



Bir lokma bir hayat

Türkiye Gıda ve Şeker Sanayi İşçileri Sendikası olarak gıda israfına dair farkındalık yaratmak amacıyla hayata geçirdiğimiz “Bir Lokma Bir Hayat” projemizle yaşanabilir bir dünya hedefliyoruz.

One bite one life

As the Turkish Food and Sugar Industry Workers' Union, we aim for a livable world with our “One Bite, One Life” project, which we have implemented in order to raise awareness regarding food waste.

Ein Bissen ein Leben

wir als türkische Arbeitergewerkschaft der Lebensmittel- und Zuckerindustrie möchten wir mit unserem Projekt „Ein Bissen ein Leben“ für eine Welt ohne Lebensmittelverschwendungen aufmerksam machen.



#BirLokmaBirHayat #OneBiteOneLife #EinBisseneinLeben

GIDA İSRAFI

NEDİR?

WHAT IS

FOOD WASTE?

WAS IST

LEBENSMITTELVerschwendung?



Gıda israfı üretilen gıdaların tüketilmeden çöpe atılması olarak tanımlanır. Dünyada gıdaların üçte birinin israf edildiği, artan nüfus ve iklim değişikliği ile birlikte göz önüne alındığında gıda israfı bugünü olduğu gibi geleceğimizi de tehdit etmekte.

Food waste is defined as throwing away the produced food without being consumed. Considering the fact that one third of the food in the world is wasted, together with the increasing population and climate change, food waste threatens our future as it does today.

Als Lebensmittelverschwendung wird das Wegwerfen der produzierten Lebensmittel ohne Verzehr bezeichnet. Ein Drittel der Lebensmittel weltweit wird verschwendet. Wenn wir das Problem der Lebensmittelverschwendung mit der wachsenden Bevölkerung und dem Klimawandel bewerten; wir können sagen, dass Lebensmittelverschwendung unsere Zukunft genauso bedroht wie heute.

SAYISAL VERİLERLE AÇLIK

HUNGER WITH NUMERICAL DATA

WELTHUNGER IN ZAHLEN

Dünyada gıdaya ulaşamayan ya da gıda güvencesi olmayan insan sayısı 700 milyondan 821 milyona çıktı.

The number of people who cannot reach food or have no food security in the world has increased from 700 million to 821 million.

Menschen, die sich keine Ernährungsmittel besorgen können, ist die Zahl von 700 Millionen auf 821 Millionen gestiegen.

Dünyada her gün 8 kişiden biri aç uyuyor. 27 binden fazla insan ise açlık ve yetersiz beslenmeden dolayı hayatını kaybediyor. Kaybedilen veya israf edilen yiyeceklerin sadece dörtte biri kurtarılabilse, dünyadaki 821 milyon aç insan doyabilecek.

One out of eight people in the world sleeps hungry every day. More than 27 thousand people die due to hunger and lack of nutrition. If only a quarter of the food lost or wasted could be recovered, 821 million hungry people would be fed.

Jeder achte Mensch auf der Welt schläft jeden Tag hungrig. Mehr als 27.000 Menschen sterben an Hunger und Unterernährung. Wenn nur ein Viertel der verlorenen oder verschwendeten Lebensmittel zurückgewonnen werden könnte, wären 821 Millionen hungernde Menschen auf der Welt ernährt.

7,8 milyara ulaşan dünya nüfusunda yaklaşık 2,1 milyar insan fazla/aşırı kilo ve obezite ile mücadele ederken, 811 milyon insan ise yetersiz besleniyor ve akşamları yatağına aç giriyor.

While around 2.1 billion people are struggling with overweight and obesity in the world population reaching 7.8 billion, 811 million people are malnourished and go to bed hungry in the evenings.

Die Weltbevölkerung besteht aus 7,8 Milliarden Menschen. 2,1 Milliarden Menschen leiden an Fettleibigkeit und Übergewicht. 811 Millionen Menschen sind unter ernährt und gehen mit Hunger ins Bett.

Dünyada her yıl 1,3 milyar tonun üzerindeki gıda ya kaybediliyor ya da israf ediliyor. Ekonomik olarak yaklaşık 1 trilyon dolara tekabül eden bu miktar, dünyada açlık çeken 800 milyonu aşkın insanı birçok kez doyurulabilir.

Over 1.3 billion tons of food is either lost or wasted every year worldwide. This amount, which corresponds to approximately 1 trillion dollars economically, can feed more than 800 million people who are starving in the world many times over.

Jedes Jahr werden über 1,3 Milliarden Tonnen Lebensmittel verschwendet. Finanziell sind das über 1 Billion Dollar. Diese Menge könnte mehr als einmal mehr als 800 Millionen hungernde Menschen ernähren.

Dünya genelinde israf edilen gıdanın toplamı, 40 tonluk 23 milyon kamyon dolusu yiyeceğe karşılık geliyor.

The total amount of food wasted worldwide is 23 million truckloads of 40 tons of food.

Die Gesamtmenge der weltweit verschwendeten Lebensmittel entspricht 23 Millionen Lkw-Ladungen mit Lebensmitteln mit einem Gewicht von 40 Tonnen.

İnsanların yaşam boyu ortalama 70 bin kez yemek yediği, bunun da yaklaşık 25-30 ton yiyeceğe denk geldiği hesaplandığında israf edilen gıdanın 30 milyondan fazla insana hayat boyu yetebileceği öngörülüyor.

When it is calculated that people eat an average of 70,000 meals in a lifetime, which corresponds to approximately 25-30 tons of food, it is predicted that wasted food can be enough for more than 30 million people in a lifetime.

Menschen essen durchschnittlich 70.000 Mal im Leben. Dies entspricht etwa 25-30 Tonnen Lebensmittel. Dies zeigt, dass verschwendete Lebensmittel für mehr als 30 Millionen Menschen im Leben ausreichen können.

Dünyada 2 milyar insanın temiz suya düzenli erişimi bulunmuyor.

2 billion people in the world cannot regularly access clean water.

2 Milliarden Menschen auf der Welt haben keinen regelmäßigen Zugang zu sauberem Wasser.

Bir kişinin günlük su tüketiminin 25 litre olması gerekirken, bu miktar Türkiye’de, günlük 217 litredir.

While a person’s daily water consumption should be 25 liters, this amount is 217 liters per day in Turkey.

Während der tägliche Wasserverbrauch einer Person 25 Liter betragen sollte, sind es in der Türkei 217 Liter pro Tag.

HER 5 SANİYEDE BİR ÇOCUK

AÇLIKTAN ÖLÜYOR!

A CHILD DIES OF HUNGER

EVERY 5 SECONDS!

ALLE 5 SEKUNDEN STIRBT

EIN KIND AN HUNGER!

UNICEF, dünyanın birçok bölgesinde 10 milyonu aşkın çocuğun açlık ve kıtlık sorunundan muzdarip olduğunu açıkladı. Gıda krizinin en somut yaşandığı 55 ülke veya bölgede 5 yaş altı 16 milyon çocuğun durumu çok kritik. Dünya genelinde 150 milyon çocuk ise beslenme yetersizliği çekiyor.

UNICEF announced that more than 10 million children in many parts of the world suffer from hunger and famine. The situation of 16 million children under the age of 5 is very critical in 55 countries or regions where the food crisis is most concrete. 150 million children worldwide suffer from malnutrition

UNICEF gab bekannt, dass mehr als 10 Millionen Kinder in vielen Teilen der Welt an Hunger und Kargheit leiden. Die Situation von 16 Millionen Kindern unter 5 Jahren in 55 Ländern oder Regionen, in denen die Nahrungsmittelkrise am konkretesten ist, ist sehr kritisch. 150 Millionen Kinder weltweit leiden an Mangelernährung.

TÜRKIYE'DE GIDA İSRAFI

FOOD WASTE IN TURKEY

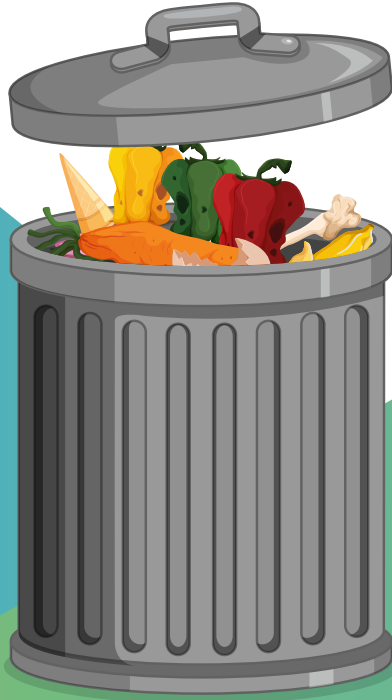
*LEBENSMITTELVERSCHWENDUNG
IN DER TÜRKEI*



Türkiye kişi başına düşen gıda israfında dünyada üçüncü sırada yer alıyor. Bu da yıllık ortalama 214 milyar TL ile her yıl milli gelirimizin yüzde 4,1'ini çöpe attığımız anlamına geliyor. Yılda kişi başına evlerde 96 kg, restoranlarda 28 kg ve satış noktalarında 16 kg yiyecek çöp oluyor.

Turkey ranks third in the world in food waste per capita. We throw away 4.1 percent of our national income every year, with an annual average of 214 billion TL. 96 kg of food per person per year at homes, 28 kg at restaurants, and 16 kg at sales points becomes garbage.

Die Türkei liegt bei der Lebensmittelverschwendung pro Person weltweit an dritter Stelle. Das bedeutet, dass jedes Jahr 4,1 Prozent Nationaleinkommens wegwerfen, mit einem Jahresdurchschnitt von 214 Milliarden TL. 96 kg Lebensmittel pro Person und Jahr zu Hause, 28 kg in Restaurants und 16 kg an Verkaufsstellen werden zu Müll.



Türkiye’de yapılan gıda israfı ile

Instead of food
waste in Turkey:

*Mit der Lebensmittelverschwendung
in der Türkei*

Dünyanın en pahalı
tedavilerinden birine muhtaç olan

4.280 SMA hastasının
10 yıllık tedavisi
karşılanabilmektedir.

10 -year treatment of
4.280 SMA patient
can be met, who are
in need of one of the
most expensive
treatments in the
world.

*Mit der
Lebensmittelverschwendung
in der Türkei kann man*

4280 SMA
*Krankenmenschen
zehn Jahre lang betreuen.*

Ülkemizde

300

yataklı

214

hastane

yapılabilmektedir.

214

hospitals with

300

beds can be built
in our country

Oder

214

*Krankenhäuser
mit jeweils*

300

Betten bauen.



Türkiye’de en çok israf edilen gıdalar ve oranları:

The most wasted foods in Turkey and the rates:

Die meisten Lebensmittelverschwendungen von Ernährungsmitteln in der Türkei, mit Prozentsatz:





ekmek
bread
Brot

%17



taze sebze
fresh vegetables
frisches GemüÙe

%13



taze meyve
fresh fruit
frisches Obst

%12



sulu yemek
main course
Eintopf

%12



tatlı, pasta, ÷ekerleme
sweet, cake confectionery
Kuchen, SüÙgebäck

%11



süt ve süt ürünleri
dairy products
Milch und Milchprodukte

%10

GIDA İSRAFININ ÖNÜNE NASIL GEÇERİZ?

HOW CAN WE AVOID FOOD WASTE?

WIE KÖNNEN WIR GEGEN DIESE LEBENSMITTELVerschwendung VORGEHEN?

En yüksek gıda israfının evlerimizde ve restoranlarda gerçekleştiğini düşünürsek gıda israfını önlemek için bireysel olarak her birimizin sorumluluklarının olduğunu söyleyebiliriz.

Considering that the highest food waste occurs in our homes and restaurants, we can state that each of us individually has responsibilities to prevent food waste.

Wenn man überlegt, dass die meisten Lebensmittelverschwendungen in Restaurants und zu Hause sind, muss jeder von uns eigene Verantwortung tragen.



Sofralarınızda daha küçük tabaklar kullanabilir ve yemeklerinize küçük porsiyonlarla başlayabilirsiniz.

You can use smaller plates on your tables and start your meals with small portions.

Wir können damit anfangen, dass wir kleinere Teller und auch kleinere Portionen nehmen.



Gıda israfının yüzde 40'ı otel ve restoranlarda gerçekleşiyor. Biz yeteri kadar yiyoruz. Yiyemeyenleri de düşünerek porsiyonlarımızı bir kez daha gözden geçirmemizin hayati öneme sahip olduğunu unutmayalım.

40 percent of food waste occurs in hotels and restaurants. We are eating enough. Let's not forget that it is vital that we review our portions once again, considering those who cannot eat enough.

40 Prozent der Lebensmittelabfälle fallen in Hotels und Restaurants an. Wir essen genug! Vergessen wir nicht, dass wir unsere Portionen noch einmal überprüfen müssen, um diejenigen zu berücksichtigen, die nicht genug essen können.

- **Alışverişe çıkmadan önce ihtiyaç listesi yapabilir, böylece fazla gıda almadığınız için gıdaların çürümesine engel olabilirsiniz.**

Before you go shopping, you can make a list of needs, so you can prevent the food from rotting because you don't buy much food.

Eine Einkaufsliste verwenden, dass man genau das kauft, was man braucht, nicht zu viel, nicht zu wenig.





Sosyal medyada bizi takip edin.

Follow us on social media

Folgen Sie uns in den sozialen Medien.

