



# Sabri Ülker Gıda Araştırmaları Enstitüsü Vakfı (GAV)



2011  
Yılı Faaliyet Raporu

## GAV Hakkında

Sabri Ülker Gıda Araştırmaları Enstitüsü Vakfı (GAV) Türk toplumunun gıda, beslenme ve sağlık konularındaki bilgilerine bilimsel katkılarda bulunarak toplum sağlığının gelişimine destek olmak amacıyla 2009 yılında kuruldu.

## Vizyonumuz

Toplumun gıda, beslenme ve sağlıklı yaşam bilincinin gelişimine katkı sağlayan bağımsız, bilimsel ve kar gyesi gütmeyen güvenilir, saygın bir kurum olmak.

## Misyonumuz

Ulusal ve uluslar arası düzeyde, bilimsel çalışmaları, mevzuatı ve uygulamaları takip etmek, toplumun sağlıklı beslenme ve gıdalar hakkında doğru ve güvenilir bilgiye ulaşması ve eğitim imkanı sağlamak amacıyla üniversiteler, kamu ve sivil toplum kuruluşları gibi ilgili kurum ve kuruluşlar ile işbirliği içerisinde her türlü çalışmayı yapmak ve desteklemek.

Vakfımızın ana gyesine ulaşmak için çizdiği yol haritasında belirlediği temel başlıklar;

- Dünyadaki ve ülkemizdeki güvenilir bilgi kaynaklarından temin edilen yararlı bilgileri toplum faydasına sunmak
- Sağlıklı gıda, beslenme ve yaşam biçimlerini teşvik etmek
- Gıda ve beslenme alanında yapılacak yeni araştırma, eğitim programları ve diğer girişimleri desteklemek

## Etik Değerlerimiz

- Vakfımız tamamen özgür, şeffaf ve bağımsız hareket eder.
- Vakfımız çerçevesinde yer alan her üye; gıda, beslenme ve sağlık konularında kendi kişisel görüşlerini ortaya koyma, soru sorma ve yorum yapma konularında özgürdür.
- Vakfımız kar amacı gütmeyen bağımsız bir organizasyondur.
- Vakfımız hiçbir ticari konuya odaklanmadan toplumun ihtiyaçlarına yönelik programlar belirler.



## Bilim Kurulumuz

Sabri Ülker Gıda Araştırmaları Enstitüsü Vakfı'nın tüm çalışmaları; her biri ülkemizin ve dünyanın gıda, beslenme ve sağlık konularında uzman, akademik kariyer ve tecrübesi olan, bilimsel tarafsızlığı ile öne çıkan bilim insanlarından oluşan Bilim Kurulumuz tarafından yürütülmektedir. Belirlediğimiz yol haritası doğrultusunda, Bilim Kurulumuz ulusal ve uluslar arası arenada pek çok güvenilir bilgi kaynağı ve referans olarak gösterilen kurum ile de işbirliği içinde çalışmaktadır.



### Vakfımızın Başkanı

**Mahmut Oltan Sungurlu**

(Adalet ve Milli Savunma Eski Bakanı)

### Bilim Kurulumuz

**Bilal Kaafarani**

(Yıldız Holding A.Ş. Global İnovasyon ve Ar-Ge Grup Başkanı)

**Doç. Dr. Cemil Arıkan**

(Sabancı Üniversitesi Araştırma ve Lisansüstü Politikaları Direktörü)

**Prof. Dr. Halit Tanju Besler**

(Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü)

**Dr. Hamed Faridi**

(McCormick & Company, Inc Chief Science Officer)

**Prof. Dr. İrfan Erol**

(Ankara Üniversitesi Veteriner Fakültesi Gıda Hijyeni ve Teknolojisi Bölümü Başkanı)

**Dr. Joachim Tretzel**

(Döhler GmbH, Ar-Ge Başkanı)

**Dr. Julian D. Stowell**

(Danisco BioActives, Bilim, Sağlık ve Beslenme Bölümleri Başkanı)

**Prof. Dr. Mehmet Pala**

(Yıldız Teknik Üniversitesi Kimya Mühendisliği Bölümü)

**Prof. Dr. med. Hans Konrad Biesalski**

(Hohenheim Üniversitesi Biyolojik Kimya ve Beslenme Bölümü Başkanı)

**Prof. Dr. A. Murat Tuncer**

(Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Ana Bilim Dalı)

**Prof. Dr. Mustafa Üçüncü**

(Ege Üniversitesi Gıda Mühendisliği Bölümü)

**Prof. Dr. M. Temel Yılmaz**

(İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi İç Hastalıkları Ana Bilim Dalı Endokrinoloji ve Metabolizma Hastalıkları Bilim Dalı)

**Dr. Zeki Ziya Sözen**

(Yıldız Holding A.Ş. Gıda, Dondurulmuş Ürünler ve Kişisel Bakım Grubu Başkanı)

## Güvenilir Bilgi Kaynaklarımız

Beslenme sağlıklı bir yaşam için her zaman vazgeçilmez olmuştur. Yeterli ve dengeli beslenmenin sağlığa ve yaşam süresini uzatmaya olumlu etkisi, yetersiz ve aşırı beslenmenin ise zararı tartışılmaz bir gerçektir. Vakfımız bu nedenle gıda, beslenme ve sağlık alanlarındaki ulusal ve uluslararası gelişmeleri yakından takip ediyor, bu gelişmeleri hem sektör profesyonelleri, hem de tüketiciler, eğiticiler ve her yaşta öğrenciler ile paylaşmayı hedefliyor. Tüm çabamız herkesin faydalanabileceği açık ve anlaşılabilir bir sadelikte beslenme bilimine ait en güncel bilgilerin iletişimini sağlamaktır.

### YAKINDAN TAKİP ETTİĞİMİZ ULUSAL BİLGİ KAYNAKLARIMIZ;

T.C. Gıda, Tarım ve Hayvancılık Bakanlığı

T.C. Sağlık Bakanlığı

T.C. Milli Eğitim Bakanlığı

TÜBİTAK ve Türkiye Ulusal Programlar

### TAKİP ETTİĞİMİZ GÜVENİLİR, ULUSLARARASI KURUMLAR

EFSA (European Food Safety Authority)

FAO (Food and Agriculture Organization)

WHO (World Health Organization)

JECFA (Joint FAO/WHO Expert Committee on Food Additives)

CODEX Alimentarius, (ILSI International Life Sciences Institute)

EUFIC (European Food Information Council)

FSA (Food Standards Agency)

BNF (British Nutrition Foundation)

IFIC (International Food Information Council)

USDA (United States Department of Agriculture)

ADA (American Dietetic Association)

ICDA (International Confederation of Dietetic Association)

BLL (German Federation for Food Law and Food Science'dir.

## Vakıf Başkanından Değerlendirme

GAV gıda, beslenme ve sağlık alanlarında toplumun ihtiyaç duyduğu programlar belirleyerek her yaştan tüketiciye ulaşarak toplum sağlığının gelişmesine katkıda bulunmayı hedefler. GAV hiçbir kar amacı gütmeyen çalışır ve faaliyetlerini bağımsız, tarafsız ve bilimsel bir çaba ile yürütür.

GAV'ın belirlediği yol haritasındaki faaliyetlerden biri dünyadaki ve ülkemizdeki güvenilir bilgi kaynaklarından temin edilen yararlı bilgileri toplum faydasına sunmaktır. GAV bu doğrultuda 2011 yılı içerisinde faaliyet gösterdiği alanlarda 7 adet GAV kitapçığı, 3 adet GAV Gıda Bülteni hazırlamış ve bu yayınlar GAV web sitesinde toplumun bilgisine sunmuştur.

GAV'ın toplum ile iletişimini sağladığı GAV web sitesi [www.gavenst.org](http://www.gavenst.org) 2011 Mart ayında yayına alınmıştır. Web sitesinde GAV hakkında detaylı bilgilerin yanı sıra, beslenme ve sağlık köşesi, tüketiciler için pratik ve faydalı bilgiler, Sağlıklı Besleniyor muyum anket programı, tüketicilerin gıda etiketlerinde yer alan bilgileri anlamaya yönelik "Gıda etiketleri" bölümü ve basında çıkan GAV ve gıda, beslenme ve sağlık haberleri yer almaktadır.

GAV'ın belirlemiş olduğu yol haritasındaki bir diğer faaliyet gıda ve beslenme alanında yapılacak yeni araştırma, eğitim programları ve diğer girişimleri desteklemek olarak belirlenmiştir. GAV bu hususta 2011 yılı içerisinde çok önemli bir girişimde bulunmuştur. GAV, Milli Eğitim Bakanlığı İlköğretim Genel Müdürlüğü ile işbirliği yaparak Türkiye'de 8-11 yaş grubundaki çocukların sağlıklı beslenme alışkanlığı geliştirmelerine katkı sağlamak amacıyla "Yemekte Denge" eğitim projesini başlatmıştır. 2011 Eylül ayında projenin basın toplantısı yapılarak proje amaçları, hedef kitlesi ve içeriği hakkında basına bilgi verilmiştir. 2011-2012 Eğitim-Öğretim yılının ikinci döneminde İstanbul, İzmir, Gaziantep ve Trabzon'daki toplamda 40 okulda pilot olarak uygulanacak proje ile ilk yılda 20.000 öğrenciye ulaşılabilecektir.

Vakfımızın tüm çalışmaları; her biri ülkemizin ve dünyanın gıda, beslenme ve sağlık konularında uzman, akademik kariyer ve tecrübesi olan, bilimsel tarafsızlığı ile öne çıkan bilim insanlarından oluşan Bilim Kurulu tarafından yürütülmektedir. Bilim Kurulu, GAV'ın tüm faaliyetlerinde bilimsel tabanlı hareket etmesini sağlar. GAV'ın gıda, beslenme ve sağlık alanlarında yapmış olduğu önemli katkılar Bilim Kurulu üyeleri tarafından kontrol edilen bilimsel tabanlı, doğru bilgileri içerir. 2011 yılı içerisinde vakfımızın ana gayesine ulaşmak için yürüttüğü faaliyetlerde Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekanı Sayın Prof. Dr. Tanju Besler, Yıldız Holding Global İnovasyon ve Ar-Ge Grup Başkanı Sayın Bilal Kaafarani ve Mc Cormick Bilim Enstitüsü Başkanı Dr. Hamed Faridi GAV Bilim Kuruluna katılmış ve GAV faaliyetlerine değerli destek ve katkılarını vermeye başlamışlardır.

2011 yılı GAV için ulusal ve uluslararası işbirliklerini artırdığı bir yıl olmuştur. GAV, Avrupa genelinde faaliyet gösteren beslenme vakıflarını bünyesinde barındıran Avrupa Beslenme Vakıfları (European Nutrition Foundations)'nın bir üyesi olarak bu vakıflarla işbirliğini geliştirme yolunda önemli bir adım atmıştır.

GAV, geliştirdiği işbirlikleri, Bilim Kurulu desteğiyle oluşturduğu bilimsel alt yapıyı koruyarak toplum sağlığına destek olmaya devam edecektir.

Saygılarımla,

**Sabri Ülker Gıda Araştırmaları Enstitüsü Vakfı Başkanı**

Mahmut Oltan Sungurlu

## 1. Yemekte Denge Eğitim Projesi

Yemekte Denge, Sabri Ülker Gıda Araştırmaları Enstitüsü Vakfı (GAV) ve Milli Eğitim Bakanlığı İlköğretim Genel Müdürlüğü işbirliği ile yürütülen, ilköğretim okullarında öğrenim gören çocuklarda sağlıklı beslenme alışkanlığı geliştirmeyi esas alan bir eğitim projesidir.

Yemekte Denge eğitim projesinin amacı; temel eğitim çağındaki çocukların fizyolojik ve psikolojik açıdan kaliteli ve uzun bir yaşam sürdürmeleri için yeterli ve dengeli beslenme alışkanlığı geliştirmelerine katkı sağlamaktır.



### Projenin hedef grupları;

- Türkiye'deki çocuklar, ilköğretim okullarında öğrenim gören öğrenciler,
- Ebeveynler,
- Öğretmenler, okul yöneticileri, destek personelleri ve okullarda görev yapan tüm çalışanlar,
- Eğiticiler ve eğitici öğretmenleridir.

Yemekte Denge eğitim projesi ilköğretim okullarında öğrenim gören 8-11 yaş grubundaki çocuklar için geliştirilen Sağlıklı Beslenme Eğitim Programı ile yürütülecektir. Bu program, çocuklara Sağlıklı Beslenme Tabakası'nı esas alarak sağlıklı beslenmeyi öğrenmelerine yardımcı olacaktır. Programın verdiği temel mesaj: **“Dengeli bir şekilde her şeyi yiyebilirsin. Tek yapman gereken, dengeyi nasıl kullanacağını öğrenmek.”** Eğitim programı içerisinde öğretmenlere yönelik bilgilendirici kılavuz, 8-11 yaş grubu çocuklara uygun sunumlar, kartlar, posterler, alıştırmalar, interaktif oyunlar yer alıyor.

### “Yemekte Denge” programımız, 5 ana mesajdan oluşmaktadır. Bu mesajlar:

1. Dünyanın dört bir yanındaki insanlar yemek veya atıştırma olarak farklı gıdaları seçerler. Tüketilen gıdaların toplam miktarına ve gıda çeşitlerine diyet denir.
2. Sağlıklı beslenme, sağlıklı beslenme tabağı olarak tarif edilen çeşitli gıda ve içeceklerin dengeli bir biçimde tüketilmesiyle oluşur.
3. Canlı ve sağlıklı olmak için gıdalara ihtiyaç duyarız. Gıdalar vücudumuzun ihtiyaç duyduğu enerji ve besin öğelerini sağlarlar.
4. Beslenmede çeşitli gıdalara ihtiyaç duyulur, çünkü farklı gıdalar sağlık için gerekli olan farklı bileşenler içerirler.
5. Aktif olmak ve kendimize iyi bakmak sağlığımız açısından önemlidir.

Bu 5 ana mesaj sağlıklı beslenmenin öğretilmesi konusunda kapsamlı ve yenilikçi bir yaklaşımın sağlanması için geliştirilmiştir. Bu, sürekliliği olan ve güncel ana mesajların okullarda yayılmasını sağlayan bir çerçeve sunmaktadır. Bu çerçeve kullanılarak, çocuklara gıdaların enerji ve besin kaynağı olduğu öğretilecek, beslenmede çeşitlilik ve dengenin önemi anlatılacak, gıdaların vücut için enerji sağladığı ve bunun gıdaların içindeki bazı besin öğeleri yoluyla sağlandığı öğretilecektir. Projenin bütününde, bu yaklaşım çocukların sağlıklı beslenme alışkanlığını günümüzde ve gelecekte kendi yaşamlarında uygulayabilmelerini sağlayacaktır.

Çocukların yeterli ve dengeli beslenmesine destek olacak “Yemekte Denge” eğitim projesi, GAV Bilim Kurulu Üyesi Dr. Zeki Ziya Sözen’in ev sahipliğinde, Milli Eğitim Bakanı Sayın Prof. Dr. Ömer Dinçer’in katılımıyla 22.09.2011 tarihinde kamuoyuna duyuruldu. Proje, pilot uygulama ile İstanbul, İzmir, Gaziantep ve Trabzon olmak üzere 4 ilde toplamda 40 okulda 2011-2012 Eğitim ve Öğretim yılının ikinci döneminde 8-11 yaş grubundaki sınıflarımızda başlayacaktır. Amacımız, projeyi sürdürülebilir kılıp zaman içerisinde Türkiye’ye yaymaktır.

Projenin başlayacağı pilot okulların yanı sıra ulaşamadığımız çocuklar ve ebeveynleri projenin başlangıç ayı olan Şubat ayından itibaren aktif hale geçecek olan [www.yemektedenge.org](http://www.yemektedenge.org) ve [www.yemektedenge.com](http://www.yemektedenge.com) web sitelerimiz aracılığı ile tüm eğitim materyallerine ve oyunlara ulaşabilecekler. Bu sayede anne-babaların çocuklarına sağlıklı beslenme alışkanlığı geliştirmelerine yardımcı olmalarını umut etmekteyiz.

### 2. Beslenme ve Sağlık Aktiviteleri

Türk toplumunun gıda, beslenme ve sağlık konularındaki bilgilerine bilimsel katkılarda bulunarak toplum sağlığının gelişmesine katkıda bulunmayı amaçlayan GAV, hazırlamış olduğu bilimsel yayınlar aracılığı ile de toplumu bilgilendirmektedir. Takip edilen ulusal ve uluslararası güvenilir kurumlardan elde edilen bilimsel bilgiler GAV Bilim Kurulu desteğiyle Türk toplumunun ihtiyaçlarına yönelik olarak belirlenir ve toplumun bilgisine sunulur. Bu doğrultuda 2011 yılı içerisinde Emziren Annelerin Beslenmesi, Sağlıklı Gıda Seçimleri için 8 İpucu, Sağlıklı Beslenme Tabağı, Sağlığın Dengesi, Tuz Tüketim Hedefiyle İlgili Bilimsel Bulguların Bir Özeti kitapçıkları hazırlanmış ve GAV web sitesinde yayına alınmıştır.

**Emziren Annelerin Beslenmesi** kitapçığında bebeğinizi emzirirken kendinizin ve bebeğinizin sağlıklı olması ve dengeli beslenme için neler yemeniz gerektiği konusunda pratik bilgiler verilmektedir.

**Sağlıklı Gıda Seçimleri İçin 8 İpucu** kitapçığında kendinizi iyi hissetmek için nasıl beslenmeniz gerektiği konusunda bazı pratik ipuçları verilmektedir. Sağlıklı bir diyetle ilgili iki ana unsur vurgulanmaktadır: Harcadığınızı enerjiye göre doğru miktarda yiyecek tüketmek ve dengeli beslenmek için farklı türde gıdalar yemek.

**Sağlık Beslenme Tabağı** kitapçığında tüketilen gıda maddelerinin tabak içerisinde yer alan hangi gıda grubundan alınması gerektiği anlatılmaktadır. Sağlıklı Beslenme Tabağı, insanların sağlıklı beslenme konusunda bilinçlendirilmesini ve sağlıklı yiyecekler tüketmesini sağlamayı amaçlar.

**Sağlığın Dengesi** kitapçığında Sağlıklı Beslenme Tabağında yer alan gıda grupları detaylı bir şekilde anlatılmaktadır. Kitapçık sağlıklı olmak için, insanların en çok sevdikleri yiyeceklerden vazgeçmesi gerekmez, ancak bunların yeme sıklığını ve miktarını dengede tutmak gerekir mesajını verir.

**Tuz Tüketim Hedefiyle İlgili Bilimsel Bulguların Bir Özeti** kitapçığında günlük tuz tüketiminin 6 g’dan fazla olmaması gerektiğine işaret eden tuz ve sağlık arasındaki ilişkinin bilimsel kanıtları özetlenmiştir.

GAV yayınlarının yanı sıra GAV web sitesinde oluşturulan Beslenme ve Sağlık bölümü sağlıklı beslenme, beslenmenin temeli ve aktif yaşam tarzı konularını ele almaktadır. Sağlıklı beslenme bölümünde sağlıklı beslenme tabağı içerisindeki gıda grupları tanıtılmakta, sağlıklı beslenme çantası oluşturmak ve sağlıklı alıştırmalıklar için öneriler sunulmaktadır. Beslenmenin temelinde besin, besin öğeleri ve enerji kavramları anlatılmaktadır. Aktif yaşam tarzı sayfasında fiziksel aktivitenin tanımı, fiziksel aktivitenin sağlık üzerindeki etkisi ve fiziksel aktivitenin günlük hayata nasıl dahil edileceği konusunda ipuçları yer almaktadır.

## Sağlıklı Besleniyor Muyum? Programı

“Sağlıklı besleniyor muyum?” programı, çeşitli gıda ve içeceklerin tüketim sıklığı ve yaşam tarzına göre kişinin beslenme alışkanlıklarını ortaya koyan bir anket formudur. Program, beslenme alışkanlıklarına göre bir puan hesaplar ve hesaplanan puana göre kişiye özgü öneriler sunar. Programın amacı; kişinin gıda seçimlerine göre beslenme alışkanlıklarını ortaya koymasına destek olmaktır. Bu programı kullanan bir kişi beslenme davranışındaki değişiklikleri kolaylıkla fark edebilir ya da sağlığına iyi gelen bazı gıdaları daha sık tüketmeye başlayabilir. “Sağlıklı besleniyor muyum?” programı ile tüketicilerin beslenme ve sağlık arasındaki ilişkiyi anlamalarına yardımcı olur. Program, tüketicilerin beslenme alışkanlıklarını ortaya koyma ve geliştirme açısından oldukça önemlidir. Sağlıklı besleniyor muyum programı bilimsel bir alt yapıya sahip olup, Hohenheim Üniversitesi Beslenme ve Biyokimya Bölümü ve GAV Bilim Kurulunun desteğiyle Türkiye’ye adapte edilmiştir. Programın verdiği puanın değerlendirilmesi birçok epidemiyolojik çalışmanın (INTERHEART Çalışması, Framingham Çalışması gibi) ve müdahale çalışmalarının sonuçlarına, mevcut puanlara (PROCAM Score gibi), ulusal ve uluslararası profesyonel kurumların çalışmalarına dayanır. Programı, Hohenheim Üniversitesi’nde yapılan bir doktora tezi çerçevesinde beslenme davranışlarının detaylı 150 beslenme protokolü ile karşılaştırılmasının değerlendirilmesi ile anlam kazanmıştır.

Türk beslenme alışkanlıklarına göre hazırlanan Sağlıklı besleniyor muyum programı [www.gavenst.org](http://www.gavenst.org) ‘da yayına alınmıştır. Beslenme alışkanlıklarını test etmek isteyen herkesin kullanımına açık olan program kişinin beden kitle indeksini de ortaya koyarak mevcut beslenme ve yaşam tarzı alışkanlıklarını geliştirmeye yönelik kişiye özgü yorumlar ve öneriler sunar.

### 3. Gıda Güvenliği Aktiviteleri

Gıdaların fiziksel, kimyasal, biyolojik tehlikelerden uzak işlenmesi, hazırlanması, satışı, depolanması, evde pişirilmesi gıda güvenliğinin sağlanması açısından oldukça önemlidir. Bu amaçla Gıda Güvenliğinde Mikrobiyoloji ve Gıda Güvenliği İçin 10 Öneri kitapçıkları oluşturularak GAV web sitesinde yayınlanmıştır.

**Gıda Güvenliği için 10 Öneri** kitapçığında gıda güvenliği konusunda mevcut bilgilerinizi test edebileceğiniz bir test bulunmaktadır. Kitapçık içerisinde test sonrasında gıda güvenliği ile ilgili önemli öneriler bulunmaktadır.

**Gıda Güvenliğinde Mikrobiyoloji kitapçığı** gıda güvenliği ve risk değerlendirmeleri alanındaki uygulamalar için kılavuz rolü görür. Bu kapsamda taze ürünlerin potansiyel mikrobiyal bulaşması konusunda bilgiler sunulmakta ve mikrobiyolojik testlerde indikatör türlerin, su ve taze ürünler açısından rolü ve bir gıda güvenliği sistemi içerisinde laboratuvar raporlarının yorumlanması ele alınmaktadır.

GAV yayınlarının yanı sıra GAV Gıda Bülteni 1. Sayıda yer verdiğimiz “Güvenli Gıdalar için Temizleme, Ayırma, Pişirme, Soğutma” yazısında bu dört kolay uygulama ile zararlı bakterilerin insan vücudunu hasta etmesinin engellenebileceği belirtilmiştir. GAV Gıda Bülteni 3. Sayıda yer verdiğimiz Meyve ve Sebzelerin Yıkınmasında 7 İpucu ve *Listeria*’yı Mutfağınızdan Uzak Tutun başlıklı yayınlarda gıda maddelerini satın alırken dikkat edilmesi gereken noktalar, gıdaların yıkınması, hazırlanması, işlenmesi, saklanması sırasında gıda güvenliği için dikkat edilmesi gerekenler anlatılmıştır.

### 4. GAV Gıda Bültenleri

GAV toplumu bilgilendirme amacıyla bir yandan kitapçıklar yayınlarken bir yandan da Gıda Bülteni yayınlarak gıda, beslenme ve sağlık alanlarında referans kurumlardan elde ettiği bilimsel bilgileri toplum faydasına sunmaktadır. GAV Gıda Bültenleri 2011 yılında yayınlamaya başlamış ve 3 sayı GAV web sitesi [www.gavenst.org](http://www.gavenst.org) ‘da yayına sunulmuştur. Sitede yer alan Haberdar ol bölümüne mail adresi girilerek yazarak bültenlerimizi düzenli olarak takip edebilirsiniz.



2011 yılında yayınlanan GAV Gıda Bültenlerinin 3 sayısına ait içerikler şöyledir:

## **GAV Gıda Bülteni Sayı-1**

Sabri Ülker Gıda Araştırmaları Enstitüsü Hakkında

Başlıca Bilgi Kaynaklarımızı Tanıyalım: EFSA (Avrupa Gıda Güvenliği Otoritesi), EUFIC (Avrupa Gıda Bilgi Konseyi)

Günlük Karşılama Oranının Anlaşılması

Güvenli Gıdalar İçin Temizleme, Ayırma, Pişirme, Soğutma

## **GAV Gıda Bülteni Sayı-2**

Başlıca Bilgi Kaynaklarımızı Tanıyalım: FDA (A.B.D. Gıda ve İlaç Dairesi)

Trans Yağlarla İlgili Bilmeniz Gerekenler

EFSA'nın Karamel Renklerinin Güvenliği İle İlgili Yeniden Değerlendirme Raporu

Vitaminler

## **GAV Gıda Bülteni Sayı-3**

Meyve ve Sebzelerin Yıkanmasında 7 İpucu

Listeria'ya Mutfağınızdan Uzak Tutun

Sağlık İçin Gıda: Sindirim Sisteminin Sağlığı

Başlıca Bilgi Kaynaklarımızı Tanıyalım: IFIC (Uluslararası Gıda Bilgi Konseyi)

## **5. GAV Web Sitesi**

GAV yürütmekte olduğu faaliyetleri ve güvenilir kurumlardan elde ettiği bilimsel gelişmeleri hem sektör profesyonelleri, hem de tüketicilerimiz, eğitimcilerimiz ve her yaştan öğrencilerimiz ile paylaşmayı web sitesi aracılığıyla gerçekleştirmektedir. GAV web sitesi [www.gavenst.org](http://www.gavenst.org) adresinde 2011 Mart ayından beri yayındadır. Web sitesinde GAV'ın misyon ve vizyonu, etik değerlerimiz, yol haritamızın yanı sıra Bilim Kurulu üyelerinin kısa özgeçmişlerinin yer aldığı GAV Hakkında bölümü, takip ettiğimiz ulusal ve uluslararası organizasyonlar, T.C. Sağlık Bakanlığı Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü ve Hacettepe Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü katkılarıyla hazırlanan Türkiye'ye Özgü Beslenme Rehberi'nden derlenen tüketiciler için faydalı ve pratik bilgiler sunduğumuz "Tüketiciler İçin" bölümü, sağlıklı beslenme tabağı ve sağlıklı atıştırmalık önerileri içeren, beslenmenin temelini anlatan ve fiziksel aktiviteyi konu alan "Beslenme ve Sağlık" bölümü, GAV gıda bültenleri, GAV yayınları, faydalı linkler, etkinliklerimiz, basında çıkan GAV ve diğer beslenme ve sağlık haberleri yer almaktadır. Bu bölümlere ek olarak GAV Bilim Kurulu'nun Hohenheim Üniversitesi Beslenme Bölümü ile ortaklaşa geliştirdiği "Sağlıklı besleniyor muyum?" anket formuyla beslenme alışkanlıkları test edilebilir ve programın kişiye özel sunduğu beslenme önerileri değerlendirilebilir.

## **6. Avrupa Beslenme Vakıflarına (ENF) Üyelik**

GAV 2011 yılında Toplum sağlığına değer katacak vakıfları tek bir çatı altında toplayan ENF (Avrupa Beslenme Vakıfları)'in 10 üyesinden biri olmuştur. Avrupa genelindeki beslenme vakıflarını tek bir çatı altında toplayan Avrupa Beslenme Vakıfları (ENF) değer katmak, iyi uygulamaları paylaşmak ve beslenme vakıfları arasındaki iletişimi güçlendirmek amacıyla kurulmuştur. GAV, 2011 yılında ENF bünyesinde yer alan beslenme vakıflarından biri olmuştur. Bilim Kurulu üyelerimizden Sayın Dr. Julian Stowell yılda bir kez ENF'e üye ülkelerin ev sahipliğinde düzenlenen toplantılara GAV'ı temsilen katılmaktadır. ENF üyesi diğer kuruluşlar; İsveç Beslenme Vakfı, İngiliz Beslenme Vakfı, İsviçre Beslenme Derneği, İrlanda Beslenme ve Sağlık Vakfı, Alman Beslenme Derneği, Fransız Beslenme Enstitüsü, Alman Beslenme Derneği, Avusturya Beslenme Derneği, İtalya Beslenme Derneği'dir. ENF üyesi beslenme vakıfları düzenli olarak birbiriyle iletişim kurar ve üye vakıflar arasında düzenli bilgi akışı sağlar.



# HER ŐEY, DAHA İYİ BİR YAŞAM İÇİN

## Vizyonumuz

Toplumun gıda, beslenme ve sağlıklı yaşam bilincinin gelişimine katkı sağlayan bağımsız, bilimsel ve kâr gayesi gütmeyen güvenilir, saygın bir kurum olmak.

## Misyonumuz

Ulusal ve uluslararası düzeyde, bilimsel çalışmaları, mevzuatı ve uygulamaları takip etmek, toplumun sağlıklı beslenme ve gıdalar hakkında doğru ve güvenilir bilgiye ulaşması ve eğitim imkanı sağlamak amacıyla üniversiteler, kamu ve sivil toplum kuruluşları gibi ilgili kurum ve kuruluşlar ile iş birliği içerisinde her türlü çalışmayı yapmak ve desteklemek.



### SABRİ ÜLKER GIDA ARAŞTIRMALARI ENSTİTÜSÜ VAKFI

Editör: Dr. Mehmet Köse  
KISIKLI MAH. FERAH CAD. ÇEŐME SOK.  
NO: 2/4 B.ÇAMLICA 34692  
ÜŐKÜDAR-İSTANBUL-TÜRKİYE  
TELEFON: (0216) 524 18 66  
FAKS: (0216) 524 25 24