

Cos'è la fame e come rimediarvi

Dei recenti studi ci dicono che ogni giorno una persona dovrebbe assumere circa 2100 Kcal per condurre una vita degna di questo nome. Quando l'assunzione calorica scende al di sotto di tale soglia si parla di fame. Quando Chiara Lubich ha iniziato il movimento dei Focolari, per sensibilizzare le persone ha detto: "Ci siamo messi ad amare, perché lo diceva il Vangelo, amare è la parola di tutta la religione cristiana, amare è tutto". Come ha dimostrato nella storia, Chiara ha sempre dato il suo contributo per aiutare gli altri; ora vi elencheremo cinque modi che l'ONU ci ha fornito con cui potete aiutare gli altri anche voi;

- Riduci lo spreco di cibo in casa
- Compra prodotti di stagione da produttori locali
- Dona ciò che non usi alle associazioni di beneficenza
- Sostieni il mercato equo e solidale
- Supporta le associazioni che sostengono i paesi in via di sviluppo.

L'idea di Chiara Lubich era un sistema economico fondato sulla Cultura del Dare. Possiamo utilizzarla anche oggi come lei avrebbe voluto, in quale modo? Questa idea è stata fondata da quando Chiara ha iniziato a praticare la propria religione ma questo non importa, l'importante per lei era essere generosa, gentile e voleva aiutare gli altri, anche noi possiamo aiutare gli altri come...

L'ONU ha dato il suo contributo a risolvere questa problematica creando degli obiettivi da raggiungere entro il 2030 chiamati "**Gli obiettivi dell'Agenda 2030**" che adesso vi elencheremo:

- **Obiettivo 2:** eliminare la fame e assicurare a tutte le persone l'accesso a un'alimentazione sicura, nutriente e sufficiente per tutto l'anno e promuovere l'agricoltura sostenibile.

Ci sono anche problemi legati alla mancanza di acqua, infatti l'ONU ha aggiunto un medesimo obiettivo per risolvere questa problematica creando:

- **Obiettivo 6:** consentire l'accesso universale ed equo all'acqua potabile, sicura e alla portata di tutti e ai servizi igienici.
- **Obiettivo 12:** Promuovere l'attuazione del programma decennale dell'ONU per un modello di consumo e di produzione sostenibile, infatti, l'obiettivo è quello di adottare un approccio rispettoso dell'ambiente ai prodotti chimici e ai rifiuti. In un anno la popolazione Italiana, non rendendosi conto, butta via nel cestino 36 kg di cibo. Il cibo, prima di finire nei nostri frigoriferi, l'ambiente "paga" 24,5 tonnellate di CO₂. Per risolvere questo problema di spreco di cibo sono state create alcune app e la più famosa è "Too Good To Go". Permette ai commercianti e ristoratori di confezionare il cibo non venduto a fine giornata. Invece chi deve fare la spesa può utilizzare "Myfoody", un app che ti permette di trovare le migliori offerte nei supermercati.

Perché c'è la fame?

Essendo la tematica principale dobbiamo capire anche le cause della fame, ecco le cause:

- La trappola della povertà
- le guerre e conflitti
- la instabilità dei mercati
- lo spreco del cibo

A questo da poco si aggiunge la pandemia da COVID-19, recentemente diffusa nel mondo in questi ultimi due anni.

In conclusione abbiamo capito cos'è e come contrastare la fame nel mondo, l'ONU e persone tipo Chiara Lubich hanno capito come eliminare la fame per sempre, però servirà anche l'aiuto di tutti noi.