

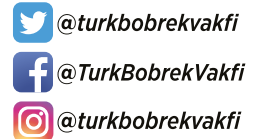
“Sebzeleri ve meyveleri mevsiminde tüketmeniz sayesinde  
hem tadına varabilir, hem de daha güçlü vitamin  
ve mineral desteği almış olursunuz.”



**TÜRK BÖBREK VAKFI**

**2026**

[www.tbv.com.tr](http://www.tbv.com.tr)



# 2026

## OCAK / JANUARY 2026



**TÜRK BÖBREK VAKFI**

| PAZARTESİ / Monday | SALI / Tuesday | ÇARŞAMBA / Wednesday | PERŞEMBE / Thursday | CUMA / Friday | CUMARTESİ / Saturday | PAZAR / Sunday |
|--------------------|----------------|----------------------|---------------------|---------------|----------------------|----------------|
|                    |                |                      | 1                   | 2             | 3                    | 4              |
| 5                  | 6              | 7                    | 8                   | 9             | 10                   | 11             |
| 12                 | 13             | 14                   | 15                  | 16            | 17                   | 18             |
| 19                 | 20             | 21                   | 22                  | 23            | 24                   | 25             |
| 26                 | 27             | 28                   | 29                  | 30            | 31                   |                |

### ARALIK / DECEMBER 2025

| Pzt | Sl | Çr | Pr | C  | Cmt | Pz |
|-----|----|----|----|----|-----|----|
| 1   | 2  | 3  | 4  | 5  | 6   | 7  |
| 8   | 9  | 10 | 11 | 12 | 13  | 14 |
| 15  | 16 | 17 | 18 | 19 | 20  | 21 |
| 22  | 23 | 24 | 25 | 26 | 27  | 28 |
| 29  | 30 | 31 |    |    |     |    |

### ŞUBAT / FEBRUARY 2026

| Pzt | Sl | Çr | Pr | C  | Cmt | Pz |
|-----|----|----|----|----|-----|----|
|     |    |    |    |    |     | 1  |
| 2   | 3  | 4  | 5  | 6  | 7   | 8  |
| 9   | 10 | 11 | 12 | 13 | 14  | 15 |
| 16  | 17 | 18 | 19 | 20 | 21  | 22 |
| 23  | 24 | 25 | 26 | 27 | 28  |    |

“Sebzeleri ve meyveleri mevsiminde tüketmeniz sayesinde hem tadına varabilir, hem de daha güçlü vitamin ve mineral desteği alırsınız.”

1 OCAK / Yılbaşı





TÜRK BÖBREK VAKFI

# Ocak



Armut



Karnabahar



Nar



Turp



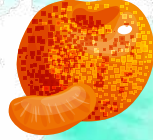
Ayva



Greyfurt



Ispanak



Mandalina



Lahana



Portakal



Brokoli



“Sebzeleri ve meyveleri mevsiminde tüketmeniz sayesinde hem tadına varabilir, hem de daha güçlü vitamin ve mineral desteği almış olursunuz.”

# 2026



**TÜRK BÖBREK VAKFI**

## ŞUBAT / FEBRUARY 2026

| PAZARTESİ / Monday | SALI / Tuesday | ÇARŞAMBA / Wednesday | PERŞEMBE / Thursday | CUMA / Friday | CUMARTESİ / Saturday | PAZAR / Sunday |
|--------------------|----------------|----------------------|---------------------|---------------|----------------------|----------------|
|                    |                |                      |                     |               |                      | 1              |
| 2                  | 3              | 4                    | 5                   | 6             | 7                    | 8              |
| 9                  | 10             | 11                   | 12                  | 13            | 14                   | 15             |
| 16                 | 17             | 18                   | 19                  | 20            | 21                   | 22             |
| 23                 | 24             | 25                   | 26                  | 27            | 28                   |                |

### OCAK / JANUARY 2026

| Pzt | Sl | Çr | Pr | C  | Cmt | Pz  |
|-----|----|----|----|----|-----|-----|
|     |    |    |    | 1  | 2   | 3 4 |
| 5   | 6  | 7  | 8  | 9  | 10  | 11  |
| 12  | 13 | 14 | 15 | 16 | 17  | 18  |
| 19  | 20 | 21 | 22 | 23 | 24  | 25  |
| 26  | 27 | 28 | 29 | 30 | 31  |     |

### MART / MARCH 2026

| Pzt | Sl | Çr | Pr | C  | Cmt | Pz |
|-----|----|----|----|----|-----|----|
|     |    |    |    |    |     | 1  |
| 2   | 3  | 4  | 5  | 6  | 7   | 8  |
| 9   | 10 | 11 | 12 | 13 | 14  | 15 |
| 16  | 17 | 18 | 19 | 20 | 21  | 22 |
| 23  | 24 | 25 | 26 | 27 | 28  | 29 |
| 30  | 31 |    |    |    |     |    |

“Sebzeleri ve meyveleri mevsiminde tüketmeniz sayesinde hem tadına varabilir,  
hem de daha güçlü vitamin ve mineral desteği almış olursunuz.”



TÜRK BÖBREK VAKFI

# Şubat



Armut



Karnabahar



Nar



Turp



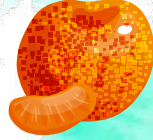
Ayva



Greyfurt



Isıpanak



Mandalina



Lahana



Portakal



“Sebzeleri ve meyveleri mevsiminde tüketmeniz sayesinde hem tadına varabilir, hem de daha güçlü vitamin ve mineral desteği almış olursunuz.”

# 2026

## MART / MARCH 2026



**TÜRK BÖBREK VAKFI**

| PAZARTESİ / Monday | SALI / Tuesday | ÇARŞAMBA / Wednesday                                                                                                                                | PERŞEMBE / Thursday                                                                  | CUMA / Friday | CUMARTESİ / Saturday | PAZAR / Sunday |
|--------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------|----------------------|----------------|
|                    |                |                                                                                                                                                     |                                                                                      |               |                      | 1              |
| 2                  | 3              | 4                                                                                                                                                   | 5                                                                                    | 6             | 7                    | 8              |
| 9                  | 10             | 11                                                                                                                                                  | 12  | 13            | 14                   | 15             |
| 16                 | 17             | 18                                                                                                                                                  | 19                                                                                   | 20            | 21                   | 22             |
| 23                 | 24             | 25                                                                                                                                                  | 26                                                                                   | 27            | 28                   | 29             |
| 30                 | 31             | <p>"Sebzeleri ve meyveleri mevsiminde tüketmeniz sayesinde hem tadına varabilir, hem de daha güçlü vitamin ve mineral desteği almış olursunuz."</p> |                                                                                      |               |                      |                |
|                    |                |                                                                                                                                                     |                                                                                      |               |                      |                |

### ŞUBAT / FEBRUARY 2026

| Pzt | Sl | Çr | Pr | C  | Cmt | Pz |
|-----|----|----|----|----|-----|----|
|     |    |    |    |    |     | 1  |
| 2   | 3  | 4  | 5  | 6  | 7   | 8  |
| 9   | 10 | 11 | 12 | 13 | 14  | 15 |
| 16  | 17 | 18 | 19 | 20 | 21  | 22 |
| 23  | 24 | 25 | 26 | 27 | 28  |    |

### NİSAN / APRIL 2026

| Pzt | Sl | Çr | Pr | C  | Cmt | Pz |
|-----|----|----|----|----|-----|----|
|     |    | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  |
| 6   | 7  | 8  | 9  | 10 | 11  | 12 |
| 13  | 14 | 15 | 16 | 17 | 18  | 19 |
| 20  | 21 | 22 | 23 | 24 | 25  | 26 |
| 27  | 28 | 29 | 30 |    |     |    |

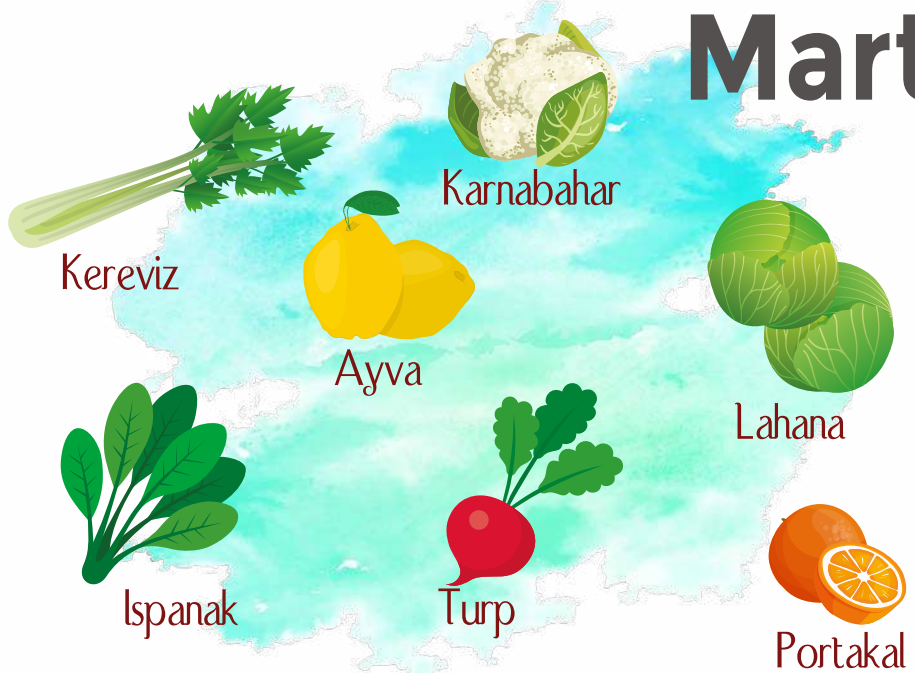
12 MART / Dünya Böbrek Günü  
20-21-22 Mart / Ramazan Bayramı



TÜRK BÖBREK VAKFI



# Mart



“Sebzeleri ve meyveleri mevsiminde tüketmeniz sayesinde hem tadına varabilir, hem de daha güçlü vitamin ve mineral desteği almış olursunuz.”

# 2026

## NİSAN / APRIL 2026



**TÜRK BÖBREK VAKFI**

| PAZARTESİ / Monday | SALI / Tuesday | ÇARŞAMBA / Wednesday | PERŞEMBE / Thursday | CUMA / Friday | CUMARTESİ / Saturday | PAZAR / Sunday |
|--------------------|----------------|----------------------|---------------------|---------------|----------------------|----------------|
|                    |                | 1                    | 2                   | 3             | 4                    | 5              |
| 6                  | 7              | 8                    | 9                   | 10            | 11                   | 12             |
| 13                 | 14             | 15                   | 16                  | 17            | 18                   | 19             |
| 20                 | 21             | 22                   | 23                  | 24            | 25                   | 26             |
| 27                 | 28             | 29                   | 30                  |               |                      |                |

**MART / MARCH 2026**

| Pzt | Sl | Çr | Pr | C  | Cmt | Pz |
|-----|----|----|----|----|-----|----|
|     |    |    |    |    |     | 1  |
| 2   | 3  | 4  | 5  | 6  | 7   | 8  |
| 9   | 10 | 11 | 12 | 13 | 14  | 15 |
| 16  | 17 | 18 | 19 | 20 | 21  | 22 |
| 23  | 24 | 25 | 26 | 27 | 28  | 29 |
| 30  | 31 |    |    |    |     |    |

**MAYIS / MAY 2026**

| Pzt | Sl | Çr | Pr | C  | Cmt | Pz  |
|-----|----|----|----|----|-----|-----|
|     |    |    |    |    | 1   | 2 3 |
| 4   | 5  | 6  | 7  | 8  | 9   | 10  |
| 11  | 12 | 13 | 14 | 15 | 16  | 17  |
| 18  | 19 | 20 | 21 | 22 | 23  | 24  |
| 25  | 26 | 27 | 28 | 29 | 30  | 31  |

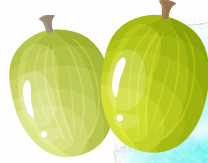
"Sebzeleri ve meyveleri mevsiminde tüketmeniz sayesinde hem tadına varabilir,  
hem de daha güçlü vitamin ve mineral desteği almanız olursunuz."

23 NİSAN / Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı



TÜRK BÖBREK VAKFI

# Nisan



Yeşil Erik



Bezelye



Taze Sarmısak



Isıpanak



Çağla



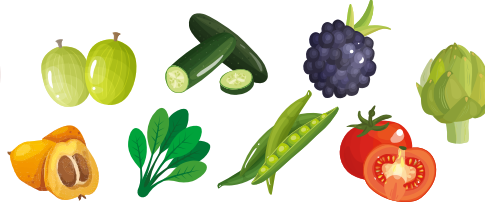
Enginar



“Sebzeleri ve meyveleri mevsiminde tüketmeniz sayesinde hem tadına varabilir, hem de daha güçlü vitamin ve mineral desteği almış olursunuz.”

# 2026

## MAYIS / MAY 2026



**TÜRK BÖBREK VAKFI**

| PAZARTESİ / Monday | SALI / Tuesday | ÇARŞAMBA / Wednesday | PERŞEMBE / Thursday | CUMA / Friday | CUMARTESİ / Saturday | PAZAR / Sunday |
|--------------------|----------------|----------------------|---------------------|---------------|----------------------|----------------|
|                    |                |                      |                     | 1             | 2                    | 3              |
| 4                  | 5              | 6                    | 7                   | 8             | 9                    | 10             |
| 11                 | 12             | 13                   | 14                  | 15            | 16                   | 17             |
| 18                 | 19             | 20                   | 21                  | 22            | 23                   | 24             |
| 25                 | 26             | 27                   | 28                  | 29            | 30                   | 31             |

**NİSAN / APRIL 2026**

| Pzt | Sl | Çr | Pr | C  | Cmt | Pz |
|-----|----|----|----|----|-----|----|
|     |    | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  |
| 6   | 7  | 8  | 9  | 10 | 11  | 12 |
| 13  | 14 | 15 | 16 | 17 | 18  | 19 |
| 20  | 21 | 22 | 23 | 24 | 25  | 26 |
| 27  | 28 | 29 | 30 |    |     |    |

**HAZİRAN / JUNE 2026**

| Pzt | Sl | Çr | Pr | C  | Cmt | Pz |
|-----|----|----|----|----|-----|----|
| 1   | 2  | 3  | 4  | 5  | 6   | 7  |
| 8   | 9  | 10 | 11 | 12 | 13  | 14 |
| 15  | 16 | 17 | 18 | 19 | 20  | 21 |
| 22  | 23 | 24 | 25 | 26 | 27  | 28 |
| 29  | 30 |    |    |    |     |    |

"Sebzeleri ve meyveleri mevsiminde tüketmeniz sayesinde hem tadına varabilir, hem de daha güçlü vitamin ve mineral desteği almış olursunuz."

1 MAYIS / Emek ve Dayanışma Günü  
19 MAYIS / Atatürk'ü Anma Gençlik ve Spor Bayramı  
27-28-29-30 Mayıs / Kurban Bayramı





TÜRK BÖBREK VAKFI



Yeşil Erik



Salatalık



Malta Eriği



Bezelye



Domates



İspanak



Dut



Enginar

# Mayıs

“Sebzeleri ve meyveleri mevsiminde tüketmeniz sayesinde hem tadına varabilir, hem de daha güçlü vitamin ve mineral desteği almış olursunuz.”

# 2026

## HAZİRAN / JUNE 2026



TÜRK BÖBREK VAKFI

| PAZARTESİ / Monday | SALI / Tuesday | ÇARŞAMBA / Wednesday | PERŞEMBE / Thursday | CUMA / Friday | CUMARTESİ / Saturday | PAZAR / Sunday |
|--------------------|----------------|----------------------|---------------------|---------------|----------------------|----------------|
| 1                  | 2              | 3                    | 4                   | 5             | 6                    | 7              |
| 8                  | 9              | 10                   | 11                  | 12            | 13                   | 14             |
| 15                 | 16             | 17                   | 18                  | 19            | 20                   | 21             |
| 22                 | 23             | 24                   | 25                  | 26            | 27                   | 28             |
| 29                 | 30             |                      |                     |               |                      |                |

MAYIS / MAY 2026

| Pzt | Sl | Çr | Pr | C  | Cmt | Pz  |
|-----|----|----|----|----|-----|-----|
|     |    |    |    |    | 1   | 2 3 |
| 4   | 5  | 6  | 7  | 8  | 9   | 10  |
| 11  | 12 | 13 | 14 | 15 | 16  | 17  |
| 18  | 19 | 20 | 21 | 22 | 23  | 24  |
| 25  | 26 | 27 | 28 | 29 | 30  | 31  |

TEMMUZ / JULY 2026

| Pzt | Sl | Çr | Pr | C  | Cmt | Pz      |
|-----|----|----|----|----|-----|---------|
|     |    |    |    |    | 1   | 2 3 4 5 |
| 6   | 7  | 8  | 9  | 10 | 11  | 12      |
| 13  | 14 | 15 | 16 | 17 | 18  | 19      |
| 20  | 21 | 22 | 23 | 24 | 25  | 26      |
| 27  | 28 | 29 | 30 | 31 |     |         |

"Sebzeleri ve meyveleri mevsiminde tüketmeniz sayesinde hem tadına varabilir, hem de daha güçlü vitamin ve mineral desteği almış olursunuz."



TÜRK BÖBREK VAKFI

# Haziran



Şeftali



Yeşil Erik



Salatalık



Dolmalık Biber



Bezelye



Domates



Kayısı



Malta Eriği



Çarliston Biberi



Kavun



Enginar



Dut



Kiraz



Patlıcan



Karpuz



Kabak



“Sebzeleri ve meyveleri mevsiminde tüketmeniz sayesinde hem tadına varabilir, hem de daha güçlü vitamin ve mineral desteği almış olursunuz.”

# 2026

## TEMMUZ / JULY 2026



**TÜRK BÖBREK VAKFI**

| PAZARTESİ / Monday | SALI / Tuesday | ÇARŞAMBA / Wednesday | PERŞEMBE / Thursday | CUMA / Friday | CUMARTESİ / Saturday | PAZAR / Sunday |
|--------------------|----------------|----------------------|---------------------|---------------|----------------------|----------------|
|                    |                | 1                    | 2                   | 3             | 4                    | 5              |
| 6                  | 7              | 8                    | 9                   | 10            | 11                   | 12             |
| 13                 | 14             | 15                   | 16                  | 17            | 18                   | 19             |
| 20                 | 21             | 22                   | 23                  | 24            | 25                   | 26             |
| 27                 | 28             | 29                   | 30                  | 31            |                      |                |

**HAZİRAN / JUNE 2026**

| Pzt | Sl | Çr | Pr | C  | Cmt | Pz |
|-----|----|----|----|----|-----|----|
| 1   | 2  | 3  | 4  | 5  | 6   | 7  |
| 8   | 9  | 10 | 11 | 12 | 13  | 14 |
| 15  | 16 | 17 | 18 | 19 | 20  | 21 |
| 22  | 23 | 24 | 25 | 26 | 27  | 28 |
| 29  | 30 |    |    |    |     |    |

**AĞUSTOS / AUGUST 2026**

| Pzt | Sl | Çr | Pr | C  | Cmt | Pz |
|-----|----|----|----|----|-----|----|
|     |    |    |    |    | 1   | 2  |
| 3   | 4  | 5  | 6  | 7  | 8   | 9  |
| 10  | 11 | 12 | 13 | 14 | 15  | 16 |
| 17  | 18 | 19 | 20 | 21 | 22  | 23 |
| 24  | 25 | 26 | 27 | 28 | 29  | 30 |
| 31  |    |    |    |    |     |    |

"Sebzeleri ve meyveleri mevsiminde tüketmeniz sayesinde hem tadına varabilir, hem de daha güçlü vitamin ve mineral desteği almış olursunuz."

15 TEMMUZ / Demokrasi ve Millî Birlik Günü



TÜRK BÖBREK VAKFI



Şeftali



Yeşil Erik



Salatalık



Malta Eriği



Dolmalık Biber



Bezelye



Domates



Kayısı



Üzüm



Çarliston Biber



Kavun



Vişne



Dut



Kiraz



Bamya



Patlıcan



Karpuz



Kabak

# Temmuz

“Sebzeleri ve meyveleri mevsiminde tüketmeniz sayesinde hem tadına varabilir, hem de daha güçlü vitamin ve mineral desteği almış olursunuz.”

# 2026



**TÜRK BÖBREK VAKFI**

## AĞUSTOS / AUGUST 2026

| PAZARTESİ / Monday | SALI / Tuesday                                                                                                                               | ÇARŞAMBA / Wednesday | PERŞEMBE / Thursday | CUMA / Friday | CUMARTESİ / Saturday | PAZAR / Sunday |
|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|---------------------|---------------|----------------------|----------------|
|                    |                                                                                                                                              |                      |                     |               | 1                    | 2              |
| 3                  | 4                                                                                                                                            | 5                    | 6                   | 7             | 8                    | 9              |
| 10                 | 11                                                                                                                                           | 12                   | 13                  | 14            | 15                   | 16             |
| 17                 | 18                                                                                                                                           | 19                   | 20                  | 21            | 22                   | 23             |
| 24                 | 25                                                                                                                                           | 26                   | 27                  | 28            | 29                   | 30             |
| 31                 | "Sebzeleri ve meyveleri mevsiminde tüketmeniz sayesinde hem tadına varabilir, hem de daha güçlü vitamin ve mineral desteği almış olursunuz." |                      |                     |               |                      |                |

### TEMMUZ / JULY 2026

| Pzt | Sl | Çr | Pr | C  | Cmt | Pz |
|-----|----|----|----|----|-----|----|
|     |    | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  |
| 6   | 7  | 8  | 9  | 10 | 11  | 12 |
| 13  | 14 | 15 | 16 | 17 | 18  | 19 |
| 20  | 21 | 22 | 23 | 24 | 25  | 26 |
| 27  | 28 | 29 | 30 | 31 |     |    |

### EYLÜL / SEPTEMBER 2026

| Pzt | Sl | Çr | Pr | C  | Cmt | Pz |
|-----|----|----|----|----|-----|----|
|     |    | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  |
| 6   | 7  | 8  | 9  | 10 | 11  | 12 |
| 13  | 14 | 15 | 16 | 17 | 18  | 19 |
| 20  | 21 | 22 | 23 | 24 | 25  | 26 |
| 27  | 28 | 29 | 30 |    |     |    |

30 AĞUSTOS / Zafer Bayramı



TÜRK BÖBREK VAKFI



Şeftali



Dolmalık Biber



Salatalık

# Ağustos



Domates



Kayısı



Üzüm



Çarliston Biber



Armut



Kavun



Vişne



Kiraz



Bamya



Patlıcan



Karpuz



İncir

“Sebzeleri ve meyveleri mevsiminde tüketmeniz sayesinde hem tadına varabilir, hem de daha güçlü vitamin ve mineral desteği almış olursunuz.”

# 2026



**TÜRK BÖBREK VAKFI**

**EYLÜL / SEPTEMBER 2026**

| PAZARTESİ / Monday | SALI / Tuesday | ÇARŞAMBA / Wednesday | PERŞEMBE / Thursday | CUMA / Friday | CUMARTESİ / Saturday | PAZAR / Sunday |
|--------------------|----------------|----------------------|---------------------|---------------|----------------------|----------------|
|                    | 1              | 2                    | 3                   | 4             | 5                    | 6              |
| 7                  | 8              | 9                    | 10                  | 11            | 12                   | 13             |
| 14                 | 15             | 16                   | 17                  | 18            | 19                   | 20             |
| 21                 | 22             | 23                   | 24                  | 25            | 26                   | 27             |
| 28                 | 29             | 30                   |                     |               |                      |                |



**AĞUSTOS / AUGUST 2026**

| Pzt | Sl | Çr | Pr | C  | Cmt | Pz  |
|-----|----|----|----|----|-----|-----|
|     |    |    |    |    |     | 1 2 |
| 3   | 4  | 5  | 6  | 7  | 8   | 9   |
| 10  | 11 | 12 | 13 | 14 | 15  | 16  |
| 17  | 18 | 19 | 20 | 21 | 22  | 23  |
| 24  | 25 | 26 | 27 | 28 | 29  | 30  |
| 31  |    |    |    |    |     |     |

**EKİM / OCTOBER 2026**

| Pzt | Sl | Çr | Pr | C  | Cmt | Pz      |
|-----|----|----|----|----|-----|---------|
|     |    |    |    |    |     | 1 2 3 4 |
| 5   | 6  | 7  | 8  | 9  | 10  | 11      |
| 12  | 13 | 14 | 15 | 16 | 17  | 18      |
| 19  | 20 | 21 | 22 | 23 | 24  | 25      |
| 26  | 27 | 28 | 29 | 30 | 31  |         |

“Sebzeleri ve meyveleri mevsiminde tüketmeniz sayesinde hem tadına varabilir, hem de daha güçlü vitamin ve mineral desteği almış olursunuz.”

19-25 / Eylül Dünya Şeker Tüketimine Dikkat Haftası





TÜRK BÖBREK VAKFI

# Eylül



Şeftali



Dolmalık Biber



Salatalık



Domates



Fındık



Üzüm



Çarliston Biber



Armut



Kavun



Kestane



Ceviz



Bamya



Patlıcan



Karpuz



İncir



“Sebzeleri ve meyveleri mevsiminde tüketmeniz sayesinde hem tadına varabilir, hem de daha güçlü vitamin ve mineral desteği almış olursunuz.”

# 2026

## EKİM / OCTOBER 2026



**TÜRK BÖBREK VAKFI**

| PAZARTESİ / Monday | SALI / Tuesday | ÇARŞAMBA / Wednesday | PERŞEMBE / Thursday | CUMA / Friday | CUMARTESİ / Saturday | PAZAR / Sunday |
|--------------------|----------------|----------------------|---------------------|---------------|----------------------|----------------|
|                    |                |                      | 1                   | 2             | 3                    | 4              |
| 5                  | 6              | 7                    | 8                   | 9             | 10                   | 11             |
| 12                 | 13             | 14                   | 15                  | 16            | 17                   | 18             |
| 19                 | 20             | 21                   | 22                  | 23            | 24                   | 25             |
| 26                 | 27             | 28                   | 29                  | 30            | 31                   |                |

### EYLÜL / SEPTEMBER 2026

| Pzt | Sl | Çr | Pr | C  | Cmt | Pz |
|-----|----|----|----|----|-----|----|
|     | 1  | 2  | 3  | 4  | 5   | 6  |
| 7   | 8  | 9  | 10 | 11 | 12  | 13 |
| 14  | 15 | 16 | 17 | 18 | 19  | 20 |
| 21  | 22 | 23 | 24 | 25 | 26  | 27 |
| 28  | 29 | 30 |    |    |     |    |

### KASIM / NOVEMBER 2026

| Pzt | Sl | Çr | Pr | C  | Cmt | Pz |
|-----|----|----|----|----|-----|----|
|     |    |    |    |    |     | 1  |
| 2   | 3  | 4  | 5  | 6  | 7   | 8  |
| 9   | 10 | 11 | 12 | 13 | 14  | 15 |
| 16  | 17 | 18 | 19 | 20 | 21  | 22 |
| 23  | 24 | 25 | 26 | 27 | 28  | 29 |
| 30  |    |    |    |    |     |    |

"Sebzeleri ve meyveleri mevsiminde tüketmeniz sayesinde hem tadına varabilir, hem de daha güçlü vitamin ve mineral desteği almış olursunuz."

29 EKİM / Cumhuriyet Bayramı



TÜRK BÖBREK VAKFI



# Ekim



“Sebzeleri ve meyveleri mevsiminde tüketmeniz sayesinde hem tadına varabilir, hem de daha güçlü vitamin ve mineral desteği almış olursunuz.”

# 2026



**TÜRK BÖBREK VAKFI**

**KASIM / NOVEMBER 2026**

| PAZARTESİ / Monday | SALI / Tuesday | ÇARŞAMBA / Wednesday | PERŞEMBE / Thursday | CUMA / Friday | CUMARTESİ / Saturday | PAZAR / Sunday |
|--------------------|----------------|----------------------|---------------------|---------------|----------------------|----------------|
|                    |                |                      |                     |               |                      | 1              |
| 2                  | 3              | 4                    | 5                   | 6             | 7                    | 8              |
| 9                  | 10             | 11                   | 12                  | 13            | 14                   | 15             |
| 16                 | 17             | 18                   | 19                  | 20            | 21                   | 22             |
| 23                 | 24             | 25                   | 26                  | 27            | 28                   | 29             |
| 30                 |                |                      |                     |               |                      |                |

**EKİM / OCTOBER 2026**

| Pzt | Sl | Çr | Pr | C  | Cmt | Pz |
|-----|----|----|----|----|-----|----|
|     |    |    |    |    |     |    |
|     |    |    | 1  | 2  | 3   | 4  |
| 5   | 6  | 7  | 8  | 9  | 10  | 11 |
| 12  | 13 | 14 | 15 | 16 | 17  | 18 |
| 19  | 20 | 21 | 22 | 23 | 24  | 25 |
| 26  | 27 | 28 | 29 | 30 | 31  |    |

**ARALIK / DECEMBER 2026**

| Pzt | Sl | Çr | Pr | C  | Cmt | Pz |
|-----|----|----|----|----|-----|----|
|     |    |    |    |    |     |    |
|     |    | 1  | 2  | 3  | 4   | 5  |
| 6   | 7  | 8  | 9  | 10 | 11  | 12 |
| 13  | 14 | 15 | 16 | 17 | 18  | 19 |
| 20  | 21 | 22 | 23 | 24 | 25  | 26 |
| 27  | 28 | 29 | 30 | 31 |     |    |

10 KASIM / Atatürk'ü Anma Günü

"Sebzeleri ve meyveleri mevsiminde tüketmeniz sayesinde hem tadına varabilir, hem de daha güçlü vitamin ve mineral desteği almış olursunuz."



TÜRK BÖBREK VAKFI



“Sebzeleri ve meyveleri mevsiminde tüketmeniz sayesinde hem tadına varabilir, hem de daha güçlü vitamin ve mineral desteği almış olursunuz.”

# 2026



## ARALIK / DECEMBER 2026



**TÜRK BÖBREK VAKFI**

| PAZARTESİ / Monday | SALI / Tuesday | ÇARŞAMBA / Wednesday | PERŞEMBE / Thursday | CUMA / Friday | CUMARTESİ / Saturday | PAZAR / Sunday |
|--------------------|----------------|----------------------|---------------------|---------------|----------------------|----------------|
|                    | 1              | 2                    | 3                   | 4             | 5                    | 6              |
| 7                  | 8              | 9                    | 10                  | 11            | 12                   | 13             |
| 14                 | 15             | 16                   | 17                  | 18            | 19                   | 20             |
| 21                 | 22             | 23                   | 24                  | 25            | 26                   | 27             |
| 28                 | 29             | 30                   | 31                  |               |                      |                |

### KASIM / NOVEMBER 2026

| Pzt | Sl | Çr | Pr | C  | Cmt | Pz |
|-----|----|----|----|----|-----|----|
|     |    |    |    |    |     | 1  |
| 2   | 3  | 4  | 5  | 6  | 7   | 8  |
| 9   | 10 | 11 | 12 | 13 | 14  | 15 |
| 16  | 17 | 18 | 19 | 20 | 21  | 22 |
| 23  | 24 | 25 | 26 | 27 | 28  | 29 |
| 30  |    |    |    |    |     |    |

### OCAK / JANUARY 2027

| Pzt | Sl | Çr | Pr | C  | Cmt | Pz  |
|-----|----|----|----|----|-----|-----|
|     |    |    |    |    | 1   | 2 3 |
| 4   | 5  | 6  | 7  | 8  | 9   | 10  |
| 11  | 12 | 13 | 14 | 15 | 16  | 17  |
| 18  | 19 | 20 | 21 | 22 | 23  | 24  |
| 25  | 26 | 27 | 28 | 29 | 30  | 31  |

“Sebzeleri ve meyveleri mevsiminde tüketmeniz sayesinde hem tadına varabilir, hem de daha güçlü vitamin ve mineral desteği almış olursunuz.”



TÜRK BÖBREK VAKFI

# Aralık



Pırasa



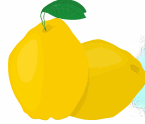
Armut



Nar



Karnabahar



Ayva



Kestane



Lahana



Brokoli



Ispanak



Portakal



Ceviz



Mandalina



Greyfurt



Kereviz



Bal Kabağı



“Sebzeleri ve meyveleri mevsiminde tüketmeniz sayesinde hem tadına varabilir, hem de daha güçlü vitamin ve mineral desteği almış olursunuz.”