முதல் சர்வதேச மத்தியதரைக் கடல் உணவுமுறை தினம் – நவம்பர் 16

பாடப் பகுதிகள்: முக்கிய தினங்கள் · TNPSC குரூப் 1, 2, 4 · நடப்பு நிகழ்வுகள்



செய்தி

2026 நவம்பர் 16 அன்று முதல் 'சர்வதேச மத்தியதரைக் கடல் உணவுமுறை தினம்' கடைப்பிடிக்கப்பட்டது. இத்தாலி தலைமையிலான மத்தியதரைக் கடல் நாடுகள் முன்மொழிந்த தீர்மானத்தை ஐ.நா. பொதுச் சபை 2025 டிசம்பர் 18 அன்று வாக்கெடுப்பின்றி ஏற்று (தீர்மானம் A/RES/80/174), நவம்பர் 16-ஐ ஆண்டுதோறும் இந்நாளாக அறிவித்தது; முன்னதாக 2025-ல் FAO-வின் 44-ஆவது மாநாடும் இதற்கு ஒப்புதல் அளித்திருந்தது. குரோஷியா, சைப்ரஸ், பிரான்ஸ், கிரீஸ், லெபனான், மொராக்கோ, போர்ச்சுகல், சான் மரினோ, ஸ்பெயின், துனிசியா உள்ளிட்ட நாடுகள் இணை முன்மொழிவாளர்கள்; ஆர்மீனியா, மால்டா, மான்டினீக்ரோ ஆகியவையும் முதன்மை முன்மொழிவாளர்கள் என FAO பட்டியல் கூறுகிறது. 2010 நவம்பர் 16 அன்று மத்தியதரைக் கடல் உணவுமுறை யுனெஸ்கோவின் 'மனிதகுலத்தின் அருவப் பண்பாட்டு மரபுப் பிரதிநிதித்துவப் பட்டியலில்' சேர்க்கப்பட்டதை நினைவுகூரும் வகையில் இந்நாள் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டது. இந்நாளின் கொண்டாட்டங்களுக்கு ரோமைத் தலைமையிடமாகக் கொண்ட உணவு, வேளாண் அமைப்பு (FAO) தலைமை தாங்குகிறது. 2026-க்கு அதிகாரப்பூர்வக் கருப்பொருள் எதுவும் அறிவிக்கப்படவில்லை.

தேர்வுக்கான முக்கியக் குறிப்புகள்

அம்சம்	விவரம்
நாள்	நவம்பர் 16 – 2026 முதல் கடைப்பிடிப்பு

அம்சம்	விவரம்
அறிவித்தது	ஐ.நா. பொதுச் சபை, டிசம்பர் 2025 (இத்தாலி முன்மொழிவு)
முன்னெடுக்கும் அமைப்பு	FAO, ரோம்
யுனெஸ்கோ பதிவு	16 நவ. 2010 – 5-ஆவது அமர்வு, நைரோபி: ஸ்பெயின், கிரீஸ், இத்தாலி, மொராக்கோ
விரிவாக்கம்	2013 – பாகு அமர்வு: சைப்ரஸ், குரோஷியா, போர்ச்சுகல் சேர்ப்பு (மொத்தம் 7 நாடுகள்)
சொல்லின் மூலம்	கிரேக்க 'டயைட்டா' – 'வாழ்க்கை முறை'
முக்கிய உணவுகள்	ஆலிவ் எண்ணெய், தானியங்கள், பருப்பு, காய்கனி, மீன்; குறைந்த இறைச்சி
அறிவியல் அடிப்படை	ஆன்செல் கீஸ் – 'ஏழு நாடுகள் ஆய்வு' (இதய நோய், 1950–60கள்)
2026 கருப்பொருள்	அதிகாரப்பூர்வமாக அறிவிக்கப்படவில்லை

பின்னணி

- யுனெஸ்கோ அருவப் பண்பாட்டு மரபு: 2003 அக்டோபர் 17 அன்று பாரிஸில் யுனெஸ்கோ பொது மாநாடு 'அருவப் பண்பாட்டு மரபைப் பாதுகாக்கும் உடன்படிக்கை'யை ஏற்றது (2006-ல் நடைமுறை). வாய்மொழி மரபுகள், நிகழ்த்துகலைகள், சடங்குகள்–விழாக்கள், இயற்கை பற்றிய அறிவு, கைவினைத் திறன் ஆகியவை இதன் களங்கள். 1972 உடன்படிக்கை (உலகப் பாரம்பரியச் சின்னங்கள்) கட்டடங்கள், இயற்கைத் தலங்களைக் காக்கிறது; 2003 உடன்படிக்கை 'வாழும் மரபுகளை'க் காக்கிறது.
- இந்தியா: 2025 டிசம்பர் 8–13 அன்று தில்லி செங்கோட்டையில் நடந்த யுனெஸ்கோ அரசுகளுக்கிடையேயான குழுவின் 20-ஆவது அமர்வில் 'தீபாவளி' பிரதிநிதித்துவப் பட்டியலில் சேர்க்கப்பட்டது. இதே அமர்வில் இத்தாலிய சமையல் மரபும் சேர்க்கப்பட்டது. இந்தியாவின் பிற கூறுகள்: கூடியாட்டம், வேத ஓதுதல், ராம்லீலா (2008), சௌ நடனம், காலபேலியா, முடியேட்டு (2010), யோகா (2016), கும்பமேளா (2017), கொல்கத்தா துர்கா பூஜை (2021), குஜராத் கர்பா (2023) உள்ளிட்டவை. இந்தியாவில் சங்கீத நாடக அகாடமி இதற்கான முகமை.
- உணவு–நலம்: மத்தியதரைக் கடல் உணவுமுறையின் முதன்மைக் கொழுப்பான ஆலிவ் எண்ணெயில் ஒற்றை நிறைவுறாக் கொழுப்பு அமிலம் (ஒலியிக் அமிலம்) அதிகம்; இது கெட்ட கொழுப்பைக் (LDL) குறைக்க உதவுகிறது. 1960-களில் ஆன்செல் கீஸின் ஆய்வுகள் இதய நோய் குறைவோடு இவ்வுணவுமுறையை இணைத்தன; நீரிழிவு, சில புற்றுநோய்கள், மனச்சோர்வு குறைவோடும் தொடர்புடையது என FAO கூறுகிறது. உலகமயமாக்கல், நகரமயமாக்கல், புதிய நுகர்வுப் பழக்கங்களால் இம்மரபு அரிக்கப்படுவதாகவும் FAO எச்சரிக்கிறது.

தமிழ்நாடு தொடர்பு: மத்தியதரைக் கடல் உணவுமுறைபோலவே தமிழ் மரபு உணவும் 'உணவே மருந்து' என்ற வாழ்வியல் நெறி. தமிழ்நாட்டின் மரபு உணவுகள் புவிசார் குறியீடு (GI) மூலம் பாதுகாக்கப்படுகின்றன – 2019-ல் 'பழனி பஞ்சாமிர்தம்' தமிழ்நாட்டில் GI பெற்ற முதல் கோயில் பிரசாதம் ஆனது; வாழைப்பழம், வெல்லம், பசு நெய், தேன், ஏலக்காய் ஆகிய ஐந்து இயற்கைப் பொருள்களால், பதப்படுத்திகள் இன்றித் தயாரிக்கப்படுகிறது; பழனி அருள்மிகு தண்டாயுதபாணி சுவாமி கோயில் அபிஷேகத்தின் முக்கியப் படையல். யுனெஸ்கோ அருவ மரபுப் பட்டியலில் தமிழ்நாட்டுக்கென்றே தனிக் கூறு இதுவரை இல்லை; 2025-ல் சேர்க்கப்பட்ட தீபாவளி தமிழகத்திலும் பெருமளவில் கொண்டாடப்படுகிறது.

அடிக்கடி கேட்கப்படும் கேள்விகள்

இந்தச் செய்தி எதைப் பற்றியது?

2026 நவம்பர் 16 அன்று முதல் 'சர்வதேச மத்தியதரைக் கடல் உணவுமுறை தினம்' கடைப்பிடிக்கப்பட்டது. இத்தாலி தலைமையிலான மத்தியதரைக் கடல் நாடுகள் முன்மொழிந்த தீர்மானத்தை ஐ.நா. பொதுச் சபை 2025 டிசம்பர் 18 அன்று வாக்கெடுப்பின்றி ஏற்று (தீர்மானம் A/RES/80/174), நவம்பர் 16-ஐ ஆண்டுதோறும் இந்நாளாக அறிவித்தது; முன்னதாக 2025-ல் FAO-வின் 44-ஆவது மாநாடும் இதற்கு ஒப்புதல் அளித்திருந்தது.

தேர்வுக்கு நினைவில் கொள்ள வேண்டிய முக்கியத் தகவல்கள் எவை?

நாள்: நவம்பர் 16 – 2026 முதல் கடைப்பிடிப்பு; அறிவித்தது: ஐ.நா. பொதுச் சபை, டிசம்பர் 2025 (இத்தாலி முன்மொழிவு); முன்னெடுக்கும் அமைப்பு: FAO, ரோம்; யுனெஸ்கோ பதிவு: 16 நவ. 2010 – 5-ஆவது அமர்வு, நைரோபி: ஸ்பெயின், கிரீஸ், இத்தாலி, மொராக்கோ.

இந்தச் செய்தியின் பின்னணி என்ன?

யுனெஸ்கோ அருவப் பண்பாட்டு மரபு: 2003 அக்டோபர் 17 அன்று பாரிஸில் யுனெஸ்கோ பொது மாநாடு 'அருவப் பண்பாட்டு மரபைப் பாதுகாக்கும் உடன்படிக்கை'யை ஏற்றது (2006-ல் நடைமுறை).

பயிற்சி வினாக்கள் (விடையுடன்)

1. 2010-ல் மத்தியதரைக் கடல் உணவுமுறை ஸ்பெயின், கிரீஸ், இத்தாலியுடன் எந்த ஆப்பிரிக்க நாட்டின் பெயரிலும் யுனெஸ்கோ பட்டியலில் இணைந்தது?

A) எகிப்து

B) துனிசியா

C) அல்ஜீரியா

D) மொராக்கோ

விடை: D – விளக்கம்: மொராக்கோ (நைரோபி அமர்வு, 2010). 2013 பாகு அமர்வில் சைப்ரஸ், குரோஷியா, போர்ச்சுகல் சேர்ந்து 7 நாடுகள் ஆயின.

2. அருவப் பண்பாட்டு மரபைப் பாதுகாப்பதற்கான யுனெஸ்கோ உடன்படிக்கை எந்த ஆண்டு ஏற்கப்பட்டது?

A) 2003

B) 1972

C) 1992

D) 2005

விடை: A – விளக்கம்: 2003 (பாரிஸ், 17 அக்.; 2006-ல் நடைமுறை). 1972 – உலகப் பாரம்பரிய உடன்படிக்கை; 2005 – பண்பாட்டு வெளிப்பாடுகளின் பன்முகத்தன்மை உடன்படிக்கை.

3. 2025 டிசம்பரில் தில்லி செங்கோட்டையில் நடந்த யுனெஸ்கோ குழு அமர்வில் அருவ மரபுப் பட்டியலில் சேர்க்கப்பட்ட இந்தியத் திருவிழா எது?

A) பொங்கல்

B) ஹோலி

C) ஓணம்

D) தீபாவளி

விடை: D – விளக்கம்: தீபாவளி – 20-ஆவது அமர்வு (8–13 டிச. 2025). முன்னர் சேர்ந்த இந்தியத் திருவிழாக்கள்: கும்பமேளா (2017), துர்கா பூஜை (2021), கர்பா (2023).

4. மத்தியதரைக் கடல் உணவுமுறையின் முதன்மைக் கொழுப்பான ஆலிவ் எண்ணெயில் அதிகம் உள்ள கொழுப்பு அமில வகை எது?

A) நிறைவுற்ற கொழுப்பு

B) ஒற்றை நிறைவுறா

C) டிரான்ஸ் கொழுப்பு

D) ஒமேகா-3 பல்நிறைவுறா

விடை: B – விளக்கம்: ஒற்றை நிறைவுறா – முக்கியமாக ஒலியிக் அமிலம்; LDL கொழுப்பைக் குறைக்க உதவும். ஒமேகா-3 – மீன், ஆளிவிதையில் அதிகம்; டிரான்ஸ் – வனஸ்பதி.

5. 2019-ல் புவிசார் குறியீடு (GI) பெற்ற தமிழ்நாட்டின் முதல் கோயில் பிரசாதம் எது?

A) பழனி பஞ்சாமிர்தம்

B) ஸ்ரீவில்லிபுத்தூர் பால்கோவா

C) திருப்பதி லட்டு

D) மணப்பாறை முறுக்கு

விடை: A – விளக்கம்: பழனி பஞ்சாமிர்தம் – வாழை, வெல்லம், நெய், தேன், ஏலம். ஸ்ரீவில்லிபுத்தூர் பால்கோவா GI உண்டு, ஆனால் பிரசாதம் அல்ல; திருப்பதி லட்டு – ஆந்திரம்.

ஆதாரங்கள்: FAO செய்தி, 19 டிச. 2025; இத்தாலி வெளியுறவு அமைச்சகம் (esteri.it), டிச. 2025; ஐ.நா.வுக்கான இத்தாலியத் தூதரகம், 2 டிச. 2025; யுனெஸ்கோ ICH – மத்தியதரைக் கடல் உணவுமுறை (ich.unesco.org); நியூஸ் ஆன் ஏர், 10 டிச. 2025 (தீபாவளி); புவிசார் குறியீட்டுப் பதிவகம் – ipindia.gov.in (பழனி பஞ்சாமிர்தம், 2019). © Shanmugam IAS Academy.