

## **Sağlık Bilimleri Fakültesi**

### **Beslenme ve Diyetetik Bölümü**

#### **4 Mart Dünya Obezite Günü Kapsamında Obezite Farkındalık Etkinlięi**

(07 Mart 2025, Erzurum Teknik Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi Alt Zemin Kat)

Obezite, günümüzde hem çocuklarda hem de yetişkinlerde görülme sıklığı giderek artan ve bireylerin fiziksel, psikolojik ve sosyal sağlığını olumsuz yönde etkileyen önemli bir halk sağlığı sorunudur. Obezite; tip 2 diyabet, kardiyovasküler hastalıklar, hipertansiyon ve bazı kanser türleri başta olmak üzere pek çok kronik hastalık için önemli bir risk faktörüdür. Bunun yanı sıra bireylerin yaşam kalitesini düşürmekte ve sağlık harcamalarının artmasına neden olmaktadır.

Obezitenin önlenmesinde ve kontrol altına alınmasında sağlıklı beslenme alışkanlıklarının kazandırılması, düzenli fiziksel aktivitenin teşvik edilmesi ve toplumun bilinçlendirilmesi büyük önem taşımaktadır. Bu doğrultuda, Erzurum Teknik Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü ile Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam Topluluğu iş birliğinde, 4 Mart Dünya Obezite Günü kapsamında 7 Mart 2025 tarihinde bir farkındalık standı düzenlenmiştir.

Etkinlik kapsamında katılımcıların boy ve vücut ağırlığı ölçümleri gerçekleştirilmiş, obeziteden korunmaya yönelik bilgilendirme faaliyetleri yapılmıştır. Katılımcılara sağlıklı beslenme, fiziksel aktivitenin önemi ve günlük yaşamda uygulanabilecek pratik öneriler hakkında bilgi verilmiştir.

Gerçekleştirilen stand etkinliği ile üniversite öğrencileri, akademik ve idari personel başta olmak üzere geniş bir kitleye ulaşılmış; obezite konusunda farkındalık oluşturulması ve sağlıklı yaşam bilincinin artırılmasına katkı sağlanmışır. Bu faaliyet, üniversitemizin toplumsal katkı misyonu kapsamında halk sağlığının korunması ve geliştirilmesine yönelik önemli bir etkinlik olarak değerlendirilmiştir.

4 mart  
dünya  
obezite  
günü

sağlıklı beslen + hareket et.

### Stant Etkinliğimizde Yapılacaklar

- Boy ve Vücut Ağırlığı Ölçümü
- Obezite Farkındalığına Yönelik Bilgilendirme

Etkinlik Günü: 7 Mart Cuma

Etkinlik Saati: 10:00-13:00

Etkinlik Yeri: Sağlık Bilimleri Fakültesi Alt Zemin Kat



Beslenme ve Diyetetik Bölümü  
ve  
Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam  
Topluluğu