

# شهروندی برای دنیای غذا

در روز جهانی غذا از اصطلاح «شهروند غذایی» گفتیم، کسانی که حساسیت زیادی روی این که چه چیزی چهلز مانی و چگونه غذا بخوریم، دارند



مهدیس مرادیان | روزنامه‌نگار



**پرونده**

کوکاکولا برای یک آمریکایی یا اروپایی معمولی خطری بسیار کشنده‌تر از القاعده محسوب می‌شود. درباره اهمیت غذا همین قدر بدانید که انسان معمولی در شروع قرن بیست و یکم بیشتر در معرض مردن بر اثر پر خوری در مک دونالد است تا مردن بر اثر قحطی! از آن جا که خوردن بیشتر از گرسنگی جان‌افزای می‌گیرد، در جامعه‌شناسی غذا که یکی از شاخه‌های نوین جامعه‌شناسی است، ابعاد اجتماعی و فرهنگی تغذیه انسانی مطالعه می‌شود. «جان آتلمی» در همین باره می‌گوید: «به من بگو چه می‌خوری تا بگویم کیستی؟» در تقویم جهانی، ۱۶ اکتبر هر سال روز جهانی غذا (World Food Day یا WFD) است. به همین مناسبت به بررسی یکی از تازه‌ترین مباحث پیرامون آن یعنی شهروند غذایی پرداخته‌ایم. شهروندان غذایی در اصل حساسیت‌زادی روی این که چه چیزی بخوریم، چهلز مانی بخوریم و چگونه بخوریم، دارند. آن‌ها به نحوه تولید غذا از زمان کشت تا برداشت و فراوری در کارخانه هم‌اهمیت می‌دهند. در پرونده امروز زندگی سلام در دغدغه‌های فکری شهروندان غذایی و نتایج این دقت بر چرخه غذایی را بررسی کردیم.

## مفهوم «آب مجازی» برای آماده

### کردن غذاها

خوردن، امروزه پاسخی برای رفع نیاز گرسنگی است و معدود افرادی هستند که پیش از خوردن یک همبرگر حساب کنند دو هزار و ۸۰۰ لیتر آب برای آماده کردنش مصرف شده است. مفهوم «آب مجازی» توسط پژوهشگر بریتانیایی، پرفسور جان آنتونی آلن در دهه ۱۹۹۰ میلادی مطرح شد. از آن زمان تا کنون پژوهش‌های او مورد توجه فراوان بخش‌های اقتصاد و سیاست قرار گرفت. استفاده از آب به صورت غیر مستقیم و برای مصارفی به جز کشاورزی، دام‌پروری، صنعت، شرب، پخت‌وپز، استحمام و شست‌وشوی وسایل زندگی را آب مجازی می‌نامیم. سرانه آب مستقیم، روزانه بین ۱۵۰ تا ۳۰۰ لیتر و سرانه مصرف آب مجازی روزانه بین سه تا پنج هزار لیتر برای هر نفر است.

## مفهوم شهروند غذایی در ایتالیا

شهروند غذایی کسی است که خود را در خصوص انتخاب‌های غذایی مسئول می‌داند و درباره کیفیت، نحوه تولید، نحوه توزیع و مسائل زیست‌محیطی مربوط به آن حساس است. برای شهروند غذایی مهم است چه کارگری در کجای جهان با چه میزان از دستمزد محصول غذایی‌اش را تولید کرده باشد. برای او مهم است آن چه به عنوان سوخت به بدنش برای ادامه زندگی وارد می‌کند، به جهان و محیط زیست لطمه‌ای وارد نکنند. منصور ضابطیان در کتاب سرنگ در همین باره می‌نویسد: «شهروندان غذایی مواد خوراکی کاملاً ارگانیک را که به‌ضاد حیات‌خانه‌شان کاشته شده در بشقاب سرامیک با سفال و چینی سرو می‌کنند. این افراد عمدتاً به جنبش اسلو فود هم علاقه‌مندند، جنبشی که از سال ۱۹۸۶ در ایتالیا هم‌زمان با افتتاح شعبه‌های مک‌دونالد در مبراه افتاد و در سرتاسر ایتالیا ریشه دواند و به نوعی موضع‌گیری در مقابل پخت سریع غذا در فست فودها که بر جریان زندگی سالم مردم تأثیر مخرب داشت، قلمداد می‌شود. ضابطیان در سفرش به ایتالیا در مراسم با یکی از شهروندان غذایی گپ می‌زند که می‌گوید: «سرماه‌داری روی عادت‌های مردم در غذا خوردن تأثیر گذاشته و آن‌ها را در خصوص چیزی که می‌خورند بی‌تفاوت کرده است. این جنبش سعی دارد بگوید غذا فقط وسیله تأمین نیازهای فیزیولوژیک نیست بلکه می‌تواند یک پدیده اجتماعی سیاسی باشد. مردم از قدرت تأثیر گذاری‌شان روی نظام‌های سرمایه‌داری مربوط به غذایی خبرند. سازمان‌های چندملیتی مدیریت ۱۲ شرکت اصلی و حدود ۴۰ شرکت واسطه کنترل غذا را در جهان برعهده دارند که از طرفی کشاورز و دامدار را استثمار می‌کنند و از طرفی مردم را وادار می‌کنند که حق هیچ مشارکتی را در تصمیم‌گیری در خصوص غذای‌شان نداشته باشند.»

## ما فیاتصمیم می‌گیرند چطور

### سیر شوید!



برای کسی که عنوان شهروند غذایی را یدک می‌کشد، مهم است که آن چه می‌خورد نتیجه چرخه فاسدی نباشد. باور دارد که باید تولید کنندگان غذا (کشاورزان و دامداران) حق خود را برای تلاش‌شان بگیرند و تحت آسیب و ظلم سرمایه‌داران نباشند. در همین راستا نگاه‌هایی به آمار یکی از مرگ‌های تحقیقات می‌اندازیم که می‌گوید: «ارزش تجارت موسوم به آگرومافیا (مافیای کشاورزی) طبق آمار رسمی از ۱۲/۵ میلیارد یورو در سال ۲۰۱۱ به ۲۲ میلیارد یورو در سال ۲۰۱۸ رسیده است. یک گروه در سایه مافیایی که کسی به درستی آن‌ها را نمی‌شناسد، به همه چیز از جمله تعیین قیمت، حمل و نقل، ارزش‌گذاری و بسته‌بندی نظارت دارند و صادرات و واردات پنجاه تحت کنترل شان است. مافیا فقط به سودش فکر می‌کند؛ در دوران کود اقتصادی ایتالیا بسیاری از زمین‌های کشاورزی را از درآمد حاصل از مواد مخدر خرید و جریان کشاورزی را در بسیاری از نقاط ایتالیا به دست گرفت. طبق برخی مقالات آن‌ها در مقطعی توانستند با ارباب و شوه از محل کمک‌های اتحادیه اروپا برای گسترش کشاورزی در مقابل هر هکتار زمین یک میلیون یورو از دولت اروپا دریافت کنند، در حالی که فقط ۳۷ هزار یورو از آن را به کشاورزان صاحب زمین دادند و این یعنی یک تجارت ۲۷۰ درصدی! این حقه کم‌مرد صدارت از مخدر است! به گفته سخنگوی اندیشکده مستقر در رم، جنایت در کشاورزی و زنجیره غذایی به همین جا ختم نمی‌شود. در سال‌های اخیر، آن‌ها به کل زنجیره غذایی نفوذ کرده‌اند. مافیا با بهره‌گیری از بحران اقتصادی ۱۰ ساله در ایتالیا، زمین‌های کشاورزی ارزان، دام، بازار ها و ستوران‌ها را می‌خرد و از طریق یکی از صنایع پیشرو در این کشور پول شویی می‌کند.

## شهروند غذایی در دنیا

یک شهروند تولید کننده غذا با حمایت از مزارع کوچک، کشاورزان، زمین‌داران و بازارهای منطقه فرصت‌های تغییر را شناسایی کرده و سپس از طریق آن‌ها در ایجاد یک سیستم غذایی که به مردم خدمت می‌کند و نه به شرکت‌ها، فعالیت دارد. سیستم غذایی پایدار نوعی سیستم غذایی است که غذای سالم را برای مردم فراهم می‌کند و سیستم‌های پایدار زیست‌محیطی، اقتصادی و اجتماعی را به هم دارد. سیستم‌های غذایی پایدار باتوسعه روش‌های کشاورزی پایدار، توسعه سیستم‌های توزیع پایدار تر مواد غذایی، ایجاد رژیم‌های غذایی پایدار و کاهش ضایعات مواد غذایی آغاز می‌شود.

ZENDEGI - SALAM

ضمیمه روزنامه خراسان

شنبه ۲۴ مهر ۱۴۰۰  
۹ ربیع الاول ۱۴۴۳ • ۱۶ اکتبر ۲۰۲۱  
شماره ۲۰۷۲۶

۱۹۹۶

هنر  
برونده

## رویاها و واقعی به لطف فناوری

پرطرفدارترین دستگاه‌های هوشمند خانگی ۲۰۲۱، از قهوه‌سازی که با تلفن همراه مرتبط است تا تخت‌خوابی که خواب ما را آنالیز می‌کند

منبع: pcmag.com

مهسا کسنوی | روزنامه‌نگار

رویا ی هوشمند شدن خانه‌ها، زن و مرد نمی‌شناسد. به همان اندازه که خاموش کردن چراغ اتاق یا کولر از راه دور برای یک مرد لذت بخش است، تمیز شدن خانه توسط جاروبرقی خودکار هم برای یک خانم هیجان‌انگیز است. برای همین است که معمولاً بیشتر افراد جامعه از هوشمند شدن محیط زندگی خود استقبال می‌کنند. در ادامه به معرفی پرطرفدارترین دستگاه‌های هوشمند بر اساس بخش‌های مختلف خانه طی امسال می‌پردازیم.

آشپزخانه خوشمزه‌تر



چه یک سرآشپز ماهر باشید و چه یک خانم خانه‌دار، آشپزخانه هوشمند می‌تواند علاوه بر راحتی، آشپزی را برای شما لذت بخش‌تر کند. تقریباً از همه وسایل آشپزخانه نوع هوشمند آن وجود دارد که حتی با دستور صوتی شما به راحتی کار می‌کنند اما در بین آن‌ها چند تایی پرطرفدار هستند.

**فر هوشمند** با داشتن یک فر هوشمند با خیال راحت به بقیه کارهایتان برسید یا حتی به پیاده‌روی روزانه خود بروید و نگران سوختن غذا باشید. با این مدل فرها، شما می‌توانید غذا را بپزید، برشته و بخارپز کنید. فقط کافی است از طریق تلفن همراه خود کنترل و نظارت داشته باشید.

**قهوه‌ساز هوشمند** هیچ آشپزخانه‌ای بدون قهوه‌ساز کامل نمی‌شود! قهوه‌سازهای هوشمند امکان کنترل برنامه و صدا را دارند. بنابراین تنها چیزی که شما هنگامی که صبح از خواب بیدار می‌شوید لازم دارید این است که روی تلفن همراه خود چند ضربه بزنید و عبارت «قهوه من را آماده کن» را تایپ کنید.

**جاروبرقی هوشمند** دوست دارید به وقت درهای آشغال روی زمین نباشد؟ برای این کار داشتن جاروبرقی هوشمند بهترین انتخاب است. شما می‌توانید روی مبل بنشینید و استراحت کنید یا حتی در خانه نباشید و از طریق اپلیکیشن‌های موبایلتان دارید، همه‌جا را تمیز کنید.

اتاق نشیمن هوشمند، دنج‌تر و خاص‌تر

وقتی صحبت از فناوری اتاق نشیمن می‌شود، تلویزیون

اولین وسیله‌ای است که به ذهن شما می‌رسد اما برای داشتن

خانه هوشمند، تعداد بی‌شماری ابزار دیگر هم باید با هم کار کنند تا راحتی و آرامش فضای زندگی شما را بالا ببرند.

**بلندگو میکروفون هوشمند** اولین گزینه، انتخاب بلندگوی هوشمند برای اتاق نشیمن است. این دستگاه، فراتر از پخش موسیقی عمل می‌کند. شما می‌توانید تقریباً هر وسیله خانگی متصل دیگر را با صدا کنترل و برای این کار از پلتفرم‌هایی چون Alexa، Google Assistant یا Siri استفاده کنید.

**صفحه نمایش هوشمند** یک صفحه نمایش هوشمند، همان ویژگی‌های دستیار صوتی بدون دست را ارائه می‌دهد. بایک صفحه لمسی می‌توانید رنگ در خانه یا دوربین امنیتی خود را مشاهده و کنترل کنید و تماس‌های ویدئویی داشته باشید یا حتی آن‌ها را به یک قاب عکس دیجیتال برای نمایش عکس‌های شخصی یا آثار هنری خود تبدیل کنید.

**لامپ‌های هوشمند** یکی از ساده‌ترین و مقرون به صرفه‌ترین راه‌ها برای ارتقای اتاق نشیمن این است که لامپ‌های معمولی خود را با لامپ‌های هوشمند جایگزین کنید. باین تعویض جادویی دیگر مجبور نخواهید بود از روی بلند شوید تا چراغ‌ها را خاموش کنید. علاوه بر این، این نوع چراغ‌ها انرژی کمتری مصرف می‌کنند و عمر بیشتری دارند بنابراین در دراز مدت در هزینه شما صرفه جویی خواهد شد.

خواب بهتر در اتاق خواب

اگر تخت‌خواب شما خیلی ناراحت‌کننده است، اتاق شما خیلی گرم است یا به دلیل آلرژی و آسم دچار مشکلات تنفسی شده‌اید، وقت آن است اتاق خواب خود را هوشمند کنید! **تخت‌خواب هوشمند** | تخت‌خواب هوشمند با استفاده از تعدادی سنسور، اطلاعاتی را درباره کیفیت خواب شما به دست می‌آورد و از این اطلاعات برای بهبود خواب شما استفاده می‌کند. نحوه تکان خوردن در حین استراحت و خواب، کنترل دما، سازگاری با دیگر وسایل هوشمند خانه و مرتب‌سازی خودکار از دیگر ویژگی‌های این نوع تخت‌خواب است.

**سیستم تهویه هوشمند** | دمای اتاق خواب هم می‌تواند بر کیفیت خواب شما تأثیر بگذارد. یک اتاق خیلی گرم یا خیلی سرد می‌تواند حرکت کردن و خوابیدن در طول شب را دشوار کند. اگر سیستم‌های مرکزی ندارید، بهتر است یک تهویه هوشمند بگیرید. این دستگاه‌ها معمولاً امکان کنترل برنامه و صدا را دارند و به شما کمک می‌کنند تا کیفیت هوای داخل خانه خود را زیر نظر داشته باشید و آن را کنترل کنید.