



2026 YARIŞMA ESERLERİ KATALOĞU



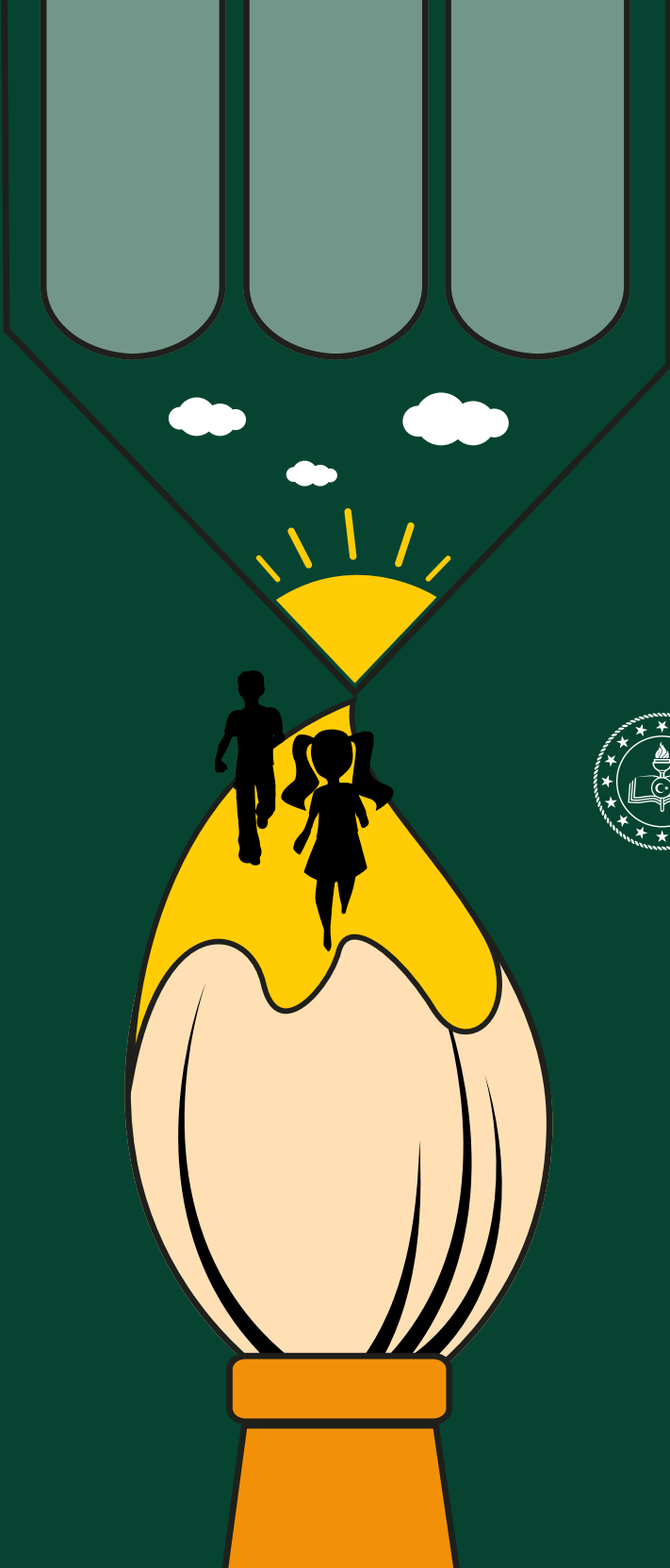
T.C. MİLLÎ EĞİTİM
BAKANLIĞI





14. SAĞLIKLI NESİL SAĞLIKLI GELECEK

YARIŞMA ESERLERİ KATALOĞU
2026



T.C. MİLLÎ EĞİTİM
BAKANLIĞI

 **YEŞİLAY**

Türkiye Yeşilay Cemiyeti, bir asrı aşkın süredir milletimizin sağlığı, huzuru ve bağımsızlığı için yürüttüğü onurlu mücadelesine aynı inançla, aynı kararlılıkla devam ediyor. Zararlı alışkanlıklara karşı verilen bu uzun soluklu yürüyüş, yalnızca bir sağlık hareketi değil; aynı zamanda bir medeniyet bilinci, bir insanlık davasıdır.

Yeşilay'ın doğuşuna vesile olan tarihî olaylar ve toplumsal hassasiyetler, bu mücadelenin ne denli derin köklere sahip olduğunu gösteriyor. 106 yıldır aynı azimle, aynı ideal uğruna; bağımlılıklardan uzak, güçlü, üretken ve sağlıklı nesiller için çalışıyoruz.

Toplumumuzun özellikle de gençlerimizin zararlı alışkanlıklara karşı bilinçlenmesi, sağlıklı yaşamı hayat felsefesi hâline getirmesi için önleme, savunuculuk ve rehabilitasyon alanlarında var gücümüzle emek veriyoruz. Biliyoruz ki kalıcı dönüşüm, küçük yaşlardan itibaren atılan doğru adımlarla mümkündür. Bu yüzden sanatı, edebiyatı, eğitimi ve toplumsal farkındalığı harmanlayan projelere büyük önem veriyoruz. Bu anlayışla 2011 yılından bu yana sürdürdüğümüz "Sağlıklı Nesil Sağlıklı Gelecek Yetenek Yarışması", gençlerimizin bağımlılıklara karşı yazdığı bir direniş manifestosudur. Çocuklarımız ve gençlerimiz, bu yarışmada kimi zaman bir şiirin dizelerinde, kimi zaman bir resmin renklerinde, bağımlılıklara karşı dirençli iradenin, temiz yaşama duyulan özlemin ve umut dolu bir geleceğin izlerini taşıyor. Bu yıl 81 ilimizden gelen 77.515 eserle rekor düzeyde katılım sağlanan yarışmamız, bizlere şu gerçeği bir kez daha göstermiştir: Türkiye'nin dört bir yanında, sağlıklı gelecek için yürekleri çarpan bir nesil yetişiyor. Sözüünü ettiğimiz o nesil, düşünen, hisseden, sorgulayan ve güzelliklere yönelen bir bilinçle geliyor.

Bu anlamlı yolculukta, bizlere her zaman güçlü bir destek sunan Millî Eğitim Bakanlığımıza ve Sayın Bakanımıza gönülden teşekkür ediyoruz. Eğitim camiamızın değerli öğretmenleri, çocuklarımıza, erdem, duyarlılık ve sanat sevgisi de aşıyor. Sizlerin emeğiyle, sağlıklı nesillerin temelleri sağlam biçimde atılıyor. Buradan bir çağrıda bulunmak istiyorum: Gelin, hep birlikte bu yürüyüşe omuz verelim. Gençlerimizin zihnini ve yüreğini bağımlılıklardan korumak için el birliğiyle çalışalım. Sağlıklı yaşamı toplumsal bir değer, ortak bir ideal hâline getirelim.

Yeşilay olarak bunu başarabileceğimize inancımız tamdır. Hep birlikte, sağlıklı nesillerle güçlü bir Türkiye'yi inşa edebiliriz. İyi ki varsınız . . .

Sizlerle birlikte, bağımsız bir geleceğe doğru umutla, sevgiyle ve inançla yürüyoruz.

Doç. Dr. Mehmet DİNÇ
Türkiye Yeşilay Cemiyeti Genel Başkanı



14. SAĞLIKLI NESİL SAĞLIKLI GELECEK YETENEK YARIŞMASI

Amacımız

Bu yarışma ile çocuk ve gençlerin zararlı alışkanlıklara karşı bilinçli bir şekilde yetişmelerine destek vermek; alkol, tütün, madde, kumar ve internet bağımlılığının olumsuz ve yıkıcı etkilerini kavramalarını sağlayıp, teknolojinin doğru kullanımının önemini vurgulamak ve daha güvenli, daha sağlıklı bir hayat sürmelerine katkıda bulunarak yeni neslin bağımlılıklara karşı farkındalıklarını artırmak amaçlanmaktadır.

Yarışma Takvimi

Başvuru Dönemi	17 Kasım 2025 - 01 Nisan 2026
Değerlendirme Dönemi	02 Nisan 2026 - 06 Nisan 2026
İl Ödül Törenleri	15 Nisan 2026 - 22 Nisan 2026
Türkiye Finali Ödül Töreni	11-17 Mayıs 2026

Ödüller

İlkokul, ortaokul ve lise olmak üzere görsel ve edebi kategorilerde

Türkiye Birincileri	₺40.000
Türkiye İkincileri	₺30.000
Türkiye Üçüncüleri	₺25.000
İl Birincileri	₺7.500

“

**14. SAĞLIKLI NESİL
SAĞLIKLI GELECEK
YETENEK YARIŞMASI
2026**

Yarışmaya Katılan Okul Sayısı **7.099**

Toplam Başvuru Sayısı **77.515**

Edebi Eser Sayısı **28.181**

Görsel Eser Sayısı **49.334**

”

**Görsel
Jüri**

Sümeyye Ceylan
Ertuğrul Çakır
Nesrin Kuruoğlu
Sinan Özay
Pınar Özlüyurdakul

**Edebi
Jüri**

Suheyra Sancar
Ömer Anıl Düşmez
Serkan Kan
Şengül Can
Nihal Cebeci

14. SAĞLIKLI NESİL SAĞLIKLI GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026 TÜRKİYE FİNALİ

- GÖRSEL KATEGORİ -

İLKOKUL



İLKOKUL
GÖRSEL KATEGORİ
BİRİNCİSİ

Masal Yılmaz
Gazi İlkokulu
İzmir - Torbalı



Merhaba, Ben Masal YILMAZ.

YEŞİLAY SNSG yarışması ilkokul kategorisinde Türkiye Birincisi olmaktan büyük mutluluk ve onur duydum. Bu resmimde, daha doğal, daha sağlıklı, daha verimli bir hayatı yaşayan çocuklar ve ailelerinin güzel yaşamları ve internet bağımlısı olan aileler ve çocuklarının olumsuz yaşamları arasındaki farkları, zararlı alışkanlık bağımlılığının kötü hayatlar üzerindeki etkisini göstermek istedim. Mustafa Kemal ATATÜRK'ün de dediği gibi, çocuklar ve gençler bir ülkenin geleceğidir. Yeşilay'ın yaptığı çalışmaların bu yüzden çok değerli olduğunu düşünüyorum. Çünkü bağımlılıklar sadece insanın sağlığını değil; ailesini, arkadaşlıklarını ve geleceğini de etkiliyor. Çocukların sporla, sanatla, bilimle ve güzel alışkanlıklarla büyümesi çok önemli. Ben de resmimde umut dolu ve sağlıklı bir geleceği anlatmaya çalıştım.

Düşüncelerimi resmederken bana destek olan aileme ve tüm öğretmenlerime sonsuz teşekkür ederim. Ayrıca bu fırsatı bizlere veren Yeşilay'a çok teşekkür ederim.



14. SAĞLIKLI NESİL SAĞLIKLI GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026

- GÖRSEL KATEGORİ -





İLKOKUL
GÖRSEL KATEGORİ
İKİNCİSİ

Ümmü Erva Karınca
İsmail Özcan İlkokulu
Denizli - Çivril



Merhaba ben Ümmü Erva Karınca.

Yeşilay'ın SNSG yarışmasında görsel kategoride Türkiye ikincisi oldum. Bu ödülü almaktan dolayı çok mutluyum. Resmimde bağımlı hayat ile gerçek hayat arasındaki uçurumu anlattım. Gerçek hayattaki çocuklar ve insanlar mutlu dünyalarında yaşarken, bağımlılık denizine düşmüş çocukları ve insanları bir süper kahraman gibi kurtarmaya çalışan Yeşilay'ı resmettim.

Bu süreçte bana destek olan aileme ve öğretmenlerime; ayrıca bizlere bu fırsatı tanıyan Yeşilay'a sonsuz teşekkürler...



14. SAĞLIKLI NESİL SAĞLIKLI GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026

- GÖRSEL KATEGORİ -







İLKOKUL
GÖRSEL KATEGORİ
ÜÇÜNCÜSÜ

Ecesu Mercan
Özel Toros İlkokulu
Mersin - Yenişehir



Merhabalar, öncelikle bizim ülkemizde doğduğum için çok şanslıyım. İyi ki güzel Türkiyemde doğdum. İyi ki memleketimizde eğlenceli yarışmalar yapılıyor. Bunlardan birine dahil olmak beni çok mutlu etti. Yarışmanın konusunu resimde en iyi şekilde anlatabilmek için çok çaba sarf ettim ve bunun sonucunda Türkiye Üçüncüsü olduğumdan çok mutluyum. Umarım benim resmim bağımlılıklarla mücadele eden insanlara ilham olmuştur, asla pes etmemek için umut vermiştir.



14. SAĞLIKLI NESİL SAĞLIKLI GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026

- GÖRSEL KATEGORİ -





14. SAĐLIKLIL NESİL SAĐLIKLIL GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026 TÜRKIYE FİNALİ

- GÖRSEL KATEGORİ -

ORTAOKUL



ORTAOKUL
GÖRSEL KATEGORİ
BİRİNCİSİ

Melis Ada Uyanık
Koç Ortaokulu
İstanbul - Beylikdüzü

Merhaba, ben Melis Ada Uyanık.

Yeşilay yarışmasını duyduğumda, bağımlılıklarla mücadeleyi nasıl anlatmalıyım diye düşündüm. Korkutucu resimler yapmak istemedim. Sağlık çalışanı teyzemin gramofonu gibi, iyi bir geleceğin sesi de güzel olmalıydı. İşte o zaman Yeşilay Kahramanımı o gramofonun başına hayal ettim. Gramofondan çıkan ses, Yeşilay'ın sevgisi, ruhu ve mücadelesini o "güzel sesiyle" insanların dikkatini çeksin YEDAM'ı tanıtсын istedim. Biz buradayız. Yeşilay her şehirde, her caddede her sokakta olduğunu göstermek istedim. Ama en önemlisi, bu sesin bütün çocukların ve gençlerin kalbine dokunmasını istedim.

Bu yarışmada birinci olmak beni çok mutlu etti. Ama beni en çok gururlandıran şey, Yeşilay'ın mücadelesini resmimle başkalarına da duyurabilmek oldu. Umarım bu resim, bağımlılıklarla mücadelede bir umut ışığı olur. Bu özel yolculukta hayallerimi çizgilere dökmemi sağlayan ve bana her zaman inanan canım aileme, yeteneğimi keşfetmemi sağlayıp yolumu aydınlatan kıymetli resim öğretmenime ve ilham kaynağı olan sevgili teyzeme sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Yeşilay bana bu fırsatı sunduğu için umut dolu bir geleceği her zaman resmetmeye devam edeceğim.

14. SAĞLIKLI NESİL SAĞLIKLI GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026

- GÖRSEL KATEGORİ -







ORTAOKUL
GÖRSEL KATEGORİ
İKİNCİSİ

Beren Örs

Cumhuriyet Mahallesi Ahmet Haşhaş
Ortaokulu
Konya - Selçuklu



Yeşilay tarafından düzenlenen bu anlamlı yarışmada Türkiye İkinciliği derecesine layık görülmek benim için büyük bir onur ve mutluluk kaynağı. Bu süreçte hayal gücümü destekleyen ve bu başarıya ulaşmamda emeği geçen herkese teşekkürlerimi sunmak isterim. Resmimde, günümüzün en büyük sorunlarından biri olan teknoloji bağımlılığı ile gerçek hayatın canlılığı arasındaki farkı anlatmak istedim. Kağıdı iki dünyaya ayırarak; ekranların ardındaki karanlık tarafı ve doğanın sunduğu aydınlık tarafı yan yana getirdim. Kontrolsüz teknolojinin insanı nasıl bir hapse sürüklediğini, bizi sınırsız saran ve hareket etmemizi engelleyen dikenli sarmaşıklarla sembolize ettim. Ancak bu karanlığın karşısına Yeşilay'ın temsil ettiği umudu ve dayanışmayı koydum. Yarışmaya hazırlanırken sadece boyalarımı değil, duygularımı da kağıda döktüm. Resmimle arkadaşlarıma "Bağımlı olma, özgür ol!" diyebilmek benim için en büyük ödül. Sağlıklı, renkli ve umut dolu yarınlarda buluşmak dileğiyle, sevgilerimle.



14. SAĞLIKLI NESİL SAĞLIKLI GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026

- GÖRSEL KATEGORİ -







ORTAOKUL
GÖRSEL KATEGORİ
ÜÇÜNCÜSÜ

Selin Bekiroğlu
Kocaeli Sanayi Odası Dumlupınar Ortaokulu
Kocaeli - Gölcük



Günümüzde bağımlılıklar etrafımızı kuşatmış durumda. Oysaki bunlardan sıyrılıp hayatın güzelliklerini daha çok fark etmeli ve yaşamalıyız. Ben de bu konuya dikkat çekmek amacı ile resmimde bağımlılıkların bizi git gide dibe çektiğini, fakat hiçbir zaman bunlardan kurtulmamızın geç olmadığını ve Yeşilay'ın yardım etmek için daima yanımızda olduğunu anlatmak istedim.

Yaptığım çalışma ile "Sağlıklı Nesil Sağlıklı Gelecek" yetenek yarışmasına katkıda bulunmaktan büyük mutluluk duyuyorum. Ayrıca beni bu ödüle layık gördüğünüz için teşekkürlerimi sunuyorum.



14. SAĞLIKLI NESİL SAĞLIKLI GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026

- GÖRSEL KATEGORİ -





14. SAĐLIKLIL NESİL SAĐLIKLIL GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026 TÜRKIYE FİNALİ

- GÖRSEL KATEGORİ -

LİSE



LİSE
GÖRSEL KATEGORİ
BİRİNCİSİ

Ela Naz Bayrak
Bilecik Güzel Sanatlar Lisesi
Bilecik - Bozüyük



Merhaba ben Ela Naz Bayrak.

Bu resimde zaman algısını ikiye bölmek istedim. Zamanın insanlar üzerindeki iki farklı etkisini anlatmaya çalıştım. Herkesin aynı zaman içinde farklı yollar seçtiğini simgeliyor. Resmin bir tarafında insanı yaşama bağlayan duyguları, diğer tarafında ise bağımlılıkların insan üzerindeki kalan etkisini göstermek istedim. Bugüne gelmemde emeği olan aileme, öğretmenime ve bana bu başarıyı yaşatan Yeşilay'a çok teşekkür ederim.



14. SAĞLIKLI NESİL SAĞLIKLI GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026

- GÖRSEL KATEGORİ -







LİSE
GÖRSEL KATEGORİ
İKİNCİSİ

Elif Reyhan Birgin
Ortaköy Şehit Rifat Kahyaoğlu Anadolu Lisesi
Aksaray - Ortaköy



Bazı insanlar, hayatlarındaki zorluklarla başa çıkabilmek ya da çevrelerine uyum sağlayabilmek için "Bir kereden bir şey olmaz" gibi yanlış düşüncelerle yanlış kararlar alabiliyorlar. Evet, yanlış bir yol ama dönüşü olmayan bir yol değil. Resimde de kapı özellikle aralık bırakılmış. Ne kadar zor olursa olsun umudun her zaman var olduğunu gösteriyor. Özellikle son zamanlarda yaşanan acı olaylar benim için Yeşilay'ın bu alandaki çalışmalarını daha önemli ve anlamlı kılıyor. Bu yarışmaya katılmamda vesile olan ve beni destekleyen öğretmenime, her zaman yanımda olan aileme ve toplumda farkındalık ve bilinç oluşturmak için çalışan Yeşilay'a teşekkür ederim.



14. SAĞLIKLI NESİL SAĞLIKLI GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026

- GÖRSEL KATEGORİ -







LİSE
GÖRSEL KATEGORİ
ÜÇÜNCÜSÜ

Bariş Baştaş
Eskişehir Eti Sosyal Bilimler Lisesi
Eskişehir - Odunpazarı



Merhaba, ben Barış Baştaş.

Yeşilay Haftası kapsamında düzenlenen resim yarışmasında Türkiye Üçüncüsü olmak benim için büyük bir mutluluk ve gurur oldu. Resmimi hazırlarken bağımlılıkların insan hayatına verdiği zararları ve sağlıklı yaşamın önemini anlatmaya çalıştım. Bu süreçte hem düşüncelerimi hem de hayal gücümü özgürce ifade etme fırsatı buldum.

Bana her zaman destek olan aileme, öğretmenlerime ve biz gençlerin farkındalık kazanmasına katkı sağlayan Yeşilay'a teşekkür ederim.



14. SAĞLIKLI NESİL SAĞLIKLI GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026

- GÖRSEL KATEGORİ -





14. SAĞLIKLİ NESİL SAĞLIKLİ GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026 TÜRKiYE FİNALİ

- EDEBİ KATEGORİ -

İLKOKUL



İLKOKUL
EDEBİ KATEGORİ
BİRİNCİSİ

Sümeyye Azra Koçyiğit
Şehit Ebubekir Ekinci İlkokulu
Sivas - Merkez



Merhaba Ben Sümeyye Azra Koçyiğit.

Bu hikayemde , bir çocuğun elindeki "gümüş kutunun" içinde nasıl kaybolduğunu ve sonra gerçek dünyayı nasıl yeniden öğrendiğini anlatmak istedim.

Eskiden renkli ekranlardaki patlamalar bana çok canlı gelirdi; oysa toprağa ektiğim bir tohumun büyümesini izlemek, oyunda seviye atlamaktan çok daha eğlenceliymiş. Bir çocuğun hayatının, soğuk bir cam ekranın içine sığmayacak kadar büyük ve değerli olduğunu göstermeyi amaçladım.

Beni her zaman destekleyen aileme, hayal gücümü özgür bırakan öğretmenime ve bağımlılıklara karşı farkındalık yaratarak bu başarıyı yaşamama vesile olan Yeşilay'a çok teşekkür ederim.



14. SAĞLIKLI NESİL SAĞLIKLI GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026

- EDEBİ KATEGORİ -



EKRANIN BİTTİĞİ YER

Babam o gümüş renkli telefonu elime tutuşturduğunda dünyalar benim olmuştu. Göya sadece ödevlerime bakacak, anlamadığım soruların cevaplarını arayacaktım. Ama öyle olmadı. O küçük kutunun içine sanki dev bir lunapark sığdırmışlardı. Rengarenk videolar, bitmek bilmeyen bölümler ve her saniye “Bana bak, buradayım!” diyen o kırmızı bildirimler.

Fark etmeden odanın kapısı gittikçe kapandı. Annem mutfaktan “Yemek hazır!” diye bağırdığında sesi sanki suyun altından geliyormuşçasına boğuklaşıyordu. Kedimiz Pamuk gelip bacaklarına sarıldığında o mırıldanırken ben onu her gün biraz daha itirdim. Gözlerim sadece o parlayan ekrana kilitlenmişti. Eskiden resim defterimin sayfaları yetmezken şimdi fırçalarım kurumuş, boyaların taş gibi olmuştu. Ellerimin mahareti sadece ekran kaydırmakla sınırlanmıştı. Sanki görünmez yapışkan bir iplik beni o ekrana bağlamıştı. İşin acısı ben kurtulmak istemiyordum.

Bir sabah pencereden dışarı baktım. Bahar gelmiş ağaçlar çiçek açmıştı ama her yer gri renkte görünüyordu. Oyunlardaki o patlamalar, o neon ışıklar kadar canlı değildi hiçbir şey. En yakın arkadaşım Ali'nin kapımıza gelip “Haydi, parktaki çınarın altına gidelim. Palamut topla- yıp oynarız.” sözleri bile ilgimi çekmemiş, başımı dahi kaldırmamıştım. İşimin olduğunu söy- leyip Ali'yi gönderdim.

Oysa tek işim ekranda zıplayan bir karakterin peşinden gitmekti. O gece rüyamda ken- dimi şarj kablolarından örülmüş kocaman bir ağın içinde gördüm. Hareket edemiyor, bağırma- yordum. Ter içinde uyandığımda ellerim istemsiz titriyordu. Telefon yanımda olmayınca ken- dimi eksik hissediyordum. Ben o avuç içi kadar kutunun esiri mi olmuşum yani?

Hafta sonu zorla köye, dedemin yanına götürüldüm. Arabadan iner inmez telefona sa- rıldım ama o da ne? Tek bir bağlantı çubuğu bile ekranda görünmüyordu. İlk saatler tam bir kâbustu. Herkese bağıriyor, duvarları yumruklamak istiyordum. Sanki havasız kalmıştım.

Dedem halimi görünce yanıma oturdu. Elime kahverengi küçük bir şey bıraktı. “Bu ne dede, taş mı?” dedim öfkeyle.

Güldü. “Bu bir tohum.” dedi. “Eğer onu toprağa eker ve sabırla beklersen sana o cam ekranların asla gösteremeyeceği bir mucizeyi gösterir. Toprak yalan söylemez evlat.”

Telefonu (zaten şarjı da bitmişti) fırlatıp attım ve bahçeye indim. Bahçede toprağı ace- micede eşelemeye başladım. Tırnaklarımın arasına toprak girmesi, üzerimin çamur olması beni rahatsız etmedi aksine garip bir şekilde hoşuma gitti.

O an içimdeki bir yerlerde bir şeyler kaçırıyorum korkusunun yavaş yavaş azaldığını hissettim başımı kaldırıp gök yüzüne baktım. Bulutlar ne kadar da hızlı şekil değiştirmiş meğer. Kuşlar birbirine ne kadar komik sesler çıkarıyormuş

Telefonun cam ekranına dokunmaktan parmak uçların uyuşmuştu ama şimdi toprağı hissetmek bana iyi geldi. O görünmez yapışkan zincir sanki bir anda çatlayarak kırıldı.

Şehre döndükten sonra her şey değişti. Dedem bazen arayıp “Senin tohum kafasını topraktan çıkardı.” diyordu. O minicik yeşil filizin büyümesini hayal etmek bir oyuna seviye atlamaktan çok daha heyecan vericiydi.

Artık eve gelince telefonumu direkt olarak çekmeceye koyuyorum. Eskiden vaktimi çalan o videolar şimdi bana çok boş geliyor. Çünkü dışarıda rüzgârın fısıltısı, Pamuk’un gerçek mırıltısı, Ali’nin beni oyuna çağırırken ki neşesi ve o hoş sesi var.

Bir şeyi anladım ki: Bağımlılık insanın kalbini soğuk bir cama hapsedip dünyayı unutmamasıymış.

Geçen akşam büyük bir fırtına koptu. Fırtınanın etkisiyle elektrikler kesildi. Eskiden olsa “Eyvah, Şarjım bitecek!” der ağlardım. Bu sefer bir mum yaktım ve kitaplığımın en alt rafından kapağı tozlanmış bir macera kitabı çıkardım. Kitabın sayfalarını çevirirken çıkan o hisirtmeler, telefonun sahte tıkırtılarından çok daha güzeldi. Sayfaların arasında kayboldum; ormanlara gittim, devlerle savaştım. Meğer benim hayal gücümün şarjı hiç bitmiyormuş. Mum ışığında okuduğum o hikâyeye bana dünyanın en parlak ekranından daha fazla ışık verdi. Kendi kendime yetebilmeyi, yalnız kalınca sıkılmamayı öğrendim.

Şimdi odamın kapısı hep açık. Kuruyan fırçalarını suya bastırdım., paletimdeki boyalar yeniden canlandı. Akşam yemeklerinde artık annemle babamın anlattığı hikâyelere gülüyorum. Pamuk’un tüylerini okşarken telefonun titreşimini değil onun huzurlu kalp atışlarını hissediyorum.

Ben artık o gümüş kutunun bir parçası değil kendi hayatımın kaptanım. O kutu hâlâ masada duruyor ama artık bana ne yapacağımı söyleyemez. Çünkü biliyorum ki asıl macera ekranın bittiği, kafamızı kaldırdığımız o ilk saniyede başlıyor.

Ertesi sabah erkenden uyandım. Perdeden sızan güneş ışığı odanın içine altın gibi yayılmıştı. Önceden olsa böyle sabahları fark etmezdim bile. Gözümü açar açmaz telefona bakardım. Ama o gün başka bir şey düşündüm. Dedemin verdiği o küçük tohumdan bizim bahçeye ekтім. Sonra mutfağa gidip bir bardak su aldım. Ektiğim tohumun üstüne döktüm.

Annem şaşkın gözlerle bana baktı. “Bu sabah çok erken kalktım” dedi.

“Biraz işim var” dedim gülerek.

Bahçeye çıktım. Toprağın üzeri hâlâ geceden kalma çiğlerden dolayı nemliydi. Dizlerimin üzerine çöktüm ve tohumu ektiğim yere dikkatlice baktım.

Elbette henüz bir şey görünmüyordu. Yine de içimde garip bir heyecan vardı. Sanki toprak benden bir sır saklıymış gibi hissediyordum. “Sabret.” demişti dedem. Toprak sabrı seviyordu.

O günden sonra her sabah bahçeye çıkmaya başladım. Küçük bir bardak suyla toprağı suluyor sonra uzun uzun toprağı seyrediyordum.

Bir gün Ali yine kapımıza kadar geldi. “Yine mi bahçedesin?” dedi.

“Elbette.” dedim. “Bir şey büyüyor burada.”

Ali toprağa baktı. “Ben bir şey görmüyorum.”

“Henüz.” dedim gülererek.

Birlikte biraz ağacın altında oturduk. Rüzgâr yaprakları hışırdatıyor, kuşlar dallarda zıplıyordu. Skiden bu sesleri hiç duymazdım. Ama şimdi hepsi ayrı ayrı güzel geliyordu.

Ali bir süre sonra cebinden telefonunu çıkardı. “Yeni bir oyun indirdim.” dedi.

Eskiden olsa hemen yanına yaklaşıp ve birlikte oynardık. Ama bu defa sadece başımı salladım.

“Sonra oynarız.” dedim. “Şimdi başka bir şey yapalım.”

Ali biraz şaşırıp ama sonra gülümsedi.

Bir sabah yine toprağı sularken küçük bir şey gördüm. Toprağın içinden incecik yeşil bir çizgi çıkıyordu. Gözlerime inanmadım. “Anne, baba gelin!” diye bağırdım.

Annem pencereden baktı. Babam da arkadan geldi.

“Bakın!” dedim heyecanla.

Babam diz çöküp toprağa baktı. “İşte.” Dedi gülümseyerek. “Hayat başlıyor.”

O küçükçük filiz bana kocaman bir başarı gibi gelmişti. bir oyunda seviye atlamak gibi değildi. Çünkü bu gerçekti ve ben yapmıştım. O an dedemin sözlerini hatırladım. “Toprak yalan söylemez evlat.”

Bir gün yine Ali gelmişti. “Elindeki nedir?” diye sordu.

“Küçük bir kürek.” Dedim. “Bahçede yer açıyorum.”

Ali kaşlarını kaldırdı. “Bahçıvan mı oldun?”

“Belki de.” dedim gülererek.

Birlikte toprağı kazdık. Küçük bir alan açtık ve birkaç tohum daha ektik. Ali “Belki burada küçük bir bahçe olur.” dedi.

“Belki de bir orman.” dedim. İkimiz de gülmeye başladık.

Zamanla bahçeye ektiğimiz tohumlar büyümeye başladı. Bazıları çiçek açtı bazıları uzun yapraklar verdi. Her gün oturup onları izlerken düşüncelere dalıyordum. Telefon bana binlerce görüntü göstermişti ama hiçbirini yaşamamıştım. Şimdi burada bu bahçedeki her şey gerçekti.

Rüzgâr gerçekti.

Toprak gerçekti.

Kokular gerçekti.

En önemlisi zaman da bir geçekti.

Güneş batarken bahçede Ali ile oturduğum bir akşam gökyüzünü izledim. Turuncu ve pembe renklere boyanmıştı. “Biliyor musun? Eskiden hep telefonla oynardık.” dedi hayıflanırcasına.

“Evet.” derken başımı salladım. Bahçedeki küçük bitkilere baktım. Hepsi rüzgârla hafif hafif sallanıyor, ben yine düşüncelere dalyordum.

Gerçek hayat ekranın içinde değil. Gerçek hayat, başımızı kaldırıp dünyaya baktığımız anda başlıyor. Ben artık o dünyayı kaçırmak istemiyorum.

Okul açıldığında birçok şey değişmişti. Bir şey hemen dikkatimi çekmişti. Teneffüslerde çoğu arkadaşım başlarını eğmiş telefonlarının ekranına bakıyordu. Parmakları hızla hareket ederken gözleri ekrandan bir an bile ayrılmıyordu.

Bir gün dayanamayıp gidip yanlarına oturdum. “Ne yapıyorsunuz?” diye sordum.

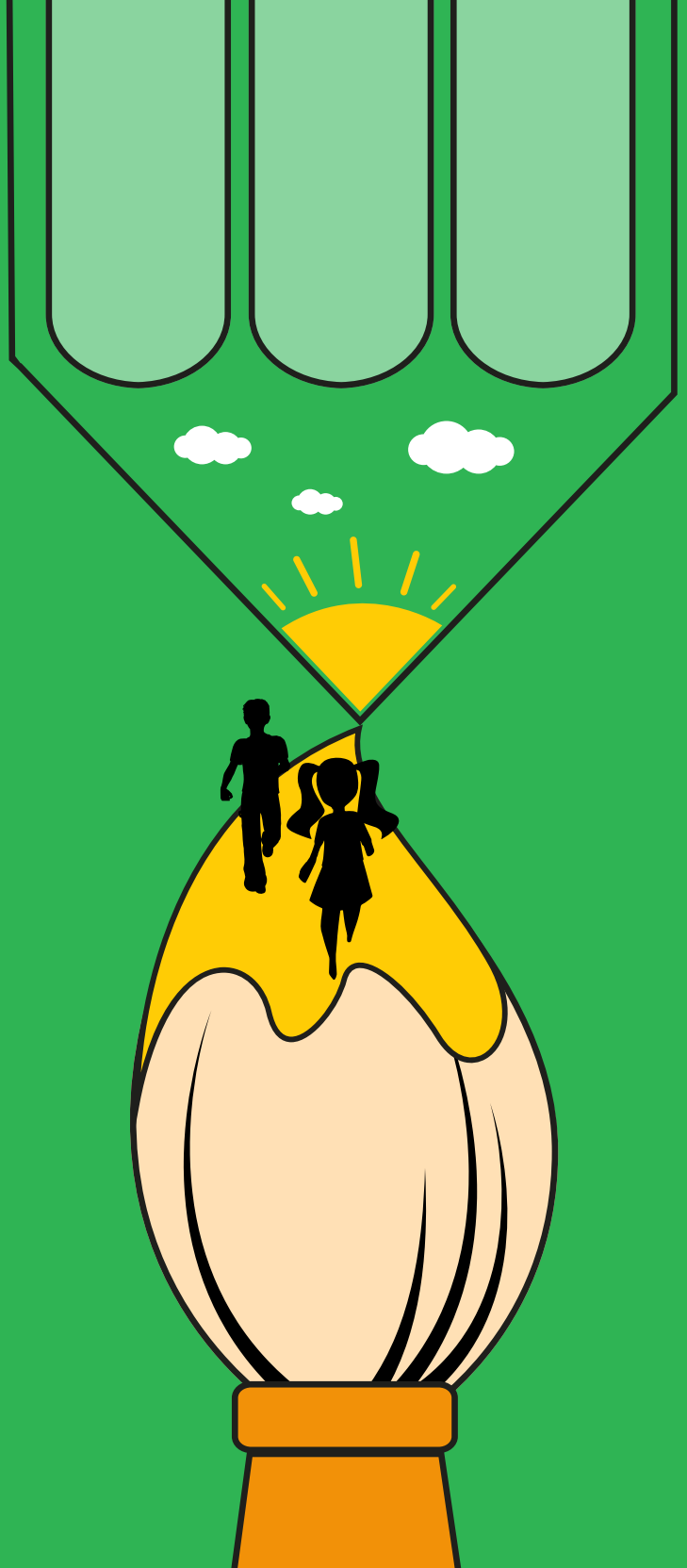
Ali'nin yanındaki çocuk başını bile kaldırmadan cevap verdi. “Yeni bir oyun çıktı.”

Ekrana eğilip baktım. Renkler, patlamalar, sesler... Hepsi çok parlaktı ama nedense bana çok gürültülü geliyordu.

“Gel bahçeye çıkalım.” dedim Ali'ye. “Top oynarız ya da yürürüz.”

Ali bir müddet bana ve telefonuna baktı. Bira düşündükten sonra telefonunu cebine koydu. “Haydi!” dedi.

O gün anladım ki bazen birinin sadece başını kaldırması yeterli oluyormuş.





İLKOKUL
EDEBİ KATEGORİ
İKİNCİSİ

Gökçe Gez
Körfez Bilim ve Sanat Merkezi
Kocaeli - Körfez

Merhaba, ben Gökçe Gez.



Körfez Bilim ve Sanat Merkezi'nde Yaratıcı Yazarlık Atölyesi öğrencisiyim. Halihazırda yayınlanmış iki kitabım bulunmaktadır. Hayal etmeye ve yazmaya devam ediyorum. Yazmanın insanlara dokunabilen güçlü bir anlatım olduğuna inanıyorum. Kalem aldığım "Görünmeyen Çocuk" adlı hikâyede, bağımlılıkların yalnızca bireyi değil, aile ilişkilerini de derinden etkilediğini anlatmaya çalıştım. Toplumun temel taşı olan ailede yaşanan bağımlılıklar; henüz bu karanlık dünyayla tanışmamış küçük bir çocuğun hayatına yalnızlık, korku ve üzüntü olarak yansıyor. Yazdığım bu hikâyeye, bir kişiye bile bağımlılıklara karşı güçlü durmayı öğretebilir ve farkındalık kazandırabilirse, benim için en büyük ödül bu olacaktır. Bu hikâyeyi yazma yolculuğumda bana destek olan, yol gösteren kıymetli öğretmenim Saliha Nisa Kaçaran'a; desteğini ve sevgisini her zaman hissettiğim değerli aileme; ayrıca düşüncelerimi özgürce ifade edebilme fırsatı sunan Yeşilay'a teşekkür ederim.



14. SAĞLIKLI NESİL SAĞLIKLI GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026

- EDEBİ KATEGORİ -



GÖRÜNMEYEN ÇOCUK

Güneşin pırıl pırıl parladığı bir günde minik kuş Sese, şehrin sokaklarında heyecanla uçmaya başladı. Camların kenarına, sokak lambalarının üzerine, balkon korkuluklarına konuyordu. Ormandaki gibi oynayacağı arkadaşlar arıyordu. Dakikalarca uçan Sese, araba desenli perdeleri olan bir pencere gördü ve hızla uçarak o pencerenin önüne kondu. Cam açıktı. Perdenin açıklığından içeriye süzdü. İçeride bir erkek çocuğu yere oturmuş, minik arabalarıyla oynuyordu. Onu ilk görüşte sevmiştir Sese. Bu çocuk onun aradığı oyun arkadaşı olabilirdi. Kendini fark ettirmek için ona doğru "cik cik" diye öttü minik Sese. Küçük çocuk hemen camın önüne geldi. Sese'ye parmağını uzattı. Sese, hiç tereddüt etmeden küçük çocuğun küçük parmağına kondu.

— Merhaba küçük kuş, diyerek onu içeriye aldı. Sese etrafı tanımak için içeride biraz uçuştı ve çocuğun omzuna kondu. Bu uçuş çocuğu mutlu etmişti.

— Benim adım Can, iyi ki geldin! dedi sevinçle. Benim hiç arkadaşım yok. Benimle arkadaş olur musun?

Sese neşeyle cıvıldaştı. Can, sevinçten Sese'nin cevabını beklemeden Sese'yi çalışma masasına bırakıp koşu koşu mutfağına gitti. Bir yandan da sevinçle haykırarak:

— Bekle minik kuş, sana bir şeyler getireceğim.

Elinde bir avuç ekmek kırıntısıyla geldi. Kırıntıları Sese'nin tam önüne, masanın üzerine döktü. Çok acıkan Sese, onları hızlıca yedi. Karnı doyan Sese mutlu olmuştu ve çocuğa doğru o şen sesiyle öttü. Can, Sese'yi tekrar eline alıp ona evi gezdirmeye başladı. "Burası mutfak" Dedi. Bir iki adım sonra Can, parmak uçlarına basarak aralık olan bir kapıya yaklaştı. İçerisi karanlıktı. Sadece ışıklı ve büyük bir ekranın yaydığı mavi bir parlaklık vardı. Masanın başında oturan çocuk, o ekranın içine çekilmiş gibi hareketsizdi. Gözlerini hiç kırpmıyordu. Bu abim." diye fisıldadı Can. Sesi o kadar kısık ki zor duyuluyordu. Can devam etti: "Abim bu bilgisayarının içindeki dünyada yaşıyor." Sese başını eğip dikkatle abisine baktı; abisi gerçekten de sandalyeye yapışmış gibiydi. Sese minicik cıvıldaştı ve şu düşüncelere daldı: "Acaba ne vardı o kutuda? Dünyada bu kadar eğlenceli oyunlar varken abisine ne olmuştu da hareketsiz durup bu kutuya bakıyordu? Can ile oynayabilirdi, bisiklet sürebilirdi ya da kitaplar okuyabilirdi." Sese'nin düşünceleri, Can'ın sesiyle bölündü:

— Hadi gel, biz salona gidelim.

Salon ortasına geldiklerinde, bir kutunun içinde birkaç insanın bir şeyler anlatıp durduğunu fark etti. Bilgisayar dedikleri ışıklı kutudan daha büyüktü, daha ışıklıydı. İçinde birileri bir şeyler anlatıp duruyordu ve Can'ın annesi tüm dikkatiyle bu kutuya bakıyordu. Bizim salona geldiğimizi fark etmemiştir bile. Sese bu kutuya uzunca baktı, anlamaya çalıştı. Can onun televizyona baktığını fark edip:

— Neye bakıyorsun minik kuş, ilk defa mı televizyon görüyorsun? dedi.

Evet, Sese ilk defa televizyon görüyordu. Sese uçup bir koltuğun kenarına kondu. Ev o kadar sessizdi ki Sese'nin o minik kanat sesleri rahatlıkla duyuluyordu. Buna rağmen Can'ın annesi minik Sese'yi fark etmemiştir bile. Hâlâ gözlerini ayırmadan televizyona bakıyordu. Can ise o sırada sevgiyle annesinin üzerine doğru atladı.

— Annemmm, dedi. Boynuna sarıldı, öptü.

Can annesinin boynuna sarıldığında, annesinin gözlerinde sadece o büyük ekrandan yansıyan renkli ışıklar dans ediyordu. Gözlerini o ışıltılı kutudan bir saniye bile ayırmadan, robot gibi bir sesle:

— Tamam Can. Kenarda dur şimdi. Bir şey izliyorum, burası çok önemli, dedi. Can'ı kucağından indirdi.

Can üzölmüştü, yüzü düşmüşdü. Titreyen sesiyle:

— Hadi gel, dedi Sese'ye.

Sese'yi konduğu yerden eline alıp odasına götürdü. Yerde duran o minik arabaların yanına Sese'yi bırakıp sessizce arabalarını ileri geri sürmeye başladı. Ona doğru öten Sese'ye baktığı anda yere gözlerinden bir damla yaş düştü. Sese onun neden ağladığını çok iyi anlamıştı. "Can'la oynayan, ilgilenen kimse yoktu ve çok yalnız hissediyordu. Bu ev çok sessizdi." diye düşündüğü tam o anda evde bir ses duyuldu. "Beş, dört, üç, iki..." diye bağırıyordu biri. Sese o anda çok heyecanlanmıştı. Bu sayıları çok iyi tanıyordu. Tabii ki de birileri saklambaç oynuyordu. Can'ın da saklambacı çok seveceğini düşünmüştü. Hemen uçmalı, saklanacak bir yer bulmalıydı. Can'ın masasının üzerinde duran kalemlerin arkasına saklandı. Sese bulunmayı beklerken ...

Can— Babam bu, dedi.

Sese'nin korkup saklandığını düşünüp ona:

— Korkma minik kuş, korkacak bir şey yok, dedi.

Babasının sesi öfkeyle karışmıştı ve bağırırken bağırıyordu:

— Yine mi kaybettim, yine mi, yine mi?

Bu oyunun saklambaç olmadığını anladı Sese. Saklandığı yerden çıkıp Can'ın omuzuna kondu. Can'ın babası bir şey kaybetmişti. "Ona bulması için yardım edelim." diye düşündü Sese. Bunu Can'a anlatmak için öttü. Can, Sese'ye doğru eğilerek:

— İçeriye mi gidelim, içeride ne olduğunu merak mı ediyorsun? dedi. Ama biraz sessiz olmalıyız. Babam yine çok sinirli.

Can ve Sese babasının olduğu odaya doğru ilerledi. Babası koltukta duran yastıkları yere fırlatıyordu. Sese ne olduğunu anlamak istiyordu. Neşeli seslere alışkındı. Babası bu sefer de balkona gidip sertçe kapıyı kapattı. Sese de balkon camının kenarına konup onu izlemeye başladı. Eline aldığı beyaz kâğıda sarılı bir çubuğun ucunu ateşledi. Ardından dumanlar çıkmaya başladı. Bu şeyi hızlıca ağzına götürüp çıkan dumanları içine çekiyordu. Yanan çubuk bitince dumanlar azalıyordu ve yeni bir beyaz çubuk ateşliyordu. Elindeki minik ışıklı ekrana öfkeyle parmaklarını vuruyordu. Sese, Can'a dönüp ötmeye başladı. Can onun yanına gidip:

— Gel minik kuş, dedi. Babam telefonda bir şeyler oynar, para kazanıp kaybeder. Ona göre evdeki tavırları da hep değişir. Bazen çok mutlu, bazen ise çok sinirli olur.

Bu evde kâhkaha atan kimse yoktu. İp atlayan kimse yoktu. Kimse kimseyle konuşmuyordu. Herkes dalgınca kutulara bakıp duruyordu. Can, Sese'yi çok sevmişti; aynı şekilde Sese de onu sevmişti ama

bu evde mutlu kimse yoktu ki. Sese bu evde mutlu olamayacağını anlamıştı. Burası büyük bir kafes gibiydi. O an o kadar istedi ki ormana dönmeyi, kahkaha atan mutlu insanlar görebildiği ormandaki evinde olmayı. Sese bir şey öğrenmişti: Bazı insanlar ellerinde mutlu olacak o kadar çok şey varken kafeste yaşamayı seçmişlerdi. Bir kuş kafeste bile ötüp mutlu olabiliyordu, tutsak olduğu hâlde... Ama bu büyük kafesteki yaşam çok sıkıcı ve mutsuzdu. Annesi, babası ve abisi sanki sevginin ne olduğunu unutmuştu. Televizyonun, bilgisayarın, telefonun ışıkları arttıkça bu evin renkleri silinmişti. Sese bu evde kalamayacağını çoktan anlamıştı. Burada kalırsa onun da renkleri solacaktı. Sese durduğu cam kenarından Can'ın odasına girdi. Bu eve heyecanla girdiği o pencerenin önüne kondu.

— Gidecek misin? dedi Can.

Sese ötmedi. Cama doğru döndü ve bir iki adım daha yaklaştı. Can anlamıştı. Çok üzüldü ama yine de pencereyi açtı.

— Git o zaman minik kuş, özgürlüğüne uç.

Sese açık olan camdan uçtu ve özgürlüğüne kavuştu. Can, Sese gidince yeniden yalnız kalmıştı. Kimse onunla ilgilenmiyor, oyunlar oynamıyordu. Bir anda koşup kapıyı açtı, ayakkabılarını giyip kapıyı kapattı. Kimse onun dışarı çıktığını fark etmeyecekti. Can, sadece bir kez gittiği o büyük piknik alanına doğru koştu. Sonunda alana gelmişti.

— Hey minik kuş, neredesin? dedi Can.

Sese, ağaç kavuğunda durduğu yerden Can'ın sesini duyunca dışarı çıktı. "Bu Can olmalı." diye düşündü. Can'ın sesine doğru uçmaya başladı. Can işte orada duruyordu. Sese öterek onun omzuna kondu. Can'ın üzgün olduğu her hâlinde belliydi. Can, Sese'yi görünce çok ama çok mutlu olmuştu.

— Minik kuş, seni çok özledim, dedi Can.

Sese ise ona daha çok sokularak onu özlediğini belli ediyordu.

— Benimle gelir misin? dedi Can.

Sese hayır dercesine o minik ayaklarıyla birkaç adım uzaklaştı.

— Gelmek istemiyor musun? dedi Can.

Sese evet dercesine öttü ve onun başının üstünde dolanıp durdu. Bir süre sonra uçarak yanından uzaklaştı. Can eve yalnız dönmek zorundaydı. Eve giderken çok düşündü: Bu minik kuşla bulunduğu mutluluğu neden evde kimsede bulamıyordu? O minik kuş özgürce uçup mutluluk şarkıları söylerken Can, sanki teknolojiyle sarmalanmış bir kafeste gibiydi. Artık bir karar vermişti. Eve dönecekti. Annesine, babasına ve abisine onları çok sevdiğini söyleyecekti. Onlardan ekran, kumar ve sigara gibi kötü alışkanlıklarını bırakmalarını isteyecekti. Can gökyüzüne bakıp:

— Sana söz veriyorum minik kuş, biz de ailemle birlikte artık senin gibi özgür olacağız. Kafesimizden kurtulacağız, dedi.

Can aldığı bu kararı uygulamak için eve koşuyordu. Eve geldiğinde basamakları hızlıca çıktı. Kapının zilini çaldı. Biraz bekledi ve kapı geç de olsa sonunda açıldı.

Annesi— Can, nereden geliyorsun? Ne zaman dışarı çıktın? dedi telaşla.

Can annesini dinlemiyordu. Önce abisinin odasına girdi. Perdeleri sıyrıp camı açtı. Abisinin şaşkın bakışları altında, korkusuzca bilgisayarın fişini çekti.

Abisi — Sen ne yaptığını sanıyorsun? dedi.

Ama Can umursamadı. Evdeki odaları tek tek gezip camları açıyor, temiz havayı içeriye davet ediyordu. Prizlerdeki fişleri çekip ortada duran şarj kablolarını topluyordu. Ailesinin şaşkın bakışları altında Can, sonunda salonun ortasında durdu. Derin bir nefes aldı ve:

— Yeter! diye bağırdı.

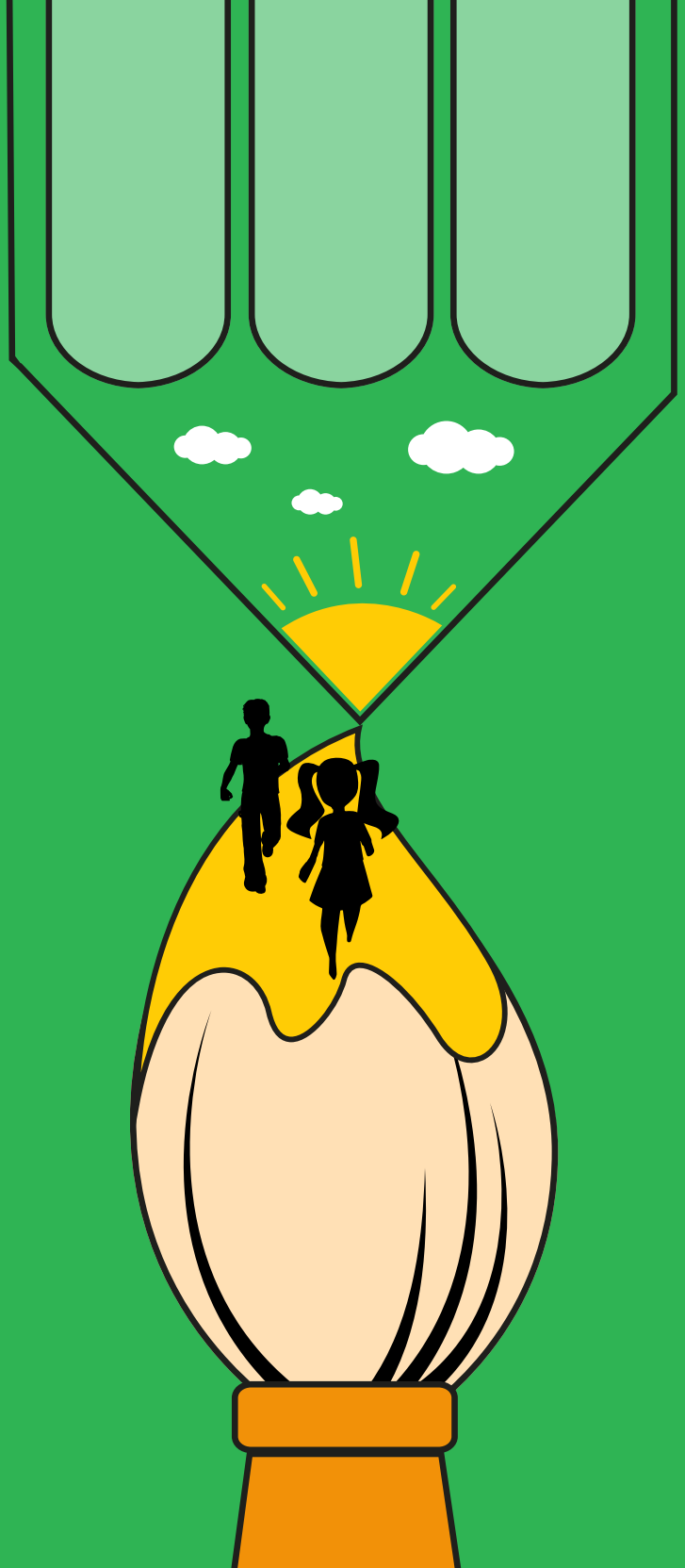
Kimse ne olduğunu anlamıyordu. Ama Can korkusuzca devam etti: *“Biliyor musunuz, siz ekranların başında ne kadar vakit geçiriyorsunuz? Mutlu olmayı, aile olmayı unuttunuz. Ne zaman birlikte bir şeyler yaptık, hatırlıyor musunuz? Ne zaman kahkaha sesleri yankılandı bu duvarlarda? Sizin hayatınız teknoloji olmuş, beni bile görmüyorsunuz. Sanki kocaman bir kafeste yaşıyorsunuz. Yeter artık! Bırakın bu aletleri. Ben ailemle mutlu olmayı, sarılmayı özledim. Artık birbirimizin yüzüne bakalım, bu kafeste yaşamayalım. Ben sizi çok seviyorum ve sevdiğimi hissetmek istiyorum.”* Bu sözler ailesini çok etkilemişti. O kadar şaşkın ve mahcup tular ki söyleyecek bir şey bulamadılar. Can'ın annesi:

— Canım oğlum, diyebildi ve ona sıkıca sarıldı.

Babası, abisini bir omzunun altına alıp Can ve annesine doğru ilerledi, diğer koluyla da onları sardı. Kocaman bir sevgi yumağı olmuşlardı sanki. Uzun zamandan sonra bu ev renklerini geri almaya başlamıştı. Belki zaman alacaktı ama gelecek, Can ve ailesi için artık rengârenk ve özgür olacaktı. Can'ın üzüntüsünü ve ailesiyle ne zamandır vakit geçirmedikini fark eden baba ilk hamlesini yaptı. Belki de kafesin kapılarını açmak için bir fırsattı.

— O zaman... Dedi duraksayarak, yarın hep beraber bir aile pikniğine ne dersiniz?

Herkes şaşırıldı. Can'ın gözleri birden parladı; çok uzun zamandır bu anı bekliyordu. Hem Sese'nin mutlu aile tablosunu görmesi onu da mutlu edecekti. Can bütün gece uyuyamadı. Zaman geçmek bilmedi. Sabah olduğunda ilk o uyanmıştı. Kıyafetlerini giymiş, herkesin uyanmasını bekliyordu. Aile bireyleri uyandı. Can'ı görünce gülümsediler ve onun heyecanına ortak oldular. Annesi akşamdan hazırladığı piknik eşyalarını aldı ve hep birlikte Sese'nin yaşadığı ormana doğru yola koyuldular. Can piknik alanına vardığında bir kuş gibi sekerek neşe içinde dolaştı. Ailecek oyunlar oynadılar. Uzun zaman sonra keyifli vakit geçiriyor, sevgiyi ve ilgiyi hissediyordu. Arada gözleri gökyüzünde Sese'yi arasa da zamanın nasıl geçtiğini anlamadan mutluluğun tadını çıkarıyordu. Sese ise Can'ın ormana geldiği ilk andan itibaren onu izliyordu. Can'ın mutluluğu onu da mutlu etmişti. Bugün Can çok şanslıydı. Peki ya diğer çocuklar? Kafeslerinde yaşamaya devam eden, bunun farkında olmayan insanlar... Belki herkesin Sese'ye ihtiyacı vardır, kafeslerini görebilmesi için. Belki de Sese, herkesin içindedir. Onu unutmayalım; camlarımızın önüne birazcık umut kırıntıları bırakalım.





İLKOKUL
EDEBİ KATEGORİ
ÜÇÜNCÜSÜ

Ayşe Zümra Kalaycı
Şehit Erkan Kendirci İlkokulu
Kastamonu - Merkez



Yeşilin bol, havanın tertemiz olduğu Euliyalar Şehri Kastamonu'dan herkese selamlar. Ben Ayşe Zümra, üçüncü sınıf öğrencisiyim ve okulumuzun Yeşilay Kulübü'nün bir üyesiyim. Öğretmenim 14. Sağlıklı Nesil Sağlıklı Gelecek Yetenek Yarışması'nı duyurunca hemen katılmaya karar verdim ve şiirimi yazdım.

Şiirimde bağımlılığın bize ve geleceğimize zarar verdiğini, kötü alışkanlıklarla hayatımızı boşa harcamamız gerektiğini, özellikle dijital bağımlılığın herkesi etkilediğini ve gerçek hayata bağlanmanın önemini anlatmak istedim.

Bu anlamlı yarışmada başarı elde ettiğim için çok mutluyum. Beni destekleyen anneme, babama, sevgili sınıf öğretmenim Keuser Köseoğlu'na ve her zaman yanımızda olan Yeşilay'a sonsuz teşekkür ederim.

Unutma; sağlıklı bir nesil ve sağlıklı bir gelecek için Yeşilay hep seninle.



14. SAĞLIKLI NESİL SAĞLIKLI GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026

- EDEBİ KATEGORİ -



YEŞİLAY HEP SENİNLE

Bağımlı olma sakın,
Yeşilay'la sağlıklı hayat yakın.
Kötü alışkanlıklardan kaçın;
Bu güzel gelecek senin kararın.

Küçük, büyük fark etmez;
Esir olma dijitale!
Ekran süreni belirle,
Yeşilay hep seninle.

Alkol, kumar, sigara...
Yararı yoktur sana.
Bağımlı olma bunlara,
Hayatını boşa harcama!

Sağlıklı bir yaşam için,
Yeşilay hep yanında.
Sağlıklı bir nesil için,
Yeşilay ile hep el ele.

14. SAĞLIKLİ NESİL SAĞLIKLİ GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026 TÜRKiYE FİNALİ

- EDEBİ KATEGORİ -

ORTAOKUL



ORTAOKUL
EDEBİ KATEGORİ
BİRİNCİSİ

Kerem Yıldırım
Kartepe Pakmaya Muzaffer İncekara
Ortaokulu
Kocaeli - Kartepe

Merhaba, ben Kerem YILDIRIM.



Hikâyemle Yeşilay'ın Sağlıklı Nesil Sağlıklı Gelecek Yarışması'nda yer almak ve bu çalışmamın değer görmesi benim için tarif edilemez bir mutluluk oldu. Yazımda, ilk bakışta eğlenceli görünen dijital oyunların zamanla nasıl tehlikeli bir bağımlılığa dönüşebileceğini, "bir tıklama" ile başlayan heyecanın, insanı gerçek hayattan, ailesinden ve kendisinden nasıl uzaklaştırabileceğini göstermeye çalıştım. Bu hikâyeyi yazarken sadece bir bağımlılık sürecini değil, aile olmanın, destek istemenin ve umudu kaybetmemenin önemini de vurguladım. Bir aile birlik olduğunda değişebilir, iyileşebilir ve yeniden gülebilir. Çünkü bazen insanın yeniden başlaması için büyük sözlere değil, doğru zamanda uzatılan bir ele ve kapanan bir kutunun ardından açılan yeni bir kapıya ihtiyacı vardır. Beni her zaman destekleyen aileme, bana yol gösteren öğretmenime ve bağımlılıkla mücadeleyi yalnızca bir uyarı değil, aynı zamanda yeniden başlama fırsatı olarak sunan Yeşilay'a gönülden teşekkür ederim. Bana da kendimi ifade edebileceğim anlamlı bir alan açtığı için ayrıca minnettarım.



14. SAĞLIKLI NESİL SAĞLIKLI GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026

- EDEBİ KATEGORİ -



BU AİLEDE GÜNCELLEME VAR

Siz bizim aileyi tanımazsınız. Tanısaydınız emin olun çok severdiniz. Annem mesela. Adı Vehime. Dedem koymuş bu ismi. Herhalde "vesvese"ye bu kadar yakışacak başka bir insan yoktur diye düşünmüş. Öyle kaygılıdır ki, burnumuz aksa beyin tümörümüz mü var, azıcık elimizi kessek kesin tetanos olduk. Beş dakika geç gelsek kim bilir başımıza neler gelmiştir. Annemin cümleleri genelde şu şekildedir: "Hii, ya.....olduysa!" Boşluğu dilediğimiz gibi doldurabilirsiniz. "Hii, ya araba çarptıysa ya kaçırıldıysa ya yangın çıkarsa" Bu evde hiçbir şey kendiliğinden olmaz, Vehime onaylıdır. O önce kurgular, kuruntu yapar, sonra düşünür. önlem alır ama her zaman ailemizi kurtarır. Annem işte Vesvese Bakanı. Kriz Yönetimi Uzmanı. Panikolog.

Babamın adı da Sabit. Gerçekten bir insan adının hakkını bu kadar mı verir. Kriz olur, yangın çıkar, çorba taşar... ama o koltuğunda sabit kalır. Yorum yapar, kahvesini içer, sonra "Annen zaten her şeyi çoktan düşünmüştür, o halleder" der. Annem ona bazen ailenin bağlantısı kopmuş Wi-Fi" der, bazen "insan postu giymiş koltuk". Bazen de "sabit duvar". Babamın cevabı da hep hazırdır: "Ben evin danışma kuruluyum. Gerekirse fikrimi söylerim, ama henüz fikrime hiç gerek olmadı, Vehime sağ olsun" der. Annemle bu kadar tezat olmaları bizi çok güldürür. Tath atışmaları evimizin eğlence kaynağıdır.

Bendeniz Deniz. Böyle demek hoşuma gidiyor. Ama evde bana "Dalga Deniz" derler. Çünkü her şeyi gülerek anlatırım. Her şeyin hep komik yanını bulurum, ödevden sıfır alsam da. Bu arada, her şeye de laf yetiştiririm. Babam, bu çocuk konuşmasa sistem çöker, der. En sevdiğim şeyse oyun oynamak. Ama öyle futbol falan değil. dijital oyunlar. Artık oyun oynamak için öyle sokağa çıkmaya hareket etmeye hiç gerek yok. Arkadaşlarım da Babapro Deniz der. Envanterimde açılmadık kutu, çıkartılmadık efsanevi kalmamıştır. Hatta bir ara parmaklarımın kaslandığını düşünmüştüm, tabi sadece "kutuyu aç" tuşuna bastığımdan olabilir.

Bir de abim var, Kaya. Efsanevi Kaya. Ya da benim gözümde öyleydi. Oyuncular bilir, bir dönem efsane loot-box açıcısıydı. Şimdi ise "Yıkık Kaya" gibi. Eskiden güler, bizlere takılır, annemle şakalaşır. Mesela bir defasında, "Anneciğim, çayımın yanına biraz vesvese de koyar mısın?" demişti. Gülmekten ölecektik. Bir keresinde de "Aman Deniz, yedikten sonra parmaklarını da kontrol et, bir parmağın eksik mi? demişti. Ne demek istediğini anlayınca hepimiz kahkahalara boğulmuştuk. Ama son aylarda sanki gülmeyi unuttu. Odadan çıkmaz oldu. Dersleri kötü, yüzü hep düşük. Güzel hayaller kuran abim gitmiş, yerine bir ekranın başında sessizce oturan biri gelmişti. Meğer kutu açmaktan, çark çevirmeye, oradan slot oyunlarına sanal kumara sürüklenmiş. Gerçek parayla "belki çıkar" umuduyla oynanan oyunlara. Önceleri kazanmış, hırslanmış, sonra kaybetmiş. Kaybettikçe daha çok denemiş. Bir türlü çıkamamış bu döngüden.

Ben de farkında olmadan onun gibi olmaya başlamışım. Ekran karşısında geçen saatler... Ne yapayım, kutudan çıkacak hayali eşyaların heyecamı gerçek hayattan daha heyecanlı geliyordu. Şimdi bizim aileye gelen güncellemeyi anlatacağım size.

Bir akşam abim odama geldi. Oturdu, sustu. Ekranı bakıyordum, yine bir kutu açma ekranıydı. Sadece bir bakış attı ekranıma. Sonra dedi ki:

"Deniz... Ben seni koruyamadım. Gerçi kendimi bile koruyamadım ki. Sana iyi bir örnek olamadım. Şimdi senin de aynı tuzağa düşmeni izleyemem. Ne çıkacağımı bile bile, o kutulara bastım durdum. O kadar pişmanım ki. Senden tek isteğim. O oyunlara girme." Sonra odadan çıktı. Pek anlayamadım ne demek istediğini. Mutfakta annemle konuşmuşlar.

"Anne... Ne olur sözümü kesme. Ben çok pişmanım. Ben de Deniz gibi kutu açma oyunlarıyla başladım. Böyle olacağımı bilmiyordum. Efsane çıkınca sevindim, çıkmayınca hırslandım. En başta küçüktü her şey... Bir tıklama, bir heyecan, harçlığım kadardı. Ama sonra... o tıklamalar arttı. Kutular bitti, çarklar geldi. Slotlar. Kaydırmalı ekranlar. "Belki bu sefer," dedim. "Bu sefer büyük ödül gelir." Her tıklamada kaybettim. Ama bırakmadım da. Sadece oyuna bağımlı değilim belki bir hayale, kolay zengin olmaya, emek vermeden kazanmaya. Biliyor musun anne, bir süre sonra harçlıklar yetmedi. Cebimdeki bozukluklar da... Sonra... senden habersiz aldım. Cüzdanından. Buna inanabiliyor musun anne, kenara attığın altınları bile çalmak istedim. Korktum. Çok korktum. Ama daha çok kaybettim. Aynalara bakamıyorum artık. Çünkü orada ne efsane bir karakter var ne de bir kazanan. Orada, kendini kaybetmiş bir genç var anne. Ben...Senin "büyük oğlum..." "Okuyacak, iyi bir işe girecek, seni rahat ettirecek" olan... İşte ben o hayalleri dijital bir çarka yatırdım. Senin dualarını, babamın sessiz gururunu, Deniz'in gözlerindeki o "Benim abim!" bakışımı... hepsini harcadım anne. Borçluyum. Sadece para olarak da değil. Size, kendime, hayata... borçluyum. Hırsıma yenik düştüm. O ekranlarda dönen şeyler, beni kendime yabancılaştırdı. Anne, başka gidecek kimsen yok. Affet beni. Yardım istiyorum. Bu sefer gerçekten kazanmak için değil... Kaybettiklerimi geri alabilmek için. Ben eski Kaya olamasam bile, bu çökmüş halimden bir şey inşa etmeme yardım et. Şimdi Deniz de benimle aynı sonu yaşayacak, benim gibi olacak, o tuzağa düşecek diye ödüm kopuyor."

Annem o gece hiç uyumadı 'Google'a bağımlılık yazdı, araştırdı, okudu okudu. Bütün gece "Nereye başvorsam, ne yapsam, bu çocukları nasıl kurtarsam" diye dolandı. Yeşilay'ın sayfasında YEDAM danışma hattını gördü. "Ya, sen nasıl annesin diye çocuklarımı benden alırlarsa, ya bizi fişlerlerse? Ya çocuklarımın siciline işlerse?" diye düşündü. Sonra içinden bir ses "Ara Vehime, bir kerelik düşünme." dedi. 115'i aradı. Anlattı anlattı. Karşısında çok anlayışlı ve ilgili biri vardı. Önce kendi için randevu aldı. Gittiği yerde kimse onu yargılamamış. "Burada her şey gizli," demişler. Bir uzmandan destek almış. Döndüğünde sakinleşmişti. O gece defterini çıkardı. AİLE KURTARMA PLANI yazdı.

Sonra Kaya için randevu aldı. Abim hem terapilere hem ücretsiz verilen meslek atölyelerine başladı. Ellerini kullanmaya, elleriyle ruhunu toplamaya başladı. Ahşapla tanışınca ekranı bıraktı. "Burada kaybolmak güzel" dedi. Sonra ben gittim. Konuşmadım. Ama biri benim susmamı bile ciddiye aldı. Sessizliğimi bile anladı. Sonra konuştum. Sonra oyunu sildim. Sonra futbola başladım. Sonra koştum. Sonra düştüm. Sonra güldüm. Ekranların dışında da bana iyi gelen bir hayat varmış.

Şimdi bizim evde durum şöyle: Babam hâlâ sabit, ama bu sefer sırtımızı dayayacağımız bir duvar gibi. Annem hâlâ vesveseli. Ama bize daha çok güveniyor. Kahvaltı masasında bu sabah... Peynirler üçgen. Zeytinler simetrik. Annem standart. Babam sabit. Ben umutlu. Ve abim. Efsanevi Kaya. Geri döndü. Çayını yudumlarırken dedi ki: "Biraz da vesvese koy anne, sade içemiyorum" Babam güldü: Vesvesesiz çay içilmiyor zaten...

İşte o gün... Bizim evin Wi-Fi'ı tam çekti. Ve uzun zamandır ilk defa... Hep birlikte, gerçekten güldük. Bazen bir aileyi kurtarmak için... bir kutuyu kapatmak yetermiş. Bizim evde artık kutular açılmıyor. Ama yeni kapılar açılıyor.





ORTAOKUL
EDEBİ KATEGORİ
İKİNCİSİ

Cengizhan Arslan
Cumhuriyet Ortaokulu
Bursa - İznik



Merhaba ben Cengizhan Arslan.

Yarışmaya katıldığım hikâyemde, kendi babamı sigara bağımlılığından kurtarmak için verdiğim mücadeleyi anlattım. Benim için o sadece bir karakter değil, hayatımdaki en büyük kahramandı. Aslında kaleme aldığım şey sadece bir bağımlılıkla savaş değil; aile sevgisinin iyileştirici gücü ve bir çocuğun gözündeki sağlıklı bir baba, sağlıklı bir gelecek umuduydu. Çünkü biliyorum ki sevgi, bir ailenin üzerine ay gibi yansıdığında her türlü zorluğun üstesinden gelinir. Bana yazma cesareti veren öğretmenlerime, her zaman yanımda olan aileme ve bu güzel organizasyonu düzenleyen Yeşilay'a çok teşekkür ederim. Sağlıklı bir geleceği hep birlikte inşa edeceğimize inanıyorum. Teşekkürler.



14. SAĞLIKLI NESİL SAĞLIKLI GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026

- EDEBİ KATEGORİ -



BİR MÜCADELENİN HİKAYESİ

Aylardan ocak. Kar lapa lapa yağıyordu. Cengizhan pencereden karın yağışını izliyordu. Babası söz vermişti kar yağdığında kardan adam yapacaklardı. Cengizhan babasının işten gelmesini sabırsızlıkla bekliyordu. Nihayet sokağın başında babası gözükmüştü. Her zamanki gibi elinde sigarası hem içiyor hem öksürüyordu. Babası eve yaklaştığında onu bekleyen oğlunu gördü. Eliyle "gel" işareti yaptı babası. Cengizhan hızlıca hazırlanıp bahçeye indi. Sonrası masal gibiydi. Bahçedeki çınar ağacının altında kardan adam yaptılar. Kardan adamın gözlerine zeytin, burnuna havuç, ağzına kırmızı biber taktılar. Ama henüz bitmemişti, kollarına ne takalım diye düşünürken ağaçtan düşmüş kuru bir dal gördü Cengizhan ve kollar da tamamdı. Babası Cengizhan'ın boynundan atkıyı alıp kardan adama taktı "İşte kardan adamımız hazır." dedi. Kardan adam çok güzel olmuştu. Babası biraz yorulmuş bir kütüğün üzerine oturmuştu ama Cengizhan henüz ne kara ne de babasıyla vakit geçirmeye doymuştu. Cengizhan babasına bir kar topu attı, babası da yerden bir avuç kar aldı, tam oyuna başlayacaktı ki babası yine öksürmeye başladı ve her zamanki gibi eğlence sona erdi. Ne zaman babasıyla güzel vakit geçirmeye başlasalar babası öksürmeye başlıyor ve mutlulukları yarım kalıyordu.

Cengizhan'ın babası sigara bağımlıydı. Son günlerde nefes darlığı çekiyor, çabuk yoruluyor ve sürekli öksürüyordu. Bu durum Cengizhan'ı çok üzüyordu. Babasını sigaradan vazgeçirmek için neler yapabileceğini düşündü. Eğer ona sigaranın zararlarını iyice anlatırsa babası da sigarayı bırakır diye düşündü ve başladı araştırmaya. Çeşitli kaynaklardan sigaranın zararlarıyla ilgili bilgi topladı, görseller hazırladı. Sigara içip sonradan bırakanların röportajlarını da ekleyip bir sunum hazırladı. Bu bilgilere kendisi dahi inanmadı. Meğer ne çok zararı varmış. Cengizhan artık sunum için hazırdı.

Bir gece babası televizyon izlerken "Babacığım izin verirsen sana bazı bilgiler aktarmak istiyorum." dedi ve başladı anlatmaya. Hem anlattı hem görselleri gösterdi ama babası hiç oralı olmadı. "Tamam oğlum." dedi ve televizyon izlemeye devam etti. Birkaç dakika sonra da her zamanki gibi balkona çıktı ve sigara içmeye devam etti. Cengizhan çok üzülmüştü ama babasını sigaradan kurtarmaya kararlıydı. Babası içeri girdiğinde Cengizhan'ın çok üzgün olduğunu gördü. Bu duruma kendisi de üzüldü. Bir bahane bulup "Cengizhan'ı bu ısrarından vazgeçirmeliyim." diye düşündü ve aklına bir fikir geldi. "Tamam, oğlum. Eğer beni bilek güreşinde yenersen sigarayı bırakırım." dedi. Cengizhan çok mutlu olmuştu "Tamam, hadi güreşelim o halde." dedi ama bu hiç de kolay değildi. Her defasında güreşi babası kazanıyordu. Çünkü Cengizhan henüz on yaşındaydı ve babasını bilek güreşinde yenmesi neredeyse imkansızdı. Zaten babası Cengizhan'ın kazanamayacağını biliyordu ve amacı onu oyalamaktı.

Cengizhan bilek güreşini kazanmak için neler yapabileceğini düşündü. Kaslarını güçlendirmesi gerekiyordu ama bu nasıl olacaktı? Bu konuyu annesiyle konuştu. Annesi Cengizhan'ın bilek güreşini kazanamayacağını farkındaydı ama oğlunu da üzmemek istemedi ve onu bir spor kursuna yazdırmaya karar verdi.

Cengizhan haftanın üç günü okul çıkışı spor kursuna gidiyordu. Kursta çok güzel vakit geçiriyor ve her geçen gün kaslarının güçlendiğini hissediyordu. Buna rağmen babasıyla yaptığı her bilek güreşi hüsrarla sonuçlanıyordu.

Babası bir gün çok hasta olmuş, öksürüğü iyice ilerlemiş ve artık nefes alamaz hale gelmişti. Hemen doktora gittiler ve doktor babasına aynen şöyle söylemişti: "Eğer iki yıl içinde sigarayı bırakmazsan sonraki yılların makineye bağlı nefes alarak geçireceksin". Cengizhan duyduklarına çok üzülmüştü.

Artık ne yapabileceğini bilmiyordu. Doktorun verdiği ilaçlar öksürüğünü biraz hafifletmişti ama babası hala sigarayı bırakmamıştı.

Artık babasıyla neredeyse hiç vakit geçiremiyor oyun oynayamıyordu çünkü çok geçmeden babası öksürmeye başlıyor ve oyun daha başlamadan bitmiş oluyordu.

Cengizhan babasını bilek güreşinde de yenemeyeceğini anlamıştı çünkü kendisi daha bir çocuktur. Biraz daha büyüyünce yenebilecekti belki ama o kadar vakitleri yoktu. Buna bir çare bulmalıydı. Cengizhan'ın da pes etmeye hiç niyeti yoktu.

Aradan birkaç hafta geçti. Cengizhan okul panosunda bir broşür gördü Yeşilay'ın broşüründe aynen şöyle yazıyordu "Bağımlılıkla Mücadele". Evet babası bir bağımlıydı, Cengizhan ise mücadeleci. Broşürü iyice inceledi bir yetenek yarışmasından bahsediyordu. Bunu aklının bir köşesine kaydetti.

Cengizhan bu mücadeleyi nasıl kazanacağını düşünüyordu. Annesiyle neler yapabilecekleri hakkında sohbetler ediyorlardı. "Doluya koydum almadı boşa koydum dolmadı." atasözümüz tam da bu durum için söylenmiş olmalıydı. Çok uğraş ve çaba göstermelerine rağmen bir türlü başarıyorlardı. Cengizhan annesine Yeşilay'ın yarışmasından da bahsetti. Annesinin aklına bir fikir geldi. İşe yarar mı bilinmez ama denemeye değerdi. O akşam planlarını yaptılar. Cengizhan Yeşilay'ın düzenlediği yarışmaya katılacak ve kendi hikayesini yazacaktı.

Ve plan işlemeye başladı.

Cengizhan babasına Yeşilay'ın bir yarışma başlattığını ve kendisinin de bu yarışmaya hikaye kategorisinden katılacağını söyledi. Babası "Tabii oğlum, eminim başarılı olacaksın bu konuda." dedi ve sigarasını alıp yine balkona geçti.

Cengizhan hikayesini bir kaç günde tamamlamıştı. Bir akşam babası "Hikaye yazma işi nasıl gidiyor oğlum?" diye sordu. Cengizhan "Hikayemiz bitti babacığım." dedi. Babası çok heyecanlanmıştı. "Getir de okuyayım oğlumun hikayesini." dedi. Bu sırada Cengizhan ile annesi göz göze geldiler, ikisi de çok endişeliydi. Nasıl bir tepkiyle karşılaşacaklarını kestiremiyorlardı ama başka çareleri de yoktu.

Babası hikayeyi okumaya başladı. Her satırda babasının yüz ifadesi değişiyordu. Cengizhan kendi hikayelerini kaleme almıştı. Babası hikayenin sonuna gelmişti ama o da ne! Hikayenin sonunda sigaranın verdiği zarardan dolayı babasının hayata gözlerini yumduğu yazıyordu. Bu nasıl olurdu biricik oğlu kendi hikayelerini nasıl bu şekilde sonlandırır? Hikaye de olsa böyle bir sonu babasına nasıl yakıştırırdı? Babasının elleri titriyordu. Daha fazla dayanamayıp hikayeyi masanın üzerine fırlatıp öfkeyle evden çıktı. Oysaki bilmediği bir şey vardı: Hikaye henüz bitmemişti.

Aradan birkaç saat geçti babası halen eve dönmemişti. Nerede, ne haldeydi babası? Cengizhan çok merak ediyordu. Evde bir sessizlik hakimdi. Cengizhan camdan dışarıya bakıyordu ama babası görünürlerde yoktu.

Cengizhan anılarını düşündü oysaki bu bahçede ne güzel günler geçirmişlerdi. Bahçede kocaman bir çınar ağacı vardı, bu ağaç ne mutluluklara şahit olmuştu. Kar yağdığında bu çınarın altında kardan adam yaparlardı. Yaz geldiğinde bu çınarın gölgesinde piknik yapar, top oynar, sohbet ederlerdi. Babası bu çınarın bir dalına hamak asmıştı. Hamak da Cengizhan'ın kitap okuma alanıydı. Ne güzel günler

geçmişti bu bahçede ta ki babası hastalanıncaya kadar. Şimdi tüm bu anılarını bir sigaraya kurban etmeye hiç niyeti yoktu. Cengizhan bunları düşünürken karşı yoldaki sokak lambasının loş ışığında birinin ağır ağır geldiğini gördü. Gelen babasıydı. Elinde sigarası her zamanki gibi hem içiyor hem öksürüyordu. Neyse ki bu son sigarası olacaktı. Cengizhan içeriye girdi annesine babasının geldiğini söyledi. İkisi de çok tedirgindi. Zil çaldı kapıyı Cengizhan açtı. Beraber odaya geçtiler babası her zamanki koltuğuna oturdu. Cengizhan'ı yanına çağırdı ve beklenen soruyu sordu. "Oğlum, nasıl olur da bizim hikayemize böyle bir son yazarsın ?" dedi. İşte Cengizhan'ın beklediği an gelmişti. Cengizhan "Babacığım bu sonu ben değil, sen yazdın." dedi üzülenek. Bu bir cümleden çok daha fazlasıydı. Babası öylece kalakaldı. Ne diyeceğini bilemedi. Bu doğrudu. Bu sonu kendisi hazırlamıştı. Cengizhan bu sonu engellemek için ne çok çaba sarf etmişti. Şimdi farkına varmıştı. Babası ayağa kalktı cebindeki sigara paketini çıkartıp tüm sigaraları kırıp attı. Yeni bir başlangıca kucakını açtı ve oğluna sınıksık sarıldı "Sana söz veriyorum oğlum, bu hikayenin sonunu değiştireceğim." dedi. Ne de olsa ölmeden önce ölmüştü ve hiçbir şey için geç değildi.

O günden sonra sigara hayatlarından tamamen çıkmıştı. Artık bahçelerinde öksürük sesi değil de sevinç çıkışlıkları yükseliyordu.

Elbette Cengizhan hikaye yarışmasını da unutmamıştı. Hikayenin sonunu değiştirip yarışmaya katıldı. Hikayesi bir mücadeleyi ve başarıyı anlatıyor, mutlulukla sonlanıyordu. Kendi gibi mücadeleciler pek çok çocuğa ışık tutuyordu. Cengizhan yarışmayı kazandı mı bilinmez ama bağımlılıkla olan mücadelesini kazanmıştı. Ve şunu çok iyi biliyordu: Bahçedeki çınar ağacı daha nice mutlu anlara şahit olacaktı.



ORTAOKUL
EDEBİ KATEGORİ
ÜÇÜNCÜSÜ

Ecrin Sena Altun
Altınpınar Ortaokulu
Gümüşhane - Torul



Merhaba ben Ecrin Sena Altun.

Yazdığım şiirde sağlıklı yaşamının önemini, temiz bir geleceğe açılan kapıları ve insanların kötü alışkanlıklardan uzak durması gerektiğini konu aldım. Sağlıklı nesillerin geleceği güzelleştireceğine, daha başarılı ve mutlu bir toplum oluşturacağına inanıyorum. Ayrıca insanların zararlı alışkanlıklara "hayır" diyebilmesinin önemli olduğunu düşünüyorum. Çünkü sağlıklı nesillerin geleceği güzelleştireceğine, daha başarılı ve mutlu bir toplum oluşturacağını umuyorum. Bu yarışmada emeği geçen tüm herkese ve Yeşilay'a teşekkürlerimi sunuyorum.



14. SAĞLIKLI NESİL SAĞLIKLI GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026

- EDEBİ KATEGORİ -



SAĞLIKLI YAŞAMAK BENİM EN BÜYÜK HAKKIM

Bir avuç meyve, temiz hava ve berrak su;
Sağlıklı büyüsün her çocuğun yurdu.
Daha üretken bir toplum, daha bilinçli, daha mutlu;
Büyüdüğü bir dünyada gelecek, daha huzurlu.

Zararlı alışkanlıklardan uzak duran nefisler,
Kendinden emin, hayır diyebilen cesur yürekler;
Koşan adımlar, gülen yüzler...
Geleceği kurar işte böyle nesiller.

Bugün attığımız her doğru adım,
Yarınlarımız için en doğru yatırım.
Sağlıklı yaşamak, benim en büyük hakkım.
Doğru yolu seçtiğim için kendimle gurur duyarım!

Unutma! Her birey küçücük bir tohum gibi.
Doğru bakılırsa yeşerir, boy verir fidan misali.
Sevgi unutmaz, ne onu ne beni ne de seni.
Yürekten gelir bazı şeylerin eseri.

Ben, temiz havada büyüyen bir çocuğum!
Sağlıkla yaşamak için umut doluyum.
Her sabah yeni bir güne başlarım,
Sağlığım için elimden geleni yaparım.



14. SAĞLIKLI NESİL SAĞLIKLI GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026 TÜRKİYE FİNALİ

- EDEBİ KATEGORİ -

LİSE



LİSE
EDEBİ KATEGORİ
BİRİNCİSİ

Meva Cömert
Görel Nihat Gürel Fen Lisesi
Giresun - Görel

Merhaba, ben Meva Cömert.



Bağımlılık, insanı yalnızlaştıran görünmez bir zincir gibidir. İlk başta hiçbir sorun yokmuş gibi görünse de zamanla insan, kendisini o zincirin bir halkasına bağlı hâlde bulur. Bağımlılık yalnızca kişinin kendisini etkilemekle kalmaz; ailesini endişelendirir, sosyal çevresini daraltır ve sonunda toplumun da zarar görmesine neden olur. Kişi bağımlılığın esiri olduktan sonra, zamanla dünyasındaki tüm renkler grileşir. Eskiden zevk aldığı her şeyin yerini karanlık ve umutsuz bir dünya alır. Benim temennim; özellikle pırl pırl genç nesillerimizin bağımlılığın her türlüüne karşı mücadele etmesi ve potansiyellerinin sömürülmemesidir. Bu nedenle, büyük bir minnet duyduğum Yeşilay'ın düzenlediği bu tür etkinliklerin çoğalmasını çok değerli buluyorum. Gençlerin yarışmalara katılarak sosyal alanlarda aktif olmalarının, renklerini, ışıklarını bulmalarına ve parlamalarına katkı sağlayacağına inanıyorum. Emeği geçen herkese teşekkür ederim.



14. SAĞLIKLI NESİL SAĞLIKLI GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026

- EDEBİ KATEGORİ -



TAHTA AT

Telefonumun ısrarlı titreyişiiyle zorla göz kapaklarımı araladım..Uykumla bilincimim arasına giren merak uyanmamı sağladı.Ekrana baktım:Saat 02.17.Gecenin o saatinde gelen mesajlar her zaman tuhaf bir ağırlık taşır. Dünya uyurken kelimeler daha soğuk daha ürkütücü olur. Ekranı biraz da bu endişe ile açtım.Mesaj Arda'dandı.Tek bir cümle vardı:

"Ben galiba kendimi kaybediyorum."

Bir süre cevap yazamadım. Cümlemin içinde açıklanmayan bir karanlık hissediliyordu. İnsan bazen kelimelerin arkasındaki gürültüyü fark eder ama ne soracağını bilemez.Bu karmaşayla zihnim boğuşurken sadece şunu yazabildim:

"Ne oldu?"

Dakikalar geçti.Sonra ikinci mesaj geldi:

"Yarın parkta buluşalım mı?"

Buluşma yerini ve saati kararlaştırdık.Mesajdan sonra uyuyamadım. Tavana bakarken eski günleri hatırladım. Çünkü Arda benim için sıradan bir arkadaş değildi.Bizim hikâyemiz çocukluğumuzun uzun yazlarında başlamıştı.Güneş sabah erkenden yükselir,tatlı sıcaklığını o körpe duygularımızın ,sevincimizin üzerine cömertçe serperdi. Akşam geç vakte kadar sokakların,ağaçların,renk renk tüyleriyle mahallemizin kedilerinin üzerinden çekilmezdi. Yaz günlerinde zaman yavaş akardı.Arda'yla hayatımızın en uzun en koşturmalı en kahkahalı günlerini o yazlarda yaşadık.Parkın ortasındaki eski salıncaklar bizim küçük dünyamızdı. Öğle sıcaklığında ağaçların gölgesine sığınır, akşamüstü serin düşüp rüzgâr çıktığında salıncaklara,kaydıraklara bazen de parkın ortasındaki koca meşe ağacının dallarına koşardık.Meşe ağacının kalın, alçak dalları bize yuva gibi gelirdi.Bazen saatlerce top oynar, bazen çimlerin üzerine uzanıp gökyüzündeki bulutlara bakardık.Arda en çok gülenimizdi.Gülüşü öyle içtendi ki parkın içindeki kuş civıltısı onun kahkasiyla ayrı bir besteye dönüşürdü.Sanıyorum ki çocuk neşesiyle kuşların coşkusu arasında görünmez ipler var.Bir keresinde parkın arkasındaki küçük marangoz dükkânına girmiştik. Usta yerde kalan küçük tahta parçalarını bize vermişti. Arda o parçalardan birini saatlerce oymuştu.Sonunda ortaya küçük bir tahta at çıkmıştı.Kaba hatları kalın ama güzel bir attı.Arda gülererek bana uzatmıştı:

"Bak,koşmayı hiç bırakmayan bir at."

O gün ikimiz de gülmüş,günler boyu bizim için dünyanın en güzel atı olan o tahta parçasını oyunlarımıza dahil etmiştik.Yıllar sonra o küçük atın başka bir anlam kazanacağını bilmiyordum.Çocukluk yazları insanın hafızasında hep aynı kalır: sıcak, parlak ve bitmeyecekmiş gibi...Ama hiçbir yaz sonsuza kadar sürmez.

Sabah okula giderken yollar,okul servisi,insanların bakışları,yanından geçtiğim çocukluğumuzun parkı hatta yaşlı meşe ağacı sonbaharın ağır hüznüyle doluydu.Kaldırımlar sararmış yapraklarla kaplıydı. Rüzgâr her estiğinde yapraklar birbirine sürtünüyor, ince bir hışırtı çıkarıyordu.Gökyüzü solgundu.Arda her zamanki bankta oturuyordu.Başını kaldırdığında gözlerinin altında uykusuz

gecelerin bıraktığı koyu gölgeler vardı.Ben sadece ona baktım ,nasılsın bile diyemedim.Hali,duruşu zaten her şeyi anlatıyordu.Sonra gücümü topladım:

"Mesajın korkuttu beni." dedim.

"Ben de korkuyorum." dedi.

Bir süre konuşmadık.Sonra Arda cebinden küçük tahta atı çıkardı.Parmaklarının arasında çevirmeye başladı.

"Hatırlıyor musun?" dedi.

"Marangoz dükkânını."

Başımı salladım.Arda atı elinde tutarken konuşmaya başladı:

"Biliyor musun,insan bağımlı olunca içinde iki ayrı hayat yaşamaya başlıyor."

Gözleri uzak bir yere dalmıştı.

"Bir kişi var... eskiden olduğum kişi,sabahları erken uyanan... güneşe bakan... yürürken şarkı söyleyen biri."

Bir süre sustu.

"Bir de ikinci kişi var."

Tahta atı parmaklarının arasında döndürdü.

"Onu ilk başta fark etmiyorsun. Sadece küçük bir fısıltı gibi geliyor,sonra o fısıltı büyüyor."

Başını kaldırdı.

"Bir süre sonra fark ediyorsun ki o ses senin değil."

Derin bir nefes aldı.

"İkimiz de aynı bedende yaşıyoruz,sabah aynaya baktığımda yüzüm aynı... ama içimde biri daha var.Tanımadığım ancak karşı koyamadığım sanki gün geçtikçe beni işgal eden biri..."

Bir an sustu:

Ve bazen o daha güçlü."

Rüzgâr parkın içinden geçiyor, kuru yaprakları savuruyordu.Ve ben rüzgarın bu kadar soğuk estiğini daha önce hiç fark etmemiştim.

"Bağımlılık böyle başlıyor. dedi Arda.

"Önce merak... sonra alışkanlık... sonra ihtiyaç..."

Sesi neredeyse fısıltıya dönmüştü.

“Birgün uyanıyorsun ve içindeki o ikinci kişi senden önce konuşuyor,bugün de onsuz yapamazsın.” diyor.

Benim bir şey söylemem fırsat vermeden tahta atı sımsıkı avucunun içine aldı ve hızlıca yerinden kalktı.Koşarak yaşlı meşe ağacının ardında kayboldu.Sadece arkasından bağırabildim : “Vazgeçme!”

Kalbim deli gibi atıyordu.Hüzün,çaresizlik ve bir umut...Hepsi birbirine karışmıştı.Sadece dua edebildirdim ve zaten edecektim.O gün Arda’yı son görüşümdü.

Günler geçti.Arda okula bir daha hiç gelmedi,mahalleden taşındıkları için evlerine gidemedim.Bir sabah markette aniden ablasıyla karşılaştım.Yüzünde yorgun bir ifade vardı.Arda’yı sordum.Alacağım cevaptan hem çok korkuyor hem de güzel bir haber umut ediyordum.Bir süre sustu.Sonra pencereye baktı.

“Zor bir dönemden geçiyor” dedi.

Ben başka bir şey soramadım ,sanırım o da daha fazla konuşacak durumda değildi.Birbirimize içten ama kederli gülümseyerek farklı raflara doğru ilerledik...

Kış iyice şehre yerleşmişti.Soğuk; evlere,yollara,belki kalbimizin içine bile ağır bir sessizlik gibi çökmüştü.Rüzgâr, sanki sokakların arasından geçen görünmez bir bıçak gibi insanın yüzünü kesiyordu.O günlerde Arda’yı sık sık düşündüm.Ablasının söylediği “Zor bir dönemden geçiyor” cümlesi zihnimin içinde yankılanıp duruyordu.Çünkü bağımlılıkla mücadele sadece bir alışkanlığı bırakmak değildir.Bazen insanın kendi içindeki bir varlıkla hesaplaşmasıdır.Arda’nın anlattığı o ikinci kişiyi hatırlıyordum.Kış gecelerinde o sesin daha da güçlendiğini hayal ettim.Soğuk geceler uzadıkça insanın içindeki karanlık da büyür. Uykunun gelmediği saatlerde, odanın içinde sadece nefesinin sesi varken o ikinci kişi konuşmaya başlar:

“Bir kez daha,son bir kez!”

Yoksunluk insanın bedenine önce küçük bir huzursuzluk gibi gelir. Parmak uçlarında ince bir titreme... İçten içe büyüyen bir boşluk hissi... Sonra yavaş yavaş bütün bedeni ele geçiren bir fırtına...Sanki vücudunun içindeki bütün sınırlar aynı anda bağırmağa başlar.Arda’nın o gecelerde yatağın kenarında oturduğunu düşündüm. Ellerini dizlerine bastırıp dişlerini sıktığını... İçindeki o ikinci sesle konuştuğunu.İkinci kişi sabırlıdır.İnsanın en zayıf anını bekler:

“Yorgunsun,bu kadar acıya gerek yok.”

Sonra insanın hafızasını bile kandırır.O ilk günlerin sahte huzurunu hatırlatır.Belki bazı geceler Arda sabaha kadar uyuyamadı.Belki elleri titredi.Belki kendini duvara vuracak kadar öfkelenmişti.Ama yoksunluk krizleri, içindeki ikinci kişinin son büyük saldırısıdır.Eğer insan o son geceyi atlarsa...Sabah biraz daha güçlenir.Arda o kışı yaşıyordu.Görmüyordum ama hissediyordum.Uzun, sert ve yalnız bir kış...

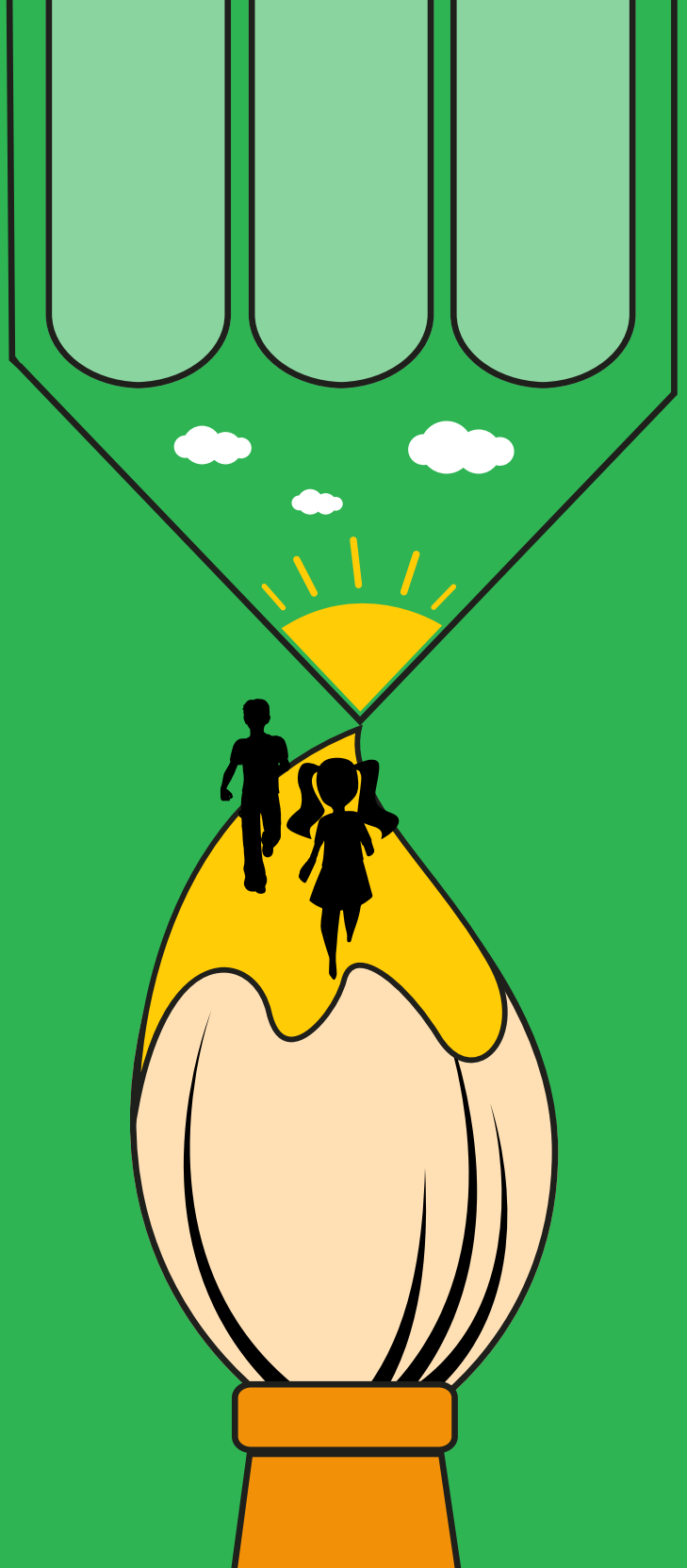
Aylar geçti...Ben her gün onu düşünüp dua ettim...Birgün okuldan dönerken yine parkın yanından geçiyordum.İlkbahar gelmişti.Ağaçların dallarında ince yeşil filizler vardı. Toprak uzun uykusundan uyanmış gibiydi.Birinin seslendiğini duydum, daha doğrusu duyduğumu zannettim.Tekrar adım söylenince sesin geldiği yöne döndüm. Ve orada birini gördüm.İlk başta emin olamadım,tekrar tekrar baktım.Evet oydu:Arda!

Aylar sonra ilk kez karşımdaydı.Ama değişmişti.Yüzündeki yorgunluk silinmiş,gözlerinin altındaki karanlık gölgeler kaybolmuştu.

Gözleri eskisi gibi yine yeşildi ama şimdi daha canlıydı; sanki kıştan sonra güneşe kavuşan bir orman bürümüştü.Arda konuşmadı.Sadece gözlerini gözlerime dikti gülümsemeye başladı.Sonra cebinden küçük tahta atı çıkardı.Sessizce bana uzattı.Atı çevirdim.Altına küçük harflerle kazanmış iki kelime vardı:

“Ben kazandım.”

Meğer okula gidiş saatimi bildiği için beni burada beklemiş.Sevinçle ,tıpkı yıllar önceki neşesiyle içindeki ikinci kişinin temelli gittiğini söyledi.Başımı kaldırdım.Önce Arda'nın orman yeşili gözlerine baktım.Sonra bakışlarım onun arkasındaki ağaçlara kaydı.Yaşlı meşenin dallarında yeni yeni tomurcuklar vardı.İnce yeşil yapraklar rüzgârla dans ediyordu.O an anladım.Mevsimler değişir.Ağaçlar yapraklarını kaybeder.Ama hiçbir ağaç sonsuza kadar çıplak kalmaz...Ve insan bazen en sert kıştan geçtikten sonra bile kendi baharını bulur!





LİSE
EDEBİ KATEGORİ
İKİNCİSİ

Aliye Ülker

Çine Anadolu İmam Hatip Lisesi
Aydın - Çine

“

Merhaba, ben Aliye Ülker.

Bu ödülü almak benim için çok büyük bir mutluluk ve gurur kaynağı oldu. Başta aileme, öğretmenlerime ve emeği geçen herkese teşekkür ediyorum. Ayrıca gençlerin sesine değer veren Yeşilay'a teşekkür ederim. Sağlıklı bir gelecek; bilinçli, umutlu ve güçlü gençlerle mümkündür. Ben de şiirimle buna küçük bir katkı sunabildiysem ne mutlu bana. Yeşilay'a da gençlere kendilerini ifade etme fırsatı verdiği için teşekkür ederim.

”

14. SAĞLIKLI NESİL SAĞLIKLI GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026

- EDEBİ KATEGORİ -



Sessiz Tuzak

Bir duman yükselir gecenin koynundan,
Sessizce sarılır insanın boynundan.
Önce masum gelir, küçük bir heves gibi,
Sonra zincir olur kalbinin soyundan.

Bir ekran parlar yalnız odalarda,
Saatler erir suskun rüyalarda.
Gözler uyanıktır ama ruh yorgundur,
Hayat kaybolur sanal diyarlarda.

Bir zar düşer kumarın karanlık sessizliğine,
Umutlar savrulur talihin nefesine.
Bir yudumla başlar karanlık yolculuk,
Gönül düşer esaret kafesine.

Oysa gökyüzü hâlâ mavidir,
Her sabah umutla doğan bir devirdir.
Kır zincirleri, kaldır başını şimdi,
Özgürlük insanın en güzel şitridir.

Bir adım at yeter aydınlığa doğru,
Bir nefes al yeter yarına doğru.
Bağımlılık değil, umut büyüsün,
Sağlıklı nesil yürüsün yarına doğru.



LİSE
EDEBİ KATEGORİ
ÜÇÜNCÜSÜ

Eylül Kul
Ulubey Anadolu Lisesi
Ordu - Ulubey



Merhaba ben Eylül Kul.

Bu yarışma için kaleme aldığım "Esaretin Rengi: Kendine Geç Kalmak" başlıklı metnimde; bağımlılığın sadece fiziksel bir tutsaklık değil, insanın kendi iradesinden ve zamanından vazgeçtiği bir illüzyon olduğu gerçeğine odaklandım. Yazımda, modern dünyanın sunduğu dijital ve madde bağımlılıklarının ruhumuzda açtığı yaraları ele alırken, gerçek özgürlüğün ancak iradenin yeniden inşasıyla mümkün olabileceğini anlatmaya çalıştım. Bu yaratıcı süreçte beni yüreklendiren ve fikirleriyle ufkumu açan danışman öğretmenime, her zaman yanımda olup desteklerini esirgemeyen kıymetli aileme ve bizlere bu farkındalık platformunu sunarak sağlıklı bir geleceğe ışık tutan Yeşilay'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.



14. SAĞLIKLI NESİL SAĞLIKLI GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026

- EDEBİ KATEGORİ -



ESARETİN RENGİ: KENDİNE GEÇ KALMAK

I. Bölüm: Eşiğin Sessizliği ve İllüzyonun Başlangıcı

Her trajedi, sahneye en masum kostümleriyle çıkar. Bağımlılık da böyledir; bir kutlama masasında, bir dost meclisinin samimiyetinde ya da yalnızlığın en koyu vaktinde kaprı çalar. İlk adım, bir uçurumun kenarında durduğunun farkında olmadan, aşağıda parıldayan bir ışığa uzanmak gibidir. "Bir kereden bir şey olmaz" cümlesi, iradenin surlarında açılan o ilk ve en tehlikeli gediktir. İnsan, kendi zayıflığını bir "deneyim" maskesiyle örterken, aslında özgürlüğünden vazgeçtiği o büyük ve karanlık takasın sözleşmesini imzalamaktadır.

Bu ilk aşama, kusursuz bir illüzyonun başlangıcıdır. Kişi, kontrolün tamamen kendisinde olduğunu, istediği an bu yeni alışkanlığı bir kenara bırakabileceğini zanneder. Oysa bağımlılık, sessiz bir istilacı gibi ruhun kılcak damarlarına sızar. Zamanla o "tek seferlik" kaçamaklar, hayatın merkezine yerleşen, nefes almayı bile zorlaştıran birer zorunluluğa dönüşür. İnsan, doğası gereği özgür doğar; ancak bu özgürlük, sınırları tayin edilmemiş bir kuralızsızlık değil, kendi kararlarının ağırlığını taşıyabilme yetisidir. Bağımlılık ise bu yetinin, geçici bir hazzın ayakları altına serilmesidir. İlk dumanın, ilk kadehin ya da ekranın o ilk yarı uyku haline sokan parıltısının arkasında yatan şey bir özgürlük tercihi değil, iradenin gönüllü teslimiyetidir. İnsan, kendi elleriyle ördüğü bu görünmez kafesin içinde, anahtarın dışarıda bir yerlerde olduğunu sanarak en kıymetli hazinesi olan zamanını feda eder.

II. Bölüm: Ruhun Kimyası ve Modern Zamanın Prangaları

Eskiden bağımlılık dendiğinde akla sadece somut, elle tutulur maddeler gelirdi. Oysa bugün, teknolojinin ve hızın esiri olmuş bir çağın sancılı çocuklarıyız. Bir ekranın soğuk ve mavi ışığı, bazen bir tütün dumanından daha derin yaralar açabiliyor ruhumuzda. İnsan beyni, ödül ve haz mekanizmaları üzerine kurulmuş hassas bir dengedir. Doğal döngüde biz gerçek bir başarı kazandığımızda, birine yardım ettiğimizde ya da bir sanat eseri karşısında büyülediğimizde salılanması gereken o ödül hissi, bağımlılık nesnelere tarafından gasp edilir.

Modern dünya bize "sahte cennetler" vaat ediyor. Gerçek hayatın zorluklarından, sınav stresinden, hayal kırıklıklarından veya toplumsal baskılardan kaçmak isteyen birey; bir maddenin uyuşturucu etkisine veya dijital bir dünyanın sonsuz döngüsüne sığınmaktadır. Bu bir kaçış öyküsüdür; ancak gidilen yer bir sığınak değil, giderek daralan bir hapisanedir. Duygularını uyuşturarak yaşayan biri, sadece acıyı değil, sevincin o saf halini de kaybeder. Çünkü insan ruhu seçici bir körlük yaşayamaz; bir kez uyuşmaya başladığında, hayatın tüm renklerine, gün batımının estetiğine ve bir dostun samimi bakışına karşı da duyarsızlaşır. Yeşilay'ın mücadelesi tam da bu noktada bir "hakikat savunmasıdır." İnsanı, o sentetik uykusundan uyandırıp hayatın tüm çıplaklığıyla, tüm acısıyla ama en çok da tüm neşesiyle yeniden tanıştıran çabasıdır.

III. Bölüm: Kaybedilen Zaman ve Kırılan Aynalar

Bağımlılık, hırsızların en sinsisidir; çünkü o sadece sağlığımızı değil, geri getirilmesi imkânsız olan "zamanımızı" ve en nihayetinde "öz saygımızı" çalar. Aynaya baktığımızda gördüğümüz o yabancı, aslında bir zamanlar gökyüzüne umutla bakan, dünyayı değiştireceğine inanan o

çocuğun enkaza dönmüş halidir. Bir gencin en verimli, en üretken yıllarının bir dumanın içinde eriyip gitmesi ya da bir yetişkinin ailesine ayracağı vaktin bir maddenin yoksunluk kriziyle heba olması, telafisi mümkün olmayan toplumsal bir trajedir.

Üstelik bağımlılık, sanıldığı gibi bireysel bir eylem değildir; o, bencilliğin en trajik dışavurumudur. Kişi sadece kendine zarar verdiğini iddia ederek vicdanını rahatlatmaya çalışsa da, aslında etrafındaki herkesi o karanlık girdabın içine çeker. Bir annenin gece boyu kapı eşliğinde tuttuğu o endişeli nöbet, bir çocuğun babasının gözlerinde aradığı ama bulamadığı o güven duygusu, bağımlılığın çevresine ödettiği en ağır bedellerdir. Bizler, sadece kendi bedenimizden sorumlu değiliz; bizlere umut bağlayanlardan, kalemimize, emeğimize ve sevgimize ihtiyaç duyanlardan da sorumluyuz. Bu bölüm, bir vicdan muhasebesidir. Her bağımlı, aslında sadece bir maddeyi değil, sevdiklerinin kendisine olan inancını da her gün biraz daha tüketmekte, kendi hayat hikâyesinin kahramanı olmaktan çıkıp trajik bir figürana dönüşmektedir.

IV. Bölüm: İradenin Yeniden İnşası ve İyileşme Sancısı

Karanlığın en yoğun, en nefes kesici olduğu an, aslında şafağın sökmesine en yakın olan andır. Bağımlılıktan kurtulmak, bir savaşı kazanmaktan ziyade, insanın kendisiyle olan barışını yeniden inşa etmesidir. Bu yolculuk, "Ben zayıf düştüm ama yeniden ayağa kalkma iradesine sahibim" diyebilme dürüstlüğüyle başlar. Kurtuluşun yolu, o sahte sığınakları, o uyuşturan alışkanlıkları birer birer terk etmekten ve çıplak ayakla gerçekliğin bazen dikenli ama her zaman sahici olan yollarında yürümeyi göze almaktan geçer.

Bu süreçte Yeşilay, sadece bir kurum veya bir amblem değil; karanlıkta uzatılan bir dost eli, fırtınalı denizde sığınacak güvenli bir limandır. Uzatılan o eli tutmak, "Hayır" diyebilmenin o muazzam asaletini yeniden keşfetmektir. Bir insanın kendi iradesini, bir maddenin pençesinden söküp alması, dünyanın en büyük sessiz kahramanlıklarından biridir. Bu, sancılı bir doğumdur; eski, uyuşmuş, kimliğini kaybetmiş benliğin ölmesi ve yerine berrak zihinli, nefes alan, her anın farkında olan yeni bir insanın gelmesidir. İyileşme, sadece biyolojik bir temizlenme süreci değildir; o, ruhun yeniden özgürlüğe kanat çırpışdır. İnsan, bağımlılığın zincirlerini kırdığında sadece sağlıklı olmaz, aynı zamanda kendi hayatının mutlak hükümdarı olur.

V. Bölüm: Özgürlük Senfonisi ve Geleceğe Miras

Sonuç olarak bağımlılık, bir varış noktası değil; yanlış bir yoldan dönme ve yeni bir hayata başlama fırsatıdır. Yeşilay Haftası vesilesiyle kendimize ve topluma sormamız gereken en temel soru şudur: Biz, kendi hayat hikâyemizin ne kadar yazarız? Hayat, bir dumanın arkasına saklanmayacak kadar kısa; bir ekranın içinde kaybolmayacak kadar değerli ve bir maddenin esiri olmayacak kadar onurludur.

Gerçek özgürlük; hiçbir pranganın, hiçbir alışkanlığın ve hiçbir geçici hazzın bizi kendimizden, özümüzden ve hayallerimizden uzaklaştırmasına izin vermemektir. Gökyüzüne baktığımızda ciğerlerimizi temiz havayla doldurabilmek, sevdiklerimizin gözlerine bulanık olmayan, sevgi dolu bir zihinle bakabilmek en büyük zenginliktir. Gelecek nesillere bırakacağımız en kıymetli miras; sadece beton binalar veya maddi varlıklar değil; alkolün, tütünün ya da dijital

uyuşturucuların gölgesinde kalmamış, "kendi olabilen" ve hür düşünebilen bir gençliktir. Zincirlerini fark eden ve onları kırma cesareti gösteren her ruh, insanlığın ortak zaferidir. Bugün, o ilk adımı atma, o prangayı söktüp atma günüdür. Çünkü hayat, bağımlı olmayacak kadar büyüleyici, uyuşmayacak kadar gerçektir.



14. SAĞLIKLİ NESİL SAĞLIKLİ GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026

- İL BİRİNCİLERİ -

İLKOKUL, ORTAOKUL, LİSE

Şehir	Kategori	İlkokul	Ortaokul	Lise
ADANA	Edebi	Sevde Gök	Hasan Emir Erdem	Tuğçe Sarı
	Görsel	Ediz Miraç Avcı	Numan Kocaman	Lütfiye Betül Oskan
ADİYAMAN	Edebi	Melisa Çetinkaya	Zeynep Köseleler	Zeynep Büşra Okutan
	Görsel	Elifnur Kılıç	Ömer Önderci	Beyza Tepe
AFYONKARAHİSAR	Edebi	Mutlu Efe Akpınar	Buğlem Özkan	Tuğçe Su Babacan
	Görsel	Ayşe Sare Aslan	Kaan Hozer	Melike Yükseldi
AĞRI	Edebi	Nisa Kaplan		Gündüz Oral
	Görsel	Zeynep Ecrin Oktay	Evin Kübra Erat	Ece Ateş
AKSARAY	Edebi	Yusuf Ata	Elif Sena Çetin	Tuba Aktı
	Görsel	Ayşe Bilge Zenginoğlu	Ali Efe Meral	Elif Reyhan Birgin
AMASYA	Edebi	Mustafa Yiğit Atalar	Müge Önal	Elif Zeren Kısa
	Görsel	Ayşe Naz İnce	Necip Emirhan Balak	Işıl Ertürk
ANKARA	Edebi	Pelin Şahin	Çağın Sarıkaya	Zeynep Naz Boru
	Görsel	Aras Beyaztaş	Zanyar Jir Ak	Emine Güneş Özdemir
ANTALYA	Edebi	Ahmet Sedat Ünver	Ecrin Sayın	Eylül Nehir Ersoyol
	Görsel	Sahra Kaya	Elizaveta Rysinamatsueva	Elif Mollalar
ARDAHAN	Edebi	Ege Asker Yıldırım		Songül Çeken
	Görsel	Tuğba Çekin		Zeynep Kaya

Şehir	Kategori	İlkokul	Ortaokul	Lise
ARTVİN	Edebi	Ada Avcı	Nurhayat Kumsal Moldur	Muhammet Tarık Kaya
	Görsel	Mustafa Ali Polat	Medine Nur Töngel	Zeynep Durmaz
AYDIN	Edebi	Abdullah Altan Önder	Zeynep Nil Öztürk	Sevinç Taşcan
	Görsel	Nejdet Lider Demir	Deniz Şimşek	Tuana Yılmaz
BALIKESİR	Edebi	Duru Çelik	Cansu Domdomoğulları	Fatmagül Kaya
	Görsel	Metehan Hamdi Caygın	Selen Yılmaz	Ceylin Yılmaz
BARTIN	Edebi	Şimal Kipritçi	Asel Aydın	
	Görsel	Esila Taşkın	Nehir Savaş	Reyyan Çelebi
BATMAN	Edebi	Aselnaz Ertaş	Zin Şimşek	Beyza Akkuş
	Görsel	Hatice Azra Sucu	Nurgül İbrahimoglu	Ahmet Hüseyin Güneş
BAYBURT	Edebi	Elif Naz Demir	Hayrunnisa Kocabey	
	Görsel	Fatma Şentürk	Hafsanur Kelleci	Betül Hafsa Kelleci
BİLECİK	Edebi	Aysima Topçu	Aybüke Yıldırım	Melikşah Sarıca
	Görsel	Nil Duru Öztürk	Hatice Kübra Fidan	Ela Naz Bayrak
BİNGÖL	Edebi	Eymen Sıraç Şengül		Zeyneb Akdağ
	Görsel			Rojin Dumlu
BİTLİS	Edebi	Ezgi Nur Kandemir	Elvan Karabalık	Elanur Demiryolu
	Görsel	Berra Saliha Samancı	Talha Çelebi Öztürk	Talha Adil Şahin

14. SAĞLIKLI NESİL SAĞLIKLI GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026
- İL BİRİNCİLERİ -



Şehir	Kategori	İlkokul	Ortaokul	Lise
BOLU	Edebi	İpek Buğlem Öztaban	Ravza Nur Ünán	Esmanur Yıldız
	Görsel	Cansu Demirkol	Zeynep Duru Çıracı	Ela Erdoğan
BURDUR	Edebi	Elif Gökçen Öztürk	Aybüke Serttaş	Rukiye Ecrin Avcı
	Görsel	Eymen Yiğit Öztóp	Emir Talha Yılmaz	Rüya Şan
BURSA	Edebi	Elif Kasap	Cengizhan Arslan	Rumeysa Büşra Akın
	Görsel	Safa Nur Tuyan	Ece Kütük	Ceylin Derman
ÇANAKKALE	Edebi	Ela Sevinç Barış	Seray Yade Çelik	Yaren Yılmaz
	Görsel	Ege Kocaman	Batuhan Özkan	Beyna Ekentok
ÇANKIRI	Edebi	Muhammed Hamlı	Erdem Gülnar	Mehmet Eren Genç
	Görsel	Ömer Yiğit Karatay	Zeynep Belis Cömert	Ayşenur Ülker
ÇORUM	Edebi	Mısra Yaman	Reyyan Eker	Salih Mert Doğan
	Görsel	Zehra Betül Yılmaz	Mehmet Emir Uzun	Sude Keçelioğlu
DENİZLİ	Edebi	Elvin Su Özcan	Elif Su Karul	Begüm Beren Buran
	Görsel	Ümmü Erva Karınca	Emir Deniz	Azranur Yeşilkaya
DİYARBAKIR	Edebi	Dicle Maya Kırtay	Melisa Selçuk	Aleyna Çelik
	Görsel	Cem Berken Aydın	Elif Ecrin Özdemir	Yüsrá Dağhan
DÜZCE	Edebi	Mehmet Akif Koç	İkra Mina Bozdemir	Ali Yahya Parlak
	Görsel	Feyza Pınar	Hatice Kübra Soğancı	Ecrin Ece Özcan

Şehir	Kategori	İlkokul	Ortaokul	Lise
EDİRNE	Edebi	Alin Yaz Saygın	Hasan Pamukçu	Kadriye Kayış
	Görsel	Derin Deniz	Ecem Baykut	Gülşah Çonay
ELAZIĞ	Edebi	Nehir Ada Erol	Elif Nur Sezer	Aslı Aslan
	Görsel	Alparslan Yüksel	Yaren Adıyaman	Belinay Karşıyaka
ERZİNCAN	Edebi	Sare Özdemir	Atakan Ömer Korkut	Sevilay Neslinur Ersoy
	Görsel	Gökçe Turak	Derin Su Tanoğlu	Rabia Sude Budak
ERZURUM	Edebi	İkranur Elmalı	Kübra Alagöz	Ebrar Hanne Aydemir
	Görsel	Ahmet Emir Kaplanoğlu	Esmâ Karakaya	Ecrin Karaca
ESKİŞEHİR	Edebi	Hafsa Nur Erişmiş	Zeynep Talay	Hamsa Sumakiya
	Görsel	Melek Bilge Bayram	Deniz Akçadurak	Barış Baştaş
GAZİANTEP	Edebi	Hatice Rüya Erkoç	Ayşegül Hazal Ateş	Merve Kaleoğlu
	Görsel	Yusuf Emin Küçükosmanoğlu	Emir Bayram	Melike Nisa Şık
GİRESUN	Edebi	Ela Kurdoğlu	Ebru Akdoğan	Meva Cömert
	Görsel	Asel Elif Daban	Ecrin Öden	Nisanur Gökçe
GÜMÜŞHANE	Edebi	Elifnur Korkmaz	Ecrin Sena Altun	Elvan Eraydın
	Görsel	Esila Azra Aşkın	Irmak Zümra Zengin	Ebrar Naz Ünsal
HAKKARİ	Edebi			Ayfer Öztürk
	Görsel		Lavin Sezek	Rojbin Yaşar
HATAY	Edebi		Fatıma Hazırlar	Necmettin Yücel
	Görsel	Öykü Mercan Keskin	Azra Şahinoğulları	Emine İrem Toprak

14. SAĞLIKLI NESİL SAĞLIKLI GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026
- İL BİRİNCİLERİ -



Şehir	Kategori	İlkokul	Ortaokul	Lise
İĞDIR	Edebi	Fatma Mira Yeşil	Esmanur İdis	Nisanur Padir
	Görsel	Bahar Ulaş	Asel Sare Karaca	Yağmur Toyran
ISPARTA	Edebi	Musa Akın Türk	Zeynep Betül Miğriç	Nursena Öz
	Görsel	Onur İntaş	Gökçe Dilmeç	Elif Göksu Avcu
İSTANBUL	Edebi	Elif Derici	Toprak Kızılırmak	Abdullah Kırkoğlu
	Görsel	Öykü Nil Kılıç	Melis Ada Uyanık	Ayşe İrem Uçma
İZMİR	Edebi	Emir Erdoğan Koçyiğit	Melis Demirci	Rüya Çetin
	Görsel	Masal Yılmaz	Berat Bahna	Aysun Demir
KAHRAMANMARAŞ	Edebi	Müge İnci Kazan	Hatice Kübra Yıldırım	Gamze Karaca
	Görsel	Yahya Kemal Zincirkıran	Beyza Nur Karataş	Melike Ahsen Ünal
KARABÜK	Edebi	Elif Bilge Korkmaz	Yusuf İslam Yıldırım	Damla Ünal
	Görsel	Ahsen Hira Öztürk	Aişe Bekci	Melike Neşe Esmeray
KARAMAN	Edebi	Edanur Yıldırım	Şerife Nisa Aykan	Eren Aydın
	Görsel	Sare Ünüvar	Gözde Dünya Cezeroğlu	Rüveyda Rana Özkaya
KARS	Edebi	Öykü Yardımcıel	Ece Naz Yurttapan	Nergis Güldane Aldım
	Görsel	Asya Budak	Didehan Miray Uluğağaç	Zohra Alizada
KASTAMONU	Edebi	Ayşe Zümra Kalaycı	Fatma Nisa Bakırcı	Ekin Keskin
	Görsel	Güneş Kuruoğlu	İkra Aysima Davarcı	Cansu Tekeci
KAYSERİ	Edebi		Zeynep Sude Korkmaz	Hatice Nur Ataman
	Görsel	Hiranur Tekin		Azra Nur Karal

Şehir	Kategori	İlkokul	Ortaokul	Lise
KİLİS	Edebi	Melis Sare Kuş		Tuba Korkmaz
	Görsel	Fatih Ceritlioğlu		Irmak Özmert
KIRIKKALE	Edebi		Miran Binici	
	Görsel	Elif İkra Kandemir	Muhsine Erva Ertuğrul	Darya Atababayeva
KIRKLARELİ	Edebi	Kerem Karagül	Buğlem Mira Can	Elif Ceyda Çapar
	Görsel	Deniz Tülükaş	Zeynep Biçer	Hasret Öncü
KIRŞEHİR	Edebi		Yağız Bozdoğan	Yaren Kurt
	Görsel	Defne Ata		
KOCAELİ	Edebi	Gökçe Gez	Kerem Yıldırım	Rahma Elkadi Elhamzh
	Görsel	Mehmet Korkut	Selin Bekiroğlu	Elanur Korkmaz
KONYA	Edebi	Melike Akbaş	Dilek Karakuş	Ayşegül Tanoğlu
	Görsel	Zeynep Selma Tuğsat	Beren Örs	Fatma Nisa Kılıç
KÜTAHYA	Edebi	Ayşe Dua Akça		Yavuz Selim Eğilmez
	Görsel	Ayşe Yanık	Ravza Karaduman	Yağmur Yıldırım
MALATYA	Edebi	Eren Salman	Beyzanur Altındağ	Kerem Karakuş
	Görsel	Gülin Emine Uc	Kübra Züleyha Hasar	Yelda Kalyon
MANİSA	Edebi	Feride Süer	Halil İbrahim Aktaş	Dila Demirusul
	Görsel	Deniz Maysa Azimkar	Ceren Baylan	Mukaddes Ela Dağdeviren
MARDİN	Edebi	Dilan Poyraz	Hasine Bersu Bedir	Nujen Çetin
	Görsel	Elvin Gencan	Zeynep Dila Yarbay	Zehra İliş

14. SAĞLIKLI NESİL SAĞLIKLI GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026
- İL BİRİNCİLERİ -



Şehir	Kategori	İlkokul	Ortaokul	Lise
MERSİN	Edebi	Furkan Akyol	Burhancan Karasubaşı	Kemal Erdem Sarı
	Görsel	Ecesu Mercan	Nisa Nur Elkit	Dila Çadırcı
MUĞLA	Edebi	Zara Gezer	Baran Çatar	Ertug Efe Dizdaroglu
	Görsel	Ayça Aker	Marie Aylin Orhan	Bora Ceylan
MUŞ	Edebi	Zeyneb Sivritepe		
	Görsel	Beste Sare Levent	Elif Selen Yıldırım	Zenan Karasu
NEVŞEHİR	Edebi	Eymen Eren Özoğul		
	Görsel	Melek Yurtseven	Rüya Ünal	
NİĞDE	Edebi	Hamza Toplu	Ela Fulya Alagöz	Kübra Kılınç
	Görsel	Davut Kılıç	Erva Nur Aydudu	Elif Dağ
ORDU	Edebi	Defne Gülen	Çınar Aydın	Eylül Kul
	Görsel	Zeynep Didem Yılmaz	Ceyda Patur	Zehranur Tepegöz
OSMANIYE	Edebi	Gökçe Öztürk	Elif Naz Akıllı	İklim Kılınç
	Görsel	Elif Ece Bayrambeğ	Gökçe Semina Üye	Münire Subaşı
RİZE	Edebi	Defne Gencaloğlu	Elif Nisa Aşık	Ravza Nur Kadioğlu
	Görsel	Nazlı Nehir Tuğcu	Azra Avcı	Eylül Alaca
SAKARYA	Edebi	Muhammed Mehmet Osman Öztürk	Miray Haliloğlu	Gülnaz Efil
	Görsel	Alp Yüksekkaya	Zehra İlkin Alkan	Ebru Meral

Şehir	Kategori	İlkokul	Ortaokul	Lise
SAMSUN	Edebi	Elif Ada Yılmaz	Zeynep Ada Hoşgit	Ahmet Kürşat Çelik
	Görsel	Asya Sarıgül	Almira Orhan	Shahd Abou Nukta
SİVAS	Edebi	Sümeyye Azra Koçyiğit	Emine Baltan	Zeynep Neva Çiftci
	Görsel	Erva Duru Yağmur	Elmira Şimşek	Eylül Deniz Sayyar
SİİRT	Edebi	Ela Nur Coşkun	Beritan Dayan	Dicle Parlaküşer
	Görsel	Selim Zana Selki	Nisanur Beştaş	Fatma Özevin
SİNOP	Edebi	Elanaz Yaşar	Gaye Hatice Gürel	Yağız Altuğ Sarıkaya
	Görsel	Elif Ateşli	Defne Demirci	Ecem Su Nallioğlu
ŞANLIURFA	Edebi	Yusuf Emre Yigirer	Şahin Bulmen	Tuğçe Burun
	Görsel	Ahmed Emir Çelebi	Takva Ok	Yaren Su Taşık
ŞIRNAK	Edebi	Mehmet Eymen Ekiz	Bahar Açar	Berfin Bozkurt
	Görsel	Yusuf Kılıç	Muhammed Taha Osmanoğlu	Hüsam Oral
TEKİRDAĞ	Edebi	Yağmur Nisa Doğan	Mehmet Yağız Aygör	Ecrin Buğlem Öztürk
	Görsel	Umay Tıkız	Zeynep Sezer	Şeymanur Kılıçoğlu
TOKAT	Edebi	Çağrı Murat Ulukayaoğlu	Ahsen Güngör	Selma Nur Karakoç
	Görsel	Hatice Hira Kılıç	Elif Su Coşkun	Selin Can
TRABZON	Edebi	Buğra Elyesa Yılmaz	Asya Ayşe Boran	Ahmet Emin Tunç
	Görsel	Elif Serra Gültekin	Basel Al Kurdi	Zeynep Dila Kurşun

14. SAĞLIKLI NESİL SAĞLIKLI GELECEK YETENEK YARIŞMASI 2026
- İL BİRİNCİLERİ -



Şehir	Kategori	İlkokul	Ortaokul	Lise
TUNCELİ	Edebi	Tijda Yıldırım	Madiya Sadağ	Zeynep Güzel
	Görsel	Roza Zelal Sed	Miran Özyol	Aylin Doğan
UŞAK	Edebi	Yiğit Keysan	Elanur Beril Zengin	Şevval Altıntaş
	Görsel	Ela Esmâ Selçuk	Eylül Tinas	Ayşenur Bozkurt
VAN	Edebi	Asya Su Kırbac		Hasan Özer
	Görsel	Ertuğrul Berber	Esmer İnan	Nurbanu Karabacak
YALOVA	Edebi	Ahmet Sami Çiftçi	Muhammed Hamza Çakır	Fatma Sıla Aydemir
	Görsel	Yıldız Elif Gül	Berfin Yıldırım	Nisa Sarıcan
YOZGAT	Edebi		Elif Duru Okulu	Tuğba Kılıç
	Görsel	Mehmet Efe Gün	Zahide Gül Ünlü	Esmanur Gündüz
ZONGULDAK	Edebi	Mira Erdem	Elif Sıla Tekfidan	Ezgi Öztürk
	Görsel	Hümeyra Kara	Nisa Erdoğan	Hayrunnisa Bölükbaşı



T.C. MİLLÎ EĞİTİM
BAKANLIĞI



yesilay.org.tr



/1920yesilay