



T.C.  
YENİŞEHİR KAYMAKAMLIĞI  
İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü

Sayı : E-80987959-918.01-77236482  
Konu : Türkiye Gıda Okuryazarlığı  
Stratejisi ve Eylem Planı

31.05.2023

DAĞITIM YERLERİ

İlgi : Mersin İl Milli Eğitim Müdürlüğünün 31.05.2023 tarihli ve 77188164 sayılı yazısı.

Bakanlığımıza bağlı okullarda sağlıklı beslenme alışkanlığı, gıda güvenliği, gıda güvenilirliği ve gıda kalitesi konularında farkındalığı artırmak, uluslararası standart ve şartlara uygunluğu sağlamak, güvenilir ve kaliteli gıdanın servis edildiği ortamları geliştirmek, yeterli ve dengeli beslenme alışkanlığı kazandırmak ve fiziksel aktiviteye teşvik etmek amacı ile "Okulumda Sağlıklı Besleniyorum Programı" "Sağlıklı Beslenme" ve "Fiziksel Aktivite" olmak üzere iki ana başlıkta yürütülmektedir.

Program kapsamında öğrenci, veli ve öğretmenlerimizde sağlıklı beslenme kültürü oluşmasını sağlamak, öğrencilerimizi ve velilerimizi gıda okuryazarlığı konusunda bilinçlendirmek, okullarda öğrencilerimizi geleneksel tatlarla buluşturmak, gıda israfına yönelik bilinçlendirme sağlamak, yeterli ve dengeli beslenme alışkanlığı kazandırmak ve fiziksel aktiviteye teşvik etmek amaçlandığı ve gıda okuryazarlığının günlük hayatta pratik olarak uygulanmasını destekleyen faaliyetlerin sürekliliğinin sağlanmasının gerekli görüldüğü ilgi yazıda belirtilmektedir.

Tarım ve Orman Bakanlığı ile Birleşmiş Milletler Gıda ve Tarım Örgütü (FAO) iş birliğinde yürütülen "Gıda Okuryazarlığı Kapasitesinin Geliştirilmesi" projesi kapsamında oluşturulan ve ekte gönderilen "**Türkiye Gıda Okuryazarlığı Stratejisi ve Eylem Planı 2022-2028**" kitapçığı içeriğinde yer alan gıda yönetimi hususlarının yapılacak olan faaliyetlerde uygulamaya geçirilmesi, sağlıklı beslenme kültürüne katkı sunulması ve sağlıklı beslenme alışkanlıklarının geliştirilmesi bakımından gerekli duyuruların yapılması hususunda;

Gereğini rica ederim.

Şaban TÜRKMEN  
Müdür a.  
Şube Müdürü

Ek :

- 1-İlgi Yazı (1 sayfa)
- 2-Türkiye Gıda Okuryazarlığı Stratejisi  
ve Eylem Planı Kitapçığı (50 sayfa)

Dağıtım :

- Tüm Resmi ve Özel Okul Müdürlüklerine

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Adres : Gvnevler mah. 1. Cad. No: 118/A Yenişehir / MERSİN

Belge Doğrulama Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/meb-ebys>

Bilgi için: Cesur ÖRÜK

Telefon No : 0 (324) 325 43 25 - 26 (104)

Unvan : Memur

E-Posta : [issagligi33@gmail.com](mailto:issagligi33@gmail.com)

İnternet Adresi: [yenisehir33.meb.gov.tr](http://yenisehir33.meb.gov.tr)

Faks: 03243254327

Kep Adresi : [meb@hs01.kep.tr](mailto:meb@hs01.kep.tr)

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden c039-3b89-375d-8b34-6393 kodu ile teyit edilebilir.





T.C.  
MERSİN VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : E-63163830-602.05-77188164  
Konu : Türkiye Gıda Okuryazarlığı  
Stratejisi ve Eylem Planı

31.05.2023

.....KAYMAKAMLIĞINA  
(İlçe Millî Eğitim Müdürlüğü)

İlgi : MEB Destek Hizmetleri Genel Müdürlüğünün 22.05.2023 tarihli ve 76575460 sayılı yazısı.

Bakanlığımıza bağlı okullarda sağlıklı beslenme alışkanlığı, gıda güvenliği, gıda güvenilirliği ve gıda kalitesi konularında farkındalığı artırmak, uluslararası standart ve şartlara uygunluğu sağlamak, güvenilir ve kaliteli gıdanın servis edildiği ortamları geliştirmek, yeterli ve dengeli beslenme alışkanlığı kazandırmak ve fiziksel aktiviteye teşvik etmek amacı ile "Okulumda Sağlıklı Besleniyorum Programı" "Sağlıklı Beslenme" ve "Fiziksel Aktivite" olmak üzere iki ana başlıkta yürütülmektedir.

Program kapsamında öğrenci, veli ve öğretmenlerimizde sağlıklı beslenme kültürü oluşmasını sağlamak, öğrencilerimizi ve velilerimizi gıda okuryazarlığı konusunda bilinçlendirmek, okullarda öğrencilerimizi geleneksel tatlarla buluşturmak, gıda israfına yönelik bilinçlendirme sağlamak, yeterli ve dengeli beslenme alışkanlığı kazandırmak ve fiziksel aktiviteye teşvik etmek amaçlandığı ve gıda okuryazarlığının günlük hayatta pratik olarak uygulanmasını destekleyen faaliyetlerin sürekliliğinin sağlanmasının gerekli görüldüğü ilgi yazıda belirtilmektedir.

Tarım ve Orman Bakanlığı ile Birleşmiş Milletler Gıda ve Tarım Örgütü (FAO) iş birliğinde yürütülen "Gıda Okuryazarlığı Kapasitesinin Geliştirilmesi" projesi kapsamında oluşturulan ve ekte gönderilen "**Türkiye Gıda Okuryazarlığı Stratejisi ve Eylem Planı 2022-2028**" kitapçığı içeriğinde yer alan gıda yönetimi hususlarının yapılacak olan faaliyetlerde uygulamaya geçirilmesi, ülkemizde sağlıklı beslenme kültürüne katkı sunulması ve sağlıklı beslenme alışkanlıklarının geliştirilmesi bakımından gerekli duyuruların yapılması hususunda;

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Baykal BAŞDEMİR  
Vali a.  
İl Millî Eğitim Müdür V.

Ek :

- 1-İlgi Yazı (1 sayfa)
- 2-Türkiye Gıda Okuryazarlığı Stratejisi ve Eylem Planı Kitapçığı (50 sayfa)

Dağıtım :

13 İlçe Kaymakamlığına  
(İlçe Millî Eğitim Müdürlüğü)

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Adres : GMK Bulvarı Dumlupınar Mah.33130 Yenişehir/MERSİN

Belge Doğrulama Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/meb-ebys>

Bilgi için: Zehra ERGÜLER

Telefon No : 0 (324) 329 14 81

Unvan : Veri Hazırlama ve Kontrol İşletmeni

E-Posta: [saglik33@meb.gov.tr](mailto:saglik33@meb.gov.tr)

İnternet Adresi: [mersin.meb.gov.tr](http://mersin.meb.gov.tr)

Faks:3243273518

Keşif Adresi : [meb@hs01.kep.tr](mailto:meb@hs01.kep.tr)

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden 9993-7e49-3252-bbb1-4b40 kodu ile teyit edilebilir.





T.C.  
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI  
Destek Hizmetleri Genel Müdürlüğü

Sayı : E-24301423-602.05-76575460  
Konu : Türkiye Gıda Okuryazarlığı  
Stratejisi ve Eylem Planı

22.05.2023

DAĞITIM YERLERİNE

İlgi : Tarım ve Orman Bakanlığının 02.05.2023 tarihli ve E-40317327-145.01.01-9733400 sayılı yazısı.

Bakanlığımıza bağlı okullarda sağlıklı beslenme alışkanlığı, gıda güvenliği, gıda güvenilirliği ve gıda kalitesi konularında farkındalığı artırmak, uluslararası standart ve şartlara uygunluğu sağlamak, güvenilir ve kaliteli gıdanın servis edildiği ortamları geliştirmek, yeterli ve dengeli beslenme alışkanlığı kazandırmak ve fiziksel aktiviteye teşvik etmek amacı ile "Okulumda Sağlıklı Besleniyorum Programı" "Sağlıklı Beslenme" ve "Fiziksel Aktivite" olmak üzere iki ana başlıkta yürütülmektedir.

Program kapsamında öğrenci, veli ve öğretmenlerimizde sağlıklı beslenme kültürü oluşmasını sağlamak, öğrencilerimizi ve velilerimizi gıda okuryazarlığı konusunda bilinçlendirmek, okullarda öğrencilerimizi geleneksel tatlarla buluşturmak, gıda israfına yönelik bilinçlendirme sağlamak, yeterli ve dengeli beslenme alışkanlığı kazandırmak ve fiziksel aktiviteye teşvik etmek amaçlanmaktadır. Gıda okuryazarlığının günlük hayatta pratik olarak uygulanmasını destekleyen faaliyetlerin sürekliliğinin sağlanması gerekli görülmektedir.

Bu itibarla, Tarım ve Orman Bakanlığı ile Birleşmiş Milletler Gıda ve Tarım Örgütü (FAO) iş birliğinde yürütülen "Gıda Okuryazarlığı Kapasitesinin Geliştirilmesi" (TCP/TUR/3805/C5) projesine ait detaylar İlgi'de kayıtlı yazıda belirtilmektedir.

Ayrıca, proje kapsamında oluşturulan ve Ek'te yer alan "**Türkiye Gıda Okuryazarlığı Stratejisi ve Eylem Planı 2022-2028**" içeriğinde yer alan gıda yönetimi hususlarının Bakanlığımız faaliyetlerinde uygulamaya geçirilmesi, ülkemizde sağlıklı beslenme kültürüne katkı sunulması ve sağlıklı beslenme alışkanlıklarının geliştirilmesi bakımından önemli görülmektedir.

Bilgilerini ve gereğini rica ederim.

Levent ÖZİL  
Bakan a.  
Destek Hizmetleri Genel Müdürü

Ek: Türkiye Gıda Okuryazarlığı Stratejisi  
ve Eylem Planı Kitapçığı (50 Sayfa)

Dağıtım: B Planı

Adres :

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/meb-ebys>

Telefon No : 0 (312) 413 56 07

E-Posta: [isgb\\_okulhemsiresi@meb.gov.tr](mailto:isgb_okulhemsiresi@meb.gov.tr)

Kep Adresi : [meb@hs01.kep.tr](mailto:meb@hs01.kep.tr)

İnternet Adresi: <https://merkezisgb.meb.gov.tr/>

Bilgi için: Mürsel DURU

Unvan : Öğretmen

Faks: \_\_\_\_\_

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden b2db-d867-3ff2-a936-08e0 kodu ile teyit edilebilir.





Food and Agriculture  
Organization of the  
United Nations

# Türkiye Gıda Okuryazarlığı Stratejisi ve Eylem Planı 2022–2028



REPUBLIC OF TÜRKİYE  
MINISTRY OF AGRICULTURE  
AND FORESTRY

Teknik destekleriyle





# **Türkiye Gıda Okuryazarlığı Stratejisi ve Eylem Planı 2022–2028**

Birleşmiş Milletler Gıda ve Tarım Örgütü

Ankara, 2023

Required citation:

FAO. 2023. *Türkiye Gıda Okuryazarlığı Stratejisi ve Eylem Planı 2022-2028*. Ankara.

The designations employed and the presentation of material in this information product do not imply the expression of any opinion whatsoever on the part of the Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO) concerning the legal or development status of any country, territory, city or area or of its authorities, or concerning the delimitation of its frontiers or boundaries. The mention of specific companies or products of manufacturers, whether or not these have been patented, does not imply that these have been endorsed or recommended by FAO in preference to others of a similar nature that are not mentioned.

The views expressed in this information product are those of the author(s) and do not necessarily reflect the views or policies of FAO.

ISBN 978-92-5-137635-5

© FAO, 2023



Some rights reserved. This work is made available under the Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 IGO licence (CC BY-NC-SA 3.0 IGO; <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/igo/legalcode>).

Under the terms of this licence, this work may be copied, redistributed and adapted for non-commercial purposes, provided that the work is appropriately cited. In any use of this work, there should be no suggestion that FAO endorses any specific organization, products or services. The use of the FAO logo is not permitted. If the work is adapted, then it must be licensed under the same or equivalent Creative Commons licence. If a translation of this work is created, it must include the following disclaimer along with the required citation: "This translation was not created by the Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO). FAO is not responsible for the content or accuracy of this translation. The original [Language] edition shall be the authoritative edition."

Disputes arising under the licence that cannot be settled amicably will be resolved by mediation and arbitration as described in Article 8 of the licence except as otherwise provided herein. The applicable mediation rules will be the mediation rules of the World Intellectual Property Organization <http://www.wipo.int/amc/en/mediation/rules> and any arbitration will be conducted in accordance with the Arbitration Rules of the United Nations Commission on International Trade Law (UNCITRAL).

Third-party materials. Users wishing to reuse material from this work that is attributed to a third party, such as tables, figures or images, are responsible for determining whether permission is needed for that reuse and for obtaining permission from the copyright holder. The risk of claims resulting from infringement of any third-party-owned component in the work rests solely with the user.

Sales, rights and licensing. FAO information products are available on the FAO website ([www.fao.org/publications](http://www.fao.org/publications)) and can be purchased through [publications-sales@fao.org](mailto:publications-sales@fao.org). Requests for commercial use should be submitted via: [www.fao.org/contact-us/licence-request](http://www.fao.org/contact-us/licence-request). Queries regarding rights and licensing should be submitted to: [copyright@fao.org](mailto:copyright@fao.org).

Cover photograph: ©Shutterstock

# İçerik

Kısaltmalar	0
1. Giriş	1
2. Arka plan ve gerekçe	3
2.1 Türkiye' de gıda ve beslenme durumu	3
2.2 Türkiye'de gıda okuryazarlığı durumu	5
2.3 Gıda okuryazarlığının önemi	6
3. Türkiye'de gıda okuryazarlığı ile ilgili mevcut politikalar ve eylemler	9
4. Türkiye gıda okuryazarlığı eylem planı	9
4.1 Vizyon	13
4.2 Misyon	13
4.3 Stratejik amaçlar	13
4.4 Kapsam	13
4.5 Rehber dokümanlar	13
4.6 Zaman aralığı	13
4.7 Hedefler, öncelikler	13
4.8 Türkiye gıda okuryazarlığı eylem planı tanım ve bileşenleri	14
5. Türkiye Gıda Okuryazarlığı Eylem Planı (2022-2028)	17
6. Kaynaklar	25
Ekler	29
Ek 1 - Dünyada Gıda Okuryazarlığı Konusundaki İyi Uygulama Örnekleri	31
Ek 2 - Gıda Okuryazarlığında Kapasitenin Geliştirilmesi TCP/TUR/3805/C5 (685082) İletişim Planı	37



## **Tablolar**

Tablo 1. Türkiye'de gıda okuryazarlığı için kullanışlı araçlar	10
Tablo 2. Türkiye gıda okuryazarlığı eylem planı bileşenleri	15

## **Şekiller**

Şekil 1. Türkiye'de obezite prevalansı (yüzde)	3
Şekil 2. Türkiye'de çocukluk çağı obezite prevalansı (yüzde)	3
Şekil 3. Türkiye'de gıda sistemleri	7
Şekil 4. Türkiye gıda okuryazarlığı eylem planı için gıda okuryazarlığı tanımı	15

## Kısaltmalar

AB	Aurupa Birliği
ASHB	Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı
BOH	Bulaşıcı Olmayan Hastalıklar
COSI-TUR	Çocukluk Çağı Şişmanlık Araştırması
EAR/AR or AI	Tahmini Ortalama Gereksinim ya da Önerilen Günlük Alım Miktarı
ECAR	Aurupa ve Merkez Asya Bölgesi
ECU	Edith Cowan Üniversitesi
EFSA	Aurupa Gıda Güvenliği Otoritesi
EWC	İyi Yemek Ye (Sağlıklı Beslen) Kampanyası (Eat Well Campaign)
FanLİT	Eğitimciler için Gıda ve Beslenme Okuryazarlığı
FAO	Birleşmiş Milletler Gıda ve Tarım Örgütü
FDA	ABD Gıda ve İlaç İdaresi
FOPL	Ön Yüz Etiketleme
FSA	Yetişkin Gıda Okuryazarlığı Programı
GO	Gıda Okuryazarlığı
İBGİB	İçişleri Bakanlığı Göç İdaresi Başkanlığı
ICN2	Uluslararası İkinci Beslenme Konferansı
JMOF	Jamie'nin Avustralya Gıda Bakanlığı
KTB	Kültür ve Turizm Bakanlığı
MEB	Milli Eğitim Bakanlığı
NCD	Bulaşıcı Olmayan Hastalıklar
OECD	Ekonomik İşbirliği ve Kalkınma Örgütü
OHEA	Ontario Ev Ekonomisi Derneği
PAHO	Dünya Sağlık Örgütü Amerika Bölgesi
RTUK	Radyo ve Televizyon Üst Kurulu
SB	Sağlık Bakanlığı
SKA	Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları
SO	Sağlık Okuryazarlığı
SRRP	Suriyeli Mülteci Dayanıklılık Planı
STEPS	Dünya Sağlık Örgütü Kronik Hastalıklar Surveyansı
TB	Ticaret Bakanlığı
TBSA	Türkiye Beslenme Araştırması
TCPF	Birleşmiş Milletler Gıda ve Tarım Örgütü (FAO) ve T.C. Tarım ve Orman Bakanlığı Teknik İşbirliği Programı
TDD	Türkiye Diyetisyenler Derneği
TGF	İyi Vakfı (The Good Foundation)
TNSA	Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması
TOB	Tarım ve Orman Bakanlığı
TUBER	Türkiye Beslenme Rehberi
TURDEP	Türkiye Diyabet Epidemiyoloji Çalışması
WHO	Dünya Sağlık Örgütü



# 1. Giriş

Sürdürülebilirlik ve sağlık konusundaki küresel gıda politikası söylemi, sağlıklı beslenmeyi, yetersiz beslenmenin çözümü olarak görmektedir. Bireylerin gıda seçimleri, sürdürülebilirlik hedeflerine ulaşılması açısından önem arz etmektedir.

Mikro besin eksiklikleri, fazla kilo ve obezite dâhil olmak üzere tüm biçimleriyle yetersiz beslenmeyle mücadele, bugün ülkeler için en önemli küresel zorluklardan birini oluşturmaktadır. Birleşmiş Milletler Gıda ve Tarım Örgütü'nün (FAO) son tahminlerine göre, kronik olarak yetersiz beslenen yaklaşık 690 milyon insan ve COVID-19 salgını nedeniyle açlığa itilen 130 milyon kadar insanla açlık artmaktadır. İki milyar insan mikro besin eksikliğinden etkilenmekte ve aşırı kilolu veya obez olan yetişkinlerin sayısı artmaya devam etmektedir. Bu durum söz konusu bireyleri, bulaşıcı olmayan hastalıklar (BOH) için yüksek risk altına sokmaktadır. Sonuç olarak da 3 milyardan fazla insan sağlıklı beslenmemektedir.

2020 yılından bu yana, COVID-19 salgını, özellikle düşük gelirli ve savunmasız nüfuslar için genel ekonomik faaliyetler, gıda güvenliği ve beslenme için ciddi tehditler oluşturmuştur. Ayrıca salgın, özellikle gıda fiyatları ve maliyetleri artarken gelirleri düşenler için sağlıklı beslenmeye erişim konusunda daha fazla zorluk yaratmıştır.

Beslenmeyi iyileştirmenin önündeki en büyük zorluk, mevcut beslenme içeriğinin önündeki en büyük zorluk beslenme ve bilinç yetersizliğidir. İnsanlar beslenirken enerji ve besin öğelerinin eksikliği, fazlalığı ve dengesizlikleri ile karşılaşmakta, bu durum bireylerin sağlıklarını, büyümelerini, gelişmelerini bozmakta ve sonuç olarak yetersiz beslenmeye ve erken ölüme yol açmaktadır. Gıda sistemleri, insanların beslenme düzenini ve durumunu şekillendirmektedir. Gıda sistemleri; üretim, işleme, hazırlama, depolama, dağıtım, pazarlama, erişim, satın alma, tüketim, gıda kaybı ve israfının yanı sıra bu faaliyetlerin sosyal, ekonomik ve çevresel sonuçları da dâhil olmak üzere çıktılarını içeren karmaşık bir ağıdır.

Gıda okuryazarlığı, yeterli , dengeli ve sağlıklı beslenmeye yönelik uyumlu gıda alımını sağlamak için gıda sistemlerini kullanma, anlama ve uygulamayı içermektedir. Gıda okuryazarlığı, beslenme politikaları ile ilgili müdahalelerin etkinliğini değerlendirmek için en önemli faktörlerden birisidir. Gıda okuryazarlığı, sağlığın iyileştirilmesi, çevresel sürdürülebilirlik ve sosyal eşitliğin önemli bir belirleyicisi olarak da değerlendirilmektedir.

19-21 Kasım 2014 tarihlerinde Roma'da düzenlenen İkinci Uluslararası Beslenme Konferansı'nda (ICN2) "Gıda ürünlerinin tüketiminde bilinçli seçimler yapmak için geliştirilmiş ve kanıta dayalı sağlık, beslenme bilgileri ve eğitimi yoluyla tüketicinin güçlendirilmesi" tekrar teyit edilmiş, ayrıca "üre-

timden tüketime ve ilgili sektörlerde tutarlı kamu politikaları geliştirerek sürdürülebilir gıda sistemlerini geliştirme" kararı alınmıştır.

Dünya Sağlık Örgütü (WHO) Avrupa Gıda ve Beslenme Eylem Planı, 2015-2020'ye göre; bireyler ve toplumlar, tüketici haklarının korunmasını sağlamaya yönelik politikalar da dâhil olmak üzere, yetersiz beslenme ve diyetle bağlantılı bulaşıcı olmayan hastalıkların önlenmesi, tedavisi konusunda bilinçlendirilmeli ve sürece dâhil edilmelidir. Katılımcı yaklaşımlara, kamuoyunun sürece katılımına ve bu konularda eylem için kamuoyu desteğinden yararlanmaya özel önem verilmelidir. Sonuç olarak bu yaklaşımlar; bireylerin, toplumun ya da tüketicilerin, gıda ve beslenme ile ilgili bilgilere ulaşmasını, ulaşılan bilgileri anlamasını, değerlendirmesini ve bilgi ışığında doğru kararlar alarak gıda tüketim alışkanlığına dönüştürmesini ve uygun miktarda güvenilir, sağlıklı gıda seçme ve tüketmesini destekleyecektir.

FAO ve WHO'nun sürdürülebilir sağlıklı beslenme ile ilgili rehberinin önerisine göre; sürdürülebilir sağlıklı beslenmenin hayata geçirilebilmesi için, tüketicinin güçlendirilmesi etkili gıda ve beslenme eğitimi dâhil olmak üzere davranış değişikliğini hedefleyen kapasite geliştirme stratejilerinin teşvik edilmesi gerekmektedir. Farklı bilimsel çalışmalarda, okulların "gıda okuryazarlığı" için çok önemli bir ortam olduğu belirtilmiştir. FAO'nun okul yemekleri ve okul beslenmesi ile ilgili birçok yönerge geliştirdiği ve rehberlerinin olduğu belirlenmiştir.

Gıda okuryazarlığı, beslenme rehberleri için çok önemli araçlardır. Dünya çapında 100'den fazla ülke, beslenme durumlarına, gıda mevcudiyetine, mutfak kültürlerine, sürdürülebilirliklerine ve yeme alışkanlıklarına göre şekillendirilmiş besin bazlı beslenme rehberleri hazırlamıştır. Ayrıca ülkeler, tüketicinin eğitimi için kullanılan, genellikle besin piramitleri ve yemek tabakları şeklinde rehberler yayımlamaktadır. Türkiye'nin de bir beslenme rehberi mevcut olup düzenli olarak güncellenmektedir.

Tüketici farkındalığı, gıda okuryazarlığının çok önemli bir diğer bileşenidir. FAO'nun 2022-2031 stratejik çerçevesine göre tüketici farkındalığı, tüketicilerin görüş ve davranışlarının şekillenmesini de giderek daha fazla etkilemektedir.

Sosyal medyada, yazılı basında gıda ve beslenme ile ilgili çok fazla bilgi kirliliği mevcuttur. İnsanların hangi besinleri tüketip tüketmemesi konusunda endişe duymaları ve doğru kararı vermekte zorlanmaları bilgi kirliliğinden kaynaklanmaktadır.

Algı araştırmalarına göre, insanların sunulan bilgilere inancının temel nedenlerinden biri, bu bilgiyi aktaran kişilerin bir bölümünün, toplum tarafından güvenilir kabul edilen meslekleri icra ediyor olmalarıdır. Televizyon programlarında bu kişilerin ailenin bir parçası olarak kabul edilmesi de bir etkidir.

Gıda Etiketleri bilgisi tüketiciye doğrudan iletmenin en ulaşılabilir ve önemli yollarından biridir. Gıda etiketi, gıda okuryazarlığı açısından son derece önemli bir araçtır.

Aurupa Birliği (AB) düzeyinde gıdaların etiketlemesini yöneten araçlardan birisi, Tüketicilere Gıda Bilgisi Verilmesine İlişkin (AB) 1169/2011 sayılı Tüzüktür. Türkiye’de söz konusu tüzüğe dayanarak hazırlanan ve 2017 yılında uygulanmaya başlanan “Türk Gıda Kodeksi Gıda Etiketleme ve Tüketicileri Bilgilendirme Yönetmeliği” ile gıdanın tanımlanmasına yönelik kurallar belirlenmiş ve beslenme bildirimini yapılması tüm gıdalar için zorunlu hale gelmiştir.

FAO, tüketicilerin eğitim, farkındalık ve bilgiye erişim yoluyla sürdürülebilir, güvenli ve sağlıklı beslenme modellerini desteklemek teşvik etmek için kritik bir role sahip olduklarını sürdürülebilir gıda sistemlerinin ayrılmaz bir parçası olduklarını belirtmektedir. Özellikle gıda okuryazarlığı eğitimleri ile tüketicilerin bilinçlendirilmesi önerilmektedir.

Teknolojinin gelişmesi, sanayileşme, ekonomik ve sosyal refahın artması eğitim seviyesinin yükselmesi, insanların gıdanın bilinçli tüketimine olan ilgisini artırmıştır. Ancak uygun olmayan ve konu hakkında yeterli bilgiye sahip olmayan kişilerin yaptığı yanlış beyanlar ve bilgilendir-

meler tüketicide daha fazla kafa karışıklığına neden olabilmektedir. Tüketici doğru bilgi ve kaynağını bilmemesi durumunda ise bilgi kirliliğine sebep olmaktadır. Tüm bunlar tüketicinin beslenme konusunda daha fazla hata yapmasına neden olmaktadır.

Türkiye’de ilgili Bakanlıklar tarafından uygulanan birçok gıda ve beslenme programı bulunmaktadır. Tarım ve Orman Bakanlığı ve FAO tarafından yürütülen “Gıdanı Korum, Sofrana Sahip Çık” Kampanyası da bu programların en güncelidir. 20 Mayıs 2020 tarihinde başlatılan Kampanya ile “Türkiye’nin Gıda Kayıpları ve İsrafının Önlenmesi, Azaltılması ve Yönetimine İlişkin Ulusal Strateji Belgesi ve Eylem Planı” yayımlanmıştır. Söz konusu Eylem Planında yer alan Hedef 1.9, “Bütün yaş grupları için gıda okuryazarlığının artırılarak tüketici seviyesinde gıda israfının önlenmesi ve azaltılması” ile ilgilidir.

Gıda okuryazarlığı konusunda çalışmaların genişletilmesi ve etkinliğinin artırılması amacıyla, Tarım ve Orman Bakanlığı ve FAO iş birliğinde 2021 yılında “Gıda Okuryazarlığı Konusunda Kapasite Geliştirme” Projesi uygulanmaya başlanmış ve proje kapsamında “Gıda Okuryazarlığı Ulusal Stratejisi ve Eylem Planı” hazırlanmıştır.

## 2. Arka Plan ve Gerekeçe

### 2.1. Türkiye' de Gıda ve Beslenme Durumu

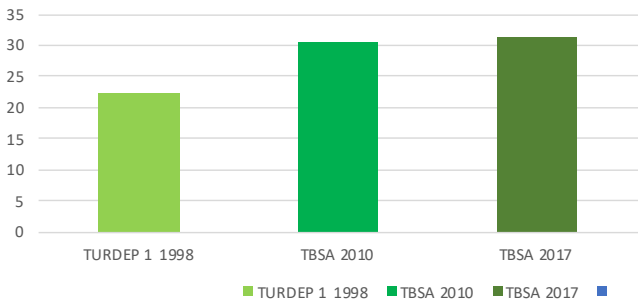
Türkiye'de bulaşıcı olmayan hastalıklar tüm ölümlerin yüzde 89'unu oluşturmaktadır ve BOH'ların yaklaşık beşte biri 70 yaş altı bireylerde görülmektedir. Ayrıca Türkiye'de hastalığa bağlı ölümlerin en yaygın iki nedeni olarak iskemik kalp hastalığı (yüzde 22) ve serebrovasküler hastalıklar (yüzde 15) gösterilmiştir. Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması'nda (2017), yüzde 47,73 ile tüm ölümlerin birinci nedeninin kardiyovasküler hastalıklar olduğu belirtilmiştir.

1997-1998 yılları arasında yapılan "Türkiye Diyabet Epidemiyoloji Çalışması" (TURDEP-I) sonuçlarına göre, Türkiye'de Tip 2 diyabet prevalansı yüzde 7,2, bozulmuş glukoz toleransı (IGT) prevalansı yüzde 6,7 olarak bulunmuştur. 2009 yılında yapılan TURDEP-II çalışmasında ülke genelinde 20 yaş ve üzeri 26.499 kişi ile anket yapılmış ve tip 2 diyabet prevalansının önemli ölçüde arttığı (diyabet prevalansı: yüzde 16,5; yaşa göre standardize edilmiş: yüzde 13,7) ve kadınlarda daha yüksek olduğu belirlenmiştir (erkekler: yüzde 16,0; kadınlar: yüzde 17,2). Prediyabet prevalansı yüzde 28,7'dir (Satman ve ark. 2013). Diyabet, Türkiye'de en sık görülen ölüm nedenleri listesinde (yüzde 2,2) 8. sırada yer almıştır (TBSA, 2017).

Hipertansiyon ve aşırı tuz tüketimi, bulaşıcı olmayan hastalıklar için önemli bir risk faktörüdür. Türkiye'de Bulaşıcı Olmayan Hastalıklar Risk Faktörlerinin Prevalansı-Hanehalkı Araştırması (STEPS), 2017 yılında gerçekleştirilmiştir. Bu araştırmaya göre, 15 yaş ve üzeri bireylerde hipertansiyon prevalansı yüzde 27,7'dir. TBSA 2017'ye göre kişi başı tuz tüketimi 10,2 g/gündür.

Farklı araştırmalara göre (Şekil 1) obezite, Türkiye'deki önemli halk sağlığı sorunlarından biridir (TURDEP, 1998 yüzde 22,3; TBSA, 2010 yüzde 30,3; TBSA, 2017 yüzde 31,5).

#### Şekil 1. Türkiye'de çocukluk çağı obezitesi prevalansı (yüzde)

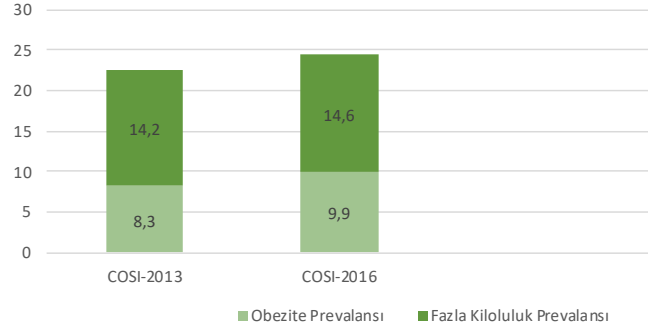


Kaynak: Yazarın kendi çalışması.

2013 yılında yürütülen "Türkiye Çocukluk Çağı Şişmanlık Araştırması"na göre (COSI-TUR 2013), obezite prevalansı yüzde 8,3, fazla kiloluluk prevalansı yüzde 14,2 iken 2016

yılında yapılan Türkiye Çocukluk Çağı Şişmanlık Araştırması'nda (COSI-TUR 2016), ilkökul 2. sınıf öğrencilerinin BKİ-Z (Beden Kütle İndeksi) skoruna göre, çocukların yüzde 9,9'u obez, yüzde 14,6'sı fazla kilolu, yüzde 74'ü normal ve yüzde 1,5'i zayıf bulunmuştur. Çocuklarda obezite prevalansının yıllar içinde arttığı gösterilmiştir (Şekil 2).

#### Şekil 2. Türkiye'de Çocukluk Çağı Obezite Prevalansı (yüzde)



Kaynak: Yazarın kendi çalışması.

2018 Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması'nda çocukların beslenme durumları, uluslararası standartlar referans alınarak ağırlık ve boy karşılaştırması yapılarak değerlendirilmektedir. Bu araştırmaya göre, 5 yaş altı çocukların yüzde 6'sı yaşına göre bodurdur. Bu durum, kronik yetersiz beslenmeye işaret etmektedir. Bodurluk en çok hiç eğitim görmemiş veya ilkökulu bitirmemiş annelerin çocuklarında görülmektedir (yüzde 9). Çalışmada, beş yaş altı çocukların yüzde 8'i aşırı kilolu bulunmuştur. Akut yetersiz beslenmenin bir göstergesi olan zayıflık (boya göre düşük ağırlık) nadirdir (yüzde 2).

Bebeklerin anne sütünden başka bir şey almadığı yaşamın ilk 6 ayında sadece anne sütü ile beslenme ve 6. aydan sonra uygun tamamlayıcı beslenme ile 2 yaşına kadar emzirmenin sürdürülmesi, optimal emzirme uygulamalarının bir parçasıdır. Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması'na (2018) göre, Türkiye'de yaşamın ilk 6 ayında sadece anne sütü ile beslenme yaygınlığı yüzde 41 olarak belirlenmiştir.

Meyve ve sebzeler, sağlığın korunması ve zihinsel ve fiziksel büyüme ve gelişme için gerekli olan mikro besinlerin (vitaminler ve mineraller) tümünü olmasa da çoğunu sağladıkları için sağlıklı bir diyetin önemli bir parçasıdır. Ekonomik İşbirliği ve Kalkınma Örgütü (OECD, 2019) verilerine göre, 15 yaş üstü yetişkinler arasında günlük ortalama meyve tüketiminin yüzde 57,1 olduğu belirtilmektedir. Türkiye'de ise yüzde 51,6 olan meyve tüketimi, OECD ortalaması olan yüzde 57,1'in altında gözükmektedir. Türkiye'de yetişkinler arasında günlük sebze tüketimi 2017 yılında yüzde 60,9 iken, OECD'nin 2017 yılındaki ortalama günlük tüketimi olan yüzde 59,6'nın üzerindedir.

Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması (2010) sonuçlarına göre, tüm yaş gruplarında toplam vitamin ve mineral eksiklikleri belirlenmiştir. Kalsiyum (yüzde 70,2), B1 vitamini

(yüzde 55,4), çinko (yüzde 44,9), C vitamini (yüzde 35,4), B6 vitamini (yüzde 33,1), A vitamini (yüzde 31,6), B2 vitamini (yüzde 31,1) ve folat (yüzde 26,1) eksiklikleri yaygın sorunlardır. Bireylerin yüzde 99,1'inde, diyetle D vitamini alımı önerilen günlük alımdan daha az bulunmuştur (TÜBER, 2015). Kalsiyum alımı ve B12 vitamini alımı, yaşlı bireylerin ( $\geq 65$  yaş) sırasıyla yüzde 72,4'ünde ve yüzde 86,4'ünde önerilen günlük ortalama alımın (EAR/AR veya AI) altındadır. TBSA 2010 verilerine göre, yaşlı bireylerin yüzde 15,2'si kalsiyum takviyesi (E: yüzde 5,0; K: yüzde 22,9), yüzde 13,0'ı (E: yüzde 7,4; K: 17,4) ve yüzde 8,8'i B12 takviyesi kullanmıştır. Ayrıca D vitamini takviyesi kullanmışlardır (E: yüzde 1,9; K: yüzde 14,1) (TBSA, 2010).

Türkiye'de mikro-besin ögesi yetersizlikleri önemli bir halk sağlığı sorunudur. Çeşitli müdahale çalışmalarına rağmen mikro-besin ögesi yetersizliklerinin (demir, D vitamini, folik asit vb.) hassas gruplarda, özellikle 0-5 yaş arası çocuklar, okul çağındaki çocuklar ve ergenler, hamile ve emzikli kadınlar için sorun olduğu belirtilmektedir.

Memişoğulları ve arkadaşları (2012) tarafından toplam 2187 kişi taranmış ve 565'inde (toplam: yüzde 25,8; erkek: yüzde 18,2; kadın: yüzde 30,0) anemi saptanmıştır. Karabulut ve arkadaşları (2015), 18-45 yaş arası kadınlarda anemi prevalansının yüzde 24,9, B12 vitamini yetersizliği prevalansının yüzde 21,6, folat yetersizliği prevalansının ise yüzde 3,4 olduğunu belirlemiştir. Yıldırım ve arkadaşları (2015), 827 yaşlı bireyde demir eksikliği prevalansını yüzde 7,1, B12 vitamini eksikliği prevalansını yüzde 64,2 ve folik asit eksikliği prevalansını yüzde 10,9 olduğunu göstermişlerdir. (Sağlık Bakanlığı, TBSA -2017' den alıntılanmıştır.)

İyot eksikliği önemli bir halk sağlığı sorunudur. Türkiye'de 1994 yılından bu yana "İyot Yetersizliği Hastalıklarının Önlenmesi ve Tuzun İyotlanması Programı" yürütülmektedir. Program kapsamında, Türk Gıda Kodeksi Tuz Tebliği ile sofralık tuzun iyotla zenginleştirilmesi zorunlu hale getirilmiştir. Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması 2008 verilerine göre, hanehalkı iyotlu tuz kullanım sıklığı yüzde 85,3 (kent: yüzde 90; kırsal: yüzde 72) olarak tespit edilmiştir. Günümüzde sürekli verilen beslenme eğitimlerinde, günlük tuz tüketiminin 5 gramın altına indirilmesi ve iyotlu tuz kullanımının gerekliliği vurgulanmaktadır.

TBSA-2017' ye göre, Türkiye genelinde incelenen 11.067 kan örneğinin ortalama serum 25-OH Vitamin D düzeyi 18,2 ng/mL olarak bulunmuştur. Türkiye ortalamasına bakıldığında en yüksek D vitamini (10-19 ng/mL) prevalansı 15 yaş ve üzeri grupta yüzde 44,7, 19 yaş grubunda ise yüzde 44,7 olarak bulunmuştur. D vitamini düzeyinin 10 ng/mL'nin altında olma prevalansı 15 yaş ve üzeri grupta yüzde 18,2, 19 yaş ve üzeri grupta ise yüzde 18,3'tür. TBSA 2010 Araştırması'nda Türkiye genelinde incelenen 10.416 kan örneğinin ortalama serum 25-OH D Vitamini düzeyi 26,79 ng/mL olarak bulunmuştur.

Gıda Güvenliği Endeksi'ne göre Türkiye, küresel yoksulluk sınırının altındaki nüfus oranı, arz yeterliliği, mikro besin ögesi mevcudiyeti, pazara erişim ve tarımsal finansal hizmetler, gıda güvenilirliği, protein kalitesi ve gıda güvenliği ağı programları açısından güçlü bir ülkedir. Türkiye birçok mahsul ve meyve ve sebze kendi kendine yeterlidir. Ancak hasat ve hasat sonrası kayıplar yüksektir. En önemli hasat kayıpları, yüzde 15 ile çayda ve yüzde 5,1 ile buğdayda görülmektedir.

Ticaret Bakanlığı tarafından hazırlanan İsrâf Raporu'nda, tüketicilerin yüzde 5,4' ünün arta kalan gıdaları çöpe attığı, satın alınan gıdaların ise yüzde 23'ünün tüketiciler tarafından tüketilmeden çöpe atıldığı belirtilmiştir. Gıda kaybı ve israfını azaltmak amacıyla Tarım ve Orman Bakanlığı ve FAO iş birliği ile "Gıdanı Korum, Sofrana Sahip Çık" kampanyası başlatılmış ve Türkiye'nin ilk "Gıda Kayıpları ve İsrâfının Önlenmesi, Azaltılması ve Yönetimine İlişkin Ulusal Strateji Belgesi ve Eylem Planı" yayımlanmıştır. Söz konusu plana göre Türkiye, 2023 yılı sonuna kadar eylem ve alt eylemler gerçekleştirecektir. Tarladan sofraya dijital değer zincirinin kurulması, alternatif bir destek modelinin oluşturulması ve uygulanması, gıdada yanlış bilgilendirmenin önlenmesi ve gıda okuryazarlığının artırılması, öngörülen bazı eylemler arasındadır.

İçişleri Bakanlığı Göç İdaresi Başkanlığı'nın verilerine göre Türkiye'nin yaklaşık 4 milyon Suriyeli sığınmacıya ev sahipliği yaptığı belirtilmiştir. Bu da Türkiye'yi dünyadaki en fazla sığınmacıya sahip ülke konumuna getirmektedir. Türkiye 2011 yılında Suriye iç savaşının başlamasından bu yana sığınmacılara yardım ve barınma için ulusal kaynaklarından harcama yapmıştır. Türkiye'nin bu davranışı örnek olmuş ve sığınmacılara ev sahipliği yapan diğer ülkelere bir model olmasını sağlamıştır.

FAO, iki yıllık bir bölgesel müdahale planı olan "Suriyeli Mülteci Dayanıklılık Planı, 2019-2020", Suriyeli mültecilere ilişkin oluşan durumdan etkilenen ülkelerin ulusal makamları tarafından geliştirilen planları; kalkınma ortaklarının koruma, insani yardım ve dayanıklılığı güçlendirme çabaları ile koordine etmektedir. Bu çerçeveye uyumlu olarak FAO, Türkiye'deki Suriyeli mültecilerin ihtiyaçlarını karşılamak için Suriyeli Mülteci Dayanıklılık Planı'nı (SRRP) hazırlamış ve 2019-2020 Suriyeli Mülteci Dayanıklılık Planı, 2019 nisan ayında yayımlanmıştır. SRRP, FAO'nun (i) Suriyeli mültecilerin ve ev sahibi toplulukların savunmasız üyelerinin gıda güvenliği ihtiyaçlarını ele alma, (ii) tarım yoluyla sürdürülebilir geçim kaynakları oluşturarak hassas durumdaki Suriyeli mültecilerin ve ev sahibi topluluk üyelerinin direncini artırma ve (iii) entegrasyon ve sosyal uyuma katkıda bulunma çalışmalarına odaklanmaktadır.

Tarımsal üretim ve gıda güvenliğini küresel ve ulusal düzeyde bir çok faktör etkilemektedir. Gıda fiyatlarındaki dalgalanmalar, artan nüfus ve gıda talebi, değişen tüketim

alışkanlıkları, dünya genelindeki çatışmalar ve ekonomik dalgalanmalar, tarımsal girdi fiyatlarındaki artışlar, iklim değişikliği, sınırlı doğal kaynaklar, su kıtlığı, hızlı kentleşme, kırsal alanların terk edilmesi, Covid-19 gibi salgın hastalıklar bu faktörler arasındadır.

## 2.2. Türkiye’de Gıda Okuryazarlığı Durumu

FAO tarafından Türkiye’deki gıda okuryazarlığı durumunu tespit etmek amacıyla gıda okuryazarlığı ile ilgili bir kapsam inceleme çalışması yapılmıştır. Elektronik veri tabanları kullanılarak toplam 56 bilimsel makale ve 161 medya raporuna ulaşılmış ve söz konusu kaynaklar gözden geçirilmiştir. Buna göre Türkiye’deki tüketicilerin gıda ve beslenme ile ilgili mevcut bilgi kaynaklarının, aile, arkadaşlar, televizyon, sosyal medya, diyetisyenler, doktorlar ve ünlüler (aktörler, şarkıcılar vs. dahil) gibi çok çeşitli olduğu tespit edilmiştir. Aile ve arkadaşların da gıda satın alma davranışında sürekli olarak rol oynadığı tespit edilmiştir. Araştırmalar, tüketicilerin yaklaşık yüzde 75’inin beslenmeyle ilgili bilgilere ilgi duyduğunu ve televizyonun Türkiye’deki birçok insan için önemli bir araç olduğunu tespit etmiştir.. Kapsam inceleme çalışmasındaki araştırmalardan biri, gıda güvenliği bilgisi düşük olan üniversite öğrencilerinin ailelerine daha fazla güvendiğini, daha yüksek bilgiye sahip olanların ise tıp doktorları ve doktora dereceli kişiler dâhil doktorlara daha fazla güvendiğini belirtmiştir. Çalışmada ayrıca medya bilgi kaynaklarını değerlendirmek için, tüm dijital ve basılı haberleri araştıran beş medya raporu alınmış, 2018 yılından 30 Haziran 2021 tarihine kadar “gıda okuryazarlığı”, “gıda bilinci”, “beslenme bilinci” ve “gıda etiketi okuryazarlığı” anahtar kelimeleri aranmıştır. Ulusal yazılı basındaki haberlerin yüzde 49’unun beslenme okuryazarlığı, yüzde 36’sının gıda okuryazarlığı, yüzde 7’sinin gıda farkındalığı ve yüzde 11’inin beslenme farkındalığı ile ilgili olduğu belirlenmiştir.

TBSA-2017’ ye göre, 15 yaş ve üzeri bireylerde gıda alışverişinde en çok dikkat edilen hususların sırasıyla son tüketim tarihi (yüzde 40,6), gıdanın güvenilir olması (yüzde 31), fiyatı (yüzde 24,5), besin değeri ve içerikleri (yüzde 9,4), sağlık ve beslenme beyanları (yüzde 4,5), gıda ambalajı üzerindeki ifadeler/resimler/hatalar (yüzde 2,4), Tarım ve Orman Bakanlığı’ndan kayıt ve onay numarası (yüzde 1,7) ve indirim ve promosyonlar (yüzde 1,7) olduğu belirtilmiştir. Hiç dikkat

etmeyen bireylerin oranının ise yüzde 2,5 olduğu belirlenmiştir.

Yılmazel ve arkadaşlarının 2021 yılındaki çalışmasına göre, beslenme konusunda bilgi kaynağı olarak sağlık çalışanlarını tercih eden adölesanlarda beslenme okuryazarlığının anlamlı olarak daha yüksek bulunduğu belirtilmiştir.

Kayseri’de 1592 yetişkin arasında yapılan bir araştırmada, katılımcıların yüzde 47,7’sinin gıda güvenliği ve yüzde 36,2’sinin gıda okuryazarlığı konusunda bilgisi olduğu tespit edilmiştir. Gıda güvenliği konusunda en güvenilir bilgi kaynaklarının sırasıyla bilim insanları (yüzde 78,1), sağlık çalışanları (yüzde 69,7) ve bilimsel dergiler (yüzde 65,9) olduğu belirlenmiştir.

Gezmen ve Türközü’nün “Tüketici Görüşleri ve Gıda Etiketlerinin Kullanımı, Beslenme ve Sağlık Beyanları: Türkiye’den Sonuçlar” konulu çalışması (2017), Türkiye’de 10 ilde ve 18-65 yaş grubunda gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya göre, bireylerin eğitim ve gelir düzeyi yükseldikçe gıda etiketi okuma yüzdesi artmaktadır (p < 0,05). Gıdaların son tüketim tarihleri, etiketlerde en çok okunan madde (yüzde 58,0) olmuştur. Erkekler etiketteki bilgileri çoğunlukla gıdanın fiyatını öğrenmek için (yüzde 71,0), kadınlar ise gıdanın enerji değerini öğrenmek için (yüzde 79,0) okumaktadır. Kadınların beslenme beyanları konusunda erkeklere göre daha fazla bilgisinin olduğu belirlenmiştir (p < 0,05). Kadınlar ve erkekler tarafından en sık okunan beslenme beyanlarının trans yağ içermeyen (yüzde 23,5, yüzde 21,0) ve az yağlı/yağsız (yüzde 23,3, yüzde 20,5) olduğu gösterilmiştir. “Organik” beyanına en çok meyve ve sebzelerde (yüzde 52,0) dikkat edildiği, “Düşük kolesterol, kardiyovasküler sağlığın korunmasına katkıda bulunur” beyanının en çok okunan sağlık beyanı olduğu ifade edilmiştir. Özetle, Türk tüketicisinin etiket ve beslenme-sağlık beyanlarını okuma davranışı, bazı sosyodemografik faktörlere ve gıda ürünlerine göre değişebilmektedir.

Bireylerin beslenmeye ilişkin bilgi edinme araçlarından biri de sosyal medya platformlarıdır. Sosyal medyanın beslenme ve gıda okuryazarlığına etkisinin değerlendirildiği bir çalışmada (2020), 664K takipçisi olan bir hesabın, genel halkın beslenme okuryazarlığı üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Bulgular, katılımcı kültürün, beslenme ve gıda okuryazarlığının kitlelere aktarılmasında etkili rol oynadığını göstermiştir.



### **Gıda Güvenliği Hakkında EFSA AB Barometre Çalışması Türkiye Sonuçları, Avrupa Gıda Güvenliği Otoritesi (EFSA), 2019**

\* Türk toplumunda 15 yaş ve üzeri bireylerde Gıda Güvenliği Bilgilerinin Temel Kaynakları (sırasıyla) şunlardır:

1. Televizyon (yüzde 72)
2. Aile, Arkadaş ve Komşular (yüzde 48)
3. Sosyal Medya (yüzde 39)
4. İnternet (sosyal medya hariç) (yüzde 32)
5. Gazete ve Dergiler (yüzde 17)

\* Araştırmaya katılanların yüzde 24'ü, gıda güvenliğine ilişkin bilgilerin oldukça teknik ve karmaşık olduğunu düşünmektedir.

\* Halkın gıda ile ilgili bilgi kaynağına olan güveni (sırasıyla):

yüzde 79' u bilim insanlarına  
yüzde 71'i tüketici örgütlerine güvenmektedir.

\* İnsanlar yiyecek satın alırken aşağıdakilerden hangisi en önemlidir?

- yüzde 57 etik ve inançlar  
yüzde 51 gıda güvenilirliği (bu yemeği yemenin bir riski varsa)  
yüzde 40 besin ögesi içeriği (vitamin, protein, şeker ve yağ miktarları gibi)  
yüzde 37 maliyet  
yüzde 28 nereden geldiği  
yüzde 27 tat

### **2.3. Gıda Okuryazarlığının Önemi**

Gıda okuryazarlığı kavramı, bireylerin, ailelerin ve toplumların sağlıklı olmaları ve dünyanın mevcut koşullarında iyi yaşamaları için gıda ile ilgili bilmeleri ve yapmaları gereken şeyleri yeniden tanımlamaya yönelik bir çerçeve ve gelecek nesiller için umut verici bir yaklaşım olarak ortaya çıkmıştır.

Kavram, sağlıklı bir yaşam sürmeyle ilgili olduğu için gıda okuryazarı olmak önemli olarak görülmektedir.

Beslenme yetersizliği ve BOH'ların yaygınlığı, dünyada bir halk sağlığı sorunudur. Bu nedenle, ülkeler için önemli bir öncelik, insanları gıdalar ve beslenmelerinin belirleyicilerini kontrol altına alma konusunda bilinçlendirerek beslenme yetersizlikleri ve BOH'ları önlemek için toplumda kapasite oluşturmaktır.

**Gıda okuryazarlığı, bireylerin sağlık belirleyicilerini kontrol etmelerini sağlayan en önemli becerilerden biri olarak kabul edilmektedir.**

Gıda okuryazarlığı, sürdürülebilir sağlıklı beslenme hedefine ulaşmada ve başta beslenme yetersizliklerine bağlı obezite olmak üzere tüm hastalıkların önlenmesi ve kontrolünde önemli bir araçtır.

Gallegos (2014), gıda okuryazarlığının en temel işlevinin, bireylerin gıda sistemindeki değişikliklere uyum sağlama-sına yardımcı olmak olduğunu belirtmiştir.

**Gıda okuryazarlığı, gıda sistemindeki değişimlere uyumu kolaylaştırmakta, gıda sistemine katılmak için karar verme becerisini geliştirmekte, sürdürülebilir çevreyi desteklemekte ve sağlıklı seçimlere katkı sağlamaktadır.**

Çocukluk dönemi, sağlıklı davranışlar oluşturulmasına öncülük ederek sağlığın geliştirilmesi için fırsatlar sunmakta ve yetişkinlikte sağlık sorunlarının önlenmesine katkıda bulunmaktadır. Araştırmalar, gıda okuryazarlığının, çocukların beslenme davranışlarını şekillendirmede ve sağlıklı gıda tercihlerinde bulunmalarında son derece önemli bir role sahip olabileceğini göstermektedir. Gıda okuryazarlığının yetersiz olmasının, özellikle okul çağındaki çocuklarda diyet çeşitliliği ve besin yeterliliği için bir engel olduğu belirtilmektedir.

**Gıda okuryazarlığı, çocukların beslenme davranışlarını şekillendirmede ve sağlıklı gıda tercihlerinde bulunmalarında son derece önemli bir role sahiptir.**

Australya'da (2015), çocukların gıda okuryazarlığını artırmak ve çocukları sebze yemeye teşvik etmek için tasarlanmış bir okul öncesi programı, gıda okuryazarlığının erken yaşlarda başladığını göstermektedir. Müfredat, diyetisyenler, okul öncesi personeli ve gönüllüler tarafından uygulanan haftalık bir veya iki saatlik oturumdan oluşmaktadır. Programdan sonra çocukların yüzde 70'inden fazlasının daha fazla sebze istediği ve yediği raporlanmış, ebeveynler ve okul öncesi personel de çocukların sebzeler hakkında daha bilgili olduğunu ve çocuklar arasında gıda okuryazarlığının geliştiğini belirtmiştir.

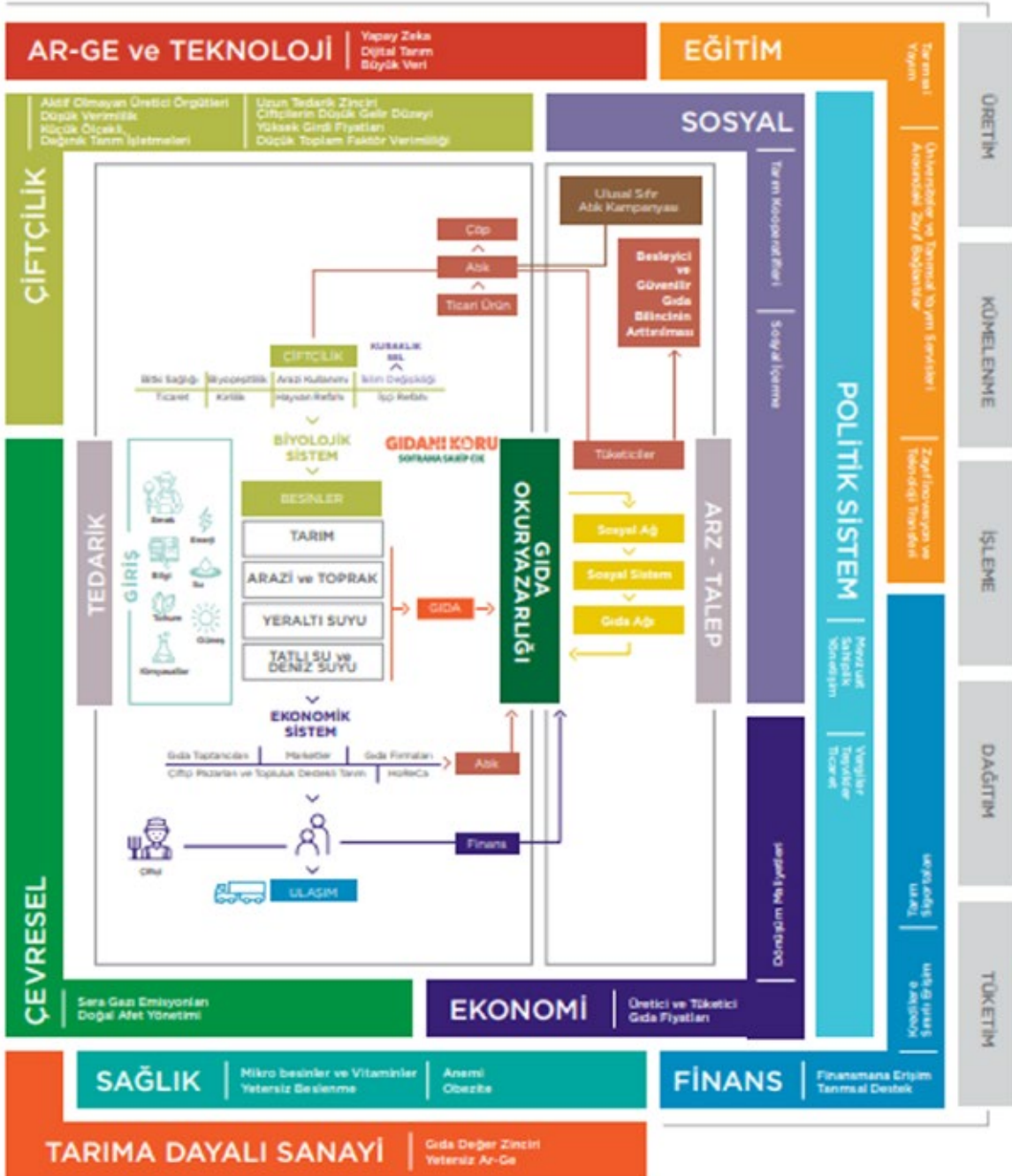
Teknolojinin gelişmesi, sanayileşme, eğitim seviyesinin artması ekonomik ve sosyal refah, insanların gıdaya ve sağlıklı beslenmeye ilgisini artırmış, bilinçli beslenme günümüzde toplumun ilgisini çekmeye başlamıştır. Bu durum sosyal medyada gıdalarla ve yemeklerle ilgili açıklama ve haberlerin sayısını da artırmıştır. Bununla birlikte, doğru ve yeterli bilgiye sahip olmayan kişilerin yaptığı beyanlar tüketicide kafa karışıklığına neden olabilmektedir.

Sosyal medyada, gıda ve beslenme ile ilgili basılı yayınlarda çok fazla bilgi kirliliği mevcuttur. İnsanların ne yiyip ne yemeyeceği konusunda endişe duyması, yanlış yönlendirilmelerinden kaynaklanmaktadır. İnsanların gıda okuryazar-

lğını artırmak ve gıda konusunda doğru karar verebilmeleri için eğitim vermek ve bilgilendirme yapmak bilgi kirliliğinin etkilerini azaltacaktır.

Kitleler gıda güvenliği ve halk sağlığı ile ilgili konuları daha çok yazılı ve görsel medya aracılığıyla takip etmektedir. Gıdaların üretim teknolojileri ve ürün özellikleri konusunda bilimsel mesleki yeterliliği olmayan kişilerin, popüler olmak, kitaplarını tanıtmak, satışlarını arttırmak için hiçbir bilimsel dayanağı olmayan açıklamalar yaptıkları görülmektedir.

Beslenme hataları, sağlık açısından geri dönüşü olmayan birçok tehlikeye neden olmaktadır. Tüm bu rahatsız edici durumların yanı sıra bu kişilerin bazı gıda gruplarına karşı şüphe uyandıran yanlış ve gerçekçi olmayan açıklamaları, medya tarafından sorgulanmadan, işin gerçek uzmanlarına danışılmadan yüksek izlenme oranı beklentisiyle kamuoyuna aktarılmaktadır.



Şekil 3. Türkiye Gıda Sistemleri (Tarım ve Orman Bakanlığı, 2021).



### 3. Türkiye'de Gıda Okuryazarlığı ile İlgili Mevcut Politikalar ve Eylemler

2019-23 yıllarını kapsayan Türkiye'nin On Birinci Kalkınma Planı, Türkiye Cumhuriyeti Cumhurbaşkanlığı Strateji ve Bütçe Başkanlığı tarafından hazırlanmıştır. Planın 411. Maddesinde "Gıda güvenliğinin sağlanması, tedarik zincirindeki kayıpların azaltılması, israfın önlenmesi" ifadesi yer almaktadır. Ayrıca Madde 411.3' te "Gıda kayıp ve israfının önlenmesi için tüketici bilinci artırılacaktır" ifadelerine yer verilmektedir.

Türkiye 3. Tarım Orman Şûrası 2019 yılında gerçekleştirilmiştir. Şûradada "gıda ve beslenme okuryazarlığı" öncelikler arasında yer almış ve konuya ilişkin kararlar alınmıştır. 3. Tarım Orman Şûrası'nın bildirisinde gıda okuryazarlığı ile ilgili iki madde bulunmaktadır. Madde 49' da gıda ile ilgili yanlış bilginin tanım ve çerçevesinin belirlenmesi, yanlış bilgi yayınlara cezai yaptırımlar uygulanmasına yönelik yasal mevzuatın çıkarılması belirtilmiş ve Madde 50'de de gıda okuryazarlığının artırılmasına değinilmiştir.

20 Mayıs 2020 tarihinde, Tarım ve Orman Bakanlığı ve FAO tarafından yürütülen "Gıdanı Korum, Sofrana Sahip Çık" Kampanyası başlatılmıştır. Bu kampanya ile "Türkiye'nin Gıda Kayıpları ve İsrafının Önlenmesi, Azaltılması ve Yönetimine İlişkin Ulusal Strateji Belgesi ve Eylem Planı" yayımlanmıştır.

Söz konusu Eylem Planının hedeflerinden biri, bütün yaş grupları için gıda okuryazarlığının artırılarak tüketici seviyesinde gıda israfının önlenmesi ve azaltılmasıdır.

Tarım ve Orman Bakanlığı Stratejik Planı (2019-2023); gıda güvenliğini sağlamak, tarım ürünlerine erişimi artırmak ve beslenmeyi iyileştirmek, böylece SKA 2, 4 ve 12'ye ulaşmasına katkıda bulunmayı amaçlamaktadır. Bu kapsamda, FAO'nun Teknik İş Birliği Programı (TCPF) aracılığıyla, Tarım ve Orman Bakanlığı tarafından "**Gıda Okuryazarlığı Konusunda Kapasite Geliştirme Projesi**"nin hazırlanmasına karar verilmiştir.

Gıda etiketlemesi için, "Avrupa Parlamentosu ve Konseyinin (AB) 2011 tarihli, 1169 sayılı Tüzüğü" ile uyumlu olan "Türk Gıda Kodeksi Gıda Etiketleme ve Tüketicileri Bilgilendirme Yönetmeliği"de mevcuttur. Yönetmelik, tüketicilere yönelik gıda bilgilerini ve özellikle gıda etiketlemesini düzenleyen genel ilkeleri, ihtiyaçları ve sorumlulukları belirleyerek

tüketiciyi bilgilendirmeyi amaçlamaktadır. Gıda etiketlerinde yer alan bilgilere ilişkin kuralları belirten yönetmeliğin uygulanması için bir kılavuz da yayımlanmıştır. Üreticiler, gıdaya ilişkin bilgileri, etiketlerde yanıltıcı bilgilerden kaçınarak tutarlı ve şeffaf bir şekilde beyan etmekle yükümlüdür. Bu kurallar, tüketicilerin bilgilendirilmesini ve bilinçli gıda seçimleri yapmak için gerekli bilgilere sahip olmalarını sağlar. Bu kapsamda gıda okuryazarlığının doğru bilgiler ışığında geliştirilmesi çok önemlidir.

Türkiye Cumhuriyeti, Birleşmiş Milletler (BM) 2030 Gündemi ve Sürdürülebilir Kalkınma Amaçlarının gerçekleştirilmesine katkı sağlamak amacıyla düzenlenen Gıda Sistemleri Zirvesi diyaloglarına yerel, ulusal ve küresel ölçekte katılımcı bir yaklaşımla katkıda bulunmaktadır. Tarım ve Orman Bakanlığı tarafından "Sürdürülebilir Gıda Sistemlerine Doğru Türkiye'nin Ulusal Yol Haritası Raporu" (2021) hazırlanmıştır. Söz konusu raporda, gıda okuryazarlığı ve gıdalarla ilgili yanlış bilgilendirilme konusunda bazı öneriler ve geleceğe yönelik eylemler belirtilmiştir. Ayrıca Türkiye'deki gıda sistemlerinin durumunu gösteren Şekil 3'te, Türkiye'deki gıda sistemlerinin merkezinde gıda okuryazarlığının yer aldığı görülmektedir.

"Beslenme Rehberleri", beslenme ile ilgili tüm koşulları tanımlamak ve toplumlara yeterli ve dengeli beslenme hakkında bilgi sağlamak için çeşitli öneriler içermektedir. Ayrıca, beslenme hedeflerine ulaşmanın pratik yollarını belirtir ve toplum için sağlıklı yaşam tarzlarının geliştirilmesine yardımcı olmaktadır. Bu rehberler, geleneksel beslenme alışkanlıklarına saygı göstermekte ve değiştirilmesi gereken bakış açılarına dikkat çekmektedir. Rehberler ayrıca nüfusun yaşadığı ekolojik çevreyi, sosyoekonomik ve kültürel faktörleri ve biyolojik ve fiziksel çevreyi de dikkate almaktadır.

Türkiye, düzenli olarak güncellenen Türkiye Beslenme Rehberine sahiptir. 2015 yılında hazırlanan Beslenme Rehberi, besinler ve besin grupları, sağlıklı yemek tabağı, sağlıklı vücut ağırlığının sağlanması, daha fazla tüketilmesi gereken besin ve besinler, daha az tüketilen besin ve besinler, emzirmenin teşviği ve desteklenmesi, hassas gruplarda beslenme, gıda güvenliği ve benzeri ile ilgili başlıklar ve öneriler içermektedir. Rehber 2022'de yayımlanmıştır.

Türkiye'de gıda okuryazarlığı ile ilgili olarak farklı Bakanlıkların faydalı çalışmaları, programları, faaliyetleri, uygulamaları, araçları, yasal düzenlemeleri, yönergeleri ve sistemleri bulunmaktadır (Tablo 1).

**Tablo 1. Türkiye’de Gıda Okuryazarlığına İlişkin Faydalı Araçlar**

- Türk Gıda Kodeksi
- Ulusal Gıda Kompozisyon Veri Tabanı
- Gıdanı Korumaya Sahip Çık Kampanyası
- FOODTR Projesi (Yetişkinlerin Gıda Okuryazarlığı Yetkinliklerinin Artırılması Projesi)
- Türkiye’ nin Gıda Kayıpları ve İsrafının Önlenmesi, Azaltılması ve Yönetimine İlişkin Ulusal Strateji Belgesi ve Eylem Planı
- Gıda Etiketleme ve Tüketicileri Bilgilendirme Hakkında Kılavuz.
- Tüketici Bilinçlendirme Faaliyetleri
- Türkiye Beslenme Rehberi
- Sağlık hizmetleri kapsamında bireysel ve toplumsal düzeyde verilen beslenme eğitimi/danışmanlığı hizmetleri
- Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat Programı
- Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırmaları
- Türkiye Çocukluk Çağı Şişmanlık Araştırmaları
- Aşırı Tüketimi Tavsiye Edilmeyen Gıdaların Reklamına Ait Düzenlemeler
- Okullara Yönelik Beslenme Programları
- FAO Rehberleri (Okul Beslenmesi, Beslenme Eğitimi, ilgili diğer rehberler)

“Türkiye Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Programı 2019-2023” Türkiye’de beslenme alanında geliştirilen ve güncellenen önemli programlardan biridir. Bu program kapsamında Türkiye’de prevalansı giderek artan obezite ile mücadele edilmesi ve sağlıklı beslenme ve aktif yaşam tarzının yaygınlaştırılması amaçlanmaktadır. Bu programa ek olarak, toplumu beslenme konusunda bilinçlendirmek amacıyla Sağlık Bakanlığı tarafından “Türkiye Aşırı Tuz Tüketiminin Azaltılması Programı” yürütülmektedir. Sağlık Bakanlığı tarafından 2010 yılından bu yana yürütülen ve aşırı tuz tüketiminin azaltılmasını hedefleyen program kapsamında, tuz tüketiminin azaltılması için Sağlık Bakanlığı; Tarım ve Orman Bakanlığı, üniversiteler, gıda sanayi ve sivil toplum kuruluşları (STK) ile iş birliği yapmaktadır. Bu kapsamda Türk Gıda Kodeksi’nin ilgili düzenlemelerinde farklı gıdalardaki (ekmek, salça, zeytin, peynir, kırmızı pul biber vb.) tuz miktarları azaltılmış, Türkiye’de gönüllü tuz azaltılması çalışmaları başlatılmıştır. Gıda sektörü ve toplu yemek hizmeti veren yerler ile iş birliği protokolleri imzalanmış, “Gıda ve İçecek Sektörü Tuz Azaltma ve Protokol Uygulama Rehberi için Türkiye Aşırı Tuz Tüketiminin Azaltılması Rehberi” ile “Türkiye Şeker Tüketimi/Kullanımını Azaltma Rehberi” yayımlanmıştır.

Türkiye’nin Sağlıklı Beslenme ve Aktif Yaşam Programı, gıda okuryazarlığı ile ilgili ulusal ve yerel düzeyde birçok faaliyet içermektedir. Bu programdaki önemli faaliyetlerden biri trans yağların eliminasyonu ile ilgilidir. Bulaşıcı olmayan hastalıklar açısından önemli bir halk sağlığı sorunu oluşturan trans yağ asitleri ile ilgili olarak 07 Mayıs 2017 tarihli “Türk Gıda Kodeksi Gıdalara Vitaminler Mineraller ve Belirli

Diğer Öğelerin Eklenmesi Hakkında Yönetmelikte Değişiklik Yapılmasına Dair Yönetmelik”deki trans yağ asidi ile ilgili düzenleme ile “Hayvansal kaynaklı yağda doğal olarak bulunan trans yağlar dışındaki trans yağlar için “Perakende işletmelere arz edilen gıdalar ile son tüketiciye sunulan gıdalarda trans yağ miktarı toplam yağın 100 gramında 2 gramı geçmez” ifadesi yer almıştır.

Radyo ve Televizyon Üst Kurulu’nun ve Ticaret Bakanlığı’nın ilgili düzenlemeleri ile çocuklara yönelik radyo ve televizyon programlarının başında, sonunda veya program esnasında ve münhasıran çocuklara yönelik tasarlanan diğer her türlü mecraada, Sağlık Bakanlığınca hazırlanan gıda ve içecekler listesinin kırmızı kategorisinde yer alan aşırı tüketimi tavsiye edilmeyen gıda ve içeceklerin reklamı yapılamamaktadır.

Sağlık Bakanlığı, kamu spotları ve beslenme ile ilgili afiş, broşür, kitapçık vb. materyaller geliştirmekte ve bu materyalleri sağlık personeli ve toplumla paylaşarak beslenme ile ilgili eğitim faaliyetleri düzenlemektedir.

Sağlık Bakanlığı, Türkiye’de beslenmenin izlenmesi ve değerlendirilmesi için öncelikle nüfus temelli araştırmalardan yararlanmaktadır. Bunların başında üniversitelerle ortak yürütülen “Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması, 2010 ve 2017, Çocukluk Çağı Şişmanlık Araştırması 2013 ve 2016” gibi araştırmalar gelmektedir.

Milli Eğitim Bakanlığı’nın; Sağlık Bakanlığı ve Tarım ve Orman Bakanlığı ile iş birliğinde yürüttüğü okullarda sağlıklı beslenmeye yönelik çalışmaları mevcuttur. Ayrıca Milli Eğitim Bakanlığı’nın Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü tarafından “Gıda Okuryazarlığı Kurs Programı” hazırlanmıştır.

“Yetişkinlerin Gıda Okuryazarlığı Yetkinliklerinin Artırılması Projesi (FOODTR)” Tarım ve Orman Bakanlığı, Gıda ve Yem Kontrol Merkez Araştırma Enstitüsü tarafından koordine edilmekte ve Yetişkin Eğitimi Stratejik Ortaklıklar faaliyeti kapsamında Avrupa Birliği Erasmus+ Programı tarafından finanse edilmektedir.

Bu proje ile bireylerin gıda okuryazarlık becerilerinin artırılması, sağlıklı ve güvenilir gıdaya erişimlerinin sağlanması, gıda okuryazarlığının toplumdaki önemini anlaşılması amaçlanmaktadır.

#### **FoodTR Projesinin Hedefleri**

- Gıda okuryazarlığı becerilerini ve yetkinliklerini geliştirmek
- Bireylere etiket okuma bilgisi kazandırmak
- Hedef grubun sürdürülebilir gıda sistemi hakkındaki bilgisini artırmak

- Gıda güvenliği ve hijyen bilgisini artırarak gıda kaynaklı hastalıkları azaltmak
- Ede gıdaların daha güvenli bir ortamda yapılmasını sağlamak
- Hedef grupların evsel boyutta gıda işleme teknikleri hakkındaki bilgilerini artırmak
- Yetişkinlerin sosyal katılımını ve iş bulma olanaklarını artırmak
- Hedef grupları sağlıklı beslenme düzeni hakkında bilgilendirmek
- Hedef grup için kolay anlaşılabilen, ücretsiz ve yenilikçi rehberler ve dijital eğitim materyalleri oluşturmak.
- İnsanları ideal gıda ambalajlama ve depolama konusunda eğitmek



## 4. Türkiye Gıda Okuryazarlığı Eylem Planı

### 4.1. Vizyon

Türkiye'de gıda okuryazarlığını destekleyerek küresel düzeyde tüketim ve üretim ile tarım-gıda sisteminin sürdürülebilirliğine katkıda bulunmak.

### 4.2. Misyon

Gıda Okuryazarlığı Eylem Planı kapsamında sektörlerarası politikalar uygulayarak Türkiye'de insanların güvenilir gıdaya erişimini sağlamak, yeterli ve dengeli beslenmeyi teşvik etmek.

### 4.3. Stratejik Amaçlar

1. Gıda okuryazarlığı becerilerini geliştirmek.
2. Gıda güvenliği ve beslenme konusunda doğru ve güncel bilgi sağlamak.
3. Gıdalar hakkında yanıltıcı bilgilerin yayılmasını önlemek.
4. Tüketici (insan) merkezli gıda ve beslenme bilgisi eğitimi geliştirmek.
5. Gıda sistemleri hakkında farkındalık yaratmak.
6. Gıda israfı ve kaybını önlemek

### 4.4. Kapsam

Eylem Planı Türkiye'de gıda okuryazarlığına odaklanmakta ve gıda okuryazarlığı ile ilgili aşağıdaki konulara ulaşmayı amaçlamaktadır:

- Toplumun gıda ve beslenme konusunda doğru bilgiye ulaşmasının sağlanması, bilgi kirliliğinin önlenmesi,
- Toplumun ve bireylerin gıdalarla ilgili doğru karar vermesini sağlayacak bir sistem kurulması (tüketicinin güçlendirilmesi),
- Gıda okuryazarlığı becerileri aracılığıyla toplumun ve bireylerin, yetersiz beslenme ile ilgili hastalıkların önlenmesi ve kontrolüne (obezite, besin ögesi yetersizlikleri, gıdalarla bulaşan hastalıklar vb.) dâhil edilmesi,
- Gıda okuryazarlığını geliştirmek için farklı yaş

gruplarının, cinsiyetlerin ve sosyoekonomik grupların ihtiyaçlarını dikkate alarak çok bileşenli müdahalelerle bireylerin ve toplumun sağlıklı seçimler yapma yetkinliğinin geliştirilmesi,

- Gıdalar hakkında kolay anlaşılır ve yeterli bilgi, beceri sağlanması,
- Beslenme kalitesini, gıda ve beslenme güvenliğini etkileyen gıda sistemleri politikaları oluşturulması.

### 4.5. Rehber Dokümanlar

- T.C Cumhurbaşkanlığı Stratejik Planı, 2019-2023.
- 11. Kalkınma Planı 2019-2023.
- Tarım ve Orman Bakanlığı Stratejik Planı, 2019-2023.
- 3. Tarım Orman Şûrası, 2019.
- Türkiye Sürdürülebilir Gıda Sistemleri, Tarım ve Orman Bakanlığı, 2021.
- Türkiye'nin Gıda Kayıpları ve İsrafının Önlenmesi, Azaltılması ve Yönetimine İlişkin Ulusal Strateji Belgesi ve Eylem Planı, FAO, 2020
- Türkiye Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat Programı, 2019-2025
- Türkiye Aşırı Tuz tüketiminin Azaltılması Programı, 2017-2021
- Avrupa Gıda ve Beslenme Eylem Planı,WHO, 2015-2020
- Sürdürülebilir Sağlıklı Diyetler, FAO, 2019
- Gıda Okuryazarlığı Çerçevesi, Kanada, 2019
- Türkiye'de Gıda ve Beslenme Okuryazarlığına İlişkin Kapsam İnceleme Çalışması, FAO, 2022.

### 4.6. Zaman Aralığı

Eylem Planı, 2022-2028 döneminde uygulanacaktır. 2022-2023, kısa vadeli eylemleri, 2023-2025, orta vadeli eylemleri ve 2023-2028, uzun vadeli eylemleri içerir.

### 4.7. Hedefler, Öncelikler

- Bireysel düzeyde gıda ve beslenme bilgisinin geliştirilmesi
- Bireysel düzeyde gıda becerilerinin geliştirilmesi



- Bireysel düzeyde gıda okuryazarlığı konusunda öz yeterlilik ve kendine güvenin sağlanması
- Gıda kararının (beslenme davranışının) geliştirilmesi
- Toplumda gıda okuryazarlığı konusunda farkındalığın oluşturulması
- Toplumda gıda okuryazarlığı becerilerinin geliştirilmesi
- Gıdada bilgi kirliliğinin önlenmesi
- Gıdada yanıltıcı bilgilerin yayılmasının önlenmesi
- Etiket okuma bilgisinin sağlanması
- Gıda kayıp ve israfının en aza indirilmesi
- Beslenme çeşitliliği ve kalitesinin iyileştirilmesi
- Toplumda sürdürülebilir gıda sistemleri konusunda farkındalığın artırılması
- Ekosistemlerin, doğal kaynakların, suyun ve biyoçeşitliliğin sürdürülebilir yönetimi ve kullanımı konusunda farkındalık oluşturulması.

#### **4.8. Türkiye Gıda Okuryazarlığı Eylem Planı Tanım ve Bileşenleri**

##### **Gıda Okuryazarlığı:**

Gıda ve beslenme ile ilgili bilgilere ulaşma, ulaşılan bilgileri anlama, değerlendirme, bilgi ışığında doğru kararlar alarak gıda tüketim alışkanlığına dönüştürme, uygun miktarda güvenilir ve sağlıklı gıda seçme ve tüketme.

##### **Gıda Bilgi Kirliliği:**

Gıda güvencesi ve güvenilirliği hususunda tüketicide endişe, korku ve güvensizlik yaratarak tüketim alışkanlıklarını olumsuz etkileyen yanıltıcı bilgiler.

##### **Gıda Okuryazarlığının Bileşenleri:**

Gıda ve beslenme bilgisi, gıda hazırlama becerileri, öz yeterlilik, gıda kararları, gıda çevresi ve sosyo-kültürel faktörler kategorilerinde düzenlenen birbirine bağlı nitelikler kümesidir. (Şekil 4 ve Tablo 5). Burada belirtilen bileşenler, Türkiye'nin Gıda Okuryazarlığı Eylem Planı'nın temelini oluşturmaktadır. Eylem Planında yer alan eylemler, bu bileşenlerden en az birinin veya birkaçının gerçekleşmesini sağlayacaktır.



**Şekil 4: Türkiye Gıda Okuryazarlığı Eylem Planı Bileşenleri** (Kaynak: Ontario, Kanada LDCP Sağlıklı Beslenme Ekibi tarafından oluşturulan "Gıda Okuryazarlığı Çerçevesi" (2018) temel alınmıştır.)

**Tablo 2. Türkiye Gıda Okuryazarlığı Eylem Planı Bileşenleri**

KATEGORİLER	Nitelikler
GIDA VE BESLENME BİLGİSİ	GIDA BİLGİSİ - Tüm besin grupları içindeki besin çeşitliliğini anlamak. - Yiyeceklerin nereden geldiğini ve içinde ne olduğunu bilmek. - Gıdada doğru bilgiye erişim kaynaklarını bilmek. BESLENME BİLGİSİ - Gıdalardaki besin öğelerini ve bunların sağlığı nasıl etkileyebileceğini anlamak. GIDA VE BESLENME DİLİ - Gıdaların besinsel özelliklerini açıklayan kelimeleri (yüksek posa, düşük sodyum vb.) ve gıdaları hazırlarken genelde kullanılan kelimeleri (sote, vb.) anlamak.
GIDA HAZIRLAMA BECERİLERİ	GIDA HAZIRLAMA BECERİLERİ - Doğrama, ölçme, pişirme, yemek tarifleri okuma, gıda güvenliği gibi temel becerileri kullanarak yaşam boyu yemek hazırlayabilmek.
ÖZ YETERLİLİK	GIDA OKURYAZARLIĞI - Güvenilir ve yanlış beslenme bilgilerini ayırt edebilmek. Güvenilir gıda bilgilerinin nasıl bulunacağını ve bunun nasıl anlamlandırılacağını bilmek (örneğin, bir gıda etiketi okumak). GIDA VE BESLENME ÖZ YETERLİLİK - Karmaşık bir gıda ortamında sağlıklı seçimler yapmak için gıdayı seçme, satın alma ve hazırlamada gıda ve beslenme ile ilgili bilgileri uygulama yeteneğine inanmak. YEMEK HAZIRLAMADA ÖZ ETKİNLİK - Pişirme tekniklerini kullanma ve mevcut yiyeceklerle lezzetli yemekler hazırlama becerisine güvenmek. GIDA DAVRANIŞI - Yemek hazırlamak, gıdalla sağlıklı bir ilişki geliştirmek, yemek geleneklerine ve kültürüne saygı duymak.
GIDA ÇEVRESİ VE SOSYO-KÜLTÜREL FAKTÖRLER	GIDA SİSTEMLERİ Gıda sisteminin (örneğin, gıda ürünlerinin yetiştirilmesi, üretilmesi, taşınması, hazırlanması, tüketilmesi gibi) bireysel sağlık, daha geniş toplumsal ve ekonomik refah ve çevre üzerindeki etkisi konusunda farkındalık geliştirmek. SOSYO-KÜLTÜREL ETKİLER VE BESLENME UYGULAMALARI Sosyokültürel değerlerin, normların ve inançların yemek seçimleri ve yeme pratikleri üzerindeki etkisi, yemek becerilerini öğrenmek ve paylaşmak için sosyal destek ve kültürel ve aile yemek uygulamalarını desteklemek.
GIDA KARARLARI	BESLENME DAVRANIŞI Sağlıklı gıda seçimleri yapmak.

### **Eylem Planı ile İlgili Diğer Tanımlar**

**Etiket:** Gıdanın ambalajının veya kabının üzerine yazılmış, basılmış, şablon ile basılmış, işaretlenmiş, kabartma ile işlenmiş, soğuk baskı ile basılmış, yapıştırılmış veya iliştilenmiş olan herhangi bir işareti, markayı, damgayı, resimli veya diğer tanımlayıcı unsurları,

**Etiketleme:** Gıdaya eşlik eden veya atıfta bulunan herhangi bir ambalaj, belge, bildirim veya etiket üzerinde yer alan, gıda ile ilgili herhangi bir yazı, bilgi, ticari marka, resimli unsur veya işaretleri,

**Gıda hakkında bilgilendirme:** Bir etiket veya gıdaya eşlik eden diğer materyal veya modern teknoloji araçları ile sözlü iletişimi de kapsayan diğer araçlar vasıtasıyla son tüketiciye sunulan ve gıda ile ilgili olan bilgilendirmeyi,

**Gıda hakkında bilgilendirme mevzuatı:** Belirli gıda gruplarına veya özel durumlarda tüm gıdalara uygulanabilen genel

nitelikli kurallar ve sadece özel gıdalara uygulanan kurallar dâhil gıdalar hakkında bilgilendirmeyi ve özellikle etiketlemeyi kapsayan düzenlemeleri,

**Gıda hakkında zorunlu bilgilendirme:** İlgili mevzuat gereğince son tüketiciye sağlanması gereken bilgileri,

**Reklam:** Ticaret, iş, zanaat veya bir meslekle bağlantılı olarak, bir mal veya hizmetin satışını ya da kiralanmasını sağlamak, hedef kitleyi oluşturanları bilgilendirmek veya ikna etmek amacıyla reklam verenler tarafından herhangi bir mecrada yazılı, görsel, işitsel ve benzeri yollarla gerçekleştirilen pazarlama iletişimi niteliğindeki duyuruları ifade eder.

**Not: Türkiye Gıda Okuryazarlığı Eylem Planı kapsamındaki diğer tanımlar, Türk Gıda Kodeksi ilgili Yönetmelik ve Tebliği başta olmak üzere ilgili Mevzuat kapsamında var olan tanımları içermektedir.**

## 5. Türkiye Gıda Okuryazarlığı Eylem Planı (2022-2028)

KISA DÖNEM AKTİVİTELER (2022-2023)					
Stratejiler	Aktiviite Alanları	Aktivoiteler	Sorumlu Kuruluşlar* ve İş Birliği Yapılacak Kuruluşlar	Tarih	Çıktılar
1. Kısa dönem aktivoitelerin uygulanması	1.1 Durum Analizi, Gıda okuryazarlığının durumu	1.1.1 Türkiye'de gıda okuryazarlığı durumunun değerlendirilmesi	FAO*	2022	Kapsam Araştırması
		1.1.2 Gıda okuryazarlığı ile ilgili mevcut politikaların değerlendirilmesi	FAO*, TOB	2021-2022	Politika Değerlendirmesi Çalışması
1.2 Müdahalelerin uygulanması		1.1.3 Çok sektörlü toplantıların gerçekleştirilmesi	FAO*, TOB*	2022-2023	Gerçekleştirilen toplantılar
		1.1.4 İlgili kurum ve kuruluşlar işbirliğinde (Bakanlıklar, üniversiteler, STK'lar, Özel Sektör gibi) eylem planının geliştirilmesi	FAO*, TOB*, SB, MEB, TB, RTÜK, Üniversiteler, İlgili STK' lar, İlgili Özel Sektör Temsilcileri	2021-2022	Gıda Okuryazarlığı Eylem Planı
		1.2.1 Gıda okuryazarlığını kapsayacak yeni faaliyetlerle mevcut stratejik ve eylem planlarının güçlendirilmesi (Gıda okuryazarlığı çerçevesine göre mevcut stratejik ve eylem planlarının uygulanması)	TOB*, SB*, MEB*, TB*, RTÜK*, FAO	2022-2023	Gıda okuryazarlığı konusu entegre edilen eylem planları
		1.2.2 Okullarda gıda okuryazarlığının geliştirilmesi çalışmalarının başlatılması (Okul Ortamı, Okul Mutfağı Programı vb.)	MEB*, TOB*, SB*, FAO	2022-2023	Okullarda başlatılan gıda okuryazarlığı ile ilgili aktivoiteler
		1.2.3 Okullarda gıda okuryazarlığı ile ilgili işbirliği protokolünün geliştirilmesi	TOB*, MEB*, SB	2023	Protokol
		1.2.4 Gıda ve beslenme bilgilerine göre okul müfredatlarının taranması	TOB, MEB*, Üniversiteler, FAO	2022-2023	Gıda okuryazarlığı ile ilgili dersler ve konular
		1.2.5 Çok sektörlü iş birliğinin uygulanması (düzenli toplantılar, sektörler arası diyaloglar)	TOB*, SB*, MEB*, TB, RTÜK, FAO	2022-2023	Toplantı sayısı
		1.2.6 Eylem Planı faaliyetlerinin kırılgan gruplar dahil olmak üzere tüm hedef kitlede uygulanması (sığınmacılar, okul çocukları, erken çocukluk dönemindeki çocuklar, ebeveynler, kadınlar, hamile kadınlar, kronik hastalığı olanlar vb.)	TOB*, SB*, MEB*, FAO	2022-2023	Eğitim sayısı

KISA DÖNEM AKTİVİTELER (2022-2023)					
Stratejiler	Aktivoite Alanları	Aktivoiteler	Sorumlu Kuruluşlar* ve İş Birliği Yapılacak Kuruluşlar	Tarih	Çıktılar
		1.2.7 Etiketleme çalışmaları ve eğitimleri ile tüketicinin sağlıklı yaşam için gıda tercihleri konusunda bilgilendirilmesinin sağlanması	TOB* SB TB MEB Üniversiteler, İlgili Özel Sektör Temsilcileri, FAO	2023	Eğitime katılan kişi sayısı
		1.2.8 Gıda okuryazarlığı konusunda ulusal ya da uluslararası bir sempozyumun düzenlenmesi	TOB*, SB*, FAO, Üniversiteler	2023	Sempozyum
	1.3 Farkındalığın artırılması	1.3.1Hedef kitleye yönelik bilinçlendirme kampanyasının iletişim planının hazırlanması ve uygulanması	TOB*, FAO*, RTÜK, SB, TB, Tüketici Derneği, Meslek Örgütleri, Üniversiteler	2022	Gıda Okuryazarlığı İletişim Planı Faaliyetleri
		1.3.2 Türkiye’de Gıda Okuryazarlığı Kampanyasının Tanıtımı Medya Toplantısı (tüm medya kanalları temsilcileri vb.)	TOB*, RTÜK*, SB*, Medya Kuruluşları, TB*, FAO	2023	Toplantı sayısı
		1.3.3 Sosyal medya araçlarının geliştirilmesi (tüm Türk halkı için interaktif web sitesi vb. tanıtım ve basın toplantısı)	TOB*, RTÜK, SB, MEB, TB, Üniversiteler, FAO STK’lar	2023	Geliştirilen araç sayısı
		1.3.4 Sosyal medyada gıda okuryazarlığı faaliyetlerinin düzenlenmesi	TOB*, RTÜK, SB, Üniversiteler, TB, STK’lar	2022-2023	Sosyal medya aktivoite sayısı
		1.3.5 Tüm tüketici gruplarına yönelik gıda okuryazarlığı faaliyetlerinin düzenlenmesi (eğitim, görsel ve dijital materyaller)	TOB*, SB	2023	Eğitim sayısı, Görsel sayısı
		1.3.6 “Gıdada Doğru Bilgi Kampanyası” düzenlenmesi, doğru bilgiye erişim kaynakları için bilgilendirme yapılması, kamu spotu vb. hazırlanması	TOB*, SB, MEB, TB, RTÜK, Medya Kuruluşları, FAO	2022-2023	Gıda okuryazarlığı farkındalık çalışmaları sayısı Kamu spotu Afiş, broşür, eğitim materyalleri Animasyon film, vb.
		1.3.7 Gıda okuryazarlığı web sitesinin, basın açıklaması, medya vb. yöntemlerle topluma tanıtılması	TOB*, SB, MEB, TB, TDA, Üniversiteler, Medya Kuruluşları	2022-2023	Web sayfası Basın açıklaması
	1.4 İzleme ve Değerlendirme	1.4.1 Farklı ortamlarda gerçekleştirilen gıda okuryazarlığı eğitim/toplantıların izlenmesi (Tarım ve Orman İl Müdürlükleri, sağlık kurumları, okullar, medya, vb.)	SB*, TOB*, MEB*, TB*, RTÜK*	2023	Eğitim sayısı, Toplantı Sayısı, Eğitime katılan personel, kişi sayısı

ORTA DÖNEM AKTİVİTELER (2023-2025) VE UZUN DÖNEM AKTİVİTELER (2023-2028)					
Stratejiler	Aktitioe Alanları	Aktioiteler	Sorumlu Kuruluşlar* ve İş Birliği Yapılacak Kuruluşlar	Tarih	Çıktılar
1. Gıda okuryazarlığı konusunda orta ve uzun dönem müdahalelerin gerçekleştirilmesi	1.1 İnsan (tüketici) merkezli gıda okuryazarlığı becerilerinin geliştirilmesi için kapasite oluşturma	1.1.1 Gıda okuryazarlığı konusunda insan (tüketici) merkezli, interaktif ve uygulamalı eğitim programının geliştirilmesi ve eğitim modüllerinin hazırlanması	TOB*, SB*, MEB, TB, FAO, Gıda Sektörü Tüketici Dernekleri	2023-2024	İnteraktif Gıda Okuryazarlığı Kılavuzu İnteraktif Uygulamalı Gıda Okuryazarlığı Eğitim Modeli Gıda okuryazarlığı ile ilgili eğitim modülleri ve kaynak sayısı Toplantı sayısı, gıda okuryazarlığı ile ilgili eğitimler
		1.1.2 Gıda okuryazarlığı eğitim materyallerinin hazırlanması (kitap, afiş, broşür, kitapçık, video, kısa film vb.) ve düzenli olarak güncellenmesi	TOB*, SB*, MEB, FAO, TDD, Üniversiteler	2022-2028	Eğitim materyali Kitap, afiş, broşür, video vb.
		1.1.3 Gıda okuryazarlığı konusunda "eğitici eğitimlerinin" yapılması	TOB*, SB*, MEB, TDD, Üniversiteler, FAO	2023-2025	Gerçekleştirilen eğitimler
		1.1.4 Etiket okuma konusunda eğitimin programının hazırlanması	TOB*, SB, TB, MEB, Üniversiteler, İlgili Özel Sektör Temsilcileri, FAO	2022-2025	Etiket okuma eğitimi
	1.2 Farklı mecralarda gıda okuryazarlığı eğitimi/danışmanlığı hizmetine erişimin sağlanması	1.2.1 Okullarda bilgi, beceriye dayalı uygulamalı gıda okuryazarlığı eğitimlerinin uygulanması, projeler geliştirilmesi (Okul Mutfağı, Gıda Okuryazarlığında Genç Liderler Çalışması, vb. projeler)	TOB, SB, MEB	2023-2028	Geliştirilen proje sayısı
		1.2.2 Sağlıklı Hayat Merkezlerinde gıda okuryazarlığı konusunda gıda bilgi ve beceri geliştirilmesini amaçlayan uygulamalı bireysel ve topluma yönelik danışmanlık yapılması ve eğitimler verilmesi (Sağlıklı Hayat Mutfağı)	SB	2023-2028	Eğitim sayısı Eğitime katılanların sayısı
		1.2.3 Sağlık merkezlerinde (Sağlıklı Hayat Merkezi, hastane vb.) sunulan beslenme danışmanlığı hizmetlerinde gıda okuryazarlığının yer almasının sağlanması	SB*	2023-2028	Gıda okuryazarlığı hakkındaki danışmanlık sayısı

	1.2.4Peraende satış noktalarında topluma gıda okuryazarlığı bilgilendirme çalışmalarının yapılması (gıda okuryazarlığını destekleyen marketler gibi)	TOB*, SB, TB	2023-2028	Market sayısı
	1.2.5Lokanta/Restoran/Kafe ob. yerlerde menü etiketleme çalışmalarının yapılması	TOB*, SB, TB	2023-2028	Lokanta sayısı Kafe sayısı
	1.2.6 Medyada gıda okuryazarlığı çalışmalarının gerçekleştirilmesi (TV programlarında, yazılı basında sosyal medyada gıda ilgili doğru bilginin yer almasının sağlanması )	TOB*, SB, TB, RTÜK, Medya Kuruluşları	2022-2028	Medyadaki aktioiteler
1.3 Kırılgan gruplar için gıda okuryazarlığı hizmetlerinin verilmesi	1.3.1 Okul çağındaki çocuklar, adölesanlar, erken çocukluk dönemindeki çocuklar, hamile ve emziren kadınlar, yaşlılar, sığınmacılar, işçiler, kronik hastalıkları olan kişiler ob. için gıda okuryazarlığı konusunda eğitim ve bilgilendirme çalışmalarının yapılması	TOB*, SB*, MEB*, Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, İçişleri Bakanlığı Göç İdaresi Başkanlığı, FAO	2023-2028	Eğitim/bilgilendirme alan okul sayısı Eğitim/bilgilendirme alan çocuk sayısı Eğitim/bilgilendirme alan hamile kadın sayısı Eğitim/bilgilendirme alan erken çocukluk dönemi çocuk sayısı Eğitim/bilgilendirme alan-sığınmacı sayısı Eğitim/bilgilendirme alan kronik hastalığı olan kişi sayısı
	1.3.2 Gıda okuryazarlığı konularının, kronik hastalığı olan kişilere yönelik beslenme danışmanlığı hizmetlerine eklenmesi	SB*, TOB	2023-2028	Kronik hastalara yönelik gıda okuryazarlığı eğitim materyalleri
	1.3.3 Gıda okuryazarlığının sığınmacılara yönelik eğitim, bilgilendirme çalışmaları kapsamına alınması	SB*, TOB*, İçişleri Bakanlığı Göç İdaresi Başkanlığı*, Üniversiteler, FAO	2023-2028	Sığınmacılara yönelik gıda okuryazarlığı eğitim materyalleri
1.4 Sağlıklı beslenme alışkanlıklarını destekleyen gıda becerilerinin geliştirilmesi	1.4.1 Toplumta tuz, şeker, yağ, posa tüketiminin sağlığa etkileri konusunda bilgilendirme ve bilinçlendirme çalışmalarının yapılması	TOB*, SB*, Üniversiteler, TDD, İlgili Özel Sektör Temsilcileri, FAO	2023-2028	Katılımcı sayısı

	1.4.2 Topluma sürdürülebilir sağlıklı beslenme konusunda bilgilendirme ve bilinçlendirme çalışmalarının yapılması	TOB, SB*, Üniversiteler, FAO, TDD		Katılımcı sayısı
1.5 Toplumun, yeterli, güvenli ve besleyici gıda hakkındaki bilgisinin artırılması ve gıdada bilgi kirliliğinin önlenmesi	1.5.1 Gıda okuryazarlığı ile ilgili toplumun erişebileceği sürekli güncellenen ortak bir web sitesinin oluşturulması, Tarım ve Orman Bakanlığı koordinesinde ilgili bilgilerin web sitesine yönlendirilmesi  (örneğin, <a href="http://www.gidabilgi.tarimorman.gov.tr">www.gidabilgi.tarimorman.gov.tr</a> )	TOB*, SB, MEB, TB, RTÜK, Üniversiteler, FAO TDD, Gıda Sektörü	2022-2023	Web sitesi erişim sayısı
	1.5.2 Gıda okuryazarlığı web sitesinde yer alan bilgilerin güncel tutulması	TOB*, SB, MEB, TB, RTÜK, Üniversiteler, FAO, TDD, Gıda Sektörü	2022-2028	Web sitesine eklenen bilgiler
	1.5.3 Toplumun gıda güvenliği ve riskleri konusunda bilgilendirilmesinde gıda okuryazarlığı web sayfasının, medya kanallarının kullanılması	TOB*	2022-2028	Web sayfasını kullanan kişi sayısı  Medyadaki haberler
	1.5.4 Gıdalar hakkında bilgi kirliliğinin önlenmesine yönelik mevcut düzenlemelerin güncellenmesi	TOB*, SB, MEB, TB, RTUK	2023-2028	Yasal düzenlemeler, kılavuzlar
1.6 Coğrafi işaret ve geleneksel ürünler konusunda farkındalık oluşturulması	1.6.1 Coğrafi işaret ve geleneksel gıdalar hakkında bilgilendirme ve bilinçlendirme çalışması yapılması	TOB*, SB*, MEB, Üniversiteler	2023-2028	Eğitim ve bilgilendirme çalışması sayısı
	1.6.2 Gıda okuryazarlığını teşvik etmek için bir araç olarak yemek pişirme becerileri ve yemeğin kültürel mirastaki önemi de dâhil olmak üzere yemek kültürleri konusunda bilgilendirme ve bilgilendirme çalışmalarının yapılması	TOB*, SB*, KTB, Üniversiteler, FAO	2023-2025	Yemek kültürü eğitim planı



2.Gıda okuryazarlığı konusunda orta ve uzun dönem farkındalık çalışmalarının gerçekleştirilmesi	1.7 Toplumun gıda ve beslenme konusunda doğru bilgiye ulaşmasını ve doğru karar vermesini sağlayacak bir sistemin kurulması	1.7.1 Sektörlerarası işbirliğini güçlendirecek düzenli toplantıların gerçekleştirilmesi	TOB*, SB*, MEB, RTÜK, TB, ASHB, İçişleri Bakanlığı Göç İdaresi Başkanlığı, Gıda Sektörü Tüketici Dernekleri, TDD, Üniversiteler, İlgili Özel Sektör Temsilcileri	2023-2028	Toplantı Sayısı
		1.7.2 Gerçekleştirilen toplantıların konusu ve sonuçları ile ilgili topluma bilgi akışının sağlanması (sosyal medya, TV, basın açıklaması, web sayfasında açıklamalar gibi)	TOB*, SB*, MEB, RTÜK, TB, ASHB, İçişleri Bakanlığı Göç İdaresi Başkanlığı, Tüketicinin Korunması Derneği, TDD, Üniversiteler, Özel Sektör	2023-2028	Yapılan basın açıklamaları, Yapılan sosyal medya haberleri TV programları
	1.8 Gıda sistemleri hakkında farkındalık oluşturulması	1.8.1 "Türkiye'nin Gıda Kayıpları ve İsrafının Önlenmesi, Azaltılması ve Yönetimine İlişkin Ulusal Strateji Belgesi ve Eylem Planı'nın uygulanması	TOB*, SB, MEB, Üniversiteler, FAO	2023-2028	Uygulanan eylem planı aktiviteleri
		1.8.2 Sürdürülebilir tüketici seçimlerinin desteklenmesi	TOB*, SB*, FAO	2023-2028	Sürdürülebilir tüketici seçimlerinde artış
		1.8.3 Gıda becerilerinin geliştirilmesi yoluyla gıda israfının azaltılması	TOB*, SB, MEB, FAO	2022-2028	Gıda israfındaki azalma miktarı
	2.1 Gıda okuryazarlığı farkındalık faaliyetlerinin düzenlenmesi	2.1.1 "Gıda Okuryazarlığı Günü" belirlenmesi ve ülke genelinde etkinlikler yapılması	TOB*, SB, MEB, TB, RTÜK, Üniversiteler, FAO	2023-2028	Gıda Okuryazarlığı Günü aktiviteleri

3. İzleme ve değerlendirme çalışmaları gerçekleştirilmesi		2.1.2 Bakanlık ve 81 İl Müdürlüğü düzeyinde gıda okuryazarlığı farkındalık çalışmalarının yürütülmesi (resim yarışması ya da bilgi yarışması düzenlenmesi, yürüyüş yapılması, yerel yazılı ve görsel basında konunun öneminin aktarılması, afiş, yaka rozeti, vb materyallerin hazırlanması ve kullanılması gibi)	TOB*, SB, MEB, Üniversiteler	2023-2028	-Yapılan Farkındalık çalışmaları ve Sayısı -Etkinliklere katılan katılımcı sayısı
		2.1.3 Gıda okuryazarlığı farkındalık kampanyalarının gerçekleştirilmesi	TOB*, SB*, MEB*, TB, RTÜK, İlgili Özel Sektör Temsilcileri, TDD, Tüketici Dernekleri, FAO	2023-2028	-Farkındalık kampanyaları
		2.1.4 Gıda Okuryazarlığı konusunda medyaya yönelik tanıtım kampanyalarının düzenlenmesi	TOB*, SB, Medya Kuruluşları, FAO	2023-2028	Medya tanıtım kampanyaları
		2.1.5 Tanınmış kişilerin gıda okuryazarlığı etkinliklerine katılımının sağlanması	TOB, Medya Kuruluşları	2023-2026	Katılan tanınmış kişi sayısı
		2.1.6 Gıda okuryazarlığı için kampanya ve tanıtım materyallerinin hazırlanması	TOB*, SB, MEB, FAO, Üniversiteler	2023-2024	Materyaller
	3.1. İzleme ve değerlendirme aktivitelerinin yapılması	3.1.1 Gıda okuryazarlığı ile ilgili eğitim/toplantı ve çalışmaların izlenmesi	TOB*, SB*, MEB*, RTUK, FAO	2022-2028	Hazırlanan rapor
		3.1.2 Gıda okuryazarlığı çalışmalarının değerlendirilmesi	TOB*, Üniversiteler, SB*, MEB*, FAO*	2022-2028	Değerlendirme sayısı, geri bildirim sayısı



## 6. Kaynaklar

**Bailey, C.J., Drummond, JNM. & Ward, PR.** 2019. Orta okullarda gıda okuryazarlığı programları: sistematik bir literatür taraması ve nicel ve nitel kanıtların anlatı sentez. Public Health Nutrition 22(15): 1-23. DOI:10.1017/S1368980019001666

**Breda, J., Allen, L., Tibet, B., Erguder, T., Karabulut, E., Yildirim, H.H., Mok, & et al.** 2021. Türkiye'nin bulaşıcı olmayan hastalık politikası hedeflerine ulaşma etkisinin tahmin edilmesi: Bir makro simulasyon modelleme çalışması. The Lancet Global Health 1(10159):100018 DOI:10.1016/j.lanep.2020.100018

**Bursa Gıda ve Yem Kontrol Merkez Araştırma Enstitüsü.** Yetişkinlerin Gıda Okuryazarlığı Becerilerinin Artırılması. [www.foodtr.org](http://www.foodtr.org), Erişim tarihi: 11 Aralık 2021.

**CFS.** 2017. Gıda Güvenliği ve Beslenme için Küresel Stratejik Cerceve.

**EFAD.** 2018. Gıda Okuryazarlığı Sağlık İçin Katma Değer.

**EU.** 2019. EU Barometer Survey about Food Safety. 2019. Gıda Güvenliği EU Barometer Araştırması.

**FAO.** 2014. İkinci Uluslararası Beslenme Konferansı (ICN-2). Roma. 19-21 Kasım 2014. Konferans Çıktı Dökümanı: Roma Beslenme Deklerasyonu FAO/ WHO, <https://www.fao.org/3/ml542e/ml542e.pdf>

**FAO.** 2019. Suriyeli Mülteci Dayanıklılık Planı, FAO, 2019–2020.

**FAO.** 2021a. FAO Beslenme: Herkes için beslenme düzeyinin artırılması.

**FAO.** 2021b. Türkiye'de Beslenme ve Gıda Okuryazarlığı Durumu: Kapsam Çalışması.

**FAO.** 2021c. Avrupa ve Orta Asya Gıda Güvenliği ve Beslenmeye Bölgesel Bakış. Daha İyi Sağlık için Her Turlu Yetersiz Beslenmeyi Ele Almak İçin Uygun Fiyatlı Sağlıklı Diyetler. <https://doi.org/10.4060/cb3849en>.

**FAO ve Tarım ve Orman Bakanlığı.** 2020. Türkiye'nin Gıda Kaybı ve Gıda İsrafının Önlenmesi, Azaltılması ve İzlenmesine İlişkin Ulusal Strateji ve Belgesi ve Eylem Planı. Ankara. <http://extwpr-legs1.fao.org/docs/pdf/tur209489.pdf>

**FAO-WHO.** 2019. Sağlıklı Sürdürülebilir Diyetler Yol Gösterici İlkeler. Rome. <https://www.fao.org/3/ca6640en/ca6640en.pdf> <https://www.fao.org/turkey/fao-in-turkey/turkey-at-a-glance/en/>.

**FDA.** 2022. Gıda etiketleme ve beslenme: Beslenme eğitimi kaynakları ve materyalleri. Yeni beslenme gerçekleri etiketi. <https://www.cdc.gov/healthliteracy/researchevalua/food-literacy.html>

**Fernandez, ME., Slater, J., Schofield, E.** 2020. Gıda okur- yazarlığı: Kanadada Dört Girişim. Food Studies An Interdisciplinary Journal. 10(1):43-60 DOI:10.18848/2160-1933/CGP/v10i01/43-60

**Franklin, J. ve ark.** 2020. Beslenme Okuryazarlığını Değerlendirmeye Yönelik Elektronik Bir Arac olan e-NutLit'in Doğrulanması. Journal of Nutrition Education and Behavior, 52: 607-614. Gıda ve Yem Kontrol Merkez Araştırma Enstitüsü, Bursa. 2021. Yetişkinlerin Gıda-Okuryazarlığı Yetkinliklerinin Arttırılması Projesi. <https://foodtr.org/>

**Geçici Koruma Altındaki Suriyeliler.** İçişleri Bakanlığı, Göç İdaresi Başkanlığı. 2022. Erişim tarihi : 01.12.2022 <https://www.goc.gov.tr/geci-ci-korumamiz-altindaki-suriyeliler>

**Gıda okuryazarlığı ile ilgili olarak Eğitim Yasasında değişiklik yapılmasına yönelik yasa tasarısı** <https://www.ola.org/en/legislative-business/bills/parliament-42/session-1/bill-216>. Erişim tarihi: 13 Haziran 2022.

**Hacettepe Üniversitesi, Nüfus Etütleri Enstitüsü.** 2019. Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü, T.C. Cumhurbaşkanlığı Strateji ve Bütçe Başkanlığı ve TÜBİTAK, Ankara, Türkiye.

**İlgaz, S., Yardım, N., Cimen, MYB., Kanbur, N., Kanada Gıda Okuryazarlığı.** 2020. D vitamini, folik asit ve demir ile ilgili gıda zenginleştirilmesi konusunda Türkiye Sağlık Bakanlığı'nın önerileri. Turk J Public Health.18(3): 226-248. Dijital erişim: <http://dergipark.gov.tr/tjph>

**Kanada Gıda Okuryazarlığı.** Yaşam için gıda okuryazarlığı. 2017. Sağlıklı Beslenme için Harekete Geçirme Çağrısı: Halk Sağlığı Programı Planlaması, Politikası ve Değerlendirmesi için Gıda Okuryazarlığı Cercevesinin Kullanılması. Yerel Yönelimli İşbirlikçi Proje: Halk Sağlığında Gıda Okuryazarlığının Ölçülmesi. <https://www.pub-lichealthontario.ca//media/documents/l/2017/ldcp-food-literacy-call-toaction.pdf?la=en>

**Kanada Gıda Okuryazarlığı.** 2018a. LDCP Sağlıklı Beslenme Takımı.2018. Gıda okuryazarlığı: Sağlıklı Beslenme Çerçevesi Dijital erişim: [https://www.odph.ca/upload/membership/document/2018-11/food-literacy-poster-front-back-finalfor-web\\_1.pdf](https://www.odph.ca/upload/membership/document/2018-11/food-literacy-poster-front-back-finalfor-web_1.pdf)

**Kanada Gıda Okuryazarlığı.** 2018b. Sağlıklı Beslenme İçin Gıda Okuryazarlığı Çerçevesi. 2018. [www.foodliteracy.ca](http://www.foodliteracy.ca)

**Karadağ, Gezmen M., Agagunduz, D.** 2020. Tüketici görüşleri ve gıda etiketleri kullanımı, beslenme ve sağlık iddiaları: Türkiye’den sonuçlar. *Journal of Food Products Marketing*, 24(3): 1-17.

**Kobak, K.** 2020. Sosyal Ağların Gıda ve Beslenme Okuryazarlığına Etkisi. *Akademik İncelemeler Dergisi*, 15/2: 893-922.

**Monterrosa, EC., Frongillo, EA., Drewnowski, A., Pee, S. & Vandevijvere, S.** 2020. Sociocultural influences on food choices and implications for sustainable healthy diets. *Food and Nutrition Bulletin*. 41(2S):59-S73.

**Niedźwiedzka, B., Mazzocchi, M., Aschemann-Witze J. ve ark.** 2014. Beş Avrupa ülkesinde internet kullanıcıları arasında sağlıklı beslenme ile ilgili bilgi davranışı ve bilgi okuryazarlığının belirleyicileri. *Information Research*. 19: 3. Digital erişim: [file:///C:/Users/asus/Desktop/23%20Nov%202022Action%20Plan/Kaynaklar/Determinants\\_of\\_information\\_behaviour\\_and\\_informat.pdf](file:///C:/Users/asus/Desktop/23%20Nov%202022Action%20Plan/Kaynaklar/Determinants_of_information_behaviour_and_informat.pdf) T.C Cumhurbaşkanlığı On Birinci Kalkınma Planı(2019-2023).

**Pan American Health Organization(-PAHO)-(WHO),** 2020. Amerika Bölgesinde Bulaşıcı Olmayan Hastalıkların Önlenmesinde Politika Aracı Olarak Ön Yüz Etiketleme Çalışmaları. PAHO WHO, [https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/18621/9789275118733\\_eng.pdf?sequence=9&isAllowed=y](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/18621/9789275118733_eng.pdf?sequence=9&isAllowed=y)

**Rees, J., Fu, SC., Lo, J. ve ark.** 2022. 7 Haftalık Yemek Okur-yazarlığı Pişirme Programı, Yemek Yapma Güvenini ve Ruh Sağlığını Nasıl Etkiler: Yarı DeneySEL Kontrollü Bir Müdahale Denemesinin Bulguları. *Front Nutr*. 9: 802940. Online basım: 2022 Mart 17. doi: 10.3389/fnut.2022.802940

**Scazzocchio, B., Var“, R., D’Amor, A. ve diğerleri.** 2021. Okullarda beslenme eğitimi yoluyla sağlık ve gıda okuryazarlığının teşvik edilmesi: MaestraNatura Programı ile İtalyan deneyimi,

*Nutrients* 13: 1547. <https://doi.org/10.3390/nu13051547> Erişim tarihi: 15 Mayıs 2022, [www.nal.usda.gov/legacy/fnic/fraud-and-nutrition-misinformation](http://www.nal.usda.gov/legacy/fnic/fraud-and-nutrition-misinformation)

**Smith, K., Wells, R., Hawkes, C.** 2022. Dünyanın 11 Ülkesindeki İlkokul Müfredatları Nasıl Gıda Eğitimi Veriyor ve Gıda Okuryazarlığını Nasıl Ele Alıyor: Bir Politika Analizi. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 19(4), <https://doi.org/10.3390/ijerph19042019>. <https://schools.healthier-together.ca/en/take-action/get-ideas-that-work/focus-on-food-literacy/>

**T.C Sağlık Bakanlığı.** 2010. Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması (TBSA), Ankara.

**T.C Sağlık Bakanlığı.** 2014. Çocukluk Çağı Şişmanlık Araştırması, 2013 (COSI-TUR 2013). Ankara.

**T.C Sağlık Bakanlığı.** 2016. Türkiye Aşırı Tuz Tüketiminin Azaltılması Programı ve Eylem Planı. 2017-2021. <https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/saglikli-beslenme-hareketli-hayat-db/Yayinlar/programlar/turkiyede-tuz-tuketiminin-azaltilmasi-programi-2017-2021.pdf>

**T.C Sağlık Bakanlığı.** 2021. Gıda ve İçecek Sektörü için Tuz Azaltma ve Protokolü Uygulama Rehberi, T.C. Sağlık Bakanlığı Yayın No : 1202. Ankara.

**T.C Sağlık Bakanlığı.** 2021. Türkiye Şeker Kullanımını/ Tüketimini Azaltma Rehberi. T.C. Sağlık Bakanlığı Yayın No : 1201 Basım Yeri : Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Matbaası. Ankara.

**T.C Sağlık Bakanlığı.** 2017a. Çocukluk Çağı Şişmanlık Araştırması, 2016 (COSI-TUR 2016). İskitler/ANKARA.

**T.C Sağlık Bakanlığı.** 2019. Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması (TBSA), Tiraj Basım e Yayın Sanayi Ticaret Ltd.Şti. Ankara .

**T.C Sağlık Bakanlığı.** 2019. Sağlık Bakanlığı Stratejik Planı, 2019-2023.

**T.C Sağlık Bakanlığı.** 2021. Gıda okuryazarlığı ve sağlıklı beslenme ile ilgili yayınlar. Digital erişim: <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/beslenmehareket-yayinlar.html> Sağlık Bakanlığı.

**T.C. Sağlık Bakanlığı.** 2019. Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat Programı Eylem Planı, 2019-2023.

**T.C Tarım ve Orman Bakanlığı.** 2019. *Tarım ve Orman Bakanlığı Stratejik Planı (2019-2023)* <http://extwprlegs1.fao.org/docs/pdf/tur193517.pdf>

**T.C Tarım ve Orman Bakanlığı.** 2021. *Sürdürülebilir Gıda Sistemlerine Doğru, Türkiye' nin Yol Haritası.*

**T.C Milli Eğitim Bakanlığı.** 2019. *Kişisel Gelişim ve Eğitim Alanı Gıda Okuryazarlığı Kurs Programı.* Ankara. <http://hbogm.meb.gov.tr/modulerprogramlar/kurslar/>

**Ticari Reklam ve Haksız Ticari Uygulamalar Yönetmeliğinde Değişiklik Yapılmasına Dair Yönetmelik.** Ticaret Bakanlığı. *Resmi Gazete Tarihi: 28.12.2018 Sayı: 30639. Erişim tarihi: 13 Aralık 2021.*

**Türkiye Cumhuriyeti Cumhurbaşkanlığı.** 2019. *Türkiye 11 Kalkınma Planı (2019-2023).* Ankara.

**Türk Gıda Kodeksi, Gıda Etiketleme ve Tüketicileri Bilgilendirme Yönetmeliği.** *Tarım ve Orman Bakanlığı, Resmi Gazete Tarihi: 26 Ocak 2017. Sayı: 29960. Erişim tarihi: 13 Aralık 2021.*

**Vidgen, HA., Gallegos, D.** 2014. *Gıda okuryazarlığının ve bileşenlerinin tanımlanması.* *Appetite; 76:50-9. DOI: 10.1016/j.appet.2014.01.010*

**Vettori, V., Lorini, C., Milani C., Bonaccorsi, G.** 2019. *Gıda ve beslenme okuryazarlığının kavramsal çerçevesinin uygulanmasına doğru: Toplum için sağlıklı beslenmenin sağlanması, International Int. J. Environ. Res. Public Health.16,5041; doi:10.3390/ijerph16245041, Erişim tarihi: 8 Haziran 2021.*

**WHO Avrupa-Sağlık Bakanlığı.** 2018. *Ulusal Hane Halkı Sağlık Araştırması. Bulaşıcı Olmayan Hastalık Risk Faktorlerinin Sıklığı (STEPS).* WHO Türkiye Ülke Ofisi, Ankara.

**Yayın Hizmetinin Usul ve Esasları Hakkında Yönetmelikte Değişiklik Yapılmasına Dair Yönetmelik.** RTUK. *Resmi Gazete Tarihi: 27 Mart 2018. Sayı: 30373. Erişim tarihi: 13 Aralık 2021.*

**Yılmazel, G., Bozdoğan, S.** 2021. *Türk adolesanlarda beslenme okuryazarlığı, beslenme alışkanlıkları ve gıda etiketi kullanımı.* *Progress in Nutrition, 23:1.*



# Ekler

**Ek 1: Gıda Okuryazarlığı Konusundaki İyi Uygulama Örnekleri**

**Ek 2: Gıda Okuryazarlığı Konusunda Kapasite Geliştirme Projesi - TCP/  
TUR/3805/C5 (685082) İletişim Plan**





## Ek 1 - Dünyada Gıda Okuryazarlığı Konusundaki İyi Uygulama Örnekleri

### Maestra Natura Programı ile İtalyan Deneyimi: Okullarda Beslenme Eğitimi Yoluyla Sağlık ve Gıda Okuryazarlığının Teşvik Edilmesi

Bu çalışmanın amacı, ilköğretim ve birinci düzey ortaokul öğrencileri (6-13 yaş) arasında, özellikle sağlık okuryazarlığı ve gıda okuryazarlığını artırmayı amaçlayan bir program geliştirmektir. Nihai hedef, öğrencilerin beslenme rehberlerinde yer alan teorik ilkeleri günlük diyetlerine aktarma becerisi kazanması yoluyla gıda ile dengeli bir ilişki geliştirmelerini sağlamaktır.

İlk iki yılın sonunda, ilkokul ve ortaokul (6-13 yaş) öğrencilerinde, özellikle sağlık okuryazarlığı (SO) ve özellikle gıda okuryazarlığı (GO) artırmaya yönelik oldukça etkili, yenilikçi bir beslenme eğitim programı uygulanmıştır. İlköğretim (6-10 yaş) ve birinci düzey ortaöğretim okullarının (11-13 yaş) her sınıfı için özel olarak tasarlanmış didaktik yollara başvurulmuştur. Beslenme eğitimi içerikleri, WHO ve ulusal rehberlere göre oluşturulurken sürdürülebilir beslenme ile ilgili içerikler için FAO ve Birleşmiş Milletler kaynaklarından yararlanılmıştır. Program kapsamında, ilkokul birinci sınıftan dördüncü sınıfa (6-9 yaş) kadar gıdanın işlenmesi, yaşam için gerekli bir unsur olarak suyun keşfi, yaşamın farklı bölümlerinin tanımlanması, sebzelerin çeşitliliği ve mevsimi hakkında bilginin yanı sıra bitkiler ve işlemleri konuları ele alınmaktadır. İlkokul beşinci sınıfta, dengeli bir günlük menüde yiyeceklerin nasıl birleştirileceğini öğrenmeye başlamak için yiyecek ve besin öğeleri ve yiyecek grupları arasındaki farklılara değinilmektedir. Ortaokul (11-12 yaş) birinci sınıfta, gıda israfı, çevresel ayak izi ve sürdürülebilir beslenme konuları derinlemesine ele alınmaktadır. Son olarak, ortaokul ikinci sınıfta (12-13 yaş), sindirim süreci ve insan vücudunun bu süreçte yer alan farklı organları, besinler ve bunların insan metabolizmasındaki işlemleri hakkında kapsamlı bilgiler sunulmaktadır.

### FANLit: Eğitimciler için Gıda ve Beslenme Okuryazarlığı, Kanada

FANLit (Gıda ve Beslenme Okuryazarlığı: [www.fanlit.org](http://www.fanlit.org)), gençlerin gıda ve beslenme konularında eğitilmelerinde eğitimcileri destekleme ihtiyacını ele alan bir çalışmadır. FANLit, 2018-19'da oluşturulan web tabanlı bir bilgi portalıdır ve Kanada, Manitoba'da gıda ve beslenme okuryazarlığı eğitimi desteklemek için kanıtla dayalı araç ve kaynakların kullanılmasını artırmayı amaçlamaktadır. FANLit projesinde web tabanlı araçların ve kaynakların sürekli olarak değerlendirildiği ve yenilendiği bir proje geliştirme yöntemi kullanılmıştır. FANLit, öncelikle Ev Ekonomisi, Fen Bilimleri ve Beden Eğitimi öğretmenleri olmak üzere öğretmenler, diyetisyenler

ve toplum temelli eğitimciler dâhil tüm son kullanıcılar için erişilebilir niteliktedir. FANLit, Manitoba Üniversitesi Gıda ve Beşeri Beslenme Bilimleri Bölümü tarafından geliştirilmiş olup aşağıdaki konuları içermektedir:

- Yaşa özel gıda ve beslenme okuryazarlığı yetkinliklerinin çocukluk çağı boyunca desteklenmesi
- Yaşa uygun gıda okuryazarlığı yetkinliklerini desteklemek için ders planları ve destekleyici materyaller
- Manitoba'nın yerli topluluklarına uygun malzemeler
- Gıda/beslenme programlamasını desteklemede eğitimcilere yardımcı olacak nitelikte materyaller (örneğin, çocukların ve gençlerin beslenme durumuna ilişkin veriler/raporlar, beslenme rehberleri gibi).
- Ders planları ve destekleyici materyaller.

### İyi Yemek Ye (Sağlıklı Beslen) Kampanyası ile Ebeveynlerin Yemek Planlamasını Teşvik Etmek, Kanada

Kanada Sağlık Bakanlığı, 2013-2014 yılları arasında yemek planlamasını teşvik etmek için Kanadalı ebeveynlere ve Laval Üniversitesi ve Montreal Üniversitesi'nden araştırmacılara yönelik "İyi Yemek Ye (Sağlıklı Beslen) Kampanyasını (EWC)" uygulamıştır. Kampanyanın sonuna doğru EWC'nin bağımsız bir değerlendirmesi yapılmıştır. Yemek planlaması, Waterloo Halk Sağlığı Bölgesi tarafından tanımlanan gıda becerilerinin önemli bir boyutudur ve yemek pişirmenin önündeki zamanla ilgili engellerin üstesinden gelmenin bir yolu olarak görülmektedir. İyi Yemek Ye Kampanyası'nın ana odak noktası, yemek planlaması olmakla birlikte diğer beslenme mesajları da eş zamanlı olarak iletilmiştir. Kampanya, sağlıklı beslenme için yemekleri planlamanın önemi ve nasıl planlama yapılması gerektiği konusunda farkındalığı artırmaya odaklanmıştır. Kanada Sağlık Bakanlığı, "İyi Yemek Ye Kampanyasını" beş kampanya ögesi yoluyla (Bay Zucchini karakteri, Kadın Sözcüler, ünlü aileler, dergiler ve çevrimiçi başyazarlar) duyurmak için öncelikle kitle iletişim araçlarını kullanmıştır. Kampanyanın erişimini ve etkinliğini artırmak için İyi Yemek Ye Kampanyası (EWC), medya, perakende gıda endüstrisi ve halk sağlığı sektöründeki sektörler arası ortakların yardımıyla Kanada genelinde İngilizce ve Fransızca olarak yayımlanmıştır. Kitle iletişim kampanyaları, gıda okuryazarlığına dair belli mesajları halka ileterek farkındalık oluşturmak için uygun bir yöntem olabilir. Bu kampanyalar münferid girişimler olmamalıdır. Kampanyaların gıda okuryazarlığını geliştirmek için etkili bir strateji olarak kullanılabilmesi için, uzun bir süre boyunca sürdürülmesi, araştırmalara dayanan mesajlar içermesi ve sağlıklı beslenme uygulamalarını mümkün kılan ve destekleyen çok bileşenli bir stratejinin bir parçası olarak hayata geçirilmeleri gerekmektedir.

## 216 sayılı Öğrenciler için Gıda Okuryazarlığı Yasa Tasarısı, 2020, Kanada

18 Mayıs 2021

216 sayılı Öğrenciler için Gıda Okuryazarlığı Yasa Tasarısı (2020), Ontario Yasama Meclisindeki ikinci okumasını geçmiştir. Yasa tasarısı, nihai oylamadan önce Yasama Meclisi Daimi Komitesi tarafından incelenmeyi beklemektedir. Yasa teklifinin yasallaşması halinde, Ontario, Eğitim Yasasını tüm öğrenciler için gıda eğitimi içerecek şekilde değiştirecektir. Bahçelerde ve mutfaklarda öğrenilen deneysel veya uygulamalı beceriler dâhil olmak üzere gıda okuryazarlığı, kişiye güven veren ve insan sağlığı açısından faydalı olan sağlıklı gıda seçimleri yapmak için kritik öneme sahiptir. 1. sınıftan başlayarak her sınıfta deneysel gıda okuryazarlığı ve becerileri eğitimi, öğrencilerin yaşam boyu sağlık için kritik olan daha sağlıklı gıda seçimlerini nasıl yapacaklarını öğrenmelerini sağlayacaktır.

Okul yönetim kurullarının, gıda okuryazarlığı eğitimi vermesini zorunlu kılmanın, Ontario eyaletinde yaşayan öğrencilere, sağlık açısından olumlu sonuçları destekleyecek ve sağlık harcamalarını düşürmeye yardımcı olacak sağlıklı gıdaları yetiştirmek, hazırlamak ve seçmek için temel yaşam becerileri, bilgi ve öz güven kazandıracakı düşünülmüştür.



Kaynak: ©The Canadian Press/Mark Blinch



Kaynak: ©OHEA

Eğitim Yasası ile müfredat yönergeleri, 1. sınıftan 12. sınıfa kadar her sınıf için gıda okuryazarlığı eğitimi ve sağlıklı beslenme konusunda çalışma derslerinin geliştirilmesini sağlayacak şekilde değiştirilmiştir. Çalışma kurslarının, öğrencilere gıdaları yetiştirme fırsatları vermesi, yemek hazırlama ve yerel yiyecekler hakkında bilgi edinmeyi sağlaması düşünülmüştür. Ontario eyaletinde ortaokul diploması, ortaokul mezuniyet diploması ve ortaokul onur mezuniyet diploması alınabilmesi için eğitimlerin tamamlanması şartı getirilmiştir.

## Eğitim Yasasını gıda okuryazarlığı açısından tadil eden yasa tasarısı:

### 216 sayılı Öğrenciler için Gıda Okuryazarlığı Yasa Tasarısı

#### Önsöz

Bahçelerde ve mutfaklarda öğrenilen deneysel veya uygulamalı beceriler dahil olmak üzere gıda okuryazarlığı, insan sağlığı açısından faydalı olan sağlıklı gıda seçimleri yapmak için kritik öneme sahiptir. 1. sınıftan başlayarak her sınıfta deneysel gıda okuryazarlığı ve becerileri eğitimi, öğrencilerin yaşam boyu sağlık için kritik olan daha sağlıklı gıda seçimlerini nasıl yapacaklarını öğrenmelerini sağlayacaktır.

Okul yönetim kurulları, gıda okuryazarlığı eğitimi vermesini zorunlu kılmanın, Ontario eyaletinde yaşayan öğrencilere, sağlık açısından olumlu sonuçları destekleyecek ve sağlık harcamalarını düşürmeye yardımcı olacak sağlıklı gıdaları yetiştirmek, hazırlamak ve seçmek için temel yaşam becerileri, bilgi ve öz güven kazandıracakı düşünülmüştür.

Bu nedenle, Majesteleri, Ontario Eyaleti Yasama Meclisi'nin tavsiyesi ve onayı ile aşağıdaki şekilde karar verir:

1 Eğitim Yasası'nın XIII.1 Bölümü aşağıdaki bölüm eklenerek değiştirilmiştir:

#### Müfredat

322 (1) 8 (1) alt bölümünün 3. paragrafı uyarınca Bakan tarafından yayımlanan müfredat yönergelerine göre, 1. sınıftan 12. sınıfa kadar her sınıf için deneysel gıda okuryazarlığı eğitimi ve sağlıklı beslenme konularında dersler oluşturulması gerekmektedir.

(2) (1) numaralı alt bölümde belirtilen çalışma kursları, öğrencilere sebze-meyve yetiştirme, yiyecek hazırlama ve yerel yiyecekler hakkında bilgi edinme fırsatı verilmesini sağlayacaktır.

(3) Her kurul, atıfta bulunulan derslerde öğretmenlere ve diğer personele gıda okuryazarlığı eğitimi ve gıda okuryazarlığı eğitiminin değerlendirilmesi konusunda eğitim ve destek sağlar.

## Ortaokul diploması için gerekenler

(4) Ontario eyaletinde ortaokul diploması, ortaokul mezuniyet diploması veya ortaokul onur mezuniyet diploması alma şartları, öğrencinin alt bölümde (1) belirtilen eğitim kurslarını tamamlaması şartını içerecektir.

## Başlangıç

2 Bu Yasa, Kraliyet Onayı geldiği gün yürürlüğe girer.

## Kısa ad

3 Bu Yasanın kısa adı, 2020 Öğrenciler için Gıda Okuryazarlığı Yasası'dır.

## Yemek Pişirin Programı!

Ontario, Kanada'da risk altındaki gençler için toplum temelli bir yemek hazırlama programıdır. Programın amacı, yemek pişirme becerilerinin yanı sıra yiyecek satın alma ve hazırlama becerilerini, tarım uygulamaları bilgisini ve sağlıklı beslenme bilincini artırmaktır. Şefler, yerel çiftçiler, eğitim uzmanları ve bir sosyal hizmet temsilcisi gibi topluluk paydaşlarından oluşan bir yönlendirme komitesi oluşturulmuştur. Ancak bu komitede bir gençlik sözcüsü yer almamıştır. Program, medya kaynakları (televizyon, gazeteler, sosyal medya) ve yerel ajanslarla bağlantılar aracılığıyla topluma tanıtılmıştır. Katılımcıların programa başvurmaları ve mülakata katılmaları istenmiştir. Ortalama yaşları 14,6 olan beş kız ve üç erkek, iki ayda bir yemek pişirme seanslarının yanı sıra yerel çiftliklere ve çiftçi pazarlarına saha gezilerini içeren 18 aylık programa katılmışlardır. Katılımcıların pişirme öncesi/sonrası becerileri anketle değerlendirilmiştir. Katılımcılar ayrıca, pişirme becerilerinin geliştirilmesine yönelik engeller ve faydalar konusundaki algılarına odaklanan son bir projeyi de tamamlamışlardır. Uygulanan programın sağlıklı davranışları etkileyip etkilemediğini bilmenin bir yolu olmasa da program; planlama ve yönetme, yiyecekleri seçme, servis etme ve yiyecekleri yeme dâhil olmak üzere gıda okuryazarlığının birden fazla bileşenine odaklanmıştır.

## Nordik Ülkelerde Gıda Okuryazarlığı Uygulamaları

İskandinav ülkeleri Danimarka, İsveç, Finlandiya ve Norveç'in gıda ve sağlık konusunda Kanada'dakilere benzer dersler uyguladıkları belirtilmektedir. Sürdürülebilirlik, gıda ve beslenme ile ilgili yemek pişirme pratiği ve teori-sinden oluşan bağımsız zorunlu dersler bulunmaktadır. Norveç'te yükseköğretimde yüz yıllık bir geleneğin olduğu ve 2006 yılında Eğitim ve Araştırma Bakanlığı tarafından uygulamaya konulan Bilgi Geliştirme Reformu ile müfredatın yenilendiği, "gıda ve sağlık" olarak yeniden isimlendirildiği belirtilmiştir. Bu dersler üç ana konu alanından oluşmaktadır: beslenme ve sağlık arasındaki bağlantılar, gıda ve yaşam tarzı, gıda ve tüketim, örneğin, gıda üretimi

ve çevresel konular ile Norveç ve yabancı yemek kültürlerini kapsayan yemek ve kültür gibi. Genel olarak, bu eğitimlerin amacı, öğrencilerin yiyecek ve öğünleri kendilerinin değerlendirerek seçme becerisi kazanmalarına ve öğrencilerin sağlığı neyin desteklediğinin farkına varmalarına yardımcı olmaktır.

2020'de tüm Norveç okul müfredatının yenilendiği belirtilmiş, Eğitim ve Öğretim Müdürlüğü'nce 2019' da sağlık ve yaşam becerileri konusu, tüm okul derslerine dâhil edilecek üç disiplinlerarası konudan birisi olarak planlanmıştır. Böylece sağlık eğitiminin ulusal gündeme yerleştirilmesi düşünülmüştür. Eğitim ve Araştırma Bakanlığı derinlemesine öğrenmeyi kolaylaştırmak için tüm okul konularının daha net önceliklere sahip olması gerektiğini belirtmiştir, eğitim programında öğrencilerin teori ve uygulama arasındaki bağlantıları görebilmeleri için gıda seçimi, diyet ve sağlıkla ilgili teorik konular sınıflardaki günlük pratik çalışmalarla ilişkilendirilmektedir. Yeni müfredat 1 Ağustos 2020 tarihinden itibaren geçerli olmuştur. Yeni müfredatta diyet ve sağlık arasındaki bağlantıların anlaşılması kilit bir konu olarak tanımlanmaktadır.

Norveç müfredatında, öğrenciler ile diyet ve sağlık, yani beslenme eğitimi arasındaki bağlantılar hakkında eğitmenin önemi vurgulanmıştır. Öğrencilerin öğrenmeleri için aktif olmaları ve sınıf içi etkinliklere katılmaları gerekmektedir. Aktif öğrenme, sadece pasif bir dinleyici ve not alan olma fikrini aşan, öğrencilerin öğrenme etkinliklerine katılmalarını sağlayan öğretim etkinlikleri olarak tanımlanmaktadır. Çekirdek müfredat, öğretmenlerin, öğrenciler arasında iletişim ve iş birliği, sosyal öğrenme ve gelişmede önemli olduğu vurgulanan becerileri içermektedir. Norveç'te bu müfredat ile ilgili sınırlı araştırma olmasına rağmen, yakın zamanda yayımlanan literatür, bugün öğretimin esas olarak yemek pişirmeyi ve dolayısıyla yemek pişirme ve hijyen ile ilgili pratik becerileri öğrenmeyi içerdiğini göstermektedir. Çocuk ve ergenlerin müfredatta belirttiği gibi sağlıklı seçimler yapabilmeleri, yemek ve öğünler hakkında düşünebilmeleri için ev ekonomisi ve gıda okuryazarlığı uygulanmaktadır. Bireylerin, hanelerin, toplulukların veya ulusların beslenme kalitesini koruma ve zaman içinde beslenmelerini güçlendirme konusunda bir çerçevedir. Bu çalışma, "LifeLab Gıda ve Sağlık – Geleceğin Okulu için Yenilikçi Öğretim" adlı daha geniş bir projenin parçasıdır. LifeLab, öğrencilerin beslenme ve sağlık arasındaki ilişkiye dair bilgi ve becerilerini artırmak için beslenme eğitimine odaklanarak aktif öğrenme becerilerini geliştirmeyi ve değerlendirmeyi amaçlamaktadır.

## Sağlık için Öğren (Learn4Health), Danimarka, AB

Sağlık için Öğren; 2 yıllık bir proje dönemi boyunca, Avrupa'daki gençler arasında sağlık, gıda ve beslenme okuryazarlığı yaratmayı amaçlayan yenilikçi bir profesyonel gelişim programıdır. Program, bazı durumlarda/etkinlik-

lerde bahçeler, ekipmanlar, tadım seansları, yemek etkinlikleri ve yenilikçi tasarımlar içermektedir.

Sağlık için Öğren, probleme dayalı bir öğrenme yaklaşımı kullanılarak ilkököl ve ortaokul öğrencileri ve öğretmenleri için öğrenmeye odaklanmaktadır. Uygulanan pratik yöntemler, uygulamalı öğrenme/yaparak öğrenmeyi içeren deneysel bir yaklaşım ve bahçeden masaya yaklaşımı ve eğitim ile yerel işletmelere ve çiftliklere ulaşan bir açık okul yaklaşımıdır. Probleme dayalı öğrenme, Aalborg Üniversitesi'nde yaygın olarak kullanılan, ulusal ve uluslararası düzeyde bilinen bir çalışma yöntemidir. Temel olarak probleme dayalı öğrenme, öğrenme sürecini, öğrencilerin aktif olarak cevapları bulmaya çalışacakları şekilde organize eden bir yöntemdir. Aalborg Üniversitesi'nden Erik de Graaff ve Profesör Anette Kolmos'a (2007) göre, probleme dayalı öğrenme, öğrenme için bir bağlam sağlayan açık uçlu ve kötü yapılandırılmış problemlerle tanımlanmaktadır. Bireylerin bu tür karmaşık görevleri kendi başlarına çözmeleri beklenemeyeceğinden, disiplinler arası grup çalışmaları söz konusudur.

“Sağlık için Öğren” programı bu yöntemi esas almaktadır. Temel ve disiplinler arası beceriler, dijital beceriler, mühendislik ve girişimcilik becerileri ile dil becerileri niteliklerinin tümü gıda, yemek yeme, sağlık ve beslenmeyi temel öğrenme fırsatı olarak kullanarak geliştirmeyi amaçlar. Daha önce bahsedilen probleme dayalı öğrenme gibi yenilikçi pedagojik yaklaşımları kullanır, aynı zamanda tüm okul yaklaşımı, öğrenci merkezli destekleyici öğrenme, açık okul, nesiller arası öğrenme ve birlikte oluşturma ve bilgi yaratmaya yönelik kanıt ve araştırmaya dayalı bir yaklaşıma dayanır.

### **Okullarda Yemek Okuryazarlığı, Okul Mutfağı, Norveç**

Okullar, sağlığı geliştirme uygulamalarını teşvik etmek için önemli bir alandır (WHO, 2015, 2018). Ayrıca, Norveçli öğrencilerin yüzde 96'sı devlet okullarına devam ettiği belirtilmiştir (Statistics Norway, 2020). Bu nedenle okullarda sağlığı geliştirici eğitim, cinsiyet, coğrafi konum, sosyoekonomik durum ve kültürel geçmişe bakılmaksızın hemen hemen tüm çocuklara ve ergenlere ulaşma potansiyeline sahiptir. Norveç'teki devlet okullarında, Gıda ve Sağlık (GS)1, ilköğretim (6-12 yaş) ve ortaöğretim (13-15 yaş) arasında 197 saatlik zorunlu bir derstir (Eğitim ve Araştırma Bakanlığı, 2019). GS genellikle altıncı (11 yaş) ve dokuzuncu (14 yaş) sınıflarda öğretilir ve müfredat, öğrencilerin bundan sonra yeterlilik hedefleri aracılığıyla hangi yeterlilikleri elde edebilmeleri gerektiğini belirtir. Çalışma, öğrencilerin diyet ve sağlık arasındaki bağlantıya ilişkin anlayışlarının geliştirilmesi açısından son derece önemlidir (Eğitim ve Öğretim Müdürlüğü, 2019). Gıda ve Sağlık müfredatı, konunun halk sağlığının, yemekten zevk almanın ve çeşitli yiyeceklere olan ilginin ve iyi beslenme alışkanlıklarının geliştirilmesine nasıl katkıda bulunacağını açıklar (Eğitim ve Öğretim Müdürlüğü, 2019: 2). Dolayısıyla, halk sağlığı açısından önemi açıktır. Gıda ve Sağlık eğitimi, 100 yılı aşkın bir süredir verilmektedir

ve başlangıçta okul mutfağı olarak adlandırılmıştır. Program ilk yıllarda, öğrencilere yemek, temizlik ve diğer ev işlerinin nasıl yapılacağıın öğretilmesini amaçlamıştır. Bununla birlikte, biçimsel olarak, konu zengin bir toplumda yaşamanın sonuçlarını da kapsamak üzere zamanla değişmiştir. Müfredat, beslenme, sürdürülebilirlik, gıda etiketlemesi ve eleştirel düşünme ile ilgili daha geniş yetkinlikleri vurgulamasına rağmen (Eğitim ve Öğretim Müdürlüğü, 2019) bugün gıda ve sağlık dersi, yemek pişirmeye güçlü bir şekilde odaklanmak suretiyle öğretmen merkezli olarak devam etmektedir.

### **Gıda Eğitimi Yasası, Japonya**

2014 yılında, Japon Hükümeti “Shoku-iku” programı için 200 milyon yenden fazla kaynak harcamıştır. Shoku-iku, “yemek yeme eğitimi” anlamına gelmektedir. Terim, Dr. Yukio Hattori tarafından daha önce kullanılmaya başlanmış ve bilinçli beslenme için bir plan olarak adlandırılmıştır. Hattori, konuya dair şu açıklamalarda bulunmaktadır: “Birçok genç iyi yemek yemiyor, diyetleri kötü. Bu yüzden bunu düzeltmemiz gerekiyordu. İşte bu yüzden bu hareketi başlattık.”

“Shoku-iku”, anaokulundan başlayarak her Japon devlet okulunda öğretilir. Öğrenciler şunları öğrenir:

- Kahvaltıyı asla atlamayın.
- Marketlerden yiyecek almaktan kaçının.
- Hazır yiyecekler yerine geleneksel bir Japon yemeği seçin.

Hattori, “İnsanların yemek yiyerek sağlıklı olmalarını sağlamamız gerekiyor çünkü şu anda sağlık harcamalarımız yılda 40 trilyon yen. Her yıl da bir trilyon yen artıyor” ifadelerini kullanmıştır. Hattori, 2004 yılında Japon Hükümetinin “Shoku-iku'nun Temel Yasasını” geliştirmesine ve uygulamasına yardımcı olmuştur. Yasanın yürürlüğe girmesinden bu yana, Japonya'da devlet okullarındaki diyet ve beslenme öğretmeni sayısı 34'ten 4.000'in üzerine çıkmıştır.

Shokuiku Temel Yasası, “Shokuiku”yu, insanların sağlıklı bir diyet uygulama becerisini geliştirmek için gıda ve beslenme hakkında bilgi edinmenin yanı sıra gıda ile ilgili çeşitli deneyimler yoluyla uygun gıda seçimleri yapma yeteneği olarak tanımlamaktadır. Hiçbir insan yemeksiz yaşayamaz, bu nedenle ilgili Yasa sadece çocukları değil, her yaşta Japon vatandaşı hedeflemiştir. Temel kavram aşağıdaki bileşenlerden oluşur: (1) Shokuiku'nun amacı, insan yaşamını zenginleştirmenin yanı sıra insanların beden ve zihin sağlığını geliştirmek olmalıdır; (2) Doğal çevrenin ve gıda üreten, taşıyan ve hazırlayan insanların çeşitli rolleri dâhil olmak üzere, insanlar, beslenme konusunda daha fazla anlayış geliştirmeye teşvik etmeye özen gösterilmelidir; (3) Shokuiku'nun tanıtımı için ülke çapında gönüllü hareketler başlatılmıştır; (4) Özellikle ebeveynler, eğitimciler ve kreşler, çocuklar arasında Shokuiku'yu aktif olarak tanı-

malıdır; (5) Beslenmeyle ilgili çeşitli deneyimler sunmak ve etkinlikler gerçekleştirmek için evde, okulda ve toplumda veya her yerde mevcut tüm fırsatlardan yararlanılarak beslenme sorunları konusundaki anlayış güçlendirilmelidir; (6) Kırsal tarım ve balıkçılık bölgelerini canlandırmak ve gıdayı artırmak için geleneksel Japon yemek kültürünün yanı sıra gıda arz/talep durumlarının farkındalığı teşvik edilmeli ve gıda üreticileri ile tüketiciler arasında etkileşim fırsatları yaratılmalıdır. (7) İnsanların uygun diyetleri uygulamalarına yardımcı olmak için gıda güvenliği hakkında uygun bilgiler sunulmalıdır. Shokuiku'nun bileşenleri çok geniş olduğu için tek bir programın tüm bileşenleri kapsamamasının mümkün olmadığı belirtilmektedir. Bu nedenle, ilgili taraflar arasında iş birliğinin, Shokuiku'nun tanıtımı için olmazsa olmaz niteliği olarak belirtilmektedir.

2015 yılında kapsamlı bir revizyon sürecinden geçmiştir. Bakanlık tarafından finanse edilen mevcut versiyonu, iki buçuk yıllık bir süre için anlaşma yapılmıştır. Batı Avustralya Sağlık Bakanlığı, toplum örgütleri ve diğer katılımcılar dâhil olmak üzere Bakanlık üyelerinden oluşan bir referans grubu, değerlendirme verilerini gözden geçirmekte ve yılda iki kez program sunumu için yönergeler hakkında tavsiyelerde bulunmaktadır. FSA dört oturumluk bir programdır ve her oturumun süresi iki buçuk saattir. Her program için on saatlik süre kullanılmıştır. Programın müfredatı, dört temel modüle ve dört isteğe bağlı modüle bölünmüş sekiz ders planından oluşmaktadır. Tüm müfredat içeriği, gıda okuryazarlığının dört alanına (Planlama ve Yönetim, Seçim, Hazırlama ve Pişirme ve Yeme) ve deneysel olarak test edilmiş Avustralya Gıda Okuryazarlığı Modelinde ana hatlarıyla belirtilen

### Avustralya Yetişkinlerde Gıda Okuryazarlığı Programı (Eğitim Müfredatı)



### Avustralya Gıda Okuryazarlığı Haftası Programı

Toplum temelli yemek pişirme programları, daha sağlıklı bir diyetle sahip olmak için bilgi, beceri ve en iyi uygulamaların oluşturulacağı, kıyaslanacağı motive edici ve sosyal olarak bağlantılı bir ortam sağlayabilen bir bilgi çözümleri ve değişim platformu oluşturur.

"Jamie'nin Gıda Bakanlığı (JMOF) Avustralya" programı 2016 yılında Batı Avustralya'da (WA) başlayan ve diğer bölgelerde de ayrıntılı olarak duyurulan toplum temelli bir programdır. Özetle, JMOF programı, temel yemek pişirme ve bütçeleme becerilerini, verimli gıda alışveriş stratejilerini ve düşük maliyetle sağlıklı yemekler hazırlama becerilerini öğretmektedir. JMOF programının amacı, insanların basit, taze, sağlıklı yiyecekleri hızlı ve düşük maliyetle hazırlamalarına yardımcı olmaktır.

### Avustralya Yetişkin Gıda Okuryazarlığı Programı (FSA)

FSA ilk olarak 2011'de uygulanmakla birlikte Batı Avustralya Sağlık Bakanlığı tarafından oluşturulan "Avustralya Gıda Okuryazarlığı Modeli ve Gıda Okuryazarlığı Programları için En İyi Uygulama Kriterleri" ile uyum sağlamak için

11 gıda okuryazarlığı bileşeni ile eşleştirilmiştir. İlk üç oturumda öğretilen dört temel modül, gıda okuryazarlığının 11 bileşeninin tümünü kapsamak üzere geliştirilmiştir. Bu oturumlarda katılımcılar, daha sağlıklı yiyecekleri ve bütçeleme ipuçlarını seçmek için gıda etiketlerinin beslenme bilgisi bölümünü ve Avustralya Sağlıklı Beslenme Rehberini kullanmayı öğrenerek öğünleri planlarlar, sağlıklı beslenmeyi gösteren çeşitli yemek tarifleri hazırlayıp pişirip ve yerler. Ayrıca bütçe dostu yemekler ve atıştırma hazırlarlar. Dördüncü oturumda, gıda okuryazarlığı bileşenlerini güçlendirmek ve çeşitli farklı katılımcı alt gruplarının ihtiyaçlarını karşılamak için isteğe bağlı modüller sunulmaktadır. Gruplar, programın bir parçası olarak sunulan dört isteğe bağlı modülden birini seçebilir. Seçmeli modüller şunlardır: Sağlıklı beslenme çantaları ve atıştırma, sağlıklı zihin, sağlıklı beden, süpermarket turu ve sağlık için bahçecilik. Bu seçmeli modüller, programın kapsadığı dört gıda okuryazarlığı alanıyla doğrudan ilgilidir. Her oturumun ikinci yarısında sunulan uygulamalı yemek pişirme, program süresinin yarısından fazla olup katılımcıların güvenli bir ortamda temel pişirme becerilerini öğrenmelerine ve uygulamalarına ve sağlıklı tarifler hazırlarken yeni yiyecekleri tatmalarına olanak tanır. Foodbank Batı Avustralya, özellikle okuryazar-

lıği düşük gruplar için bir dizi görsel yemek kitabı hazırlamıştır ve her katılımcı, evde sağlıklı yemek pişirmeyi teşvik etmek amacıyla eve götürmek üzere en az bir tarif kitabı alır. Oturumlar, pişirilecek tarifler dikkate alınarak her grubun yeteneklerine göre uyarlanır ve kolaylaştırıcılar ilgili, bilgilendirici ve pratik bilgiler sunmaya çalışırlar.

### **Yeni Etiket Beslenme Bilgisi için Sosyal Medya Araçları ABD Gıda ve İlaç Dairesi**

ABD Gıda ve İlaç Dairesi tarafından farklı gruplara yönelik etiket ile mektuplar hazırlanmıştır. Etiketler ve mektuplar, tüketicilere ve sağlık çalışanlarına konuyla ilgili bilgi vermek ve farkındalık sağlamak için hazırlanmıştır. Bu çalışmalar aşağıda yer almaktadır:

#### **Tüketicilere Yönelik Mektuplar**

ABD Gıda ve İlaç İdaresi'nin güncellenmiş Besin Değerleri etiketi ile bilinçli gıda seçimleri yapın! Güncellenen etiket, yaşam boyu sağlıklı beslenme alışkanlıklarına katkıda bulunan yiyecek seçimleri yapmanıza yardımcı olabilir. Güncellenmiş porsiyon miktarları, daha büyük, daha cesur kaloriler ve güncellenmiş günlük değerler ve besin listeleri yapılan değişiklikler arasında yer almaktadır. Değişikliklere [www.fda.gov/NewNutritionFactsLabel](http://www.fda.gov/NewNutritionFactsLabel) adresinden ulaşılabilir.

#### **Sağlık Çalışanlarına Yönelik Mektup**

Doktorlar, Diyetisyenler ve diğer Sağlık Uzmanları: ABD Gıda ve İlaç İdaresi, Besin Değerleri Etiketini güncelledi. Yeni etiket, sizlerin ve hizmet sunduğunuz insanların yaşam boyu sağlıklı beslenme alışkanlıklarına katkıda bulunan bilinçli gıda seçimleri yapmasını kolaylaştırıyor. Değişikliklerden bazıları, güncellenmiş porsiyon miktarı bilgilerini, günlük değerleri ve besin listelerini ve daha büyük, daha kalın yazı tipinde görünen kalori ve porsiyon miktarı bilgilerini içermektedir. Danışmanlarınızın daha sağlıklı beslenme alışkanlıkları edinmelerine yardımcı olmak için etikette yapılan tüm değişikliklere [www.fda.gov/NewNutritionFactsLabel](http://www.fda.gov/NewNutritionFactsLabel) adresinden ulaşabilirsiniz.

#### **Karayıplerde Besinlerde Uyarıcı Ön Yüz Etiketlemenin Teşviki**

Aşırı şeker, yağ ve sodyum tüketimi, nüfusu en çok etkileyen bulaşıcı olmayan hastalıklarla ilişkili bir halk sağlığı sorunudur.

Yüksek tansiyon, yüksek açlık kan şekeri seviyeleri ve aşırı

kilo/obezite, Amerika Kıtasında ölüm için ilk üç risk faktörüdür. Sağlıksız beslenme, büyük ölçüde aşırı şeker, toplam yağ, doymuş yağ, trans yağ ve sodyum alımından kaynaklanan ve halk sağlığı sorununun “kritik besin maddeleri” olarak adlandırılan Amerika'daki bu ilk üç risk faktörüyle yakından bağlantılıdır.

Bu besinlerin aşırı alımı büyük ölçüde şeker, yağ ve sodyum bakımından aşırı işlenmiş gıdaların yaygın olarak bulunabilirliği, satın alınabilirliği ve reklamından kaynaklanmaktadır.

Çözümün önemli bir parçası, aşırı miktarda kritik besin içeren ürünlere olan talebi azaltmak için yasa ve yönetmeliklere başvurmaktır. Bu tür ürünlerin aşırı tüketiminden korunmak için düzenlemeye yönelik temel politika araçlarından biri, tüketicilere hangi ürünlerin aşırı miktarda şeker, tuz, toplam yağ, doymuş yağ, trans yağ ve yağ içerdiğini belirtmek için



ambalaj önü etiketlemesinin (FOPL) kullanılmasıdır.

Kaynak: <https://www.paho.org/en/topics/front-package-labeling>

Dünya Sağlık Örgütü Amerika Bölümü (PAHO) besin profili modeli, sağlığı etkileyebilecek aşırı besin ögesi içeriği için ambalajların ön tarafında uyarılar içermesi gereken ürünlerin tanımlanmasına olanak tanımıştır.

Ambalaj önü uyarı etiketlemesi, halkın sağlığına zarar verebilecek ürünler hakkında bilgilendirmek ve satın alma kararlarını yönlendirmeye yardımcı olmak için basit, pratik ve etkili bir araçtır.

Ambalaj önü uyarı etiketlemesi, obezitenin ortamları düzenlemeye yönelik kapsamlı bir stratejinin temel politika araçlarından biridir. Bilimsel kanıtlar, bir ürünün “YÜKSEK” veya daha kritik besinlerde olup olmadığını gösteren sekizgen şeklindeki ambalaj önü beslenme uyarılarının, tüketicilerin sağlıksız beslenme profillerine sahip ürünleri doğru, hızlı ve kolay bir şekilde tanımlamasına olanak tanıyan en iyi performans gösteren sistem olduğunu göstermektedir.

Bu yaklaşımın bir parçası olarak, PAHO besin profili modeli, sağlığı etkileyebilecek aşırı kritik besin içeriği için ambalajların ön tarafında uyarılar içermesi gereken ürünlerin tanımlanmasına olanak tanımaktadır.

## Ek 2 - Gıda Okuryazarlığında Kapasitenin Geliştirilmesi TCP/TUR/3805/C5 (685082) İletişim Planı

### Giriş

Gıda okuryazarlığının, tüketicilerin düşünce ve davranışlarının şekillendirilmesi üzerindeki etkisi giderek artmaktadır. Bu nedenle tüketici bilinci, gıda okuryazarlığının temel bileşenleri arasında yer alır. Tüketicilerin daha iyi sonuçlar elde etmek üzere gıda sisteminde gezinmeleri ve gıda seçimlerinde bilinçli kararlar vermeleri için, verimli iletişim çerçeveleri vasıtasıyla gıda okuryazarlığının geliştirilmesi son derece önemlidir. Gıda ve beslenme konusunda bilinçli kararlar alınması, beslenme bozukluklarını azaltarak toplum sağlığının iyileşmesini sağlayacaktır.

Gıda okuryazarlığının geliştirilmesi için, farklı yaş gruplarının, cinsiyetlerin ve sosyoekonomik grupların ihtiyaçları doğrultusunda çok bileşenli müdahalelerde bulunulması gerekmektedir. Bu anlamda, gıdalar konusunda kolay anlaşılır ve yeterli düzeyde bilgi, beceri ve yetkinliğin sağlanması büyük öneme sahiptir. Ayrıca, etiket okuma becerilerinin geliştirilmesi ve yanıltıcı bilgilerin yayılmasının önlenmesi de bir o kadar önemlidir.

Bu bilgiler ışığında, "Gıda Okuryazarlığı Konusunda Kapasite Geliştirme / TCP/TUR/3805/C5" başlıklı proje ile, Türkiye'de gıda okuryazarlığının mevcut durumunun anlaşılması, eksiklikler ve fırsatların, öncelik alanları ve hedef grupların belirlenmesi ve uluslararası iyi uygulama örnekleri doğrultusunda iyileştirme için bir strateji ve vizyon geliştirilmesi hedeflenmektedir. Bu doğrultuda iletişim planı, stratejinin uygulanmasını destekleyecektir.

### Gerekeçe

İletişim faaliyetleri, stratejinin uygulanmasında bütüncül bir rol oynar. Stratejinin iletişim planı, kazanımların hedef gruplara aktarılmasına yardımcı olarak beklenen çıktılara ulaşılmasına büyük ölçüde katkıda bulunmayı amaçlamaktadır. İletişim faaliyetleri, farklı faaliyetler aracılığıyla üretilen bilgilerin yaygınlaştırılmasına ve çeşitli paydaşlarla deneyim paylaşımında bulunulmasına katkı sağlar. Bu faaliyetler aynı zamanda uzun vadeli etkiye de odaklanmalıdır. Ek olarak, bu faaliyetlerde, yakın ve zamanında takibin sağlanması için insan kaynakları da dâhil olmak üzere yeterli kaynak tahsisinin yanı sıra kapsamlı bir planlamaya da ihtiyaç duyulmaktadır.

İletişim planı, iletişim ve görünürlük hedefleri, ana mesajlar, hedef gruplar, iletişim araçları ve üretilecek materyalleri içermektedir.

### İletişim planı:

- Gıda okuryazarlığı ve ilgili beceriler konusunda farkındalık oluşturmayı amaçlar.
- "Türkiye'nin Gıda Okuryazarlığı Stratejisi ve Eylem Planı"nın etkin bir şekilde uygulanmasına katkıda bulunur.
- Türkiye Cumhuriyeti Hükümeti'nin "Beslenme ve Gıda Güvencesi ve Gıda Güvenliği" gibi ilgili önceliklerine katkıda bulunur.
- Gıda okuryazarlığının desteklenmesi ve geliştirilmesine yönelik çabaları destekler.
- Gıda ile ilgili yanıltıcı bilgilerin yayılmasını engeller. Bu amaçla söz konusu plan, gıda güvenliği ve beslenme konusunda doğru ve güncel bilgileri yaygınlaştıracaktır.
- Gıda ürünleri üzerindeki "tavsiye edilen tüketim tarihi" ve "son tüketim tarihi" gibi temel kavramsal farklılıkların açıklığa kavuşturulmasını sağlar.
- İlgili kaynakları ve bilgi ürünlerini hedef grupların ve medyanın dikkatine sunar.
- Gıdaların etiketlenmesine ilişkin düzenlemelerin etkin bir şekilde uygulanmasını destekler.
- Gıda okuryazarlığının iyileştirilmesine yönelik çok sektörlü iş birliğinin görünürlüğünü teşvik eder.
- Tüketici (insan) merkezli gıda ve beslenme bilgilerinin geliştirilmesinin önemini vurgular.

### Hedef

Stratejinin uygulanması, gıda sisteminde yer alan farklı aktörlerin bilgi ve becerileri dâhil olmak üzere kapasite geliştirilmesini sağlayacak ve gıda okuryazarlığı konusunda farkındalığı artıracaktır. Buradan hareketle, bu iletişim planının genel amacı, Türkiye'deki ilgili grupların gıda okuryazarlığını artırmaktır.

Bu doğrultuda, FAO, Tarım ve Orman Bakanlığı (TOB) ve katkıda bulunan diğer bakanlıklar, kurum ve kuruluşlar ve akademik çevrenin sahip olduğu sağlam iletişim ağlarından yararlanılacaktır.

İletişim planının özel amaçları aşağıda sunulmaktadır:

- Türkiye'deki hedef gruplar, Gıda Okuryazarlığı Stratejisi ve Eylem Planı kapsamında yürütülecek faaliyetler ve elde edilecek kazanımlar hakkında bilgi sahibi olacaktır.
- İlgili medya, strateji kapsamındaki mesajları ve stratejinin uygulanması hakkında yazılar yayımlayacaktır.



İletişim planı temelde, tüketicilerin gıda seçimi yaparken gıda güvenliği, beslenme ve sürdürülebilirlik gibi konularda

daha bilgili hale gelmeleri için gıda okuryazarlığının iyileştirilmesinin son derece önemli olduğu mesajını vermektedir.

Muhtemel hedef gruplar	İletişim kanalları
<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Hassas gruplar</li><li><input type="checkbox"/> Tüketici grupları:</li><li><input type="checkbox"/> Çocuklar (7-10 yaş),</li><li><input type="checkbox"/> Gençler (11-18 yaş),</li><li><input type="checkbox"/> Yetişkinler (18 yaş ve üzeri),</li><li><input type="checkbox"/> Gıda üreticileri.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Görsel yayın araçları (yerel, ulusal düzeyde),</li><li><input type="checkbox"/> Yazılı yayın araçları (yerel, ulusal düzeyde),</li><li><input type="checkbox"/> Sosyal medya ve diğer tüm web tabanlı iletişim araçlarını içerecek şekilde dijital medya,</li><li><input type="checkbox"/> Kamuoyuna açık etkinlikler,</li><li><input type="checkbox"/> Basın bültenleri,</li><li><input type="checkbox"/> Bilgilendirme materyalleri,</li><li><input type="checkbox"/> Tanıtım materyalleri.</li></ul>

### Hedef Gruplar ve İletişim ve Görünürlük Kanalları

Stratejinin iletişim planı ile, Türkiye'deki çeşitli hedef grupların, gıda okuryazarlığı konusunda bilinçlendirilmesi ve ulusal gıda okuryazarlığı eylem planı kapsamında yürütülecek faaliyetler ve elde edilecek kazanımlar hakkında bilgilendirilmesi hedeflenmektedir.

Plan kapsamındaki hedef gruplar ve iletişim kanalları aşağıda sunulmaktadır:

#### İletişim kanallarına ilişkin notlar:

- İletişim planı, Tarım ve Orman Bakanlığı'nın (TOB) öncülüğünde uygulanacaktır. Bu kapsamda TOB, iletişim faaliyetlerinin uygulanmasına yönelik bir web sitesi oluşturacaktır. Proje kapsamında geliştirilen görünürlük materyalleri, Bakanlığın onayını müteakiben ilgili web sitesinde paylaşılacaktır.
- Sağlık Bakanlığı ve Millî Eğitim Bakanlığı gibi ilgili diğer bakanlıklar, kendi web siteleri aracılığıyla iletişim faaliyetlerine katkı sağlamaya davet edilecektir.
- FAO, iletişim planının uygulanmasında destekleyici bir role sahiptir. Bu kapsamda, FAO Türkiye web sayfası, Strateji ve Eylem Planı ile ilgili bilgilerin yaygınlaştırılması amacıyla kullanılabilir. Haberler, etkinlikler ve kaynaklar dâhil olmak üzere "Türkiye'nin Gıda Okuryazarlığı Stratejisi ve Eylem Planı"nın uygulanmasına ilişkin bilgiler <https://www.fao.org/turkiye/en/adresindecevrimiçiolarakyayımlanacaktır>.
- Paydaşlar, İngilizce ve Türkçe olmak üzere iki dilde mevcut olan bu web sayfasında bağlantı paylaşmaya teşvik edilecektir.
- Sosyal medya, projenin mesajlarının iletilmesinde etkili bir platformdur. Bu doğrultuda, projenin sosyal medya mesajları, gıda okuryazarlığına dair farkındalığı artıracak şekilde tasarlanacaktır. Uygulamada, ilgili ve popüler sosyal medya etiketleri araçsallaştırılacak ve ilgili paydaş hesapları etiketlenecektir.

Bütçenin uygunluğuna bağlı olarak, sosyal medya platformlarında kullanılmak üzere görsel mesajlar geliştirilebilir.

- Strateji ve Eylem Planı ile ilgili bilgilerin ve önemli mesajların paylaşılmasında TOB ve ilgili paydaşların sosyal medya hesapları kullanılacaktır. Ayrıca, hedef kitleyi, gıda okuryazarlığı ile ilgili "taaviye edilen tüketim tarihi" ve "son tüketim tarihi" gibi temel kavramlar hakkında bilgilendirmek için sosyal medya üzerinden anketler düzenlenebilir.
- İlgili broşür, el ilanı, afiş, bilgi notu gibi bilgilendirme materyalleri, İngilizce ve Türkçe dillerinde basılacak ve yalnızca proje etkinlikleri sırasında değil, aynı zamanda kamu kurum ve kuruluşları ve STK yetkilileri ile düzenlenen toplantılar gibi diğer etkinliklerde de hedef kitlelere dağıtılacaktır. Tüm bilgilendirme materyalleri, yukarıda belirtilen web sitelerinde PDF formatında sunulacaktır.
- Pankart, dijital arka plan, roll-up, afiş, bez çanta ve benzeri tanıtım materyalleri üretilebilir.

#### İletişim ve Görünürlük İlkeleri ve Kılavuzları

Gıda Okuryazarlığı Stratejisi ve Eylem Planı kapsamında yürütülen tüm iletişim ve görünürlük faaliyetleri, Tarım ve Orman Bakanlığı internet sitesinde yer alan Türkiye Cumhuriyeti Cumhurbaşkanlığı Kurumsal Kimlik Kılavuzu (2019) ile uyumlu olacaktır ([www.tarimorman.gov.tr/Sayfalar/Bakanlik.aspx?OgId=113&Liste=Bakanlik](http://www.tarimorman.gov.tr/Sayfalar/Bakanlik.aspx?OgId=113&Liste=Bakanlik)).

Tarım ve Orman Bakanlığı logosu, tüm proje bilgilendirme ve tanıtım materyallerine eklenecektir.

#### Ek I: İletişim Planı

Not: İletişim planı, Gıda Okuryazarlığı Stratejisi ve Eylem Planı'nın uygulanmasını desteklemeyi amaçlamaktadır. Bu amaçla materyallerin çoğu, 2023 yılı ve sonrasında Tarım ve Orman Bakanlığı ve diğer paydaşlar tarafından hazırlanarak dağıtılacaktır.

İletişim Ürünleri / Takvim	2022	2023			
	4.Ç.	1.Ç.	2.Ç.	3.Ç.	4.Ç.
İletişim Planı	X				
Gıda Okuryazarlığı Eylem Planı'nın yayımlanması ve yaygınlaştırılması	X	X			
Basın bülteni	X				
Okul çağındaki çocuklar için afiş tasarlanması	X				
Okul çağındaki çocuklar için tasarlanan afişin dağıtılması		X			
Sosyal medya için görsel tasarlanması	X				
Sosyal medya görselleri ve gönderilerinin paylaşılması	X	X		X	X
Sosyal medya anketi		X			
Taşıma çantası	X				
Bilgi formları (2)	X				
Serbest kürsü sayfası					X
Radyo ve TV'de görünürlük			X	X	

**Ek II: Mesajlar/Sloganlar**

Gıda okuryazarlığı çocuklar için önemlidir.

Besin zincirinin tüm aşamalarında kaliteli ve güvenilir gıda!

Gıda okuryazarı tüketiciler olalım!

Bilinçli seçin ve güvenle tüketin.

Proje kapsamındaki belge ve faaliyetlerde farklı sloganlar belirlenip kullanılabilir.







ISBN 978-92-5-137635-5



9 789251 376355

CC4294TR/1/03.23