SABRİ ÜLKER
GIDA ARAŞTIRMALARI ENSTİTÜSÜ
VAKFI

# 2022 FAALİYET RAPORU



HER ŞEY DAHA İYİ BİR YAŞAM İÇİN

# Hakkımızda

**Türk Gıda sektörünün duayeni Sabri Ülker anısına kurulmuş olan ve misyonunu Sabri Ülker'in hayat felsefesinden derleyen Vakıf, toplumu beslenme ve sağlık alanlarında bilimsel ve güvenilir bilgi ile aydınlatmak üzere faaliyetlerini sürdürüyor. Avrupa Beslenme Vakıfları İletişim Platformu'nun Türkiye'den tek üyesi olan Vakıf, 2009 yılından bu yana topluma sağlıklı yaşam ve beslenme konularında güvenilir bilimsel bilgiyi ulaştırmakta ve dünya genelinde referans kabul edilen kurumlar ile iş birliği içinde Türkiye'nin referans kurumu olma hedefiyle yoluna devam etmektedir. Çalışmaları, alanında uzman bilim insanlarının yer aldığı bağımsız bir Bilim Kurulu tarafından yürütülen Sabri Ülker Vakfı bilimsel ve kâr amacı gütmeyen bir kurumdur.**
**Vakfın yakından takip ettiği referans kurumlardan bazıları: EFSA (Avrupa Gıda Güvenliği Kurumu), FDA (Amerikan Gıda ve İlaç Dairesi), FAO (Amerikan Gıda ve Tarım Örgütü), WHO (Dünya Sağlık Örgütü), JECFA (Amerikan Gıda Tarım Örgütü ve Dünya Sağlık Örgütü' nün birlikte oluşturduğu uzman komite), BNF (İngiliz Beslenme Vakfı), ILSI (Uluslararası Yaşam Bilimleri Enstitüsü), EUFIC (Avrupa Gıda Bilgi Konseyi) ve ADA (Amerikan Diyetisyenler Birliği)**

# Vizyonumuz

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

# Misyonumuz

Sağlıklı gelecek nesiller için doğru ve dengeli beslenme alışkanlıkları geliştirilmesine katkı sunmak üzere bilimsel bilgilerin topluma ulaştırılmasını sağlamak.

# Hedeflerimiz

Bu gerçeklerden yola çıkarak, vakfımızın hedefleri;

- Sağlıklı beslenme ve yaşam tarzını destekleyen çalışmalar yapmak.
- Son bilimsel gelişmelerle ilgili toplumu bilgilendirmek.
- Bilimsel çalışmaları, mevzuatı ve uygulamaları ulusal ve uluslararası düzeyde izlemek.
- Toplumun sağlıklı beslenme ve gıda hakkında doğru ve güvenilir bilgiye ulaşması için üniversiteler, kamu ve sivil toplum kuruluşlarıyla iş birliği içinde çalışmalar yapmak ve yapılan çalışmaları desteklemek.
- Gıda ve beslenmeye ilişkin araştırma, eğitim programları ve diğer girişimlerinin yanında yer alarak farkındalık sağlamak.



# İçindekiler


Hakkımızda 02

Merhaba 06

Bilim Kurulumuz 08

**PROJE VE ETKİNLİKLER 11**

Yemekte Denge Eğitim Projesi 12

Yemekte Denge Eğitim Projesi Adana Saha Araştırması 14

9. Sürdürülebilir İş Ödülleri 14

11. Uluslararası Eğitim Programları ve Öğretim Kongresi 17

Sabri Ülker Bilim Ödülü 18

Bilim Bunu Konuşuyor Platformu 20

Doya Doya Sağlık TV 22

**ULUSAL VE ULUSLARARASI KONGRELER VE ETKİNLİKLER 25**

Uluslararası Beslenme, Sağlık Okuryazarlığı ve Eğitim Konferansı 26

Sağlık İçin Beslenmenin Rolü Konferansı 28

11. Sağlıklı Yaşam Kongresi 33

Future of Food Konferansı 33

Uluslararası Gıda Kaybı ve İsrafı Farkındalık Günü Basın Toplantısı 34

2. Uluslararası Tıp, Sağlık ve İletişim Bilimleri Kongresi 37

9.Ulusal İSTAHED Aile Hekimliği Kongresi 38

Aile Hekimlerine Yönelik Beslenme ve Beslenme İletişimi 38

**SABRİ ÜLKER METABOLİK ARAŞTIRMALAR MERKEZİ 41**

Sabri Ülker Metabolik Araştırmalar Merkezi 42

Sabri Ülker Merkezi Akademi Toplantısı 44

**ULUSAL VE ULUSLARARASI İŞ BİRLİKLERİ 49**

AB Projeleri 50

**İLETİŞİMDE SABRİ ÜLKER VAKFI 53**

Sabri Üllker Sağlıklı Yaşam Merkezi 54

Sabri Ülker Vakfı Yayınları 56

2022 Yılı Medya İletişimi 62

2022 Yılı Dijital Medya İletişimi 66

İç İletişim Faaliyetleri 68

# Merhaba



## Dr. Talat İçöz

Sabri Ülker Vakfı Başkanı

Sabri Ülker Vakfı olarak toplumu beslenme ve sağlık alanlarında bilimsel ve güvenilir bilgi ile aydınlatmak hedefleriyle sürdürdüğümüz çalışmalarla 2022 yılını başarıyla tamamlamaktan memnuniyet duyuyoruz.

Vakfımızın bu yıl sağlıklı beslenme alanında farkındalık sağlamak amacıyla hayata geçirdiği çalışmalardan biri olan "Pandemi Sonrası Yeniden Şekillenen Gıda Tüketim Alışkanlıkları Araştırması" ülkemizdeki gıda güvenliği algısına ışık tuttu. Araştırmamız toplumun büyük bir kesiminin gıdaların güvenliğinden emin olmadığını, her 3 kişiden birinin bozuk-hatalı gıdayı nereye şikâyet edeceğini bilmediğini gösterdi.

Türkiye'de gıda israfı konusuna odaklanan "Tüketici İsraf Araştırması-TİA 2022" araştırmamızın sonuçlarını ise Dünya İsraf Günü kapsamında İspanya'nın Valensiya şehrinde açıkladık. Araştırmamız ülkemizde günde 4,9 milyon ekmek israf edildiğini gösterirken, her 10 katılımcıdan 6'sının "gıda ve ekmek israfı konusunda temel eğitimde farkındalık yaratmak gerektiğini" düşündüğünü ortaya koydu.

Sağlıklı nesiller yetiştirme hedefiyle 11 yıl önce hayata geçirdiğimiz Yemekte Denge Eğitim Projesi ile bugüne kadar 7 milyon öğrenci, ebeveyn ve öğretmeni dengeli ve sağlıklı beslenme yöntemlerini içeren eğitici ve eğlenceli materyallerle buluşturduk. T.C. Millî Eğitim Bakanlığı Temel Eğitim Genel Müdürlüğü iş birliği ile 22 ilde sürdürdüğümüz proje kapsamında bu yıl Adana'da durum tespiti çalışmasını başlattık. Yemekte Denge Eğitim Projesi Sürdürülebilir Akademisi tarafından bu yıl Sürdürülebilir İş Ödülleri'nde "Sürdürülebilirlik İletişimi" ödülünü alması projenin iletişim çalışmalarıyla önemli bir farkındalık yarattığını da göstermiş oldu.

Beslenme üzerine doğru bilgileri daha çok insana ulaştırabilmek için hayata geçirdiğimiz "Doya Doya Sağlık TV" Youtube kanalımızda uzmanlar bilimsel gerçeklere dayanan paylaşımıyla gıda ve sağlık konularında önemli bir bilgi dağarcığı oluşturuyor. Diğer yandan yıl boyunca gıda ve beslenme konusunda toplumsal farkındalığı artırmak adına Vakfımızın düzenlediği konferansların yanı sıra pek çok ulusal ve uluslararası konferans ve kongrelere katılım sağladık. Örneğin, Vakfımız ile The Nutrition Society ortaklığında Türkiye'de ilk defa düzenlenen "Sağlık İçin Beslenmenin Rolü" konferansı ile dengeli beslenmenin toplum sağlığının geleceği için oynadığı kritik öneme dikkat çektik.

Gençlerin ve çocukların doğru bilgiye erişimini kolaylaştırmak amacıyla hayata geçirdiğimiz Sabri Ülker Vakfı Yayınları'ndan pek çok yeni kitabın basımını gerçekleştirirdik. "Herkes Okusun Diye" başladığımız yolculuğun ilk yılında Sabri Ülker Vakfı Yayınları 10 milyondan fazla kişiye ulaştı. Birbirinden eğitici ve eğlenceli çocuk kitaplarının yanı sıra Akademik ve Popüler Bilim kategorisinde de birçok önemli kitabı okuyucuyla buluşturan Sabri Ülker Yayınları ile bu yıl bir ilki gerçekleştirerek şubat ayında Adana Mimar Kemal İlkokulu'nda Sabri Ülker Vakfı Yayınları Kütüphanesini açmanın gururunu yaşadık.

Vakfımız bilimsel çalışmaları ve bilim insanlarını desteklemeye devam etti. 7 yıldan bu yana verdiğimiz Sabri Ülker Bilim Ödülü'nü bu yıl Cornell Üniversitesi Nörobiyoloji ve Davranış Bölümü'nden Doç. Dr. Nilay Yapıcı kazandı. Doç. Dr. Nilay Yapıcı, insan beyninde tat ve yeme mekanizmaları üzerine yürüttüğü "Sinir Sisteminin Yemek Yeme Güdüsünü ve Metabolizmayı Nasıl Kontrol Ettiği" adlı çalışması ile ödülü almaya hak kazandı.

Diğer yandan beslenme konusunda birinci basamak koruyucu sağlık hizmeti sunan Aile Hekimleri Dernekleri Federasyonu (AHEF) ile iş birliği yaparak Türkiye'de bir ilke imza attık ve Türkiye genelinde aile hekimlerine kilo kontrolü yaklaşımları, besin takviyelerinin hastalıklarla etkileşimleri, vitamin takviyeleri gibi alanlarda ücretsiz eğitimler sunan Aile Hekimlerine Yönelik Beslenme ve Beslenme İletişimi programını hayata geçirerek 20 bin aile hekimine ulaştık.

Toplumun sağlıklı beslenme ve gıda hakkında doğru ve güvenilir bilgiye ulaşması için üniversiteler, kamu ve sivil toplum kuruluşlarıyla iş birliği içinde çalışmalar yapma, bilimsel gelişmelerle ilgili toplumu bilgilendirme hedefleriyle bilimsel çalışmaları, mevzuatları ve uygulamaları ulusal ve uluslararası düzeyde izlemeyi sürdürüyoruz. Hedeflerimiz doğrultusunda durmadan çalışan Vakfımızın tüm ekibine paydaşlarımıza ve iş birliklerimizle dayanışma halinde olduğumuz tüm kurum ve kuruluşlara teşekkür ediyorum.

# Bilim Kurulumuz



### Dr. Talat İçöz
Sabri Ülker Gıda Araştırmaları Enstitüsü Vakfı Başkanı



### Prof. Gökhan Hotamışlıgil
Harvard Üniversitesi, J.S. Simmons Genetik ve Metabolizma ve Beslenme Profesörü, Sabri Ülker Merkezi Başkanı



### Prof. Diána Bánáti
Profesör, Beslenme Enstitüsü, Beslenme ve Gıda Bilimleri Doktora Okulu, Debrecen Üniversitesi



### Dr. Julian D. Stowell
Sabri Ülker Vakfı Bilim Kurulu Danışmanı



### Dr. Laura Fernández Celemín
Avrupa Gıda Bilgi Konseyi (EUFIC)* Genel Direktörü



### Prof. Serhat Ünal
Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Rektör Yardımcısı, Enfeksiyon Hastalıkları ve Klinik Mikrobiyoloji Ana Bilim Dalı Başkanı ve Aşı Enstitüsü Müdürü



### Dr. Zeki Ziya Sözen
Sabri Ülker Gıda Araştırmaları Enstitüsü Vakfı Bilim Kurulu Üyesi



### Prof. F. Nur Baran Aksakal
Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı Öğretim Üyesi, Çevre Sağlığı Bilim Dalı Başkanı, DSÖ Avrupa Bölgesi Avrupa Bağışıklama Teknik Uzman Grubu (European Technical Advisory Group of Experts on Immunization-ETAGE) Üyesi

# Onursal Üyeler



### Prof. Beraat Özçelik
Sabri Ülker Vakfı Onursal Üyesi



### Prof. M. Temel Yılmaz
Sabri Ülker Vakfı Onursal Üyesi



### Prof. Hans K. Biesalski
Sabri Ülker Vakfı Onursal Üyesi



# Proje ve

## Etkinlikler

# Yemekte Denge

## Eğitim Projesi

**11 YIL**

**22 İL**

**7 MİLYON**
ÖĞRENCİ, EBEVEYN, ÖĞRETMEN




**Sağlıklı nesiller yetiştirme hedefiyle tam 11 yıl önce çalışmalarına başlayan Yemekte Denge Eğitim Projesi, geçen bu süre zarfında 7 milyon öğrenci, ebeveyn ve öğretmene dengeli ve sağlıklı beslenme yöntemlerini eğitici ve eğlenceli materyallerle anlatmaya devam ediyor.**

Vakfımızın en önemli projelerinden biri olan, T.C. Millî Eğitim Bakanlığı Temel Eğitim Genel Müdürlüğü iş birliği ile başlattığımız Yemekte Denge Eğitim Projesi, çalışmalarına 22 ilde hız kesmeden devam ediyor. Projemiz, her sınıf düzeyinden öğrenciye eğitici ve eğlenceli materyallerle ulaşıyor.

Proje ile ilgili detaylı bilgi ve materyallere ulaşmak için web adresimiz: www.yemektedenge.org

# Yemekte Denge

## Eğitim Projesi Adana Saha Araştırması

28-30 Eylül 2022

Yemekte Denge Eğitim Projesi'nin sahada nasıl bir boşluğu doldurduğuna ilişkin somut bir veri elde etmek adına, proje izleme değerlendirme çalışmasının ilk aşaması olan "Durum tespiti çalışması"nı Adana'da başlattık. Bu çalışmada 10 proje okulu 10 tane de denk, proje okulu olmayan okul belirlenmiştir. Araştırma 2022-2023 Eğitim-Öğretim yılı sonunda tamamlanacak ve sonrasında sonuçları Millî Eğitim Bakanlığı Temel Eğitim Genel Müdürlüğü ile paylaşılacaktır. Bu araştırmanın sonuçları Yemekte Denge Eğitim Proje materyallerinin etkinliğini göstermiş olacak, böylece yeni materyallerin geliştirilmesi için de yol açacaktır.

# 9. Sürdürülebilir

## İş Ödülleri

18 Ekim 2022

**Yemekte Denge Eğitim Projesi'ne Sürdürülebilirlik Akademisi'nden "Sürdürülebilirlik İletişimi" ödülü**

Yemekte Denge Eğitim Projesi, bu yıl dokuzuncusu gerçekleştirilen Sürdürülebilir İş Ödülleri'nde "Sürdürülebilirlik İletişimi" ödülüne layık görüldü.

Vakıf Başkanımız Dr. Talat İçöz, ödül töreninde yaptığı konuşmada şunları söyledi; "Sabri Ülker Vakfı olarak bu yolculuğumuz, toplumun gıda, beslenme ve sağlıklı yaşam bilincinin gelişmesine katkı sağlamak, topluma bu konulardaki en doğru bilgiyi aktarmak ve bir referans noktası olmak hedefiyle 2009 yılında başladı. Bugüne dek gıdaya ve beslenmeye ilişkin araştırma, eğitim programları ve diğer girişimleri desteklemek misyonu doğrultusunda ulusal ve uluslararası düzeyde pek çok bilimsel çalışmaya destek verdik. 2011 yılından bu yana da Millî Eğitim Bakanlığı Temel Eğitim Müdürlüğü iş birliği ile yürüttüğümüz Yemekte Denge Eğitim Projesi'nin layık görüldüğü bu ödül, doğru yolda olduğumuzu bize bir kez daha gösterdi."

Vakıf olarak projemizle çocukların sağlıklı beslenmeye ilişkin her türlü bilimsel bilgiyle donanarak, sürdürülebilir doğru beslenme alışkanlıkları kazanmasını amaçlıyoruz.



*Yemekte Denge Eğitim Projesi ile Türkiye'de ilk kez Birleşmiş Milletler Gıda ve Tarım Örgütü'yle (FAO) iş birliği yaparak, okul öncesi ve ilkokul öğrencilerinin gıda israfı özelinde gıda okuryazarlığı eğitimi almasına katkı sağlamayı hedefliyoruz. Proje, Türkiye genelindeki 22 ilde tüm okullarda uygulanmaya başlandı.*



# 11. Uluslararası

## Eğitim Programları ve Öğretim Kongresi

**26-28 Ekim 2022**

10. Uluslararası Eğitim Programları ve Öğretim Kongresi (ICCI-EPOK 2022), "Öğretmen Eğitiminde Program Çalışmaları" ana teması ile Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi ev sahipliğinde, Eğitim Programları ve Öğretim Derneği (EPÖDER) iş birliğiyle 26-28 Ekim 2022 tarihlerinde Ankara'da düzenlendi. Kongrede Prof. Hünkâr Korkmaz, "Eğitim Programlarının Bir Paydaşı Olarak Sivil Toplum Kuruluşlarının Sağlıklı Yaşam ve Beslenme Eğitimindeki Rolü: Yemekte Denge Eğitim Projesi" konulu sunumuyla katılım sağladı.



# Sabri Ülker Bilim Ödülü

**Sabri Ülker Bilim Ödülü'nün 7'ncisi Doç. Dr. Nilay Yapıcı'nın oldu.**




Bilim dünyasının prestijli ödülleri arasında yer alan Sabri Ülker Bilim Ödülü'nü 7 yıldır, dünyanın dört bir yanında çalışmalarını sürdüren genç bilim insanlarını teşvik etmek ve çalışmalarını desteklemek amacıyla veriyoruz. Sabri Ülker Bilim Ödülü'nün bu yılki kazananı ise Cornell Üniversitesi Nörobiyoloji ve Davranış Bölümü Doçenti ve Nancy & Peter Meinig Aile Araştırmacısı Doç. Dr. Nilay Yapıcı oldu.

Sabri Ülker Bilim Ödülü Töreni, Vakfımızın ev sahipliğinde İstanbul'da gerçekleştirildi. Doç. Dr. Nilay Yapıcı, "Sinir Sisteminin Yemek Yeme Güdüsünü ve Metabolizmayı Nasıl Kontrol Ettiği" adlı, insan beyninde tat ve yeme mekanizmaları üzerine yürüttüğü çalışması ile Sabri Ülker Bilim Ödülü'ne layık görüldü.

Törende, Doç. Dr. Nilay Yapıcı'nın ödülü T. C. Sanayi ve Teknoloji Bakan Yardımcısı Dr. Çetin Ali Dönmez, Yıldız Holding Yönetim Kurulu Başkanı Ali Ülker, Harvard Sabri Ülker Merkezi Başkanı Prof. Dr. Gökhan Hotamışlıgil ve Sabri Ülker Vakfı Başkanı Dr. Talat İçöz tarafından takdim edildi. Ödül törenine bilim, akademi ve iş dünyasından çok sayıda önemli isim katıldı.

Törende konuşma yapan Doç. Dr. Nilay Yapıcı şunları söyledi; "Araştırmalarımız, uzun dönemde beynin gıda alımını nasıl kontrol ettiğine ilişkin yeni ve ilginç verileri sağlamaya odaklanıyor. Bilimsel çalışmalarımızın yeme bozukluklarının ve özellikle obezitenin önüne geçilmesine katkı sağlamasını umuyorum."

Gecede ayrıca "Geçmişten Bugüne Sabri Ülker Bilim Ödülü Kazananları" isimli bir de panel düzenlendi. Moderatörlüğünü Prof. Dr. Gökhan Hotamışlıgil'in yaptığı panele, 2016 yılından bu yana Sabri Ülker Bilim Ödülü'nü almaya hak kazanan bilim insanları konuk oldu. Dr. Ebru Erbay, Dr. Ömer Yılmaz ve Dr. Elçin Ünal online olarak bağlanırken; Dr. Elif Nur Fırat Karalar ve Dr. Tamer Önder ise sahnede yer aldı. Panelde bilimsel çalışmaları hakkında bilgi veren panelistler, Bilim Ödülü kazanmanın hayatlarına neler kattığını ve gelecek hedeflerini konuklarla paylaşma imkânı buldu.



# Bilim Bunu Konuşuyor

## Platformu

**Uzmanından en doğru bilgi bu platformda**

Sabri Ülker Vakfı olarak ana amaçlarımızdan biri sağlık alanında özellikle sosyal mecralarda yaşanan bilgi kirliliğinin önüne geçmek... Beslenme ve sağlıkla ilgili bilgi kirliliğinin önlenebilmesi, bireylerin sağlık okuryazarlığı düzeylerinin geliştirilebilmesi için, sağlık ve beslenme ile ilgili kanıta dayalı bilgileri açık ve anlaşılır bir biçimde aktaran, kolay erişilebilir kaynaklara ihtiyaç vardır. Sabri Ülker Vakfı olarak bu alandaki doğru ve güvenilir kanıta dayalı bilgiyi topluma ulaştırmak amacıyla 2011 yılında "Bilim Bunu Konuşuyor" platformunu hayata geçirdik. Bilgi kirliliğini önlemek ve toplumun uzmanından en doğru bilgiye ulaşmasını sağlamak için hayata geçirdiğimiz bu platform, Türkiye'nin sağlık ve beslenme alanında ilk bilimsel dijital platformu oldu. Beslenme ve sağlıklı yaşam hakkında medyada spekülatif bir haber ortaya çıktıktan sonra, bu haber ve dayandığı kaynaklar beslenme ve sağlık konularında kendi alanlarında uzman bilim insanlarından oluşan Sabri Ülker Vakfı Bilim Kurulu üyeleri tarafından ele alınıyor. Yapılan değerlendirmelerin ardından konu, uluslararası referans kurumların yayınladığı bilgilerle, konuyla ilgili en güncel bilimsel kanıtlarla desteklenerek Bilim Bunu Konuşuyor web sitesi üzerinden yayınlanıyor. Platformda çeşitli konular ve kafa karıştıran sorular uzmanları tarafından video formatında da Youtube üzerinden paylaşılıyor. Ayrıca Bilim Bunu Konuşuyor platformunda yayınlanan makaleler kitap halinde da bir araya getirilerek belirli zaman aralıklarında yayınlanıyor.




https://bilimbunukonusuyor.sabriulkerfoundation.org/

# Doya Doya Sağlık TV

## Yayında

**Dengeli beslenme, sağlık, bilim ve gıda konularında doğru bilinen yanlışlara dair toplumda farkındalık sağlamak üzere çalışmalarımıza devam ediyoruz. Son olarak, sağlıklı yaşama dair bilimsel gerçeklerin anlatıldığı video, canlı sohbet ve bilgilendirici içeriklerden oluşan yeni platformumuz "Doya Doya Sağlık TV" Youtube kanalı yayına başladı.**



Doya Doya Sağlık TV, bilimsel içeriklere odaklanarak kamuoyuna güncel ve doğru bilgileri aktarmayı amaçlıyor. Youtube kanalımızda sağlık ve gıda konularında birçok önemli uzman ve bilim insanı yer alıyor.

Doya Doya Sağlık TV'de yer alan başlıca konular arasında, gıdalarla ilgili doğru bilinen yanlışlar, sağlıklı ve dengeli beslenme yöntemleri, sürdürülebilir mutfak alışkanlıkları, sağlık ve gıda hikâyeleri bulunuyor. Beslenme uzmanları, doktorlar, şefler ve kanaat önderleri ile zenginleştirilecek olan ve milyonlara ulaşmayı hedeflendiğimiz kanalın içeriğinde; sağlıklı yaşam tüyoları, beslenme önerileri, çocuklara özel beslenme içerikleri, ünlülerle sohbetler, sokak röportajları gibi bölümler de var.

## Zengin içeriklerle dopdolu

Beslenme bilimine ilişkin en güncel bilgilerin ve son çalışmaların, Doya Doya Sağlık TV kanalı üzerinden zengin ve doyurucu içeriklerle sunulacağını belirten Vakfımızın Genel Sekreteri Selen Tokcan "Toplumda dengeli beslenme alışkanlıkları kazandırmak amacıyla hayata geçirdiğimiz bu yeni projemizle çok geniş kitlelere ulaşacağımıza ve önemli bir farkındalık sağlayacağımıza inanıyoruz. Beslenmenin zihinsel ve bedensel sağlığa katkılarını önemseyen, gıdalara, yemek yapmaya, farklı tariflere ve bilime ilgi duyan herkesi kanalımıza bekliyoruz" dedi.

## Doya Doya Sağlık TV'de Neler Bulabilirsiniz?

Sağlıklı beslenme alışkanlıklarından doğru bilinen yanlışlara, pratik yemeklerden doğru diyet yöntemlerine kadar her şeyin konuşulduğu Doya Doya Sağlık TV videoları beslenme ve sağlık konusunda yol gösterici faydalı bilgilerle dopdolu. Bugüne kadar yayınlanan bölümlerde ise karşınıza çıkacak zengin içerikler arasında; "Maske kullanımı gerekli mi?", "Sosyal mesafeye kimler dikkat ediyor?", "Halk hijyen kurallarına ne kadar uyuyor?" sorularını halkımıza sorduğumuz Kurallara Uyum ve Salgın-Sokak Röportajı, Maske & Mesafe & Hijyen konusunda yaptığımız Sokak Röportajları bulunuyor. Maske & Mesafe & Hijyen bölümü, Halk Sağlığı Uzmanı Prof. Dr. Nur Baran Aksakal ile aşı süreçlerini, bir aşının hangi güvenlik önlemleri ile oluşturulduğunu konuştuğumuz COVID-19 Aşıları-Bilim Ne Diyor? bölümü, Dr. Dyt. Gamze Şanlı Ak ile bağışıklık güçlendirmede beslenmenin önemi ve dikkat edilmesi gereken noktaları konuştuğumuz ve "Salgın dönemlerinde bağışıklık sistemi nasıl güçlendirilir?", "Bağışıklık sisteminin güçlenmesi için hangi besinlerin tüketilmesi gerekiyor?", "Hangi vitamin ve mineraller bağışıklık sistemini güçlendirir?", "Hangi vitamin koruyucu özelliğe sahiptir?", "Hangi besinlerde hangi vitaminler bulunur?", "Antioksidan kaynağı besinler nelerdir?" sorularına yanıt bulduğumuz Beslenme ile Bağışıklık Güçlendirme Önerileri-Uzmana Sorduk bölümü, Sokak Röportajları'nı Halk Sağlığı Uzmanı Prof. Dr. Nur Baran Aksakal ile yorumladığımız COVID-19 Aşıları-Uzman Tepkileri bölümü, Dr. Dyt. Gamze Şanlı Ak ile gebelik ve emzirme döneminde beslenmenin önemini ve dikkat edilmesi gereken noktaları konuştuğumuz Gebelik ve Emzirme Döneminde Beslenme Önerileri–Uzmana Sorduk bölümü, Prof. Dr. Nur Baran Aksakal ile Aile Hekimliği Sistemi'ni konuştuğumuz Aile Hekimi-Bilim Ne Diyor? Aile Hekimi-Sokak Röportajı bölümü bulunuyor.

**Doya Doya Sağlık TV'nin yayın içeriklerine şu bağlantıdan ulaşılabilir;**

https://www.youtube.com/channel/UCZhqN1FjmJspC7Vb8IFwZJw



# Ulusal ve Uluslararası

## Kongreler ve Etkinlikler

# Uluslararası Beslenme, Sağlık Okuryazarlığı ve Eğitim

## Konferansı

11 Şubat 2022

**Vakfımız tarafından ikincisi düzenlenen Uluslararası Beslenme, Sağlık Okuryazarlığı ve Eğitim Konferansı, Türkiye ve yurt dışından alanında uzman isimlerin katılımıyla gerçekleştirildi. Konferansın bu yılki teması ise "Pandemi Döneminde Çocuğun İyi Halinin Korunması"**

Hayatımıza giren ve 2 yıldır neredeyse herkesin tek konusu haline gelen pandemi en çok çocukların değişimine neden oldu, üzerlerinde yıkıcı etkiler yarattı. Biz de Vakıf olarak "Pandemi Döneminde Çocuğun İyi Halinin Korunması" başlığını tartışmak ve bu konuya sürdürülebilir çözümler bulma amacıyla 2. Uluslararası Beslenme, Sağlık Okuryazarlığı ve Eğitim Konferansı'nı gerçekleştirdik.

Pandemide çocukların eğitim süreci, çocukların ruh sağlığının nasıl desteklenmesi gerektiği, sağlık ve iyilik hali üzerinde yarattığı olumsuz etkilerle, zorluklarla başa çıkma ve korumanın yollarının masaya yatırıldığı konferansa alanında uzman birçok konuşmacı katıldı.

Hibrit olarak gerçekleştirilen 2. Uluslararası Beslenme, Sağlık Okuryazarlığı ve Eğitim Konferansı'nda pandeminin toplumsal yaşamda yarattığı değişimlere çözüm önerileri bütünsel olarak ele alındı. Konferansta konuşulan konular arasında; pandeminin Türkiye'de ve bazı yabancı ülkelerde okul müfredatını nasıl değiştirdiği, dijital dönüşüm sürecinde nasıl dijital ebeveyn olunacağı, pandemi ve sonrası dönemde çocukların bağışıklık sisteminin nasıl etkileneceği, çocuklarda artan bilgisayar, televizyon ve cep telefonu kullanımının göz sağlığına olumsuz etkileri bulunuyor.



# Sağlık İçin Beslenmenin Rolü

## Konferansı

25-26
Mayıs 2022

**Vakfımız ile The Nutrition Society ortaklığında Türkiye'de ilk defa düzenlenen "Sağlık İçin Beslenmenin Rolü" Konferansı, dengeli beslenmenin toplum sağlığının geleceği için oynadığı kritik öneme dikkat çekti. Yetersiz veya sorunlu sağlık okuryazarlığı nedeniyle Türkiye'de obezite ya da aşırı kilolu olma hali erkeklerde %20, kadınlarda ise %28'e ulaşmış durumda.**

Beslenme konusunda dünyanın en köklü kurumu kabul edilen The Nutrition Society ile ortak olarak gerçekleştirdiğimiz "Sağlık İçin Beslenmenin Rolü Konferansı" sağlık okuryazarlığı eksikliği konusunda birçok önemli gerçeği ortaya çıkardı. İstanbul'da dünyaca ünlü bilim insanlarına ev sahipliği yaptığımız konferansın ilk gününde, sağlığın korunmasında beslenmenin rolü, COVID 19 zamanında beslenme, bağışıklık fonksiyonu ve sağlık, Türkiye'de obezite ve diyabete yönelik halk sağlığı girişimleri, gizli açlık gibi konular ele alındı. Konferansın ikinci gününde ise sağlık ve hastalıkta metabolik düzenlemenin yeni moleküler ve mimari belirleyicileri, T.C. Sağlık Bakanlığı'nın son faaliyetleri, Birleşik Krallık Beslenme Bilimsel Danışma Komitesi'nin (SACN) son faaliyetleri tartışıldı. Konferansın sonunda ise konuşmacıların katılımıyla düzenlenen yuvarlak masa toplantısında toplum sağlığının geleceği için alınması gereken ivedi aksiyonlar hazırlanarak bir bildiri yayınlandı.

**5 KİŞİDEN 1'İ**
**TÜRKİYE'DE AŞIRI KİLOLU VEYA OBEZ**




Prof. Dr. Erkki Vartiainen Prof. Dr. Julie Lovegrove Begüm Mutuş
Dr. Alison Tedstone Fayza Khan Dr. Julian Stowell

## Konferansta kimler vardı?

Royal Society of Medicine Üyesi ve Sabri Ülker Vakfı Bilim Kurulu Üyesi Dr. Julian Stowell'ın yanı sıra Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Obezite Diyabet Metabolik Hastalıklar Daire Başkanı Doç. Dr. Nazan Yardım, Harvard Üniversitesi Sabri Ülker Merkezi Başkanı Prof. Gökhan Hotamışlıgil, Newcastle Üniversitesi'nden Prof. John Mathers, Finlandiya Sağlık ve Refah Enstitüsü'nden Prof. Erkki Vartiainen, Hacettepe Üniversitesi'nden Prof. Serhat Ünal, İngiltere Sağlığı Geliştirme ve Eşitsizlikler Ofisi, Sağlık ve Sosyal Bakım Departmanı'ndan Dr. Alison Tedstone, Kent Üniversitesi'nden Prof. Halit Tanju Besler ve Hacettepe Üniversitesi'nden Prof. Mine Durusu Tanrıöver.

*** Dünya Sağlık Örgütü Avrupa Bölge Ofisi tarafından açıklanan 2022 Avrupa Obezite Raporu'na göre Türkiye'de her 5 kişiden 1'i aşırı kilolu veya obez...**

*** Türkiye Sağlık Okuryazarlığı Düzeyi ve İlişkili Faktörleri araştırmasına göre, Türkiye'de sağlık okuryazarlığı konusunda yetişkin nüfusun yüzde 24,5'i "yetersiz", yüzde 40,1'i ise "sorunlu" bilgi düzeyine sahip.**

## Yetişkin nüfusun 35 milyonu doğru sağlık okuryazarlığını bilmiyor

Dünya genelinde toplum sağlığı konusunda en büyük risklerden biri olan bilgi kirliliği ve sağlık okuryazarlığının yetersizliği bireylerin kişisel sağlığını olumsuz yönde etkileyen en önemli risklerden birini oluşturuyor. Türkiye Sağlık Okuryazarlığı Düzeyi ve İlişkili Faktörleri Araştırması'na göre, Türkiye'de sağlık okuryazarlığı konusunda yetişkin nüfusun yüzde 24,5'i "yetersiz", yüzde 40,1'i ise "sorunlu" bilgi düzeyine sahip. Yani 53 milyon yetişkin nüfusun, 35 milyonunun sağlık okuryazarlığı yeterli düzeyde değil. Araştırmaya göre, sağlık okuryazarlığı düzeyi yetersiz olanların yüzde 43,5'i bir hekim tarafından teşhis edilmiş bir hastalığa sahip. Bu veriler sağlık okuryazarlığının eksikliğinin hastalık oluşmasında en önemli faktörlerden de biri olduğunu gösteriyor.

## Türkiye'de ortalama yaşam 78, İngiltere'de 80 yıl

Konferansta ayrıca İngiltere ve Türkiye'deki beslenme alışkanlıklarının da karşılaştırılması gerçekleştirildi. Bu karşılaştırmayı yapan Royal Society Of Medicine Üyesi Prof. Dr. Julian Stowell, şunları söyledi: "Dünya Sağlık Örgütü'nün son verilerine göre doğumdan itibaren yaşam süresi ortalaması Türkiye'de kadınlar için 76, erkekler için 80 yıldır. Birleşik Krallık'ta ise kadınlar için 79, erkekler için 82 yıl. Aradaki fark az olmakla birlikte sağlıklı geçen yaşam süresi düşünüldüğünde fark daha da azalıyor. Bu süre Türkiye'de ortalama 78 yıl, Birleşik Krallık'ta ise 80 yıl. Bu nedenle, kronik hastalıklara ve rahatsızlıklara ileriki yaşlarda yakalanmamız kuvvetli ihtimal olarak karşımıza çıkıyor. Sağlık okuryazarlığı ile doğru beslenme alışkanlıklarının edinilmesi, ortalama yaşam süresinin de gün geçtikçe artabileceğini düşündürüyor."



## Türkiye'de nüfusun %35,8'i kalp hastası

Türkiye'de nüfusun yüzde 35,8'ini oluşturan ölüm nedenlerinin başında kardiyovasküler hastalıkların geldiğini ifade eden Dr. Julian Stowell; "Birleşik Krallık'ta kardiyovasküler hastalıklardan ölümlerin nüfusun yüzde 28,6'sını oluşturduğu tahmin ediliyor. Ölüme ve hastalığa sebebiyet veren, bulaşıcı olmayan en önemli hastalıklar arasında kanser, kardiyovasküler hastalıklar, kronik solunum yolu hastalıkları ve diyabet, her iki toplumda da ilk sıralarda yer alıyor. Obezite ise her iki ülke için de ciddi bir sağlık sorunu olarak öne çıkıyor. Bu bilgiler iç karartıyor ama umut yine de var. Dünya Sağlık Örgütü; kötü beslenme, fiziksel hareketsizlik, tütün kullanımı ve aşırı alkol tüketiminin en önemli değiştirilebilir risk faktörleri olarak belirtiyor. Daha sağlıklı bir yaşamın sırrı küçük yaşlardan itibaren ailelerimiz ve öğretmenlerimiz tarafından bizlere sunulacak doğru sağlık okuryazarlığı eğitiminde saklı. Bu yönde hükümetler mutlaka yeni müfredatlar geliştirerek küçük yaşlardan itibaren sağlıklı yaşamın önemini aktarmalı" diyor.

## Obezite riski artıyor

Türkiye'deki beslenme durumunu ortaya koyan en kapsamlı araştırmalardan biri olan Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması (TBSA) 2019 verilerine göre; yetişkin nüfusta obezite, erkeklerde yüzde 20, kadınlarda ise yüzde 28'e varan oranlarda değişiklik gösteriyor.

2022 Avrupa Obezite Raporu'na göre ise Türkiye'de yetişkinlerin yaklaşık yüzde 67'si aşırı kilo veya obezite sorunu ile karşı karşıya bulunuyor. Ayrıca rapora göre erkeklerin yaklaşık yüzde 25'inin, kadınların ise yaklaşık yüzde 40'ının obez olduğu ortaya konuluyor. Bu durum gün geçtikçe artan obezite yaygınlığına işaret ediyor. Bununla birlikte, Türkiye'de eğitim düzeyi düşük olan yetişkin bireylerin obezite riskiyle daha fazla karşı karşıya olduğu belirtiliyor.



# 11. Ulusal Sağlıklı Yaşam Kongresi

2-5 Haziran 2022

Acıbadem Mehmet Ali Aydınlar Üniversitesi'nin düzenlediği beslenme ve sağlık alanında en güncel bilimsel bilgilerin tartışıldığı, 11. Ulusal Sağlıklı Yaşam Kongresi'ne, Vakfımız Bilim Kurulu üyelerinden Prof. F. Nur Baran Aksakal "Sağlık Profesyonelleri için Beslenme ve Beslenme İletişimi" konulu sunumuyla katılım sağladı.

# Future of Food Konferansı

16 Haziran 2022

EIT Food tarafından düzenlenen tarım ve beslenme alanındaki en son gelişmelerin paylaşıldığı uluslararası Future of Food Konferansı'na Sabri Ülker Vakfı olarak, network partner üyesi olarak davet aldık. FAO, Avrupa Çevre Komisyonu ve FoodDrinkEurope gibi kurumların temsilcilerinin de yer aldığı konferansta AB projeleri ile ilgili görüşmeler gerçekleştirildi.

# Uluslararası Gıda Kaybı ve İsrafı Farkındalık Günü

## Basın Toplantısı

27 Eylül 2022




**Vakfımızın Türkiye'de gıda israfına ilişkin gerçekleştirdiği son araştırması "Tüketici İsraf Araştırması-TİA 2022", Dünya İsraf Günü etkinlikleri kapsamında İspanya'nın Valensiya şehrinde düzenlenen toplantıda açıklandı. Araştırma sonuçlarına göre ülkemizde günde 4,9 milyon ekmek israf ediliyor.**

Avrupa Gıda Bilgi Konseyi (EUFIC) verilerine göre gıda israfının kişi başına 174 kilograma ulaştığı günümüzde, israfın boyutlarına dikkat çekmek amacıyla 2020 yılından bu yana her sene 29 Eylül'de gerçekleştirilen "Uluslararası Gıda Kaybı ve İsrafı Farkındalık Günü", bu yıl da uluslararası düzeyde çok sayıda etkinliğin ana içeriğini oluşturdu.

Sabri Ülker Vakfı olarak "Uluslararası Gıda Kaybı ve İsrafı Farkındalık Günü" kapsamında, Valensiya'da düzenlenen toplantıda duyurduğumuz "Tüketici İsraf Araştırması", ortaya çıkardığı çarpıcı sonuçlar nedeniyle oldukça dikkat çekici...

"Tüketici İsraf Araştırması", Bilim Kurulu Üyemiz ve Doğu Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Öğretim Üyesi Prof. İrfan Erol'un liderliğinde, Türkiye genelinde 12 ilde, 18 yaş üzeri 2 bin 400 kadın ve erkek katılımcı ile yüz yüze görüşme yöntemiyle gerçekleştirildi.

T.C. Tarım ve Orman Bakanlığı Avrupa Birliği Uyum Daire Başkanı & Gıdanı Koru Kampanyası Koordinatörü Zeynep Özkan ve Vakfımızın Genel Sekreteri Selen Tokcan'ın Türkiye'den son durum ve çalışmaları paylaştığı toplantıda, Bakanlığın gıda israfına yönelik yürüttüğü çalışmaları ve Sabri Ülker Vakfı'nın gıda ve ekmek israfı konusundaki tutum ve davranışları ortaya koyan en güncel çalışma olan araştırmanın sonuçları da aktarıldı.

UNEP 2021 raporuna göre 214 ülke arasında 15. sırada gıda israfının en fazla yaşandığı ülkeler arasında yer alan Türkiye'de, 2020 yılında yapılan son araştırma her yıl 18,1 milyon ton gıda israf edildiğini ortaya koyuyor. Çöplerdeki atık miktarının %52'sini gıdanın oluşturduğu Türkiye'de, günlük 4,9 milyon ekmek israf ediliyor. En çok kayıp ise meyve sebzede yaşanıyor. Türkiye'nin israf karnesinde üretilenin yaklaşık yüzde 50'sinin kayıp olduğu meyve ve sebze tüketiminden sonra yılda 2000 bin litre ile içecek sektörü, 4,2 ton kayıp ile de hizmet sektörü başı çekiyor. Türkiye'deki evsel gıda atığı ise yılda tahmini 7 milyon 762 bin 575 ton. Bu oran yılda kişi başı 93 kilograma denk geliyor.

Toplantıda bir konuşma yapan Tarım ve Orman Bakanlığı Avrupa Birliği Uyum Daire Başkanı & Gıdanı Koru Kampanyası Koordinatörü Zeynep Özkan, Bakanlık tarafından yürütülen "Gıdanı Koru, Sofrana Sahip Çık" kampanyası hakkında şunları söyledi: "Gıda israfına yönelik her türlü farkındalık projesi çok önemli. Birleşmiş Milletler Gıda ve Tarım Örgütü (FAO) ve Tarım ve Orman Bakanlığı iş birliğinde, gıda kaybı ve israfı hakkında kamuoyunun farkındalığını artırmak ve gıda tedarik zincirindeki tüm aktörleri harekete geçirmek için Gıdanı Koru ulusal kampanyamız devam ediyor. Kampanya çıktılarımıza göre; tüketiciler daha az israf etmeye başladı ve haneler yaklaşık 80 milyon dolar tasarruf etti. Tarih etiketleri farkındalığında yüzde 20 artış, aşırı pişirme ve porsiyonlamada yüzde 40 azalma, atık gıdaların geri dönüşümünde ise yüzde 22 artış gözlendi. Tüketicilerin yüzde 93'ü kampanyayı faydalı buluyor ve yüzde 84'ü artık gıda israfı konusunda daha temkinli."

Gıda israfının hem Türkiye hem de dünya genelinde çok önemli bir sorun olduğunu ifade eden Vakfımızın Genel Sekreteri Selen Tokcan, dünyada 700 milyona yakın insanın açlıkla, 670 milyondan fazla insanın ise obezite ile mücadele ettiğine dikkat çekerek, gıda israfı konusunda tüm tarafların birlikte hareket etmesinin kaçınılmaz olduğunu vurguladı.



## TİA 2022'den

• Gıda israfını en aza indirmek adına yapılan önlemlerde, "ihtiyacımız kadar satın almak" ifadesi oransal çoğunluğu oluşturuyor.

• Her 10 katılımcıdan yaklaşık 3'ü, gıdayı en sık israf etme nedeni olarak, "son tüketim tarihinin geçmesi" şeklinde ifade ediyor.

• Katılımcıların, günlük ortalama 3,6 ekmek tükettiği görülüyor.

• Her 10 katılımcının 8'i tüketilen ekmeği "satın aldığını" belirtiyor. Tüketilen ekmeği satın alanların oransal çoğunluğu "25-29" yaş grubundan oluşurken; ekmeği evde yapanların oransal çoğunluğu ise "30-34" yaş grubu bireylerden oluşuyor.

• "Evinizde ekmek israfı oluyor mu?" sorusuna her 10 katılımcıdan yaklaşık 8'inin "hayır"; "Yemekten sonra masada ekmek artığı kalıyor mu?" sorusuna ise 10 katılımcıdan 6'sının "hayır" yanıtı verdiği görülüyor.

• Her 10 katılımcıdan 6'sı bayatlayan ekmekleri "bayat olarak tükettiğini" ifade ediyor.

• Katılımcıların büyük çoğunluğu (yüzde 75,1), ekmeğin "en çok israf edilen gıda" olduğunu düşünüyor.

• Her 10 katılımcıdan 6'sı "gıda ve ekmek israfı konusunda temel eğitimde farkındalık yaratmanın gerekli olduğunu" düşünüyor.

• Gıda ve ekmek israfı konusunda temel eğitimde farkındalık yaratılmasını gerekli görenlerin oransal çoğunluğu 18-24 yaş grubu, üniversite mezunu ve AB sosyo-ekonomik statüsüne sahip bireylerden oluşurken; gerekli görmeyenlerin oransal çoğunluğu ise 50+ yaş grubu, ilkokul mezunu ve DE sosyo-ekonomik statüsüne sahip bireylerden meydana geliyor.

# 2. Uluslararası Tıp, Sağlık ve İletişim Bilimleri Kongresi

5-8 Ekim 2022

Uluslararası Tıp, Sağlık ve İletişim Bilimleri Kongresi 5-8 Ekim 2022 tarihleri arasında gerçekleştirildi.

Vakfımızın da sponsorları arasında yer aldığı kongrede sağlık iletişiminin esasları, bulaşıcı hastalıklar, iletişim, dijital medya ve sağlık iletişimi gibi konular yer alıyor. Karadeniz Teknik Üniversitesi, Anadolu Üniversitesi ve Yaşar Üniversitesi iş birliğinde Trabzon Halk Sağlığı Derneği'nin katkılarıyla gerçekleşen konferansta Vakfımızın sağlık okuryazarlığının arttırılmasına yönelik hayata geçirdiği projeleri anlattık.



# 9. Ulusal İSTAHED Aile Hekimliği

## Kongresi

5-9 Ekim 2022

9.Ulusal İSTAHED Aile Hekimliği Kongresi'nde, toplum sağlığının en belirleyici aktörleri olan aile hekimleriyle buluştuk. Aile Hekimlerine yönelik Türkiye'de ilk defa gerçekleşen ve 20 bin aile hekimine ulaşan beslenme eğitimi projemiz büyük ilgi uyandırdı.

## Aile Hekimlerine "Beslenme Eğitimi"

**Aile Hekimleri Dernekleri Federasyonu (AHEF) iş birliğiyle Türkiye'de bir ilke imza attık ve Aile Hekimlerine Yönelik Beslenme ve Beslenme İletişimi programını hayata geçirdik. Tüm Türkiye'de gerçekleştirilen eğitimlerde aile hekimlerine "kilo kontrolü yaklaşımları", "besin takviyelerinin hastalıklarla etkileşimleri", "vitamin takviyeleri" gibi alanlarda ücretsiz eğitim verildi.**

21 Mart-4 Temmuz 2022




> *Aile Hekimleri Dernekleri Federasyonu ile iş birliği gerçekleştirerek, aile hekimlerine ücretsiz beslenme eğitimi verdik.*

Toplum sağlığını her geçen gün daha da iyileştirmek için birbirinden önemli çalışmalara imza atıyoruz. Aile Hekimleri Dernekleri Federasyonu ile iş birliği gerçekleştirerek, aile hekimlerine ücretsiz beslenme eğitimi verdik. Müfredatı Bilim Kurulu Üyemiz Prof. Serhat Ünal tarafından oluşturulan eğitimin ilkine, 10 bine yakın aile hekimi katıldı. Program süresince ulaşılan aile hekimleri vasıtasıyla "toplumun dengeli ve sağlıklı beslenmesi" yolunda anlamlı adımlar atılmasını hedefledik. 21 Mart'ta başlayan eğitimler, 8 oturum olarak gerçekleşti ve temmuz ayında sona erdi. Online olarak gerçekleştirilen eğitimlerde ayrıca 20 bin aile hekimine ulaşıldı.

## Beslenme eğitimi neden gerekiyor?

1.308 aile hekiminin katılımıyla gerçekleşen eğitim projesinin ilk etabında kapsamlı bir anket çalışması da yapıldı. Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi, Enfeksiyon Hastalıkları ve Klinik Mikrobiyoloji Ana Bilim Dalı Başkanı ve Aşı Enstitüsü Müdürü ve Sabri Ülker Vakfı Bilim Kurulu Üyemiz Prof. Serhat Ünal yapılan anketle ilgili olarak şunları söyledi; "AHEF iş birliği ile gerçekleştirdiğimiz anket sonucunda aile hekimlerinin kendilerini en çok hangi alanlarda eksik hissettikleri ve hangi konularda bilgi desteğine ihtiyaç duyduklarını ortaya çıkardık. Elde ettiğimiz verilerin ışığında, eğitim programımızın konu başlıklarını ve içeriklerini belirledik."

## En çok beslenme ile ilgili konularda eksiklikler var

Yapılan anket sonucunda aile hekimlerinin kendilerini en çok sağlıklı beslenme konusunda eksik hissettikleri ortaya çıktı. Aile hekimlerinin beslenme konusunda en çok bilgi desteğine ihtiyaç duydukları başlıklar ise şunlar; "kilo kontrolü yaklaşımları", "besin takviyelerinin hastalıklarla etkileşimleri", "probiyotik ve prebiyotikler" ve "vitamin takviyeleri."




# Sabri Ülker Metabolik Araştırmalar Merkezi

# Sabri Ülker Metabolik

## Araştırmalar Merkezi

Vakfımızın destekleriyle kurulduğu günden bu yana bilim dünyasında önemli çalışmaları hayata geçiren Harvard Üniversitesi Sabri Ülker Merkezi, bugüne kadar yaptığı çalışmalar ve metabolik araştırmalar ile birçok hastalığın tedavisinde çığır açan buluşlara imza attı. Dünyaca ünlü akademisyen ve bilim insanı Prof. Dr. Gökhan Hotamışlıgil önderliğinde çalışmalarına hız kesmeden devam eden Merkez, metabolizmanın moleküler kontrol mekanizmalarını ortaya çıkararak diyabet, obezite ve karaciğer yağlanmasına yönelik tedavi yöntemlerinde çığır açacak çalışmalar sürdürüyor. Merkezde şu an görev yapan veya burada yetişmiş kadro içinde yer alan 5 Türk ve birçok ülkeden araştırmacı şimdiden geleceğin yıldız bilim insanları olarak gösteriliyor.




Temel hedefi en çetin ve karmaşık metabolik kontrol mekanizmalarını ortaya çıkarmak olan merkezde, 2021 yılında keşfedilen ve daha önce varlığı bilinmeyen kontrol mekanizmaları, obezite, diyabet, karaciğer hastalığı gibi metabolik hastalıklara çare bulmak adına önemli çalışmalar hayata geçirildi ve dünyanın en saygın bilimsel dergilerinde dünyaya duyuruldu. Merkezin önümüzdeki yıllardaki hedefi bu çalışmaların hayata geçişini hızlandıracak hem temel hem de uygulamaya yönelik çalışmalar üzerine odaklanmak olacak.

## "Odaklanmış İyon Işını Taramalı İleri Elektron Mikroskobu" çalışması

Prof. Dr. Gökhan Hotamışlıgil ve ekibi tarafından "Odaklanmış İyon Işını Taramalı İleri Elektron Mikroskobu" kullanılarak yapılan araştırma, Nature Dergisi'nde yayınlandı. Dünyada ilk kez bu hacim ve çözünürlükte gerçekleştirilen çalışmada bozulmamış karaciğer dokusunun 3 boyutlu moleküler mimarisinin görüntülenmesiyle sağlık ve hastalık durumunda hücre içindeki dinamik yapısal farklılıklar ortaya çıkarıldı. Araştırmanın ortaya koyduğu en önemli konu ise, bozulan formun moleküler tamiratı ile hücre içinde normal metabolik fonksiyonların geri kazanılmasının mümkün olduğu yönünde...

### Sayılarla Sabri Ülker Metabolik Araştırmalar Merkezi

| | |
|---|---|
| Çalışan sayısı | 23 |
| Görev alan Türk üye sayısı | 5 |
| Üzerinde çalışılmaya devam eden proje sayısı | 10 |
| Laboratuvar tarihinde görev alan toplam Türk sayısı | 35 |
| Laboratuvarın açılışından bugüne Gökhan Hotamışlıgil tarafından yayımlanan bilimsel yazı sayısı | 201 |
| Toplam atıf sayısı | 70.000 |

# Sabri Ülker Merkezi

## Akademi Toplantısı

29 Mart 2022

Sabri Ülker Merkezi'nin 2021 çalışmalarını paylaşmak üzere İstanbul'da düzenlenen basın toplantısına, Harvard Üniversitesi Sabri Ülker Merkezi Başkanı Prof. Gökhan Hotamışlıgil, Yıldız Holding Yönetim Kurulu Başkanı Ali Ülker ve Sabri Ülker Vakfı Genel Müdürü Begüm Mutuş katıldı.

Toplantıda merkezin 2021 çalışmalarına dair bilgiler veren Prof. Gökhan Hotamışlıgil, diyabetin çok yakın bir gelecekte tedavi edilebilir olacağının altını çizdi.

Bilim dünyasında ses getiren çalışmalara ve heyecan yaratan keşiflere imza atan Harvard Üniversitesi Sabri Ülker Merkezi, tüm dünyadan bilim insanlarına ev sahipliği yapıyor. Farklı ülkelerden 23 bilim insanının çalıştığı merkezde 5 Türk araştırmacı görev alıyor. Merkez, son yıllarda Türk öğrenci ve akademisyenler için de eşsiz bir çalışma ortamı ve bilimsel köprü durumuna gelmiş durumda.

Merkezin, dünyanın en önde gelen bilim insanları ile genç kuşak araştırmacıları bir araya getirmek ve en yeni bilimsel gelişmeler hakkında fikir alışverişi ve iş birliği olanakları yaratmak için İstanbul ve Boston'da dönüşümlü olarak gerçekleştirdiği "Metabolizma ve Yaşam Sempozyumu" da Vakfımızın ev sahipliğinde düzenleniyor.

Harvard Üniversitesi Sabri Ülker Merkezi'nde Prof. Dr. Gökhan Hotamışlıgil liderliğindeki araştırma ekibi; 2021 yılında, metabolizmanın düzenlenmesine yardımcı olan ve hem tip 1 hem de tip 2 diyabetin iyileşmesinde önemli bir rol oynayan Fabkin hormonunu keşfetti. 8 Aralık 2021'de Nature dergisinde online olarak yayınlanan makale, vücudun yağ hücrelerinden salgılanan Fabkin'in kan seviyelerinin, tip 1 veya tip 2 diyabetli farelerde ve insan deneklerde anormal derecede yüksek olduğunu





gösterdi. Genetik ve biyokimyasal çalışmalarda, Fabkin'in diyabet tedavisinde umut verici olumlu etkilere sahip olması öngörülüyor. Araştırma ekibinin 2021'deki bir diğer keşfi; obezitede yağ dokusunun neden olduğu inflamasyonu etkileyen ve insülin direncine yol açan yeni bir mekanizmanın bulunması oldu. Hotamışlıgil'in ekibi; adiposit adı verilen ve vücudumuzda yağ depolayan hücrelerdeki kalsiyum salgılayan kanalların kronik inflamasyondaki etkisi ve obezite ile ilişkili metabolik komplikasyonlara karşı yeni tedaviler sunabileceğini gösteren yeni bir çalışma yürüttü. Harvard Üniversitesi Sabri Ülker Merkezi'ndeki araştırmacılardan Ekin Güney, Ana Paula Arruda ve Güneş Parlakgül liderliğindeki yeni çalışma grubu, "Obezitede metaflamasyonu ne tetikler ve nasıl yayılır?" sorusuna dair çok önemli yanıtlar sundu. Araştırmacılar ayrıca, adipositlerde anormal IP3R aktivitesinin önlenmesinin, obezitedeki sistemik glikoz metabolizmasını ve inflamatuar stresi engellemek için güçlü bir strateji olabileceğini öne sürdü.







# Ulusal ve Uluslararası

## İş Birlikleri

# AB

# Projeleri

Vakıf olarak, farklı ülkelerden gıda, sürdürülebilirlik ve teknoloji alanında faaliyet gösteren 15 farklı kurumun yer aldığı, Avrupa Birliği Horizon 2020 Hibe Programı kapsamında fon almaya hak kazanan agroBRIDGES Projesi'nin Türkiye'den tek ortağı olarak yer aldığımız proje 2. yılında devam ediyor.

2021 yılı Ocak ayında başlayan ve 36 ay sürecek olan projenin temel hedefleri arasında şunlar yer alıyor; Üretici ve tüketici arasındaki aracıları azaltmak, kısa gıda tedarik zincirlerine dayalı yeni iş ve pazarlama modelleri oluşturmak için çiftçilere pratik bilgiler ve araçlar sunmak, bu amaçla iletişim materyalleri, eğitim programları, etkinlikler ve dijital araçlar oluşturmak...

Vakfımızın projedeki ana rolü, proje kapsamında tarımda sürdürülebilirliğe yönelik çiftçilere sunulacak eğitim programları, etkinlikler ve dijital araçların yaygınlaştırılması ve iletişimine destek olmak. Bu yıl projede uygulanan temel faaliyetler arasında, 5 farklı dijital aracın geliştirme süreçlerinin tamamlanması, tüketicilere yönelik anket çalışmasının sonuçlarının paylaşılması, geliştirilen dijital araç için MAP üyelerinden geri bildirimlerin toplandığı çalıştayın tamamlanması ve proje toplantıları yer alıyor.

Bunun yanı sıra 2022 yılında partner olarak yer aldığımız 4 Prima proje başvurumuzdan ikisi 2'nci aşamaya geçmeye hak kazandı. 2022 yılı içerisinde koordinatör olarak başvurduğumuz Erasmus+ çağrı başvurumuz da bulunuyor.

EIT Food Call for RIS Future Citizen Labs 2022 için başvuru yaptığımız ''Citizen Labs of Turkey and Malta isimli projemiz hibe almaya hak kazandı.




Kordinatör olarak yer aldığımız projede, yerel ürünlerde gıda güvenliği ve israfı konularında toplumda bir farkındalık sağlamayı hedef aldık. Ayrıca, tüketicinin gıdaya duyduğu güveni arttırmak ve yerel ürün üreticilerini desteklemeyi amaçladık. Atölye çalışmaları, webinar ve çeşitli iletişim projeleri ile yürütülen bu çağrı kapsamında 4 aylık projemizin final etkinliği 5 Aralık'ta Malta'da gerçekleştirildi. Projemiz, Maltalı şefin Türk yemeklerini pişirdiği, Türk şefin de Malta'ya özgü bir yemeği pişirdiği atölye ile sonlandı. Final etkinliğimize T.C. Valletta Büyükelçisi Sayın Kerem Ahmet Kıratlı katılım gösterdi. Bu proje sonucunda dört ay gibi kısa bir sürede medya iletişim çalışmalarımız ile 2.885 kişiye ulaştık. Sosyal medya paylaşımlarımızla da 154.213 kişiye erişim sağladık.











# İletişimde

## Sabri Ülker Vakfı

# Sabri Ülker Sağlıklı Yaşam Merkezi

Sağlıklı bir gelecek için birbirinden önemli çalışma ve organizasyonlara imza atıyor, toplumumuzun bu konularda daha da bilinçlenmesi için elimizden gelen her şeyi yapıyoruz. Çalışma arkadaşlarımızla da beslenme ve sağlıklı yaşam konularında fayda sağlamak amacıyla "Sağlıklı Yaşam Merkezi"nin çatısı altında birçok çalışma gerçekleştiriyoruz.

Her sene farklı alanlarda farklı proje ve organizasyonları hayata geçiren Merkezimizin hedefi, çalışma arkadaşlarımızın sağlıklı, yeterli ve dengeli beslenmeyi öğrenirken bir yandan da doğru beslenme davranışlarını tüm yaşamlarına uygulamalarını sağlamak.

Bu kapsamda çalışma arkadaşlarımıza Kurumsal Beslenme Danışmanlığı veriyor, beslenme bilgi düzeyini arttırmaya yönelik içeriklerden oluşan iç iletişim çalışmaları yapıyor, şirket içi sağlıklı yaşam etkinlikleri düzenliyoruz.

Hem Vakfımız'daki hem de Yıldız Holding'teki tüm çalışma arkadaşlarımızın faydalanabileceği Sağlıklı Yaşam Merkezi'nin ilk hedefi, sağlıklı, yeterli ve dengeli beslenme konusunda çalışanların sürdürülebilir alışkanlıklar kazanması için kişiye özel diyetlerle yaşam boyu sağlıklarının desteklenmesidir.

Merkezde son üç yılda yaklaşık 1500 çalışana danışmanlık hizmeti sunuldu. Son bir yılda ise 300 çalışana birebir Sağlıklı Yaşam Koçluğu yapıldı, her 10 çalışanın 4'ünü ideal kilosuna ulaşması ve toplamda 130 kg kaybı sağlandı. Alanında örnek gösterilen ve benimsenen merkezimiz, 5'inci yılını doldururken, bu yıl verdiğimiz hizmete bir yenisini ekleyerek Sağlıklı Yaşam Merkezi online'ı hayata geçirdik. Böylece, uzaktan çalışma sistemi içerisinde Sağlıklı Yaşam Merkezi'ne gelmeden de tüm Yıldız Holding çalışanları beslenme danışmanlığı hizmetinden faydalanabiliyor.






Sabri Ülker Vakfı Beslenme ve Bilimsel İletişim Yöneticisi Özge Dinç

# Sabri Ülker Vakfı

## Yayınları

SABRİ ÜLKER VAKFI
YAYINLARI

**“Herkes Okusun Diye” hayata geçirdiğimiz, ilk yılında 10 milyondan fazla kişiye ulaşan Sabri Ülker Vakfı Yayınları, kurulduğu günden bu yana milyonlarca okuyucu ile buluştu. Birbirinden eğitici ve eğlenceli çocuk kitaplarının yanı sıra Akademik ve Popüler Bilim kategorisinde de birçok önemli kitabı okuyucuyla buluşturan Sabri Ülker Yayınları şimdi de Süper Sağlıklı Çocuk El Kitabı ile merak edilen tüm soruları yanıtlıyor.**

Sabri Ülker Vakfı Yayınları çocukların sağlıklı bir yaşam sürebilmesi için eğitici ve eğlenceli kitapları okurlarla buluşturmaya devam ediyor. Son olarak yayımlanan Süper Sağlıklı Çocuk El Kitabı, çocukların hatta büyüklerin aklına takılan tüm sağlık sorularını yanıtlıyor.

Kaliforniya Üniversitesi Çocuk Kulak Burun Boğaz Hastalıkları Cerrahisi alanında profesör ve bölüm başkanı Nina Shapiro’nun uluslararası çok satan listesine giren Süper Sağlıklı Çocuk El Kitabı, besinlerin vücuttaki organları nasıl etkilediği, koştuklarında, uyuduklarında veya elektronik bir cihaz kullandıklarında vücutlarında neler olduğu hakkında çocukların yaşlarına uygun öğretici açıklamalar ve çizimler içeriyor.

Profesör Nina L. Shapiro’nun kaleme aldığı Süper Sağlıklı Çocuk El Kitabı şu başlıklardan oluşuyor: “Neden Akşam Yemeğimiz Kurabiye Olamaz? Egzersizi Bu Kadar Faydalı Yapan Nedir? Neden Daha Geç Yatamıyorum? Neden İlaç Kullanmam Gerekiyor? İğne mi Olacağım? Neden Bu Kadar Stresliyim? Yine Ellerimi Yıkamak ve Dişlerimi Fırçalamak Zorunda Mıyım? Neden Ekran Karşısında Daha Çok Zaman Geçiremiyorum?”

## İlk Sabri Ülker Vakfı Yayınları Kütüphanesi Adana’da açıldı

Şubat ayında Adana Mimar Kemal İlkokulu’nda ilk Sabri Ülker Vakfı Yayınları Kütüphanesi açıldı. Türkiye’nin dört bir yanında açılmaya devam edecek olan Sabri Ülker Vakfı Yayınları Kütüphaneleri, okuyan, bilen, sorgulayan gelecek nesillerin yetişmesinde büyük rol oynayacak.



## Sabri Ülker Vakfı Yayınları'nın En Yenileri

# Çocuklara Özel

Tüm kitapçılarda ve online satış adreslerinde



## Cesareti Arayan Mirket

Cesaret nedir? Sadece kendisine değil, arkadaşlarına karşı yapılan haksızlığın ya da yanlışın karşısında durabilmek değil midir? Sabri Ülker Vakfı Yayınlarının yepyeni kitabı "Cesareti Arayan Mirket", işte tam da bu konuya odaklanıyor. Klinik Psikolog Pınar Ezgin'in yazdığı kitapta çocuklar Mirket ile beraber cesaret sorusunun cevabını arıyor.




## Rüzgârın Kovaladığı Karamel

Klinik Psikolog Pınar Ezgin'in kaleme aldığı "Rüzgârın Kovaladığı Karamel" öykü kitabı, çocukların yaşadıkları anların tadını çıkarması, çevrelerinin farkında olması ve daha da önemlisi hissettiklerini çekinmeden rahatlıkla anlatabilmelerini sağlamak için yazılmış bir hikâye olarak öne çıkıyor.




## Duygular Serisi hem eğlendiriyor hem düşündürüyor

Uzman Psikolog Nazlı Toraman Aydın'ın kaleme aldığı, "İpek ve Duygu Defteri", "Öykü ve Düşünce Balonları", "Roro ve Cesaret Anahtarı" ve "Yumuk ve Öfke Şişesi" hikâyelerinden oluşan Duygular Serisi, farkındalığın ve kendini ifade etmenin önemine dikkat çekmeyi amaçlıyor. Kitaplarını çocuk ebeveyn iletişimi için birer araç olarak kurgulayan Nazlı Toraman Aydın'ın her bir öyküsü çocukları keyifli bir yolculuğa çıkarmakla kalmıyor, eğitici ve öğretici bilgileri, düşünceleri de içinde barındırıyor.



# Yetişkinlere Özel

## Bilim İletişimi

Bilim iletişimi bilim hakkında konuşmaktan halkla etkileşime geçmeye, bilim eğitiminden bilim haberciliğine, bilim iletişiminin son dönemlerdeki eğilimleriyle değişimlerine değiniyor.

Teorik bilgiyi pratikle birleştiren, konunun özüne odaklanan, tutarlı ve anlaşılır bir inceleme sunan Bilim İletişimi kitabı bu alanda çalışan profesyonellere ve alanın öğrencilerine ihtiyaç duyacakları temel bilgi, strateji ve bakış açılarıyla donatılmış güncel bir rehber sunuyor.




## Murat Ülker'den Hayatın İpuçları 3 Zor Konuların Yalın Anlatımı

Yıldız Holding'i global bir şirkete dönüştüren başarılı iş adamı Murat Ülker, daha önce ilk iki cildini yayımladığımız ve kısa sürede büyük ilgi gören yazılarına kaldığı yerden devam ediyor. Katıldığı toplantılardan, okuduğu makale ve kitaplardan, yaptığı gezilerden yola çıkarak kendi gözlem ve tecrübeleriyle zenginleştirdiği yazılarında hem başarılı olmasını sağlayan prensiplerin ipucunu veriyor hem de geleceğe dair pek çok öngörüde bulunuyor. Birçok ilgi alanı olan Murat Ülker bu kitapta da başta iş yönetimi olmak üzere çeşitli konulara değiniyor. Bu konular güncel olabildiği gibi, tarihe ve geleceğe de uzanıyor.

Örneğin okuyucu "İş" bölümünde sürdürülebilir bir başarı modeli oluşturmanın yollarını öğrenirken, "Geleceğin Dünyası" bölümünde çeşitli sektörlerde geleceğin nasıl şekilleneceğine dair fikir sahibi oluyor. Murat Ülker, gıda sektöründe tecrübeli biri olarak, beslenmeyle ilgili yanlış bilinenlere

> *"Murat Ülker; beslenmeyle ilgili yanlış bilinenlere ve gelecekte önemli sorunlardan biri olacak gıda güvenliğine vurgu yapıyor."*

ve gelecekte önemli sorunlardan biri olacak "gıda güvenliği" ile ilgili önemli noktalara da vurgu yapıyor. Hayatın İpuçları 3'te bunlara ek olarak Murat Ülker'in kişisel gelişim, toplum, din ve sanat gibi alanlardaki görüşleriyle birlikte gezi notlarını da okuyacaksınız.




## Kötü Tavsiye

Kötü Tavsiye'de Paul A. Offit, yanlış bilgiyle mücadelede yapılması ve yapılmaması gerekenlere dair edindiği bilgeliği okurlarıyla paylaşıyor. Offit bu kitabında bilim ve sahte bilim konularını ele alırken sadece kurnaz şarlatanların ve onların "mucizevi" tedavilerinin tetiklediği fikirleri değil aynı zamanda Holokost ve iklim değişikliğinin inkârı gibi yıpratıcı, tehlikeli ideolojileri de tartışıyor. Kötü Tavsiye bilime yönelik politik saldırılardaki artıştan rahatsız olan okurlar için kesinlikle eşsiz bir kılavuz niteliğinde.



# 2022 Yılı

## Medya İletişimi

Bu yıl

**2865** haber yansımamız ile

**23.901.549** kişiye erişim sağladık.


Gıdada dev 'inovasyon' pazarına hazırlanmak şart

ALO 174'ü bilmiyoruz

'Son tüketime' bakıyoruz


YURTTAŞ HABERSİZ

Gıda güvenliği endişe veriyor

TOPLUMUN 3'te 2'si gıda güvenliğinin ne olduğunu bilmiyor. Bozuk ve hatalı gıda ürünü ile karşılaşan tüketici, nereye başvuracağından habersiz. Yurttaşlar ALO 174 hattını bilmiyor, bilenlerin de yüzde 62'si şikâyet etmiyor. Buna gerekçe olarak "uğraşmak istemediğini" gösteriyor. ›› ÖZLEM YÜZAK 8'de


MENOPOZDA HATALI BESLENME KEMİK SAĞLIĞINI OLUMSUZ ETKİLİYOR


Gıda güvenliği nedir bilmiyoruz


VİTAMİN Raporu

Kahvaltı yapanlar kulübü

ÇÖPE MEYİ ATMALI, MEYİ ATMAMALI?

Magnezyum eksikliği depresyon riskini artırıyor

SABRİ ÜLKER BİLİM ÖDÜLÜ DOÇ. DR. NİLAY YAPICI'NIN

DOÇ. Dr. Yapıcı'nın ABD'de 10 kişilik ekibi ile yürüttüğü araştırmalar obezite ve metabolik hastalıkların tedavisine ışık tutacak nitelikte. ›› ÖZLEM YÜZAK 6'da



'nda yeni görevlendirme


VAKFINDAN GIDA TÜKETİM ALIŞKANLIKLARI ARAŞTIRMASI

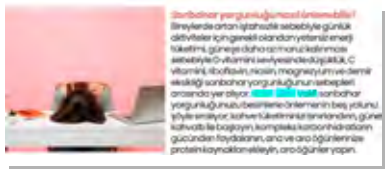
Halkın yüzde 62,1'i bozuk gıdayı şikayet etmiyor

Her 3 kişiden biri ALO 174'ten habersiz


BİLİM ÖDÜLÜ'NÜN BU YILKİ SAHİBİ DOÇ. DR. NİLAY YAPICI

Obezite beyinde bitecek

Hatasızlığı: Bilim diyaspersi akışta


Sonbahar yorgunluğunuzu önlemelisiniz!


Haber Enerji 15


İştahın perde arkasını beyninde arıyor!

'Beyin cerrahı olmak istiyordum'


Gıda güvenliği nedir bilmiyoruz!


Özlem Yüzak

Bilim... Çin, ABD... Ve tabii Türkiye

Peki ya Çin?

Ya Türkiye?


14 Enerji Haber

SÜRDÜRÜLEBİLİRLİĞİN OSCARLARI AÇIKLANDI


Halkın yüzde 62'si bozuk gıdayı şikayet etmiyor


Bilim Ödülü yeme sinyaline
Nilay Yapıcı
Bu yiyecekler BEBEĞİ besliyor
DOĞRU BESLENME SÜTÜ ARTIRIR


GÜNDE BİR ÇORBA KASIĞI
KENTİN EN YENİ ŞEF DOKUNUŞLU İTALYAN'I
'Günlük 4.9 milyon ekmek israf ediliyor'
Sadece iyi yemek yetmez
herkese bilim teknoloji
HALKIN YÜZDE 62,Tİ BOZUK GIDAYI ŞİKAYET ETMİYOR
MENOPOZDA HATALI BESLENME KEMİK SAĞLIĞINI OLUMSUZ ETKİLİYOR


Bilimsel yolculuğumuz büyüyerek devam ediyor


Yurttaşlar ALO 174 hattını bilmiyorbilenlerin yüzde 62'si şikayet etmiyor


Türkiye gıda güvenliği nedir bilmiyor


Ödülün sahibi obezite çalışmalarıyla Doç. Dr. Nilay Yapıcı oldu


Ödülün sahibi obezite çalışmalarıyla Doç. Dr. Nilay Yapıcı oldu


BİLİMSEL BAŞARININ SIRRI NE?


EVDE GIDA İSRAFINI
BİRKAÇ BASİT ÖNLEMLE ENGELLEYİN!


Gıdanın geleceği burnumuzda!


GIDA GÜVENLİĞİ NEDİR BİLMİYORUZ


Dünyada Türk bilim ağı oluşturacağız


hem çocuklar, hem yetişkinler için el kitabı


Günde 4,9 milyon ekmek çöpe gidiyor


Sabri Ülker Ödülü obeziteyle mücadeleye


NDAN OBEZİTEYLE MÜCADELEYE ÖDÜL


Menopozda hatalı beslenme kemik sağlığını olumsuz etkiliyor


Şişmanlığın şifresini çözdü


sağlık
Yiyoruz ama güvenmiyoruz


Çöplerimiz yemek dolu
Açığa karşı obezite ile mücadele


7 MİLYON ÇOCUK GIDA KAHRAMANI OLACAK


Alo 174'ü bilmiyoruz


ÜRKÜTEN İSRAF RAPORU


Menopozda neden kilo alınır?


BİLİMİN PUSULASINDA

# 2022 Yılı

## Dijital Medya İletişimi

Bu yıl sosyal medya hesaplarımız ile

**26.124.309**

kişiye ulaştık.





































































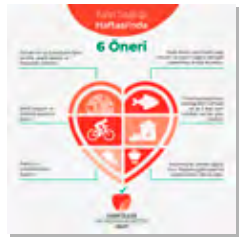












# İç İletişim

## Faaliyetleri

































sabriulkerfoundation.org/tr