



Egzersiz Mutluluktur

Hareketli Hayatı Teşvik Programı



Sağlıklı
Türkiye
Sağlıklı Hayatı Teşvik
& Sağlık Politikaları Derneği

Egzersiz Mutluluktur!

Hareketli Hayatı Teşvik Projesi Nedir?

Hareketli Hayatı Teşvik Projesi, obezitenin kontrol altına alınması ve önlenmesi konusunda Türkiye genelinde 76 milyon nüfusun hareketli hayata teşvik edilmesi ve fiziksel aktivitenin bir hayat tarzı olarak benimsetilip yaygınlaştırılması amacıyla yürütülmekte olan bir projedir.

Proje, derneğimiz, Sağlık Bakanlığı Türkiye Halk Sağlığı Kurumu ve Yıldırım Beyazıt Üniversitesi arasında 14 Kasım 2013 tarihinde imzalanan protokolle hayata geçmiştir.

Obezite ile mücadelede siz değerli aile hekimlerimiz aracılığıyla ülke çapında fiziksel aktivitenin önemi konusunda farkındalık yaratmak, fiziksel aktiviteye ilgi çekmek, sizlerin fiziksel aktiviteye ilişkin önerilerinizi hastalarınızla paylaşımınızı kolaylaştırmak ve artırmak, sizleri fiziksel aktivite liderleri olarak konumlayarak bu konuda sözcülük etmeninizi sağlamak projenin temel amaçları arasındadır.

Kapsam:

- Ülke genelinde görev yapan sizlere ve sizlerin aracılığıyla da bireylere erişilmesi
- Sizlerin fiziksel aktivite hakkındaki bilgi birikiminiz için desteklenmeniz ve gönüllülük eksenli fiziksel aktivite liderlik programının yaygınlaştırılarak fiziksel aktivite liderlerinin oluşturulması
- fizikselaktivite.gov.tr adresinde yer alan portal üzerinden toplumun farklı kesimlerine yönelik olarak hazırlanmış tanıtım materyalleri ve eğitim prodüksiyonlarının paylaşımı

