

GIORNATA MONDIALE DEI LEGUMI 2024

Legumi: nutrire i terreni e le persone

I Legumi sono i semi commestibili delle leguminose coltivate sia a scopo alimentare che mangimistico. Fagioli (*Phaseolus* e *Vigna*), ceci e piselli sono i tipi di legumi più conosciuti e comunemente consumati, ma esistono molte altre varietà provenienti da tutto il mondo, tutte con grandi benefici sulla sicurezza alimentare, nutrizione, salute, cambiamento climatico e biodiversità.

Perché una Giornata Mondiale dei Legumi?

Basandosi sul successo dell'Anno Internazionale dei Legumi (IYP) nel 2016 implementato dalla FAO e **riconoscendo il potenziale dei legumi** per raggiungere ulteriormente l'Agenda 2030 per lo Sviluppo Sostenibile, l'Assemblea Generale delle Nazioni Unite (UNGA) ha designato il 10 febbraio come Giornata Mondiale dei Legumi (WPD).



Questa celebrazione rappresenta un'opportunità unica per sensibilizzare l'opinione pubblica sui legumi e sul **ruolo fondamentale che svolgono** nella trasformazione verso sistemi agroalimentari più efficienti, inclusivi, resilienti e sostenibili per una migliore produzione, una migliore nutrizione, un ambiente

migliore e una vita migliore, senza lasciare uno dietro.

Con l'aiuto dei governi, del settore privato, dei membri e delle organizzazioni partner, del pubblico e dei giovani, la FAO lavora per facilitare l'osservanza di questa giornata internazionale e sostenere la produzione e il consumo di legumi come parte di **sistemi alimentari sostenibili** e diete sane.



- I legumi sono ricchi di nutrienti e forniscono una buona fonte di vitamine e minerali vitali **per una buona salute**
- I legumi hanno una lunga durata di conservazione e contribuiscono ad aumentare la **diversità delle diete**, riducendo al contempo le perdite e gli sprechi **alimentari**
- I legumi utilizzati in più sistemi colturali migliorano l'agrobiodiversità, la resilienza **ai cambiamenti climatici** e i servizi eco sistemici
- I legumi fissano l'azoto atmosferico nel suolo, contribuendo a migliorare la biodiversità e la fertilità **del suolo**
- Includere gli impulsi nelle **rotazioni delle colture** può migliorare l'efficienza nell'uso dei fertilizzanti chimici
- I legumi offrono opportunità di lavoro e imprenditoriali alle **donne e ai giovani delle aree rurali**

Per saperne di più sull' Anno Internazionale dei Legumi:

La 68a Assemblea Generale delle Nazioni Unite ha dichiarato il 2016 Anno Internazionale dei Legumi (**IYP**) ([A/RES/68/231](#)).

L'Organizzazione delle Nazioni Unite per l'Alimentazione e l'Agricoltura (FAO) è stata nominata per facilitare l'attuazione dell'Anno in collaborazione con i governi, le organizzazioni competenti, le organizzazioni non governative e tutte le altre parti interessate.

L'IYP 2016 ha accresciuto la consapevolezza pubblica sui benefici nutrizionali dei legumi come parte di una produzione alimentare sostenibile mirata alla sicurezza alimentare e alla nutrizione. L'Anno ha creato un'opportunità unica per incoraggiare le connessioni lungo tutta la catena alimentare che potrebbero utilizzare meglio le proteine a base di legumi, promuovere la produzione globale di legumi, utilizzare meglio le rotazioni delle colture e affrontare le sfide nel commercio dei legumi.



Con il ns. *Centro di Educazione Ambientale, Civica ed Alimentare* da sempre sosteniamo l'Anno Mondiale dei Legumi e saremo con Voi *sabato 10 febbraio 2024 dalle ore 20:00* con i ns. Esperti per celebrare l'importanza dei Legumi per il

loro legame dinamico con il suolo, le tante ragioni per le quali dovremmo optare per un maggior consumo.

Dai lupini alle lenticchie, alla cicerchia, dai fagiolini all'occhio ai ceci, i legumi possono sorprenderci per la loro ampiezza e profondità. Non importa se hanno un nome seducente come fagioli vellutati o uno curioso come fagioli alati, i legumi sono alimenti meravigliosi sia per la salute umana che per quella ambientale.

Avremo anche la possibilità di apprezzare preparazioni "speciali" sia per gli adulti che per i bambini.

E quindi ... Non prendete impegni ... celebriamo insieme la Giornata Mondiale dei Legumi sabato 10 febbraio 2024 alle ore 20:00 su www.ceamessina.it!

Per informazioni e dettagli: AssoCEA Messina APS email: ceamessina@tiscali.it .

World Pulses Day 2024



GIORNATA MONDIALE DEI LEGUMI 2024

**Legumi: nutrire i terreni e le persone
Celebrando il potere dei legumi**



FRANCESCA CERAMI



VINCENZO PICCIONE



ALFIO SPINA



PASQUALE CALIRI



SERGIO IOPPOLO



GIUSEPPE LO PILATO



ANGELA FOTI



GRAZIA LA FAUCI



FRANCESCO CANCELLIERI



SABATO 10 FEBBRAIO 2024 ALLE ORE 20:00
SU INTERNET ALL'INDIRIZZO WWW.CEAMESSINA.IT

