

## Sağlıklı Yaşamda Akran Eğitimi

Sağlıklı Yaşamda Lise Eğitimi Projesi Sivil Yaşam Derneği tarafından Bursa İl milli Eğitim Müdürlüğü onayı ile Bursa'da uygulanan pilot bir gençlik projesidir. Proje dahilinde Bursa İMKB Fen Lisesi'nde okuyan öğrencilere sağlıklı yaşam tarzı, sigara ve tütün bağımlılıkları, spor ve sedanter yaşam konularında akran eğitimi yoluyla aşağıda açıklanan program dahilinde eğitim verilmiş ve eğitimlerin ardından gençlerin bu konulardaki bilgi ve farkındalık seviyelerindeki artış profesyonel yöntemlerle değerlendirilmiştir.

Projemiz Bursa İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nün 25.03.2014 tarih ve 18014101 sayılı onayı ile uygulamaya geçirilmiştir. Proje dahilinde gerçekleştirilen alt faaliyetler aşağıda özetlenmiştir.

### 1. Proje Eğitimci Çağrısının Derneğimiz Gönüllü Havuzunda Açılması

Proje dahilinde lise öğrencilerine rol model olarak bahsedilen konuları açıklayacak ve grup çalışmalarını koordine edecek gençler derneğimizin gönüllü havuzunda duyuru yapılarak bu kişilerin motivasyonuna göre seçilmiştir. Toplam 30 derneğimiz gönüllüsü eğitimci olmak üzere başvuruda bulunmuş bu başvuranlara bir mülakat gerçekleştirilmiş ve 15'i seçilerek bilgilendirilmiştir.

### 2. Eğitimci Eğitimi

Proje dahilinde belirlenen konular hakkında gençlere eğitimleri verecek olan eğitimcilere bir eğitimci eğitimi verilmiştir. Uzmanlar tarafından yapılan eğitimci eğitimi Bursa Ördekli Kültür Merkezi'nde gerçekleştirilmiştir ve 15 eğitimcinin tamamı bu eğitimi almıştır.

### 3. Durum Analizi- Gençlik Anketi

Proje dahilinde eğitimleri alacak gençlerin durum analizlerinin yapılabilmesi ve sağlıklı beslenmeye ilişkin bilgi seviyelerinin ve yaşam tarzlarının tespiti amacıyla 25 soruluk bir ankette bu konular irdelenmiştir.

### 4. Gençlik Eğitimleri

Toplam 3 hafta haftada 2 saat süreyle 15 genç eğitimci İMKB Fen Lisesi'ne giderek toplam 10 kişilik öğrenci grubuyla birebir çalışma yapmıştır. Her hafta, eğitim alacak gençler küçük gruplara ayrılmış, her gruptaki gençlere bir genç eğitimci verilmiş ve eğitimler yaygın öğretim teknikleri ile gerçekleştirilmiştir. Son eğitim grubunun eğitimi Bursa Kent Ormanı'nda yapılmıştır.

### 5. Veli Eğitimi

Eğitimlerin 4. haftasında okuldaki öğrencilerin velilerine benzer konularda bir eğitim düzenlenmiştir. Anne- babaların eğitimi sağlanmadan öğrencilerin sağlıklı bir yaşam tarzına kavuşmalarının mümkün olmadığı anlaşılmıştır. Bu sebeple proje

dahilinde Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk Endokrinoloji Bölümü ve Halk Sağlığı Bölümü Öğretim Üyeleri okulda velilere yönelik de bir eğitim tertiplemiştir.

Sağlıklı Yaşamda Gençlik Eğitimi Projesi bir gençlik derneği olan Sivil Yaşam Derneği tarafından hiçbir kurum- kuruluştan maddi destek alınmaksızın tamamıyla gönüllülerimizin bağışlarından oluşturulan bir havuzdan alınan destek ile yürütülmüştür.

Projenin 2014- 2015 eğitim öğretim yılının başında toplam 4 lisede ve 1200 gence çeşitli geliştirmeler ile uygulanabilmesi amacıyla derneğimiz İçişleri Bakanlığı'na bir bütçe başvurusunda bulunmuştur.