

PROJE SUNUM DOSYASI

Proje Adı: Adana Taşköprü Rotary Kulübü Ruh Sağlığı Semineri

Proje Komitesi: Ruh Sağlığı Projeleri Komitesi

Projeyi yapan kulüp adı: Adana Taşköprü Rotary Kulübü

Proje Ortakları: Konya Rotary Kulübü, Kayseri Rotary Kulübü, Ankara Gazi Rotary Kulübü, Konya Meram Rotary Kulübü, Osmaniye Rotary Kulübü, Anatolia Rotary Kulübü, Silifke Rotary Kulübü ve Kapadokya Rotary Kulübü

Projenin Yapıldığı yer: Kayseri

Projenin başlama Tarihi: 27.09.2025

Projenin durumu: Bitti

Projenin bitiş tarihi: 27.09.2025

Projenin Özeti : 27 Eylül 2025 tarihinde Kayseri Kumsmall Alışveriş Merkezi Konferans Salonu'nda; Konya Rotary Kulübü, Kayseri Rotary Kulübü, Ankara Gazi Rotary Kulübü, Konya Meram Rotary Kulübü, Adana Taşköprü Rotary Kulübü, Osmaniye Rotary Kulübü, Anatolia Rotary Kulübü, Silifke Rotary Kulübü ve Kapadokya Rotary Kulübü iş birliğiyle personele yönelik anlamlı bir seminer düzenlendi.

Seminerde, Kayseri Rotary Kulübü üyesi Psikolog Vedat Algur “Ruh Sağlığı” üzerine değerli bilgiler paylaşılarak, psikolojik sağlığın bireysel mutluluk ve toplumsal denge için taşıdığı önemin altını çizdi.

Proje Maliyeti: 20.000 TL

Proje irtibat kişinin iletişim bilgileri (tel ve mail): **FATMA ÖZDEMİR** – 0541 955 41 94 – famirteknik@outlook.com

Projeden faydalanan kişi sayısı: 100

Proje için çalışılan süre: 1 gün

Projeye katılan Rotaryen sayısı: 25

Proje Fotoğrafları:



Adana Taşköprü
Rotary
Kulübü



İYİLİK
İÇİN
BİRLEŞİN



Gallup'un 2023 yılında yayınladığı Küresel İş Gücü Raporu, iş yerinde psikolojik sağlığı yüksek olan çalışanların kuruma bağlılık düzeylerinde kayda değer bir artış olduğunu ortaya koymaktadır.

Araştırmaya göre, psikolojik iyi oluşu yüksek düzeyde hisseden çalışanlar, kurumlarına %21 oranında daha fazla bağlılık göstermekte ve bu durum işten ayrılma niyetlerinin ciddi şekilde azalmasını sağlamaktadır.

Bu bulgu, psikolojik sağlığın yalnızca bireysel memnuniyetle sınırlı kalmadığını, aynı zamanda kurumların çalışan devir hızını azaltarak sürdürülebilir bir iş gücü oluşturmaya katkı sağladığını göstermektedir.



Adana Taşköprü
Rotary
Kulübü



İYİLİK
İÇİN
BİRLEŞİN



Emotional Balance Maintenance

Emotional balance, a skill that improves life quality and reduces stress, is a skill.

Being aware of your feelings and controlling them, daily practice or taking short notes, which helps you understand your feelings better.

Journaling, meditation or short mindfulness exercises help emotional balance. In difficult situations, a different perspective and small successes help you maintain your emotional balance.



Adana Taşköprü
Rotary
Kulübü



İYİLİK
İÇİN
BİRLEŞİN





Adana Taşköprü
Rotary
Kulübü



İYİLİK
İÇİN
BİRLEŞİN

