

Vodič kroz Distribuciju hrane



Izdao: © Caritas BK BiH , 2013
Vodič napisali i pripremili: Thomas Hackl i Ioana Maria
Găvrilaș, Caritas Rumunjske konfederacije
Prevod: Dijana Muzička

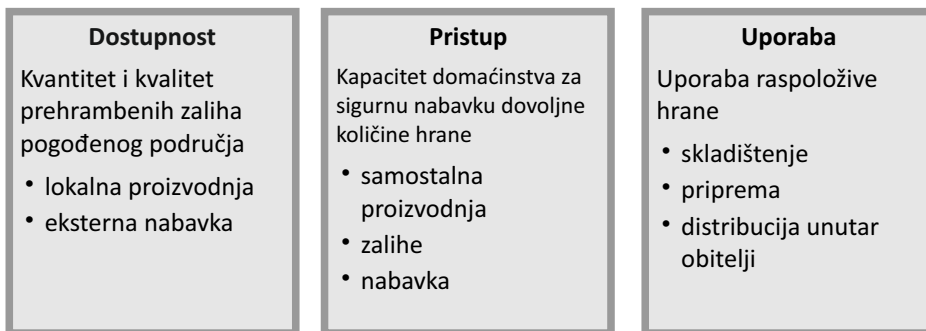
Sadržaj

1) Konceptija za sigurnost prehrane	2
2) Kako katastrofa utječe na sigurnost hrane?	2
3) Što je adekvatna ishrana?	4
4) Procjena sigurnosti prehrane	5
5) Što treba distribuirati?	6
6) Kako organizirati distribuciju hrane?	7
7) Hrana za djecu	8
8) Kupon za hranu	9
Privitak 1: Nutritivne vrijednosti prehrane.	12
Privitak 2: Model kupona za hranu.	13
Privitak 3: Model tabele sa raspoloživim artiklima.	15
Privitak 4: Model liste korisnika	16

1) Konceptcija sigurnosti prehrane

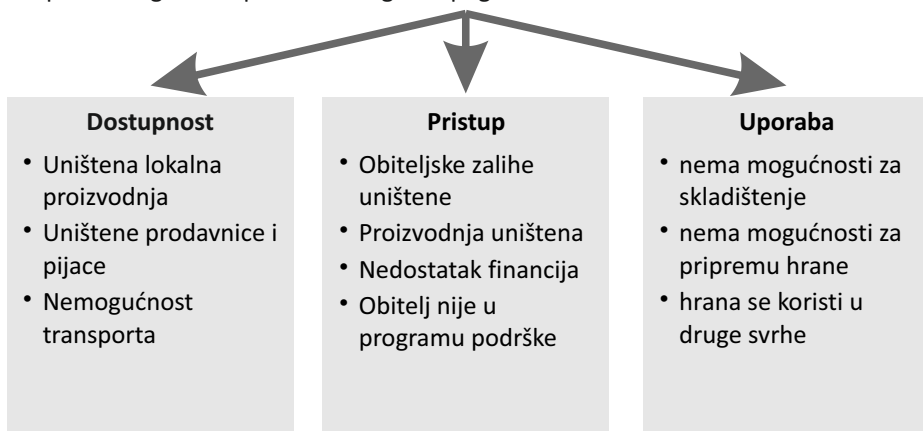
Sigurnost prehrane znači za svakoga, u svakom trenutku, imati fizički, socijalni i ekonomski pristup dovoljnim, sigurnim i nutritivnim vrijednostima prehrane koje zadovoljavaju njihove potrebe i zahtjeve za prehranom kako bi imali zdrav i aktivan život.¹

Sigurnost prehrane odgovara na tri različite komponente:



2) Kako katastrofa utječe na sigurnost prehrane?

Prirodne nepogode NE utječu nužno na sigurnost prehrane. Svakako, u određenim okolnostima prirodne nepogode imaju negativan utjecaj na sigurnost prehrane, posebice ako uključuje već ranjivu populaciju. U ovisnosti situacije, jedna ili više komponenti sigurnosti prehrane mogu biti pogođene:



¹Sphere, 145

Na koji način kapaciteti pristupanja hrani utječu na osobe, ovisi o načinu kako te osobe nabavljaju hranu:

- Ukoliko ljudi sami proizvode hranu, mogu doći u situaciju da izgube svoje zalihe na duže vrijeme (primjer: ako se desi prirodna nepogoda nakon žetve) i/ili njihovi kapaciteti za proizvodnju hrane (oštećenje usjeva na polju, gubitak stoke, mehanizacije, oštećenje zemljišta)
- Osobe koje kupuju hranu od svojih prihoda stečenih radom često su pogođene nepogodom na kratko vrijeme (gubitak stoke, ograničen ili onemogućen pristup trgovinama). Situacija se pogoršava, ukoliko ljudi izgube svoje izvore prihoda tijekom nepogode (primjera radi uništena je fabrika u kojoj rade)

Nedostatak hrane ili korištenje loše hrane mogu prouzročiti lošije ovladavanje situacijom odnosno štetom:

- Dostupni (financijski izvori) izvori koriste se za druge prioritete a ne za kupnju hrane
- Zalihe hrane su prodane u cilju ovladavanja drugih prioriteta (primjer: obnavljanje oštećene kuće)
- Kratkoročna rješenja (korištenje mesa životinja koje mogu dati mlijeko, sjeme kao hranu itd.) kompromitiraju proizvodnju hrane u budućnosti
- Over-exploitation of the environment

Pažnja!

Nesigurnost prehrane, otkrivena nakon nepogode, nije nužno povezana sa nepogodom. Ona može biti simptom općenitog siromaštva, koja je bila prisutna prije nepogode. Ovo je važno za planiranje podrške. Ako je nesigurnost prehrane direktno povezana sa nepogodom, nakon kratkog vremena podrške i programa oporavka, pogođeno stanovništvo vratit će se "normalnom životu". U slučajevima općeg siromaštva i nesigurnosti prehrane, ne postoji opravak i povratak u "normalan život". Razvojni programi, koji su iznad hitne intervencije, nužni su da bi se kreirali uvjeti za održive i zadovoljavajuće osnovne potrebe.

3) Što je adekvatna prehrana?

Svjetska zdravstvena organizacija (WHO) definira osnovne standarde dovoljnih nutricionističkih vrijednosti. Ovi standardi su validni u hitnim intervencijama, ali i tijekom normalnog života. Iznosi koje je dala WHO su prosječne i primjenjive na cjelokupnu populaciju, uključujući sve osobe od male djece do starih osoba. Individualne potrebe mogu varirati, ali i biti kompenzirane unutar obitelji ili zajednice.

Opće potrebe osobe:**2,100 Kcal dnevno**

Dodatne potrebe na niskim temperaturama: + 100 Kcal za svakih 5 C ispod 20 C

Uvjeti teškog rada: najmanje plus 200 Kcal

10-12% energije iz proteina

Najmanje 17% energije iz masti

Osim potrebe za energijom i proteinima, mikro-nutritivne vrijednosti igraju važnu ulogu u adekvatnoj prehrani. WHO daje sljedeće preporuke u svezi potrebama vitamina i minerala za populaciju koja treba hitnu intervenciju u prehrani:

Vitamini/ minerali	Preporučeni dnevni unos
Kalcij	1,000 mg
Željezo	22 mg
Jod	150 µg
Vitamin A	500 µg RE
Thiamine B1	0.9 mg

Vitamini/ minerali	Preporučeni dnevni unos
Riboflavin B2	1.4 mg
Niacin B3	12.0 mg
Folna kiselina	160 µg
Vitamin C	28.0 mg
Vitamin D	3.8 µg

4) Procjena sigurnosti prehrane

Distribucija hrane mora biti procjenjena i u skladu sa kapacitetima pogođenog stanovništva da sami sebi nabavljaju dovoljno hrane nakon katastrofe. Procjena sigurnosti prehrane pogođenog stanovništva uključuje nekoliko aspekata:

Potrebe mogu biti različite za period odmah nakon katastrofe i u periodu oporavljanja:



Identificiranje grupa koje dijele zajedničke strategije života (primjer poljoprivrednici, stočari, radnici za plaću, itd.)



Sigurnost u prehrani prije katastrofe: koji su izvori korišteni? Kakve su zalihe, uštede i rezerve u zajednici? Kako su organizirane lokalne prodavnice?



Utjecaj katastrofe: Na koji način su izvori prehrane pogođeni? Na koji način je katastrofa utjecala na cijene u marketima? Koje grupe ljudi su najviše pogođene? Kakve strategije oporavka i nošenja sa prilikama se primjenjuju i kako sve to stanovništvo pogađa?

Za vrijeme/odmah nakon katastrofe:

U mnogim hitnim situacijama ljudi moraju brzo napustiti svoje domove bez mogućnosti spašavanja materijalnih dobara. Za vrijeme prvih dana katastrofe osobe pogođene katastrofom mogu biti u potpunosti odječene od zaliha hrane. U vrijeme ove faze, potrebe se zadovoljavaju dnevnim porcijama. Treba imati na umu da obzirom na situaciju neće imati gdje pripremiti hranu. Ovo znači da već pripremljena hrana treba biti distribuirana odnosno hrana čija priprema nije komplicirana.

Srednjoročna i dugoročna pomoć:

U određeneim okolnostima, distribucija hrane pogođenim zajednicama može biti neophodna čak i nakon stabiliziranja situacije.

- Zajednice koje žive od poljoprivrede, ljudi su izgubili stoku ili nemaju usjeva do naredne sjetve.
- Situacije sa dugoročnim iseljenjem.
- Situations, where damaging coping strategies are affecting the families.

Važno!

U mnogim situacijama održivije se razvijati kapacitete korisnika da proizvode hranu ili napraviti prevenciju gubitaka izvora proizvodnje hrane (primjera, bolje je stočara opskrbiti stočnom hranom) nego distribuirati hranu.

5) Što treba distribuirati?

Faza hitnosti:

U vrijeme faze hitnosti, kada ljudi nemaju pristup drugim izvorima prehrane, cjelokupne potrebe trebaju biti pokrivene kako je opisano u Poglavlju 2., i distribuirano:

2,100 Kcal dnevno za osobu + dodatne vrijednosti za niske temperature, težak rad i generalno loše nutritivne vrijednosti. Najmanje 10-12% energetske vrijednosti iz proteina, i najmanje 17% iz masti.

Također, mikronutritivne vrijednosti trebaju biti zastupljene, iako komoditet prehrane neće biti zastupljen u fazi hitnosti, odnosno ne pokrivaju potrebe vitamina i minerala.

Tabela u prilogu prikazuje nutritivne vrijednosti prehrane često korištene za pakete hrane distribuirane od strane humanitarnih organizacija u Europskom kontekstu.

Kako izračunati procenat energije iz proteina?

- 1 g proteina daje 4 kcal energije
- Izračunaj: (Total g proteina) x 4
Imaš total energije (kcal) iz proteina
- Izračunaj procenat: $\frac{100 \times \text{energija iz proteina}}{\text{total energije}}$

Kako izračunati procenat energije iz masti?

- 1 g masti daje 9 kcal energije
- Izračunaj: (Total g masti) x 9
Imaš total energije (kcal) iz masti
- Izračunaj procenat: $\frac{100 \times \text{energija iz masti}}{\text{total energije}}$

Srednjoročna i dugoročna pomoć:

Srednjoročna i dugoročna pomoć u hrani bazirana jer na detaljnoj procjeni koja odgovara na sljedeća pitanja:

- Na koji način se zajednica prehranjuje kada nema katastrofe?
- Kakva je korpa potrošača unutar zajednice?
- Kako su kapaciteti nabavke hrane pogođeni katastrofom?
- Koji neophodni prehrambeni proizvodi su dostupni i na koliko vremena?
- Da li postoji neslaganje u nutritivnim vrijednostima postojeće prehrane?
- Koje su najranjivije grupe pogođene nedostatkom prehrane?
- Are there any groups with special needs (infants and small children, persons in need of a special diet)?

Distribucija hrane srednjoročno i dugoročno u programu podrške je uvijek komplementaran, što znači da kompenzira ono što nedostaje. Posebnu pozornost daje se mikronutritivnim vrijednostima kojih nedostaje nakon katastrofe. Nedostatak ovih vrijednosti može prouzročiti ozbiljne zdravstvene tegobe u zajednicama.

Sadržaj mikronutritivnih vrijednosti prikazan je u tabeli u dodacima.

Analiziranjem sadržaja mikronutritivnih vrijednosti u produktima u tabeli, može se vidjeti da neki vitamini i minerali mogu biti nadonađeni u vrlo malim količinama hranom koja se daje u paketima. Stoga se distribucija svježih namirnica (voća, povrća, itd.) mora uzeti obzir.

U oba slučaja, faza pomoći odmah nakon, srednjoročna ili dugoročna nakon katastrofe, mora biti u skladu sa kulturom stanovništva (primjer konzerve svinjskog mesa nisu za zajednice u kojima žive muslimani), prihvaćene i poznate.

Umjesto distribucije paketa, treba uvijek imati na umu mogućnost kupona za hranu (poglavlje 8).

6) Kako organizirati program distribucije hrane?

Nabavka:

- U fazi hitnosti, nabavka za distribuciju hrane mora biti brza (za nekoliko sati). Stoga je neophodno imati listu dobavljača koja će biti spremna prije nego se desi katastrofa.
- Mnogo striktnije procedure se primjenjuju za srednjoročne i dugoročne programe. Ovo uključuje najmanje tri ponude za procedure javne nabavke.
- Ako je moguće, artikli trebaju biti nabavljeni iz lokalnih marketa i lokalnih dobavljača.
- Prehrana mora zadovoljavati sve pravne standarde kvaliteta i sigurnosti prehrane.

Pakiranje:

Pakiranje može biti organizirano od strane dobavljača ili uposelnih/volontera humanitarne organizacije. Sljedeća pitanja se trebaju uzeti u razmatranje:

- Paketi se trebaju praviti ili za individualne korisnike ili za obitelji. Individualni paketi omogućavaju točnu alokaciju potrebnih količina, ali napor pri pripremi i distribuciji je mnogo veći. Ukoliko se distribuiraju paketi za obitelji, veličina obitelji treba se uzeti u razmatranje, te napraviti mogućnost pakiranja malih i velikih paketa za manje i veće obitelji.
- Pakiranje treba štititi paket prilikom transporta do tačke distribucije, konačnog korisnika.
- Kapacitet korisnika da uskladište hranu treba imati na umu također.

Skladištenje i transport:

- Državno pravni standardi skladištenja i transporta hrane se moraju poštivati.
- Treba se osigurati da hrana neće biti kontaminirana prilikom skladištenja ili transporta.

Distribucija:

- Distribucija treba biti organizirana i koordinirana sa zajednicom kojoj se pomaže, oko sadržine paketa, kriterija selekcije korisnika. Lokalne vlasti treba informirati o svemu.
- Posebice u fazi hitnosti treba voditi računa da se distribucijom pomognu najosjetljivije grupe a ne samo one najbolje informirane ili najsnažnije.
- U vrijeme faze hitnosti, umjesto distribucije hrane u paketima, distribucija gotove hrane može biti opcija ukoliko lokalna infrastruktura to dozvoljava.

Dokumentacija:

- Svaka distribucija treba biti dokumentirana. Korisnici potpisuju liste koje potvrđuju sadržaj distribuiranih paketa.
- Osim potpisa korisnika na listi treba biti i njihovo ime i ostale informacije koje dozvoljavaju identifikaciju osobe i njene/njegove obitelji.

7) Hrana za djecu

Treba ohrabrivati na dojenje male djece i dojenčadi u vrijeme katastrofa. Korištenje preparata za bebe i djecu ima niz problema i opasnosti:

- Teško dostupna čista voda za pripremanje, čiste posude i dječije bočice.
- U izvanrednim okolnostima često nije moguće zagrijati vodu
- Dostupnost dovoljnih količina hrane za bebe je upitna

Generalna distribucija hrane za bebe se NE SMIJE provoditi za svu djecu u vrijeme i nakon katastrofe. Ovaj postupak može izazvati prekidanje dojenja majki za svoju djecu.

Hranu za bebe treba dostrobuirati individualno samo provjerenim slučajevima.

Za djecu od 6 do 36 mjeseci starosti može biti korisna dodatna komplementarna hrana bogata energetske i mikro nutritivnim vrijednostima:

- Hrana koja se lako probavlja
- Hrana bogata mastima/uljima: 30-40% energije
- Najmanje 12% energetske vrijednosti iz proteina

8) Kuponi za hranu

Kuponi za hranu su alternativa podjeli paketa. Kupon za hranu je dokument koji se lako može zamijeniti od strane korisnika u lokalnoj prodavnici za određenu vrijednost u robi odnosno hrani

Korištenje kupona za hranu ima mnoge prednosti:

- Korisnici imaju slobodu izbora – selekcijom hrane koja im je najpotrebnija.
- Kuponima za hranu potpomažete lokalnu ekonomiju.
- Kuponi za hranu omogućavaju dostupnost pristupa svježoj hrani, koj je teško distribuirati uobičajenom metodom.
- Logistika cjelokupnog programa je manje kompleksna.

Potrebni preduvjeti za program sa kuponima za hranu:

Iako je program kupona za hranu dovoljan način za podršku populacije pogođene katastrofom sa hranom, postoje određeni preduvjeti koji moraju psotojati kako bi se program efikasno mogao provesti:

- Potreba za hranom
- Necessary food-stuff can be provided by local shops and markets
- Isključen negativni utjecaj na loklanu ekonomiju
- Prodavnice su suglasne raditi na principu kupona
- Korisnici imaju prstup lokalnim prodavnicama

Program sa kuponima za hranu se ne preporučaju u slučajevima kada:

- Distribucija u vrijeme katastrofe ili odmah netom nakon katastrofe
- Privremeni smještaji koji se koriste su privremeni i postoji tendencija njihovog uništenja vrlo brzo (izgrađeni na nekoliko dana)
- Lokalni marketi i prodavnice (u tom momentu) nemaju kapacitete da osiguraju neophodnu količinu hrane
- Generalno je nestašica hrane – u ovom slučaju kuponi za hranu mogu prouzročiti visoke cijene koje će reducirati količinu ponude u programu
- Korisnici nemaju pristup marketima i prodavnicama

Kako organizirati program sa kuponima za hranu?

Procjena

- a. Procjena potreba: Program kupona za hranu NE zamjenjuje kompletnu procjenu potreba. Pomoć u hrani - bilo distriburana direktno ili kuponima - opravdano je samo u slučaju verificiranog nedostatka hrane.
- b. Procjena lokalnih marketa: Saznati, da li lokalni marketi i prodavnice imaju kapacitete nabavke dovoljnih količina hrane. Provjeriti koje namirnice i koje količine su na raspolaganju, odnosno u kojem najkracem roku se mogu nabaviti. Da li će program s kuponima prouzročiti negativan utjecaj na lokalne markete povećanjem cijena i dostupnošću namirnica za osobe koje nisu u programu. Treba saznati također da li su marketi dostupni korisnicima programa.

Priprema programa

- a. Odabir korisnika: Korisnici se odabiru obzirom na potrebe proizišle iz procjene potreba kroz jasne kriterije.
- b. Odabir prodavnica: Prodavnice trebaju biti dostupne korisnicima. Korisno je imati više od jedne prodavnice u programu. Prodavnice trebaju imati novčane kapacitete za nabavku dovoljnih količina namirnica za korisnike, čak i onda kada ne dobiju isplatu odmah za usluge. Ako prodavnice nemaju potrebne novčane kapacitete, treba razmišljati o avansnom plaćanju.
- c. Definirana lista namirnica, koja se može dobiti na kupon. Jasna lista, s opisom namirnica i cijena uspostavlja se sa prodavnicom (dodatak «Dostupne namirnice») Ova lista se postavlja u prodavnicama ili distribuirana korisnicima.
- d. Potpisivanje ugovora sa prodavnicama u programu : Ovaj ugovor opisuje operacijske korake u programu, administrativne regulative, načine plaćanja i listu dostupnih proizvoda i njihovih cijena.

Period važenja:

Kuponi za hranu dizajniraju se za jednokratnu upotrebu. Period važenja nikad nije duže od dva tjedna. Ako se planira dugoročnija pomoć, prave se kuponi za različite periode važenja, i distribuirani korisnicima.

Implementacija

- a. Distribucija kupona: Individualni kuponi (dodatak Kuponi za hranu) distribuiraju se svim odabranim korisnicima. Kuponi su personalizirani, s naznačenim imenom, adresom i drugim identifikacijskim podacima (broj osobne). Nadalje vrijednost kupona, vrijeme važenja, naziv prodavnice. Kuponi trebaju biti što zaštićeniji od prevare, korištenjem više boja, originalnih potpisanajmanje dvije osobe, pečat na kuponima. Korisnici se potpisuju na listu distribucije kao verifikaciju primitka.
- b. Uporaba kupona: Korisnici će koristiti kupone za kupnju potrebnih namirnica u programu. Oni će sami odabrati namirnice za popisa. Ovaj popis može biti na vidnom mjestu u prodavnici ili sa kuponima kod korisnika. Svako prekoračenje dozvoljenog iznosa korisnik sam plaća razliku.
- c. Prodavač registriram namirnice, količinu i cijene na zadnjoj strani kupona. Korisnik popisuje tabelu kao potvrdu da je dobio namirnice. Kupon ostaje u prodavnici.
- d. Nakon naznačenog vremenskog perioda u ugovoru, prodavač šalje račun za svu robu (sa iskorištenim kuponima u prilogu) organizaciji kako bi organizacija platila račun za robu. Ukoliko se radi o malim prodavnicama periodi za isplatu trebaju biti mali (isplata svakog tjedna)

Administrativni sistem:

Administrativni sistem za program s kuponima dat će transparentan i efikasan implementaciju programa i jasno praćenje korištenja kupona. Osnovni elementi sistema su:

- Personalizirani kuponi koji se ne mogu prodati drugoj osobi.
- Prodavnice moraju imati kompletnu listu korisnika
- Cijene proizvoda su fiksne
- Jasni zapisi o distribuiranim namirnicama za svakog korisnika

Privitak 1

Nutritivne vrijednosti prehrane

100 g od	Energija (kcal)	Proteini (g)	Masti (g)	Calcium (mg)	Željezo (mg)	Vitamin A (µg)	Thiamine B1 (mg)	Riboflavin B2 (mg)	Niacin B3 (mg)	Folna kiselina (µg)	Vitamin C (mg)
Brašno	350	11,5	1,5	29	3.7	0	0.28	0.14	4.5		0
Kukurzno brašno	360	9,0	3,5	10	2.5	0	0.3	0.1	1.8		0
Riža	360	7,0	0,5	7	1.2	0	0.2	0.08	2.6	11	0
Šećer	400	0,0	0,0	0	0	0	0	0	0	0	0
Grah	335	20,0	1,2	143	8.2	0	0.5	0.22	2.1	180	0
Grašak	335	22,0	1,4	130	5.2	0	0.6	0.19	3	100	0
Leća	340	20,0	0,6	51	9	0	0.5	0.25	2.6		0
Tjestenina	360	12,5	1,2	27	1.6	63	0.17	0.07	1.9	11	0
Ulje	885	0,0	100,0	0	0	0	0	0	0	0	0
Margarin	705	0,0	80,0	10	0.06	608	0.007	0.025	0.02	1	0.1
Sir u konzervi	355	22,5	28,0	630	0.2	120	0.03	0.45	0.2		0
Meso u konzervi	220	21,0	15,0	14	4.1	0	0.2	0.23	3.2	2	0
Pašteta u konzervi	316	16,8	27,4	15	7.45	5265	0.376	1.363	5.525	24	23.22
Riba u konzervi	305	22,0	24,0	330	2.7	0	0.4	0.3	6.5	16	0
Paradajz u konzervi	11	0,6	0,1	11	0.28	47	0.033	0.017	0.261	4	8.07
Mlijeko	360	36,0	1,0	1257	1	1500	0.42	1.55	1	50	0
Mlijeko u prahu	500	25,0	27,0	912	0.5	280	0.28	1.21	0.6	37	0
Grah i meso u konzervi	120	6,0	6,2	31	1.53	116	0.169	0.091	1.438	7	7.08
Osušeno voće	270	4,0	0,5	32	1.2	0	0.09	0.1	2.2	13	0
Krompir	71	2,0	0,1	10	0.8	0	0.08	0.03	1.05	16	19.7
Kruh	242	8,2	1,2	15	1.26	4	0.076	0.057	0.764	17	0
Čokolada	525	6,0	30,0	214	2,3	59	0,11	0,37	0,46	10	0
Biskvit	480	10,0	21,2	136	1,59	173	0,138	0,188	0,597	9	1,12

Kupon za hranu

Vrijednost:	
--------------------	--

Kupon može koristiti osoba:

Ime:	
ID-karta:	
Adresa:	

Period vrijednosti:	Od:		Do:	
----------------------------	-----	--	-----	--

Ovaj kupon može se koristiti od strane isključivo osobe koja je navedena , kao sredstvo plaćanja hrane navedena na listi artikala od strane Caritasa, u prodavnicama:

--	--

Potpis:		Potpis:	
---------	--	---------	--

Kupon za hranu - Dostupni proizvodi/artikli

Prodavnica:			
Vrijedi	Od:		Do:

Br.	Proizvod/artikl	Cijena
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		

Potpis/Pečat Caritasa	Potpis/Pečat prodavnice

Ovaj Vodič izdao je Caritas Biskupske konferencije BiH kroz Regionalni projekt izgradnje kapaciteta SEECEG.

SEECEG (South Eastern Europe Caritas Emergency Group) je formirana grupa Caritasa iz Albanije, Bosne i Hercegovine, Bugarske, Grčke, Kosova, Crne Gore, Rumunjske, Srbije i Turske, koje zajednički rade na polju Humanitarne pomoći i smanjenju rizika od katastrofa.

SEECEG Regionalni projekt izgradnje kapaciteta (2012-2014) financira:

