

## Ne yapmam gerekir?

Odul alabilmek için, iş yeriniz belirli sağlıklı ve dengeli beslenme ilkelerine dayalı, yağ, şeker ve tuz oranlarını en az seviyelerde tutup, meyve ve sebze içerikli besinlerin yaygınlaştırılması ve ana yemeklerde nisastalı karbonhidratların kullanılması kriterlerine göre değerlendirilecektir. Ayrıca, sağlıklı seçeneklerin tanıtımına ve buna uygun pazarlamalara katkılarınız da değerlendirilecektir.

## Nasıl katılabilirim?

Sağlıklı Seçenek ödülüne ilgi duyuyorsanız, ve iş yeriniz genel anlamda yemek hijyen kurallarına uymakta ise ve Yemek Hijyen Puanlama sisteminde 3, 4 veya 5 puan almayı basardıysanız,



## SAGLIKLI SECENEK ODULU DEGISIKLIK YAPMAK ISTERMISINIZ?



## Healthy Options Award

Want to make a difference?



## Bizi arayın:

Allyson Jones  
Health Improvement Team  
Public Protection

Tel: 029 2087 1842  
E-mail: Alljones@cardiff.gov.uk



Disarida yemek, her gecen gun yasamimizda daha onemli rol oynamaktadır – Galler bölgesinde yiyecek ve iceceklere harcanan tum paraların ucte birinden fazlasi, daha saglikli secenekler arayisinda olan insanlar tarafından ev disinda yemek ve iceceklere harcanmaktadır.

Saglikli Secenek Odulu, tum Galler Bölgesinde, disarida yemek yiyen musterilerine saglikli secim yapmayi kolaylastiran isletmeleri odullendirmek icin uc basamakli, Altin, Gumus ve Bronz olarak kuruldu ve Kalp seklinde cekirdekli bir Elma ile sembolize edildi.

### Amac nedir?

Odulun amaci yemek isletmelerini daha saglikli uygulamalarla, meyve, sebze ve nisastali karbonhidratların tüketimini arttirirken, yag, ozellikle doydurulmus yag,seker ve tuz tüketimini azaltmak icin tesvik etmektedir.

Ayrıca, cocuklara daha saglikli secenekler sunumu, odul elemanlarının egitimi, Daha saglikli seceneklerin one cikarilarak pazarlanması da degerlendirilecektir.

### Bu neden onemlidir?

Diyet ile ilgili hastaliklar konusunda artan endiseleri gormek icin basina ve TV ye bakmak yeterli olacaktır.

Galler bölgesindeki halkın yarısından fazlasi ya cok kilolu yada obez. Diyet Kalp ve bazi kanser hastaliklarında onemli rol oynamaktadır ve Galler bölgesindeki her dort olumden birinden fazlasi yediklerimiz ile ilgilidir. Bu sebepten yemek isletmeleri ulusumuzun sagligina buyuk katkıda bulunabilirler.

### Kimler katilabilir ?

Bu odul halka acik her tur yemek isletmelerine aciktir.

Is yerinizin genel anlamda yemek hijyen kurallarına uymakta olup Yemek Hijyen Puanlama sisteminde ornegin 3, 4 veya 5 puan almisi gerekmektedir.

### Odul uygulamasini kim yönetiyor?

Odul uygulama ve degerlendirmesi Cardiff Belediyesi, Saglik iyilestirme takimi tarafından yönetilmektedir

### Bana ne faydasi var?

Saglikli Secenek Odulu;

- Siz
- Sizin isiniz
- Sizin Musterileriniz

Icin faydalidir.

Daha saglikli yiyecekler sunarak musterilerinizin diyet ve sagliklarının düzeltilmesine cok buyuk katkiniz olabilir.

Bu odulu almayi basarinca toplum tarafından musterilerine karsi sorumlu bir isletme olarak taninarak iyi bir imaj sahibi olabilirsiniz. Rekabet ustunlugu ve musterilerinizin memnuniyeti kazanabilirsiniz. Saglikli seceneklere olan talep giderek artmaktadır- Daha saglikli secenekler sunan bir gida maddeleri üretici ve satıcı isletmeler satislarında artis gormektedir.

