DELICIOUS

نشأة صحية وسعيدة

حمية البحر الأبيض المتوسط

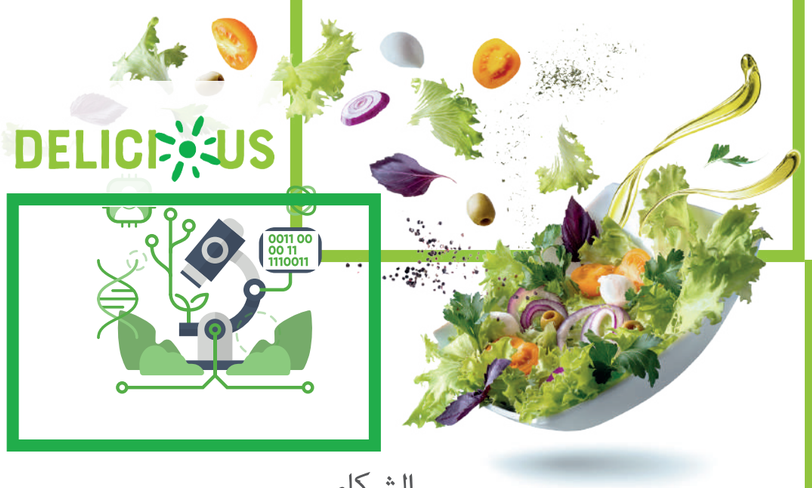


فهم الخيارات الغذائية للمستهلكين والترويج للأنظمة الغذائية وأنماط الحياة الصحية

والمستدامة في منطقة البحر الأبيض المتوسط لدى الأطفال من خلال إجراءات تغيير السلوك.

هذا المشروع PRIMA جزء من برنامج الذي يدعمه الاتحاد الأوروبي بموجب المنحة اتفاقية رقم 2131

PRIMA
IN THE MEDITERRANEAN AREA



الشركاء

aiju TECHNOLOGICAL INSTITUTE FOR CHILDREN'S PRODUCTS & LEISURE

ASSIUT UNIVERSITY

inn bcc innovation basque culinary center

contactica innovation

GRUPO EDELVIVES

LCIbérica

maristas

maristi

maristes

Università di Catania

تواصل معنا لمزيد من المعلومات: juancho.pons@edelvives.es

DELICIOUS

PRIMA
IN THE MEDITERRANEAN AREA

نتائج المشروع

01 02 03 04 05 06

01. تحديد العوامل المؤثرة في انخفاض الالتزام بحمية البحر الأبيض المتوسط وتأهيلها وقياسها كمياً.

02. تقييم استدامة أنواع حمية البحر الأبيض المتوسط المختلفة وصفاتها.

03. تصميم برامج نشاط بدني متوافق مع الثقافة السائدة في المدارس للوقاية من السمنة والحد منها.

04. تطوير صحة المنتجات الغذائية الجديدة وإنتاجها والتحقق منها وإعادة صياغة وصفات حمية البحر الأبيض المتوسط.

05. تطوير منصة رقمية توفر خطط حمية البحر الأبيض المتوسط الغذائية الأسبوعية.

06. تنفيذ إجراءات تعليمية في المدارس لتعزيز التحولات الغذائية.

www.deliciousproject.eu

Horizon 2020 European Union Funding for Research & Innovation

DELICIOUS

التحديات

سوءالتغذية.

تم تصنيف نصف السكان في الاتحاد الأوروبي، 51.8% من البالغين في الاتحاد الأوروبي على أنهم يعانون من زيادة الوزن في عام 2017، حيث تم تصنيف حوالي 14.9% من البالغين على أنهم يعانون من السمنة، وفقًا للمفوضية الأوروبية.

ويعد التحضر، وسرعة وتيرة الحياة، والنظام الغذائي الغربي، الغني بالأغذية فائقة المعالجة وفقير بالفواكه الطازجة، من بين العوامل الدافعة لاستهلاك أغذية أقل جودة تفتقر إلى المغذيات الدقيقة ومحتوى غير متوازن من العناصر الغذائية الكبرى. وكثيرا ما يؤدي ارتفاع بدانة الأطفال في منطقة البحر الأبيض المتوسط إلى مزيد من الأمراض غير المعدية خلال مرحلة البلوغ.

ضغط النظام الغذائي على البيئة

وتساهم النظم الغذائية الحالية بنسبة 20-35% من انبعاثات غازات الاحتباس الحراري العالمية. ويغطي الإنتاج الزراعي في منطقة البحر الأبيض المتوسط ما يقرب من 40% من الأراضي الصالحة للزراعة، وهي واحدة من أكثر المناطق عرضة للتغير المناخي. وبالتالي، فإن التكيف من خلال نظم غذائية أكثر مرونة إلزامية. ويترتب على الضغط البيئي الشديد للنظم الغذائية عواقب مدمرة على تغير المناخ والتنوع البيولوجي.

دائرة العائلة

الآباء/المعلمون

المعلمون

الأطفال والمراهقون من سن 6-12 سنة و13-17 سنة

سردمدلا ES PT EG LB IT

ةسردمدلا فصقم

يسردمدلا ماعطلا تامدخ

المنتجون

المزارعين ومنتجات حمية البحر الأبيض المتوسط

أصحاب المصلحة

إجراءات DELICIOUS

النهج التعليمي المتكامل

التعليم النظامي

- المواد الدراسية (الكتب المدرسية)
- دمج حمية البحر الأبيض المتوسط في الفصل.

التعليم غير الرسمي

- الألعاب | نهج الألعاب (التقنية | نهج غير تقني ينطوي على نشاط بدني)
برنامج النشاط البدني الإضافي.
- زيارات حقول المزارعين | تكامل الزراعة، في الفصول وفهم سلسلة القيمة الغذائية الزراعية | الحدائق المدرسية |

- التكيف الثقافي الخاص بكل بلد على حدة
- تكييف السياسات المدرسية المحلية

- الدورات التدريبية | ورش عمل حول الاستدامة والتغذية التي تركز على نمط حياة حمية البحر الأبيض المتوسط | كتاب الوصفات | المواد التحريرية
- أيام مخصصة لتذوق الطعام في مقصف المدرسة | مسابقة طعام حمية البحر الأبيض المتوسط
- المشاركة في ابتكار منتجات جديدة قائمة على حمية البحر الأبيض المتوسط (علم المواطن).

ميد دي بي
الملف الغذائي لوصفات حمية البحر الأبيض المتوسط.

مجموعة مختارة من 100 وصفة لحمية البحر الأبيض

من أطباق حمية البحر LCSA الأبيض المتوسط
الجوانب البيئية والاقتصادية والاجتماعية.

إعادة صياغة وصفات حمية البحر الأبيض المتوسط
لزيادة الاستدامة والقبول لدى الأطفال.

تطوير المنتجات الجديدة
وجبات خفيفة وصحية من حمية البحر الأبيض المتوسط بمكونات محلية ومستدامة.

خطة حمية البحر الأبيض المتوسط الأسبوعية
وجبات غذائية مستدامة، تغطي احتياجات الأطفال وتفضيلاتهم.

مراقبة مدى الالتزام بحمية البحر الأبيض المتوسط

التدخل في المدارس

فهم عوامل عدم الالتزام بحمية البحر الأبيض المتوسط لدى الأطفال والمراهقين وكيفية تأثيرها على السمنة لدى الأطفال.

DELICIOUS

PRIMA
PARTNERSHIP FOR RESEARCH AND INNOVATION IN THE MEDITERRANEAN AREA

المفهوم

مكافحة السمنة لدى الأطفال والمراهقين من خلال اتباع حمية البحر الأبيض المتوسط بشكل صحي ومستدام وممارسة الرياضة، والمواد التعليمية والألعاب.

من خلال إعادة صياغة وصفات البحر الأبيض المتوسط التقليدية، يهدف إلى جعلها أكثر جاذبية للجمهور الأصغر سناً وتحقيق المزيد من **DELICIOUS** الالتزام بحمية البحر الأبيض المتوسط. يريد المشروع أن يتبنى الأطفال والمراهقون عادات صحية موجودة عادةً في ثقافة البحر الأبيض المتوسط.

على تعزيز نمط حمية البحر المتوسط (النظام الغذائي **DELICIOUS** سيعمل مشروع والنشاط البدني والتراث الاجتماعي والثقافي) في مجتمعات البحر الأبيض المتوسط، حيث سيجمع بين الجوانب التكنولوجية والتعليمية لتمكين المستهلكين من اتخاذ خيارات غذائية أكثر استدامة وصحة.



BMI

www.deliciousproject.eu