



Med Diet Declaration

People Culture Food



La Dieta Mediterranea è stata riconosciuta dall'UNESCO Patrimonio Culturale Immateriale dell'Umanità.

È anche considerata dall'OMS una delle diete più sane e dalla FAO come una delle diete più sostenibili.

La dieta mediterranea è un elemento essenziale parte dell'identità mediterranea e comporta un insieme di competenze, conoscenze, rituali, simboli e tradizioni legate alla cultura, ai paesaggi, agli stili di vita e modi di lavorare che caratterizzano questo modello unico di sviluppo.

Con la **globalizzazione**, le regioni del Mediterraneo, soprattutto **nelle zone rurali**, hanno avuto la tendenza a minare il know-how e le proprie tradizioni locali per una **mancata consapevolezza** del loro patrimonio e potenziale socio-economico.

Come firmatari della **Dichiarazione Med Diet**, riconosciamo i valori e le pratiche culturali relative alla Dieta mediterranea e sosteniamo fermamente gli sforzi del progetto **Interreg MD.net** per raggiungere una maggiore visibilità e consapevolezza della dieta mediterranea in tutte le sue forme: produzione alimentare, salute, cultura, istruzione, economia, turismo, sviluppo rurale e sostenibilità.



IL NOSTRO IMPEGNO MIRA A

DIFENDERE LA DIETA MEDITERRANEA INTESA COME

- ✓ Un **potente strumento** per rivitalizzare l'economia, la società, la cultura, le arti e il turismo nelle comunità mediterranee e per **aumentare la competitività** a livello locale e regionale.
- ✓ Una dieta sana di primo piano nella regione mediterranea che può essere seguita anche **in altre parti del mondo**, non solo per la sua **piramide nutrizionale** riconosciuta in tutto il mondo, ma anche per il suo approccio olistico al cibo, nel modo in cui viene prodotto, acquisito e consumato.
- ✓ Un **modo prezioso e unico** di rapportarsi alla tradizione, al patrimonio, alle identità e diversità culturali, sottolineando al tempo stesso i valori dell'ospitalità, della comunità, del dialogo interculturale, della creatività e del rispetto.

PRESERVARE LA DIETA MEDITERRANEA ATTRAVERSO

- ✓ Le tradizioni, i rituali e i simboli, il patrimonio, le abitudini alimentari lo stile di vita che rendono **unica la dieta mediterranea**, insieme alla sua apertura interculturale e alla sua creatività.
- ✓ I paesaggi, dove l'agricoltura sostenibile, il bestiame, i modelli di pesca e di gastronomia sono legati allo sviluppo regionale che aumenta le **opportunità socio-economiche**, soprattutto nelle zone rurali.
- ✓ Le comunità, valorizzando le **identità comuni** e i **valori riconoscibili**, rafforzando l'immagine della regione a livello locale e globale, promuovendo i **servizi locali e prodotti**.

PROMUOVERE

- ✓ **Impegno** tra le aziende, centri di conoscenza, organizzazioni pubbliche, privati e stakeholder interessati alle **opportunità di sviluppo della dieta mediterranea**.
- ✓ **Dialogo e cooperazione** nella regione mediterranea e con altre regioni del mondo, lavorando insieme per incoraggiare e diffondere la dieta mediterranea e i suoi valori.
- ✓ La **reputazione e la consapevolezza** della dieta mediterranea come marchio.