

Ek-4. Beslenme Dostu ve Fiziksel Aktiviteyi Destekleyen İşyeri Programı Değerlendirme Formu

Beslenme Dostu ve Fiziksel Aktiviteyi Destekleyen İşyeri olmak için ön koşulların sağlanması ve değerlendirme formundan en az 70 puan alınması gereklidir.

Başvuru Değerlendirmesi: / / 20....	Takip Değerlendirmesi: / / 20....	
İşyerinde sağlıkla ilgili konularda plan/politika ve çalışmalar	Puan	Tam Puan (9 Puan)
1. Politika doğrultusunda beslenme ve fiziksel aktivite konularında etkinlikler (eğitim, seminer, organizasyon, gezi, yarışma vb.) gerçekleştirilmektedir.		3
2. Gerçekleştirilen etkinliklerin izleme ve değerlendirmesi yapılmaktadır.		2
3. Çalışanların işyerinde beslenme ve fiziksel aktivite konularında yararlanabilecekleri afiş, broşür, kitap vb. ulaşılabilir/görülebilir yerlerde/alanlarda bulunmaktadır.		2
4. Beslenme ve fiziksel aktivite konularında ulusal/uluslararası gün/haftalarda etkinlikler düzenlenmektedir.		1
5. Beslenme ve fiziksel aktivite ile ilgili gerçekleştirilen etkinliklere toplum katılımı sağlanmaktadır.		1
İşyerinde beslenme ile ilgili düzenlemeler (42 puan)		
6. İçilebilir su bulunmaktadır.		5
7. Varsa işyeri kantininde;	Puan	Tam Puan (9 Puan)
a) Doymuş yağ, şeker, tuz ve enerjisi yüksek besinlerin üretici firma promosyonları uygulanmamakta/kabul edilmemektedir.		2
b) Doymuş yağ, şeker, tuz ve enerjisi yüksek besin maddeleri geri/arka/ulaşımı zor raflarda/alanda yer almaktadır.		2
c) Sağlıklı beslenmenin desteklenmesi amacıyla kantinde salata/taze ve/veya kuru meyve aroma ve şeker ilavesiz süt/yoğurt/kefir satışı yapılmaktadır.		2
d) Ödeme yapılan alanda (kasa civarında) çikolata, gofret, şeker, cips vb. ürünler yer almamaktadır.		3
8.1. İşyeri yemekhanesinde veya taşınmalı yemek hizmetinde;	Puan	Tam Puan (22 Puan)
a) Menüler Sağlık Bakanlığı'nın önerdiği menü modelleri ile uyumlu hazırlanmakta veya diyetisyen tarafından hazırlanmakta/değerlendirilmektedir.		4
b) Çalışanlara sunulan yemeklerin kalori içeriği mönülerde yer almaktadır ve çalışanların göreceği şekilde ilan edilmektedir.		3
c) Özel beslenme ihtiyacı olan (DM, HT, Çölyak, Vejetaryen vb.) çalışanların beslenmesi durumlarına uygun olarak düzenlenmektedir.		3
d) Mutfak personeline, satın almadan atıkların uzaklaştırılmasına kadar olan tüm toplu beslenme süreçleri hakkında hizmet içi eğitimler düzenli olarak verilmekte, kayıtları tutulmaktadır.		2
e) Mutfak personeline kişisel hijyen ve gıda hijyeni konularında hizmet içi eğitimler düzenli olarak verilmekte, kayıtları tutulmaktadır.		2
f) İşyeri mutfak ve yemekhanesinde temizlik kurallarına uyulmakta ve bunun için kontrol listeleri tutulmaktadır.		2
g) Yemek yenen masalarda tuzluk bulundurulmamaktadır.		3
h) Çalışanlara ücretsiz/katılım paylı yemek hizmeti sağlanmaktadır.		3

8.2. İşyerinde yemekhane veya taşınmalı yemek hizmeti yoksa;	Puan	Tam Puan (22 Puan)
a) Çalışanlara yemek hizmeti almaları için destek olunmaktadır (ticket, sodexo vb. desteği verilmesi gibi)		4
b) Personeline evden getirdiği yemekleri hazırlayacak veya tüketecek ortam sağlamaktadır.		5
c) Personelin yemek yemesi için oluşturulan alanında temizlik kurallarına uyulmaktadır		2
d) Yemek yenen masalarda tuzluk bulundurulmamaktadır.		3
e) Personele sağlıklı beslenme ve fiziksel aktivite konularında eğitim/ seminer verilmektedir.		4
f) Yemek yenilen alan ve/veya iş yerinde uygun alanlarda sağlıklı beslenme ile ilgili mesajlar içeren afişler bulunmaktadır.		4
9. Varsa otomat makinasında;		Tam Puan (6 Puan)
a) Şeker ilaveli içecekler bulunmamaktadır.		3
b) Kalorisi yüksek gıdalar alt katlarda bulunmaktadır.		3
İşyerinde fiziksel aktivite ile ilgili düzenlemeler	Puan	Tam Puan (32 Puan)
10. Çalışanların düzenli fiziksel aktivite yapmalarını sağlamak için spor salonu/spor odası bulunuyor veya bir spor salonu/tesisi ile indirim anlaşması vb. teşvik edici girişimler gerçekleştirilmektedir.		6
11. İşyeri merdivenleri güvenlidir (kaymaz zemin, kaydırmaz bant vb.).		5
12. Asansör kullanımı yerine merdiven kullanımını teşvik etme yönünde uyarı bulunmaktadır.		6
13. İşyeri bahçesi yürüyüş yapmak için elverişli olarak düzenlenmiş veya işyeri yakınında varsa park, yürüyüş parkuru gibi alanlarda çalışanların yürüyüş yapması desteklenmektedir.		6
14. Çalışanların herhangi bir spor dalı ile amatör veya profesyonel olarak ilgilenmeleri desteklenmektedir.		2
15. Çalışanların spor organizasyonlarına katılımı desteklenmektedir.		2
16. İşyeri bilgisayarlarının ekranında belirli periyotlarda sağlıkla ilgili uyarı mesajları (“Su içtin mi?”, “Hareket et!”, “Masa başı egzersizlerini aksatma!” vb.) görülmektedir.		5
İşyerinde Sağlık Hizmeti Sunumu	Puan	Tam Puan (6 puan)
17. Her yıl bir kere çalışanların boy uzunluğu ve vücut ağırlığı ölçümleri alınmakta, BKİ hesaplamaları yapılmakta ve çalışanlar sağlık durumları ile ilgili bilgilendirilmektedir.		3
18. İşyeri hekimi BKİ değerlendirmesinde zayıf, hafif kilolu, obez olan çalışanları, en yakın İl/İlçe Sağlık Müdürlüğü/TSM/SHM diyetisyeninden yararlanmaları için aile hekimine yönlendirmektedir.		3
Diğer Düzenlemeler (Ruh Sağlığı, Tütün ve Bağımlılık, Çevre Sağlığı)	Puan	Tam Puan (11 Puan)
19. İşyerinde ruh sağlığının desteklenmesine yönelik faaliyetler yürütülmektedir.		2
20. Tütünsüz alanlar düzenlenmiştir.		5
21. Çevresel atıkların doğru ayrıştırılmakta ve bertaraf edilmektedir.		4

Değerlendirme ekibi

Değerlendirme ekib

