



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ  
ΓΕΝΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ & ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΖΩΗΣ  
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ  
ΤΜΗΜΑ ΜΗ ΜΕΤΑΔΟΤΙΚΩΝ ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ  
ΤΜΗΜΑ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗΣ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ  
Ταχ. Δ/ση: Αριστοτέλους 19  
Ταχ. Κώδικας: 104 33  
Πληροφορίες: Ε. Σωτηρίου, Ι. Κοντελέ, Ντίνη  
Τηλέφωνο: 2132161161, 1514, 1350

ΑΝΑΡΤΗΤΕΟ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

Αθήνα, 19 / 10 / 2023  
Αρ. Πρωτ. Δ1β/ Οικ. 54829

ΠΡΟΣ:  
ΠΙΝΑΚΑΣ ΑΠΟΔΕΚΤΩΝ

### ΕΓΚΥΚΛΙΟΣ

**ΘΕΜΑ: Παγκόσμια Ημέρα Επισιτισμού - Διατροφής 2023, «Το νερό είναι ζωή, το νερό είναι τροφή. Να μην μένει ΚΑΝΕΝΑΣ πίσω»**

Το Υπουργείο Υγείας έχει ως αρμοδιότητα το σχεδιασμό εθνικής διατροφικής πολιτικής μέσω της διαμόρφωσης αρχών, κανόνων και προτύπων υγιεινής διατροφής του πληθυσμού με σκοπό την προστασία και προαγωγή της υγείας σε εθνικό επίπεδο, καθώς και την πρόληψη της παχυσαρκίας, της δυσθρεψίας και των μη μεταδοτικών νοσημάτων. Στο πλαίσιο των αρμοδιοτήτων της Υπηρεσίας μας, αναφορικά με την Παγκόσμια Ημέρα Διατροφής-Επισιτισμού (World Food Day) του έτους 2023, σας ενημερώνουμε για τα κάτωθι :

Με την καθιέρωση της Παγκόσμιας Ημέρας Διατροφής και Επισιτισμού (World Food Day), η οποία εορτάζεται κάθε χρόνο στις 16 Οκτωβρίου, ο Οργανισμός Τροφίμων και Γεωργίας (Food and Agriculture Organization – FAO) του ΟΗΕ τιμά την ίδρυσή του, που έλαβε χώρα το 1945. Μέσω των πολυάριθμων εκδηλώσεων και δραστηριοτήτων που διοργανώνονται με αφορμή την ημέρα αυτή, ο FAO στοχεύει στην παγκόσμια ευαισθητοποίηση διαδίδοντας, κάθε χρόνο, ένα διαφορετικό μήνυμα.

Το μήνυμα της Παγκόσμιας Ημέρας Επισιτισμού-Διατροφής για το 2023, είναι:

**Το νερό είναι ζωή, το νερό είναι τροφή.**

**«Να μην μένει ΚΑΝΕΝΑΣ πίσω»**

Βάσει του φετινού μηνύματος, ο FAO προτρέπει σε **μια συλλογική ανάληψη δράσης για το νερό, για το μέλλον των τροφίμων, των ανθρώπων και του πλανήτη**, προκειμένου να διασφαλιστεί ότι δεν θα μείνει κανείς πίσω.

## Η ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ Η ΣΧΕΣΗ ΤΗΣ ΜΕ ΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΤΑ ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ ΤΡΟΦΙΜΩΝ

Η υγεία, σύμφωνα με τον ΠΟΥ, ορίζεται ως μια κατάσταση πλήρους σωματικής, ψυχικής και κοινωνικής ευεξίας και όχι απλώς η απουσία νόσου. Η διασφάλισή της, προϋποθέτει μια ισορροπημένη διατροφή με επίτευξη ενεργειακού ισοζυγίου, και παράλληλα επαρκή πρόσληψη όλων των απαραίτητων θρεπτικών συστατικών προερχόμενων από όλες τις ομάδες τροφίμων, ωθώντας τον πληθυσμό στην κατανάλωση ποικιλίας τροφών<sup>1</sup>. Τα τρόφιμα που καταναλώνονται και ο τρόπος με τον οποίο παράγονται καθορίζουν τόσο την υγεία των ανθρώπων όσο και του πλανήτη. Για τον λόγο αυτό, ο ΟΗΕ στο πλαίσιο των 17 Στόχων Βιώσιμης Ανάπτυξης<sup>2</sup> (UN Sustainable Development Goals) που έχει θεσπίσει, περιλαμβάνει και :

- τον Στόχο 2 «Μηδενική Πείνα», σύμφωνα με τον οποίο, έως το 2030, θα πρέπει να έχουν τερματιστεί όλες οι μορφές κακής διατροφής και να αντιμετωπίζονται οι διατροφικές ανάγκες ιδιαίτερα των μικρών παιδιών, των έφηβων κοριτσιών, των εγκύων, των γυναικών που θηλάζουν και των ηλικιωμένων ατόμων.
- Τον Στόχο 3 «Καλή Υγεία και Ευημερία», σύμφωνα με τον οποίο, έως το 2030, θα πρέπει να μειωθεί κατά το 1/3 η πρόωγη θνησιμότητα από μη μεταδοτικές ασθένειες μέσω της πρόληψης και της θεραπείας.
- Τον στόχο 15 «Ζωή στη Στεριά», σύμφωνα με τον οποίο θα πρέπει να προστατεύεται, να αποκαθίσταται και να προωθείται η αειφόρος χρήση των χερσαίων οικοσυστημάτων, η βιώσιμη διαχείριση των δασών, η καταπολέμηση της ερημοποίησης, η αντιστροφή υποβάθμισης της γης και η αναστολή απώλειας της βιοποικιλότητας.

Τα συστήματα τροφίμων συνδέονται άμεσα με τους προαναφερθέντες στόχους, καθώς η διατροφή αποτελεί σημαντικό παράγοντα για την προστασία της υγείας του ανθρώπου και της περιβαλλοντικής βιωσιμότητας<sup>3</sup>. Μια θρεπτική διατροφή που βασίζεται κυρίως σε φυτικές και λιγότερο σε ζωικές τροφές και περιλαμβάνει κυρίως ακόρεστα λιπαρά και περιορισμένες ποσότητες επεξεργασμένων τροφίμων και πρόσθετων σακχάρων, παρέχει οφέλη τόσο στην υγεία όσο και στο περιβάλλον. Η ανάγκη για ποικιλία θρεπτικών και ταυτόχρονα ποιοτικών τροφών επηρεάζει με τον τρόπο της την παραγωγή, μέσω της αύξησης ή μείωσης της ζήτησης των προϊόντων βάσει των αναγκών του πληθυσμού. Η εστίαση στην αύξηση των καλλιεργειών και των αποδόσεών τους και η αναβάθμιση των πρακτικών παραγωγής που έλαβαν χώρα τα προηγούμενα έτη, συνέβαλαν στη μείωση της πείνας, στη βελτίωση του προσδόκιμου

<sup>1</sup> Willet et al., 2019, Food in the Anthropocene: the EAT-Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems, The Lancet Comissions, Vol 393, p447-492

<sup>2</sup> UN Sustainable Development Goals, 2015

<sup>3</sup> The EAT-Lancet Commission, 2019. Summary report. Healthy Diets From Sustainable Food Systems. Food Planet Health

ζωής, στη μείωση των ποσοστών θνησιμότητας βρεφών και παιδιών και στον περιορισμό της παγκόσμιας φτώχειας<sup>1</sup>. Ωστόσο, δεδομένου ότι οι παραγόμενες ποσότητες τροφής επαρκούν για να καλύψουν ολόκληρο τον πλανήτη, η επίτευξη του τερματισμού της πείνας δεν αφορά αποκλειστικά στην εξασφάλιση προμήθειας τροφής, αλλά στην πρόσβαση και διαθεσιμότητα θρεπτικών τροφών<sup>4</sup>.

Παρά τις όποιες προσπάθειες έχουν καταβληθεί προς βελτίωση των αγροδιατροφικών συστημάτων, τα τρόφιμα επί του παρόντος, μπορούν να αποτελούν απειλή τόσο για τους ανθρώπους, όσο και για τον πλανήτη<sup>3</sup>. Η παγκόσμια μετατόπιση προς πιο ανθυγιεινές επιλογές, με δίαιτες υψηλής περιεκτικότητας σε θερμίδες και επεξεργασμένες τροφές, με χαμηλή πρόσληψη προϊόντων ολικής άλεσης, φρούτων και λαχανικών και η υψηλή κατανάλωση αλατιού, συνδέεται με την εμφάνιση πλήθους χρόνιων νοσημάτων. Συγκεκριμένα και σε ότι αφορά στην χώρα μας, σύμφωνα με την έκθεση της Ευρωπαϊκής Επιτροπής και του ΟΟΣΑ<sup>5</sup>, η κακή διατροφή και η χαμηλή σωματική δραστηριότητα ευθύνονται για το 22% περίπου των θανάτων. Η επιβάρυνση που προκαλούν τα μη μεταδοτικά νοσήματα προβλέπεται να επιδεινωθεί παγκοσμίως. Ταυτόχρονα οι επιπτώσεις που επιφέρει η παραγωγή τροφίμων στην εκπομπή αερίων του θερμοκηπίου, στη ρύπανση λόγω παραγωγής αζώτου και φωσφόρου, στην απώλεια της βιοποικιλότητας και στη χρήση των υδάτινων πόρων και του εδάφους, θα μειώσουν περαιτέρω την σταθερότητα του οικοσυστήματος<sup>1</sup>. Είναι κατανοητό λοιπόν, πως θα πρέπει να γίνουν σημαντικές αλλαγές σε παγκόσμιο επίπεδο, προκειμένου να αποφευχθεί η μείωση του προσδόκιμου ζωής και η συνεχιζόμενη περιβαλλοντική υποβάθμιση.

Είναι γεγονός πως τα τελευταία χρόνια η Ευρωπαϊκή Ένωση ενεργεί προς μια πιο ολοκληρωμένη προσέγγιση στη λήψη αποφάσεων στον τομέα των συστημάτων τροφίμων και της διατροφής. Βασικός στόχος είναι ο επανασχεδιασμός τους ώστε να φτάνει στους πολίτες ποικιλία θρεπτικών τροφίμων σε προσιτές τιμές, με χρήση μεθόδων παραγωγής οι οποίες είναι φιλικές προς το περιβάλλον, που προστατεύουν την βιοποικιλότητα, τα αποθέματα νερού, αέρα και εδάφους και περιορίζουν στο ελάχιστο τους κινδύνους για την υγεία, τη σπατάλη τροφίμων, την παραγωγή αερίων στο περιβάλλον αλλά ταυτόχρονα προστατεύουν και την ευημερία των ζώων. Για να επιτευχθούν τα παραπάνω, απαιτείται επαναπροσανατολισμός ολόκληρου του συστήματος προς μια προοπτική όπου οι στόχοι της υγείας, του περιβάλλοντος και της οικονομίας θα συνδέονται. Σε αντίθετη περίπτωση, **η απουσία δράσεων ενέχει τον κίνδυνο της μη επίτευξης των Στόχων Βιώσιμης Ανάπτυξης (ΣΒΑ)** του ΟΗΕ, με αποτέλεσμα τα σημερινά παιδιά να κληρονομήσουν έναν σοβαρά υποβαθμισμένο πλανήτη, μέρος του πληθυσμού του οποίου θα υποφέρει όλο και περισσότερο από υποσιτισμό και νόσους που θα μπορούσαν να έχουν προληφθεί.

<sup>4</sup> Food and Agriculture Organization of the United Nations, World Food Day 2022, Get involved

<sup>5</sup> ΕΕ και ΟΟΣΑ. Η κατάσταση της υγείας στην ΕΕ. ΕΛΛΑΔΑ. Προφίλ Υγείας 2019

## Η ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΣΗΜΕΡΑ

Όπως επισημαίνει ο FAO, το νερό είναι απαραίτητο για τη ζωή στη Γη. Αποτελεί πάνω από το 50% του σώματός μας και καλύπτει περίπου το 71% της επιφάνειας της Γης. Επιπλέον, το νερό είναι κινητήρια δύναμη για τους ανθρώπους, τις οικονομίες και τη φύση και παράλληλα αποτελεί το θεμέλιο της τροφής μας. Παρόλα αυτά, μόνο το 2,5% του νερού του πλανήτη είναι φρέσκο και κατάλληλο για πόση ή χρήση στη γεωργία και σε πολλές περιπτώσεις στη βιομηχανία. Πιο συγκεκριμένα, για τους σκοπούς της γεωργίας απαιτείται το 72% των παγκόσμιων απολήψεων γλυκού νερού, αλλά όπως όλοι οι φυσικοί πόροι, το γλυκό νερό δεν είναι ανεξάντλητο. Φαίνεται πως η ταχεία αύξηση του πληθυσμού, η αστικοποίηση, η οικονομική ανάπτυξη και η κλιματική αλλαγή θέτουν τους υδάτινους πόρους του πλανήτη υπό αυξανόμενη πίεση διακινδυνεύοντας να οδηγήσουν σε ένα σημείο χωρίς επιστροφή<sup>6</sup>.

Χαρακτηριστικά, ο FAO αναφέρει:

- Το 95% των παραγόμενων τροφίμων προέρχεται από το έδαφος και σημειώνεται πως όλα ξεκινούν με χώμα και νερό.
- Η παγκόσμια ζήτηση νερού για τη γεωργία αναμένεται να αυξηθεί κατά 35% έως το 2050.
- Οι πόροι του γλυκού νερού που αντιστοιχούν ανά άτομο έχουν μειωθεί κατά 20% τις τελευταίες δεκαετίες, ενώ η διαθεσιμότητα και η ποιότητα του νερού επιδεινώνονται γρήγορα λόγω της κακής χρήσης και διαχείρισης για δεκαετίες, της υπερβολικής εξόρυξης υπόγειων υδάτων, της ρύπανσης και της κλιματικής αλλαγής.
- 2,4 δισεκατομμύρια άνθρωποι ζουν σε χώρες που πλήττονται από την έλλειψη του νερού. Περίπου το 10% του παγκόσμιου πληθυσμού ζει σε χώρες όπου ο ανταγωνισμός για αυτόν τον ανεκτίμητο πόρο αυξάνεται και η λειψυδρία αποτελεί μια διαρκώς αυξανόμενη αιτία συγκρούσεων.
- Περίπου 600 εκατομμύρια άνθρωποι που εξαρτώνται, εν μέρει τουλάχιστον, από τα υδάτινα συστήματα διατροφής για τη ζωή τους, υφίστανται τις επιπτώσεις της ρύπανσης, της υποβάθμισης των οικοσυστημάτων, των μη βιώσιμων πρακτικών και της κλιματικής αλλαγής.
- Οι υγρότοποι (τα οικοσυστήματα με τη μεγαλύτερη βιοποικιλότητα) εξαφανίζονται τρεις φορές γρηγορότερα από τα δάση. Περίπου το 85% υγροτόπων έχουν χαθεί τα τελευταία 300 χρόνια.
- Οι καταστροφές που σχετίζονται με πλημμύρες και έλαβαν χώρα από το 2000 αυξήθηκαν κατά 134%, ενώ παράλληλα ο αριθμός και η διάρκεια των ξηρασιών αυξήθηκε κατά 29%.
- Τα 3/4 περίπου των καταστροφών που έχουν σημειωθεί από το 2001 έως το 2018 σχετίζονται με το νερό. Η οικονομική ζημιά που προκλήθηκε αγγίζει σχεδόν τα 700 δισεκατομμύρια δολάρια.

<sup>6</sup> FAO. 2023. World Food Day: Water is life, water is food - Leave No One Behind: Get involved, 16 October 2023. Rome. <https://doi.org/10.4060/cc7194en>

- Περισσότερο από το 80% των λυμάτων παγκοσμίως απελευθερώνεται στο περιβάλλον χωρίς να υποβληθεί σε οποιοδήποτε είδους επεξεργασία.
- Ο περιορισμός της υπερθέρμανσης του πλανήτη στον 1,5°C έναντι των 2°C, θα ωφελήσει τους υδάτινους πόρους και θα μειώσει την πίεση που προκαλείται από την κλιματική αλλαγή.

## ΟΙ ΣΤΟΧΟΙ ΤΟΥ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΥ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΚΑΙ ΓΕΩΡΓΙΑΣ ΤΟΥ ΟΗΕ

Στο φετινό εορτασμό της Παγκόσμιας Ημέρας Διατροφής - Επισιτισμού, ο FAO επισημαίνει πως έφτασε η ώρα να κοιτάξουμε το μέλλον που πρέπει να χτίσουμε μαζί. Πολίτες, κυβερνήσεις, αγρότες, ιδιωτικές εταιρείες, ακαδημαϊκός κόσμος, κοινωνία των πολιτών και ερευνητικοί οργανισμοί μπορούν να συμβάλουν στον μετασχηματισμό των αγροδιατροφικών συστημάτων.

- Οι κυβερνήσεις πρέπει να αναγνωρίσουν τον κρίσιμο ρόλο του νερού για τη βιώσιμη ανάπτυξη, να εξετάσουν τις αλληλεπικαλυπτόμενες κρίσεις του νερού, της τροφής, της ενέργειας, της βιοποικιλότητας, του κλίματος και της υγείας και να δώσουν προτεραιότητα στην ανάγκη για ολοκληρωμένη διαχείριση και προστασία των πολύτιμων υδάτινων πόρων (υγρότοποι, θάλασσες, λίμνες, υπόγεια αποθέματα)
- Τα ακαδημαϊκά ιδρύματα και οι ερευνητές διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στην ανάληψη δράσης για τα τρόφιμα και το νερό. Η έρευνα οδηγεί στη συλλογή αξιόπιστων δεδομένων τα οποία είναι βασικά για την καλύτερη κατανόηση της αειφόρου χρήσης του νερού και των κινδύνων για τους ανθρώπους, τη γεωργία και το περιβάλλον, αλλά και τη διαρκή παρακολούθηση της προόδου.
- Οι ιδιωτικές επιχειρήσεις πρέπει να γίνουν καλοί διαχειριστές νερού, διασφαλίζοντας ότι η χρήση του είναι κοινωνικά και πολιτιστικά δίκαιη, περιβαλλοντικά βιώσιμη και οικονομικά επωφελής.
- Οι οργανώσεις της κοινωνίας των πολιτών (ΟΚΠ) διαδραματίζουν βασικό ρόλο στην προώθηση νέων νόμων και στη συνεργασία με τις κυβερνήσεις για την εκπλήρωση των δεσμεύσεών τους για αντιμετώπιση των προβλημάτων που σχετίζονται με το νερό, διασφαλίζοντας παράλληλα ότι οι πιο ευάλωτοι δεν θα μείνουν πίσω.
- Οι αγρότες είναι οι φύλακες των φυσικών μας πόρων και πρέπει να τους δοθούν τα κατάλληλα εργαλεία και οι τεχνολογίες που θα βοηθήσουν στη βιώσιμη διαχείριση του νερού για το μέλλον των τροφίμων.
- Οι πολίτες πρέπει να ενεργούν με ενσυναίσθηση. Καθώς η παγκοσμιοποίηση έχει καταστήσει τον κόσμο μας αλληλοεξαρτώμενο, είναι σημαντικό να μην αδιαφορεί κανείς για ότι συμβαίνει σε αυτόν. Είναι σχεδόν βέβαιο πως οι συνέπειες του να "μένει κάποιος πίσω" μπορούν να επηρεάσουν το σύνολο. Θα πρέπει να σταματήσουμε να θεωρούμε το νερό δεδομένο και να βελτιώσουμε τον τρόπο που το χρησιμοποιούμε στην καθημερινή μας ζωή. Τόσο οι τροφές που τρώμε όσο και ο τρόπος που

αυτές παράγονται επηρεάζουν τα αποθέματα και την ποιότητα του νερού. Όλοι μπορούμε να βελτιώσουμε τον τρόπο που το χρησιμοποιούμε στην καθημερινή μας ζωή. Προτεινόμενα πεδία δράσης προς αυτή την κατεύθυνση είναι:

- Ακολουθήστε μια δίαιτα φιλική προς το νερό, επιλέγοντας φρούτα και λαχανικά εποχής για την παραγωγή των οποίων συνήθως απαιτείται μικρότερη κατανάλωση νερού.
- Καταναλώστε περισσότερα φρέσκα τρόφιμα, επειδή απαιτούν λιγότερο νερό για να παραχθούν συγκριτικά με τα εξαιρετικά επεξεργασμένα τρόφιμα και ποτά.
- Επιλέξτε ψάρια που έχουν αλιευθεί ή εκτραφεί με βιώσιμο τρόπο, δεδομένου ότι η διατήρηση της ζωής κάτω από το νερό μπορεί να συντηρηθεί μόνο μέσω υγιών οικοσυστημάτων.
- Μειώστε τα απόβλητα των τροφίμων σας, καθώς το φαγητό που απορρίπτεται συνεπάγεται σπατάλη νερού που απαιτείται από την παραγωγή ως και τη μεταφορά τους από το αγρόκτημα στο τραπέζι.
- Χρησιμοποιήστε το νερό με φειδώ κάνοντας πιο σύντομο ντους, επισκευάζοντας σωληνώσεις με διαρροή, μην αφήνετε τη βρύση να τρέχει, μαζέψτε το νερό της βροχής ή χρησιμοποιήστε το ανάλατο νερό μαγειρέματος για να ποτίσετε τα φυτά σας.
- Μην μολύνετε το νερό πετώντας υπολείμματα τροφίμων, λάδια, φάρμακα και χημικές ουσίες στην αποχέτευση, συμβάλλοντας έτσι στη διατήρηση της υγείας των υδάτινων συστημάτων τροφίμων
- Βοηθήστε στη μείωση του αντίκτυπου της ανθρώπινης δραστηριότητας στο περιβάλλον

Ο FAO υποστηρίζει ότι, όλοι μαζί μπορούμε να οδηγήσουμε στην αλλαγή. Οι επιλογές που κάνουμε σήμερα είναι ζωτικής σημασίας για να αντιμετωπίσουμε τις παγκόσμιες προκλήσεις που αφορούν το νερό. Χρειάζεται να παράγουμε περισσότερα τρόφιμα και άλλα βασικά γεωργικά προϊόντα με λιγότερο νερό, διασφαλίζοντας παράλληλα την ίση κατανομή του και τη διατήρηση των υδάτινων συστημάτων διατροφής, για να μην μείνει κανένας πίσω. Η υιοθέτηση περισσότερο υγιεινών διατροφικών συνηθειών και ενός βιώσιμου τρόπου ζωής, συμβάλουν σημαντικά στην επίτευξη του στόχου του Οργανισμού Ηνωμένων Εθνών για μηδενική πείνα<sup>7</sup>.

#### **ΔΡΑΣΕΙΣ ΤΟΥ ΥΠΟΥΡΓΕΙΟΥ ΥΓΕΙΑΣ**

Αναφορικά με τα ανωτέρω, το Υπουργείο Υγείας μέσω της Δ/σης Δημόσιας Υγείας, τα τελευταία χρόνια έχει προχωρήσει στις παρακάτω σχετικές ενέργειες για την προώθηση της υγιεινής και βιώσιμης διατροφής καθώς και την προστασία της ποιότητας του πόσιμου νερού:

#### **➤ Προώθηση της ισορροπημένης διατροφής στην βρεφική και νηπιακή ηλικία**

<sup>7</sup> Food and Agriculture Organization of the United Nations, World Food Day 2023, Take action.  
<https://www.fao.org/world-food-day/take-action/en>

Προκειμένου να προωθήσει την ισορροπημένη διατροφή των νεογνών και βρεφών, το Υπουργείο Υγείας υποστηρίζει την πρωτοβουλία του ΠΟΥ για τη δημιουργία φιλικών προς τα βρέφη νοσοκομείων και εκδίδει ετησίως εγκύκλιο για την διάδοση του μηνύματος της Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού. Επιπλέον, με την υπ.αριθμ. Δ1β/ΓΠοικ 68210/11-09-2018 εγκύκλιο συνιστά σε όλους τους επαγγελματίες υγείας που καλούνται να συμβουλευθούν τους γονείς και φροντιστές αναφορικά με την εισαγωγή στερεών τροφών στα βρέφη (όπως παιδίατρους, γενικούς γιατρούς, διαιτολόγους, επισκέπτες υγείας κλπ) να χρησιμοποιούν τις «Συστάσεις για την εισαγωγή στερεών τροφών στον 1ο χρόνο της ζωής» (διαθέσιμες σε ηλεκτρονική μορφή στον ιστότοπο του Υπουργείου Υγείας [www.moh.gov.gr](http://www.moh.gov.gr) άξονας «Υγεία» ενότητα «Δημόσια Υγεία» υποενότητα «Μεταδοτικά και Μη Μεταδοτικά Νοσήματα»).

Με την υπ.αρ. πρωτ.[Υ1α/ΓΠοικ76785 \(ΦΕΚ 3758/Β/25-10-2017\)](http://www.moh.gov.gr) Υπουργική Απόφαση καθορίστηκε το διαιτολόγιο που συνιστάται να προσφέρεται σε βρέφη και νήπια στους δημόσιους και ιδιωτικούς βρεφικούς, βρεφονηπιακούς και παιδικούς σταθμούς της χώρας. Το διαιτολόγιο καθορίστηκε σύμφωνα με τις σύγχρονες επιστημονικές παιδιατρικές και διατροφικές απόψεις για την υγιεινή διατροφή των παιδιών καθώς και τις εθνικές διατροφικές συστάσεις, έπειτα από γνωμοδότηση της Εθνικής Επιτροπής Διατροφικής Πολιτικής. Με την έναρξη κάθε σχολικού έτους εκδίδεται σχετική εγκύκλιος ([Δ1β/ ΓΠ οικ. 46606/7-9-2023](http://www.moh.gov.gr)) προς υπενθύμιση των υγειονομικών διατάξεων που βρίσκονται σε ισχύ και παροχή επιπλέον πληροφοριών αναφορικά με την ανωτέρω ΥΑ.

#### ➤ **Πρώθηση της ισορροπημένης διατροφής στην παιδική και εφηβική ηλικία**

Σε συνέχεια των νομοθετικών διατάξεων με τις οποίες καθορίστηκαν τα τρόφιμα τα οποία επιτρέπεται να διατίθενται στα σχολικά κυλικεία ([ΦΕΚ2135/τ.Β/29-8-2013 και ΦΕΚ 2800/τ.Β/4-11-2013](http://www.moh.gov.gr)) εκδόθηκαν [ενημερωτική αφίσα και ενημερωτικό φυλλάδιο](http://www.moh.gov.gr) αναφορικά με το υγιεινό κολατσιό στο σχολείο. Επίσης εκδόθηκαν συστάσεις αναφορικά με την σίτιση μαθητών σε ολόημερα νηπιαγωγεία και δημοτικά, προκειμένου να τηρούνται οι υγειονομικοί κανονισμοί αλλά και να προωθούνται οι ορθές διατροφικές συνήθειες. Παράλληλα, από το 2020 βρίσκεται διαθέσιμο το εγκεκριμένο από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής υλικό για την Διατροφική Αγωγή, που μπορεί να χρησιμοποιηθεί στο πλαίσιο των «Εργαστηρίων Δεξιοτήτων» του Προγράμματος Σπουδών Νηπιαγωγείων, Δημοτικών και Γυμνασίων υπό τη Θεματική Ενότητα Ζω Καλύτερα-Ευ ζην.

Επιπλέον, και σχετικά με την βελτίωση των διατροφικών συνηθειών του ελληνικού πληθυσμού, το Υπουργείο Υγείας με την υπ' αριθμ. Γ1α/ΓΠ οικ. 76309/11-10-2017 (ΑΔΑ: Ψ68Α465ΦΥΟ-Γ7Φ) εγκύκλιό του, έχει εγκρίνει την έκδοση των Εθνικών Διατροφικών Οδηγών για όλες τις ηλικιακές ομάδες ([www.diatrofikoiodigoi.gr](http://www.diatrofikoiodigoi.gr)), ενώ δράσεις προς την κατεύθυνση αυτή συμπεριλαμβάνονται στο [Εθνικό Σχέδιο Δράσης για τη Δημόσια Υγεία 2021-2025](http://www.moh.gov.gr).

➤ **Προστασία της ανθρώπινης υγείας από τις δυσμενείς επιπτώσεις που οφείλονται στη ρύπανση του νερού ανθρώπινης κατανάλωσης**

Η εθνική νομοθεσία (ΚΥΑ Δ1δ/ΓΠοικ. 27829/2023 – ΦΕΚ Β΄3525) είναι πλήρως εναρμονισμένη με τις διατάξεις της Οδηγίας 2020/2184 ΕΕ περί ποιότητας νερού ανθρώπινης κατανάλωσης. Οι υπεύθυνοι φορείς ύδρευσης (Δήμοι, ΔΕΥΑ, ΕΥΔΑΠ, ΕΥΑΘ κλπ) παρακολουθούν τη ποιότητα του νερού ανθρώπινης κατανάλωσης που παρέχουν στους καταναλωτές ως προς συγκεκριμένες μικροβιολογικές και φυσικοχημικές χημικές παραμέτρους και ενημερώνουν τους καταναλωτές για την ποιότητα του παρεχόμενου νερού.

Το Υπουργείο Υγείας έχει εκδώσει σειρά κατευθυντήριων εγκυκλίων με τις οποίες παρέχει οδηγίες για την εφαρμογή της εθνικής νομοθεσίας για την ποιότητα του νερού ανθρώπινης κατανάλωσης από όλους τους υπόχρεους (<https://www.moh.gov.gr/articles/health/dieythynsh-dhmosias-ygieinhs/ygieinh-periballontos/prostasia-roiiothtas-ydatwn/prostasia-neroy-anthrwpinhs-katanalwshs>)

#### **ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΠΛΗΘΥΣΜΟΥ**

Για τους ενδιαφερόμενους φορείς, προτείνονται οι παρακάτω δράσεις με σκοπό τη διάδοση του μηνύματος της Παγκόσμιας Ημέρας Διατροφής-Επισιτισμού του έτους 2023:

- Διοργάνωση εκδηλώσεων για την προώθηση του μηνύματος της Παγκόσμιας Ημέρας Διατροφής-Επισιτισμού.
- Ενημέρωση και ευαισθητοποίηση μαθητών, πολιτών, καταναλωτών μέσω ενημερωτικών ομιλιών που σχετίζονται με τη θεματολογία της Παγκόσμιας Ημέρας Διατροφής-Επισιτισμού.
- Ενημέρωση και ευαισθητοποίηση μαθητών, πολιτών, καταναλωτών, εκπαιδευτικών, και επαγγελματιών στη διάδοση και υιοθέτηση υγιεινών διατροφικών συνηθειών, με στόχο την προαγωγή της υγείας και ευρύτερα της δημόσιας υγείας.
- Επιμόρφωση επαγγελματιών υγείας καθώς και άλλων στελεχών αρμόδιων υπηρεσιών στο δημόσιο και ιδιωτικό τομέα που απασχολούνται σε δομές και υπηρεσίες σχετικές με την ευαισθητοποίηση και ενημέρωση σε θέματα υιοθέτησης υγιεινών διατροφικών συνηθειών.
- Συμμετοχή νέων, παιδιών και εφήβων 5-19 ετών στον διαγωνισμό αφίσας που διοργανώνει ο FAO έως τις 3 Νοεμβρίου 2023.
- Χρήση του Βιβλίου Δραστηριοτήτων Our Actions are Our Future για μαθητές, το οποίο είναι διαθέσιμο στην ιστοσελίδα του FAO.
- Χρήση και επικοινωνία του Βίντεο που έχει δημιουργηθεί από τον FAO για τη Παγκόσμια Ημέρα Διατροφής



- Χρήση και ανάρτηση του ενημερωτικού υλικού του FAO σε ιστοσελίδες φορέων. Ειδικότερα οι φορείς μπορούν να χρησιμοποιήσουν τα εργαλεία επικοινωνίας που προτείνονται από τον Οργανισμό Τροφίμων και Γεωργίας στον επίσημο ιστότοπο της Παγκόσμιας Ημέρας Διατροφής 2023 στο <http://www.fao.org/world-food-day>

Τέλος, παρακαλούμε όπως οι δράσεις που υλοποιούνται να κοινοποιούνται στη Δ/ση Δημόσιας Υγείας και Υγιεινής Περιβάλλοντος ([ddy\\_b@moh.gov.gr](mailto:ddy_b@moh.gov.gr)) και στη Δ/ση Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας ([pfy3@moh.gov.gr](mailto:pfy3@moh.gov.gr)) του Υπουργείου Υγείας.

**Η ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΡΙΑ ΥΠΟΥΡΓΟΣ**

**ΕΙΡΗΝΗ ΑΓΑΠΗΔΑΚΗ**

**ΠΙΝΑΚΑΣ ΑΠΟΔΕΚΤΩΝ (μέσω ηλεκτρονικής αλληλογραφίας)**

1. Προεδρία της Δημοκρατίας, Βας. Γεωργίου Β' 2, 10028 Αθήνα
2. Βουλή των Ελλήνων, Βας. Σοφίας 2-6, 10021 Αθήνα
3. Ακαδημία Αθηνών, Ελ. Βενιζέλου 28, 10679 Αθήνα
4. Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων, Γενική Δ/ση Σπουδών Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης, Α. Παπανδρέου 37, ΤΚ 15180, Μαρούσι
5. Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων, Αχαρνών 2, ΤΚ 10176, Αθήνα
6. Υπουργείο Περιβάλλοντος και Ενέργειας, Λεωφ. Μεσογείων 119, ΤΚ 11526, Αθήνα
7. Υπουργείο Κλιματικής Κρίσης και Πολιτικής Προστασίας, Λεωφ. Κηφισίας 37-39, ΤΚ 15123, Μαρούσι
8. Υπουργείο Εσωτερικών, Δ/ση Οργάνωσης & Λειτουργίας Τοπικής Αυτοδιοίκησης, Σταδίου 27, ΤΚ 10183, ΑΘΗΝΑ
9. Υπουργείο Εργασίας, Δ/ση Προστασίας Παιδιού και Οικογένειας, Σολωμού 60, ΤΚ 10432, ΑΘΗΝΑ
10. Γενική Γραμματεία Αθλητισμού, Α. Παπανδρέου 37, ΤΚ 15180, Μαρούσι
11. Όλες τις Υγειονομικές Περιφέρειες της χώρας  
- Δ/νσεις Δημόσιας Υγείας (με την παράκληση να προωθηθεί στα νοσοκομεία και κέντρα υγείας της εποπτείας σας)
12. Όλες τις Περιφερειακές Ενότητες της χώρας  
- Δ/νσεις Δημόσιας Υγείας
13. Αποκεντρωμένη Διοίκηση Αττικής, Κατεχάκη 56, ΤΚ 115 25, Αθήνα
14. Αποκεντρωμένη Διοίκηση Θεσσαλίας – Στερεάς Ελλάδας, Σωκράτους 111 ΤΚ 41336, Λάρισα
15. Αποκεντρωμένη Διοίκηση Ηπείρου – Δυτικής Μακεδονίας, Β. Ηπείρου 20 ΤΚ 45445, Ιωάννινα
16. Αποκεντρωμένη Διοίκηση Πελοποννήσου – Δυτικής Ελλάδας – Ιονίου, Ν. Εθνική Οδός Πατρών – Αθηνών 158, ΤΚ 26442, Πάτρα
17. Αποκεντρωμένη Διοίκηση Μακεδονίας – Θράκης, Καθ. Ρωσίδα 11, ΤΚ 54008, Θεσσαλονίκη
18. Αποκεντρωμένη Διοίκηση Αιγαίου, Ακτή Μιαούλη 83 & Μπότσαρη 2-8, ΤΚ 18538 Πειραιάς
19. Αποκεντρωμένη Διοίκηση Κρήτης, Πλ. Κουντουριώτη, ΤΚ 71202, Ηράκλειο
20. ΕΟΔΥ, Γραφ. κ. Προέδρου, Αγράφων 3-5, ΤΚ 15123, Μαρούσι
21. Ινστιτούτο Υγείας του Παιδιού, Θηβών 22, ΤΚ 11527, Αθήνα
22. ΕΦΕΤ, Δ/ση Αξιολόγησης Επικινδυνότητας και Διατροφής, Κηφισίας 124 και Ιατρίδου 2, ΤΚ 11526, Αμπελόκηποι
23. Γενικό Χημείο του Κράτους, Δ/ση Αλκοόλης και Τροφίμων, Αν. Τσόχα 16, ΤΚ 11521, Αθήνα
24. Εθνικό Κέντρο Έρευνας και Τεχνολογικής Ανάπτυξης, Θέρμη Θεσσαλονίκης, 6ο χλμ Χαριλάου – Θέρμης, Τ.Θ. 60361, ΤΚ 57001 Θέρμη, Θεσσαλονίκη
25. Γενική Γραμματεία Έρευνας και Τεχνολογίας, Δ/ση Σχεδιασμού και Προγραμματισμού Πολιτικών και Δράσεων Έρευνας και Καινοτομίας, Μεσογείων 14-18, ΤΚ 11527, Αθήνα
26. Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο, Τμήμα Επιστήμης Διαιτολογίας-Διατροφής, Ελ. Βενιζέλου 70, ΤΚ 17676, Καλλιθέα
27. Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Τμήμα Επιστήμης Τροφίμων και Διατροφής του Ανθρώπου, Ιερά Οδός 75, ΤΚ 11855, Αθήνα
28. Πανεπιστήμιο Αιγαίου, Τμήμα Επιστήμης Τροφίμων και Διατροφής, Μητροπολίτη Ιωακείμ 2, ΤΚ 81400, Μύρινα, Λήμνος
29. Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής, Σχολή Δημόσιας Υγείας, Τμήμα Πολιτικών Δημόσιας Υγείας, Λ. Αλεξάνδρας 196, ΤΚ 11521, Αθήνα
30. Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής, Σχολή Επιστημών Τροφίμων, Οδός Αγίου Σπυρίδωνα Αιγάλεω, ΤΚ 12210
31. Διεθνές Πανεπιστήμιο Ελλάδος, Τμήμα Επιστήμης και Τεχνολογίας Τροφίμων, Τμήμα Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας, ΤΚ 57400, Σίνδος, Θεσσαλονίκη
32. Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Επιστήμης Τροφίμων και Διατροφής, Τέρμα Μαυρομιχάλη, ΤΚ 43100, ΤΘ 254, Καρδίτσα
33. Ελληνικό Μεσογειακό Πανεπιστήμιο, Τμήμα Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας, 2ο χλμ. Σητείας-Παλαικάστρου, ΤΚ 72300, Σητεία Λασιθίου

34. Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου, Τμήμα Επιστήμης και Τεχνολογίας Τροφίμων, Αντικάλαμος, ΤΚ 24100, Καλαμάτα
35. Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Ιατρική Σχολή, Τετραπόλεως 18, ΤΚ 11527, Αθήνα
36. Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Ιατρική Σχολή, Πανεπιστημιούπολη, ΤΚ 54124, Θεσσαλονίκη,
37. Πανεπιστήμιο Πατρών, Ιατρική Σχολή, ΤΚ 26500, Πάτρα
38. Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων, Ιατρική Σχολή, Πανεπιστημιούπολη, ΤΚ 45110, Ιωάννινα
39. Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Ιατρική Σχολή, 6ο χλμ. Αλεξανδρούπολης-Μάκρης, ΤΚ 68100, Αλεξανδρούπολη
40. Πανεπιστήμιο Κρήτης, Ιατρική Σχολή, ΤΘ 2208, ΤΚ 71003, Περιοχή Βουτών, Ηράκλειο Κρήτης
41. Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Ιατρική Σχολή, Πανεπιστημίου 3, Βιόπολις, ΤΚ 41500, Λάρισα
42. Πανελλήνιος Σύλλογος Διαιτολόγων – Διατροφολόγων, Πανόρμου 23, ΤΚ 11522 Αθήνα
43. Ένωση Διαιτολόγων-Διατροφολόγων Ελλάδος, Αριστοτέλους 14, Θεσσαλονίκη, ΤΚ 54623, Ελλάδα
44. Πανελλήνιος Ιατρικός Σύλλογος, Πλουτάρχου 3 και Υψηλάντους, ΤΚ 19675, Αθήνα
45. Πανελλήνια Ένωση Ιατρών Δημόσιας Υγείας ΕΣΥ, Λ.Αλεξάνδρας 215, ΤΚ 11523, Αθήνα
46. Πανελλήνιος Σύλλογος Επισκεπτών Υγείας, Παπαρρηγοπούλου 15, ΤΚ 10561, Αθήνα
47. Πανελλήνια Ένωση Τεχνολόγων Τροφίμων, Βερανζέρου 15 & Πατησίων, ΤΚ 10677, Αθήνα
48. Ελληνικό Διαδημοτικό Δίκτυο Υγιών Πόλεων Προαγωγής Υγείας, Πλατεία Εργατικών Κατοικιών, ΤΚ 15124, Μαρούσι
49. Σύνδεσμος Ελληνικών Βιομηχανιών Τροφίμων (ΣΕΒΤ), Λεωφ. Κηφισίας 340, ΤΚ 15451, Νέο Ψυχικό

#### **ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΔΙΑΝΟΜΗ**

1. Γρ. Υπουργού
2. Γρ. Αναπληρώτριας Υπουργού
3. Γρ. Γεν. Γραμματέως Δημόσιας Υγείας
4. Γραφείο Τύπου
5. Γρ. Γεν. Δ/τριας Δημόσιας Υγείας και Ποιότητας Ζωής
6. Δ/νση Δημόσιας Υγείας και Υγιεινής Περιβάλλοντος - Τμήμα Β
7. Δ/νση Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας – Τμήμα Γ