

Yaşlı Sağlığı Ve Bakımı Uygulama Ve Araştırma Merkezi 2023-2024 Eğitim Öğretim Yılı Faaliyetleri

Artan hızlı nüfus artışı ülkemiz içinde önemli bir gerçeklik olarak karşımızdadır. Ülkelerin gelişmişlik seviyesi arttıkça insanların ekonomik ve sosyal refahı da artmaktadır. Sağlıklı barınaklar, temiz içme kullanma suyu, sağlıklı gıdaya ulaşabilme, salgın hastalıklarla mücadele, aşı programları, sağlık hizmetlerinin yaygın ve kapsayıcı yapısı, erken teşhis ve tedavi olanakları gibi hizmetler insanların sağlığını korurken, sağlanan ekonomik ve sosyal haklar toplumun refahını artırmaktadır. Dolayısıyla gelişmiş ülkelerde son yüz yıl içinde insan ömrünün uzaması önemli bir başarıdır. Uzayan insan ömrü ve azalan doğum oranları toplumda yaşlı nüfus artışına neden olmaktadır. Yaşlı nüfusun en fazla olduğu ülkelerin başında Japonya (30,1), İtalya (%24,5) ve Finlandiya(%23,6) gelirken Türkiye(%10,2) de hızla artan yaşlı nüfusu ile 184 ülke arasında 66. sırada yer almıştır. 2023 verilerine göre Türkiye yaşlı nüfus oranı 10,2'ye yükselmiştir. Bu oran dünya ortalamasının (10,0) hemen üzerindedir. Yapılan tahminlere göre ülkemizde yaşlı nüfus hızla artmaya devam edecek ve 2080 yılında her 4 kişiden 1'i 65 yaş ve üzerinde olacaktır. (TÜİK;2023)

Yaşlanmayla insan vücudunda oluşan değişiklikler kronik hastalıklara neden olmaktadır. Ülkemizde yaşam süresi ortalaması 78,3 yıldır. Bireylerde 60 yaşından sonra dolaşım sistemi (hipertansiyon) başta olmak, diyabet, kalp hastalıkları gibi en az bir kronik hastalık görülmekte, yaş ilerledikçe kronik hastalıklar, dejeneratif hastalıklar, kanser gibi hastalıkların oranı da artmaktadır. Türkiye'de sağlıklı yaşam süresi toplam nüfusta 58,3 yıl; erkeklerde 59,9, kadınlarda ise 56,8 yıldır (TÜİK, 2020). Türkiye'de yaşlı kadınların yaşlı erkeklere kıyasla daha uzun yaşadıkları, ancak sağlıklı yaşam beklentisinin erkeklere göre daha az olduğu görülmektedir. Sağlıklı yaşam beklentisinin 58,3 yıl olması kalan sürenin sağlıklı geçmesi anlamına gelmektedir. Sağlıksız olarak geçeceği beklenen **bu yıllar aktif ve sağlıklı yaşlanma açığı/farkı** olarak değerlendirilmektedir (TİHEK; Türkiye Yaşlı Hakları Raporu, 2023). Yaşlı Sağlığı ve Bakımı Uygulama ve Araştırma Merkezimizin düzenlediği gibi Aktif Sağlıklı Yaş Alma Programları ile **sağlıklı yaşam süresinin uzatılması, hastalıkların daha ileri yaşlara ötelenmesi mümkündür.**

Genel olarak yaşlılık dönemi; ekonomik, sosyal, psikolojik, fiziksel, biyolojik olarak kayıpların olduğu bir dönemdir. Ancak yaşlılık döneminin sadece kayıplar ile anılması ve toplumda yaşlılığın bir muhtaçlık ve yoksunluk dönemi olarak algılanması da yaşlı ayrımcılığının bir parçası olarak insan haklarına aykırı bir durum oluşturmaktadır. Gerçekte yaşlılık önceki yaşam dönemlerinde elde edilen kazanımların toplam olarak değerlendirildiği, bu birikim ile yaşamın yeniden keşfedildiği bir bilgelik dönemidir. Bu nedenle yaşlıların topluma katılımlarını destekleyerek, potansiyellerini ortaya çıkarabilecekleri fırsatları sağlamak bir insan hakkıdır. Bununla birlikte yaşlıların yaşamın her alanında topluma katkılarının sağlanması, sağlıklı yaşlanmanın da bileşenlerinden biridir (WHO, 2020).

Yukarıda kısaca özetlenen bilimsel yaklaşıma dayalı olarak Yaşlı Sağlığı ve Bakımı Uygulama ve Araştırma Merkezimiz araştırma ve topluma hizmet faaliyetlerini sürdürmektedir. 2023-2024 eğitim öğretim döneminde 4 araştırma için etik kurul izinleri alınmış ve araştırmaların veri toplama süreçleri tamamlanmıştır.

Topluma hizmet kapsamında; 2022-2023 eğitim öğretim döneminde Fethiye 3. Yaş YAŞAM Akademi olarak başlattığı aktif ve sağlıklı yaş alma programını bu yıl yapılandırarak 1 yıl süreli Sağlıklı Aktif Yaş Alma Programı (SAYAP) olarak yaptırmıştır.

SAYAP programı yılda iki dönem halinde faaliyetlerini sürdürmüştür. Güz dönemi başlamadan programını ilan etmiş ve 60 yaş üzeri bireylere programı tanıtarak katılımlarını istemiştir. 51 katılımcı ile güz döneminde programa başlamış 2 Haziran 2024 tarihinde yaptığı törenle programı tamamlayan 45 kişiye başarı belgelerini vermiştir(<https://www.gercekfethiye.com/saglikli-ve-aktif-yas-alma-programi-mezuniyet-toreni-yapilacak/77910/>), <https://www.sondakika48.com/sayap-birinci-yil-programini-fethiye-de-tamamladi/20160/>

Sağlıklı Aktif Yaş Alma Programı (SAYAP) iki dönem her bir dönem 12 hafta olarak yapılandırılmıştır. Her dönem zorunlu ve seçmeli 7 dersi yüz yüze 1 dersi (ingilizce) online olarak toplam 8 ders vermiştir. Her dönem bir sosyal sorumluluk projesi, her ay bir sosyal program, her 15 günde bir halka açık konferanslar düzenlemiştir. Buna ek olarak 1 Türk müziği konseri, 1 sergi, 2 atölye çalışması, 2 TV programı ve 1 çalıştay gerçekleştirmiştir.

2023-2024 eğitim öğretim programında her biri alanında uzman olan; akademisyen, eğitimci, sanatçı, doktor, vb 30 konuk programa eğitimci olarak katkı vermiş, 12 kurumla paydaş olarak gönüllülük temelinde iş birliği yapılmıştır. İş birliği yapılan kurumlar şöyledir. Fethiye Kaymakamlığı, Fethiye İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü, Fethiye Aile Ve Sosyal Politikalar Müdürlüğü, Fethiye Belediyesi, Fethiye Esnaf Sanatkarlar Odası, Kadın Hekimler Eğitime Destek Vakfı(KAHEV), Fethiye Fatih Anadolu Lisesi, Eldirek İsmail Sarıkaya İlkokulu/Ortaokulu, Fethiye Turizm Tanıtım Kültür Çevre ve Eğitim Vakfı(FETAV), Deniz Temiz Derneği/ TURMEPA Fethiye Şubesi, Fethiye Özel Ata Okulları, Fethiye Sirtaki ve Ege Dansları Eğitim Geliştirme Tanıtım Derneği

Üniversitemizin topluma hizmet uygulamalarının en başarılı örneklerinden biri olarak Fethiye İlçesinde yürütülen SAYAP programı; çok büyük bir beğeni ve kabul görmekte, her faaliyeti ile yerel basında ve sosyal medya platformlarında da geniş yer bulmaktadır. 2024-2025 yılı program hazırlıkları şimdiden başlamıştır. Programın önünde en büyük güçlüğü fiziki mekandır. Programın derslerini yapabileceği kendine ait bir derslikleri yoktur. Üniversitemizin Fethiye’de olan kampüsünün kente uzak olması, gelişmekte olan yapısı ile derslik ve altyapı imkanları vb. güçlükler nedeniyle derslik ihtiyacı kentte diğer kamu kurum ve kuruluşları ile yapılan gönüllü iş birlikleri ile giderilmektedir.

Ayrıca; Merkez Müdürlüğü olarak halen bir kendine ait ofisimiz yoktur. Bu acil ihtiyacımızdır. Merkezin işleri 3 öğretim elemanı arkadaşımınla paylaştığım 12-15 metre kare alana sahip bir odadan yürütülmeye çalışılmaktadır. Bu ihtiyacımızı 17 Mayıs 2024 tarihinde yapılan Merkez Müdürlüğü Toplantısında da dile getirmiştik. Yeni dönemde görev yaptığım Fethiye Sağlık Bilimleri Fakültesi binasından merkez ve akademik faaliyetlerimi yürütmek için bir ofis verilmesi talebimi koordinatörlüğümüz olarak size tekrar iletme istiyorum.

2023-2024 eğitim öğretim döneminde Yaşlı sağlığı ve Bakımı Uygulama ve Araştırma Merkezi Topluma Hizmet Faaliyetleri olarak (SAYAP) Sağlıklı Aktif Yaş Alma Programı ve Halka açık konferanslar ve bilimsel araştırmalar sürdürmüştür. Faaliyetlerin aşağıda tablolar halinde sunulmuştur. Bilgilerinize arz ederim. Saygılarımla.

10.06.2024

Dr. Cemil YAVUZ
Merkez Müdürü

Araştırma Faaliyetleri

2023-2024 Eğitim Öğretim Yılı Araştırma Faaliyetleri		
Türü	Çalışma Başlığı	Durum
Yarı deneysel	Dans Etkinliklerine Katılımın Yaşlılık Algısı, Mutluluk Ve Yaşam Doyumuna Etkisi: Pilot Çalışma	Devam ediyor
Tanımlayıcı	Yaşlıların Bir Sosyal Sorumluluk Projesi Olarak Sürdürülen Sağlıklı Ve Aktif Yaş Alma Programı Hakkında Görüşlerinin İncelenmesi	Devam ediyor
Tanımlayıcı	Aktif Yaşlanma Ve Hayat Boyu Öğrenme Modeli Kapsamında Sosyal Sorumluluk Projesi Olarak Üçüncü Yaş Üniversitesi Deneyimi	Devam ediyor
Tanımlayıcı	Yaşlı Bakım Bölümü Öğrencilerinin Yaşlılara Karşı Tutumları ile Yaşlıya Bakım Verme İstekliliği Arasındaki İlişki	Devam ediyor

Topluma Hizmet Faaliyetleri

Sağlıklı Aktif Yaş Alma Programı (SAYAP)

Program Koordinatörü: Dr. Cemil YAVUZ

Yürütücüler: Özgül TANDORUK, Bahriye VARAL, Cemil YAVUZ

Sosyal Medya Sayfaları:

<https://www.facebook.com/saglikliveaktifyasalmaprogrami>

<https://www.youtube.com/@fethiyetazelenmeuniversite8749>

Sağlıklı Aktif Yaş Alma Programı 2023-2023 Eğitim Öğretim Yılı

GÜZ YARIYILI

Başlama Tarihi: 09 Ekim 2023

Sonlanma Tarihi: 12 Ocak 2024

Dersler	Derslik	Eğitimci	Koordinatör
Beceri Geliştirme (Zorunlu)	Fethiye Beld. Tenis Kortları	Aysel DİL Aslı GÖKALP SEMİRAMİS ÖZEK Nurten SÜR AYŞİM ÇAKMAK	Dilek AYKUT
Satranç (Seçmeli)	FETAV	Simber Canagüler Özdilek Sermet Ünel	Derya DAĞAŞAN
Spor (Zorunlu)	Şehit Fethibey Parkı Fethiye Beld. Tenis Kortları	Esra Üstiner (Taichi) Yeşim Saraç (Yoga) Ersin İpek (Çigong) Merve Yavuz (Yoga) Derya Dağışan Özaydın (Kürek)	Sibel ERDEM
Resim (Seçmeli)	Fethiye Beld. Tenis Kortları	Fatma Dilek Yüksel Sevil Seval ÜNLÜ	Sevil Seval ÜNLÜ
Koro (Seçmeli)	FETAV	Hamdi NEYMAN Mehmet AYKUT	Mehmet AYKUT
İngilizce 1 (Seçmeli) Seviye Temel	Zoom Meeting ID:5768007128 https://www.youtube.com/@asumanto_prakc/videos	Asuman Toprakçı	Yıldız YILDIRIM
İngilizce 2 (Seçmeli) Seviye Orta		Asuman Toprakçı	
İngilizce 3 (Seçmeli) Seviye İleri		Asuman Toprakçı	

Dönem Sosyal Sorumluluk Projesi	Beceri Geliştirme Dersinde öğrenilip, üretilen eserlerin Fethiye Aile Ve Sosyal Politikalar Müdürlüğü Yurdunda kalan öğrencilere yeni yıl hediyesi olarak verilmesi https://www.sabah.com.tr/mugla/2023/12/28/sayaptan-anlamli-yeni-yil-hediyeleri https://www.youtube.com/watch?v=sM1bNo5YKT8
Dönem Atölye Çalışması	Yaratıcı Drama. Sedef Meral Özdemir(Eğitmen). 26 Ocak 2024; Fethiye Özel Ata Okulları https://www.fethiyetv.com/meralsayapliilar-cocuklugu-ve-yaraticiligi-ile-buyuk-potansiyele-sahip 
Aylık Sosyal Programlar	<ol style="list-style-type: none">1. Gezi / Kibyra Antik Kenti / 25 Elim 20232. Gezi/ Kahvaltı / Atölye çalışması (Ritm, Müzik, Üzümlü 03 Kasım 2023 Cuma3. Kahvaltı / Fethiye 25 Ocak 20244. Kahvaltı / Fethiye 28 Şubat 2024
TV programı	Yaşlı Sağlığı, Sağlıklı Yaşlanma ve Yaşlı Psikolojisi / Dr. Cemil YAVUZ Psikolojinin Penceresinden; KANAL FRT / 1 Oca 2024 https://www.youtube.com/watch?v=Za48DboDuFw

Topluma Hizmet Faaliyetleri

Sağlıklı Aktif Yaş Alma Programı (SAYAP)
2023-2023 Eğitim Öğretim Yılı

BAHAR YARIYILI

Başlama Tarihi: 04 Mart 2024

Sonlanma Tarihi: 02 Haziran 2024

Dersler	Derslik	Eğitimci	Koordinatör
Beceri Geliştirme (Zorunlu)	Fethiye Beld. Tenis Kortları	Aysel DİL Aslı GÖKALP SEMİRAMİS ÖZEK Nurten SÜR AYŞİM ÇAKMAK	Dilek AYKUT
Satranç (Seçmeli)	FETAV	Simber Canagüler Özilek Sermet Ünel	Derya DAĞAŞAN
Spor (Zorunlu)	Şehit Fethibey Parkı Fethiye Beld. Tenis Kortları	Esra Üstiner (Taichi) Yeşim Saraç (Yoga) Ersin İpek (Çigong) Merve Yavuz (Yoga) Derya Dağaşan Özaydın (Aerobik)	Sibel ERDEM
Resim (Seçmeli)	Fethiye Beld. Tenis Kortları	Fatma Dilek Yüksel Sevil Seval ÜNLÜ	Sevil Seval ÜNLÜ
Koro (Seçmeli)	FETAV	Hamdi Neyman Mehmet Aykut	Mehmet AYKUT
Line Dans	Fethiye Beld. Tenis Kortları	Pınar URAV	Bahriye VAROL
Sirtaki	Fethiye Beld. Tenis Kortları	Ercan ÖNER Ayşegül Öner	Özgül TANDORUK
Bitki Dünyası	FETAV	Sevil MEHDİ	Özgül TANDORUK
İngilizce 1 (Seçmeli) Seviye Temel	Zoom Meeting ID:5768007128 https://www.youtube.com/@asumantoprak/videos	Asuman Toprakçı	Yıldız YILDIRIM
İngilizce 2 (Seçmeli) Seviye Orta		Asuman Toprakçı	
İngilizce 3 (Seçmeli) Seviye İleri		Asuman Toprakçı	
Dönem Sosyal Sorumluluk Projesi	Fethiye Fatih Anadolu Lisesi ve KAHEV(Kadın Hekimler eğitime Destek Vakfı) işbirliği ile kuşaklar arası dayanışma bakış açısı ile Eldirek Ortaokulu kütüphanesinin Resimle https://ffal.meb.k12.tr/icerikler/sayap-ilkbahar-sosyal-sorumluluk-projemiz_15039127.html https://x.com/memfethiye/status/1771179153229853092		
Dönem Atölye Çalışması	Sabun Atölyesi Mayıs 2024 Kayaköy / Fethiye		

Aylık Sosyal Programlar	<ol style="list-style-type: none">1. Fethiye Bölgesi Anıt Ağaçları Gezisi 18 Nisan 20242. Dalyan Gezisi 21 Nisan 20243. Ovacık Kayaköy DoğaYürüyüşü 27 Nisan 20244. Kahvaltı / Fethiye 03 Haziran 20245. Dönem Sonu Eğlencesi / Canlı Müzik 3 Haziran 2024 Fethiye
TV programı	Sağlıklı Yaşlanma ve Fethiye Sağlıklı ve Aktif Yaş Alma Programı (SAYAP); Özgül TANDORUK, Sevil Seval ÜNLÜ Psikolojinin Penceresinden; KANAL FRT / 25 Mart 2024 https://www.youtube.com/watch?v=EK0lYyyRMw4
Başarı Belgesi Töreni(Mezuniyet)	Bir yıl süresince devam eden öğrencilere Fethiye Özer Olgun Kültür Merkezinde Düzenlenen geceyle başarı belgeleri verildi. Gecede 60 yaş üzeri katılımcılar koro, sirtaki ve line danstan oluşan gösterilerini sundular. 02 Haziran 2024 https://www.youtube.com/watch?v=edhufTy4Cjw https://www.gercekfethiye.com/saglikli-ve-aktif-yas-alma-programi-mezuniyet-toreni-yapilacak/77910/ https://www.dostgazetesi.com/sayap-birinci-yil-programini-fethiye-de-tamamladi/31119/
Sergi	Bir yıl süresince devam eden öğrencilere Fethiye Özer Olgun Kültür Merkezi sergi salonunda resim ve beceri geliştirme derslerinde ürettikleri ürünleri sergilediler. 02 Haziran 2024

Topluma Hizmet Faaliyetleri Konferanslar

2023-2024 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI Halka Açık Konferanslarımız (15 günde 1)

- 100 Yaşı Yaşamak. Prof. Dr. Melih Bulut. 17 Kasım 2023; Fethiye Esnaf Odası Konferans Salonu
- Bilinçli Tüketici Olmak. Âdem Helvacı. 22 Aralık 2023; Fethiye Esnaf Odası Konferans Salonu
- Müzik Hormonların Gıdasıdır. Derya Dağaşan ÖZAYDIN. 01 Mart 2024; TURMEPA Konferans Salonu
- Hayallere Yelken Açmak. Hattaya&Alim SÜR. 15 Mart 2024; TURMEPA Konferans Salonu
- Dünyamızın DNA sı/ Ersin ÖZER .29 Mart 2024; TURMEPA Konferans Salonu
- Gastrointestinal Sistem Kanseri. Prof. Dr. Ramazan ERYILMAZ. 26 Nisan 2024; TURMEPA Konferans Salonu
- Yaş Alma Sürecinde Sık Karşılaşılan Nörolojik Sorunlar. Uzm. Dr. Engin DENİZ. 17 Mayıs 2024; Fethiye Özer Olgun Kültür Merkezi
- Yaşlı Sağlığında Kanıta Dayalı Öneriler. Dr. Cemil YAVUZ. 31 Mayıs 2024; TURMEPA Konferans Salonu

Konferans Afişleri



Çalıştay

Sağlıklı Aktif Yaş Alma Programının 1 yıllık sonuçlarının değerlendirilmesi 10.05.2024 Pazartesi TURMEPA

