

AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ
Rekreasyon Bölümü

TOPLUMSAL DUYARLILIK VE KATKI PROJELERİ
PROJE DEĞERLENDİRME SONUÇ RAPORU

PROJENİN ÖZETİ:

Akdeniz Üniversitesi bünyesinde görev yapan idari personelin fiziksel, sosyal ve psikolojik yönden desteklenmesini amaçlayan “Akdeniz Üniversitesi İdari Personelini Rekreatif Etkinliklerle Destekleme Projesi” 2025-2026 Akademik Yılı Bahar Dönemine yönelik planlanmış ve yürütülmüştür. Projenin hazırlıkları 2025-2026 Akademik Yılı Güz Dönemi boyunca gerçekleştirilmiş, uygulama süreci ise Bahar Döneminde haftada üç (3) gün ve bir (1) ders saati olacak şekilde toplam 14 hafta boyunca sürdürülmüştür. Proje, 92.640 TL karşılığı aynı destek ile Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, üniversite birimleri ve proje ekibinin katkılarıyla desteklenmiş ve yürütülmüştür.

Proje, Akdeniz Üniversitesi idari personelinin düzenli fiziksel aktivite alışkanlığı kazanmasını, iş yaşamından kaynaklanan stres düzeylerini azaltmasını, iş ve özel yaşam dengesini güçlendirmesini, sosyal etkileşimlerini artırmasını ve rekreatif etkinlikler aracılığıyla yaşam kalitelerini yükseltmesini hedeflemiştir. Bu kapsamda katılımcılara yoga, pilates, fitness ve golf etkinlikleri uygulanmış; fiziksel uygunluğun geliştirilmesi, zihinsel rahatlama sağlanması ve kurum içi sosyal iletişimin güçlendirilmesine yönelik çalışmalar gerçekleştirilmiştir. Etkinlikler sırasında katılımcıların aktif katılımı teşvik edilmiş, farklı rekreatif deneyimler yaşamalarına olanak sağlanmış ve sağlıklı yaşam bilinci oluşturulmaya çalışılmıştır.

Katılımcıların sosyal gelişmelerini desteklemek amacıyla grup etkinlikleri ve takım çalışmasına dayalı uygulamalar gerçekleştirilmiş, çalışanlar arasında iletişim ve dayanışmayı artıracak etkinliklere yer verilmiştir. Proje süresince gerçekleştirilen uygulamaların etkilerini değerlendirmek amacıyla dönem sonunda iş tatmini ve memnuniyet anketleri uygulanmış, katılımcı görüşleri detaylı olarak incelenmiştir. Proje kapsamında yaklaşık 23 idari personele doğrudan ulaşılmış; proje grubu üyeleri, gönüllüler, proje asistanı ve akademik danışmanın katkılarıyla faaliyetler başarıyla yürütülmüştür.

Proje uygulamaları sonucunda katılımcıların fiziksel aktiviteye yönelik farkındalıklarının

arttığı, iş motivasyonlarının güçlendiği, günlük iş streslerinin azaldığı ve kurum içi sosyal ilişkilerinin olumlu yönde geliştiği gözlemlenmiştir. Değerlendirme anketleri sonucunda katılımcıların büyük çoğunluğu proje hazırlıklarını yeterli bulduklarını, etkinliklerden memnun kaldıklarını ve benzer etkinliklerin devam etmesini istediklerini ifade etmiştir. Ayrıca katılımcılar proje etkinliklerinin fiziksel sağlıklarına, iş verimliliklerine, ekip çalışmasına ve kurum içi iletişime önemli katkılar sağladığını belirtmişlerdir. Yoga ve pilates etkinliklerinin fiziksel rahatlama ve zihinsel yenilenme sağladığı, golf etkinliklerinin ise katılımcılara yeni deneyimler kazandırdığı gözlemlenmiştir.

Bu kapsamlı proje yalnızca idari personelin fiziksel ve psikolojik iyilik haline katkı sağlamakla kalmamış, aynı zamanda Rekreasyon Bölümü öğrencilerinin mesleki deneyim kazanmalarına, organizasyon becerilerini geliştirmelerine, sosyal sorumluluk bilinci oluşturmalarına ve toplumla etkileşimlerini artırmalarına da katkı sağlamıştır. Süreç sonunda elde edilen kazanımlar, çalışanlara yönelik rekreatif etkinliklerin kurumsal verimlilik, çalışan memnuniyeti ve yaşam kalitesi üzerindeki olumlu etkilerini ortaya koymuş; benzer projelerin sürdürülebilirliği açısından önemli bir örnek oluşturmuştur.

1. PROJENİN ADI / SLOGANI:

"Akdeniz Üniversitesi İdari Personelini, Rekreatif Etkinliklerle Destekleme Projesi" (2.Yıl)

“Üniversite Rekreatifle Güzel!”

2. PROJENİN KONUSU:

Akdeniz Üniversitesi idari personelini, rekreatif etkinliklerle fiziksel, duygusal ve sosyal açıdan güçlendirmek, desteklemek...

3. PROJENİN AMAÇLARI / HEDEFLERİ:

Akdeniz Üniversitesi idari personellerimize;

- İdari personelin stres düzeylerini azaltarak zihinsel rahatlama ve psikolojik iyi oluşlarına katkıda bulunmak.
- Katılımcıların fiziksel sağlıklarını geliştirmek ve aktif yaşam alışkanlığı kazanmalarına destek olmak;
- Kurum içi sosyal etkileşimi, iletişimi ve ekip çalışmasını güçlendirmek.
- Rekreatif etkinlikler aracılığıyla iş motivasyonunu, verimliliği ve yaşam kalitesini

artırmak.

- Düzenli fiziksel aktivite ve rekreatif etkinlikler aracılığıyla iş ve özel yaşam dengesinin desteklenmesini sağlamak.

4. PROJENİN HEDEF KİTLESİ:

Akdeniz Üniversitesi bünyesinde çalışan idari personeller.

5. PROJEYİ DESTEKLEYECEN KURULUŞLAR:

Akdeniz Üniversitesi;

Spor Bilimleri Fakültesi,

6. PROJE PERSONELİ:

Proje Danışmanı: Öğr. Gör. Dr. Merve KAPLAN GÜRÜN

Proje Asistanı: Fatma Arslan (Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Doktora Öğrencisi)

Proje Sözcüleri: Seda KIRKICI ÇETİN (0554 450 92 91)

Bilge HACIOĞLU (0538 295 27 51)

Proje Grubu Üyeleri:

Seda KIRKICI ÇETİN (20234804702)

Bilge HACIOĞLU (20234804701)

Yeşim ÖZGÜNER (20224804001)

İbrahim Tarık ASLAN (20224804033)

Sevgi MANDAL (20224804036)

Proje Gönüllüleri: Ceyda KAÇAR (Rekreasyon Bölümü 3.Sınıf Lisans)

Ayşe YALPI (Yöneticilik Bölümü Yüksek Lisans)

İrem ÜSTÜN (Rekreasyon Bölümü 4.Sınıf Lisans)

Aslı ER	(Antrenörlük Eğitimi Bölümü 3.Sınıf Lisans)
Yasemin BAKAL	(Rekreasyon Bölümü 4.Sınıf Lisans i)
Meryem SOLAK	(Beden Eğitimi ve Spor Bölümü 3. Sınıf Lisans)
Nail TURGUT	(Rekreasyon Bölümü 4.Sınıf Lisans)
Ekinsu BALTALI	(Rekreasyon Bölümü 1.Sınıf Lisans)
Yiğit TAŞÇI	(Rekreasyon Bölümü 2.Sınıf Lisans)
S. Buğrahan Doluay	(Rekreasyon Bölümü 2.Sınıf Lisans)
Meryem AYDIN	(Rekreasyon Yönetimi Yüksek L

7. PROJENİN İŞLEYİŞİ:

Proje personeli, bahar dönemi boyunca düzenli toplantılar gerçekleştirerek proje iş planını gözden geçirmiş; üniversitemizin ihtiyaçlarını ve hedef kitlenin beklentilerini dikkate alarak uygulamaları planlamış ve yürütmüştür;

- Proje uygulamalarının gerçekleştirilebilmesi için gerekli izin ve organizasyon süreçleri tamamlanmıştır.
- Proje başlamadan önce proje ekibi ve gönüllüler ile toplantılar yapılarak etkinliklerin planlaması, uygulama esasları ve görev dağılımları belirlenmiştir.
- Akdeniz Üniversitesi bünyesinde görev yapan gönüllü idari personeller belirlenmiş ve katılımcı kayıtları oluşturulmuştur.
- Proje başlangıcında katılımcıların beklentilerini belirlemek amacıyla ön değerlendirme çalışmaları gerçekleştirilmiştir.
- Katılımcıların çalışma programlarına uygun etkinlik gün ve saatleri planlanmıştır.
- Yoga, pilates, fitness ve golf etkinlikleri proje iş planı doğrultusunda düzenli olarak uygulanmıştır.
- Proje sonunda katılımcılara değerlendirme anketi uygulanmış, elde edilen veriler analiz edilerek raporlandırılmıştır.
- Proje süreci değerlendirilmiş ve “Proje Değerlendirme ve Sonuç Raporu” hazırlanmıştır.

8. PROJENİN SÜRESİ:

Proje, 2025-2026 Akademik Yılı Bahar Dönemi boyunca yürütülmüştür. Uygulamalar haftada 3 gün ve 1 ders saati (45 dakika) olacak şekilde planlanmış ve gerçekleştirilmiştir. Proje süreci toplam 14 hafta devam etmiş ve belirlenen iş planı doğrultusunda tamamlanmıştır.

9. PROJENİN ETKİNLİKLERİ:

Proje kapsamında gerekli görüşmeler ve yazışmalar gerçekleştirilmiştir.

- Tanıtıcı ve bilgilendirici duyuru çalışmaları yapılmış, değerlendirme anketleri uygulanmıştır.
- Akdeniz Üniversitesi idari personeline yönelik bilgilendirme toplantıları gerçekleştirilmiştir.
- Katılımcılar rekreatif etkinlikler konusunda bilgilendirilmiş ve etkinliklere yönlendirilmiştir.
- Yoga, pilates, fitness ve golf etkinlikleri planlanarak uygulanmıştır.
- Katılımcıların fiziksel, sosyal ve psikolojik gelişimlerine katkı sağlayacak uygulamalar gerçekleştirilmiştir.
- Proje sonunda değerlendirme çalışmaları yapılarak sonuçlar raporlaştırılmıştır.

10. PROJENİN SÜRESİ:

Proje, 2025-2026 Akademik Yılı Bahar Dönemi boyunca yürütülmüştür. Uygulamalar haftada 3 gün ve 1 ders saati (45 dakika) olacak şekilde planlanmış ve gerçekleştirilmiştir. Proje süreci toplam 14 hafta devam etmiş ve belirlenen iş planı doğrultusunda tamamlanmıştır.

11. PROJENİN ETKİNLİKLERİ:

Proje kapsamında gerekli görüşmeler ve yazışmalar gerçekleştirilmiştir.

- Tanıtıcı ve bilgilendirici duyuru çalışmaları yapılmış, değerlendirme anketleri uygulanmıştır.
- Akdeniz Üniversitesi idari personeline yönelik bilgilendirme toplantıları gerçekleştirilmiştir.
- Katılımcılar rekreatif etkinlikler konusunda bilgilendirilmiş ve etkinliklere yönlendirilmiştir.
- Yoga, pilates, fitness ve golf etkinlikleri planlanarak uygulanmıştır.
- Katılımcıların fiziksel, sosyal ve psikolojik gelişimlerine katkı sağlayacak uygulamalar gerçekleştirilmiştir.
- Proje sonunda değerlendirme çalışmaları yapılarak sonuçlar raporlaştırılmıştır.

12. PROJENİN MALİYETİ:

- Üniversitemiz, Fakültemiz, Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü ve Yerel Yönetimlerin öz kaynakları ile yürütülecek, emek-yoğun bir projedir.

Bütçe Kalemleri	"Akdeniz Üniversitesi İdari Personelini, Rekreatif Etkinliklerle Destekleme Projesi"			
Giderler	Birim	Toplam Miktar	Birim Fiyatı (TL)	Tutar (TL)
1. Pilates Matı	1 Adet	15	800	12.000
2. İçme Suyu (küçük)	20 Koli	480	132.00	2.640
3. Yoga Blokları	15 Adet	15	150	2.250
4. Yoga Kemerı	15 Adet	15	150	2.250
5. Salon (Kira)	10 Saat	10	2000	20.000
6.Pilates topu, direnç lastiği	15 Adet	50	300	4.500
7. Club, Top	14 Adet	14	3000	42.000
8.Golf Matı	7 Adet	7	1000	7.000
TOPLAM				92.640TL

Bütçe Kalemleri	"Akdeniz Üniversitesi İdari Personelini, Rekreatif Etkinliklerle Destekleme Projesi"			
Gelirler / Kaynak	Birim	Toplam Miktar	Birim Fiyatı (TL)	Tutar (TL)
1. Pilates Matı / Akdeniz Üniversitesi	1 Adet	15	800	12.000
2. İçme Suyu (küçük)	20 Koli	480	132.00	2.640
3. Yoga Blokları / Akdeniz Üniversitesi	15 Adet	15	150	2.250
4. Yoga Kemerı / Akdeniz Üniversitesi	15 Adet	15	150	2.250
5. Salon (Kira) / Akdeniz Üniversitesi	10 Saat	10	2000	20.000
6.Pilates topu, direnç lastiği	15 Adet	50	300	4.500
7. Club, Top/ Akdeniz Üniversitesi	14 Adet	14	3000	42.000
8.Golf Matı/ Akdeniz Üniversitesi	7 Adet	7	1000	7.000
TOPLAM				92.640 TL

13. PROJENİN SONUÇLARI, KATKILARI: Hedefler

İdari personelin fiziksel aktiviteye katılım düzeylerinde artış sağlanmıştır.

- Katılımcıların düzenli egzersizin fiziksel ve psikolojik sağlık üzerindeki olumlu etkilerine yönelik farkındalıkları gelişmiştir.
- Yoga, pilates, fitness ve golf etkinlikleri sayesinde katılımcıların stres düzeylerinin azaltılmasına katkı sağlanmıştır.
- Çalışanların iş motivasyonlarında ve genel yaşam memnuniyetlerinde olumlu gelişmeler gözlemlenmiştir.
- Katılımcılar arasında sosyal etkileşim, iletişim ve dayanışma duygusu güçlenmiştir.
- Kurum kültürünün gelişmesine ve ekip çalışmasının desteklenmesine katkı sağlanmıştır.
- Katılımcıların serbest zamanlarını daha verimli değerlendirmelerine yönelik farkındalık oluşturulmuştur.
- Rekreatif etkinliklerin çalışan verimliliği ve yaşam kalitesi üzerindeki olumlu etkileri gözlemlenmiştir.
- Üniversite öğrencilerinin organizasyon, liderlik, iletişim ve etkinlik yönetimi becerilerinin gelişmesine katkı sağlanmıştır.
- Toplumsal duyarlılık ve sosyal sorumluluk bilincinin güçlenmesine katkıda bulunulmuştur.

14. PROJENİN SÜRDÜRÜLEBİLİRLİĞİ:

- Proje, çıktılarına bağlı olarak, gelecek yıl / yıllarda, diğer fakülte personellerinde de geliştirilerek uygulanabilir;
- Projeye, Üniversitemizin tüm çalışan personelleri eklenebilir;
- Proje; diğer il, üniversite ve fakülteler için örnek oluşturabilir...

15. PROJENİN İŞ PLANI:

Etkinlik	Sorumluları	Tarihi	Notlar-Sonuç
Proje grubunun oluşturulması	Proje koordinatörü	23 Eylül 2025	Aktif-uyumlu çalışma önceliğiyle oluşturuldu...
Proje konusunun belirlenmesi	Proje grubu	15 Ekim 2025	Proje kurgulandı...
İletişim grubunun oluşturulması	Proje grubu sözcüsü	21 Ekim 2025	Oluşturuldu; TDP Yönergesi incelendi...

Projenin, gönüllülere tanıtılması	Proje grubu üyeleri	21.Ekim 2025	Projeye, sorumlu gönüllüler katıldı...
Projelendirmenin değerlendirilmesi	Proje grubu üyeleri	Kasım 2025	Proje, ara sınavda sunuldu.
Projenin, Bölüme teklif edilmesi	Öğr. Gör. Dr. Merve KAPLAN GÜRÜN	Kasım 2025	Proje, Bölüm Kuruluna sunuldu.
Proje grubu toplantılarının plânı	Proje üyeleri ve danışmanı	Kasım 2025	Toplantı plân, programları yapıldı...
Uygulamalar planlandı	Proje ekibi	Aralık 2025	Proje İş Plânı oluşturuldu... Etkinlik planlanması düzenlendi.
Projelendirmenin tamamlanması	Proje ekibi	Aralık 2025	Projeye son şekli verildi...
Proje hazırlıklarının sunumu	Proje ekibi	Aralık 2025	Proje hazırlıkları, final sınavında sunuldu...

1. Hafta	Proje grubu, uygulamalar öncesi, son toplantısını yaptı; hazırlıkları gözden geçirdi, rekreasyonel aktivite seansları için programının hazırlıkları sonlandırılıp, duyurusu yapıldı...
2. Hafta	Katılımcı kayıtları tamamlanarak ve gruplar oluşturuldu...
3. Hafta	Yoga etkinliği gerçekleştirildi.
4. Hafta	Pilates ve Yoga etkinlikleri gerçekleştirildi.
5. Hafta	Golf – Pilates – Yoga etkinlikleri gerçekleştirildi.
6. Hafta	Golf – Pilates – Yoga etkinlikleri gerçekleştirildi.
7. Hafta	Golf ve Pilates Etkinliği gerçekleştirildi. Ara toplantı yapıldı.
8. Hafta	Golf ve Pilates Etkinliği gerçekleştirildi.
9. Hafta	Golf - Pilates ve Yoga Etkinliği gerçekleştirildi.
10. Hafta	Vize sunumu gerçekleştirildi. Pilates ve Yoga Etkinliği gerçekleştirildi
11. Hafta	Golf – Pilates – Fitness etkinlikleri gerçekleştirildi.

12. Hafta	Pilates etkinliği gerçekleştirildi.
13. Hafta	Online TDP toplantısı yapıldı. Pilates – Yoga etkinlikleri gerçekleştirildi.
14. Hafta	İş tatmini anketi ile son test uygulandı. Proje sonuç raporu hazırlandı.
15. Hafta	Projenin kamuoyuna sunumu yapıldı (20.05.2026); proje, AVESİS' e eklendi...

16. DEĞERLENDİRME ANKETİ / SONUÇ RAPORU ÖZETİ:

Değerlendirme Anketi Sonuçları:

Anket sonuçları genel olarak değerlendirildiğinde katılımcıların proje uygulamalarından yüksek düzeyde memnuniyet duydukları görölmüştür. Katılımcıların büyük çoğunluğu proje hazırlıklarını yeterli bulduklarını belirtirken, proje etkinliklerini genel olarak olumlu değerlendirmiştir. Katılımcıların tamamı benzer etkinliklere tekrar katılmak istediklerini ve projeyi çalışma arkadaşlarına tavsiye edeceklerini ifade etmiştir.

Etkinliklerde görev alan eğitmenlerin yeterlilikleri yoga, pilates ve golf etkinlikleri açısından yüksek düzeyde değerlendirilmiştir. Katılımcılar etkinliklerle ilgili yapılan bilgilendirmeleri yeterli bulduklarını belirtmişlerdir.

Proje etkinliklerinin iş motivasyonu, fiziksel sağlık, sosyal etkileşim, ekip çalışması, kurum kúltürü ve kurum içi iletişim üzerinde olumlu etkiler oluşturduğu görölmüştür. Özellikle fiziksel sağlık, sosyal etkileşim ve iş motivasyonu değişkenlerinde yüksek düzeyde olumlu değerlendirmeler elde edilmiştir.

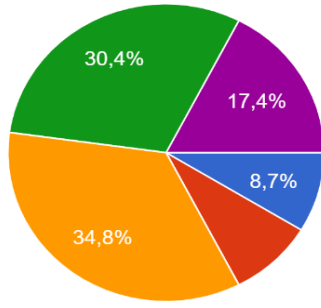
Katılımcılar proje kapsamında gerçekleştirilen faaliyetlerin devam etmesini istediklerini, yaz dönemlerinde de benzer etkinliklerin sürdürölmesinin faydalı olacağını belirtmişlerdir. Ayrıca yüzme, voleybol, masa tenisi, nefes egzersizleri ve savunma sporları gibi farklı rekreatif etkinliklerin gelecek dönem programlarına eklenmesi yönünde öneriler sunmuşlardır.

Elde edilen sonuçlar doğrultusunda “Akdeniz Üniversitesi İdari Personelini Rekreatif Etkinliklerle Destekleme Projesi”nin hedeflerine büyük ölçüde ulaştığı, çalışanların fiziksel, sosyal ve psikolojik iyilik hâllerine katkı sağladığı, kurum içi iletişimi güçlendirdiği ve sürdürülebilir bir uygulama niteliği taşıdığı değerlendirilmiştir.

Projemizin 14. Haftasında dönem hakkında değerlendirme yapmak amacıyla hedef gruba uygulanan anketin sonuçları aşağıda verilmiştir.

Soru 1.Yaş Aralığınız

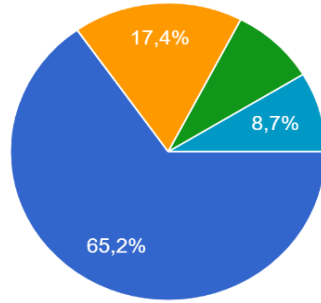
23 yanıt



- 18-25
- 26-35
- 36-45
- 46-55
- 56 ve üzeri

Soru 2.Görev yaptığınız birim

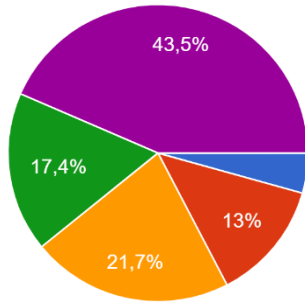
23 yanıt



- Fakülte
- Enstitü
- Daire Başkanlığı
- Yüksekokul
- Hastane
- Rektörlük

Soru 3.Akdeniz Üniversitesindeki Çalışma Süreniz

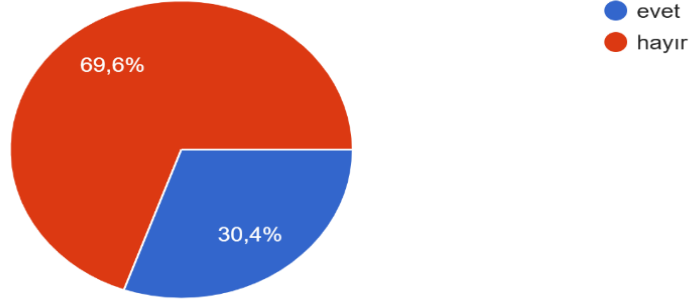
23 yanıt



- 0-1 yıl
- 2-5 yıl
- 6-10 yıl
- 11-15 yıl
- 16 yıl ve üzeri

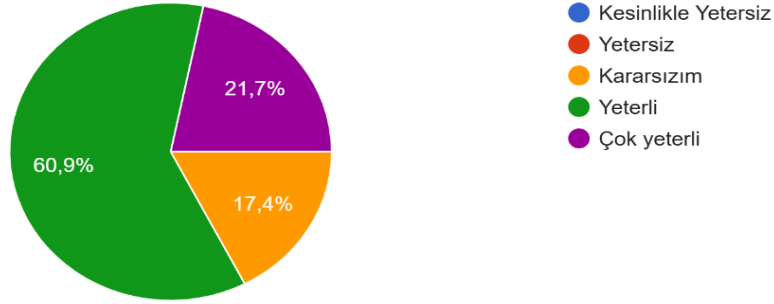
Soru 4. Bir önceki sene gerçekleştirdiğimiz benzer projemize katıldınız mı?

23 yanıt



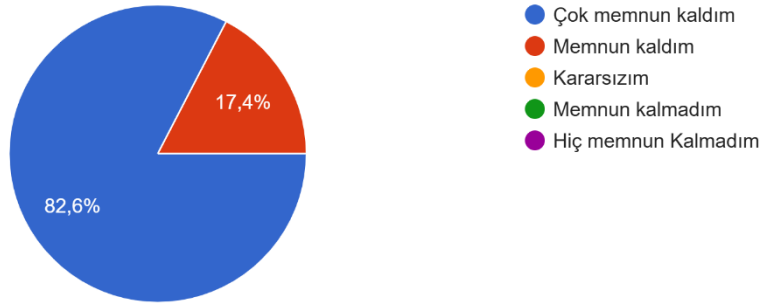
Soru 5. Proje için yapılan hazırlıkları yeterli buluyor musunuz?

23 yanıt



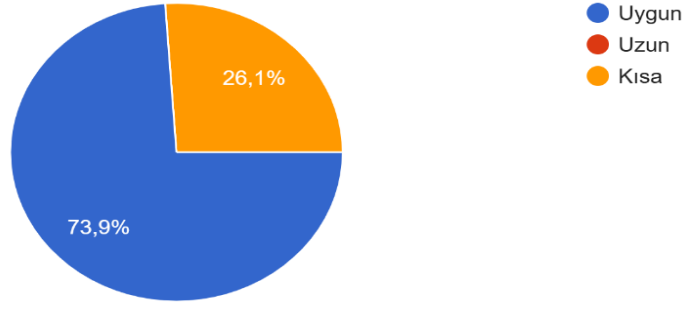
Soru 6. Projemizi genel olarak nasıl değerlendiriyorsunuz?

23 yanıt



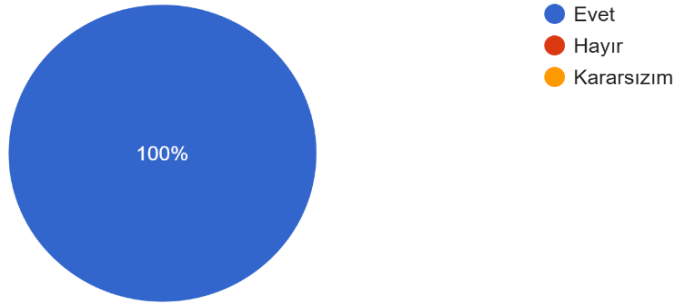
Soru 7. Etkinlik süresini nasıl buldunuz?

23 yanıt



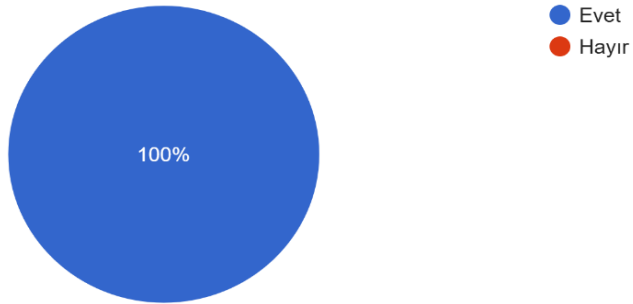
Soru 8. Bu tür etkinliğe tekrardan katılmak ister misiniz?

23 yanıt



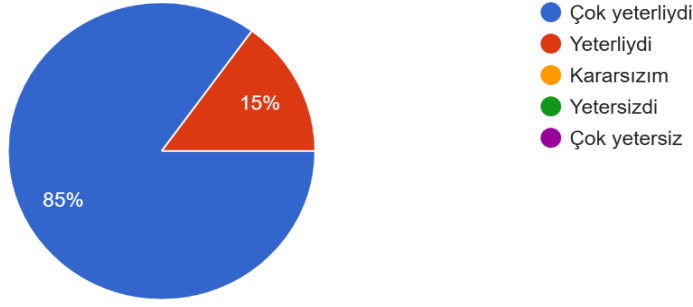
Soru 9. Bu projeyi arkadaşınıza önerir misiniz?

23 yanıt



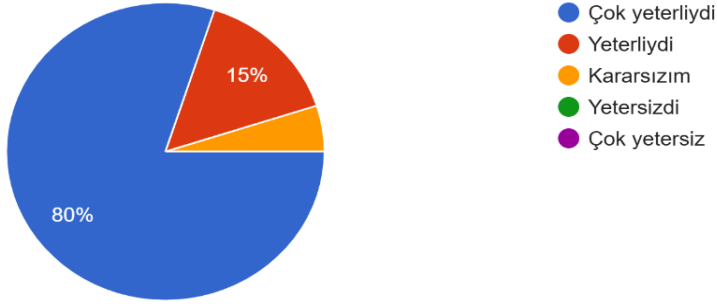
**Soru 10. Etkinlikte görev alan eğitimcilerin yeterliliğini nasıl değerlendiriyorsunuz?
(Yoga için değerlendiriniz)**

20 yanıt



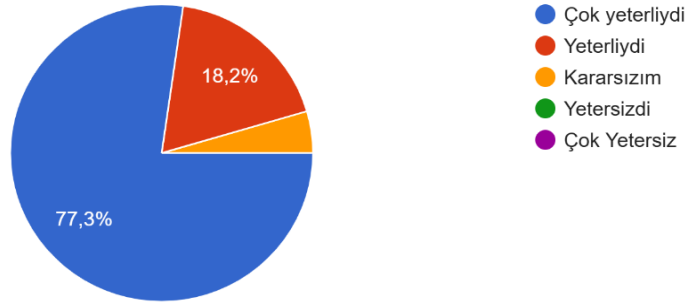
**Soru 11. Etkinlikte görev alan eğitmenlerin yeterliliğini nasıl değerlendiriyorsunuz?
(Pilates için değerlendiriniz)**

20 yanıt



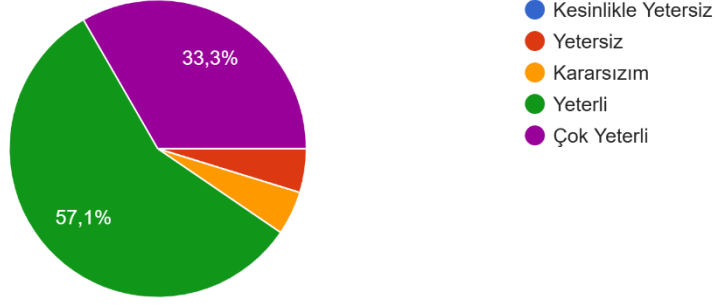
**Soru 12. Etkinlikte görev alan eğitmenlerin yeterliliğini nasıl değerlendiriyorsunuz?
(Golf için değerlendiriniz)**

22 yanıt



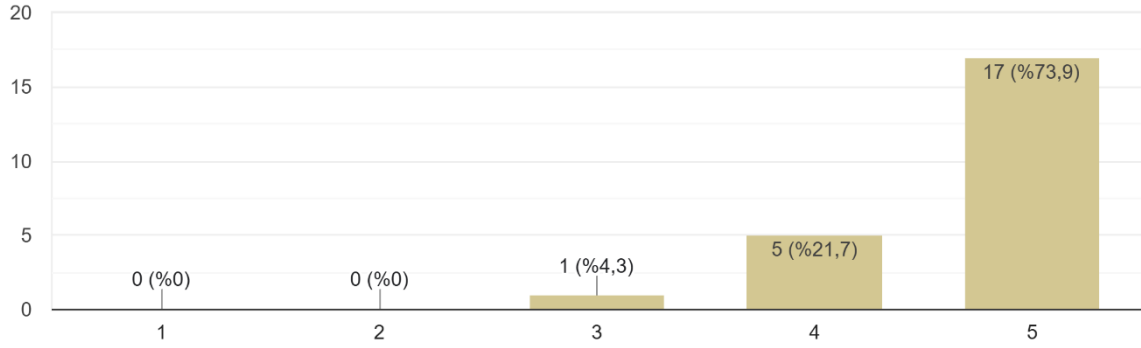
Soru 13. Etkinliklerle ilgili yapılan bilgilendirmeleri yeterli buldunuz mu?

21 yanıt



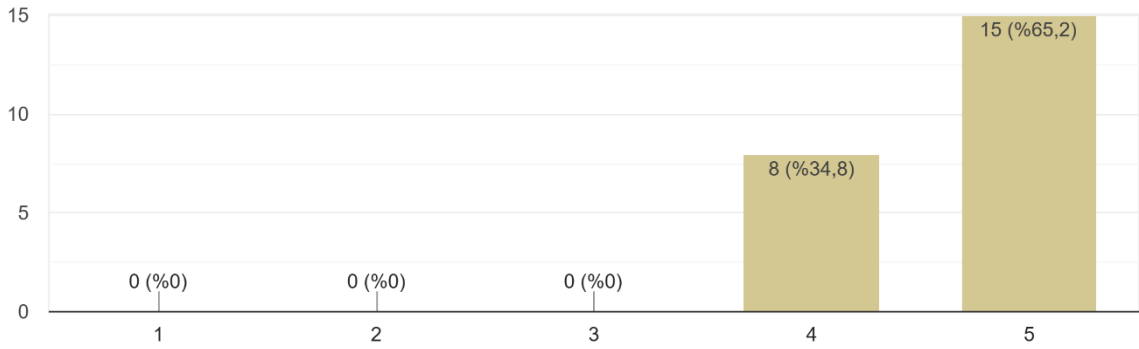
Soru 14. Proje etkinliklerinin iş motivasyonunuza etkisini nasıl değerlendirirsiniz?

23 yanıt



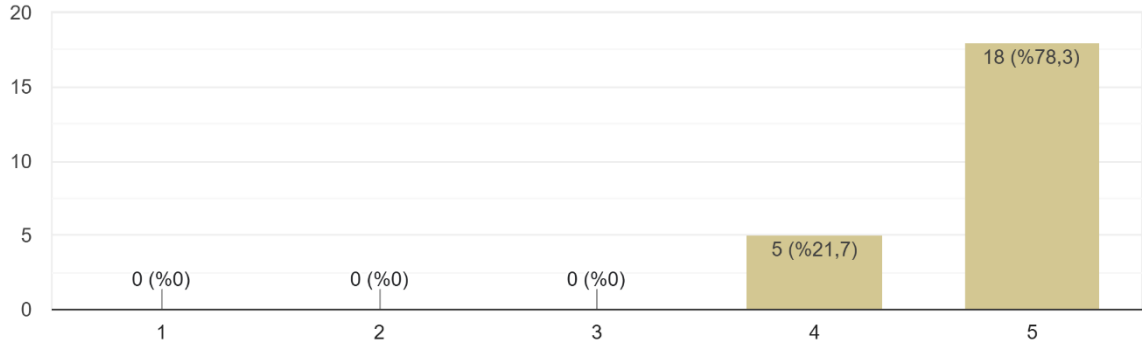
Soru 15. Proje etkinliklerinin mesai arkadaşlarınızla olan sosyal etkileşiminize katkısını nasıl değerlendiriyorsunuz?

23 yanıt



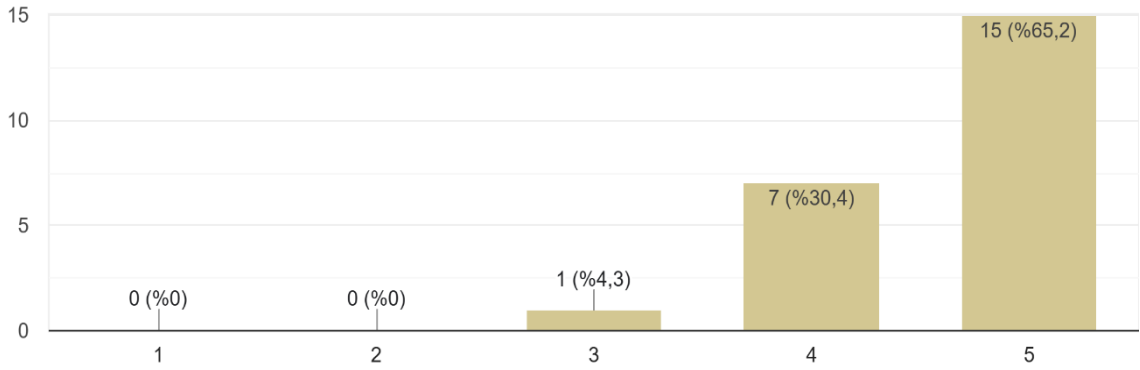
Soru 16. Proje etkinliklerine katılımın fiziksel sağlığınız üzerindeki etkisini nasıl değerlendiriyorsunuz?

23 yanıt



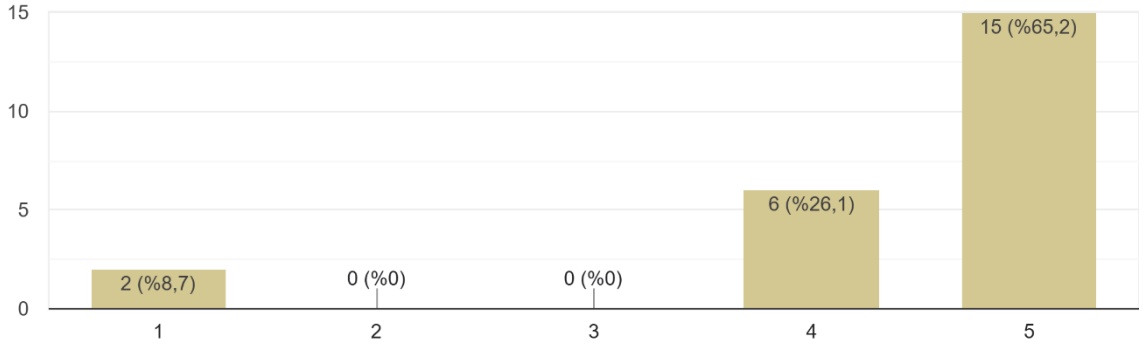
Soru 17. Proje kapsamında gerçekleştirilen etkinliklerin kurum kültürü ve ekip çalışmasına katkısını nasıl değerlendiriyorsunuz?

23 yanıt



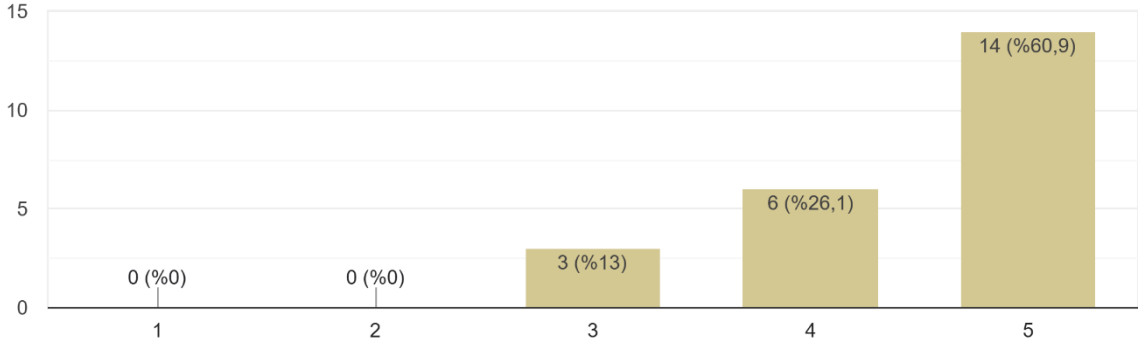
Soru 18. Proje etkinliklerinin günlük iş stresiniz üzerindeki etkisini nasıl değerlendiriyorsunuz?

23 yanıt



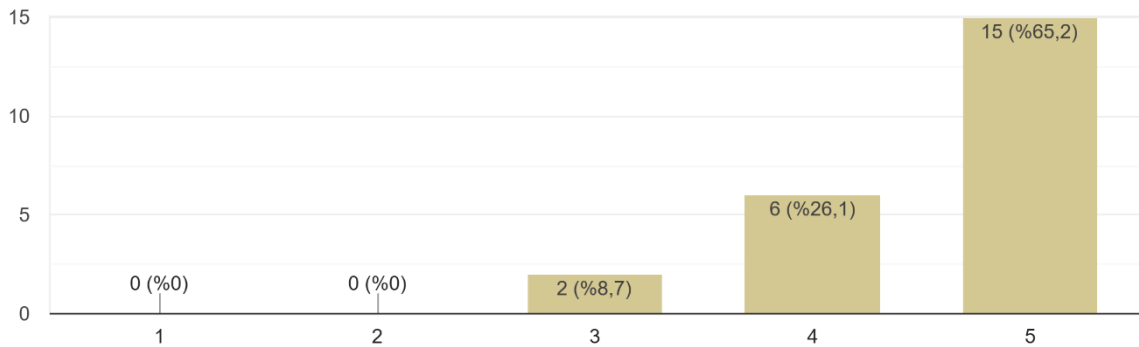
Soru 19. Proje etkinliklerinin idari personel arasındaki kurum içi iletişime katkısı nasıl değerlendiriyorsunuz?

23 yanıt



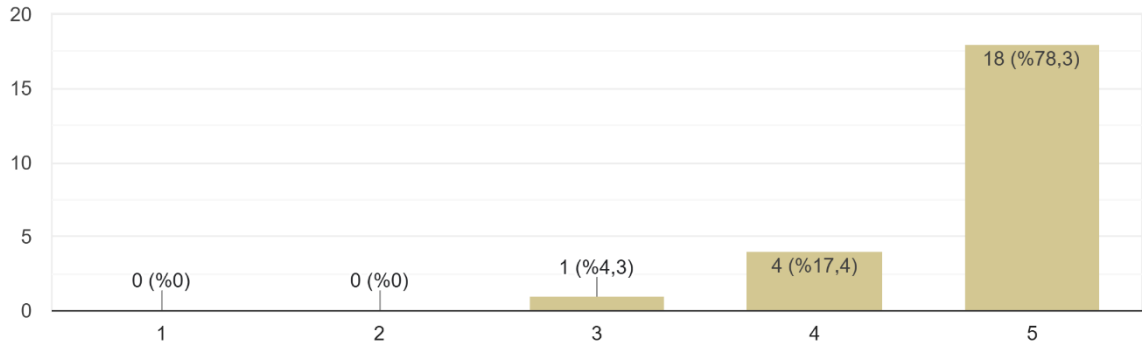
Soru 20. Proje etkinliklerine ulaşım kolaylığını (mekân seçimi, ulaşım imkânı, yönlendirme vb.) nasıl değerlendirirsiniz?

23 yanıt



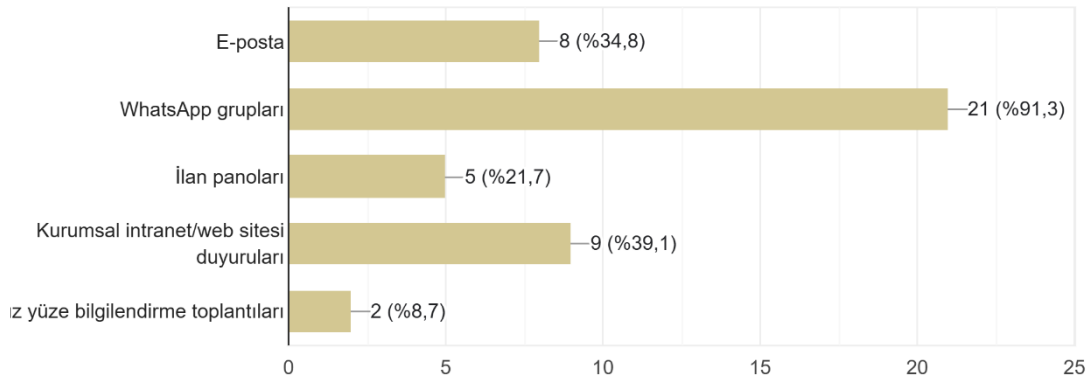
Soru 21. Bu proje toplumsal dayanışma ve sosyal sorumluluk bilincinize katkı sağladı mı?

23 yanıt

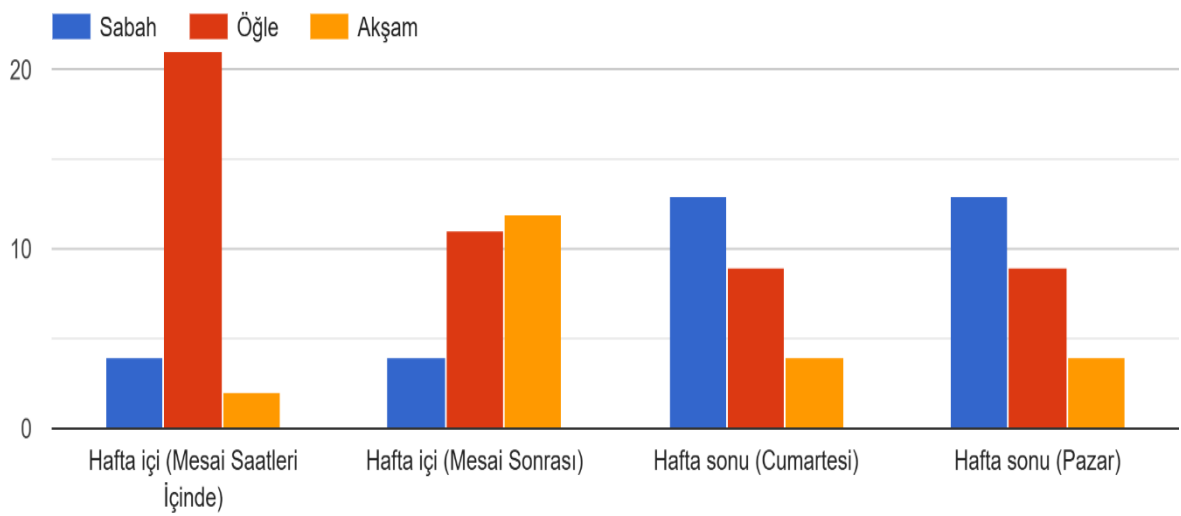


Soru 22. Gelecekteki projelerde hangi iletişim kanallarının daha fazla kullanılmasını tercih edersiniz?

23 yanıt



Soru 23. Gelecek projeler için planlanacak etkinliklerin gün/saat tercihlerini belirtiniz:



Soru 24. Proje kapsamında geliştirilmesini veya eklenmesini istediğiniz etkinlik ve

uygulamalarda Keşke olsaydı dediğiniz...

- *Yüzme*
- *Bu projenin kesinlikle kurum kültürüne, is verimliliği ve motivasyonuna katkısının çok fazla olduğunu deneyimledim. Hocalarımızın bilgi ve tecrübeleri bizler için çok kıymetli bu yüzden mümkünse yoga ve pilates etkinliğinin yıl boyu devamlı olmasını temenni ediyorum ve keşke ne mutlu spor yapabildiğim sağlık konuştuğum bir iş yerindeyim diyebileyim;)*
- *Akdeniz Üniversitesi bünyesinde gerçekleştirilen Merve hocamın ve Spor Bilimleri Fakültesi Rekreasyon Bölümü öğrencileri tarafından Toplumsal Duyarlılık Projesi kapsamında yürütülmekte olan bu rekreatif etkinlikler, idari personelin iş stresini yönetmesinde çok kritik bir rol oynuyor. Uzun saatler hareketsiz kalmanın yarattığı olumsuz etkileri bu proje sayesinde minimize ediyoruz. Egzersiz seansları sadece bedensel bir aktivite değil, aynı zamanda zihinsel bir tazelenme süreci sunuyor. İş verimliliğime ve genel mutluluğuma doğrudan katkı sağlayan bu uygulamanın kapsamının genişletilerek devam etmesini çok isterim. Emeği geçen herkese teşekkürler*
- *Sürekli olmasını isterdim*
- *Voleybol*
- *Yaz döneminde pilates ve yoga dersleri keşke olsaydı. Sağlığımı ve iş motivasyonumu olumlu yönde etkiledi çok iyi geldi.*
- *Keşke tekrar olsaydı katılırdım.*
- *Etkinliklerin devamını isterdim.*
- *Savunma sporu ve kadın yüzme kursu*
- *Gerekenler yapılıyor extra kılık kıyafet olabilir*
- *Projenin devamını etmesini istiyoruz*
- *Keşke yazın da devam etse. Fiziksel ve psikolojik sağlığıma çok iyi geliyor.*
- *Ellerinize sağlık*
- *Nefes çalışmaları*
- *Açık alanda yoga etkinlikleri yapılabilirdi*
- *Keşke daha çok olabilseydi.*
- *Masaj kursu*
- *Keşke hiç bitmeseydi. Emeğinize sağlık hepinizin*
- *Gerekli olan kılık kıyafet olabilir*
- *Daha çeşitli etkinlikler olabilir*
- *Masa tenisi*

- *Her Őey çok güzeldi teŐekkür ederiz*
- *Yüzme*

17. PROJE ETKNLKLERNE İLİŐKN GÖRSELLER







