

Uluslararası Meyve ve Sebze Yılı 2021

“Meyveler ve Sebzeler, Beslenmenizin Temeli”

Dr. Ayşegül SELİŞİK

FAO Türkiye Temsilci Yardımcısı

Genel Çerçeve

Birleşmiş Milletler Genel Kurulu, 2021'i Uluslararası Meyve ve Sebze yılı (International Year of Fruits & Vegetables - IYFV) olarak belirledi. IYFV 2021, **meyve ve sebzelerin beslenme, gıda güvenliği ve insan sağlığında** ve BM Sürdürülebilir Kalkınma Hedefleri 'ne ulaşmadaki önemli rolü ile ilgili olarak farkındalık yaratmak için eşsiz bir olanak sağlıyor.

BM'nin IYFV 2021, küçük aile çiftçiliği kadar beslenme, tüketim, sağlık konularını kapsayan Sürdürülebilir Kalkınma Hedeflerini destekleyen bir çok diğer BM girişimini de tamamlamaktadır.

- Beslenme için Roma Deklarasyonu ve Eylem Çerçevesi (FAO & WHO)
- Beslenme için BM Eylem Onyılı (2016-2025)
- Kırsal Alanlarda Çalışan Köylülerin ve Diğer İnsanların Hakları Üzerine BM Deklarasyonu (UNHCR,2018)
- Diyet, Fiziksel Faaliyet ve Sağlık için WHO'nun Küresel Stratejisi (WHO, 2014)

Taze meyve ve sebzelerin geniş çeşitliliği ve bozulabilir özellikleri, üretimleri, agronomisi,



ULUSLARARASI
MEYVE VE SEBZE YILI
2021

zararlı ve hastalık kontrolleri, hasat tekniklerini ve hasat sonrası süreçlerine yönelik özel bir yaklaşımın sergilenmesini önkoşul tutmaktadır.

Temel Amaçlar

Bu çerçevede BM Genel Kurulu'nun Bildirisinde, **“Meyveler ve sebzeler, beslenmenizin temeli”** sloganı çerçevesinde sözkonusu farkındalık eyleminin amaçlarını ise şu şekilde ortaya koymaktadır:

- Meyve ve sebze tüketiminin beslenme ve sağlığa yararları konusunda farkındalık yaratmak ve politikalara dikkat çekmek;
- Meyve ve sebze tüketimi ile çeşitlendirilmiş, **dengeli, sağlıklı beslenme ve yaşam tarzlarını teşvik etmek;**
- Meyve ve sebze **gıda sistemlerinde kayıp ve israfın azaltılması;**
- En iyi uygulamaları paylaşma,
- Sürdürülebilir gıda sistemlerine katkıda bulunan **meyve ve sebzelerin tüketiminin ve sürdürülebilir üretiminin teşvik edilmesi;**
- **Depolama, nakliye, ticaret, işleme, dönüşüm, perakende, israfı azaltma ve geri dönüşümün** sürdürülebilirliğinin yanı sıra bu süreçler arasındaki etkileşimlerin iyileştirilmesi;
- Aile çiftçilerini de kapsayan küçük işletmelerin yerel, bölgesel ve küresel üretime, meyve ve sebzelerin sürdürülebilir üretimi ve tüketimi için değer/tedarik zincirlerine entegre olmasını, ayrıca, çiftçilerin meyve ve sebzelerin yerel çeşitlerinin

gıda güvenliğine, beslenmeye, geçim kaynaklarına ve gelirlerine katkılarını kabul etmesi.

- Tüm ülkelerin, özellikle gelişmekte olan ülkelerin, meyve ve sebzelerin kaybı ve israfı ile mücadelede **yenilikçi yaklaşımlar ve teknolojiyi benimseme kapasitesinin güçlendirilmesi.**

Küresel Eylem Planı

Bu amaçlara yönelik Dünya çapındaki faaliyetlere yol göstermek amacıyla da IYFV Uluslararası Yönlendirme Komitesi tarafından **Küresel Eylem Planı (Global Action Plan – GAP)** hazırlanmıştır. Bu Eylem Planı dört ana eksen üzerinden yürütülmesi halinde söz konusu amaçlara ulaşılmada önemli katkı vereceği öngörülen faaliyetleri listelemektedir:

- Politika savunuculuğu ile farkındalık artırılması
- Bilgi oluşturulması ve yayımı
- Politika uygulamaları ve
- Kapasite geliştirilmesi ve eğitim.

Söz konusu Eylem Planına ve önerilen faaliyetler listesine <http://www.fao.org/documents/card/en/c/cb4887en/> adresinden ulaşılabilmektedir. Yukarıda özetlenen politika çerçevesini de en iyi şekilde **“Meyveler ve sebzeler, beslenmenin temeli”** sloganı ile tanımlayabilmekteyiz. Çoğu insan meyvelere ve sebzelere maliyetleri nedeniyle erişemiyor; çünkü meyve ve sebzeler, genellikle sağlıksız atıştırmalıklardan ve abur cuburlardan daha pahalı. Yine de onlar sağlıklı olmanın esas temeli. Sloganımız, sağlıklı beslenmeye katkıda bulunan meyve ve sebzelerin önemini vurguluyor.

Temel Mesajlar

Meyve ve sebzelerin herkes için ulaşılabilir, erişilebilir ve uygun fiyatlı olmasını sağlamak, gıda güvenliğinin sağlanması ve yetersiz beslenmeyle mücadelede esastır ve herkesin oynayacağı bir rol vardır.



Mesleğimiz ve
Meslektaşlarımız
için **GıdaMO**

Meyve ve sebzelerin iyiliğinden faydalanmak, konuya dair temel mesajlardan en ileri gelenidir. Meyve ve sebzelerin, yetersiz beslenmenin her şekliyle mücadele ve bulaşıcı olmayan hastalıkların önlenmesi için gerekli olan bağımsızlık sisteminin güçlendirilmesi de dahil sağlık açısından birçok faydası vardır.

Onunla yaşa ve beslenmeni çeşitlendir mesajı ise meyveler ve sebzelerin, çeşitlendirilmiş ve sağlıklı beslenmenin bir parçası olarak her gün yeterli miktarda tüketilmesine vurgu yapmaktadır.

Tarladan soframıza kadar gelen gıdaya saygı gösterin mesajı meyvelerin ve sebzelerin çabuk bozulabilirliğini, kaybı ve israfını en aza indirmek için üretimden tüketim sürecine kadar tedarik zinciri boyunca uygun işlem ve saklama yoluyla kalitelerini ve güvenliklerini korumanın özel dikkat gerektirdiğini bizlere hatırlatmaktadır.

Yenilik yapın, yetiştirin, gıda kaybını ve israfı azaltın mesajı da inovasyon, gelişmiş teknolojiler ve altyapının bizlere kaybı ve israfı azaltmak için meyve ve sebze tedarik zincirlerinde verimliliği ve üretkenliği artırmanın başlıca kaynakları olduğuna atıf yapmaktadır.

Sürdürülebilirliği teşvik edin mesajı ise pandemi sonrası daha iyi yapma döneminde, sürdürülebilir ve kapsayıcı değer zincirlerinin, ekonomik, sosyal ve çevresel sürdürülebilirliği teşvik etmek için üretimi artırmaya, kullanılabilirliği, güvenliği, uygun fiyatta bulunabilirliği ve meyve ve sebzelere adil erişimi artırmaya yardımcı olacağına işaret etmektedir.

Büyüyen refah mesajı, meyve ve sebze yetiştirmenin, aile çiftçileri ve toplulukları için daha iyi bir yaşam kalitesine katkıda bulunabileceğini anlatmaktadır. Sürdürülebilir şekilde yönetilen yerel kaynaklar ve artan tarımsal biyoçeşitlilik

yoluyla gelir sağlar, geçim kaynakları yaratır, gıda güvenliğini ve beslenmeyi iyileştirir ve dayanıklılığı artırır.

Temel Bilgiler ve IYFV Faaliyetleri

Yukarıda anlatılan temel mesajlar, meyve ve sebzelere yönelik aşağıda belirtilen bir dizi önemli bilgi bizlere hayatımızda oynadıkları rolü daha açık şekilde anlatmaktadır:

- Meyve ve sebzeler faydalı lif, vitamin ve mineral kaynaklarıdır (örn. Folat, A ve C vitamini, potasyum) ve faydalı bitkisel ilaçlardır.
- Sağlıklı bir beslenmenin bir parçası olarak, meyve ve sebzeler daha düşük risk faktörlü obezite, kronik enflamasyon, yüksek tansiyon ve yüksek kolesterol gibi bulaşıcı olmayan hastalıklar için fayda sağlayabilir.
- Günde en az 400g veya beş porsiyon meyve ve sebze tüketmek sağlığımız için faydalıdır.
- Çocuklarınızı meyve ve sebzelerle 6 aylıkken tanıştırmaya yaşam boyunca sağlıklı beslenmelerinin düzenli bir parçası olarak kalmasını sağlayın.
- Gelişmekte olan ülkelerde üretilen meyve ve sebzelerin yüzde 50'ye kadarı hasat ve tüketim sürecindeki tedarik zincirinde kaybedilmektedir.
- Portakal yetiştirmek için 50 litreye kadar su tüketilmektedir. Meyve ve sebzelerdeki kayıplar, toprak ve su gibi giderek azalan sınırlı kaynaklarımızın kaybına da neden oluyor.

Görüldüğü üzere, yapılabilecekler listesi tarladan sofraya uzanan tüm gıda sistemlerini içermektedir. Gelişmekte olan ülkelerde üretilen meyve ve sebzelerin %50'ye kadarı hasat ve tüketim sürecindeki tedarik zincirinde kaybedilmektedir. Akıllı tarım ve sürdürülebilir üretim

uygulamalarının yaygınlaştırılması ve inovasyon temelinde verimlilik artışı ile kayıp ve israfı azaltarak tüm arz zincirlerinde fiyatları düşürmemiz, dolaşısıyla erişilebilirliği artırmamız mümkün.

Halen FAO desteği ile hazırlanan **“Türkiye’nin Gıda Kayıpları ve İsrafının Önlenmesi, Azaltılması ve Yönetimine İlişkin Ulusal Strateji Belgeseli ve Eylem Planı”** çerçevesinde ulusal çapta sürdürülen **“Gıdanı Korumaya”** bu yönde atılmış en önemli adımlardan biridir.

Pandemi döneminde bile çalışmalarını devam ettirilen Kampanyanın yanı sıra, **Migros ile 2021 Meyve ve Sebze Yılı için iş birliği yapıyoruz.** Sağlıklı gıda tüketerek beslenme ve sağlıklı büyüme konusunda çocuklara yönelik savunuculuk,

gıda kaybı ve israfı ile ilgili eğitim programları, gıda okuryazarlığının yaygınlaştırılmasına yönelik iş birliği alanları olarak öne çıkmaktadır.

Kaynaklar

FAO The Main Gateway for International Year of Fruits and Vegetables 2021. <http://www.fao.org/fruits-vegetables-2021/en/>

FAO, (2020), Fruit and vegetables – your dietary essentials. The International Year of Fruits and Vegetables, 2021, background paper. Rome. <https://doi.org/10.4060/cb2395en>

FAO, (2021), International Year of Fruits and Vegetables 2021 Global Action Plan. <http://www.fao.org/documents/card/en/c/cb4887en/>



Mesleğimiz ve
Meslektaşlarımız
için **GıdaMO**