



良好的营养是...

...幸福安康的前提。营养好，
在于吃得好。

进餐，特别是与亲朋好友一起进餐，
是人生一大乐事。

保证每天的膳食营养充足、安全、
多样，有助于我们成长，保持健康，
积极生活。

为什么重要？

健康膳食所需食物并不总能吃得上
或吃得起。

膳食不健康是引发残疾和死亡的主要风险
因素，会增加公共卫生的成本。

营养不良影响着三分之一的人，并可能造成贫困和健康问题的代际循环，
给个人健康和生产率以及国家经济增长与发展造成严重的后果。

全球层面

粮食消费和需求会影响粮食生产模式，左右着粮食体系及其对环境、社会和经济的影响。

可持续的健康膳食可以：

- 支持更公平的经济，使所有人都受益；
- 减少环境退化，如土地和水；遏制生物多样性的丧失；削减温室气体的排放，减缓气候变化。