T.C.
GIDA TARIM VE HAYVANCILIK
BAKANLIĞI

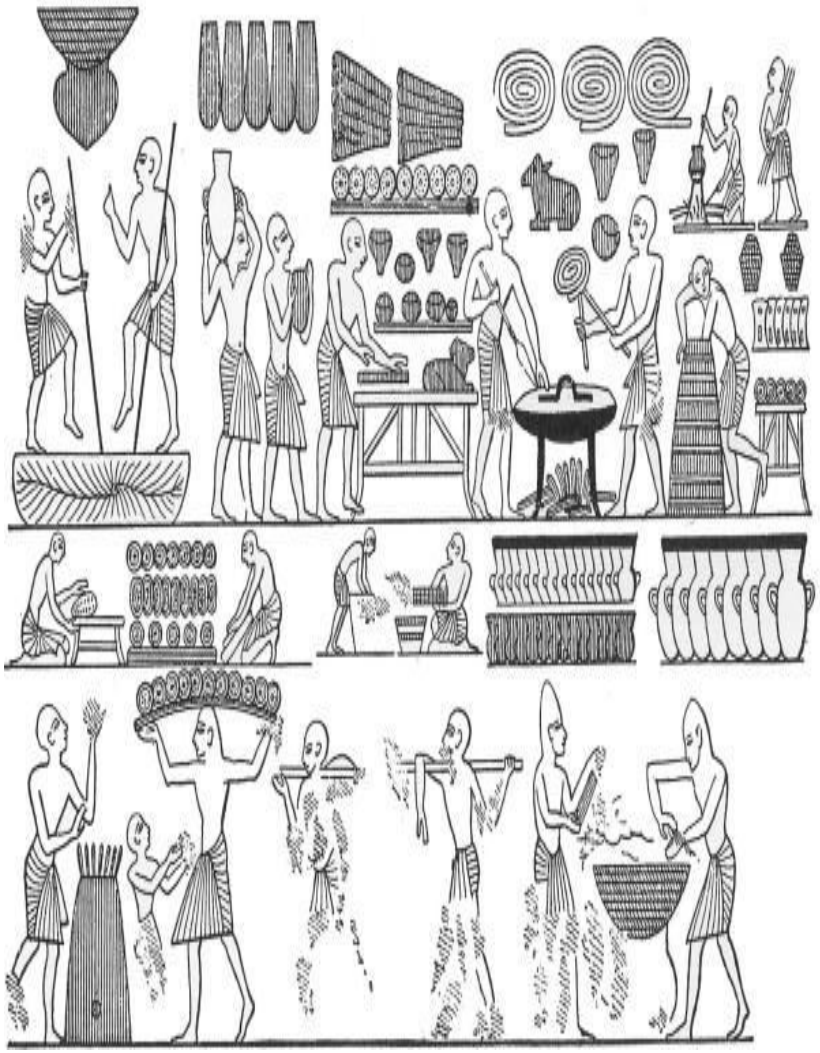
EKMEK İSRAFI

Ekmeğini İsraf Etme

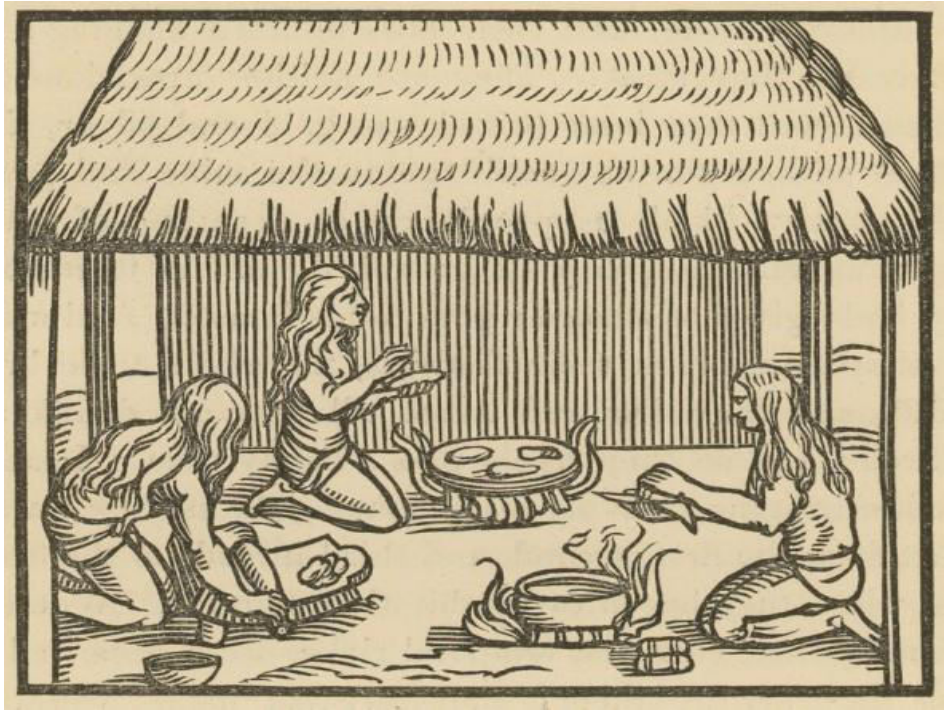
Ekmek, buğday ununa; su, tuz, maya (Saccharomyces cerevisiae) gerektiğinde şeker, enzimler, enzim kaynağı olarak malt unu, vital gluten ve izin verilen katkı maddeleri ilave edilip bu karışımın tekniğine uygun olarak yoğrulması, şekillendirilmesi, fermentasyona bırakılması ve pişirilmesi ile yapılan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



Ekmeğin 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

Yetişkin kadın ve erkeğin günlük ortalama gereksinmeleri 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 Ekmeğini Tercih Edin.

- obezite,
- diyabet,
- kalp hastalıkları ve
- bazı kanser türlerinin önlenmesi ya da tedavisi aşamasında, vitamin ve mineral yetersizliğinin önlenmesinde

‘’**Tam Buğday Ekmeği**” 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 ülkelerde yılda 150 milyon ton buğday heba olmaktadır. Bu kayıp, tüm fakir ülkelerdeki açlığı ortadan kaldırabilecek buğday miktarının altı katını oluşturmaktadır.

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.

- İsraf 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.

Ekmeğinizi israf etmeyin, tasarruf edin

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

1,5 milyar TL ile;

- Ülkenin **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 israf edilen ekmekle

500 okul yapılabilir

www.ekmekisrafetme.com

Ülkemizde

israf edilen ekmekle

onlarca KÖPRÜ

yapılabilir

www.ekmekisrafetme.com

Ülkemizde

israf edilen ekmekle

on binlerce KONUT

yapılabilir

Ülkemizde bir yılda

israf

edilen ekmekle

Araştırmada;

- İsrafının kötü niyetten ziyade "**ihmal ve bilgisizlikten**" kaynaklandığına,
- Ekmeğin insan gıdası olarak tüketilmemesi veya çöpe atılmasının **israf** olarak tanımlanması gerektiğine,
- Bu bağlamda **hayvan beslenmesinde** kullanılan ekmeğin 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

www.ekmekisrafetme.com

- ✓ **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 <u>toplumun bütünüdür.</u>**
- ✓ Özelde; israfın yoğun olarak yaşandığı **fırınlar**, **lokantalar**, **oteller** ve **yemekhaneler** ile **haneler**dir.
- ✓ Öncelikli olarak ise; bilinçli tüketim alışkanlığı kazandırmak adına **çocuklar** ile toplumdaki yeri ve önemi dikkate alındığında **kadınlar**dır

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.

Ekmeğinizi 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.

T.C.
GIDA TARIM VE HAYVANCILIK
BAKANLIĞI

Teşekkür ederim