



Med Diet Declaration

People Culture Food



La dieta mediterrània ha estat reconeguda per la UNESCO com a part integrant del Patrimoni Cultural Immaterial de la Humanitat.

També està considerada com una de les dietes més saludables per l'Organització Mundial de la Salut i una de les més sostenibles per l'Organització de les Nacions Unides per a l'Agricultura i l'Alimentació.

La dieta mediterrània, part essencial de la **identitat mediterrània**, inclou un conjunt característic de competències pràctiques, coneixements, rituals, símbols i tradicions relacionades amb la cultura, el paisatge, les maneres de viure i de treballar d'aquest **model singular de desenvolupament**.

Amb la **globalització**, a les regions mediterrànies, especialment les **zones rurals**, s'observa una tendència a **abandonar les tradicions i pràctiques locals** a causa de la **manca de consciència** sobre el potencial socioeconòmic que té aquest patrimoni.

Com a signataris de la **Declaració Med Diet** expressem el nostre **reconeixement dels valors i de les pràctiques culturals** intrínsecs de la dieta mediterrània i, reunits entorn del projecte MD.net Interreg, hi sumem els nostres esforços de **sensibilització i de visibilització** de la dieta mediterrània en totes les seves dimensions: producció alimentària, salut, cultura, educació, economia, turisme, desenvolupament rural i sostenibilitat.



ENS COMPROMETEM A

DEFENSAR LA DIETA MEDITERRÀNIA COM A

- ✓ Poderosa **eina de revitalització** de l'economia, la societat, la cultura, les arts i el turisme a les comunitats de la Mediterrània amb l'**augment de la productivitat** local i regional.
- ✓ Important **font de salut**, procedent de la regió mediterrània però vàlida **arreu del món**, reconeguda no només per la seva **piràmide nutricional** sinó també per tot el conjunt de pràctiques de producció, adquisició i consum alimentaris.
- ✓ Valuosa i particular **manera d'associar** amb l'alimentació les tradicions, el patrimoni, les identitats i la diversitat culturals, com també els valors de l'hospitalitat, la comunitat, el diàleg intercultural, la creativitat i el respecte.

PROTEGIR LA DIETA MEDITERRÀNIA A TRAVÉS DE

- ✓ Les tradicions, els rituals i símbols, el patrimoni, els hàbits alimentaris i l'estil de vida que la caracteritzen i en fan una **dieta singular**, com també la **creativitat i l'esperit obert** a altres cultures.
- ✓ El **paisatge**, suma d'uns models sostenibles d'agricultura, ramaderia, pesca i gastronomia que contribueixen al **desenvolupament regional** i a millorar les **oportunitats socioeconòmiques**, especialment a les zones rurals.
- ✓ Les comunitats, donant relleu als **valors compartits i identitats comunes**, com també enfortint la imatge de cada regió dins i fora del país amb la **promoció dels serveis i els productes locals**.

PROMOCIONAR

- ✓ El compromís de les empreses, els centres de coneixement, els organismes públics, les persones a títol individual i totes les parts interessades en el desenvolupament d'oportunitats de la dieta mediterrània.
- ✓ El **diàleg i la cooperació** dintre de la regió mediterrània i amb altres regions del món, per tal de fer un treball conjunt de **foment i divulgació de la dieta mediterrània i dels seus valors**.
- ✓ La reputació i la visibilització de la **dieta mediterrània com a marca**.