



## Turkish Speaking Work Based Health Project

'making employees happier and healthier within their working environment'

(Main aim of the project is to support Turkish speaking employees who work for micro- businesses in improving their physical and mental health) A number of major research studies show that there is prevalence with smoking, heart related illnesses, lack of physical activity and high levels of deterred mental health within the Turkish Speaking Communities. This is highly concerning as it could lead to major physical and mental health issues which could potentially cause employees to be unhappy within their workplaces and/or be off work due to several issues including sickness and depression.

### THE ASPECT OF 'WORK BASED HEALTH' HAS ALWAYS BEEN OVERLOOKED, WE AIM TO CHANGE THIS!

We want to make a change which will support employees' health and well-being and provide a platform for a healthier, happier lifestyle. In order to accomplish this, we will engage with a minimum of 52 Turkish Speaking micro-businesses. We will provide them with regular seminars in which both employees and employers can attend. Additionally, all the materials we produce will be bi-lingual in order to remove any language barriers which may exist.

We will also be present at the Community Festivals and use media (specifically Turkish Speaking) to advertise this Project and gain the interest of the employees within Turkish Speaking Community.

Further to this, we aim to provide advice on how to improve general health. The advice given will range from consumption of calories, through to the importance of hydration which will be delivered by professionals in their field.

Contact Us:

117 Green Lanes, London, Stoke Newington, N16 9DA.

Ahmet HAVALI: 07736775762  
hackneyhealthproject@tcca.org

Buse KONUKSEVER: 07956530489  
hackneyhealthproject@tcca.org

## Türkçe Konuşan İşgücü Sağlığı Projesi

'Çalışanların iş ortamında daha sağlıklı ve mutlu olmasını sağlayan proje'

(Projenin temel amacı ise mikro (küçük) işletmelerde çalışanların fiziksel ve zihinsel sağlıklarını iyi yönde etkilemek ve desteklemektir.) Bir çok önemli araştırma çalışması, Türkçe Konuşan Toplumda sigara içme, kalp ile ilgili hastalıklar, fiziksel aktivite eksikliği ve yüksek düzeyde caydırılmış zihinsel sağlık prevalansının (yaygın) olduğunu göstermektedir. Bu, çalışanların iş yerlerinde mutsuz olmalarına ve / veya hastalık ve depresyon da dahil olmak üzere çeşitli konular nedeniyle işlerini aksatmalarına veya kaybetmelerine nedenabilecek büyük fiziksel ve zihinsel sağlık sorunlarına yol açabileceği için oldukça önemlidir.

**İŞGÜCÜ SAĞLIĞI HER ZAMAN GÖZDEN KAÇIRILDI, BİZ BUNU DEĞİSTİRMEK İÇİN BURADAYIZ.**

Daha sağlıklı ve daha mutlu bir yaşam tarzı için bir platform sağlayacak, çalışanların sağlığını ve refahını destekleyecek bir değişiklik yapmak istiyoruz. Bunu başarabilmek için en az 52 Türkçe konuşan mikro (küçük) işletmeler ile ilgileneceğiz. Onlara hem çalışanların hem de iş verenlerin katılabileceği düzenli seminerler düzenleyip sunacağız. Ek olarak, ürettiğimiz tüm materyaller var olabilecek dil engellerini kaldırmak için iki dilli olacaktır. Ayrıca, Toplum Festivallerinde yer alacağız ve bu Projenin reklamını yapmak ve Türkçe Konuşan Toplum çalışanlarının ilgisini kazanmak için medyayı (özellikle Türkçe Konuşan) kullanacağız.

Bundan ayrı, genel sağlığın nasıl pozitif anlamda etkileyebilecekleri konusunda da tavsiyelerde bulunmayı amaçlıyoruz. Verilen tavsiyeler, kalori tüketiminden, hidrasyonun önemi gibi (su içmenin) konuları kapsayacaktır, ve bu tavsiyeler profesyoneller tarafından verilecektir.

**İletişim:**

117 Green Lanes, London, Stoke Newington, N16 9DA.

**Ahmet HAVALI: 07736775762**  
hackneyhealthproject@tcca.org

**Busse KONUKSEVER: 07956530489**  
hackneyhealthproject@tcca.org