



EKMEK İSRAFI

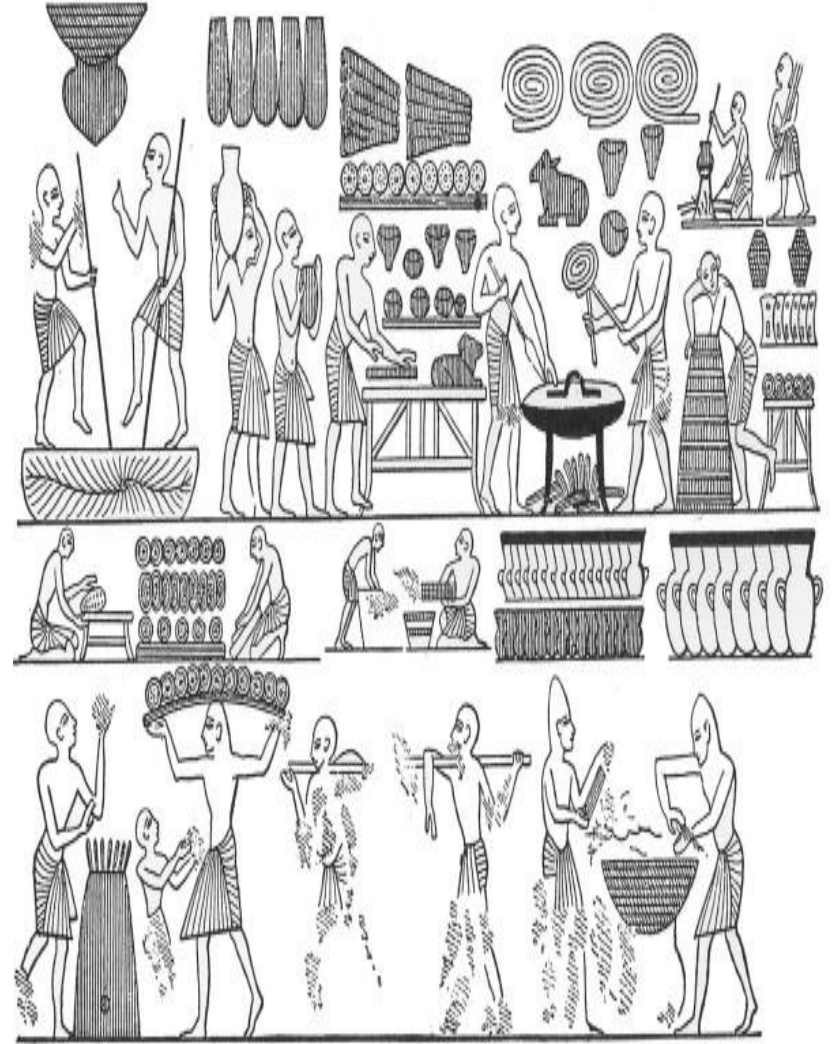


Ekmek, buğday ununa; su, tuz, maya (*Saccharomyces cerevisiae*) gerektiğinde şeker, enzimler, enzim kaynağı olarak malt unu, vital gluten ve izin verilen katkı maddeleri ilave edilip bu karışımın tekniğine uygun olarak yoğrulması, şekillendirilmesi, fermentasyona bırakılması ve pişirilmesi ile yapılan ürünü ifade eder.(TGK 2012)



EKMEĞİN TARİHÇESİ

•Ekmeğin tarihi medeniyetlerin tarihi kadar eskidir. Ekmek, insanoğlunun bilinen en eski ve önemli gıda maddesidir. Genel kabule göre, ilk insanlar su ile ıslatılmış ve kendi haline bırakılmış buğday kırmasında gözeneklerin meydana geldiğini görmüşler ve gözenekli kütleyi sıcak taşlar üzerinde pişirdikleri zaman lezzetinin daha iyi olduğunu anlamışlardır.



Araştırmalar bize milattan yüzlerce yıl önce, Babil, Mısır, Yunan ve Romalı' ların ekmeği beslenmelerinin bir parçası olarak kullandıklarını göstermektedir (Matz,1995).



Ekmegin Beslenmedeki Önemi

- Sofralarımızın vazgeçilmez besin maddesi olan ekmek, karbonhidrat ve protein kaynağı olarak beslenmede önemli bir yere sahiptir. Karbonhidrat, protein ve posa kaynağı olan ekmeğin tam tahıl, kepek, çavdar, mısır, köy ekmeği vb. gibi pek çok çeşidi bulunmaktadır.





- Temel besin maddesi olan tahıllar; buğday, arpa, pirinç, mısır, çavdar ve yulaf gibi taneli bitkiler ve tohumlarından oluşmaktadır.
- Tahıllar, B12 vitamini hariç vücudun enerji metabolizmasında görevli olan, yetersizliğinde sinir ve sindirim sistemi bozukluklarına neden olan B1 vitamininin başlıca kaynağıdır ve diğer B grubu vitaminler bakımından da zengindir.

BESİN PİRAMİDİ



Source: U.S. Department of Agriculture's Department of Health and Human Services

Yetişkin kadın ve erkeğin günlük ortalama gereksinimleri düşünüldüğünde **300 gr ekmek**;

- Günlük alınması gereken enerjinin % 30-36'sını,
- Demirin % 12-48'ini,
- Proteinin % 39-42'sini,
- Kalsiyumun % 9-57'sini,
- B1 vitamininin % 27-63'ünü,
- B2 vitamininin % 12-30'unu,
- Niasinin % 15-27'sini karşılamaktadır.

Sağlık İçin Tam Tahıllar

- Tahıllar, vücudun enerji metabolizmasında görevli olan, yetersizliğinde sinir ve sindirim sistemi bozukluklarına neden olan B1 (tiamin) vitamininin başlıca kaynağıdır ve diğer B grubu vitaminler bakımından da zengindir.



Sağlığınız için Tam Buğday Ekmegini Tercih Edin.

- obezite,
 - diyabet,
 - kalp hastalıkları ve
 - bazı kanser türlerinin önlenmesi ya da tedavisi aşamasında, vitamin ve mineral yetersizliğinin önlenmesinde
- ‘Tam Buğday Ekmegi’** tavsiye edilmektedir.

Ekmek israfı



- Açlık ve yetersiz beslenme, nüfusu 7 milyarı geçen dünyamızı tehdit etmektedir.
- Dünyada gıda israfı ciddi boyutlara ulaşmıştır. Gıda üretiminin üçte biri israf edilmektedir.



- Dünya nüfusunun % 12,5'ini oluşturan **870 milyon** insan yetersiz beslenmektedir.
- Milyonlarca insan **açlık ve yetersiz** beslenme nedeniyle hayatını kaybetmektedir.

- FAO'ya göre dünyada her yıl değeri 1 trilyon ABD \$ olan **1,3 milyar ton** gıda israf edilmektedir.
- Oysa israfın dörtte bir oranında azaltılmasıyla, yetersiz beslenen **870 milyon insanın** gıda ihtiyacı karşılanabilmektedir.
- Fakir ülkelerde gıdaya erişim giderek zorlaşmakta hatta imkânsız hale gelmektedir.



- Gelişmiş ülkelerde çöpe atılan gıdaların % 40'ı, aslında yenebilecek durumdadır.
- Gelişmiş ülkeler yılda yaklaşık 222 milyon ton yenebilir ürünü heba etmektedir.



➤Gelişmekte olan
lkelerde yılda 150
milyon ton buğday heba
olmaktadır. Bu kayıp,
tüm fakir ülkelerdeki
açlığı ortadan
kaldırabilecek buğday
miktarının altı katını
oluřturmaktadır.



TMO, Türkiye’de;

- Ekmek üretimi ve tüketimini,
- Tüketim alışkanlıklarını,
- Ekmek israfının boyutlarını,
- İsrafın nerelerde ve ne şekilde gerçekleştiğini ortaya koyan bir araştırma yaptırmıştır

- ✓ Yapılan araştırmalara göre ülkemizde üretilen ekmeğin % 5,9'u israf edilmektedir.

Araştırma ;

- Ekmek üretiminin günde **101 milyon**, yılda 37 milyar adet,
- Ekmek tüketiminin günde **95 milyon**, yılda 35 milyar adet,
- Ekmek israfının günde **6 milyon**, yılda **2,1 milyar** adet,
- Kişi başı günlük ekmek israfının da **20 gr** olduğunu ortaya çıkarmıştır.

Araştırma, günlük 6 milyon ekmeğin;

- 3 milyonunun fırınlarda (% 51.4),
- 2,3 milyonunun hanelerde (%37.9),
- 0,6 milyonunun yemekhaneler ile lokanta ve otellerde (% 10.7) israf edildiğini ortaya koymuştur.



Ekmek tarlada çiftçinin
sofrada senin
ALIN TERİN

www.ekmekisrafetme.com



- İsrâf nedeniyle yıllık ekonomik kaybımız **1,546 milyar TL**’ dir.
- Bu tutar, dünya birincisi olduğumuz un ihracatından elde ettiğimiz gelire eşdeğerdir.
- Bu rakam, dünya ekonomisinde yükselişini sürdüren ülkemiz için ciddi bir kayıptır.



Ekmeginizi israf etmeyin, tasarruf edin

Ülkemizde bir yılda
çöpe atılan **2,1 milyar** adet
ekmeğın parasal değeri
1,5 milyar TL

1,5 milyar TL ile;

- Ülkemizin **23 günlük ekmek ihtiyacı** karşılanabilmekte,
- **460 bin öğrenciye her ay 280 TL burs** verilebilmekte,
- 300 öğrenci kapasiteli **250 yurt**,
- 16 derslikli **500 okul** veya 100 yataklı **80 hastane** yapılabilmektedir.

Ülkemizde bir yılda çöpe atılan **2,1 milyar** adet ekmeğin parasal değeri **1,5 milyar TL** bu parayla **80 hastane**, **500 okul** inşa edilebilir. Gelin Cumhuriyetin kuruluşunun 100. yılına yüzlerce okul ve hastane yapalım.





Ülkemizde

israf edilen ekmekle
on binlerce KONUT
yapılabilir



Ülkemizde bir yılda

israf

edilen ekmekle

500 km yol



yapılabilir

www.ekmekisrafetme.com



Araştırmada;

- İsrafının kötü niyetten ziyade “**ihmal ve bilgisizlikten**” kaynaklandığına,
- Ekmeğın insan gıdası olarak tüketilmemesi veya çöpe atılmasının **israf** olarak tanımlanması gerektiğine,
- Bu bağlamda **hayvan beslenmesinde** kullanılan ekmeğın de israf olarak nitelendirilmesi gerektiğine vurgu yapılmaktadır.

Araştırmada israfının ana nedeni olarak;

- Ekmeğin ihtiyaçtan fazla alınması,
- Fırınlarda ihtiyaçtan fazla üretim yapılması,
- Ekmeğin uygun olmayan şartlarda muhafaza edilmesi,
- Bayat ekmeğin değerlendirilme yöntemleri hakkında bilgi sahibi olunmaması,
- Yemekhanelerde tercih edilen rol ekmeğin üstü açık veya ambalajsız olarak sunulması gösterilmiştir

Ülkemizde bir yılda
çöpe atılan **2,1 milyar** adet
ekmeğin parasal değeri
1,5 milyar TL
Bu parayla **80 hastane,**
500 okul inşa edilebilir

TÜKETEBİLECEĞİN KADAR AL



✓ **Bir sosyal sorumluluk projesi olan “Ekmek İsrafını Önleme Kampanyası” başlatılmıştır.**

✓ **Kampanya, toplumun tüm kesimlerine ulaşılacak şekilde ;**

- Kamu kurum ve kuruluşları,
- Yerel yönetimler,
- Üniversiteler,
- Sivil toplum kuruluşları,
- Özel sektör

işbirliğiyle yürütülecektir.

- ✓ **Kampanyanın hedef kitlesi toplumun bütünüdür.**
- ✓ **Özelde; israfın yoğun olarak yaşandığı fırınlar, lokantalar, oteller ve yemekhaneler ile hanelerdir.**
- ✓ **Öncelikli olarak ise; bilinçli tüketim alışkanlığı kazandırmak adına **çocuklar** ile toplumdaki yeri ve önemi dikkate alındığında **kadınlardır****

Ekmek İsrafını Önlemek İçin Evde Neler Yapılmalı?

- İhtiyaçtan fazla ekmek alınmamalıdır.
- Dilimlenerek tüketilmesi israfı azaltacaktır.
- Bayatlamış ve kurumuş ekmekler; fırında, ekmek kızartma makinesinde veya kaynamakta olan tencerenin üzerindeki süzgece yerleştirilerek tüketime uygun hale getirilebilir.
- Bayat ekmekler, galeta unu veya kurutulmuş ekmek içi şeklinde, uygun yemeklerde kullanılabilir.



Ekmeđinizi israf etmeyin, tasarruf edin

Ülkemizde bir yılda
çöpe atılan **2,1 milyar** adet
ekmeğin parasal değeri
1,5 milyar TL



www.ekmekisrafetme.com



- **Ankara İl Gıda, Tarım ve Hayvancılık Müdürlüğü** olarak; 5996 sayılı Veteriner Hizmetleri, Bitki Sağlığı, Gıda ve Yem Kanun kapsamında, gerek işletmelerin asgari teknik ve hijyenik şartları bakımından gerekse Ekmek ve Ekmek Çeşitleri Tebliği ile ilgili denetimlerimiz devam etmektedir.
- Ayrıca fırın çalışanlarına hijyenik kurallar, Ekmek ve Ekmek Çeşitleri Tebliği ve Ekmek İsrafı ile ilgili eğitimler verilmektedir. Bu eğitimler sonucu katılımcılara sertifika verilmektedir.

➤Ekmek ve Ekmek Çeşitleri Tebliği'ne aykırı davrananlar hakkında 5996 sayılı Veteriner Hizmetleri, Bitki Sağlığı, Gıda ve Yem Kanununun ilgili maddelerine göre idari yaptırım uygulanmaktadır.



Teşekkür ederim