

BAĞIMLILIKLA MÜCADELE

Erciyes Üniversitesi

Farkındalık • Önleme • Destek • Dayanışma

Sağlıklı birey, güçlü kampüs, bilinçli toplum



Bağımlılık nedir?

Bağımlılık, kişinin yaşamını ve ilişkilerini olumsuz etkileyen, kontrol edilmesi güçleşen bir davranış veya madde kullanım örüntüsüdür.

Temel özellikler

Tekrarlayan kullanım ya da davranışın kontrol edilememesi
Akademik, sosyal, fiziksel veya psikolojik işlevsellikte bozulma
Bırakma girişimlerine rağmen sürdürme
Stres, yalnızlık, merak ve akran etkisi gibi risk etkenleri

Bağımlılık türleri

Madde bağımlılıkları: tütün, alkol ve diğer psikoaktif maddeler
Davranışsal bağımlılıklar: dijital oyun, internet ve kumar gibi alanlar
Her bağımlılık türünde erken fark etme ve destek alma önemlidir
Bağımlılık bir “irade zayıflığı” değil, yardım gerektiren bir sağlık sorunudur

Üniversite ortamında neden önemlidir?

Üniversite yılları, yeni özgürlüklerin ve yeni sorumlulukların bir arada yaşandığı kritik bir gelişim dönemidir.



Riskleri azaltan kampüs yaklaşımı

- Güvenli ve kapsayıcı sosyal ortamlar oluşturmak.
- Spor, kültür-sanat ve öğrenci kulüplerini desteklemek.
- Psikolojik danışmanlık ve sağlık hizmetlerine erişimi kolaylaştırmak.
- Akran desteği ve doğru bilgi kaynaklarını güçlendirmek.
- Damgalamadan, gizliliğe saygılı biçimde yardım sunmak.

Üniversitemiz, <https://www.erciyes.edu.tr/> ana sayfası üzerinden KAMPÜSTE YAŞAM menüsü altından ulaşabilirsiniz.

The screenshot displays the Erciyes University website. The header includes the university's logo and name, along with navigation links for 'ERÜ HAKKINDA', 'AKADEMİK', 'ARAŞTIRMA', 'İDARİ BİRİMLER', and 'e-ERÜ'. A search icon is also present. The main banner features a large image of the 'TEKNOFEST GÜNEY' event, with a date range of '30 EYLÜL - 04 EKİM '26' and the location 'SANLIURFA GAP HAVALIMANI'. A dropdown menu is open, listing various services and facilities available on campus, including 'Bağımlılıkla Mücadele', 'Sosyal İmkanlar', 'Spor Tesisleri', '25. Yıl Kapalı Yüzme Havuzu', 'Kültür ve Sanat', 'Sağlık Hizmetleri', 'Personel Yemek Listesi', 'Öğrenci Yemek Listesi', 'Lojmanlar', 'Uygulama Oteli', 'Kulüpler ve Topluluklar', 'Engelsiz Kampüs Birimi', 'Psikolojik Danışma ve Reh.', 'Ulaşım ve Haritalar', 'E-Kampüs', 'ERÜ Güvenlik', 'Evrim Kampüs', 'ERÜ'de Bu Ay (Aylık Bülten)', and 'Üniversite FM Canlı'. The footer contains a row of icons for various services, including 'ÖĞRENCİ REHBERİ', 'BİLGİ SİSTEMLERİ', 'ERÜ HASTANELERİ', 'KAMPÜSTE YAŞAM', 'ERÜ E-BELGE', and 'KÜTÜPHANE'.

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Üniversitemiz, <https://bagimliliklamucadele.erciyes.edu.tr/> web sayfası faaliyete geçmiştir.

Erciyes Üniversitesi Bağımlılıkla Mücadele

bagimliliklamucadele.erciyes.edu.tr

ERÜ Anasayfa Dili Seçim

ANA SAYFA HAKKIMIZDA BAĞIMLILIK BAĞIMLILIKLA MÜCADELE DOKÜMANTASYON VE KAYNAKLAR TESTLER İLETİŞİM

Kampüs hayatı, başarı hikayeleri, gelişmeler...

Hepsi Üniversitemizin **RESMİ SOSYAL MEDYA Hesabında**

TAKİPTE KAL!

@erciyesuni1978

f i X y in

YEDAM SAĞLIK BAKANLIĞI YÖK BMYK TBM YEŞİLAY

RUH SAĞLIĞI VE HASTALIKLARI

Psikolojik Danışmanlık

Bölümümüze ulaşmak için:

Polikliniğimiz Gevher Nasibe Hastanesi 1. katı'nda E koridorundadır.

Telefon: 0352 - 437 25 83

Nasıl Randevu Alabilirim ?

Polikliniğimize bizzat başvurarak,

İnternet üzerinden hastaportali.erciyes.edu.tr linkine tıklayarak,

Telefonla randevu almak için 0 (352) 606 00 38 arayarak randevu alabilirsiniz.

TÜTÜN, TEKNOLOJİK TÜTÜN ÜRÜNLERİ İLE MÜCADELE

Sigarayı Bırakma Polikliniği

Bölümümüze ulaşmak için;

Bölümümüz Gevher Nesibe Hastanesi Zemin katında E koridoru içerisinde sağ tarafta Dahiliye Polikliniği içinde bulunmaktadır. Göğüs Hastalıkları Polikliniği girişinde sekreterlik yer almaktadır.

Bölüm hakkında her türlü bilgi ve sorularınız için bize telefonla ulaşabilirsiniz.

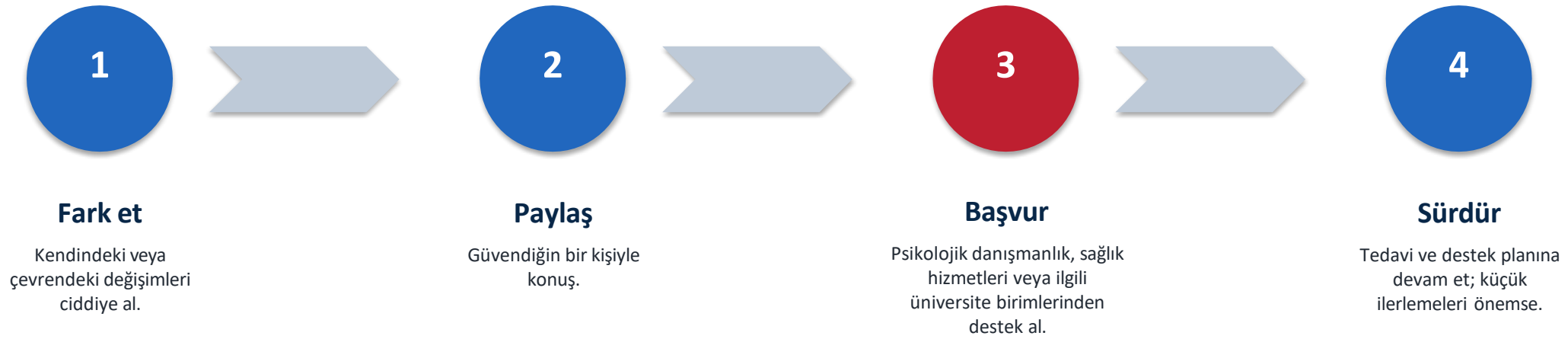
Bölümümüze ulaşmak için

Poliklinik Sekreterliği : (0 352) 207 66 66 - 21186

Klinik Sekreterliği : (0 352) 207 66 66 - 21180

Erciyes Üniversitesinde destek yolları

Yardım istemek güçsüzlük değil, iyileşme ve güçlenme adımdır.



Başvurulabilecek kaynaklar: Üniversite psikolojik danışmanlık ve sağlık birimleri • YEDAM • Yeşilay • Sağlık Bakanlığı

Sağlıklı seçimler, sağlıklı bir gelecek

Bağımlılıkla mücadele, bilgiyle başlar; dayanışmayla güçlenir.

Kendin için, arkadaşın için, kampüsün için destek ol.