

TOT EL MÓN TÉ DRET A MENJAR BE



L'ALIMENTACIÓ ÉS SALUT
OCUPACIÓ LOCAL
I CUIDAR DE
L'ENTORN I DEL PLANETA

La **salut** i el **dret a una alimentació adequada** són drets presents en lleis i acords locals i internacionals.

No obstant això, malgrat els compromisos adquirits per les diferents administracions públiques, ens trobem davant d'una situació d'emergència per **l'augment ininterromput de malalties cròniques relacionades amb la mala alimentació**, la falta d'exercici físic, un entorn insalubre i la degradació de la natura.

En l'actualitat, accentuat per la crisi de la COVID-19, **cada vegada més persones tenen dificultats per accedir a una alimentació saludable i sostenible.**



Solen pertànyer a grups de població amb **taxes elevades d'obesitat i sobrepès**, que pateixen conseqüències greus en termes de benestar, qualitat de vida i salut...

Existeix una **relació entre ingressos baixos i una alimentació amb escasses fruites i verdures, excés de greixos i sucres, i hàbits alimentaris orientats cap a productes calòrics i saciants** que en la resta de la població..

A més, sabem amb certesa que **la manera com ens alimentem causa greus perjudicis al nostre entorn local, al medi rural, a la biodiversitat i al conjunt del planeta.**

Per tot això i moltes altres raons, des de la **Xarxa de Ciutats per l'Agroecologia** pensem que és el moment d'actuar per a millorar la forma en què, individual i col·lectivament, ens alimentem.

I ens hem posat a la feina, però **necessitem la vostra ajuda**. És indispensable unir esforços i recursos per millorar la situació actual.

La campanya **#alimentacioessalut** iniciada durant la crisi de la Covid-19 se centra en l'alimentació sostenible i saludable, perquè estem convençuts que **#menjarbeesundret**.



Els nostres objectius són:

- Informar sobre **dietes més adequades i de com accedir a aliments més saludables i sostenibles**, provinents de sistemes agroalimentaris locals de base agroecològica.
- Ajudar a reconèixer **la relació entre l'alimentació i la protecció de la terra, de les persones agricultores, de la natura i també amb el canvi climàtic i amb la covid19**.
- Sensibilitzar i conscienciar sobre **la importància de l'alimentació en la salut de les persones i el planeta**.

ALIMENTACIÓ SALUDABLE I SOSTENIBLE PER TOT EL MÓN

Des de la **Xarxa de Ciutats per l'Agroecologia** volem construir sistemes alimentaris locals, respectuosos amb el medi ambient, inclusivament, resilents, segurs i diversificats, que assegurin menjar saludable, sostenible i accessible al conjunt de la població, potenciant l'ocupació local. I en aquest cas tractarem de centrar els nostres esforços a **treballar amb els col·lectius més desfavorits**.

Informa't millor i suma't a la nostra campanya a

WWW.ALIMENTACIONESSALUD.INFO

Pots seguir-nos en les xarxes socials:

#ALIMENTACIONESSALUD **#MENJARBÉESUNDRET**
#ALIMENTACIONESSALUD **#COMERBIENESUNDERECHO**

Ens pots trobar en

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

