

# Erzurum Teknik Üniversitesi TÖMER

## Bağımlılık Solsun Gelecek Doğsun Etkinliği

(16.05.2025, Erzurum Teknik Üniversitesi)

“Bağımlılık Solsun, Gelecek Doğsun” etkinliği, gençleri zararlı alışkanlıklardan uzaklaştırmak, onların boş zamanlarını sağlıklı ve verimli bir şekilde değerlendirmelerini sağlamak amacıyla düzenlenmiştir. Etkinliğin temel hedefi, bağımlılıkların sadece fiziksel ve ruhsal zararlarını anlatmakla kalmayıp, aynı zamanda bireylere bu tür alışkanlıkların yerine geçebilecek pozitif uğraşlar ve sosyal etkinlikler sunmaktır.

Bu doğrultuda, futbol, voleybol, tenis, uçurtma uçurma gibi fiziksel aktivitelere dayalı etkinlikler aracılığıyla katılımcılara sporun ve hareketli yaşamın ne kadar keyifli ve sağlıklı bir alternatif olduğunu göstermek amaçlanmıştır. Gençlerin bir araya gelerek takım oyunları oynaması; iletişim, iş birliği ve paylaşma gibi değerleri pekiştirirken, sosyal bağlarını da güçlendirmektedir.

Etkinlik aynı zamanda bireylerin doğayla iç içe zaman geçirmelerini, ekran bağımlılığı ve dijital yorgunluk gibi günümüzün yaygın sorunlarına karşı bilinçlenmelerini hedeflemektedir. Katılımcılar, spor ve oyunlar aracılığıyla hem eğlenmekte hem de zararlı alışkanlıkların yerini alabilecek sağlıklı yaşam tarzlarıyla tanışmaktadır.

“Bağımlılık solsun, gelecek doğsun” sloganı ise, gençliğin enerjisinin tüketici alışkanlıklar yerine üretkenliğe, bağ kurmaya ve kendini geliştirmeye yönelmesini simgelemektedir. Sporla iç içe, sağlıklı bireylerden oluşan bir toplumun geleceğini inşa etmek, bu etkinliğin uzun vadeli vizyonudur.

