



**BÜLTENDE BU AY:**

1. Teknoloji Bağımlılığı, Siber/Akran Zorbalığı
2. Oyuncak Müzesi
3. Konuşmacı Konuşumuz
4. Madde Bağımlılığı Ve Ruh Sağlığı
5. Orman Haftası
6. Nesli Tükenmekte Olan Canlılar & Temiz Su Ve Hijyen
7. Basında Biz

MART 2025



Stephanie A. URCHICK  
Rotary International Başkanı



Kerem MURADİ & Pınar  
2430. Bölge Governörü

Necdet KELEŞOĞLU & Canan  
20. Grup Bölge Governör Yardımcısı

#### YÖNETİM KURULU

Başkan :  
Zeliha NAMLI SAĞLAM  
As Başkan:  
Gökçe DALGA  
Kulüp Sekreter:  
Özcan AYDOĞDU  
Sayman:  
Tolga EREL

#### KOMİTELER

Üyelik Hizmetleri Komitesi  
Neslihan YAĞMUR  
Toplum Hizmetleri Komitesi:  
Özcan AYDOĞDU  
Kulüp Hizmetleri Komitesi:  
Şükran YILMAZ  
Meslek Hizmetleri Komitesi:  
Zergün DELİORMAN  
Gençlik Hizmetleri Komitesi:  
Enes UYAR  
Uluslararası Hizmetler Komitesi:  
Caner KUTLU  
Halkla İlişkiler Komitesi:  
Devrim Ata UĞUR

 @samsunkizilirmakrotary



Rtn. Zeliha NAMLI SAĞLAM & Özden  
U.R. 2430 Bölge  
Samsun Kızılırmak Rotary Kulübü  
2024-2025 Dönem Başkanı

Değerli Rotary Ailem,

Temmuz ayında devraldığım başkanlık dönemimde, kolyeyi devretmeye az kaldı.

Konferans öncesi Teşvik Teşekkür Yönetmeliğimize uygun bir şekilde proje girişlerimizi tamamlarken, geleceğe umut olacak çalışmalar gerçekleştirdiğimizi görmekten mutluluk duydum. Ve tabii ki katılımınız, katkılarınız çok kıymetli. Umarım, bölge konferansından güzel ödüllerle döner ve sizlerle paylaşma mutluluğuna erişirim.

Yine dolu dolu bir ay geçirdik. Mart ayı, "Su ve Sanitasyon Ayı". Anaokulu öğrencileri ile buluştuk. Temiz suyun öneminden, temel hijyen uygulamalarının hastalıkları nasıl önlediğinden bahsettik.

Çocuklar ile doğa üzerine etkinlikler yaptık.

Nesli tükenmekte olan kaplumbağaların korunmasından, ormanlarımıza kadar pek çok önemli konuya değindik.

Oyuncak müzesine ziyarete gittik.

Gençlerle buluştuk. Teknoloji bağımlılığı, Siber Zorbalık ve Akran Zorbalığı konularında seminerler düzenledik.

Ayrıca gençler ve yetişkinlerin de katılımı ile farklı bir etkinlik gerçekleştirerek film analizi üzerinden madde bağımlılığı ve ruh sağlığı konusunda bilgilendirmeler yaptık.

Motivasyonumuzun yüksek, yeni projeler hazırlığı içerisindeyiz. Sihirli Dönemi, keyifle ve gururla bitireceğiz.

Rotaryen Sevgi ve Saygılarımla

## TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI, SİBER/AKRAN ZORBALIĞI



Samsun Kızılırmak  
**Rotary**  
Kulübü

ROTARY  
SİHRİ

**TEKNOLOJİ  
BAĞIMLILIĞI VE  
SİBER ZORBALIK**

**AKRAN  
ZORBALIGI**

PSİKIYATRİST TUBA ÖĞER

5 MART ÇARŞAMBA  
SAAT / 15:30

MEKAN: TAKEV SAMSUN ANADOLU  
LİSESİ

TAKEV  
OKULLARI



Sevgili Uzman Doktor Psikiyatrist Tuba ÖĞER, TAKEV Lisesi öğrencilerine Teknoloji Bağımlılığı, Siber Zorbalık ve Akran Zorbalığı konulu bir seminer gerçekleştirmiştir. Seminerde, günümüzde giderek artan teknoloji bağımlılığı ve siber zorbalık konularının gençlerin hayatındaki etkilerine dair önemli bilgiler paylaşıldı. Öğrencilere bu konularla başa çıkma yolları hakkında pratik öneriler sunuldu. Ayrıca, akran zorbalığının okul ortamında nasıl fark edilip önlenebileceği üzerine etkili stratejiler tartışıldı. İlgili çeken, bilgilendirici ve eğitici sunumu için, Psikiyatrist Tuba ÖĞER'e şükranlarımızı sunuyoruz.

## OYUNCAK MÜZESİ



Samsun Kızılırmak Rotary Kulübü olarak bugün Afacan Kreş Gündüz Bakımevi öğrencilerini, Canik Oyuncak Müzesinde misafir ettik ve hep birlikte keyifli bir ortamı paylaştık.

Geleneksel, yabancı, antik ve yerli oyuncakların yer aldığı müzeyi gezen çocuklar, hayal dünyalarını genişletirken bir yandan da oyuncakların tarihi serüvenini de öğrenme imkanı buldular.

Biz yetişkinler de çocukluğumuzdaki anılarımızı yad ettik.

Özetle, bugün hepimiz çok mutluyduk..



## KONUŞMACI KONUĞUMUZ



12 Mart 2025 akşamı Dönemimizin 16. Kulübümüzün 156. Toplantısında Amasya Yeşilirmak Rotary Kulübü Geçmiş Dönem Başkanı Rtn. Suat Güvenç konuşmacı konuğumuzdu.

Kendinden önce hizmet mottosuyla, dörtlü özdenetim çerçevesinde, üreten, çoğaltan, kültürel değerlere bağlı, insanların potansiyellerinin performansa dönüştürmelerini sağlayan gönüllü insan, rotaryen nasıl olunuru konuştuk. Katkılarından dolayı şükranlarımızı sunuyoruz.

Ayrıca, toplantımıza katılımlarıyla bizleri onurlandıran Governör Yardımcımız Necdet Keleşoğlu ve Atakum Rotary Kulübü Geçmiş Dönem Başkanlarından Rtn. Hüsnü Karaaslan'a teşekkür ederiz.

## ORMAN HAFTASI



Samsun Kızılırmak Rotary Kulübümüz, Türkiye Ormanlılar Derneđi Samsun Temsilciliđi işbirliği ile ORMAN HAFTASINI Kutladı.Samsun Atakum ilçesinde bulunan TC MEB Özel Rüya Koleji Anaokulu (DREAM SCHOOL) ev sahipliğinde gerçekteşen kutlamada okul öncesi öğrencilerine ormanların korunması ve önemi konularında sunumlar yapıldı.

Samsun Kızılırmak Rotary Kulübü Başkanı Çevre Mühendisi Zeliha Namlı Sağlam, Türkiye Ormanlılar Derneđi Samsun Temsilciliđi üyesi Orman Mühendisi Özlem Avcı Güler ve Orman Mühendisi şenol Koç'un katılımıyla gerçekteşen etkinlikte çocuklara orman sevgisi aşılmak için orman temalı boyama kitapları ve kalemlikler hediye edildi.

TC MEB Özel Rüya Koleji Anaokulu (DREAM SCHOOL) kurucusu Ayře Mine Ergun, bu özel hafta münasebetiyle okullarında gerçekteştirilen bu etkinlikten dolayı Samsun Kızılırmak Rotary Kulübü ve Türkiye Ormanlılar Derneđi Samsun Temsilciliđine teşekkür etti ve ormanları koruma konusunda gelecek nesilleri anaokulu yıllarında yetiştirmenin önemini vurguladı.

## NESLİ TÜKENMEKTE OLAN CANLILAR VE TEMİZ SU VE HİJYEN



Bugün TC MEB Özel Rüya Koleji Anaokulu (DREAM SCHOOL) nda, Samsun RC ile birlikte iki güzel etkinlik gerçekleştirdik. Kıymetli hocamız Prof.Dr. Osman Nuri Ergun çocuklara, nesli tükenmekte olan deniz kaplumbağalarının korunması ve çevre bilincine ilişkin bilgiler aktardı. Çocukların merak ve ilgiyle dinlediği hocamız Prof.Dr. Osman Nuri Ergun 'a katkılarından dolayı teşekkür ederiz.

Bir diğer konumuz ise "Temiz Su ve Hijyen" di. Çevre Mühendisi Rtn. Zeliha Namlı Sağlam çocuklara, suyun önemini ve temel hijyen uygulamalarının hastalıkları nasıl önlediğini anlatarak, özellikle okulda tuvalet kullanımı, el yıkama vb konularda nelere dikkat edilmesi hususlarında eğitim verdi.

## BASINDA BİZ





# MADDE BAĞIMLILIĞI VE RUH SAĞLIĞI



Rotary 2430 Bölge

**FİLM ANALİZİ**  
ÜZERİNDEN

*Madde bağımlılığı ve ruh sağlığı*

**Uzm. Dr. Tuba ÖĞER**  
Psikiyatri Uzmanı

13 MART, 2025 - PERSEMBE 20:00

Eflatun Kitap Kafe

Samsun Rotary Kulübü Atakum Rotary Kulübü Samsun Karadeniz Rotary Kulübü

Samsun 19 Mayıs Rotary Kulübü Samsun Kızılırmak Rotary Kulübü



Samsun RC, Atakum RC, Karadeniz RC, 19 Mayıs RC ve Kızılırmak RC olarak farklı, eğitici ve düşündürücü bir etkinlik gerçekleştirdik. Psikiyatrist Uzm.Dr. Tuba ÖĞER eşliğinde teması bağımlılıklar ve yaşanan travmalar olan "Bir Rüya İçin Ağıt" filmi izledik. Sonrasında hocamız bizlere psikoterapide kullanılan yardımcı bir teknik olan ve içgörü ve farkındalığı destekleyen sinematarapiden bahsederek, film analizi ile birlikte madde bağımlılığı ve ruh sağlığı konusunda bilgilendirme yaptı. Tüm katılımcılara ve katkılarından dolayı @psikiyatrist\_tuba\_oger e teşekkür ederiz.