



Гражданский альянс  
за улучшение питания и  
продовольственную безопасность

Scaling Up  
**NUTRITION**  
ENGAGE • INSPIRE • INVEST

# ПРОДОВОЛЬСТВЕННАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ И ПИТАНИЕ

## Руководство для тренера



**ГРАЖДАНСКИЙ АЛЪЯНС ЗА УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ И  
ПРОДОВОЛЬСТВЕННУЮ БЕЗОПАСНОСТЬ**

**ПРОДОВОЛЬСТВЕННАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ И ПИТАНИЕ**

**Руководство для тренера**

Бишкек-2020

Авторы:

Конкубаева Н. У., тренер по питанию, старший преподаватель кафедры «Технология консервирования» КГТУ им. И. Раззакова  
Асаналиева Ш.Т., тренер по питанию

Руководство «Продовольственная безопасность и питание» рассчитано для тренеров Гражданского альянса за улучшение питания и продовольственную безопасность. Документ разработан с целью подготовки тренеров, которые будут обучать членов областных многосторонних платформ планированию, мониторингу, реализации и обзору областных планов по питанию и продовольственной безопасности с учетом реализации права населения на адекватное питание.

В руководстве обобщены основные понятия, современные рекомендации по питанию и продовольственной безопасности с акцентом на важности соблюдения права каждого на адекватный рацион питания.

Здесь предложены практические примеры и инструменты для понимания основ продовольственной безопасности и питания и развитие навыков планирования, мониторинга реализации проведения обзоров областных планов по питанию и продовольственной безопасности.

Руководство разработано и тиражировано ОО «Гражданский альянс за улучшение питания и продовольственную безопасность» в рамках реализуемого проекта SUN Movement Pooled Fund Grants Project.

## ВВЕДЕНИЕ

На протяжении всей истории человечества обеспечение продовольствием оставалось одной из наиболее актуальных проблем национальной безопасности всех государств мира. С созданием Организации Объединенных Наций (ООН) мировое сообщество стало уделять пристальное внимание преодолению дефицита продовольствия. В 1996 г. по инициативе ООН была принята «Римская декларация о всемирной продовольственной безопасности», которая была одобрена на Всемирной встрече в конце 1996 г. На ней была поставлена задача - к 2015 г. снизить в мире в 2 раза численность недоедающих людей и обеспечить население планеты продовольствием.

Среди способов обеспечения продовольственной безопасности было названо сочетание мер по поддержке наиболее нуждающихся стран продуктами питания с разработкой и реализацией собственных программ по преодолению кризиса в сельском хозяйстве. Спустя шесть лет, в июле 2002 г., состоялся очередной саммит Продовольственной и сельскохозяйственной организации ООН (ФАО). На нем было признано, что мировое сообщество проигрывает битву с голодом. По статистике каждые четыре минуты на планете кто-то умирает от голода. Было предложено создать альянс по борьбе с голодом и опасными продуктами питания.

Продовольственная безопасность - составная и важнейшая часть национальной безопасности, ибо обеспечивает устойчивое производство основных продуктов питания и их доступность населению. Обеспечение продовольственной безопасности способствует устойчивому социальному климату в обществе. При отсутствии необходимых запасов и резервов в регионах может возникнуть недовольство населения, что позволяет считать продовольственную проблему важнейшим структурным элементом, обеспечивающим национальную безопасность страны.

В рамках данного обучающего курса участникам будут представлены понятия «продовольственная безопасность», «питание», «право на питание», «целевые вмешательства/действия для повышения продовольственной безопасности», «пищевая безопасность», «индикаторы для оценки состояния продовольственного питания», «обеспечение полноценного питания» и практическая работа по созданию плана по продовольственной безопасности и питанию на примере реализации областных планов по продовольственной безопасности и питанию.

Данный обучающий тренинг основывается на следующих источниках:

- ФАО, ЕС. Продовольственная безопасность и полноценное питание. Ответы на глобальные вызовы. Материалы для курсов обучения / Klaus Klennert издатель// InWEnt – Internationale Weiterbildung gGmbH Capacity Building International, Germany Отдел сельского развития, продовольствия и защиты потребителей Фельдафинг на озере Штарнберг, 2007.
- Обзоры областных планов по продовольственной безопасности и питанию.
- Руководство ФАО «Право на достаточное питание» №34.
- ФАО. Общие аспекты право на питание, Справочник №4, 5 2014.

## ПЛАН ПО ОБУЧЕНИЮ

### 1. Основа для вмешательств

1.1. Основная проблема, связанная с продовольствием и питанием, которая должна быть решена:

*Планирование, мониторинг реализации и обзор областных планов по продовольственной безопасности и питанию не учитывает реализацию права населения на адекватное питание.*

1.2. Основные практики/поведения, на которые необходимо нацелиться

✓ *Представители государственных органов власти, местного самоуправления и население не осведомлены о правах населения на адекватное питание, соответственно планирование, мониторинг реализации и обзор областных планов по продовольственной безопасности и питанию проводится без учета прав населения на адекватное питание.*

✓ *Усиление потенциала участников по планированию, мониторингу и обзору областных планов по продовольственной безопасности и питанию с акцентом на отслеживание нарушений права населения на адекватное питание.*

Эти выводы основаны на консультациях с членами ГА в рамках реализации проекта Окна 1 SUN Movement Pooled Fund Grants Project.

1.3. Поддержка окружающей среды

✓ Вклад тренингов по продовольственной безопасности и питанию для членов ГА в рамках реализации проекта Окна 1 SUN Movement Pooled Fund Grants Project.

✓ Гражданский сектор является членом МСП в пилотных областях и принимает участие в планировании, реализации, мониторинге и обзоре областных планов по питанию и продовольственной безопасности.

1.4. Способствующие факторы

✓ Знания:

- члены ГА прошли базовое обучение по модулю «Продовольственная безопасность и питание»;

- члены ГА осведомлены о правах населения на адекватное питание.

✓ Навыки:

- *Фактические:* члены ГА в пилотных областях участвуют в планировании, реализации и мониторинге областных планов по питанию и продовольственной безопасности.

- *Потребность:* развитие навыков планирования и проведения мониторинга с точки зрения права на адекватное питание в рамках реализации областных планов по питанию и продовольственной безопасности.

1.5. Препятствия:

✓ Представители государственных органов власти, местного самоуправления не всегда заинтересованы в прозрачности планирования и бюджетирования мероприятий;

✓ В законодательстве Кыргызской Республики нет норм, регулирующих право населения на адекватное питание, хотя оно признается Конституцией Кыргызской Республики (статья 6).

### 2. Основные цели, основанные на действиях:

1. Планирование, мониторинг реализации и обзор областных программ и планов по питанию и продовольственной безопасности проводится с учетом соблюдения права населения на адекватное питание.

2. Реализация права населения на адекватное питание учитывается при составлении плана по питанию и продовольственной безопасности на следующий календарный год.

*Поддерживающие цели:*

- Члены гражданских организаций улучшат навыки планирования, мониторинга программ и планов по питанию и продовольственной безопасности;
- Члены гражданских организаций мотивированы тем, чтобы увеличить доступность разнообразных продуктов, чистой питьевой воды, поливной воды, медицинских услуг, социального обеспечения жителей уязвимых сел в своих регионах;
- Члены гражданских организаций получают навыки планирования, мониторинга соблюдения права на адекватное питание в процессе планирования и реализации программ и планов по питанию и продовольственной безопасности;
- Лица, принимающие решения, расширяют свои знания в области прав человека на адекватное питание и прикладывают усилия для наиболее полной их реализации.

## СЕССИЯ 1

### ЗНАКОМСТВО УЧАСТНИКОВ. ЦЕЛИ ТРЕНИНГА, ОЖИДАНИЯ УЧАСТНИКОВ. ПРАВИЛА ТРЕНИНГА

После завершения данной сессии участники смогут провести:

- ✓ Знакомство с тренерами и участниками.
- ✓ Обсуждение ожиданий каждого участника.
- ✓ Установление основных правил для всего периода процесса обучения.
- ✓ Обсуждение целей тренинга и знакомство с учебными материалами.
- ✓ Краткий обзор по навыкам публичных выступлений.
- ✓ 1 минутное выступление.

**Продолжительность сессии: 1 час 30 минут**

**Подготовка:**

- Таблички/белый лист бумаги А4, для записи имен участников (куверты).
- Подготовить флипчарт с темой тренинга «Тренинг для тренеров по питанию и продовольственной безопасности».
- Подготовить флипчарт с целями тренинга.
- Подготовить флипчарт с темой «Золотые правила».
- Подготовить флипчарт для ожидания участников.
- Подготовить раздаточный материал, программу проведения ToT, руководство для тренеров и участников.
- Распечатать тесты для проведения пре-теста

Указанные флипчарты должны быть подготовлены накануне проведения тренинга.

<b>Задача обучения 1: Знакомство с тренерами и участниками</b>
--

**Методология:** Интерактивное обсуждение

**Предлагаемое время:** 30 минут

**Тренер:**

- Раздайте участникам тестовые вопросы, и дайте время – 5 минут.
- Приветствует участников по мере их прибытия и предоставляет им белый лист бумаги и маркер, просит написать имена крупным шрифтом и выставить перед собой.
- Просит участников сесть в форме буквы «П» или в стиле «Круглого стола» (заранее расставляет стулья).
- Команда тренеров представляется и рассказывают немного о себе и своем опыте, а также о предстоящем тренинге (при необходимости даем слово официальным лицам). Каждый участник в том же формате, как и тренера, представляются.

*До знакомства попросите написать ожидания от тренинга на стикерах, озвучить во время знакомства и приклеить на «Дерево ожидания». Вывешиваем заранее подготовленный флипчарт «Знакомство» на поле зрения всей аудитории.*

Меня зовут.....

Опыт работы .....

Цель участия на данном тренинге .....

Ожидания от тренинга.....

Спросите есть ли вопросы. Если нет вопросов, объясните задачу обучения 2:

**Задача обучения 2:** Согласовать и определить основные общие правила для данного тренинга

**Методология:** Интерактивное обсуждение

**Предлагаемое время:** 10 минут

Тренер:

- Совместно с участниками, обсуждают важность общих правил, с которыми согласны все участники.
- Вывешивает подготовленный флипчарт «Золотые правила» и по мере поступлений правил записывают на флипчарте.
- Этот список вывешивается на стену учебной комнаты на весь период тренинга.
- Иногда участникам нужно будет напоминать об этих общих правилах.

Определение правил работы – это специфика интерактивного тренинга. Пренебрежение этим пунктом может вызвать большие неприятности. Существуют разные подходы к этому пункту. Некоторые тренеры сами предлагают свои правила. Лучше попросить участников самих определять, чем мы должны руководствоваться для успешной совместной работы.

**ТИПИЧНЫЕ ОСНОВОПОЛАГАЮЩИЕ ПРАВИЛА**

- Уважать друг друга
- Принимать активное участие
- Иметь право отказаться от чего-либо, если вы чувствуете дискомфорт
- Слушать, что говорят другие люди, не перебивая их
- Применять «Я-утверждение»: использовать предложения, которые начинаются с "Я", когда обмениваетесь ценностями и чувствами (например, «Я считаю», «Мое мнение»)
- Не "обижать/унижать" (например, не оскорблять или не унижать людей специально)
- Уважать конфиденциальность
- Не опаздывать
- Выключать мобильные телефоны

Спросите есть ли вопросы. Если нет вопросов, объясните задачи обучения 3:

**Задача обучения 3:** Ознакомить с целями тренинга. Помочь участникам определить и практиковать навыки публичного выступления и фасилитации.

**Методология:** Интерактивная презентация, интерактивное обсуждение.



**Предлагаемое время:** 30 минут

Тренер:

- Рассказывает, что сейчас будут работать с методикой публичных выступлений.
- Демонстрирует участникам основные элементы хорошего публичного выступления и просит их наблюдать, а затем описать наблюдения. Это не только дает участникам возможность понаблюдать за хорошими примерами публичного выступления, но и обсудить их.
- Методы демонстрируются в процессе ознакомления с целями тренинга.

*Выступление тренера.*

Целью 3-х дневного тренинга является подготовка тренеров по продовольственной безопасности и питанию, которые будут обучать в дальнейшем членов областных многосторонних платформ планированию, мониторингу реализации и обзору планов по питанию и продовольственной безопасности с учетом реализации права населения на питание. Соблюдение права населения на полноценное питание позволит более эффективно бороться с причинами неполноценного питания. Несмотря на то, что Кыргызстан находится в сельскохозяйственно-процветающем регионе, у большинства людей рацион с точки зрения витаминов и микроэлементов остается однообразным. Мало употребляют фрукты, овощи, зелень и мясо.

Другой проблемой является потребление нездоровой пищи: это употребление в больших количествах соли, сахара, вредных, т.е. трансгенных жиров, фаст-фуда и других переработанных продуктов.

**Трансжиры или «вредные» жиры** образуются в растительных маслах в процессе высокотемпературной обработки. Маргарин производится из растительных масел, поэтому в нем много трансжиров.

**Фаст-фуд** - это блюда быстрого приготовления. В фаст-фуд часто добавляется усилитель вкуса, ароматизаторы, трансжиры. Чрезмерное употребление фастфуда может стать причиной возникновения астмы, повышенного кровяного давления, сердечной недостаточности, аллергии, целлюлита и, конечно же, стать причиной ожирения.

Правительству Кыргызской Республики и его региональным полномочным представительством нужно вести активную работу по информированию общественности для решения этих проблем.

Причинами задержки роста являются плохое питание и ненадлежащий уход за детьми. В Кыргызстане пятая часть детей до 5-ти лет страдает задержкой роста из-за плохого питания, которое не соответствует их потребностям.

В Кыргызстане одна треть женщин репродуктивного возраста страдает от анемии. Во время беременности и родов этот показатель становится еще выше. К сожалению, очень высокие показатели анемии среди женщин приводят к разным последствиям: высокой материнской смертности, послеродовым кровотечениям, рождению детей с низкой массой тела, высокой заболеваемости и смертности среди детей, задержке когнитивного развития детей.

Первые 1000 дней жизни ребенка – от зачатия до 2 лет – являются наиболее важным периодом для полноценного роста и развития ребенка. Забота о здоровье и полноценном питании будущей матери, адекватное грудное вскармливание, своевременный полноценный прикорм и надлежащий уход за ребенком до 2 лет жизни способны значительно улучшить состояние здоровья и интеллектуальный потенциал

страны. Поэтому этот период часто называют окном возможностей.

В рамках данного обучающего курса участникам будет представлены понятия «продовольственная безопасность» и «питание», «право на питание», и практическая работа по созданию плана по продовольственной безопасности и питанию на примере реализации областных планов по продовольственной безопасности и питанию.

Попросите участников прокомментировать: «Как вы могли бы описать, что я делаю в настоящее время?» Обсудите следующие моменты:

- Интерактивность и общение с аудиторией;
- Максимальное использование пространства зала для тренинга;
- Использование жестов;
- Контакт глазами (приемлемой длительности);
- Модулирование интонации;
- Уместное использование юмора;
- Использование рассказа как методики овладения вниманием;
- Когда приемлемо и неприемлемо использовать сленг, какие выражения вообще не стоит использовать на тренингах;
- Как создать и сохранить комфортную учебную среду для аудитории;
- Как отреагировать на неправильные ответы аудитории.

Тренер: Участники, Вы продолжите изучать и практиковаться в использовании навыков публичного выступления на протяжении всего обучения.

Спросите есть ли вопросы. Если нет вопросов, объясните задачу обучения 4:

**Задачи обучения 4:** Дать возможность участникам попрактиковаться в публичном выступлении, приобрести позитивный опыт и повысить собственную уверенность («Минута славы»)

**Методология:** Демонстрация навыков

**Предлагаемое время:** 45 минут

Процесс: Каждый участник получит текст. Текст найдете на странице 6-10 в руководстве для участников. В течение 1 минуты участникам следует представить краткий обзор текста. На подготовку выступления участникам дается время: 5 минут.

Тренер объясняет, что это упражнение, в котором каждому будет предоставлено 1 минута для выступления перед группой с применением навыков публичного выступления.

В конце 1 минуты, если даже участник не закончил мысль, я начну аплодировать, и это будет сигналом к тому, чтобы все начали аплодировать. Также если участник перестал говорить, мы не начнем хлопать в ладони до тех пор, пока не истечет его минута. Все участники должны внимательно наблюдать за каждым выступающим, проявлять интерес и увлеченность.

Пожалуйста, никоим образом не прерывайте говорящего. Не пытайтесь как-то прийти ему на помощь. Мы должны хлопать в ладони одинаково громко всем выступающим.

Первому участнику скажите, когда начинать. Если необходимо, напоминайте группе, что участники не должны разговаривать в то время, когда говорит выступающий. Следите за тем, чтобы люди не начинали хлопать, пока не будет дан соответствующий сигнал. Возможно, придется напоминать участникам, что они должны очень внимательно слушать выступающего.

Попросите участников отметить три пункта о выступлении (тренер вывешивает заранее подготовленный список):

1. Один факт из речи выступающего, который Вас удивил или был новым (желательно не повторяться);
2. Навык публичного выступления, который Вы хотели бы позаимствовать;
3. Одна рекомендация для улучшения навыка.

Все перечисленные факты пишем на отдельных флипчартах. После завершения останавливаемся на пунктах отдельно, обсуждаем для закрепления сессии 1.

#### Текст № 1

В 2015 году в штаб-квартире ООН в Нью-Йорке мировые лидеры, в том числе главы государств и правительств, обсудили Повестку дня в области развития на период после 2015 года. Они пообещали избавить человечество от нищеты и «исцелить» планету. Тогда же были приняты новые цели по устойчивому развитию. Страны-участницы приняли обязательства о достижении 17 целей устойчивого развития (ЦУР) к 2030 году.

Работа над достижением Целей устойчивого развития началась с января 2016 года и завершится к 31 декабря 2030 года. Однако некоторые задачи, разработанные на основе ранее заключенных международных соглашений, могут быть решены даже раньше конца 2030 года.

#### Текст №2

Предполагается, что достижение Целей устойчивого развития будет осуществляться согласно следующим положениям:

- Страны будут самостоятельно разрабатывать собственные стратегии, планы и программы по устойчивому развитию. Цели устойчивого развития будут играть роль ориентира, позволяя странам привести свои планы в соответствие со своими глобальными обязательствами. Реализация данных стратегий, планов и программ потребует финансирования их осуществления.
- Достижение 17 Целей устойчивого развития будет контролироваться и отслеживаться при помощи набора индикаторов. Этот набор будет дополняться показателями на национальном уровне, которые будут разработаны государствами-членами, чтобы помочь контролировать ход достижения целей и решения задач.
- Будет организован контроль и обзор средств осуществления Целей устойчивого развития, с тем чтобы обеспечить эффективное использование финансовых ресурсов.

### Текст №3

Цель устойчивого развития 1. Повсеместная ликвидация нищеты во всех её формах.

Бедность и нищета – это недоедание, социальная изоляция и дискриминация, ограниченный доступ к образованию и к другим основным социальным услугам, а также невозможность участия в принятии решений. Более 700 миллионов человек в настоящее время живут в крайней нищете и испытывают трудности в удовлетворении самых базовых потребностей - в здравоохранении, образовании и доступе к водным ресурсам и санитарии. В основном это представители Южной Азии и стран Африки к югу от Сахары, которые зарабатывают менее 1,9 доллара США в день.

Однако это явление затрагивает и развитые страны. В развитых странах бедным считается человек с доходом меньше 50-60% от среднего дохода по стране. По официальной статистике, во второй половине 2000-х годов почти 16% жителей Евросоюза и около 13,2% жителей США жили за чертой бедности. В развитых странах есть прямая зависимость бедности от уровня безработицы. В настоящий момент в богатейших странах мира более 30 миллионов детей живут за чертой бедности.

Финансовое положение окружающих важно для каждого, так как благополучие всех людей взаимосвязано. Рост бедного населения наносит ущерб экономическому росту - теряется покупательская способность, подрывается сплочённость общества, усиливая политические и социальные трения, а в некоторых случаях и становясь причиной высокого уровня преступности, политической нестабильности и даже возникновения вооружённых конфликтов.

### Текст №4

Цель устойчивого развития 2. Ликвидация голода, обеспечение продовольственной безопасности, улучшение питания и содействие устойчивому развитию сельского хозяйства.

Здоровое питание - залог нашей жизни. Если мы голодаем, наша работоспособность снижается и увеличивается уязвимость перед самыми разными болезнями. В тех странах, где голод и недоедание до сих пор остаются распространёнными явлениями, люди теряют способность зарабатывать и улучшать условия своей жизни. Во всём мире насчитывается около 795 миллионов человек, страдающих от голода, большинство из них проживает в развивающихся странах.

В мире есть все ресурсы для производства достаточного количества продовольствия для всего населения планеты. Современные проблемы продовольствия связаны с нерациональными методами сбора урожая, продовольственными потерями, неадекватным распределением. Военные конфликты также оказывают негативное влияние на доступность продуктов питания и разрушают сельскохозяйственные земли.

Повсеместная ликвидация голода может оказать благоприятное влияние на многие отрасли нашей жизни - экономику, здравоохранение, образование и дать возможность достижению равенства и устойчивого развития. При этом нужно понимать, что проблему голода невозможно решить исключительно за счёт наращивания производства продовольствия. В первую очередь, для создания устойчивого сельскохозяйственного сектора нужно обратить внимание на надлежащее функционирование рынков, рост доходов мелких фермеров, равноправный доступ к технологиям и земле и увеличение объёма инвестиций в устойчивое сельское хозяйство.

#### Текст №5

Цель устойчивого развития 3. Обеспечение здорового образа жизни и содействие благополучию для всех в любом возрасте.

Реализация здорового образа жизни и благополучия для всех является важной частью повестки дня в области устойчивого развития. Беднейшие слои населения нуждаются в доступных услугах здравоохранения, образовании в целях улучшения здоровья, профилактике болезней с помощью обеспечения безопасного водоснабжения и санитарии.

Обеспечение здорового образа жизни и содействие благополучию для всех в любом возрасте имеют важное значение для создания процветающего общества. За последние годы достигнуты успехи: за период с 1990 по 2015 год коэффициент смертности среди детей в возрасте до 5 лет во всем мире снизился более чем на половину, в период с 2000 по 2013 год вакцинация против кори помогла предотвратить почти 15,6 миллионов смертей, более 71% родов в мире в 2014 году проходили под наблюдением квалифицированного медицинского персонала (эта цифра увеличилась с 59% в 1990 году).

Несмотря на эти значительные успехи, неравенство в сфере доступа к здравоохранению по-прежнему сохраняется. Вероятность того, что дети из бедных семей не доживут до 5 лет, почти в два раза выше такой вероятности для детей из наиболее состоятельных семей. Также риск смерти в возрасте до 5 лет выше, если дети рождаются в сельских районах и, если их матери не имеют возможность получить базовое образование. Болезни, такие как СПИД/ВИЧ, малярия, туберкулез, инфекционные и неинфекционные болезни и болезни, передаваемые через воду, по-прежнему остаются актуальными.

#### Текст №6

Современная концепция продовольственной безопасности и питания в Кыргызской Республике соответствует общемировым взглядам обеспечения продовольственной безопасности и опирается на 4 столпах: **наличие** (достаточное количество, качество и безопасность продовольствия для всех групп населения), **доступность** (физическая и экономическая), **использование** (правильное приготовление, употребление и распределение внутри семьи) и **стабильность** (любое время года).

В настоящее время для граждан КР существует ряд негативных последствий, связанных с неполноценным питанием. По данным медицинской статистики и ряда исследований КР испытывает существенное «тройное бремя» неполноценного питания, а именно:

- 1) *Недоедание*, недостаточное употребление основных питательных веществ (белков, жиров) и калорий вызывает острое истощение и задержку роста детей. При недоедании возрастает риск таких инфекционных болезней, как диарея, корь и пневмония, а хроническое неполноценное питание может вызвать нарушение физического, когнитивного и психического развития ребенка. С недоеданием связана высокая заболеваемость и смертность - 22% детей до 5-ти лет от обычных болезней детского возраста обуславливается сопутствующим нарушением питания).
- 2) *Микронутриентная недостаточность* – это недостаточное употребление витаминов и микроэлементов с пищей. Дефицит питательных микроэлементов (железодефицитная анемия, йододефицитные заболевания, врожденные пороки развития из-за дефицита фолиевой кислоты и йода) способен замедлить

интеллектуальное и физическое развитие детей, снизить производительность труда интеллектуальные возможности у взрослых, стать причиной болезней и преждевременной смерти, повысить уровень материнской и детской смертности<sup>1</sup>.

- 3) *Избыточная масса тела и ожирение* связаны с переизбытком калорийной пищи, трансгенных жирных кислот (ТЖК), углеводов и солей. Избыточная масса тела и ожирение могут стать причиной неинфекционных заболеваний (НИЗ): болезни сердца, высокое кровяное давление, инсульт, диабет и некоторые виды рака (рак эндометрия, молочной железы и толстой кишки). Еда с высоким содержанием ТЖК и рафинированных углеводов может нарушить познавательную деятельность человека<sup>2</sup>. Люди с ожирением попадают в самый низкий квартиль познания, беглости речи, задержки запоминания, немедленной логической памяти и интеллекта<sup>3</sup>. По данным МЗ КР в течение ряда лет болезни сердца и сосудов продолжают занимать первое место в структуре причин смертности населения (50,5%), второе место – новообразования (11%)<sup>4</sup>.

<sup>1</sup> Республиканский медико-информационный центр МЗ КР.

#### Текст №7

Продовольственная безопасность – элемент национальной безопасности государства.

Ситуация, при которой все люди в каждый момент времени имеют физический и экономический доступ к достаточной в количественном отношении безопасной пище, необходимой для ведения активной и здоровой жизни, характеризуется как *продовольственная безопасность*. В «Римской декларации по всемирной продовольственной безопасности» (1996) говорится об обязанности любого государства обеспечивать право каждого человека на доступ к безопасным для здоровья и полноценным продуктам питания в соответствии с правом на адекватное питание и правом на свободу от голода.

Продовольственная безопасность является одной из главных целей аграрной и экономической политики государства. В своём общем виде она формирует вектор движения любой национальной продовольственной системы к идеальному состоянию. В этом смысле стремление к продовольственной безопасности – непрерывный процесс. При этом для её достижения зачастую происходит смена приоритетов развития и механизмов реализации аграрной политики.

Лауреат Нобелевской премии экономист Амартия Сен отметил, что «нет такой вещи, как аполитичная продовольственная проблема». В то время как засуха и другие естественные события могут вызвать условия голода, именно действия или бездействие правительства определяют его серьезность, и часто даже произойдет ли голод. В 20-м веке есть примеры политик правительств, такие как коллективизация в СССР или «большой скачок» в КНР, подрывающие продовольственную безопасность своих собственных стран. Массовый голод часто является оружием войны, как блокада Ленинграда Германией, при битве за Атлантику и блокаде Японии во время Первой и Второй мировых войн.

<sup>1</sup> ЮНИСЕФ и Инициатива по питательным микроэлементам, 2004 год

<sup>2</sup> Francis H., Stevenson R. The longer-term impacts of Western diet on human cognition and the brain. *Appetite*. 2013;63:119–128. doi: 10.1016/j.appet.2012.12.018. [PubMed] <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23291218/>

<sup>3</sup> Benito-León J., Mitchell A. J., Hernández-Gallego J., Bermejo-Pareja F. Obesity and impaired cognitive functioning in the elderly: a population-based cross-sectional study (NEDICES) *European Journal of Neurology*. 2013;20(6):p. 899–e77. doi: 10.1111/ene.12083. [PubMed] <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23323838/>

## Право на полноценное питание и продовольственную безопасность

Правительства большинства стран уделяют приоритетное внимание городским районам, поскольку именно там обычно находятся наиболее влиятельные семьи и предприятия. Правительство часто пренебрегает натуральными фермерами и сельскими районами в целом. Чем более удален и слабо развит этот район, тем меньше вероятность того, что правительство сможет эффективно удовлетворять его потребности. Многие виды аграрной политики, особенно ценообразование на сельскохозяйственные товары, являются дискриминационными по отношению к сельским районам. Правительства часто удерживают цены на основные зерновые на таком искусственно низком уровне, что производители натурального хозяйства не могут накопить достаточный капитал для осуществления инвестиций в улучшение своего производства. Таким образом, они лишаются возможности выхода из своего уязвимого положения, что является нарушением права на правильное питание.

После того, как каждый выступит в течение первой минуты, проведите групповое обсуждение, в котором участники расскажут о своем впечатлении от упражнения.

Тренеру: Для резюмирования сделайте ссылку на факты, которые выявили участники как новый факт или термин во время выступления.

**Информация для тренера:**

К 2030 году:

- покончить со всеми формами недоедания,
- удвоить продуктивность сельского хозяйства и доходы мелких производителей продуктов питания, особенно женщин, семейных хозяйств, скотоводов и рыболовов, за счет надежного и равного доступа к земле, другим производственным ресурсам и средствам, знаниям, финансовым услугам, рынкам и возможностям занятости в несельскохозяйственной сфере создания добавленной стоимости.

Спросите есть ли вопросы. Если нет вопросов, объясните задачу обучения 5:

**Задача обучения 5:** Вкратце изложить виды обучения для приобретения навыка подготовки материала

**Методология** Интерактивная презентация, мозговой штурм.

**Предлагаемое время:** 20 минут

Тренер:

Как Вы усваиваете материал во время обучения?

Как Вам легче усваивать новый, объёмный материал во время тренингов?

*Тренер, выслушав несколько вариантов ответа, резюмирует:*

Использование различных приемов и методов в ходе тренинга позволяет выдержать высокий темп работы, повысить ее интенсивность. Смена различных видов деятельности даёт возможность участникам даже отдохнуть, и дает время для глубокого включения в тему. Нужно готовить материал тренинга с учетом всех участников и их методов обучения, это даст тренерам дополнительный бонус в налаживании

благоприятной атмосферы во время всего периода обучения. Существует несколько видов обучения.

Обучение через слух. Слуховой - где часто нужно воспринимать на слух, такие как мозговой штурм, обсуждение в малых группах и т.п.

Обучение через зрение. Зрительный - сессии со схемами, планы, раздаточные материалы для чтения и ведения записей.

Обучение через действие. Кинетический - Использовать такие виды упражнений, которые заставляют участников вставать и двигаться.

*Завершается заранее подготовленным флипчартом со старой поговоркой:*

"Скажи мне...я забуду. Покажи мне...я запомню, Дай мне поучаствовать...я пойму."

Люди в среднем помнят 10% того, что читают; 20% того, что слышат; 30% того, что видят; 50% увиденного и услышанного одновременно;70% того, что говорят; 90% рассказанного и сделанного одновременно.

**Тренер:** Попросите участников взять по одной карточке с буквой и выстроится в ряд чтоб создать одно слово из 7 букв. Создается слово «ТРЕНЕРУ». Один участник читает первую букву и дает пояснение к карточке, следом и другие участники. Таким образом, мы, завершаем сессию по навыкам публичного выступления памяткой тренеру.

Т – Только если не знают или не могут – объясни

Р – Репетиции и практика – создай постоянство и совершенство

Е – Если позиция не принимается – ей не научишь

Н – Настаивай на участии каждого – для максимальных результатов

Е – Если готовишь тренинг – проанализируй потребности

Р – Работай с результатами – оцени их для саморазвития

У – Учебные материалы – дополняют и вдохновляют

Поблагодарите за проделанную работу. Подведите общий итог сессии: на данной сессии мы с Вами обсудили навыки публичного выступления, вербальные и невербальные каналы связи, подготовили и смогли сделать блестящие презентации на предложенные темы. Несмотря на сложность темы тренинга как продовольственная безопасность, сможем эффективно провести тренинг для аудитории.

После спросите есть ли вопросы?

Если нет вопросов, объясните цели следующей сессии: на следующей сессии мы, будем рассматривать текущую ситуацию продовольственной безопасности и питания.



## СЕССИЯ 2

### ОЦЕНКА ТЕКУЩЕЙ СИТУАЦИИ ПРОДОВОЛЬСТВЕННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И ПИТАНИЯ В КЫРГЫЗСКОЙ РЕСПУБЛИКЕ – ЦИФРЫ И ФАКТЫ

#### Цели обучения:

На данной сессии участники будут знать:

- ✓ современную концепцию продовольственной безопасности,
- ✓ статистику по неполноценному питанию в Кыргызской Республики,
- ✓ ЦУР 2: Ликвидация голода,
- ✓ Взаимосвязь «продовольственной безопасности» и «правильного питания».

**Продолжительность сессии: 2 часа 15 минут**

**Задача обучения 1:** Ознакомить с современной концепцией продовольственной безопасности

**Методология:** Интерактивное обсуждение, мозговой штурм

**Предлагаемое время:** 20 минут

#### Подготовка:

- Подготовить 2 флипчарта:  
Флипчарт №1: «Продовольственная безопасность - это» (напишите только заголовков)
- Флипчарт № 2 «Продовольственная безопасность»:



Уважаемые участники, предметом обсуждения настоящей сессии является «ПРОДОВОЛЬСТВЕННАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ». Продовольственная безопасность приравнивается к национальной безопасности, поскольку отсутствие продовольственной безопасности угрожает жизни, здоровью населения, даже генофонду страны.

**Мозговой штурм.** *Спросите:* как вы понимаете «продовольственную безопасность»? Ответы участников второй тренер записывает на флипчарте № 1. После того, как выскажутся 4-5 участников (или все участники), попросите участников сравнить свои ответы с определением продовольственной безопасности (флипчарт № 2).

*Подведите итоги* мозгового штурма, если участники правильно назвали все составляющие продовольственной безопасности, похвалите (не повторяйте то, что они ответили правильно), уточните, если что-то было пропущено.

## **Информация для тренера:**

Продовольственная безопасность считается достигнутой, если имеется в **наличии** полноценное продовольствие (в достаточном количестве, необходимого качества, безопасное для здоровья и приемлемое с точки зрения социально-культурных особенностей), которое **доступно** каждому члену общества и **потребляется** им в **любое время** (стабильность) для ведения счастливой и здоровой жизни.

**Физическая доступность продуктов питания** - бесперебойное поступление продуктов питания в места их потребления в объемах, достаточных для удовлетворения потребностей населения.

**Экономическая доступность продуктов питания** - возможность приобретения населением, в том числе его социально уязвимыми слоями, продуктов питания в соответствии с минимальными нормами потребления продуктов питания при существующих структуре потребления, системе цен, уровне доходов, социальных пособиях<sup>5</sup>.

Критерии оценки продовольственной безопасности

В Кыргызской Республике степень продовольственной безопасности оценивается трем уровням:

- **оптимальный (достаточный)** - баланс ресурсов, достаточный для обеспечения внутреннего продовольственного рынка за счет собственного производства в пределах 80-85 процентов, экспорт - 15-20, импорт 15-20 процентов;
- **недостаточный** - уровень производства, при котором за счет собственного производства обеспечивается более 60 процентов, но менее 80 процентов продовольствия;
- **критический** - уровень производства, ниже которого наступает зависимость от импорта, должен обеспечивать баланс внутреннего рынка продовольствия за счет собственного производства в пределах 60 процентов<sup>6</sup>.

Базовыми продуктами для оценки уровня продовольственной безопасности определены: хлеб и хлебобулочные изделия; картофель; фрукты и ягоды; овощи и бахчевые; сахар; масло растительное; молоко и молочные продукты; мясо и мясные продукты; яйца.

## **Ситуация по продовольственной безопасности в Кыргызской Республике:**

(в руководстве для участников на стр. 12)

За 2019 год обеспеченность внутреннего продовольственного рынка Кыргызской Республики основными продуктами питания составила:

- **за счет собственного производства:** по хлебобулочным изделиям – 115,8%, картофелю – 257,1%, молоку – 121,8%, мясу – 70,9%, овощам и бахчевым – 221,8%, яйцу – 50,0%, маслу растительному – 26,6%, сахару – 55,5%.
- **с учетом экспорта-импорта:** по хлебобулочным изделиям – 148,3%, картофелю – 257,4%, молоку – 123,5%, мясу – 77,8%, овощам и бахчевым – 229,5%, плодам и ягодам – 41,7%, яйцу – 50,3%, маслу растительному – 111,8%, сахару – 82,8%.

<sup>5</sup> Закона «О продовольственной безопасности Кыргызской Республики».

<sup>6</sup> Постановление Правительства Кыргызской Республики от 3 марта 2009 года N 138.

Удельный вес импорта в объеме внутреннего:

хлебопродукты – 41,6%, мясо – 11,5%, масло растительное – 82,4%, сахар – 38,0%, плодам и ягодам – 27,9%.

После спросите есть ли вопросы?

Если нет вопросов, объясните задачу обучения 2.

**Задача обучения 2:** Ознакомить участников с последствиями «неправильного питания»

**Методология:** Презентация.

**Предлагаемое время:** 20 минут

- Подготовить флипчарт «Правильное питание» – это питание, которое:
  - ✓ соответствует потребностям;
  - ✓ обеспечивает рост, развитие и нормальную жизнедеятельность человека;
  - ✓ способствует укреплению здоровья;
  - ✓ способствует профилактике заболеваний.

\* - Указанный флипчарт должен быть подготовлен накануне проведения тренинга.

**Тренер:** правильное питание является основой здоровья и благополучия человека, его физического и когнитивного развития и экономической продуктивности. *Неправильное питание* означает недостаточное, избыточное или несбалансированное поступление в организм калорий и/или питательных веществ и имеет ряд негативных последствий для здоровья и развития.

Неправильное питание может принимать различные формы: *недоедание, микронутриентная недостаточность и избыточная масса тела и ожирение, смотрите Текст №6 из Сессии 1 на странице 8-9 руководства для тренера.*

Потери для экономики Кыргызстана, связанные со снижением производительности труда из-за НИЗ, составляют 14,6 млрд. сомов, что почти в 4 раза выше объемов ассигнований на меры по профилактике и лечению НИЗ. В целом текущие экономические последствия для экономики Кыргызстана, связанные с НИЗ, составляют 17,1 млрд. сомов в год, что эквивалентно 3,9% годового ВВП страны<sup>7</sup>. Ниже приведена распространенность нарушений питания.

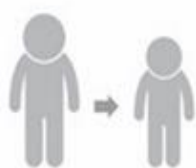
*Обратите внимание участников на распространенность последствий неправильного питания (стр. 13-14 в руководстве для участников).*

**Данные по питанию в Кыргызской Республике:**

---

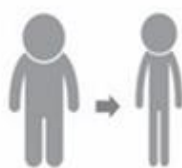
<sup>7</sup> Европейское региональное бюро ВОЗ. Программа развития Организации Объединенных Наций. Профилактика неинфекционных заболеваний и борьба с ними в Кыргызстане: Аргументы в пользу инвестирования, 14 сентября 2017 год

## Тройное бремя неправильного питания



**Низкорослость**  
низкий рост к  
возрасту

В КР **12%** детей до  
5 лет имеют  
низкорослость  
(МИКО, 2014)



**Истощение**  
Низкий вес к  
росту

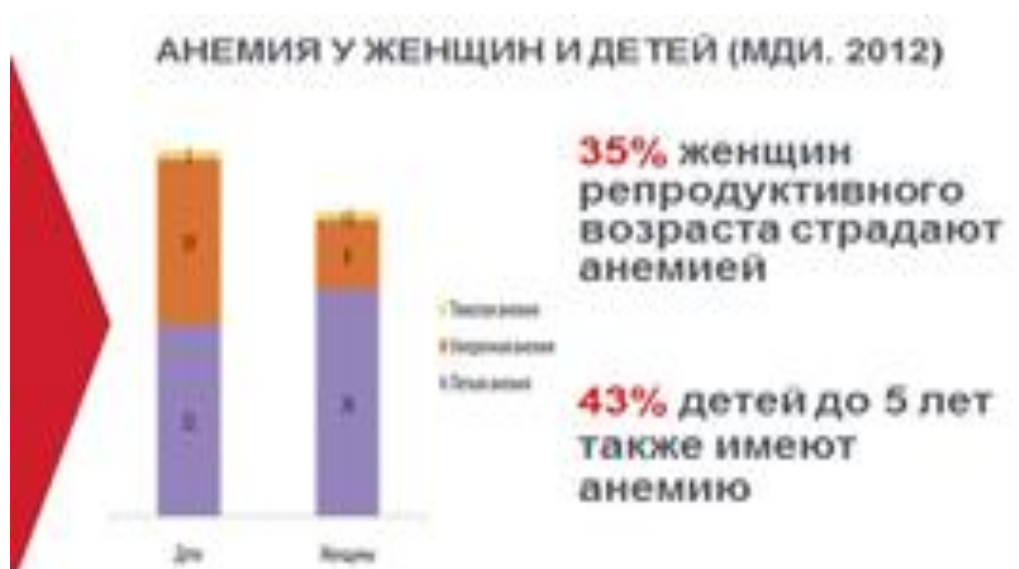
У **2%** детей до 5  
лет имеется  
истощение  
(МИКО, 2014)



**Ожирение**  
повышенный  
вес к росту

У **7%** детей до 5  
лет имеется  
повышенный вес  
(КОМП, 2018)

## Анемия у женщин и детей



Низкорослость среди детей до 5-ти лет - 18%, МДИ, 2012

Низкорослость среди детей до 5-ти лет - 13%, МИКО, 2014



Тренер добавляет вдохновляющие утверждения:

- Вы можете изменить ситуацию по продовольственной безопасности к лучшему в своем регионе.
- Вы играете важную роль и, приобретя на данном тренинге знания и навыки, сможете помочь в своем сообществе.
- Мы хотим, чтобы вы расширили и активизировали свои возможности, так как вы выполняете важную функцию в своем сообществе.

После спросите есть ли вопросы?

Если нет вопросов, объясните цель следующей задачи: Обзор общей концепции проблем неполноценности питания.

**Задача обучения 3:** Ознакомить с общей концепцией проблем неполноценности питания

**Методология:** Интерактивное обсуждение

Предлагаемое время 30 минут

**Тренер:** представляет схему «Общая концепция проблем» и просит найти эту схему в руководстве участника на стр. 15, схема 1.

## Общая концепция проблем неполноценности питания



Попросите участников ознакомиться и расшифровать «Общую концепцию проблем». Для этого дайте участникам 15 минут. По истечении указанного времени, обсудите с использованием информации ниже.

### Информация для тренера:

Согласно этой концепции, неполноценность питания может быть вызвана целым рядом факторов, имеющих прямое или косвенное воздействие на продовольственную безопасность. Данные факторы взаимосвязаны.

В приведенной модели представлены факторы, обуславливающие неполноценное питание на различных уровнях социальной и административной организации. **Непосредственные** факторы действуют на уровне индивидов, **структурные** факторы на уровне семей (домохозяйств) и общин, а **базовые** факторы – на субнациональном, национальном и региональном уровне.

**Базовые причины** – это потенциальные ресурсы. Они находятся под воздействием политических, экономических, культурных и социальных факторов, которые определяют их использование для обеспечения продовольственной безопасности, надлежащего ухода, безопасной окружающей среды и медицинского обслуживания. Степень продовольственной безопасности или необеспеченности в основном определяется этими факторами.

Непосредственные факторы состояния питания находятся под влиянием четырех **структурных факторов**, проявляющихся на уровне домохозяйств. К ним относятся адекватная продовольственная безопасность домохозяйств (наличие и доступность), надлежащий уход за матерью и ребенком (особенно важный для обеспечения должного состояния питания детей), здоровая окружающая среда и доступ к медицинским услугам.

К ресурсам, обеспечивающим **доступность продовольствия**, относятся производство продовольствия, наличие доходов для его приобретения. Помимо собственного производства продовольствия домохозяйствами его достаточность (**наличие**) определяется предложением на рынке, которое представляет собой сочетание национальных запасов продовольствия, коммерческого импорта, продовольственной помощи и отечественного производства продовольствия.

**Пищевой рацион** должен быть полноценным по количеству и качеству, а питательные вещества должны потребляться в необходимом сочетании для того, чтобы человеческий организм был способен усваивать их (энергосистемы, белки, жиры и микроэлементы). Больной человек часто теряет аппетит, недостаточно питается, плохо переваривает пищу и вынужден использовать некоторые питательные вещества для борьбы с инфекцией. При неполноценном питании люди более восприимчивы к инфекционным заболеваниям вследствие ослабления иммунитета. Инфекции повышают потенциал и степень недоедания.

Из представленной схемы ясно, что главным показателем достижения продовольственной безопасности является ликвидация болезней, связанных с неадекватным питанием и продовольственной **небезопасностью**.

Улучшение текущей ситуации есть ключевой фактор для достижения Целей устойчивого развития. Если нет вопросов, то переходите к презентации целей устойчивого развития.

#### Задача обучения 4: Ознакомить участников с ЦУР

**Методология:** Интерактивное обсуждение

**Предлагаемое время:** 20 минут

**Тренер:** всего 17 целей устойчивого развития (ЦУР). Из них ЦУР 2 посвящен ликвидации голода и болезней, связанных с ним, другие цели, так или иначе, связаны с питанием и здоровьем человека. Например, нищета (ЦУР 1) непосредственно влияет на продовольственную безопасность и на рацион питания семей, рацион питания является составной частью здорового образа жизни и благополучия (ЦУР 3).

**Тренеру:** С ЦУР участники могут ознакомиться самостоятельно. В руководстве для участников на стр 16-17. Дайте 3 минуты для ознакомления. Если будут вопросы по ЦУР, дайте развернутый ответ.

ЦУР 1: Повсеместная ликвидация нищеты во всех её формах.

ЦУР 2: Ликвидация голода, обеспечение продовольственной безопасности и улучшение питания и содействие устойчивому развитию сельского хозяйства.

ЦУР 3: Обеспечение здорового образа жизни и содействие благополучию для всех в любом возрасте.

ЦУР 4: Обеспечение всеохватного и справедливого качественного образования и поощрение возможности обучения на протяжении всей жизни для всех.

ЦУР 5: Обеспечение гендерного равенства и расширение прав и возможностей всех женщин и девочек.

ЦУР 6: Обеспечение наличия и рационального использования водных ресурсов и санитарии для всех.

ЦУР 7: Обеспечение доступа к недорогим, надежным, устойчивым и современным источникам энергии для всех.

ЦУР 8: Содействие неуклонному, всеохватному и устойчивому экономическому росту, полной и производительной занятости и достойной работе для всех.

ЦУР 9: Создание прочной инфраструктуры, содействие обеспечению всеохватной и устойчивой индустриализации и внедрению инноваций

ЦУР 10: Снижение уровня неравенства внутри стран и между ними.

ЦУР 11: Обеспечение открытости, безопасности, жизнестойкости и устойчивости городов и населенных пунктов.

ЦУР 12: Обеспечение рациональных моделей потребления и производства.

ЦУР 13: Принятие срочных мер по борьбе с изменением климата и его последствиями.

ЦУР 14: Сохранение и рациональное использование океанов, морей и морских ресурсов в интересах устойчивого развития.

ЦУР 15: Защита, восстановление экосистем суши и содействие их рациональному использованию, рациональное управление лесами, борьба с опустыниванием, прекращение и обращение вспять процесса деградации земель и прекращение процесса утраты биологического разнообразия.

ЦУР 16: Содействие построению миролюбивых и открытых обществ в интересах устойчивого развития, обеспечение доступа к правосудию для всех и создание эффективных, подотчетных и основанных на широком участии учреждений на всех уровнях.

ЦУР 17: Укрепление средств достижения устойчивого развития и активизация работы механизмов глобального партнерства в интересах устойчивого развития.

Тренеру: Если нет вопросов, переходим на задачи ЦУР 2.

#### **Задача обучения 4. Ознакомление с задачами ЦУР 2 Ликвидация голода**

**Методология:** Мозговой штурм методом карусели



**Предлагаемое время:** 45 минут

**Тренер:**

По текущим оценкам, в мире голодают почти 795 миллионов человек. Рост за последние пять лет составил почти 60 миллионов, то есть число голодающих увеличивалось на 10 миллионов человек за один год. По данным Всемирной продовольственной программы, 135 миллионов человек страдают от голода из-за антропогенных конфликтов, изменений климата и экономического спада. В 2017 году число детей в возрасте до 5 лет с задержкой в развитии составляло 151 миллион, страдающих от истощения - 51 миллион, а имеющих избыточный вес — 38 миллионов. К числу основных причин относятся конфликты, засуха и стихийные бедствия, связанные с изменением климата.

Участников разделите на 3-4 группы и каждой группе выдается флипчарт и проспекты с задачами ЦУР 2.

В течение 10 минут каждая группа определяет максимальное число идей, используя данные проспектов с задачами ЦУР. Затем группы обмениваются флипчартами и продолжают работать над следующими задачами, и так продолжается, пока каждая группа не внесет свой вклад в разработку всех 8-и задач ЦУР 2. В конце мозгового штурма все флипчарты предъявляются аудитории, и участники могут посмотреть на результаты общей работы. В продолжение обсуждения каждая группа может получить обратно флипчарт, с которого они начинали работу, с просьбой осмыслить все предложения, выдвинутые по данной теме.

*ЦУР 2: Ликвидация голода, обеспечение продовольственной безопасности и улучшение питания, и содействие устойчивому развитию сельского хозяйства. Обратите внимание на руководство для участников стр. 18-19*

<p>Задача 2.1. К 2030 году обеспечить круглогодичным доступом к сбалансированному и высококачественному питанию в необходимых объемах все слои населения, особенно социально уязвимые, включая младенцев, к жизненно важным и безопасным продуктам питания.</p>	<p>Задача 2.2. К 2030 году покончить со всеми формами недоедания. В том числе достичь к 2025 году согласованных на международном уровне целевых показателей, касающихся борьбы с задержкой роста и задержкой веса у детей в возрасте до пяти лет, и удовлетворять потребности в питании девочек подросткового возраста, беременных и кормящих женщин и пожилых людей.</p>



**Задача 2.3. Значительно повысить к 2030 году среднюю продуктивность производства продовольственной сельскохозяйственной продукции и доходы производителей продовольственной сельскохозяйственной продукции.**



**Задача 2.4. К 2030 году обеспечить создание устойчивых систем производства продуктов питания и внедрить методы ведения сельского хозяйства, которые позволят повысить продуктивность сельскохозяйственного производства.**



**Задача 2.5. Обеспечить сохранение генетического разнообразия семян и культивируемых растений, а также сельскохозяйственных и домашних животных и их соответствующих диких видов, в том числе посредством надлежащего содержания разнообразных банков семян и растений.**



**Задача 2.a. Увеличить инвестирование, в том числе посредством активизации международного сотрудничества, в сельскую инфраструктуру, сельскохозяйственные исследования и информирование, развитие технологий и создание генетических банков растений и животных в целях укрепления потенциала в области сельскохозяйственного производства.**

**ЦЕЛЬ 2  
ЛИКВИДАЦИЯ  
ГОЛОДА**



**2-b**  
Устранение торговых ограничений, искажений на мировых рынках и субсидирования экспорта

Устранять и пресекать введение торговых ограничений и возникновение искажений на мировых рынках сельскохозяйственной продукции, в том числе посредством параллельной ликвидации всех форм субсидирования экспорта сельскохозяйственной продукции и всех экспортных мер, имеющих аналогичное воздействие, в соответствии с мандатом Дорногодского договора партнеров по вопросам развития

#ЗнайСвоиЦели  
SDG.OPENSKOLA.ORG

**Задача 2.b.** Устранять и пресекать введение торговых ограничений и возникновение искажений на мировых рынках сельскохозяйственной продукции.

**ЦЕЛЬ 2  
ЛИКВИДАЦИЯ  
ГОЛОДА**



**2-c**  
Обеспечение функционирования рынков и своевременного доступа к информации

Принять меры для обеспечения надлежащего функционирования рынков продовольственных товаров и продукции их переработки и содействовать своевременному доступу к рыночной информации, в том числе в продовольственных резервах, с целью помочь ограничить чрезмерную изменчивость цен на продовольствие

#ЗнайСвоиЦели  
SDG.OPENSKOLA.ORG

**Задача 2.c.** Принять меры для обеспечения надлежащего функционирования рынков продовольственных товаров и продукции их переработки и содействовать своевременному доступу к рыночной информации, в том числе о продовольственных резервах, с целью помочь ограничить чрезмерную изменчивость цен на продовольствие.

Эти задачи должны быть отражены в областных планах по питанию и продовольственной безопасности в зависимости от ситуации в той или иной области.

*Спросите, есть ли вопросы.*

Если нет вопросов, объясните цели следующей сессии.

## СЕССИЯ 3

### ПРАВО НА ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

#### Цель сессии:

К концу данной сессии участники будут знать:

- ✓ Что такое право на питание,
- ✓ Семь принципов «PANTHER» в области права на питание,
- ✓ Обязательства государства относительно соблюдения права населения на адекватное питание

**Продолжительность сессии: 1 час 30 минут**

**Задача обучения 1.** Право на правильное питание. Семь принципов «PANTHER» меры политики в области права на питание

**Методология:** Интерактивная презентация.

**Предлагаемое время:** 60 минут

**Тренер:** мы с вами обсудили современную концепцию продовольственной безопасности, ЦУРы. Очень много факторов могут оказать влияние на продовольственную безопасность и правильное питание. Одним из определяющих факторов является гарантия права на правильное питание. Давайте обсудим, что такое право на адекватное питание, и почему оно важно.

Тренер задает вопрос: Что такое право на питание?

- Дайте время участникам несколько минут подумать. Задавайте наводящие вопросы, если участники испытывают некоторые трудности:
  - ✓ правительство обязано раздавать продовольствие всем, кто в нем нуждается?
  - ✓ это право на обеспечение питанием?
  - ✓ люди удовлетворяют собственные потребности за счет собственных усилий и использования собственных ресурсов?
  - ✓ если люди сами удовлетворяют собственные потребности, то участие государство в чем?
- Второй тренер записывает ответы участников на флипчарте.
- После того как участники высказали свое мнение, обратите внимание участников на следующее определение:

Право на правильное питание – это право на все питательные элементы, в которых человек нуждается для здоровой и активной жизни, а также на средства доступа к ним.

Продемонстрируйте схему 2 на стр. 20 в руководстве для участников, обратите внимание участников, что право на правильное питание признает нужды (наличие, доступность, стабильность и использование) и права (участие, ответственность, недискриминация, достоинство, расширение прав и верховенство закона).



После спросите есть ли вопросы? Если нет вопросов, объясните цели следующего упражнения:

**Тренер:**

- Давайте обсудим «ПРАВО НА ПИТАНИЕ означает ли ПРАВО НА ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПИТАНИЕМ?». Попросите ответить: «да» или «нет». Далее попросите участников обосновать свою позицию.
- Поблагодарите участников за активную дискуссию. Подытожьте дискуссию групп, используя информацию, которая представлена ниже.

**Информация для тренера:**

- Право на питание – это не право на обеспечение питанием,
- Право на питание – это право на самообеспечение питанием достойным образом.
- Люди удовлетворяют собственные потребности за счет собственных усилий и использования собственных ресурсов. Для того чтобы иметь такую возможность, человек должен жить в условиях, позволяющих ему либо производить продукты питания, либо покупать их. Для производства собственных продуктов питания человек нуждается в земле, семенах, воде и других ресурсах, а для покупки продуктов питания нужны деньги и доступ к рынку.

- Право на питание обязывает государства обеспечивать благоприятную среду, в которой люди могут использовать весь их потенциал для производства или приобретения продуктов, позволяющих им обеспечивать самих себя и свои семьи достаточным питанием.
- Однако если люди не способны прокормить себя, используя собственные средства, например, из-за вооруженного конфликта, стихийного бедствия или находясь в местах лишения свободы, то само государство должно обеспечивать их питанием.

Подготовить флипчарт №2 «Руководящие принципы права на питание - PANTHER».

<b>Participation</b>	Участие
<b>Accountability</b>	Подотчетность
<b>Non-discrimination</b>	Недискриминация
<b>Transparency</b>	Прозрачность
<b>Human dignity</b>	Достоинство человека
<b>Empowerment</b>	Расширение прав и возможностей
<b>Rule of law</b>	Верховенство закона

Тренер раздает участникам определения Руководящих принципов права на питание (PANTHER). Участники должны в течении 5 минут выявить к какому принципу относится данное определение и разъяснит каждый пункт, обратите внимание на руководство для участников стр. 21

<b>Participation</b> <b>Участие:</b>	Люди должны иметь возможность участвовать в планировании, дизайне, мониторинге и оценке решений, которые касаются их. Участие должно быть активным, свободным и осмысленным.
<b>Accountability</b> <b>Подотчетность:</b>	Должностные лица должны быть ответственным перед своим начальством и перед людьми, которым они служат для их действий в выполнении их мандатов и назначенных ролей. Такая подотчетность может быть обеспечена через социальные, административные, политические и судебные процессы и контроль.
<b>Non-discrimination</b> <b>Не дискриминация:</b>	Ни один человек или группы людей не должны быть ДИСКРИМИНИРОВАНЫ на основании: расы, цвета, пола, языка, религии, политического или другого мнения, национального или социального происхождения, собственности, рождения или усыновления и др. Особое внимание нужно отдать тем, кто не может полностью воспользоваться своими правами как другие люди или группы.
<b>Transparency</b> <b>Прозрачность:</b>	Заинтересованные лица должны иметь необходимую информацию о процессах принятия решений и тех, кто является подотчетным и за что отвечает.
<b>Human dignity</b> <b>Достоинство человека:</b>	Человеческое достоинство относится к безусловной и присущей от рождения ценности, просто потому что он человек, а не в силу какого-либо социального статуса или конкретного полномочия.

	Этот принцип имеет особое значение для детей, людей с ограниченными возможностями и пожилых людей.
<b>Empowerment</b> <b>Расширение прав и возможностей:</b>	Люди должны иметь силу, потенциал, возможности и доступ, необходимый для изменения своей жизни, в том числе силу искать (обращаться) у государства процессуальные действия за нарушения их прав человека.
<b>Rule of law</b> <b>Верховенство закона:</b>	Каждый член общества, в том числе государство, должен следовать закону. Правовые нормы должны быть ясными, хорошо понятными и справедливо исполняемыми. Люди должны иметь: право жаловаться перед независимым судом или эквивалентным органом; право на должный процесс; и право на адекватное возмещение ущерба.

Резюмирование: Кыргызская Республика является членом ООН, ратифицировала все международные нормы по правам человека, поэтому у нас есть основания требовать у государства соблюдения вашего права на правильное питание. Ознакомьте со следующей задачей обучения.

**Задача обучения 2.** Ознакомить с обязательствами государства относительно соблюдения права населения на правильное питание

**Методология:** Интерактивная презентация. Мозговой штурм.

**Предлагаемое время:** 30 минут

**Тренер задает вопрос:** В чем обязательства государств при соблюдении права населения на правильное питание? *обратите внимание на руководство для участников стр. 22-23*

После того как услышите несколько ответов, резюмируйте:

Государства несут первостепенное обязательство по защите и поощрению прав человека. Правозащитные обязательства определяются и гарантируются международным, обычным правом и по смыслу международных правозащитных договоров, возлагая на ратифицировавшие их государства, имеющие непреложную юридическую силу обязательства по реализации этих прав. В ряде национальных конституций также признается право на питание и соответствующие обязательства государства.

Три типа обязательств:

Обязательства государств в связи с правом на питание по-разному отражены в различных договорах. Однако в целом они подпадают под три категории, а именно: *обязательства соблюдать, защищать и осуществлять*

### **Обязательство соблюдать право на питание**

Государства должны *соблюдать* право людей на существующий доступ к питанию и средства получения продовольствия. Это означает запрещение любой меры, которая

приводит к препятствованию в доступе к питанию, например, посредством отказа политическим оппонентам в продовольственной помощи.

### **Обязательство защищать право на питание**

Государства обязаны *защищать* пользование лицами правом на питание от нарушений, совершаемых третьими сторонами (например, другими лицами, группами, частными предприятиями и другими субъектами). Например, государствам следует не позволять третьим сторонам уничтожать источники питания, к примеру, путем загрязнения земли, воды и воздуха опасными промышленными и сельскохозяйственными продуктами, или уничтожать исконные земли в целях разминирования, сооружения плотин, автомагистралей или организации агропромышленного производства.

### **Обязательство осуществлять право на питание**

Обязательство *осуществлять* включает как обязательство *облегчать*, так и обязательство *предоставлять*. Обязательство *осуществлять* (*облегчать*) означает, что государства должны инициативно стремиться к укреплению возможностей населения в плане доступа к ресурсам и средствам обеспечения существования и пользования ими, включая укрепление продовольственной безопасности. Когда лица или группы по не зависящим от них причинам не могут воспользоваться правом на питание с помощью средств, имеющихся в их распоряжении, государства несут обязательство по *осуществлению* (*предоставлению*) питания, например, в рамках продовольственной помощи или охвата сетями социальной безопасности наиболее обездоленных слоев и жертв стихийных или иных бедствий.

### **Обязательство по постепенному осуществлению и обязательство по незамедлительному осуществлению**

#### **Постепенное осуществление**

Некоторые договоры и национальные конституции допускают постепенное достижение государствами полного осуществления права на питание. Например, пункт 1 статьи 2 Международного пакта об экономических, социальных и культурных правах гласит следующее:

*Каждое участвующее в настоящем Пакте государство обязуется в индивидуальном порядке и в порядке международной помощи и сотрудничества, в частности в экономической и технической областях, принять в максимальных пределах имеющихся ресурсов меры к тому, чтобы обеспечить постепенно полное осуществление признаваемых в настоящем Пакте прав всеми надлежащими способами, включая, в частности, принятие законодательных мер.*

#### **Обязательства безотлагательного характера**

Хотя некоторые аспекты права на питание подлежат постепенному осуществлению, другие обязательства государств имеют *безотлагательный характер*. Ниже приведены четыре категории обязательств безотлагательного характера по Международному пакту об экономических, социальных и культурных правах.

##### *а) Ликвидация дискриминации*



Государства должны *незамедлительно* запретить дискриминацию в доступе к питанию и соответствующим ресурсам по признаку расы, цвета кожи, пола, языка, возраста, религии, политических или иных убеждений, национального или социального происхождения, имущественного положения, рождения, инвалидности или иного обстоятельства и принять меры по искоренению дискриминации на этих основаниях.

**б) Обязательство "принимать меры"**

Как отмечалось выше, в соответствии с обязательством по постепенному осуществлению государства не могут бездействовать, а, напротив, обязаны предпринимать постоянные усилия с целью улучшения пользования правом на питание.

**с) Запрещение регрессивных мер**

Государства не могут допускать ухудшения в плане снижения существующего уровня осуществления права на питание, если только для этого не имеется веских оправданий.

**д) Обеспечение минимального базового уровня осуществления права на питание**

В соответствии с Международным пактом об экономических, социальных и культурных правах существуют обязательства, которые считаются незамедлительно вступающими в силу, с тем чтобы обеспечить *минимальные базовые уровни осуществления каждого из прав*, включая право на питание. Они называются *минимальными основными обязательствами*.

Тренеру: В завершении ознакомьте с таблицей достижения цели нулевого голода *обратите внимание на руководство для участников стр. 24*

Достижение цели Нулевого голода				
100% доступ к достаточному питанию в течение всего года	Нулевое количество детей с задержкой роста в возрасте до 2 лет	Экологическая устойчивость всех систем питания	100% рост производительности и дохода мелких фермеров	Нулевые потери продуктов питания

Zero Hunger Challenge				
100%	Zero	All	100%	Zero
access to adequate food all year round	stunted children less than 2 years	food systems are sustainable	increase in smallholder productivity and income	loss or waste of food

Поблагодарите за проделанную работу. Спросите есть ли вопросы? Если нет вопросов, попрощайтесь до следующего дня.

## СЕССИЯ 4

### ЦЕЛЕВЫЕ ВМЕШАТЕЛЬСТВА/ДЕЙСТВИЯ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ ПРОДОВОЛЬСТВЕННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПОЛНОЦЕННОГО ПИТАНИЯ НА МЕЗО - И МИКРОУРОВНЕ

#### Цель обучения:

К концу данной сессии участники:

- ✓ Будут знать значения терминов «наличие», «доступность» и «использование».
- ✓ Смогут различать действия по улучшению наличия, доступа и использования продовольствия.
- ✓ Будут знать значение безопасности пищевых продуктов.

**Продолжительность сессии: 2 часа**

#### Подготовка:

- Флипчарты: «наличие», «доступность», «использование» и «стабильность» (только заголовки).

**Задача обучения 1:** Ознакомить с терминами «наличие», «доступность» и «использование»

**Методология:** Мозговой штурм. Интерактивное обсуждение. Работа в малых группах.

**Предлагаемое время: 20 минут**

#### Тренер:

Основной целью продовольственной безопасности и питания является качественное улучшение питания населения через стабильное обеспечение наличия, доступности, использования и требований безопасности продуктов питания.

Целенаправленные действия по обеспечению ПБиП охватывают целый ряд мероприятий, призванных повысить продовольственную безопасность и обеспечение полноценного питания конкретных групп населения, признанных уязвимыми или не обеспеченными продовольствием. Действия направлены на обеспечение наличия и доступности продовольствия и на улучшение использования продовольствия целевыми группами.

**Мозговой штурм.** *Спросите:* Что такое «наличие», «доступность» и «использование»? Ответы участников второй тренер записывает на флипчарте. После того, как выскажутся 4-5 участников, попросите участников найти информационный материал «Что такое «наличие», «доступность» и «использование» на стр. 25 в руководстве для участников. Дайте время прочитать данный материал (5 минут).

## Что такое «наличие», «доступность» и «использование»?

Наличие
<p>физическое существование продовольствия: либо собственного производства, либо приобретаемого на рынке. На национальном уровне наличие продуктов питания обеспечивается внутренним производством продовольствия, коммерческим импортом продуктов питания, продовольственной помощью, внутренними запасами продовольствия, а также основными детерминантами всех этих факторов.</p>
Доступность
<p>подразумевается, что все домохозяйства и все члены этих домохозяйств имеют достаточно средств для получения надлежащего продовольствия и обеспечения полноценного питания.</p> <p>Она зависит от уровня ресурсов на уровне домохозяйства (наличия финансов, работы и знаний), а также от цен на продовольствие. Адекватная доступность может быть достигнута, даже если домохозяйства не обеспечивают себя продовольствием собственного производства. Более важным фактором является способность домохозяйств получать достаточные доходы, которые могут быть использованы вместе с собственным производством для удовлетворения потребности в продовольствии.</p> <p>Помимо этого, доступность зависит от физического, социального и политического окружения, которые определяют, насколько эффективно домохозяйства способны использовать свои ресурсы для достижения целей продовольственной безопасности. Резкие изменения данных условий – длительные периоды засухи или социальных конфликтов – могут серьезно подорвать стратегии производства продовольствия и поставить под угрозу доступ к нему затронутых домохозяйств.</p>
Использование
<p>отражает социально-экономический аспект продовольственной безопасности домохозяйств. При наличии достаточного количества полноценного продовольствия и его доступности для домохозяйств последним необходимо принимать решения о том, какое продовольствие следует приобретать, готовить и потреблять (потребности) и как его распределять среди членов. В домохозяйствах с неравным <b>распределением</b> некоторые члены могут страдать от нехватки продовольствия, даже если замеры совокупный доступ к нему является достаточным. То же происходит и при <b>несбалансированности состава потребляемого продовольствия</b>. Помимо этого, продовольствие может выполнять и социальную функцию, особенно в периоды дефицита продовольствия, для укрепления сплоченности внутри сообщества путем проведения жертвоприношений, ритуальных трапез и т.п. Все эти социально-экономические аспекты определяются уровнем знаний и привычками. Это наиболее критично для питания детей (<b>кормление грудью, переход на детское питание</b> и т.п.).</p> <p>При рассмотрении проблем продовольственной безопасности на уровне отдельных индивидов необходимо принимать во внимание и аспект биологического <b>усвоения</b> продовольствия. Под ним подразумевается способность человеческого организма принимать пищу и превращать ее в энергию, которая либо используется для ежедневной физической деятельности, либо запасается в организме. Усвоение обеспечивается не только наличием адекватного пищевого рациона, но и здоровой окружающей средой, включая безопасную питьевую воду и адекватные санитарные условия (для предотвращения заболеваний), а также пониманием правил ухода за здоровьем, приготовления пищи и процессов хранения продовольствия.</p>

### Стабильность

временный фактор продовольственной безопасности, т.е. продукты в достаточном количестве, соответствующего качества имеются в наличии, они доступны КРУГЛЫЙ ГОД, из них соответствующим образом готовится еда, и она справедливо распределяется между членами семьи.

Подведите итоги мозгового штурма, если участники захотят что-то добавить, дайте им возможность. Если участники правильно ответили на вопрос, похвалите (не повторяйте то, что они ответили правильно), уточните, если что-то было пропущено.

Объясните следующую учебную задачу.

### Задача обучения 2: Действия по улучшению наличия, доступа и использования продовольствия

**Методология:** Интерактивное обсуждение. Работа в малых группах.

**Предлагаемое время: 1 час**

**Тренер:**

Целенаправленные действия по вмешательству могут быть классифицированы следующим образом:

меры по расширению наличия продовольствия и права доступа к нему на уровне индивидов и домохозяйств, в т.ч. содействие производству продовольствия малыми фермерскими хозяйствами, мероприятия по повышению занятости и созданию возможностей для заработка, а также выплата адресных субсидий и бесплатная выдача продуктов, в т.ч. и на мезоуровне;

меры по улучшению использования продовольствия целевыми группами, например, санитарное просвещение и диетологическое воспитание, профилактическая медицинская помощь и лечение, обеспечение питьевой водой, гигиена, хранение продовольствия, приготовление пищи, практика кормления и т.п.

**Тренер:**

Просит участников найти таблицу 4.1 на стр. 27 в руководстве для участника и прочитать содержание таблицы. Дайте им **5 минут**. Обсудите с участниками действия по вмешательству для обеспечения ПБиП (**15 мин**).

**Таблица 4.1 - Действия по вмешательству для обеспечения ПБиП, основные целевые группы и последствия для продовольственной безопасности домохозяйств**

	<b>Вид действий по вмешательству</b>	<b>Целевые группы</b>	<b>Последствия для ПБ и домохозяйств</b>
<b>Наличие</b>	<p>Улучшение производственных активов и целевая поддержка производства, например,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• земельная реформа,</li> <li>• сохранение природных богатств,</li> <li>• технологии, водоснабжение,</li> <li>• обеспечение ресурсами,</li> <li>• кредитование сельского хозяйства,</li> <li>• обучение и подготовка.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Мелкие фермеры,</li> <li>• фермеры - (полу) уязвимые,</li> <li>• фермеры-арендаторы,</li> <li>• жертвы конфликтов, например, беженцы, внутренние и внешние мигранты.</li> </ul>	<p>Повышение доходов от с/х:= рост покупательной способности, = рост потребности домохозяйств в продовольствии.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Повышение степени снабжения продовольствием собственного производства.</li> </ul>
<b>Доступ</b>	<p>Формирование доходов (например, обучение, программы микрокредитования);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• общественные работы / создание рабочих мест</li> <li>• Программы FFW (продовольствие за работу)</li> </ul>	<p>Бедное городское и сельское население, безработные, безземельные крестьяне.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повышение денежных доходов: = рост покупательной способности, = рост спроса на продовольствие и обеспечения им.</li> <li>• Рост доходов в натур. форме: = повышение обеспечения домохозяйств продовольствием.</li> </ul>
	<p>Целевая поддержка, напр.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• продуктовые карточки,</li> <li>• дешевое продовольствие,</li> <li>• субсидии на низкокачественные товары</li> <li>• региональная поддержка</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Бедное городское и сельское население,</li> <li>• особо уязвимые группы.</li> </ul>	<p>Повышение реальных доходов ввиду снижения цен на продовольствие = рост покупательной способности, = рост потребности домохозяйств в продовольствии.</p>
<b>Использование</b>	<p>Прямая продовольственная помощь, например,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• помощь бедным,</li> <li>• специальные/ дополнительные программы питания,</li> <li>• кормление жидкими продуктами,</li> <li>• диетологическое воспитание и санитарное просвещение (гигиена).</li> </ul>	<p>Особо уязвимые группы, например,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• дети с недоеданием,</li> <li>• домохозяйства, ведомые женщинами;</li> <li>• беременные и кормящие грудью женщины;</li> <li>• пожилые, люди с хроническими заболеваниями, ЛОВЗ.</li> </ul>	<p>Улучшение снабжения индивидов и/или домохозяйств продовольствием благодаря прямой продовольственной помощи.</p>

## Работа в малых группах

### Инструкция к работе:

#### Тренер:

- Разделите участников на 3 малые группы, разъясните, что им предстоит выполнить, и определите время, отведенное на выполнение задания – 20 минут.
- Выделите одну проблему. Например, «Железодефицитная анемия (ЖДА)». Анемия - это малокровие, для которого характерно уменьшение количества эритроцитов и снижение содержания гемоглобина. Любая анемия приводит к снижению дыхательной функции крови и развитию кислородного голодания тканей. Скажите, что одним из основных последствий недостаточного питания является, например, высокий уровень распространенности ЖДА среди населения нашей страны (37,8 % беременных и 34,2 % женщины детородного возраста, 42,6 % детей).
- Перед началом практической работы, задайте вопрос: Какие продукты богаты железом? Послушайте несколько ответов, и можете дополнить: печень (утки, молодого теленка, куриная, говяжья), мясо (говядина, баранина, индейка, свинина), пшеничные отруби, семечки тыквы, чечевица, томатный сок, кунжут, фасоль, горох, фисташки, лисички, куриные яйца, пряности (кардомон, петрушка, зеленая мята, корица, крапива).
- При обсуждении продуктов богатых железом, можете пользоваться рисунками 4.1 и 4.2. на стр. 28 руководства для участников.



Рисунок 4.1. Продукты питания богатые железом

ПРОДУКТ	СОДЕРЖАНИЕ ЖЕЛЕЗА В 100 Г
Сушеные грибы	35 мг
Говьяня печень	20 мг
Какао	11,7 мг
Зеленая фасоль	7,9 мг
Земляника	7,8 мг
Черника	7 мг
Крольчатина	4,4 мг
Говядина	2,5 мг
Яйцо	1,5 мг
Морковь	0,7 мг

Рисунок 4.2. Источники железа

- Необходимо помнить, что в продуктах растительного происхождения железо находится в трехвалентной форме, которое плохо усваивается. Поэтому включайте в рацион витамин С-содержащие овощи, такие, как перец, брюссельская капуста, кислая капуста, картофель или же принимайте стакан апельсинового сока к еде. Витамин С переводит железо в двухвалентную форму, которая нормально усваивается нашим организмом.
- Старайтесь перед едой или во время еды не пить кофе или чай, поскольку с содержащимися в них танином и кофеином железо образует нерастворимые комплексы и выводится через почки. Лучше пейте кофе или чай через полчаса после еды.
- Дайте задание группам:

*1-ой группе дайте задание: на флипчарте написать действия по улучшению наличия продовольствия богатых железом.*

*2-ой группе дайте задание: на флипчарте написать действия по улучшению доступности продовольствия.*

*3-ей группе дайте задание: на флипчарте написать действия по улучшению использования (усвоения) продовольствия.*

- Следите за временем, отведенным для групповой работы.
- По завершению работы в группах, предложите малым группам выбрать презентатора и представить результаты групповой работы (по 5 минут каждой группе).
- После того, как группы по очереди представляют результаты групповой работы, используя таблицу 4.2 на стр. 38 руководства для тренера, можете дополнить выступления участников.

**Таблица 4.2 - Примеры действий**

<b>Проблема: ЖДА женщин</b>	
	<b>Действия/вмешательства</b>
<b>Наличие</b>	Создание небольших общинных или приусадебных огородов и выращивание овощей и фруктов. Выращивание фруктовых деревьев. Применение качественного семенного материала с повышенной урожайностью. Улучшение сортов растений и пород скота для повышения содержания микронутриентов. Выращивание КРС, разведение птиц, разведение рыбы. Улучшение поголовья скота, улучшение здоровья скота. Культивирование водных организмов. Система микро-кредитов для мелких фермеров. Создание и поддержка кооперативов. Обогащение продуктов питания.
<b>Доступность</b>	Общественно-полезная работа. Повышение занятости. Продовольствие за работу.

	<p>Побочная работа и дополнительные заработки. Программы обучения и повышения квалификации, поддержка малого предпринимательства, внедрение системы микрокредитов.</p> <p>Бесплатная раздача продуктовых пайков.</p> <p>Программы специального и дополнительного питания.</p>
<b>Использование (усвоение)</b>	<p>Раздача микронутриентов. Обогащение пищи, использование добавок (железа/фолатов).</p> <p>Профилактика диареи, профилактика ОРЗ, санитарное просвещение.</p> <p>Улучшение водоснабжения.</p> <p>Правильное удаление экскретов (например, сооружение уборных) и бытовых отходов.</p> <p>Повышение доходов и снижение трудовой нагрузки женщин.</p> <p>Планирование семьи.</p> <p>Регулирование размеров семьи и планированию рождаемости.</p> <p>Равномерное распределение продовольствия внутри семьи.</p> <p>Санитарное просвещение диетологическое воспитание.</p> <p>Формальное и неформальное образование (профилактика болезней, правильное питание, планирование семьи и т.п.)</p> <p>Обучение по хранению плодов и овощей в домашних условиях.</p> <p>Снижение потерь при хранении (улучшение сбыта, упаковки, перевозки, хранение в холодильниках, применение удобных методов консервирования и переработки продовольствия, сушка, ферментация)</p>

- Поблагодарите участников за групповую работу и объясните следующую учебную задачу.
- Спросите: есть ли вопросы. Ответьте на вопросы и завершите сессию.
- Объясните следующую учебную задачу.

### Задача обучения 3: Качество и безопасность продовольствия

**Методология:** Интерактивное обсуждение

**Предлагаемое время:** 40 минут

**Инструкция к работе:**

**Тренер:**

Неотъемлемой частью политики достижения продовольственной безопасности и питания Кыргызской Республики является повышение безопасности продуктов питания.

Удовлетворительный уровень качества и безопасности продовольствия может быть достигнут путем внедрения мер обеспечения качества и контроля их применения по всей продовольственной цепи. Системы контроля продовольствия разнообразны и сложны. Практически для каждого вида продуктов, различных технологий, применяемых в сфере предварительной обработки, переработки и производства продовольствия, а также для



разных пищевых производств существуют особые технические средства контроля. Обеспечению качества переработки продуктов питания служат самые разнообразные меры, включая рекомендуемые нормы по сельскохозяйственному производству, ветеринарные предписания, нормативы ведения фермерского хозяйства и санитарно-гигиенические нормы.

Ввиду часто возникающей озабоченности потребителей, а также большого числа и разнообразия проблем, связанных с качеством и безопасностью продовольствия, в этой сфере нередко требуется техническая помощь. Государства должны принимать меры по обеспечению безопасности продовольствия, выпускаемого в их странах, минимизации риска для здоровья своих граждан, борьбе с фальсификацией товаров и недобросовестной торговой практикой.

*Спросите:* Что такое безопасность пищевой продукции?

**Информация для тренера:** Безопасность пищевой продукции – это отсутствие в сырье и готовой еде вредных примесей для человека и его будущего поколения.

*Спросите:* Можете назвать какие-либо опасности пищевой безопасности?

**Информация для тренера:**

Категории опасностей пищевой безопасности:

1. (Микро) биологические опасности,
2. Химические опасности,
3. Физические опасности.

Выслушайте несколько ответов на вопрос. Дополните ответы участников.

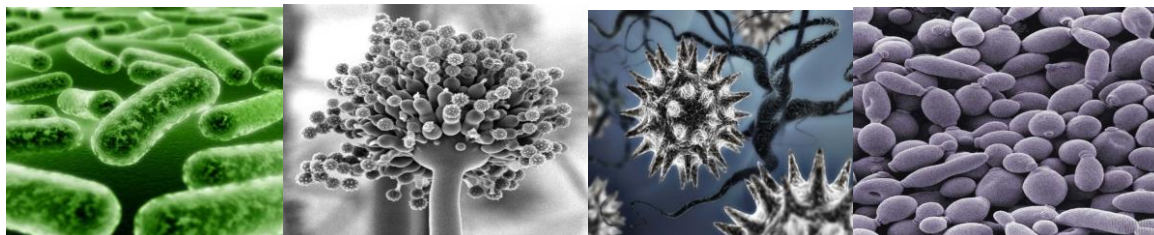
Используя информационный материал «Категории опасностей пищевой безопасности» (см. стр. 30 руководства для участников), детально расскажите про микробиологические опасности, как они выглядят под микроскопом и почему они опасны; назовите химическую опасность.

Следующую опасность, т.е. химическую, попросите, чтобы один из участников используя картинки, перечислила источники химического загрязнения, и рассказал, почему они опасны.

Далее, согласно картинкам данного плаката, один из участников может рассказать про физическую опасность, почему они опасны и как они загрязняют пищевые продукты.

### Категории опасностей пищевых продуктов

#### Микробиологическая опасность



### Почему опасны?

Вызывают отравления, заболевания, в том числе с летальным исходом – листериоз, ботулизм, лихорадка, кампилобактериоз, туберкулез и т. д.

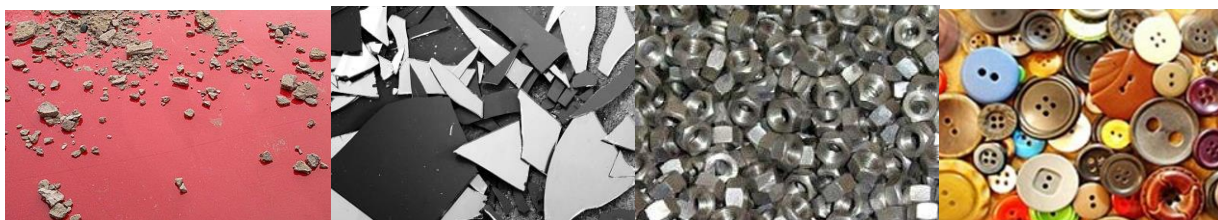
### Химические опасности



### Почему опасны?

Вызывают отравления, заболевания, злокачественные опухоли, в том числе с летальным исходом

### Физические опасности



### Почему опасны?

Порезы ротовой полости и пищевода, сколы зубной эмали, рвотный рефлекс, затруднение дыхания, что может привести к летальному исходу.

Задайте следующий вопрос: В чем состоит важность безопасности продуктов питания?

Примите ответы от 4-5 участников. Раздайте информационный материал «В чем состоит важность безопасности продуктов питания» (см. стр. 31 руководства для участников). Дайте время участникам прочитать информационный материал – 15 минут. По истечении этого времени предоставьте слово участникам. Обсудите данный материал с участниками, уточните, если что-то было пропущено.

### В чем состоит важность безопасности продуктов питания

Свежие и чистые продукты важны для хорошего питания. Предупреждение заплесневения или иной порчи продуктов сокращает объемы отходов. Кроме того, меры по защите продуктов от попадания на них заражающих бактерий снижают потери и заболеваемость.

Болезнетворные (или патогенные) бактерии способны поражать пищу и воду и отравлять продукты. Это может вызывать такие болезни, как тиф, холера и гепатит. При определенных условиях плесень может образовывать в продуктах ядовитые вещества - микотоксины, вызывающие болезни, а иногда и смерть. Внутренние паразиты также могут переноситься через продукты, зараженные их яйцами или спорами. Иногда такими

продуктами, как мясо и рыба, переносятся паразиты в инфекционной стадии.

**Бактерии, плесень и паразиты** могут попадать в продукты различными путями, включая следующие:

- через воду или почву, в которой они произрастают;
- при уборке урожая, во время переработки, продажи или хранения
- через экскременты человека или животных на руках, через мух, крыс и других вредителей или через зараженный воздух или воду.

Наиболее **частые симптомы отравления** - тошнота, рвота, боли в животе, диарея и жар. Не все из них возникают в каждом случае. Прием отравленной пищи людьми со слабым здоровьем и больными может приводить к летальному исходу.

Некоторые бактерии, например, почти все виды сальмонелл, при определенных условиях способны быстро размножаться. Пища, зараженная большим числом бактерий, может быть источником заражения других продуктов. Перекрестное заражение пищи происходит через грязные руки, мух, других насекомых или вредителей при контакте с чистой пищей или при контакте продуктов с грязными поверхностями и утварью.

Перекрестное заражение – частая причина пищевых отравлений. Важно помнить, что при определенных условиях бактерии размножаются в продуктах очень быстро.

Риск пищевых отравлений и потерь от порчи может быть существенно снижен путем соблюдения основных правил. Они помогают по возможности уничтожать бактерии и плесень, предупреждать их размножение, передачу и распространение. Их нужно соблюдать всегда и на всех этапах производства, переработки, хранения, продажи и приготовления продуктов. Они помогают предупреждать вызываемые пищей болезни и снижать пищевые отходы.

Спросите: есть ли вопросы. Ответьте на вопросы и завершите сессию.

## СЕССИЯ 5

### ИНДИКАТОРЫ ДЛЯ ОЦЕНКИ СОСТОЯНИЯ ПРОДОВОЛЬСТВЕННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И ПИТАНИЯ (ПБиП)

#### Цели обучения:

На данной сессии участники будут знать:

- ✓ Индикаторы для оценки состояния продовольственной безопасности.
- ✓ Практическая работа

**Продолжительность сессии:** 1 час 30 минут

#### Задача обучения 1: Индикаторы для оценки состояния ПБиП

**Методология:** Интерактивное обсуждение, мозговой штурм, работа в малых группах.

**Предлагаемое время:** 40 минут

#### Тренер:

На этой сессии мы с вами ознакомимся с индикаторами продовольственной безопасности и питания. Что такое «индикатор»? Индикатор – это **показатель**, который служит простым и надежным средством отслеживания достижений, отражает изменения, вызванные программой, также помогает оценить деятельность государственной структуры, осуществляющей программу.

Индикаторы представляют особую важность на начальной стадии программы, так как они предоставляют базовую информацию для соответствующего планирования, установления целевых ориентиров и мониторинга.

Для мониторинга и качественной и количественной оценки ПБиП на макро-, мезо- и микроуровне используются различные индикаторы и методы сбора индикаторов.

Используя информационные материалы и презентационные материалы, зачитайте все индикаторы продовольственной безопасности. Объясните, как определяют каждый индикатор.

#### Информационный материал для тренера «Индикаторы/показатели обеспеченности продовольствием»

Наличие продовольствия	
<b>1. Достаточность средней энергетической ценности рациона питания</b>	
Средняя калорийность потребляемых продуктов питания в каждой стране нормируется с учетом средней необходимой энергетической ценности рациона питания. На основе данного показателя формируется индекс достаточности предложения продовольственных товаров из расчета их калорийности.	
Ежеквартально НСК КР выпускает бюллетень по Продовольственной безопасности и бедности (далее ПБиБ) КР и рассчитывает энергетическую ценность рациона для каждой области и для оценки этого показателя достаточно пользоваться этими данными. Средний	

показатель за 3 года, в процентах.

$$\frac{\text{энергетическая ценность рациона питания (DES)}}{\text{средняя необходимая энергетическая ценность рациона питания (ADER)}} \cdot 100, \%$$

Например, за 2017 год Иссык-Кульская область:  $(2082/2101) \cdot 100 = 99 \%$

За 2018 год:  $(2186/2101) \cdot 100 = 104 \%$ ; За 2019 год:  $(2201/2101) \cdot 100 = 105 \%$

Среднее:  $(99+104+105)/3 = 103 \%$

Данная таблицу можно найти в бюллетене НСК КР по ПБиБ, по ссылке:

<http://www.stat.kg/media/publicationarchive/7a45af2c-3b5b-4f4f-8768-371387f784e4.pdf>

**Таблица 4: Баланс питания в виде энергетической ценности по результатам обследований ежедневного потребления и оценки ежедневных потребностей**  
(все население по квинтильным группам и регионам)

**Table 4: Food Balance expressed in nutritional values and compared to calculated daily needs, based on surveys of daily intake and on calculated daily needs based on recurrent nutritional surveillance**  
(total population by quintile groups and by region)

	Население, человек		Ккал в день на душу населения		Белки в день на душу населения, грамм		Жиры в день на душу населения, грамм		
	Number, people		C/Calories C/d/p		Proteins g/d/p		Fats g/d/p		
	I полугодие / I half year		I полугодие / I half year		I полугодие / I half year		I полугодие / I half year		
	2018	2019	2018	2019	2018	2019	2018	2019	
<b>Первый квинтиль</b>	<b>1 252 582</b>	<b>1 277 289</b>							<b>First quintile</b>
Баткенская область	183 366	193 952	1 721	1 625	44	41	51	46	Batken
Джалал-Абадская область	432 532	413 175	2 029	1 988	55	52	70	62	Djalal-Abad
Иссык-Кульская область	95 650	85 775	1 833	1 709	48	46	45	39	Yssyk-Kul
Нарынская область	118 604	119 293	2 068	2 057	56	56	45	46	Naryn
Ошская область	125 757	143 459	1 933	1 854	52	50	54	44	Osh
Таласская область	89 846	110 344	2 194	2 108	58	55	67	65	Talas
Чуйская область	82 868	103 369	1 834	1 610	49	43	50	43	Chui
г.Бишкек	48 927	43 059	1 590	1 466	46	41	45	40	Bishkek city
г.Ош	75 035	64 862	1 591	1 676	41	42	45	47	Osh city
Суточное потребление			1 918	1 852	51	49	57	52	Daily intake
Суточные потребности			2 101	2 101	73	73	71	71	Daily needs
Баланс: (+) или (-)			-183	-249	-22	-24	-14	-19	Balance: (+) or (-)

## 2. Среднее количество белков

Средний показатель за 3 года, граммов на человека в день. Количество белков, в среднем по стране (граммов на человека в день). Этот показатель можно найти по ссылке:

<http://www.stat.kg/media/publicationarchive/56ab8fd6-cb1b-4de8-9c01-cf01b4492380.pdf>

## 3. Среднее количество белков животного происхождения

Средний показатель за 3 года, граммов на человека в день. Количество белков, в среднем по стране (граммов на человека в день). Включает в себя следующие группы продукции: мясо и субпродукты; животные жиры и продукция животного происхождения; молоко и молочная продукция; яйца, рыба, морепродукты и сопутствующая продукция; продукты аквакультуры, прочие. Эти данные по стране можете найти по ссылке:

<http://www.fao.org/faostat/ru/#country/113>

## 4. Средняя стоимость произведенных продовольственных товаров

Средний показатель за 3 года в международных долларах в пересчете на душу населения. Выражает чистую стоимость произведенных продовольственных товаров, рассчитанную

ФАО и опубликованную в Статистической базе данных ФАО.

#### **5. Доля зерновых, корнеплодов и клубнеплодов в энергетической ценности рациона питания**

Средний показатель за 3 года, %, ккал на человека в день. Выражает процентное отношение энергетической ценности зерновых, корнеплодов и клубнеплодов к общей энергетической ценности рациона питания (DES) (ккал на человека в день), рассчитанное на основе продовольственных балансов соответствующих стран из Статистической базы данных ФАО.

$$\frac{\text{энергетическая ценность зерновых, корнеплодов и клубнеплодов}}{\text{энергетическая ценность рациона питания (DES) (ккал на человека в день)}} 100, \%$$

### **Информационный материал для тренера «Индикаторы/показатели доступности продовольствия»**

#### **Доступность продовольствия**

##### **1. Плотность железнодорожной сети**

Общая протяженность маршрутов, км на 100 км<sup>2</sup> площади суши. Определяется как соотношение между протяженностью железнодорожных маршрутов, по которым осуществляется железнодорожное сообщение, независимо от количества параллельных путей (железнодорожной сети, общая протяженность маршрутов в км) и площадью территории страны. <http://www.fao.org/faostat/ru/#country/113>

$$\frac{\text{железнодорожная сеть, общая протяженность маршрутов в км}}{\text{площадь территории страны}} 100, \%$$

##### **2. Валовой внутренний продукт на душу населения (в эквиваленте покупательной способности)**

Это один из основных макроэкономических показателей развития любой страны. Он характеризует развитие экономики и выражает стоимость совокупности всех товаров, произведенных в стране за один год на душу населения. Этот показатель можете найти по ссылке: <http://www.stat.kg/ru/opendata/category/28/>

##### **3. Распространенность недоедания (средний показатель за 3 года)**

В процентах, средний показатель за 3 года. Выражает вероятность того, что случайно выбранный человек из состава населения потребляет количество калорий, недостаточное для восполнения его суточной потребности в энергии для ведения активной и здоровой жизни. Рассчитывается путем сравнения вероятностного распределения привычного ежедневного уровня потребления энергии с пищей с пороговым уровнем, называемым минимальная необходимая энергетическая ценность рациона питания. Оба показателя основаны на среднестатистической выборке контрольной группы. Этот показатель можете найти по ссылке: <http://stat.kg/ru/opendata/category/3121/>

##### **4. Распространенность недоедания (годовые оценки)**

Показатель рассчитывается по аналогии с показателем № 3. Приводится значение за год.

**5. Распространенность острой нехватки продовольствия среди всего населения (средний показатель за 3 года)**

Средний показатель за 3 года, в процентах. Это оценка доли населения, живущего в домохозяйствах, у которого наблюдается острая нехватка продовольствия. Домохозяйство определяется как испытывающее острую нехватку продовольствия, если хотя бы один взрослый в домохозяйстве периодически подвергался воздействию таких факторов как вынужденное сокращение рациона питания, пропуск приема пищи, голодание из-за нехватки денежных средств или других ресурсов. Это показатель отсутствия доступа к продовольствию.

<http://www.fao.org/faostat/ru/#country/113>

**6. Распространенность острой нехватки продовольствия среди всего населения (годовые оценки)**

Показатель рассчитывается по аналогии с показателем № 5. Приводится значение за год.

**7. Распространенность умеренной или острой нехватки продовольствия среди всего населения (средний показатель за 3 года)**

Средний показатель за 3 года, в процентах. Оценка доли населения, живущего в домохозяйствах, у которого наблюдается умеренная или острая нехватка продовольствия. Домохозяйство определяется как испытывающее умеренную или острую нехватку продовольствия, если хотя бы один взрослый в домохозяйстве периодически питался ненадлежащим образом и, возможно, был вынужден также сократить рацион питания из-за нехватки денежных средств или других ресурсов. Это показатель отсутствия доступа к продовольствию. Показатель рассчитывается по аналогии с показателем № 5. Пороговое значение для определения «умеренной или острой» нехватки продовольствия отражает степень серьезности, которая соответствует элементу «Необходимость сокращения рациона питания» глобальной Шкалы продовольственной необеспеченности (FIES).

**8. Распространенность умеренной или острой нехватки продовольствия среди всего населения (годовые оценки)**

Показатель рассчитывается по аналогии с показателем № 7. Приводится значение за год.

**Информационный материал для тренера «Индикаторы/показатели стабильности продовольствия»**

**Стабильность**

**1. Коэффициент зависимости от импорта зерновых**

Средний показатель за 3 года, в процентах. Показывает долю импорта и собственного производства в общем объеме текущего предложения зерновых внутри страны. Рассчитывается как (импорт зерновых – экспорт зерновых) / (производство зерновых + импорт зерновых – экспорт зерновых) \* 100.

$$\frac{\text{ИМПзерновых} - \text{ЭКСПзерновых}}{\text{ПРОИЗВОДСТВОзерновых} + \text{ИМПзерновых} - \text{ЭКСПзерновых}} \cdot 100, \%$$

<p>При использовании данной формулы допускаются исключительно значения <math>\leq 100</math>. Отрицательные значения указывают на то, что страна является чистым экспортером зерновых.</p>
<p><b>2. Доля пахотных земель, пригодных для орошения</b></p> <p>Средний показатель за 3 года, в процентах. Соотношение между площадью пахотных земель, пригодных для орошения, и общей площадью пахотных земель.</p> $\frac{\text{площадь пахотных земель, пригодных для орошения}}{\text{общая площадь пахотных земель}} 100\%$
<p><b>3. Удельная стоимость импорта продовольствия в общем объеме экспорта товаров</b></p> <p>Средний показатель за 3 года, в процентах. Отношение стоимости импорта продовольствия (кроме рыбы) к общему объему экспорта товаров. <a href="http://www.fao.org/faostat/ru/#country/113">http://www.fao.org/faostat/ru/#country/113</a></p> $\frac{\text{Стоимость импорта продовольствия (кроме рыбы)}}{\text{Стоимость общего объема экспорта}} 100, \%$
<p><b>4. Политическая стабильность и отсутствие случаев насилия/терроризма (индекс)</b></p> <p>Индекс используется для измерения восприятия населением вероятности дестабилизации или свержения правительства неконституционными или насильственными методами, включая насилие по политическим мотивам и терроризм.</p> <p>Этот индикатор в нашей стране пока не отслеживается. Правительство КР работает над данным индикатором.</p> <p>По стране можете найти по ссылке: <a href="http://www.fao.org/faostat/ru/#country/113">http://www.fao.org/faostat/ru/#country/113</a></p>
<p><b>5. Колебания объемов производства продовольственных товаров на душу населения</b></p> <p>Соответствует изменчивости показателя «чистая стоимость произведенных продовольственных товаров на душу населения в постоянных ценах, в международных долларах» (подробные сведения приведены в Статистической базе данных ФАО). Эти данные можете найти по ссылке: <a href="http://www.fao.org/faostat/ru/#country/113">http://www.fao.org/faostat/ru/#country/113</a></p>
<p><b>6. Колебания уровня предложения продовольственных товаров на душу населения</b></p> <p>Ккал на человека в день. Соответствует изменчивости показателя «предложение продовольственных товаров в ккал на человека в день» (подробные сведения приведены в Статистической базе данных ФАО).</p>

**Информационный материал для тренера «Индикаторы/показатели коэффициента использования продовольствия»**

<b>Коэффициент использования</b>
<p><b>1. Население, имеющее, по крайней мере, базовый доступ к питьевой воде</b></p> <p>Доля населения, которому доступно, по крайней мере, базовое водоснабжение, в процентах. Учитывает как население, которому доступно базовое водоснабжение, так и население, которому доступно водоснабжение, отвечающее санитарным требованиям. Доступ к питьевой воде подразумевает получение питьевой воды из очищенного источника при условии, что время ее сбора и доставки к месту назначения составляет не</p>



<p>более 30 минут. Улучшенными источниками водоснабжения являются, помимо прочего, водопроводная вода, скважины или трубчатые колодцы, крытые копаные колодцы, крытые источники и бутилированная вода, в том числе с доставкой на дом. Эти данные можете найти по ссылке: <a href="http://www.fao.org/faostat/ru/#country/113">http://www.fao.org/faostat/ru/#country/113</a></p>
<p><b>2. Население, имеющее доступ к питьевой воде, отвечающей санитарным требованиям</b></p>
<p>Доля населения, имеющего доступ к питьевой воде, отвечающей санитарным требованиям, в процентах. Доля населения, имеющего доступ к питьевой воде из очищенного источника, доступного при необходимости в помещениях и исключающего наличие фекалий и химического загрязнения. Улучшенными источниками водоснабжения являются, помимо прочего, водопроводная вода, скважины или трубчатые колодцы, крытые копаные колодцы, крытые источники и бутилированная вода, в том числе с доставкой на дом. Эти данные можете найти у ЦГСЭН и санэпидстанция области.</p>
<p><b>3. Население, имеющее по крайней мере базовый доступ к канализации</b></p>
<p>В процентах. Эти данные можете найти НСК КР, и санэпидстанция области.</p>
<p><b>4. Население, имеющее доступ к канализации, отвечающей санитарным требованиям</b></p>
<p>В процентах. Доля населения, имеющего доступ к улучшенным санузлам, которые не используются совместно с другими домохозяйствами и обеспечивают утилизацию экскрементов на месте с соблюдением санитарных требований либо их транспортировку и переработку за пределами домохозяйства. Этот индикатор в нашей стране пока не отслеживается. Правительство КР работает над данным индикатором.</p>
<p><b>5. Доля детей младше 5 лет, страдающих от истощения</b></p>
<p>В процентах. Соотношение вес/рост со среднеквадратичным отклонением более двух ниже медианного значения в международной контрольной группе населения в возрасте 0-59 месяцев. Этот индикатор в нашей стране пока не отслеживается. Правительство КР работает над данным индикатором.</p>
<p><b>6. Доля детей младше 5 лет с задержкой в развитии</b></p>
<p>Доля случаев задержки в развитии у детей в возрасте 0-59 месяцев, в процентах. Соотношение рост/возраст со среднеквадратичным отклонением менее -2 от медианного значения, указанного в Стандартах ВОЗ по развитию детей. Этот индикатор в нашей стране пока не отслеживается. Правительство КР работает над данным индикатором.</p>
<p><b>7. Доля детей младше 5 лет с избыточным весом</b></p>
<p>В процентах. Соотношение вес/рост со среднеквадратичным отклонением более 2 от медианного значения, указанного в Стандартах ВОЗ по развитию детей, у детей в возрасте 0-59 месяцев. Этот индикатор в нашей стране пока не отслеживается. Правительство КР работает над данным индикатором.</p>
<p><b>8. Распространенность ожирения среди взрослого населения</b></p>
<p>Доля взрослого населения в возрасте 18 лет и старше с индексом массы тела (ИМТ) выше</p>

30 кг/м <sup>2</sup> . НСК смотрите публикации Женщины и мужчины КР. <a href="http://www.stat.kg/ru/publications/sbornik-zhenshiny-i-muzhchiny-kyrgyzskoj-respubliki/">http://www.stat.kg/ru/publications/sbornik-zhenshiny-i-muzhchiny-kyrgyzskoj-respubliki/</a> .
<b>9. Распространенность анемии среди женщин репродуктивного возраста (15-49 лет)</b>
Определяется как общее число небеременных женщин с уровнем гемоглобина ниже 12 г/дл и беременных женщин с уровнем гемоглобина ниже 11 г/дл. Этот индикатор в нашей стране пока не отслеживается. Правительство КР работает над данным индикатором.
<b>10. Распространенность исключительно грудного вскармливания среди детей в возрасте 0-6 месяцев</b>
Процент детей младше шести месяцев, которые в течение последних 24 часов получали только грудное молоко (без каких-либо других жидкостей). Этот индикатор можете найти в МЗ КР и областном центре электронного здравоохранения.
<b>11. Распространенность низкого веса при рождении</b>
Определяется как вес при рождении менее 2500 граммов (менее 5,51 фунта), независимо от гестационного возраста. Этот индикатор можете найти в МЗ КР и областном центре электронного здравоохранения.

Через 10 лет, точнее к 2025 году, необходимо достичь следующих установленных международных показателей:

**Основные промежуточные индикаторы ПБиП КР к 2025г.:**

- Сокращение низкорослости среди детей до 5-ти лет на 30% (с 12,9% до 9,1% МИКС, 2014);
- Число детей с истощением менее 5% (2,8% МИКС, 2014);
- Сокращение числа детей с низким весом при рождении на 25% (с 5,9% до 4,4%, МИКС, 2014);
- Сокращение числа женщин репродуктивного возраста с анемией на 40% (с 35% до 21% МДИ, 2012);
- Отсутствие увеличения доли детей с избыточной массой тела и ожирением (среди детей до 5-ти лет 7% МИКС, 2014).
- После презентации, скажите, что некоторые индикаторы не включены в национальные показатели ПБиП и в настоящее время в Национальном статистическом комитете Кыргызской Республики проводятся работы над этими индикаторами.

Объясните следующую учебную задачу.

**Задача обучения 2: Практическая работа**

**Методология:** Интерактивное обсуждение, работа в малых группах

**Предлагаемое время:** 50 минут

**Инструкции к работе:**

### **Тренер:**

- Разделите участников на 3 малые группы, разъясните, что им предстоит выполнить, и определите время, отведенное на выполнение задания - 25 минут.

- Дайте задание группам:

*1-ой группе: Определить достаточность средней энергетической ценности рациона питания для Нарынской области.*

*2-ой группе: Определить базовый доступ к чистой питьевой воде.*

*3-ей группе: Определить распространенность ожирения среди взрослого населения.*

- Следите за временем, по завершению работы в группах, предложите выбрать презентатора и представить результаты групповой работы.
- Спросите: есть ли вопросы. Ответьте на вопросы и завершите сессию.

## СЕССИЯ 6

### ПРОГРАММА ПРОДОВОЛЬСТВЕННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И ПИТАНИЯ В КЫРГЫЗСКОЙ РЕСПУБЛИКЕ НА 2019-2023 ГОДЫ

#### Цель обучения

На данной сессии участники:

- ✓ ознакомятся со структурой и содержанием Программы продовольственной безопасности и питания в Кыргызской Республике на 2019-2023 годы,
- ✓ разработают Программу продовольственной безопасности и питания на областном уровне.

**Продолжительность сессии: 2 часа 25 минут**

#### Подготовка:

- Подготовить плакаты с примерами из областных планов на 2020 год.

**Задача обучения 1:** Структура и содержание Программы продовольственной безопасности и питания в Кыргызской Республике на 2019-2023 годы

**Методология:** Интерактивная презентация. Интерактивное обсуждение. Работа в малых группах.

**Предлагаемое время: 40 минут**

#### Инструкции к работе:

##### Тренер:

- Спросите: *Вы знакомы с Программой продовольственной безопасности и питания Кыргызской Республики на 2019-2023 годы? Какова стратегическая цель и направления обеспечения продовольственной безопасности и питания в Кыргызской Республике? В чем заключалась необходимость разработки Программы продовольственной безопасности и питания на 2019-2023 годы?*
- Примите ответы нескольких участников, второй тренер или кто-то из участников записывает ответы. Поблагодарите участников за ответы.
- Используя презентацию, и блок схему на стр. 52 руководства для тренера, 40 стр. руководства для участника расскажите цель и направления политики достижения стратегической цели.

#### Информация для тренера

Стратегической целью продовольственной безопасности и питания Кыргызской Республики является качественное улучшение питания населения через стабильное обеспечение наличия, доступности и требований безопасности продуктов питания. Ключевыми направлениями политики достижения стратегической цели являются:

1. Улучшение наличия продовольствия для потребления населения.
2. Обеспечение доступности продовольствия для населения.
3. Улучшение статуса питания населения.
4. Повышение безопасности продуктов питания.
5. Формирование эффективной системы управления, мониторинга и оценки Программы ПБиП.

**Стратегическая цель ПБиП КР – качественное улучшение питания населения через стабильное обеспечение наличия, доступности и требований безопасности продуктов питания.**











Перед обсуждением структуры Программы расскажите:

### **Информация для тренера:**

С учетом высокой приоритетности вопросов продовольственной безопасности и питания, Советом продовольственной безопасности и питания Кыргызской Республики принято решение о разработке Программы продовольственной безопасности и питания на 2019-2023 годы (далее - Программа).

Обсудите с участниками структуру Программы используя презентационный материал и попросите открыть руководство для участника стр. 44.

#### **Структура и содержание Программы ПБиП в КР 2019-2023 г**

1. Введение
  - 1.2. Оценка текущей ситуации продовольственной безопасности и питания в Кыргызской Республике
  2. Основные вызовы и проблемы продовольственной безопасности и питания в Кыргызской Республике
  3. Стратегическая цель и направления политики обеспечения продовольственной безопасности и питания в Кыргызской Республике
  4. Политика и меры в направлении «Улучшения наличия продовольствия для потребления населением»
  5. Политика и меры в направлении «Обеспечение доступности продовольствия для населения»
  6. Политика и меры в направлении «Улучшение статуса питания населения»
  7. Политика и меры в направлении «Повышение безопасности продуктов питания»
  8. Политика и меры в направлении «Формирование эффективной системы управления продовольственной безопасностью и системы мониторинга и оценки Программы продовольственной безопасности и питания»
  9. Реализационные риски
  10. Объемы и источники финансирования
- Глоссарий  
Сокращения

- **Мозговой штурм.** После обсуждения структуры и содержания Программы спросите: Что Вы знаете и помните о текущей ситуации ПБиП в КР? Напомните участникам, что мы эти вопросы обсуждали в предыдущих сессиях тренинга. Попросите открыть страницу 44 руководства для участника.
- Примите устные ответы 3-4 участников, затем используя информационный материал «Текущая ситуация ПБиП в КР», резюмируйте ответы.

#### **Текущая ситуация ПБиП в КР до 2019 года**

1. Степень удовлетворения минимальных потребностей в компонентах и энергетическом содержании пищевого рациона. По регионам наиболее неблагоприятная ситуация сложилась в Чуйской области, городе Бишкек и городе Ош (2,2 млн человек). По

возрастным группам неблагоприятная ситуация с питанием сложилась у детей в возрасте 1-3 года (423 тыс. человек), среди которых средний уровень килокалорий ниже минимального на 23 %, белков - на 45 % и жиров - на 40 %.

2. Базовыми продуктами для оценки уровня продовольственной безопасности в соответствии с Положением о мониторинге и индикаторах продовольственной безопасности Кыргызской Республики, утвержденным постановлением Правительства Кыргызской Республики от 3 марта 2009 года № 138, определены хлеб и хлебобулочные изделия, картофель, фрукты и ягоды, овощи и бахчевые, сахар, масло растительное, молоко и молочные продукты, мясо и мясные продукты, яйца.

3. Обеспеченность рациона человека является недостаточной по мясу и мясным продуктам (62,8 %), плодам и ягодам (27,6 %), по яйцам (47,1 %), по сахару (89,2 %). По остальным базовым продуктам (картофель, овощи и бахчевые, молоко и молочные продукты) обеспеченность является достаточной.

4. Экономическая доступность продуктов питания в среднем по стране 42,9 %.

5. В настоящее время среднедушевые расходы домашних хозяйств на питание ниже установленных минимальных нормативов. Слабая покупательная способность населения не обеспечивает достаточный экономический доступ большей части населения к качественному питанию. Недостаточно учитываются потребности детей, молодежи и женщин.

6. Продовольственная независимость по отдельному продукту определяется как соотношение между объемом импорта отдельного продукта в натуральном выражении и емкостью его внутреннего рынка. В 2017 году пороговый показатель (20 %) был превышен по хлебу и хлебобулочным изделиям (60,7 %), маслу растительному (71,7 %), сахару (33 %), плодам и ягодам (35,9 %).

7. Лабораторный потенциал для оценки и подтверждения соответствия продукции недостаточен для удовлетворения существующей потребности. Для повышения осведомленности производителей необходимо оказать содействие во внедрении системы анализа рисков и контрольных критических точек (ХАССП) со стороны подготовленных консультантов.

8. При реализации мер по достижению ПБиП наблюдается недостаточная координация между ведомствами, слабая роль региональных органов власти и органов местного самоуправления (ОМСУ), интеграция деятельности с партнерами по развитию, вовлечение бизнес-сообщества, гражданского общества.

- **Мозговой штурм.** Спросите: Что Вы знаете и помните об основных вызовах и проблемах ПБиП в КР? Напомните участникам, что мы эти вопросы обсуждали в предыдущих сессиях тренинга. Попросите открыть страницу 45 руководства для участника.

- Примите устные ответы 3-4 участников, затем используя информационный материал «Основные вызовы и проблемы продовольственной безопасности и питания в Кыргызской Республике», резюмируйте ответы.

## **Основные вызовы и проблемы продовольственной безопасности и питания в Кыргызской Республике на начало 2019 года**

Продовольственная безопасность и питание в Кыргызской Республике обеспечивается наличием и доступностью достаточного количества продовольствия, качеством и безопасностью продуктов питания для всех групп населения.

### ***2.1. Основные проблемы обеспечения наличия базовых продуктов продовольственной безопасности (далее - ПБ) в Кыргызской Республике:***

1. Темпы роста сельского хозяйства в Кыргызской Республике ниже, чем темпы роста всей экономики при сравнительно высоких темпах роста населения.

Развитие сельскохозяйственного сектора и повышение уровня жизни сельского населения зависит от того, в какой равной степени все участники, включая женщин (фермеры, предприниматели, получатели услуг), получают поддержку в реализации своего потенциала.

2. В Кыргызской Республике не достигнута продовольственная независимость по сахару и кондитерским изделиям, растительному маслу, плодам и ягодам, хлебу и хлебопродуктам.

3. В целом в Кыргызской Республике имеют место недостаточное потребление мяса и мясопродуктов, плодов и ягод, яиц, сахара.

4. Низкая конкурентоспособность и продуктивность сельскохозяйственного производства вследствие мелкотоварности, слабой распространенности эффективных форм производственной интеграции сельских товаропроизводителей (кооперативы, кластеры) являются одной из причин недостаточного производства базовых продуктов ПБ.

5. Использование ключевых для сельскохозяйственного производства природных ресурсов нуждается в стабилизации и постоянном улучшении для обеспечения устойчивости. В 2016 году общая площадь пашни составила 1205,3 тыс. га (6 % общей площади всей территории). За период 2003-2016 годов изменение наличия пашни на одного постоянного жителя снизилось с 0,25 га до 0,2 га, в том числе орошаемой пашни - с 0,16 до 0,13 га. По данным кадастра мелиоративного состояния земель (2016 года) в хорошем состоянии находилось 85 % пашни, в удовлетворительном – 6 %, в неудовлетворительном – 9 %.

Общий объем потребляемых водных ресурсов в республике составляет в пределах 10-12 млрд куб. метров в год. Потери воды при транспортировке от источника до потребителя достигают 1,7-2,3 млрд куб. метров.

### ***2.2. Основными проблемами доступности продуктов питания для населения Кыргызской Республики являются:***

1. Среди населения трудоспособного возраста растет доля экономически неактивного населения (с 29,1 % в 2012 году до 32,9 % в 2017 году). Неактивное население состоит из студентов и учащихся очной формы обучения, пенсионеров и лиц, занятых в личном подсобном хозяйстве, большинство из которых – женщины репродуктивного возраста из категории неоплачиваемых семейных работников.

Занятые в сельской местности женщины чаще задействованы в мелкомасштабной переработке сельхозпродукции, а также в выращивании фруктов и овощей на мелких

приусадебных участках. Фокусная поддержка занятости и самозанятости женщин будет способствовать росту сельскохозяйственного производства и созданию рабочих мест, как для самих занятых, так и для других женщин и мужчин.

2. Действующая система социальных пособий для малообеспеченных семей с детьми имеет ряд существенных недостатков, которые проявляются в том, что некоторые семьи являются получателями пособий по 10 и более лет, в то время как они обладают значительным трудовым потенциалом и способны самостоятельно обеспечивать себя продуктами питания.

3. Доля доходов населения за счет личных подсобных хозяйств составляет 13 %. Низкая реальная заработная плата по отдельным видам экономической деятельности (сельское хозяйство, здравоохранение, образование и др.), неконтролируемая и нерегулируемая трудовая миграция населения, недостаточная эффективность системы социальной защиты и социального страхования, в свою очередь, ограничивают доступ населения к продуктам питания. Большая часть населения первой квинтильной группы, наиболее сильно страдающая от низкокалорийного и несбалансированного питания, это лица с ограниченными возможностями здоровья (далее – ЛОВЗ), семьи, потерявшие кормильца, многодетные семьи, сельское безземельное население.

4. Нерешенные проблемы в части организации рационального питания, предоставляемого школьникам, легализации лучших практик использования продуктов с пришкольных садов и огородов, вклада общественности, мониторинга, оценки и регулирования, а также контроля за качеством питания.

5. Отсутствие современной складской и логистической инфраструктуры, согласованных механизмов и четких алгоритмов проведения мероприятий в случае продовольственных шоков, влекущих ограничение доступа к базовым продуктам питания вследствие роста цен на них, обуславливают риски непрогнозируемого увеличения доли уязвимого населения.

6. Высокая волатильность цен на продукты питания, обусловленная ростом себестоимости сельскохозяйственной продукции, низким урожаем в стране или в мире, ограничением или прекращением импорта продовольствия со стороны экспортеров, может значительно ухудшить доступ населения к продуктам питания.

### **2.3. Основными проблемами в улучшении качества питания являются:**

1. Высокий уровень распространенности среди населения железодефицитной анемии (37,8 % беременных и 34,2 % женщины детородного возраста (далее – ЖДВ), 42,6 % детей), скрытого дефицита железа (41 % женщин), дефицита фолатов (42 % небеременных женщин), йододефицитных заболеваний (61,6 % беременных женщин и 43,1 % детей школьного возраста), избыточной массы тела и ожирения (35,7 % женщин и 9 % детей первых 5-ти лет жизни), недостаточной массы тела (7,3 % женщин и 18 % девочек 15-19 лет).

2. У 13 % детей в возрасте до 5-ти лет (в том числе, 13,8 % мальчиков и 12 % девочек, 11,8 % городских и 13,4 % сельских детей) отмечалась задержка роста.

3. В питании населения страны наблюдается высокое содержание трансгенных жирных кислот (далее - ТЖК). По данным совместного выборочного исследования Министерства

здравоохранения Кыргызской Республики и Всемирной Организацией Здравоохранения (далее – ВОЗ) (2016 год), за счет одной усредненной порции еды из сети общественного питания жители страны получают от 70,8 % - 170,4 % ТЖК и 82,9 % - 99,0 % соли от рекомендуемого максимального ежедневной нормы потребления.

4. При осуществлении прямых вмешательств по питанию нет приверженности на политическом уровне к продвижению саплементации препаратов железа с фолиевой кислотой для беременных женщин, терапевтического питания для детей с тяжелым истощением, закупке полимикронутриентных добавок для обогащения домашней пищи детей в возрасте 6-24 месяцев.

5. Недостаточная информированность о принципах здорового питания, последствиях недостаточного или избыточного питания, вредных компонентах пищи оказывает существенное влияние на нарушение питания. Обучение вопросам питания не признано приоритетной задачей в образовательных организациях немедицинского профиля (школа, ВУЗ, СУЗ).

6. После вступления Кыргызстана в Евразийский экономический союз (далее – ЕАЭС) многие технические регламенты (далее - ТР) о безопасности продуктов питания потеряли актуальность (например, ТР о безопасности обогащенной муки, продуктов детского питания, йодированной соли), и с 12 августа 2017 года вступил в силу ТР ТС 021/2011 «О безопасности пищевых продуктов». Однако, запрещение ввоза необогащенной муки, регламентированное Законом Кыргызской Республики «Об обогащении муки хлебопекарной», является незаконным согласно требованиям положений ЕАЭС и ВТО о свободном передвижении товаров. Необходимо также актуализировать разработанные стандарты на обогащенную муку.

7. Проблемы в области обеспечения чистой питьевой водой и водоотведения населенных пунктов остается значимой угрозой в обеспечении качественным питанием из-за микробного и химического загрязнения водопроводной воды.

#### ***2.4. Основными проблемами в обеспечении безопасности продуктов питания являются следующие:***

1. Большая часть производителей в Кыргызской Республике недостаточно осведомлена о требованиях технических регламентов ЕАЭС, в том числе и по безопасности пищевых продуктов, о системе ХАССП, стандарте ИСО 22000:2018, «Кодексе Алиментариус» и других международных стандартах.

2. Система контроля безопасности пищевых продуктов по принципу обеспечения безопасности на всех этапах производственно-сбытовой продовольственной цепи требует совершенствования.

3. Отсутствуют инструменты выявления и утилизации фальсифицированной и нелегальной продукции импортного и внутреннего производства.

4. Недостаточно квалифицированных кадров, имеющих знания по международным стандартам управления безопасностью пищевых продуктов.

#### ***2.5. Проблемы управления вопросами ПБиП:***

1. Необходимо совершенствование Закона Кыргызской Республики «О

продовольственной безопасности», регулирующего вопросы ПБиП, направленные на улучшение управлением ПБ в Кыргызской Республике, внесение изменений в Положение о мониторинге и индикаторах ПБ для повышения эффективности системы мониторинга и оценки. Существующая система индикаторов оценки ПБ недостаточно полно отражает фактическую ситуацию в ПБиП.

2. Обеспечение ПБ является межсекторальной задачей, в решении которой должны принимать участие все органы власти на национальном и местном уровне, напрямую или косвенно решающие вопросы здоровья и качества питания, вопросы социальной поддержки уязвимых слоев, связанные с обеспечением доступности продовольствия, вопросы обеспечения безопасности продуктов питания, достаточности и стабильности сельскохозяйственного производства для внутреннего рынка, а также своевременного и полного финансирования Программы продовольственной безопасности.

3. Решение вопросов ПБиП требует эффективного взаимодействия, высокого уровня координации и интеграции деятельности государственных органов власти и всех заинтересованных сторон на местном и региональном уровне, включая донорские проекты и программы развития, гражданское общество.

4. Необходимо учитывать обязательства Кыргызстана, связанные с членством страны в ЕАЭС, международными договорами, а также обязательствами по достижению ЦУР. В перспективе участие Кыргызской Республики в ЕАЭС должно понизить уровень рисков для ПБиП в период продовольственных кризисов. Также важно защищать внутренний продовольственный рынок в рамках нормативных актов, принятых в ЕАЭС.

5. Недостаточная информационно-образовательная деятельность, направленная на все слои населения страны, отсутствие научно-исследовательской работы, необходимой для повышения эффективности мероприятий по обеспечению ПБиП в Кыргызской Республике.

- Поблагодарите участников за активное участие и объясните следующую учебную задачу.

### **Задача обучения 2: Практическая работа**

Разработка Программы продовольственной безопасности и питания на областном уровне

**Методология:** Работа в малых группах. Интерактивная презентация. Интерактивное обсуждение.

**Предлагаемое время:** 1 час

**Инструкции к работе:**

**Тренер:**

- Разделите участников на 4 малые группы, разъясните, что им предстоит выполнить, и определите время, отведенное на выполнение задания - 30 минут.

- Группам предоставьте заранее подготовленные плакаты с примерами из областных планов на 2020 год. В другом плакате укажите по одному примеру по пяти направлениям. Используя областные планы на 2020 год, выбирайте в качестве примера по одной задаче, мероприятие/вмешательство, укажите срок исполнения, ожидаемые результаты, ответственные организации или лица, источник финансирования, и кто контролирует. Объясните каждый пример (см. стр. 50 руководства для участника).

- Дайте задание группам, чтобы они продолжили данную программу ПБиП на 2021 год

*1-ой группе: Наличие продовольствия для потребления населения и Обеспечение доступности продовольствия для населения*

*2-ой группе: Улучшение статуса питания населения*

*3-ей группе: Повышение безопасности продуктов питания*

*4-ой группе: Формирование эффективной системы управления продовольственной безопасности, мониторинга и оценки программы продовольственной безопасности и питания*

- Участники могут указать один или несколько примеров.
- Следите за временем, по завершению работы в группах, предложите выбрать презентатора и представить результаты групповой работы.
- Спросите: есть ли вопросы. Ответьте на вопросы.
- Раздайте участникам тестовые вопросы, дайте время – 5 минут и завершите сессию.

**Плакат «Программа ПБиП на областном уровне на 2021 год»**

№	Задача	Мероприятия/действия	Срок реализации	Ожидаемые результаты, индикаторы для мониторинга	Ответственные	Бюджет	Контроль
<b>Направление 1: Наличие продовольствия для потребления населения</b>							
1.1	Стимулирование роста внутреннего производства базовых продуктов питания продовольственной безопасности (далее – ПБ)	Создание приусадебных огородов и выращивание овощей и фруктов.  Обучение населения на тему «Технология выращивания овощей, фруктов и созданию огородов»	Июнь 2021 г          Февраль 2021 г	Организованы приусадебные огороды в школах:  №1, №2, №3    Обучены 100 человек (70 женщин, 30 мужчин)	РайОО   МСУ    Директора школ	Бюджет МСУ  Население  Выпускники СШ  Вотсап группа жителей села  Мерсико  ВПП ООН	ПП ПКР



**Направление 2: Обеспечение доступности продовольствия для населения**

<b>2.1</b>	Стимулирование малоимущих семей к доходной самозанятости	Профессиональное обучение незанятого взрослого населения, в частности женщин определенной профессии	Июль 2021 г	Обучены 200 женщин и 100 мужчин	МСУ ОСОП ВПП ООН	Бюджет МСУ ОСОП ВПП ООН	ПП ПКР
		Занимать незанятое взрослое население (например, на дому женщины шьют пуговицы)		Увеличивается доход населения	МСУ Работодатели	Работодатели	ПП ПКР
<b>Направление 3: Улучшение статуса питания населения</b>							
<b>3.1</b>	Профилактика МЗ инфекционных (отравления, паразитарные заболевания) и неинфекционных заболеваний (НИЗ), связанных с питанием:	Обучение населения в области технологии хранения фруктов и овощей в домашних условиях	Февраль – март 2021 г	Обучены 300 - женщины и 200 мужчин	МСУ УПЦ «Технолог»	Госбюджет Бюджета МСУ Проект USAID	ПП ПКР

	избыточный вес и ожирение, сахарный диабет 2-го типа, болезни сердца и сосудов						
		Установка моечных машин для мойки столовой посуды	Август 2021 г	Приобретены и установлены моечные машины для столовых приборов в СШ: №1 №2 №3		Бюджет МСУ родители выпускники СШ Мерсико ВПП ООН	ПП ПКР
<b>Направление 4. Повышение безопасности продуктов питания</b>							
<b>4.1</b>	Улучшение инфраструктуры контроля за безопасностью продуктов питания по всей производственно-сбытовой цепи (от поля до тарелки).	Провести обучение на тему «Пищевая безопасность»	Март 2021 г	Обучены 300 - женщины и 200 мужчин	ЦПЗиГСЭН РЦГСЭН МСУ	За счет средств РЦГСЭН За счет бюджета МСУ	ПП ПКР

--	--	--	--	--	--	--	--

<b>Направление 5. Формирование эффективной системы управления продовольственной безопасностью, мониторинга и оценки программы продовольственной безопасности и питания</b>							
<b>5.1</b>	Повышение эффективности действий органов власти на региональном уровне по реализации Программы продовольственной безопасности и питания.	Проведение мониторинга и оценки реализации Программы	Ежеквартально	Отчет мониторинга	МСУ  Обл администрация	Госбюджет	ПП ПКР

## ПОНЯТИЯ И ОПРЕДЕЛЕНИЯ

1. **Анемия**, синоним — малокровие, — состояние, для которого характерно уменьшение количества эритроцитов и снижение содержания гемоглобина в единице объема крови.
2. **Безопасность продуктов питания** – это отсутствие токсического, канцерогенного, мутагенного или другого неблагоприятного воздействия продуктов на организм человека в случае употребления их в общепринятых количествах; гарантируется нормированием и соблюдением регламентированного содержания (отсутствие или ограничение уровнями предельно допустимых концентраций) загрязнителей химической и биологической природы, а также природных токсических веществ, которые характерны для данного продукта и имеют опасность для здоровья человека».
3. **Вредная еда** – это употребление таких продуктов, когда организм не получает полезных микроэлементов, много «пустых калорий» в продуктах, содержащих в себе простые углеводы: это сахар, соль, продукты быстрого приготовления.
4. **Задержка роста** - хроническое недоедание, во всем мире 165 миллионов детей в возрасте до 5 лет страдают от задержки роста.
5. **Здоровая пища** - это полноценный рацион питания, обеспечивающий наш организм всеми необходимыми микро- и макроэлементами в необходимом-достаточном объеме.
6. **Избыточное питание** – это нарушенный баланс между полученными с пищей калориями и энергетическими затратами человека.
7. **Индекс массы тела (ИМТ)** — показатель отношения веса к росту, повсеместно используемый для определения наличия избыточного веса или ожирения. Он рассчитывается как масса тела человека в килограммах, разделенная на его/ее рост в метрах в квадрате ( $\text{кг}/\text{м}^2$ ). У взрослых значение ИМТ 25 или более указывает на избыточный вес, а ИМТ 30 или более — на ожирение.
8. **Истощение** - крайняя слабость, изнурение вследствие нарушения нормального питания.
9. **Качество пищевых продуктов** - совокупность характеристик пищевых продуктов, способных удовлетворять потребности человека в пище при обычных условиях их использования.
10. **Квнтильная группа** – группа, содержащая 20% населения. Первая квинтильная группа по доходу - 20 % населения с наименьшими доходами, пятая квинтильная группа –20 % населения с наивысшими доходами.
11. **Недостаточность питания** – это состояние, при котором баланс между поступающими в организм и расходуемыми питательными веществами нарушается, возникает острый дефицит в организме питательных веществ, влекущий за собой снижение энергетического тонуса, а также изменение компонентного состава жидкостей и тканей.
12. **Нездоровая пища** — «Пустые калории» выражение, характеризующее пищу, содержащую много калорий, но малоценную в других отношениях. Термин

известен также как «джанк фуд» (от английского junk food) или «нездоровая пища».

13. **Неинфекционные заболевания (НИЗ)** сейчас являются главной причиной смертности в мире; они являются причиной 70% смертей в мире (40 миллионов человек). Распространению этой эпидемии способствуют расширение масштабов распространения ожирения, рост потребления несбалансированных рационов питания, а также повсеместное распространение неполноценного питания.
14. **Неправильное питание** означает недостаточное, избыточное или несбалансированное поступление в организм калорий и/или питательных веществ.
15. **Обогащение пищевых продуктов** – это добавление к продуктам любых недостающих эссенциальных пищевых веществ и минорных компонентов: витаминов, макро- и микроэлементов, пищевых волокон, полиненасыщенные жирные кислоты (ПНЖК), фосфолипидов и других биологически активных веществ с целью сохранения или улучшения пищевой ценности отдельных продуктов или рационов питания населения.
16. **Обогащенная (фортифицированная) пищевая продукция** – пищевая продукция, в которую добавлены один или более необходимых ингредиентов (витаминов, минералов, белков, amino- или жирных кислот) и других веществ, не присутствующих в ней изначально либо присутствующих в недостаточном количестве или утраченных в процессе (на стадии) производства (изготовления), вводимых в целях профилактики заболевания.
17. **Пищевая продукция** – продукты животного, растительного, микробиологического, минерального, искусственного или биотехнологического происхождения в натуральном, обработанном или переработанном виде, которые предназначены для употребления человеком в пищу.
18. **Правильное питание** - это то питание, которое включает в себя достаточное количество всех компонентов, необходимых для нормальной жизнедеятельности.
19. **Право на достаточное питание** – это когда каждый человек - мужчина, женщина и ребёнок - отдельно или совместно с другими в любое время имеет физические и экономические возможности для доступа к достаточному питанию или располагает средствами его получения.
20. **Продовольственная безопасность** – это когда все население страны во все времена имеют физический и экономический доступ к безопасной пище в соответствии с установленными физическими нормами потребления основных видов продовольствия.
21. **Продовольственная часть прожиточного минимума** – минимальный набор продуктов питания, энергетической ценностью 2100 ккал/день на человека, необходимых для сохранения здоровья и обеспечения жизнедеятельности, составляет 65% от величины прожиточного минимума.
22. **Профилактика заболеваний** – мероприятия, направленные на предупреждение или снижение вероятности возникновения и распространения заболеваний либо остановку их течения, предотвращение рецидива и осложнений.
23. **Санитарно-эпидемиологические требования** – критерии безопасности для человека факторов среды его обитания, санитарно-гигиенические и

противоэпидемические требования по обеспечению благоприятных условий его жизнедеятельности, установленные в нормативных правовых актах.

24. **Система менеджмента пищевой безопасности** – комплекс мероприятий на производстве, обеспечивающий безопасность потребляемой пищи.
25. **Социально уязвимые слои населения** – население, проживающее ниже черты бедности.
26. **Трансгенные жирные кислоты (ТЖК)** - разновидность ненасыщенных жиров, находящихся в транс-конфигурации, то есть имеющих расположение углеводородных заместителей по разные стороны двойной связи «углерод-углерод».
27. **Фальсифицированные пищевые продукты** – пищевые продукты, с умышленно измененными свойствами (поддельные) и (или) имеющие скрытые свойства и качество, информация о которых является заведомо неполной или недостоверной.
28. **Физическая доступность продовольствия** (обеспеченность по предложению) предусматривает наличие продовольствия и устойчиво функционирующую инфраструктуру продовольственных рынков для стабильного снабжения населения продуктами питания на всей территории страны (розничная и оптовая торговля, товародвижение, логистика и управление продуктовыми потоками; развитие межрегиональных и межгосударственных связей, государственные запасы).
29. **Экономическая доступность продовольствия** (обеспеченность по спросу) предусматривает наличие ресурсов у населения для потребления продуктов питания в объемах и ассортименте, не менее норм, установленных государством и обеспечивающих сбалансированное питание (поддержание доходов, контроль за уровнем цен, возможность самообеспечения населения продовольствием за счет личных подсобных хозяйств).

## ПРЕД-ТЕСТ и ПОСТ-ТЕСТ

- 1. Цели развития тысячелетия действует в рамках концепции**
  - А) устойчивого развития
  - Б) нулевого роста
  - В) глобальной катастрофы
- 2. Методические рекомендации ВОЗ во время пандемии COVID-19 на питание включает:**
  - А) доступ к бесплатной пище
  - Б) использование полуфабрикатов\консервированной пищи
  - В) соблюдение правила безопасности при приготовлении пищи
- 3. На какие годы утверждена Программа продовольственной безопасности и питания Кыргызской Республики в настоящее время?**
  - А) 2015-2017 годы
  - Б) 2015-2030 годы
  - В) 2019-2023 годы
- 4. Назовите действия по улучшению доступа продовольствия:**
  - А) диетологическое воспитание, санитарное просвещение, обеспечение питьевой водой.
  - Б) формирование доходов, создание рабочих мест, бесплатная раздача продуктов.
  - В) выращивание плодов и овощей, улучшение сортов растений, обогащение продуктов питания.
- 5. Назовите индикаторы продовольственной безопасности и полноценного питания:**
  - А) процент дефицита массы тела, дефицит витамина А, младенческая смертность, процент матерей с низким индексом массы тела, процент дефицита роста.
  - Б) валовый урожай плодов и овощей, доступность рабочих мест, стабильная ситуация в государстве.
  - В) конфликтные ситуации, безопасность пищевых продуктов, качество питания.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

### Питание детей и взрослых во время пандемии COVID-19 и в периоде выздоровления

**Чрезвычайная ситуация** – это обстановка, сложившаяся в результате [аварии](#), [катастрофы](#), [стихийного](#) или иного бедствия, пандемии, которая может повлечь или повлекла за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей среде, значительные материальные потери.

Планирование оказания помощи и действий при чрезвычайных ситуациях обеспечивает организационную готовность к предупреждению чрезвычайных ситуаций или их последствий. Сюда входит управление людскими и финансовыми ресурсами, наличие запасов на случай чрезвычайных ситуаций и порядок осуществления связи и обмена информацией. Такое планирование позволяет смягчить разрушительное воздействие бедствия благодаря предоставлению своевременной и эффективной гуманитарной и иной помощи тем, кто более всего в ней нуждается.

*Время, затраченное на планирование оказания помощи при чрезвычайных ситуациях, равно времени, сэкономленному, когда произошла чрезвычайная ситуация.* Вследствие задержек в предоставлении услуг страдают люди, ставшие жертвами бедствия, и возникают дополнительные трудности для тех, кто оказывает помощь.

К числу наиболее уязвимых групп населения при чрезвычайных ситуациях относятся дети, особенно дети первого года жизни, поскольку им угрожает тройной риск смерти от диареи, пневмонии и недостаточного питания.

При чрезвычайной ситуации грудное вскармливание способствует сохранению жизни детей первого года жизни. Грудное молоко является идеальным питанием для детей; оно содержит антитела, в том числе против COVID-19, которые борются с инфекционными болезнями, защищает кишечник ребенка от проникновения бактерий и возникновения диареи.

При чрезвычайных ситуациях наилучшим способом предупреждения недостаточности питания и смертности среди детей грудного и раннего возраста являются:

- раннее прикладывание к груди в течение первого часа после родов,
- исключительно грудное вскармливание, начиная с первого часа после рождения ребенка до достижения им шестимесячного возраста,
- введение прикорма на фоне грудного вскармливания, грудное вскармливание продолжить до двух летнего возраста, по возможности и после двух лет.

Крайне важно при чрезвычайных ситуациях создание и поддержание среды, которая способствует частому грудному вскармливанию детей, как минимум, до двухлетнего возраста.

### Общие рекомендации по правильному питанию при COVID-19

#### *Во время болезни COVID-19*

- следует принимать пищу небольшими порциями, но часто,
- можно употреблять нежирное мясо, мясо птицы, рыбу, яйца; *способы приготовления: варить, на пару, тушить,*
- все молочнокислые напитки, нежирный творог и сметана,
- *крупы:* каши из риса, манной и гречневой круп,
- овощи и фрукты,
- употреблять жидкости в теплом виде из расчета не менее 30 мл на 1 кг веса: теплая вода, некрепкий чай, компоты, морсы,
- ограничить потребление сахара,



- ограничить потребление соли до 5 граммов (одна чайная ложка) в сутки. Соль способствует удержанию жидкости в тканях, что нежелательно при пневмонии, вызванной COVID-19.
- Исключить употребление алкоголя, так как он несет токсический эффект для жизненно-важных органов, способствует потере жидкости и может менять желаемые эффекты лекарственной терапии.

**При боли в горле** употребление:

- молока с маслом при кашле облегчает отхождение мокроты, смягчает боль в горле,
- теплой воды с содой (200 мл + 1 ч ложка) также смягчает боль в горле.

**В периоде выздоровления после перенесенной COVID-19** инфекции следует придерживаться принципов здорового питания, а именно:

- Для приготовления пищи следует использовать щадящие способы приготовления блюд - тушение, запекание, приготовление на пару и варка.
- Принимать пищу 5 раз в день: 3 приема пищи (завтрак, обед и ужин) в привычном режиме и объеме и 2 перекуса: второй завтрак и полдник. В качестве перекуса лучше использовать овощи и фрукты, кефир, айран, биолакт, творог. Последний прием пищи не позже за 2 часа до отхода ко сну.
- При плохом аппетите после перенесенной болезни рекомендуется есть малыми порциями, предпочтение следует отдавать любимой еде.
- Период восстановления сил после COVID-19 можно увеличить суточный объем пищи на 1 порцию до полного восстановления сил, примерно в течение 2-х недель.
- Употреблять достаточное количество жидкости, примерный расчет 30 мл на каждый килограмм массы тела. Например, если масса тела примерно 70 кг, то  $70 \times 30 \text{ мл} = 2100 \text{ мл}$  жидкости. Это количество жидкости включает жидкость, которая входит в состав любой пищи. Например, супы, бульон, молоко, кефир.
- Очень полезно употреблять национальные напитки для утоления жажды: максым, некрепкий бозо (массовая доля спирта от 2,5 до 4,5%), саамал или однодневный кымыз (массовая доля спирта до 2,5%), чалап. Очень важно следить за тем, чтобы максым и чалап были не пересоленными.
- Употреблять примерно одну чайную ложку (менее 5 гр) йодированной соли в день. Это общее количество соли в составе всех блюд и напитков, принимаемых за сутки.
- Чай пить не ранее, чем 1,5-2 часа после еды, т.к. чай препятствует всасыванию железа из пищи.
- Резко ограничить или по-возможности исключить слишком жирную и сладкую пищу, промышленно переработанные продукты: разные консервы, колбаса, сосиски, крабовые палочки, чипсы, напитки, соки, печенья, варенья и другие кондитерские изделия содержат много соли, вредные жиры и консерванты, которые могут нанести вред здоровью. Трансжиры, которые входят в состав этих продуктов, крайне вредны для здоровья, особенно сердца и сосудов.
- Употреблять нежирные сорта мяса, рыбу, птицу, бобовые (фасоль, чечевица, маш, нут, горох), орехи.
- Больше есть овощей и фруктов, не менее 400 г в день. Каждый день старайтесь есть овощи и фрукты, как минимум, трех разных цветов, например: зеленый (укроп), красный (помидоры) и белый (капуста), а на другой день: фиолетовый (баклажаны), зеленый (петрушка) и оранжевый (морковь) и так далее. Полезные свойства овощей и фруктов приведены в “фруктово-ягодном радужном колесе”.
- Употребление бараньего, барсучьего, собачьего, свиного и других видов жира для укрепления иммунитета не имеет научного обоснования. Более того, избыточный жир накапливается в клетках печени, и может привести к серьезным заболеваниям – жировой болезни печени, рубцеванию и даже раку печени.