

Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü

İlkokul Öğrencilerine Yönelik “Yeterli ve Dengeli Beslenme” Eğitimi

(22 Ekim 2025, Hava Meydan Komutanlığı 75. Yıl İlkokulu)

Çocukluk dönemi, sağlıklı beslenme alışkanlıklarının kazanılması ve yaşam boyu sürdürülebilecek sağlıklı davranışların temellerinin atılması açısından kritik bir dönemdir. Bu dönemde yeterli ve dengeli beslenme konusunda verilecek eğitimler; çocukların fiziksel büyüme ve gelişmelerinin desteklenmesine, bağışıklık sistemlerinin güçlenmesine ve ilerleyen yaşlarda ortaya çıkabilecek beslenme kaynaklı hastalıkların önlenmesine katkı sağlamaktadır.

Bu kapsamda, Erzurum Teknik Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü öğretim üyelerinden Sayın Dr. Öğr. Üyesi Handan Akalın tarafından, 22 Ekim 2025 tarihinde Hava Meydan Komutanlığı 75. Yıl İlkokulu’nda öğrenim gören öğrencilere yönelik “Yeterli ve Dengeli Beslenme” konulu bir eğitim gerçekleştirilmiştir. Eğitim, ilkokul çağındaki çocukların yaş düzeylerine uygun, anlaşılır ve etkileşimli bir şekilde planlanmıştır.

Eğitim kapsamında besin grupları, sağlıklı tabak modeli, düzenli öğün tüketiminin önemi ve sağlıklı beslenme alışkanlıklarının günlük yaşama nasıl aktarılabilceği konularında bilgilendirme yapılmıştır. Ayrıca çocukların aktif katılımını artırmak amacıyla görsel materyaller ve uygulamalı etkinlikler kullanılmış; eğitimin eğlenceli ve kalıcı olması hedeflenmiştir.

Gerçekleştirilen bu eğitim faaliyeti ile öğrencilerde sağlıklı beslenme bilincinin artırılması, doğru beslenme alışkanlıklarının erken yaşta kazandırılması ve toplum sağlığının geliştirilmesine katkı sağlanması amaçlanmıştır. Etkinlik, üniversitemizin toplumsal katkı misyonu doğrultusunda çocuk sağlığını desteklemeye yönelik önemli bir faaliyet olarak değerlendirilmiştir.

