

18-24 MART ULUSAL YAŞLILAR HAFTASI BASIN BİLGİ NOTU

Dünya genelinde yaşanan sosyoekonomik dönüşümler ile sağlık hizmetlerindeki gelişmeler, yaşam süresinin uzamasına katkı sağlamış; buna bağlı olarak 65 yaş ve üzeri nüfusun toplam nüfus içindeki oranı giderek artmıştır. Yaşlılık dönemi, bireyin yaşamdan çekildiği bir süreç değil; deneyimlerin olgunlaştığı, üretkenliğin farklı biçimlerde sürdürülebileceği doğal bir yaşam evresidir. Bununla birlikte, bu dönemde ortaya çıkan bedensel, ruhsal ve sosyal değişimler; yalnızlık, sosyal izolasyon ve rol kayıplarıyla birleştiğinde ruhsal sorunlar açısından risk oluşturmaktadır.

Bu çerçevede, Yaşlılara Saygı Haftası kapsamında bu yılın teması **“Yaş Almak Değil, Yalnız Kalmak Yorar”** olarak belirlenmiştir. Tema doğrultusunda, yaşlı bireylerin yalnızlıkla mücadeleyle yönelik farkındalığın artırılması, sosyal bağlarının güçlendirilmesi ve ruhsal iyilik hâllerinin korunması amaçlanmaktadır.

Bu doğrultuda;

- Yaşlı bireylere yönelik psiko-eğitim çalışmaları (yalnızlık, depresyon, kaygı ve sağlıklı yaşlanma temalarında),
- Grupla psikososyal destek etkinlikleri (sohbet grupları, duygu paylaşım grupları, yaşam öyküsü çalışmaları),
- Yaşlı bireylerin aileleri ve bakım verenlerine yönelik bilgilendirici toplantılar (iletişim, bakım sürecinde ruh sağlığı, tükenmişlik),
- Huzurevi, yaşlı bakım merkezleri ve toplum temelli kuruluşlarda farkındalık etkinlikleri,
- Yaşlı bireylerin sosyal katılımını artırmaya yönelik atölye ve etkinlikler (anı paylaşımı, sanat, müzik, kuşaklar arası etkinlikler),
- Gerekli görülen durumlarda bireysel danışmanlık ve yönlendirme hizmetleri olmak üzere belirtilen çalışmaların gerçekleştirilmesi planlanmaktadır.

Aile Sağlığı Merkezleri ve Sağlıklı Hayat Merkezleri bünyesinde sunulan ücretsiz ruh sağlığı hizmetleri aracılığıyla; yaşlı bireylerin ruhsal durumlarının değerlendirilmesi, riskli grupların erken dönemde tespiti ve gerekli yönlendirmelerin yapılması teşvik edilmektedir.

Yaşlı bireylerin yalnız bırakılmadığı, desteklendiği ve toplum yaşamının aktif bir parçası olarak var oldukları bir sosyal iklimin güçlendirilmesi amacıyla yürütülecek tüm çalışmalara katkı sunan sağlık personelimize teşekkür eder; yaşlılarımız için ruhsal iyilik hâlinin desteklendiği sağlıklı bir yaşam temenni ederiz.

TEKİRDAĞ İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ