Gelen Evrak Tarih ve Sayısı: 28.10.2026-1100137

# SAĞLIKLI HAYAT MERKEZLERİNDE SUNULAN DANIŞMANLIK HİZMETLERİ

Müdürlüğümüze bağlı Emek, Yenidoğan ve Deliklitaş Sağlıklı Hayat Merkezlerinde, bireylerin bedensel, ruhsal, sosyal ve gelişimsel yönden desteklenmesi, sağlıklı yaşam alışkanlıklarının kazandırılması ve koruyucu sağlık hizmetlerine erişimlerinin artırılması amacıyla ücretsiz sağlık ve danışmanlık hizmetleri sunulmaktadır.

**Psikologlarımız** tarafından stres, kaygı, öfke kontrolü, aile içi iletişim sorunları, evlilik ve kişiler arası ilişkiler, iş ve okul yaşamında karşılaşılan güçlükler, yas ve kayıp süreçleri, özgüven sorunları ve yaşam değişikliklerine uyum gibi konularda psikolojik değerlendirme ve danışmanlık hizmetleri verilmektedir. Ayrıca bireylerin duygusal sorunlarla baş etme becerilerinin geliştirilmesi, ruhsal iyilik hâllerinin desteklenmesi ve ihtiyaç duyulan durumlarda ilgili sağlık kuruluşlarına yönlendirilmesi sağlanmaktadır.

**Sosyal çalışmacılarımız** tarafından bireylerin ve ailelerin karşılaştıkları sosyal, ekonomik ve çevresel sorunlar değerlendirilerek sosyal hizmet danışmanlığı ve rehberlik hizmetleri sunulmaktadır. Aile içi sorunlar, sosyal uyum güçlükleri, aile içi şiddet, ihmal ve istismar riski, sosyal destek yetersizliği, yaşlılık, engellilik ve dezavantajlı yaşam koşulları gibi konularda bireylerin ihtiyaçları belirlenmekte; mevcut sosyal destek mekanizmaları hakkında bilgilendirme ve ilgili kurum ve kuruluşlara yönlendirme yapılmaktadır.

**Çocuk gelişimcilerimiz** tarafından bebeklik, çocukluk ve ergenlik dönemindeki bireylerin gelişimsel özellikleri değerlendirilmekte, gelişimlerinin desteklenmesine yönelik ailelere danışmanlık hizmeti verilmektedir. Çocukların dil, bilişsel, sosyal, duygusal ve motor gelişim alanlarının değerlendirilmesi, gelişimsel gecikme ve risklerin erken dönemde fark edilmesi, davranış sorunları, tuvalet eğitimi, uyku alışkanlıkları, okula uyum, akran ilişkileri ve ebeveyn tutumları gibi konularda ailelere rehberlik yapılmaktadır. Gerekli görülen çocuklar ileri değerlendirme amacıyla ilgili uzmanlık alanlarına yönlendirilmektedir.

**Diyetisyenlerimiz,** Tanita vücut analiz cihazı kullanılarak bireylerin vücut yağ oranı, kas kütlesi ve vücut kompozisyonuna ilişkin ölçümleri yapmakta, elde edilen sonuçlar doğrultusunda kişiye özel beslenme önerileri geliştirmektedir**.**

**Fizyoterapistlerimiz**, Merkezlerimiz bünyesindeki spor salonlarında bireylerin yaşına, sağlık durumuna ve fiziksel kapasitesine uygun egzersizler yaptırarak düzenli fiziksel aktivite alışkanlığı kazanmaları desteklenmektedir.

Söz konusu hizmetlerle bireylerin ve ailelerin yaşadıkları sorunların erken dönemde belirlenmesi, uygun danışmanlık ve destek hizmetlerine ulaşmalarının sağlanması, sağlıklı yaşam alışkanlıklarının geliştirilmesi ve yaşam kalitelerinin artırılması hedeflenmektedir.

Sağlıklı Hayat Merkezlerimizde sunulan bu hizmetler ücretsiz olup vatandaşlarımız **Merkezi Hekim Randevu Sistemi (MHRS)** üzerinden, www.mhrs.gov.tr internet adresinden, MHRS mobil uygulamasından veya **ALO 182** hattından randevu alabilmektedir. Ayrıca aile hekimleri aracılığıyla da ilgili birimlere yönlendirme yapılabilmektedir.

Müdürlüğümüze bağlı Sağlıklı Hayat Merkezlerinin adres ve iletişim bilgileri aşağıda yer almaktadır.

**Emek Sağlıklı Hayat Merkezi (1 No.lu SHM)**

Emek Mahallesi, Ziya Gökalp Caddesi No:42, Odunpazarı/ESKİŞEHİR

Telefon: 0222 250 91 13 – 0222 239 51 62

**Yenidoğan Sağlıklı Hayat Merkezi (2 No.lu SHM)**

Yenidoğan Mahallesi, Akasya Çiçeği Sokak No:2/2, Odunpazarı/ESKİŞEHİR

Telefon: 0222 218 04 85 – 0222 220 22 91

**Deliklitaş Sağlıklı Hayat Merkezi**

Deliklitaş Mahallesi, Deliklitaş Caddesi No:39, Odunpazarı/ESKİŞEHİR

Telefon: 0222 233 36 14