



Sida برعاية سيدا

سلسلة التعلم والعمل من الاتحاد العالمي للشباب والأمم المتحدة



# شارة التحدي الخاصة

## بالقضاء على الجوع



ENDING HUNGER :: FAO :: WAGGGS :: WFP :: WOSM

الهدف من هذا الكتيب هو أن يكون دليلاً يستخدمه المعلمون وقادة الشباب المسئولون عن وضع البرامج والأنشطة المناسبة لمجموعاتهم، ويضمن توافر التدابير المطلوبة الخاصة بالإشراف والسلامة بما يكفل السلامة والأمن لجميع المشاركين.

الأوصاف المستخدمة في هذه الإعلامية وطريقة عرضها لا تعبر عن أي رأي خاص لمنظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة في ما يتعلق بالوضع القانوني أو التنموي لأي بلد أو إقليم أو مدينة أو منطقة، أو في ما يتعلق بسلطاتها أو بتعيين حدودها وتخومها. ولا تعبر الإشارة إلى شركات محددة أو منتجات بعض المصنعين، سواء كانت مرخصة أم لا، عن دعم أو توصية من جانب منظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة أو تفضيلها على مثيلاتها مما لم يرد ذكره. تمثل وجهات النظر الواردة في هذه الإعلامية الرؤية الشخصية للمؤلف (المؤلفين)، ولا تعكس بأي حال وجهات نظر منظمة الأغذية والزراعة أو سياساتها.

E-ISBN 978-92-5-607951-0 (PDF)

© FAO, 2014

تشجع منظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة استخدام هذه الإعلامية واستنساخها ونشرها. وما لم يذكر خلاف ذلك، يمكن نسخ هذه المواد وطبعها وتحميلها بغرض الدراسات الخاصة والأبحاث والأهداف التعليمية، أو الاستخدام في منتجات أو خدمات غير تجارية، على أن يشار إلى أن المنظمة هي المصدر، واحترام حقوق النشر، وعدم افتراض موافقة المنظمة على آراء المستخدمين وعلى المنتجات أو الخدمات بأي شكل من الأشكال.

تقدم طلبات الحصول على حقوق ترجمة أو تعديل هذه المادة أو طلبات حقوق إعادة البيع أو غير ذلك من الأغراض التجارية عن طريق [www.fao.org/contact-us/licence-request](http://www.fao.org/contact-us/licence-request) أو إرسالها بالبريد الإلكتروني إلى: [copyright@fao.org](mailto:copyright@fao.org)

منتجات معلومات منظمة الأغذية والزراعة متاحة على موقع المنظمة ([www.fao.org/publications](http://www.fao.org/publications)) كما يمكن شرائها من [publications-sales@fao.org](mailto:publications-sales@fao.org).



تم تمويل هذا المستند من قبل الوكالة السويدية للتعاون التنموي الدولي، "سيدا". ولا يعني هذا بالضرورة أن "سيدا" تشارك الآراء الواردة في هذه المادة، ويتحمل المؤلف المسؤولية الكاملة حول محتواها.



منتج لدعم حركة القضاء على الجوع. [www.endinghunger.org](http://www.endinghunger.org)

# شارة التحدي الخاصة بالقضاء على الجوع

تم إعداد هذا الكتيب بالتعاون مع:



تؤيد الرابطة العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة WAGGGS والمنظمة العالمية للحركة الكشفية WOSM استخدام إطار هذه الشارة التعليمية من قبل المرشدين والكشافة في كل أنحاء العالم، كما تؤيد تعديلها عند الضرورة بما يلاءم احتياجاتهم ومتطلباتهم المحلية.

# قائمة المحتويات

## المقدمة

٤	مرحباً
٦	كن سالماً آمناً
٨	سلسلة شارات التحدي
١٠	إحداث تغيير في السلوك
١٢	نصائح تتعلق بتنفيذ متطلبات الشارة مع مجموعتك
١٤	هيكل الشارة والمنهج الدراسي
١٨	عينة من المناهج الدراسية للشارة
١٨	المستوى ١ - خمس إلى عشر سنوات
٢٠	المستوى ٢ - أحد عشر إلى خمس عشرة سنة
٢٢	المستوى ٣ - ستة عشر سنة وأكثر

## معلومات أساسية

٢٤	القسم (أ): الجوع والجائعون
٢٤	لمحة عن الجوع
٢٦	من هم الجائعون؟
٣٦	القسم (ب): الحق في الغذاء
٣٦	حق إنساني أساسي
٣٧	الأمن الغذائي
٤٠	النظام الغذائي
٤٤	القسم (ج): أسباب الجوع
٤٤	الفقر ومصيصة الجوع
٤٦	الصراعات
٤٧	الأخطار الطبيعية وتغير المناخ
٤٨	سوء إدارة الموارد الطبيعية
٤٩	الأزمات المالية والاقتصادية

٥٠	القسم د: القضاء على الجوع
٥١	الأهداف الإنمائية للألفية التابعة للأمم المتحدة
٥٣	التعليم
٥٦	الاستثمار في الزراعة
٥٦	التمويل المتناهي الصغر
٦٠	القسم هـ: أفعال شبيثا
٦٠	إجراءات للحكومات وصناع القرار
٦١	إجراءات لك

## منهج شارة القضاء على الجوع

٧٠	القسم أ: الجوع والجائعون
٧٨	القسم ب: الحق في الغذاء
٨٤	القسم ج: أسباب الجوع
٩٠	القسم د: القضاء على الجوع
٩٦	القسم (هـ): أفعال شبيثا
١٠١	قائمة مرجعية

## الموارد والمعلومات الإضافية

١٠٢	تابع آخر المستجدات
١٠٢	أرسل لنا أخبارك
١٠٢	شهادات وشارات
١٠٣	المواقع الإلكترونية
١٠٨	مسرد المصطلحات
١١٩	شكر وتقدير

# مرحباً

## الغذاء هو وقود الحياة. يحتاج كل إنسان وحيوان ونبات على كوكب الأرض إلى الغذاء ليعيش وينمو ويتكاثر.

هل يمكنك أن تتخيل عدم وجود أي طعام لتتناوله ليوم واحد؟ أو متى سيتاح لك الطعام المرة القادمة؟ هذه مشكلة يومية لما يقرب من مليار شخص في جميع أنحاء العالم. وهذا يعني أن واحداً من بين كل ثمانية أشخاص لا يحصلون على ما يكفي من الغذاء والتغذية لعيش حياة طبيعية وصحية. ومع ذلك، هناك كثير من الأمور التي يمكننا القيام بها للمساعدة في القضاء على الجوع! قد تعتقد أن الجوع مشكلة أكبر من أن تستطيع حلها وحدك، ولكننا معاً نصبح أكبر من الجوع. إجراءات قليلة، ويمكننا أن نحدث فرقاً حقيقياً في حياة الناس في جميع أنحاء العالم. إن شارة تحدي القضاء على الجوع تساعدك على معرفة أسباب الجوع وأهمية الحق في الغذاء والخطوات التي يمكننا اتخاذها للمساعدة في القضاء على الجوع.

خذ هذا الكتيب، **تصفح و تعلم و اكتشف** - وأثناء لهُوك، فكر في بعض الطرق الذكية من أجل المساعدة في القضاء على الجوع في العالم. نأمل أن تشعر بالتحفيز لاتخاذ إجراء ما وفعل ما تستطيع القيام به للمساعدة في منع أسباب الجوع. فبعد كل شيء، فإن أفعالك وأفكارك بشأن حل مشكلة الجوع ستساعد الناس في جميع أنحاء العالم على عيش حياة أفضل!

ترمز الصافرة الصفراء إلى وضع مقلق من الجوع وسوء التغذية في العالم. ونحن بحاجة إلى استخدام الصافرة ورفع مستوى الوعي لتحفيز جميع الأفراد لإيجاد عالم عادل يحصل فيه الجميع على ما يكفي من الطعام المغذي والأمن للأكل. قم بارتداء رمز الصافرة لرفع مستوى الوعي في المجتمعات





ذنجون



كارل لوسر



ريبي نوفي



فاني لو



ليا سالونجا



ناربه



نوه (أشينووم نيني)



بيركانسر



فالنتينا فيزولي

# كن سالما آمنا

## عزيزي القائد أو المعلم:

تم تصميم شارات التحدي من أجل دعمك في قيامك بأنشطة تعليمية. لكن، أثناء تنفيذ هذه الأنشطة في سياقات وبيئات مختلفة، فإن الأمر متروك لك للتأكد من أن الأنشطة التي تختارها مناسبة وآمنة.

### اعتن بنفسك

- اغسل يديك بعد كل نشاط.
- \* لا تنظر مباشرة نحو الشمس.
- \* لا تتذوق الأشياء التي تجدها ما لم تتأكد من أنها غير سامة.
- \* لا تشرب المياه من مصادر طبيعية إلا إذا كنت متأكدا من أنها آمنة.
- \* كن حذرا بشكل خاص عندما تكون بالقرب من المياه (وخاصة من لا يجيد السباحة). تأكد من وجود حزام أمان متاح إذا كنت تلعب بالقرب من مياه عميقة.
- \* كن حذرا عند استخدام الأدوات الحادة والأجهزة الكهربائية. يجب أن يكون الأطفال الصغار تحت إشراف أحد البالغين في جميع الأوقات.
- \* في بعض الأنشطة، لديك خيار تحميل الصور أو مقاطع الفيديو إلى الإنترنت على مواقع مثل يوتيوب. ولكن دائما تأكد من أخذ إذن جميع من في الصور أو الفيديو، و / أو والديهم قبل نشر أي شيء على الانترنت.



يرجى منك أن تخطط بعناية، وتأكد من أن لديك ما يكفي من الدعم من الكبار للحفاظ على المشاركين آمنين، وخصوصاً عند التواجد بالقرب من المياه أو النار. يرجى وضع الاحتياطات العامة الموجودة في المربعات أدناه في الاعتبار وتقييم أي من القضايا الأخرى للأمان التي يجب وضعها في الاعتبار قبل القيام بأي نشاط.

## اعتن بالعالم الطبيعي

- \* عامل الطبيعة باحترام.
- \* لا تقطف الأنواع المحمية. قبل جمع النباتات أو قطف الزهور، احصل على إذن. خذ فقط ما تحتاجه حقا (من الأفضل أن تترك الطبيعة كما وجدتها) وتأكد من ترك ما لا يقل عن ثلث أي شيء تجده في البرية.
- \* كن حذرا إذا كنت تتعامل مع الحيوانات. ارتد وسائل الحماية إذا لزم الأمر. كن عطوفا. وتأكد من أن لديهم الغذاء والماء والمأوى والهواء المناسب. وعند الانتهاء من ذلك، أعدهم إلى حيث وجدتهم.
- \* أعد تدوير أو استخدام المواد المستخدمة في الأنشطة قدر الإمكان.
- \* دوما ضع القمامة في السلة - يمكنك محاولة تقليل المخلفات من خلال شراء الطعام المحلي بتغليف قليل أو دون تغليف، كما يساعد ذلك أيضا على تقليل وجبات الطعام الخاصة بك وكذا مخرجات الكربون.

# شارات التحدي

## الخاصة بالأمم المتحدة

يتم إعدادها بالتعاون مع وكالات الأمم المتحدة والمجتمع المدني وغيرها من المنظمات. والغرض من هذه الشارات هو رفع الوعي وتثقيف وتحفيز الشباب على تغيير سلوكهم، وعلى أن يكونوا عنصراً فاعلاً في التغيير في مجتمعاتهم المحلية. ويمكن استخدام شارات التحدي من قبل المعلمين في الفصول المدرسية وقادة الشباب، وخاصة المجموعات الإرشادية أو الكشفية

للإطلاع على الشارات الموجودة، تصفح الموقع الإلكتروني [www.yunga-un.org](http://www.yunga-un.org). ولتلقى التحديثات عن الإصدارات الجديدة وغيرها من الأخبار عن الاتحاد العالمي للشباب والأمم المتحدة، سجل اسمك في النشرة الإخبارية المجانية من هذا الاتحاد عن طريق البريد الإلكتروني [yunga@fao.org](mailto:yunga@fao.org)



## الاتحاد العالمي للشباب والأمم المتحدة يتولى حاليا إعداد شارات حول الموضوعات التالية:

- الزراعة:** كيف يمكننا زراعة الأغذية بصورة مستدامة؟
- التنوع الحيوي:** فلنتأكد من عدم انقراض المزيد من الحيوانات والنباتات الرائعة من العالم!
- تغير المناخ:** شارك في مكافحة تغير المناخ من أجل مستقبل ينعم بالأمن الغذائي!
- الطاقة:** يحتاج العالم إلى بيئة صحية وكهرباء - كيف نستطيع الحصول على كليهما؟
- الغابات:** توفر الغابات مأوى لملايين الأنواع من النباتات والحيوانات وتساعد على تنظيم والتحكم في الغلاف الجوي وتزودنا بالموارد الأساسية. كيف نضمن لهم مستقبل مستدام؟
- الحوكمة:** اكتشف كيف يؤثر صنع القرار على حقوقك وعلى المساواة بين الناس في جميع أنحاء العالم.
- الجوع:** يعد الحصول على طعام كاف حق من حقوق الإنسان الأساسية. ما الذي يمكننا فعله كي نساعد مليار شخص يعانون من الجوع يوميا؟
- التغذية:** ما هي الوجبة الصحية و كيف يمكن اختيار الأغذية الصديقة للبيئة؟
- المحيط:** المحيط مبهر ومذهل. فهو يساعد على تنظيم درجة الحرارة على سطح الأرض ويزودنا بالموارد والكثير من الأشياء الأخرى.
- التربة:** دون وجود تربة خصبة، يتوقف النمو. كيف يمكننا أن نعتني بالأرض التي نعيش فوق سطحها؟
- الماء:** الماء هو الحياة، ما الذي يمكننا القيام به لصون هذا المورد الثمين؟



# إحداث تغيير في السلوك

نحن نعمل مع الشباب لأننا نريد أن ندعمهم في أن يعيشوا حياة تلبية احتياجاتهم، وأن نساعدهم في الاستعداد لمستقبلهم، وإعدادهم لكي يصبحوا على يقين بأنهم يمكنهم أن يحدثوا فرقا في العالم. وأفضل طريقة لعمل هذا الاختلاف هو من خلال تشجيع الشباب على تبني تغيير للسلوك على المدى الطويل. إن العديد من المشاكل الحالية الاجتماعية والبيئية نابعة من السلوك البشري غير الصحي أو غير المستدام. فمعظم الناس بحاجة إلى التكيف مع سلوكهم، ليس فقط لمدة مشروع ما مثل العمل على هذه الشارة، ولكن طوال الحياة. والشباب الآن على معرفة بهذه القضايا أكثر من أي وقت مضى، ولكن لا يزال يتصرف بطرق ضارة. فمن الواضح أن رفع الوعي لا يكفي ببساطة لتغيير السلوك.

## إذن ما الذي يمكن أن تفعله؟

هناك بعض الطرق المؤكدة لتعزيز تغيير السلوك، ولذلك لزيادة الأثر الطويل الأجل لشارة التحدي هذه، حاول القيام بما يلي:

### **التركيز على تغيير محدد ويمكن تحقيقه في السلوك**

حدد أولويات الأنشطة التي تستهدف تغيير سلوك واضح جدا ومحدد (مثل "إذا لم تستطع إنهاء وجبتك، فلا تتخلص منها اأخذها معك واحتفظ بها لوجبة بقايا مبتكرة" بدلا من "لا تبدد الغذاء").



### **شجع على التخطيط للعمل والتمكين**

ضع الشباب في مراكز القيادة، ودمجهم يختارون الأنشطة الخاصة بهم، ويخططون كيفية تنفيذها.



### **تحدّ السلوك الحالي وتعامل مع الحواجز أمام العمل**

شجع المشاركين على التدقيق في سلوكهم الحالي والتفكير في الكيفية التي يمكن بها تغييره. كل شخص لديه أعذار لتبرير عدم التصرف بطريقة معينة، ومنها ضيق الوقت، أو عدم وجود المال، أو عدم معرفة ما يجب القيام به ... والقائمة تطول. شجّع الشباب على التعبير عن هذه الأعذار، ثم ابحث عن طرق للتغلب عليها.



## مارس مهارات العمل

هل ترغب في ركوب وسائل النقل العام مرات أكثر؟ اجمع الجداول الزمنية الخاصة بوسائل النقل ومارس قراءتها، وارسم مساراتها على خريطة، وامش سيراً على الأقدام إلى محطة الأتوبيس، واعرف ثمن الأجرة، وجرب رحلة باستخدام وسائل المواصلات. هل ترغب في تناول الأطعمة الأكثر صحية؟ جرب الكثير من الأطعمة الصحية لمعرفة أيهم تريد، جرب الوصفات، تعلم كيف تقرأ الملصقات على المواد الغذائية، خطط للوجبات، وقم بزيارة المحلات التجارية للعثور على الأطعمة الصحية الموجودة على رفوفها. استمر في ممارسة هذا السلوك إلى أن يصبح عادة.



## اقض الوقت في الهواء الطلق

لا يعتني أي شخص بشيء لا يدخل في دائرة اهتمامه. أمض بعض الوقت في البيئات الطبيعية - سواء كان ذلك في متنزه محلي أو البرية البكر - شجع على خلق رابطة عاطفية مع العالم الطبيعي، وهو الأمر الذي ثبت أنه يؤدي إلى سلوك أكثر مناصرة للبيئة.



## أشرك الأسر والمجتمعات المحلية المعنية

لماذا تغير سلوك شخص واحد فقط من الشباب بينما يمكنك تغيير سلوك أسرته بالكامل، أو حتى المجتمع كله؟ انشر رسالتك على نطاق أوسع، وشجع الشباب على الإلحاح على أسرهم أو أصدقائهم للانضمام، واعرض ما تقوم به من أجل المجتمع المحلي، ولتحقيق تأثير أكبر، كن سياسياً ومارس الضغط على حكومتك المحلية أو الوطنية.



## تعهد بالتزام أمام الجمهور

يميل الناس إلى فعل شيء ما إذا وافقوا على القيام به أمام شهود أو في بيان مكتوب - لماذا لا نستفيد من هذا؟



## ارصد التغيير واحتفل بالنجاح

إن تغيير السلوك عمل شاق بالفعل! أعد النظر في المهام بانتظام لرصد الإنجازات ومكافأة النجاح المستمر بطريقة مناسبة.



## اجعل قيادتك على أساس القدوة

سوف ينظر الشباب الذين تعمل معهم باحترام إليك، فهم يحترمونك، ويهتمون بمعرفة رأيك، ويريدون أن تكون فخوراً بهم. إذا كنت تريد لهم تبني السلوك الذي تنادي به، يجب عليك أن تكون قدوة، وأن تعمل هذه التغييرات بنفسك.



# نصائح تتعلق بتنفيذ متطلبات الشارة مع مجموعتك

## الخطوة ١ التحقق

شجّع مجموعتك على معرفة المزيد عن الجوع والفقر. أبدأ من خلال رفع وعي المشاركين حول الاختلافات الكبيرة في الظروف المعيشية بين الناس الذين يعيشون في أجزاء مختلفة من العالم. يمكنك استخدام خريطة العالم الموجودة في صفحات ٢٨-٢٩ للمساعدة في رفع مستوى الوعي حول قضايا الجوع في مناطق مختلفة من العالم. قم بتحفيز المشاركين للتفكير في الأسباب الرئيسية للجوع، وما هي الإجراءات التي يمكن اتخاذها للتغلب على هذه المشاكل الجذرية. قد تجد المعلومات الأساسية مفيدة لهذا الغرض. اشرح لماذا يعتبر الشباب في غاية الأهمية في دفع عجلة التغيير. يمكنك استخدام قصة أو فيلم أو أي وسيلة إشتراك أخرى للفت انتباههم إلى الموضوع. على سبيل المثال، هذا الفيديو رائع لتقديم الجوع وما يمكننا القيام به للمساعدة في وضع حد له:

[www.youtube.com/watch?v=5AZPIT\\_tGDg&list=PLaiMGvdP8cQGQqn5c2r20euBkWSpEpHif](http://www.youtube.com/watch?v=5AZPIT_tGDg&list=PLaiMGvdP8cQGQqn5c2r20euBkWSpEpHif)

## الخطوة ٢ الاختيار

بصرف النظر عن الأنشطة الإلزامية، والتي تضمن أن يفهم المشاركون المفاهيم الأساسية والقضايا المتعلقة بالجوع العالمي، يتم تشجيع المشاركين على اختيار الأنشطة التي تتوافق بصورة أفضل مع احتياجاتهم واهتماماتهم وثقافتهم. دعهم - إلى أقصى حد ممكن - يختارون الأنشطة التي يريدون القيام بها. يمكن أن يتم عمل بعض الأنشطة بشكل فردي، والبعض الآخر في شكل مجموعات صغيرة. إذا كان لديك نشاط آخر مناسب على وجه الخصوص لمجموعتك أو منطقتك، يمكنك أيضاً أن تدرجه كخيار إضافي.

## الخطوة ٣ العمل

اسمح بوقت كاف للمجموعة لتنفيذ الأنشطة. قدم لهم الدعم والتوجيه طوال العملية، ولكن تأكد من أنهم ينفذون مهامهم بصورة مستقلة قدر الإمكان. ويمكن إجراء العديد من الأنشطة بعدة طرق مختلفة. شجع المشاركين على التفكير والتصرف بشكل خلاق عند القيام بأنشطتهم.

## الخطوة ٤ المناقشة

اطلب من المشاركين عرض نتائج أنشطتهم الخاصة بشارة التحدي على بقية المجموعة. هل تلاحظ وجود تغييرات في مواقفهم وسلوكهم؟ ناقش التجربة، وفكر في كيف يمكنهم الاستمرار في تطبيقها في حياتهم.

## الخطوة ٥ الاحتفال

نظم احتفال لأولئك الذين أتموا المنهج الدراسي لشارة التحدي بنجاح. ادع الأسر والأصدقاء والمعلمين والصحفيين وقادة المجتمع للمشاركة في الاحتفال. شجع مجموعتك على تقديم نتائج المشروع على المجتمع بطريقة خلاقية. امنحهم شهادات وشارات التحدي (انظر صفحة ١٠٢ للاطلاع على التفاصيل).

## الخطوة ٦ تشارك مع الاتحاد العالمي للشباب والأمم المتحدة!

أرسل لنا قصصك وصورك ورسوماتك وأفكارك واقتراحاتك. يسعدنا دائماً أن نسمع كيف تم استخدام شارات التحدي هذه من جانبك، فنحن نريد دائماً تحسين مواردنا، لذلك اتصل بنا على: [yunga@fao.org](mailto:yunga@fao.org)

## والمنهج الدراسي

تم تصميم "شارة تحدي القضاء على الجوع" للمساعدة في توعية الأطفال والشباب بمشكلة الجوع في العالم وكيف نتغلب عليها. وسوف يساعدك هذا الكتيب على وضع برنامج تعليمي مناسب وممتع وجذاب لفصلك أو للمجموعة الخاصة بك.

يقدم الجزء الأول من هذا الكتيب **معلومات أساسية** عن الموضوعات التعليمية ذات الصلة بهدف مساعدة المعلمين والقادة الشباب في إعداد الدورات والأنشطة الجماعية دون الحاجة للبحث عن المعلومات. وتشتمل المحتويات على تعريف الجوع، من هم الجوعى، كيف يعمل النظام الغذائي، والأسباب الرئيسية للجوع. كما تناقش الشارة أيضا قضايا الأمن الغذائي والحق في الطعام والفقر ومصيدة الجوع. وتقترح بعض الإجراءات التي يمكننا كمواطنين في هذا العالم القيام بها للمساعدة في القضاء على الجوع. ومن الطبيعي أن تكون بعض هذه الأنشطة أكثر ملائمة لأعمار معينة أكثر من غيرها. ومن ثم يجب أن يختار القادة الموضوعات ومستوى التفاصيل الأكثر ملائمة لمجموعتهم.

ويتضمن الجزء الثاني من هذا الكتيب **منهج الشارة** حيث يقدم تشكيلة متنوعة من الأنشطة والأفكار التي تشجع على التعلم وتحفز الأطفال والشباب على الانضمام لجهود القضاء على الجوع. وتوجد قائمة مرجعية لمساعدة المشاركين على تتبع الأنشطة التي أنجزت في نهاية المنهج الدراسي. يوجد في نهاية هذا الكتيب موارد إضافية، ومواقع إلكترونية مفيدة، ومسرد يشرح المصطلحات الرئيسية (والتي تم إبرازها في النص **هكذا**).



## هيكل الشارة

لسهولة الاستخدام وضمان أن جميع المواضيع الرئيسية تم تناولها، فإن كلا من المعلومات الأساسية (صفحة ٢٤ – ٦٩) والأنشطة (صفحة ٧٠ – ١٠١) تنقسم إلى خمسة أقسام رئيسية هي:

**(أ): الجوع والجائعون:** يتناول مقدمة عن الجوع وكيف يؤثر على الناس.

**(ب): الحق في الغذاء:** يشرح بعض المفاهيم مثل الحق في الغذاء والأمن الغذائي والسيادة الغذائية وكيف يعمل النظام الغذائي.

**(ج): أسباب الجوع:** يتناول كيف يوجد الجوع في العالم وما هي أسبابه الرئيسية.

**(د): القضاء على الجوع:** يستكشف أدوار الأهداف الإنمائية للألفية والتعليم والتمويل بالغ الصغر والاستثمار في الزراعة وتمكين المرأة في المساعدة على القضاء على الجوع.

**(هـ): إفعال شيئاً:** يقترح أفكار لتحفيز ومساعدة مجموعتك أو فصلك على اتخاذ إجراءات والمساعدة في القضاء على الجوع.

**المتطلبات:** لكسب الشارة، يجب على المشاركين إكمال (على الأقل) واحد من النشاطين الإلزاميين الموجودين في بداية كل قسم، بالإضافة إلى نشاط واحد إضافي (على الأقل) من كل قسم، يتم اختياره بشكل فردي أو كمجموعة (انظر الرسم صفحة ١٦). ويمكن للمشاركين أيضاً استكمال الأنشطة الإضافية التي تعتبر مناسبة من قبل المعلم أو القائد.

### القسم (أ): الجوع والجائعون

نشاط اختياري واحد على الأقل  
(A.3-A.13)

9

نشاط إلزامي واحد  
(A.1 أو A.2)

+

### القسم (ب): الحق في الغذاء

نشاط اختياري واحد على الأقل  
(B.3 - B.10)

9

نشاط إلزامي واحد  
(B.1 أو B.2)

+

### القسم (ج): أسباب الجوع

نشاط اختياري واحد على الأقل  
(C.3-C.10)

9

نشاط إلزامي واحد (C.1 أو C.2)

+

### القسم (د): القضاء على الجوع

نشاط اختياري واحد على الأقل  
(D.3-D.10)

9

نشاط إلزامي واحد (D.1 أو D.2)

+

### القسم (هـ): أفعال شيئاً

نشاط اختياري واحد على الأقل  
(E.3-E.11)

9

نشاط إلزامي واحد (E.1 أو E.2)

=

## اكتملت

شارة التحدي الخاصة بالقضاء على الجوع!

## الفئات العمرية للأنشطة

لمساعدتك ومجموعتك في اختيار الأنشطة الأكثر ملاءمة، يتم توفير نظام كودي للإشارة إلى الفئة (أو الفئات) العمرية التي يكون فيها النشاط أكثر ملاءمة لها. فبجانب كل نشاط، يشير كود (المستوى ١) و (٢) على سبيل المثال) إلى أن النشاط ينبغي أن يكون مناسباً لمن هم في عمر خمس إلى عشر سنوات، والذين تتراوح أعمارهم بين ١١-١٥ سنة.

ومع ذلك يرجى ملاحظة أن هذا الترميز يُعد بمثابة مؤشرات فقط. فقد تجد نشاطاً ما مدرج في مستوى واحد مناسباً لمجموعة عمرية في منطقتك. كما ينبغي أن يقوم المعلمون وقادة الشباب بالاستعانة برؤيتهم وخبرتهم الخاصة في إعداد المناهج الدراسية المناسبة لمجموعاتهم أو فصولهم. ويمكن أن يشمل ذلك أنشطة إضافية غير مدرجة في هذا الكتيب، ولكنها تسمح لك بتحقيق جميع المتطلبات التعليمية.

١ خمس إلى عشر سنوات

٢ أحد عشر إلى خمسة عشر سنة

٣ ستة عشر سنة وأكثر

المستوى

## تذكر:

الهدف الأساسي من إشارة التحدي هو التثقيف والإلهام وتشجيع الاهتمام بالجوع وتحفيز الأفراد على تغيير سلوكهم وتعزيز العمل على المستويين المحلي والدولي. والأهم من ذلك كله أن تكون أنشطة الإشارة **متعة**، وأن يستمتع المشاركون بعملية كسب الإشارة، والتعرف على دورهم في إحداث التغيير ومحاورة الجوع في العالم.

# عينة من المناهج الدراسية

## للشارة

تعطي عينة المناهج لمختلف الفئات العمرية أدناه أمثلة على الكيفية التي يمكن بها الحصول على الشارة، وذلك بغرض مساعدتك في تطوير البرنامج الخاص بك.

خمسة إلى عشر سنوات



أحد عشر إلى خمس عشرة سنة



سبعة عشر سنة وأكثر



المستوي

كل نشاط له هدف محدد للتعلم، ولكن بالإضافة إلى هذا، سيكون لدى الأطفال فرصة إضافية لتعلم المزيد من المهارات العامة بما في ذلك ما يلي:

- \* العمل الجماعي
- \* الخيال والإبداع
- \* مهارات الملاحظة
- \* الوعي الثقافي والبيئي
- \* المهارات العددية ومهارات القراءة والكتابة

القسم	النشاط	الهدف التعليمي
أ الجوع والجائعون	<b>A.1 : إطعام الطعام</b> (صفحة ٧١)	لتكون على دراية بكمية الغذاء التي عادة ما نستهلكها على مدار أسبوع وتتكلم في ذلك
	<b>A.3 : كراسي الجائعين</b> (صفحة ٧٢)	لتحفيز التفكير في انعدام الأمن الغذائي بطريقة مرحية
ب الحق في الغذاء	<b>B.1 : التعلم بالممارسة</b> (صفحة ٧٩)	التعرف على كيفية إنتاج الطعام في البداية
	<b>B.3 : ارفع صوتك</b> (صفحة ٨٠)	للتعبير عن المخاوف من الجوع والفقر بشكل مبتكر
ج أسباب الجوع	<b>C.1 : تبيد الغذاء</b> (صفحة ٨٥)	لإدراك كم الغذاء الذي تبده أسبوعياً
	<b>C.4 : إدارة المحاصيل</b> (صفحة ٨٦)	لتعرف على العوامل المؤثرة على الممارسات الزراعية بطريقة مرحية وباعثة على المشاركة
د القضاء على الجوع	<b>D.1 : شجرة الجوع</b> (صفحة ٩١)	لفهم وربط آثار وأسباب الجوع مع التركيز على الإجراءات والحلول التي يمكننا القيام بها للقضاء على الجوع
	<b>D.3 : طائرة الغذاء الورقية</b> (صفحة ٩٢)	للتفكير في أمانينا بالقضاء على الجوع في العالم
هـ افعل شيئاً	<b>E.1 : الوجبة الجماعية الدولية</b> (صفحة ٩٧)	لاستكشاف أطعمة مختلف الثقافات مع اتخاذ إجراءات ضد الجوع والفقر
	<b>E.6 : مراثون الجوع</b> (صفحة ٩٩)	لجمع التبرعات ورفع الوعي للمساعدة في محاربة الجوع من خلال الارتباط بمبادرة عالمية

# المستوي

١ خمس إلى عشر سنوات

٢ أحد عشر إلى خمس عشرة سنة

٣ ستة عشر سنة وأكثر

كما كان الحال في المستوى ا، فإن كل نشاط في المستوى ٢ له هدف تعليمي محدد، ولكنه يعزز أيضا مهارات عامة إضافية بما في ذلك ما يلي:

- \* العمل الجماعي ومهارات الدراسة المستقلة
- \* الخيال والإبداع
- \* مهارات الملاحظة
- \* الوعي الثقافي والبيئي
- \* المهارات العددية ومهارات القراءة والكتابة
- \* مهارات البحث
- \* مهارات العرض والخطابة العامة
- \* القدرة على تقديم الحجة والنقاش

القسم	النشاط	الهدف التعليمي
<b>أ</b> الجوع والجائعون	<b>A.2: مأدبة الجوع</b> (صفحة ٧١)	للتفكير في أوجه انعدام المساواة في النظام الغذائي من خلال تجربة مسرحية مرحة
	<b>A.6: دولار واحد يومياً</b> (صفحة ٧٣)	لتوضيح صعوبة العيش بدولار أو أقل يومياً
<b>ب</b> الحق في الغذاء	<b>B.1: التعلم بالممارسة</b> (صفحة ٧٩)	التعرف على كيفية إنتاج الطعام في البداية
	<b>B.4: سلاسل الغذاء</b> (صفحة ٨٠)	لتبسيط وفهم عقدة سلاسل الغذاء
<b>ج</b> أسباب الجوع	<b>C.1: تبديد الغذاء</b> (صفحة ٨٥)	لإدراك كم الغذاء الذي نبدده أسبوعياً
	<b>C.9: قصة كوميدية عن الجوع</b> (صفحة ٨٩)	لفهم الأسباب المختلفة للجوع من خلال التشجيع على التواصل الإبداعي
<b>د</b> القضاء على الجوع	<b>D.1: شجرة الجوع</b> (صفحة ٩١)	لفهم وربط آثار وأسباب الجوع مع التركيز على الإجراءات والحلول التي يمكننا القيام بها للقضاء على الجوع
	<b>D.9: أهداف التنمية المستدامة الخاصة بك</b> (صفحة ٩٤)	إعمال الفكر الإبداعي والنقدي عما ينبغي أن تكون عليه أهداف التنمية المستدامة وكيف تساعد في القضاء على الجوع
<b>هـ</b> افعل شيئاً	<b>E.1: الوجبة الجماعية الدولية</b> (صفحة ٩٧)	لاستكشاف أطعمة مختلف الثقافات مع اتخاذ إجراءات ضد الجوع والفقر
	<b>E.3: رسالة بالفيديو</b> (صفحة ٩٨)	لنشر الرسالة ضد الجوع باستخدام وسيلة مبتكرة وفعالة

# المستوى



خمس إلى عشر سنوات



أحد عشر إلى خمس عشرة سنة



سنة عشر سنة وأكثر

تسعى المهارات العامة في منهج المستوى ٣ إلى تطوير ما يلي:

- \* العمل الجماعي والدراسة المستقلة
- \* الخيال والإبداع
- \* مهارات الملاحظة
- \* الوعي الثقافي والبيئي
- \* المهارات التقنية والقدرة على البحث في القضايا المعقدة
- \* مهارات العرض والخطابة العامة
- \* القدرة على تقديم الحجة والنقاش

القسم	النشاط	الهدف التعليمي
 <p><b>أ</b> الجوع والجائعون</p>	<b>A.2: مآدبة الجوع</b> (صفحة ٧١)	للتفكر في أوجه انعدام المساواة في النظام الغذائي من خلال تجربة مسرحية مرحة
	<b>A.10: النوع الاجتماعي والجوع</b> (صفحة ٧٥)	لتحفيز التفكير الجاد حول عدم المساواة بين النوعين بطريقة مبتكر
 <p><b>ب</b> الحق في الغذاء</p>	<b>B.2: الحق في الغذاء</b> (صفحة ٧٩)	فهم أهمية حقوق الإنسان
	<b>B.9: أسعار الغذاء</b> (صفحة ٨٢)	لفهم التغيرات في أسعار الغذاء وأسواق الغذاء وكيفية تأثيرها على الفقراء
 <p><b>ج</b> أسباب الجوع</p>	<b>C.2: قصة مصورة عن مصيدة الجوع</b> (صفحة ٨٥)	لاستيعاب المفاهيم وراء "مصيدة الجوع" و"الحلقة الجيدة" ونقلها للأخرين
	<b>C.6: لمحات عن الجوع</b> (صفحة ٨٨)	لبحث وفهم حالة الجوع في منطقة ما في العالم أو في بلد معينة
 <p><b>د</b> القضاء على الجوع</p>	<b>D.2: حلول للتمكين</b> (صفحة ٩١)	للتفكير بشكل مبتكر في طرق تمكن الناس للخروج من مصيدة الجوع
	<b>D.8: ماذا وماذا لو</b> (صفحة ٩٣)	للتعرف على الآثار المحتملة للأهداف الإنمائية للألفية بخصوص القضاء على الجوع
 <p><b>هـ</b> أفعل شيئاً</p>	<b>E.1: التواصل البديل</b> (صفحة ٩٧)	لإدراك كيفية إيصال الرسالة بفاعلية
	<b>E.10: الغذاء العادل</b> (صفحة ١٠٠)	لفهم فوائد شراء منتجات التجارة العادلة والدعوة إلى ذلك



# الجوع والجائعون

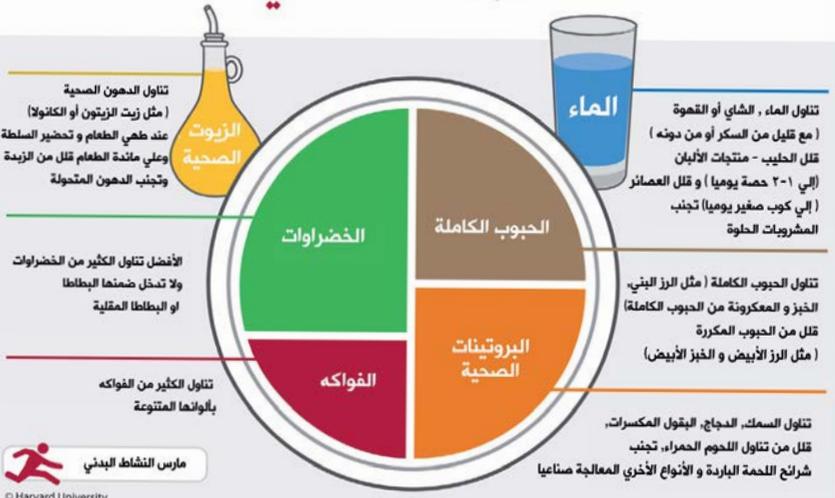
## لمحة عن الجوع

ماذا يعني لك الجوع؟ أليس هو مجرد شعور في معدتك يقول "حان وقت تناول الطعام"؟ إذا كنت محظوظا، سوف تكون قادرة على انتزاع أول شيء متاح في الثلاجة أو اطلب من والديك طهي شيء ما. إذا كنت أقل حظا، قد لا يكون لديك أي طعام في المتناول. وقد تحتاج إلى الانتظار لعدة أيام قبل أن تحصل على شيء لتأكله. المشكلة هي أنه عندما لا تحصل على ما يكفي من الطعام كل يوم، فإن الجوع يجعلك تشعر بالضعف والتعب والعجز عن التركيز، بل وحتى المرض. كل ما يمكن ان يخطر ببالك هو "متى سأتناول الطعام المرة القادمة؟" لمئات الملايين من الناس في جميع أنحاء العالم، هذا الشعور يستمر طوال اليوم، كل يوم، ولا يعرفون أبدا هل ومتى سينتهي هذا الشعور.

## لماذا نأكل؟

تحتاج أجسادنا إلى 'وقود' لتعمل - الطاقة لكي نعيش ونتمتع بالنشاط. يأتي هذا الوقود من أخذ **المغذيات** من الغذاء (هناك مرادف آخر لكلمة الغذاء هو **التغذية**). نحن بحاجة إلى مجموعة كاملة من **المغذيات** المختلفة، بما في ذلك الفيتامينات والمعادن والبروتينات والكربوهيدرات والدهون لمساعدة أجسامنا في النمو ومحاربة الأمراض والعمل كما ينبغي بشكل يومي. يتم تحويل الغذاء الذي نأكله إلى طاقة في عضلاتنا ومخنا وغيرها من الأعضاء. ولأن هذه الطاقة يتم إنتاجها من ما نأكل، فنحن بحاجة إلى كمية مناسبة وتنوع مناسب من الغذاء لنحافظ على نشاطنا. حتى عندما نكون نائمين، يحتاج جسمنا إلى بعض الطاقة للحفاظ على الوظائف الأساسية مثل التنفس ونشاط المخ ونبض القلب.

## طبق الأكل الصحي



مصادر العناصر الغذائية  
كلية الصحة العامة بجامعة هارفارد

\* منشور هارفارد الصحية \* كلية الطب بجامعة هارفارد  
خدمة صور هارفارد



شاهد هذا الفيديو السريع الذي يساعد على تفسير الأهمية الكبرى للغذاء: [www.wfp.org/videos/nutrition-2-minutes-0](http://www.wfp.org/videos/nutrition-2-minutes-0) إذا كنت ترغب في معرفة المزيد عن التغذية والأنظمة الغذائية الجيدة، الق نظرة على **شارة تحدي التغذية**. يساعدك "طبق الأكل الصحي" أعلاه على تفسير كيفية تحقيق التوازن بين وجبات الطعام الخاصة بك لضمان أن يكون لديك نظام غذائي صحي ومغذ.

## الجوع المزمن

**الجوع المزمن** هو حالة **نقص التغذية** التي تؤثر على الناس الذين ليس لديهم ما يكفي من الغذاء لفترات طويلة. فماذا يحدث إذا لم يكن لديك ما يكفي من الطعام لأيام أو أسابيع أو حتى أشهر، مثل أولئك الذين يعانون من **الجوع المزمن**؟ في هذه الحالة، فإن الجسم يعوض افتقاره للطاقة من خلال تباطؤ الأنشطة الجسدية والعقلية له. فالعقل الجائع لا يمكنه التركيز جيدا، والجسد الجائع يفترق للطاقة لاستكمال الأنشطة اليومية بنجاح، وكذلك يفقد الطفل الجائع أي رغبة في اللعب والدراسة. كما أن الجوع يضعف أيضا **نظام المناعة** في الجسم الذي يحارب الأمراض. ومع ذلك، فإن **الجوع المزمن** ليس هو الشكل الوحيد للجوع: **الجوع الموسمي والجوع الحاد** هما أيضا خطيران للغاية ولكن قليل من الناس فقط يعرفونهما.



## الجوع الموسمي

يحدث **الجوع الموسمي** عندما يتم استخدام احتياطي الغذاء التي تم تخزينها خلال سنة واحدة، مما يجعل من الصعب جدا على لناس إطعام أنفسهم خلال السنة التالية. وعادة ما يحدث **الجوع الموسمي** عندما يزرع عدد قليل جدا من المحاصيل، وهو ما يعني إنتاج القليل جدا من الغذاء، أو أن المحاصيل المزروعة ذات جودة رديئة، وبالتالي ليست مغذية بما فيه الكفاية. ونتيجة لذلك، قد يضطر الناس **لحصاد** محاصيلهم في وقت مبكر، قبل أن تكون ناضجة تماما. ومعروف أن المحاصيل غير الناضجة ليست مغذية كالناضجة، لذلك حتى لو كان هناك شيء للأكل، فإنه ليس مغذ كما ينبغي أن يكون. ويصبح **الجوع موسمي** لأنه يكاد يكون من المستحيل وقف دورة **حصاد** المحاصيل في وقت مبكر. ويعرف الناس في هذه الدورة مقدما أنه في كل عام سيكون هناك "موسم جوع" ولكن لا يمكنهم القيام بالكثير لمنع ذلك.

## الجوع الحاد

**الجوع الحاد** هو الحالة التي من المرجح جدا أن يموت فيها الناس بسبب نقص تام في الغذاء وهو ما يعرف باسم **المجاعة**. ويكون **الجوع الحاد** شديدا للغاية وغالبا ما يكون نتيجة **للأخطار الطبيعية**، مثل **الجفاف أو الفيضان**.

## من هم الجائعون؟

الجائعون هم رجال ونساء وأطفال مثلك تماما. يشعرون ويحبون ويضحكون ويحلمون ويتمتعون عندما يلهون. ويريدون فعل شيء لأنفسهم مثلك تماما. ولكن الجوع يستنزف كل ما لديهم من طاقة، رغم أنه ليس خطأهم. تشير التقديرات إلى أن هناك ٨٧٠ مليون شخص في العالم يعانون من الجوع، ويعيش ٩٨ في المائة منهم في **البلدان النامية**.



المصدر: منظمة الأغذية والزراعة

المصدر: faostat.fao.org

٤٩.٥%  
من سكان العالم  
يعيشون في مناطق  
ريفية

الفقراء، ولا سيما أولئك الذين يعيشون في المناطق الريفية، هم الأكثر عرضة لخطر الجوع. ولأنهم فقراء جدا، فهم غير قادرين على تحمل شراء ما يكفي من الغذاء ليعيشوا حياة صحية مغذية. كما أن **فقراء الحضر** وضحايا **الأخطار الطبيعية** عرضة أيضا لخطر الجوع. إن آثار الجوع فظيعة على الجميع، ولكنها بشكل خاص تهدد الأطفال والشباب والنساء. لمعرفة المزيد حول كيفية تأثير الجوع على هذه الجماعات لاحقا في هذا القسم.

تبين لكم الخريطة على صفحات ٢٨ و ٢٩ كيف يؤثر الجوع على أجزاء مختلفة من العالم. وإذا ما تصفحتها على الانترنت [www.cdn.wfp.org/hungermap](http://www.cdn.wfp.org/hungermap) فيمكنك الضغط على بلدان بعينها للتعرف على قضايا الجوع الرئيسية فيها، ومقابلة بعض من يساعدهم برنامج الأغذية العالمي (WFP).

## فقراء الريف

يعيش غالبية الفقراء في جميع أنحاء العالم في المناطق الريفية، في القرى الصغيرة والمستوطنات في الريف. فقراء **الريف** هم الفئة الأكثر عرضة، وخاصة في **البلدان النامية**. وعادة ما يجب عليهم إنتاج غذائهم بأنفسهم (تربية الحيوانات أو زراعة المحاصيل) في قطعة صغيرة من الأرض، وهو ما يعرف باسم زراعة الحيازات الصغيرة. وبالنسبة لكثير من **المزارعين أصحاب الحيازات الصغيرة** قد يكون من الصعب جدا الوصول إلى الأسواق لبيع منتجاتهم لأن **البنية التحتية**، مثل الطرق التي تربط المدن والقرى، يمكن أن تكون بدائية جدا في العديد من المناطق الريفية.

مجموعات كثيرة من الناس، مثل الأرامل والأيتام وكبار السن و**العمال واللاجئين المؤقتين**، عادة ما لا يملكون أي أرض، وبالتالي لا يمكنهم زراعة المحاصيل الغذائية الخاصة بهم مما يجعلهم أكثر عرضة **للجوع المزمن**. وبالتالي، فإن هذه المجموعات بحاجة لشراء الغذاء الذي يريدهونه تناوله، ولكن قد يكون من الصعب للغاية بالنسبة لهم العثور على وظيفة في المناطق الريفية. وإذا كان **فقراء الريف** لا يكسبون ما يكفي من المال لشراء الطعام أيضا، فإنهم غالبا ما ينتقلون إلى المدينة بحثا عن عمل.

# خريطة الجوع ٢٠١٣



توضح الخريطة انتشار نقص التغذية في مجموع السكان اعتبارا من ٢٠١٢-٢٠١٠. وهذا المؤشر هو تقدير للنسبة المئوية للسكان الذين يحصلون على قدر من الطاقة من الغذاء غير كافية للحفاظ على حياة صحية.

مزيد من المعلومات متاحة على [www.fao.org/publications/sofi/2014/ar](http://www.fao.org/publications/sofi/2014/ar)

المصدر: منظمة الأغذية والزراعة والبنك الدولي للتنمية الزراعية وبرنامج الأغذية العالمي.

٢٠١٢. حالة انعدام الأمن الغذائي في العالم لعام ٢٠١٢: النمو الاقتصادي ضروري ولكنه غير كاف لتسريع الحد من الجوع وسوء التغذية. روما.

© برنامج الأغذية العالمي ٢٠١٢

التسميات المستخدمة وطريقة عرض المواد في الخرائط لا تعني التعبير عن أي رأي كان من جانب برنامج الأغذية العالمي فيما يتعلق بالوضع القانوني أو الدستوري لأي بلد أو إقليم أو منطقة بحرية، أو بشأن تعيين حكومتها.

\* خط السيطرة في جامو وكشمير الذي وافقت عليه الهند وباكستان ممثل تقريبا بخط منقط، لم يتفق الطرفان بعد على الوضع النهائي لجامو وكشمير.  
\*\* يوجد نزاع بين حكومتي الأرجنتين والمملكة المتحدة لبريطانيا العظمى وأيرلندا الشمالية بشأن السيادة على جزر فوكلاند (مالفيناس).  
\*\*\* لم يتم بعد تحديد الحدود النهائية بين جمهورية السودان وجمهورية جنوب السودان.



نسبة مجموع  
السكان ناقصي  
التغذية ٢٠١٠ - ٢٠١٢



بيانات مقارنة مفقودة  
أو غير كافية



انخفاض معتدل في  
نقص التغذية



انخفاض معتدل في  
نقص التغذية



ارتفاع معتدل في  
نقص التغذية



ارتفاع في نقص  
التغذية



ارتفاع حاد في نقص  
التغذية



لا توجد بيانات

علي الرغم من أن الغذاء هو أبسط  
الاحتياجات الإنسانية اللازمة للبقاء  
علي قيد الحياة فإن ٨ من كل  
أشخاص في المتوسط يبيتون  
جوعى كل ليلة



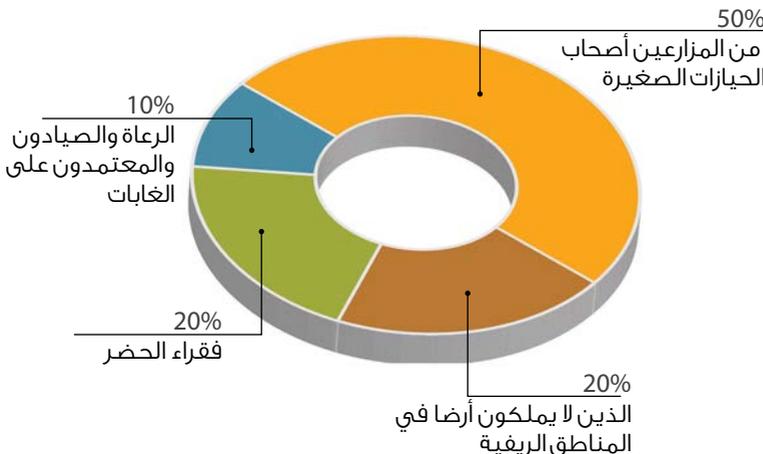
يتسبب الجوع في القتل  
والتشويه وتقليل معدل  
الذكاء وتخفيض الأجور  
وتقليل المواظبة علي  
الدراسة وتقويض النمو  
الاقتصادي.



## فقراء الحضر

يتأثر **فقراء الحضر** الذين يعيشون في البلدات والمدن أيضا بالجوع. عندما يترك سكان الريف عائلاتهم وينتقلون إلى المناطق الحضرية، قد يكون من الصعب جدا العثور على وظائف. وفي كثير من الأحيان نجدهم إما يحصلون على رواتب منخفضة أو لا يجدون عمل على الإطلاق، وهذا يعني أنهم لا يستطيعون شراء ما يكفي من الغذاء للبقاء في صحة جيدة. بالإضافة إلى ذلك ولأن المدن أكثر ازدهارا من المناطق الريفية والأراضي بها أكثر تكلفة، فإنه من الصعب للغاية بالنسبة **لفقراء الحضر** زراعة المحاصيل الغذائية لأنفسهم. ولما كانت المدن تتوسع باستمرار، فإن توفير ما يكفي من الغذاء للجميع أصبح أكثر تحديا. ففي عام ٢٠١٠، كان ٥٠ في المائة من سكان العالم يعيشون في المناطق الحضرية؛ وبحلول عام ٢٠٥٠، من المتوقع أن يرتفع هذا الرقم إلى ٧٠ في المائة (منظمة الصحة العالمية ٢٠١٣). ومع توسع المدن وهجرة المزيد من الناس من الريف إلى المدن والبلدات، فإن عدد **فقراء الحضر** سيرتفع. ولذلك فإن الجوع في المناطق الحضرية والحصول على الغذاء بأسعار معقولة في المدن سيكون قضايا ذات أهمية متزايدة.

يبين هذا الرسم البياني نسبة مقدرة لسكان العالم الذين يعانون من الجوع في المناطق الريفية والحضرية:



المصدر: منظمة الأغذية والزراعة

## ضحايا الأخطار الطبيعية

**الفيضانات والجفاف والزلازل والأخطار الطبيعية** الأخرى تتسبب كل عام في دمار واسع النطاق وتجبر العائلات على التخلي عن منازلهم ومزارعهم. وغالباً ما يواجه ضحايا هذه **الأخطار الطبيعية** تهديداً ليس فقط من الجوع ولكن من الجوع الصارخ والمجاعة، لأن **الأخطار الطبيعية** تدمر الممتلكات والأراضي والمحاصيل وتجعل من الصعب مواصلة إنتاج أو شراء أو بيع الغذاء. كما أن الحروب والصراعات المسلحة يكون لها آثار مدمرة على نحو مماثل على الزراعة والحصول على الغذاء.



## المرأة والجوع

يؤثر الجوع بصورة لا تقارن على المرأة؛ يقدر برنامج الأغذية العالمي أن نحو ٦٠ في المائة ممن يعانون من **الجوع المزمن** في العالم هم من النساء والفتيات. ولكن ما السبب؟ في العديد من البلدان في جميع أنحاء العالم تكون **عدم المساواة بين النوعين** شديدة جداً ولها تأثيرات بعيدة المدى على حياة المرأة وأسرتها والمجتمع بشكل عام.

### ما هو النوع الاجتماعي؟

يعني **النوع الاجتماعي** أكثر مما إذا كنت ذكراً أو أنثى. فهو ينطوي على الأدوار والمسؤوليات الاجتماعية التي تعطى للرجال والنساء. فكّر في عائلتك لحظة لمساعدتك على فهم **النوع الاجتماعي** - هل يمكنك التفكير في أي أنشطة أو مسؤوليات محددة لوالدك لا تؤديها والدتك؟ أو العكس؟ وربما لاحظت أن في مجتمعاتنا على ما يبدو توقعات وأدوار مختلفة للرجال والنساء. اعتماداً على ثقافتك، قد تكون هذه الاختلافات غامضة أو واضحة جداً. غالباً ما يضع **النوع الاجتماعي** القواعد والمسموحات والقيود لكل من الرجال والنساء. توجد هذه الحدود لأن الثقافة والتقاليد تولد الاعتقاد السائد بأن النساء والرجال مختلفون من حيث القوة والشخصية والقدرة. وفي معظم **البلدان المتقدمة**، تحاول الحكومات والمجتمعات المحلية القضاء على التمييز والتصرفات الخاطئة التي تبررها المعتقدات التقليدية عن **النوع الاجتماعي**. وهذا ما يسمى 'تعميم مراعاة منظور النوع الاجتماعي'.



## ما هي العلاقة بين النوع الاجتماعي والجوع؟

في العديد من **البلدان النامية**، لا تزال الأدوار التقليدية **لنوع** قوية وله تأثير هام على الجوع وتغذية الأسرة بشكل عام.

في العديد من البلدان حيث تمثل الزراعة المصدر الرئيسي للدخل للأسر الفقيرة، غالبا ما تكون المرأة أقل قدرة على الوصول إلى الموارد والتعليم، وغالبا ما يتم استبعادهم من اتخاذ القرارات الهامة حيث تكون السلطة والمسؤولية أساسا في أيدي الرجال. وكثيرا ما تضطر المرأة إلى التخلي عن الدراسة في سن صغير إذا لم يكن لدى أسرتها ما يكفي من المال. وربما يعتقد الوالدان أن تعليم الفتيات ليس بالأمر المجدي لأنهم لا يرونهم مساويين للفتيان. لذا، غالبا لا تستطيع الفتيات الوصول إلى نفس المهارات والمعارف الزراعية مثل الفتيان.

ومع ذلك، يمكن للمرأة أن تلعب دورا أساسيا في الزراعة الريفية. في كثير من الأحيان تعمل المرأة بنفس عدد ساعات عمل المزارعين الذكور (أو حتى لفترة أطول)، ولكن تكسب مالا أقل بسبب **التمييز بين النوعين**. وهذا أمر شائع خاصة في أفريقيا جنوب الصحراء الكبرى. يحدث ذلك لأسباب ثقافية ودينية، وأيضا لأن الإمكانات الكاملة والمعرفة الفريدة للمرأة وأهميتها غالبا ما تكون غير معترف بها.

تتضح خطورة **عدم المساواة بين النوعين** عند التفكير في مسؤولية المرأة نحو أطفالها. فهن لا يرضعن أطفالهن فقط، وإنما غالبا ما يقررن بشأن النظام الغذائي لأطفالهم وإدارة الإمدادات الغذائية للأسرة. عندما ترتفع أسعار الغذاء وتضطر الأسر الفقيرة لشراء كمية أقل من الطعام، يتعين على النساء في كثير من الأحيان الاختيار بين إطعام أنفسهن أو أطفالهن. وإذا كانت الأمهات المرضعات الأمهات لديهن نظام غذائي فقير، فإنه يؤثر على أطفالهن ونمو أولادهن. يعتبر الحمل، على وجه الخصوص، الفترة الأكثر أهمية التي تحتاج فيها المرأة **مغذيات** خاصة في نظامها الغذائي. حيث إذا لم يحصل الجنين على كمية **كافية** من **المغذيات** أثناء تطوره، فسوف يعاني من عواقب صحية طويلة الأمد.

# ١٠ حقائق عن المرأة والجوع

غالبًا ما تكون النساء ضحايا للجوع. ولكن لهن أيضًا دور حاسم في القضاء على الجوع. فبوصفهن مزارعات ومعلمات وصاحبات أعمال، يكون لديهن المفتاح لبناء مستقبل خال من **سوء التغذية**. وإليك عشرة أسباب توضح لماذا يعتبر **تمكين المرأة** جزءًا هامًا من مكافحة الجوع.

١ في **البلدان** النامية، يقضي ٧٩ في المائة من النساء الناشطات اقتصاديًا ساعات عملهن في إنتاج الغذاء والعمل في الزراعة. يمثل النساء ٤٣ في المائة من قوة العمل الزراعية.

٢ تقل عائدات المزارعات بنسبة ٣٠-٢٠ في المائة عن الرجال. وذلك لأن درجة حصول المرأة على البذور و**الأسمدة** والمعدات أقل من الرجل.

٣ إعطاء المزارعات المزيد من الموارد قد يقلل عدد الجياع في العالم بنسبة ١٥٠-١٠٠ مليون شخص.

٤ أظهرت الاستطلاعات في مجموعة واسعة من البلدان أن ٩٠-٨٥ في المائة من الوقت المستغرق في إعداد الطعام المنزلي هو من وقت المرأة.

٥ في بعض البلدان، تقضي التقاليد بأن المرأة آخر من تأكل، بعد أن يأكل جميع الذكور والأطفال.

٦ في وقت الأزمات، تكون النساء عموماً أول من يضحي بطعامهن وذلك للتأكد من أن أفراد أسرهن لديهم ما يكفي من الغذاء.

٧ الأمهات ناقصو التغذية يكن أكثر عرضة لإنجاب أطفال يعانون من نقص الوزن. الأطفال ناقصو الوزن أكثر عرضة للوفاة قبل سن الخامسة بنسبة ٢٠ في المائة.

٨ ما يقرب من نصف جميع النساء الحوامل في **البلدان النامية** يعانين من فقر الدم (ليس لديهن ما يكفي من الحديد في مجرى الدم). ويتسبب ذلك في حوالي ١١٠,٠٠٠ حالة وفاة أثناء الولادة كل عام.

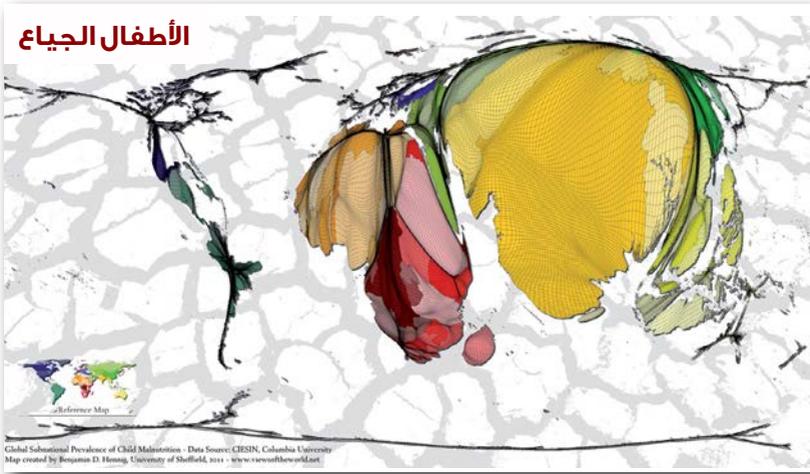
٩ تؤكد الأبحاث أنه، عندما تكون الأمور في أيدي النساء، فإن زيادة دخل الأسرة يحسن صحة الأطفال و**التغذية**.

١٠ التعليم هو مفتاح الحل. أظهرت إحدى الدراسات أن تعليم المرأة ساهم بنسبة ٤٣ في المائة في الحد من **سوء التغذية** لدى الأطفال بمرور الوقت، في حين بلغت نسبة توفر الغذاء ٢٦ في المائة.



## الأطفال والشباب

يتأثر الأطفال والشباب في جميع أنحاء العالم بالجوع كل عام. وتقدر اليونيسيف أن ١٤٦ مليون طفل في **البلدان النامية** يعانون من نقص الوزن و**نقص التغذية**. نتيجة **الجوع الحاد** أو **المزمين**. كما يولد نحو ١٧ مليون طفل يعانون من نقص الوزن كل عام نتيجة **نقص التغذية** أثناء الحمل. تظهر هذه الخريطة التمثيل النسبي لأماكن معيشة الأطفال الجياع في العالم. هل تبدو كما توقعتها؟



المصدر: جامعة كولومبيا وجامعة شيفيلد

الجوع في مرحلة الطفولة له العديد من الآثار الخطيرة على الحياة لاحقاً. على سبيل المثال، يعاني واحد من كل أربعة أطفال في العالم من **التقزم**. وهذا يعني أنهم لم يحصلوا على ما يكفي من الغذاء و**التغذية** لأجسادهم لتنمو وتتطور كما يجب. كما أن الجوع المستمر يضعف **نظام المناعة** ويجعل الأطفال والشباب أكثر عرضة للإصابة بالأمراض والعدوى. فبدون **التغذية الكافية**، يصبح الأطفال الجياع أكثر عرضة وأكثر ضعفا بحيث لا يستطيعون مقاومة **الأمراض** الشائعة مثل **الحصبة** أو الأنفلونزا بشكل خاص.

الحصول على **التغذية** السليمة يمنح الأطفال مستقبل صحي. وبدون ذلك، لا يمكنهم أن ينمو أو يتعلموا أو يزدهروا. ومن ثم يستحق الأطفال في كل مكان هذه الفرصة. ولهذا فإن التأكد من حصول الأطفال على **التغذية** السليمة هو متغير بسيط وفعال في حياة الطفل. وبالنسبة للأطفال في جميع أنحاء العالم، تمثل **التغذية** السليمة نقلة من الجوع إلى الأمل.

بعد كل هذا، فإنه من الواضح

جدا أن الجوع يمكن أن يتسبب في الكثير من الضرر! فمن الناحية المثالية، ينبغي ألا يقاسي أحد من الجوع، يتعين علينا تغيير ذلك. نحن نعرف كيفية حل الجوع، والحل يمكن أن يبدأ بك! لذلك دعونا نتعرف على المزيد عن المبادئ مثل **الحق في الغذاء والأمن الغذائي**، والتي تهدف إلى حصول الجميع على ما يكفي من الغذاء.



تيفاني هوانغ، ٧ سنوات، الفلبين.

# الحق في الغذاء

## حق من حقوق الإنسان الأساسية

ما هو **الحق**؟ لفهم هذا المفهوم، ففكر في كلمات المساواة أو الكرامة أو الاحترام. نحن جميعا نحترم بعضنا البعض في الحياة الأسرية أو في المدرسة. على سبيل المثال، نحن نعلم أنه من الخطأ والظلم أن نسلب الطلاب الآخرين ممتلكاتهم الشخصية أو أن نفرض سطوتنا عليهم. ومن هنا فإن المبدأ الأساسي **للحقوق** هو أننا يجب أن نحصل جميعا على الاحترام والتقدير بشكل صحيح وعلى قدم المساواة، وأن نتلقى المعاملة التي نرجوها. ويشمل ذلك المساواة أيضا في الحق في الوصول إلى الأشياء الأساسية التي نحتاجها جميعا لنحيا حياة صحية. ففكر فيما تحتاج إليه للعيش بسعادة والنمو لتصبح شابا ممتع بالصحة. بادئ ذي بدء، أنت بحاجة إلى الغذاء والمياه النظيفة. كما تحتاج أيضا إلى التعليم والسلامة من التهديدات (مثل التعرض للسرقة أو الاعتداء) والرعاية من أفراد عائلتك والمجتمعات. لديك الحق في هذه الأمور.

في كثير من الأحيان، عندما يكون لديك **الحق** في شيء ما، فإن شخصا آخر يكون عليه التزام تجاهك. على سبيل المثال، إذا كان لديك الحق في التعليم، فيجب على دولتك أو بلدك أن توفر لك المدارس والمعلمين والدورات وكل شيء آخر تحتاج إليه للحصول على التعليم. بعض الحقوق هي حقوق عالمية، وهذا يعني أنها لا تختلف أينما تذهب في العالم. وهناك حقوق أخرى يمكن أن تمنح خصيصا اعتمادا على الوضع الخاص بك. ويطلق على **الحقوق العالمية**، المكفولة لجميع الناس، **حقوق الإنسان**.

الحق في الغذاء يعني أن جميع البشر ينبغي أن يصلوا إلى ما يكفي من الغذاء الأمن صحيا للعيش، بغض النظر عن المكان الذي يعيشون فيه أو الوضع الذي هم فيه. وهذا حق من **حقوق الإنسان العالمية**، لذلك فهو ينطبق على الجميع، بغض النظر عن عمرهم ومكانهم وشكلهم وما إذا ما كنت رجلا أو امرأة وأيما كانت الديانة التي ينتمون إليها أو مقدار غناهم أو فقرهم.

إن تحقيق **الحق في الغذاء** يعني ضمان أن الناس لديهم المعرفة والمهارات والموارد والفرص التي يحتاجونها للحصول على الغذاء لأنفسهم. وهذا يعني أيضا أن الناس عندما يعجزون، لأسباب خارجة عن إرادتهم، عن إطعام أنفسهم، يظل لديهم **الحق في الغذاء**، ويجب مساعدتهم حتى يكونوا قادرين على إطعام أنفسهم مرة أخرى. ومن خلال الاعتراف بأن الناس لديهم **الحق في الغذاء**، ألزمت الحكومات الوطنية نفسها ببذل كل جهد ممكن لضمان أن جميع شعوبها لديها ما يكفي لتناول الطعام (انظر القسم هـ للإجراءات التي يمكن أن تتخذها الحكومات للمساعدة في القضاء على الجوع). ينبغي أن يكفل الحق في الغذاء حق جميع البشر في جميع أنحاء العالم في التحرر من الجوع و**سوء التغذية** وانعدام الأمن الغذائي. ولكن للأسف، فإن ضمان **حق الجميع في الغذاء** ليس بهذه السهولة. دعونا نتعلم المزيد عن **الأمن الغذائي** لفهم ماذا يعني ذلك لدعم **حق الشعوب في الغذاء**.

## الأمن الغذائي

ماذا تعني كلمة "الأمن" لك؟ معظم الناس يشعرون "بالأمن" أو "السلامة" عندما يشعرون بأنه ليس هناك ما يهددهم أو يخيفهم. وبمثل هذا الفهم للأمن، يشير **الأمن الغذائي** إلى حالة وجود الفرص المادية والاجتماعية والاقتصادية للوصول إلى غذاء كافي ذو نوعية جيدة للتمتع بصحة جيدة. يعتمد تحقيق **الأمن الغذائي** على أربعة عناصر:

- \* يجب أن يكون الغذاء **متوفرا**، وهذا يعني توافر كميات **كافية** ذات نوعية جيدة، ويجب إنتاج أغذية آمنة أو **مستوردة** على الصعيدين الوطني والمحلي.
- \* يجب أن يكون الغذاء **يمكن الوصول إليها**، وهذا يعني أنه يجب توزيع وتوافر الغذاء محليا ويجب أن يكون في متناول جميع الناس.
- \* يجب **استخدام** الأغذية **بأفضل طريقة** ممكنة لكل شخص ليتمتع بصحة وتغذية جيدة (كافية من حيث كميتها ونوعيتها وتنوعها لتلبية احتياجات كل فرد). ويتطلب ذلك أن يكون الناس على بينة من احتياجاتهم الغذائية الأساسية بحيث يعرفون ما هي أنواع **الغذاء** (والكمية) التي ينبغي تناولها للتمتع بالقوة والصحة.



\* أخيرا، فإن العناصر الثلاثة المذكورة أعلاه تحتاج إلى أن تكون مستقرة على مدى فترة من الزمن. ولكن يمكن أن يتسبب تغير المناخ والصراعات وعدد من العوامل الاقتصادية (البطالة وعدم استقرار الأسواق المالية، الخ) في تهديد استقرار النظام الغذائي.



هناك مفهومين آخرين يتعلقان بالأمن الغذائي والحق في الغذاء التي يجب أن نعرفهما:

### الاعتماد على النفس

يختلف الحصول على الغذاء عن مفهوم القدرة على إطعام نفسك. ومن ثم فإن منح كل الجياع في العالم الغذاء الذي يحتاجونه ليس أمرا معقدا ومكلفا فقط؛ ولكن الأهم من ذلك، أنه لا يحل المشكلة فعليا على المدى الطويل لأن الفقراء يظلون فقراء. كذلك فإن الاعتماد على النفس مهم جدا عند الحديث عن كرامة الفرد، وهذا هو السبب في حتمية تأكد الحكومات في جميع أنحاء العالم

من أن الناس في بلدانهم لديهم المعرفة والمهارات والموارد والفرص اللازمة لإنتاج أو شراء ما يكفي من الغذاء بأنفسهم. وبطبيعة الحال، يجب على الحكومات مساعدة الفقراء والضعفاء للوصول إلى ما يكفي من الغذاء المغذي حتى يتمتعوا بالاستقلالية مرة أخرى، ولكن يظل **الأمن الغذائي الدائم والحق في الغذاء** مبنيان على زيادة **الاعتماد على النفس والتمكين**.

### السيادة الغذائية

هو الوضع المثالي عندما يكون كل شخص في مجموعة (على سبيل المثال في قرية أو مدينة أو دولة) **أمن غذائيا** ويسمى ذلك **السيادة الغذائية**. وترتبط **السيادة الغذائية بالاعتماد على النفس**، لأن الناس يتمتعون "بالسيادة الغذائية" عندما يمكنهم تحديد وصياغة وتطبيق نظم الأغذية والزراعة الخاصة بهم وفقا لنماذجهم الخاصة من الإنتاج. إذا كنت ترغب في معرفة المزيد عن السيادة الغذائية، قم بزيارة: [www.foodsovereignty.org](http://www.foodsovereignty.org) **السيادة الغذائية والأمن الغذائي** والحق في الغذاء كلها تتصل ببعضها البعض، ولكن لمساعدتك على فهم هذه الروابط بشكل أفضل، انظر أدناه:

- ◀ يحدث عندما يحصل الأفراد من الناحية المادية وبأسعار معقولة على ما يكفي من الغذاء الجيد للعيش بشكل صحي
- ◀ هو شرط مسبق للتمتع بالحق في الغذاء
- ◀ يعني أن جميع الناس لديهم الحق في الحصول على الغذاء **الكافي** والموارد اللازمة للتمتع بالأمن الغذائي
- ◀ حق من حقوق الإنسان المعترف بها في القانون الدولي
- ◀ عندما يكون الناس قادرين على تحديد أنواع ونماذج خاصة بهم من نظم إنتاج الغذاء والتجارة لخدمة حقهم في الغذاء وفي إنتاج غذاء آمن وصحي ومستدام

الأمن الغذائي

الحق في الغذاء

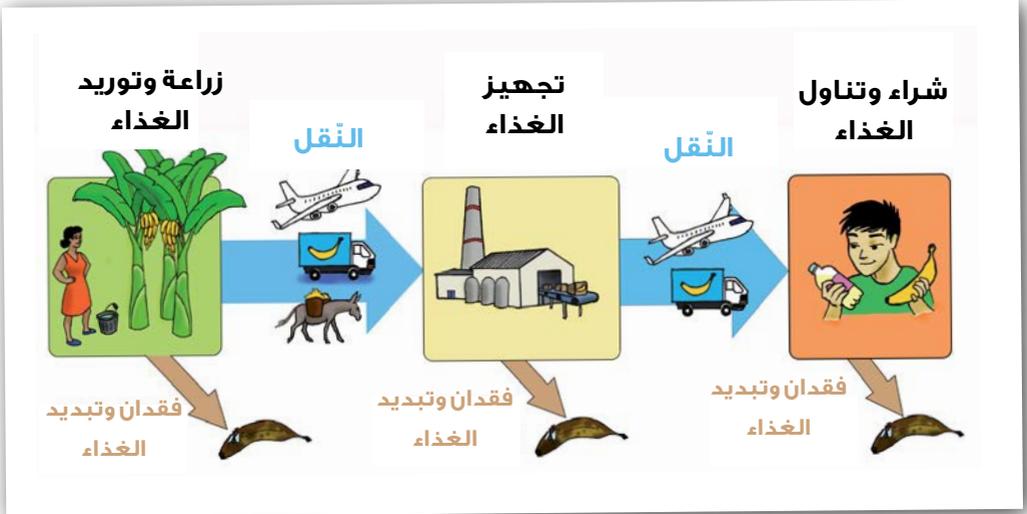
السيادة الغذائية



ومع ذلك، وعلى الرغم من وجود هذه المفاهيم العظيمة، لماذا لا يزال هناك جوع حتى يحصل الناس على ما يكفي من الغذاء ويشعرون **بالأمن الغذائي**، لابد من القيام بالعديد من الخطوات. تشكل هذه الخطوات "**النظام الغذائي**"، وتساعد على شرح إنتاج الغذاء وتوزيعه **واستهلاكه**. دعونا نعرف المزيد عن **النظام الغذائي** لمساعدتنا على التفكير في الكيفية التي يمكن بها حل مشكلة الجوع.

## النظام الغذائي

هل تعرف ما هو **النظام الغذائي**؟ يمر الغذاء عبر عدة مراحل قبل الوصول إلى طبقك. حيث يسافر من المزارع والحقول إلى السوق ومحلات السوبر ماركت وأخيرا إلى منزلك. وتسمى هذه العملية الطويلة والمعقدة في بعض الأحيان **بالنظام الغذائي**. يمكنك أن تتخيل أنه إذا انكسرت حلقة من السلسلة (أو لم تعمل كما نتوقع)، فستضطرب العملية برمتها. وبطبيعة الحال، إذا فشل **الحصاد** كله (إذا كان هناك **جفاف أو فيضانات** على سبيل المثال)، فسيعاني **النظام الغذائي** بأكمله ويتسبب في عدم وجود ما يكفي من الغذاء في كل مرحلة. ومن ثم فإن المشاكل الصغيرة في أي مرحلة على طول السلسلة تؤثر على النظام برمته أيضا.



المصدر: الاتحاد العالمي للشباب والأمم المتحدة، إميلي دونيجان

دعونا ننظر في كيفية عمل النظام الغذائي بمزيد من التفصيل:

### زراعة وتوريد الغذاء

في هذه المرحلة الأولى، **يزرع** المزارعون وملاك الأراضي أراضيهم لإنتاج المحاصيل وتربية الحيوانات أو الأسماك. كما يحصلون أيضا على إنتاج من البيئة المحلية (مثل منتجات الغابات). وللقيام بذلك، يحتاجون إلى معدات الزراعة والبذور **والمخصبات** و الحيوانات أو الأسماك والماء والأرض والعمل. كما يحتاجون نقل هذه المنتجات والمدخلات المختلفة إلى مزارعهم في المقام الأول. كل هذا يكلف مالا، لذلك يحتاج المزارعون إلى التفكير في الكيفية التي يكمن من خلالها تحقيق ما يكفي من **الأرباح** لشراء المزيد من البذور وغيرها من الضروريات **لموسم الحصاد** القادم. أيضا يحتاج المزارعون إلى تكوين معرفة حول محاصيلهم والمنتجات أو الحيوانات التي يقومون بتربيتها. ما هي كمية المياه **والمغذيات** التي يحتاجونها؟ ما هي الصعوبات التي قد تنشأ (مثل الآفات والأمراض) وكيف يمكن حلها؟ ومن ثم فإن عدم وجود هذا النوع من المعرفة في كثير من الأحيان يؤدي إلى مشاكل.



### نقل الأغذية من الحقل إلى السوق

بعد أن يتم زرع الغذاء **وحصاده**، يحتفظ به بعض المزارعين لأنفسهم وأسرههم. ومع ذلك، إذا كان لديهم أكثر مما يحتاجون، يمكنهم محاولة بيعه في السوق المحلية. ويسمح المال الذي يكسبه المزارعون من بيع الطعام بشراء المزيد من الغذاء لأسرههم، وشراء مواد لزراعة المزيد من المحاصيل (البذور **والأسمدة**، والآلات،



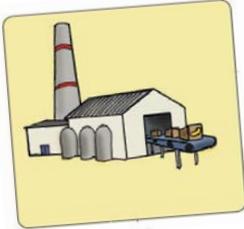
الخ) أو لإرسال أطفالهم إلى المدرسة. وتبدو هذه العملية كأنها عملية بسيطة ولكن إذا كان المزارعون لا يعرفون أين يمكنهم بيع منتجاتهم بأسعار عادلة، أو لا يستطيعون الوصول إلى وسائل النقل، فإن هذا الأمر يصبح تحديا حقيقيا. ويمكن أن يشكل ذلك مشكلة للنساء المزارعات على وجه الخصوص، حيث تقل احتمالات حصولهن على المركبات أو الحيوانات (مثل الحمير) لنقل منتجاتهن إلى السوق، وهذا يعني أن المرأة غالبا ما تكون غير قادرة على بيع محاصيلها والاستفادة من **الأرباح**. إذا كانت هذه المرحلة من النظام الغذائي لا تعمل بشكل صحيح، فسوف يصعب على الآخرين الحصول على ما يكفي من الغذاء، ولن يكون المنتجون قادرين على تحقيق **الربح**، مما يزيد من خطر الجوع.



## الشراء من أجل التقدم (P4P)

قد يشكل زراعة وبيع ما يكفي من الغذاء لتحقيق الربح تحديا حقيقيا لكثير من **المزارعين أصحاب الحيازات الصغيرة**. ولهذا أطلق برنامج الأغذية العالمي (WFP) مبادرة لمساعدة هؤلاء المزارعين من خلال توفير التدريب وتقنيات زراعية جديدة لمساعدتهم على **زراعة** محاصيل أكثر إنتاجية، ثم يقوم برنامج الأغذية العالمي بشراء المنتجات مباشرة من المزارعين ويستخدمها كمساعدات غذائية في برامجه لتوزيع الأغذية في حالات الطوارئ والوجبات المدرسية. يمكنك معرفة المزيد عن مبادرة الشراء من أجل التقدم من خلال:

[www.wfp.org/students-and-teachers/students/blog/p4p-snapshot-snapshot-students](http://www.wfp.org/students-and-teachers/students/blog/p4p-snapshot-snapshot-students)



## تجهيز الغذاء

وبعد أن يتم بيع بعض الغذاء بواسطة **المزارعين أصحاب الحيازات الصغيرة**، إلى أشخاص آخرين، سيأكله بعضهم على الفور، والبعض الآخر سيبيعه بعد تجهيزه.

**عندما تذهب إلى السوبر ماركت مع والديك، الق نظرة على جميع الأغذية المجهزة من حولك. ما هي**

**المنتجات المصنوعة منها ومن أين جاءت أصلا؟ على سبيل**

**المثال، تأتي صلصة الطماطم من الطماطم وتصنع المربي من الفاكهة.**

تتيح مرحلة تجهيز الأغذية للناس فرصة تحقيق **الربح** (واستخدامه في إطعام أسرهم!) عندما يقومون بإعادة بيعها، وذلك لأن الناس سيسعدهم دفع مال أكثر قليلا لو كان ذلك يعني أنه لن يتعين عليهم **تجهيز الغذاء** بأنفسهم (على سبيل المثال يتوفر لنا كثير من الوقت إذا كنا نستطيع شراء مربي جاهزة بدلا من الاضطرار لصنعها بأنفسنا). ويمكن أن تمثل خطوة تجهيز الغذاء خطوة مهمة في منع الجوع. على سبيل المثال، حفظ الغذاء عن طريق التعبئة أو التجفيف أو التمليح أو التخليل يعني أنه سيكون هناك طعام متوفر في بعض الأوقات من السنة عندما يكون ما يتم **حصاده** من الأرض محدودا (على سبيل المثال خلال فصل الشتاء). كما يتعين أيضا نقل **الغذاء المجهز** إلى المحل أو السوق ليتمكن الناس من شرائه.

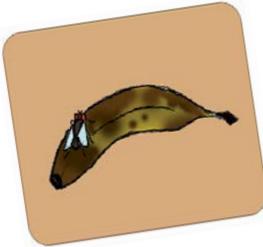
## شراء وتناول الغذاء

لقد وصلت إلى المرحلة النهائية من **النظام الغذائي**، المرحلة التي يراها معظم الناس ويشتركون فيها: شراء وإعداد وتناول الغذاء. كل ما عليك القيام به عندما تتسوق في السوق أو المتجر أو السوبر ماركت هو اتخاذ خيار شراء الغذاء الذي تفضله لإتباع نظام غذائي صحي ومتوازن واستخدامه في إعداد وجبة جيدة في



المنزل. في هذه المرحلة، تحتاج إلى : وسيلة للوصول إلى السوق أو المتجر (هل تمشي أم تركب دراجة أم تستقل حافلة أو سيارتك؟)، ثم ستحتاج المال للشراء ومعرفة الأطعمة التي تحتاج إلى شرائها من أجل الحصول على نظام غذائي متوازن وصحي (يمكنك معرفة المزيد عن هذا عن طريقشارة التحدي الخاصة بالتغذية). يجب أن نفكر أيضا في شراء الغذاء المحلي **مستدام المصدر**، وتأكد من شراء ما تحتاجه فقط بحيث لا تبدد أي طعام. بطبيعة الحال، إذا لم يكن لديك ما يكفي من المال لشراء الطعام أو كنت غير قادر على الذهاب إلى المتجر أو السوق لشراء الغذاء، فأنت تواجه خطر المعاناة من الجوع.

## فقدان وتبديد الغذاء



تعتبر فضلات الطعام مرحلة هامة في **النظام الغذائي**، ولكن نادرا ما يتم التفكير بها فيما يتعلق بالجوع. إنها مشكلة كبيرة: فحوالي ثلث الغذاء (١.٣ مليار طن من الغذاء في ٢٠١١) الذي يتم إنتاجه عالميا إما يتعرض للفقدان أو التبديد في مراحل مختلفة

من سلاسل إنتاج وتصنيع الأغذية. على سبيل المثال، في العديد من

**البلدان النامية** يتم فقدان أو تبديد نصف الغذاء الذي يزرع بعد **حصاده**

(منظمة الأغذية والزراعة ٢٠٠٩). ومن الأسباب الرئيسية لهذه الخسائر الخطيرة **عدم كفاية** مرافق التخزين التي قد يتعرض فيها الغذاء للرطوبة والتحلل، أو يؤكل من الآفات والقوارض والطيور أو الفطريات. وبالطبع فإنه عندما يتبدد الكثير من الغذاء، سيعاني الفقراء أكثر من غيرهم، لأنهم غير قادرين على شراء غذاء أكثر تكلفة، وإذا كانوا ينتجون الغذاء، فسيعانون أيضا عندما يكون هناك الكثير من التبديد، لأنهم سيحققون **ربحا** أقل نتيجة المنتجات



# أسباب الجوع

الآن بعد أن عرفنا الكثير عن **النظام الغذائي**، دعونا نفكر في السؤال الكبير: **لماذا يوجد الجوع؟** كما رأينا، فإن **النظام الغذائي** نفسه يبدو بسيطا إلى حد ما: يتم إنتاج الغذاء في المزارع وعبر خطوات بسيطة يصل إلى طاولة غذائنا. ولكن كثير من الغذاء المنتج يتم توزيعه على الصعيد العالمي ويشمل كثيرا من مختلف الأفراد والشركات والحكومات، مما يجعل الأمر معقدا للغاية، فإذا ما تم كسر حلقة واحدة فقط ولو صغيرة في **النظام الغذائي** أو لم تعمل بشكل صحيح، قد يصبح الملايين من الأطفال والأشخاص ضحايا **مجاعة** أو **جوع مزمن**. هناك بعض العوامل التي تؤثر بشكل كبير في **النظام الغذائي**، ومن ثم تمثل أسبابا رئيسية للجوع.

## الفقر ومصيدة الجوع

الفقر هو واحد أبسط ولكن أكبر أسباب **الجوع المزمن**. أولئك الذين لا يملكون المال أو السلع لتبادلها مقابل الغذاء لا يمكنهم ضمان ما يكفي من الغذاء للحفاظ على صحتهم. ولأنهم لا يمكنهم الأكل **بشكل كاف** (أو بشكل جيد)، أو لا يمكنهم إطعام أسرهم وأطفالهم فإن البقاء بصحة جيدة يصبح تحدا بالنسبة لهم. تضطر الأسر الفقيرة لشراء أرخص المواد الغذائية، التي غالبا ما تكون من **الناحية التغذوية غير كافية**، مما يؤدي إلى سوء تغذية حاد. وعندما يصبحون ضعفاء جدا لا يستطيعون القيام بالدراسة أو العمل، يقل احتمال تمتعهم بالطاقة أو الموارد ليكونوا قادرين على زراعة ما يكفي من الغذاء، أو كسب ما يكفي من المال للحصول على غذاء أفضل. وتسمى هذه **الحلقة المفرغة بمصيدة الجوع**. ومما يبعث على الأسى، أن كثيرا ممن يعانون من الجوع يموتون من أمراض بسيطة مثل الحمى أو **الحصبة** لأن أجسامهم لم تعد قادرة على محاربة **العدوى**. كما أن الفقر يجعل من الصعب جدا على الناس الحصول على تعليم يتناول الممارسات الزراعية والأراضي والموارد التي يحتاجونها لزراعة غذائهم.

يتسبب ذلك أيضا في وقوع الناس في **مصيدة الجوع**. فأفقر الناس يكونون أكثر عرضة للوقوع في هذه المصيدة، وفور الوقوع فيها يصبح من الصعب أن تجد طريقها للخروج. كما أن الفقر في حد ذاته أيضا مسألة معقدة للغاية. وتتمثل الأسباب الرئيسية

للجوع في **عدم المساواة** وانعدام فرص الحصول على الموارد. ومن ثم فإن التغلب على الفقر مهمة ثقيلة وتتطلب التنسيق الدولي على العديد من المستويات (يمكنك معرفة المزيد في القسم هـ عما يمكن للحكومات القيام به للمساعدة في الحد من الفقر). الق نظرة على **الحلقة الجيدة** - وسترى أن التعليم هو المفتاح للحد من عدم المساواة، والتأكد من أن الجميع لديه نفس فرص الوصول إلى المعرفة والموارد الأخرى. وهذا أمر ضروري في معركة القضاء على الجوع.

المصدر: الاتحاد العالمي للشباب واليوم المتمتع

المصدر: الاتحاد العالمي للشباب واليوم المتمتع

المصدر: الاتحاد العالمي للشباب واليوم المتمتع

## مصيدة الجوع

الجوع = نقص الطاقة للقيام بالأنشطة اليومية العادية، مما يجعلك عرضة للأزمة لزراعة المزيد

عدم وجود المال لشراء ما يكفي من الغذاء لإطعام نفسك وعائلتك، أو لشراء المواد اللازمة لزراعة المزيد

نقص التعليم؛ التغيب عن المدرسة لأسباب صحية أو اقتصادية

انعدام فرص العمل؛ غير قادر على كسب المال لتصبح مستقلة اقتصاديا

## الحلقة الجيدة

الصحة = الطاقة للقيام بالأنشطة اليومية، الحسب القوي يقاوم الأمراض

ما يكفي من المال لشراء لك وعائلتك، وكذلك المواد اللازمة لزراعة المزيد من المحاصيل المعرض للبيع

التعليم يساعد الحضور إلى المدرسة على بناء المعرفة، على سبيل المثال المعرفة حول التغذية والصحة وقربك في الحياة

فرص العمل؛ القدرة على كسب الدخل والتمتع بالاستقلال الاقتصادي



## عالم "مولي"

هل تريد مقابلة مولي. هي فتاة تبلغ من العمر ثلاثة عشر عاما تسكن في الحي الفقير المعروف باسم "مئاري" في مدينة نيروبي، كينيا. يعتبر هذا الحي الفقير واحد من أفقر الأماكن في العالم. تعيش العديد من العائلات في أحياء فقيرة مماثلة وهم معرضون لخطر المعاناة من الجوع. أما "مولي" فتحصل على وجبة مغذية كل يوم في المدرسة من قبل برنامج الأغذية العالمي وهو ما يعني أن لديها الفرصة للتعلم. وهذا التعليم سيساعدها على الخروج من **مصيدة الجوع إلى الحلقة الجيدة**. شاهد يوم في حياة مولي:

[www.youtube.com/watch?v=raUFQBYLObW&feature=c4overviewwl&list=PLE5D9C5958C5F753B](http://www.youtube.com/watch?v=raUFQBYLObW&feature=c4overviewwl&list=PLE5D9C5958C5F753B)

قد يرغب المعلمون وقادة المجموعة في استخدام حزمة المعلمين على الرابط أدناه:

[www.documents.wfp.org/stellent/groups/public/documents/communications/wfp250506.pdf](http://www.documents.wfp.org/stellent/groups/public/documents/communications/wfp250506.pdf)

## الصراعات

تكسر الحرب **السلسلة الغذائية** بعدة طرق. ففي بعض الحالات، يحاول الجنود تكتيكا تجويع الأعداء من خلال تلويث الحقول والآبار حتى لا يتمكن الناس من زراعة الغذاء أو الحصول على المياه الصالحة للشرب. ويمكن أيضا أن تغطي الحقول بالألغام الأرضية مما يجعلها غير آمنة لزراعة المحاصيل. وعند استخدام الغذاء كسلاح حرب، فإن أول الضحايا من الأبرياء هي الأسر الريفية التي تعتمد على محاصيلها لإطعام أنفسهم ونادرا ما تكون طرفا مباشرة في **الصراع**. غالبا ما تتسبب **الصراعات** في وجود كثير من **اللاجئين**، حيث تضطر الكثير من العائلات إلى مغادرة منازلهم للذهاب للعيش في مناطق أكثر أمنا، وغالبا في بلدان مختلفة تماما. ويتعرض **اللاجئون بسبب الصراعات** لخطر المعاناة من الجوع لأنهم لا يملكون الموارد اللازمة لإنتاج الغذاء أو كسب الدخل. ولمعرفة كيفية تأثير **الصراعات** على الأطفال والشباب، وما تقوم به منظمات مثل برنامج الأغذية العالمي لمساعدتهم، اقرأ "عالم تلميذة في مخيم الزعتري" على هذا الرابط:

[www.wfp.org/photos/gallery/schoolgirls-world-zaatari-refugee-camp](http://www.wfp.org/photos/gallery/schoolgirls-world-zaatari-refugee-camp)

## الأخطار الطبيعية وتغير المناخ

تشكل الزلازل والفيضانات

والجفاف وغيرها من

الأخطار الطبيعية العديد

من التهديدات والتحديات

التي تواجه صغار المزارعين

والفقراء لأنهم غالبا لا

يملكون الموارد اللازمة

ليصبحوا قادرين على

الاستجابة أو حماية أنفسهم.

كما يتسبب تغير المناخ في

جعل الأخطار الطبيعية أكثر

تواترا وشدة في أجزاء كثيرة

من العالم. وحتى الآن لا يزال

العديد من آثار تغير المناخ

غير معروفة، ولكن تشير

العديد من الدراسات إلى الآثار

السلبية على زراعة الغذاء: فقد

تتلف المحاصيل ويجب حينها

أن يتكيف النظام الغذائي

العالمي ويتعامل مع موارد

أقل. ومن المحتمل أن يشكل

تغير المناخ وآثاره على النظام

الغذائي مشكلة خطيرة لكثير

من المزارعين والمجتمعات

الفقيرة، حيث سيصبحون

غير قادرين على التنبؤ بتغير

أنماط الطقس، وفي كثير من

الحالات سيتقلص موسم الزراعة

ويضطرب. ومن المرجح أن يؤدي

هذا إلى معاناة المزيد من الناس

من الجوع الحاد والمزمّن.



## الرؤية من خلال العدسة

هل تعرف أين هي منطقة الساحل؟ انها مساحة شاسعة من البلدان في غرب أفريقيا حيث غالبا ما يؤدي **الجفاف** المتكرر إلى مواسم من الجوع. ضع عدسة التكبير على هذه المنطقة بعدسة المصور "رين سكلرود" لترى كيف تؤثر **الأخطار الطبيعية** مثل **الجفاف** على الأسر الجائعة هناك - وكيف يمكننا مساعدتها على أن تصبح أقوى في مواجهة الجوع:

## إدارة الموارد الطبيعية

عندما لا يمتلك الناس ما يكفي من المعرفة حول المحاصيل التي يزرعونها (ينمونها)، فإنهم قد يسيئون استخدام **الموارد الطبيعية** (مثل المياه أو المعادن في التربة والتي تحتاجها النباتات لتنمو) باستخدام **مخصبات ومبيدات حشرية** أو أساليب زراعة خاطئة. على سبيل المثال، فعلى الرغم من أن بعض **المبيدات** تحمي المحاصيل من الحشرات والأضرار، إلا أنها تلوث التربة عندما تتساقط من على النباتات. لذلك من المهم جدا أن يدرك المزارعون ممارسات الإدارة الجيدة، حتى يتمكنوا من اتخاذ القرارات السليمة التي تسمح لهم بالزراعة بنجاح دون التسبب في أضرار بيئية. ومن ثم فإن تدريب المزارعين في مجال إدارة الموارد الطبيعية يعتبر إستراتيجية جيدة في المعركة ضد الجوع (انظر القسم د). للأسف، يظل المزارعين في بعض الأحيان غير قادرين على استخدام (أو لا يستطيعون الوصول إلى) أحدث التقنيات الزراعية، والتي غالبا ما تتطلب تكنولوجيا متقدمة أو آليات باهظة الثمن. ومع ذلك، هناك الكثير من التقنيات البسيطة والتقليدية التي ورثها الأسر الزراعية عبر الأجيال تساعد على الحفاظ على البيئة الطبيعية واستخدام الموارد على نحو مستدام، وفي نفس الوقت تؤدي إلى إنتاج غذاء صحي ومغذ. ومن المهم أن تراعي مبادرات التنمية هذه التقنيات والنظم المعرفية باعتبارها عوامل أساسية نحو تحقيق **الأمن الغذائي** المحلي وضمان استدامة الممارسات **الزراعية الصغيرة**.

## الأزمات المالية والاقتصادية

هل تعرف كم تكلفة الخبز والحليب في متجر البقالة المحلية للأسر الفقيرة في جميع أنحاء العالم؟ الجواب على هذا السؤال له تأثير لا يصدق على مصادر رزقهم. ذلك لأنه على عكس **البلدان المتقدمة** حيث يتم إنفاق مبلغ صغير من ميزانية الأسرة على الغذاء (على سبيل المثال ٧ في المائة في الولايات المتحدة)، نجد أن الأسر التي تعيش بالكاد بدولار واحد يوميا تنفق ما يقرب من نصف ميزانيتها على الغذاء (على سبيل المثال ٤٧ في المائة في الكاميرون) (المصدر: مجلة الإيكونوميست ٢٠١٣). وباختصار، فإن أسعار الغذاء هامة بالنسبة لهم.

يتم إنتاج الغذاء وبيعه وشراؤه **واستهلاكه** تماما مثل أي منتج آخر في **السوق المالية**. ولأن كمية الغذاء التي تباع وتشتري تعتمد على التوازن بين الطلب (كم وأنواع الغذاء الذي تريده الناس) و**العرض** (كمية وأنواع الغذاء التي تم إنتاجها ويمكن أن تباع)، يمكن أن ترتفع أسعار الغذاء أو تنخفض. فإذا تم إنتاج كثير من الغذاء يفوق ما يريده الناس (بلغة الاقتصاد: إذا تجاوز **العرض الطلب**)، تنخفض أسعار الغذاء. أما إذا كان هناك القليل جدا من الغذاء المتاح أو إذا كان كثير من الناس يرغب في شراء نوع معين من الغذاء النادر، يتجاوز **الطلب العرض**، ترتفع أسعار الغذاء. ومن ثم يكون للتغيرات في أسعار الغذاء عواقب كبيرة. حيث يؤثر ارتفاع الأسعار على أولئك الذين يعانون من الجوع المزمن أكثر من غيرهم، مما يجعلهم أقل قدرة على شراء الطعام. وعندما تحدث **أزمات اقتصادية أو مالية** تميل جميع الأسعار إلى الزيادة، ولكن في حين أن بعض المنتجات من السهل التخلي عنها لأنها ليست ضرورية للبقاء على قيد الحياة (الألعاب أو التلفزيون أو السيارة)، نجد البعض الآخر، مثل الغذاء والماء، حاسمة بالنسبة لبقائنا على قيد الحياة. ولذلك يمثل السعر وتوافر الغذاء جزءا حيويا من السياسة الوطنية، ولاسيما خلال **الأزمات الاقتصادية**. ومع ذلك، في كثير من الأحيان، لا يتم اتخاذ تدابير وقائية وتخرج أسعار الغذاء عن نطاق السيطرة، ويكابد الفقراء حينها أسوأ العواقب.

### دولار واحد يوميا

هل تعتقد أنك تستطيع العيش بدولار واحد يوميا؟ ما الذي يمكنك شراؤه به؟ هل ستظل قادرا على شراء الطعام المفضل لديك؟ شاهد هذا الفيديو لمعرفة ما الذي يمكن أن تشتريه بدولار في إثيوبيا - البلد الذي يتعين على كثير سكانها العيش بهذا المبلغ يوميا:

[www.wfp.org/videos/dollar-day-ethiopia](http://www.wfp.org/videos/dollar-day-ethiopia)



# القضاء على الجوع

الآن وبعد أن أصبح لدينا فهم جيد حول الأسباب الرئيسية للجوع، دعونا نلقي نظرة على ما يمكن القيام به للقضاء على الجوع! الجوع هو أكبر مشكلة قابلة للحل في العالم. كنت قد قرأت عن التحدي الخاص بالجوع، ولكن إليك أفضل جزء: يمكننا تغيير ذلك إلى الأحسن. إذا أمكنك الدخول إلى الإنترنت، فشاهد هذا الفيديو:

[www.wfp.org/videos/hunger-worlds-greatest-solvable-problem](http://www.wfp.org/videos/hunger-worlds-greatest-solvable-problem)

ببساطة نجد أن تزويد الناس بإمدادات الغذاء يمكنه حل بعض مشاكل الجوع على المدى القصير، ولكنه لا يتعامل فعليا مع الأسباب الجذرية للجوع. بطبيعة الحال، المساعدات الغذائية الطارئة مهمة جدا للمساعدة في التعامل مع العديد من القضايا المدرجة في القسم ج، ولكن ذلك ليس حلا على المدى الطويل. بدلا من ذلك، يحتاج الناس الذين وقعوا في الفقر و**مصيصة الجوع** إلى مجموعة من الموارد والمهارات اللازمة ليصبحوا **معتمدين على أنفسهم**

ويصلوا إلى المعايير الغذائية والمعيشية **الكافية**. تستجيب منظمات مثل منظمة الأغذية والزراعة وبرنامج الغذاء العالمي لحالات الطوارئ وتساعد على بناء عدد من الحلول طويلة الأجل التي يمكن وضعها موضع التنفيذ.



تايجونغ هان، ١٠ سنوات، جمهورية كوريا

## الأهداف الإنمائية للألفية للأمم المتحدة

في عام ٢٠٠٠، اجتمع ١٨٩ من قادة العالم معا في مقر الأمم المتحدة في نيويورك لمناقشة الكيفية العمل معا للقضاء على **الفقر المدقع** في العالم. ونتيجة لهذا الاجتماع، تم وضع ثمانية أهداف، والمعروفة باسم **الأهداف الإنمائية للألفية** لمعالجة مختلف أبعاد الفقر. ومن خلال التوقيع على هذه الأهداف، التزمت الحكومات في جميع أنحاء العالم بالعمل معا للمساعدة في إيجاد مستقبل أفضل لنا جميعا. **الأهداف الإنمائية الثمانية للألفية** هي:



خفض وفيات الأطفال



تعزيز المساواة في الحقوق بين النساء والرجال



تحقيق تعميم التعليم الابتدائي



القضاء على الفقر المدقع والجوع

الهدف ١ القضاء على الفقر المدقع والجوع

الهدف ٢ تحقيق تعميم التعليم الابتدائي

الهدف ٣ تعزيز المساواة في الحقوق بين النساء والرجال

الهدف ٤ خفض وفيات الأطفال

الهدف ٥ تحسين صحة النساء الحوامل والأمهات

الهدف ٦ مكافحة فيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز والملاريا

وغيرهما من الأمراض

الهدف ٧: ضمان الاستدامة البيئية

الهدف ٨ إقامة شراكة عالمية من أجل التنمية



إقامة شراكة عالمية من أجل التنمية



ضمان الاستدامة البيئية



مكافحة فيروس نقص المناعة البشرية/الإيدز والملاريا وغيرهما من الأمراض



تحسين صحة النساء الحوامل والأمهات

يمكنك قراءة ومعرفة المزيد عن الأهداف الإنمائية للألفية هنا:

[www.un.org/ar/millenniumgoals](http://www.un.org/ar/millenniumgoals)



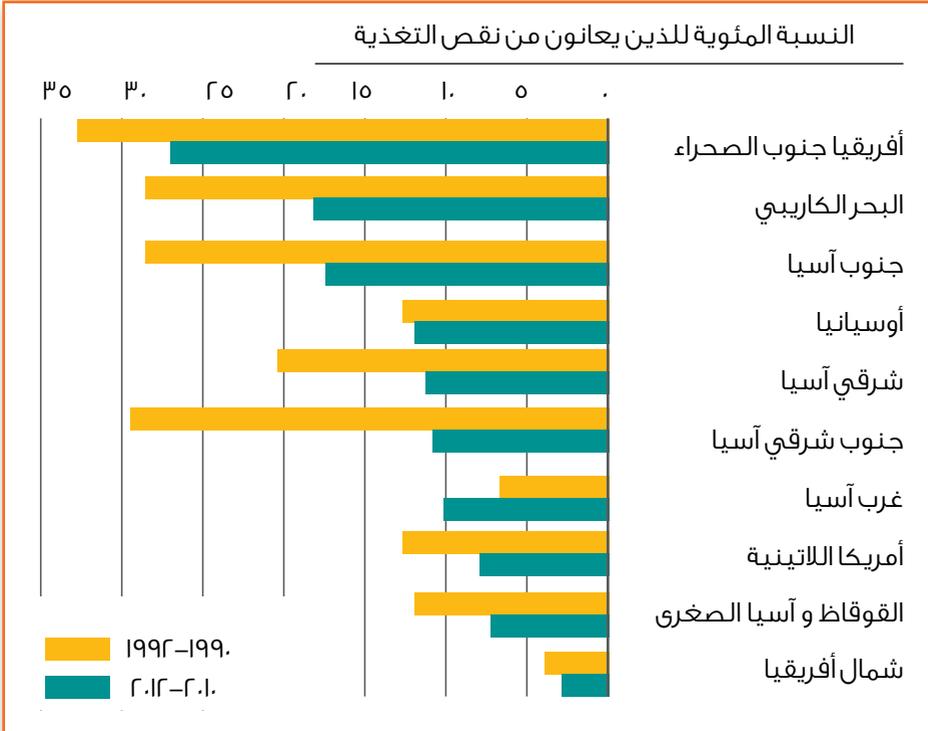
والهدف من ذلك هو تحفيز الحكومات في جميع أنحاء العالم على العمل معا لتحقيق هذه الأهداف بحلول عام ٢٠١٥. بعض هذه الأهداف قريبة التحقيق، وبعضها الآخر لا يزال أمامنا طريق طويل لنقطعه. بعد عام ٢٠١٥، سوف تستمر الجهود ولكن في ظل مجموعة جديدة من "أهداف التنمية المستدامة".

**الهدف ١** يتعلق مباشرة بالقضاء على الجوع ويتضمن ثلاثة أهداف فرعية:

**أ.** بين عامي ١٩٩٠ و ٢٠١٥، تخفيض عدد سكان العالم الذين يكسبون أقل من ١ دولار في اليوم.

**ب.** تحقيق التوظيف الكامل والمنتج للجميع، بما في ذلك المرأة والشباب.

**ج.** بين عامي ١٩٩٠ و ٢٠١٥، تخفيض عدد السكان الذين يعانون من الجوع. التقدم المحرز في تحقيق الهدف الإنمائي الأول للألفية في القضاء على الفقر المدقع والجوع.



التقدم المحرز في تحقيق الهدف الإنمائي الأول للألفية في القضاء على الفقر

المصدر: منظمة الأغذية للأمم المتحدة

أحرزت بعض **البلدان النامية** تقدما مثيرا للإعجاب في تحقيق أهدافها المرتبطة بالجوع، ولكن الكثير منها لا يزال بعيدا جدا عن تحقيق الأهداف. يبين الرسم البياني في الصفحة ٥٢ المناطق التي أحرزت تقدم نحو تحقيق الهدف الإنمائي الأول للألفية بين ١٩٩٢-١٩٩٠ و ٢٠١٢-٢٠١٠. كما رأينا، هناك العديد من العوامل المختلفة تتسبب في الجوع، ومن الصعب جدا معالجتها جميعا في نفس الوقت.

منذ عام ٢٠٠٠ والالتزام الدولي نحو الأهداف الإنمائية للألفية، انخفض عدد الأشخاص الذين يعانون من الجوع المزمن في العالم، ولا يزال هناك الكثير من العمل يتعين على للحكومات القيام به، ولكن من خلال الالتزام علانية بالمساعدة في ضمان **الحق في الغذاء** لجميع الناس في العالم بدأت الحكومات عملية هامة للمساعدة في حل الجوع.

## التعليم

إذا نظرت مرة أخرى إلى الرسم البياني "**مصدرة الجوع**" (صفحة ٤٥)، فسوف ترى أن الافتقار إلى التعليم يؤدي إلى انعدام فرص العمل، مما يجعل من الصعب للغاية الخروج من **الحلقة المفرغة** للجوع والفقير. وبالتالي فإن توفير التعليم أمر حيوي في مكافحة الجوع والفقير. وبالنسبة **لصغار المزارعين** وفقراء الريف، يساعد التعليم على إدراك أكثر الطرق فعالية لاستخدام الأراضي والموارد المتاحة لهم، أو يمكن أن يساعدهم على إيجاد سبل أخرى لكسب العيش.

هناك العديد من مبادرات **المساعدات الإنمائية** (الكبيرة والصغيرة) لدعم تعليم الأطفال والشباب والكبار. ومن بينها مبادرة معروفة بشكل خاص ظهرت عام ٢٠٠٠، عندما تعهدت ١٦٤ حكومة لتحقيق "التعليم للجميع" (EFA) بحلول عام ٢٠١٥. وقبل عامين فقط من المدة المحددة، لا يزال يتعين القيام بالكثير من العمل لتحقيق الهدف الطموح - والمهم جدا - والمتمثل في ضمان احتياجات التعليم لجميع الأطفال والشباب والكبار في العالم.

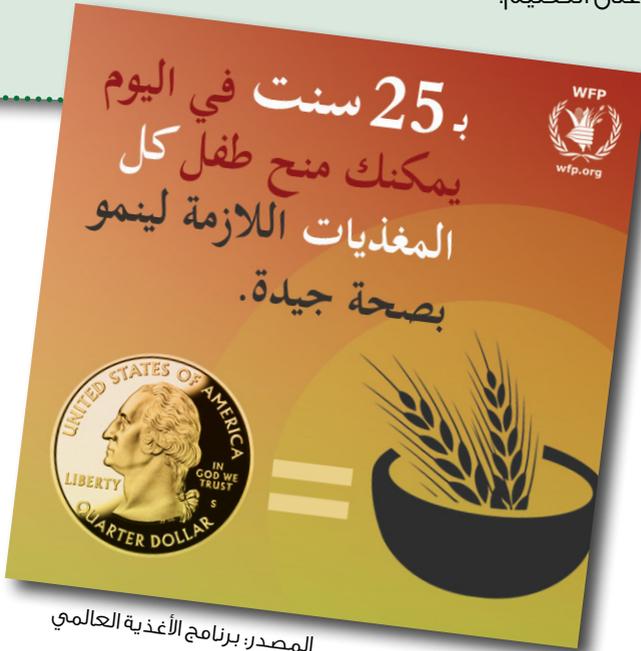


## الوجبات المدرسية

يتبنى برنامج الأغذية العالمي مبادرة في العديد من **البلدان النامية** لتوفير وجبة يومية للأطفال الملتحقين بالمدارس. ولما كان لزاما على الأسر الفقيرة أن تختار غالبا بين إرسال أبنائها إلى المدرسة أو العمل في الحقل، فإن هذه الوجبة المدرسية تمثل حافزا قويا لإرسال الأطفال إلى المدارس وإبقائهم هناك. لمعرفة المزيد:

[www.documents.wfp.org/stellent/groups/public/documents/communications/wfp249632.pdf](http://www.documents.wfp.org/stellent/groups/public/documents/communications/wfp249632.pdf)

يمكنك أن تحدث فرقا! يكلفك خمسة وعشرين سنتا فقط لتوفير وجبة مغذية في المدرسة من خلال برنامج الأغذية العالمي. وبالنسبة للعديد من الأطفال، فإن هذه الوجبة في كثير من الأحيان هي وجبتهم الوحيدة في اليوم. وتشجعهم هذه الوجبة على الحضور إلى المدرسة وتساعدهم على الحصول على التعليم.



## تمكين المرأة ومكافحة الجوع

التعليم هو الأساس **لتمكين** المرأة ولمكافحة الجوع. كما رأينا في القسم أ، فإن الفتيات في العديد من البلدان الفقيرة لا يحضرن إلى المدرسة ولا يحصلن على فرصة لتعلم كيفية القراءة. وهو ما ينبغي تغييره: حيث ينبغي أن تحصل جميع الفتيات والنساء على التعليم والتدريب في مجال **التغذية والصرف الصحي** والتخطيط المالي والزراعة. وبالنسبة للنساء، نجد أن التدريب ودعم إدارة الأعمال الصغيرة أمر فعال للغاية. ومن ثم تحاول العديد من المنظمات غير الحكومية والحكومات الآن تزويد النساء بالمهارات والدعم اللازم لتنفيذ مشاريع خاصة بهم وكسب المال بأنفسهم، وتوجد بعض المنظمات التي توفر للنساء قروض **تمويل بالغ الصغر** للبدء في ذلك.

وبدو هذا الأمر منطقيا بشكل خاص عندما تفكر في أن المرأة في كثير من البلدان هي القوة الرئيسية في القطاع الزراعي وتمثل أكثر من ٦٠ في المائة من اليد العاملة الزراعية في بعض البلدان! وقد ثبت أن **تمكين** المرأة ومنحها المساواة في الحصول على التعليم والموارد الزراعية يؤدي إلى زيادة الإنتاجية في الزراعة وإلى **نظام غذائي** أفضل. وفي الواقع، تلعب النساء دورا أساسيا في توفير **الأمن الغذائي** لأسرهن، وبالتالي لمجتمعهن بأكمله. ومن هنا فإن تحسين صحة الأمهات يقلل من خطر الوفاة في مرحلة الطفولة والأطفال الذي يعانون من **سوء التغذية**. وقد ثبت أنه عندما تكسب المرأة المزيد من المال أو يكون لديها المزيد من السيطرة على إنفاق الأسرة، يتلقى الأطفال وجبات أفضل وتعليم أفضل. لذلك، يساعد **تمكين** المرأة على بناء مستقبل مستدام لمجتمعاتهن. ولتقديم الدعم الكامل للمساواة بين الرجل والمرأة، يجب على الرجال المشاركة في المسؤوليات المنزلية، مثل الطهي أو التنظيف أو رعاية الأطفال. إذ أن الشعور بالمساواة والاستقلالية عن الرجال، يشجع النساء على تطوير قدراتهن الذاتية.



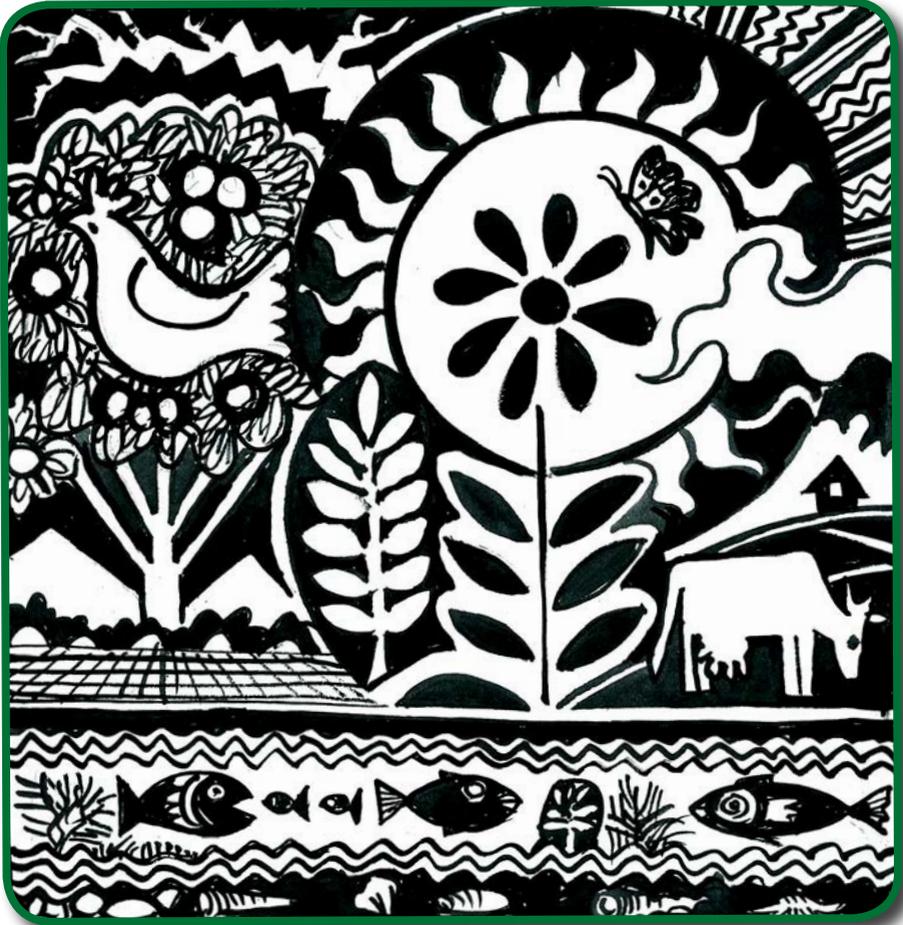
## الاستثمار في الزراعة

إن الاستثمار في القطاع الزراعي في **البلدان النامية** التي تعاني من الجوع المزمن يساعد على إنشاء **البنية التحتية** اللازمة لها لتكون قادرة على **الاعتماد على النفس** وأكثر أمنا من ناحية الغذاء. تشير **البنية التحتية** إلى المتطلبات المادية الأساسية والعملية للحياة اليومية والأعمال التجارية والتجارة. وينطوي ذلك على بناء الطرق والجسور ووسائل النقل بين القرى والمدن الزراعية أو الأسواق، بحيث يمكن للمزارعين بيع منتجاتهم وشراء أو استعارة المعدات اللازمة للزراعة. والهدف من ذلك هو تحويل هذه **الحلقة المفترقة** من **مصيدة الجوع** إلى **دائرة جيدة** (انظر الرسم البياني حول ربط الدوائر، صفحة ٥٨ و ٥٩). إن تشجيع الاستثمار في الزراعة يمكنه زيادة فرص المزارعين في إيجاد مصدر للدخل خاص بهم، وهذا يعني أن لديهم ما يكفي من المال لشراء الغذاء وإرسال أبنائهم إلى المدارس وشراء الأدوية إذا أصابهم المرض. وهذه كلها عناصر رئيسية من شأنها أن تساعد الناس على الخروج من **مصيدة الجوع** إلى **الحلقة الجيدة**.

## التمويل بالغ الصغر

يعتبر **التمويل بالغ الصغر** وسيلة أخرى لمساعدة الجوعى على الخروج من **مصيدة الجوع**. **فالتمول بالغ الصغر** هو "نظام" لإقراض المال للفقراء. عندما يريد الفقراء اقتراض بعض المال لبدء عمل تجاري (على سبيل المثال المزرعة الصغيرة تعتبر بمثابة عمل تجاري أيضا؛ وفيها يحتاج المزارعون إلى شراء البذور **والمخضبات** والآلات)، وفي كثير من الأحيان يجدون صعوبة في التعامل مع البنوك العادية. حيث من المرجح أن ترفض البنوك الإقراض إذا ساورهم قلق من أن المقترض قد يعجز عن السداد. وقد تم تصميم مشاريع **التمويل بالغ الصغر** لتتناسب خصيصا مع أفقر السكان. وفيها يقترض المحتاجون المال ويسمح لهم بتسديد القرض على أقساط صغيرة وفق مواعيد نهائية أطول من تلك التي عادة ما توافق عليها البنوك العادية. ويشجع ذلك المزارعين على إنفاق القرض بعناية، ولكن في نفس الوقت يعني أيضا أن جداول السداد أكثر قابلية للتحقيق، وتضع ضغطا أقل على المزارعين، كما

يساعد **التمويل بالغ الصغر** على تحويل مرحلة "عدم وجود المال" في الرسم البياني حول "**مصيدة الجوع**" إلى مرحلة "كفاية المال" في "**الحلقة الجيدة**" (انظر الرسم البياني حول ربط الدوائر، صفحة ٥٨ و ٥٩). يمكنك التعرف على المزيد عن "**التجارة العادلة**" و"**المساعدات الإنسانية**" والمبادرات التطوعية ونشر الرسالة في القسم هـ.



مريام شافهاتا زبير، ١٦ عاماً، جزر المالديف

ما يحفي من المال لشراء الغذاء لك  
ولعائلتك، وكذلك المواد اللازمة لزراعة  
المزيد من المحاصيل لأغراض البيع

مخططات التمويل

الشراء الرصالي

موجود ما يوجد المال لشراء ما يحفي من الغذاء  
الآن، لم نفسك وعائلتك، أو لشراء المواد  
اللازمة لزراعة المزيد من المحاصيل

تدرة الجوع

انعدام فرص العمل؛  
غير قادر على كسب المال  
لتصبح مستقلة اقتصادياً

الاستثمار في الزراعة

فرص العمل، القدرة على كسب الدخل  
والتمتع بالاستقلال الاقتصادي

المصدر: الاتحاد العالمي

# مصيدة الـ 3D

الجوع = نقص الطاقة للقيام بالأنشطة اليومية؛  
بالمراض العادية، مما يجعلك عرضة للإصابة  
بالمراض ونقص التغذية

المساعدات الإنسانية والمبادرات التطوعية  
**الرسالة**

نقص التعليم؛  
التغيب عن المدرسة  
لأسباب صحية أو اقتصادية

**الرسالة**  
التعليم للجميع

التعليم، يساعد الحضور إلى المدرسة على  
بناء المعرفة، على سبيل المثال  
المعرفة حول التغذية الصحية وفرصك في الحياة

الصحة = الطاقة للقيام بالأنشطة اليومية؛  
الجسم القوي يقاوم الأمراض

الجوع

الطعام

الاسباب

القضاء

افعل

# افعل شيئاً

## إجراءات للحكومات وصناع القرار

تلتزم الحكومات في جميع أنحاء العالم بواجب احترام وحماية والوفاء لمواطنيها **بالحق في الغذاء**، وبذل الجهود للقضاء على الجوع. وعلى الصعيد الدولي، تضطلع الحكومات أيضاً بمسؤولية التعاون للقضاء على الجوع. وتعتبر مبادرات المساعدات الإنمائية و**المساعدات الإنسانية** أمثلة على كيفية القيام بذلك.

## المساعدات الإنسانية

تشير **المساعدات الإنسانية** إلى الدعم (مثل الغذاء والمأوى والمساعدة الطبية) الممنوح من قبل الحكومات الوطنية والمنظمات الدولية أو المنظمات الخيرية للأشخاص الذين يعانون من عواقب **الكوارث الطبيعية والصراعات والأزمات المالية والاقتصادية**. الخ. تستجيب **المساعدات الإنسانية** لحالات أزمات محددة وتعتبر تدبيراً ضرورياً على المدى القصير لمساعدة الدول على البقاء والتأقلم مع الظروف الصعبة. مثل **الجوع الحاد** أو **المجاعة**. على سبيل المثال، تسبب **الجفاف** الشديد في القرن الأفريقي في عام ٢٠١١، والذي ضرب كينيا والصومال وإثيوبيا والسودان في تعريض سبل عيش ٩.٥ مليون شخص للخطر وخلف الكثير من **اللاجئين**. وقد أعلنت الأمم المتحدة هذه المنطقة منطقة **مجاعة**. مما دفع العديد من وكالات المعونة والحكومات إلى التبرع بملايين الدولارات لمساعدة الذين يعانون في المنطقة. واستخدمت هذه الأموال لتوفير الإمدادات الغذائية والمواد الطارئة والسكن لكثير من **اللاجئين** المتضررين من **المجاعة**.

## المساعدات الإنمائية

**المساعدة الإنمائية:** تشير إلى المال الذي تمنحه الحكومات والوكالات الأخرى مع نظرة بعيدة المدى لتعزيز التنمية الدائمة في **البلدان النامية** من خلال تقوية التعليم والنظم الاجتماعية والسياسية والاقتصادية، فضلا عن حماية **حقوق الإنسان** والبيئة. وغالبا ما تعتبر إجراءات مثل الاستثمار في الزراعة، والتعليم، أو إقامة مشاريع **التمويل بالغ الأصغر**، كما نوقش في القسم د، مبادرات **للمساعدة الإنمائية**.

## إجراءات لك

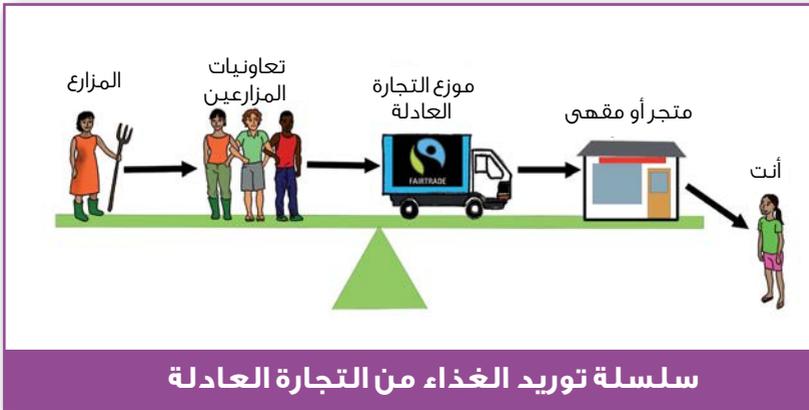
كل شخص يمكنه أن يحدث فرقا. ولذا عليك أن تشارك وتساعد في مكافحة **الجوع المزمن!** ويعتبر تنفيذ شارة التحدي الخاصة بالقضاء على الجوع بداية رائعة: يمكنك المضي إلى القسم التالي وتبدأ في الأنشطة! ولكن قبل أن تفعل ذلك، إليك مزيد من الأفكار حول كيف يمكن أن تساعد في جعل العالم مكانا أكثر عدلا وصحة وسعادة.

## منتجات التجارة العادلة

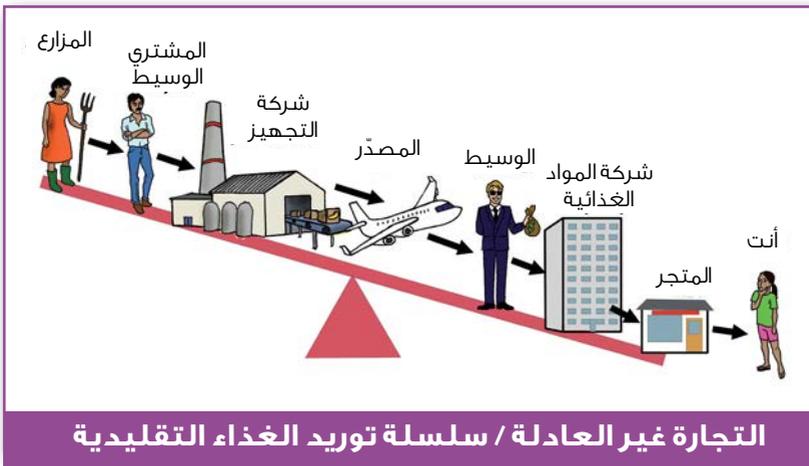
هل تعلم أنه من خلال شراء بعض المنتجات يمكنك دعم صغار المزارعين؟ هذا يعني أنك يمكنك أن تساعد في مكافحة الجوع في العالم من خلال الاختيارات التي تقوم بها! تسمى هذه المنتجات منتجات **التجارة العادلة** - وهي من السهل التعرف عليها لأن معظمها يحمل الشعار الموجود على اليسار. يمكنك الحصول على جميع أنواع منتجات **التجارة العادلة**، بما في ذلك الحرف اليدوية والبن والكافو والسكر والشاي والعسل والقطن والنبيد والفواكه الطازجة والزهور. ولا يمكن وصف المنتجات بأنها منتجات **التجارة العادلة** إلا عندما يتم إنتاجها وفقا لبعض المعايير الاجتماعية والبيئية وأيضاً عندما يكون سعرها عادلا. وتشمل هذه المعايير حظر استغلال الأطفال والسخرة، وضمان بيئة عمل آمنة وحماية البيئة.



من المفهوم أن السعر العادل يعني أن أكثر الأموال تذهب إلى المزارعين وأقلها إلى **الوسطاء**. **الوسطاء** هم الذين يقومون بإعادة بيع المنتجات إلى شركات التجهيز والشركات المصدرة والسماصرة المحليين بعد شرائها من المزارعين. وبسبب الوضع اليائس للعديد من صغار المزارعين، يدفع بعض **الوسطاء** القليل جدا مقابل بضائعهم لأنهم يعرفون أن المزارعين ليس لهم أي خيار. وفي هذه الحالات، يحقق **الوسطاء ربحا** كبيرا بينما يحصل المزارعون على القليل جدا. غير أن التجارة العادلة تمنع هذه الممارسات من خلال الدفع إلى المزارعين وتعاونيات المزارعين مباشرة مقابل منتجاتهم.



المصدر: الاتحاد العالمي للشباب والأمم المتحدة، إمبلي



المصدر: الاتحاد العالمي للشباب والأمم المتحدة، إمبلي

تحاول حركة التجارة **العادلة المساعدة** في تحويل مرحلة 'انعدام فرص العمل' في الرسم البياني **لمصيدة الجوع** أعلاه إلى مرحلة 'فرص العمل' في الرسم البياني 'للدائرة الجيدة' (صفحة ٥٨ - ٥٩). وقور بدء الناس في شراء منتجات التجارة العادلة من المحلات التجارية والسوبر ماركت يصبح صغار المزارعين والشركات العائلية أكثر قدرة على المنافسة في **السوق الاقتصادية** على نطاق أوسع مما يزيد من أرباحهم ويجعلهم أكثر أمناً من ناحية الغذاء. بالإضافة إلى ذلك، وبفضل وضع علامات **التجارة العادلة**، يستطيع **المستهلكون** تتبع منشأ السلعة التي يشترونها ويصبحون أكثر إدراكاً لثقافة وهوية وظروف المنتجين لهذه السلعة.

### المبادرات التطوعية

هل تعرف أي متطوع أو جمعيات خيرية في منطقتك ممن يساعدون الفقراء في مجتمعك أو في أي بلدان أخرى؟ غالباً ما تقدم المجموعات الخيرية المساعدة بتوزيع أشياء مثل الملابس المستعملة والوجبات المجانية أو مواد البقالة. ويتداخل هذا النوع من المساعدة مع مرحلة 'الجوع' في **مصيدة الجوع**؛ في محاولة لتعزيز الصحة في **'الحلقة الجيدة'** من خلال منح مساعدات فورية (مؤقتة) لإغاثة الجوعى. وعلى الرغم من كون المخططات التطوعية وسيلة جيدة للأفراد لتقديم مساهمة صغيرة في محاربة الجوع، إلا أننا رأينا أن هذه الأنواع من المبادرات الصغيرة وكذلك برامج توزيع الغذاء على نطاق واسع، لا يمكنها ضمان إمدادات غذائية دائمة. وللتأكد من أن الفقراء والبياع لن يجدوا أنفسهم في حالة دائمة من الاعتماد على المعونة الغذائية، فإن حلولاً أخرى (كتلك المذكورة في قسم القضاء على الجوع) تعتبر حاسمة للقضاء على الجوع على المدى الطويل. وتشمل الطرق التي يمكنك من خلالها مساعدة الناس على الخروج من **مصيدة الجوع** دعم برامج التعليم وبرامج **التمويل بالغ الصغر** والعمل مع النساء أو الفئات المهمشة الأخرى. لمزيد من المعلومات حول فرص التطوع، انظر نظرة على موقع متطوعي الأمم المتحدة: [www.unv.org](http://www.unv.org)

## انشر الرسالة

يضطلع السياسيون وصناع القرار بوظائف مهمة ومسؤولية لمساعدة الفقراء والجياع من خلال تعزيز **البنية التحتية** و**ضخ الاستثمارات**، والعمل مع الشركات الخاصة والبنوك لخلق الفرص، الخ. ولكن المواطنين العاديين - بمن فيهم الشباب - يمكنهم المساعدة أيضا في محاربة الجوع على نطاق عالمي من خلال نشر الرسالة والتوعية بمشكلة الجوع!

## قوة الرأي العام

الرأي العام يعد مصدرا قويا جدا. إن إنجازات الحركات الشعبية المختلفة على مر التاريخ الإنساني أمر مثير للإعجاب بشكل لا يصدق. وخير مثال على ذلك هو **حق المرأة في التصويت**. تاريخيا، كانت العديد من البلدان تسمح للرجال فقط بالتصويت لممثلي الحكومات الوطنية. أما اليوم فإن معظم البلدان تسمح لكل من الرجال والنساء بالتصويت. وقد حصلت المرأة على **الحق في التصويت** في كثير من البلدان منذ أواخر القرن ١٩ وما بعده، وذلك بفضل الحركات الشعبية المنظمة.

إن الرأي العام والحركات المنظمة يمكنهما أن يمارسا ضغطا كبيرا على السياسة وصناع القرار وقيادة تغييرات حقيقية. وينطبق ذلك على قضية الجوع في العالم، وأيضا: حيث من المفترض أن يصمم السياسيون سياساتهم وفقا لاحتياجات الناس، لذلك فإن مهمتنا الأولى هي إعلامهم بما نهتم به. وتعتبر الخطابات العامة والأحداث التوعوية والحملات العامة كلها وسائل جيدة لنشر الرسالة حول مشكلة الجوع في العالم. على سبيل المثال، تعتبر حركة القضاء على الجوع التابعة لمنظمة الأغذية والزراعة، والتي انبثقت من المشروع المليار جائع، هي واحدة من أوسع الحملات المعنية بمشكلة الجوع.

فكر في كيفية رفع مستوى الوعي وإثارة اهتمام الجماهير وآرائهم حول قضايا الجوع. كيف يمكنك الحشد والضغط على حكومتك لفعل شيء حيال الجوع في العالم؟ ما هي المجموعات التي يمكنك الانضمام إليها من تلك العاملة بالفعل وبنشاط في عمل حكومي متعلقة بالفقر والجوع؟ يتعين على الحكومات الاستجابة لمواطنيها، لذلك دعوهم يتعرفوا على وجهة نظرنا في هذه القضايا!

## وسائل التواصل الاجتماعي

عندما نفكر في قوة الرأي العام، ينبغي ألا ننسى الفرص المتاحة من خلال **وسائل التواصل الاجتماعي**. فقد أرست هذه الوسائل مثل فيسبوك ويوتيوب وتويتر، طرقاً جديدة سريعة بشكل لا يصدق لربط أركان العالم المختلفة بيضة نقرات من الفأرة. يستخدم الناس هذه الوسائل لتبادل الأفكار والمشاعر والخبرات. ويا لها من فرصة جيدة لنشر الرسالة حول قضية هامة مثل الجوع! حيث يتم حالياً تطوير العديد من حملات التوعية وتنفيذها من خلال هذه الشبكات الاجتماعية. فعندما تنشر شيئاً ما على صفحة ملفك الشخصي، فأنت تنشر رسالة لكثير من الناس وليس مجرد أصدقائك الأقربين. الق نظرة على صفحات القضاء على الجوع الخاصة بمنظمة الأغذية والزراعة وبرنامج الأغذية العالمي على تويتر وفيسبوك!

**Ending Hunger Facebook:** [www.facebook.com/1billionhungry](http://www.facebook.com/1billionhungry)

**Ending Hunger Twitter:** [www.twitter.com/EndingHunger](http://www.twitter.com/EndingHunger)

**FAO Facebook:** [www.facebook.com/UNFAO](http://www.facebook.com/UNFAO)

**FAO Twitter:** [www.twitter.com/FAOnews](http://www.twitter.com/FAOnews)

**WFP Facebook:** [www.facebook.com/WorldFood Programme](http://www.facebook.com/WorldFood Programme)

**WFP Twitter:** [www.twitter.com/WFP](http://www.twitter.com/WFP)

يعتبر رفع الوعي من خلال مجموعات على الانترنت وسيلة بسيطة وفعالة للتشجيع على مزيد من العمل والمشاركة. إذا لم تتمكن من الوصول إلى جهاز كمبيوتر أو شبكة إنترنت عالية السرعة فلا تقلق، هناك العديد من الطرق الأخرى للتعبير!

## الرياضة والموسيقى

كما هو الحال مع **وسائل التواصل الاجتماعي**، توفر الرياضة والألعاب والموسيقى فرصاً كبيرة للأشخاص من مختلف أنحاء العالم للالتقاء وتبادل الخبرات والآراء. دعونا نستخدم الرياضة كمثال: عندما يحين موعد دورة الألعاب الأولمبية أو كأس العالم لكرة القدم، يشاهد الكثير من الناس من جميع أنحاء العالم المباريات أو يسافروا إلى الحدث لتشجيع فرقهم المفضلة. وغالباً ما يشجع ذلك الناس على التفاعل وتبادل وجهات النظر مع بعضهم البعض. ومن ثم عندما يقرر أبطال الرياضة استخدام صورهم وشعبيتهم لمساندة القضايا العالمية مثل الجوع، فإن كثيراً من الناس يستمعون ويتحفزون لحل المشكلة. وفي حالات أخرى، يتم تنظيم الأحداث الرياضية على وجه التحديد لتوصيل مثل هذه الرسائل.

ماراثون الجوع، حدث يقام كل عام في روما ليوم الأغذية العالمي في ١٦ أكتوبر، هو أحد هذه الأحداث. يمكن للجميع المشاركة، ويتم تشجيع المشاركين للتعرف على معنى الحدث. فُكّر في كل فوائد المشاركة في مثل هذه الأحداث؛ ستكون قد قضيت يوماً في الهواء الطلق وقيمت ببعض التمارين الرياضية الصحية وأسهمت في نشر رسالة مهمة للعالم، مثلها مثل الرياضة، يمكن للموسيقى المساعدة في محاربة الجوع أيضاً. فعلى سبيل المثال هناك حملات مثل حملة "اجعل الفقر جزءاً من الماضي" ([www.makepovertyhistory.org](http://www.makepovertyhistory.org))، التي أطلقت عام ٢٠٠٥، تستخدم حفلات كبيرة مع موسيقيين شهيرين لحشد الدعم لمحاربة الجوع. كما يقوم بعض المغنين بكتابة أغاني حول القضايا العالمية بما في ذلك الجوع والفقر. استمع بعناية إلى الأغاني في الراديو - ففي بعض الأحيان تكون رسالتها أكثر أهمية مما كنت تعتقد. شاركها مع أصدقائك وساعد على نشر الرسالة!

### الاستمرار في التعلم

تحتوي المواقع التالية على كثير من المعلومات والإجراءات والأنشطة العملية حول الموضوعات المتعلقة بالجوع. قم بزيارتها وانظر هل يمكنك العثور على المزيد بنفسك.

"العمل ضد الجوع" هو موقع يحتوي على كثير من المعلومات حول الجوع العالمي والإجراءات التي يمكن اتخاذها للمساعدة على منعه. انظر على الموقع وقم بتحميل حزمة الطالب وشارك!

[www.actionagainsthunger.org/take-action/student-center](http://www.actionagainsthunger.org/take-action/student-center)



"القضاء على الجوع" موقع به بعض الاقتراحات الرائعة حول كيفية المساعدة في القضاء على الجوع:

[www.endinghunger.org/en/educate/10\\_things\\_%20to\\_end\\_hunger.html](http://www.endinghunger.org/en/educate/10_things_%20to_end_hunger.html)



“الغذاء يكفي لو” هي حملة عبر الانترنت والنشاط العملي تضغط على الحكومة البريطانية وزعماء العالم الآخرين بشأن قضايا الجوع. تم تنظيم الحملة من قبل أكثر من ١٠٠ من المؤسسات الخيرية والمنظمات غير الحكومية المختلفة ولديها الكثير من المعلومات والموارد والأنشطة التعليمية حول القضاء على الجوع. لمعرفة المزيد، يرجى زيارة [www.enoughfoodif.org](http://www.enoughfoodif.org)



قم بزيارة “تغذية العقول لمحاربة الجوع” أيضا؛ إنها “حلقة دراسية دولية” توفر مواد تعليمية بشأن الحق في الغذاء والتغذية الصحية وكيفية إدارة الحدائق المدرسية. [www.feedingminds.org/fmfh](http://www.feedingminds.org/fmfh)



“الأرز المجاني” هي لعبة ممتعة حيث يمكنك التعلم والتبرع بالغذاء لأولئك الذين يعانون من الجوع في كل مرة تحصل فيها على إجابة صحيحة! الق نظرة على: [www.freerice.com](http://www.freerice.com)



يستخدم “مشروع الفقر العالمي” قوة التعليم والاتصالات والدعوة والحملات ووسائل الإعلام لتعزيز حركة القضاء على الفقر المدقع. [www.globalpovertyproject.com](http://www.globalpovertyproject.com)



“أو كسفام” هي منظمة خيرية دولية للإنماء والمساعدات تعمل من أجل القضاء على الجوع والفقر. العب اللعبة “هل يمكنك التغلب على النظام” لفهم المزيد عن النظام الغذائي العالمي والمزارعين المنتجين لغذائنا:



[www.oxfam.org.uk/education/resources/can-you-beat-the-system](http://www.oxfam.org.uk/education/resources/can-you-beat-the-system)

يقدم موقع منظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة الكثير من الأفكار حول كيفية المشاركة للمساعدة في حل مشكلة الجوع. ومن بين الأحداث الرئيسية يأتي يوم الأغذية العالمي، الذي يحتفل به يوم ١٦ أكتوبر من كل عام لتسليط الضوء على قضايا الأمن الغذائي والجوع في جميع أنحاء العالم. تعرّف على المزيد على العنوان التالي:

[www.fao.org/zhc/ar](http://www.fao.org/zhc/ar)



يحتوي موقع برنامج الأغذية العالمي على سلسلة من الألعاب الممتعة والتفاعلية على الإنترنت لمساعدتك على تعلم المزيد عن الجوع:

[www.wfp.org/students-and-teachers/students/fun-and-learn](http://www.wfp.org/students-and-teachers/students/fun-and-learn)

كما يمكنك أيضا اتخاذ إجراءات مباشرة:

[www.wfp.org/get-involved/ways-to-help](http://www.wfp.org/get-involved/ways-to-help)



أصوات الشباب (VOY) هو موقع تابع لليونيسيف مخصص للشباب للتعرف والمشاركة في القضايا التي تؤثر على عالمنا، بما في ذلك الفقر والجوع وحقوق الإنسان. قم بزيارة [www.voicesofyouth.org](http://www.voicesofyouth.org) لجعل صوتك مسموعا!



كلما ازداد اهتمامك ومعرفتك بقضية الجوع في العالم، كلما كان تأثيرك أكبر. لذلك استمر في التعلم والاكتشاف! ستجد المزيد من المواقع على شبكة الإنترنت وكذا موارد تحتوي على معلومات شيقية وهامة على صفحات ١٠٥-١٠٣.

**انضم إلى المعركة ضد الجوع!**



# القسم أ: الجوع والجائعون

نفذ النشاط **A.1** أو **A.2** (على الأقل)،  
ونشاط آخر تختاره أنت. وبعد الانتهاء  
من أنشطة **”الجوع والجائعون“**،  
سيمكنك:

**\* إدراك** إلى أي مدى قد تستهين  
بأشياء لا يتساهل معها الجوع لا  
يمكن.

**\* فهم** أفضل لأوجه عدم المساواة  
والصعوبات التي يواجهها الجائعون.

## قم بواحد من النشاطين الإلزاميين التاليين:

**A.1 الطعام** ضع لافتة تظهر عادات تناول الطعام لديك. ارسم جدول على ملصق كبير. في العمود الأول، اكتب أيام الأسبوع، وفي الصف العلوي، اكتب الإفطار ثم الغداء ثم العشاء ثم الوجبات الخفيفة. الآن يمكنكم جميعا معرفة كل شيء تأكلونه كل يوم لمدة أسبوع. وفي نهاية الأسبوع، انظر في كل ما أدرجته وقلبه بمتوسط تقديرات ما يأكله من يعيشون بدولار واحد يوميا. ناقش وفكر في ذلك في الاجتماع التالي للمجموعة المقبل.

A.1

المستوي  
٣  
٢  
١

**المزيد:** يمكنك أيضا تتبع مقدار ما دفعت أنت أو والديك مقابل الغذاء. كم كنت ستشتري بهذا المبلغ لو كان دخلك اليومي دولار أو اثنين فقط؟

**A.2 مأدبة الجوع** قم بدعوة أعضاء مجموعتك لحضور "مأدبة الجوع". تأكد من جعل التفاصيل مفاجأة. عندما يصل ضيوفك يمكنهم سحب تذكرة عشوائيا تخبرهم هل هم من ذوي الدخل المرتفع أم المتوسط أم المنخفض، ومن ثم يحصل كل منهم على وجبة مناسبة لتذكرته. لمعرفة كم ستحتاج من كل نوع من التذاكر (ومقدار ما سيأكلون):  
١. اضرب إجمالي عدد ضيوفك في ١٥،. هذا العدد يمثل نسبة الـ ١٥٪ العليا أو بمعنى آخر الطبقة ذات الدخل المرتفع التي ستحصل على وجبة غنية ولذيذة.  
٢. اضرب إجمالي عدد ضيوفك في ٣٥،. هذا العدد يمثل طبقة الـ ٣٥٪ المتوسطة. سوف يحصلون على وجبة بسيطة من الأرز والفاصوليا.

A.2

المستوي  
٣  
٢  
١

٣. أما نسبة الـ ٥٠٪ المتبقية في الطبقة ذات الدخل المنخفض فسيحصلون على مقادير صغيرة من الأرز السادة والماء. يمكن للضيوف أيضا تمثيل شخصية شخص معين في الدور المخصص لهم. من الواضح، أن معظم الضيوف سيخادرون المأدبة وهم لا يشعرون بالشبع أو الرضا التام. في نهاية المأدبة، اسمح لكل واحد من الضيوف بالحديث عن تجربته. استخدم ذلك كوسيلة للتفكير في سبب وجود الجوع وما يمكننا القيام به لتغيير الأوضاع.



## اختر (على الأقل) نشاط واحد إضافي من القائمة أدناه:

**A.3 كراسي الجياع** إليك طريقة ممتعة للتفكير في ندرة الغذاء. ارسم بعض الصور لأنواع مختلفة من الفاكهة. ينبغي أن يكون لديك عدة نسخ من كل نوع (على سبيل المثال إذا كان هناك ١٢ مشاركا، فاختر ٣ أنواع مختلفة من الفاكهة - على سبيل المثال التفاح والبابايا والموز). ضع كرسي لكل مشارك والصق صورة علي كل كرسي من هذه الكراسي. ليجلس كل منكم على كرسي وتذكر نوع الفاكهة الذي اخترته. ثم ينادي القائد أو المعلم بعدة أنواع من الفاكهة مرة واحدة أو كلهم مجتمعين - انتبه الآن فقد تجد نفسك جالسا على كرسي لنوع جديد من الفاكهة! بعد مرتين من تبادل الكراسي ثم استبعد كرسي واحد. وفي الجولة التالية يتم استبعاد من لا يتمكن من الجلوس على كرسي. وفي كل جولة قادمة يتم استبعاد كرسي آخر ولاعب آخر. وتستمر اللعبة حتى يتبقى كرسي واحد فقط. وفي نهاية اللعبة، تحدث عن أسباب عدم توافر ما يكفي من الغذاء لإطعام الجميع في بعض الأحيان.

**A.4 أكياس الأرز** قم مع مجموعتك، بوزن وتقسيم كيس من الأرز بحيث يحصل كل شخص على حوالي ٦٠ جرام. اسمح للمشاركين بوزن وقياس أكياسهم، لكي يدركوا مقدارها بالضبط. استخدم هذا التمرين لشرح أن هذه الكمية من الغذاء هي ما يتعين على ما يقرب من مليار شخص في العالم تناولها كل يوم. ناقش كيف يمكن أن يؤثر ذلك على طريقتك في الحياة والأشياء التي يمكن القيام به لتغيير الوضع.

## A.5

## الغذاء الخارجي

قم ببعض البحث وتعرّف على الوصفات من البلدان أو الثقافات الأخرى. تمتع بتجربة الوصفات والمكونات المختلفة الخاصة بالمنطقة أو البلد التي اخترتها (مثل وصفة السمك بالكارى من تنزانيا أو السمك مع الباذنجان من غانا):

المستوي:  
٣  
٢  
١

([www.worldcook.net/Cooking/Fish/FI-TanzanianFishCurry.htm](http://www.worldcook.net/Cooking/Fish/FI-TanzanianFishCurry.htm))

اختر شيئاً تستطيع طهيهِ دون أي مهارات أو أدوات خاصة. قم بإعداد وجبة على أساس واحدة أو أكثر من هذه الوصفات ولاحظ بعض الأمور: هل هذا الطعام أغني أم أفقر من حيث المغذيات مقارنة بالطعام الذي تتناوله عادة؟ هل تستخدم المنتجات السهلة من حيث الحفاظ عليها طازجة، أم المنتجات الطازجة سريعة التلف؟ هل تم زراعة أو إنتاج مكونات الوصفة في نفس بلد الوصفة أم هل تم استيرادها؟ هل المكونات مرتفعة الثمن؟ قارن هذه الملاحظات بالأكلات التقليدية في بلدك.

## A.6

## دولار واحد يومياً

بلدك. تخيل كسب هذا المبلغ يومياً؛ ما الذي يمكنك شراؤه به؟ اكتب قائمة تسوق من مكونات تسمح لك بإعداد وجبات صحية ومتوازنة لشخص واحد لمدة يوم كامل - على الأقل ثلاث وجبات (ووجبتين خفيفتين اختياريّتين). اذهب إلى متجر أو سوق وتعرّف على الأسعار؛ هل من الممكن لشراء كل شيء في القائمة بدولار واحد فقط؟ ما هي المكونات التي قد تضحي بها؟ تخيل فقط ما قد يحدث إذا كان لزاماً عليك توفير الغذاء للعائلة بأكملها بينما تكسب دولار واحد فقط في اليوم. اكتب قائمة بما كنت قد ترغب في شرائه. وحكم من المال ستحتاج لشراء جميع البنود المدرجة على القائمة؟ كيف يمكن أن تكسب هذه الأموال؟ أم هل هناك طرق أخرى للحصول على الغذاء؟ فحّر في هذه الأسئلة وناقش ملاحظتك وأفكارك مع مجموعتك. يمكنك أيضاً استخدام هذا

المستوي:  
٣  
٢  
١

الفيديو كمنقطة للنقاش:

[www.endinghunger.org/en/educate/food\\_budget\\_challenge.html](http://www.endinghunger.org/en/educate/food_budget_challenge.html)

فكرة  
جيدة



### A.7 أبطال الأساطير! ما الذي تعرفه أنت وأصدقاؤك عن الجوع؟

باستخدام هذا المورد



بين هذه الأساطير الإحدى عشر واحدة تلو الأخرى ثم تناقشوا كمجموعة حول ما إذا كانت حقيقية أم خيالية. قم بتشجيع المناقشات حول سبب الإجابة بأنها حقيقية أم خيالية؟ ثم يمكنك خوض هذه المسابقة حول الجوع ([www.quiz.wfp.org](http://www.quiz.wfp.org)) ولترق كم عدد إجاباتك الصحيحة!

**المزيد:** اصنع ملصق أو منشور يشرح لماذا تعتبر هذه الأساطير خيالية - تأكد من تقديم الحقائق الفعلية بوضوح قدر ما تستطيع!

### A.8 القارات الجائعة انقسموا إلى سبع مجموعات صغيرة. ينبغي أن

تختار كل مجموعة قارة واحدة وتصنع ملصق يظهر الإحصاءات المتعلقة بالجوع فيها (كم عدد الجياع، ووهل يعيشون في الريف أم الحضر، الخ. بالإضافة إلى ذلك، ينبغي على كل عضو من أعضاء المجموعة اختيار بلد واحد من تلك القارة للتعرف أكثر قليلا عن

أوضاع الجياع فيها. يمكنك استخدام هذا الموقع كنقطة انطلاق:

[www.fao.org/countryprofiles/ar](http://www.fao.org/countryprofiles/ar) اعرض لبلد والقارة التي اخترتها على الفرق الأخرى بحيث يتعرف كافة المشاركين بنهاية النشاط على الموقف العالمي. ناقش أوجه التشابه والاختلاف بين القارات.

### A.9 تدريب للذهن قم بتنظيم مسابقة لأصدقاؤك أو أفراد المجموعة

باستخدام المفردات التي تعلمتها والمرتبطة بالجوع. على سبيل المثال، يمكنك إنشاء كلمات متقاطعة أو لغز البحث عن كلمة بما في ذلك كلمات من مسرد هذا الكتيب. كلما عثر لاعب على كلمة جديدة، يجب عليه شرح معناها لبقية المجموعة.

## فكرة جيدة

### A.10 النوع الاجتماعي والجوع قم ببعض

البحث لمعرفة البلدان التي لا تزال نسبة عدم المساواة بين النوعين الاجتماعيين كبيرة فيها ويصعب التغلب عليها. لماذا تتفاقم المشكلة في هذه البلدان؟ كيف تقارن ذلك بوضع النوع الاجتماعي في بلدك؟ اصنع سلسلة من الرسومات للرجال والنساء أو البنين والبنات تبدأ من نفس الوضع (على سبيل المثال امرأة مزارعة تحاول لبيع منتجاتها) ولكن النهاية مختلفة اعتمادا على المجتمعات التي يعيشون فيها. اعرض هذه الرسومات على أصدقائك وعائلتك.

المستوي  
3  
2  
1

**المزيد:** يمكنك أيضا مقارنة حالة الجوع بين تلك البلدان وبلدك. هل يمكنك تحديد روابط بين النوع الاجتماعي والجوع؟

**A.11 الجوع في المنزل** على الرغم من أن الغالبية العظمى من الجياع في العالم يعيشون في البلدان النامية، إلا أن الجوع ليس له حدود ويؤثر على الناس في جميع أنحاء العالم. ابحث كيفية تأثير الجوع على سكان منطقتك أو بلدك. ما هي العوامل الرئيسية التي تسبب الجوع أو سوء التغذية في المكان الذي تعيش فيه؟ هل يتمتع معظم الناس بالأمن الغذائي في منطقتك أو بلدك؟ ما الذي يقوم به قبل المجتمع المحلي لمعالجة هذه قضايا الجوع؟ قم بإعداد تقرير أو ملصق لعرض النتائج الخاصة بك، وشاركها مع أصدقائك والأسرة والمجتمع.

المستوي  
3  
2  
1

**المزيد:** ربما يمكنك العثور على بنك للطعام أو منظمة غير حكومية تعمل على هذه القضايا. تطوع للعمل هناك ليلة واحدة في الأسبوع لفترة من الوقت، وافعل ما تستطيع لرفع الوعي بقضايا الجوع في منطقتك المحلية.

المستوي  
3  
2  
1



**ضع نفسك مكانهم** حاول أن لا تأكل لمدة يوم كامل (ولكن اشرب ما يكفي من الماء حتى لا تصاب بالجفاف). ما هو شعورك؟ أكتب شعورك طوال اليوم. قد تشعر بنقص شديد في التركيز، لذا كن حذرا في ما تمارسه من أنشطة في ذلك اليوم، وتأكد من وجود إشراف من الكبار. بالتأكيد أنك ستأكل في اليوم التالي، ومن ثم ستتعافى من هذا اليوم الذي قضيته صائما (دون طعام). ومع ذلك، ما يقرب من مليار شخص ليس لديهم هذا اليقين؟ في رأيك، ما هو شعورهم؟ ناقش هذا الأمر مع مجموعتك.

A.12



المستوي

**المزيد:** يمكنك القيام بهذا النشاط في شكل نذر **لمجاعة** لمدة 24 ساعة، والتبرع بالمال الذي جمعته لمؤسسة خيرية تشارك في محاربة الجوع.

**A.13** القيام بأي نشاط آخر يوافق عليه معلمك أو قائدك.

المستوي 3 2 1



يبلغ تونغ تشان، ١٣ عام، هونغ كونج، الصين



# القسم ب: الحق في الغذاء

نفذ النشاط **B.1** أو **B.2** ونشاط واحد  
(على الأقل) من اختيارك.  
بعد الانتهاء من أنشطة **الحق في الغذاء**،  
سوف:

\* يتكّون لديك **فهم** أفضل لكيفية عمل  
النظم الغذائية.

\* تكون قد **تعلمت** بعض المفاهيم  
الأساسية بما في ذلك حق الإنسان  
في الغذاء والأمن الغذائي والسيادة  
الغذائية.

## قم بواحد من النشاطين الإلزاميين التاليين:

**B.1** **التعلم بالممارسة** إذا أتاحت لك فرصة استخدام قطعة أرض زراعية ، فقم بزراعة بعض الخضروات أو الأعشاب مع مجموعتك. سيستغرق ذلك بعض الوقت، ولكن سيعلمك الكثير عن كيفية إنتاج الغذاء! يوفر هذا الموقع موارد مفيدة حول الحدائق المدرسية: [www.fao.org/schoolgarden/index\\_en.htm](http://www.fao.org/schoolgarden/index_en.htm) (انظر أيضا النشاط C.4، صفحة ٨٦). إذا لم يكن لديك مساحة متاحة من الحدائق، يمكنك الترتيب لقطف بعض الفواكه أو التوت أو الخضروات في مزرعة محلية.

استخدموا الفواكه أو الخضروات التي زرعتوها أو قطفتموها لتصنعوا منها شيئا يمكنكم أكلها (مثل حساء الخضار) أو بيعها لأصدقائكم والجيران (مثل المربي أو الصلصة أو المعلبات، والتي يمكنكم وضعها في حاويات). وإذا قمت ببيع منتجاتك، يمكنك التبرع بالأموال لجمعية خيرية!

**دُونُوا كل ما قمتم به في كل خطوة. فأنتم تمررون بتجربة توضح كيفية عمل النظام الغذائي منذ البداية!**

**B.2** **الحق في الغذاء** تعرّف على الحق في الغذاء. قم ببحث مستقل (ما المقصود بحق الإنسان. وما هي أنواع حقوق الإنسان؟ لماذا من المهم أن نتمتع جميعا بالحق في الغذاء؟، الخ). يمكنك أيضا دعوة أحد الأشخاص من منظمة أو جمعية محلية التي تدعم حقوق الإنسان و / أو مساعدة الفقراء والجياع للقدوم والتحدث إليكم عن عملهم. تأكد من طرح الكثير من الأسئلة وتدوين إجاباتهم! يمكنك استخدام هذه الأسئلة والأجوبة لتعطيك بعض الإرشادات والإلهام:

[www.fao.org/docrep/016/i0093e/i0093e.pdf](http://www.fao.org/docrep/016/i0093e/i0093e.pdf)



## اختر نشاط واحد (على الأقل) من القائمة أدناه:

**B.3 رفع صوتك** اكتب أغنية عن الجوع و**عدم المساواة**.  
يمكنك أن تغني عن وضع الجوع حول العالم، أو عن حقوق الإنسان وحقيقة أن الجميع يستحقون المعاملة على قدم المساواة ويكون لديهم فرصة متساوية في الحياة، أو أي موضوع ذي صلة يجذب اهتمامك.

المستوي  
3  
2  
1

فكرة  
جيدة

**B.4 سلاسل الغذاء** في مجموعات صغيرة، تختار كل مجموعة نوع من الغذاء غالبا ما تأكله ولتبحث جميع مراحل إنتاجه (من الزراعة / التربة **لموسم الحصاد** والتجهيز والتعبئة والبيع، لا تنسى النقل!) ثم على قطع مستديرة ورقية منفصلة، ارسم صورة تمثل كل خطوة. يمكنك بعد ذلك إعداد سلسلة من هذه القطع معا وتعليقها بوصفها سلاسل غذائك في الفصل أو غرفة الاجتماعات.

المستوي  
3  
2  
1

**المزيد:** إذا كان ذلك ممكنا، قم بزيارة مزرعة محلية أو مصنع لتجهيز الأغذية كجزء من بحثك. كيف يبدو؟ صف العمليات التي رأيتها والأشياء التي لاحظتها (على سبيل المثال ما هي الآلات المستخدمة؟ هل كانت المصانع نظيفة جدا؟ لماذا تعتقد ذلك؟ الخ).

**B.5 اللعب من أجل الغذاء** إذا كان لديك اتصال بالإنترنت في المنزل أو في مكان آخر، فأقض بعض الوقت لممارسة بعض الألعاب الخيرية: [www.wfp.org/students-and-teachers/students/fun-and-learn](http://www.wfp.org/students-and-teachers/students/fun-and-learn) في هذه الألعاب، كلما حققت الفوز، تبرعت بالغذاء للجوعى!

المستوي  
3  
2  
1

B.6

المستوي  
3  
2  
1

**مسرحية نظام الغذاء** فكر في مختلف الأشخاص المطلوبين في **النظام الغذائي** مع مجموعتك، خصص دور لكل شخص (مثلا مزارع وسائق شاحنة وعمال في مصنع لتجهيز الأغذية، وأصحاب أكشاك البيع بالسوق والعملاء المشتريين للغذاء، الخ). تأكد من أن كل شخص يعرف الأدوار والمتطلبات الرئيسية للشخصية التي يلعبها في **النظام الغذائي** ليصبحوا جاهزين لتمثيلها. ضع بعض السيناريوهات المختلفة (على سبيل المثال: "تأثرت منطقتك بأمطار غزيرة **وفيضانات** خلال الشهر الماضي"، أو "حدث **زلزال** دمر الطرق الرئيسية في المنطقة المحلية") ثم قم بتمثيل الأدوار بحيث يرتجل فيها الجميع كيف يؤثر الوضع عليهم. في النهاية، ينبغي أن يحصل الجميع على فرصة للتعبير عن كيف كان شعور الشخصية التي مثلوها في هذا الوضع.

**المزيد:** قم بتبديل الأدوار ضمن مجموعتك. كيف تأثرت الشخصية الجديدة التي تلعبها بنفس هذه المواقف؟

B.7

المستوي  
3  
2  
1

**ملكية الغذاء** فكّر قليلا في مفهوم **السيادة الغذائية**. ما الذي يعنيه لك بالضبط؟ أن تكون صاحب 'السيادة' يعني أن تحكم أو تتحكم في شيء ما. في رأيك، ما أهمية أن يكون لدى الناس فرصة التحكم في **نظهم الغذائية**؟ ما هي العلاقة بين **السيادة الغذائية** والجوع في العالم؟ اكتب قصة قصيرة أو مسرحية لتوضح هذا المفهوم وما يعنيه للجميع. قم بقراءة أو أداء ذلك لأصدقائك وعائلتك.

**المزيد:** قم ببحث يقارن بين الدول ذات السيادة الغذائية والدول التي ليس لديها **سيادة غذائية**.

B.8

المستوي  
3  
2  
1

**خبر عاجل** صمّم صحيفة مخصصة للقضايا العالمية المتعلقة بالجوع والفقر. كيف ستبدو هذه الصحيفة؟ ما الأخبار العاجلة التي ستركز عليها؟ وما هي الصور؟ لا تنس أن تضيف بعض المواد الأساسية بشأن القضايا الرئيسية. اختر الموضوعات المتعلقة بالجوع والتي تبدو أكثر أهمية بالنسبة لك وكتب وصفا متعمقا عنها لجمهورك المستهدف.



**B.9 أسعار الغذاء** اذهب إلى محل بقالة أو سوق للمواد الغذائية مع والديك مرة واحدة في الأسبوع لمدة بضعة أشهر، ودون أسعار الأطعمة المختلفة (مثل الفواكه والخضروات والخبز والحليب واللحوم). هل تتغير الأسعار؟ حاول معرفة السبب في ارتفاع وانخفاض بعض الأسعار والتفكير في آثار هذه التغييرات على الفقراء.

المستوي  
3  
1  
0

**المزيد:** إذا كنتم جيدين في الرياضيات ومهتمين بمعرفة سبب تغير أسعار الغذاء كل يوم، فقوموا بمزيد من البحث عن أسعار الغذاء وما يؤثر عليها. في مجموعات صغيرة، قوموا بإعداد ملصقات تشرح ما اكتشفتموه. والآن اعرضوها علنا لأصدقائكم وعائلاتكم لمعرفة المزيد عن هذه القضية أيضا.

**B.10** القيام بأي نشاط آخر يوافق عليه معلمك أو قائدك.

المستوي  
3  
1  
0



دونغ سو كيم، ٨ سنوات، جمهورية كوريا

بيناس بوليوكاس، أا عاما، ليتوانيا

# القسم ج: أسباب الجوع

نغذ النشاط C.1 أو C.2. ونشاط واحد  
(على الأقل) من اختيارك.  
بعد الانتهاء من أنشطة أسباب الجوع،  
سوف:

- \* تفهم بعض الأسباب الرئيسية لوجود الجوع في العالم.
- \* يكون لديك بعض الأفكار حول كيفية محاربة الجوع.

## قم بواحد من النشاطين الإلزاميين التاليين:

**C.1** **تبديد الغذاء** أكتب كمية الغذاء التي تتخلص منها أنت وعائلتك كل يوم لمدة أسبوع واحد. وفي نهاية الأسبوع، قم بحساب مجموع الغذاء المبدد. ثم ناقش كيف يمكن محاولة الحد منه في الأسابيع التالية ووضِع هذه الاقتراحات موضع التنفيذ. اشرح لوالديك السبب في أهمية عدم رمي الطعام. لمزيد من المعلومات عن تبديد الطعام، انظر: [www.thinkeatsave.org](http://www.thinkeatsave.org)

المستوى  
3  
2  
1

**المزيد:** تعرف على خسائر الغذاء في المراحل الأخرى من النظام الغذائي (على سبيل المثال أثناء الإنتاج أو النقل). ما الذي يمكن عمله للحد من هذه الخسائر؟ كمستهلك، ما الذي يمكنك القيام به لتقليل هذه الخسائر؟ ثم قم بعرض قصير لبقية مجموعتك.

**C.2** **قصة مصورة عن مصيدة الجوع** تصور شخصيات من وحي خيالك تعيش في **مصيدة الجوع**، وحدد بعض جوانب حياتهم التي تقيهم في هذه **الحلقة المفرغة**. ارسم قصة مصورة لتخبر الآخرين عن الحياة التي تعيشها هذه الشخصيات. ثم، ثم حدد ثلاثة مسارات مختلفة للقصة المصورة وصولاً إلى نحو الحلقة الجيدة موضحاً التغيير الذي أدخله كل مسار على حياة الشخصية. شارك القصة المصورة واعرضها لمجموعتك أو فصلك لتشرح بوضوح ما هي **مصيدة الجوع والحلقة الجيدة**.

المستوى  
3  
2  
1



## اختر نشاط واحد (على الأقل) من القائمة أدناه:

فكرة  
جيدة

### C.3 المناظر الطبيعية في خطر اصنع نموذج

المستوى  
3  
2  
1

لمنظر طبيعي زراعي باستخدام مادة لدائنية أو معجون أو مادة سهلة التشكيل. إذا أردت، يمكنك تصميم النموذج ليعكس منطقتك - أو يمكنك إنشاء مناظر طبيعية خيالية. إذا عملتم كمجموعة، فيمكنكم إعداد منطقة تفصيلية كبيرة حقا! ففكر في مختلف **الأخطار الطبيعية** التي يمكن أن تضر بالمحاصيل والحيوانات (مثل **الفيضانات والجفاف والزلازل والانهربارات الأرضية**، والانفجارات البركانية، والهريكان / الأعاصير / الأعاصير المدارية ...). أدرج هذه الأخطار في النموذج الخاص بك - ويمكنك وضع بعض التسميات (مثل قطع صغيرة من الورق على عصي) لمساعدتك في ذلك. أخيرا، ما هي الطرق الذكية التي قد تخطر ببالك لحماية محاصيلك من هذه الأحداث الكارثية (مثل رفع مستوى ضفاف النهر للمساعدة في الحماية من **الفيضانات**؛ وأنظمة ري جيدة في أوقات **الجفاف**، الخ). أدرج هذه الأشياء في النموذج الخاص بك أيضا، وبعدها ستكون قادرا على تحديد أي **الأخطار الطبيعية** يصعب الاستعداد لها أيضا.

### C.4 إدارة المحاصيل ازرع بعض النباتات في أوعية (مثل الريحان والبقدونس

المستوى  
3  
2  
1

والفاصوليا - أي نوع من السهل عليك زراعته ومشاهدته ينمو). جهّز خمسة أوعية من نفس النبات وضع كل وعاء منها في ظروف مختلفة وكذا كميات مختلفة من الماء والضوء لكل منها. تأكد من الاحتفاظ بسجل دقيق عن كمية المياه والضوء التي يحصل عليها كل نبات. بعد بضعة أسابيع، اكتب الملاحظات: ما هو النبات الذي نما بشكل أفضل؟ في رأيك، ما السبب في ذلك؟ ستظهر لك هذه التجربة كم هو مهم أن تعرف بالضبط ما الرعاية التي يحتاجها نبات معين وأفضل الممارسات الإدارية لهذا النبات. قد تكون الكمية المثالية من الماء والضوء لهذا النبات غير صالحة لنبات آخر. ومن ثم إذا لم تعرف كيف تعتني بمحاصيلك وحيواناتك على النحو الأمثل، فقد تحصل على كمية طعام أقل مما يمكنك الحصول عليه - أو قد لا تحصل على أي طعام على الإطلاق. (يمكنك الجمع بين هذا النشاط والنشاط B.1، صفحة ٧٩).

C.5

المستوى

**تجارة الغذاء الدولية** في مجموعة تتكون من خمسة أو ستة لاعبين، يبحث كل منك عن بلد مختلف وأنواع الغذاء التي تشتهر بإنتاجه. ارسم بعض بطاقات اللعب تظهر هذه الأنواع المختلفة من الغذاء عليها (على سبيل المثال الموز والمانجو وبعض المكسرات أو سمكة ...). ثم قم بتسمية هذه البطاقات بـ "الموارد" في الجزء العلوي منها. إذا كان البلد الذي تصنع بطاقات من أجله بلد غني، فأصنع ثلاث بطاقات موارد لكل نوع من أنواع الغذاء الذي ينتجه هذا البلد؛ وإذا كان البلد متوسط الغني، فأصنع بطاقتين من كل بطاقة موارد؛ وأما إذا كان البلد فقيرا، فأصنع بطاقة واحدة لكل مورد. ثم تجمعو مرة أخرى واصنعوا بطاقات "الاحتياجات" (عدد كاف بحيث يكون هناك بطاقة لكل لاعب). ينبغي أن تشمل بطاقات 'الاحتياجات' اثنين أو ثلاثة موارد غذاء مختلفة كل منها من بلد مختلف. أجعل بعض بطاقات الاحتياجات صعبة (على سبيل المثال تتطلب بطاقتي موز أو 3 بطاقات أرز وبطاقة أسماك). اخلط أوراق الاحتياجات واسحب واحدة دون أن تنظر. أنت الآن على وشك البدء، ولكن عليكم أولا أن تقرروا كمجموعة قيمة كل غذاء مقارنة بأنواع الغذاء الأخرى المتوفرة في 'السوق الدولية'. ارسم "جدول مبادلة" يظهر ذلك (على سبيل المثال قد تساوي قيمة ورقتي الأرز قيمة بطاقة واحدة من حبات البن). الآن يمكنك البدء في اللعب: اقلب بطاقات احتياجاتك وأبدأ في إقناع الدول الأخرى بالتبادل معك حتى تتمكن من الحصول على جميع الموارد الموجودة على بطاقة احتياجاتك! فكروا سويا فيما تخبركم به هذه اللعبة عن الأسواق الحقيقية: الأسواق العالمية ليست متوازنة؛ حيث سيكون من الأسهل للاعبين أصحاب البلد الغني تلبية احتياجاتهم؛ في حين سيكون من الصعب على البلدان النامية إطعام أنفسهم. هل يمكنك التفكير في بعض الطرق المبتكرة لمبادلة البطاقات الخاصة بك على الرغم من اختلال التوازنات؟

فكرة  
جيدة



### C.6 لمحات عن الجوع

مناطق تعاني من الجوع أكثر من غيرها؟ إذا كان ذلك ممكنا، اعثر على إحصاءات وبيانات عن مستويات الفقر والجوع في مناطق مختلفة من بلدك. يمكنك استخدام هذا الموقع كنقطة انطلاق:

[www.fao.org/countryprofiles/ar](http://www.fao.org/countryprofiles/ar)

بعد أن تعرفنا على الأسباب الرئيسية للجوع تحدث عن كيفية التعامل مع الوضع الراهن في بلدك (أو مناطق معينة). ما الذي يمكن عمله لتغيير هذا الوضع؟



### C.7 دراسة تغيير المناخ

تعيش بها. هل تغير المناخ على مدى السنوات الـ ٥٠ الماضية؟ هل بدأت تظهر أي آثار **لتغيير المناخ**؟ اصنع ملصق لإظهار النتائج الخاصة بك. يمكنك أيضا محاولة التنبؤ بآثار **تغيير المناخ** التي سيكون لها تأثيرات على المنطقة الخاصة بك في السنوات الـ ٥٠ المقبلة. تعرّف على التنبؤات **بتغيير المناخ** لمنطقتك. هل سيكون هناك المزيد من **الفيضانات والجفاف** أو فقدان الأراضي بسبب ارتفاع مستوى سطح البحر؟ كيف ستؤثر هذه التغييرات على إنتاج الغذاء وتوافره؟ شارك الملصق مع مجموعتك.



### C.8 عروض عن الأخطار الطبيعية

**الطبيعية** الرئيسية القائمة؛ ما هي المناطق التي تحدث فيها عادة ولماذا؟ انقسموا إلى مجموعات، بحيث يمكن لكل مجموعة اختيار بلد واحد أو منطقة واحدة والبحث في **الأخطار الطبيعية** التي أثرت عليها. ما علاقة هذه الكوارث بالجوع في تلك المنطقة؟ قم بتقديم عرض قصير عن النتائج الخاصة بك.



C.9

المستوي  
٣  
٢  
١

**قصة كوميدية** عن الجوع تخيل قصة مغامر يسافر حول العالم ويكتشف الظروف المختلفة التي يعيش فيها الأغنياء والفقراء. في مجموعات صغيرة من اثنين أو ثلاثة، ارسموا واكتبوا قصة كوميدية عن الجوع. كيف تفسرون قضية الجوع للأطفال الأصغر سنا بشكل خاص؟ شاركوا القصة الكوميدية مع عائلاتكم وأصدقائكم وغيرهم من مجموعات شارة التحدي. تأكد من إرسال الكتاب الكوميدي المكتمل إلى [yunga@fao.org](mailto:yunga@fao.org)، ليتم نشره على الإنترنت!

**C.10** القيام بأي نشاط آخر يوافق عليه معلمك أو قائدك.

المستوي  
٣  
٢  
١

سادات أنور، إماما، بنغلاديش

# القسم د:

# القضاء على الجوع

نفذ النشاط **D.1** أو **D.2**. ونشاط واحد  
(على الأقل) من اختيارك.

بعد الانتهاء من أنشطة القضاء على  
الجوع، سوف:

\* تفهم ما يمكن عمله للقضاء على  
الجوع.

\* تكون قادرا على التفكير بشكل  
مستقل وإيجاد بعض الحلول للمساعدة  
في حل مشكلة الجوع في العالم!

## قم بواحد من النشاطين الإلزاميين: التاليين:

**D.1** **شجرة الجوع** انقسموا إلى مجموعات من ثلاثة إلى أربعة أفراد ولتحصل كل مجموعة على نموذج شجرة. ينبغي على المجموعات مناقشة آثار الجوع وكتابتها على جذع الشجرة (على سبيل المثال يعجز الأطفال عن التركيز في المدرسة، الخ). ثانيا، مناقشة الأسباب الرئيسية للجوع وكتابتها على جذور الشجرة. أخيرا، مناقشة الإجراءات التي يمكن أن نتخذها لمحاربة الجوع (مثل أنشطة التوعية، ودعم التمويل بالغ الصخر، وعقد حملة من أجل الغذاء الخ) وكتابة ذلك على الأوراق والأغصان. اعرض الشجرة في فصلك أو في مركز اجتماعي ليتعرف عليها الآخرون وينشروا الرسالة!

المستوي  
3  
2  
1

**D.2** **حلول التمكين** ناقشوا عددا من الطرق التي يمكن من خلالها تمكين الخروج من **مصيدة الجوع**. كيف يمكنهم الاعتماد على **النفيس** وأن يتمتعوا بالأمن الغذائي؟ قم بتقديم النتائج الخاصة بك بطريقة ممتعة ومبتكرة لبقية مجموعتك (على سبيل المثال من خلال أغنية أو ملصق أو أعمال فنية أو عرضا جذابا).

المستوي  
3  
2  
1



هاته نحو فونج، ٢٠ عاما، فيتنام



## اختر نشاط واحد (على الأقل) من القائمة أدناه:

**D.3** **طائرة الغذاء** الورقية اربط اثنتين من العصي الخشبية (أقل من ٥ سم) معا على شكل صليب في الوسط. ثم يمكنك مد ورق أو قماش على الصليب لعمل شكل طائرة ورقية. زين الطائرة الورقية الخاص بك بأمنية القضاء على الجوع. اجعل الطائرة تطير في الهواء وتنشر رسالتك إلى مجموعتك أو مدرستك أو المجتمع المحلي!

المستوي  
3  
2  
1

**D.4** **قصيدة شعرية** اكتب قصيدة عمودية عن القضاء على الجوع اكتب قصيدة عمودية عن القضاء على الجوع. إذا كنت لا تعرف كيفية كتابة قصيدة عمودية، يمكنك زيارة هذا الموقع لمعرفة المبادئ التوجيهية:

المستوي  
3  
2  
1

[www.poetry4kids.com/blog/lessons/how-to-write-an-acrostic-poem](http://www.poetry4kids.com/blog/lessons/how-to-write-an-acrostic-poem)

اكتب قصيدة عن محاربة الجوع باستخدام كلمات رئيسية على غرار الكلمات العمودية الخاصة بك، مثل التمكين أو التعليم أو الغذاء أو الزراعة أو التمويل بالغ الصغر الخ. شارك قصيدتك مع مجموعتك؛ ويمكنك أيضا وضعها في ملصق إذا أردت



**D.5** **عالم بلا جوع** قم بتنظيم مسرحية قصيرة أو حفلة موسيقية تخيل فيها عالما بلا جوع. فكّر في أسباب الجوع، وتصور حالة يخفي فيها الجوع. اجعل جمهورك يفكر بجديّة في وجه اختلاف الواقع عن العالم الذي تتخيله. كيف يمكن لكل واحد منا المساهمة في تغيير الوضع؟

المستوي  
3  
2  
1

فكرة  
جيدة

**D.6 مسار حواجز الجوع** قم بتقسيم مجموعتك إلى أربع أو خمس مجموعات أصغر. ثم قم بإنشاء أربع أو خمس محطات مختلفة في فصلك، تصف كل منها مشكلة مختلفة تتعلق بالجوع (على سبيل المثال الجفاف في المنطقة أو الغذاء مكلف جدا بما لا يكفي لإطعام عائلة كبيرة أو وجود زوجين مسنين لا يستطيعان الذهاب إلى السوق لشراء الغذاء، الخ). تدور كل مجموعة في جميع أنحاء الفصل وتقضي خمس دقائق لمعالجة المشكلة المنشورة على لوحة في كل محطة من المحطات وتناقش سلسلة من الحلول. فور انتهاء كل المجموعات من زيارة جميع المحطات، قوموا بمناقشة الحلول سويا!

المستوي  
3  
2  
1

**D.7 الحلقة الجيدة مقابل الحلقة المفرغة** اصنع لافتة على عمودين اسمها الحلقة الجيدة والحلقة المفرغة. اكتب مجموعة من الإجراءات على بطاقات ورقية التي تقود إلى الحلقة الجيدة وإجراءات تقود إلى الحلقة المفرغة من مصيدة الجوع. يمكنك رسم الدائرتين على لافتة بحيث يمكن لصق التسميات على الشكل المناسب للحلقة.

المستوي  
3  
2  
1

**D.8 ماذا وماذا لو** في مجموعات من فردين، قوموا بإنشاء جدول من ثمانية صفوف وعمودين. اكتبوا في عنواني العمودين "ماذا ..." و "ماذا لو ..."، وفي الثمانية صفوف اكتبوا الأهداف الإنمائية للألفية (صفحة ٥١ - ٥٣)). فحّر في كيف سيساعد تحقيق كل هدف من أهداف الإنمائية للألفية في القضاء على الجوع (في عمود "ماذا ...")، وكيف أن الإخفاق في تحقيقها سيزيد من المشاكل والمتاعب (في عمود "ماذا لو ..."). ثم يقوم كل فردين بمشاركة النتائج التي توصلوا إليها مع بقية المجموعة.

المستوي  
3  
2  
1

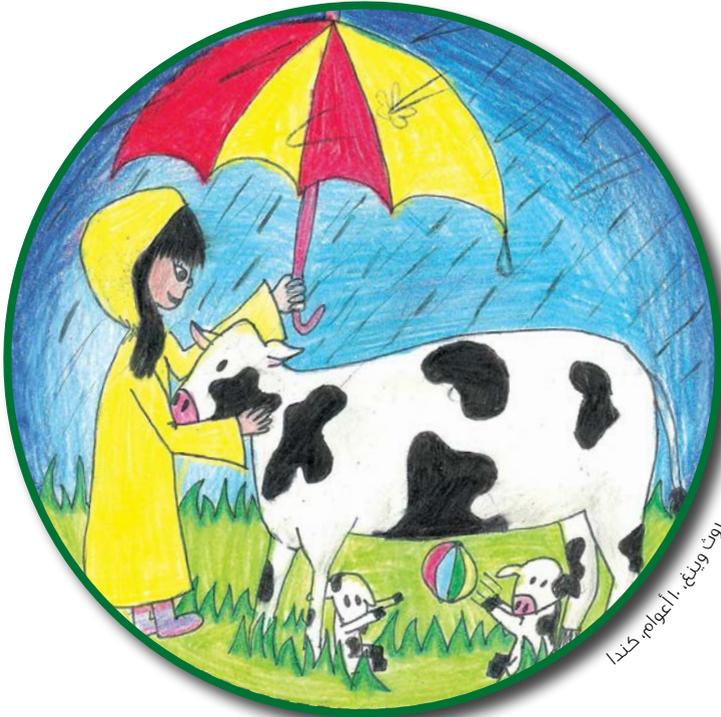
فكرة  
جيدة



**D.9 أهداف التنمية المستدامة الخاصة بك** ينتهي الإطار الزمني المستهدف للأهداف الإنمائية للألفية بحلول عام ٢٠١٥: **المستوي** ٣ ٢ ١

في رأيك، ما هي الطريقة التي ينبغي أن تتناول بها الأهداف مشكلة الجوع في المستقبل؟ ما رأيك فيما ينبغي أن تكون عليه الأهداف الجديدة للتنمية المستدامة؟ ناقش مقترحات أهداف التنمية المستدامة الخاصة بك وشارك أفكارك مع مجموعتك. هل هناك أي أفكار متداخلة؟ قم برفع اقتراحاتك إلى موقع حافلة المدرسة الالكترونية للأمم المتحدة الالكترونية حتى يراها الآخرون.

**D.10** القيام بأي نشاط آخر يوافق عليه معلمك أو قائدك. **المستوي** ٣ ٢ ١



روث وينغ، ١١ أعوام، كندا



افعل



القضاء



الاسباب



الطعام



الجوع

شارة التحدي الخاصة بالقضاء على الجوع

Next page: NEHA RAY, aged 11, INDIA

# القسم هـ : افعل شيئاً

نفّذ النشاط **E.1** أو **E.2**. ونشاط واحد (على الأقل) من اختيارك.  
بعد الانتهاء من أنشطة افعل شيئاً، سوف تكون قادراً على:  
\* **تنظيم و المشاركة** في مبادرة مجتمعية لمحاربة الجوع.  
\* **إقناع** الآخرين بالانضمام إلى محاربة الجوع في العالم!

## قم بواحد من النشاطين الإلزاميين التاليين:

**E.1 الوجبة الجماعية الدولية** قم بتنظيم وجبة عشاء دولية تضم أكبر عدد ممكن من الأشخاص ("الوجبة الجماعية" هي التي يجلب فيها كل ضيف طبق مختلف للمشاركة مع المجموعة بأكملها، وينتهي بك الأمر مع مجموعة من الأطباق المختلفة لتذوقها وتعاينها). ينبغي على كل شخص طهي وصفة واحدة من بلد أجنبي. قم بتزيين منطقة تناول الطعام بالأعلام الدولية، وإذا كنت ترغب، ارتدوا ثياباً وطنية مختلفة. استغل هذه المناسبة لنشر الرسالة حول الجوع وتشجيع الآخرين على الانضمام إلى الجهود الرامية إلى القضاء على الجوع. يمكنك الجمع بين هذا الحدث وبين بعض الأنشطة الأخرى التي قمت بإعدادها، على سبيل المثال، تقديم اللافتات والملصقات التي صنعتها وعرض اللوحات الفنية والصور الفوتوغرافية و / أو أداء المسرحيات أو الأغاني. لمزيد من الأفكار حول كيفية استضافة حفل عشاء، انظر:

[www.endinghunger.org/en/educate/host\\_a\\_dinner\\_party.html](http://www.endinghunger.org/en/educate/host_a_dinner_party.html).

(من الجيد أن تفكر في مواكبة هذا الحدث مع يوم الأغذية العالمي، الذي يحتفل به في 16 أكتوبر من كل عام. يمكنك العثور على مزيد من المعلومات هنا:

[www.fao.org/world-food-day/home/ar](http://www.fao.org/world-food-day/home/ar)

**E.2 التواصل البديل** إذا كنت تمتلك شركة مهمة تعمل في الإعلانات، فما هي الأماكن الاستراتيجية التي ستضع فيها اللافتات والرسائل الخاص بك حتى يتمكن الناس من رؤيتها؟ تبادل الأفكار مع أصدقائك وتوصلوا إلى بعض الأفكار الأساسية. ثم اختر فكرة منها واعمل على تنفيذها! الرسالة التي ترغب في مشاركتها مع العالم هي أننا بحاجة ماسة للقضاء على الجوع. ما هي الشعارات أو الرموز اللافتة للنظر التي يمكنك كتابتها أو تصميمها؟ يرى الناس الإعلانات كل يوم ويقوموا بقراءة جميع أنواع الرسائل دون إدراك ذلك؛ ومن ثم فخر في طرق "بديلة" للتواصل. على سبيل المثال، يمكنك أن تنظم حدثاً عشوائياً في مدينتك عن مشكلة الجوع في العالم. شاهد مثلاً هنا:

[www.youtube.com/watch?v=SI-\\_zU-F2d8](http://www.youtube.com/watch?v=SI-_zU-F2d8)

## اختر نشاط واحد (على الأقل) من القائمة أدناه:

**E.3 رسالة بالفيديو** سجل شريط فيديو لنشر الرسالة لمجتمعك أو منطقتك أو حتى العالم بأسره! ماذا تريد أن تقول؟ كيف ستظهر مدى أهمية القضاء على الجوع؟ في رأيك، ما الذي سيجذب انتباه الناس؟ تأكد من إرسال الفيديو إلى [YUNGA \(yunga@fao.org\)1](mailto:YUNGA(yunga@fao.org)1) لأنه سيتم نشر أفضل أشرطة الفيديو على مواقع الانترنت لدينا!

E.3  
المستوي  
3  
2  
1



**E.4 الغذاء موسيقى على مدار اليوم** تخيل السيطرة على محطة إذاعة ليوم كامل. كمجموعة، اختاروا قائمة بالأغاني التي ترغبون في تشغيلها وإعداد بعض الأخبار الهامة التي ترغبون في مشاركتها مع كل الأشخاص في مجتمعكم. يا لها من مناسبة مثالية للمساعدة في القضاء على الجوع! قم بالاتصال بمحطة إذاعية محلية واستفسر منهم عن إمكانية استغلالك لبعض الوقت عبر الأثير مباشرة. قم إعداد سيناريو واقض وقتا ممتعا في يومك المخصص للموسيقى عبر الراديو!

E.4  
المستوي  
3  
2  
1

**E.5 اصنع بعض الضوضاء!** كلما زاد عدد من يتحدثون عن الجوع، كلما كان من المرجح أن يجعلها السياسيون أولوية السياسيين في سياساتهم. فماذا تنتظر؟ قم بتنظيم حدث صاخب: حفل موسيقي أو عرض مسرحي بالشارع أو معزوفة موسيقية - أي حدث يمكن أن يخطر ببالك لجذب انتباه الناس! تأكد من تضمين الحدث بعض الحقائق الجذابة حول الجوع (الخرائط أو الأسباب أو الحلول ...). بحيث يتم تثقيف الناس وتسليتهم في نفس الوقت.

E.5  
المستوي  
3  
2  
1

**ماراثون الجوع** قم بتنظيم نسخة من ماراثون الجوع الذي تنظمه منظمة الأمم المتحدة للأغذية والزراعة مع مجموعتك. حيث تقوم المنظمة بتنظيم ماراثون للسباق من أجل الغذاء كل عام في عطلة نهاية الأسبوع السابقة ليوم الأغذية العالمي (١٦ أكتوبر من كل عام). قم بزيارة موقع الحدث:

[www.fao.org/world-food-day/history/wfd2012/hunger-run/en](http://www.fao.org/world-food-day/history/wfd2012/hunger-run/en)

ونظم شيئاً على غرار ذلك في منطقتك المحلية. ما الاستعدادات التي تحتاجها؟ كيف ستثير حماسة الناس للمشاركة في ذلك.

E.6

المستوي  
٣  
٢  
١

**الفاعلية** وفعوا على التماس القضاء على الجوع

([www.endinghunger.org/en/act-petition.html](http://www.endinghunger.org/en/act-petition.html)) وضع علامة

‘أعجبني’ على صفحة معجبي القضاء على الجوع في الفيسبوك للانضمام إلى حركة القضاء على الجوع

([www.facebook.com/1billionhungry](http://www.facebook.com/1billionhungry)). قم بمشاركة هذه الصفحات

على أوسع نطاق قدر ما تستطيع على مواقع **التواصل الاجتماعي**

وحاول تشجيع الأهل والأصدقاء على التوقيع عليه أيضاً. ما هي الطرق الأخرى التي يمكنك أن تفكر بها لتصبح ناشطاً في حركة القضاء على الجوع؟

E.7

المستوي  
٣  
٢  
١

**لعمل التطوعي** انظر حولك للتعرف على بعض المنظمات التي تعمل

على التخفيف من حدة الجوع في مجتمعك (مثل بنوك الطعام وأماكن العبادة ومنظمات الإغاثة الخ). قم بتنظيم رحلة ميدانية قصيرة ومقابلة بعض الناس ممن يعملون هناك. كيف يؤدون عملهم؟ تعرّف على عملهم ونتائجهم واستفسر منهم عما إذا كان هناك شيء يمكنكم القيام به كمجموعة أو كفرد للمساعدة. تطوع للمساعدة مرة واحدة في الأسبوع لمدة بضعة أشهر.

E.8

المستوي  
٣  
٢  
١

**رسالة لحشد التأييد** اكتب رسالة إلى حكومتك والقادة الوطنيين

طالباً منهم الاضطلاع بدور فعال في الجهود المبذولة للقضاء على الجوع. تأكد من توضيح سبب اعتقادك في أهمية قيامهم بإجراءات الآن، وقدم بعض الاقتراحات عما تتوقعه منهم.

E.9

المستوي  
٣  
٢  
١

**المزيد:** قم بتنظيم حملة جماعية لكتابة الرسائل في مدرستك أو وسط مجموعة من الشباب – في محاولة لرفع الوعي قدر المستطاع والحصول على أكبر عدد ممكن من الناس لكتابة الرسائل!



# قائمة مراجعة



تتبع الأنشطة التي تقوم بها في هذه القائمة. عندما توضح أنك انتهيت منها، ستكون قد ربحت شارة تحدي القضاء على الجوع!



اسمك: .....

عمرك: ① (٥ إلى ١٠ سنوات) ② (١١ إلى ١٥ سنة) ③ (١٦ عاما فأكثر)

بموافقة  
(توقيع القائد)

تم في (التاريخ)

اسم النشاط

رقم النشاط

اسم النشاط	رقم النشاط	تم في (التاريخ)	بموافقة (توقيع القائد)
الجوع والجائعون	أ		
الحق في الغذاء	ب		
أسباب الجوع	ج		
القضاء على الجوع	د		
افعل شيئاً	هـ		

شارة التحدي الخاصة بالقضاء على الجوع

# الموارد

## والمعلومات الإضافية

### واظب على التحديث

شارة التحدي هذه هي واحدة من العديد من الموارد والأنشطة التكميلية التي وضعها الاتحاد العالمي للشباب والأمم المتحدة وشركائه. يرجى زيارة هذا الموقع [www.yunga-un.org](http://www.yunga-un.org) للاطلاع على موارد إضافية أو الاشتراك في الرسالة الإخبارية لتلقي التحديثات مجاناً من المواد الجديدة عن طريق إرسال بريد إلكتروني إلى

[yunga@fao.org](mailto:yunga@fao.org)

واظب على  
التحديث

### أرسل لنا أخبارك

نحن نحب أن نسمع عن تجربتك في الاضطلاع بشارة التحدي! أي الجوانب لم تستمتع بها بشكل خاص؟ هل فكرت في أفكار جديدة للأنشطة؟ يرجى مراسلتنا بالمواد الخاصة بك حتى نتمكن من جعلها متاحة للآخرين، ونجمع الأفكار حول كيفية تحسين مناهجنا. يرجى الاتصال بنا

على [yunga@fao.org](mailto:yunga@fao.org)

أرسل لنا أخبارك عن  
طريق البريد  
الإلكتروني

### شهادات وشارات

أرسل بريد إلكتروني إلى عنوان [yunga@fao.org](mailto:yunga@fao.org) من أجل الحصول على شهادات وشارات مكافأة إتمام الدورة! الشهادات مجانية، ويمكن شراء شارات التحدي. بدلا من ذلك، يمكن للمجموعات طباعة شارات خاصة بهم؛ ويسر الاتحاد العالمي للشباب والأمم المتحدة توفير القالب النمطي وملفات الرسومات عند الطلب.

شهادات  
وشارات

# المواقع الإلكترونية

**حركة القضاء على الجوع** هي مبادرة تواصل موجهة للشباب تقودها منظمة الأغذية والزراعة في شراكة مع وكالات الأمم المتحدة الأخرى، وجماعات المجتمع المدني والأفراد المهتمين. وقد بدأت حركة القضاء على الجوع عام ٢٠١١ من خلال منصة الكترونية تحتوي على أفلام فيديو قصيرة ورسوم متحركة وأفلام يمكن تحميلها وتوصيات بكتب ومقالات وأحداث واقعية ومسابقات وأخبار :



[www.endinghunger.org](http://www.endinghunger.org)

تركز حركة القضاء على الجوع على الشباب من ١٤ إلى ٢٥ سنة – لرفع الوعي بقضايا الجوع وتشجيع الشباب بقوة على القيام بمبادرات خاصة للقضاء على الجوع على مدار حياتهم. يحتوي الموقع على الكثير من الموارد التعليمية المفيدة، مثل قائمة بالكتب التي تساعد على تحفيز الأطفال بشأن قضايا الجوع:

[www.endinghunger.org/en/educate/Children\\_books\\_tell\\_stories\\_hunger.html](http://www.endinghunger.org/en/educate/Children_books_tell_stories_hunger.html)

**التجارة العادلة** توجد في أماكن عديدة على الانترنت. ومن بين الأمثلة على ذلك:

[www.fairtrade.net](http://www.fairtrade.net)



**بوابة الجوع التابعة لمنظمة الأغذية والزراعة** هي بوابة مخصصة لجميع الأمور المتصلة بالجوع، الأسباب والحلول والأسئلة المتكررة والبيانات وتعريفات الجوع يمكن العثور عليها في [www.fao.org/hunger](http://www.fao.org/hunger). لمزيد من المعلومات عن حالة انعدام الأمن الغذائي في العالم، انظر مختلف الرسوم البيانية والإحصاءات على هذا الرابط:



[www.fao.org/publications/sofi/2013/ar](http://www.fao.org/publications/sofi/2013/ar)

**تغذية العقول لمحاربة الجوع** هو فصل دراسي دولي يستكشف مشكلات الجوع وسوء التغذية وانعدام الأمن الغذائي. يمكن العثور هنا على موارد للمعلمين والطلاب باللغات العربية والصينية والإنجليزية والفرنسية والإيطالية والبرتغالية والروسية والإسبانية والسواحيلية. [www.feedingminds.org](http://www.feedingminds.org) قم بالاطلاع على الدرس الخاص بالجوع وسوء التغذية المصمم للمراهقين هنا:



[www.feedingminds.org/fmfh/hunger-and-malnutrition/primary-level/lesson-2/en](http://www.feedingminds.org/fmfh/hunger-and-malnutrition/primary-level/lesson-2/en)

وشاهد كرتون خاص عن الحق في الغذاء:

[www.feedingminds.org/cartoon/rtf\\_en.htm](http://www.feedingminds.org/cartoon/rtf_en.htm)

**سعر الغذاء** هام جدا لفهم المخاطر المتزايدة على الأمن الغذائي وعلاقته بالفقر. نظمت منظمة الأغذية والزراعة البيانات العالمية المتعلقة بأسعار الغذاء في فهرس مميز يسمى مؤشر منظمة الأغذية والزراعة لأسعار الغذاء (FFPI) الذي يقيس الاتجاهات والتعدلات في سوق الغذاء العالمية:



[www.fao.org/worldfoodsituation/foodpricesindex/ar](http://www.fao.org/worldfoodsituation/foodpricesindex/ar)

**المساواة بين النوعين** قضية حساسة وعنصرا حاسما في القضاء على الجوع المزمن. يوفر موقع صندوق الأمم المتحدة للسكان (UNFPA) معلومات مفيدة حول تمكين المرأة: وقد أنشأت الأمم المتحدة أيضا هيئة مخصصة لقضايا المساواة بين النوعين تسمى هيئة الأمم المتحدة للمرأة: أخيرا، يقوم برنامج الأغذية العالمي بالتركيز بشكل خاص على المرأة والجوع على هذا الرابط:



[www.unfpa.org/gender/empowerment.htm](http://www.unfpa.org/gender/empowerment.htm)

[www.unwomen.org/en](http://www.unwomen.org/en)

[www.wfp.org/focus-on-women?icn=homepage-focus-onwomen&ici=ourwork-link](http://www.wfp.org/focus-on-women?icn=homepage-focus-onwomen&ici=ourwork-link)

**الأطفال يمكنهم إحداث فرق!** يحتوي هذا الموقع على الكثير من المعلومات حول الجوع في جميع أنحاء العالم، وبعض الموارد التعليمية الجيدة. كما يحتوي على مسابقة يمكنك القيام بها وغيرها من الأنشطة والمواضيع التي من شأنها أن تساعدك على معرفة المزيد عن الجوع:



[www.kidscanmakeadifference.org](http://www.kidscanmakeadifference.org)

**أو كسفام** هي منظمة غير حكومية دولية تعمل مع الناس في أكثر من 90 دولة كجزء من حركة عالمية من أجل التغيير وبناء مستقبل خال من الظلم الناجم عن الفقر. لدى المنظمة صفحة انترنت مفيدة للغاية حول أزمة الغذاء العالمية، حيث يمكنك معرفة المزيد وتنفيذ مجموعة من الأنشطة:



[www.oxfam.org.uk/education/resources/world-food-crisis](http://www.oxfam.org.uk/education/resources/world-food-crisis)

**ثورة الجوع** هو موقع رائع يستهدف المراهقين والشباب لتثقيفهم وتمكينهم من اتخاذ خطوات لمحاربة الجوع. قم بالاطلاع على ذلك:  
[www.revolutionhunger.org](http://www.revolutionhunger.org)



**حق الإنسان في الغذاء** هو مفهوم هام لحياتنا. تعرّف على المزيد حول هذا الموضوع على هذا الرابط:  
[www.fao.org/righttofood/right-to-food-home/en](http://www.fao.org/righttofood/right-to-food-home/en) أنتج فريق عمل الحق في الغذاء أيضا هذا الكتيب التعليمي الخاص للأطفال والشباب:  
<ftp://ftp.fao.org/docrep/fao/010/a1300a/a1300a.pdf>



**إيقاف الجوع الآن** هي منظمة إغاثة دولية معنية بالجوع تنسق توزيع الغذاء وغيره من المساعدات المنقذة للحياة في جميع أنحاء العالم. يحتوي الموقع على الكثير من المعلومات حول الإجراءات التي يمكن اتخاذها للمساعدة في القضاء على الجوع في حياتنا:  
[www.stophungernow.org](http://www.stophungernow.org)



**الرابطة العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة (WAGGS)** موقع يحتوي على العديد من الموارد والأخبار حول القضايا العالمية مثل تغير المناخ والجوع، بما في ذلك شارة تسمى "معا نستطيع تغيير العالم" حول الأهداف الإنمائية للألفية:  
[www.waggsworld.org](http://www.waggsworld.org)



برنامج الأغذية العالمي أنشأ بوابة مفيدة جدا عن الجوع:  
[www.wfp.org/hunger](http://www.wfp.org/hunger). يمكن العثور على ألعاب وأنشطة  
لجميع الأعمار على الرابط التالي:

[www.wfp.org/students-and-teachers/  
students/fun-and-learn](http://www.wfp.org/students-and-teachers/students/fun-and-learn)

سيتمتع الأطفال، على وجه الخصوص بالقصة الخيالية التقليدية  
عن الغذاء ومساعدة الآخرين، حُساء الحصى:

[documents.wfp.org/stellent/groups/public/documents/  
webcontent/wfp202398.pdf](http://documents.wfp.org/stellent/groups/public/documents/webcontent/wfp202398.pdf)

وأخيرا، زر الرابط التالي للاطلاع على أنشطة الفصول المدرسية:

[www.wfp.org/students-and-teachers/teachers/  
classroomactivities](http://www.wfp.org/students-and-teachers/teachers/classroomactivities)

الاتحاد العالمي للشباب والأمم المتحدة هو اتحاد عالمي بين  
الأمم المتحدة والشباب. يتضمن موقع الاتحاد شارات تحدي  
أخرى وأنشطة للشباب: [yunga-youth.weebly.com](http://yunga-youth.weebly.com)  
يمكنك التسجيل في النشرة الإخبارية المجانية للاتحاد عن طريق  
البريد الإلكتروني

[yunga@fao.org](mailto:yunga@fao.org)

تحدي القضاء على الجوع هي مبادرة خاصة بالأمم المتحدة للقضاء  
على الجوع في حياتنا. تعرّف على المزيد على الرابط التالي:

[www.un.org/ar/zerohunger/index.shtml#&panel1-1](http://www.un.org/ar/zerohunger/index.shtml#&panel1-1)



# مسرد المصطلحات

**الجوع الحاد:** الجوع الحاد هو الحالة التي من المرجح جداً أن يموت فيها الناس بسبب نقص تام في الغذاء وهو ما يعرف باسم **المجاعة**.

**كاف / غير كاف:** إذا قيل إن شيئاً ما كاف فهذا يعني أن هناك ما يكفي من ذلك الشيء، أو أنه من نوعية مناسبة أو مقبولة؛ أما إذا كان هناك شيء غير كاف فهذا يعني أنه ليس هناك ما يكفي، أو أنها ليست من نوعية مناسبة أو مقبولة.

**العمال المؤقتون:** هم من يعملون عادة لفترات قصيرة من الوقت لأن عملهم يقتصر على أساس غير منتظم ويصعب عليهم في كثير من الأحيان ضمان **الأمن الغذائي** لأنفسهم وأسرهم.

**الجوع المزمن:** الجوع المزمن هو الحالة التي يجد فيها الناس أنفسهم دون طعام لفترات طويلة. وكلمة "مزمّن" تعني "مستمر"، وللأسف، فإن استمرار الجوع يجعلك تشعر بالضعف والتعب والعجز عن التركيز، بل والمرض أيضاً.

**تغير المناخ:** تغير في الحالة العامة لمناخ الأرض ناجم عن أسباب طبيعية وبشرية مثل تراكم غازات الاحتباس الحراري (ثاني أكسيد الكربون على سبيل المثال) في الغلاف الجوي للأرض. يهدد تغير المناخ باضطراب الممارسات الزراعية الحالية في جميع أنحاء العالم (على سبيل المثال بعض المناطق ستشهد المزيد من موجات الجفاف في حين تشهد مناطق أخرى زيادة في **الفيضانات**). وما لم يتمكن المزارعون من الاستعداد لمواجهة هذه التحديات، فمن المرجح أن يهدد تغير المناخ **الأمن الغذائي** العالمي بشكل ملحوظ.

**الصراع:** الحرب أو الاضطرابات المدنية أو أي نوع آخر من الخلاف الذي يعطل سبل الحياة الطبيعية ويؤدي إلى العنف، وغالبا الموت ويعرف أيضا باسم "الصراعات".

**يستهلك، مستهلك، استهلاك:** الاستهلاك كلمة فضفاضة والمعنى الحرفي لكلمة "الاستهلاك" هو الأكل - نحن نستهلك الغذاء. كما تعني كلمة يُستهلك "أيضا يُستخدم؛ فعلى سبيل المثال نحن نستهلك (نستخدم) الطاقة لإضاءة منازلنا في المساء. لذلك فإننا مُستهلكون؛ أي أننا نستخدم الأشياء. وبهذا المعنى، يعني "الاستهلاك" أيضا الشراء؛ ولكي نصح قادرين على "الاستهلاك"، فإننا بحاجة لشراء السلع التي نريد أن نستهلكها.

**يزرع:** كلمة أخرى مرادفة لـ "ينمّي". يزرع المزارعون المحاصيل.

**الطلب:** أنواع المنتجات (مثل الغذاء) وكميات هذه المنتجات التي يريد الناس شراؤها. عادة، عندما لا يكون هناك معروض كبير من منتج معين مع ارتفاع الطلب عليه، فإنه يميل إلى أن يكون أكثر تكلفة. أما إذا كان هناك عرض كبير لمنتج معين، مع انخفاض الطلب عليه، فإن الأسعار تميل إلى أن تكون منخفضة.

**البلدان المتقدمة:** هي البلد المتقدمة اجتماعيا واقتصاديا مع مستويات عالية من الصناعة والتكنولوجيا **والبنية التحتية**. الخ.

**البلدان النامية:** هي البلد الفقيرة التي تحاول أن تصبح أكثر تقدما من الناحية الاقتصادية وتميل إلى الاعتماد بشكل كبير على الكفاف من الزراعة أو صيد الأسماك (حيث يقوم المزارعون أو الصيادون بزراعة أو تربية أو اصطياد ما يكفي من الغذاء فقط لإطعام عائلاتهم، ونادرا ما ينتجون ما يكفي لغرض البيع لكسب العيش).

**المساعدة الإنمائية:** المال الذي تمنحه الحكومات والوكالات الأخرى مع نظرة بعيدة المدى لتعزيز التنمية الدائمة في **البلدان النامية** من خلال تقوية البنية التحتية والتعليم والنظم الاجتماعية والسياسية والاقتصادية، فضلا عن حماية **حقوق الإنسان** والبيئة.

**التمييز:** معاملة شخص أفضل أو أسوأ من أي شخص آخر، على أساس اعتباره مختلفا عن الآخرين. تشمل عوامل التمييز **النوع الاجتماعي** (مثل التمييز ضد المرأة) أو العرق (مثل التمييز ضد أشخاص من بلد أو خلفية عرقية مختلفة) أو الدين (مثل التمييز ضد الأشخاص لهم دين مختلف). (انظر أيضا **التمكين**).

**الجفاف:** فترة طويلة من انخفاض غير عادي في هطول الأمطار، مما يؤدي إلى نقص في المياه.

**الزلازل:** اهتزاز عنيف ومفاجئ في الأرض عادة ما يسبب ضررا كبيرا. تحدث الزلازل عندما تتحرك القشرة الأرضية، أو بسبب نشاط بركاني.

**الأزمة الاقتصادية / المالية:** عندما يكون هناك القليل جدا من الأموال المتاحة للبنوك أو حتى **الاقتصاديات** الوطنية للعمل بشكل صحيح. (المالية تُعني النقدية، أي المتعلقة بالمال).

**الاقتصاد:** الاقتصاد الوطني هو النظام المعمول به في بلد ما تتعامل من خلاله مع موارد هذا البلد والمال المكتسب والمنفق داخل البلد وكذلك التجارة الخارجية وتبادل الأموال.

**يُمكّن، التمكين:** تمكين الناس، يعني أنهم أقدر على رعاية أنفسهم والدفاع عنها (وحرافيا؛ يعني أن لديهم المزيد من السلطة أو السيطرة على حياتهم مقارنة بكونهم غير ممكنين (غير ممكنين)). على سبيل المثال، كونك تتمتع **بالأمن الغذائي** يفيد التمكين، لأنك ببساطة عندما تتغذى جيدا، يصبح جسمك أقوى وأصح وبالتالي تكون أكثر قدرة على رعاية نفسك ومن حولك. وعادة ما يؤدي **التمييز** إلى عدم التمكين.

**الفقر المدقع:** يعرف الخط الفاصل بين الفقر والفقر المدقع بوجود دولار من عدمه، فالناس الذين يكسبون دولار واحد يوميا أو أقل يعتبرون ممن يعانون من الفقر المدقع.

**التجارة العادلة:** هي المنتجات التي يتم إنتاجها وفقا لبعض المعايير الاجتماعية والبيئية وبيعها بسعر عادل. وتشمل هذه المعايير حظر عمل الأطفال والسخرة وضمان بيئة عمل آمنة وحماية البيئة. ومن المفهوم أن السعر العادل يعني أن أكثر الأموال المكتسبة تذهب إلى المزارعين وأقلها **للوسطاء**. ويتمثل الهدف النهائي من التجارة العادلة في مساعدة المنتجين في البلدان الأكثر فقرا.

**المجاعة: ندرة** حادة في الغذاء، مما يؤدي إلى **الجوع المزمن**.

**المخصب:** مادة طبيعية أو كيميائية تضاف إلى التربة أو الأرض لزيادة خصوبتها (أي كمية المحاصيل التي يمكن أن تنمو بها).

**الأسواق المالية:** سوق افتراضية لشراء وبيع الأسهم والمنتجات والعملات. وكثيرا ما يطلق عليه الاقتصاديون أنها "السوق".

**الفيضان:** كمية كبيرة من المياه تغطي منطقة كانت جافة من قبل (على سبيل المثال بسبب الأمطار الغزيرة أو العواصف).

**النظام الغذائي:** يمر الغذاء عبر عدة مراحل قبل الوصول إلى طبقك. حيث يسافر من المزارع والحقول إلى السوق ومحلات السوبر ماركت وأخيرا إلى منزلك. وتسمى هذه العملية الطويلة والمعقدة في بعض الأحيان بالنظام الغذائي. وإذا ما فقدت حلقة في هذه السلسلة (أو لم تعمل كما نتوقع)، تضرب العملية برمتها.

**انعدام الأمن الغذائي:** يحدث انعدام الأمن الغذائي عندما يفتقر الناس إلى الحصول على كميات كافية من الطعام المغذي والأمن، ولهذا السبب، لا **يستهلكون** ما يكفي لحياة نشطة وصحية. وقد يكون ذلك بسبب عدم توافر الطعام، أو **عدم كفاية** القدرة الشرائية، أو استخدام غير ملائم على مستوى الأسرة (المصدر: منظمة الأغذية والزراعة، ٢٠١١).

**الأمن الغذائي:** الأمن الغذائي هو الحالة التي يحصل فيها جميع الناس في جميع الأوقات من الناحية المادية والاجتماعية والاقتصادية على أطعمة كافية وسليمة ومغذية تلبي الاحتياجات الغذائية من أجل حياة نشطة وصحية (المصدر: منظمة الأغذية والزراعة، ٢٠١١).

**السيادة الغذائية:** حق مجموعات من الناس في الحصول على الغذاء الملائم صحيا وثقافيا والمنتج بطريقة مستدامة بيئيا، وحققهم في تشكيل وتطبيق نظم الأغذية والزراعة الخاصة بهم.

**النوع الاجتماعي:** في كثير من الأحيان، يكون لدى المجتمعات توقعات وأدوار مختلفة للرجال والنساء. اعتمادا على ثقافتك، قد يكون الفرق غامضا أو واضحا جدا. وتسمى هذه التوقعات بـ "النوع الاجتماعي". والنوع الاجتماعي " في كثير من الأحيان يضع القواعد والمسموحات والقيود لكل نوع على حده. توجد هذه الحدود لأن الثقافة والتقاليد تولد الاعتقاد السائد بأن النساء والرجال مختلفون من حيث القوة والشخصية والقدرة.

**الحلقة الجيدة:** تعني عكس **مصيصة الجوع**: اعتمادا على التعليم الذي تلقوه تزيد أرجحية حصول الناس على عمل وهو ما يعني أنهم يستطيعون الأكل جيدا مما يجعلهم أكثر قدرة على مقاومة الأمراض ويتمتعون بصحة كافية للاستمرار في العمل وإعالة أنفسهم وأسرتهم.

**الحصاد:** إجراء أو عملية جمع المحاصيل الناضجة.

**حقوق الإنسان:** تسمى الحقوق العالمية المكفولة لجميع الناس بحقوق الإنسان. وفي كثير من الأحيان، عندما يكون لديك الحق في شيء ما، فإن شخصا آخر يكون عليه التزام تجاهك. على سبيل المثال، إذا كان لديك الحق في التعليم، فيجب على دولتك أو بلدك أن توفر لك المدارس والمعلمين والدورات وكل شيء آخر تحتاج إليه للحصول على التعليم. بعض الحقوق هي حقوق عالمية، وهذا يعني أنها لا تختلف أينما تذهب في العالم. وهناك حقوق أخرى يمكن أن تمنح خصيصا اعتمادا على الوضع الخاص بك.

**المساعدة الإنسانية:** الدعم (مثل الغذاء والمأوى والمساعدة الطبية) التي تقدمها الحكومات الوطنية والمنظمات الدولية أو المنظمات الخيرية للأشخاص الذين يعانون من نتائج **الأخطار الطبيعية**، والصراعات، والأزمات المالية و**الاقتصادية**. الخ.

**مصيبة الجوع:** الفقراء الذين لا يملكون المال أو السلع لتبادلها مقابل الغذاء لا يمكنهم تأمين ما يكفي من الغذاء للحفاظ على صحتهم. وعندما يصبحون ضعفاء للغاية بحيث لا يقوون على الدراسة أو العمل، تقل احتمالية قدرتهم على زراعة ما يكفي من الغذاء أو كسب ما يكفي من المال لتحسين وضعهم. وتسمى هذه **الحلقة المفرغة بمصيبة الجوع**.

**الجهاز المناعي:** جهازك المناعي هو نظام الدفاع الطبيعي في الجسم ضد العلل والمرض. وحتى يعمل هذا الجهاز بشكل صحيح، فإنه يحتاج إلى **التغذية** الجيدة. حيث إن أجهزة المناعة لدى من يعانون من الجوع **المزمن** عادة ما تكون ضعيفة جدا، وهذا يعني أن حتى العلل البسيطة يمكن أن تقتلهم. يستورد؛ شراء شيء ما من بلد آخر.

**عدم المساواة:** عدم المساواة يعني أن يتم التعامل مع الناس بشكل مختلف لسبب ما أو إعطائهم فرص أقل من غيرهم. هناك أنواع مختلفة من عدم المساواة. على سبيل المثال، عدم المساواة في الدخل يقلل من فرص الناس (أي أن الناس الأكثر فقرا تكون فرصهم أقل من فرص الأغنياء). وبالمثل، فإن الحصول على مستويات أقل في التعليم يقلل من فرص الناس، أيضا، و يؤدي على الأرجح إلى **انعدام الأمن الغذائي**.

**العدوى:** العدوى" تشير إلى وجود البكتيريا أو الفيروسات أو الطفيليات الأخرى في الجسم، وعادة ما تؤدي إلى المرض. كما أن تردي الأوضاع الصحية يؤدي عادة للإصابة بالعدوى.

**البنية التحتية (الزراعية):** الهياكل التقنية التي تدعم الزراعة، مثل الطرق والجسور وإمدادات المياه، الخ.

**الاستثمار:** إنفاق المال بهدف الحصول على شيء آخر من هذا الاستثمار (مثل الفوائد الاجتماعية أو الأرباح). على سبيل المثال، يعتبر الاستثمار في الزراعة في **البلدان النامية** وسيلة جيدة لدعم النمو الاقتصادي والحد من الجوع والفقر.

**الري:** ري الأرض أو التربة بشكل مصطنع للسماح بنمو النباتات والمحاصيل عندما يكون هناك القليل جدا من إمدادات الأمطار أو المياه الجوفية لتغذيتها بشكل طبيعي.

**يعاني من سوء التغذية، سوء التغذية:** حالة يصبح فيها الجسم غير قادر على الحفاظ على وظائفه حتى الأساسية منها بسبب **عدم كفاية** أو عدم توازن الاستهلاك الغذائي. يشمل "سوء التغذية" مجموعة من المشاكل مثل النحافة الخطيرة أو قصر القامة الشديد بالنسبة لعمر الشخص، وصولا إلى الافتقار إلى الفيتامينات والمعادن، أو المعاناة من فرطها الشديد (السمنة المفرطة). ويعتبر تناول القليل جدا من الطعام (**قلة التغذية**) وتناول الكثير من الطعام (التغذية المفرطة) كلاهما من أشكال سوء التغذية.

**الحصبة:** مرض معدٍ (ينتشر بسهولة) يسببه فيروس. إذا كان لديك الحصبة، فأنت تعاني من بقع حمراء حاكّة صغيرة على الجلد وارتفاع في درجة الحرارة وسيلان الأنف. أكثر من يعاني من الحصبة الأطفال، وعلى الرغم من ذلك يمكن أن يلتقط البالغون عدوى الحصبة أيضا.

**التمويل البالغ الصغر:** خطط التمويل البالغ الصغر هي خطط اقتراض مال مصممة خصيصا لأفقر السكان. ففيها يتم إقراض المحتاجين الذين يرغبون في بدء الأعمال التجارية الصغيرة أو المزارع، والسماح لهم بتسديد القرض على دفعات صغيرة وفق مواعيد نهائية لفترة أطول من الفترة الطبيعية التي توافق عليها البنوك، ومن شأن ذلك تشجيع المزارعين على إنفاق القرض بعناية ويعني أيضا أن السداد لا يضع الكثير من الضغط عليهم.

**الوسطاء:** هم الناس الذين يقومون بإعادة بيع المنتجات بعد شرائها من المزارعين أو الشركات العائلية. وعادة ما ينقل الوسطاء البضائع إلى أسواق بعيدة جدا عن المزارعين يصعب عليهم الوصول إليها، أو يبيعون الغذاء للشركات الأكبر **لتجهيزه**.

**الأهداف الإنمائية للألفية:** مجموعة من الأهداف التي وضعتها الأمم المتحدة لخفض الفقر في العالم وتحسين الصحة ودعم **حقوق الإنسان** في **البلدان النامية** بحلول عام ٢٠١٥.

**الأخطار الطبيعية: الجفاف والفيضانات والهريكان.** وموجات تسونامي كلها أمثلة على الأخطار الطبيعية. مثل هذه الأخطار الطبيعية أصبحت أكثر شدة وأكثر تكرارا مع زيادة **تغير المناخ.** كما أن الأخطار الطبيعية لها آثار خطيرة على **النظام الغذائي**، وكثيرا ما تتضرر الأرض بشدة ويتم تدمير المحاصيل والماشية تاركة العديد من الأشخاص معرضين لخطر الجوع.

**الموارد الطبيعية:** الموارد الطبيعية هي مواد مفيدة توجد في البيئة الطبيعية من حولنا. فالماء أو التربة أو الخشب أو الصخور أمثلة للموارد الطبيعية التي نعتمد عليها من أجل البقاء على قيد الحياة.

المغذيات: المواد الكيميائية التي تحتاجها الحيوانات والنباتات للعيش والنمو. **التغذية:** التغذية هي مرادف آخر لكلمة الغذاء (لأن الغذاء يحتوي على **المغذيات**). عندما تدخل التغذية إلى جسمنا، فإنها تتحول إلى طاقة في عضلاتنا ودماعنا وغيرها من الأجهزة. ولأنه يتم إنتاج الطاقة مما نأكل، فنحن بحاجة إلى الطعام المغذي لنحافظ على نشاطنا.

**المبيدات:** مادة كيميائية ترش على النباتات لحمايتها من الآفات مثل الحشرات التي تأكل المحاصيل.

**الأغذية الجاهزة:** الغذاء الذي تم تغييره من حالته الطبيعية. تظل الفاكهة أو الخضار أو الحبوب المحصودة حديثا في حالتها الطبيعية. بينما الخبز، على سبيل المثال، الذي يتم فيه تم طحن القمح وخلطه بالماء والزيت والمكونات الأخرى ثم يُخبز، يكون "**جاهزا**".

**الربح:** هو المال الإضافي الذي يكسبه المنتج من بيع بضاعته بعد استبعاد التكاليف الأولية للمواد الخام والعمالة والإيجار، الخ. كثير من صغار المزارعين يقومون بإعادة استثمار أرباحهم مرة أخرى في أعمالهم لشراء مواد جديدة **للحصاد** القادم.

**اللاجئ:** هو الشخص الذي أجبر على ترك منزله أو بلده (على سبيل المثال بسبب **المجاعة** أو **الأخطار الطبيعية** الشديدة أو **الصراع**).

**الحق في الغذاء:** يعني أن جميع الناس لهم الحق في إطعام أنفسهم وعائلاتهم بكرامة. إن الوفاء بالحق في الغذاء يعني حتمية حصول الجميع على غذاء آمن وكاف من الناحية الغذائية.

**الحق في التصويت:** هو الحق في المشاركة في عمليات صنع القرار في مجتمع أو بلد ما. حيث يشارك الناخبون في تحديد من ينبغي أن يعهد إليه بالمسئولية (مثل السياسيين) وتصميم سياسات للمساعدة في تلبية احتياجات المجتمع. فقراء الريف، الفقراء الذين يعيشون في القرى الصغيرة في الريف.

**الصرف الصحي:** الحفاظ على الأوضاع النظيفة التي تساعد على منع العدوى والمرض من خلال خدمات مثل جمع القمامة وشبكات جيدة للصرف الصحي.

**نادر، الندرية:** عندما يكون موردا ما نادرا، فهذا يعني أنه لم يعد متاحا بكثرة. على سبيل المثال، أثناء **الجفاف**، تكون المياه نادرة أو أثناء **المجاعة** يكون الطعام نادرا.

**الجوع الموسمي:** يحدث الجوع الموسمي عندما يتم استخدام الإمدادات الغذائية التي تم تخزينها خلال سنة واحدة، مما يتسبب في صعوبات خطيرة للناس لإطعام أنفسهم خلال السنة التالية. وعادة ما يحدث الجوع الموسمي عندما تكون زراعة المحاصيل قليلة جدا، وهذا يعني أن هناك قدر ضئيل جدا من الغذاء، أو عندما تكون المحاصيل المزروعة ذات نوعية رديئة، وبالتالي لا تكون مغذية بما فيه الكفاية. ونتيجة لذلك، قد يضطر الناس **لحصاد** محاصيلهم في وقت مبكر قبل احتمال نموها. ويصبح الجوع موسميا لأنه يكاد يكون من المستحيل وقف دورة **حصاد** المحاصيل مبكرا.

**الاعتماد على النفس:** يعني الاعتماد على الذات أن الأفراد مستقلون اقتصاديا وقادرون على كسب المال وإعالة أنفسهم. ولكي يصبحوا معتمدين على أنفسهم، من المهم أن يكون لدى الناس المعرفة والمهارات والموارد والفرص اللازمة لإنتاج أو شراء ما يكفي من الغذاء بأنفسهم.

**وسائل التواصل الاجتماعي:** أدوات الإنترنت أو الأدوات المحمولة المستخدمة للتواصل افتراضياً. فيسبوك وتويتر ويوتيوب هي أمثلة على وسائل التواصل الاجتماعي التي تتيح لنا التواصل مع الناس في جميع أنحاء العالم.

**المزارعون أصحاب الحيازات الصغيرة:** المزارعون الذين يملكون أو يعملون في قطعة صغيرة من الأرض (أقل من ١٠ هكتار) لإنتاج الغذاء لأنفسهم وبيعه من أجل **الربح**. ولأن الأرض التي يمتلكونها غالباً ما تكون صغيرة جداً فقد يكون من الصعب جداً أن يزرعوا ما يكفي من الغذاء لدعم الأسرة بأكملها، أو لتحقيق **ربح** من الأغذية التي ينتجونها.

**الاستقرار:** يعني وجود نظام ثابت وقادر على مقاومة التغيير، والسماح له بمواصلة العمل أكثر أو أقل بشكل طبيعي، حتى في المواقف الصعبة. على سبيل المثال، حتى في فترات الأمطار الغزيرة، لا تتلف حقول إنتاج المحاصيل بسبب وجود مصدات فيضانات، وبالتالي يظل المزارعون قادرين على **حصاد** محاصيلهم. الاستقرار مهم جداً بالنسبة **للأمن الغذائي**، كونه يؤثر على توافر وسهولة الحصول على الغذاء. يعتمد **النظام الغذائي** المستقر على عدد من العوامل المناخية / الطقس وعوامل سياسية واقتصادية مستقرة (معدلات التوظيف، **والأسواق المالية**، الخ).

**متقزم:** يعتبر الشيء أو الشخص "متقزم" إذا تباطأ أو توقف نموه أو تطوره. يعاني واحد من كل أربعة أطفال في جميع أنحاء العالم من توقف النمو نتيجة **سوء التغذية**. ويمكن أن يؤدي هذا إلى العديد من المشاكل الصحية والاجتماعية والاقتصادية في الحياة في وقت لاحق.

**العرض:** يشير "العرض" إلى كمية منتج ما (على سبيل المثال أنواع من الأغذية) التي تتوفر في بلد ما ويمكن أن تباع. تنشأ الصعوبات عندما يكون هناك ارتفاع في **الطلب** على المنتج أكثر من المعروض المتاح منه. عادة، عندما يكون هناك نقص في المعروض من المنتج مع ارتفاع **الطلب** عليه، فإنه يميل إلى أن يكون أكثر تكلفة. إذا كان المعروض من المنتج كثيراً، ولكن **الطلب** منخفض، فإن الأسعار تميل إلى الانخفاض.

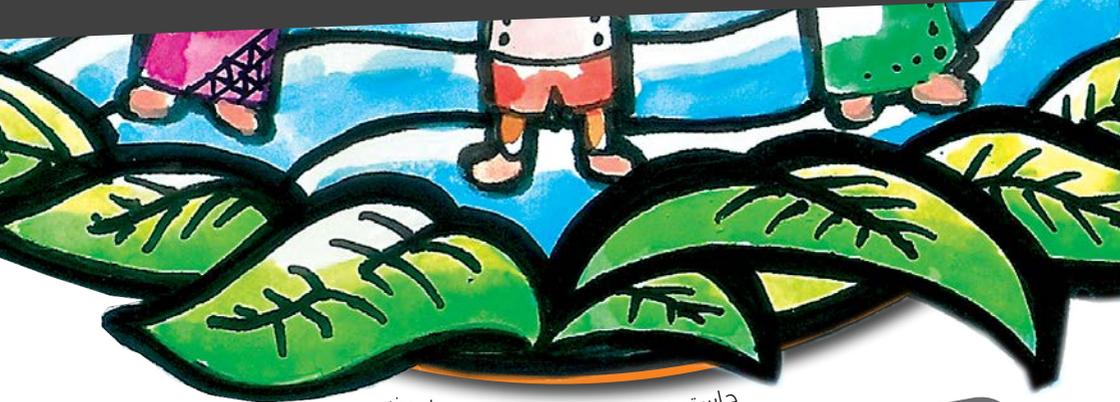
**مستدام المصدر:** يشير إلى المنتجات التي يتم إنتاجها مع أخذ الآثار البيئية والاجتماعية في الاعتبار. يعتبر الغذاء مستدام المصدر هو ذلك المزروع أو المنتج باستخدام الطرق التي لا تستغل الحيوانات البرية أو البحرية، أو المزارعين المنتجين للغذاء.

**نقص التغذية:** إذا كان الناس لديهم القليل جدا ليأكلوه لفترات طويلة، ويحصلون على ما يقل عن الحد الأدنى من احتياجاتهم من الطاقة من الأغذية التي يتناولونها، فعندها يعانون من نقص التغذية.

**قلة التغذية:** إذا لم يكن لدى الناس سوى القليل جدا ليأكلوه لفترات طويلة، أو إذا كان الطعام الذي يتناولونه يحتوي على عدد قليل جدا من **المغذيات** (مثل البروتينات والفيتامينات والمعادن) فسوف يعانون من قلة التغذية، وهو ما يعني أن أجسامهم أقل صحة وحيوية مما ينبغي أن تكون عليه.

**فقراء الحضر:** الفقراء الذين يعيشون في المدن أو العشوائيات (مستوطنات بها مساكن رديئة أو مؤقتة **وصرف صحي** سيئ، الخ).

**الحلقة المفرغة:** سلسلة سلبية مستديمة من الأحداث يؤدي فيها حل ما (وخاصة حل لا يعالج السبب الجذري) إلى مشكلة أخرى، يؤدي حلها بدوره إلى المشكلة الأولى بشكل أكثر شدة.



جاستين بول تولينتينو، ۱۶ عاما، الفلبين

# شكر وتقدير

كل الشكر والامتنان لكل من ساهم في جعل شارة التحدي الخاصة بالقضاء على الجوع حقيقة واقعة، والتقدير على وجه الخصوص للمنظمات المختلفة، ولكافة المرشدين والكشافة والمجموعات المدرسية والأفراد المتحمسين في مختلف البلدان الذين قادوا عمليات الاختبارات والمراجعة للمسودات الأولية من الشارة. كما نتوجه بشكر خاص إلى " أليسيا بيجي " لإعداد المسودة الأولية للنص، وكذا " ألشيا جوردي " و " ايزابيل سلومان " عن مراجعة الكتيب ووضع اللمسات الأخيرة عليه.

ونتوجه بالشكر أيضا إلى " كيارا كيرولي " و " شارونلي خوان " و " فيفيانا ديباري " و " إميلي دونيجان " و " خوان كارلوس " و " غارسيا كيبولا " و " علي غولدشتاين " و " رينيه ماكخوفين " و " كونستانس ميلر " و " ريوين سيسا " و " إميلي رودريجز " و " ماوريسيو روزاليس " و " هاربيت ثيو " و " ستيف تارافيللا " لما قدموه من مدخلات ومساهمات في النص.

تم إعداد هذه الوثيقة بتنسيق وإشراف ومراجعة من **روبن سيسا**، منسق الاتحاد العالمي للشباب والأمم المتحدة ومسؤول الاتصال بمنظمة الأغذية والزراعة.

بعض الرسوم التوضيحية في هذا الكتيب مختارة من مجموعة من الرسومات من ضمن أكثر من عشرين ألف رسم وردت من مختلف مسابقات الرسم. انظر موقعنا على الانترنت

[www.yunga-youth.weebly.com](http://www.yunga-youth.weebly.com)

أو سجل من أجل ضمك إلى قائمتنا البريدية المجانية ([email.yunga@fao.org](mailto:email.yunga@fao.org)) لمعرفة المزيد عن المسابقات والأنشطة الحالية



تم إعداد هذه الشارة من خلال الدعم المالي الكريم من الوكالة السويدية للتعاون الإنمائي الدولي (سيدا)

[www.sida.se](http://www.sida.se)



تم إعداد هذه الشارة بالتعاون مع الجهات التالية ورعايتها :

### حركة القضاء على الجوع

هي مبادرة تواصل موجهة للشباب تقودها منظمة الأغذية والزراعة في شراكة مع وكالات الأمم المتحدة الأخرى، وجماعات المجتمع المدني والأفراد المهتمين. تركز حركة القضاء على الجوع على الشباب من ١٤ إلى ٢٥ سنة - لرفع الوعي بقضايا الجوع وتشجيع الشباب بقوة على القيام بمبادرات خاصة للقضاء على الجوع على مدار حياتهم.

[www.endinghunger.org](http://www.endinghunger.org)



### منظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة (FAO)

تعمل منظمة الأغذية والزراعة على محاربة الأسباب الجذرية للجوع. ويتمثل اختصاصها في رفع مستويات التغذية وتحسين الإنتاجية الزراعية المستدامة وتحسين حياة سكان الريف والمساهمة في نمو الاقتصاد العالمي. ولما كانت المنظمة تخدم كل من الدول المتقدمة والنامية على حد سواء، فهي منتدى محايد تجتمع فيه كل الأمم كأطراف متساوية للتفاوض حول الاتفاقيات ومناقشة السياسات.

[www.fao.org/climatechange/youth/en](http://www.fao.org/climatechange/youth/en)



### الرابطة العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة (WAGGGS)

هي حركة عالمية تقدم تعليماً غير رسمي بحيث تطور الفتيات والشابات مهارات القيادة والمهارات الحياتية من خلال التنمية الذاتية وروح التحدي، والمغامرة، وتتعلم مرشدات وفتيات الكشافة من خلال الممارسة. وتجمع الرابطة المرشدات وفتيات الكشافة من ١٤٥ بلداً، وبلغت عضويتها ١٠ مليون عضو في جميع أنحاء العالم.

[www.wagggsworld.org](http://www.wagggsworld.org)



### برنامج الأغذية العالمي (WFP)

برنامج الأغذية العالمي هو أكبر وكالة إنسانية تحارب الجوع في جميع أنحاء العالم. ففي حالات الطوارئ، يوصل برنامج الأغذية العالمي الغذاء إلى حيث تمس الحاجة إليه وينقذ حياة ضحايا الحرب والنزاعات الأهلية والكوارث الطبيعية. وبعد انقضاء الحالة الطارئة، فإنه يستخدم الغذاء لمساعدة المجتمعات المحلية على إعادة بناء حياتها المحطمة. يعتبر برنامج الأغذية العالمي جزءاً من منظومة الأمم المتحدة ويتم تمويله من التبرعات. في المتوسط، يهدف البرنامج إلى توصيل المساعدات الغذائية لأكثر من ٩٠ مليون شخص في أكثر من ٧٠ بلداً.



### المنظمة العالمية للحركة الكشفية (WOSM)

هي منظمة مستقلة غير هادفة للربح وغير حزبية، وتخدم الحركة الكشفية. الغرض منها هو تعزيز الوحدة وفهم غرض ومبادئ الكشافة مع تيسير التوسع والتطوير.



WE ARE MANY. WE ARE YUNGA!



الاتحاد العالمي للشباب والأمم المتحدة (YUNGA) هو شراكة بين وكالات الأمم المتحدة ومنظمات المجتمع المدني والكيانات الأخرى لإعداد مبادرات وموارد وفرص للأطفال والشباب من أجل التعلم، والمشاركة، وإحداث فرق.

يعمل الاتحاد بمثابة بوابة تسمح للأطفال والشباب بالمشاركة في الأنشطة والمبادرات التي تقوم بها الأمم المتحدة.

© FAO 2013  
التصميم والغلاف: بيتر باتوليتشي، المساعدة: اليزابيتا كريمونا  
([studio@bartoleschi.com](mailto:studio@bartoleschi.com))



الهدف من **شارات التحدي الخاصة بالأمم المتحدة** هو رفع الوعي وتعليم وتحفيز الشباب لتغيير سلوكهم وأن يصبحوا وكلاء التغيير في مجتمعاتهم المحلية. وشارات التحدي ملائمة للاستخدام في الفصول المدرسية ومجموعات الشباب وهي مُعتمَدة من الرابطة العالمية للمرشدات وفتيات الكشافة والمنظمة العالمية للحركة الكشفية. وتتضمن شارات التحدي مجموعة واسعة من الأنشطة والأفكار التي يُمكن للمدرسين وقادة المجموعات تعديلها بسهولة. وهناك شارات أخرى متاحة أو جاري إعدادها في عدد من الموضوعات التي تشمل: الزراعة والتنوع البيولوجي وتغير المناخ والطاقة والغابات والحوكمة والتغذية والمحيط والتربة والماء.

تم تصميم **شارة التحدي الخاصة بالقضاء على الجوع** للمساعدة في تثقيف الأطفال والشباب حول آثار الجوع في العالم وكيف يمكننا القضاء عليه. هذه المواد مناسبة للاستخدام في الفصول المدرسية أو المجموعات الإرشادية أو الكشفية أو اجتماعات الشباب عموماً. ويتضمن مجموعة واسعة من الأنشطة والأفكار لتحفيز التعلم عن قضايا الجوع والتغذية، مع تحفيز الأطفال والشباب على المشاركة في محاربة الجوع في جميع أنحاء العالم.

**لمزيد من المعلومات بشأن هذه المواد وغيرها، يُرجى الاتصال بـ :**

YOUTH AND UNITED  
NATIONS GLOBAL  
ALLIANCE (YUNGA)



[yunga@fao.org](mailto:yunga@fao.org)



FOOD AND AGRICULTURE  
ORGANIZATION OF THE  
UNITED NATIONS (FAO)

[www.yunga-un.org](http://www.yunga-un.org)



VIALE DELLE TERME  
DI CARACALLA,  
00153, ROME, ITALY

[www.facebook.com/yunga](https://www.facebook.com/yunga)



[www.twitter.com/un\\_yunga](https://www.twitter.com/un_yunga)



تم النشر بالتنسيق مع :

