

# YAŞLILAR İÇİN ICT EKO-SINERJİ

Bülten no 3



## Türkiye'de yapılan toplantı

"Yaşlılar için EKOSİNERJİ ICT" projesi çerçevesinde üçüncü toplantıyı yaptık.

Planımıza göre, Türkiye'de yapıldı ve TROYA Çevre Derneği tarafından organize edildi. Kuruluşun ofisi bir liman kenti olan Çanakkale'de kurulmuştur.

Tüm proje ortakları, toplantıya katıldılar: organizatör (TROYA) ve Polonya Toplumsal Enstitüsünden koordinatör temsilcileri, İsveçli MobilEducation organizasyonu ve Avusturya Yetişkin Eğitim Merkezi'nden - SPES Zukunftsakademie'den temsilciler.

Proje uygulaması ve sonuçları, faaliyetlerimiz ve ortaklığımızın takibi hakkında görüşmeler yaptık - sağlığın yaşlılar için günlük yaşamlarındaki en önemli konulardan biri olduğuna da karar verdik. Fikir, sağlığı BİT ile ilişkilendirmektir - böylece yaşlılar sağlıklı bir hayat yaşama olasılıkları hakkında daha fazla bilgi alabilirler. Mayıs 2018'de İsveç'te gerçekleşecek olan nihai toplantımız için bile planlar yaptık.

## Zaman bankası

Avusturya'daki Theodora Gergh, Time Bank'ı günlük yaşantılarında yaşlılara destek ve yardım için iyi bir çözüm olarak sundu. Zaman bankası ile yaptığı birçok etkinlik bir yıl Heilkreutz kasabasında uygulanmış ve yaşlılar çok memnun kalmışlardır.

Bu görüş hakkında önceki toplantılarda da konuştuk (bülten 2'ye bakınız). Theodora, şu an aktif olan 18 kişiyi veritabanında bulduran Time Bank'la ilgileniyor. Aktif çalışan bu grup, bir saatlik çalışmanın 3.60 avro fiyatına karar verdi. Zaman bankasının her yeni üyesi beş saatlik bir hediye alacak. Tüm ihtiyaçlar ve teklifler ayrıntılı bir anket temelinde somutlaştırılmıştır.

Time Bank üyeleri, birbirlerini daha iyi tanımak ve daha fazla ihtiyaç ve eylem planı oluşturmak için ayda bir toplanıyor.

## Partners

Polska: Społeczny Instytut Ekologiczny  
Austria: SPES Zukunftsakademie  
Szwecja: Association Mobil Education  
Türçja: Troy Environmental Association



Zaman Bankası fikri, Wawer'in Üçüncü Çağ Üniversitesinde (WTUTW) Polonya proje ortakları tarafından bir kez daha sunuldu.

WTUTW üyeleri arasında bir anket hazırlanmış ve dağıtılmıştır. Avusturyalı Zaman Bankasının modeli üzerinde hareket etmenin gerekli olup olmadığı ve yaşlıların birbirleriyle işbirliği yapmak ve birbirlerine bu kadar aktif bir şekilde yardım etmek isteyip istemediklerini soracaklarını söylediler.

### **Takip edilecek bir model**

Çanakkale'de yapılan toplantıda önemli bir nokta, yaşlıların gündüz kalabileceği ve harekete geçirilebileceği merkez olan Yaşlı Merkezi'ne yapılan ziyaret oldu. Merkez pilot bir projeydi ve kentin belediye başkanının inisiyatifi ile uygulandı. Bu çok yenilikçi bir çözüm gibi görünüyor ve diğer ülkelerde bile Türkiye'de başka yerlerde de gerçekleştirilebiliyor.

Kentin eteklerinde bulunan bu merkez, ziyaretçileri harika konumu, güzelliği ve ferahlığı ile etkiledi. Bir yıllık etkinlikten sonra, çok küçük olduğu ortaya çıktı ve faaliyetleri genişletme planları var.

Tesis, Çanakkale yöresindeki yaşlılar, her tür sosyal gruptan 65 yaş ve üzeri (en yaşlı katılımcı 95) için hazırlandı. Zihinsel ve fiziksel bakımdan sağlıklı olmalı (merkez tekerlekli sandalye kullananlar için uyarlanmıştır).

Yaşlılar için geniş bir etkinlik yelpazesi mevcuttur ve Pazartesi'den cumaya kadar 9.00-17.00 saatleri arasında farklı atölyeler yapılacaktır.

Çalıştaylar ve etkinlikler hakkında daha fazla bilgi web sitesinde ve sosyal medyada bulunabilir. Kendilerini evden merkeze götüremeyen insanlar, belediye tarafından organize edilen bir otobüs ulaşımı alabilirler.

Her hafta 500'den fazla insan merkeze geliyor ve her gün yaklaşık 100 kişiden oluşan çeşitli atölye çalışmaları ve toplantılara katılırlar.

Onbir kişi, çeşitli faaliyetlerin ve güvenlik görevlilerinin eğitimcileri olarak idare ve hizmet bakımında istihdam edilmektedir. Altı gönüllü, merkezin yaşlılar için hoş bir yer olması için yardım ediyor.

Katılımcılar şehir bütçesine giden aylık bir ücret ödüyorlar. Bu, sınıflara katılım maliyeti ve öğle yemeği için üç günlük fiyattır (iki gün ücretsizdir). Gün boyunca ücretsiz çay ve kahve ikram edilmektedir.

### **Merkezdeki etkinlikler ve çalıştaylar**

Merkez, yaşlı insanlar için birçok türde destek ve etkinlik sağlamaktadır. Psikoloji alanındaki grup dersleriyle psikolojik terapi için özel bir alan ve hafıza egzersizlerini geliştirme. Bir psikolog veya katılımcıların kendileri tarafından gösterilen ilginç ve gerekli konular üzerinde tartışmalara katılabilirler. Yaşlılıkla nasıl başa çıkılacağı.

Bir hemşire gündüz çalıştığı sağlık ocağında yaşlılar dinlenebilir veya kan basıncını ölçebilir. Herhangi bir sağlık yardımı alamazlar, çünkü merkezin amacı bu değil, gerekirse ambulans çağırırlar.

Sanat odasında, öğretmenlerin yönlendirmesiyle, ilgilenen insanlar taşlar boyayabilir ve farklı türde dikişler yapabilir. Çalışmaları ve ürünleri sergilenmektedir. İnsanlar kendi alabilirler.

