

bülten

24

Eylül 2022



PINAR Enstitüsü

 / Pınar Enstitüsü

 / pinarenstitusu

 / pinarenstitusu

 / Pınar Enstitüsü



bülten

24

Eylül 2022

İÇİNDEKİLER

- 1** TOPLUM 5.0 İLE TARIMIN GELECEĞİ
- 2** OKUL ÇAĞINDA SÜRDÜRÜLEBİLİR BESLENME
- 3** ENSTİTÜDEN HABERLER



TOPLUM 5.0 İLE TARIMIN GELECEĞİ

Gündelik yaşantımızın en önemli rutinlerinden biri olan beslenme ve sağlık her geçen gün önemini daha da arttırmakta. Değişen dünya ve gelişen teknoloji sayesinde hayatımızın birçok alanında ihtiyaç duyduğumuz bilgi ve donanım saniyeler içerisinde ulaşmaktayız. Bu değişim-dönüşüm Toplum 5.0 ile hayatımızdaki yerini almış durumda.

Nedir Toplum 5.0? Sanayi, ekonomi, sağlık, spor ve tarım alanlarındaki toplum refahını arttıran robotikleşmeyle teknolojik gelişmeler ışığında dijitalleşme yapay-zeka çalışmalarıyla tüm dünya halklarının kalkındığı ve birçok alanda refah düzeyinin artmasını amaçlamakta; ayrıca bu dünya halkı, dünya barışını sağlayıp, gelişmiş insan profilleri oluşturmayı hedeflemekte.

Avcı-Toplayıcı toplumdaki günümüze tarım, günbegün nakış gibi dokunan bir sektör konumundadır. Dünya tarihinde toplumlara derinden etkileyen olaylar tarımın da gelişip evrimleşmesine olanak sağlamakta. Yakın tarihimizde yaşadığımız ve halen etkisini hissettiğimiz Covid-19 pandemisiyle beraber birçok alanda olduğu gibi yetkililer tarım sektöründeki endişe ve kaygılarını dile getirmekte. Pandemi döneminde sürdürülebilirlik konusu tarım özelinde daha yüksek sesle dile getirilmiştir. Bu doğrultuda tedarik zincirinin önemi, lojistik ve teknolojik gelişmelerin entegrasyonu üzerine tarım alanında toplum 5.0'a doğru gelişmeler gerçekleşmekte.

Pandemi Süreci Gıda ve Tarıma İlgiyi Arttırdı

Pandemiyle beraber evlerimize kapandığımız dönemde halkın büyük çoğunluğunun başlıca endişesi yaşamsal gıdalara ulaşım ve üretiminin nasıl gerçekleşeceği üzerine oldu. Bu durum yetkilileri tarım özelinde birçok konuda sürdürülebilir bir yapının öneminin ne kadar zaruri olduğunu gözler önüne serdi. Teknolojik gelişmelerin tarıma entegrasyonu ile üreticinin maliyetlerini azaltan ve daha hijyenik, yenilikçi üretim metotları oluşmaya başladı.

Kamu ve özel sektör pandemiyle beraber sürdürülebilir bir tarımın teknolojik gelişmelerin yardımıyla gerçekleştirilebileceğine ortak kanaat getirmişlerdir. Son yıllarda devlet teşvik ve yatırımları artarken, özel sektörde de AR-GE faaliyetleri ve saha çalışmaları önem kazanmaktadır. Teknolojik ilerlemelerin bu araştırma ve çalışmalar sayesinde tarım alanlarıyla tanıştığını söyleyebiliriz.



Tarımdaki Teknolojik Gelişmeler

Milenyum çağının birçok amaçla kullandığı dronlar tarım sektörü için çok önemli bir konuma sahip. Dron sisteminin gelişmesiyle beraber üretici arazi taramasını çok rahatlıkla gerçekleştirebilecek olup sulama, ilaçlama ve haşere basması zamanlarına uygun planlamasını oluşturacak, sonrasında ise toprağına ekim işlemini yapabilecektir. Dronların tarım arazilerine kazandırılmasıyla amaçlanan, daha verimli ve mineral anlamında zengin toprak ve besinlerin yetişmesini sağlamaktır.



Buzulların erimesi, kavurucu sıcaklar ve mevsimsel değişiklikler hava durumu özelinde iklim değişikliği genelinde tüm dünyayı olumsuz etkilemekte. Bu doğrultuda tarım sektöründe yaşanan bir diğer gelişme, hava ve su sensörleri ile akıllı sulama yaparak toprağın verimliliği, mineral zenginliği arttırmak mümkün. Hassas sensörler sayesinde üretici toprağın ısı ve nem durumu hemen ekranda görüntüleyebilmekte ve varolan hava durumuna göre uygun sulama saati ve süresi planlamakta. Böylelikle toprağın mineraller ve vitaminlerce zengin olması amaçlanmakta. Besin değeri yüksek ve sağlıklı sebze-meyveler ile Toplum 5.0'ın ulaşmayı amaçladığı yüksek refah ve sağlıklı toplum yapısına erişilebilir.

Mobil uygulamalar sayesinde tarım arazilerinin tüm özelliklerini; sulama, ilaçlama ve ekim tarihlerini, yem, gübre fiyatları hakkında üreticimize gündelik bilgiler halinde sunmakta. Eğitimler ve pratik bilgilerin yer aldığı bölümlerle üretici daha da bilinçlendirmekte ve merak ettiği bilgilere kolayca ulaşabildiği uygulamalar günümüzde tarım sektöründe yaygınlaşmaktadır .Bu doğrultuda Pınar Enstitüsü tarafından hayata geçirilen **Süt Uzmanı** adıyla geliştirdiği uygulama, tüm çiftçilerimizin kullanımına sunuldu.

Toplum 5.0 kavramının gündelik yaşantımızı bu kadar meşgul ettiği bu günlerde tarım sektöründeki teknolojik yönetimlerle beraber üretimin kalitesi ve standartlarının artması, maliyetlerinin azalması, kolay ulaşılabilir olması amaçlanmaktadır. Teknolojik gelişmelerin takip edilip tarım sektöründe daha da işlevselleşmesi, sürdürülebilir bir tarımı oluşturmakta.

KAYNAKÇA

<https://www.innova.com.tr/tr/blog/dijital-donusum-blog/gelecekte-tarim-nasil-olacak>

<https://www.theguardian.com/lifeandstyle/health-and-wellbeing>

<https://www.stendustri.com.tr/radyo-haber/toplum-50-ile-tarimin-gelecegi-h109099.html>

<https://www.tarimorman.gov.tr/Haber/4991/Bakan-Pakdemirli-Tarimin-Gelecegi-Gelecegin-Tarimi-Icin-Calisiyoruz>



OKUL ÇAĞINDA SÜRDÜRÜLEBİLİR BESLENME

Gelişim çağındaki her birey için beslenme en önemli konu durumundadır. İlk insandan günümüze, Fransız İhtilali, Sanayi Devrimi ve İnsanlık 1.0 dönemlerinde dahi en temel insani ihtiyaç değişmemiştir.

Beslenmeye yönelik çalışmalar uzun yıllardan beri yapılmakta, bu çalışmaların son yıllarda en dikkat çekenleri; okul çağındaki çocuklarımız nasıl beslenmeli ve biz bunu nasıl sürdürülebilir kılabiliriz soruları etrafında birbirinden farklı uzmanların cevapları toplanmakta ve özellikle ebevynerimizin kafası oldukça karışmakta. Bebekler ilk doğdukları andan itibaren anne sütüyle gerekli besini ilk 6 ay için almakta sonrasında ek gıdalarla, anne sütü ile beslenme en az 2 yaşına kadar sürmekte. Bu dönemde çocuklarımızda kesinlikle 5 temel besin grubunun (tahıllar, süt ve süt ürünleri, et/tavuk/balık/yumurta/kuru baklagiller/yağlı tohumlar, meyve/sebzeler, yağlar ve şekerler) kullanımı başlanması gerekmektedir.

Vücut yapısı ve kas gelişimi için oldukça önemli olan bu besin grupları farklı öğünlerde kesinlikle tüketilmeli. Çocuğu okul çağına gelmiş ebevynerleri çocuklarının okula başlama heyecanının yanında; çocuğum nasıl beslenecek, ne yemeli, ne kadar yemeli gibi yepyeni sorular karşılıyor. Günümüzde birçok alanda olduğu gibi sürdürülebilirlik, özellikle beslenme konusunda son yıllarda karşımıza bu sorulara cevap bulmaya başladı.

Okul çağındaki çocuklarımız ve ebevynerleri için en önemli konu kahvaltı alışkanlığı kazanımı; çünkü kahvaltı özellikle okul ve büyüme çağında olan çocuklarımız için en önemli öğündür. Gündelik besin ihtiyacı bu öğünde karşılanır. Kahvaltı rutinin üzerinde fazla durulmasının sebebi okul

çağındaki çocukların eğitim başarılarında da kahvaltı etme alışkanlıklarının büyük bir etkisi var. Kahvaltı eden insanların güne daha erken başladıkları, günlerini diğer insanlara kıyasla daha planlı ve programlı sürdürürler.

Kahvaltıyı ana besinlerin alındığı en önemli öğün olduğunu vurgulamıştık. Bu doğrultuda diğer ana öğünler ve ara öğünler günlük beslenme programına dahil edildiğinde; çocuklarımız için sağlıklı, besin değeri yüksek ve vücut gelişimine yardımcı bir beslenme rutini oluşur

Uzmanlar ara öğünlerde mideyi tok tutacak kurutulmuş meyveler, kuruyemiş ve meyve suları tüketiminin ana öğün için vücudu hazırladığını dile getirmekteler. Böylelikle aşırı kilo alma ve kontrolsüz beslenmeden uzak kalınabilir. Bu sayede ileri yaşlarda yaşanabilecek birçok (kalp-damar rahatsızlığı, akciğer yetmezliği, felç vb.) hastalıklardan kaçınmak mümkün.

Okul çağında ara öğünlerle desteklenmiş, ana öğünlerinin besleyicilik oranı yüksek ve büyümeye yardımcı yapısıyla çocuklar, ebevyenlerinin de istediği bir sağlıklı beslenme rutinine kavuşmuş olurlar. Böylelikle derslerine daha çok odaklanabilirler. Yetersiz beslenme okul çağındaki çocuklarda hastalıklara sebebiyet verebilirken aynı zamanda okul eğitimlerini de sekteye uğratabileceği aşikar.

Başarı, doğru beslenme sonucu mu gelir?

Okul çağındaki çocuklarımızı ve özellikle ebevyenlerimizi yakından ilgilendiren bir konu düzenli beslenmenin okul başarısı üzerinde bir etkisi olup olmadığına yönelik. Uzmanlar konuyla ilgili tüm besin gruplarının dengeli ve yeterli miktarda her öğünde alınması koşuluyla başarının anahtarının çocuğun elinde olduğunu dile getirmekte. Bunun yanında uzmanlar iyi bir gün başlangıcı, açık bir algı ve öğrenme için konsantre bir beyin için en önemli öğünün sabah kahvaltısı olduğuna dikkat çekmekte. Vücudumuz tüm gece boyunca besinlerden sağladığı enerjiyi kullanmaktadır bundan dolayı sabah uyandığımızda eğer sabah kahvaltısı yapılmazsa beyin fonksiyonlarımız için gerekli oksijen oluşmayacağı için algıda azalma, baş ağrısı görülebilir. Bu yüzden güne, protein içeriği yüksek(yumurta, peynir, ceviz, yulaf, süt içeren) kompleks karbonhidratlarla güne başlamak önemlidir.Öğle vaktinde, öğrencilerimizin besin değeri yüksek sebze ve meyvelerden oluşan menüleri tercih etmeleri belli aralıklarla da et ve et ürünlerinden veya su ürünleriyle menüyü zenginleştirip besleyici ve sağlıklı besinleri tüketmeleri gelişimleri ve okul başarıları için değerli bir öğündür.



Dengeli ve sağlıklı beslenmenin yanında okul çağındaki çocuklarımız fiziksel aktivitelerde bulunmaları onların ruhsal anlamda rahatlatıcı ve stresten uzaklaştıracaktır. Böylelikle görmekteyiz ki okul çağındaki bireylerin başarısı için dengeli beslenme ve spor oldukça önem arz etmekte. Buna yardımcı olacak ve gerekli desteği sağlayacak olan velilerimiz sayesinde çocuklarımızı başarılı bir okul ve sağlıklı bir yaşam serüveni beklemekte.

Sağlık otoritelerince kabul gören düşünce, insanların anne karnından, okul çağına ve ergin döneme gelene kadar ki süreçte bireysel bir beslenme düzeni oluşturmaları üzerine. Sürdürülebilir beslenmenin temellerinin özellikle okul çağında beslenme alışkanlıklarının kazanılmasıyla atıldığı; sonrasında değişen dünya ve gelişen teknoloji, demografik ve ekolojik durumlar çerçevesinde çeşitlilik göstermesi olası bir durumdur.

Sürdürülebilir Beslenme, son yıllardan yaşanan iklim değişikliği ve ekolojik dengenin tamamen bozulmasıyla oldukça gündeme gelen bir konu olmakta. Bu konuda birbirinden farklı iki görüş bulunmakta. İlk kesim; sürdürülebilir beslenmenin dünyaya geldiğimiz günden beri yaşamımızın bir parçası olduğunu, diğer kesim ise; sürdürülebilir beslenmenin ergin bireylerin yaşamına sonradan eklenip şekillendiğini savunmakta. Her iki farklı sentezin bulunduğu ortak normlar bulunmakta. Bunlar;

1. Yeterli ve dengeli beslenme

2. Sebze ve meyveleri mevsiminde tüketme

3. Çok az işlenmiş gıda, çokça işlenmemiş gıdalardan beslenme programlarının oluşturulması.



Sürdürülebilir beslenme üzerine yapılan çalışmalar

Dünyamız her geçen gün daha da büyümekte ve daha da kalabalıklaşmakta. İnsanların ihtiyaçları sürekli artmakta ve çeşitlilik göstermekte. Bu yüzden yapılan çalışmalara olan yatırım ve teşviklerde gitgide artmakta, özellikle sağlık, beslenme ve gıda alanındaki çalışmalar önem arz etmekte. Yapılan analiz ve anketler sonucu görülen o ki 2050 yılında dünya nüfusu 9 milyarı aşacak ve şu an beslenme alanında kullanılan hiçbir üretim sistemi veyahut üretim yönetim metodu etkili olmayacak , kocaman bir kar topu gibi üretim yetersizliği, tedarik eksikliği, gıda güvenilirliği yoksunluğu insanlık üzerine yuvarlanacak. Bunu öngören özellikle gıda ve beslenme alanındaki uzmanlar beslenme, halk sağlığı ve gıda kalitesi üzerine çalışmalarına başlamıştır. Varolan küresel gıda üretimi ve kontrolünün yaşadığımız iklim değişikliği, politik sebepler ve devlet desteğinin az olması nedeniyle ilerleyen yıllar için çokta yeterli görünmediğine değinmiştik. Bilim insanları bu konu özelinde "Sağlıklı Diyetler" adını verdikleri bir diyet programıyla insanları kırmızı et ve gıda ürünleri tüketiminden uzaklaştırıp yine de besin ve protein değeri yüksek, sebze, meyve, kepekli tahıllar, baklagiller, kuruyemişler ve doymamış yağlardan oluşan esnek bir diyet modeline yönlendirmekte. Bu diyet modelinin benimsenmesi sonrasında küresel çapta ölüm oranlarında azalma ve sağlık alanında olumlu yararlar sağlayacağı düşünülmekte.

Sürdürülebilir beslenmenin daha popüler olacağı ve benimseneceği iki tane diyet programı bulunmakta. Bunlardan ilki Akdeniz diyetidir. Akdeniz diyeti; Akdeniz bölgesinde zeytin yetiştirilen bölgelerinde ortaya çıkmıştır. Kültürel yapısına uyumlu olan bu beslenme modelinde bitki bazlı gıdalar (meyve, sebze, kabuklu yemişler ve tahıllar) ve zeytinyağı tüketimi fazladır.

Bir diğer diyetimizin; Yeni İskandinav Diyeti bazı özellikleri Akdeniz Diyetine benzese de genellikle kuzey avrupa ülkeleri; Finlandiya, Norveç, İzlanda ve Danimarka'dan elde edilen besinlerden oluşmakta. Yeni İskandinav diyeti bileşenleri arasında meyve, yağlı (ringa balığı, uskumru ve somon) ve yağsız balıklar, baklagiller, sebzeler ve tahıllar bulunur. İskandinav Diyeti ağırlıklı olarak bitkisel bazlı ve yerel kaynaklıdır. Bu yüzden daha az atıkla, daha çevreci bir yapı oluşturmaktadır. Bu tarz diyet programlarının gelişmesi ve yaygınlaşması 2050 yılında oluşacak dünya nüfu-

suna karşı gıdanın korunması ve üretimine azda olsa katkı sağlamakta. Çünkü biz toplum olarak gelecek nesilleri bilgilendirirsek ve yeni beslenme metotları geliştirirsek gelecekte yaşanacak olan tüketimi azaltabilir ve gıda israfını önleyebiliriz. Artan dünya nüfusu ve geliştirilen yeni beslenme metotlarıyla sürdürülebilir beslenme ve sağlıklı yaşam konusundan güvenle bahsedilebilir.



Okul çağında sürdürülebilir beslenme için gerekli olan bireylerin öğün takiplerini düzenli ve programlı bir şekilde yapması, beslenme ve gıda alanlarında üretim süreçlerinin ve tedarikinin ilerleyen yıllardan daha da zor yapılacağına şimdiden bilinmesi insanları belli diyet programlarını yaşamlarına katmalarına olanak sağlamakta. Değişen bu gıda ve beslenme alışkanlıkları ışığında çocuklarımız okullarında akademik başarısı için çalışırken yaşamlarına entegre edecekleri yeni beslenme metotları ve alacakları önemlerle, eğitimlerle sürdürülebilir bir beslenme okul çağında mümkün.

KAYNAKÇA:

<https://beslenmevediyetdergisi.org/index.php/bdd/article/view/1268/1075>

https://www.researchgate.net/publication/351560552_Okul_Caginda_Beslenme

<https://sbf.gelisim.edu.tr/bolum/beslenme-ve-diyetetik-311/haber/surdurulebilir-beslenme-nedir-diyetisyenlere-dusen-gorevler-nelerdir>

<https://iletim.istanbul.edu.tr/index.php/2019/10/30/sinav-donemlerinde-dogru-beslenme/>

<https://www.kisikates.com.tr/blog/surdurulebilir-beslenme-nedir-nasil-uygulanir-843>

ENSTİTÜDEN HABERLER

Sütümüzün Geleceği Bilinçli Ellerde



Pandemiyle beraber evlere kapandığımız bir dönemin ardından gerekli önemler alınarak çiftçilerimiz ile buluştuk. Doğru sağım uygulamaları, en uygun maliyetle hayvan besleme konulu eğitimlerin yanı sıra buzağı bakım ve besleme eğitimleri İzmir'in Ödemiş ilçesinde faaliyete başlayan Pınar Süt Ödemiş Süt Toplama ve Eğitim Merkezi, Kütahya Aslanapa Ortaca köyü ile Aydın'ın Hatipkişla ve Ömerler köyünde gerçekleştirildi. Pandemi sonrası yüzyüze eğitimlerimizle projeye 120 çiftçimiz eğitim almış oldu.



Süt Üreticilerine Yönelik Dijital Uygulama – SÜT UZMANI

Süt çiftçilerini desteklemek, bilgi birikimlerini artırmak, doğru hayvancılık uygulamalarına teşvik etmek ve eğitimle fiziki olarak ulaşılamayan çiftçilere ulaşabilmek amacıyla Pınar Enstitüsü yürütücülüğünde "Süt Uzmanı" isimli bir mobil uygulama hayata geçirildi. Küçük üreticilere yönelik geliştirilmiş olan "Süt Uzmanı" ile özellikle küçük ölçekli süt üreticilerinin, hayvancılıkta doğru uygulamaları hayata geçirmesi, gelir artışı ile birlikte refah artışı sağlaması ve süt üretimine devam etme motivasyonlarını artırması hedeflendi.

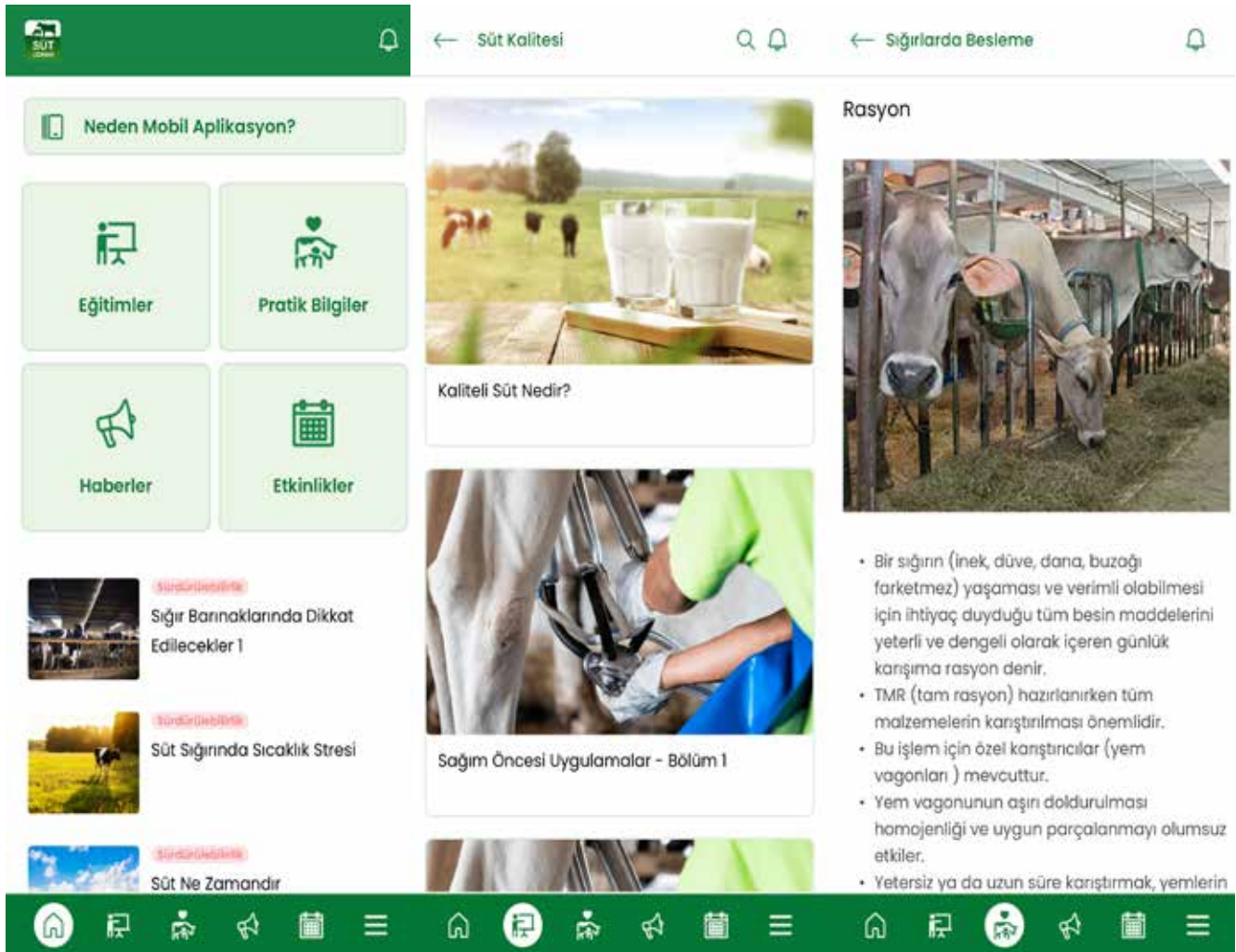


Uygulamanın içinde Eğitimler, Pratik Bilgiler, Haberler ve Etkinlikler başlıklarıyla dört ana kategori yer alıyor. Eğitimler başlığı altında; süt kalitesi, bakım ve besleme, hayvan sağlığı ve finansal yönetim konularında bilgilendirici

videolar bulunuyor. Buzağı bakım ve besleme, sığırlarda besleme, refah, sağlık ve yem bilgisi gibi konularda kısa ve anlaşılır yazılar Pratik Bilgiler başlığı altında toplanıyor. Sektörel yenilikler ve gelişmeler Haberler başlığı altında bulunuyor. Sütümüzün Geleceği Bilinçli Ellerde projesi çatısı altında verilen ve yaklaşmakta olan tüm eğitimler Etkinlikler başlığı altında duyuruluyor.

Sürdürülebilir Hayvancılık başlığı altında dikkat çekici ve bilgilendirici kısa metinler, Sütün Yolculuğu altında sütün fabrikaya gelene kadar geçirdiği evreler, Pınar Süt Üretici Gazetesinin son sayısı ve Yardım butonları bulunuyor. Aynı zamanda Pınar Süt Üreticisi Başvuru Formu ile isteyen üreticiler kolaylıkla Pınar Süt Üreticisi olmak için başvurabilecek.

“Süt Uzmanı” ile birebir eğitim vererek ulaşılamayan üreticilerin yanı sıra, eğitim yoluyla ulaşılan üreticilerin de bilgilerini pekiştirecekleri ve kendilerini geliştirebilecekleri bir platform yaratılması amaçlandı. Geliştirilmesi ve test aşaması 2021 yılında tamamlanan uygulama, 2022 yılının Şubat ayında akıllı telefonların IOS ve Android uygulama mağazalarında tüm süt üreticilerinin kullanımına sunuldu.



Genç Çiftçi Mesleki ve Bireysel Kapasite Gelişimi Programı



Sürdürülebilir Kalkınma Amaçlarına yönelik girişimler ve iş birlikleri her geçen gün artmakta. Bu doğrultuda yapılan çalışmalarla iklim krizine yeni çözümler aranmakta. Tarım alanında yapılan projelerle birlikte 2050 yılı sonrasında gıda sağlığı ve gıda güvenliği konularının daha önem arz edeceği bilinmekte. Gıda, sağlık ve beslenme konularında yenilikçi projeleriyle adından söz ettiren Pınar Enstitüsü olarak, İzmir İl Tarım Müdürlüğüyle ortak imzaladığımız “Genç Çiftçi Mesleki ve Bireysel Kapasite Gelişimi Programı”; Birleşmiş Milletler tarafından 2019-2028 yılları arasının “Aile Çiftçiliğinin Geliştirilmesi ve Genişletilmesi Dönemi” olarak ilan edilmesinden yola çıkıldı. Hem genç çiftçilerin hem de kadın üreticilerin desteklenmesi ve gelişimlerine katkı sağlanması amacıyla yürütülecek olan

program, kırsalda yaşayan 18 ile 40 yaş arası kadın ve erkekleri kapsıyor. Aile çiftçiliğinde sürdürülebilirliğin sağlanması amacıyla gençlerin desteklenmesi ve çiftçiliğe devam etmesi yönündeki motivasyonlarının ve beklentilerinin tespit edilmesi doğrultusunda yapılan araştırmalar, Ankara Üniversitesi Kalkınma Çalışmaları Araştırma ve Uygulama Merkezi (AKÇAM) ile gerçekleştiriliyor. Araştırma sonuçlarının; Tarım ve Orman Bakanlığı ile İl Müdürlükleri, FAO, Yaşar Üniversitesi, Ankara Üniversitesi-AKÇAM, Türkiye Ziraat Odaları Birliği, Türk Veteriner Hekimler Birliği ve Pınar süt; iş birliği kapsamında düzenlenecek çalıştay aracılığıyla bir rapor/kitap halinde duyurulması planlanmakta.



Eğlenerek Hareket Edelim Sağlıkla Beslenelim

Milli Eğitim Bakanlığı Temel Eğitim Genel Müdürlüğü ile imzalanmış olan iş birliği protokolü 2021 yılında yenilendi. Balıkesir ve Çanakkale illerinde bulunan tüm bağımsız anaokullarından öğretmenlerin katılımıyla online olarak gerçekleştirilen Eğitimcinin Eğitimi ile faaliyetlere devam edilerek proje yaygınlaştırıldı. Eğitim kapsamında iki ilde toplam 9.728 çocuğa ulaştık. Projeyi uygulayan her bir okula öğrenci sayısı kadar gönderilen Deniz’in Gökkuşuğu Besinleri isimli hikaye kitabıyla, eğitim evlere taşınmış oldu ve ailelerde de farkındalık yaratıldı.

Deniz’in Gökkuşuğu Besinleri kitabı animasyon filmi haline getirilerek web sitesinde çocukların beğenisine sunuldu. Tüm eğitim materyalleri, proje web sitesinde öğretmenlerin kullanımında olan web sitesinde yer alan Öğretmen portalı vasıtasıyla öğretmenlerden uygulamalara yönelik geri bildirimlerle interaktif bir şekilde sürdürülüyor.



Anne & Baba & Çocuk Beslenme Atölyesi



Günümüzde tüm dünyada çocuk sağlığını ve dolayısıyla halk sağlığını tehdit eden en önemli beslenme sorunları; yetersiz beslenme ve obezitedir. Her iki sorunun da önlenmesi, yaşa göre dengeli ve yeterli beslenme ile mümkündür. Yeterli ve dengeli beslenme konusunda en önemli husus doğru besin seçimidir. Doğru besin de besin değeri yüksek, uygun fiyatlı, kolay ulaşılabilen ve hijyenik besinlerdir.

Çocuklar besinlerin içeriği veya vücuda girdikten sonraki sonuçlarıyla ilgilenmezler. Onlar besinlerin tadı, lezzeti, rengi ve görüntüsüyle daha çok ilgilenirler.

Çocukların sağlıklı atıştırma tüketmesi ve ailelerin bu konuda bilinçlenmesi hedefiyle Pınar Enstitüsü yürüttüğünde, Yaşar Üniversitesi Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü işbirliği ve ev sahipliğinde **Anne & Çocuk Beslenme Atölyesi**, hayata geçirildi. Pınar Süt ve Yaşar Birleşik Pazarlama çalışanları veya eşlerinin gönüllü olarak yer aldığı etkinliğe katılan babalar da oldu. Doç. Dr. Sibel Sönmez ve Doç. Dr. Seda Genç önderliğinde gerçekleşen atölyede ebeveynler çocukları için sağlıklı atıştırma hazırladılar.



Ege Üniversitesi Eğitim Fakültesi Temel Eğitim Bölümü Öğretim Üyesi Doç. Dr. Sibel Sönmez çocuklarla sağlıklı beslenme üzerine sohbet etti. Aileler mutfaktayken çocuklar da onlar için sürpriz önlük tasarladılar. Önlük tasarımlarında sağlıklı beslenme ve aile konsepti işlendi. Aileler çocuklar için, Şef Belgin Bulgan'ın yönlendirmeleriyle mutfakta yulaflı üzümlü kurabiye ile yeşil ve kırmızı smoothieler hazırladılar. Etkinliğin sonunda tariflerin reçeteleri katılımcılarla paylaşıldı.

Sağlıklı Yaşam Oturumları

Sağlıklı yaşam Oturumlarıyla sağlık, beslenme ve gıda alanında doğru bilinen yanlışları ve bilgi kirliliğini gidermek amaçlanmaktadır. Bu doğrultuda alanında uzman kişileri davet ettiğimiz oturumlarımızdan 2.'si Pınar Enstitüsü Youtube kanalımızdaki yerini aldı. Prof. Dr. Gül Ergör'ün katılımında "Kanser türleri, tedavi yöntemleri ve doğru beslenmenin kanser üzerindeki etkisi" konularında oturumumuzu gerçekleştirdik.

