

# bülten

Şubat 2024

## 27



**PINAR** Enstitüsü

 / Pınar Enstitüsü

 / pinarenstitusu

 / pinarenstitusu

 / pinarenstitusu

 / Pınar Enstitüsü



# bülten

## Şubat 2024

### 27

# İÇİNDEKİLER

## 1 GIDA ETİKET OKURYAZARLIĞI NEDİR?

---

## 2 BAĞIŞIKLIĞIMIZI GÜÇLENDİRMENİN YOLLARI

---

## 3 TÜRKİYE'DE AİLE ÇİFTÇİLİĞİNE BAKIŞ

---

## 4 ENSTİTÜDEN HABERLER

- 4.1. Sütümüzün Geleceği Bilinçli Ellerde
- 4.2. Eğlenerek Hareket Edelim Sağlıklı Beslenelim
- 4.3. Genç Çiftçi Mesleki ve Bireysel Kapasite Gelişimi Programı
- 4.4. Sağlıklı Yaşam Oturumları
- 4.5. Bilimsel Makale Ödülü



## GIDA ETİKET OKURYAZARLIĞI NEDİR?

***Etiketler, ambalajların doğru anlaşılmasını sağlayan küçük ama etkili bilgilerden oluşur.***

Genellikle ürün ambalajında bulunan etiketler, tüketicilere ürün hakkında önemli bilgiler sağlar. İçerik, besin değerleri, kullanım talimatları, üretici bilgileri ve fiyat gibi detaylar etiketler aracılığıyla tüketicilere iletilir.

Gıda etiket okuryazarlığı, tüketicilerin ürün etiketlerini doğru bir şekilde anlama, yorumlama ve kullanma becerisini ifade eder. Bu beceri, ürün içerikleri, kalori değerleri, alerjenler ve diğer önemli bilgiler konusunda bilinçli kararlar alabilmek açısından kritik önem taşır. Sağlıklı beslenme konusunda rehberlik eden etiket okuryazarlığı; besin değerleri, yağ, tuz, şeker, protein, kalori miktarı ve içerik bilgileri aracılığıyla kişisel sağlık hedeflerine uygun besin seçimine olanak tanır. Aynı zamanda alerjen içerikleri hakkında uyarılar içerebilir, bu alerjisi veya hassasiyeti olan tüketicilerin güvenli alışveriş yapmalarına yardımcı olur.

Etiketler aynı zamanda ürünün üretici bilgilerini ve üretim tesisinin konumunu içerir, bu da ürünün güvenilirliği ve kaynağı hakkında tüketicilere güvenilir bir bakış açısı sunar. Bu aralar hem fiziksel sağlığı destekler hem de zihinsel tazelenmeye yardımcı olur.



## Gıda Etiketi Nasıl Okunur?



Gıda etiketi okuryazarlığı, ürün kalitesi ve içerik kontrolü için önemlidir. Tüketiciler, ürünlerin içerdikleri malzemeleri doğru bir şekilde anlayarak kaliteli ve sağlıklı bir seçim yapabilirler. Bu da tüketicilerin satın alma davranışları üzerinde etkilidir. Rahat ve kolaylıkla okunabilen bir etiketin bulunduğu ürün tüketiciler tarafından çoğunlukla tercih edilebilir. Etiket, üzerinde ürün içerisindeki malzemelerin listesi en büyükten en küçüğe göre sıralanır. Alerjen içeren maddelerin kalın ve belirgin bir şekilde yazıldığına özellikle bakılmalıdır. Özellikle alerjik reaksiyon riski taşıyan ve kronik hastalıkları olan kişilerin, bu kısma dikkat etmeleri önemlidir.

Aynı zamanda, ürünün saklama koşulları, servis miktarları ve içerikte bulunan katkı maddeleri de göz önünde bulundurulmalıdır.

Ürün ambalajının üzerinde veya gıda ürünlerinde yer alan etiketlerde yazılı olan isimlerin yanıltıcı veya kafa karıştırıcı olmaması önemlidir. Ayrıca; dondurulmuş, toz haline getirilmiş, tütülenmiş, UHT, konsantre edilmiş gibi özel işleme tabi tutulan gıdaların ayrıntılı bilgi içermesi gereklidir.

## Gıda Güvenliği ve Türkiye’de Etiketleme



Gıda güvenliği, gıdanın üretim aşamasından tüketiciye ulaşıncaya kadar geçen tüm süreci kapsar. Etiketlerde bulunan bilgiler bu süreç içerisinde ürünün nasıl, nerede, hangi koşullarda, hangi malzemelerle üretildiği konularında tüketicilere yardımcı olur.

Türkiye’de ilk gıda etiketlenmesine yönelik tebliğ 2002 yılında o zaman ki adıyla Tarım ve Köyişleri Bakanlığı tarafından, “Türk Gıda Kodeksi Gıda Maddelerinin Etiketleme ve Beslenme Yönünden Etiketleme Kuralları” adıyla yayınlandı. 2012 yılında “Türk Gıda Kodeksi Etiketleme Yönetmeliği” adıyla yeniden yürürlüğe girdi. Belli aralıklarla yönetmelik günümüzde Tarım ve Orman Bakanlığı tarafından ihtiyaçlar doğrultusunda güncellenerek düzenleniyor. Böylelikle, tüketicilerin gıda ürünleri hakkında doğru, eksiksiz ve anlaşılır bilgiye ulaşmaları amaçlanıyor.

## Teknolojinin Besin Etiketlerine Etkisi

Dijitalleşme ve teknolojinin gelişimi, etiket okuryazarlığını dijital bir çağa taşıyarak tüketicilere daha derinlemesine yararlanma imkanı sağlıyor. Bu teknolojiyi benimseyen bazı global perakende sektörü firmaları, örneğin AmazonGo, Walmart ve Microsoft mağazaları, akıllı alışveriş arabalarını kullanarak müşterilere daha bilinçli ve sağlıklı alışveriş yapma imkanı tanıyor. Akıllı alışveriş arabaları, ürün etiketlerini tanıyarak müşterilere ürünle ilgili detaylı bilgiler sunar, besin değerleri, alerjen uyarıları ve sağlık bilgileri gibi önemli bilgiler akıllı alışveriş arabası üzerinden kullanıcılara aktarılıyor.

Teknolojinin etiket okuryazarlığını desteklemesi, tüketicilere daha şeffaf, bilinçli ve bilgilendirilmiş bir alışveriş deneyimi elde etmelerinde yardımcı olur. Bu gelişmeler, gelecekte tüketicilerin ürünleri daha bilinçli bir şekilde seçmelerine yardımcı olacak ve etiket okuryazarlığının daha da önemli hale gelmesini sağlayacaktır.

Sonuç olarak, teknolojinin hızlı evrim geçirdiği günümüzde, etiketler ve etiket okuryazarlığı, tüketicilerin bilinçli seçimler yapmasında kilit bir rol oynuyor. Gelişen teknoloji ve dijitalleşmeyle birlikte akıllı etiketleme sistemleri ve artırılmış gerçeklik uygulamaları gibi yenilikler, tüketicilerin kullandıkları ürün ve ambalajları daha kolay inceleme rahatlığı sağlıyor. Tüketicilerin, sağlıklı beslenme alışkanlıkları ve etiket okuryazarlığında farkındalık kazanmalarıyla birlikte gelecek yıllarda daha bilgili ve bilinçli bir tüketim kültürü oluşturulabilir.



### KAYNAKÇA

1. Gedik S, Yücedağ İ, Toz M, Çakıcı S – “Müşteri Takibi Yapan Alışveriş Arabası” – 2016 5(1)
2. Tarım ve Orman Bakanlığı – Türk Gıda Kodeksi Etiketleme Yönetmeliği Sunumu
3. Resmi gazete 2017 – Gıda Etiketleme ve Tüketicileri Bilgilendirme Yönetmeliği -<https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2017/01/20170126M1-6.htm>
4. Coşkun F, Kayışoğlu S – “Besin Etiketleri Okuma Alışkanlıklarına ve Etiket Okumanın Satın Alma Tercihlerine Cinsiyetin Etkisi: Tekirdağ İli Örneği” - Akademik Gıda 16(4) (2018) 422-430



# BAĞIŞIKLIĞIMIZI GÜÇLENDİRMENİN YOLLARI

**Sağlıklı bir yaşamın temeli, düzenli beslenmenin yardımıyla desteklenen bağışıklık sistemiyle oluşturulur.**

Bağışıklık sisteminin güçlü olması, vücudumuzu çeşitli hastalıklardan koruma yeteneğini belirleyen kritik bir faktördür. Ancak, beslenme alışkanlıkları, fiziksel aktivite düzeyi ve yaşam tarzı gibi birçok faktör immün sisteminin işleyişini etkileyebilir. Ancak, mevsimsel değişikliklerin ve hava koşullarının yol açtığı sıcaklık dalgalanmaları, nem oranındaki değişimler gibi etkenler, bağışıklık sistemini olumsuz etkileyebilir ve hastalıklara daha açık hale getirebilir. Özellikle kış aylarında, bu değişikliklerle birlikte grip, soğuk algınlığı gibi enfeksiyonlar daha sık görülebilir. Hastalıklar dışında vücudun savunma mekanizmasını zayıflatan başka faktörler de vardır.

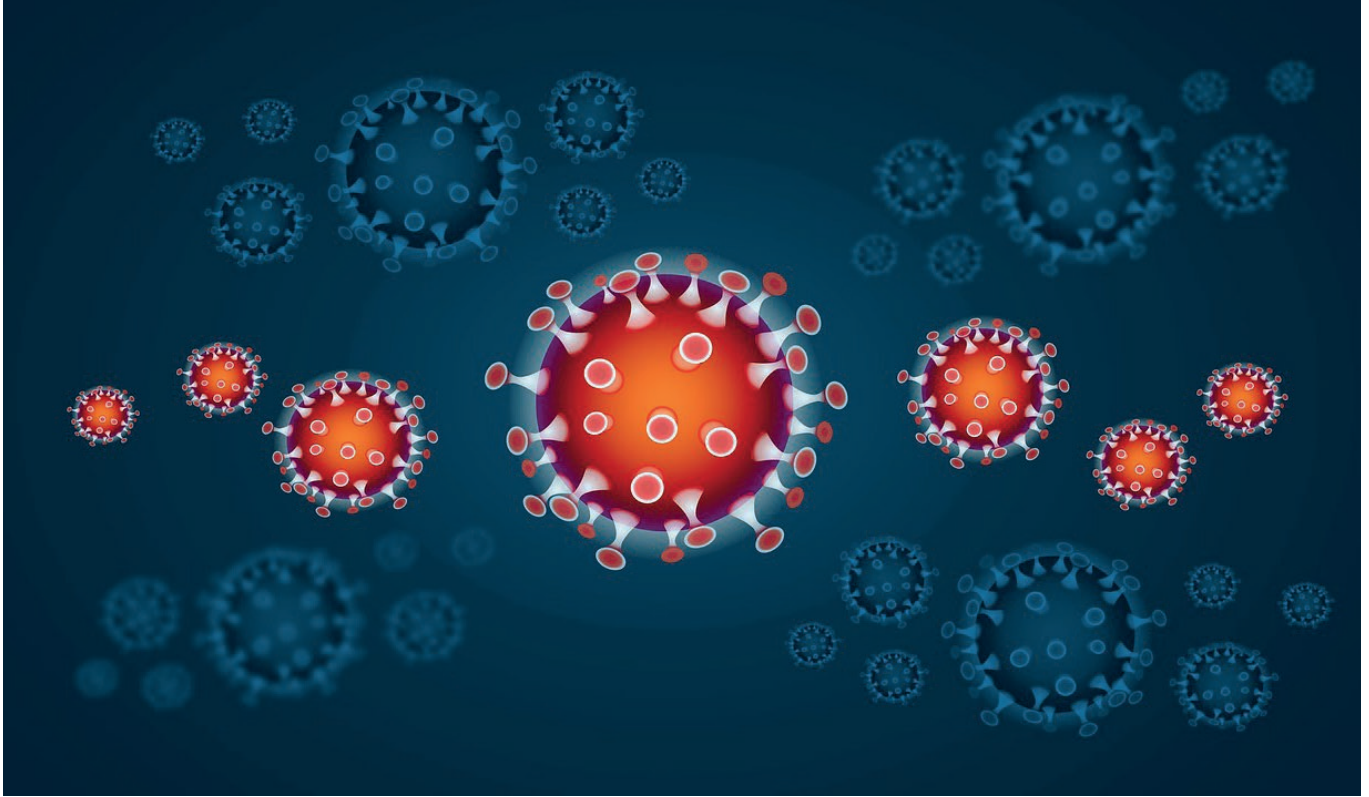
Stres, yanlış beslenme, hareketsiz yaşam, probiyotik eksikliği, kalitesiz uyku, iyi dinlenmemek, sık antibiyotik kullanımı vücudun savunma sistemini zayıflatabilir. Bu nedenle, bağışıklığı güçlendirmek ve hastalıklara karşı dirençli olmak için önlemler almak gereklidir.

Alınacak önemlerden en önemlisi sağlıklı beslenmedir. Bağışıklık sistemi üzerine etkisi konusunda yapılan bilimsel çalışmalar, besin seçimi ve beslenme alışkanlıklarının vücudun savunma mekanizması üzerinde önemli bir rol oynadığını göstermektedir. Öncelikle, düzenli beslenme alışkanlıklarıyla vücudun ihtiyaç duyduğu besin öğeleri sağlanmalıdır. Protein, vitamin, mineral gibi besin öğeleri, immün sisteminin düzgün çalışmasını destekler.

Sağlıklı beslenme alışkanlıkları bağırsak sağlığını da destekler. Bağırsaklar, hastalıklara yakalanmamak için önemli rol oynar çünkü bağırsak mikrobiyotası, bağışıklık hücrelerinin aktivitesini etkiler. Lifli gıdalar, prebiyotikler ve probiyotikler bağırsak sağlığını destekleyerek bağışıklık sisteminin güçlenmesine katkıda bulunur.

## Bağışıklık sistemini güçlendirmek için neler yapılabilir?

Vitamin ve mineral bakımından zengin beslenme; özellikle C vitamini, D vitamini, çinko ve antioksidanlar içeren besinleri içermelidir. Taze meyve, sebze, koyu yeşil yapraklı sebzeler, kuruyemişler, tam tahıllar ve balık gibi besinler, bağışıklık sistemi için önemli olan korunmanın sağlanmasını destekler.



Yeterli ve kaliteli uyku da immün sistemi üzerinde derin bir etkiye sahiptir. Uyku, vücut onarımı ve bağışıklık hücrelerinin üretilmesi için önemli bir süreçtir. Yeterli uyku almak, enfeksiyonlara karşı dayanıklılığı artırabilir.

Kronik stres bağışıklık fonksiyonlarını zayıflatabilir; bu nedenle rahatlama teknikleri, meditasyon ve derin nefes almak gibi stresle başa çıkma yöntemleri bağışıklık sistemi için faydalıdır.

Sonuç olarak, sağlıklı bir yaşam tarzı benimsemek, dengeli bir beslenme, düzenli egzersiz, yeterli uyku ve stres yönetimi gibi faktörler bağışıklık sisteminin güçlenmesine katkıda bulunabilir. Bu önlemler, vücudu hastalıklara karşı korumak ve genel sağlığı desteklemek adına önemli adımlardır.



### KAYNAKÇA

1. Yeditepe Üniversitesi –“Bağışıklığı Güçlendirmenin Yolları” - <https://yeditepehastaneleri.com/saglik-rehberi/bagisiklik-sistemini-guclendirmenin-yollari>
2. Better.health.vic.gov – “Immune System”- <https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/conditionsandtreatments/immune-system>
3. Pınar Süt – “Kış aylarında bağışıklık sistemini güçlendirmenin yolları”
4. Johns Hopkins Medicine –“What is the immune system?”- <https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/the-immune-system>



## “TÜRKİYE’DE AİLE ÇİFTÇİLİĞİNE BAKIŞ”

Birleşmiş Milletler tarafından 2019-2028 yılları arası “Aile Çiftçiliğinin Geliştirilmesi ve Genişletilmesi Dönemi” olarak ilan edildi. Aile çiftçiliğinin önemi, sürdürülebilir tarım ve kırsal kalkınmanın desteklenmesi konularında, Ankara Üniversitesi Ziraat Fakültesi Tarım Ekonomisi Bölümü Öğretim Üyesi, A.Ü. Kalkınma Çalışmaları Uygulama ve Araştırma Merkezi Müdürü ve Pınar Enstitüsü Yönetim Kurulu Üyesi Prof. Dr. Bülent GÜLÇUBUK aile çiftçiliğine yönelik sorularımızı yanıtladı. Dünyada gençler tarımdan uzaklaştıkça, kır nüfusu azaldıkça açlık, sağlıksız beslenme, gıda güvencesizliğinin de o kadar artacağını belirten GÜLÇUBUK; sürdürülebilir tarım uygulamalarında sorumlu kaynak kullanımının ancak aile çiftçiliğinin teşviki ile mümkün olabileceğini vurguluyor.

### 1. Aile çiftçiliği nedir? “Birleşmiş Milletler Aile Çiftçiliği On Yılı (2019-2028) Projesi” ile ne amaçlanmaktadır?

Öncelikle şunu belirtmek gerekir ki, aile çiftçiliği tarımın ve kırsal yaşamın temel yapı taşlarındandır. Bu ülkemiz için de böyledir, dünya için de. Aile çiftçiliği gerçek bir üretim faaliyetidir; hayata tutunma yolu ve iş kapısıdır. Birleşmiş Milletler Gıda ve Tarım Örgütü (FAO) aile çiftçiliğini şöyle tanımlar; “Aile çiftçiliği, bir aile tarafından yönetilen ve gerçekleştirilen, kadınlar ve erkekler dâhil olmak üzere ağırlıklı olarak ailesel işgücüne dayalı tarım, ormancılık, balıkçılık, meracılık ve su ürünlerine yönelik üretim faaliyetlerini organize etme yöntemidir.” Burada görüldüğü gibi nitel bir tanımlama var. Nicel ölçeklendirme ülkeden ülkeye ve hatta bölgeden bölgeye değişebilir. Bu nedenle de aile çiftçiliğinin tanımını FAO, ülkelere bırakmaktadır.

Bundan hareketle ülkemiz için şunu söyleyebiliriz var olan koşullar altında tarımsal üretimden vazgeçmeyen, kırsalda yaşamını sürdüren ve aile işgücünü yoğun kullanarak tarım ile bağlantılı olarak gerçekleştirilen faaliyetlerin tamamına aile çiftçiliği diyebiliriz. Aile çiftçiliği, aile-temelli tüm tarımsal faaliyetleri kapsar ve kırsal kalkınmanın birçok alanı ile de bağlantılıdır.

Tüm dünyada yaklaşık 570 milyon tarımsal işletmenin yaklaşık % 90’ı aile içi emeğe yani aile çiftçiliğine dayalı olarak çalışır. Aile çiftçileri dünyadaki gıdanın % 80’inden fazlasını üretir. Türkiye’de tarım işletmelerinin % 80’inden fazlası küçük aile çiftçilerinden oluşur. Bunlarla ilgili olarak 20 dekar altında araziye sahip çiftçiler baz alındığında Türkiye’de en az 1 milyon aile çiftçisi var diyebiliriz ki, gerçekte daha da fazladır. Zira 3 milyona yakın çiftçinin %85’i 100 dekardan daha az araziye sahiptirler.

Birleşmiş Milletler (BM) Genel Kurulu, 72. Oturumunda (Aralık-2017) 2019-2028 dönemini kapsayan zaman dilimini Aile Çiftçiliğinin On Yılı (UNDRF) olarak ilan etti. BM Aile Çiftçiliği On Yılı (2019-2028), hızla değişen bir dünyada aile çiftçisi olmanın önemine yeni bir ışık tutmayı amaçlıyor.

Çünkü dünyada tarım alanları azalıyor, gıda güvencesi giderek daha fazla risk taşıyor, açlık çeken nüfus artıyor, çiftçi nüfusu azalıyor. BM, Aile Çiftçiliği 10 Yılı ile şunları amaçlamaktadır;

- Ulusal gıda güvenliğini sağlamak,
- Kırsal hanelerin geçim kaynaklarını iyileştirmek,
- Su ve toprak gibi doğal kaynakları daha iyi yönetmek,
- Kırsal çevreyi korumak,
- Kırsal kesimde sürdürülebilir kalkınmayı sağlamak.



## **2. Aile çiftçiliği konusunda yürüttüğünüz araştırma ve çalışmalardan bize kısaca bahseder misiniz?**

Aile Çiftçiliği konusunda Ankara Üniversitesi Kalkınma Çalışmaları Uygulama ve Araştırma Merkezi – AKÇAM olarak çalışmalara 2014 yılında başladık. 2014 yılını Birleşmiş Milletler “Uluslararası Aile Çiftçiliği Yılı” olarak ilan etmişti. 2014 Yılında AKÇAM, FAO ve Tarım ve Orman Bakanlığı ( o zamanki adı ile Gıda, Tarım ve Hayvancılık Bakanlığı) olarak “Ulusal Aile Çiftçiliği Sempozyumu” düzenledik. Bu geniş katımlı sempozyum sonrasında AKÇAM öncülüğünde o zamanki adı ile Gıda Tarım ve Hayvancılık Bakanlığı ile birlikte “AİLE ÇİFTÇİLİĞİNİN GÜÇLENDİRİLMESİ ULUSAL EYLEM PLANI” hazırlandı. Bu Eylem Planı çerçevesinde daha sonra küçük aile işletmelerine, aile çiftçiliği yapanlara, genç çiftçilere yönelik destekleme politikaları devreye konuldu.

Şu anda “ Aile Çiftçiliğinin On Yılı: 2019-2028 kapsamında çalışmalarda bulunuyoruz. Bunun için öncelikle yereldeki durumu ortaya koymak amacıyla 4 ilde (Nevşehir, Erzurum, Samsun, Antalya) çalıştaylar düzenledik.

Bu çalıştaylardan elde edilen verileri görüşlere açmak ve değerlendirmek amacıyla 10 Temmuz 2023 tarihinde FAO, AKÇAM ile Tarım ve Orman Bakanı'nın iş birliğinde Ankara'da konu ile ilgili tüm paydaşların katılımıyla “Ulusal Aile Çiftçiliği Çalıştayı”nı gerçekleştirdik. Bu çalıştaylarla ülkemizde aile çiftçiliğinin sürdürülebilirliğine ve geleceğine ilişkin politikaların, desteklemelerin belirlenmesine katkıda bulunmayı hedefliyoruz. Çalıştaylardan elde edilecek verilerle “Türkiye Aile Çiftçiliği Ulusal Raporu” ortaya konulacak. Sonrasında ise “2023-2028 Yılları Aile Çiftçiliğinin Güçlendirilmesi Eylem Planı”nın hazırlanmasına geçilecek.

## **3. Sürdürülebilir tarım uygulamalarının teşvik edilmesinde aile çiftçiliğinin önemi nedir?**

Sürdürülebilir tarımsal üretim her şeyden önce ulusal gıda güvencesi için önemlidir. Doğal varlıkların sürdürülebilir kullanımı ve korunması, tarımsal üretimin güvence altına alınması öncelikle aile çiftçiliğinin de yaşatılmasına bağlıdır. Kırsalda ve tarımda nüfus yoksa tarımsal üretim de sürdürülebilir olmayacaktır. Bu nedenle sürdürülebilir tarım uygulamalarında kaynakların verimli ve sorumlu bir biçimde kullanımı ancak aile çiftçiliğinin teşviki ile mümkün olacaktır.

## **4. Aile çiftçiliği, gıda güvenliği ve yerel ekonomiler için nasıl bir rol oynar?**

Aile Çiftçiliğinin On Yılı: 2019-2028 kapsamında ortaya konulan vizyon dünyaya şu biçimde duyurulmuştur; “çeşitlenmiş, sağlıklı ve sürdürülebilir gıda-tarım sistemlerinin geliştiği, dirençli kırsal ve kentsel toplulukların onurlu ve eşit şekilde açlık ve yoksulluktan arınmış yüksek bir yaşam kalitesine sahip olduğu bir dünya”. Burada vurgulanmak istenen şudur; ancak aile çiftçiliği yoluyla sürdürülebilir gıda üretiminin sağlanacağı, açlığın azaltılacağı, kırsaldaki insanların refah içinde yaşayabileceği bir ortamın oluşmasında aile çiftçiliği başrolü oynayacaktır. Dünyada 1 milyara yakın insanın açlık sıkıntısı, 2 milyar insanın da dengesiz besleme sorunu yaşadığı dikkate alınırsa aile çiftçiliğinin ortak geleceğimizde ne kadar önemli bir rol oynadığı kendiliğinden ortaya çıkacaktır. Burada bir noktayı da belirtmeden geçemeyeceğim; dünyada aile çiftçiliği azaldıkça, kır nüfusu azaldıkça, gençler tarımdan uzaklaştıkça açlık, sağlıksız beslenme, gıda güvencesizliği de o kadar artar. Aile çiftçiliğinin olmadığı bir ortamda kırsal ekonomilerde de canlılık olmaz. Bu ise kırsalın daha fazla boşalması demektir.

## **5. Genç çiftçilerin aile çiftçiliğinin geleceği için rolleri tartışılmaz. Gençlerin tarıma ilgisini artırmak ve kırsal kalkınmanın sağlanmasına yönelik önerileriniz nelerdir?**

Aile çiftçiliği kadar önemli bir konu da genç çiftçilerdir. Tüm dünyada tarım nüfusu yaşlanmaktadır. Bu ülkemiz için de geçerlidir. Şu anda çiftçilerin yaş ortalaması 55'in üstüne çıkmıştır. Bu ortak gelecek ve gıda güvencesi açısından ciddi riskler oluşturmaktadır. O zaman yapılacak şey, gençleri tarıma kazandırmak, genç çiftçileri yerinde tutabilmektir. Bunun için son yıllarda Tarım ve Orman Bakanlığı tarafından genç çiftçilere, gençlere yönelik çeşitli destekler uygulamaya konulmuştur. Burada mutlaka tarımsal destekler ile kırsal refah politikaları entegre edilmelidir.

Yani gençlerin kırsaldan beklentilerini sadece ekonomi, üretim temelinde değil aynı zamanda sosyal yaşam, kültürel faaliyetler, temel alt ve üstyapı hizmetlerinin ulaştırılması anlamında ele almak gerekir.

Bunlara ek olarak genç çiftçiliği güçlendirmek, tarım nüfusunun gençleşmesi için;

- Gençlere girdi desteği sağlanması, teknolojiye ve pazarlama koşullarına uyum sağlayacak önlemlerin alınması,
- Gençlerin kooperatifler yoluyla örgütlenmesi ve gelir ve geçim kaynaklarını çeşitlendirme, katma değer artışının sağlanması,
- Genç çiftçilerin tedarik zincirlerinde daha etkin rol oynayacak altyapının hazırlanması,
- Genç çiftçilerin politika ve karar verme sürecine daha aktif katılımının sağlanması,
- Risklere, iklim değişikliklerine, küresel şoklara karşı gençlerin dirençlerinin artırılması gerekmektedir.

Burada hemen belirtmek gerekir ki Pınar Enstitüsü, Ankara Üniversitesi-AKÇAM ve Tarım ve Orman Bakanlığı İl Müdürlüklerinin iş birliği ile “Genç Çiftçiliğin Sürdürülebilirliği” konusunda pilot çalışmalar yapılmaktadır. Bu amaçla İzmir ilinde gerçekleştirilen saha çalışmasının bulguları yine İzmir ilinde geniş bir katılımı kamuoyu ile paylaşılmıştır. Burada temel amaç; genç çiftçilerine gelecek ile ilgili düşünceleri, kaygıları ve sürdürülebilir tarım konusundaki beklentilerini ortaya koymaktır. Bunun devamında başka illerde de saha-anket çalışması yapılacak ve sonrasında “Genç Çiftçi Ulusal Çalıştay” gerçekleştirilecek ve bu konuda “Eylem Planı”nın hazırlanması aşamasına geçilecektir.

### **6. Tarımsal üretim ve sürdürülebilir kırsal hayat için kadınların rolü yadsınamaz... Kadın üreticilerin aile çiftçiliği üzerine ne gibi etkileri bulunuyor?**

Türkiye’de yaklaşık “2 milyon” tarımsal kadın işgücü vardır. Çiftçi Kayıt Sistemi’ne kayıtlı yaklaşık 3 milyon çiftçinin olduğu da dikkate alınırsa milyonlarca kadının çiftçi ve işgücü olarak tarımda etkin bir biçimde yer aldığını söyleyebiliriz. Fakat ne yazık ki tarımda çalışan kadınların %90’ından fazlası kayıt dışı bir biçimde çalışmakta ve herhangi bir sosyal güvenceye sahip değil. Şunu rahatlıkla söyleyebiliriz ki, kadınlar olmadan aile çiftçiliği olmayacaktır. Kırsalda, tarımda hem ev içi ve hem de ev dışı rolleri ile kilit konumda olan kadınlar aile çiftçiliğinin de sürükleyici gücü olacaktır. Aile çiftçiliğine yönelik destekler de bu nedenle kadınlara ve gençlere yönelik özel uygulamalara gidilmesi gereklilik taşımaktadır.

### **7. Aile çiftçilerine yönelik eğitim ve destek programlarının önemi nedir? Bunlar neleri kapsamalıdır? Hükümet ve sivil toplum kuruluşlarının buradaki rolü nedir?**

Aile çiftçiliğinin sürdürülebilirliğinde, yaşatılmasında herkese görev ve sorumluluklar düşmektedir. Kamuya, özel sektöre, meslek odalarına, sivil toplum kuruluşlarına, üniversitelere, çiftçi örgütlerine sorumluluklar düşmektedir. Çünkü aile çiftçiliğini yaşatmak ve sürdürülebilir kılmak için ekonomik, sosyal, kültürel, çevresel, örgütsel ve diğer alanlarda çalışmalar gerekiyor.

Bu ise herhangi bir kurum, kuruluşun tek başına yapabileceği, altından kalkabileceği bir şey değildir. Konu ile ilgili her paydaş üzerine düşeni, her şeyden önce gıda güvenesi, sürdürülebilir tarım ve kırsal yaşam için yapmak durumundadır. Burada gençlere, teknoloji kullanımına, tarımsal eğitim-yayım hizmetlerine, küçük işletmelere, kadınlara, örgütlenmeye, kaynak ve finans kullanımına, iklim değişikliği ve risklere/afetlere, kırsalı canlandırmaya yönelik stratejilerin hayata geçirilmesi gerekiyor.

# ENSTİTÜDEN HABERLER

## SÜTÜMÜZÜN GELECEĞİ BİLİNÇLİ ELLERDE

Küçük süt üreticilerinin kaliteli ve verimli süt üretimine destek olmak bilgi, birikim ve tecrübelerini artırmalarına yardımcı olmak amacıyla, 2023 yılının son aylarında Muğla, Eskişehir, Bilecik ve Bursa illerinde eğitimler gerçekleştirildi. Bu kapsamda Pınar Enstitüsü, Pınar Süt Kalite Müdürlüğü ve Çamlı Yem çalışanları üreticilerle bir araya geldi.



20 Ekim 2023 tarihinde Muğla ilinin Milas ilçesindeki Sakarkaya köyünde, 26 Ekim 2023 Eskişehir ilinin Bozan mahallesinde, 7 Aralık 2023 tarihinde Eskişehir ilinin Dodurga köyünde, 8 Aralık tarihinde Bilecik Kurtköy köyünde ve 28 Aralık 2023 tarihinde Bursa ilinin Yenişehir ilçesinde bulunan Çiçekközü köyünde proje kapsamında eğitimler düzenlendi. Üreticilere, buzağı bakımı ve beslemesi, finansal okuryazarlık, doğru sağım uygulamaları ile iklim ve su konularına yönelik bilgilendirici sunumlar yapıldı. Eğitimlerin ardından Pınar Enstitüsü tarafından hayata geçirilen Süt Uzmanı mobil uygulamasının yaygınlaştırılması ve kullanımı artırmak adına, tanıtımı yapıldı.

Gerçekleştirilen eğitimler ve saha ziyaretleri kapsamında 2023 yılında 300'e yakın süt üreticisiyle bir araya gelindi. Kaliteli ve verimli süt üretimi, buzağı doğumu, doğru sağım nasıl yapılır, bütçe nasıl oluşturulmalı, harcamalarda dikkat edilmesi gereken hususlar nelerdir, iklim değişikliği ve su kıtlığının çevre ve dünya üzerine etkileri nelerdir, nasıl önlemler alınabilir konularına değinilen eğitimlerle süt üreticilerinin ilgili konulardaki bilgilerinin tazelenmesine ve bilinçlenmelerine katkı sağlandı.

## Yeni Eğitim Modülü

Sütümüzün Geleceği Bilinçli Ellerde projesi kapsamında süt üreticilerinin iklim değişikliği ve verimli su kullanımı konusunda bilgi birikimlerini artırma amacıyla Mayıs 2023 tarihinde bir eğitim modülü geliştirildi. Yeni eğitim modülü: İklim ve su ile iklim değişikliği ve dünya'ya etkileri, tarım ve hayvancılıkta verimli su kullanımı, süt üretiminde su kullanımının önemi konularında hazırlanan eğitim, Aralık ayında düzenlenen eğitimlerde üreticilere aktarılmaya başladı.



## Yeni Eğitim Materyali

Pınar Enstitüsü tarafından Sütümüzün Geleceği Bilinçli Ellerde Projesi kapsamında düzenlenen eğitimlere katılım sağlayan süt üreticilerine dağıtılan broşürlere bir yenisi eklendi. Buzağı Bakımı ve Beslemesi ile Süt Sığırcılığı İşletmeleri İçin Pratik Bilgiler broşürlerine, süt üretiminde verimi artırmak, hayvanların beslenmesine katkı sağlamak, uygun rasyonu belirlemek amacıyla Pınar Enstitüsü, Pınar Süt Kalite Müdürlüğü, Çamlı Yem çalışanları ve Afyon Kocatepe Üniversitesi Veterinerlik Fakültesi Hayvan Besleme ve Hastalıkları Bölümü Dr. Öğr. Üyesi Cangır Uyarlar tarafından, "Süt Üreticileri İçin Rasyon Önerileri" adında bir el kitapçığı eklendi.

**SÜT ÜRETİCİLERİ İÇİN RASYON ÖNERİLERİ**

DERLEYENLER  
Dr. Öğr. Üyesi Cangır Uyarlar  
Pınar Süt Çiğ Süt Geliştirme Uzm. Pınar Tekin  
Pınar Süt Çiğ Süt Geliştirme Sor. Hasan Çelik  
Çamlı Yem Satış Uzm. İbrahim İnce

**PINAR Çamlı**

**RASYON ÖNERİLERİ - 15**

| HAMMADDELER                             | KURU DÖNEM                            |                                       |
|---|---------------------------------------|---------------------------------------|
|   | İLK 40 GÜN<br>GÜNLÜK MİKTAR<br>KG/BAŞ | SON 20 GÜN<br>GÜNLÜK MİKTAR<br>KG/BAŞ |
| MISIR SİLAJI                            | 0                                     | 0                                     |
| KURU OT (BUĞDAY, YULAF, TIRITIKALE VB.) | 4                                     | 4                                     |
| KURU DÖNEM YEMİ                         | 4                                     | 0                                     |
| 19 PROTEİNLİ SÜT YEMİ                   | 0                                     | 3                                     |
| ARPA EZME-MISIR KIRMA                   | 1                                     | 3                                     |
| SAMAN                                   | 4                                     | 3                                     |
| KALSİYUM KLORÜR**                       | 0                                     | 0.2                                   |

**FRESH (İLK 3 HAFTA)**

| HAMMADDELER                             | GÜNLÜK MİKTAR KG/BAŞ |
|---|----------------------|
| MISIR SİLAJI                            | 0                    |
| KURU OT (BUĞDAY, YULAF, TIRITIKALE VB.) | 10                   |
| 19 PROTEİNLİ SÜT YEMİ                   | 15                   |
| SAMAN                                   | 0                    |
| ARPA EZME-MISIR KIRMA                   | 2                    |

**20 L ALTINDA SÜT VERİMİNE SAHİP SAĞMAL SIĞIRLAR**

| HAMMADDELER                             | GÜNLÜK MİKTAR KG/BAŞ |
|---|----------------------|
| MISIR SİLAJI                            | 0                    |
| KURU OT (BUĞDAY, YULAF, TIRITIKALE VB.) | 11                   |
| 19 PROTEİNLİ SÜT YEMİ                   | 10                   |
| SAMAN                                   | 2                    |
| ARPA EZME-MISIR KIRMA                   | 2                    |

**25 L/GÜN SÜT VERİMİNE SAHİP SAĞMAL SIĞIRLAR**

| HAMMADDELER                             | GÜNLÜK MİKTAR KG/BAŞ |
|---|----------------------|
| MISIR SİLAJI                            | 0                    |
| KURU OT (BUĞDAY, YULAF, TIRITIKALE VB.) | 10                   |
| 19 PROTEİNLİ SÜT YEMİ                   | 12                   |
| SAMAN                                   | 1                    |
| ARPA EZME-MISIR KIRMA                   | 2.5                  |

**30 L/GÜN SÜT VERİMİNE SAHİP SAĞMAL SIĞIRLAR**

| HAMMADDELER                             | GÜNLÜK MİKTAR KG/BAŞ |
|---|----------------------|
| MISIR SİLAJI                            | 0                    |
| KURU OT (BUĞDAY, YULAF, TIRITIKALE VB.) | 12                   |
| 19 PROTEİNLİ SÜT YEMİ                   | 15                   |
| SAMAN                                   | 0                    |
| ARPA EZME-MISIR KIRMA                   | 2                    |

**Yeni gelişmeler takip edilerek 2 yılda bir revize edilecektir.**

## EĞLENEREK HAREKET EDELİM SAĞLIKLIL BESLENELİM

Ceren Korkm... umityasarsav... rukiye

**Çocuklarda Beslenmenin Önemi**

- Yeterli ve dengeli beslenme çocukların sağlıklı büyüme ve gelişimi için elzemdir.

Düzenli ve sağlıklı beslenmenin bir yaşam tarzına dönüştürülmesine yönelik; okul öncesi dönem çocukların, öğretmenlerin ve ebevyenlerin bilinçlendirmesi hedefiyle yola çıkılan Eğlenerek Hareket Edelim Sağlıklı Beslenelim projesinde 7 Aralık 2023 tarihinde Isparta ve Burdur illerindeki temsilci öğretmenler ile Zoom üzerinden "Eğitimcinin eğitimi" etkinliği düzenlendi. Verimli geçen etkinlikte temsilci öğretmenlere, Çocuk Diyetisyeni Kader Atlı "Çocuklarda Beslenmenin Önemi" sunumunda beslenme tabağını nasıl ayrılmalı, hangi meyve-sebzeleri tercih edilmeli, kaç porsiyon idealdir konuları

başta olmak üzere sağlıklı beslenmeye yönelik birçok konuya değindi. Ardından Ege Üniversitesi Eğitim Fakültesi Temel Eğitim Bölümü Okul Öncesi Eğitimi Anabilim Dalı Öğretim Üyesi Doç.Dr. Sibel Sönmez "Erken Çocukluk Eğitimde Sürdürülebilir Beslenme" konulu sunumuyla öğretmenleri bilgilendirdi. Verimli geçen eğitimlerin ardından aktarılan bilgilerin değerlendirilmesi ve eğlenceli bir şekilde günü bitirmek adına bilgi yarışması düzenlendi.

# GENÇ ÇİFTÇİ MESLEKİ VE BİREYSEL KAPASİTE GELİŞİMİ PROGRAMI



Birleşmiş Milletler tarafından 2019-2028 yılları arasının "Aile Çiftçiliğinin Geliştirilmesi ve Genişletilmesi Dönemi" olarak ilan edilmesinden yola çıkılarak, hem genç çiftçilerin hem de kadın üreticilerin dahil edildiği 2022 yılında İzmir ilinde gerçekleştirilen anket çalışması sonrasında çıkan bulguların karşılaştırılması ve kapsayıcı bir sonuç elde etmek amacıyla, 2023 yılında Kütahya İl Tarım ve Orman Müdürlüğüyle Genç Çiftçi Mesleki ve Bireysel Kapasite Gelişimi Programı kapsamında iş birliği protokolü imzalandı.

Yeni Anlaşma: FAO ile İyi Niyet Beyanı İmzalandı.

FAO, Birleşmiş Milletler Gıda ve Tarım Örgütü'nün (Food and Agriculture Organization) kısaltılmasıdır. 1943'te kurulmuştur. Dünya genelinde gıda güvenliği, tarım, balıkçılık ve ormancılık gibi konularda uluslararası iş birliğini ve bilgi paylaşımını destekleyen bir kuruluştur.

Pınar Süt ile FAO arasında Ekim 2023 tarihinde iyi niyet beyanı imzalandı. Bu iyi niyet beyanı ile ilerleyen yıllarda genç çiftçi özelinde tarım ve hayvancılığa yönelik ortak projeler, etkinliklerin düzenlenmesi hedefleniyor. Pınar Süt ve FAO arasındaki bu ortaklıkla, kırsal alanlardaki genç çiftçilerin sayısının korunması ve artırılması, sürdürülebilir üretimin teşvik edilmesi ve Türkiye'de sürdürülebilir kırsal yaşamın desteklenmesi, kırsal geçim kaynaklarının geliştirilmesi amaçlanıyor.

## Bilgi Paylaşımı ve Kapanış Çalıştayı

21 Aralık 2023 tarihinde İzmir ilinde Yaşar Üniversitesi'nde, "Bilgi Paylaşımı ve Kapanış Çalıştayı" Pınar Enstitüsü ev sahipliğinde düzenlendi. Açılış konuşmalarında sırasıyla Pınar Enstitüsü Direktörü Ümit Savcıgil, FAO Türkiye Temsilci Yardımcısı Dr. Ayşegül Selışık, İzmir İl Tarım ve Orman Müdürlüğü Müdür Yardımcısı Dr. Fatih Kılıç ve Kütahya İl Tarım ve Orman Müdürlüğü Kırsal Kalkınma ve Örgütlenme Şube Müdürü Zekeriya Korkmaz yer aldı. Açılış konuşmalarında bahsedilen ortak konu genç üreticilerin yerinde üretime devam etmesinin önemi ve kırsal yaşamı kalkındırmaya yönelik gerçekleştirilen çalışmaların kamuoyuna duyurulması oldu.

Açılış konuşmaları ardından, "Genç Çiftçi Gözünden Tarım ve Kırsal Yaşam" oturumuna konuk olan İzmir ve Eskişehir illerinde yaşayan genç çiftçiler kendi hayat hikayelerini, yaptıkları işi, yaşadıkları zorlukları, geliştirdikleri yöntemleri ve sektör ile ilgili ihtiyaç ve beklentilerini konuklarla paylaştılar.

Ardından kürsüye çıkan Ankara Üniversitesi Kalkınma Çalışmaları Uygulama ve Araştırma Merkezi (AKÇAM) Müdürü ve Pınar Enstitüsü Yönetim Kurulu Üyesi Prof. Dr. Bülent Gülçubuk dinleyicilere Ekim 2023 tarihinde gerçekleştirilen anket çalışmasının sonuçlarını aktardı. Araştırma sonucunda genç çiftçilerin gelir ve geçim kaynaklarının çeşitlendirilmesi ve sosyal güvencelerinin sağlanması, sosyalleşme olanaklarının artırılması, eğitim standartlarının iyileştirilmesi, kooperatifçilik ve örgütlenme faaliyetlerine destek verilmesi gerektiği konularında bulguları aktardı.

Gülçubuk'un açıklamaları ve sunumundan sonra günün son oturumu olan "Genç Çiftçiliğin Bugünü ve Geleceğine Bakış" başlıklı panel, kamu-sanayi- üniversite sektörlerinden temsilcilerin katılımıyla FAO Türkiye Kıdemli Program Koordinatörü Özcan Türkoğlu moderatörlüğü'nde başladı. Panelde sırasıyla; Pınar Süt Eskişehir Fabrika Direktörü ve SETBİR Yönetim Kurulu Üyesi Erdi Eren, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Yaşam Boyu Öğrenme ve Yetişkin Eğitimi Bölümü Öğretim Üyesi Prof. Dr. Ahmet Yıldız, İzmir İl Tarım ve Orman Müdürlüğü Kırsal Kalkınma ve Örgütlenme Şube Müdürü Ali Bal ile Kütahya İl Tarım ve Orman Müdürlüğü Kırsal Kalkınma ve Örgütlenme Şube Müdürü Zekeriya Korkmaz yer aldı. Panelde tartışılan en çarpıcı konular ise şunlardı;

- Kırsal yaşamında daha sosyal bir hale getirilmesi, sosyal olanaklara göre isteklerin ve ihtiyaçların dinlenmesi,
- Temel eğitim üzerindeki eksiklerin giderilmesi,
- Tarım ve Orman Bakanlığı tarafından küçük üreticilere Uzman Eller projesi kapsamında sağlanan yardımlar dışında farklı bir projenin geliştirilmesi,
- Girişimci genç çiftçilerin özellikle finansal okuryazarlık eğitimi alması ve finans alanında bilinçlendirilmesi,
- Üreticilerin en büyük problemlerinden biri olan ürettiği ürünü satımı sürecinde pazarda yaşadığı olumsuzlukları yeni pazar alanlarının kurulması, var olan alanların geliştirilmesi, çeşitliliğin artırılması konuları başta olmak üzere birçok başlık değerli panelistler tarafından değerlendirildi.



Sonrasında kapanış konuşmalarını yapmak ve çalıştayı bitirmek için sözü Prof. Dr. Bülent Gülçubuk aldı. Katılımcıların sorularını yanıtlayan Gülçubuk, sonrasında hatıra fotoğrafı çekimiyle çalıştayı sonlandı.

## SAĞLIKLI YAŞAM OTURUMLARI

Sağlıklı Yaşam Oturumları ile sağlık, beslenme ve gıda konularında yanlış bilinenlerin düzeltilmesi ve bilgi kirliliğinin azaltılması amaçlanıyor. Bu çerçevede uzman konukları ağırladığımız Sağlıklı Yaşam Oturumları'nın yeni serileri Pınar Enstitüsü YouTube kanalında Temmuz 2023 tarihinde yayınlandı.

Çocuk Endokrin (Hormon) Hastalıkları Uzmanı Doç. Dr. Erdem Durmaz; aktif spor yapan çocuklar, erken ergenlik, çocuklarda kilo fazlalığı ve boy kısalığı başta olmak üzere birçok konuya değindi.

Bir diğer uzman konuk, Uzman Çocuk Diyetisyeni Kader Atlı çocuklarda beslenme, süt ve süt ürünlerinin rolü, beslenmenin büyümeye etkisi ve insülin direnci başta olmak üzere birçok konudan bahsetti.



## Yüzyüze Eğitimler

Pandemi dönemi öncesinde fabrikada yüzyüze gerçekleştirilen eğitimler tekrardan başladı. Bu kapsamda Pınar Enstitüsü ve Uzm. Dyt. Kader Atlı tarafından "Çalışanlar İçin Doğru Beslenme" konulu bir eğitim hazırlandı.

İlk olarak, 4 Ekim 2023 tarihinde İzmir Pınar Süt Fabrikası'nda ardından 27 Aralık 2023 tarihinde İstanbul Yaşar Birleşik Pazarlama Bölge Müdürlüğü'nde Uzm. Dyt. Kader Atlı tarafından çalışanlara, "Çalışanlar İçin Doğru Beslenme" konulu eğitim düzenlendi. Yetişkinlik döneminde doğru beslenme, beden kütle endeksi, popüler diyetler ve doğru bilinen yanlış konuları başta olmak üzere sağlıklı beslenme ve spora yönelik birçok konu Uzm. Dyt. Kader Atlı tarafından katılımcılara aktarıldı.





Bilimsel Makale  
Ödülü

**PINAR ENSTİTÜSÜ**

**“SÜRDÜRÜLEBİLİRLİK” TEMALI “GIDA, SAĞLIK,  
BESLENME VE TARIM” KONULU MAKALE ÖDÜLÜ**



*Belirlenen konular kapsamında olmak üzere 2019 – 2022 yılları arasında hakemli dergilerde yer almış makaleler arasından bilime katkı, topluma yarar, uygulanabilirlik gibi kriterler dikkate alınarak verilecektir. Genç araştırmacıların desteklenmesi adına, ödüle başvuran ilk yazarın; doktora sırası, doktora sonrası veya doktora eğitimini son 8 yıl içinde tamamlamış olması ilave puan kazandıracaktır.*

2019-2022 yılları arasında hakemli dergilerde yer almış makaleler arasından başvuru tarihleri arasında yapıldı. 2019-2022 yılları arasında hakemli dergilerde yer almış makaleler arasından başvuru temasına ve şartlarına uygun kazananlar belirlendi.

Başvurular arasında yer alan birçok değerli çalışma arasından Aydın Adnan Menderes Üniversitesi’nden Arş. Gör. Ahmet Görgüç, Prof. Dr. Cavit Bircan ve Doç. Dr. Fatih Mehmet Yılmaz’ın “Kullanılmayan bir yan ürün olarak susam kepeği: Enzim ve ultrason destekli ekstraksiyonun protein ve antioksidan bileşenlerin geri kazanımı üzerine etkisi” adlı makale birincilik ödülüne layık görüldü.

Bayburt Üniversitesi’nden Arş. Gör. Dr. Sebahat Öztekin ile İstanbul Teknik Üniversitesi’nden Prof. Dr. Hatice Funda Karbancıoğlu Güler’in “Limonlarda hasat sonrası fungal çürümelere karşı biyokontrol ajanı olarak Metschnikowia sp. izolatlarının potansiyel etki şekilleri ile biyoprospeksiyonu” adlı makalesi ikincilik ödülünü kazandı.

Akdeniz Üniversitesi’nden Dr. Fahrettin Gökhan Tokay, Yüksek Mühendis Ali Can Alp ve Prof. Dr. Pinar Yerlikaya Kebapçıoğlu’nun “Mikrobiyal transglutaminaz ile bağlanmış yeniden yapılandırılmış balık eti üretimi ve raf ömrü” adlı makalesi üçüncülük ödülüne sahip oldu.

Gıda, sağlık ve beslenme konularında toplumu bilinçlendirmek için sosyal sorumluluk anlayışı ve toplumun sağlıklı gelişimine katkıda bulunmak amacıyla kurulan Pinar Enstitüsü’nün gerçekleştirdiği Bilimsel Makale Ödülleri sahipleriyle buluştu.

Bilimsel Makale Ödülü 2023 yılında “sürdürülebilirlik” temasında gıda, sağlık, beslenme ve tarım konularını içermektedir. Makalelerin seçiminde bilime katkı, toplumsal yarar ve uygulanabilirlik gibi kriterler göz önünde bulunduruldu.

2023 yılında 4.kez düzenlenen yarışmanın, Mayıs 2023 tarihinde başlayan başvuru süreci Eylül 2023 tarihinde son buldu. Bilimsel Makale Ödülü’ne 22 farklı ilden, 38 farklı üniversiteden, 30 farklı bölümden toplam 60 başvuru yapıldı.

Birbirinden farklı disiplinlerden gelen başvurular sonrasında uzman akademisyenlerden oluşan değerlendirme kurulu tarafından yapılan değerlendirmeler 22 Eylül – 20 Kasım 2023