

GEMİ ADAMLARININ İKAMET YERLERİ, SAĞLIK VE İAŞELERİNE DAİR YÖNETMELİK

BİRİNCİ KISIM

Amaç, Dayanak, Kapsam, Tanımlar ve İaşe Mükellefiyeti

BİRİNCİ BÖLÜM

Genel Hükümler

Amaç

Madde 1- Bu Yönetmeliğin amacı, 854 sayılı Deniz İş Kanununa tabi gemilerde; gemi adamlarına tahsis edilen yatma, dinlenme ve yemek yerleriyle gemide bulundurulması zaruri olan ilaç, tıbbi alet ve malzeme ve revirlerde bulunması gerekli şartları, gemi adamlarına verilecek iaşe maddelerinin ölçü ve nitelikleri, bu şart ve özelliklerden hangilerinin önemleri bakımından esasa dair ve birinci derecede mecburi, mecburi olmayan veya zaruri sebeplerle tatbik edilemeyen iaşenin işveren veya vekili tarafından nakden ödenmesini sağlamak maksadı ile İaşe Bedeli Tespit Kurulunun kurulması ve bu Kurulun görev ve yetkilerini belirlemektedir.

Dayanak ve Kapsam

Madde 2- Bu Yönetmelik, 854 sayılı Deniz İş Kanununun 35inci maddesine dayanılarak düzenlenmiş olup, 500 grostonilatodan daha küçük gemilerle, balık avı ve benzeri işlerde çalışan gemiler, römorkörler ve üzeri vinçler dışında 854 sayılı Deniz İş Kanununun kapsamına giren gemiler ile bu gemilerde çalışan gemi adamları, bunların işverenleri ve işveren vekillerini kapsar.

Tanımlar

Madde 3- Bu Yönetmelikte geçen;

İkamet Yerleri: Gemi adamlarına işe giriş gününden başlayarak işten çıkış gününe kadar rütbeleri, sayıları ve geminin büyüklüğüne uygun olarak yalnız kendileriyle eşyalarına ait olmak üzere gemi içerisindeki alanı,

Oturma Yerleri: Gemi adamlarına tahsis edilen dinlenme ve yemek yerleriyle revir, eczane ve bunların eklentilerini,

İş Teftiş Defteri: İş Teftiği Tüzüğünde belirtilen esaslara göre tutulan defteri,

Gemi İaşe İzleme Defteri: Gemi kaptanı ve varsa işçi temsilcisi tarafından birlikte kayıt yapılan iaşe defterini,

Ücret Defteri: 854 sayılı Deniz İş Kanununun 31inci maddesine göre tutulmakta olan defteri,

İaşe Kurulu: Her gemide işveren veya vekili olan kaptanın görevlendireceği, gemi zabiti başkanlığında gemi personelinden teşekkür eden kurulu ifade eder.

Birinci ve İkinci Derecedeki Şartlar

Madde 4- Bu Yönetmeliğin belirttiği ve tespit ettiği şart ve niteliklerden hangilerinin önemlerine göre esasa müteallik ve birinci derece, hangilerinin ikinci dereceden sayılacakları (Ek:1) sayılı cetvelde gösterilmiştir.

Denetim ve Teftiş

Madde 5- Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığının denetim ve teftişe yetkili memurları, bu Yönetmelik hükümlerinin gereği gibi yürütülmesini sağlamak üzere takip, denetim ve teftiş yapmak ve mevzuatın öngördüğü şekilde sonuçlandırmakla görevlidirler.

Teftiş Kayıtları

Madde 6- Her gemide gemi kaptanının sorumluluğunda bir iş teftiş defteri ile gemi iaşe izleme defterinin bulundurulması mecburidir.

İş Teftiş Defteri, İş Teftiği Tüzüğünde belirtilen esaslara göre tutulur.

Gemi İaşe İzleme Defterine 1inci zabit veya sağlık zabiti ve varsa işçi temsilcisi tarafından birlikte kayıt yapılır.

İKİNCİ BÖLÜM

İaşe Mükellefiyetinin Nakden Karşlanması, Kurulların Meydana Gelmesi, Görev ve Yetkileri

İaşe Mükellefiyetinin Nakden Karşlanması

Madde 7- Limanlar içinde şehir hatlarında, körfelerde, göllerde ve akarsularda yolcu ve yük nakleden gemilerde, mavna, şat benzerlerinde ve Deniz İş Kanununa tabi diğer gemilerde iaşe servisi kurulmadığı takdirde gemi adamlarına işveren tarafından iaşe mükellefiyeti nakden ödenmek suretiyle yerine getirilir. Ödenecek bedele esas; bir gemi adamanın yaptığı görevde görev almaya mecburi normal günlük gıdasını sağlayacak para miktarıdır. Bu miktar, hizmet akitleriyle ve toplu iş sözleşmeleriyle tespit edilen ücretlerden ayrı olarak hesaplanır.

İaşe bedeli, en geç haftalık veya aylık olarak işlendikten sonra ve nakden ödenir. Ödenen iaşe bedelleri, 854 sayılı Deniz İş Kanununun 31 inci maddesine göre tutulmaka olan Ücret Defterlerinde ayrıca belirtilir.

İaşe Bedeli Tespit Şekli

Madde 8- İaşe Servisi kurulması mecburi olmayan veya iaşenin zaruri sebeplerle uygulanamadığı gemilerde çalışan gemi adamlarına işverenler tarafından iaşe karşılığı olarak verilecek günlük iaşe bedeli, Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığının çağrısı üzerine toplanacak ve bu Yönetmeliğin 9 uncu maddesine göre oluşturulacak Kurul tarafından, sahil mintikalarının özelliklerine göre veya yurt çapında en geç bir yılda bir tespit edilir.

İaşe Bedeli Tespit Kurulu

Madde 9- Kurul, Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanının görevlendireceği bir yetkilinin başkanlığında aşağıdaki temsilcilerden teşekkül eder.

Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığından konuya ilgili bir iş Müfettişi,

Ulaştırma Bakanlığından	1	Temsilci
Sanayi ve Ticaret Bakanlığından	1	"
Sağlık Bakanlığından	1	"
Deniz Ticaret Odasından	1	"
En fazla gemi adamını bulunduran en üst işçi Kuruluşundan (Temsilcilerinden biri gemi iaşe kurulu üyelerinden birisi olacaktır.)	2	"
En fazla gemi işverenini bulunduran en üst işveren Kuruluşundan	2	"

Kurul, üye sayısının çoğunuğu ile toplanır, Kurulda kararlar mevcut temsilci oylarının çoğunuğu ile verilir. Oyların eşitliği halinde Başkanın oyunun bulunduğu tarafa itibar edilir.

Kurulun Sekreterlik İşleri

Madde 10- Kurulun sekreterlik işleri İşçi Sağlığı Daire Başkanlığıncı yürütülür. Kurulun kararları karar defterine yazılır. Kararlar, Başkan ve üyelerce imzalandıktan sonra Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanının onayı ile kesinleşir ve Resmi Gazete'de yayımlanıldığı tarihi takip eden ay başında yürürlüğe girer.

Kurul İçin Gereken Bilgilerin Toplanması

Madde 11- Kurul, iaşe bedelinin tespitinde gemi adamlarının gemide istenen niteliğe uygun yiyeceklerin besin değeri, bileşimleri, satınalma, depolama, koruma usulleri ile ilgili bilgileri ve gerekli görülen diğer bilgileri sekreterlik kanalı ile toplar.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

İaşe Servisi, İaşe Kurulu ve İaşe Tesisleri

İaşe Servisi

Madde 12- 7 nci maddede belirtilenler dışında olan 854 sayılı Deniz İş Kanununa tabi gemilerde iaşe servisi kurulması mecburidir. Bu mecburiyetin yerine getirilmesi aşağıdaki maddelerdeki esaslara göre yapılır.

İaşe Kurulu

Madde 13- Her gemide bir İaşe Kurulu kurulur. Kurul, işveren veya vekili olan kaptan adına 1inci gemi zabiti başkanlığında aşağıdaki kişilerden meydana gelir:

- a) Gemi doktoru veya sağlık memuru,
- b) Gemi aşçısı,
- c) Kumanyacı,
- d) İki tayfa temsilcisi.

Temsilci tayfalar ve yokluğunda onlara vekalet edecek olan iki yedegis, gemi tayfalarının salt çoğunuğunun bulunduğu bir toplantıda en çok altı ay süre ile seçilir. Temsilci tayfaların asıl ve yedeklerinin isimleri Gemi İaşe İzleme Defterine kaydedilir. Kaptan, temsilci tayfaların süresinde seçilmesini sağlamak mecburiyetindedir.

Yemek Listeleri

Madde 14- İaşe Kurulu toplanarak yolculuk şartlarının gerektirdiği müddet için bir yemek listesi düzenler, yemek listeleri, kaptana onaylattırıldıktan sonra yemek salonlarına asılır ve gününe uygulanır.

Mecburi bir sebep olmadıkça listenin aynen uygulanması esastır. Değişikliği gerektiren hallerde yemek listelerinde kaptan tarafından gerekli değişiklik yapılabilir ve durum geminin Gemi İaşe İzleme Defterine kaydedilir.

İaşe Servisi İç Talimatı

Madde 15- İşveren veya vekili olan kaptanın gemi iaşe servisinde görevli personelin görev ve sorumluluklarını belirten ve gemi bünyesine uygun olan bir iç talimat hazırlaması ve gemi adamlarının görebileceği ve inceleyebileceği bir yere asılması mecburidir.

Gemi iç talimiği aşağıdaki hususları ihtiva eder:

a) Gemiye alınan kumanyanın (yiyecek ve suyun) mürettebatın sayısına, yolculuğun niteliğine ve süresine uygunluğunun ne şekilde ve kimler tarafından kontrol ve kabul edileceği,

b) Kumanyalık ve soğutma tesislerinin bakımı, çalışması ile kumanyalığa malzeme konulması, çıkarılması yöntemleri,

c) Yemeklerin zamanında hazırlanması, pişirilmesi, dağıtılması ile yemek ve dinlenme yerlerinin personele tahsisinin ne şekilde olacağı,

d) İlaç servisiyle ilgili bütün yerlerin temizlik ve bakımı ile bulaşıkların yıkaması gibi işlerin nasıl ve kimler tarafından yapılacağı,

e) İlaç servisinde görevli personelin tabi olduğu disiplin işlemleri ve müracaat mercileri.

Gemi Aşçılarının Vasıfları

Madde 16- Yeterlik sertifikası olmayan hiçbir gemi adamı gemide aşçı olarak çalıştırılamaz. Yeterlik sertifikası alabilmek için;

a) 18 yaşından küçük olmamak,

b) Ulaştırma Bakanlığıca hazırlanıp 6/9/1989 tarihli 20274 sayılı Resmi Gazete'de yayımlanarak yürürlüğe giren "Gemi Adamları Yönetmeliği" hükümleri uyarınca aşçı yeterlikli gemi adamı cüzdanına sahip olmak gereklidir.

Gemi Aşçılarının Görevleri

Madde 17- Gemi aşçıları, gemi adamlarının yemeklerini zamanında hazırlamaktan işverene ve kaptana karşı sorumludurlar.

İlaç Servisinde Çalışanların Sağlık Kontrolü

Madde 18- İlaç Servisinde çalışacak gemi adamlarının işe girişlerinde veya işin devamı süresince hastalık portörü olup olmadıkları, (portörlük muayenesi) ile 1475 sayılı İş Kanununun 79 uncu maddesinde belirtilen kurum veya kuruluş veya hukuki doktorlar tarafından verilmiş muayene raporları olmadıkça işe alınmaları veya işte çalıştırılmaları yasaktır.

Bu gibi personelin yurtdışında sağlık muayenesi yapılmama imkânı varsa üç ayda bir, şayet bu imkânı yoksa geminin bağlama limanına döndüğü tarihte sağlık kontrolünden geçirilmesi mecburidir. Sağlık kontrolleri gemi doktorlarından yoksa geminin bağlı olduğu limandaki sağlık kuruluşlarında yapılır.

Mutfak

Madde 19- Gemi mutfakları, oturma ve yatma yerlerinden ayrı, mümkünse güverte üstündeki yapılarda düzenlenir. Mutfaklar bu Yönetmeliğin 39 uncu maddesindeki esaslara göre havalandırılır. Güverte altında düzenlenen mutfaklarda, etkili aspirasyon sisteminin kurulması ve sürekli bakım mecburidir.

Mutfak bölme perdeleri, 1,5 metre yüksekliğine kadar fayans veya benzeri malzeme ile kaplanır ve süt kısımlar açık renkte boyanır. Zemin, çini veya benzeri malzeme ile döşenir,

Mutfaklar, mutfak personelinin serbestçe çalışabileceği genişlikte ve ihtiyaca yetecek kadar teçhizatlı bulunmalıdır. Ekmek yapma teçhizatı, mutfak bölgelerinden ayrılmış özel bir yerde bulunur. Mutfak bölmesi kâfi miktarda geniş olmayan gemilerde, ekmek yapımına elverişli bir yer tahsis edilir.

Bulaşık Yıkama Yeri

Madde 20- Bulaşık yıkama yerlerinin mutfaktan ayrı bir yerde veya geminin inşa tarzı buna mani ise mutfaktan ayrılmış özel bir yerde düzenlenmesi, sıcak ve soğuk su tesisatının bulunması mecburidir. Bu yerde kirli suyun akmasını temin eden tertibat her zaman işler durumda bulundurulur.

İçme ve Kullanma Suları

Madde 21- İçme ve kullanma sularının gemi adamlarının kolaylıkla yararlanabileceği ve "Gıda Maddelerinin ve Umumi Sağlığı İlgilendiren Eşya ve Levazımın Hususi Vasıflarını Gösteren Tüzük"teki tanıma uygun olması şarttır. Özellikle sıcak bölgelerde ve yaz aylarında zabitan, makine dairesi ve güverte kısımlarında birer adet soğutucu veya su sebili konulması mecburidir.

Gemi adamlarına ayrılan yemek yerleri ile dinlenme yerlerinde personelin su içebileceği özel musluklar yapılacak ve bu musluklarda mümkün olan hallerde suyun aşağıdan yukarıya uygun bir yükseklikte fişkirması sağlanacak, mümkün olmayan durumlarda ve yerlerde su içmek için kişiye özel maşrapa veya bardak kullanılacaktır. Karton veya benzeri bardaklar kullanıldığı takdirde bunlar özel ambalajlarında veya temiz bir kutuda saklanacak, bir kere kullanılan bardakların atılması için musluğun yanında özel bir sepet bulundurulacaktır.

İçme ve kullanma suyu tanklarının senede bir defa veya lüzumunda temizlikleri yapılacaktır.

Sofra Takımları

Madde 22- Sofra takımları, gemi adamlarının sayısına uygun paslanmaz ve temizlenmesi kolay nitelikte olacaktır. Tabak ve bardakların; cam, porselen veya benzeri çeşitli olması mecburidir.

Takım dolapları, temizlik ve bakımı kolay bir maddeden yapılır. Madeni dolapların boyalı, tahta dolapların kolay silinen ve temizlenen malzeme ile kaplı olması gereklidir.

Yemek Dağıtımları

Madde 23- Yemek dağıtımı ve servis için gerekli teçhizat, gemi adamlarının beklemeden ve yemekleri soğumadan yemelerini sağlayacak nitelikte olacaktır.

Yemek Numunelerinin Kontrolü

Madde 24- Servis, başlangıç saatlerinden yarım saat önce hazırlanmış olan yemeklerden alınacak numuneleri kaptan veya kaptanın görevlendireceği bir gemi zabitinin kontrolünden geçmiş bulunacaktır. Muhtemel zehirlenme olaylarına karşı gerekli hijyenik tedbirlerin alınması gereklidir.

Kendi Kendine Servis

Madde 25- Düzensizliği önlemek şartıyla servis için elverişli bir büfesi bulunan her yemek salonunda, gemi adamları için kendi kendine servis sistemi uygulanabilir. Bu takdirde, yemek salonlarında her gemi adamina yemeğini rahatça yiyebileceği bir yer ve servis tepsisi ayrılması gereklidir. Servis tepsileri aynı zamanda tabak görevi gördüğü takdirde, yemeklerin niteliğini ve nefasetini bozmayacak bir maddeden yapılmış olmalıdır.

Kumanyanın Ahnması

Madde 26- Gemi kumanyası, İaşe Kuruluna düzenlenen listeler gözönüne alınarak ve bu Yönetmeliğe ekli günlük miktar cetvellerinden faydalанılmak suretiyle kumanyacı tarafından alınır.

İaşe Servisinin Kontrolü

Madde 27- İaşe servisinin yaptığı çalışmaların ve stok edilmiş gıda maddeleri ile içme suyunun miktarının yola elverişlilik şartları yönünden kontrolüne, kaptan adına İaşe Kurulu yetkilidir. Gemi adamları, iaşe servisi hakkındaki, şikayetlerini İaşe Kurulu Başkanına veya tayfa temsilcilerine bildirirler. İaşe Kurulu, görevine dair tekliflerini gemi kaptanına yapar. İaşe işleriyle ilgili olup da çözümlenemeyen şikayetlerini Gemi İaşe İzleme Defterine yazılması mecburidir.

İaşe Çizelgeleri

Madde 28- Gemi kaptanı tarafından iaşe maddelerinin günlük harcamasını gösteren iaşe çizelgeleri kumanyacı tarafından hazırlanır. İaşe çizelgelerinde kaptanın veya İaşe Kurulu Başkanının imzası bulunur. Bu çizelgeler, icabında incelenmek üzere bir yıl süre ile saklanır.

Şu kadar ki; bir yıldan fazla dış sularda seferde bulunan gemiler için bu sre geminin bağlama limanına varışından itibaren işlemeye başlar.

Kumanyalık ve Soğutma Odaları

Madde 29- Kumanyalık ve soğutma odaları gibi tesisler, günde en az bir kez havalandırılmalı ve gıda maddelerinin saklanması sağlanacak nitelikleri taşmalıdır.

Yemek Zamanları

Madde 30- Normal hallerde, seyirde ve limanda,

Sabah Kahvaltısı : 07.00 – 08.30

Öğle Yemeği : 11.30 – 13.00

İkindi Kahvaltısı : 15.30 – 16.30

Akşam Yemeği : 19.00 – 20.30

Yukarıda belirtilen mahalli saatler içerisinde görevli bulunan gemi adamlarının yemekleri, görevlerinden sonra veya görevlerinden önce verilebilir.

Asgari Yemek Çeşitleri

Madde 31 – Gemi adamlarına 30 uncu maddede gösterilen dört öğünde verilecek yemeklere esas olmak üzere verilecek en az yemek çeşidi aşağıda gösterilmiştir. Her öğünde yemekle birlikte ekmek de verilir.

Sabah Kahvaltısı

a) Çay, süt, sütlü kahve, kakao gibi içeceklerden biri,

b) Reçel ve bitkisel veya hayvansal kahvalılık yağılardan biri ile peynir, yumurta veya zeytinden biri.

2- Öğle Yemeği

a) Bir et yemeği (Tavuk, hindi, balık eti dahil),

b) Mevsimine göre kuru veya yaş sebzelerden biri veya çorba,

c) Haftada üç gün tatlı veya meyve diğer günlerde makarna, börek, pilavdan biri veya diğer hamur işlerinden biri.

3- İkindi Kahvaltısı

a) Peynir veya zeytin ile ekmek veya herhangi bir sandviç,

b) Çay, limonata, süt ve kakaodan biri,

4- Akşam Yemeği

a) Çorba,

b) Mevsimine göre etli veya yaş veya kuru bir sebze,

c) Makarna, pilav veya börekten biri veya diğer hamur işlerinden biri.

Bu çeşitlere ek olarak,

a) Çok soğuk havalarda veya kuzey bölgelerde kaptanın emri ile gereken gemi adamlarına ek gıda.

b) Seferde iken hastalanın gemi adamlarına gemi doktoru bulunmadığı takdirde kaptanın uygun görmesi ile perhiz yemekleri verilir.

Günlük Miktar ve Asgari Kalori

Madde 32- Her bir gemi adamına bir günde verilecek kalori miktarı (4750) den az olmamak üzere verilmesi gereklî gıda maddelerinin günlük miktarı ile her yüz gramının sağladığı kalori miktarı bu Yönetmeliği ekli (Ek-2) ve (Ek-3) sayılı cetvellerde gösterilmiştir.

İKİNCİ KISIM

Gemi Adamlarına Tahsis Edilen Yatma, Dinlenme, Yemek ve Temizlik Yerleri

BİRİNCİ BÖLÜM

Gürültü, Isı ve Fena Kokulara Karşı Tecrit

Gürültüye Karşı Tecrit

Madde 33- Oturma yerleri gürültü ve titreşime karşı tecrit edilmiş olmalıdır. Bunun için;

- a) Oturma yerlerinin makinalar, dişliler, güverte vinçleri, havalandırma, ısıtma araçları ve diğer gürültü çıkaracak makina ve ekipmandan uzak yerlerde yerleştirilmesi,
- b) Akustik izolasyon (tecrit) ve diğer uygun ses emici malzemenin gürültü üreten yerlerin yapımında ve duvarların (bölge tavanlarının) kaplanması ve makinaların bulunduğu yerlerin kapılarının kendiliğinden kapanan, gürültü tecritli olması,
- c) Makine odasında ve diğer makinaların bulunduğu yerlerdeki gürültü derecesinin en çok 95 desibel olması, makine odası personeli için ses geçirmez merkezi makine kontrol odalarının hazırlanması, gerekli hallerde kullanılmak üzere o bölüm gemi adamlarına başlık, kulaklık veya kulak tıkaçları gibi uygun koruyucu araç ve gereçlerin verilmesi,

mecburidir.

Mücavir Bölмелерden Tecrit

Madde 34- Oturma yerlerini aşağıda gösterilen yerlere doğrudan birleştiren geçitlere izin verilmez.

- a) Makine ve kazan daireleri,
- b) Yük ambarları,
- c) Güverte malzemelerine ve teçhizatına ait portuçlar ile makine mağazaları,
- d) Mutfak ve bulaşıkhaneler,
- e) Ortak temizlik işlerine ayrılan yerler ile kurutma yerleri,
- f) Tuvalet ve banyolar.

Mezkûr yerleri oturma yerlerinden ayıran bölmeler ile oturma yerlerinin dış perdelerinin demir veya çelikten veya aynı nitelikteki diğer bir maddeden yapılması, bölge perdeleri ile kapılarının su ve gaz geçirmezliğinin sağlanması mecburidir.

Isı Tecridi

Madde 35- Isı yayan bölmelerin bitişinde bulunan yerler, oturma yerleri olarak tahsis edilemez. Ancak, bu gibi yerlerin gemi adamlarına oturma yeri olarak kullanılması mecburiyeti varsa bölge perdeleri ısı iletmeyecek şekilde tecrit edilir.

İstim Boruları

Madde 36- Vinç ve ırgat gibi cihazların ana buhar ve egzos boruları, oturma yerlerinden ve koridorlardan geçirilemez.

Ancak bu gibi boruların, yeterli bir şekilde tecrit edilmeleri şartıyla ve yapım mecburiyeti dolayısıyla oturma yerlerinden ve koridorlardan geçirilmesine izin verilir.

Boya

Madde 37- Oturma yerlerinin bölge perdeleriyle tavanları, temizlenmesi kolay bir madde ile boyalı bulundurulmalıdır. Kireçli maddelerle boyanması yasaktır.

Oturma Yerlerinin Temizliği

Madde 38- Oturma yerlerinin zemini, rutubet geçirmeyen ve kolayca temizlenebilen nitelikte olacak hortum ve benzeri araçlarla yıkarak temizlenmesi hallerinde suların kolayca akıp gitmesini sağlayacak şekilde düzenlenecektir.

İKİNCİ BÖLÜM

Havalandırma, Isıtma

Havalandırma

Madde 39- Oturma yerleri, sıhhî ve yeterli bir şekilde havalandırmalıdır.

Havalandırma sistemi; bugü, duman ve fena koku çıkan yerlerde bunları çekerek yeterlikte olmalı, her türlü hava ve iklim durumu içinde havanın istenen şartlarda korunmasını ve cereyanını sağlayacak şekilde ayarlanabilmelidir.

Isıtma ve Soğutma

Madde 40- Oturma yerlerinin ısıtılması için lüzumlu cihazlar, ihtiyaç halinde ve zamanında işlemeye hazır bulundurulur. Isıtma için; istim, sıcak su, sıcak hava veya elektrikli herhangi bir sistem kullanılabilir. Hangi sistem kullanılırsa kullanılsın bir tehlike ve rahatsızlık vermeyecek şekilde yerleştirilmelidir. Yeterli bir sıcaklık derecesinin sağlanması için sisteme ayar edilebilir cihazın bulunması şarttır. 5000 grostonilatodan büyük gemilerde ise sıcak ve soğuk hava cihazı (klima) bulunması mecburidir.

Yapılan işin niteliğine göre, sürekli çok sıcak veya çok soğuk bir derecede çalışılması ve bu durumun değiştirilemediği durumlarda gemi adamlarına, kendilerini fazla sıcak veya soğuktan koruyacak özellikle elbise vesair malzeme verilir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

Aydınlatma, Işık

Aydınlatma

Madde 41- Yolcu gemileri için müsaade edilebilecek haller müstesna, yatma yerleri, yemek salonları ve temizlik mahalleri tabii ışıkla uygun şekilde aydınlatılacaktır. Bütün ıskân ve temizlik mahallerinin ayrıca münasip bir sunî aydınlatma sistemi ile de teçhiz edilmesi mecburidir.

Gerek tabii ve gerek sunî ışıklar, gemi adamlarına yeter derecede ve eşit dağılmayı sağlayacak şekilde düzenlenir.

Tabii Işık

Madde 42- Oturma yerlerindeki tabii ışık; normal görme duyusuna sahip bir kimsenin gündüz havanın açık olduğu hallerde bir gazeteyi bulunan yerin herhangi bir noktasında okumasına yetecek şekilde olmalıdır.

Sunî Işık

Madde 43- Sunî ışık tesis ve araçları; oturma yerlerinin havasını kirletecek nitelikte gaz, koku çıkaracak gemi adamlarının sağlığına zarar vermeyecek, keskin, göz kamaştırıcı ve titrek ışık meydana getirmeyecek şekilde olur.

35°C den aşağı sıcaklıkta parlayabilen, buhar çikaran, benzin, benzol gibi sıvılar aydınlatma cihazlarında kullanılmamalıdır.

Yedek Aydınlatma Araçları

Madde 44- Sunî aydınlatma sisteminden ayrı olarak jeneratör bulundurulması mecburidir

Sıvı yakıtlar ile aydınlatmada, lambaların hızneleri metal olmalı, sızıntı yapmamalı ve kızmaması içinde gerekli önlemler alınmalı ve bunlarda heran kullanılmaya hazır bulundurulmalıdır.

Lamba alevinin, parlayabilen gaz ve maddelerle ilişkisi ihtimali olan işlerde, alev, tel kafes ve benzeri malzeme ile örtülü.

Sıvı yakıtlar ile aydınlatma da lambalar, ateş ve alev yakınında doldurulmamalı, üstlerinde 1 metre, yanlarında 30 santimetre kadar uzaklıkta yanabilecek eşya ve malzeme bulundurulmamalı ve sağlam bir şekilde yerleştirilmelidir. Sıvı yakıtlarla aydınlatma yapılan yerlerde ayrıca en az bir adet yangın söndürme cihazının bulunması mecburidir.

Personelin geçiş yerleri ve gerekli görülecek diğer yerleri aydınlatması mecburidir.

Okuma Lambası ve Gece Aydınlatma

Madde 45- Yatma yerlerinde, her yatağın başucunda gemi adamlarının yattığı yerden kullanabileceği bir okuma lambası bulunur. Yatma yerleri aydınlatma devresinde, gece kullanılmak üzere renkli aydınlatma sisteminde renkli gece lambası bulundurulması mecburidir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

Yatma Yerleri

Genel Hükümler

Madde 46- Yatma yerleri yüklü su hattından yukarı ve geminin vasatında veya kış tarafından havalandırmaya elverişli yerde bulunur. Hiçbir yatma yeri servis geçitlerinin ve gürültülü yerlerin hemen altında ve yakınında olamaz.

İstisnalar

Madde 47- Geminin tipi, ölçüleri veya tahsis edildiği hizmet bakımından uygun ve pratik bulunması gibi olagân dışı hallerde yatma yerleri, geminin baş tarafında bulunabilir. Hiçbir yatma yeri müsademe perdesinin ilerisinde olamaz.

Aydınlatmaya ve havalandırmaya uygun cihazının bulunması şartıyla yolcu gemilerindeki bazı yatma yerleri, yüklü su hattının altında bulunabilir.

Yatma Yerlerinin Yüzölçümü

Madde 48- Gemi adamlarına ayrılan yatma yerlerinin adam başına en az yüzölçümü miktarları aşağıda gösterilmiştir:

- a) 500 ile 800 grostonilatoluk gemilerde en az, 1.85, en çok 2.00 metre kare,
- b) 800 ile 3000 grostonilatoluk gemilerde en az 2.35, en çok 2.55 metre kare,
- c) 3000 grostonilatodan büyük gemilerde 2.78 metre karedir.

Yolcu gemilerinde ve gemi adamlarından dört kişiden fazlasının aynı yerde yatırıldığı durumlarda adam başına yüzölçümü miktarı en az 2.22 metre, en çok 2.50 metre kare olabilir.

Hizmet gemileri gibi normal gemi adamı sayısından fazla gemi adamı bulundurmaya mecbur olan gemilerde ise; 3000 grostonilatoya kadar en az 1.67, en çok 1.70 metrekare, 3000 ve 3000 grostonilatodan yukarısında en az 1.85, en çok 1.90 metre karedir.

Eşyannın Alanı

Madde 49- Yatma yerlerinde yatak, dolap, masa ve sandalye gibi eşyaların kapladığı alan yüzölçümüne dahildir.

Baş Kurtarma Yüksekliği

Madde 50- Gemi adamlarına ayrılan her yatma yerinde baş kurtarma yüksekliği en az 1.90, en çok 2.10 metredir.

Ayrı Yatma Yerleri

Madde 51- 3000 grostonilato ve daha büyük gemilerde güverte ve makine tayfalarına ayrı yatma yerleri tahsis edilir.

Yer Tahsisi

Madde 52- Yatma yerlerinin tahsisinde aynı yerde yatırılan gemi adamlarının sayısı aşağıdaki sınırı aşamaz.

- a) Kaptan, başmakinist, güverte ve makine zabitleri ile doktor, gemi komseri, gemi katibi, telsiz memuru, sağlık memuru, elektrik memuru, kamara memuru her kamarada bir kişi, birden fazla telsiz ve elektrik memuru bulunduğu takdirde en fazla 3 kişi aynı kamarada, yatırılabilir.

- b) Lostromolar mümkünse her kamarada bir kişi, en fazla iki kişi olarak,

- c) Tayfalar 4'lü veya 8'li yatma yerlerinde,

- d) Kadın personel yukarıdaki esaslar dahilinde ayrı yatma yerlerinde yatırılır.

Her yatma yerinde yatak ve yatırılacak gemi adamı sayısı, o yer kapısında okunaklı ve sabit şekilde gösterilir. Ayrıca o yerin hangi rütbe ve sınıfa tahsis edildiği de yazılmalıdır.

10.000 grostonilatodan büyük gemilerde ise bir yerde en fazla iki gemi adamı yatabilir.

Yatma Yerlerinin Tanzimi

Madde 53- Gemi adamlarına ayrılacak yatma yerlerinin düzenlenmesinde aşağıdaki hususlara uyulması mecburidir.

- a) Her gemi adamina ayrı bir yatak ve ranza verilecektir.

- b) Ranzalar birbiri üzerine basarak geçmeyi mecbur kılacek şekilde yanyana konulmayacaktır.

- c) İki den fazla ranza üst üste konulmaz.

- d) Lomboza rastlayan alabandalara üst üste iki ranza konulmayıacaktır.

- e) Üst üste konulan ranzadan alttaki döşemeden itibaren en az 0.30 metre yükseklikte, üst ranza alt ranzadan 0.90 metre yükseklikte üst ranzanın tavana uzaklığı 0.90 metre olacaktır.

- f) Bir ranzanın iç boyutları en az 1.90 x 0.80 metre olacaktır.

- g) Ranza çerçevesi ve varsa yalpa tahtası sert ve düz olacak ve haşerele rin barınamayacağı bir maddeden yapılacaktır.

- h) Ranzaların yapımında boru şeklinde çerçeveler kullanılmış ise bunlar tamamen kapalı ve haşerele rin yuvalanmasını önleyecek şekilde deliksiz olacaktır.

- i) Her ranzanın altının elâstîk bir madde ile kaplanmış olması veya somya ile yataklar; yün, pamuk, tüy veya kauçuktan yapılacak,

- j) Üst üste konulan ranzalarda üstteki yatağın somyası altına veya yatağı ile somyası arasına branda bezi gibi toz geçirmeyen bir örtü konulacaktır.

- k) Ayrıca, her gemi adamı için en az bir yastık, iki battaniye, iki nevresim, iki çarşaf, iki yastık yüzü, iki yüz havlusu, bir pike verecek ve gemide en fazla onbes günde bir değiştirilmek üzere kâfi miktarda yatak takımı bulundurulacaktır.

- l) Yatma yerlerinde haşarat ve kemirici hayvanların bulunmaması için hertürlü önlem alınacak, yok edilmesi için gerekli ensektisit, rodentesit maddeler kullanılarak bunların üremelerini kolaylaştıran şartlar ortadan kaldırılacaktır.

- m) Yatma yerleri, her gün toz kaldırılmayacak bir şekilde süpürülüp temizlenecek, havalandırılacak ve gereken yerlerin tozları alınacaktır.

Yatma Yerlerinin Eşyası

Madde 54- Her yatma yeri, gemi adamlarının rahatlığını sağlayacak şekilde döşenir ve devamlı temiz kalacak şekilde düzenlenir. En az aşağıda sıralanan eşyalar bulunur:

a) Her gemi adamı için yüksekliği 1.50 metreden aşağı olmamak, üstte şapka ve alta ayakkabı konacak gözleri bulunan ve ortasında iki elbise asmak için özel çubuğu bulunan bir elbise dolabı bulunur. Dolaplar, kolay temizlenebilen malzemeden, kapıları hava cereyanını sağlayacak şekilde kafesli veya çeşitli yerlerden delikli ve kilitli olur.

b) Her yatacak yerde, standart bir modelde portatif bir masa veya yazıhane ile ihtiyaca göre sandalye veya sedir bulunur.

c) Mobilyalar düz ve sert, şekli değişmiyen bir maddeden yapılır.

d) Her gemi adamina bir çekme veya aynı işi görecek en az 0.56 metre küp boyutunda bir yer ayrılır.

e) Pencere veya lombozlorda açılıp kapanabilen perdeler bulunur.

f) Gemi adamlarına verilen kamaralarda ayna ve lâvabo, tuvalet eşyası için küçük dolaplar, kitap etajeri ve elbise dolabı bulunur.

BEŞİNCİ BÖLÜM **Yemek Yerleri**

Genel Hükümler

Madde 55- Her gemide, gemi adamlarının sınıflarına göre,

a) Kapitan, başmühendis veya başmakinist, gemi zabitleri ve yardımcı zabitler,

b) Diğer gemi adamları,

c) Genel Servis hizmetlerinde çalışan kamara sınıfına mensup gemi adamları, yemeklerini kendilerine tahsis edilen yerde yerler.

Ancak, 5000 grostonilatodan büyük gemilerde genel servis hizmetlerinde çalışan beşten fazla gemi adamı olduğu takdirde bunlar için ayrı yemek yerleri tahsis edilir.

Yemek Yerleri Şartları

Madde 56- Yemek salonlarında aranacak şartlar aşağıda gösterilmiştir:

a) Her salonun boyutları ve içinde bulundurulması gereklili eşyaların salonu aynı zamanda kullanacak gemi adamlarının sayısına yeteceğin durumda olması,

b) Yemek salonlarının mutfağa yakın, yatma yerlerinden ayrı olması,

c) Yemek salonlarında dağıtım ve diğer servis işleri için büfeler ve büfelerde sofra takımlarının düzenli konulmasına yaranan dolapların olması,

d) Yemek salonlarının temiz, aydınlatık, havadar, mevsimine göre ıstılabilecek, yerlerin kolayca temizlenebilecek nitelikte, alabandaların kolayca silinebilecek nitelikte olması,

e) Yemek masalarının kâfi miktarda kolay silinebilen ve temizlenen malzeme ile kaplı olması, masalarda oturma için sıra yerine sandalye olması ve zabitlerin masalarında örtü ve peçete katımları bulunması mecburidir.

ALTINCI BÖLÜM **Dinlenme Yerleri**

Genel hükümler

Madde 57- Her gemide geminin bünyesine ve gemi adamlarının sınıf ve sayısına göre, açık ve kapalı güvertelerde, dinlenme zamanlarını geçirebilecekleri yerler bulunur. Dinlenme yeri olarak ayrılabilen bir yer yoksa gerekli şekilde düzenlemek şartıyla yemek salonları dinlenme yeri olarak kullanılabilir.

Dinlenme Yeri Şartları

Madde 58- Açık güvertelerdeki dinlenme yerleri sıcak bölgelerde ve yaz aylarında tentelerle örtülür.

Mömkün olduğu durumlarda gemi madamlarının eş, akraba ve arkadaşları ile limanda iken görüşmelerine, dinlenme yerlerinde izin verilebilir.

Dinlenme yerleri, film gösterilmesine, televizyon seyredilmesine, el sanatları ile uğraşmaya ve okumaya elverişli bir şekilde düzenlenmelidir.

YEDİNCİ BÖLÜM **Temizlik Yerleri**

Genel Hükümler

Madde 59- Gemi adamlarına kâfi miktarda lâvabo banyo küveti veya duş ile çamaşır yıkama ve kurutma yerleri ayrılması mecburidir.

Özel temizlik tesisatı bulunmayan kamara ve yerlerde kalan gemi adamları için aşağıda gösterilen genel temizlik yerleri tahsis olunur:

a) Her sekiz ve daha az gemi adamı için bir banyo küveti veya bir duş,

b) Her altı veya daha az gemi adamı için bir lâvabo.

Gemi adamları sayısının sekiz ve altıya bölünemediği durumlarda artan gemi adamları dört kişiyi geçmezse bu sayı için ayrıca yer tahsis edilmeyebilir.

Tuvaletler

Madde 60- Gemi adamlarına,

- a) 800 grostonilatodan küçük gemilerde en az üç adet,
- b) 800 ila 3000 grostonilatoluk gemilerde en az dört adet,
- c) 3000 grostonilatodan büyük gemilerde en az altı adet, tuvalet ve pisuvar tahsis edilir.

Temizlik Malzemeleri

Madde 61- Gemiye mastalya, tatlı su, sabun, çöp sepeti, havlu, ütü gibi temizlik malzemeleri işverence sağlanır.

Temizliğe Ait Şartlar

Madde 62- Gemi adamlarının kullanımına sunulan temizlik tesisatının tâbi olacağı şartlar aşağıda gösterilmiştir:

a) Her duş, özel bir kabin içine yerleştirilmeli, her kabin, birisi yıkanmak, diğeri soyunmak ve giyinmek için iki bölmeden yapılmalıdır. Duş kabinlerinin boyutları 1 x 1.20 metre, soyunma yerlerinin 2 x 1.40 metreden az olmamalıdır. Ayrı soyunma yerleri yapılamadığı hallerde ortak soyunma yeri yapılabilir.

Duş kabinlerinin taban ve alabandaları, kolaylıkla temizlenebilecek malzemeden yapılmalı, yerlerin kirli sularını kolayca akıtılabilmesi için gerekli önlemler alınmalı ve sağlık şartlarına önem verilmelidir.

b) Duş kabinlerinde yeterli havalandırmaya elverişli aspirasyon ve vantilasyon tertibatının olması koku ve pisliğin önlenmesi mecburidir.

Tuvaletlerde havalandırma tertibatı, rezervuar, sifon gibi kokuya karşı önlemler alınmalıdır.

c) Duş kabinlerinin ve tuvaletlerin duvar yüzeyleri düz yapılmalı, boyaları açık renklerden seçilmeli ve kapıları iyi bir şekilde kapanmalıdır.

d) Duş kabinlerindeki soyunma bölmelerinde kirli havlu ve benzeri malzeme için özel sepetler ve kâğıt, çöp ve benzeri artıkların atılması için üstü kenetli özel çöp kutuları bulundurulur.

e) Duş kabinlerinde sıcak ve soğuk akarsuyun iyi bir şekilde ayarlanacak durumda olması ve yeteri kadar basınçla akması esastır. Duşta yıkanmak için gerekli sabun ve benzeri malzeme, işverence sağlanır. Duşlar, normal temizlik ve bakım dışında her yedi günde bir iyice yıkanıp temizlemeli ve dezenfekte edilmelidir.

f) Gemi adamlarınca kullanılmak üzere işveren tarafından gemiden ayrılmalarında geri alınmak üzere duşta temiz havlu ve peştemallar özel dolaplarda bulundurulur, kullanılmış olanlar temizlenmedikçe bir başkasına verilemez.

g) Tuvaletler günde en az bir kez iyice temizlenmeli ve her kullanmadan sonra temiz bir halde bulundurulması sağlanmalıdır. Kokular sıhhi usullerle giderilmeli ve her yedi günde bir dezenfekte edilmelidir.

h) Tuvaletler ve kirli sular sewage tank veya benzeri yerlere akıtılmalıdır.

i) Tuvaletler, pisuvarlar ve duş kabinleri, yatma, dinlenme ve yemek yerlerine açıldığından ayrıca bir koridor ve kapı ile tekrît edilmelidir.

j) Yanyana yapılmış tuvaletlerin, ayrı kapıları ve en az yarım bölmeli perdeleri bulunur.

k) Temizlik yerlerindeki bölme perdeleri, yerden 0.23 metre yüksekliğe kadar su geçirmez madeni veya benzeri nitelikte bir maddeden yapılmalı ve bu kısma mozaik veya fayans kaplanması takdirde yağlı boya ile boyanmış olmalıdır.

Çamaşır Yerleri

Madde 63- Her gemide, gemi adamlarının sayısına uygun miktarda çamaşır yıkama yerleri ile seferin normal süresine göre kafı miktarda malzeme bulunur. Ayrı bir çamaşır yeri tahsis edilemeyen gemilerde, çamaşır tekneleri, diğer temizlik yerlerine yerleştirilebilir.

Çamaşır makinası bulunmayan gemilerde, çamaşır yerlerinde yeterli sayıda teknelerle sıcak, soğuk ve kirli su tesisatı bulunmalıdır. Ayrı bir çamaşır yeri tahsis edilemeyen gemilerde, çamaşır tekneleri diğer temizlik yerlerine yerleştirilebilir. Bu takdirde su ısıtmasında tehlikesiz araçların bulundurulması mecburidir.

Kurutma Yerleri

Madde 64- Kurutma yerleri ve araçları; yatma, dinlenme ve yemek yerlerinden ayrı bir yerde bulunur. Bu gibi yerlerde çamaşır asmaya yarayan teçhizat ile havalandırma tertibatının bulunması mecburidir.

ÜÇUNCÜ KISIM

Gemilerde Bulundurulacak İlâç ve Tıbbî Levazım ile Revirlerin Şartları

Eczane veya İlâç Dolapları

Madde 65- Gemilerde bulundurulacak olan ilaç, tıbbî levazım ve âletler, gemi eczanelerinde veya ilaç, ilaç dolaplarında saklanır ve korunur.

Eczane veya ilaç dolapları; reviri bulunan gemilerde revire bitişik yerde, diğer gemilerde ise yatma yerlerine yakın bir yerde bulunur. Ecza dolabı, yalnız doktor, sağlık memuru veya kaptanın görevlendireceği bir kişi tarafından kullanılır.

Bulundurulması Mecburî İlâçlar

Madde 66- Yolcu, yük ve diğer ticaret gemilerinde bulundurulması mecburi olan ilaç, tıbbî araç ve gereçlerin belirlenmesinde Sağlık Bakanlığının çıkaracağı listeler ile Uluslararası Dünya Sağlık Teşkilatının bu hususta kabul ettiği listenin hükümleri esas alınır.

Revirde Aranacak Şartlar

Madde 67- Gemi revirlerinde aranacak şartlar şunlardır:

- a) Gemi adamlarının sayısı 15'e kadar olan gemilerde tek yataklı, 15'den fazla olan gemilerde iki yataklı bir revir bulunur.
- b) Revirler, hastalanan gemi adamlarının her türlü hava şartlarında kolaylıkla taşınmasını ve istirahatını sağlayacak bir yerde kurulur.
- c) Giriş ve çıkış yerleri, yataklar, aydınlatma, havalandırma ve ısıtma ile su ve temizlik tesisatı revirde yatanların kolaylıkla yararlanacağı nitelikte olmalıdır.
- d) Revirlerin başka amaçlarla kullanılması yasaktır.

DÖRDÜNCÜ KISIM

Son Hükümler

Yönetmeliğin Eski Gemilerde Uygulanması

Madde 68- Bu Yönetmeliğin yayımından önce inşa edilmiş ve çalışmakta olan gemilerle veya bu Yönetmeliğin yayımı tarihinde inşa edilmekte olan gemilerde; gemi adamlarına ayrılacak yatma, dinlenme, yemek ve temizlik yerleriyle eczane ve revirlerin, imkân bulunduğu takdirde bu Yönetmelik hükümlerine uygunluğunu sağlayacak önlemlerin alınmasını veya gerekli değişikliğin yapılmasını, ilgili bakanlıklar, işveren veya işveren vekilinden talep eder.

Bu talep iş teftişleri veya sefer izni ile ilgili teknik muayene veya kontroller sonucunda yapılır.

Gemilerde Yapılacak Değişiklik veya Onarım

Madde 69- Bu Yönetmeliğin yayımından önce inşa edilen bir gemide geniş ölçüde bir değişiklik veya geminin bütünü ilgilendiren bir onarım yapılması halinde; gemi adamlarına ayrılacak yatma, dinlenme ve temizlik mahalleri ile geminin diğer yerlerinde yapılacak onarım ve bakım çalışmalarının 'İşçi Sağlığı ve İş Güvenliği Tüzüğü'nün öngördüğü tedbirler alındıktan sonra, Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığının yetkili dairesi tarafından incelenerek onaylanması gereklidir.

İncelenmek üzere gönderilecek plân ve resimlere ölçüleriyle birlikte aşağıdaki açıklamaların da eklenmesi mecburidir:

- a) Her mahallin hangi amaca tahsis edildiği,
- b) Mobilyanın tertibi,
- c) Havalandırma, ısıtma ve aydınlatma ile ilgili araç ve gereç,
- d) Temizlik yerleri ve sıhhî tesisatı.

Yeniden İnşa Edilecek veya Satın Alınacak Gemiler

Madde 70- Bu Yönetmeliğin yayımından sonra inşa edilecek veya satın alınacak gemilerin işverenleri sefer izni için Ulaştırma Bakanlığının yetkili dairesine müracaatlarında gemi adamlarına ayrılacak yatma, dinlenme, yemek ve temizlik yerleri ile sıhhî tesisatin alışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığının yetkili dairesince incelenip onaylanmış inşaat plânlarını teknik resimlerini vermek mecburiyetindedir.

Geçici Madde 1- İaşe servisi kurulması mecburi olmayan gemilerde çalışan gemi adamlarına bu Yönetmeliğin 7 nci maddesine göre verilecek olan iaşe bedellerinin ilk tespiti, Yönetmeliğin yayımından itibaren bir ay içinde yapılır.

Yürürlük

Madde 71- Bu Yönetmelik yayımı tarihinde yürürlüğe girer.

Yürütmeye

Madde 72- Bu Yönetmelik hükümlerini Sağlık Bakanı, Ulaştırma Bakanı, Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanı yürütür.

(EK-1)

BİRİNCİ VE İKİNCİ DERECEDEKİ ŞART VE NİTELİKLER

1- Yönetmeliğin aşağıdaki yazılı maddelerinde belirtilmiş olan şart ve nitelikler birinci derece addedilir:
11, 20, 27, 30, 31, 34, 35, 39, 40, 41, 44, 46, 47, 48, 50, 52, 53, 55, 56, 59, 60, 61, 63, 64, 65, 66, 67

2- Yönetmeliğin aşağıda yazılı maddelerinde belirtilmiş olan şart ve nitelikler ikinci derece addedilir:
5, 12, 14, 15, 17, 18, 19, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 28, 29, 33, 36, 37, 38, 43, 45, 51, 54, 57, 62

(EK-2)
GEMİ ADAMI BAŞINA TAHSİSİ İÇAP EDEN İAŞE MADDELERİNİN
GÜNLÜK MİKTARINI GÖSTEREN CETVEL

Gemi Adamı Başına Beher Yemekte Verilecek Gıda Maddesi

İaşе Maddesi	Miktari	Açıklamalar
Ekmek	960 Gram	Günlük
Et	180 Gram	Safi verildiği takdirde
Et	75 Gram	Etli yemekler için
Et	50 Gram	Kıymalı yemekler için
Pirinç	125 Gram	Pilav için
“	30 Gram	Etli yemekler için
“	45 Gram	Zeytinyağlı dolmalar için
“	25 Gram	Sütlac için
“	5 Gram	Köfte, ıspanak, pirasa ve aşure için
“	15 Gram	Kadın budu köfte için
Nebati veya Likit yağ	25-50 Gram	Makarna, pilav, börek ve yemekler için
Nebati veya Likit yağ	25 Gram	Püre, taze sebze, omlet için
“ “ “	25 Gram	Yumurtalı tatlılar için
Zeytinyağı veya Likit Yağ	25 Gram	K.Sebze ve kızartma için
Zeytinyağı veya Likit Yağ	10 Gram	Salatalar için
Şeker	80 Gram	Hamur tatlıları için
“	70 Gram	Komposto ve diğer tatlılar için
“	50 Gram	Hoşaf için
“	40 Gram	Çay için
Tereyağ	25 Gram	Kahvaltı için
Un	80 Gram	Börekler için
Un	70 Gram	Hamur tatlıları için
Un	15 Gram	Çorba ve terbiyeli yemekler için
Un	10 Gram	Aşure için
Nışasta	20 Gram	Tatlı vesaire için
İrmik	50 Gram	Revani ve helva için
Makarna	125 Gram	Yemek için
Şehriye	20 Gram	Çorba için
Patates	250 Gram	Yemek için
Kuru fasulye	125 Gram	Yemek için
Mercimek	100 Gram	Yemek için
Mercimek	40 Gram	Çorba için
Nohut	125 Gram	Yemek için
Nohut	10 Gram	Pilav için
Soğan	50 Gram	24 saatlik ihtiyaç için
Tuz	20 Gram	24 saatlik ihtiyaç için
Beyaz peynir	25 Gram	Börek, makarna, omlet için
Beyaz peynir	35 Gram	Kahvaltı için
Kaşar peyniri	15 Gram	Makarna için
Kaşar peyniri	25 Gram	Kahvaltı için
Reçel	40 Gram	Kahvaltı için
Yumurta	10 Adet	Yassi kadayfın beher kg.'si için
“	2 Adet	Yalnız verildiği zaman
“	1 Adet	İspanakla verildiği zaman
“	8 Adet	Terbiyeli yemeklerde beher kg. için
“	10 Adet	Börek için beher kg. una
“	24 Adet	Revani için beher kg. irmiğe
“	3 Adet	Köfteler için beher kg. ete
“	5 Adet	Kadınbudu köfte için beher kg. ete

“	10 Adet	Hamur tatlıları için beher kg. una
Çay	2 Gr.	Kahvaltı için
Kakao	6 Gr.	Kahvaltı için
Kuru Üzüm	50 Gr.	Hoşaf için
Erik	50 Gr.	Hoşaf için
Kuru kayısı	50 Gr.	Hoşaf için
Yoğurt	200 Gr.	Yalnız verildiği zaman
Yoğurt	150 Gr.	Cacıkla verildiği zaman
Ispanak, Semizotu	300 Gr.	Yemek için
Lahana	300 Gr.	Yemek için
Taze fasulye ve bakla	200 Gr.	Yemek için
Taze bamya	90 Gr.	Yemek için
Kuru bamya	25 Gr.	Yemek için
Taze yaprak	40 Gr.	Dolma için
Salamura yaprak	50 Gr.	Dolma için
Kabak ve patlıcan	250 Gr.	Dolma için
Havuç	35 Gr.	Z.Yağlı pırasa, fasulye pilakisi ve sebze çorbaları için
Kereviz	25 Gr.	Sebze çorbası için
Kök kereviz	250 Gr.	Yemek için
Kiraz	200 Gr.	Meyve olarak
Çilek	150 Gr.	Meyve olarak
Taze üzüm	250 Gr.	Meyve olarak
Taze vişne	100 Gr.	Komposto için
Armut	200 Gr.	Meyve olarak
Elma	200 Gr.	Meyve olarak
Ayva	100 Gr.	Komposto için
Tel kadayıf	100 Gr.	Tatlı için
Yassı kadayıf	2 Ad.	Tatlı için
Tahin helvası	200 Gr.	Tatlı için
Tahin	60 Gr.	Tatlı için
Pekmez	50 Gr.	Tatlı için
Kuru incir	70 Gr.	Tatlı için
Uskumru	2 Ad.	
Kılıç balığı	150 Gr.	
Kalkan balığı	250 Gr.	
Palamut	1/4 Ad.	
Çekirdeksiz kuru üzüm	5 Gr.	Aşure için
Fıstık	5 Gr.	Z.Yağlı dolma ve irmik helvası için
Kuş üzümü	10 Gr.	Z.Yağlı dolma veya kuzu dolması için
Ceviz içi	10 Gr.	Tel kadayıf için
Salep	2 Gr.	
Pastırma	15 Gr.	Yumurta için
Buğday	35 Gr.	Aşure için
Fındık	10 Gr.	Güllaç için
Fındık	5 Gr.	Aşure için
Süt	200 Gr.	Kahvaltı için
Süt	200 Gr.	Sütlac, muhallebi, irmik helvası ve güllaç için

NOT: Şahsi temizlikleri için beher gemi adamanı 15 günde bir kilo sabun verilir. (Gemide bulundukları süre ile sınırlı olmak üzere)

(EK-3)
GIDA MADDELERİNİN BEHER 100 GRAMININ VERDİĞİ KALORİ
MİKTARINI GÖSTERİR CETVEL

<u>Gıda Maddesinin Cinsi</u>	<u>100 Gramının Verdiği Kalori</u>
Etler: (Kemiksiz)	
Dana eti (yağsız)	80
Dana eti (orta yağlı)	190
Dana eti (çok yağlı)	223
Keçi eti	145
Koyun eti (yağsız)	109
Koyun eti (orta yağlı)	263
Koyun eti (çok yağlı)	310
Kuzu eti	289
Sığır eti (yağsız)	98
Sığır eti (orta yağlı)	263
Sığır eti (çok yağlı)	301
Sakatat:	
Beyin	117
Böbrek	119
Dil	130
Karaciğer	124
Yürek	124
Kümes Hayvanları: (Kemiksiz olarak)	
Hindi	178
Kaz (yağlı)	490
Ördek (göğüs eti)	120
Ördek (but eti)	142
Tavuk (yağsız)	99
Tavuk (yağlı)	167
Balık ve Diğer Deniz Hayvanları:	
İstavrit	161,4
İzmarit	88
Kefal	81,2
Lüfer	191,1
Palamut (yağsız)	76,4
Palamut (yağlı)	125,1
Kutu sardalyası	205
Uskumru	143
İstakoz	77
Midye	87
Sütler :	
İnek sütü	67
Keçi sütü	70
Koyun sütü	106
Manda sütü	
Süt Mamulatı :	
Kaymak	340
Teksif edilmiş süt (şekersiz)	164
Teksif edilmiş süt (şekerli)	358

<u>Gıda Maddesinin Cinsi</u>	<u>100 Gramının Verdiği Kalori</u>
Toz (süt tozu)	504
Yoğurt (yağlı)	61
Peynirler :	
Beyaz peynir (yağlı)	289
Beyaz peynir (yağsız)	99
Tulum (vasatı)	-
Kaşar	404
Tavuk yumurtası	148
Yağlar :	
Tereyağı	717
Sadeyağı	890
Zeytinyağı	884
Hububat ve Mamulatı :	
Bağday ekmeği (beyaz)	276
Bağday ekmeği (kepekli)	251
Bağday unu	359
Çavdar unu	354
Makarna, şehriye (sade)	361
Makarna (yumurtalı)	362
Mısır unu	362
Nışasta	352
Pirinç	356
Pirinç unu	361
Yulaf unu	395
Taze Sebzeler :	
Bakla	64
Bamya	40,5
Bezelye	84
Domates	23
Enginar	40
Fasulye (yeşil)	41
Havuç	30
Hiyar	14
Ispanak	15
Kabak	32
Karnabahar	31
Kereviz	35
Kuşkonmaz	19
Lahana	20
Lahana (Brüksel)	54
Marul	19
Maydanoz	50
Pancar	42
Patates	76
Patlıcan	27
Pırasa	41
Sarımsak (diş)	139
Semizotu	15

<u>Gıda Maddesinin Cinsi</u>	<u>100 Gramının Verdiği Kalori</u>
Söğan	35
Şalgam	34
Turp	20
Yeşil Biber	29
Yeşil Salata	15
Kuru Sebzeler :	
Bakla	332
Bezelye	266
Mercimek	340
Nohut	360
Soya Fasulyesi	403
Zeytin (siyah)	207
Fasulye	351
Meyvalar :	
Armut	59
Ayva	62
Çilek	45
Dut	93
Elma	59
Erik	76
İncir	77
Karpuz	30
Kavun	32
Kayısı	54
Kızılcık	54,5
Grepfruit	44
Kiraz	72
Limon	37
Mandalina	44
Muz	100
Portakal	61
Şeftali	38
Üzüm (Taze)	67
Kuru Yemişler :	
Hurma	347
İncir	274
Kayısı	278
Üzüm	289
Amerikan Fıstığı	600
Antep Fıstığı	594
Badem	598
Ceviz	666
Fındık	634
Hindistan Cevizi	579
Kestane	195,5
Bal	319
Tahin Helvası	516