتغذية الجيدة (ما يكفي من حيث الكمية والنوعية والتنوع حسب احتياجات كل فرد).

تحقيق الأمن الغذائي القطري يتطلب من كل بلد أن يكون قادرا على إنتاج أو استيراد الأغذية التي يحتاجها وأن يكون قادرا على تخزينها وتوزيعها وضمان الحصول عليها بصورة منصفة. لكي تحقق الأسر الأمن الغذائي، لا بد أن تمتلك الوسائل والأمن والأمان لإنتاج أو شراء الأغذية التي تحتاجها وأن يكون لديها الوقت والمعارف لضمان تلبية الاحتياجات التغذوية لجميع أفراد الأسرة طوال العام.

استنادا إلى فهم ما ينطوي عليه نظام الأغذية من تعقيد، يمكن للتلاميذ تحليل الأوضاع المحددة التي تواجه بلدانهم من أجل تحديد ما إذا كانت قضايا الجوع ترتبط بتوافر الأغذية، والقدرة على الحصول عليها واستخدامها. ففهم العوامل ذات الصلة يعتبر الخطوة الأولى في وضع الحلول.

المضمون

يمكن تعلم دروس هامة من إلقاء نظرة على البلدان التي استطاعت الحد من الجوع وعقد مقارنات بين أوضاعها وأوضاع البلدان التي تدهورت فيها حالة التغذية. فعقد المقارنات بين مختلف الأوضاع، والبحث عن الأنماط التي يمكن إتباعها، يمكن أن توضح العوامل التي تساهم في المشكلات والحلول الخاصة بالجوع في مختلف أنحاء العالم. وترد دراسات حالة للبلدان التي تعاني من مشكلات الجوع.

النشاطات

وضح كيف أن الظروف تختلف اختلافا شاسعا من مكان لآخر، وكيف أن اجتماع بعض العوامل معا ينشئ أوضاعا تتسبب في مشكلات الأمن الغذائي. ويمكن من خلال عمل تحليل للبلدان التي تتباين درجة التغيير في أوضاع أمنها الغذائي، وعقد مقارنة بين الأوضاع السائدة في كل بلد، التعرف على الاتجاهات التي تشير إلى مستقبل الأمن الغذائي في كل بلد.

تقدم دراسات الحالة القطرية التي تعقد مقارنات بين الأوضاع السابقة والراهنة في بعض البلدان التي حدثت فيها تغييرات في أنماط الجوع والأمن الغذائي خلال العقود القليلة الماضية. وترد دراسات الحالة على أساس كل بلدين على حدة بحسب الإقليم لعقد مقارنة بين البلد الذي حقق تأثيرات في الجوع، وبلد آخر واجه نكسات في توفير الطعام لسكانه. كلف الطلبة، كل على حدة أو في مجموعات، بقراءة مجموعة واحدة من دراسات الحالة أو مناقشة بعض الحالات في الصف في مناقشات جماعية. وينبغي للتلاميذ بمدخلات من المعلمين، حسب مقتضى الحال، مناقشة العوامل التي تسبب الأوضاع الحالية ذات الصلة بالجوع في كل بلد. وأطلب من الطلبة مناقشة الظروف ذات الصلة بالجوع من حيث توافر الأغذية، والقدرة على الحصول عليها، واستخدامها.

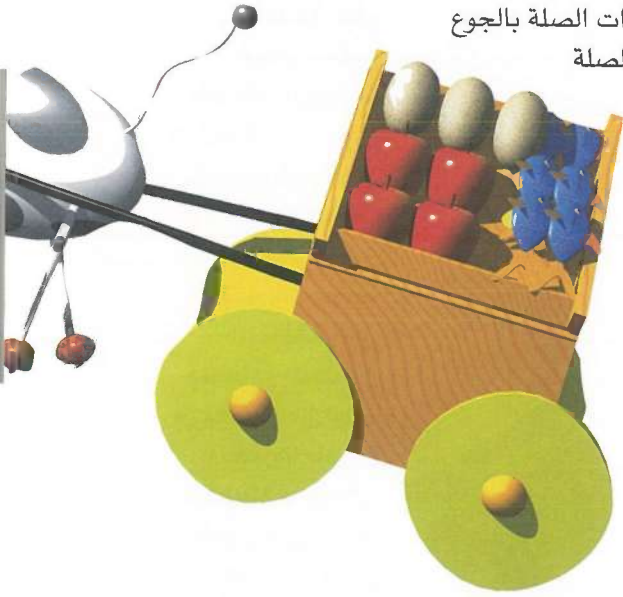
استنادا إلى المناقشات التي دارت بشأن نظام الأغذية، وضع للتلاميذ كيف أن دراسة حالة مماثلة يمكن أن تتسحب على أوضاعهم المحلية.

الموجز

هدفنا هو التأكد من أن جميع الناس يشعرون بالأمان بشأن الغذاء الذي يحتاجونه. فالحصول على الغذاء يشمل الكثير من الخطوات. وعلينا أن نفهم من أين يأتي غذاؤنا حتى يمكن أن نتخذ القرارات السليمة بشأن الطريقة التي يمكن أن نوفر بها الغذاء لكل فرد في هذا العالم. ويوضح الدرس الثاني مدى التعقيد الذي تنطوي عليه نظم الأغذية لتفسير الأسباب العديدة لما قد يشعر به بعض الناس من جوع. وبعد استكمال الدرس الثاني، ينبغي أن يكون الطلبة قد أصبحوا قادرين على بيان ما يلي:

- الخطوات التي ينطوي عليها نظام الإمداد بالأغذية.
- العوامل في كل خطوة في نظام الإمداد بالأغذية، التي يمكن أن تعرض الناس لمخاطر الجوع وانعدام الأمن الغذائي.
- أعمدة الأمن الغذائي الثلاثة.
- العوامل التي تؤدي إما إلى تحسين أو تدهور الأمن الغذائي على النحو المبين في دراسات الحالة.

نستطيع أن نعمل معا للحد من الجوع. وسوف يبين الدرس الثالث ماذا يمكن أن نفعله للمساعدة في مكافحة الجوع.



المستوى الثانوي

الدرس الثالث

ماذا يمكن أن نفعله للمساعدة في القضاء على الجوع؟

معلومات إلى المعلمين

يتعين أن يفهم الطلبة أن الجوع أينما كان يؤثر في الناس أينما كانوا، وأننا نشارك جميعا في مشكلات الجوع وسوء التغذية، وأن هناك إجراءات محددة يمكن أن يتخذها كل فرد منا للوصول إلى عالم متحرر من الجوع. وينبغي أن يثير الدرس في الطلبة إحساسا بالاهتمام والالتزام إزاء رفائهم من بني البشر، وأن يبين لهم أن عليهم دورا هاما لا بد أن يضطلعوا به في الكفاح ضد الجوع من أجل أنفسهم وأسرهم ومجتمعاتهم المحلية والعالم أجمع. والطريقة المستخدمة لتوصيل هذه الرسائل هي استغلال الأساطير والقصص لإبراز الأسباب الأخلاقية والعرقية والروحية والعملية لعدم القبول بالجوع، وكيف يمكننا جميعا أن نكون أبطالاً في المساعدة في القضاء على الجوع.

فالكثير من الشخصيات الأسطورية، سواء كانت شخصيات حقيقية أو أسطورية هم أبطال بسبب ما قاموا به من أعمال لمكافحة الفقر والجوع. وبوسع المعلمين، بالاستعانة بثروة من الروايات المحلية المحببة لهم ولطلبة، سواء كانت لشخصيات أسطورية أو حقيقية، في تقديم مفهوم الأبطال ومناقشة خصائص البطل فيما يتعلق بالقضاء على الجوع.

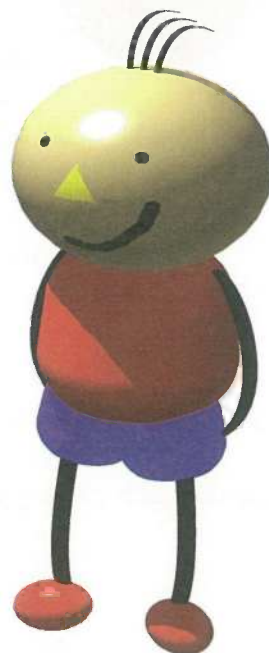
الهدف ١ اطلب من الطلبة تحديد الأشخاص الشجعان في مختلف حقب التاريخ الذين عملوا من أجل تحويل العالم إلى مكان أفضل لنا جميعا وتشجيع الطلبة على التفكير في "الأبطال" المحليين الذين حققوا إنجازات في مجتمعاتهم المحلية وبلدانهم. ويعرض هذا الهدف فكرة أن علينا جميعا أن نساهم في القضاء على الجوع وسوء التغذية، وأن بوسع كل فرد منا، حتى بوسائل محدودة، أن يصبح بطلا في أعين الآخرين.

الهدف ٢ يقترح إجراءات محددة يمكن أن يتخذها الطلبة للمساعدة في مكافحة الجوع لمصلحة أنفسهم وأسرهم ومجتمعاتهم المحلية.

ويقدم إعلان روما بشأن الأمن الغذائي العالمي الذي وقعه رؤساء دول أكثر من ١٨٠ بلدا ليكون أساسا لمناقشة الالتزامات والاستراتيجيات التي وافق عليها قادة العالم لضمان الأمن الغذائي للجميع. ويمكن أن يختار المعلمون من الأسئلة العديدة المقدمة لتنظيم المناقشات في الصف الدراسي ما يناسب أوضاع الطلبة حسب ما يتوافر من وقت.



صمم هذا الدرس
لكي يغطي في
٤٥ دقيقة،
إلا أنه من الممكن
تغطيته بقدر
متفاوت من
التفاصيل بما
يتلاءم مع احتياجات
الصف الدراسي.
ويجرى تشجيع
المعلمين على
تغطية جميع
الأهداف والمجالات
المتصلة بالمضمون.
إذ وفرت لكل هدف
من الأهداف
مجموعة من
النشاطات ونقاط
المناقشة التي
يستطيع المعلمون
أن يختاروا من بينها
أكثرها ملاءمة
لتلاميذهم. ويمكن
الحصول على المواد
الخاصة بكل درس
في قسم المواد
الذي يبدأ من
صفحة ٧٥.





الهدف ١ تحديد المسؤولية وقدرة الأفراد على العمل لمكافحة الجوع وسوء التغذية وضمان الأمن الغذائي

نستطيع جميعا أن نضطلع بدورنا في المساعدة في القضاء على الجوع وسوء التغذية،
ويستطيع كل فرد منا، حتى ولو بوسائل صغيرة، أن يصبح بطالا في أعين فرد آخر

المفهوم

قد ظهر أبطال عظام طوال حقب التاريخ. فالأساطير التي تدور حول الكفاح ضد
الفقر والجوع تحكي قصص رجال شجعان غيروا وجه عالمنا.

المضمون

من هم أبطالنا؟ أطلب من الطلبة أن يذكروا ثلاثة من أبطالهم سواء كانوا على قيد
الحياة أو ماتوا، وسواء كانوا حقيقيين أو أسطوريين. وناقش الصفات الشخصية المشتركة
بين هؤلاء الأبطال. وناقش الصفات الشخصية التي نقدرها فيهم كأفراد.
ومن هذه القائمة، اختر العديد من الأبطال والقادة الذين عملوا على مكافحة الفقر
والجوع أو الظلم وقدم وصفا موجزا لمساهماتهم. واطلب من الطلبة تحديد ما إذا كان هؤلاء
الأبطال مختلفون بدرجة كبيرة عن الآخرين، ونحن من بينهم، أو ما إذا كنا نستطيع جميعا
أن نجد في أنفسنا الصفات اللازمة للعمل من أجل التغيير.
اسأل الطلبة عما إذا كانوا يعرفون أناسا في المجتمع المحلي الذي يعيشون فيه
يهتمون بالآخرين ويتحلون بالشجاعة في مجال مساعدة الآخرين في حالة الطوارئ وفي
أوضاع الحياة اليومية. وهل يعتقدون أن هؤلاء الناس يمكن أن يكونوا أبطالاً؟ لماذا ولماذا لا؟
أترك الطلبة يصفون مساهمات بعض السكان المحليين ممن يساعدون الآخرين.
اسأل الطلبة عما يرغبون في عمله من أجل مساعدة أسرهم والمجتمع الذي يعيشون
فيه أو العالم بأسره. واطلب منهم كتابة قصة أو رسم صورة عما يرغبون في عمله من أجل
وضع نهاية للجوع.

النشاطات



الهدف ٢ تعيين التدابير المحددة التي يمكن أن نتخذها للمساعدة في وضع نهاية للجوع

ورقة وقائع: إعلان روما بشأن الأمن الغذائي العالمي
البيانات:

- معلومات عن يوم الأغذية العالمي
- تغذية العقول لمكافحة الجوع

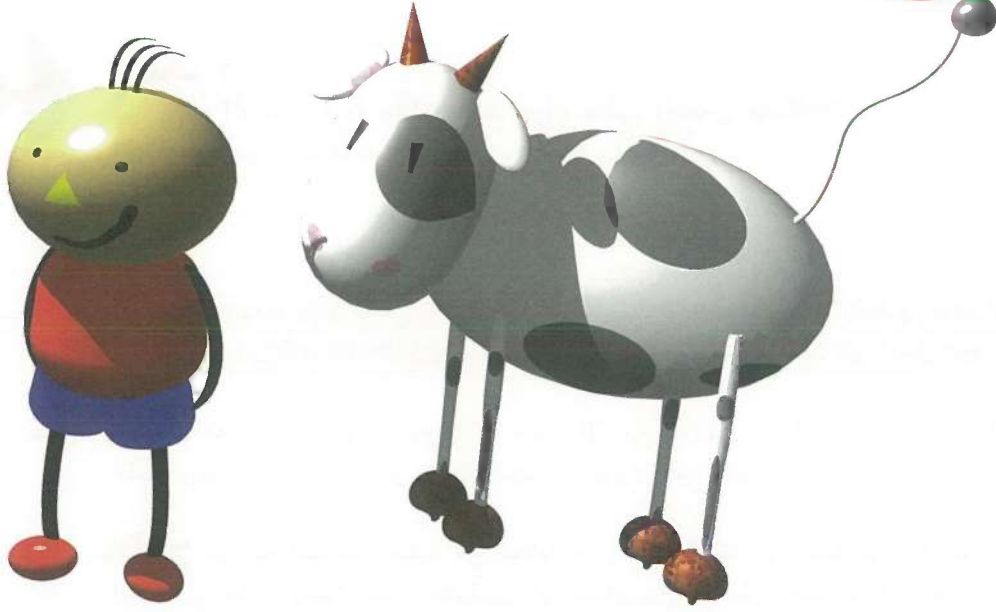
المواد

بوسعنا أن نتخذ تدابير للحد من الجوع وسوء التغذية

المفهوم

حكومات العالم التزمت بالعمل معا لحل مشكلة الجوع. وينبغي أن يتعرف الطلبة على
التزامات حكوماتهم جنبا إلى جنب مع الدول الأخرى للقضاء على الجوع.

المضمون



المؤتمر الدولي المعني بالتغذية - في عام ١٩٩٢، أصدرت ١٥٩ دولة والمجموعة

الاقتصادية الأوروبية الإعلان العالمي بشأن التغذية. ووافقت جميع الدول المشاركة في المؤتمر على أن "الجوع وسوء التغذية غير مقبولين... وأن الحصول على الأغذية الآمنة والكافية من الناحية التغذوية حق لكل فرد". ووضعت خطة عمل لمكافحة الجوع وزيادة الأمن الغذائي.

مؤتمر القمة العالمي للأغذية - في عام ١٩٩٦، اشتركت أكثر من ١٨٠ دولة في مؤتمر

القمة العالمي للأغذية، والتزمت بخفض عدد ناقصي الأغذية إلى نصف مستواهم الحالي في موعد أقصاه عام ٢٠١٥. وصدرت وثيقتان إعلان روما بشأن الأمن الغذائي الذي تضمن سبعة التزامات تنفذها الحكومات المشاركة لزيادة الأمن الغذائي، والوثيقة المصاحبة المعنونة خطة عمل مؤتمر القمة العالمي للأغذية التي تتضمن أهدافاً محددة لتنفيذ الأهداف الواردة في الإعلان. ووافقت جميع الدول المشاركة على البيانين ووقعت عليهما بما في ذلك "أننا نؤكد الحاجة الملحة الآن إلى اتخاذ تدابير للوفاء بمسؤولياتنا إزاء تحقيق الأمن الغذائي للأجيال الحالية والمقبلة".

يمكننا أن نعلم عن الجوع بوسائل عديدة. فلدى المنظمات والوكالات موارد لمساعدتنا

وقد أنشئت مئات المنظمات من أجل معالجة الجوانب المختلفة لمشكلات وسوء التغذية. وتشمل المنظمات المجموعات الخاصة والأجهزة الحكومية والمنظمات الدولية والاتلافات الإقليمية. ويشمل نطاق أعمالهم الإغاثة والبحوث والدعوة. وتركز بعض المجموعات على بلدان معينة في حين تركز مجموعات أخرى على مجالات معينة مثل التعليم أو الزراعة.

النشاطات

إما أن تسلم نسخة لكل طالب أو لمجموعات صغيرة من الطلبة، أو أن تقرأ بصوت عال ورقة الوقائع المعنونة إعلان روما بشأن الأمن الغذائي العالمي. ناقش معهم مساهمة حكوماتهم في مؤتمر القمة العالمي للأغذية لعام ١٩٩٦. ناقش النقاط الرئيسية الواردة في الإعلان إذا سمح الوقت باستخدام أسئلة النقاش المقدمة.

لقد وضع هذا المشروع - تغذية العقول لمكافحة الجوع لتوفير التعليم للمساعدة في القضاء على الجوع. أقرأ أو لخص البيان الذي يصف أهداف المشروع ومثله العليا. وضح كيف يمكن للتلاميذ الاستفادة من تبادل المعلومات التي جمعوها عن الجوع وسوء التغذية والأمن الغذائي مع الصفوف الدراسية الأخرى في بلدهم أو في مختلف أنحاء العالم. أرسل هذه المقترحات إلى الشركاء في تغذية العقول لمكافحة الجوع الواردة أسماؤهم في المقدمة.

يوم الأغذية العالمي نشاط عالمي سنوي يهدف إلى إثارة الوعي بالجوع وسوء التغذية في العالم وتشجيع الناس على اتخاذ تدابير لمكافحة الجوع. وضح كيف أن الصف الدراسي واحد من

آلاف الصفوف الدراسية التي تشارك في مختلف أنحاء العالم في دروس يوم الأغذية العالمي. ويتعلم الطلبة في مختلف أنحاء العالم كيف يمكنهم العمل معا وأن يكونوا جزءا من عملية الكفاح لوضع نهاية للجوع. أقرأ أو لخص للتلاميذ البيان المتضمن معلومات عن يوم الأغذية العالمي الذي يحتفل به في ١٦ أكتوبر/ تشرين الأول، وأذكر لهم بعض الجهود التي تبذل في مختلف أنحاء العالم لمكافحة الجوع.

➤ الجوع مشكلة عالمية إلا أن جزءا من حلها يتضمن الكثير من الخطوات الصغيرة على المستوى المحلي. وسوف ترد فيما يلي بعض الأمثلة على المشروعات التعاونية التي حققت زيادة في الأمن الغذائي للأسر والمجتمعات المحلية. أقرأ وصف هذه المشروعات على الطلبة ووضح كيفية تنفيذ هذه المشروعات وما يماثلها محليا لمساعدة الآخرين. وناقش أيضا الطريقة التي يمكن بها تمويل هذه المشروعات.

- بائعات الأسماك في بوركينا فاسو تشتري الصناديق العازلة للحرارة لوضعها على ظهور دراجاتهن. وتحتفظ هذه الصناديق المملوءة بالثلج بما يتراوح بين ١٠ و ١٥ كيلوغراما من الأسماك طازجة مما يضمن الحصول على أعلى الأسعار في السوق المحلية.
- مربو النحل في جمهورية إيران الإسلامية تمكنوا من شراء مستعمرة وخلية بمبلغ بسيط من التبرعات. وعلاوة على إنتاج ١٥ كيلوغراما من النحل سنويا، يقوم النحل بتلقيح أشجار الفاكهة القريبة.



- في نيكاراغوا، حصل المزارعون على منحة صغيرة لشراء صوامع صغيرة لحماية محصول الذرة بعد حصاده من الرطوبة والآفات. وتضم كل صومعة ٥٥٠ كيلوغراما من الحبوب وهو ما يكفي لإطعام عشرة أفراد لمدة عام كامل.
- بقدر محدود من التمويل، اشترت ٤٠ مزارعة من غانا المواد اللازمة لصنع ٥٠ غطاء يبلغ كل منها متر مربع لحماية شتلات الموز الخاصة بهن من شمس أفريقيا الحارقة.
- تعاونت مجموعة من المزارعين في السنغال في شراء مضخة تعمل بالقدم قادرة على ري ما يصل إلى ٢ ٥٠٠ متر مربع من الخضر من بئر صغير حفر يدويا.
- استثمرت تعاونية مزارعين في البذور عالية النوعية لزراعة ٢٠ هكتارا من الكرنب والبصل والقرنبيط والبطاطس بالإضافة إلى كميات كافية من بذور الأعلاف اللازمة لتغذية حيواناتهم.

➤ يمكننا أن نحصل على المعلومات عن الجوع في مجتمعاتنا المحلية وفي العالم من الكثير من المصادر. يمكننا أن نكتب رسائل، ونقوم بزيارات، ونجري محادثات هاتفية مع المكاتب والمكتبات (ويمكن البحث عن طريق شبكة الإنترنت إذا توافرت).

➤ اتصل أو أطلب من الطلبة الاتصال بالمنظمات الدولية الشريكة في مشروع تغذية العقول لمكافحة الجوع. ولبعض هذه المنظمات ممثلين قطريين أو موظفي مشروعات محليين يمكن الاتصال بهم ودعوتهم إلى المدرسة للحديث عما يقومون به من نشاطات. وأطلب من المنظمات إرسال معلومات عن مشروعاتها أو عن نشاطاتها لوضع نهاية للجوع، وهي المعلومات التي يمكن تقاسمها مع الصف الدراسي.

➤ أطلب من الطلبة الاتصال بمنظمات مكافحة الجوع والقادة المحليين والوطنيين والإقليميين أو الدوليين وأسألهم عما ينفذ بشأن كل عمود من الأعمدة الثلاثة للأمن الغذائي (على النحو الذي نوقش في الدرس السابق) وعلاوة على ذلك، أطلب من الطلبة البحث أو الاستفسار عن المعلومات التي تبين حجم الجوع في مناطقهم.

➤ اتصل بالسلطات المدنية المحلية وأدعهم إلى الصف الدراسي للحديث عما يقومون به محليا لتلافي الجوع وسوء التغذية. وأطلب من الطلبة إجراء مقابلات مع موظفين عموميين بشأن مشروعات أو أعمال مكافحة الجوع. ويمكن لكل طالب أو مجموعة من الطلبة بعد ذلك كتابة تقرير موجز وتقديمه للصف الدراسي.

➤ اجمع معلومات (أو أطلب من الطلبة جمع معلومات) عن الخطوات التي تتخذ في المنطقة لضمان الإمدادات المستمرة من الأغذية. أدع أفراد من العاملين في نظام الأغذية والتعليم إلى الصف الدراسي لمناقشة كيفية حماية الأمن الغذائي في منطقتك. حاول اكتشاف حجم الأغذية المخزنة في منطقتك في حالة حدوث طوارئ. هل يعرف الناس ما الذي يتعين عليهم أن يفعلوه في حالات الطوارئ الغذائية؟ وأطلب من الطلبة، استنادا إلى المعلومات عن المشكلات المحلية المتعلقة بالجوع المستمرة من الدرس الأول، كيف يمكن حل مشكلات الجوع المحلية.

➤ ناقش أهمية التعليم في مكافحة الجوع. فقدر كبير من الجوع يرتبط بالفقر الناجم عن انعدام التعليم وينبغي تشجيع الطلبة على الاستمرار في الدراسة وتعلم أكبر قدر ممكن عن الزراعة والتغذية بالإضافة إلى المهارات الأساسية.

➤ وضح فوائد العمل في الخدمات الاجتماعية ومكافحة الجوع وكيف يمكن للتلاميذ تعلم مد يد العون في هذا المجال. أدع موظفي الصحة والإرشاد المحليين إلى الحضور إلى الصف الدراسي لتوضيح عدد الأفراد اللازمين للعمل في المجالات ذات الصلة بمكافحة الجوع.

➤ أطلب من الطلبة التعبير عن أفكارهم بشأن التدابير التي يمكن لهم أو لغيرهم اتخاذها في مجتمعاتهم المحلية وفي العالم للمساعدة في حل مشكلات الجوع وسوء التغذية. أدرج هذه التدابير في قائمة وحدد من يستطيع القيام باتخاذها. وترد أدناه قائمة ببعض التدابير التي يجري اتخاذها في مختلف أنحاء العالم. اختر مثالا أو مثالين من القائمة التي وضعها الطلبة أو من القائمة المقدمة، وناقش الطريقة التي تم بها تنفيذ هذه التدابير، والوسائل التي يمكن أن تساعد بها هذه التدابير في مكافحة الجوع في المنطقة المحلية أو في العالم.

أمثلة على التدابير:

• المساعدة في تحسين الإمدادات الغذائية من خلال زيادة كميات الأغذية المتاحة وتنوعها:

- زراعة الحدائق المنزلية والمجتمعية والمدرسية
- إيجاد الوسائل لتربية الدواجن والحيوانات الصغيرة أو الأسماك لتناولها أو بيعها
- إعادة اكتشاف الأغذية المهملة التي تنمو في المنطقة
- زراعة أفضل المحاصيل المناسبة للبيع والاستخدام
- مواءمة المحاصيل مع الظروف الخاصة بالتربة والمياه
- استخدام أفضل الأدوات المتاحة للزراعة في المنطقة
- إيجاد أفضل توازن بين بيع المحاصيل والاستخدام المنزلي
- المشاركة في الجهود التعاونية لزراعة الأغذية وبيعها
- دعم المزارعين المحليين وشراء الأغذية المنتجة محليا
- إنشاء مراكز أو مصارف للأغذية لتبادل الأغذية.

• المساعدة في الإبقاء على الأغذية صالحة للتناول:

- المحافظة على الأغذية نظيفة
- المحافظة على مناطق إعداد الأغذية وأدواتها نظيفة
- المحافظة على الأغذية المخزنة جافة وبمناى عن الحشرات والحيوانات.

• مساعدة جميع الناس على تلبية احتياجاتهم من الأغذية والمغذيات:

- معرفة احتياجاتك الخاصة من الأغذية والمغذيات
- معرفة الاحتياجات المختلفة لشتى الناس (مراحل العمر)
- اعمل على توافر أفضل الأغذية من الناحية التغذوية
- تطوع للعمل في القضايا المتعلقة بمكافحة الجوع
- تطوع للعمل في مراكز توزيع الأغذية أو الوجبات

- أنشئ مراكز أو مصارف للأغذية لتقاسم الأغذية الفائضة
- اعمل مع الصناعات الغذائية على إعادة توزيع فوائض الأغذية
- ادع مزارعي ومنتجي الأغذية على المستوى التجاري إلى المشاركة في إيجاد الحلول الخاصة بمشكلات الجوع على مستوى المجتمع المحلي.
- احصل على معلومات عن الأغذية والتغذية والجوع وتبادل المعارف والأفكار مع الآخرين:

- احصل على معلومات عن النظام الغذائي في المنطقة التي تعيش فيها
- اعرف من يعمل في المجتمع المحلي على مكافحة الجوع وأنصت إليه وتبادل الأفكار معه
- اعرف من يملك في المجتمع المحلي المعارف عن الصحة والزراعة وأنصت إليه وتبادل الأفكار معه
- انقل المعلومات إلى الأسر والجيران
- تبادل المشروعات والتقارير المدرسية في القاعات المجتمعية
- تبادل الأفكار مع القادة في المجتمع المحلي والأمة
- شجع القادة المحليين ومقدمي الخدمات (الأطباء والممرضات وعمال المستشفيات وأمناء المكتبات) على المشاركة في المشروعات المدرسية المتعلقة بقضايا الجوع والتغذية.

الموجز

لقد ناقشنا في الدروس الثلاثة من هذا المنهج والتي وضعت أساساً لأغراض يوم الأغذية العالمي في ١٦ أكتوبر/ تشرين الأول من عام ٢٠٠٠، مشكلات الجوع في العالم. فيوم الأغذية العالمي يهدف إلى خلق عالم متحرر من الجوع في أسرع وقت ممكن في الألفية الجديدة. وما زالت ملايين كثيرة منا لا تجد حتى الآن ما يكفيها من الغذاء يوميا. وعلينا أن نحاول جميعا فهم السبب في ذلك، فالشباب يمتلك القدرة الخلاقة والطاقة على معالجة المشكلات الكبيرة مثل الجوع. وعندما نستطيع أن تشترك جميعا في الرؤية المتعلقة بعالم بلا جوع، والثقة في أننا نستطيع أن نحدث التغيير، والمعارف عن الخطوات التي يتعين اتخاذها والاستعداد لاتخاذ التدابير، سوف نتمكن من التصدي للتحدي الضخم المتمثل في توفير الغذاء لجميع الناس في العالم. وسوف يكون شبابنا، الذي ورث مشكلة الجوع في عالمنا المفتاح الرئيسي إلى إيجاد الحلول لهذه المشكلة.

نهاية المستوى الثاني

المواد



٧٦

أوراق الوقائع

الغذاء يمنحنا ...

من هم المعرضون لنقص الأغذية؟

الفيتامينات والمعادن

إعلان روما بشأن الأمن الغذائي العالمي

الصور

٨٢

نحتاج جميعا للغذاء

نحتاج إلى الكثير من الأغذية المختلفة

خريطة الجوع في العالم

الخطوات في نظام الأغذية

٩٣

القصة

قصة طماطم ميجيل

الجدول

٩٦

مخطط نظام الأغذية

٩٧

دراسات حالة المشروعات

٩٩

دراسات الحالات القطرية

١٠٣

البيانات

تغذية العقول لمكافحة الجوع

معلومات عن يوم الأغذية العالمي

ورقة وقائع: الغذاء يمنحنا...

الغذاء يمنحنا الطاقة والمغذيات التي يحتاجها الجسم للمحافظة على الصحة والحياة، ولتنمو والتطور والحركة والعمل واللعب والتفكير والتعلم.

ويحتاج الجسم إلى مجموعة متنوعة من المغذيات - البروتينات والكربوهيدرات والدهون والفيتامينات والمعادن - وتأتي هذه المغذيات من الأغذية التي نتناولها.

- البروتين نحتاجه لبناء العضلات والدم والجلد والعظام وغير ذلك من أنسجة وأعضاء الجسم والمحافظة عليها.
- الكربوهيدرات والدهون توفر أساسا الطاقة وإن كان الأمر يحتاج إلى بعض الدهون أيضا لتكون مواد بناء ولمساعدة الجسم على استخدام بعض الفيتامينات.
- الفيتامينات والمعادن ضرورية بكمية أقل من تلك التي يحتاجها الجسم من البروتين والدهون والكربوهيدرات إلا أنها ضرورية للصحة الجيدة. فهي تساعد الجسم على العمل بصورة سليمة والبقاء في حالة صحية جيدة. كذلك فإن بعض المعادن تشكل جزءا من أنسجة الجسم. فعلى سبيل المثال، فإن الكالسيوم والفلوريد يوجدان في العظام والأسنان ويوجد الحديد في الدم.
- الألياف (أو الألياف النباتية) والمياه النظيفة ضروريان أيضا للنظام الغذائي الجيد.

وجميع هذه الأغذية تحتوي على مغذيات إلا أن الأغذية المختلفة تحتوي على كميات متباينة من مختلف المغذيات.

- الأغذية الغنية بالبروتين هي جميع أنواع اللحوم والدواجن والأسماك والفاصوليا والبالزاء وفول الصويا والبقول السوداني والألبان والجبن و(اللبن) اليوغورت والبيض.
- الأغذية الغنية بالكربوهيدرات هي الأرز والذرة والقمح وغيرها من الحبوب وجميع أنواع البطاطس واليام والجزر النشوية والسكريات.
- الأغذية الغنية بالدهون هي الزيوت وبعض اللحوم ومنتجات اللحوم والدهن والزبد والسمن وبعض أنواع منتجات الألبان الأخرى والمرجرين وبعض أنواع الأسماك والجوز وفول الصويا.
- الأغذية الغنية بفيتامين ألف هي الخضر داكنة الخضرة والجزر والبطاطا والقرع العسلي والمانجو والبابايا والبيض والكبد.
- الأغذية الغنية بفيتامين باء هي الخضر داكنة الخضرة والبقول السوداني والفاصوليا والبالزاء والحبوب واللحوم والأسماك والبيض.
- الأغذية الغنية بفيتامين جيم هي الفاكهة ومعظم الخضر بما في ذلك البطاطس.
- الأغذية الغنية بالحديد هي اللحوم والأسماك والبقول السوداني والفاصوليا والبالزاء والخضر ذات الأوراق شديدة الاخضرار والفاكهة المجففة.

ورقة وقائع: من هم المعرضون لنقص الأغذية؟



ضحايا الصراعات

- النازحون داخليا
- اللاجئين
- العائدون المعدمون
- المعوقون نتيجة للألغام الأرضية
- المعوقون نتيجة للحروب.
- الأرمال والأيتام نتيجة للحروب.

العمال المهاجرون وأسرهم

- الرعاة المهاجرون الذين يرعون قطعان أناس آخرين
- العمال المهاجرون الذين يسعون إلى الحصول على عمل موسمي
- الأسر التي ترأسها نساء والتي خلفها العمال المهاجرون وراءهم

السكان المهمشون في المناطق الحضرية

- المتسربون من المدارس
- المتعطلون
- سائقو عربات ريكشو والدراجات النارية العاملة بالأجرة
- المهاجرون الجدد
- السكان الذين يعيشون في الأكواخ على مشارف المدن
- عمال أحواض السفن والجمالون وعمال البناء
- العاملون في القطاع غير النظامي
- الناس الذين لا مأوى لهم
- اليتامى
- أطفال الشوارع والأشخاص الذين يعيشون بمفردهم على دخل ثابت صغير أو دون عون على الإطلاق (كبار السن والمتقاعدون والأرمال من الرجال والنساء والمطلقات والعجزة والمعوقون) الشحاذون

الأفراد الذين ينتمون لفئات اجتماعية معرضة

- السكان الأصليون
- الأقليات العرقية
- الأسر التي تعاني من الأمية

بعض أو جميع الأسر ذات الدخل المنخفض التي تعيش في ظل نظم معيشية معرضة

- مزارعو الكفاف أو صغار المزارعين
- الأسر الزراعية التي ترأسها نساء
- الفلاحون المعدمون
- العمال الزراعيون
- صيادو الأسماك
- الرعاة الرحل
- أصحاب القطعان المتوطنون وصغار مربى الحيوانات والرعاة الزراعيون
- سكان الغابات
- صغار المنتجين الزراعيين في المناطق القريبة من المدن وعمال البستنة
- عمال اليومية أو بعقود

السكان المعالون الذين يعيشون بمفردهم في أسر ذات دخل منخفض كبيرة الحجم من حيث عدد أفرادها

- كبار السن
- النساء في سن الحمل وخاصة الأمهات الحوامل والمرضعات
- الأطفال دون الخامسة وخاصة حديثي الولادة
- المعوقون والمرضى

ورقة وقائع: الفيتامينات والمعادن



تعرف الفيتامينات والمعادن باسم العناصر الغذائية الدقيقة. ورغم أن الجسم يحتاج إليها بكميات محدودة، إذا ما قورنت بكميات البروتينات، والدهون والكربوهيدرات، فإنها أساسية للتغذية المتوازنة. فهي تساعد الجسم على أداء وظائفه بطريقة حيوية ونشطة، والحفاظ على سلامته. وتدخل بعض المعادن أيضا في تكوين أنسجة الجسم. فمثلا يوجد الكالسيوم والفوسفور في العظام والفلور في الأسنان والحديد في الدم.

- **الحديد** هو المكون الرئيسي لكرات الدم الحمراء. وتعتبر الكرات الحمراء ضرورية لحفظ جميع خلايا الجسم كي تؤدي وظائفها بطريقة نشطة. ويعد فقر الدم الناتج عن نقص الحديد من أهم المشاكل التغذوية واسعة الانتشار في العديد من الدول النامية، ويزداد انتشاره خاصة بين الفئات الحساسة (الرضع - الأطفال - الحوامل - المرضعات)، وبين المراهقات والنساء البالغات والمسنين. وينتشر هذا المرض بين سكان الريف على نطاق واسع مقارنة بسكان المدن. ويؤدي نقص الحديد إلى الخمول والكسل والضعف (انخفاض القدرة على العمل) وضعف القدرة على التعلم، وضعف النمو، وزيادة نسبة الإصابة بالأمراض والوفاة بين الأمهات خصوصا عند الولادة. وأفضل مصادر الحديد هي الكبد، واللحوم ومنتجاتها، والأسماك، والدواجن. ويوجد الحديد أيضا في البقوليات، والبنجر الزيتية، والخضروات الورقية الداكنة، وبعض الفواكه المجففة، ولكن الجسم لا يمتص الحديد من المصادر النباتية بكفاءة عالية كما هو الحال بالنسبة للحديد من المصادر الحيوانية. وتناول **فيتامين ج** مع المصادر النباتية للحديد يساعد على امتصاص كمية أكبر من الحديد ومن ثم الاستفادة منه.
- **فيتامين أ** : يحتاج الجسم إلى فيتامين "أ" لبناء وحفظ الأنسجة سليمة كي تؤدي وظائفها بكفاءة وخاصة العين، والجلد، والعظام، وأنسجة الجهاز التنفسي، والجهاز الهضمي، وأجهزة المناعة. ويرتبط على نقص فيتامين "أ" ضعف الرؤية في الليل (العشى أو العمى الليلي) وتؤدي حالات النقص الشديدة إلى فقد البصر (العمى) ويحدث ذلك أساسا في الأطفال الذين يعانون من نقص التغذية الحاد وخصوصا أولئك المصابين بالحصبة أو الأمراض المعدية الأخرى. كما يؤدي نقص فيتامين "أ" إلى زيادة حدة المرض وارتفاع معدل الوفاة الناتج من الأمراض الأخرى.
- ويوجد فيتامين "أ" بصورة طبيعية فقط في الأطعمة الحيوانية مثل الكبد، البيض، والألبان ومنتجاتها غير أن الكثير من الفواكه ذات اللون الداكن والخضروات تحتوي على الكاروتين الذي يمكن أن يحوله الجسم إلى فيتامين "أ". وتشمل الأغذية الغنية بهذا الفيتامين الجزر والبطاطا ذات اللون الأصفر والمانجو والبابايا.
- ينتمي **الثيامين، والريبوفلافين، والنياسين، وفيتامين ب٦، وحمض الفوليك، وحمض البانتوثينيك وفيتامين ب١٢، والبيوتين** إلى ما يسمى بفيتامينات "ب" المركبة أو الفيتامينات الذائبة في الماء. وهذه المجموعة من الفيتامينات ضرورية لتحويل الكربوهيدرات والدهون والبروتينات إلى طاقة. كما تعمل على تجديد أنسجة الجسم. ويؤدي النقص في هذه الفيتامينات إلى تأثيرات مرضية تشمل ضعف العضلات، والشلل، والاضطرابات العقلية، واضطرابات الجهاز العصبي والهضمي، وتكوين قشور وشروخ في الجلد، وفقر الدم الحاد، وهبوط القلب.
- **الفوليك،** يدخل حمض الفوليك في تكوين خلايا الدم. ويؤدي نقصه إلى فقر الدم بين النساء والأطفال. كما أن نقصه أثناء الحمل يسبب بعض المشاكل عند الولادة.
- ومن الضروري تناول كميات كافية من مجموعة فيتامينات "ب" يوميا. والأغذية الغنية في هذه الفيتامينات هي الخضروات ذات اللون الأخضر الداكن، والفل السوداني، والبقوليات والحبوب، واللحوم، والأسماك، والبيض.
- **فيتامين ج** ضروري لزيادة امتصاص الحديد من الأغذية وبناء أنسجة توصيل (ربط) خلايا الجسم معا كما يستخدم كمضاد للسميات. ويمكن أن يؤدي النقص الممتد في فيتامين "ج" إلى الإصابة بمرض الاسقربوط الذي من أعراضه نزيف اللثة وتورم المفاصل وقد يؤدي إلى الموت. ومعظم الفاكهة الطازجة وخاصة الحمضيات والجوافة والكثير من الخضار بما في ذلك البطاطس مصادر جيدة لفيتامين "ج". ولذا، فإن تناول الفاكهة والخضار الطازجة هام للبالغين والأطفال.
- **فيتامين د** هام جدا لاستفادة الجسم من الكالسيوم. ويوجد فيتامين "د" في زيت السمك، والبيض، والألبان. ويمكن أن ينتج بواسطة الجسم عندما يتعرض الجلد إلى ضوء الشمس (الأشعة فوق البنفسجية). ويؤدي نقص فيتامين "د" إلى الكساح وهو مرض يسبب لين وتشوه العظام عند الأطفال الصغار.
- **الكالسيوم والفوسفور** معدنان ضروريان لتكوين العظام والأسنان بصفة عامة للحفاظ على جسم الإنسان. وتعد الألبان ومنتجاتها من المصادر الرئيسية للكالسيوم والفوسفور.
- **اليود** عنصر هام، ونقصه في الغذاء يؤدي التي تضخم الغدة الدرقية وإلى التخلف العقلي. ويوجد اليود في الأغذية البحرية وفي الأغذية التي تزرع في تربة غنية باليود. وفي المناطق ذات التربة الفقيرة باليود، يمكن علاج هذه الظاهرة عن طريق تعزيز (تدعيم) ملح الطعام باليود.

ورقة وقائع: إعلان روما بشأن الأمن الغذائي العالمي



نحن رؤساء الدول والحكومات، أو من يمثلوننا، المجتمعين في مؤتمر القمة العالمي للأغذية المنعقد بدعوة من منظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة، نؤكد من جديد حق كل إنسان في الحصول على أغذية سليمة ومغذية، بما يتفق مع الحق في الغذاء الكافي والحق الأساسي لكل إنسان في التحرر من الجوع.

المناقشة: هل توافق على أن لكل فرد الحق في الحصول على الأغذية الآمنة والمغذية وأن يتحرر من الجوع؟ لماذا لا؟ ماذا يعني أن يكون له "حق"؟ كيف يمكننا أن نحقق ذلك؟

لقد وطننا إرادتنا السياسية والتزامنا الجماعي والوطني على تحقيق الأمن الغذائي للجميع، وبذل جهد متواصل من أجل استئصال الفقر في جميع البلدان جاعلين هدفنا المباشر هو خفض عدد من يعانون من نقص التغذية إلى نصف مستواه الحالي في موعد لا يتجاوز عام ٢٠١٥.

المناقشة: على الرغم مما تحقق من تقدم، يبدو الآن أن هذا الهدف لن يتحقق. واستنادا إلى ما درسناه في هذا الدرس عن الجوع متى تعتقد أن من الممكن خفض أعداد ناقصي الأغذية في العالم إلى نصف المستوى الذي هم عليه الآن؟ هل تعتقد أن من الممكن تحقيق هذا الهدف؟ ماذا يتعين عمله لتحقيق هذا الهدف؟

إننا نرى أن عدم حصول أكثر من ٨٠٠ مليون نسمة، في جميع أنحاء العالم ولاسيما في البلدان النامية، على ما يكفي من غذاء لتلبية احتياجاتهم الغذائية الأساسية أمر لا يحتمل، ووضع لا يمكن قبوله أو السكوت عليه. فبالرغم من أن الإمدادات الغذائية قد زادت زيادة ملموسة، فإن المعوقات التي تعترض الحصول على الغذاء، والنقص المزمن في الدخول الأسرية والقطرية اللازمة لشراء الأغذية، وعدم استقرار العرض والطلب، فضلا عن الكوارث الناجمة عن أسباب طبيعية أو بشرية عوامل تحول جميعها دون تلبية الاحتياجات الغذائية الأساسية. إن الجوع وانعدام الأمن الغذائي مشكلتان لهما أبعاد عالمية، ومن المرجح أن تستمر بل أن تتفاقم على نحو خطير في بعض الأقاليم ما لم تتخذ تدابير عاجلة وحاسمة ومنسقة، في ضوء الزيادة الموقعة في عدد سكان العالم، وما تتعرض له الموارد الطبيعية من إجهاد.

المناقشة: يدرك البيان المشار إليه أعلاه ثلاثة أسباب رئيسية لانعدام الأمن الغذائي. ما هي هذه الأسباب؟ ١ - القيود التي تواجه الحصول على الأغذية واستمرار عدم كفاية الدخل الأسري والقطري لشراء الأغذية؛ ٢ - عدم استقرار العرض والطلب؛ ٣ - الكوارث الطبيعية والتي من صنع الإنسان. ناقش بقدر أكبر من الدقة ماذا يقصد بكل نقطة من هذه النقاط والأسباب وال حلول الخاصة بكل منها. ماذا يمكن أن تفعله الحكومات والأفراد لتحسين هذه الأوضاع؟

وإننا نؤكد من جديد أن البيئة السياسية والاجتماعية والاقتصادية المواتية التي يسودها السلام والاستقرار هي الركيزة الأساسية التي تمكن الدول من إبلاء أولوية كافية للأمن الغذائي واستئصال الفقر. كما أن الديمقراطية، وتعزيز حماية حقوق الإنسان وحرياته الأساسية، بما فيها الحق في التنمية، والمشاركة الكاملة والمتكافئة للرجال والنساء عوامل جوهرية لتحقيق الأمن الغذائي للجميع.

المناقشة: يحدد هذا القسم التغييرات ذات الصلة بالعدالة الاجتماعية لجميع الناس والديمقراطية وحماية حقوق الإنسان والحقوقي المتساوية للرجال والنساء. ناقش الطريقة التي تؤثر بها هذه المسائل في الأمن الغذائي في المنطقة التي تعيش فيها وكيف يمكن البدء في التغييرات الاجتماعية والثقافية محليا وعلى مستوى العالم.

إن الفقر سبب رئيسي لانعدام الأمن الغذائي، ولذا فإن التقدم بخطى مطردة نحو استئصال الفقر أمر حاسم لتحسين فرص الحصول على الغذاء. كما أن للصراع، والإرهاب، والفساد، والتدهور البيئي دورا ملموسا في انعدام الأمن الغذائي. إن الأمر يقتضي زيادة إنتاج الأغذية بما فيها الأغذية الأساسية. وينبغي أن يتحقق ذلك في إطار الإدارة المستدامة للموارد الطبيعية، والقضاء على أنماط الاستهلاك والإنتاج التي تتجاهل مقتضيات الاستدامة وخاصة في البلدان الصناعية، وتحقيق استقرار سريع في أعداد سكان العالم. وإننا نقدر ما تقدمه النساء من مساهمات أساسية في تحقيق الأمن الغذائي، وخاصة في المناطق الريفية من البلدان النامية، وننوه بضرورة ضمان المساواة بين الرجال والنساء. ويجب أن يكون إنعاش المناطق الريفية من الأمور ذات الأولوية من أجل توطيد الاستقرار الاجتماعي والمساعدة على مواجهة المعدلات المفرطة للهجرة من الريف إلى المدن التي تعاني منها بلدان كثيرة.

المناقشة: تستهدف هذه الأقسام القضايا العالمية مثل الفقر والحروب والإرهاب والفساد وتدهور البيئة باعتبارها من العناصر الأساسية في الكفاح ضد الجوع. وتشمل الحلول المقدمة زيادة إنتاج الأغذية وحماية الموارد الطبيعية والقضاء على الفجوة الواسعة بين أغنى الدول والناس وأشدّهم فقرا. وجرى التأكيد على الحاجة إلى المساواة بين الرجال والنساء. وينتهي هذا القسم بأزمة الهجرة من الريف إلى المدن ويقترح إسناد الأولوية لإعادة تنشيط المناطق الريفية. ناقش هذه القضايا الرئيسية العريضة مع التلاميذ. واطلب منهم التفكير في الطريقة التي يمكنهم بها البدء في معالجة هذه المسائل. ونظرا لأن الموارد محدودة دائما، ما هي الأولويات التي يحددها لكل مسألة؟ وما هي المعايير التي يستخدمونها لتحديد هذه الأولوية؟ هل هي المسائل الأكثر إلحاحا في المعالجة؟ أم الأسهل في إيجاد الحلول لها؟ وماذا عن التنافس على الموارد بين أغذية الإغاثة في أوضاع الطوارئ والأموال اللازمة لأعمال التنمية لحل المشكلات طويلة الأجل؟ وأي منهما ينبغي إسناد أعلى أولوية له ولماذا؟

وإننا نؤكد الحاجة الملحة إلى المبادرة الآن باتخاذ التدابير الواجبة للوفاء بمسؤوليتنا عن تحقيق الأمن الغذائي للأجيال الحاضرة والقادمة. إن تحقيق الأمن الغذائي مهمة مركبة تقع مسؤوليتها الأولى على كاهل كل حكومة من الحكومات. ويتعين على تلك الحكومات أن تهيئ البيئة المواتية، وتضع من السياسات ما يضمن السلم والاستقرار الاجتماعي والسياسي والاقتصادي والعدالة والمساواة بين الجنسين. وإننا نعرب عن قلقنا العميق إزاء استمرار الجوع الذي يشكل، على نطاقه هذا، تهديدا للمجتمعات الوطنية، وبشكل كذلك، عبر سبل شتى تهديدا لاستقرار المجتمع الدولي ذاته. كما ينبغي للحكومات أن تتعاون، ضمن الإطار العالمي، تعاوننا فعلا فيما بينها، وكذلك مع منظمات الأمم المتحدة، ومؤسسات التمويل، والمنظمات الحكومية الدولية، والمنظمات غير الحكومية، والقطاعين العام والخاص، بشأن البرامج الموجهة صوب تحقيق الأمن الغذائي للجميع.

إن الغذاء لا ينبغي أن يستخدم أداة للضغط السياسي والاقتصادي. ونؤكد من جديد أهمية التعاون والتضامن الدوليين، وضرورة الامتناع عن الانفراد باتخاذ تدابير لا تتفق مع القانون الدولي وميثاق الأمم المتحدة، وتعرض الأمن الغذائي للخطر.

وإننا نسلم بالحاجة إلى تبني سياسات تيسر الاستثمار في مجالات تنمية الموارد البشرية، والبحوث، والبنية الأساسية بغية تحقيق الأمن الغذائي. ولا بد لنا أن نشجع على توفير فرص العمل والدخل، وأن نعرّز الفرص المنصفة للحصول على الموارد الإنتاجية والمالية. وننقّ على أن التجارة عنصر أساسي لتحقيق الأمن الغذائي. كما نتفق على أن نتبع من السياسات التجارية، وخاصة في مجال المواد الغذائية، ما يشجع منتجينا ومستهلكينا على استخدام الموارد المتاحة استخداما سليما من الناحية الاقتصادية وقابلا للاستدامة. وإننا نسلم بما للتمية الزراعية والسمكية والجرية والريفية المستدامة في كل من المناطق ذات الإمكانات المنخفضة والمناطق ذات الإمكانات المرتفعة من أهمية للأمن الغذائي. ونقر بما يقوم به المزارعون والصيادون والجرزيون والسكان الأصليون ومجتمعاتهم وسائر المعنيين بقطاع الأغذية ومنظماتهم من دور أساسي في تحقيق الأمن الغذائي، بدعم من الأنشطة البحثية والإرشادية الفعالة. وستشجع سياساتنا في مجال التنمية المستدامة على تمكين السكان، ولاسيما النساء، من الإسهام الكامل، مع التمتع بصلاحيات معززة، وعلى التوزيع العادل للدخل، وعلى توفير الرعاية الصحية والتعليم والفرص للشباب. وينبغي توجيه اهتمام خاص إلى غير القادرين على إنتاج أغذية تكفي لتلبية حاجاتهم التغذوية لتلبية وافية أو على التزود بهذه الأغذية، بما فيهم ضحايا الحروب أو النزاعات الأهلية أو الكوارث الطبيعية أو التغيرات الإيكولوجية المرتبطة بالمناخ. ونذكر الحاجة إلى اتخاذ إجراء عاجل لمكافحة الآفات والجفاف وتدهور الموارد الطبيعية الذي يشمل فيما يشمله التصحر، والإفراط في صيد الأسماك، وتآكل التنوع البيولوجي.

وقد عقدنا العزم على بذل جهود لتعبئة الموارد المالية والفنية من جميع المصادر، بما فيها تخفيف عبء الديون الخارجية الواقع على كاهل البلدان النامية، ولتخصيص هذه الموارد واستخدامها على النحو الأمثل، من أجل تعزيز الأعمال القطرية الرامية إلى تنفيذ سياسات الأمن الغذائي المستدام.

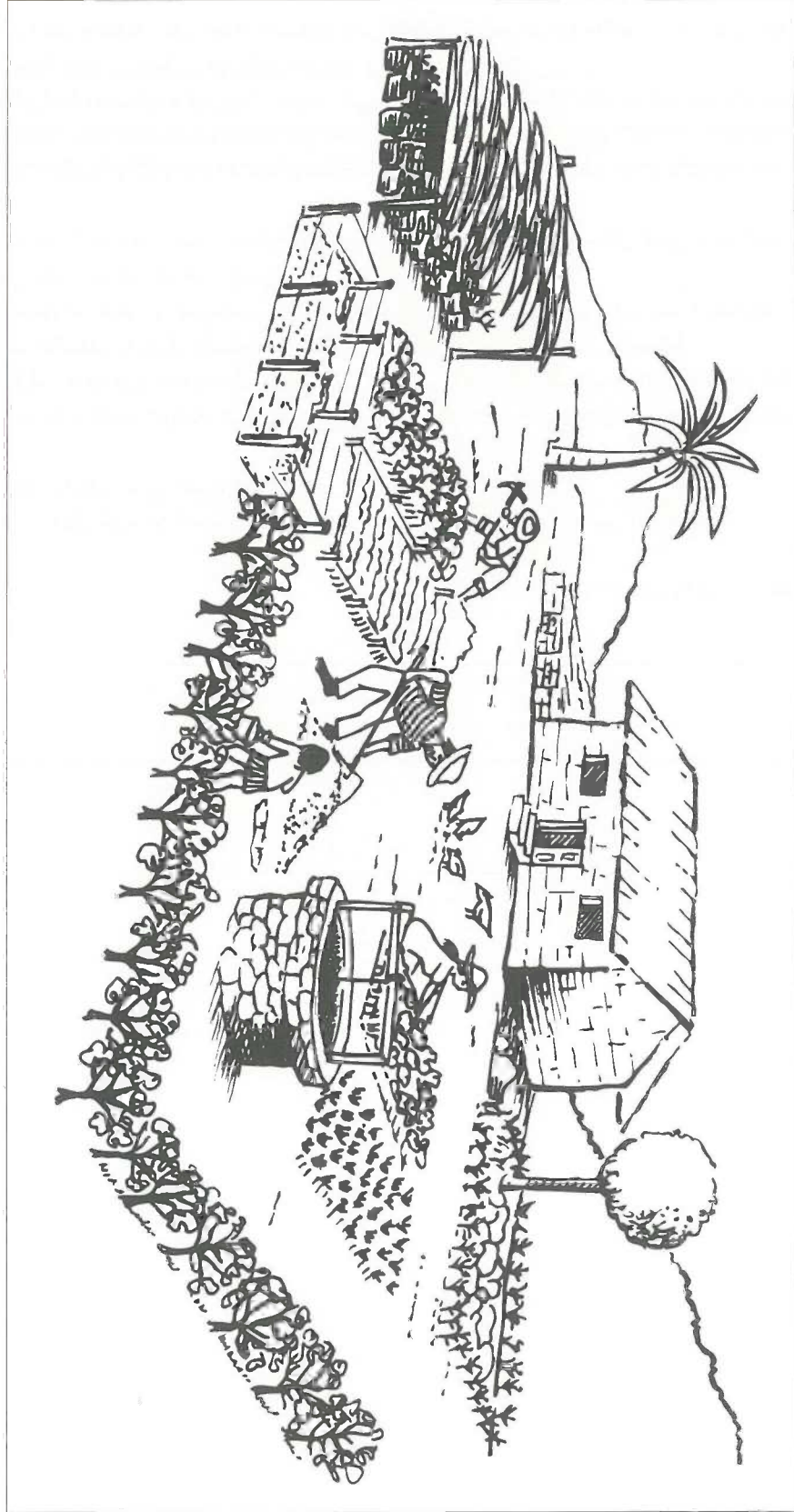
واقترعنا منا بأن الطابع متعدد الجوانب للأمن الغذائي يقتضي اتخاذ تدابير قطرية منسقة، وبذل جهود دولية فعالة تستكمل تلك التدابير وتعززها، فإننا نوجب على أنفسنا الالتزامات التالية:

• سنكفل بيئة سياسية واجتماعية واقتصادية مواتية تستهدف إيجاد أفضل الظروف لاستئصال الفقر وإحلال السلام الدائم، وتستند إلى المشاركة الكاملة والمتكافئة للرجال والنساء، باعتبار ذلك أقوم سبيل يقود إلى تحقيق الأمن الغذائي المستدام للجميع؛

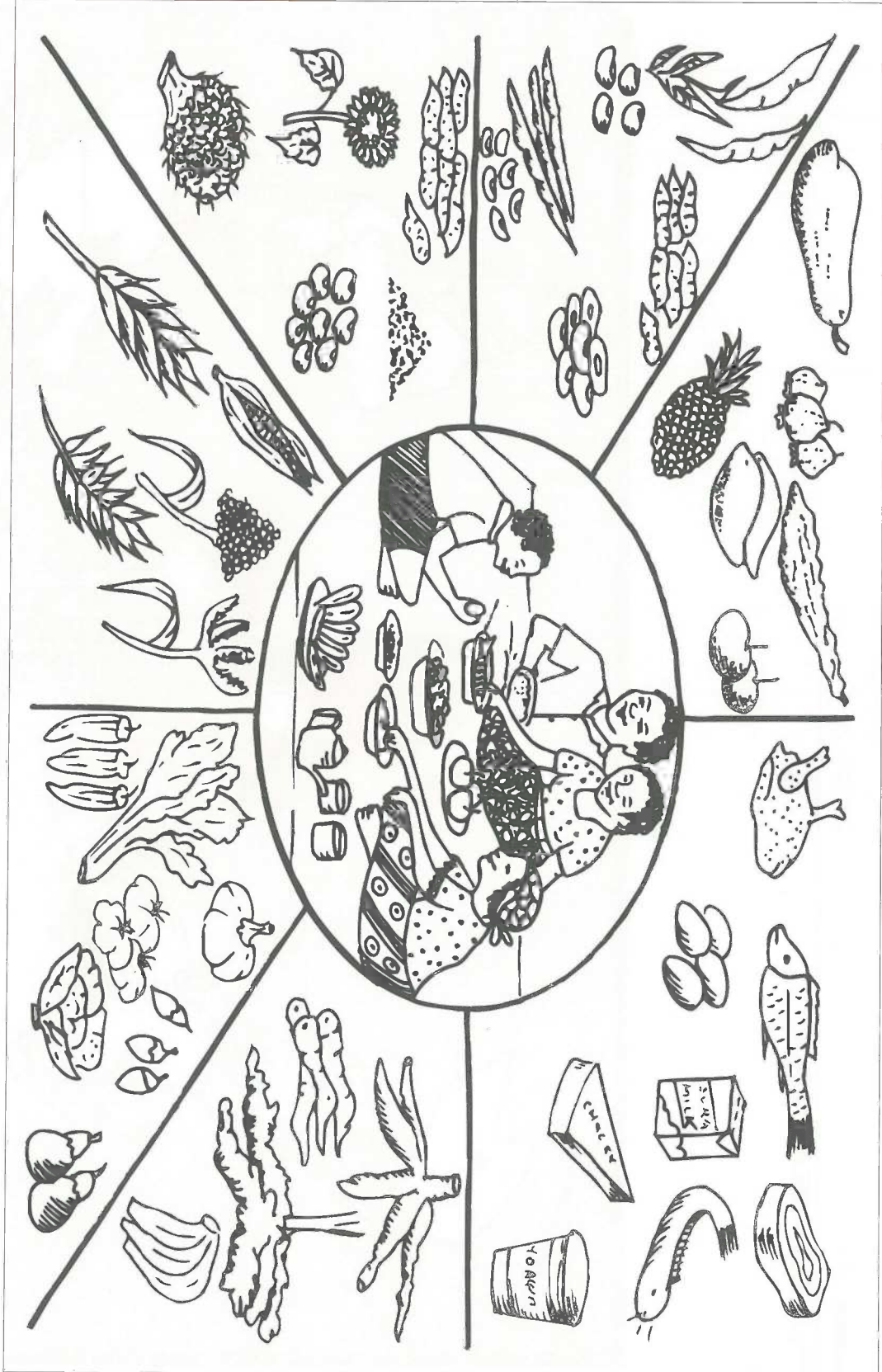
- سننفذ سياسات تهدف إلى استئصال الفقر والقضاء على انعدام المساواة، وإلى تحسين الفرص المادية والاقتصادية للناس كافة في الحصول، في جميع الأوقات، على أغذية كافية وسليمة ووافية تغذوياً يستفاد منها استفادة فعالة؛
- سننتج في تحقيق التنمية الغذائية والزراعية والسمكية والحرجية والريفية، في كل من المناطق ذات الإمكانات المرتفعة والمناطق ذات الإمكانات المنخفضة، السياسات والممارسات المستدامة والقائمة على المشاركة التي تعد جوهرية لتوفير الإمدادات الغذائية الكافية والموثوق بها على المستويات الأسرية والقطرية والإقليمية والعالمية، ولمكافحة الآفات والجفاف والتصحر، وذلك بالنظر إلى ما للزراعة من طابع متعدد الوظائف؛
- سنعمل على أن تؤدي السياسات المتعلقة بالتجارة في السلع الغذائية والزراعية وبالمبادلات التجارية عامة إلى تعزيز الأمن الغذائي للجميع من خلال نظام تجاري عالمي عادل ومستند إلى قوى السوق؛
- سنسعى إلى تلافى الكوارث الطبيعية وحالات الطوارئ التي يتسبب فيها الإنسان، وإلى التأهب لمواجهة احتياجاتها، وإلى سد الاحتياجات الغذائية العابرة والطارئة بطرق تشجع عمليات الانتعاش والإحياء والتنمية وبناء القدرات على تلبية الاحتياجات في المستقبل؛
- سنشجع تخصيص واستخدام استثمارات القطاعين العام والخاص على النحو الأمثل من أجل تعزيز الموارد البشرية، والنظم الغذائية والزراعية والسمكية والحرجية المستدامة، والتنمية الريفية، في كل من المناطق ذات الإمكانات المرتفعة والمناطق ذات الإمكانات المنخفضة؛
- سننفذ خطة العمل هذه ونرصدها ونتابعها على جميع المستويات بالتعاون مع المجتمع الدولي، وإننا لنتعهد بأن نتخذ من التدابير وبأن نقدم من الدعم ما يكفل تنفيذ خطة عمل مؤتمر القمة العالمي للأغذية.

روما، ١٣ نوفمبر/تشرين الثاني ١٩٩٦

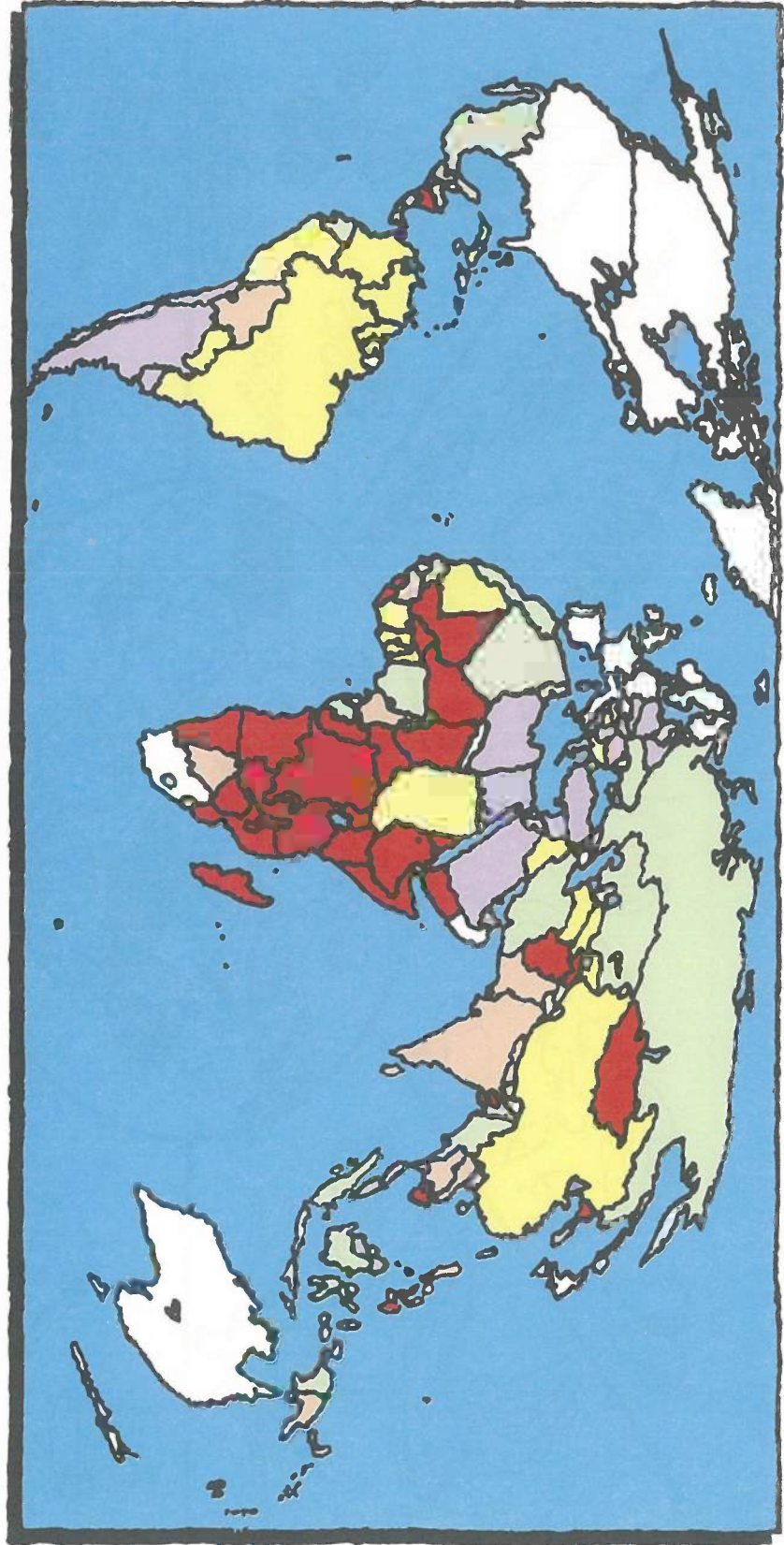
الصورة: نحتاج جميعا إلى الغذاء 🍎



الصورة: نحتاج إلى الكثير من الأغذية المختلفة



الصورة: خريطة الجوع في العالم
نسبة السكان الذين يعانون نقص الأغذية (١٩٩٨-١٩٩٦)
العالم



أقل من ٥٪
غير معروف
غير مصنف

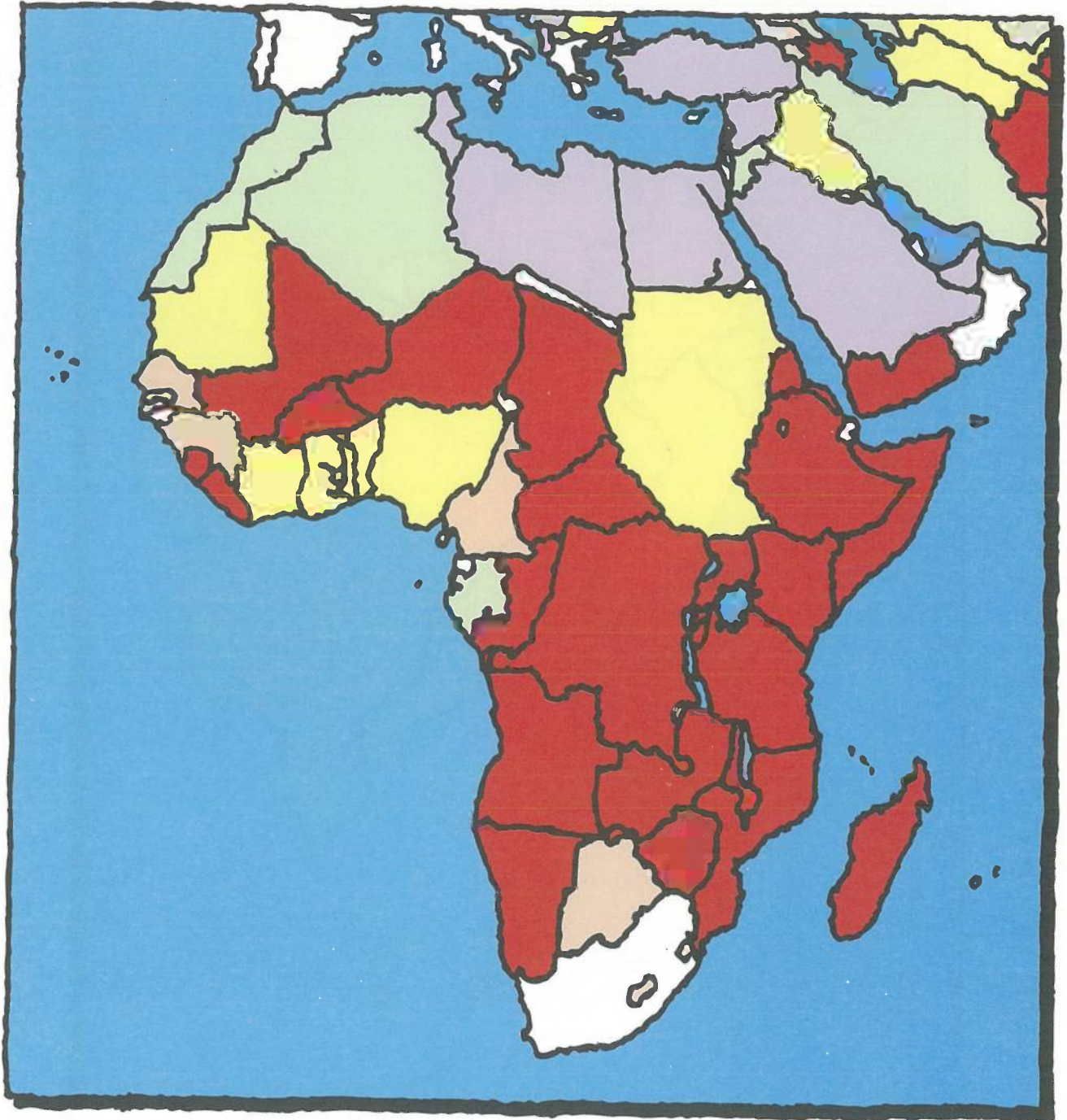
١٠ إلى ٢٠٪
٥ إلى ١٠٪

أكثر من ٣٠٪
٢٠ إلى ٣٠٪

نسبة الأفراد الذين يعانون من نقص الأغذية

المصدر: ESNWAICENT-KIMS, 2000

الصورة: خريطة الجوع في العالم
نسبة السكان الذين يعانون نقص الأغذية (١٩٩٦-١٩٩٨)
أفريقيا



نسبة الأفراد الذين يعانون من نقص الأغذية

أقل من ٥٪	١٠ إلى ٢٠٪	أكثر من ٢٠٪
غير معروف	٥ إلى ١٠٪	٢٠ إلى ٣٠٪
غير مصنف		

المصدر: ESN/WAICENT-KIMS, 2000

الصورة: خريطة الجوع في العالم
نسبة السكان الذين يعانون نقص الأغذية (١٩٩٦-١٩٩٨)
أمريكا الجنوبية

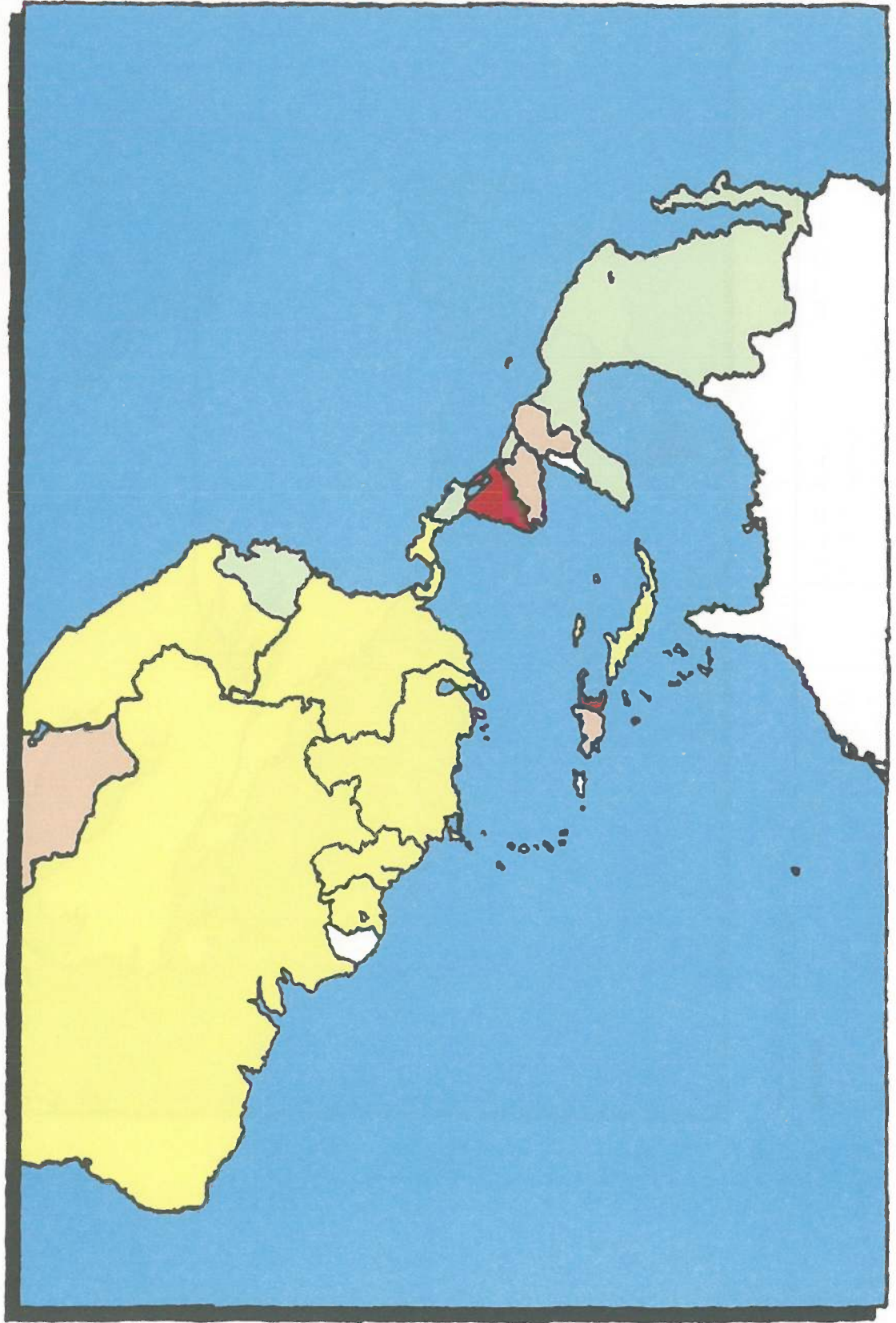


نسبة الأفراد الذين يعانون من نقص الأغذية



المصدر: ESN/WAICENT-KIMS, 2000

الصورة: خريطة الجوع في العالم
نسبة السكان الذين يعانون نقص الأغذية (١٩٩٦-١٩٩٨)
أمريكا الوسطى



غير مصنف

أقل من ٥%
غير معروف

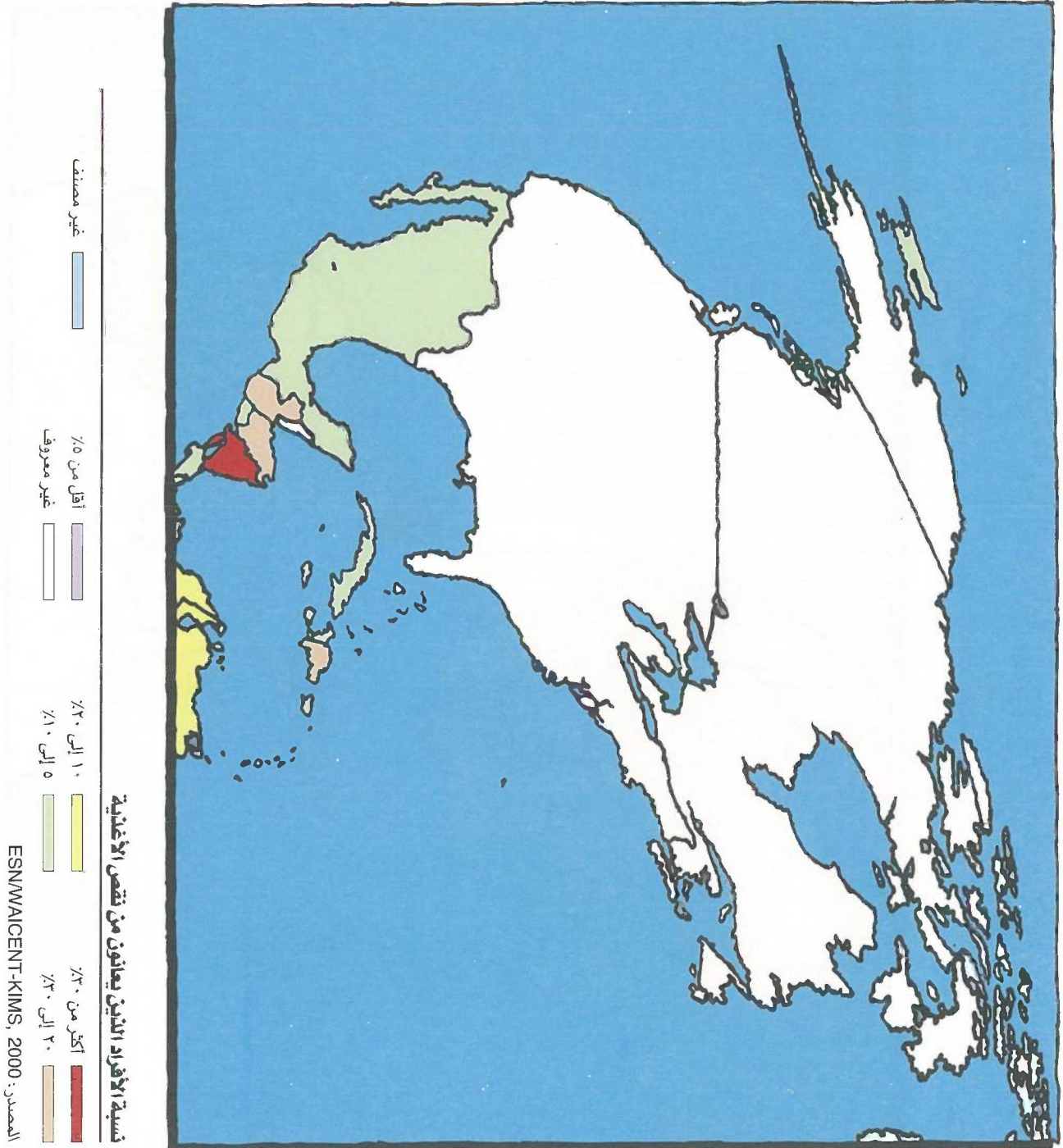
١٠ إلى ٢٠%
٥ إلى ١٠%

أكثر من ٢٠%
٢٠ إلى ٣٠%

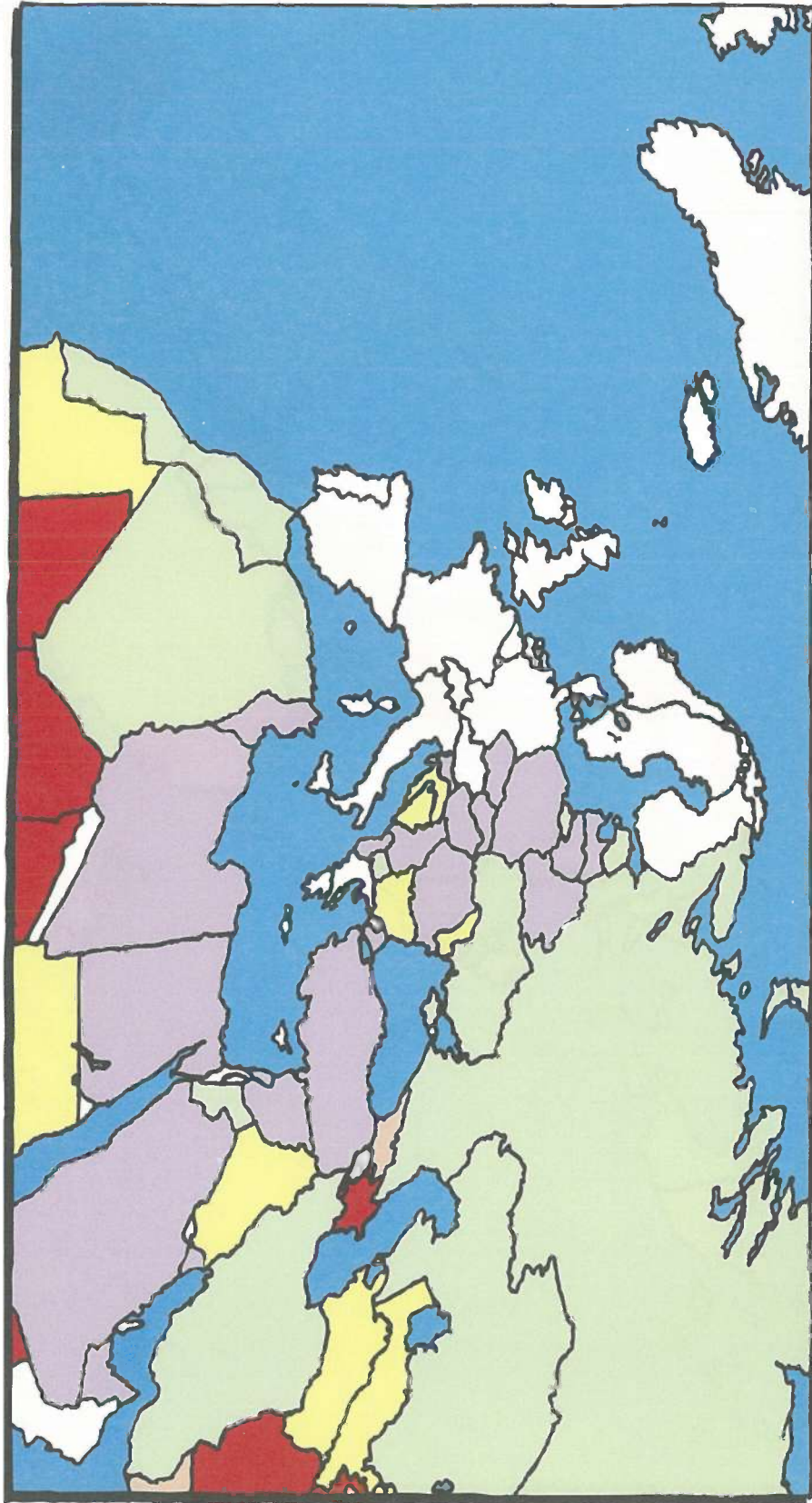
نسبة الأفراد الذين يعانون من نقص الأغذية

المصدر: ESNWAICENT-KIMS, 2000

الصورة: خريطة الجوع في العالم
نسبة السكان الذين يعانون نقص الأغذية (١٩٩٨-١٩٩٦)
أمريكا الشمالية



الصورة: خريطة الجوع في العالم
نسبة السكان الذين يعانون نقص الأغذية (١٩٩٦-١٩٩٨)
أوروبا



غير مصنف

أقل من ٥٪
غير معروف

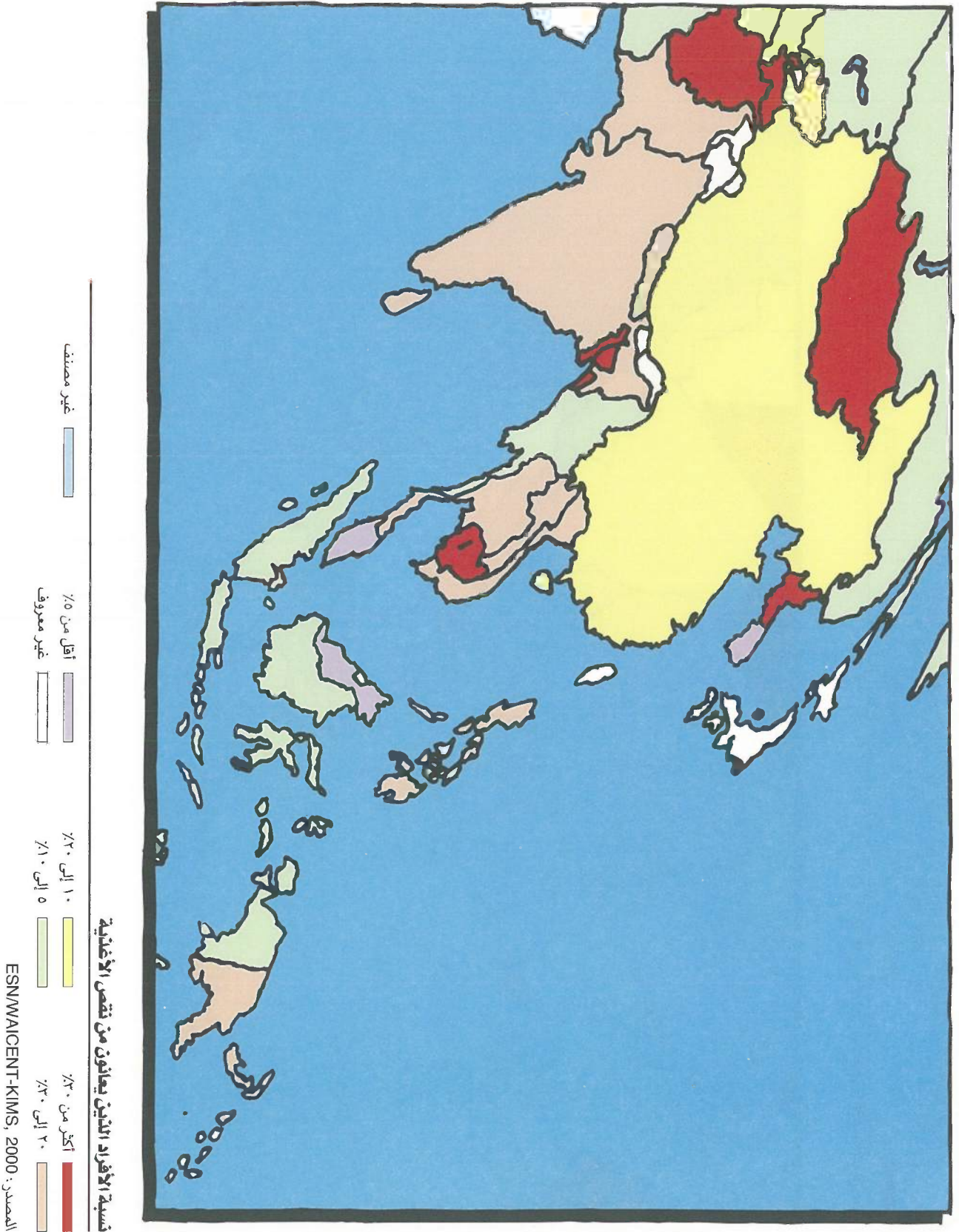
١٠ إلى ٣٠٪
٥ إلى ١٠٪

أكثر من ٣٠٪
٢٠ إلى ٣٠٪

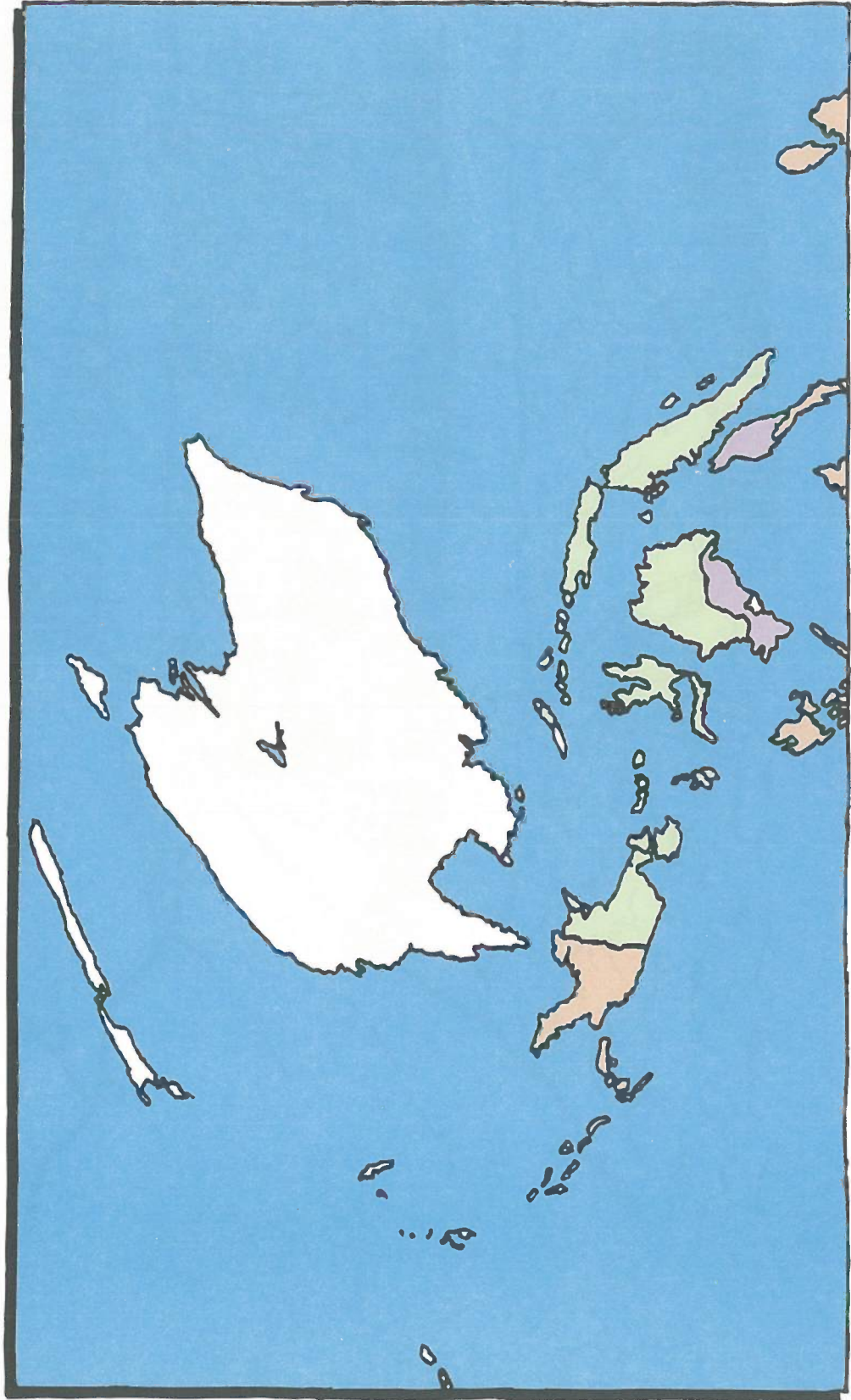
نسبة الأفراد الذين يعانون من نقص الأغذية

المصدر: ESNWAICENT-KIMS, 2000

الصورة: خريطة الجوع في العالم
نسبة السكان الذين يعانون نقص الأغذية (١٩٩٦-١٩٩٨)
آسيا



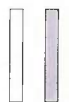
الصورة: خريطة الجوع في العالم
نسبة السكان الذين يعانون نقص الأغذية (١٩٩٦-١٩٩٨)
أوسيانيا



غير مصنف



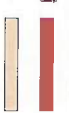
أقل من ٥٪
غير معروف



١٠ إلى ٢٠٪
٥ إلى ١٠٪



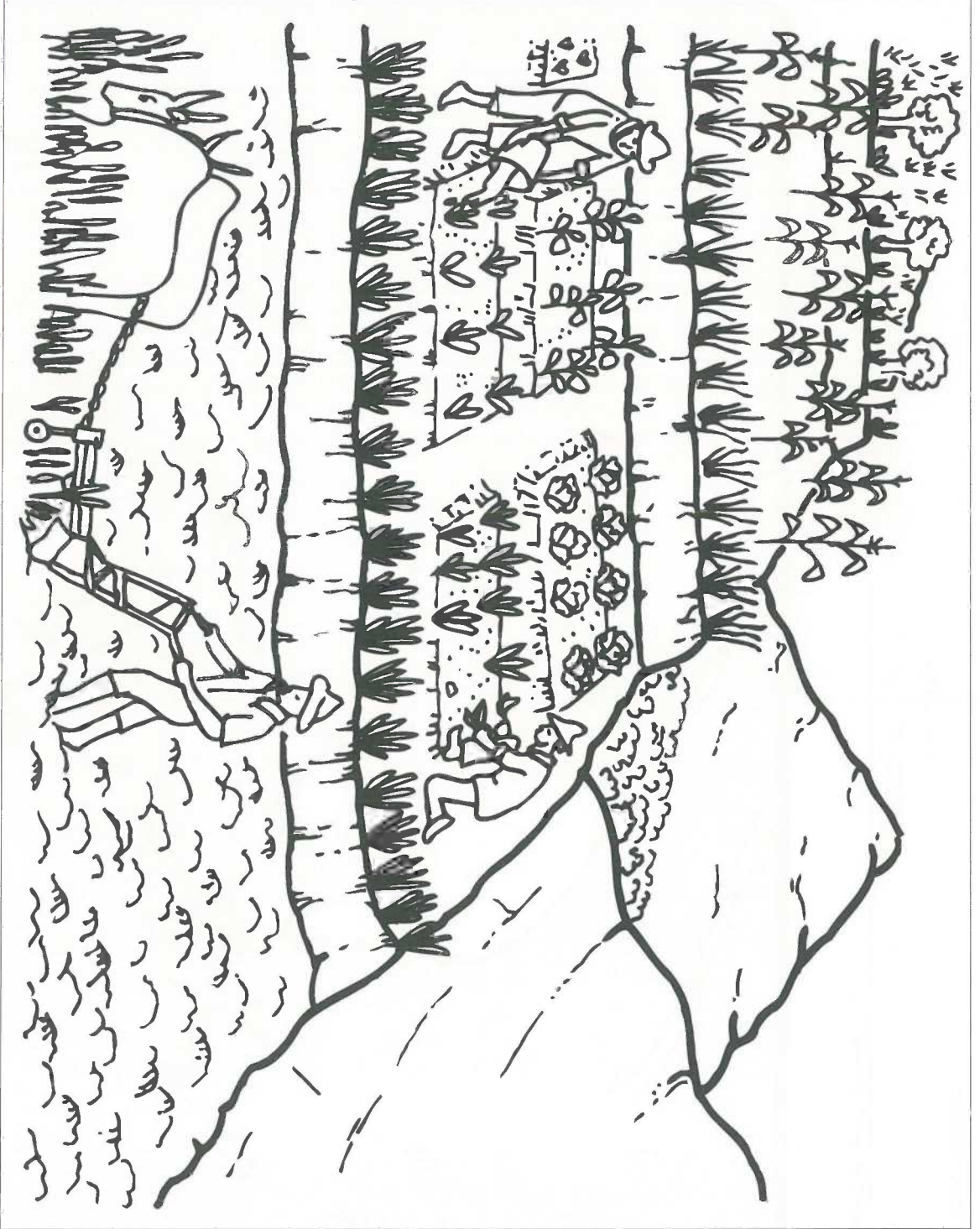
أكثر من ٢٠٪
٢٠ إلى ٣٠٪



نسبة الأفراد الذين يعانون من نقص الأغذية

المصدر: ESNWA/ICENT-KIMS, 2000

الصورة: الخطوات في نظام الأغذية



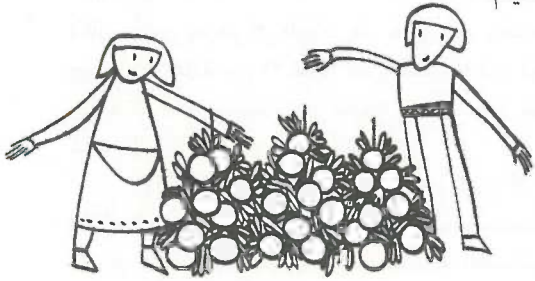
- تصنيع الأغذية وبيعها أو تخزينها
- إمداد الأغذية وتناولها

- الاستعداد لزراعة الأغذية
- زراعة الأغذية
- نقل الأغذية من الحقل

قصة: قصة طماطم ميجيل

الطماطم تنمو في الحقول

كانت الشمس تلقى بأشعتها على الحقل خارج كوخ خشبي. وكانت الأرض رطبة من جراء الأمطار وغنية بالسماذ الأخضر المستمد من الحيوانات. وكان ميجيل يدفع بمحراثه الجديد ببطء ذهابا وإيابا في الحقل صانعا صفوفًا طويلة تبدو مثل الجبال الدقيقة في التربة البنية المائلة للسواد. وبعد أن شعر بالرضا بعد أن رأى الصفوف المرتفعة التي أعدها وقد ظهرت محكمة ومستقيمة، بدأ بعناية في غرس شتلات الطماطم الخضراء الصغيرة التي كانت قد أعدت من البذور. وكانت الأمطار تأتي وتذهب، بينما أخذت النباتات تنمو ويصبح عودها، مع الأوراق الوارفة، سميكًا. وكان ميجيل يقطع الحقل ذهابا وإيابا بين الصفوف للعناية بالنباتات وإضافة بعض الأسمدة الخضراء من الحيوانات لمنح المزيد من المغذيات للتربة. وفي أحد الأيام



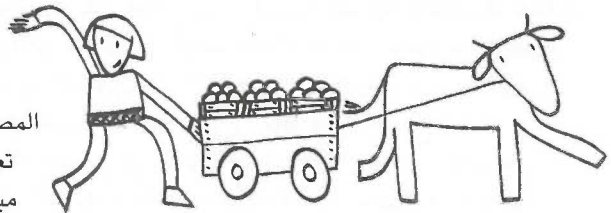
رأى ميجيل بعض الأزهار الصفراء الصغيرة تطل برأسها من بين الأوراق الخضراء. وسرعان ما ازدادت هذه الأزهار حتى أصبحت مثل النجوم الساطعة في السماء. ثم بدأت تظهر، من تحت كل زهرة من هذه الأزهار الشبيهة بالنجوم، إحدى حبات الطماطم الصغيرة المستديرة الخضراء، كما لو كان ذلك بفعل السحر. وأخذت الطماطم في النمو باطراد، وتغير لونها بمرور الأيام. وأخذت حبات الطماطم تتحول من اللون الأخضر الداكن إلى الأصفر ثم إلى الأحمر البرتقالي. وعندما كانت إحدى حبات الطماطم تكبر وتتخذ اللون الأحمر، كان ميجيل يعرف أنها أصبحت ناعمة ومليئة بالعصير وجاهزة للأكل. وأحضر ميجيل وعاء صغيرا مملوءا بالطماطم إلى منزله. وكانت آنا، زوجته، سعيدة بأن ترى ما وصلت إليه الطماطم من حجم ولون أحمر، وكانت تعرف أن مذاقها سيكون حلوا وطيبا. وقامت آنا بغسل الطماطم بعناية لإزالة أية أوساخ عليها وقطعتها إلى قطع صغيرة لعمل صلصة لعشاءها في ذلك المساء.



وبعد عدة أيام، كان الحقل قد تلوّن بلون الطماطم الحمراء البراقة على النباتات الخضراء حيث تقف في صفوف طويلة دقيقة. والآن أصبح الكثير من الطماطم جاهزا للجني، ولم تكن آنا لتستطيع استخدام جميع الطماطم الناضجة في عشاء ذلك المساء. وجاء ميجيل وآنا في وقت مبكر من صباح اليوم التالي إلى الحقل حاملين صناديق مسطحة كبيرة. وأخذًا يتجولان بين الصفوف ذهابا وإيابا لقطع الطماطم بعناية وتعبئتها في الصناديق. وحمل ميجيل وآنا صناديق الطماطم الناضجة إلى عربة اليد الخاصة بهما. وبعد أن حيا ميجيل آنا قبل ذهابه، دفع عربته عبر الممر الترابي إلى سوق القرية.

الطماطم تنتقل إلى سوق القرية

كانت ساحة السوق مزدحمة بأناس يفرغون سلعهم لبيعها. وكانت الملابس والمجوهرات والأحزمة والأحذية فضلا عن الكعك والخبز المصنوع في وقت مبكر من ذلك الصباح، معروضة على طاولات وملاءات تعلوها مظلات زاهية الألوان. وكان البيض واللحوم والجبن محفوظا بصورة مبردة تحت قماش مبلل. وكانت الفاكهة والخضار مرصوفة بعناية في أكوام عالية. وقام بعض الأفراد،



من بينهم ميجيل، بإنزال

صناديقهم على جانبي السوق. وهنا، وقفوا ينتظرون الأفراد القادمين بشاحنات لشراء الأغذية وغير ذلك من السلع من القرية ونقلها إلى المدن الكبيرة.

ووقف ميجيل بجانب صناديقه

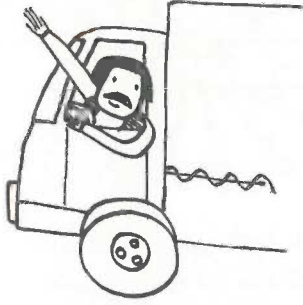
المعبأة بالطماطم يراقب إحدى

الشاحنات القديمة وهي تسير مصدرة

ضوضاء شديدة في ساحة السوق

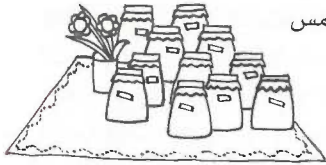


الصغيرة، ثم توقفت فجأة. ولوح بيدرو بيده للقرويين في السوق وهو يقفز من شاحنته ثم يغلق بابها بطريقة أحدثت ضجيجا عاليا. وكان بيدرو سعيدا وهو يرى أناسا كثيرين في السوق وقد وقفوا إلى جانب صناديقهم المكسدة بالفاكهة والخضر الطازجة والناضجة. وتحدث بيدرو مع ميغيل عن الأسعار ونوعية الطماطم التي يحملها. وعندما اتفقا على السعر، وافق بيدرو على شراء طماطم ميغيل. وقام ميغيل بعد ذلك بمساعدة بيدرو في حمل صناديق الطماطم إلى الشاحنة. وزار بيدرو عددا آخر من الأشخاص في السوق واشترى الكثير من الفاكهة والخضر الأخرى. وسرعان ما أصبح ظهر الشاحنة القديمة مزدحما بالفاكهة والخضر الطازجة التي زرعت في حدائق القرية.



وكان بيدرو يعرف أن الوقت قد حان لبدء رحلته الطويلة للعودة إلى المدينة. وكان سعيدا لأنه سيحقق ربحا من إعادة بيع الأغذية التي اشتراها من قرية ميغيل. وقفز بيدرو إلى شاحنته، وأدار محركها بعناية ثم تحرك ببطء من ساحة السوق، وهو يلوح بيده تحية لميغيل الذي كان يدفع عربته أمامه عائدا إلى كوخه الصغير.

وأثناء وجود ميغيل في السوق، كانت آنا تقطف المزيد من الطماطم لتحويلها إلى صلصة. وقامت بتنظيف الجرار بعناية بالماء الساخنة وأعدت الطماطم لتجهيز الصلصة. وعندما عاد ميغيل من السوق، كان لدى آنا الكثير من الجرار الحمراء الجميلة المليئة بصلصة الطماطم التي سيظلان يأكلان منها لفترة طويلة بعد انتهاء شمس الصيف وتغطية الثلج الأبيض للحقول. وكانت آنا سعيدة لتمكن ميغيل من بيع جميع ما لديهما من طماطم. وكانت تعرف أن لديها الآن المال اللازم لشراء الأغذية والإمدادات الأخرى التي تحتاجها الأسرة. وبعد يوم عمل طويل، كان ميغيل وآنا مرهقين وجائعين، وكانا سعيدين لتناولهما في ذلك المساء وجبة من حصىلة الأغذية التي قاما بزراعتها في حديقتهما بما في ذلك الصلصة التي أعدت من الطماطم الحمراء البراقة التي أنتجها.

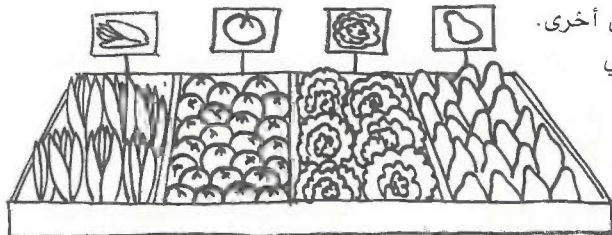


الطماطم تنتقل إلى المدينة الكبيرة

في الوقت الذي كان ميغيل وآنا يتناولان فيه طعام العشاء، كانت طماطم ميغيل تواصل رحلتها الطويلة إلى المدينة الكبيرة. وكانت الطماطم الحمراء الطازجة، المعبأة بعناية في صناديقها، تتحرك على طول الطرق الترابية والجسور الخشبية وتجتاز المدن الصغيرة. وهناك الكثير من الناس في المدينة لا يزرعون أغذيتهم. ويتعين عليهم شراء كل شيء يحتاجونه من السوبر ماركت الجديد الكبير الواقع في وسط المدينة أو من الأكشاك المقامة في السوق على طول أسوار المدينة منذ وقت طويل لا يتذكره أحد. وكان بيدرو، منذ عشر سنوات، يذهب إلى القرى في الريف لشراء الخضر لبيعها في المدينة. وبييع الخضر الطازجة التي يحضرها إلى مدير المنتجات في السوبر ماركت الجديد وإلى الأفراد الذين لديهم أكشاك في الأسواق وإلى معامل تصنيع الأغذية خارج أسوار المدينة. وتوقفت شاحنة بيدرو فجأة عند موقع التفريغ في السوبر ماركت. وكان الرجل العامل في السوبر ماركت سعيدا لدى رؤيته طماطم ميغيل الحمراء الطازجة وغير ذلك من الخضر في شاحنة بيدرو الكبيرة. وقام بيدرو بتفريغ العديد من صناديق



الطماطم والخضر والفاكهة وورصها في غرفة سوداء مبردة مليئة بصناديق أخرى. وأغلق الباب الخشبي الثقيل بإحكام وأصبحت الغرفة مظلمة وساكنة. وفي صباح اليوم التالي، سيقوم عمال السوبر ماركت برص الطماطم في صناديق عرض مبردة وبراقة تحت الأضواء الساطعة للسوبر ماركت الكبير. وسيقوم سكان المدن المشغولون بمهام كثيرة بتعبئة الطماطم في أكياس من البلاستيك وحملها إلى منازلهم.



الطماطم تذهب إلى معمل تصنيع الأغذية

واصلت بقية طماطم ميجيل رحلتها خلال شوارع المدينة المزدحمة. وكانت أصوات إشارات التنبيه الزاغة تتردد من حول شاحنة بيدرو وكانت حركة المرور تتدفع بينما كان أحد رجال الشرطة يقوم بتوجيه شاحنة بيدرو إلى الطريق السريع المؤدى إلى منطقة المعمل خارج وسط المدينة. وانطلقت شاحنة بيدرو إلى موقع التفريغ في المعمل والشمس تَوْدُن بالمغيب وراء أسوار المدينة.

وفي المعمل، قام رجال أقوياء بحمل الصناديق من شاحنة بيدرو إلى المخزن، بينما كانوا يتحدثون ويتضحكون أثناء عملهم. وكانت هناك صفوف طويلة من الصناديق المليئة بالطماطم والخضر الأخرى متراصة الواحد بعد الآخر في انتظار دخول المعمل لتحويلها إلى أغذية معلبة. وتم تفريغ صناديق الطماطم على حزام النقل الذي شق طريقه داخل المعمل للمرور بكل خطوة من خطوات التصنيع. واختلطت الآن طماطم ميجيل بالطماطم الواردة من أماكن أخرى في الريف. وأخذ حزام النقل يحمل الطماطم ببطء من خلال عمال الفرز الذين كانوا يقومون بفحص الطماطم أثناء تدفقها حيث كانت تبدو مثل نهر أحمر متدفق من الطماطم. وكان يمكن مشاهدة أيديهم، المغلفة بالقفازات البلاستيكية، وهى تتحرك بسرعة لإزالة أية طماطم معطوبة. وانتقلت الطماطم ببطء إلى المحطة التالية حيث تم غسلها بالماء الساخن ودفعها لإزالة قشرتها. وبعد ذلك وضعت في أنبوب كبير حيث تم طهيها وإضافة التوابل والملح إليها. وأصبحت طماطم ميجيل تغلي الآن في الأنبوب الكبير مع جميع الطماطم الأخرى التي كانت تبدو ناعمة وممتلئة في العصير الأحمر المبتل. ثم واصلت رحلتها إلى منطقة التعليب حيث أسقطت، محدثة بعض التناثر،

في صفوف وصفوف من العلب المستديرة

اللامعة وتم إغلاق العلب بينما يحدث

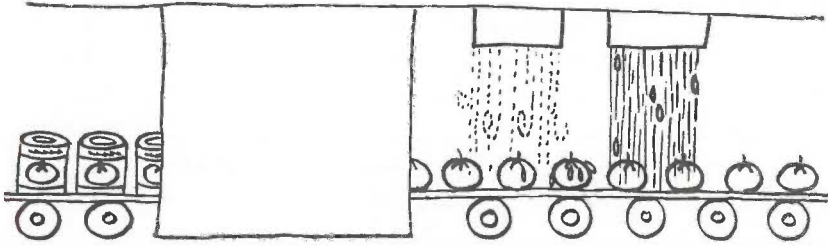
إغلاقها فرقعة مدوية. وبعد ذلك، ألصقت

بطاقة بيانات حمراء زاهية على صورة

الطماطم في كل علبه. وكان العمال يلتقطون

العلب بسرعة ويضعونها في صناديق من

الكرتون البني القوي.



الطماطم تعود إلى موطنها

وضعت طماطم ميجيل وقد استقرت داخل علبها المستديرة، والمعبأة في صناديق من الكرتون، على عربة كهربائية حملتها إلى المخزن الكبير حيث خزنت إلى أن يتم بيعها. ويمكن أن تظل طماطم ميجيل شهورا عديدة في المخزن إلى أن يتم طلبها. ويمكن أن يطلبها شخص في المدينة أو أن تنتقل في شاحنة أو قطار أو طائرة أو قارب إلى مكان بعيد، ربما حتى في أماكن لم تزرع فيها الطماطم أبدا. ويمكن أن تشتري وتستخدم لتقديم طعام عشاء في مستشفى أو مدرسة أو مطعم أو لكي تتناوله أسرة من الأسر.

ومن الممكن أيضا أن يذهب ميجيل وأنا ذات يوم إلى البقال في قريتهما الصغيرة ويشتريان علبه من الطماطم المطهية عندما تنفذ إمداداتهما من الصلصة التي جهزتها أنا. وسوف يجلسان لكي يتناولوا عشاءهما الذي دخلته الطماطم المعلبة في شكل صلصة. وسوف يقول ميجيل إن هذه الطماطم لذيذة ولكنها ليست بمستوى إنتاجنا من الطماطم، وسوف ترد أنا بنعم إنها ليست بمستوى الطماطم التي زرعتها، ولكنها في الواقع جيدة جدا جدا. ولن يعرف ميجيل أو أنا أن الطماطم التي أنتجناها قد عادت إليهما.



الجدول: مخطط نظام الأغذية

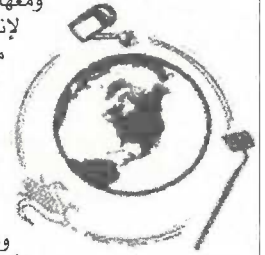


العمليات والاعتبارات: الخطوات		
قطاع الأغذية التجاري	نظام الأغذية المحلي	
البذور الأسمدة المبيدات المعدات الزراعية الأراضي غير ذلك؟ 	البذور الأدوات الأراضي غير ذلك؟ 	الاستعداد لزراعة الأغذية
العمل الظروف المناخية الأمن والسلامة غير ذلك؟ 	العمل الظروف المناخية الأمن والسلامة غير ذلك؟ 	زراعة الأغذية
الشاحنات الطرق المخازن غير ذلك؟ 	السلال الصناديق العربات الشاحنات غير ذلك؟ 	نقل الأغذية من الحقل
المخازن المصانع السوق الاستقرار الاقتصادي الاستقرار السياسي غير ذلك؟ 	الجرار حيز للتخزين السوق الاستقرار الاقتصادي الاستقرار السياسي غير ذلك؟ 	تصنيع أو بيع أو تخزين الأغذية
مكان الطهي معارف عن الأغذية والتغذية تقاسم الأغذية غير ذلك؟ 		إعداد وتناول الأغذية



العلماء الشباب يقيمون الاتصال

كل عام، تجرى دعوة العلماء الشباب العاملين في معاهد البحوث الزراعية في العالم النامي، التي يشرف عليها البنك الدولي والجماعة الاستشارية للبحوث الزراعية الدولية ومعهد روديل، إلى مناسبة "زراعة الحقائق لإنتاج الأغذية في العالم" التي تقام في مركز ابيكوت، وهو مزار سياحي معروف يستند إلى العلم في الولايات المتحدة. وليس الغرض من هذه المناسبة هو تدريب العلماء على مهارات البحوث، بل التدريب على أعمال الاتصال.



ويشمل جزء من البرنامج إقامة نماذج لأنواع المزارع التي توجد في أمريكا

"ينبغي أن تدرج

السياسات الشباب

كعناصر فاعلة في

برامج التنمية وليس

مجرد منتفعين منها".

اليزوي خافير،

رئيس

"لجنة الشباب في

البرازيل

اللاتينية وأفريقيا وآسيا والولايات المتحدة. ويتولى العلماء الزائرون، بفضل ما يكتسبونه من خبرات جديدة في مجال الاتصال، شرح القضايا والمشكلات الزراعية التي تواجهها بلدانهم للآلاف من زوار ابيكوت يوميا، وتوضيح ما تقدمه البحوث من مساعدات للتغلب على المشكلات. وهكذا تتاح الفرصة للعلماء الشباب لعرض تجاربهم أمام المستمعين من العالم المتقدم. وعند عودة هؤلاء العلماء إلى بلادهم يمكنهم إجراء المزيد من البحوث ومناقشة القضايا مع صانعي السياسات والعلماء الآخرين بل والمزارعين أنفسهم. وكلما اتسع نطاق المستمعين لهم، زادت تأثيرات بحوثهم في النهوض بإنتاج الأغذية وتحقيق الأمن الغذائي.

الطلبة الدوليون يساعدون القرى

في غانا

تعاون الطلبة من أربع منظمات دولية مع طلبة غانا في تصميم منهج متعدد التخصصات ومنخفض التكلفة لتنمية المجتمع الريفي. ويقدم المشروع مثالا ممتازا على الكيفية التي يمكن بها للشبان والشابات العمل معا لتحسين الأحوال الصحية والتغذية في البلدان النامية.



وقد بدأ هذا المشروع الاتحاد الدولي لطلبة العلوم الطبية، الذي حصل بعد ذلك على دعم ومشاركة كل من الرابطة الدولية للطلبة الزراعيين، والرابطة الدولية لطلبة الحرجيين، والاتحاد الدولي لطلبة علوم الصيدلة.

ويعترف المنهج الذي ابتدعه الطلبة، والذي يعرف باسم "مشروعات مفهوم القرية"، بالعلاقات الوثيقة القائمة بين

الصحة والإنتاج الغذائي وإدارة الموارد الطبيعية. وكان من أهم نقاط التركيز للمشروع ضمان توافر الإمدادات المحلية من البوتاتين. ولذا عمل الطلبة المحليون والدوليون جنبا إلى جنب مع القرويين في زراعة قطع أراضي البيانات العملية الخاصة باللويبا وفول الصويا، وأطلعوا المزارعين على التقنيات الزراعية المبتكرة والسليمة من الناحية البيئية، كما وضعوا نموذجا لمزرعة الدواجن.

ولم يكن في الوسع القيام بمشروعات مفهوم القرية هذه بدون مشاركة طلبة غانا الذين قاموا بدور المنسقين المحليين. كما عمل الطلبة بتعاون وثيق مع لجنة تنمية القرى المحلية. وقد بلغ عدد الطلبة، الذين عملوا في أول مشروع لمفهوم القرية، ثمانية وستين طالبا من ١٥ بلدا. وكان هذا المشروع بمثابة نموذج للمشروعات الإنمائية المماثلة التي ينفذها الطلبة الدوليون، وقد أحرز من النجاح ما أدى إلى القيام بمشروع آخر مماثل بعد انتهاء المشروع الأول مباشرة.

"إننا نعى جيدا ماذا

يعني أن نكون شبابا.

إننا ندرك متى نكون

مشاركنا حقيقية،

ومتى نستخدم كساج

لإضفاء الشرعية على

القرارات التي اتخذت

بالفعل. إننا ندق على

الأبواب ونقول

اسمعوا لنا بالدخول

الآن".

كاميلا لندكويست

المجلس الوطني

للشباب في السويد

تربية أكثر من ٢١ جيلا من الأرانب، وأصبح من أصحاب الأعمال التجارية، إذ يمتلك نحو ٢٠٠ ألف أرنب. وقد أعطى مئات الأرانب لجيرانه وتقاسم المعلومات عن طرق العناية بالحيوانات.

وفي جزء آخر من الصين، منح هذا المشروع بطا لأسرة شابة. وفي غضون ثلاث سنوات، أقام المتعهدون الشباب من هذه الأسرة مزرعة بط يبلغ إنتاجها السنوي ٤٠٠ ٠٠٠ بطة. وتقوم هذه الأسرة الآن بتزويد الأسر الأخرى ببط التربية. وبدأت في إنشاء صناعات منزلية لتسويق لحوم البط وبيضه وزغب البط.



ويقوم مشروع هايفر الدولي بتزويد الشباب وأسرههم في ٤٠ بلدا بحيوانات المزرعة التي توفر لهم الدخل والغذاء.

الغذاء والأمل في وثبة واحدة

منذ أقل من خمس سنوات، تلقى رين اكسوينج، وهو مدرس صيني شاب لا يملك أرضا، هدية عبارة عن ثلاثة أرانب من مشروع هايفر الدولي، وهو منظمة غير حكومية تعتقد في توافر روح المخاطرة لدى الشباب. وقد منح رين اكسوينج هذه الأرانب بعد أن شهد جيرانه بأنه أشد الناس حاجة في القرية. وكان الالتزام الوحيد منه هو الوعد بأن يعطى نفس العدد الذي حصل عليه، أي أن يعطى إنتاج هذه الأرانب، لشخص آخر أو لأسرة من الأسر المحتاجة.

ولقد أوفى رين اكسوينج بوعد وزيادة. فقد نجح في

الشبان يكافحون الجوع

٨

إضاءة شمعة في دومينيكا



المال الأساسي، ولم يكن هناك أي مصرف يقرضهم المال اللازم لذلك، إلا أن الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية جاءت في آخر الأمر لإنقاذهم بمنحة قدرها ٤٠٠٠ دولار اشترت بها المواد الخام اللازمة، أي الشمع والخيوط، وشرعوا في إنتاج الشموع. وكانت المتاجر المحلية سعيدة بشراء هذه الشموع، وقد أعادت التعاونية استثمار الأرباح في هذا المشروع. ونجح الأعضاء في الحصول على قرض قدره ٥٠٠٠ دولار، وبعد عام بدأ كل منهم يحصل على أجر صغير. وعندما ازدادت إمدادات الكهرباء في دومينيكا، انخفض الطلب على الشموع ومن ثم بدأت التعاونية في تصديرها إلى الجزر الأخرى في المنطقة.

عقدت في جزيرة دومينيكا، الواقعة في البحر الكاريبي، ندوة دراسية لشباب الريف المتعطلين لبحثهم على القيام بالأعمال التجارية ذات الصلة بالزراعة، مثل تصنيع الفاكهة. غير أن عشرة من الشباب رأوا أن صناعة الشموع وبيعها يتيحان لهم فرصة تجارية هائلة، فمعظم أراضي الجزيرة لم تدخلها الكهرباء، وبالتالي كان هناك طلب كبير على الشموع التي كان يتم استيرادها من الولايات المتحدة والمملكة المتحدة.

وتضم الآن تعاونية صناعة الشموع ١٦ عضواً، يشعر جميعهم بالاعتزاز والفخر، فقد نجحوا في إقامة مشروع تجاري صغير وسليم، يوفر لهم الدخل، ويبين ما يمكن أن يحققه مجموعة من الشباب بجهودهم الخاصة.

وأشار منظمو الندوة عليهم بنيد هذه الفكرة، إلا أن الشباب تجاهلوا هذه النصيحة، وانتخبوا ثلاث نساء لإدارة تعاونية قاموا بإنشائها، وتعلموا طريقة صنع الشموع. وبعد ذلك اكتشفوا أنهم في حاجة إلى رأس

شباب بنغلاديش يقدمون القروض

نادراً ما تقرض البنوك الأموال لفقرى الريف لتحسين طرق الإنتاج الغذائي، ومن ثم يتعين على القرويين أن يدفعوا أسعاراً فائضة باهظة للمرابين الذين يستولون على أراضيهم إذا فشلوا في السداد.

وحدث أن كانت إحدى القرى في ميسيس الحاجة إلى آلة لدرس الأرز. فهذه العملية كانت تتم في السابق يدوياً، وهي طريقة غير متقنة وبطيئة وتنتسب في ضياع جزء من المحصول. وقد أنشأت

مجموعة من الشباب صندوقاً للتسليف، يدفع فيه القرويون مبلغاً صغيراً كل أسبوع. وبمرور الوقت، أصبح رصيد هذا الصندوق كبيراً بما يكفي لشراء آلة لدرس الأرز، استخدمتها كل أسرة خلال موسم الحصاد بالتناوب. وأصبح الصندوق الآن يقرض الأموال لأشد القرويين فقراً، الذين يستخدمون هذه الأموال في شراء الدواجن، ويسددون الديون من خلال بيع البيض.

ولم تؤد هذه النشاطات إلى زيادة الإمدادات الغذائية للقرية فحسب، بل إنها أيضاً منحت القرويين شعوراً بالاكتمال الذاتي واحترام الذات.

شباب إل H-4 يعتنقون أفكاراً جديدة

حركة إل H-4 الأمريكية تعتبر دليلاً على أن أسرع الوسائل لنشر التكنولوجيا الجديدة للأغذية والزراعة هي من خلال الشباب. ففي عام ١٨٩٨، وجد المدرب الزراعي ويل أوتويل أن حفنة صغيرة من المزارعين هي التي تهتم بحضور الاجتماعات لتعلم أساليب الزراعة الجديدة، ولذا قرر أن يتحول عن الآباء ويركز على أولادهم.

وعرض أوتويل على الشباب الحصول على بذور الذرة المحسنة، مع وعد بمنح جائزة لمن يحقق أكبر

الغلات. فبهذه الطريقة يقوم الشباب بإجراء بيانات عملية على مستوى المزرعة لأبائهم عن مزايا زراعة أصناف البذور عالية الجودة. وخلال العام الأول، طلب أكثر من ٥٠٠ شاب بذور الذرة. وبحلول عام ١٩٠١ زاد عددهم إلى ١٥٠٠ شاب، وارتفع في ١٩٠٤ إلى ٥٠٠٠ شاب. أما اليوم، فإن برنامج هذه الحركة أصبح يضم ٥ ملايين عضو في الولايات المتحدة، وقد أصبح هذا المفهوم مثلاً يحتذى به في مختلف أنحاء العالم. وتشير التسمية H-4 إلى الكلمات الإنجليزية الأربع: الرأس Head واليدين Hands والقلب Heart والصحة Health.

من حدة المجاعة في جمهورية كوريا الديمقراطية الشعبية. كما شاركت المرشدات في مختلف أنحاء البلاد في جمع التبرعات وفي نشاطات تحسين التغذية في مجتمعاتهن المحلية، بما في ذلك العمل مع بنوك الأغذية المحلية، وتقديم العون لبرامج الأغذية التي تهدف إلى مساعدة كبار السن، وفي تخطيط الحدائق المجتمعية لتوفير المنتجات الطازجة لدور النساء. كما تعمل المرشدات في النمسا وكوستاريكا معاً لتحسين التغذية وسلامة الأغذية.

ومنذ عام ١٩٩٥، تقدم منظمة الأغذية والزراعة والاتحاد الدولي للمرشدات والجوالة ميدالية سنوياً لأحدى المرشدات، أو مجموعة منهن، تقديراً لمشروع فريد تقوم، أو تقمن به، في ميدان تحسين التغذية أو النوعية الغذائية.

المرشدات يروجن للتغذية والتضامن

تقوم مجموعة من المرشدات قوامها ١٠٠ فتاة بزيادة إنتاج الأغذية والدخل والأمل لسكان قريتين معزولتين في بوروندي. فقد بدأت هؤلاء المرشدات، بمساعدة حملة تليفون التي تنظمها منظمة الأغذية والزراعة بتربية الدواجن وزراعة الفاكهة والخضر.

وقرر الاتحاد العالمي للمرشدات والجوالة، الذي يبلغ عدد أعضائه نحو ١٠ ملايين فتاة وامرأة في ١٣٦ بلداً، أن يجعل من مكافحة الجوع وسوء التغذية محورياً للنشاطات المحلية والتضامن الدولي.

وفي مارس/آذار ١٩٩٩، أهدت مرشدات كندا شيكا بمبلغ ١٠٠ ٠٠٠ دولار للصليب الأحمر، كمساهمة منهن في التخفيف

"ينبغي المضي في

استئصال الفقر بالمعنى

الأفريقي وليس بمفهوم

الغرب. ويتعين على

مرشدي التنمية أن

يفهموا القيم

والأيدولوجيات المحلية

ويرتبوا أولوياتها. وأن

يراعوا عند صنع القرار،

الأساليب التي يستخدمها

الشباب المحليون،

وينبغي أن يكون المنهج

المستخدم من القاعدة

إلى القمة"

بينديتا روسي، ٢٤

عاماً، المنظمة

العالمية لخريجي

التعليم الكاثوليكي

دراسة حالة قطرية: آسيا



أدت فترة النمو الاقتصادي السريع إلى ظهور تحسن كبير في حالة الأمن الغذائي في معظم دول آسيا والمحيط الهادي. وكانت كمبوديا التي انخفضت فيها نسبة من يعانون نقص الأغذية من ٦٢ إلى ٢٣٪ بين عامي ١٩٨٠ و ١٩٩٦، في صدارة هذه الدول. كذلك حققت دول أخرى كثيرة في المنطقة انخفاضات كبيرة، ومنها الصين والهند وإندونيسيا وميانمار ونيبال وباكستان وفيتنام. ولم يزد نقص الأغذية إلا في دولتين فقط هما منغوليا وجمهورية كوريا الديمقراطية. ففي حالة كوريا الديمقراطية، ارتفعت نسبة نقص الأغذية من ١٦ إلى ٤٨٪. وربما تسببت الأزمة المالية في عرقلة التقدم في بعض البلدان، لكن الاتجاه العام مازال إيجابيا.

كمبوديا - حصاد محصول السلام

في كمبوديا يزرع المزيد من الأرض، وينتج المزيد من الطعام، ويقل كثيرا عدد الجوع، بعدما تحررت البلاد من عقود طويلة من الحرب. ففي الفترة بين ١٩٨٠ و ١٩٩٦، ضاعف المزارعون تقريبا مساحة المنطقة التي كانوا يزرعونها بالمحصولات. وارتفعت غلات الأرز، وهو الطعام الأساسي في كمبوديا بمقدار ٦٤٪. كما زاد الإنتاج من لحم الخنزير والبقرة والدجاج زيادة كبيرة. ونظرا لهذه الزيادة في حجم الإنتاج الغذائي، تحسن استهلاك الكمبوديين من الغذاء، حتى وان واصل تعداد السكان زيادته بسرعة، وتضاءل حجم الواردات الغذائية.

على أنه رغم هذا التقدم الذي طرأ حديثا، فما زالت كمبوديا دولة شديدة الفقر، والكثيرون من سكانها مازالوا يعانون انعدام الأمن الغذائي. وحتى بعد ارتفاع متوسط المتحصلات من الأغذية لدى الكمبوديين بنسبة ٢١٪ منذ عام ١٩٨٠، فإن حجم هذا المتحصل في عام ١٩٩٦ يكاد لا يكفي للوفاء بالحد الأدنى من المتطلبات اليومية. فأكثر من ثلث عدد الأسر في كمبوديا تعيش دون خط الفقر. وينعكس فقر البلاد في نقص التنوع الكافي في وجبات الناس. ويأتي نحو ٨٠٪ من متوسط المتحصلات اليومية من السعرات الحرارية من الأرز وحده.

وقد تسببت عقود من الحروب والصراعات الأهلية في تخريب أنظمة الري التقليدية. كما هجر الفلاحون كثيرا من الحقول بسبب انتشار الألغام الأرضية فيها. ومع ذلك نجد أن التسوية السلمية لعام ١٩٧٩ فتحت الباب أمام انتعاش البلاد، كما أن برنامج الإصلاح الاقتصادي، الذي بدأ العمل به عام ١٩٩٢، ساعد على التحكم في التضخم. واستجاب المزارعون لهذا الوضع بزيادة مساحة الأراضي المزروعة، ورفع مستوى إنتاج الأرز، وتنوع نشاطهم ليشمل محاصيل أخرى ومنتجات حيوانية قابلة للتصدير.

وتتواصل برامج نزع الألغام وإصلاح نظم الري. كما بدأ تنفيذ برنامج لخفض معدلات الفقر، عن طريق إيجاد وظائف للفئات الفقيرة.

جمهورية كوريا الديمقراطية - حصاد مر

أصبحت جمهورية كوريا الديمقراطية الشعبية بنكبات شديدة في التسعينات، من جراء الفيضانات والجفاف وأنهيار علاقاتها التجارية الخاصة مع الصين والاتحاد السوفييتي السابق. وكان تأثير ذلك مدمرا على الإنتاج الغذائي وأوضاع التغذية بالنسبة للسكان. فقط هبط إجمالي إنتاج الحبوب إلى أقل من نصف ما كان عليه في عام ١٩٨٠، بينما زاد عدد من يعانون نقص الأغذية حتى وصل إلى نصف تعداد السكان تقريبا.

وتسبب التدهور الاقتصادي السريع في ترك البلاد بدون نقد، أو أي جدارة ائتمانية تؤهلها لتمويل الواردات الغذائية المطلوبة. وحصلت البلاد على معونات غذائية هائلة، لكن مشكلات الإمداد والتوزيع جعلت من الصعب إيصال هذه المعونات إلى كل المحتاجين إليها. وأثقلت الأزمة عاتق نظام التوزيع العام في البلاد، وأرهقته بدرجة كبيرة. فهذا النظام يبيع مخصصات غذائية ثابتة من الأرز والذرة لسكان المدن، وللأشخاص الذين يعملون في مزارع ومنشآت تديرها الدولة في الأرياف. ونظرا لفشل المحاصيل، وتضاؤل الواردات، فلم تكف المخزونات الاحتياطية، التي يحتفظ بها نظام التوزيع، لسد الثغرة. ولهذا خفضت المخصصات بدرجة كبيرة، واضطر الكثيرون إلى خفض استهلاكهم الغذائي.

وجاء هذا الانهيار في أعقاب فترة من النمو الاقتصادي السريع. فنظرا لأن الأرض الزراعية محدودة المساحة، ولأن موسم الزرع قصير، فقد تحققت المكاسب في الإنتاج الغذائي من خلال الزراعة المكثفة. لكن عندما توقفت فجأة الإمدادات من قطع الغيار والأسمدة والمبيدات الحشرية والمياه المرفوعة بالمضخات، بدأت غلة المحصول في الانخفاض بشدة. واعتبارا من عام ١٩٩٥، حلت سنتان من العواصف الشديدة والفيضانات الكاسحة، تلاهما جفاف شديد، الأمر الذي دمر مساحات واسعة من الأرض الزراعية.

وتسعى البلاد حاليا إلى إنعاش الإنتاج الزراعي من خلال الاعتماد على أنواع محسنة من البذور، وعلى وسائل تكفل زراعة محاصيل، وإصلاح نظم الري، وتحسين خصوبة التربة.

دراسة حالة قطرية: أمريكا اللاتينية والكاريبي



تختلف مستويات نقص الأغذية واتجاهاته اختلافا شاسعا في أمريكا اللاتينية والكاريبي. ففي معظم دول أمريكا الجنوبية، نجد أن مستويات نقص الأغذية منخفضة فعلا، أو آخذة في الانخفاض بسرعة. وفي أمريكا الوسطى من جهة أخرى ترتفع هذه المستويات في عدة دول، مع أن هندوراس سجلت أفضل المكاسب في المنطقة، وتمكنت من خفض معدلات انتشار نقص الأغذية فيها من ٣١٪ إلى ٢١٪. أما الانتكاس الذي أصاب كوبا، حيث ارتفع نقص الأغذية من ٣ إلى ١٩٪، فكان من نواح عدة متماثلا مع الكثير من الجزر المجاورة لها، التي شهدت زيادة في معدلات نقص الأغذية منذ ١٩٨٠.

كوبا - فقدان الشريك التجاري يضعف الأمن الغذائي

انكمش الاقتصاد الكوبي وارتفعت مستويات نقص الأغذية، منذ أن فقدت كوبا أهم شريك تجاري لها، مع تفكك الاتحاد السوفييتي السابق. ونظرا لأن الكثير من إنتاجها الزراعي مخصص لإنتاج سلع للتصدير (كالسكر والتبغ بصورة أساسية)، فقد نجحت في خفض معدلات نقص الأغذية فيها، لمستويات متدنية للغاية، مع الاعتماد في الوقت نفسه على التجارة للحصول على أكثر من نصف احتياجاتها من الطعام.

ومع انتهاء العلاقات التجارية الخاصة بين كوبا والاتحاد السوفييتي، هبط معدل المتحصل الغذائي اليومي بأكثر من ٥٠٠ سعر حراري للشخص الواحد، لسبب أساسي هو التدهور البالغ في حجم الواردات الغذائية. كذلك هبطت غلات المحاصيل الغذائية الكبرى، من جراء النقص في الأسمدة المستوردة. لكن كوبا تمكنت من إنتاج كميات مماثلة تقريبا لما كانت تستورده، عن طريق زراعة المحاصيل الغذائية على مساحة أكبر من الأرض.

وتسبب التدهور الاقتصادي في زيادة عدد المعتمدين على الإعانات، مع خفض الطاقة الإنتاجية والمتحصل الغذائي لكثير من العمال وأسرههم. كما أن استمرار القيود المفروضة على التجارة مع الولايات المتحدة، إنما يضاعف من المصاعب الاقتصادية التي تواجهها البلاد.

لكن كوبا - على الرغم من مشكلاتها الحديثة - مازالت مزدهرة نسبيا، وبها ما يكفي من الطعام، قياسا إلى دول أخرى في الكاريبي وأمريكا الوسطى. فأكثر من نصف الطرق في كوبا ممهدة، ويستطيع ٩٥٪ من السكان الحصول على حاجتهم من مياه الشرب المأمونة.

ومنذ عام ١٩٩٣، أعطت الحكومة الكوبية الأولوية لزيادة إنتاج الأغذية، وإعادة هيكلة الصناعة. وبدأت تظهر دلائل على أن النموذج الاقتصادي الجديد يرسخ جذوره، وأن أسواق العمالة بدأت تتعش. لكن هذه العملية الانتقالية أمامها شوط طويل كي تكتمل.

هندوراس - النمو الاقتصادي يساعد على خفض معدلات الجوع

استمدت هندوراس العون من النمو الاقتصادي المطرد، جنبا إلى جنب مع برنامج فعال للمعونات، مخصص لأفقر مواطنيها، فتمكنت من خفض نسبة سكانها ناقصي الأغذية بنحو الثلث. وساعدت الزيادة في الإنتاج الغذائي، ووفرة الواردات، والسحب من المخزون الاحتياطي، على وضع المزيد من الطعام على موائد الأسرة في هندوراس. فقد تضاعف إنتاج الذرة مرتين تقريبا بين ١٩٨٠ و١٩٩٦. وقد استهلك الكثير من هذه الزيادة في شكل علف لصناعة الماشية المزدهرة. والواقع أن استهلاك البشر للذرة انخفض قليلا. كما أن الزيوت النباتية والسكر شكلت معظم الزيادة في المتحصلات من الأغذية، هذا فضلا عن زيادة استهلاك اللحوم والبقول نوعا ما.

ومنذ أن اتبعت هندوراس برنامجا بعيد الأثر لتعديل هيكل إنتاجها عام ١٩٨٨، أخذ اقتصاد البلاد ينمو بمعدل سنوي مقداره ٢,٧٪. كما أن ارتفاع معدلات الرفاهية ساعد أيضا على توفير مياه الشرب المأمونة إلى ٨٧٪ من السكان، ورفع معدلات معرفة القراءة والكتابة إلى ٧٠٪. ويستمد الفقراء العون المباشر من خلال صندوق الاستثمار الاجتماعي، الذي امتد أثره إلى الكثير من المحرومين. كذلك يقوم برنامج للمخصصات الغذائية بتقديم قسائم (أو كوبونات) لمساعدة تلاميذ المدارس والأمهات وكبار السن، على شراء الطعام وسائر الضرورات.

وعلى الرغم من المكاسب الحديثة التي حققتها هندوراس، فإنها مازالت تواجه تحديات صعبة. فالنمو الاقتصادي لم يقض على الفوارق الواسعة في الثروة والدخل. كما أن الفقر وانعدام الأمن الغذائي مازالا منتشرين نسبيا، ونحو نصف السكان في هندوراس من أهل الريف. وفي المناطق الريفية من هندوراس، هناك حوالي ٤٠٪ يعيشون في فقر مدقع، والكثيرون منهم عمال زراعيون في ضياع شاسعة الأرجاء. وتوفر الزراعة التجارية إمكانيات طيبة للنمو، ولكن التحدي المتمثل في تحقيق المزيد من التوزيع العادل للمنافع ما زال قائما.

دراسة حالة قطرية: الشرق الأدنى وشمال أفريقيا



تمكنت معظم الدول في الشرق الأدنى وشمال أفريقيا بالفعل من تحقيق مستويات منخفضة للغاية من نقص الأغذية. والواقع أن هذه المنطقة تضم ١٠ دول من أصل ١٤ دولة نامية، لا يؤثر فيها نقص الأغذية إلا على أقل من ٥٪ من السكان. والخفض الذي سجلته المغرب، من ١٠ إلى ٥٪ يمثل أفضل تقدم وسط هذه المجموعة من الدول حسنة الأداء. ولم تطرأ زيادات ملحوظة إلا في أفغانستان، التي ارتفعت فيها نسبة من يعانون نقص الأغذية من ٣٣٪ عام ١٩٨٠ إلى ٦٢٪ عام ١٩٩٦، وأيضاً في العراق، حيث ارتفعت النسبة من ٤٪ إلى ١٥٪ في الفترة ذاتها.

المغرب - الاقتصاد المزدهر يعزز الأمن الغذائي

تمتع المغرب - بفضل ما لديها من ثروة معدنية طائلة، ومركز راسخ للمعاملات التجارية - بنمو اقتصادي مطرد، الأمر الذي خفض نقص الأغذية إلى مستويات بالغة التدني. وفيما بين عامي ١٩٨٠ و١٩٩٦، زاد حجم المتحصل الغذائي اليومي من ٢ ٧٢٣ سعرا حراريا إلى ٣ ١٨٦ سعرا، بالغا بذلك مستويات مماثلة لما نجده في بعض الدول الصناعية. وجاءت هذه المكاسب من الزيادة في الإنتاج الغذائي والتجارة. وتضاعف إنتاج الحبوب والبطاطا (البطاطس) أكثر من مرتين، مستفيدا في ذلك من زيادة الإنتاج لصنع الأعلاف، في حين زاد حجم الواردات لتلبية الطلب المتزايد على الطعام. ومع نمو الاقتصاد بنسبة ٤٪ تقريبا في السنة، زاد التوسع العمراني زيادة كبيرة في المغرب. وظهرت في المدن بوجه خاص تحسينات في قطاعات النقل والخدمات الصحية والتعليم. مع ذلك يعيش نحو نصف السكان تقريبا في الريف، حيث الفقر والتعرض لنقص الأغذية ما زالا موجودين، لاسيما وسط صغار المزارعين والرعاة الذين يستخدمون وسائل تقليدية. ولا يحصل على مياه الشرب المأمونة إلا نصف عدد السكان تقريبا، وما زال ٥٦٪ من السكان أميين. وهناك أيضا مشكلات بيئية. فالمياه المخصصة للزراعة وأراضي الرعي نادرة، كما أن ٦١٪ من الأرض تعاني من التدهور بصورة خطيرة. وإزالة ما تبقى من جيوب الجوع، لا بد من اتخاذ التدابير اللازمة للأخذ بالمزيد من الممارسات الزراعية المستدامة، وإيجاد وظائف وتوليد الدخل في المناطق الحضرية.

أفغانستان - الحرب لا تترك للمحاصيل ما يكفي من الأرض

راح إنتاج الأغذية والأمن الغذائي في أفغانستان ضحية عقود من الحرب. فقد هبط إنتاج الحبوب قليلا، في حين تسببت عودة اللاجئين في زيادة عدد السكان بنسبة ٢٥٪ بين عامي ١٩٨٠ و١٩٩٦. ونتيجة لهذا هبط متوسط المتحصل الغذائي اليومي من ٢ ١٨٦ سعرا حراريا إلى ١ ٧١٠ سعرات. وهو ما يقل كثيرا عن الحد الأدنى من المتطلبات. ويعتبر ثلثا ولايات أفغانستان من المناطق التي يشح فيها الغذاء، لكن الاقتصاد الذي دمرته الحرب لا يستطيع تمويل الواردات لسد الفجوة. وتعد مشكلات أفغانستان غير عادية في منطقة تنخفض فيها بوجه عام معدلات نقص الأغذية. لكنها مألوفة إذا قسناها بمشكلات دول أخرى دمرتها الحرب، وتواجه طوارئ إنسانية معقدة. فأكثر من ٤٠٪ من الأراضي الزراعية في البلاد تنتشر فيها الألغام الأرضية، ويتعذر زراعتها. والآلاف الذين درجوا على كسب عيشهم من زراعة الأرض هاجروا الآن إلى المدن، لينضموا إلى صفوف الطبقات الفقيرة التي ظهرت حديثا في المراكز الحضرية. ولا يحصل على مياه الشرب المأمونة إلا ١٥٪ من السكان، وهناك ما يقرب من ٧٠٪ أميون. ومازال القتال المتقطع، والقيود المفروضة على حرية الحركة تعيق الجهود المبذولة لإعادة بناء البلاد. وتدل الأرقام على أن هناك أفغانيا واحدا من بين كل ٥٠ أصيب بلغم. وفي كل يوم تتفجر الألغام لتقتل أو تقعد ١٠ أشخاص آخرين، ثلثهم من النساء والأطفال. والكثير ممن أعجزتهم الحرب أو الإصابة بالألغام، لم يعودوا قادرين على العمل. وتضيف حالتهم أعباء أخرى على أعضاء الأسرة الآخرين، الذين ينبغي عليهم إطعامهم ورعايتهم. وما زالت الكميات الكبيرة من المعونات الغذائية أبعد ما تكون عن الوفاء بالحد الأدنى من احتياجات هذا العدد الوفير ممن يعانون نقص الأغذية. ولا يمكن أن يظهر أي أمل يذكر في إيجاد حلول دائمة، ما لم يستتب السلام.

دراسة حالة قطرية: أفريقيا



تمكنت ثمانى دول في غرب أفريقيا، تنصدها غانا، من خفض معدلات الجوع فيها بصورة ملحوظة بين عام ١٩٨٠ و١٩٩٦. والواقع أن الدول الخمس التي حققت أكبر الإنجازات في العالم، إنما تقع في هذه المنطقة. لكن الصورة تختلف أشد الاختلاف في وسط أفريقيا وشرقها وجنوبها. ففي هذه المناطق، زادت بوجه عام نسب من يعانون نقص الأغذية وأعدادهم، وسجلت بوروندي أكبر زيادة، حيث ارتفعت نسبة هؤلاء من ٢٨٪ إلى ٦٣٪ بين عام ١٩٨٠ و١٩٩٦. كما سجلت ١٣ دولة أخرى في هذه المناطق ذاتها زيادة كبيرة.

بوروندي - النمو السكاني والصراعات الأهلية

ارتفعت معدلات نقص الأغذية ارتفاعا كبيرا، وهبط الإنتاج الغذائي، في وقت أخذت فيه بوروندي تغالب النمو السكاني السريع، وتدهور الأراضي الشديد، والصراعات الأهلية المستمرة. وتراجع متوسط المتحصل الغذائي اليومي بين عامي ١٩٨٠ و١٩٩٦ من ٢٠٢٠ سعرا حراريا إلى ١٦٦٩ سعرا، وهو ما يقل كثيرا عن الحد الأدنى للمتطلبات. كما تدهور إنتاج الكسافا والبطاطا الحلوة والفاصوليا، وهى الأغذية الأساسية في الوجبات البوروندية.

ويزداد معدل النمو السنوي للسكان بنسبة ٢.٧٪ وبذلك يتجاوز نمو الاقتصاد، الأمر الذي نتجت عنه معدلات نمو سلبية بالنسبة للفرد. وتسبب الاقتصاد الضعيف للبلاد، جنبا إلى جنب مع عزلتها الجغرافية، في غلبة الطابع الريفي عليها (حيث يعيش أكثر من ٩٠٪ من السكان في الأرياف)، وجعلها معتمدة اعتمادا كاملا على الإنتاج الغذائي المحلي.

وتسبب النمو السكاني السريع في إجهاد موارد الأرض المحدودة إلى أقصى حد. فأكثر من ٨٠٪ من أراضي بوروندي الجبلية الهشة، تعاني التدهور الشديد. كما تقلصت مساحة الأرض المزروعة وهبطت غلة المحاصيل.

وتضاعفت مشكلات الإنتاج في بوروندي من جراء سوء مرافق النقل والتسويق. بالإضافة إلى ذلك، تسببت الحرب الأهلية في عرقلة عمليات الإنتاج، وفقدت فرص التجارة أكثر فأكثر.

وتشكل العزلة الفعلية لبوروندي حاجزا كبيرا أمام التجارة، وتسببت في إعاقة نمو القطاعات غير الزراعية. لكن استمرار الزيادة في عدد السكان، والتدهور البيئي، وهبوط الطاقة الإنتاجية الزراعية، كل ذلك يؤكد أن الحلول الواجبة لمشكلات الأمن الغذائي في بوروندي لا بد من البحث عنها خارج نطاق الزراعة.

غانا - النمو الاقتصادي يساعد على تحقيق إنجازات سريعة

تمكنت غانا بفضل الاقتصاد القوى والزيادة الهائلة في غلة المحاصيل الغذائية الأساسية، من خفض معدلات نقص الأغذية فيها بخطى أسرع مما حققت أي دولة أخرى في العالم بين عامي ١٩٨٠ و١٩٩٦. فقد ارتفع متوسط المتحصل الغذائي من ١٧٩٠ سعرا حراريا في اليوم إلى أكثر من ٢٦٠٠ سعر. وجاءت هذه الإنجازات كلها من زيادة الإنتاج الغذائي، من بقاء الواردات دون تغيير تقريبا. كما أن إدخال أنواع محسنة من الكسافا ساعد على رفع غلة هذا الغذاء الأساسي بمقدار ٤٠٪ تقريبا. كذلك تحسنت غلة اليام والذرة والأرز بصورة هائلة، وشجع الاقتصاد القوى المزارعين على زيادة مساحة الأرض المزروعة بالمحاصيل، بأكثر من ٢٥٪.

وقد نما الاقتصاد بوجه عام بمعدل سنوي مقداره ٢.٣٪. وساعد ارتفاع مستوى الرفاهية على إدخال تحسينات ملحوظة على الصحة العامة والنظافة والتعليم. كذلك زادت نسبة عدد السكان القادرين على الحصول على مياه الشرب المأمونة من ٣٥٪ إلى ٦٥٪. كما انخفضت معدلات الأمية انخفاضاً شديداً، من ٥٧٪ إلى ٣٦٪.

واستمدت فترة النمو السريع في غانا حافزها من الإصلاحات الرامية إلى تنشيط الاقتصاد، بعد انقضاء عهد طويل من التدهور. وساعد برنامج خاص للتخفيف من الأعباء الاجتماعية الناجمة عن الإصلاحات، وغيره من البرامج الاجتماعية، على وقاية الفئات المعرضة لنقص الأغذية وحمايتها من الآثار السلبية المحتملة لهذه الإصلاحات.

وعلى الرغم من التقدم المذهل الذي حققته غانا، مازال نحو ثلث السكان فقراء، بينما يعيش ١٠٪ من السكان في جيوب من الفقر المدقع في الأرياف. وهذه المستويات المرتفعة من الفقر، تعنى أن انعدام الأمن الغذائي والتعرض لنقص الأغذية ما زالا قائمين. وللاحتفاظ بمعدلات التقدم هذه، يتعين تحقيق النمو الاقتصادي المتواصل، وزيادة فرص العمل خارج المزارع.

بيان: تغذية العقول لمكافحة الجوع



عالم متحرر من الجوع

تتمثل رؤيتنا في عالم متحرر من الجوع وسوء التغذية - عالم يمكن فيه طمأنة كل شخص وفرد إلى حصوله على الغذاء الذي يحتاجه لكي يحظى بتغذية جيدة، وصحة وافرة. ورؤيتنا هي رؤية لعالم يوفر الإمكانات لتحقيق رفاهية وكرامة كل سكانه والمحافظة عليها. عالم يستطيع فيه جميع الأطفال النمو والتعلم والازدهار، وأن يصبحوا أفراد أصحاء ونشطين في مجتمع يحرصون على خدمته.

وفي حين أن الكثير من الإنجازات قد تحقق في مجال التخفيف من وطأة الجوع وسوء التغذية في مختلف أنحاء العالم، فمازلنا بعيدين للغاية عن الوصول إلى عالم يمكن أن يتحرر فيه جميع أفراد من الجوع. إننا ننظر إلى التعليم والمعلومات عن القضايا ذات الصلة بالجوع، والأمن الغذائي والتغذية في مختلف أنحاء العالم باعتبارها عوامل رئيسية في عملية تحويل هذه الرؤية إلى واقع ملموس. ولذا فإننا نركز جهودنا على حديثي السن ومعلميهم. فهل إذا قدمنا في كل عام، بمناسبة يوم الأغذية العالمي (١٦ أكتوبر/تشرين الأول)، للأطفال في مختلف أنحاء العالم، وفي وقت، واحد مواد لدراسة موحدة عن الجوع وسوء التغذية، وما يتعين عمله، سينشأ هؤلاء الأطفال وقد أدركوا أهمية التكافل والتضامن في عالمنا؟ وهل إذا ما تعلموا الدروس من مختلف أنحاء العالم ومن مختلف الثقافات والظروف، سوف يكونون مستعدين للعمل معا لحل مشكلات الجوع وانعدام الأمن الغذائي؟ وهل توجد وسائل يمكن بها تنشئة جيل من حديثي السن ليخلق المواطنة العالمية المسؤولة؟

إننا نعتقد أن الإجابة على جميع هذه الأسئلة هي بنعم. وإنكم، بوصفكم من رجال التعليم، في وضع خاص يسمح لكم بأن تبثوا في حديثي السن شعورا بالاهتمام والالتزام بالانضمام إلى المعركة ضد الجوع. والواقع أن ما يتمتع به صغار السن من خيال ومثل وطاقات إنما يشكل مصدرا حيويا لمواصلة تطوير مجتمعاتهم وبلدانهم. ويمكنكم، أنتم معشر معلميهم، أن تساعدوا في إظهار الفرق من خلال التوعية وتبادل المعلومات وتشجيع المشاركة، وإعلام حديثي السن بأن على عاتقهم دورا هاما في تحقيق الوصول إلى عالم متحرر من الجوع.

إننا نشجعكم على الانضمام إلى المعلمين والتلاميذ في مختلف أنحاء العالم للمشاركة في تغذية العقول لمكافحة الجوع.

بيان: معلومات عن يوم الأغذية العالمي



يحتفل بيوم الأغذية العالمي كل عام في السادس عشر من أكتوبر/تشرين الأول بمناسبة ذكرى إنشاء منظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة عام ١٩٤٥. ويهدف يوم الأغذية العالمي إلى تعميق الوعي العام بمعاناة الجوع وناقصي الأغذية في العالم، وإلى تشجيع الناس في مختلف أنحاء العالم على اتخاذ تدابير لمكافحة الجوع. ويحتفل أكثر من ١٥٠ بلدا بهذه المناسبة كل عام. وفي الولايات المتحدة، ترعى أكثر من ٤٥٠ منظمة طوعية قومية ومن القطاع الخاص يوم الأغذية العالمي، وتعمل الجماعات المحلية بنشاط في كل مجتمع من المجتمعات المحلية تقريبا. وقد احتفل بهذا اليوم لأول مرة عام ١٩٨١، ويسلط يوم الأغذية العالمي الضوء كل عام على موضوع معين تتركز حوله الاحتفالات. وكان موضوع عام ٢٠٠٠ هو "ألفية متحررة من الجوع". وكان "الشباب ضد الجوع" (عام ١٩٩٩) و"المرأة تطعم العالم" (عام ١٩٩٨) من بين موضوعات الأعوام السابقة.

وثمة مبادرة ذات صلة هي حملة تليفود التي يتولى فيها التلفزيون والإذاعة والحفلات الموسيقية، ونداءات المشاهير، والأحداث الرياضية وغيرها من الأحداث توصيل رسالة هامة هي أن الوقت قد حان لعمل شيء بالنسبة لمشكلة الجوع في العالم. والهدف من حملة تليفود هي إثارة الوعي وتعبئة الموارد لتنفيذ بعض المشروعات الصغيرة المتعلقة بالأمن الغذائي. فالمنح والهبات التي تقدم للحملة تمول مئات من المشروعات الصغيرة التي تنفذ في البلدان النامية لمساعدة المزارعين الفقراء على إنتاج المزيد من الأغذية أو إدراج دخل لشراء ما يكفي من غذاء لإطعام أفراد أسرهم. ويمكن الإطلاع على المواد الخاصة بموضوعات يوم الأغذية العالمي/حملة تليفود الأخيرة على موقع منظمة الأغذية والزراعة.

إننا نرحب بتعليقاتكم

إننا مهتمون غاية الاهتمام بمعرفة الطريقة التي تستخدم بها هذه المواد والدروس. وسوف تحظى تعليقاتكم على أي جانب من هذه المواد - مثل الشكل والأشكال والمحتوى واللغة - بكل ترحيب. أرسلوا إلينا بتعليقاتكم وأفكاركم واقتراحاتكم، وسوف تستخدم المعلومات التي نجمعها من المعلمين والتلاميذ في تحسين الدروس حتى تلبى، على نحو أفضل، احتياجاتكم واحتياجات غيركم في مختلف أنحاء العالم.

ونود أن نتلقى الدروس أو القصص أو النشاطات التي استخدمتموها أو استخدمها تلاميذكم بشأن قضايا الجوع والتغذية وانعدام الأمن الغذائي في العالم. وإذا كنتم قد استخدمتم نموذج دروس فعننا نود معرفة التغييرات أو الإضافات التي قمتم بإدخالها على هذه المواد.

كما سنكون سعداء إذا ما تلقينا أي قصص أو مقالات يكون تلاميذكم قد كتبوها بأنفسهم. وضخوا دروس تغذية العقول لمكافحة الجوع كما تتصورونها وابعثوا بها إلينا. وسوف نقوم بجمعها مع غيرها حتى يجرى اقتسام هذه المعرفة مع معلمين وتلاميذ آخرين في جميع أنحاء العالم.

وبفضل عن ذلك، فيوسعكم استخدام النموذج الوارد أدناه لكتابة تقييمكم بشأن مواد تغذية العقول لمكافحة الجوع. ونرجوكم الإجابة عن أسئلة المستوى المدرسي الواحد الذي اعتدتم العمل فيه، أو المستوى المدرسي الذي تدرسون له. وسيكون إيراد أمثلة واقتراحات من الأمور المساعدة إلى أقصى حد بالنظر إلى أننا نعمل على تحسين هذه المواد.

أرسل لنا تعليقاتك وتقييمك على العنوان التالي:

Feeding Minds, Fighting Hunger, Food and Nutrition Division, FAO, Viale delle Terme di Caracalla, 00100 Rome, Italy.

By email: fmfh@fao.org

يرجى تزويدنا بكافة المعلومات للاتصال بكم.

شكراً لكم.

ما هي اللغة الأولى المستخدمة في المدرسة وفي المجتمع المحلي؟

١ - ما هو الصف الدراسي/أعمار من تدرسون لهم؟

ما هو مستوى الوصول إلى أجهزة الحاسوب والطابعات في مدرستكم؟

٢ - رجاء تقديم وصف لمدرستكم/الصف الدراسي:

آين تقع؟

٣ - ما هي الدروس الخاصة بتغذية العقول لمكافحة الجوع التي قمتم بتدريسها أو استعراضها؟

ما هو حجم المدرسة والصف الدراسي؟

☐ الدرس الأول:

ما هو الجوع ومن هم الجياع؟

☐ الدرس الثاني:

لماذا يجوع الناس؟

☐ الدرس الثالث:

ماذا يمكن أن نفعل للمساعدة في إنهاء الجوع؟

ما هو المستوى الاقتصادي للمجتمع الذي توجد فيه مدرستكم؟

هل تقع مدرستكم في الريف أم في منطقة شبه حضرية أم في الحضر؟

٤ - هل أتاحت لكم الفرصة، في مناسبات أخرى، لبحث المسائل المتعلقة بالجوع وسوء التغذية مع تلاميذكم؟

٧ - كم من الوقت قضيتموه أو ستقضونه في كل درس؟

يرجى الرد على الأسئلة من ٥ إلى ٧ بالنسبة لكل درس.

٥ - كم من الوقت قضيتموه أو ستقضونه في الإعداد؟

يرجى الرد على الأسئلة التالية بالنسبة لكل درس أو بالنسبة للدروس كلها.

٨ - ما هي نقاط القوة التي ترونها في الدروس؟ يرجى ذكر نقاط محددة من استعراضكم للمواد أو استخدامها في الصف.

٦ - ما هي التعديلات التي أجريتموها أو ستجرونها قبيل استخدام كل درس؟

٩ - ما هي المجالات الواردة في الدروس التي ترون إمكانية إدخال تحسينات عليها؟ يرجى ذكر نقاط محددة من استعراضكم للمواد أو استخدامها في الصف.

١٠- يرجى سرد ووصف أية نشاطات أو مواد أخرى استخدمتموها أو سوف تستخدمونها لاستكمال الدروس.

١٣- ما هي المفاهيم الأخرى التي تودون إضافتها إلى الدروس؟

١١- ما هي الأجزاء المعينة من الدروس التي رأى/سيري تلاميذكم أنها الأكثر إثارة للاهتمام؟

١٤- إجمالاً، وبالنسبة لظروف الصف الدراسي الخاص بكم، وعلى أساس سلم درجات من ١ إلى ٥ حيث ١ يمثل أدنى الدرجات و٥ يمثل أعلاها، أعطوا درجة لكل مجال من المجالات التالية:

٥	٤	٣	٢	١	أ الفائدة
٥	٤	٣	٢	١	ب وضوح الرسائل
٥	٤	٣	٢	١	ج وضوح اللغة
٥	٤	٣	٢	١	د الملاءمة الحضارية
٥	٤	٣	٢	١	هـ الملاءمة للعمر
٥	٤	٣	٢	١	و سهولة الاستخدام
٥	٤	٣	٢	١	ز سهولة التكيف
٥	٤	٣	٢	١	ح الشكل
٥	٤	٣	٢	١	ط الأشكال

١٥- هل هذه الدروس، في رأيكم، مفيدة للمدرسين والتلاميذ في مختلف الأوضاع في أنحاء العالم؟
اشرح لماذا ولماذا لا.

١٢- هل وجدتم صعوبة في عرض المفاهيم والنشاطات الواردة في الدروس؟ يرجى إبلاغنا بالمفاهيم والنشاطات التي لم أولن نتجح في ظل الأوضاع المحيطة بكم ولماذا؟

١٦- هل يحتمل أن تدرجوا هذه الدروس في سياق تدريسكم؟
اشرح لماذا ولماذا لا .

١٨- هل توجد أية تعليقات أخرى تودون إبدائها عن دروس تغذية
العقول لمكافحة الجوع؟

١٧- ما هي التوصيات التي تقدمونها لتحسين المواد والدروس؟

بيان: تغذية العقول لمكافحة الجوع



عالم متحرر من الجوع

تتمثل رؤيتنا في عالم متحرر من الجوع وسوء التغذية - عالم يمكن فيه طمأنة كل شخص وفرد إلى حصوله على الغذاء الذي يحتاجه لكي يحظى بتغذية جيدة، وصحة وافرة. ورؤيتنا هي رؤية لعالم يوفر الإمكانات لتحقيق رفاهية وكرامة كل سكانه والمحافظة عليها. عالم يستطيع فيه جميع الأطفال النمو والتعلم والازدهار، وأن يصبحوا أفراد أصحاء ونشطين في مجتمع يحرصون على خدمته.

وفي حين أن الكثير من الإنجازات قد تحقق في مجال التخفيف من وطأة الجوع وسوء التغذية في مختلف أنحاء العالم، فمازلنا بعيدين للغاية عن الوصول إلى عالم يمكن أن يتحرر فيه جميع أفراد من الجوع. إننا ننظر إلى التعليم والمعلومات عن القضايا ذات الصلة بالجوع، والأمن الغذائي والتغذية في مختلف أنحاء العالم باعتبارها عوامل رئيسية في عملية تحويل هذه الرؤية إلى واقع ملموس. ولذا فإننا نركز جهودنا على حديثي السن ومعلميهم. فهل إذا قدمنا في كل عام، بمناسبة يوم الأغذية العالمي (١٦ أكتوبر/تشرين الأول)، للأطفال في مختلف أنحاء العالم، وفي وقت، واحد مواد لدراسة موحدة عن الجوع وسوء التغذية، وما يتعين عمله، سينشأ هؤلاء الأطفال وقد أدركوا أهمية التكافل والتضامن في عالمنا؟ وهل إذا ما تعلموا الدروس من مختلف أنحاء العالم ومن مختلف الثقافات والظروف، سوف يكونون مستعدين للعمل معا لحل مشكلات الجوع وانعدام الأمن الغذائي؟ وهل توجد وسائل يمكن بها تنشئة جيل من حديثي السن ليخلق المواطنة العالمية المسؤولة؟

إننا نعتقد أن الإجابة على جميع هذه الأسئلة هي بنعم. وإنكم، بوصفكم من رجال التعليم، في وضع خاص يسمح لكم بأن تثبوا في حديثي السن شعورا بالاهتمام والالتزام بالانضمام إلى المعركة ضد الجوع. والواقع أن ما يتمتع به صغار السن من خيال ومثل وطاقة إنما يشكل مصدرا حيويا لمواصلة تطوير مجتمعاتهم وبلدانهم. ويمكنكم، أنتم معشر معلميهم، أن تساعدوا في إظهار الفرق من خلال التوعية وتبادل المعلومات وتشجيع المشاركة، وإعلام حديثي السن بأن على عاتقهم دورا هاما في تحقيق الوصول إلى عالم متحرر من الجوع.

إننا نشجعكم على الانضمام إلى المعلمين والتلاميذ في مختلف أنحاء العالم للمشاركة في تغذية العقول لمكافحة الجوع.