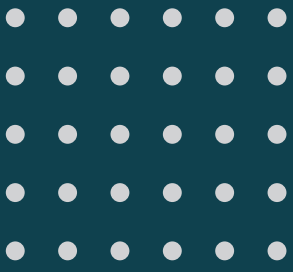




**AKADEMİ**  
*Her bir hayat için*

# YEŞİLAY AKADEMİ

## EĞİTİM KATALOĞU



**ÇEVİRİM İÇİ**

**YÜZ YÜZE**

444 19 20  
yesilayakademi.org  
bilgi@yesilayakademi.org

444 19 20  
yesilay.org.tr  
info@yesilay.org.tr

X f @ / 1920yesilay



# YEŞİLAY AKADEMİ

## EĞİTİM KATALOĞU

### KURUMSAL FİRMALARA YÖNELİK BAĞIMSIZ YAŞAM EĞİTİMLERİ

Bağımsız Sağlıklı Yaşam Temel Seviye	8
Tütün Bağımlılığı Farkındalık Eğitimi	9
Bırakabilirsin Eğitimi	10
Dijital Bağımsızlık Eğitimi	11
Şans Mı Tuzak Mı? Kumar Bağımlılığı Farkındalık Eğitimi	12
Bağımlılıkları Anlamak Eğitimi	12
Dijital Ebeveynlik Eğitimi	13
Aile Yaşam Becerileri Eğitimi	14
Bağımlılıklardan Koruyan Aile Eğitimi	15

### BİREYSEL EĞİTİMLER

Bağımlılıkların Farkında Mısın?	18
Sağlıklı Yaşam Becerileri	18
Teknolojiye Bağlı Mıyız, Bağımlı Mı?	19
İnterneti Güvenli Kullan, Siber Zorbalıktan Korun	19
Tütün Bize Ne Yapar?	20
Kumar Bize Ne Yapar?	20
Alkol Bize Ne Yapar?	21
Madde Bağımlılığından Korunmak	21

### ASENKRON EĞİTİMLER

Sağlıklı Yaşam	23
Teknolojiye Bağımlılık	23
Tütüne Bağımlılık	23
Kumara Bağımlılık	23
Alkole Bağımlılık	23
Maddeye Bağımlılık	23

### SERTİFİKALI UZMANLIK EĞİTİMLERİ

Bağımlılıkla Mücadelede Eğitici Eğitimi	25
Bağımlılık Danışmanlığı Uzmanlık Eğitimi	26
Bağımlılığa Müdahalede Motivasyonel Görüşme Teknikleri	27

### AİLE AKADEMİSİ

Dijital Çağda Ebeveyn Olmak	29
Ailemi Tanıyorum, Bağımlılıktan Koruyorum	29
Bağımlılıkları Önlemede Ebeveynlik Becerileri Güçlü Yönleri Keşfetmek	30
Bağımlılıkları Önlemede Ebeveynlik Becerileri İletişimle Güçlenmek	30
Bağımlılıkları Önlemede Ebeveynlik Becerileri Sınırları Korumak	31
Bağımlılıkları Önlemede Ebeveynlik Becerileri Zorluklara Karşı Güçlenmek	31

# MÜCADELE EDİLEN BAĞIMLILIK ALANLARI



Alkol Bağımlılığı



Tütün Bağımlılığı



Madde Bağımlılığı



Kumar Bağımlılığı



Teknoloji Bağımlılığı

## HAKKIMIZDA

Yeşilay, Birinci Dünya Savaşı sonrasında işgal güçlerinin ülkemizde alkolü yaygınlaştırmasını ve işgale karşı mücadele ruhunun yıkılmasını önlemek amacıyla Ord. Prof. Dr. Mazhar Osman ve arkadaşları tarafından 5 Mart 1920'de İstanbul'da "Hilal-i Ahdar" adıyla kurulmuştur.

Yeşilay, insan onurunu ve saygınlığını temel alan, toplumu ve gençliği ayırım gözetmeden zararlı alışkanlıklardan korumak için çalışan, millî ve ahlaki değerleri gözeterek ve bilimsel metotlar kullanarak tütün, alkol, madde, kumar, teknoloji bağımlılıklarıyla mücadele eden; önleyici ve rehabilite edici halk sağlığı ve savunuculuk çalışmaları yürüten bir sivil toplum kuruluşudur.

Kuruluşundan bu yana ulusal ve uluslararası kamu, özel ve sivil toplum kuruluşlarıyla gerekli iş birliği ve ortak çalışma organizasyonları geliştirmektedir. Bu doğrultuda bağımlılıkla mücadelede daha etkin, yaygın, yenilikçi, bilimsel temelli ve sürdürülebilir bir hizmet üretimi ve sunumu amacıyla bilimsel araştırma faaliyetlerinin tümünü kurumsal bir akademi olarak "**Yeşilay Akademi**" markası altında toplamıştır.



# KURUMSAL FİRMALARA YÖNELİK BAĞIMSIZ YAŞAM EĞİTİMLERİ

---



# KURUMSAL FİRMALARA YÖNELİK BAĞIMSIZ YAŞAM EĞİTİMLERİ

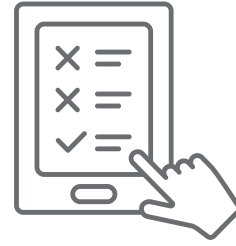
Yeşilay'ın hızla büyüyen, yenilikçi yapısına uygun olarak kurumsal firmalara yönelik sağlıklı yaşam ve bağımlılıklar konusunda özel eğitim içerikleri hazırlanmıştır. Farklı kurumlar aracılığıyla gerçekleştirilmiş olan ihtiyaç analizleri sonrası geliştirilen **“Kurumsal Firmalara Yönelik Bağımsız Yaşam Eğitimleri”** ile kurumların daha sağlıklı çalışma ortamları yaratarak verimliliklerini artırmaları, çalışanların kişisel gelişimlerine ve sosyal hayatlarına katkı sağlamak ve bağımlılıklara karşı farkındalık kazanmalarını sağlamak öncelikli hedefler olarak belirlenmiştir.

Eğitimler, teorik bilgilerin yanı sıra iş dünyasına yönelik pratik ve uygulanabilir çözümlerle harmanlanarak interaktif yöntemlerle yürütülmektedir.

- Eğitimler bağımlılıklara yönelik müdahale kapsamında değil, önlemeye ve farkındalık oluşturmaya yönelik hazırlanmıştır.
- Eğitimler tamamen etkinlik temelli ve interaktif olacak şekilde geliştirilmiştir.
- Eğitim ücretleri, eğitim süresine, türüne, ve katılımcı sayısına göre değişiklik gösterebilmektedir.
- Her eğitim konu başlığı Temel Seviye (1,5 saat) ve İleri Seviye (4 saat) olmak üzere iki versiyondan oluşmaktadır.

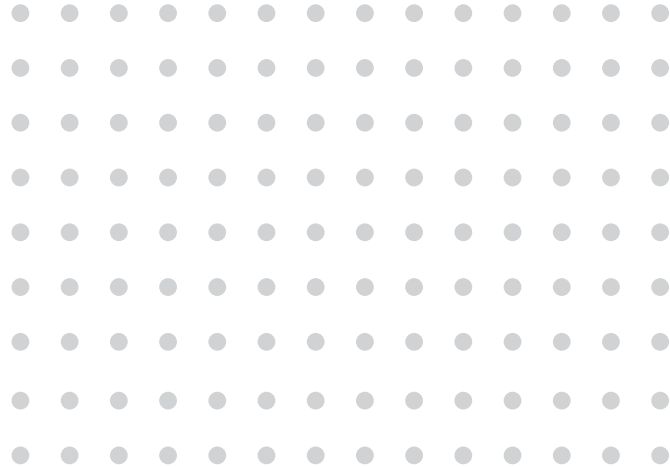
# TEMEL SEVİYE EĞİTİMLER VE İLERİ SEVİYE EĞİTİMLER ARASINDAKİ FARKLAR

- Temel seviye eğitimler, tercih edilen modülün kavramları hakkında bilgi vermek ve temel düzeyde farkındalık oluşturmak için gerçekleştirilen eğitimlerdir. Eğitimler kısa versiyon şeklinde 1,5 saat sürmektedir. İleri seviyede ise eğitim 4 saat sürmekte ve temel seviyesinde anlatılan konuların daha detaylı anlatımı, ek konu başlıkları ve bulunmaktadır.
- İleri seviye eğitimlerinde oyunlaştırma ve atölye çalışmalarından faydalanılmaktadır.
- Eğitimlerin ücretlendirilmesi eğitim saatlerine (temel seviye 1,5 saat; ileri seviye 4 saat) bağlı olarak değişmektedir.



## EĞİTİMLERİN KAZANIMLARI

- Çalışanlar bağımlılıklardan uzak, daha sağlıklı bir yaşam için yapılması gerekenleri öğrenir.
- Çalışanlar, bağımlılık yapıcı madde ve davranışlar konusunda farkındalık kazanırlar.
- Bağımlı oldukları madde ve davranışları bırakmak için motive olurlar.
- Kendilerini ve çocuklarını bağımlılıklara karşı nasıl koruyabileceklerine ilişkin bilgi sahibi olurlar.
- Çalışanlar, sağlıklı yaşam alışkanlıkları edinmeleri konusunda motive olurlar.



## EĞİTİM PAKETLERİ TEMEL SEVİYE

	Eğitimin Adı	Eğitimin Seviyesi	Eğitimin Türü	Katılımcı Profili	Min. Katılımcı	Max. Katılımcı	Saat
<b>1. PAKET</b>	BAĞIMSIZ SAĞLIKLI YAŞAM	Temel Seviye	Çevrim içi/ Yüz yüze	Yetişkin	10	50	1,5
<b>2. PAKET</b>	DİJİTAL BAĞIMSIZLIK EĞİTİMİ	Temel Seviye	Çevrim içi/ Yüz yüze	Yetişkin	10	50	1,5
<b>3. PAKET</b>	TÜTÜN BAĞIMLILIĞI FARKINDALIK EĞİTİMİ	Temel Seviye	Çevrim içi/ Yüz yüze	Yetişkin	10	50	1,5
<b>4. PAKET</b>	BIRAKABİLİRSİN EĞİTİMİ	Temel Seviye	Çevrim içi/ Yüz yüze	Yetişkin	10	50	1,5
<b>5. PAKET</b>	ŞANS MI TUZAK MI?	Temel Seviye	Çevrim içi/ Yüz yüze	Yetişkin	10	50	1,5
<b>6. PAKET</b>	BAĞIMLILIKLARI ANLAMAK	Temel Seviye	Çevrim içi/ Yüz yüze	Yetişkin	10	50	1,5

## EĞİTİM PAKETLERİ İLERİ SEVİYE

	Eğitimin Adı	Eğitimin Seviyesi	Eğitimin Türü	Katılımcı Profili	Min. Katılımcı	Max. Katılımcı	Saat
<b>7. PAKET</b>	BAĞIMSIZ SAĞLIKLI YAŞAM	İleri Seviye	Çevrim içi/ Yüz yüze	Yetişkin	10	25	3
<b>8. PAKET</b>	DİJİTAL BAĞIMSIZLIK EĞİTİMİ	İleri Seviye	Çevrim içi/ Yüz yüze	Yetişkin	10	25	4
<b>9. PAKET</b>	TÜTÜN BAĞIMLILIĞI FARKINDALIK EĞİTİMİ	İleri Seviye	Çevrim içi/ Yüz yüze	Yetişkin	10	25	3
<b>10. PAKET</b>	BIRAKABİLİRSİN EĞİTİMİ	İleri Seviye	Çevrim içi/ Yüz yüze	Yetişkin	10	25	4

# EBEVEYNLERE YÖNELİK KURUMSAL EĞİTİM PAKETLERİ

	Eğitimin Adı	Eğitimin Seviyesi	Eğitimin Türü	Katılımcı Profili	Min. Katılımcı	Max. Katılımcı	Saat
<b>11. PAKET</b>	DİJİTAL EBEVEYNLİK EĞİTİMİ	Temel Seviye	Çevrim içi/ Yüz yüze	Yetişkin	10	50	1,5
<b>12. PAKET</b>	BAĞIMLILIKLARDAN KORUYAN AİLE EĞİTİMİ	İleri Seviye	Çevrim içi/ Yüz yüze	Yetişkin	10	25	2,5
<b>13. PAKET</b>	AİLE YAŞAM BECERİLERİ EĞİTİMİ	Temel Seviye	Çevrim içi/ Yüz yüze	Yetişkin	10	25	1,5x4
<b>14. PAKET</b>	AİLE YAŞAM BECERİLERİ EĞİTİMİ	İleri Seviye	Çevrim içi/ Yüz yüze	Yetişkin	10	25	2,5x4



## BAĞIMSIZ SAĞLIKLI YAŞAM TEMEL SEVİYE

Eğitimin amacı, kurumsal firma çalışanlarının fizyolojik ve psikolojik olarak sağlıklı bir yaşam düzeni konusunda farkındalıklarını artırmaktır.

### Eğitim İçeriği

- Sağlıklı yaşamın beden, ruhen, fizyolojik olarak iyi olma halleri ile ilişkisi
- Tercih edeceğimiz besinlerin beden sağlığını etkisi
- Egzersiz ve hareketi hayatımıza katmanın önemi
- Sosyal varlığımızı kabullenip sağlıklı ilişkiler inşa etme
- Stres ile doğru bir şekilde mücadele etme

**Hedef Kitle:** Sağlıklı yaşam konusunda farkındalık kazanmak isteyen mavi yaka ve beyaz yaka kurum çalışanları eğitime katılabilirler.

**Süre:** 90 Dakika

**Eğitim Türü:** Çevrim içi veya yüz yüze

## BAĞIMSIZ SAĞLIKLI YAŞAM İLERİ SEVİYE

Eğitimin amacı, kurumsal firma çalışanlarının fizyolojik ve psikolojik olarak sağlıklı bir yaşam düzeni, beslenme, spor ve uyku ile stres ve bağımlılık gibi konularda farkındalıklarını artırmaktır.

### Eğitim İçeriği

Temel seviye eğitim içeriğine ek olarak,

- Bilimsel çalışmaların sağlıkla alakalı güncel gündemleri,
- Beslenme düzeni,
- Vücudumuzun ihtiyaç duyduğu kaynakların neler olduğu buna bağlı olarak aktivite düzeni
- Sağlıklı yaşam farkındalığını arttıran oyunlaştırma uygulamaları

**Hedef Kitle:** Sağlıklı yaşam konusunda farkındalık kazanmak isteyen beyaz yaka ve yönetici düzeyi kurum çalışanları eğitime katılabilirler.

**Süre:** 4 Saat

**Eğitim Türü:** Çevrim içi veya yüz yüze

# TÜTÜN BAĞIMLILIĞI FARKINDALIK EĞİTİMİ TEMEL SEVİYE

Bu eğitimin amacı, kurumsal firma çalışanlarının tütün bağımlılığına dair farkındalık düzeylerini artırmaktır.

## Eğitim İçeriği

- Tütün ürünleri ve türleri
- Tütün bağımlılığı
- Tütün kullanımı ve zararları
- Tütün endüstrisi ve yeni nesil tütün ürünleri
- Tütüne bağlı hastalıklar

**Hedef Kitle:** Tütün bağımlılığı konusunda farkındalık kazanmak isteyen mavi yaka ve beyaz yaka kurum çalışanları eğitime katılabilirler.

**Süre:** 90 Dakika

**Eğitim Türü:** Çevrim içi veya yüz yüze

# TÜTÜN BAĞIMLILIĞI FARKINDALIK EĞİTİMİ İLERİ SEVİYE

Bu eğitimin amacı; kurumsal firma çalışanlarının tütün bağımlılığı, nedenleri, sağlığımız ve hayatımız üzerindeki etkileri, tütün çeşitlerinin zararları, tütün bağımlılığından çocukları ve kendilerini korumak için yapabilecekleri konusunda katılımcılara farkındalık kazandırmaktır.

## Eğitim İçeriği

Temel seviye eğitim içeriğine ek olarak,

- Doğru bilinen yanlışlar
- Bıraktıktan sonraki durumlar ve iyileşmeler
- “Farkındayım” oyunu
- Mobil uygulama önerileri ve destek noktaları

**Hedef Kitle:** Tütün bağımlılığı konusunda farkındalık kazanmak isteyen beyaz yaka ve yönetici düzeyi kurum çalışanları eğitime katılabilirler.

**Süre:** 4 Saat

**Eğitim Türü:** Çevrim içi veya yüz yüze





## BIRAKABİLİRSİN EĞİTİMİ TEMEL SEVİYE

Bu eğitimin amacı, kendisi ya da bir yakını sigara kullanan kurumsal firma çalışanlarının bağımlılığa dair farkındalık kazanması ve sigara bırakmaya yönelik motivasyonlarının artırılmasıdır. “Tütün Bağımlılığı Farkındalık Eğitimi” uygulanan katılımcılardan tütün ürünlerini bırakma konusunda motivasyona sahip olanlar, eğitime devam etmek istiyorlarsa uygulanabilecek bir programdır.

### Eğitim İçeriği

- Sigara bağımlılığı, sıklığı ve yaygınlığı
- Sigara bağımlılığının kısa ve uzun vadeli etkileri
- Bağımlılık riskleri ve döngüler
- Sigara bırakma süreci hakkında detaylı bilgilendirmeler ve öneriler

**Hedef Kitle:** Sigarayı bırakma konusunda farkındalık kazanma, sigara kullanımını bırakmak isteyen mavi yaka ve beyaz yaka kurum çalışanları eğitime katılabilirler.

**Süre:** 90 Dakika

**Eğitim Türü:** Çevrim içi veya yüz yüze

## BIRAKABİLİRSİN EĞİTİMİ İLERİ SEVİYE

Eğitimin amacı, kurumsal firma çalışanlarının fizyolojik ve psikolojik olarak sağlıklı bir yaşam düzeni, beslenme, spor ve uyku ile stres ve bağımlılık gibi konularda farkındalığını artırmaktır.

### Eğitim İçeriği

Temel seviye eğitim içeriğine ek olarak,

- Doğru bilinen yanlışlar
- Bağımlılık yapan davranışlar
- Adım adım sigarayı bıraktırma
- “Bırakabilirsin!” oyunu

**Hedef Kitle:** Sigarayı bırakma konusunda farkındalık kazanmak isteyen Beyaz Yaka ve Yönetici düzeyi kurum çalışanları eğitime katılabilirler.

**Süre:** 4 Saat

**Eğitim Türü:** Çevrim içi veya yüz yüze

\*Eğitim sonunda katılım sağlayan kişilere “**Sigara Bırakma Günlüğü**” verilmektedir. Günlük, katılımcılara sigarayı bıraktıkları 15 gün boyunca neler yapabilecekleri konusunda yol göstermektedir.

# DİJİTAL BAĞIMSIZLIK EĞİTİMİ TEMEL SEVİYE

Bu eğitimin amacı, kurumsal firma çalışanlarının teknoloji kullanımına dair farkındalık ve becerilerini artırmaktır.

## Eğitim İçeriği

- Davranışsal ve kimyasal bağımlılıklar
- Beyin ve bağımlılık döngüsü
- Teknoloji bağımlılığının nedenleri ve alt türleri
- Dijital iyilik hali

**Hedef Kitle:** Teknoloji bağımlılığı konusunda farkındalık kazanmak isteyen mavi yaka ve beyaz yaka kurum çalışanları eğitime katılabilirler.

**Süre:** 90 Dakika

**Eğitim Türü:** Çevrim içi veya yüz yüze

# DİJİTAL BAĞIMSIZLIK EĞİTİMİ İLERİ SEVİYE

Bu eğitimin amacı, kurumsal firma çalışanlarına teknoloji kullanımında bağımlı kullanımın belirtileri, sebepleri ve sonuçlarını fark ederek, teknolojiyi ölçsüz kullanmanın ve teknoloji bağımlılığından korunmanın yolları konusunda farkındalık kazandırmaktır.

## Eğitim İçeriği

Temel seviye eğitim içeriğine ek olarak,

- Sosyal medya bağımlılığı
- Oyun bağımlılığı
- Teknoloji bağımlılığının kısır döngüsü
- Doğru bilinen yanlışlar
- “Teknolog” oyunu

**Hedef Kitle:** Teknoloji bağımlılığı konusunda farkındalık kazanmak isteyen beyaz yaka ve yönetici düzeyi kurum çalışanları eğitime katılabilirler.

**Süre:** 4 Saat

**Eğitim Türü:** Çevrim içi veya yüz yüze





# ŞANS MI TUZAK MI? KUMAR BAĞIMLILIĞI FARKINDALIK EĞİTİMİ TEMEL SEVİYE

Eğitimin amacı, kurumsal firma çalışanlarının maddi ve manevi kayıplara yol açan riskli oyun ve kumar oynama davranışlarına yönelik farkındalıklarını artırmak ve bu bağımlılıklarla başa çıkma yöntemleri hakkında bilgi sahibi olmalarını sağlamaktır.

## Eğitim İçeriği

- Kumar bağımlılığı tanımı, sıklık ve yaygınlık
- Ruhsal ve bedensel etkileri
- Çevrim içi kumar
- Doğru bilinen yanlışlar
- Kumar bağımlılığına karşı koruma ve önleme

**Hedef Kitle:** Kumar bağımlılığı, şans oyunları ve riskler hakkında farkındalık kazanmak isteyen mavi yaka ve beyaz yaka kurum çalışanları eğitime katılabilirler.

**Süre:** 90 Dakika

**Eğitim Türü:** Çevrim içi veya Yüz yüze

# BAĞIMLILIKLARI ANLAMAK EĞİTİMİ

Eğitimin amacı, bağımlılığı tanımak, bağımlılığın fiziksel, psikolojik ve sosyal etkileri hakkında farkındalık oluşturmaktır. Eğitim, bağımlılıktan korunma yolları hakkında bilgi vermekle birlikte sağlıklı yaşam alışkanlıklarını teşvik ederek; bireylerin bağımlılıklar konusunda farkındalıklarını arttırmaktır.

## Eğitim İçeriği

- Bağımlılığın tanımı ve belirtileri
- Bağımlılık türleri
- Bağımlılığın ruhsal ve bedensel etkileri
- Bağımlılıktan koruma ve önleme

**Hedef Kitle:** Bağımlılık konusunda farkındalık kazanmak ve bağımlılık risklerini azaltmak konusunda bilinçlenmek isteyen mavi yaka ve beyaz yaka kurum çalışanları eğitime katılabilirler.

**Süre:** 90 Dakika

**Eğitim Türü:** Çevrim içi veya Yüz yüze



# EBEVEYNLERE YÖNELİK KURUMSAL EĞİTİMLER

## DİJİTAL EBEVEYNLİK EĞİTİMİ

Bu eğitimin amacı, teknolojinin çocuklar üzerindeki etkisi ve ebeveynlerin çocuklarını teknolojinin olumsuzluklarından nasıl koruyabileceklerine dair bilgi ve becerileri kazanması hedeflenmektedir.

### Eğitim İçeriği

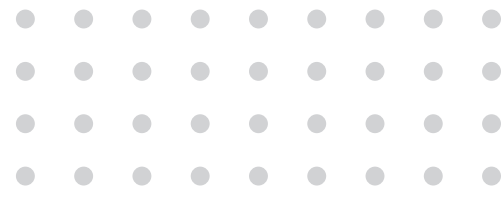
- Çocuk ve ergenler için teknoloji bağımlılığın nedenleri
- Teknoloji bağımlılığının çocuk ve ergenleri nasıl etkilediği
- Çocukları teknolojinin zararlarından korumak için tavsiyeler

**Hedef Kitle:** Teknoloji bağımlılığı konusunda farkındalık kazanmak isteyen tüm kurum çalışanları eğitime katılabilirler.

**Süre:** 90 Dakika

**Eğitim Türü:** Çevrim içi veya yüz yüze

\*Dijital Ebeveynlik Eğitimi, Dijital Bağımsızlık Eğitimi (ileri seviye) ile birlikte tek bir paket şeklinde de verilebilmektedir.



# AİLE YAŞAM BECERİLERİ EĞİTİMİ İLERİ SEVİYE

Eğitimin amacı, ebeveynlerin kendilerinin ve çocuklarının yaşam becerilerini geliştirmelerine destek olmaktır. Eğitim içeriğinde bulunan etkinliklerle birlikte, aile bireylerine gelişimsel ihtiyaçları anlamada, iletişim ve etkileşim becerilerini güçlendirmede, günlük yaşam becerilerini geliştirmekte öneriler sunarak aileleri güçlendirir. Bu sayede, ailelerin aile içi iletişim ve çatışma çözme gibi becerileri desteklenerek hem kendi hem de çocuklarının sağlıklı, mutlu ve başarılı bir yaşam sürmelerine katkıda bulunmayı hedefler.

## AİLE YAŞAM BECERİLERİ EĞİTİMİ TEMEL SEVİYE

Eğitimin amacı, ebeveynlerin ve çocuklarının yaşam becerilerini geliştirmelerine destek olmaktır. Eğitim içeriğinde bulunan etkinlikler aile içi iletişimi ve çatışma çözme becerileri gibi önemli yaşam becerilerini güçlendirerek, hem ebeveynlerin hem de çocuklarının sağlıklı ve başarılı bir yaşam sürmelerine katkıda bulunmayı hedefler.

### Eğitim İçeriği

- Ebeveynlik tutumları
- Rol model olma
- Zorlu duyguları yönetme
- İzleme
- Aile içi iletişim
- Çatışma çözme

**Hedef Kitle:** Yaşam becerilerini geliştirmek isteyen ve aile içindeki genel yaşam kalitesini artırmayı amaçlayan ebeveynler.

**Süre:** 90 dakika x 4 oturum (Oturumlar peş peşe günlerde veya üst üste 4 hafta olacak şekilde planlanabilir.)

**Eğitim Türü:** Çevrim içi veya yüz yüze

### Eğitim İçeriği

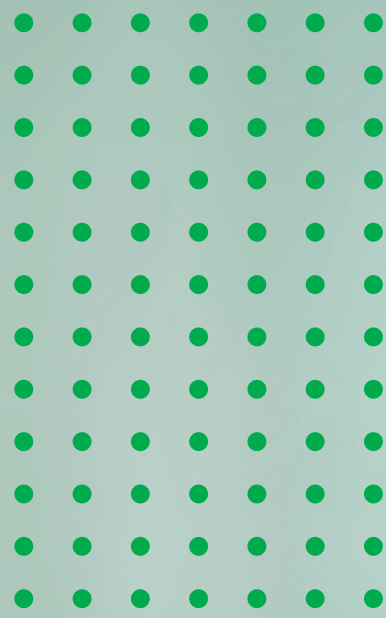
Temel seviye eğitim içeriğine ek olarak,

- Ebeveynlik Tutumları
- Rol Model Olma
- Zorlu Duyguları Yönetme
- İzleme
- Aile İçi İletişim
- Çatışma Çözme

**Hedef Kitle:** Yaşam becerilerini geliştirmek isteyen ve aile içindeki genel yaşam kalitesini artırmayı amaçlayan ebeveynler.

**Süre:** 150 Dakika x 4 Oturum (Oturumlar peş peşe günlerde veya üst üste 4 hafta olacak şekilde planlanabilir.)

**Eğitim Türü:** Çevrim içi veya yüz yüze



# BAĞIMLILIKLARDAN KORUYAN AİLE EĞİTİMİ

Bu eğitimin amacı, ailelere bağımlılıklarla ilgili farkındalık kazandırmak, bağımlılıktan koruyucu ebeveynlik becerilerini desteklemek için geliştirilmiştir.

Ebeveynlerin eğitimdeki kazanımları içselleştirmelerini ve öğrendikleri bilgileri hayatlarına uygulama pratiği kazanmaları amacıyla Güçlü Aile kart oyunu hazırlanmıştır.



## Eğitim İçeriği

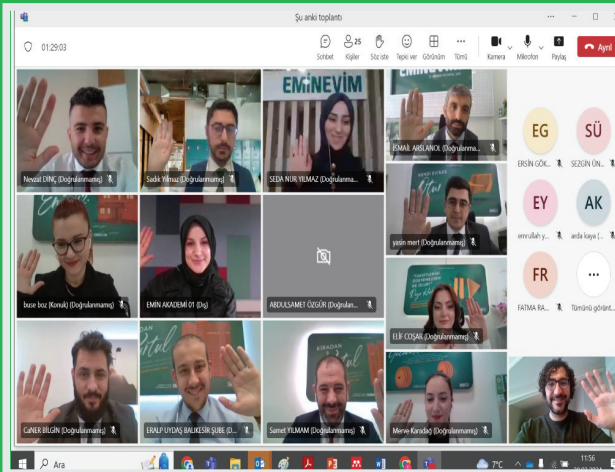
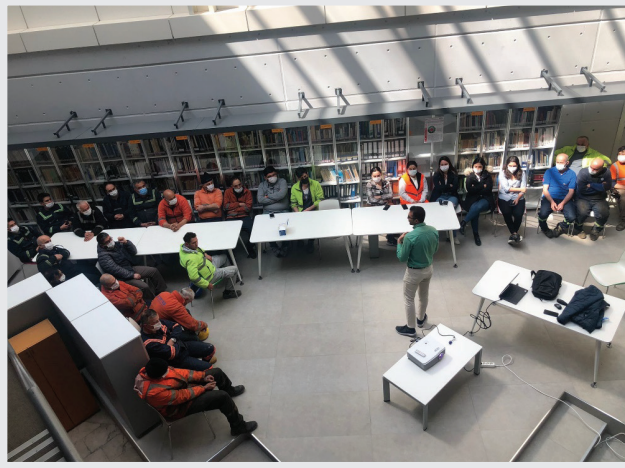
- Bağımlılığın tanımı
- Bağımlılığa karşı öneriler
- Bağımlılık belirtileri ve türleri
- Yaşa göre özellikler, riskler ve öneriler

**Hedef Kitle:** Çocukları bağımlılık risklerinden koruyacak bilgi ve becerileri kazanmak isteyen ebeveynler.

**Süre:** 150 Dakika

**Eğitim Türü:** Çevrim içi veya yüz yüze

# EĞİTİMLERDEN KARELER





# BİREYSEL EĞİTİMLER

Toplumdaki her bireye ulaşmayı amaçlayan eğitim programları, alanında uzman eğitimciler tarafından kapsamlı ve gündelik bilgilerin yanı sıra pratik çözümler sunarak aktarılmaktadır. Bağımlılık alanında farkındalık kazandırmaya yönelik hazırlanan eğitim programları aynı zamanda bağımlılıklara karşı duruş sergileyen ve savunuculuk faaliyetlerinde bulunan bir toplumun inşasında da önemli rol oynamaktadır.



## BAĞIMLILIKLARIN FARKINDA MISIN?

Bu eğitimin amacı; bağımlılıkların temel dinamikleri, kimyasal ve davranışsal bağımlılıklar, bağımlılığın olumsuz sonuçları ve bağımlılıklardan korunma yolları hakkında bilgi seviyesini artırmaktır.

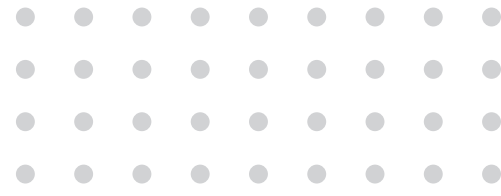
### Eğitim İçeriği

- Bağımlılık kavramı ve süreci
- Bağımlılık yapan maddeler
- Kimyasal ve davranışsal bağımlılıklar
- Yetişkinlere özel çözüm önerileri

**Hedef Kitle:** Bağımlılık ve bağımlılıkları önleme konularında farkındalık kazanmak isteyen yetişkinler eğitime katılabilirler.

**Süre:** 60 Dakika

**Eğitim Türü:** Çevrim içi veya Yüz yüze



## SAĞLIKLI YAŞAM BECERİLERİ

Bu eğitimin amacı; sağlıklı yaşamın temel unsurları olan hareket, beslenme, uyku ve ruh sağlığı gibi alanlarla ilgili bilgi düzeyini artırmaktır.

### Eğitim İçeriği

- Doğru ve dengeli beslenme
- Vücut kitle indeksi
- Sağlık okuryazarlığı
- Hareketli yaşam ve yeterli uyku
- Sağlıklı yaşam önerileri

**Hedef Kitle:** Sağlıklı yaşam konusunda farkındalık kazanmak isteyen yetişkinler eğitime katılabilirler.

**Süre:** 60 Dakika

**Eğitim Türü:** Çevrim içi veya Yüz yüze





## TEKNOLOJİYE BAĞLI MIYIZ, BAĞIMLI MI?

Bu eğitimin amacı; teknoloji bağımlılığı süreci, olumsuz etkileri ve önleme yöntemleri hakkında bilgi düzeyini artırmaktır.

### Eğitim İçeriği

- Teknoloji bağımlılığı belirtileri ve sebepleri
- Teknolojiyi kullanma biçimleri
- Teknolojiyi zararlı hale getiren kullanım alışkanlıkları
- Bağımlılık riskinden korunmak için yapılabilecekler

**Hedef Kitle:** Teknoloji bağımlılığı konusunda farkındalık kazanmak isteyen yetişkinler eğitime katılabilirler.

**Süre:** 60 Dakika

**Eğitim Türü:** Çevrim içi veya Yüz yüze

## İNTERNETİ GÜVENLİ KULLAN, SİBER ZORBALIKTAN KORUN

Bu eğitimin amacı; dijital dünyanın riskleri ve bu risklerden korunma yollarıyla ilgili bilgi seviyesini artırmaktır.

### Eğitim İçeriği

- İnternetin güvenli kullanımı
- Dijital dünyanın riskleri
- Dijital okuryazarlık
- Siber zorbalık ve korunma yolları

**Hedef Kitle:** İnterneti güvenli kullanma konusunda farkındalık kazanmak isteyen yetişkinler eğitime katılabilirler.

**Süre:** 60 Dakika

**Eğitim Türü:** Çevrim içi veya Yüz yüze



## TÜTÜN BİZE NE YAPAR?

Bu eğitimin amacı; tütün ürünlerinin özellikleri, tütün bağımlılığı süreci, tütünün olumsuz etkileri, pasif içicilik, tütün endüstrisi, sigarayı bırakma ve önerilerle ilgili toplumun her kesimine bilgi kazandırmaktır.

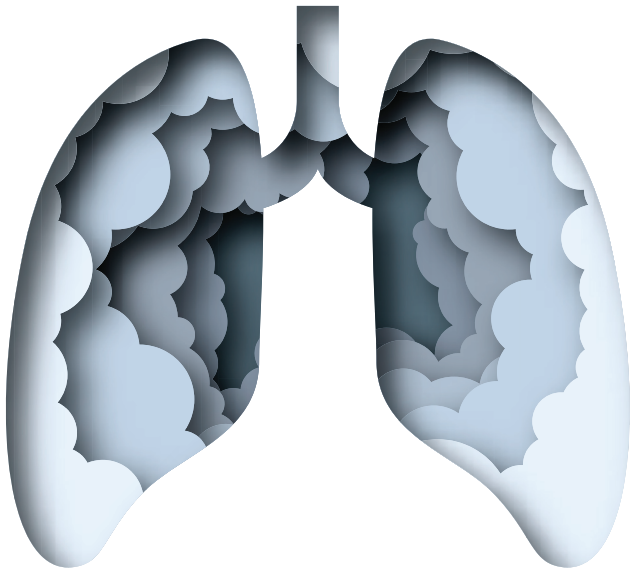
### Eğitim İçeriği

- Bağımlılık
- Uzun süre sigara içmenin etkileri
- Pasif içicilik
- Elektronik sigara kullanımı ve zararları
- Sigarayı bıraktıktan sonra yaşanan değişimler
- Sigarayı bırakmanın önündeki engeller

**Hedef Kitle:** Tütün bağımlılığı konusunda farkındalık kazanmak isteyen yetişkinler eğitime katılabilirler.

**Süre:** 60 Dakika

**Eğitim Türü:** Çevrim içi veya Yüz yüze



## KUMAR BİZE NE YAPAR?

Bu eğitimin amacı; kumar bağımlılığının süreci, sebepleri ve zararları hakkında katılımcıları bilgilendirmek ve önleme yolları hakkında farkındalık kazandırmaktır.

### Eğitim İçeriği

- Kumar bağımlılığı ve çeşitleri
- Kumar ve beyin ilişkisi
- Risk altında olan bireyler
- Kumar bağımlılığının tedavi edilebilirliği

**Hedef Kitle:** Kumar bağımlılığı konusunda farkındalık kazanmak isteyen yetişkinler eğitime katılabilirler.

**Süre:** 60 Dakika

**Eğitim Türü:** Çevrim içi veya Yüz yüze

# ALKOL BİZE NE YAPAR?

Bu eğitimin amacı, alkol kullanımının insan vücudu üzerindeki kısa ve uzun vadeli etkileri, sebepleri ve zararıyla ilgili bilgi düzeyini artırmaktır.

## Eğitim İçeriği

- Alkol bağımlılığı tanımı ve bağımlılık döngüsü
- Alkolün vücuda ve beyine etkileri
- Bağımlılık belirtileri
- Doğru bilinen yanlışlar

**Hedef Kitle:** Alkol bağımlılığı konusunda farkındalık kazanmak isteyen yetişkinler eğitime katılabilirler.

**Süre:** 60 Dakika

**Eğitim Türü:** Çevrim içi veya Yüz yüze



# MADDE BAĞIMLILIĞINDAN KORUNMAK

Bu eğitimin amacı, madde bağımlılığına giden süreç, bağımlılığın sebepleri ve sonuçları hakkında bilgi düzeyini artırmaktır.

## Eğitim İçeriği

- Madde bağımlılığı ve belirtileri
- Madde bağımlılığının olumsuz etkileri
- Bireylerin kendilerini koruma yöntemleri
- Madde bağımlılığı tedavi yöntemleri
- Madde kullanımının getirdiği yasal sorumluluklar

**Hedef Kitle:** Madde bağımlılığı konusunda farkındalık kazanmak isteyen yetişkinler eğitime katılabilirler.

**Süre:** 60 Dakika

**Eğitim Türü:** Çevrim içi veya Yüz yüze





# ASENKRON EĞİTİMLERİ

---

Uzman eğitimciler tarafından hazırlanan asenkron eğitim programları, katılımcılara diledikleri zaman ve yerden öğrenme fırsatı sunmaktadır. Uzaktan eğitim sistemine giriş yaparak erişilebilen bu programlar, bağımlılık ve koruyucu çalışmalarla ilgili teorik bilgileri pratik uygulamalarla buluşturmaktadır. Toplumun her kesimine ulaşmayı amaçlayan içerikler, bağımlılıkla mücadelede farkındalık kazandırarak toplumsal bilinçlenmeye önemli bir katkı sağlamaktadır.

**Hedef Kitle:** Bağımlılık alanında farkındalık kazanmak isteyen tüm yetişkinler eğitime katılabilirler.

**Süre:** 60 Dakika

**Eğitim Türü:** Asenkron



## SAĞLIKLI YAŞAM

- Sağlıklı yaşam
- Sağlıklı beslenme
- Sağlık okuryazarlığı
- Sağlıklı olmak için öneriler

## TEKNOLOJİYE BAĞIMLILIK

- Teknolojinin kullanımı
- Teknoloji bağımlılığının türleri ve belirtileri
- Teknoloji bağımlılığı süreci, sebepleri ve zararları
- Güvenli ve sağlıklı internet kullanımı
- Teknoloji bağımlılığına çözüm önerileri

## TÜTÜNE BAĞIMLILIK

- Tütün bağımlılığına genel bakış
- Tütün bağımlılığı nedenleri
- Tütünle mücadele faaliyetleri
- Sigaranın etkileri
- Tütün kullanımının tetiklediği hastalıklar
- Tütün kullanımı ile ilgili doğru bilinen yanlışlar
- Pasif içicilik
- Tütün bağımlılığında güncel sorunlar

## KUMARA BAĞIMLILIK

- Kumar bağımlılığına genel bakış
- Bağımlılık süreci
- Bağımlılığın etkileri
- Yanlış bilinenler
- Kumar bağımlılığına karşı yapabileceklerimiz
- Yasal konular



## ALKOLE BAĞIMLILIK

- Alkol bağımlılığına genel bakış
- Alkolün vücutta izlediği yol
- Alkol kullanımı nasıl başlar
- Alkol hakkında yanlış bilinenler
- Alkol neleri değiştirir
- Alkol kullanımına dönük yapılan yasal düzenlemeler

## MADDEYE BAĞIMLILIK

- Madde bağımlılığına genel bakış
- Madde bağımlılığı
- Bağımlılığın bedensel ve ruhsal olumsuz etkileri
- Madde bağımlılığının belirtileri
- Bağımlılığın başlangıcı ve gelişim süreci



# SERTİFİKALI UZMANLIK EĞİTİMLERİ

---

Alanında uzman eğitimler tarafından sunulan sertifikalı uzmanlık eğitimleri, katılımcıların belirli bir alanda derinlemesine bilgi ve beceri kazanmalarını hedeflemektedir. Bu eğitimler, teori ile pratiği birleştirerek katılımcılara güncel bilgiler sunmakta ve mesleki yeterliliklerini artırmaktadır. Eğitim sonunda alınan sertifikalar, katılımcıların profesyonel gelişimlerine katkıda bulunarak, kariyerlerinde yeni fırsatlar elde etmelerini sağlamaktadır.





# BAĞIMLILIKLA MÜCADELEDE EĞİTİCİ EĞİTİMİ

Bu eğitimin amacı, katılımcıların bağımlılık kavramı, bağımlılık türleri, riskler ve koruyucu faktörler hakkında detaylı bilgi edinmelerini sağlamaktır. Ayrıca, katılımcılar bu bilgileri nasıl sunacaklarına dair uygulamalarla eğitimlik becerileri kazanacaklardır. Eğitim sonunda, bağımlılıkla ilgili bilgileri etkili bir şekilde aktarabilme yetkinlikleri artırılmaktadır.

## Eğitimin İçeriği

- Bağımlılıkta önleme perspektifi
- Bağımlılıkları anlamak
- Bağımlılık türleri [Tütün/Alkol/Madde/Kumar/Teknoloji]
- Etkili öğretim teknikleri
- Sınıf yönetimi ve zor katılımcılar
- Eğitimde alternatif yöntemler ve oyunlaştırma
- Bağımlılık eğitiminde yetişkin kitlenin temel özellikleri ve ihtiyaçları
- Eğitim tasarımı oluşturma
- Bağımlıya yaklaşım ve iletişim
- YEDAM ve rehabilitasyon çalışmaları ve vaka örnekleri

- Bağımlılıkta motivasyonel görüşme teknikleri
- Bağımlılık eğitim materyallerinin tanıtılması
- Bağımlılık yetişkin eğitim modül uygulaması örneği
- Katılımcı uygulamaları ve geri bildirimler

**Hedef Kitle:** Hem bireysel profesyonellere hem de kurumsal katılımcılara yönelik olarak tasarlanan bu programa, bağımlılık konusunda uzmanlaşmak isteyen Psikolojik Danışman, Psikolog, Psikiyatrist ve Sosyal Çalışmacılar katılabilirler.

**Süre:** 64 Saat

**Eğitim Türü:** Yüz yüze



# BAĞIMLILIK DANIŞMANLIĞI UZMANLIK EĞİTİMİ

Bu eğitimin amacı, katılımcıların bağımlılığa müdahale konusunda derinlemesine bilgi ve beceriler kazanmalarını sağlamaktır. Eğitim sonunda katılımcılar gerçek vakalar üzerinden uygulamalı örneklerle teorik bilgileri pratikte nasıl uygulayacaklarını öğrenebileceklerdir. Ayrıca, farklı bağımlılık durumlarına özgü müdahale stratejileri geliştirme yeteneği kazanarak, çeşitli senaryoları etkili bir şekilde ele alma becerilerini artırmaları hedeflenmektedir.

## Eğitimin İçeriği

- Bağımlılıkta temel kavramlar ve bağımlılıkları tanımlama
- Bağımlılıkta kuramsal çerçeve
- Bağımlılık türleri [Tütün/Alkol/Madde/Kumar/Teknoloji]
- Bağımlıya yaklaşımda iletişim
- Bağımlılık hukuku ve etik
- Bağımlılıkta biyo-psiko-sosyal tedavi modaliteleri
- Bağımlılıklara müdahale: bağımlılığa yönelik bdt vaka uygulamaları
- Bağımlılıklara müdahale: motivasyonel görüşme teknikleri – vaka uygulamaları
- Bağımlılığa müdahalede aile yaklaşımları ve uygulaması
- Çocuk ve ergenlere özel müdahale yaklaşımları ve uygulama
- Bağımlılıklara müdahalede farklı yaklaşımlar
- Role-play vaka oturumları ve geri bildirim
- Süpervizyon

**Hedef Kitle:** Bağımlılık konusunda uzmanlaşmak ve danışmanlık becerileri kazanmak isteyen alan uzmanları eğitime katılabilirler.

**Süre:** 120 Saat

**Eğitim Türü:** Yüz yüze



# BAĞIMLILIĞA MÜDAHALEDE MOTİVASYONEL GÖRÜŞME TEKNİKLERİ

Bu eğitimin amacı, alan uzmanlarına bağımlı bireyin durumunu fark etmesi ve yardıma yönelmesi için en uygun iletişim modeli olan motivasyonel görüşme teknikleri hakkında bilgi ve beceri kazandırmaktır.

## Eğitim İçeriği

- İkna alıştırması
- Motivasyonel görüşmenin tanımı ve ruhu
- Ambivalans ve değişim
- Empatik atmosfer
- Açık uçlu sorular
- Yansıtmalı dinleme
- Özetleme
- Destekleme
- Karar dengesi
- Önem güven ölçeği
- Geleceğe bakmak
- Dirençle başa çıkmak
- Hangi tekniği nerede kullanacağız?

**Hedef Kitle:** Motivasyonel görüşme teknikleri konusunda bilgi, beceri ve danışmanlık becerileri kazanmak isteyen sosyal hizmet, psikoloji, sosyoloji, psikolojik danışmanlık ve rehberlik, tıp, hemşirelik ve çocuk gelişimi lisans programlarından en az birini tamamlamış olan alan uzmanları eğitime katılabilirler.

**Süre:** 8 Saat

**Eğitim Türü:** Yüz yüze

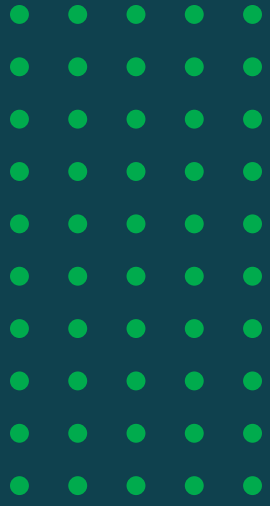


# AİLE AKADEMİSİ

---

Günümüzde bağımlılık sadece yetişkinler için değil, çocuk ve gençler için de önemli bir risk unsurudur.

Her yaştan bireyi olumsuz etkileyen bağımlılıklara karşı bir duruş sergilemek için ilk adımları çocukluktan başlanarak yetişkinliğe dek uzanan bir yolculukta atılır. Bu kapsamda toplumun en temel taşı olan ailelere yönelik eğitimlerle hem ebeveynleri bilinçlendirmek hem de çocuk ve ergenlere sağlıklı bir yaşam sürdürebilmeleri için gereken becerileri kazandırmak amaçlanmaktadır.



# DİJİTAL ÇAĞDA EBEVEYN OLMAK

Bu eğitimin amacı, ebeveynlerin çocuk ve ergenlerde teknoloji kullanımına bağlı ortaya çıkabilecek riskleri tanımlamalarını sağlamaktır. Eğitim, teknoloji bağımlılığı ve siber zorbalık gibi dijital dünyadaki tehlikelere ilişkin farkındalık kazandırmakta ve bu risklere karşı koruyucu önlemler geliştirme becerilerini artırmayı hedeflemektedir.

## Eğitimin İçeriği

- Çocuk ve ergenler için teknoloji bağımlılığının nedenleri
- Teknoloji bağımlılığı çocuk ve ergenleri nasıl etkiler
- Siber zorbalık
- Çocuk ve ergenleri teknoloji bağımlılığının zararlı etkilerinden korumak için öneriler
- Bağımsız aile-çocuk için öneriler
- Teknolojiden uzak deneyimler

**Hedef Kitle:** Dijital dünyanın riskleri ve korunma yöntemleri konularında farkındalık kazanmak isteyen ebeveynler eğitime katılabilirler.

**Süre:** 90 Dakika

**Eğitim Türü:** Çevrim içi veya Yüz yüze

# AİLEMİ TANIYORUM, BAĞIMLILIKTAN KORUYORUM

Bu eğitimin amacı, ebeveynlerin çocuk ve gençlerde bağımlılık ile ilişkili riskleri tanıma yetkinliklerini geliştirmektir. Eğitim, ebeveynlere bağımlılık konusunda derinlemesine bir farkındalık kazandırmayı ve aile içi iletişimi güçlendirmeyi hedeflemektedir. Ebeveynlerin çocuklarının yaşadığı problemleri erken fark ederek bağımlılığa yol açabilecek durumlara karşı etkili önlemler alabilme ve iletişim kurabilme becerilerinin artırılması amaçlanmaktadır.

## Eğitim İçeriği

- Bağımlılık tanımı
- Bağımlılık ilkeleri
- Bağımlılık belirtileri
- Bağımlılık türleri
- Erken çocukluk dönemi ve öneriler
- Çocukluk dönemi ve öneriler
- Ergenlik dönemi ve öneriler
- Uyarı işaretleri ve müdahale
- Güçlü aile kart oyunu

**Hedef Kitle:** Çocuklarda bağımlılık belirtilerini fark edebilmek ve aile içi iletişimi güçlendirecek yöntemler konusunda farkındalık kazanmak isteyen ebeveynler eğitime katılabilir.

**Süre:** 90 Dakika

**Eğitim Türü:** Çevrim içi veya Yüz yüze



“Bağımlılıkları Önlemeye Yönelik Ebeveynlik Becerileri Eğitimi, dört ayrı başlık altında sunulmaktadır. Bu oturumlar tek oturumluk bağımsız eğitimler olarak verilebileceği gibi, dört haftalık bir program şeklinde de uygulanabilir.”



## BAĞIMLILIKLARI ÖNLEMEDE EBEVEYNLIK BECERİLERİ GÜÇLÜ YÖNLERİ KEŞFETMEK

Kendini tanımak, ilgi alanlarını, güçlü yönlerini ve hayattaki isteklerini fark etmek hem çocuklar hem de yetişkinler için sağlıklı ve bilinçli seçimlerin anahtarıdır. Bu eğitim, ebeveynlerin hem kendi hem de çocuklarının potansiyellerini fark ederek, güçlü yanları geliştirmelerini ve böylece bağımlılıklara karşı güçlenmelerini amaçlamaktadır.

### Eğitim İçeriği

- Kendini tanıma-Altın elim etkinliği
- Güçlü yönler ve kişisel kaynaklar
- Çocuklar için öneriler

**Hedef Kitle:** Kendisini ve çocuklarının güçlü yanlarını desteklemek konularında farkındalık kazanmak isteyen ebeveynler eğitime katılabilirler.

**Süre:** 90 Dakika

**Eğitim Türü:** Yüz yüze

## BAĞIMLILIKLARI ÖNLEMEDE EBEVEYNLIK BECERİLERİ İLETİŞİMLE GÜÇLENMEK

Güçlü bir aile içi iletişim, bağımlılıklara karşı koruyucu bir rol oynamaktadır. Bu eğitim, ebeveynlerin hem kendi hem de çocuklarının iletişim becerilerini desteklemeyi hedeflemektedir. Eğitim sonunda, ebeveynler, teorik bilgileri gerçek uygulamalı örneklerle birleştirerek, çocuklarıyla etkili iletişim kurmanın yollarını pratikte öğrenebileceklerdir.

### Eğitim İçeriği

- İletişim becerileri- İlişki rotam etkinliği
- Güvenli girişkenlik iletişim türü
- Güvenli girişkenlik neden önemli?
- Güvenli girişken iletişim için adımlar
- Çocuklar için öneriler

**Hedef Kitle:** Aile içi iletişimlerini güçlendirmek ve çocuklarına önemli iletişim becerilerini kazandırmak isteyen ebeveynler eğitime katılabilirler.

**Süre:** 90 Dakika

**Eğitim Türü:** Yüz yüze

## BAĞIMLILIKLARI ÖNLEMEDE EBEVEYNLIK BECERİLERİ

# SINIRLARI KORUMAK

Sınır koymak ve hayır diyebilmek hem kendimizi hem de çocuklarımızı bağımlılıklardan korumak için önemli bir yaşam becerisidir. Bu eğitim, ebeveynlerin ve dolayısıyla çocukların "hayır deme" becerilerini güçlendirmeyi hedeflemektedir. Böylece, sağlıklı sınırlar oluşturma ve olumsuz etkilere karşı durma yetenekleri artırılabilecektir.

### Eğitim İçeriği

- Hayır diyebilme becerileri- Hayır da var etkinliği
- Hayır demek neden önemli
- Hayır demek için beceriler
- Çocuklar için öneriler

**Hedef Kitle:** Sınır koyma ve hayır diyebilme becerilerini kendinde ve çocuklarında güçlendirmek isteyen ebeveynler eğitime katılabilirler.

**Süre:** 90 Dakika

**Eğitim Türü:** Yüz yüze

## BAĞIMLILIKLARI ÖNLEMEDE EBEVEYNLIK BECERİLERİ

# ZORLUKLARA KARŞI GÜÇLENMEK

Zorlayıcı ve beklenmeyen yaşam olaylarıyla olumlu yöntemlerle baş etme becerileri bağımlılıklara karşı koruma sağlamaktadır. Bu eğitim, ebeveynlerin kendileri ve çocuklarının zorlayıcı duygularla baş etme becerilerini güçlendirmeyi hedeflemektedir. Ebeveynler, etkili başa çıkma stratejileri öğrenerek hem duygusal dayanıklılıklarını artıracak hem de çocuklarına bu becerileri kazandırarak sağlıklı bir yaşam tarzı oluşturmalarına katkı sağlayacaklardır.

### Eğitim İçeriği

- Başa çıkma becerileri- Çabuk iyileşirim etkinliği
- Zorlu olaylarla baş etmek
- Baş etme becerileri neden önemli?
- Baş etme becerileri
- Çocuklar için öneriler

**Hedef Kitle:** Zorlayıcı duygu ve durumlarla baş etme becerilerini hem kendinde hem de çocuğunda güçlendirmek isteyen ebeveynler eğitime katılabilirler.

**Süre:** 90 Dakika

**Eğitim Türü:** Yüz yüze



# REFERANS

## MARKALAR

  
ZADE|VITAL®

*albayrak*

**FLO**

  
TURKISH  
TECHNIC

  
TISK  
TÜRKİYE  
İŞVEREN SENDİKALARI  
KORFEDERASYONU

  
*arçelik*

*erkurtholding*

**-tork-**  
valve & automation

**KOZA**  
HOLDING

**VIESSMANN**

LC WAIKIKI

  
VAKIF KATILIM

  
ÖKSÜT  
MADENCİLİK

centerraGOLD

OXFORD  
UNIVERSITY PRESS

**VESTEL**

  
BOSCH

  
Banvit

  
ZETAŞ  
zemin teknoloJisi A.Ş.

  
TYH

İSOTLAR GRUP

  
ŞİŞECAM

**UFS**  
KURUMSAL HİZMETLER

EMİNEVİM

  
SANKO

  
TP  
TÜRKİYE PETROLLERİ

**Nitto**

MÖVENPICK

  
mondihome

  
Çayeli Bakır  
İşletmeleri A.Ş.

ASSİST





444 19 20  
yesilayakademi.org  
bilgi@yesilayakademi.org

444 19 20  
yesilay.org.tr  
info@yesilay.org.tr

X f @ / 1920yesilay