



## Genel Bakış

Besin Dedektifleri™ Programı, özellikle ilkököl çocukları için geliştirilmiş, çocuklara sağlıklı yiyecekleri nasıl belirleyeceklerini ve seçeceklerini gösterirken verdiği “5 ipucu” ile gıda etiketlerini kolayca okumayı ve pazarlama aldatmacalarını tespit etmeyi öğreten 90 dakikalık yenilikçi bir eğitim programıdır. Eğitim, sınıflarda interaktif bir sunum ile verilmektedir. Eğitim sonunda gerçek besin paketleri ile çocukların dedektiflik yeteneklerini hemen kullanabilecekleri ve öğrendiklerini pekiştirebilecekleri bir uygulama yapılmaktadır.

## Amaç

- Çocuklara sağlıklı yemekleri seçmelerini öğretmek ve pazarlama aldatmacalarını farketmelerini sağlamak
- Çocuklara öğrendiklerini uygulama fırsatı vermek
- Çocukları geliştirdikleri “dedektiflik yeteneklerini” diğer aile üyeleri ve arkadaşları ile paylaşmaları konusunda teşvik etmek.

## Açıklama

**Besin Dedektifleri™** Programı, çocuklara besin etiketlerini okumayı, aldatmacaları tespit etmeyi ve sağlıklı yiyecekleri nasıl belirleyeceklerini ve seçeceklerini öğretir. Program, ülke çapında tüm okullarda uygulanabilir.

Program, renkli ve eğlenceli bir sunumla sağlıklı beslenmenin önemini ve bunun modern yaşantımızda nasıl zorlayıcı olabileceğini anlatır. Çocuklara gıda paketlerinin aldatıcı olabileceğini gösterir ve besin değerleri etiketlerini okuyarak nasıl sağlıklı seçimler yapabileceklerini öğretir. Sağlıklı seçim yapabilmeleri için onlara 5 kolay ipucu sunar. Bu ipuçları ile çocuklar, hidrojene yağ, glukoz-fruktoz şurubu ve lif gibi ana maddelere bakmayı öğrenirler. Eğitim sonrası çocuklar gruplara ayrılarak gerçek besinlerle “Besin Dedektifliği” oyununu oynarlar. Her gruba marketten alınan hem sağlıklı hem daha az sağlıklı ürünlerden oluşan yemek paketleri verilir ve çocuklar ürünleri inceleyerek hangisinin hangi kategoriye ait olduğunu belirlerler.

**Besin Dedektifleri™** Programı kısa bir süre içinde çok önemli bilgilerin aktarıldığı, etkili, verimli ve eğlenceli bir eğitimdir. Program bir 90 dakikalık seans, iki 45 dakikalık seans, ya da üç 30 dakikalık seanslar halinde ya da okulların ders saatine uygun bir sürede ister sınıfta, ister beden eğitimi sınıfında, ister konferans salonunda ister kafeteryada uygulanabilir. Program çocuklarla interaktif ve eğlenceli bir şekilde sunulmaktadır.

**Besin Dedektifleri™** (Nutrition Detectives™) Programı Yale Üniversitesi'nin Yale-Griffin Prevention and Research Center kurucu direktörü ve American College of Lifestyle Medicine'in başkanı olan [David L. Katz MD, MPH, FACPM, FAC](#) ve eşi Dr. Catherine Katz, PhD tarafından Amerika'da geliştirilmiştir. Türkçe uyarlaması ve eğitimi [IIN Sağlık Koçu](#) ve [Juice Up](#) Kurucu ve Yönetici Ortağı Selen Sonar tarafından yapılmaktadır.

## Ücret

Program maliyetleri karşılayacak şekilde ayarlanmış uygun bir ücret ile sunulmaktadır. Amacı para kazanmak değil, bilinçli bir nesil yetiştirmeye katkıda bulunmaktadır. Detayları [www.besindedektifleri.com.tr](http://www.besindedektifleri.com.tr) adresinde bulabilirsiniz.

## Gerekli Malzemeler

- Dizüstü bilgisayar ve Besin Dedektifleri™ PowerPoint sunumu\*
- LCD projektör ve ekran
- Çeşitli gıda örnekleri içeren market torbaları\*
- Etiketleri işaretleyebilmek için marker kalem\*
- 5 ipucu özetleyen not kağıtları\*
- Çocuklara dağıtılacak Besin Dedektifleri™ rozeti \*

\*Eğitim içerik talebine göre eğitmen tarafından sağlanacaktır.

## Daha Fazla Bilgi için:

Sorularınız ve eğitim talepleriniz için bize [info@besindedektifleri.com.tr](mailto:info@besindedektifleri.com.tr) adresinden ulaşabilirsiniz.