

# SVETOVNI DAN HRANE

## 16. OKTOBER

### »NAŠA DEJANJA SO NAŠA PRIHODNOST«



Svetovni dan hrane obeležimo vsako leto 16. oktobra, saj je bila na ta dan, leta 1945 v okviru Združenih narodov, ustanovljena svetovna organizacija za hrano in kmetijstvo FAO.

Veliko ljudi trpi lakoto, na drugi strani pa tudi veliko ljudi živi v izobilju hrane in drugih dobrin. Prvih je okoli 820 milijonov, drugih je kar četrtnina svetovnega prebivalstva. Žal se še vedno soočamo z neenakomerno porazdelitvijo hrane po celem svetu. Prekomerno hranjeni trpijo zaradi bolezni izobilja in premajhne količine gibanja, kronično podhranjeni pa zaradi lakote.

Slovenija je v delu sveta, kjer je na voljo veliko hrane, zato lahko tudi z izbiranjem varnih in varovalnih živil, ki ohranjajo in izboljšujejo zdravje, pripomoremo k svojemu boljšemu počutju.

Vsekakor pa je za boljše počutje poleg prehrane pomembno tudi gibanje. Zaradi uporabe sodobnih tehnologij in prevoznih sredstev se premalo gibljemo.

Slovenija je ena izmed redkih držav, ki ima organiziran sistem prehrane otrok in mladostnikov. Ta organiziran sistem prehrane je urejen na nivoju države in je tudi uzakonjen. Zato ima šola pomembno vzgojno in izobraževalno vlogo pri razvijanju zavesti o zdravi prehrani, zdravih prehranjevalnih navadah, kulturi prehranjevanja in odgovornega odnosa do sebe in svojega zdravja.

Svetovni dan hrane je priložnost, da razmislimo o pomembnosti prehrane in prehranjevanja ter izvedemo aktivnosti, ki bodo pripomogle k našemu boljšemu zdravju in počutju.

priredil  
organizator prehrane  
Matej Pangerl