

Vasco de Gama Movement Türkiye Çalıştayı: Gençlerin Gözünden Aktif Yaşlanma

Vasco de Gama Movement Turkey Workshop: Active Aging in the Eyes of the Youth

VdGM Türkiye Ekibi Adına: Hakan Mut¹, Saliha Şahin², Süheyla Atalay², Berk Geroğlu³

¹ Uzm.Dr., TC Sağlık Bilimleri Üniversitesi Tepecik Eğitim. Araştırma Hastanesi Aile Hekimliği Kliniği, İzmir, Türkiye

² Arş.Gör.Dr., Marmara Üniversitesi Tıp Fak. Aile Hekimliği Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye

³ Uzm.Dr., Karabağlar Göçmen Sağlığı Merkezi, İzmir, Türkiye

Kabul tarihi: 09.08.2017

Bu yıl altıncısı düzenlenen Uluslararası Trakya Aile Hekimliği Kongresi (TAHEK) 15-19.Mart.2017 tarihleri arasında çeşitli ülkelerden konuşmacılar ve katılımcılar eşliğinde Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı ev sahipliğinde gerçekleştirildi. Bu yıl ana konusunun “Aktif Yaşlanma” olarak belirlendiği kongre, üniversite bünyesinde yer alan Balkan Kongre Merkezi’nde yapıldı. Kongre bilimsel sunumlar ve tartışmaların yanı sıra enstrümantal ritim çalışması, konser etkinlikleri gibi sosyal etkinlikler açısından da doyurucu zaman geçirilmesini sağladı. TAHEK 2017, Vasco de Gama Movement (VDGM) Türkiye ekibini ilk defa misafir etmesiyle de ayrı bir öneme sahipti. Ekibimiz bu sene bir farklılık yaparak VdGM hakkında bilgi verilmesi yerine ilk kez bir kongrenin ana konusu hakkında bir oturum planladı ve “Gençlerin gözünden aktif yaşlanma” adında bir çalıştay gerçekleştirdi.

Kongre öncesi sosyal medya üzerinden bir araya gelen VdGM ekibi aktif yaşlanma konusunda yapılan araştırma sonuçlarını tartışarak katılımcılara ön bilgilendirme yapma adına bir görsel sunum hazırladı. Çalıştay 18.Mart.2017 tarihinde saat 14:00’de yaklaşık 15 katılımcı eşliğinde başladı ve öncelikle yarım saat süren ve katılımcılarla karşılıklı etkileşimin de olduğu bir sunum yapıldı. Sunumun ardından katılımcılara aktif yaşlanma konusunda gençler ve genç aile hekimleri olarak neler yapabileceğimize dair bir soru yöneltildi ve bir tartışma ortamının oluşmasına zemin hazırlandı. Yaşlılık kavramına bakışta sosyal ve kültürel farklılıklar, genç ve yaşlı nesil arasında bağ kurma ve birlikte aktif yaşlanma başlıkları tartışmada geniş yer buldu. Karşılıklı soru-cevapların ardından yazı tahtasına not düşülen önerilere son hali verilip 45 dakika süren tartışma bölümü sonlandırıldı.

Çalıştayın sonunda özellikle genç aile hekimlerinin: aktif yaşlanma denince akla ilk gelenin yaşlılık ve yaşlılık döneminde aktif bir hayat sürebilme kavramı olduğunu bununla beraber aktif yaşlanmanın daha gençlik dönemi itibarıyla başladığını belirtmeleri önemliydi. Özellikle genç yaşlardan itibaren çeşitli spor faaliyetleri içinde yer alma, hobiler edinme ve bunları tüm yaşam boyunca sürdürme, sağlıklı yaşam davranışları geliştirme konusunda bilinçlenme, genç yetişkinlere yaşlı bireylere nasıl davranılması gerektiği ve onların aktif hayata nasıl dahil edilebileceğine yönelik bilinçlendirme çalışmaları (liselerde aktif yaşlanma dersleri, yaşlı bireylerle ortak alan kullanımının artırılması vb.), yaşlı bireyleri sosyal hayata bağlayacak etkinliklere (müzik koroları, hayvan edinme, ücretsiz hobi kursları, gönüllü sosyal destek çalışmaları vb.) yönelik projeler geliştirilmesi, aile hekimliğinde aktif yaşlanma konusunda bilinç artırıcı eğitimler verilmesi ve buna yönelik bir kolaylaştırıcı rehber geliştirilmesi, aktif yaşlanma konusunda kamu spotları oluşturulması ve sosyal medyanın da aktif olarak bu süreçte dahil edilmesi elde edilen öneriler olarak sayılabilir. Sonuç olarak, ekibimiz üyelerinin rehberlik ettiği ve genç aile hekimlerinin katılımıyla da çok verimli bir oturum gerçekleştirilmiş oldu. Böyle bir oturumun yapılmasına olanak sağlayan ve bize bu değerli kongrede yer ayıran, doyurucu ve keyifli bir kongreye ev sahipliği yapan başta Sayın Prof. Dr. Nezih Dağdeviren olmak üzere onun nezdinde tüm Trakya Üniversitesi Aile Hekimliği anabilim dalına teşekkürü bir borç biliriz.

İletişim:

Uzm.Dr. Hakan Mut

TC Sağlık Bilimleri Üniv. Tepecik Eğitim. Araş. Hast.

Aile Hekimliği Kliniği, İzmir, Türkiye

Tel: +90.505.2014654

E-mail: hakanmut@gmail.com

