SÜRDÜRÜLEBİLİR GIDA OKURYAZARLIĞI ÖLÇEĞİ

Ölçekteki tüm maddeler "kesinlikle katılmıyorum" (1) ile "kesinlikle katılıyorum" (7) arasında değişen yedili likert ölçeği kullanılarak derecelendirilmiştir. Lütfen ifadeleri dikkatlice okuyunuz ve size uygun olacak şekilde numaralandırınız.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Sürdürülebilir Gıda Bilgisi - I** | Kesinliklekatılmıyorum | Katılmıyorum | Birazkatılmıyorum | Kararsızım | Birazkatılıyorum | Katılıyorum | Kesinlikle katılıyorum |
| 1. Gıda ve beslenme ile ilgili bilgileri nerede bulacağımı biliyorum | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2. Sağlıklı beslenme rehberlerini biliyorum | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3. Yiyeceklerin nereden geldiğini biliyorum (besin zinciri) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4. Yiyecek tüketiminin çevresel sürdürülebilirlik üzerine etkisini biliyorum (ör: besin transfer mesafesi, yerel olarak üretilen besin) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5. “Hayvan Refahı” kavramını biliyorum | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 6. “Sürdürülebilir Gıda” kavramını biliyorum (çevreye, ekolojik dengeye ve kişisel sağlığa dost gıda) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Sürdürülebilir Gıda Bilgisi - II** | Kesinliklekatılmıyorum | Katılmıyorum | Birazkatılmıyorum | Kararsızım | Birazkatılıyorum | Katılıyorum | Kesinlikle katılıyorum |
| 1. Gıda güvenliğine ve hijyenine yönelik uygulamaları anlıyorum | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2. Sağlıklı ve sağlıksız gıdalar arasındaki farkı ayırt edebiliyorum | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3. Kişisel sağlık ve çevre için yararlı olabilecek yiyecekleri nereden temin edeceğimi biliyorum | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4. Alışveriş yapmadan önce neler alacağımı planlarım | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Yemek ve Mutfak Becerileri** | Kesinliklekatılmıyorum | Katılmıyorum | Birazkatılmıyorum | Kararsızım | Birazkatılıyorum | Katılıyorum | Kesinlikle katılıyorum |
| 1. Yiyecekleri uygun ve güvenli bir şekilde depolayabilirim | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2. Genel mutfak araç gereçlerini, kap-kacakları ve cihazları kullanabilirim | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3. Temel/temin edilebilir malzemeler ile yemek hazırlama ve pişirme yeteneğine sahibim | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4. Yemek tariflerini elimde mevcut olan besinlere göre takip edebilir ve uyarlayabilirim | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5. Elimde mevcut olan besinler veya artan yemekler ile doğaçlama/tarif olmaksızın yemek yapma yeteneğine sahibim | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 6. Sağlıklı beslenmeyi ve çevresel sürdürülebilirliği başarabileceğime inanıyorum | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Tutumlar** | Kesinliklekatılmıyorum | Katılmıyorum | Birazkatılmıyorum | Kararsızım | Birazkatılıyorum | Katılıyorum | Kesinlikle katılıyorum |
| 1. Tüketicilerin toplu çabasının sağlıklı beslenmeye ve çevresel sürdürülebilirliğe yardımcı olduğuna inanıyorum | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2. İşletmelerin uzun vadeli çabalarının sağlıklı beslenme ve çevresel sürdürülebilirliği geliştirmeye yardımcı olacağına inanıyorum | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3. Hükümet politikalarının ve düzenlemelerinin/yönetmeliklerinin, sağlıklı beslenmeyi ve çevresel sürdürülebilirliği teşvik ettiğineinanıyorum | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Harekete Geçme Niyeti ve Harekete Geçme Stratejileri** | Kesinliklekatılmıyorum | Katılmıyorum | Birazkatılmıyorum | Kararsızım | Birazkatılıyorum | Katılıyorum | Kesinlikle katılıyorum |
| 1. Sağlıklı ve sürdürülebilir diyetler uygulamak niyetindeyim | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2. Başkalarını sağlıklı ve sürdürülebilir diyetleri uygulamaya teşvik edeceğim | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3. Alışkanlıklarımı sağlıklı beslenmeyi ve çevresel sürdürülebilirliği desteklemek için düzenleyip değiştireceğim | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4. Çevre dostu ürünler alıyorum | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5. Başkalarını yemek atıklarını/gıda israfını azaltmaları için teşvik ediyorum | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 6. Başkalarını sağlıklı ve sürdürülebilir beslenmeye katılmaya teşvik ediyorum | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 7. Sürdürülebilir gıda veya sıfır gıda atığı için yapılan devlet kampanyalarını destekliyorum | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |