

Dünya Şeker Tüketimine Dikkat Haftası'nda Çocuklarımızla Buluştuk



Bu sene Dünya Şeker Tüketimine Dikkat Haftası (19-25 Eylül) kapsamında, **"Hayatın Dengesi Senin Elinde"** temasıyla Beyoğlu Hasköy Park'ında geniş katılımlı ve coşkulu bir etkinlik gerçekleştirildi. Beyoğlu Belediyesi'nin desteğiyle düzenlenen organizasyonda, çocuklar ve aileleri açık havada eğlenceli aktivitelerle buluşurken çocukluk çağında sağlıklı yaşam alışkanlıklarının kazanılmasına yönelik bilgiler paylaşıldı. Sağlık mesleklerinin güydrilen İETT otobüsü de etkinliğin alanında yerini aldı.

TBV Yönetim Kurulu Üyesi İpek Tanrıyar'ın sunuculuğunu üstlendiği program, müzik, dans ve sağlıklı yaşam egzersizleriyle başladı. Çocuklar, TBV Mütteveli Üyesi ve spor psikiyoloğu Eylem Şenkal eşliğinde eğlenceli alıştırmalarla hareketlenirken, düzenlenen kendim atölyesinde dengeli ve sağlıklı beslenme konusunu kendi gözlerinden kâğıda yansıttılar. Bu sırada aileler ise TBV Eğitimci Dyt. Kübra Öksüz'ün böbrek sağlığına yönelik beslenme ve yaşam tarzı bilgilendirmesine katılarak merak ettikleri sorulara yanıt buldu. Çocukların yaptığı bütün resimlerin sergilendiği alanda üç

temel kural öne çıktı:

Sağlıklı Beslen, Yeterli Su İç, Hareketli Kal!

Etkinlikte konuşan TBV Başkanı Timur Erk, koruyucu hekimlik anlayışına dikkat çekerek, "Çocukluk döneminde kazanılan doğru alışkanlıklar, ileriki yaşlarda obezite ve kronik hastalıkların önlenmesinde en kritik adımdır. Anne babalara ve çocuklarımıza sesleniyoruz: Paketi gıdalardan, şekerli içeceklerden ve aşırı şeker tüketiminden uzak durun. Böbreklerinizi koruyun, denginizi kaybetmeyin!" dedi. Beyoğlu Belediyesi Başkan Vekili Sefer Karaahmetoğlu ise çocuk sağlığının toplumun geleceği olduğunu vurgulayarak toplum sağlığı ile ilgili çalışmalara desteklerini sürdüreceklerini belirtti.

Etkinliğe katılan İÜ-Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Çocuk Endokrinoloji Uzmanı Prof. Dr. Olcay Evliyaoglu, paketi ürünlerdeki ilave gizli şekerlerin insülin direnci ve Tip 2 diyabete yol açtığını hatırlatarak meyvenin kendisini tüketmenin ve etiket okuma alışkanlığı kazanmanın önemini vurguladı. Dr. Dyt. Didem Güneş Kaya da böbrek sağlığını korumaya yönelik pratik beslenme tavsiyelerini ailelerle paylaştı.

Ayrıca haftaya özel hazırlanan görsellerimiz, İstanbul başta olmak üzere pek çok şehirde billboard ve dijital ekranlarda yer alırken, ana görselimizi geçen sene olduğu gibi bu sene de Galata Kulesi'ne yansıtarak mesajımızı geniş kitlelere ulaştırdık.



Yeni "Böbrek Dede" Kitaplarının Tanıtımını Yaptık

Dünya Şeker Tüketimine Dikkat Haftası Etkinliği'nin en heyecan verici bölümlerinden biri de TBV Eğitmeni Ayşe Onat'ın kaleme aldığı ve çocuklarda sağlıklı yaşam bilincini güçlendirmeyi hedefleyen yeni "Böbrek Dede" kitap serisinin tanıtımı oldu. Vakfımızın 2011 yılından bu yana 60 ilde yürüttüğü ilkökul ve ortaokul eğitim programları deneyiminden ilhamla hazırlanan bu kitaplar, çocuklara gıda güvenliği, doğru besin seçimi, ekran süresini azaltma ve hareketli yaşam gibi konuları eğlenceli hikâyelerle anlatıyor. Parktaki etkinlikte çocuklar sıraya girerek kitaplarını yazar Ayşe Onat ile hikâyeleri resimleyen Özlem Açar'a imzalatmanın mutluluğunu yaşadılar.

Çocukların büyük bir ilgiyle takip ettiği **"Böbrek Dede ve Gıda Güvenliği"**, **"Böbrek Dede ve İlayda Alışverişte"** ile **"Böbrek Dede Hareketsizliğe Karşı"** başlıklı üç yeni hikâye kitabını vakıf merkezimizi arayarak ücretsiz olarak edinebilirsiniz.



"Okul Gıdası Uygulaması" Basın Toplantısı: Okul Kantinlerinde Yeni Dönem

Yaklaşık 18 milyon öğrenciyi yakından ilgilendiren "Okul Gıdası" uygulamasının hayata geçirilme sürecini değerlendirmek üzere, 9 Eylül 2026 tarihinde Taksim Sivil Otel'de bir basın toplantısı düzenledik. Tarım ve Orman Bakanlığı Gıda Kodeks ve Yem Mevzuatı Dairesi Başkanı Selim Kaplan'ın da katıldığı toplantı, ulusal basında geniş yankı uyandırdı.



Tarım ve Orman, Millî Eğitim ve Sağlık Bakanlıkları arasında imzalanan protokolle gündeme gelen uygulamada son aşamaya gelindi. Yaklaşık 15 yıldır okullarda yürüttüğümüz eğitimlerin saha tecrübesiyle en güçlü destekçilerinden biri olduğumuz bu uygulamanın yeni eğitim-öğretim yılıyla birlikte başlaması bekleniyor. Ambalajlı ürünlerin besin değerlerini kontrol altına alan "Okul Gıdası Logosu",

çocuklarımızın şeker, tuz ve yağ oranları bakımından güvenli gıdalara ulaşmasını amaçlıyor.

Toplantıda konuşan TBV Başkanı Timur Erk, uygulamayı çocuk sağlığı açısından "devrim niteliğinde bir adım" olarak nitelendirdi. Güvenilir gıdanın sadece hijyenden ibaret olmadığını, aynı zamanda içeriği bilinen, doğru etiketlenen ve denetlenen ürün anlamına geldiğini belirten Erk, Okul Gıdası logolu ürünlerin sadece kantinlerde değil, okul çevresi başta olmak üzere tüm marketlerde de satışa sunulması çağrısında bulunarak emeği geçen bakanlıklara ve bürokratlara teşekkür etti.

Tarım ve Orman Bakanlığı Gıda Kodeks ve Yem Mevzuatı Dairesi Başkanı Selim Kaplan da ayrıca Bakanlığın mobil "Güvenilir Gıda Uygulaması" üzerindeki çalışmaların devam ettiğini aktardı. "Denetim Elimde" mottosuyla geliştirilen ve e-Devlet ile giriş yapılan mobil uygulama, tüketicilerin şahit oldukları hijyen veya gıda uygunsuzluklarını "çek gönder" özelliğiyle anında konumu ve fotoğrafıyla bildirmelerine, ayrıca işletmelerdeki karekodları okutarak son denetim tarihlerini sorgulamalarına imkân tanıyor.

TBV Diyetisyeni Gökçen Efe Aydın ise beslenme çantalarına dikkat çekerek meyve suyu yerine meyvenin kendisi, süt, ayran, peynirli sandviç ve porsiyon kontrollü kuruyemiş gibi doğal ve dengeli alternatiflerin çantada yer alması gerektiğini hatırlattı.

60 Binden Fazla Mali Müşavir için Sağlık Eğitimi Programı



Türk Böbrek Vakfı ile İstanbul Serbest Muhasebeci Mali Müşavirler Odası (İSMMMO), kapsamlı bir eğitim ve iş birliği çalışmasına imza attı. 22 Eylül 2026 tarihinde İSMMMO'nun Şişli'deki hizmet binasında gerçekleştirilen törenle imzalanan iş birliği protokolü ile 60 binden fazla mali müşavir, oda çalışanları ve ailelerini kapsayan geniş çaplı bir koruyucu sağlık programı başlatıldı.

TBV Başkanı Timur Erk ve İSMMMO Başkanı Erol Demirel'in katılımıyla düzenlenen törende, Türkiye Serbest Muhasebeci Mali Müşavirler ve Yeminli Mali Müşavirler Odaları Birliği (TÜRMOB) Genel Başkan Yardımcısı ve TBV Yönetim Kurulu Üyesi Prof. Dr. Cemal İbiş de yer aldı. Törende yapılan konuşmalarda, koruyucu hekimlik yaklaşımının ve çalışma hayatında sağlıklı yaşam alışkanlıkları kazanmanın önemi vurgulandı.

Törenin ardından İSMMMO personeline yönelik ilk eğitim düzenlendi. TBV Diyetisyeni Gökçen Efe Aydın'ın gerçekleştirdiği "Böbrek Sağlığı İçin Sağlıklı Beslenme ve Hayat Tarzı Önerileri" seminerinde,

masa başında uzun saatler boyu çalışanlar için hareketsizliğin etkileri, yeterli su tüketimi ve kronik hastalık risklerini azaltacak pratik beslenme tavsiyeleri aktarıldı.

23 Eylül'de oda üyelerine yönelik eğitim oturumuyla devam eden program kapsamında, koruyucu hekimlik anlayışının çalışma hayatının merkezine yerleştirilmesi ve eğitimlerin tüm üyelerle ulaştırılması hedefleniyor.

vermeden çözüm üreterek, "Diyalizde Sürdürülebilir Su Yönetimi Modeli" ile Türkiye'de sistemi kullanan ilk diyaliz merkezi oldu.

Türk Böbrek Vakfı'nın Ahmet Ermiş Diyaliz Merkez'inde Temmuz 2026 itibarıyla hayata geçirdiği model kapsamında, Ters Ozmot (R.O.) su arıtma sisteminde drenaja giden ve yüksek veya hastayla hiçbir teması bulunmayan iletkenliği yüksek saf su, kurulan geri kazanım atıyapısıyla tesise geri kazandırıldı. Sağlık Bakanlığı laboratuvar testleriyle hijyen standartlarına uygunluğu tesicilenen bu su, merkezin çamaşırhanesinde kullanılmaya başladı.

Uygulamaya konan bu modelle, kullanılan çeşere suyunda önemli miktarda tasarruf sağlanarak hem çevresel fayda üretilmiş hem de kurumsal maliyetler azaltılmış oldu. Bu geri kazanım sistemi ile simdiki Ahmet Ermiş Diyaliz Merkez'inde günde 2,83 metreküp su tasarrufu sağlıyoruz, elde edilen başarılı sonuçların ardından projenin, vakfımızın Tekirdağ'daki diyaliz merkezlerinde de hayata geçirilmesi hedefleniyor.



• **Temmuz:** TBV Tıbbi Koordinatörü Prof. Dr. Mehmet Şükrü Sever ile afeet tıbbi alanındaki öncü çalışmalarını; gazeteci-yazar Ömür Gedik ile hayvan hakları ve sağlıklı yaşamı; gazeteci Ebru Çanak ile sağlıklı yaşam alışkanlıklarını ve ailesinin böbrek hastalığıyla verdiği mücadelede edindiği deneyimleri konuştu.

• **Ağustos:** Eski Milli Voleybolcu Esra Gümüş Kırıcı ile Filenin Sultanları'nı ve sporun böbrek sağlığındaki yerini; Doç. Dr. Mert Altinel ile böbrek taşları ve prostat sağlığını ele aldık.

• **Eylül:** Prof. Dr. Hasan Güngör ile kalp-böbrek sağlığı arasında ilişkiyi ve kalp krizi belirtilerini; Prof. Dr. Ümit Kamış ile diyabet ve hipertansiyonun göz ile böbrek sağlığı üzerindeki etkilerini konuştu.

Sağlıklı yaşama dair ilham verici sohbetleri kaçırmamak için siz de TBV YouTube Kanalımıza abone olmayı unutmayın!

Başkanın Mesajı



Değerli Okuyucularımız,

Yaz mevsimini geride bırakıp sonbaharla birlikte yeni bir çalışma dönemine adım atarken, Temmuz, Ağustos ve Eylül aylarını kapsayan üç aylık sürecin değerlendirilmesi yeniden karşınızdayız. Türk Böbrek Vakfı olarak bu dönemde de koruyucu hekimlik anlayışımız doğrultusunda toplum sağlığına katkı sağlayacak pek çok çalışmaya imza attık.

Bu dönemin en öne çıkan gündemi, 19-25 Eylül tarihlerinde "Hayatın Dengesi Senin Elinde" temasıyla düzenlediğimiz Dünya Şeker Tüketimine Dikkat Haftası oldu. Beyoğlu Hasköy Park'ında çocuklarımız ve aileleriyle açık havada buluşarak hem neşeli bir gün geçirdik hem de çocuklukta kazanılan sağlıklı yaşam alışkanlıklarının gelecekte obezite ve böbrek hastalıkları gibi kronik sorunların önüne geçmedeki rolünü bir kez daha vurguladık.

Neredeyse 15 yıldır Türkiye'nin 60'a yakın şehrinde gerçekleştirdiğimiz eğitim çalışmalarının saha deneyiminden güç alan toplumsal farkındalık faaliyetlerimizi, bu dönemde iki sevindirici gelişmeyle pekiştirdik:

- Eğitmenimiz Ayşe Onat'ın kaleme aldığı ve çocuklarda gıda güvenliği, sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam bilincini geliştirmeyi amaçlayan yeni "Böbrek Dede" hikâye kitap serisini Eylül ayı itibarıyla küçük okurlarımızla buluşturduk.
- TBV olarak en güçlü destekçilerinden biri olduğumuz "Okul Gıdası Logosu" uygulamasının yeni eğitim-öğretim yılıyla birlikte başlaması bekleniyor. Bu vesileyle düzenlediğimiz basın toplantısında, güvenilir gıdaya erişimin çocuk sağlığı açısından önemini bir kez daha hatırlattık.

Yerel yönetimler ve meslek örgütleriyle kurduğumuz iş birlikleri de bu çeyrekte genişleyerek devam etti. Belediyelerle yürüttüğümüz ortak çalışmalar sayesinde düzenlediğimiz seminerler ve bilgilendirme standartlarımızla farklı illerde vatandaşlarımızla ulaştık.

Böbrek sağlığını korumaya yönelik çalışmalarımızı, sağlık hizmetlerinin çevresel etkisini azaltmaya yönelik sürdürülebilir uygulamalarla da destekliyoruz. Ahmet Ermiş Diyaliz Merkezimizde başlattığımız "Diyalizde Sürdürülebilir Su Yönetimi Modeli" ile hemodiyaliz arıtma sisteminde drenaja giden iletkenliği yüksek saf suyu tesisimize geri kazandırdık; böylece önemli miktarda su tasarrufu sağlayarak sağlık sektörüne örnek bir uygulama sunduk.

Dijital mecradaki bilgilendirme çalışmalarımız kapsamında ise YouTube kanalımızda Eylem Şenkal'ın sunumuyla yayınlanan "Eylemle Şen Kal" programımız 25. bölümünü geride bıraktı. Tıp dünyasından spora, sanattan edebiyata değerli konukları ağırladığımız ve her bölümü geniş kitlelere ulaşan yayınlarımızla sağlık mesajlarımızı topluma ulaştırmaya devam ediyoruz.

Tüm bu çalışmaların arasında, Tekirdağ Diyaliz Merkezimizin bahçesinde hastalarımız, çalışanlarımız ve gönüllülerimizle büyük bir aile olarak geleneksel yaza veda buluşmamızda bir araya gelmenin moralini ve mutluluğunu da yaşadık.

Yazın sona ermesi, okulların açılması ve herkesin şehre, işine, okuluna dönüşmesi birlikte yeni döneme taze bir enerjileye başlıyoruz. Tüm öğrencilerimize zihin açıklığı ve başarıları dilerken siz değerli dostlarımıza, destekçilerimize ve vakıf ailemize sağlıklı, huzurlu ve verimli bir sonbahar dönemi diliyorum.

Timur Erk

MEB İş Birliğiyle 81 ilde Böbrek Sağlığı Eğitimleri

Millî Eğitim Bakanlığı Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü iş birliği protokolü çerçevesinde yürüttüğümüz eğitim çalışmalarında önemli bir aşamayı geride bıraktık. 2025-26 eğitim döneminde İstanbul, Ankara ve Tekirdağ'daki 75 halk eğitimi merkezinde gerçekleştirdiğimiz eğitimler ile 4.684 kursiyere ulaştık.

"Böbrek Sağlığı İçin Beslenme ve Hayat Tarzı Önerileri" başlıklı eğitim oturumlarımızın ardından gerçekleştirdiğimiz, kursiyerlerimizin bilgi düzeyini ve farkındalık değişimini ölçen anket sonuç raporumuzu Temmuz ayında Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürü Emre Topoğlu'na ve ilgili Daire Başkanlığına sunduk. Raporumuzu Ekim ayında dijital ve basılı olarak yayımlamayı hedefliyoruz.

Saha sonuçlarının başarısı üzerine MEB Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü ile olan protokolümüzü 22 Temmuz'ta Antalya kadar uzatarak kapsamını 81 ile yaygınlaştırdık. Ulusal boyuta taşıdığımız bu projeye, yeni eğitim-öğretim döneminde Türkiye'nin dört bir yanındaki halk eğitimi merkezi kursiyerlerine ulaşmak üzere hazırlıklarımızı sürdürüyoruz.



Belediyelerle Sağlık İş Birliklerimiz Sürüyor

Yerel yönetimlerle yürüttüğümüz ortak çalışmalar vasıtasıyla koruyucu hekimlik bilincini Türkiye'nin dört bir yanına taşımaya gayret ediyoruz.



Bünyesinde 106 belediyeyi barındıran **Akdeniz Belediyeler Birliği** ile imzaladığımız üç yıllık iş birliği protokolünün ilk adımı Temmuz ayında attık. Birlik koordinasyonunda düzenlenen eğitim programı kapsamında 20 Temmuz'da Burdur Belediyesi, 21 Temmuz'da Isparta Belediyesi ve 22 Temmuz'da Antalya Büyükşehir Belediyesi'ne sahipliğinde "Böbrek Sağlığı İçin Beslenme ve Hayat Tarzı Önerileri" başlıklı eğitim seminerlerimizi gerçekleştirdik.

Ankara Büyükşehir Belediyesi Sağlık Hizmetleri Müdürlüğü iş birliğiyle yürüttüğümüz saha çalışmalarında ise 28-30 Temmuz tarihleri arasında dört farklı aile yaşam merkezinde vatandaşlarla buluştuk. Halk Sağlığı Hizmetleri Haftası kapsamında, 3-4 Eylül tarihlerinde düzenlenen Halk Sağlığı Şenliği'ne de Vakıf standımızla katılarak çok sayıda ziyaretçiyi böbrek sağlığı ve doğru beslenme konularında bilgilendirdik. Ankara Büyükşehir Belediyesi'nin desteğiyle ayrıca 19 Eylül Dünya Alzheimer Günü ve 20 Eylül Avrupa Hareketlilik Haftası etkinliklerinde de standımızla yerimizi aldık.

Saha eğitimlerimizin yanı sıra toplumsal farkındalık çalışmalarımız da yerel yönetimlerin desteğiyle güç kazandı. Dünya Şeker Tüketimine Dikkat Haftası kapsamında hazırladığımız mesaj ve görseller hem Akdeniz Belediyeleri Birliği hem de **Türkiye Sağlık Kenter Birliği** desteğiyle üye belediyelerin açık hava ve dijital mecralarında yayınlanarak geniş kitlelere ulaştırıldı.

TBV Geleneksel Yaza Veda Etkinliği



Türk Böbrek Vakfı (TBV) ailesi, her yıl düzenlenen geleneksel yaza veda etkinliğini bir araya geldi. 6 Eylül'de Tekirdağ Diyaliz Merkezimizin bahçesinde gerçekleşen buluşmaya üç diyaliz merkezimizin hastaları, çalışanları ve gönüllülerinden oluşan yaklaşık 600 kişilik büyük bir katılım sağlandı.

Samimi bir atmosferde gerçekleşen bu özel günde, Süleymanpaşa Belediye Başkan Yardımcısı Şenol Özgür Taşmerdivenli, Kapaklı Belediyesi Meclis Üyesi ve Başkan Vekili Yusuf Yavuz, Türk Üniversitesi Kadınlar Derneği Tekirdağ Şubesi Yönetim Kurulu ile TBV Tekirdağ Şubesi Mütteveli Üyesi ve Tekirdağ Kanerle Mücadele ve Dayanışma Derneği Başkanı Hülya Becerir de TBV ailesine eşlik etti.

