



MESLEK YÜKSEKOKULU
SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ
SANAT, TASARIM VE MİMARLIK FAKÜLTESİ
İNSAN VE TOPLUM BİLİMLERİ FAKÜLTESİ
KARİYER MERKEZİ

I. ULUSAL DİSİPLİNLERARASI YAŞLILIK ÇALIŞTAYI

İSTANBUL ATLAS ÜNİVERSİTESİ

I. ULUSAL DİSİPLİNLERARASI YAŞLILIK ÇALIŞTAYI

ÇALIŞTAY SONUÇ RAPORU

İstanbul-2026

YAYIN BİLGİLERİ

İstanbul Atlas Üniversitesi

I. Ulusal Disiplinlerarası Yaşlılık Çalıştayı Sonuç Raporu

Çalıştay Başkanı

Prof. Dr. Abdulhalim ŞENYİĞİT

İstanbul Atlas Üniversitesi Rektör Yardımcısı

Yayın Yeri / Yılı

İstanbul, 2026

© 2026, İstanbul Atlas Üniversitesi. Tüm hakları saklıdır.

Bu raporda yer alan görüş ve öneriler çalıştay katılımcılarına aittir.

Atlas Vadi Kampüsü, Hamidiye Mah. Anadolu Cad. No:40, 34408 Kağıthane/İstanbul

Atıf: İstanbul Atlas Üniversitesi. (2026). *I. Ulusal disiplinlerarası yaşlılık çalıştayı sonuç raporu*. İstanbul Atlas Üniversitesi.

SUNUŞ

Yaşlanma, günümüzde yalnızca bireysel bir yaşam evresi değil; sağlık, sosyal politika, ekonomi, kentleşme, teknoloji ve toplumsal yaşamın birçok alanını etkileyen çok boyutlu bir dönüşüm sürecidir. Yaşam süresinin uzaması ve yaşlı nüfusun giderek artması, yaşlanma olgusunun disiplinlerarası bir bakış açısıyla ele alınmasını ve bilimsel temelli çözüm önerilerinin geliştirilmesini zorunlu kılmaktadır.

İstanbul Atlas Üniversitesi tarafından 5 Mayıs 2026 tarihinde gerçekleştirilen I. Ulusal Disiplinlerarası Yaşlılık Çalıştayı, yaşlanma alanında çalışan akademisyenleri, kamu kurumlarının temsilcilerini, yerel yönetimleri, sivil toplum kuruluşlarını, sağlık profesyonellerini ve özel sektör temsilcilerini ortak bir platformda buluşturmuştur. Çalıştay kapsamında oluşturulan beş tematik çalışma masasında, yaşlı bireylerin karşılaştıkları güncel sorunlar disiplinlerarası bir yaklaşımla değerlendirilmiş; çözüm önerileri ve politika geliştirme süreçlerine katkı sağlayabilecek görüşler ortaya konulmuştur.

Elinizde bulunan bu sonuç raporu, çalıştay boyunca gerçekleştirilen tartışmaların, görüşlerin ve önerilerin sistematik biçimde derlenmesiyle hazırlanmıştır. Raporun; yaşlanma alanında yürütülecek akademik çalışmalara, kamu politikalarına, yerel yönetim uygulamalarına ve ilgili tüm paydaşlara yol gösterici bir kaynak oluşturması amaçlanmaktadır.

Çalıştayı hazırlanmasına ve gerçekleştirilmesine katkı sunan tüm konuşmacılara, moderatörlere, raportörlere, katılımcılara, düzenleme kuruluna ve emeği geçen tüm kişi ve kurumlara teşekkürlerimi sunar, bu raporun yaşlanma alanında yürütülecek çalışmalara değerli katkılar sağlamasını dilerim.

Prof. Dr. Abdulhalim ŞENYİĞİT
İstanbul Atlas Üniversitesi Rektör Yardımcısı
Çalıştay Başkanı

İÇİNDEKİLER

ÇALIŞTAY DÜZENLEME KURULU	viii
MASA 1 – YAŞLILIK VE SOSYAL KATILIM.....	ix
MASA 2 – YAŞLILIK VE MEKÂN.....	x
MASA 3 – YAŞLILIK VE SAĞLIK	xi
MASA 4 – YAŞLILIK VE SOSYAL POLİTİKALAR.....	xii
MASA 5 – YAŞLILIK VE TEKNOLOJİ	xii
GİRİŞ.....	1
BÖLÜM I	2
1. YAŞLILIK VE SOSYAL KATILIM.....	2
1.1. Kamu, yerel yönetimler ve STK'lar arasında nasıl bir iş birliği modeli kurulursa yaşlı bireylerin sosyal katılımı sürdürülebilir hale gelir?	2
1.2. Mevcut sosyal destek mekanizmaları yaşlı bireylerin ihtiyaçlarına ne ölçüde cevap veriyor? Eksiklikler nelerdir?	3
1.3. Emeklilik sonrası bireylerin üretkenliğini ve toplumsal katkısını artıracak politikalar nasıl geliştirilebilir?	4
1.4. Yaşlı bireylerde aidiyet duygusunu güçlendiren sosyal alanlar ve bu alanlara ilişkin algı nasıl tasarlanmalıdır?	5
1.5. Gönüllülük ve dayanışma temelli modeller sosyal katılımı nasıl güçlendirir?	6
1.6. Sosyal katılımın ruh sağlığı, yalnızlık ve yaşam doyumu üzerindeki etkileri nelerdir?	7
1.7. Kırsal ve kentsel alanlarda sosyal katılım olanakları nasıl farklılaşmaktadır?	8
1.8. Gençler ve yaşlılar arasında karşılıklı öğrenmeyi destekleyen modeller nelerdir?	9
1.9. Kuşaklararası mentorluk ve birlikte üretim süreçleri sosyal katılımı nasıl dönüştürür?	10
1.10. STK'lar kuşaklararası projeleri yaygınlaştırmak için hangi stratejileri geliştirmelidir?	11
1.11. Yaşlı bireylerin bilgi ve deneyim aktarımı nasıl teşvik edilebilir?	11
1.12. Yalnızlık ve sosyal izolasyon kuşaklararası ilişkileri nasıl etkiler?	12
1.13. Sosyal izolasyon döngüsü nasıl kırılabilir?	13
1.14. Dijital araçlar kuşaklararası iletişimde köprü mü yoksa yeni bir eşitsizlik alanı mı yaratır?	13

1.15. Medyada yaşlı bireyler hangi temsillerle yer alıyor ve bu temsiller sosyal katılımı nasıl etkiliyor?	14
1.16. Yaş ayrımcılığı (ageism) sosyal katılımın önünde nasıl bir engel oluşturur?	15
1.17. Medya yaşlılık gerçeğini mi yansıtıyor, yoksa yeniden mi inşa ediyor?	15
1.18. Dijital okuryazarlık düzeyi yaşlı bireylerin sosyal katılımını nasıl şekillendirir?	16
1.19. Sosyal medya yaşlı bireylerin görünürlüğünü ve ifade alanlarını nasıl etkiler?	17
1.20. Dijital platformlar yaşlı bireyler için kapsayıcı mı yoksa dışlayıcı mı?.....	17
1.21. Olumsuz yaşlılık söylemleri (yalnızlık, yük olma, hastalık) sosyal dışlanmayı nasıl pekiştirir?	18
1.22. Yaşlı bireylerin dijital dünyaya katılımını artırmak için hangi eğitim modelleri geliştirilebilir?.....	18
BÖLÜM II.....	20
2. YAŞLILIK VE MEKÂN	20
2.1. Yaşlı bireyler kendi yaşam alanlarının tasarım sürecine nasıl dahil edilebilir? “Onlar için” yerine “onlarla birlikte” tasarım nasıl mümkün olur?.....	20
2.2. Yaşlılar için “iyi tasarlanmış mekân”ın temel ölçütü nedir?.....	21
2.3. Kamusal alan yaşlıyı gerçekten görüyor mu? Parklar, meydanlar, kaldırımlar, duraklar ve geçiş alanları yaşlıların günlük yaşama katılımını ne ölçüde destekliyor?.....	21
2.4. Yaya erişimi, oturma birimleri, gölgelik alanlar, aydınlatma, tuvaletler ve yönlendirme sistemleri gibi unsurlar yaşlıların dışarı çıkma kararını nasıl etkiliyor?.....	22
2.5. Yaşlı bireylerin yaşamında ev yalnızca bir barınma alanı mı, yoksa kimlik, hafıza ve bağımsızlığın merkezi mi?.....	22
2.6. Ev içindeki ergonomi ve iç mekân düzeni — renk, ışık, akustik, malzeme, dolaşım ve mobilya yerleşimi — hangi gündelik riskleri azaltır, hangi ihtiyaçları destekler?.....	23
2.7. Bakıma ihtiyaç duyan yaşlılar için yaşam çevresi nasıl düzenlenirse hem onur duygusu hem de özerklik korunabilir?	24
2.8. Mekân tasarımı yaşlı bireylerin ruh sağlığı, güvenlik algısı, aidiyet duygusu ve yaşam doyumu üzerinde nasıl bir etki yaratır?	24
2.9. Yaş dostu tasarım yalnızca erişilebilirlik meselesi midir, yoksa aynı zamanda saygınlık, görünürlük ve toplumsal katılım meselesi midir?.....	25
2.10. Yaşlılar için tasarlanan mekânlarda “koruyucu ama kısıtlayıcı” anlayış nasıl aşılabılır?	26
2.11. Yaşlı bireyler için tasarlanan sosyal alanlar onları gerçekten bir araya mı getiriyor, yoksa yaşa göre ayrıştırılmış mekânlar mı üretiyor?.....	26

2.12. Kuşaklararası etkileşimi destekleyen mekânlar nasıl kurulabilir? Mekânsal tasarım yaşlı bireyleri pasifleştiren değil, üreten, karşılaştıran ve katılan öznelere nasıl dönüştürebilir?	27
BÖLÜM III	28
3. YAŞLILIK VE SAĞLIK	28
3.1. Evde bakımda multidisipliner ekip ve dijital sağlık entegrasyonu ile bakım kalitesi nasıl artırılabilir?	28
3.2. Huzurevi ve evde bakım hizmeti alan yaşlı bireylerde aşılama oranlarını artırmak için sağlık sistemi, bakım verenler ve toplum arasında nasıl bir iş birliği geliştirilmelidir?	29
3.3. Çoklu hastalık ve polifarmasi varlığında aşıların zamanlaması nasıl optimize edilmelidir?	29
3.4. Polifarmasi yönetiminde ilaç–besin etkileşimleri klinik kararlara yeterince yansıtılıyor mu?	30
3.5. Sağlıklı yaşlanma sürecinde genetik faktörler mi yoksa yaşam tarzı belirleyicileri mi daha baskındır?	30
3.6. Yaşlılıkta ruh sağlığı sorunu bireysel bir problem mi yoksa toplumsal mı?	31
3.7. Yaşlanma gerçekten kaçınılmaz bir biyolojik süreç mi, yoksa doğru müdahalelerle yönetilebilir mi?	31
3.8. Yaşlılarda yalnızlığın depresyon ve bilişsel gerilemeye etkisi olduğu bilinmektedir. Peki sizler klinikte erken tespitine yönelik neler yapıyorsunuz?	32
3.9. Yaşlılarda yaşam kalitesinin artırılması bireysel olarak planlanabilir mi?	33
3.10. Yaşlılarda polifarmasi, malnütrisyon, fiziksel aktivite yetersizliği veya psikososyal sorunlar gibi pek çok sorun görüldüğü bilinmektedir. Sizce bu sorunların hangisi yaşlı bireyin bağımsızlığını daha fazla etkilemektedir?	33
3.11. Yaş ayrımcılığı (ageism), yaşlı bireylerin sağlık hizmetlerine erişimini ya da tedavi sonuçlarını nasıl şekillendiriyor?	34
3.12. Sağlık sisteminde ageism'i azaltmak için en kritik müdahale noktası neresi olmalı?	34
BÖLÜM IV	36
4. YAŞLILIK VE SOSYAL POLİTİKALAR	36
4.1. Türkiye’de yaşlı bakımının sorumluluğu ağırlıklı olarak aile, devlet veya özel sektör tarafından mı üstlenilmelidir ve bu tercihin toplumsal eşitsizlikler üzerindeki etkisi ne olur?	36
4.2. Yaşlı bakımının finansmanı kamu ağırlıklı bir modelle mi sağlanmalıdır veya bireysel katkıların arttığı bir sistem mi olmalıdır?	37

4.3.	Zorunlu bakım sigortası modelleri Türkiye’de uygulanabilir mi ve bu sistemin birey, aile ve kamu üzerindeki olası etkileri nelerdir?	38
4.4.	Sağlık hizmetlerine erişim, istihdam ve sosyal yaşamda yaşa dayalı ayrımcılık nasıl ortaya çıkmaktadır ve nasıl önlenabilir?	39
4.5.	Yaşlı bireyler ekonomik sistemde bir yük müdür yoksa potansiyel bir kaynak mıdır? Yaşlı bireylerin deneyim, bilgi ve sosyal sermayesi ekonomiye nasıl entegre edilebilir ve Türkiye bu potansiyeli neden yeterince kullanamıyor?	40
4.6.	Emekli maaşlarının satın alma gücü yaşlı bireylerin geçimini ne ölçüde sağlamaktadır ve sosyal yardım mekanizmaları yaşlı yoksulluğunu gidermede ne kadar etkilidir?	41
4.7.	Yaşlanan nüfus sağlık harcamalarını kaçınılmaz olarak artırmakta mıdır yoksa doğru politikalarla bu maliyetler kontrol altına alınabilir mi?	42
4.8.	“Sağlıklı yaşlanma” politikaları bir tasarruf aracı mıdır ya da kısa vadede maliyetleri artıran bir yatırım mıdır?	43
4.9.	Türkiye’nin sosyal güvenlik ve sağlık sistemi mevcut demografik dönüşüm karşısında sürdürülebilir midir yoksa yapısal reform gerekli midir?	44
4.10.	Yaşlı bireyler arasında gelir ve sağlık eşitsizlikleri hangi politikalarla azaltılabilir? Mevcut sistem bu eşitsizlikleri nasıl etkilemektedir?	45
BÖLÜM V		47
5. YAŞLILIK VE TEKNOLOJİ		47
5.1.	Yaşlı dostu teknolojilerin tasarımında hangi ergonomik ve bilişsel faktörler öncelikli olmalıdır? Türkiye’de bu alanda yeterli üretim kapasitesine sahip midir?	47
5.2.	Yaşlı bireylere yönelik tele-sağlık hizmetlerinin Türkiye ve dünyadaki durumu nasıl değerlendirilmektedir? Bu hizmetlerin yaşlı bireyler tarafından benimsenmesini ve etkin kullanımını artırmak için hangi stratejiler geliştirilmelidir?	48
5.3.	Dijital okuryazarlık düzeyi düşük olan yaşlı bireylerde teknoloji korkusu (teknofobi) nasıl aşılabılır? Hangi eğitim programları nasıl yapılandırılmalıdır?	49
5.4.	Türkiye’de ve dünyada dijital platformların yaşlı dostu içerik üretimi konusunda mevcut durumu ve eksiklikleri nelerdir? Yaşlı bireylerin uygun içeriklere erişimi için hangi algoritmalar nasıl geliştirilmelidir?	50
5.5.	Yaşlılar için geliştirilen dijital platformların kullanım deneyimi ne ölçüde kullanıcı dostudur? Bu platformların aktif kullanımını artırmak için hangi müdahaleler gereklidir? ...	51
5.6.	Bugün özel eğitimde kazandırılan beceriler, bireylerin yaşlılıkta bağımsız yaşamını ne ölçüde belirler? Sizce sistem bu açıdan yeterli mi?	52

5.7. Yaşlı hakları bağlamında dijital sağlık teknolojilerinin kullanımında ortaya çıkabilecek etik sorunlar nelerdir? Veri gizliliği nasıl korunmalıdır?	53
5.8. Teknoloji temelli çözümler, yaşlı bireylerde sosyal izolasyonu azaltır mı yoksa artırır mı? Bu denge nasıl sağlanmalıdır?	54
5.9. Uzaktan izlem ve bakım teknolojileri (örneğin giyilebilir cihazlar), yaşlı bireylerin bağımsız yaşamını desteklemede ne kadar etkilidir ve bu sistemlerin yaygınlaşmasının önündeki engeller nelerdir?	54
5.10. Yaşlı bireylerin teknolojiye uyumunu artırmak için kamu, özel sektör, STK ve akademi iş birliği nasıl yapılandırılmalıdır?	55
GENEL DEĞERLENDİRME VE SONUÇ	57
ÇÖZÜM ÖNERİLERİ.....	59

ÇALIŞTAY DÜZENLEME KURULU

BAŞKAN	Prof. Dr. Abdulhalim ŞENYİĞİT
ÜYE	Öğr. Gör. İlkay ALTUNSOY
ÜYE	Prof. Dr. Eylem ŞİMŞEK
ÜYE	Prof. Dr. Aytolan YILDIRIM
ÜYE	Prof. Dr. Ayşe AYÇİÇEĞİ DİNN
ÜYE	Dr. Çiğdem ULUDAĞ
ÜYE	Prof. Dr. Pınar ÖKTEM ERKARTAL
ÜYE	Prof. Dr. Hacer Nermin ÇELEN
ÜYE	Doç. Dr. Ayşegül AYDIN AKAYDIN
ÜYE	Doç. Dr. Begüm Aylin ÖNDER
ÜYE	Doç. Dr. Dilek BAYKAL
ÜYE	Dr. Öğr. Üyesi Döne KAPLAN
ÜYE	Dr. Öğr. Üyesi Mahmut Berat AKDAĞ
ÜYE	Dr. Öğr. Üyesi Nihan Sümeyye GÜNDOĞDU
ÜYE	Dr. Öğr. Üyesi Deniz ERAY
ÜYE	Dr. Öğr. Üyesi Fatih PEKTAŞ
ÜYE	Dr. Öğr. Üyesi Gamze DEMİRCİOĞLU
ÜYE	Öğr. Gör. Burcu AKSOY
ÜYE	Öğr. Gör. Alihan BİLEN
ÜYE	Öğr. Gör. Meliha AKPINAR ALAOĞLU
ÜYE	Öğr. Gör. Zeynep KARASOY
ÜYE	Arş. Gör. Ömer TURAN

ÇALIŞTAY SEKRETERYASI

SEKRETER	Öğr. Gör. Alihan BİLEN-alihan.bilen@atlas.edu.tr
SEKRETER	Öğr. Gör. Zeynep KARASOY- zeynep.karasoy@atlas.edu.tr
SEKRETER	Öğr. Gör. Burcu AKSOY-burcu.aksoy@atlas.edu.tr

MASA 1 – YAŞLILIK VE SOSYAL KATILIM

Moderatör: Prof. Dr. Eylem ŞİMŞEK

İstanbul Atlas Üniversitesi Sanat, Tasarım ve Mimarlık Fakültesi Dekanı

Raportör: Arş. Gör. İrem ÇAKIR

Yaşlı bireylerin toplumsal yaşama aktif katılımı, sosyal ilişkilerin sürdürülmesi ve kuşaklararası etkileşim bu masanın odağını oluşturmaktadır.

KATILIMCILAR

- Prof. Dr. Hacer Nermin ÇELEN-*İstanbul Atlas Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi*
- Doç. Dr. Ayşegül AYDIN AKAYDIN-*İstanbul Atlas Üniversitesi Sanat, Tasarım ve Mimarlık Fakültesi*
- Doç. Dr. Begüm Aylin ÖNDER-*İstanbul Atlas Üniversitesi Sanat, Tasarım ve Mimarlık Fakültesi*
- Doç. Dr. Kenan DUMAN-*İstanbul Ticaret Üniversitesi İletişim Fakültesi*
- Doç. Dr. Şerif ESENDEMİR-*Yıldız Teknik Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi*
- Dr. Öğr. Üyesi Ekin Bahar KAYA-*İstanbul Atlas Üniversitesi Sanat, Tasarım ve Mimarlık Fakültesi*
- Öğr. Gör. İlkay ALTUNSOY-*İstanbul Atlas Üniversitesi Meslek Yüksekokulu Müdürü*
- Öğr. Gör. Şükran EVİRGİN-*Bağımsız Araştırmacı*
- Melisa YILMAZ ERDOĞAN-*Psikoterapi İstanbul Danışmanlık, Klinik Psikolog*
- Murat MANGIR-*Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, Yönetici*
- Fatma AKGÜN-B4AFC, *Sosyal Girişimci*
- Türkan KAYA-CNN, *Haber Editörü*
- Hülya YELMEN-*Türkiye Yardım Sevenler Derneği, Bakırköy Şubesi Yönetim Kurulu Başkan Yardımcısı*

MASA 2 – YAŞLILIK VE MEKÂN

Moderatör: Prof. Dr. Pınar ÖKTEM ERKARTAL

İstanbul Atlas Üniversitesi Sanat, Tasarım ve Mimarlık Fakültesi

Raportör: Arş. Gör. Çağla GÜMÜŞÇÜ

Yaşlı bireylerin günlük yaşamlarını güvenli, erişilebilir ve bağımsız biçimde sürdürebilmeleri açısından mekân tasarımı ve çevresel düzenlemeler bu masanın temel konusudur.

KATILIMCILAR

- Dr. Öğr. Üyesi Deniz ERAY-*İstanbul Atlas Üniversitesi Sanat, Tasarım ve Mimarlık Fakültesi*
- Dr. Öğr. Üyesi Nihan Sümeyye GÜNDOĞDU-*İstanbul Atlas Üniversitesi Sanat, Tasarım ve Mimarlık Fakültesi*
- Dr. Öğr. Üyesi Burçak Serpil ALTAY-*Bilkent Üniversitesi Güzel Sanatlar, Tasarım ve Mimarlık Fakültesi*
- Öğr. Gör. Alihan BİLEN-*İstanbul Atlas Üniversitesi Meslek Yüksekokulu*
- Alime ŞANLI-*İstanbul Atlas Üniversitesi Sanat, Tasarım ve Mimarlık Fakültesi*
- Zafer Serdar DURGUN-*Hospithealth Consultancy Kurucusu*
- Ayşegül YURDAKUL-B44FC, *İç Mimar*
- Edanur SAKLAR-*İstanbul Teknik Üniversitesi, Yüksek Lisans Öğrencisi*
- Gül Ece YILMAZ-*İstanbul Atlas Üniversitesi Sanat, Tasarım ve Mimarlık Fakültesi Öğrencisi*

MASA 3 – YAŞLILIK VE SAĞLIK

Moderatör: Doç. Dr. Dilek BAYKAL

İstanbul Atlas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi

Raportör: Arş. Gör. Ömer TURAN

Yaşlılık döneminde sağlığın korunması, kronik hastalık yönetimi, bakım hizmetleri ve yaşam kalitesinin artırılması bu masanın ana odağını oluşturmaktadır.

KATILIMCILAR

- Doç. Dr. Hatice KARABUĞA YAKAR-Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi
- Dr. Öğr. Üyesi Fatih PEKTAŞ-İstanbul Atlas Üniversitesi Hastanesi
- Dr. Öğr. Üyesi Mahmut Berat AKDAĞ-İstanbul Atlas Üniversitesi Meslek Yüksekokulu
- Dr. Öğr. Üyesi Gamze DEMİRCİOĞLU-İstanbul Atlas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi
- Dr. Zeynep ÖZEN ASLAN-Kadıköy Belediyesi Sağlık İşleri Müdürü
- Dr. Mahluga ALIYEVA-Bağımsız Araştırmacı
- Dr. Sevinç YILDIRIM-Darülaceze Başkanlığı
- Öğr. Gör. Meliha AKPINAR ALAOĞLU-İstanbul Atlas Üniversitesi Meslek Yüksekokulu
- Arş. Gör. Özge ÇOŞKUN-Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi
- Duygu Başak GÜRTEKİN-Liv Hospital, Klinik Psikolog
- Burç ÖZERGÜL-bakimevinden.com Kurucusu
- Defne DOĞUSOY-ESSEC Business School, Fransa

MASA 4 – YAŞLILIK VE SOSYAL POLİTİKALAR

Moderatör: Prof. Dr. Orhan KOÇAK

İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Sağlık Bilimleri Fakültesi

Raportör: Öğr. Gör. Ayşe Nur KOÇAK

Yaşlı bireylere yönelik sosyal destek sistemleri, bakım politikaları, toplumsal refah hizmetleri ve yaşlanmanın ekonomik boyutu bu masada değerlendirilecektir.

KATILIMCILAR

- Doç. Dr. Canser BOZ-İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Sağlık Bilimleri Fakültesi
- Doç. Dr. Hatice Selin IRMAK YAŞAR-İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Sağlık Bilimleri Fakültesi
- Dr. Çiğdem ULUDAĞ-İstanbul Atlas Üniversitesi Kariyer Merkezi Müdürü
- Dr. Öğr. Üyesi Gülhan KALMUK-İstinye Üniversitesi İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi
- Dr. Özden GÜDÜK-Bağımsız Araştırmacı
- Dr. Vildan KANDEMİR BÜTÜN-Okyanus Yaşlı Bakım Merkezi Kurucusu
- Öğr. Gör. Burcu AKSOY-İstanbul Atlas Üniversitesi Meslek Yüksekokulu
- Malik Emre YAŞAR-Darülaceze Başkanlığı, Gerontolog

MASA 5 – YAŞLILIK VE TEKNOLOJİ

Moderatör: Dr. Öğr. Üyesi Döne KAPLAN

İstanbul Atlas Üniversitesi Meslek Yüksekokulu

Raportör: Öğr. Gör. Enes AYAZ

Teknolojik gelişmelerin yaşlı bireylerin bağımsız yaşam, sağlık takibi, güvenlik ve sosyal katılım süreçlerine katkısı bu masanın odağını oluşturmaktadır.

KATILIMCILAR

- Doç. Dr. Fatoş KORKMAZ-Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, One Dose Health Tıbbi Danışmanı
- Dr. Öğr. Üyesi Tule GÜLTEKİN BİLİR-İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Sağlık Bilimleri Fakültesi
- Dr. Şevval KARADAĞ-VivaSmartcare Kurucu Ortağı, Medipreneurs Türkiye Kurucu Başkanı
- Sedat UZUNKOL-DoktorNow, Genel Müdür
- Yelda UZUN-Menta Kurucu Ortağı
- Orçun ARICAN-Menta Kurucu Ortağı
- Muhammet Yusuf ARAZ-Üsküdar Üniversitesi, Fizyoterapist

GİRİŞ

Dünya genelinde yaşam süresinin uzaması, doğurganlık oranlarının azalması ve demografik yapının dönüşmesi sonucunda yaşlı nüfusun toplam nüfus içerisindeki payı giderek artmaktadır. Türkiye de benzer şekilde hızlı bir demografik yaşlanma sürecinden geçmekte; bu durum sağlık hizmetlerinden sosyal politikalara, kent planlamasından teknoloji kullanımına kadar birçok alanda yeni ihtiyaç ve beklentileri beraberinde getirmektedir. Yaşlanma olgusunun yalnızca biyolojik bir süreç olarak değil, sosyal, ekonomik, kültürel, mekânsal ve teknolojik boyutlarıyla ele alınması gerekliliği günümüzde daha da belirgin hâle gelmiştir.

Bu doğrultuda İstanbul Atlas Üniversitesi tarafından düzenlenen I. Ulusal Disiplinlerarası Yaşlılık Çalıştayı, yaşlılık alanında çalışan akademisyenleri, kamu kurumu temsilcilerini, yerel yönetim paydaşlarını, sivil toplum kuruluşlarını, sağlık profesyonellerini ve özel sektör temsilcilerini bir araya getirerek yaşlanma olgusunu çok boyutlu bir perspektifle değerlendirmeyi amaçlamıştır. Çalıştay kapsamında yaşlılık ve sosyal katılım, yaşlılık ve mekân, yaşlılık ve sağlık, yaşlılık ve sosyal politikalar ile yaşlılık ve teknoloji başlıkları altında beş ayrı çalışma masası oluşturulmuş; her masada alan uzmanlarının katkılarıyla yaşlı bireylerin karşılaştıkları güncel sorunlar, ihtiyaçlar, fırsatlar ve çözüm önerileri kapsamlı biçimde tartışılmıştır.

Çalıştay süresince gerçekleştirilen değerlendirmelerde, yaşlı bireylerin toplumsal yaşamın pasif unsurları değil; bilgi, deneyim ve üretim potansiyeline sahip aktif bireyler olduğu vurgulanmıştır. Yaşlıların sosyal yaşama katılımının desteklenmesi, erişilebilir ve kapsayıcı yaşam çevrelerinin oluşturulması, sağlık ve bakım hizmetlerinin güçlendirilmesi, yaş dostu sosyal politikaların geliştirilmesi ve teknolojik dönüşüm süreçlerinde yaşlı bireylerin ihtiyaçlarının merkeze alınması gerektiği ortak bir yaklaşım olarak öne çıkmıştır.

Bu rapor, çalıştay kapsamında gerçekleştirilen tartışmaların, görüşlerin, önerilerin ve politika çıktılarının sistematik biçimde derlenmesi amacıyla hazırlanmıştır. Raporda yer alan değerlendirmelerin; yaşlanma alanında çalışan araştırmacılar, karar vericiler, kamu kurumları, yerel yönetimler, sivil toplum kuruluşları ve uygulayıcılar için yol gösterici bir kaynak oluşturması amaçlanmaktadır.

BÖLÜM I

1. YAŞLILIK VE SOSYAL KATILIM

Yaşlı bireylerin toplumsal yaşam içerisinde aktif ve üretken biçimde yer alabilmeleri, sosyal ilişkilerini sürdürebilmeleri ve yaşam doyumlarını koruyabilmeleri sağlıklı yaşlanmanın temel bileşenlerinden biridir. Bu kapsamda sosyal katılım, yalnızlığın ve sosyal izolasyonun azaltılmasında, kuşaklararası dayanışmanın güçlendirilmesinde ve yaşlı bireylerin toplumsal yaşamla bağlarının korunmasında önemli bir rol üstlenmektedir.

Çalıştay kapsamında yaşlılık ve sosyal katılım ekseninde ele alınan sorular çerçevesinde; yaşlı bireylerin toplumsal yaşama katılımı, kuşaklararası etkileşim, gönüllülük faaliyetleri, sosyal destek mekanizmaları, yalnızlık ve sosyal izolasyon, yaş ayrımcılığı, medya temsilleri ve dijital katılım konuları ayrıntılı biçimde değerlendirilmiştir. Ayrıca kamu kurumları, yerel yönetimler, üniversiteler ve sivil toplum kuruluşları arasında geliştirilebilecek iş birliği modelleri ile yaşlı bireylerin bilgi ve deneyimlerinin toplumsal yaşama aktarılmasına yönelik öneriler ele alınmıştır.

1.1. Kamu, yerel yönetimler ve STK'lar arasında nasıl bir iş birliği modeli kurulursa yaşlı bireylerin sosyal katılımı sürdürülebilir hale gelir?

Çalıştay kapsamında yapılan değerlendirmelerde, yaşlı bireylerin sosyal katılımını desteklemeye yönelik çalışmaların sürdürülebilir biçimde yürütülebilmesi için kamu kurumları, yerel yönetimler ve sivil toplum kuruluşları arasında iş birliğinin güçlendirilmesi gerektiği ifade edilmiştir. Sivil toplum kuruluşlarının çeşitli faaliyetler yürütmesine rağmen belediyelerden yer tahsisi sağlanması ve gerekli izin süreçlerinin tamamlanması aşamalarında güçlükler yaşanabildiği belirtilmiştir. Bu durumun bazı projelerin geliştirilememesine veya uygulanamamasına neden olabildiği ifade edilmiştir.

Yaşlı bireylerin sosyal etkinliklere katılımında çeşitli engeller bulunduğu belirtilmiştir. Özellikle hava karardıktan sonra dışarı çıkmak istemeyen bireylerin etkinliklere katılımının azaldığı ifade edilmiştir. Bu nedenle üyeler arasında eşleştirme sistemleri oluşturulması, çevrim içi görüşmeler düzenlenmesi, kitap ve sinema etkinlikleri gerçekleştirilmesi ve ulaşım desteği sağlanması gibi uygulamalardan söz edilmiştir. Mevcut çalışmaların daha geniş kapsamlı biçimde yürütülebilmesi için kamusal desteğin önemli olduğu belirtilmiştir.

Kamu, yerel yönetimler ve sivil toplum kuruluşları arasında gerçekleştirilen iş birliği örnekleri kapsamında, dezavantajlı bölgelerde yaşayan çocuklara yönelik geliştirilen gezici anaokulu uygulamasından söz edilmiştir. Bu modelde belediye, eğitim kurumu ve sivil toplum

kuruluşlarının birlikte çalıştığı ifade edilmiştir. Benzer iş birliklerinin yaşlı bireylere yönelik çalışmalarda da geliştirilebileceği belirtilmiştir.

Yaşlı bireylerin bilgi ve deneyimlerinin genç kuşaklarla paylaşılmasına olanak sağlayan uygulamaların sosyal katılımı desteklediği ifade edilmiştir. Öğrenciler ile yaşlı bireylerin bir araya getirildiği çalışmaların karşılıklı etkileşim açısından önemli olduğu belirtilmiştir. Yaşlılığın yalnızca bakım gerektiren bir dönem olarak değil, bilgi ve deneyim aktarımının gerçekleştiği bir yaşam evresi olarak değerlendirilmesi gerektiği ifade edilmiştir.

Çalıştayda sürdürülebilirlik konusu üzerinde özellikle durulmuştur. Sivil toplum kuruluşlarının daha esnek yapılar olmasına rağmen bazı çalışmaların yarım kalabildiği, benzer durumların kamu projelerinde de görülebildiği belirtilmiştir. Gönüllülük faaliyetlerinde eğitim verilmesinin ve çalışmaların sürekliliğinin sağlanmasının önemli olduğu ifade edilmiştir. Yaşlı bireylerle kurulan ilişkilerin yarıda kesilmesinin olumsuz sonuçlar doğurabileceği belirtilmiştir.

Bu kapsamda belediyelerin, kamu kurumlarının ve sivil toplum kuruluşlarının sürece başlangıç aşamasından itibaren birlikte dâhil olması gerektiği ifade edilmiştir. Tek seferlik etkinlikler yerine daha uzun süreli çalışma programlarının uygulanmasının uygun olacağı belirtilmiştir. Ayrıca bu süreçleri takip edecek ve koordine edecek bir yapıya ihtiyaç duyulduğu dile getirilmiştir.

Yaşlı bireylerde psikososyal yoksunluk ve sosyal katılımsızlık gibi durumların görülebildiği ifade edilmiştir. Bu nedenle belediyeler, bakanlıklar ve ilgili kuruluşlar arasında daha güçlü bir koordinasyon kurulmasının gerekli olduğu belirtilmiştir. Süreçlerin profesyonel meslek elemanlarının desteğiyle yürütülmesinin önemli olduğu vurgulanmıştır.

Yaşlılık alanında yürütülen çalışmaların yalnızca kamu kurumları, yerel yönetimler ve sivil toplum kuruluşlarıyla sınırlı kalmaması gerektiği; aile, birey, üniversiteler, araştırma merkezleri ve ilgili kurumların da sürece dâhil edilmesinin önemli olduğu ifade edilmiştir.

1.2. Mevcut sosyal destek mekanizmaları yaşlı bireylerin ihtiyaçlarına ne ölçüde cevap veriyor? Eksiklikler nelerdir?

Çalıştayda yapılan değerlendirmelerde, yaşlı bireylere yönelik çeşitli sosyal destek uygulamalarının bulunduğu ancak uygulama süreçlerinde çeşitli sorunlarla karşılaşıldığı ifade edilmiştir. Özellikle sivil toplum kuruluşlarının faaliyet yürütürken yer tahsisi, izin süreçleri ve kurumsal destekler konusunda güçlükler yaşayabildiği belirtilmiştir. Bu durumun bazı projelerin uygulanmasını ve devamlılığını etkileyebildiği ifade edilmiştir.

Yaşlı bireylerin sosyal etkinliklere katılımında çeşitli erişim sorunlarının bulunduğu belirtilmiştir. İleri yaş grubundaki bireylerin özellikle akşam saatlerinde dışarı çıkmak istemedikleri ve bu durumun etkinliklere katılımı sınırlayabildiği ifade edilmiştir. Bu nedenle çevrim içi görüşmeler, sosyal etkinlikler ve ulaşım desteği gibi uygulamaların geliştirildiği belirtilmiştir.

Sosyal destek çalışmalarında sürdürülebilirliğin önemli bir konu olduğu ifade edilmiştir. Başlatılan bazı faaliyetlerin belirli bir süre sonra sona ermesi nedeniyle yaşlı bireylerin süreçten uzaklaşabildiği belirtilmiştir. Yaşlı bireylerle kurulan sosyal ilişkilerin ve faaliyetlerin devamlılık göstermesinin önemli olduğu vurgulanmıştır.

Yaşlı bireylerde psikososyal yoksunluk ve sosyal katılımsızlık gibi durumların görülebildiği ifade edilmiştir. Bu nedenle yaşlı bireylere yönelik hizmetlerin kurumlar arasında daha güçlü bir koordinasyon içerisinde yürütülmesi gerektiği belirtilmiştir. Belediyeler, bakanlıklar ve ilgili kuruluşlar arasında iş birliğinin artırılmasının önemli olduğu dile getirilmiştir.

Gündüzlü bakım merkezleri yaşlı bireylere yönelik destek mekanizmaları arasında değerlendirilmiştir. Bu merkezlerden gün içerisinde yararlanılabileceği ve akşam aile ortamına dönülebileceği ifade edilmiştir. Bazı belediyelerde benzer uygulamaların bulunduğu belirtilmiştir. Ayrıca bilgi evleri ve benzeri uygulamalardan da söz edilmiştir.

Yaşlı bireylerin üretim süreçlerine katılabilmesine yönelik uygulamalar da sosyal destek mekanizmaları kapsamında değerlendirilmiştir. El emeği ürünlerin üretilmesi ve bu ürünlerin çeşitli yollarla satışa sunulabilmesine ilişkin görüşler paylaşılmıştır. Ayrıca ileri yaş grubundaki bireylere yönelik girişimcilik desteklerinin oluşturulabileceği ifade edilmiştir.

1.3. Emeklilik sonrası bireylerin üretkenliğini ve toplumsal katkısını artıracak politikalar nasıl geliştirilebilir?

Çalıştayda yapılan değerlendirmelerde, yaşlı bireylerin bilgi ve deneyimlerinin toplumsal yaşam içerisinde değerlendirilmesinin önemli olduğu ifade edilmiştir. Yaşlı bireylerin yalnızca bakım gereksinimi olan kişiler olarak değil, deneyim aktarımında bulunan bireyler olarak da ele alınması gerektiği belirtilmiştir. Öğrenciler ile yaşlı bireylerin bir araya getirildiği uygulamalarda karşılıklı etkileşimin gerçekleştiği ve bu süreçlerin yaşlılık algısı üzerinde etkili olduğu ifade edilmiştir.

Gönüllülük faaliyetlerinin toplumsal katkı üretme açısından önemli olduğu belirtilmiştir. Bazı uygulamalarda çeşitli ürünler üretilerek elde edilen gelirlerin özel gereksinimli çocuklar ve

okullar için kullanıldığı ifade edilmiştir. Bu çalışmaların toplumsal fayda üretme amacı taşıdığı belirtilmiştir.

Gündüzlü bakım merkezlerinde yaşlı bireylerin üretim süreçlerine katılabileceği ifade edilmiştir. El emeği ürünlerin üretilmesi, bu ürünlerin çeşitli kurumlar veya firmalar aracılığıyla değerlendirilmesi ve satışa sunulması yönünde görüşler paylaşılmıştır. Yaşlı bireylere yönelik benzer üretim modellerinin geliştirilebileceği belirtilmiştir.

İleri yaş grubundaki bireylere yönelik girişimcilik desteklerinin oluşturulabileceği ifade edilmiştir. Gençlere ve kadınlara yönelik desteklere benzer biçimde yaşlı bireylerin de çeşitli destek mekanizmalarından yararlanabileceği belirtilmiştir.

Emeklilik sonrasında bireylerin hangi alanlarda üretim yapabilecekleri ve toplumsal yaşama nasıl katılabilecekleri konusu üzerinde durulmuştur. Tasarım alanları ve farklı disiplinlerin bu süreçte katkı sağlayabileceği ifade edilmiştir. Yaşlı bireylerin üretimlerinin planlı biçimde desteklenmesi gerektiği belirtilmiştir.

Emekliliğe hazırlık eğitimlerinden söz edilmiş, bazı kurumlarda bu tür uygulamaların bulunduğu ifade edilmiştir. Emekli olmuş bireylerle emekliliğe hazırlanan bireyler arasında karşılıklı öğrenme süreçlerinin geliştirilebileceği belirtilmiştir. Şirketlerin emekli olan çalışanlarını belirli programlar kapsamında yeniden davet edebileceği ifade edilmiştir.

Yaşlı bireylerin yaşamın ilerleyen dönemlerinde de üretmeye ve toplumsal yaşama katılmaya devam edebileceği vurgulanmış; gönüllülük faaliyetlerinin artırılması ve emekliliğe hazırlık süreçlerinin desteklenmesine ilişkin görüşler paylaşılmıştır.

1.4. Yaşlı bireylerde aidiyet duygusunu güçlendiren sosyal alanlar ve bu alanlara ilişkin algı nasıl tasarlanmalıdır?

Çalıştay kapsamında yapılan değerlendirmelerde, yaşlı bireylerin sosyal yaşam içerisinde yer alabilecekleri alanların oluşturulmasının aidiyet duygusunu güçlendirdiği ifade edilmiştir. Yaşlı bireylerin iletişim kurabilecekleri, ortak faaliyetlere katılabilecekleri ve sosyal ilişkilerini sürdürebilecekleri ortamların önemli olduğu belirtilmiştir. Eğitim düzeyi, sosyoekonomik durum ve yaşam deneyimleri bakımından farklı özelliklere sahip bireylerin farklı ihtiyaçlarının bulunabileceği dile getirilmiştir. Bununla birlikte farklı grupların bir araya gelmesinin de sosyal etkileşimi destekleyebileceği ifade edilmiştir.

Sosyal alanların planlanmasında bireylerin ilgi alanlarının dikkate alınabileceği, ancak bu süreçte dışlayıcı uygulamalardan kaçınılması gerektiği belirtilmiştir. Gruplandırmaların bireylere hissettirilmeden yapılmasının önem taşıdığı ifade edilmiştir.

Yaşlı bireylere yönelik yaşam köyleri örneği kapsamında; bu alanlarda sağlık hizmetleri, yeme-içme alanları ve çeşitli sosyal mekânların bulunduğu belirtilmiştir. Benzer uygulamaların Türkiye’de de geliştirilebileceği ifade edilmiştir. Ayrıca alışveriş merkezleri gibi yoğun kamusal alanlarda yaşlı bireylere yönelik düzenlemeler yapılmasının sosyal yaşama katılımı destekleyebileceği dile getirilmiştir.

Gündüzlü bakım merkezlerinin yalnızca bakım hizmeti sunan yapılar olarak değil, sosyal katılımı destekleyen alanlar olarak değerlendirilmesi gerektiği ifade edilmiştir. Gün içerisinde çeşitli faaliyetlere katılım sağlayan ve akşam aile ortamına dönebilen yaşlı bireyler için bu tür uygulamaların yararlı olabileceği belirtilmiştir.

Kitap kulüpleri, film analiz kulüpleri ve benzeri düzenli etkinliklerin ortak ilgi alanlarına sahip bireyleri bir araya getirebildiği ifade edilmiştir. Yaşlılık temalı film gösterimleri ve tartışma etkinliklerinin de sosyal etkileşimi destekleyebileceği belirtilmiştir.

Yaşlı bireylerin etkinliklere katılım konusunda zaman zaman psikolojik engeller yaşayabildikleri ve çevreye duydukları güvenin azalabildiği ifade edilmiştir. Bu nedenle sosyal alanların güven ilişkisini destekleyecek biçimde planlanmasının önemli olduğu vurgulanmıştır. Ayrıca yaşlı bireylerle yürütülecek faaliyetlerde güvenlik ve istismar risklerinin dikkate alınması gerektiği belirtilmiştir.

Yaşlı bireyler için sembolik değeri bulunan küçük hediyelerin, kişisel anlam taşıyan nesnelerin ve hatırlandıklarını hissettiren uygulamaların duygusal bağ kurma sürecini destekleyebileceği ifade edilmiştir.

1.5. Gönüllülük ve dayanışma temelli modeller sosyal katılımı nasıl güçlendirir?

Çalıştay kapsamında yapılan değerlendirmelerde gönüllülük faaliyetlerinin sosyal katılımın güçlendirilmesinde önemli bir işlev üstlendiği ifade edilmiştir. Gönüllülük anlayışının yalnızca karşılıklı fayda beklentisi üzerine değil, dayanışma, paylaşım ve toplumsal sorumluluk temelinde geliştirilmesi gerektiği belirtilmiştir. Gönüllülük kültürünün bireylerin yaşam deneyimleri içerisinde şekillendiği, yardımlaşma ve destek olma davranışlarının kuşaklar arasında aktarılabildiği ifade edilmiştir.

Gönüllülük faaliyetleri kapsamında yürütülen uygulamalarda, bireylerin birlikte üretim yapabildiği ve toplumsal fayda sağlayan çalışmalar gerçekleştirebildiği belirtilmiştir. Bazı uygulamalarda gönüllü bireylerin çeşitli tekstil ürünleri ürettikleri, elde edilen gelirlerin özel gereksinimli çocuklara ve okullara yönelik destek faaliyetlerinde kullanıldığı ifade edilmiştir. Bu çalışmaların toplumsal dayanışma ve sosyal sorumluluk anlayışı çerçevesinde yürütüldüğü belirtilmiştir.

Yaşlı bireylerle gerçekleştirilen gönüllülük faaliyetlerinde sürdürülebilirliğin önemli olduğu vurgulanmıştır. Başlatılan çalışmaların belirli bir süre sonra sonlandırılmasının yaşlı bireyler üzerinde olumsuz etkiler oluşturabileceği ifade edilmiştir. Bu nedenle gönüllülük faaliyetlerinin uzun vadeli planlanması ve devamlılığının sağlanması gerektiği belirtilmiştir. Ayrıca gönüllülük çalışmalarında eğitim süreçlerinin de yer almasının önemli olduğu dile getirilmiştir.

Kuşaklar arası gönüllülük uygulamalarına ilişkin örnekler paylaşılmıştır. Öğrenciler ile yaşlı bireyleri bir araya getiren çalışmaların karşılıklı etkileşim sağladığı ifade edilmiştir. Gençlerin yaşlı bireylerle doğrudan temas kurmasının yaşlılık algısının değişmesine katkı sağlayabildiği belirtilmiştir. Üniversiteler aracılığıyla gerçekleştirilen uygulamalarda yaşlı bireylerle gençlerin ortak faaliyetlerde bulunabildiği ifade edilmiştir.

Akran birlikteliği ve birlikte yürütülen gönüllülük faaliyetlerinin de sosyal katılımı desteklediği belirtilmiştir. Özellikle grup halinde gerçekleştirilen yardım faaliyetlerinin sosyalleşmeyi güçlendirdiği ve farklı toplumsal gruplara yönelik önyargıların azalmasına katkı sağlayabildiği ifade edilmiştir. Sosyal izolasyonun azaltılmasında birlikte gerçekleştirilen gönüllü çalışmaların etkili olabileceği belirtilmiştir.

Yaşlı bireylerin gönüllülük faaliyetlerinde aktif roller üstlenebileceği ifade edilmiştir. Bireylerin sahip oldukları bilgi, deneyim ve yetkinlikler doğrultusunda farklı gönüllülük alanlarına yönlendirilebileceği belirtilmiştir. Üniversiteler bünyesinde koordinasyon merkezleri oluşturulabileceği ve çeşitli pilot uygulamaların bu yapılar aracılığıyla yürütülebileceği ifade edilmiştir.

1.6. Sosyal katılımın ruh sağlığı, yalnızlık ve yaşam doyumu üzerindeki etkileri nelerdir?

Çalıştayda sosyal katılım ile ruh sağlığı arasındaki ilişki üzerinde durulmuştur. Yaşlı bireylerde görülebilen yalnızlık durumunun çeşitli sorunlarla ilişkili olduğu ifade edilmiştir. Yaşlı bakım kurumlarına yapılan ziyaretlerde farklı eğitim düzeylerine ve yaşam deneyimlerine sahip bireylerle karşılaşıldığı, bazı yaşlı bireylerin zaman zaman içe çekilme eğilimi gösterebildiği

belirtilmiştir. Bu nedenle benzer ilgi alanlarına ve deneyimlere sahip bireylerden oluşan grupların oluşturulabileceği ifade edilmiştir.

Yaşlı bireylerin yaşamdan tamamen çekilmemesi gerektiği belirtilmiştir. Yapabilecekleri faaliyetlerin desteklenmesinin önemli olduğu, öz yeterlilik duygusunun korunmasının yaşlılık sürecinde önem taşıdığı ifade edilmiştir. Yaşlılık döneminde hem zihinsel hem de fiziksel faaliyetlerin sürdürülmesinin gerekli olduğu belirtilmiştir.

Beyin aktiviteleri ve beden aktivitelerinin desteklenmesinin önemine değinilmiştir. Bu faaliyetlerin yetersiz kaldığı durumlarda çeşitli bilişsel sorunların ortaya çıkabileceği ifade edilmiştir. Yaşlı bireylerin sosyal çevreyle bağlarını korumalarının, gündelik yaşam içerisinde aktif olmalarının ve çevrede meydana gelen değişimlerden haberdar olmalarının önemli olduğu belirtilmiştir.

Sosyal, zihinsel ve fiziksel açıdan aktif kalmayı destekleyen ortamların oluşturulmasının gerekli olduğu ifade edilmiştir. Yaşlı bireylerin sosyal faaliyetlere katılım göstermeleri, çevreleriyle iletişim kurmaları ve toplumsal yaşam içerisinde yer almalarının önem taşıdığı belirtilmiştir.

Yaşlı bireylerin toplumsal gelişmelere uyum sağlamasının önemli olduğu ifade edilmiştir. Değişen koşullara uyum sağlama süreçlerinde zihinsel yapının desteklenmesi gerektiği belirtilmiştir. Bazı yaşlı bireylerin gündelik yaşamda meydana gelen değişikliklere uyum sağlamakta zorlanabildiği, bu nedenle destekleyici sosyal çevrelerin önemli olduğu ifade edilmiştir.

1.7. Kırsal ve kentsel alanlarda sosyal katılım olanakları nasıl farklılaşmaktadır?

Çalıştay kapsamında kırsal ve kentsel yaşam koşullarının sosyal katılım üzerindeki etkileri değerlendirilmiştir. Kırsal yaşamda bireylerin belirli işleri yapamaz hale geldiklerinde kuşaklar arası dayanışma ve iletişimin daha doğal biçimde ortaya çıkabildiği ifade edilmiştir. Aile üyeleri ve yakın çevrenin günlük yaşam içerisinde daha görünür olması nedeniyle sosyal ilişkilerin farklı biçimlerde sürdürülebildiği belirtilmiştir.

Kentsel yaşamda ise yaşlı bireylerin sosyal katılımını destekleyebilmek için planlı uygulamalara ihtiyaç duyulduğu ifade edilmiştir. Üniversiteler, belediyeler, sivil toplum kuruluşları ve diğer kurumlar aracılığıyla yürütülen etkinliklerin yaşlı bireyleri sosyal yaşam içerisinde tutabildiği belirtilmiştir. Ancak bu uygulamaların sürdürülebilir biçimde yürütülmesinin önemli olduğu vurgulanmıştır.

Yaşlı bireylerin sosyal yaşam içerisinde yer alabilecekleri farklı mekânlardan söz edilmiştir. Yaşlı yaşam köyleri, gündüzlü bakım merkezleri, bilgi evleri ve alışveriş merkezleri gibi alanların sosyal katılımı destekleyebileceği ifade edilmiştir. Bu tür alanlarda yaşlı bireylerin hem akranlarıyla hem de farklı yaş gruplarıyla etkileşim kurabilecekleri belirtilmiştir.

Kırsal ve kentsel alanlarda kuşaklar arası ilişkilerin farklı biçimlerde gelişebildiği ifade edilmiştir. Kırsal bölgelerde günlük yaşamın doğal akışı içerisinde ortaya çıkan dayanışma ilişkilerinin, kent yaşamında çeşitli projeler ve organizasyonlar aracılığıyla desteklenmeye çalışıldığı belirtilmiştir.

Yaşlı bireylerin sosyal katılımını artırmaya yönelik çalışmaların yalnızca belirli kurumların sorumluluğunda olmaması gerektiği ifade edilmiştir. Üniversiteler, yerel yönetimler, sivil toplum kuruluşları ve diğer paydaşların birlikte hareket edebileceği modeller üzerinde durulmuştur. Ayrıca sosyal katılımı destekleyecek mekânların çeşitlendirilmesi ve farklı yaş gruplarını bir araya getirecek uygulamaların geliştirilmesi gerektiği yönünde görüşler paylaşılmıştır.

1.8. Gençler ve yaşlılar arasında karşılıklı öğrenmeyi destekleyen modeller nelerdir?

Çalıştayda gençler ile yaşlı bireyler arasında karşılıklı öğrenmeyi destekleyen uygulamalar üzerinde durulmuştur. Yaşlı bireylerin bilgi, deneyim ve yaşam birikimlerinin genç kuşaklarla paylaşılmasının önemli olduğu ifade edilmiştir. Bu kapsamda öğrenciler ile yaşlı bireyleri bir araya getiren uygulamalardan söz edilmiştir. Darülaceze ziyaretleri kapsamında yürütülen çalışmalarda öğrencilerin yaşlı bireylerle doğrudan iletişim kurdukları, karşılıklı etkileşim geliştirdikleri ve yaşlı bireylerin yaşam deneyimlerinden yararlanabildikleri belirtilmiştir.

Çocuklar ve yaşlı bireyler arasındaki temasın geçmiş dönemlere kıyasla azaldığı ifade edilmiştir. Bu nedenle farklı yaş gruplarını bir araya getirecek uygulamaların geliştirilmesinin önemli olduğu belirtilmiştir. Gezici anaokulu uygulamaları kapsamında gerçekleştirilen etkinliklerde yaşlı bireylerin deneyimlerini aktardıkları, geleneksel oyunların oynandığı ve çeşitli uygulamalı faaliyetlerin gerçekleştirildiği ifade edilmiştir. Bu çalışmaların toplumun küçük bir modeli olarak değerlendirildiği belirtilmiştir.

Üniversiteler aracılığıyla yürütülebilecek çalışmalar üzerinde de durulmuştur. Gençlerin yaşlı bireylerle bir araya gelmesini sağlayacak uygulamaların geliştirilmesinin önemli olduğu ifade edilmiştir. Yaşlı bireylerin yalnızca hizmet alan kişiler olarak değil, deneyim ve bilgi aktaran bireyler olarak değerlendirilmesi gerektiği belirtilmiştir.

Yaşlı bireylerin bilgi ve deneyimlerini aktarabilecekleri farklı alanlardan söz edilmiştir. Geleneksel bilgi, yaşam deneyimleri, üretim süreçleri ve gündelik yaşam becerilerinin genç

kuşaklarla paylaşılabilceği ifade edilmiştir. Bu tür uygulamaların hem gençler hem de yaşlı bireyler açısından karşılıklı öğrenme fırsatı oluşturabilceği belirtilmiştir.

Üniversitelerde pilot uygulamalar geliştirilerek gençler ile yaşlı bireyleri bir araya getiren modeller oluşturulabilceği ifade edilmiştir. Bu süreçlerde yalnızca belediyelerin değil, üniversitelerin, sivil toplum kuruluşlarının ve diğer kurumların da sürece dāhil olabileceği belirtilmiştir.

1.9. Kuşaklararası mentorluk ve birlikte üretim süreçleri sosyal katılımı nasıl dönüştürür?

Çalıştayda kuşaklar arası mentorluk ve birlikte üretim süreçleri üzerinde durulmuştur. Yaşlı bireylerin sahip oldukları bilgi ve deneyimlerin genç kuşaklara aktarılmasının önemli olduğu ifade edilmiştir. Özellikle yaşlı bireylerin yaşam deneyimlerinin yalnızca bireysel birikim olarak kalmaması, farklı yaş gruplarıyla paylaşılması gerektiği belirtilmiştir.

Yaşlı bireylerle öğrencileri bir araya getiren uygulamalardan söz edilmiştir. Bir dönem boyunca gerçekleştirilen ziyaretlerde öğrenciler ile yaşlı bireyler arasında karşılıklı etkileşim oluştuğu ifade edilmiştir. Bu süreçte yaşlı bireylerin yaşam deneyimlerini paylaşabildikleri ve gençlerin yaşlılık konusuna ilişkin farkındalıklarının gelişebildiği belirtilmiştir.

Kuşaklar arası etkileşimin yalnızca bilgi aktarımıyla sınırlı olmadığı ifade edilmiştir. Birlikte gerçekleştirilen uygulamaların, ortak deneyimlerin ve ortak üretim süreçlerinin de önemli olduğu belirtilmiştir. Geleneksel oyunlar, bahçe uygulamaları ve çeşitli üretim faaliyetlerinin farklı yaş gruplarını bir araya getirebildiği ifade edilmiştir.

Emeklilik sürecindeki bireyler ile emekli olmuş bireyler arasında da karşılıklı öğrenme süreçlerinin geliştirilebileceği belirtilmiştir. Emekliliğe hazırlık döneminde bulunan bireylerin, emeklilik deneyimi yaşamış kişilerden yararlanabilecekleri ifade edilmiştir. Bu kapsamda çeşitli eğitimler ve programlar düzenlenebileceği belirtilmiştir.

Kuşaklar arası etkileşimin yalnızca çatışma üzerinden değerlendirilmemesi gerektiği ifade edilmiştir. Danışma, deneyim aktarımı, rehberlik ve karşılıklı öğrenme süreçlerinin de kuşaklar arası ilişkilerin önemli bileşenleri olduğu belirtilmiştir.

1.10. STK'lar kuşaklararası projeleri yaygınlaştırmak için hangi stratejileri geliştirmelidir?

Çalıştayda sivil toplum kuruluşlarının kuşaklar arası projelerin geliştirilmesi ve yaygınlaştırılmasındaki rolü ele alınmıştır. Sivil toplum kuruluşlarının gençler ve yaşlı bireyleri bir araya getiren uygulamalarda önemli bir işlev üstlenebileceği ifade edilmiştir.

Yaşlı bireyler ile öğrencileri buluşturan uygulamalardan söz edilmiş; bu tür faaliyetlerin yalnızca belirli dönemlerde gerçekleştirilen ziyaretlerle sınırlı kalmaması gerektiği belirtilmiştir. Üniversiteler, sivil toplum kuruluşları ve diğer kurumlar arasında iş birliği geliştirilerek daha kapsamlı çalışmalar yürütülebileceği ifade edilmiştir.

Gençlerin yönlendirilebileceği uygun alanların oluşturulmasının önemli olduğu belirtilmiştir. Gönüllü öğrencilerin yaşlı bireylerle bir araya gelebilecekleri ortamların sınırlı olduğu ifade edilmiş; bu nedenle yeni uygulama alanlarının geliştirilmesi gerektiği dile getirilmiştir.

Üniversiteler, camiler, belediyeler ve farklı kamusal alanların kuşaklar arası projelerde kullanılabileceği belirtilmiştir. Bu süreçlerin yalnızca belirli kurumların sorumluluğunda olmaması gerektiği, farklı paydaşların birlikte hareket etmesinin önemli olduğu ifade edilmiştir.

Üniversiteler bünyesinde koordinasyon merkezleri kurulabileceği ve çeşitli pilot uygulamaların bu merkezler aracılığıyla yürütülebileceği belirtilmiştir. Ayrıca farklı disiplinlerden gençlerin sürece dâhil edilmesinin önemli olduğu ifade edilmiştir.

Kuşaklar arası projelerin geliştirilmesinde güven ilişkisi kurulmasının önemli olduğu belirtilmiştir. Yaşlı bireylerin etkinliklere katılım konusunda zaman zaman çekinceler yaşayabildiği, bu nedenle çalışmaların güven duygusunu destekleyecek biçimde planlanması gerektiği ifade edilmiştir.

1.11. Yaşlı bireylerin bilgi ve deneyim aktarımı nasıl teşvik edilebilir?

Çalıştayda yaşlı bireylerin sahip oldukları bilgi, deneyim ve yaşam birikimlerinin toplumsal açıdan önemli olduğu ifade edilmiştir. Yaşlılığın yalnızca bakım gerektiren bir dönem olarak değerlendirilmemesi, aynı zamanda deneyim ve bilgeliğin aktarımının gerçekleştiği bir yaşam evresi olarak ele alınması gerektiği belirtilmiştir.

Yaşlı bireylerle öğrencileri bir araya getiren uygulamalardan söz edilmiştir. Bu uygulamalarda yaşlı bireylerin yaşam deneyimlerini paylaşabildikleri ve genç kuşaklarla

etkileşim kurabildikleri ifade edilmiştir. Gençlerin yaşlı bireylerle doğrudan temas kurmalarının yaşlılığa ilişkin farkındalıklarını artırabildiği belirtilmiştir.

Geleneksel oyunlar, bahçe uygulamaları ve çeşitli günlük yaşam deneyimlerinin farklı kuşaklar arasında aktarılabildiği ifade edilmiştir. Yaşlı bireylerin sahip oldukları becerilerin ve deneyimlerin çeşitli etkinlikler aracılığıyla genç kuşaklara aktarılabileceği belirtilmiştir.

El sanatları, üretim faaliyetleri ve gündelik yaşam deneyimlerinin de bilgi aktarımı açısından değerlendirilebileceği ifade edilmiştir. Yaşlı bireylerin yalnızca bilgi alan değil, bilgi üreten ve aktaran bireyler olarak da değerlendirilmesi gerektiği belirtilmiştir.

Kuşaklar arası etkileşimin artırılması amacıyla üniversiteler, sivil toplum kuruluşları ve çeşitli kurumlar tarafından ortak çalışmalar yürütülebileceği ifade edilmiştir. Bu çalışmaların yaşlı bireylerin deneyimlerini görünür hale getirebileceği belirtilmiştir.

1.12. Yalnızlık ve sosyal izolasyon kuşaklararası ilişkileri nasıl etkiler?

Çalıştayda yalnızlık ve sosyal izolasyonun yaşlı bireyler üzerindeki etkileri ele alınmıştır. Yaşlı bireylerde yalnızlığın çeşitli sorunlarla ilişkili olabileceği ifade edilmiştir. Yaşlı bakım kurumlarına yapılan ziyaretlerde bazı bireylerin içe çekilebildiği ve sosyal ilişkilerden uzaklaşabildiği belirtilmiştir.

Yaşlı bireylerin sosyal yaşamdan uzaklaşmalarının sosyal ilişkileri etkileyebileceği ifade edilmiştir. Özellikle çevreyle iletişimin azalmasının ve gündelik yaşam içerisindeki etkileşimlerin sınırlanmasının sosyal katılımı etkileyebileceği belirtilmiştir.

Yaşlı bireylerin aktif kalmalarının önemine değinilmiştir. Sosyal, zihinsel ve fiziksel faaliyetlerin sürdürülmesinin yaşlılık döneminde önemli olduğu ifade edilmiştir. Çevrede meydana gelen gelişmelerden haberdar olmanın ve toplumsal yaşamla bağların sürdürülmesinin gerekli olduğu belirtilmiştir.

Çocuklar ve yaşlı bireyler arasındaki temasın geçmiş dönemlere göre azaldığı ifade edilmiştir. Bu durumun kuşaklar arası ilişkiler açısından değerlendirilmesi gerektiği belirtilmiştir. Farklı yaş gruplarını bir araya getiren uygulamaların sosyal ilişkileri destekleyebileceği ifade edilmiştir.

Yaşlı bireylerin etkinliklere katılım konusunda zaman zaman çekinceler yaşayabildiği, çevreye duyulan güvenin azalabildiği ve bunun sosyal ilişkilere yansyabildiği belirtilmiştir. Bu nedenle kuşaklar arası ilişkileri destekleyen çalışmaların güven duygusunu da güçlendirecek biçimde planlanmasının önemli olduğu ifade edilmiştir.

1.13. Sosyal izolasyon döngüsü nasıl kırılabilir?

Çalıştayda sosyal izolasyonun azaltılmasına yönelik çeşitli uygulamalardan söz edilmiştir. Yaşlı bireylerin sosyal yaşam içerisinde aktif biçimde yer alabilmelerinin önem taşıdığı ifade edilmiştir. Bu kapsamda yaşlı bireylerin sosyal, zihinsel ve fiziksel faaliyetlere katılımını destekleyen ortamların oluşturulması gerektiği belirtilmiştir.

Yaşlı bireylerin iletişim kurabilecekleri sosyal grupların oluşturulmasının önemli olduğu ifade edilmiştir. Benzer ilgi alanlarına, yaşam deneyimlerine veya eğitim düzeylerine sahip bireylerin bir araya gelmesinin sosyal ilişkileri destekleyebileceği belirtilmiştir.

Kitap kulüpleri, film analiz grupları ve benzeri düzenli etkinliklerden söz edilmiştir. Ortak ilgi alanlarına sahip bireylerin bir araya gelerek sürdürülebilir sosyal ilişkiler geliştirebildiği ifade edilmiştir. Yaşlılık temalı film gösterimleri ve tartışma etkinliklerinin de bu kapsamda değerlendirilebileceği belirtilmiştir.

Gönüllülük faaliyetlerinin sosyal izolasyonun azaltılmasına katkı sağlayabileceği ifade edilmiştir. Özellikle grup halinde yürütülen gönüllü çalışmaların sosyalleşmeyi desteklediği belirtilmiştir. Yardım faaliyetleri ve ortak çalışmalar aracılığıyla farklı bireylerin bir araya gelebildiği ifade edilmiştir.

Yaşlı bireylerin etkinliklere katılımında güven duygusunun önemli olduğu belirtilmiştir. Bu nedenle sosyal izolasyonun azaltılmasına yönelik uygulamaların güven ilişkisini destekleyecek biçimde planlanması gerektiği ifade edilmiştir. Üniversiteler, sivil toplum kuruluşları ve yerel yönetimler aracılığıyla çeşitli pilot uygulamalar geliştirilebileceği belirtilmiştir.

1.14. Dijital araçlar kuşaklararası iletişimde köprü mü yoksa yeni bir eşitsizlik alanı mı yaratır?

Çalıştayda dijital araçların kuşaklar arası iletişim üzerindeki etkileri çeşitli yönleriyle ele alınmıştır. Dijital teknolojilerin farklı yaş grupları arasında iletişim kurulmasına katkı sağlayabileceği ifade edilmiştir. Özellikle çevrim içi görüşmelerin ve dijital iletişim araçlarının sosyal ilişkilerin sürdürülmesine destek olabileceği belirtilmiştir.

Dijital teknolojilerin genç kuşakların kullanım alışkanlıklarına göre şekillendiği ifade edilmiştir. Bu nedenle yaşlı bireylerin teknolojiyi kullanırken çeşitli güçlüklerle karşılaşabildiği belirtilmiştir. Dijital arayüzlerin yaşlı bireyleri de kapsayacak biçimde tasarlanmasının önemli olduğu ifade edilmiştir.

Dijital okuryazarlık, algoritmik okuryazarlık ve teknoloji kullanım becerilerinin geliştirilmesine yönelik eğitimlerden söz edilmiştir. Bu kapsamda oyunlaştırma uygulamaları, eğitim içerikleri ve çeşitli dijital araçların kullanılabileceği belirtilmiştir.

Sosyal medya ve dijital platformların yaşlı bireylerin görünürlüğünü artırabilecek alanlar sunduğu ifade edilmiştir. Yaşlı bireylerin yaşam deneyimlerini, mesleki bilgilerini ve çeşitli becerilerini dijital ortamlar aracılığıyla paylaşabilecekleri belirtilmiştir. Bu durumun kuşaklar arası etkileşimi destekleyebileceği ifade edilmiştir.

Dijital araçların tek başına yeterli olmadığı da belirtilmiştir. Teknolojik uygulamaların sosyal ilişkilerin yerine geçmesinden çok, mevcut ilişkileri destekleyen yardımcı mekanizmalar olarak değerlendirilmesi gerektiği ifade edilmiştir. Dijital araçların doğru tasarlandığında sosyal bağlantıları destekleyebileceği belirtilmiştir.

1.15. Medyada yaşlı bireyler hangi temsillerle yer alıyor ve bu temsiller sosyal katılımı nasıl etkiliyor?

Çalıştayda medyada yaşlı bireylerin nasıl temsil edildiği konusu ayrıntılı biçimde ele alınmıştır. Yapılan değerlendirmelerde yaşlı bireylerin medyada yeterince görünür olmadığı ifade edilmiştir. Medyada hâkim olan estetik anlayış içerisinde yaşlı bireylerin çoğu zaman geri planda bırakıldığı belirtilmiştir.

Yaşlılık temsillerinin çoğunlukla belirli kalıplar üzerinden üretildiği ifade edilmiştir. Bu temsillerden birinin “ideal” veya “süper yaşlılık” olarak tanımlanabilecek örnekler olduğu belirtilmiştir. İleri yaşta olmasına rağmen olağanüstü başarılar gösteren bireylerin haberleştirildiği, ancak bu yaklaşımın yaşlılığı reddeden bir çerçeve oluşturabildiği ifade edilmiştir. Bu tür temsillerin diğer yaşlı bireylerin kendilerini yetersiz hissetmelerine neden olabileceği belirtilmiştir.

Bir diğer temsil biçiminin ise yaşlı bireyleri yalnızlık, düşük gelir, fiziksel rahatsızlık ve mağduriyet gibi temalar üzerinden ele alan anlatılar olduğu ifade edilmiştir. Bu tür haberlerde yaşlı bireylerin çoğunlukla yardıma muhtaç, kırılgan ve pasif kişiler olarak sunulduğu belirtilmiştir.

Ayrıca yaşlı bireylerin zaman zaman mizah unsuru olarak kullanıldığı ve topluma uyum sağlayamayan kişiler şeklinde gösterilebildiği ifade edilmiştir. Bu tür temsillerin yaşlı bireylere ilişkin algıları etkileyebildiği belirtilmiştir.

Medyada yaşı bireylerin görünürlüğünün sınırlı olmasının sosyal katılımı da etkileyebileceği ifade edilmiştir. Yaşı bireylerin kamusal yaşam içerisinde aktif roller üstlenebilen kişiler olarak daha görünür hale gelmelerinin önemli olduğu belirtilmiştir.

1.16. Yaş ayrımcılığı (ageism) sosyal katılımın önünde nasıl bir engel oluşturur?

Çalıştayda yaş ayrımcılığına ilişkin çeşitli örnekler paylaşılmıştır. İleri yaş grubundaki bireylerin zaman zaman küçümseyici ve etiketleyici ifadelerle tanımlanabildiği belirtilmiştir. Sosyal medya ve gündelik yaşam içerisinde kullanılan bazı ifadelerin yaşı bireyleri değersizleştirebildiği ifade edilmiştir.

Yaşı bireylerin üretkenliklerini kaybettikleri yönündeki algının da yaş ayrımcılığını besleyen unsurlardan biri olduğu belirtilmiştir. İnsanların ileri yaşlarda da yaşamaya, üretmeye ve toplumsal yaşama katılmaya devam ettikleri ifade edilmiştir.

Medya dilinde yaşı gereksiz biçimde vurgulanabildiği belirtilmiştir. Haberlerde yaşı unsurunun çoğu zaman olayın önüne geçtiği ve bunun yaşlılığa ilişkin algıları etkileyebildiği ifade edilmiştir.

Akademik alanda da yaş ayrımcılığıyla mücadele edilmesi gerektiği belirtilmiştir. Yaşı bireylerin toplumsal yaşama katılımlarını destekleyen çalışmaların artırılması gerektiği ifade edilmiştir.

Yaşı bireylerin yalnızca bakım gerektiren kişiler olarak görülmesinin doğru olmadığı, bilgi ve deneyim sahibi bireyler olarak değerlendirilmeleri gerektiği yönünde görüşler paylaşılmıştır.

1.17. Medya yaşlılık gerçeğini mi yansıtıyor, yoksa yeniden mi inşa ediyor?

Çalıştayda medyanın yaşlılık gerçeğini ne ölçüde yansıttığı konusu tartışılmıştır. Medyada yer alan yaşlılık temsillerinin çoğu zaman belirli kalıplar üzerinden üretildiği ve bu nedenle yaşlılık deneyiminin tüm yönlerini yansıtmadığı ifade edilmiştir.

Yaşı bireylerin ya olağanüstü başarı gösteren kişiler ya da mağdur ve yardıma muhtaç bireyler olarak sunulabildiği belirtilmiştir. Bu iki temsil biçiminin de yaşlılık deneyiminin çeşitliliğini tam olarak yansıtmadığı ifade edilmiştir.

Medyada yaşı bireylerin görünürlüğünün sınırlı olduğu ve genç kuşaklarla ortak bir zemin oluşturmakta yetersiz kaldığı belirtilmiştir. Bu durumun yaşı bireylerin sosyal katılımına ilişkin algıları etkileyebileceği ifade edilmiştir.

Karikatürler, televizyon programları ve çeşitli medya içeriklerinde yaşlı bireylerin zaman zaman alay konusu haline getirilebildiği belirtilmiştir. Bu tür içeriklerin yaşlılığa ilişkin kalıp yargıları güçlendirebildiği ifade edilmiştir.

Yaşlı bireylerin duygusal ihtiyaçlarının ve gündelik yaşam deneyimlerinin medyada daha görünür hale getirilmesinin önemli olduğu yönünde görüşler paylaşılmıştır.

1.18. Dijital okuryazarlık düzeyi yaşlı bireylerin sosyal katılımını nasıl şekillendirir?

Çalıştayda dijital okuryazarlığın yaşlı bireylerin sosyal katılımı üzerindeki etkileri ele alınmıştır. Dijital teknolojilerin gündelik yaşamın önemli bir parçası haline geldiği, buna bağlı olarak yaşlı bireylerin de bu teknolojilere erişim ve kullanım becerilerinin önem kazandığı ifade edilmiştir. Teknolojik gelişmelerin çoğunlukla genç kuşakların kullanım alışkanlıklarına göre şekillendiği belirtilmiş; bu durumun yaşlı bireylerin dijital ortamlarda çeşitli güçlüklerle karşılaşmasına neden olabildiği ifade edilmiştir.

Dijital arayüzlerin yaşlı bireylerin kullanım özellikleri dikkate alınarak tasarlanmasının önemli olduğu belirtilmiştir. Yaşlı bireylerin algoritmik yapılar içerisinde çoğu zaman daha sınırlı içeriklerle karşılaşabildiği ve dijital sistemlerin kapsayıcılığının artırılması gerektiği ifade edilmiştir. Bu nedenle sosyal medya ve diğer dijital platformların yaşlı bireylerin ihtiyaçlarını da dikkate alacak biçimde geliştirilmesinin gerekli olduğu belirtilmiştir.

Dijital okuryazarlık ve algoritmik okuryazarlık alanlarında eğitim modellerinin geliştirilebileceği ifade edilmiştir. Bu kapsamda dijital eğitim içerikleri, oyunlaştırma uygulamaları ve çeşitli teknolojik araçlardan yararlanılabileceği belirtilmiştir. Özellikle dijital teknolojilere erişim konusunda düşük bariyerli uygulamaların geliştirilmesinin önemli olduğu dile getirilmiştir.

Yapay zekâ uygulamaları, dijital eğitim materyalleri ve çeşitli teknolojik araçların yaşlı bireylerin teknoloji kullanım becerilerini destekleyebileceği ifade edilmiştir. Teknolojik araçların yalnızca bilgiye erişim amacıyla değil, fiziksel aktivite, bilişsel destek ve gündelik yaşam faaliyetlerini desteklemek amacıyla da kullanılabileceği belirtilmiştir.

Yaşlı bireylere yönelik sosyal medya ve dijital okuryazarlık eğitimlerinin geliştirilebileceği ifade edilmiştir. Dijital becerilerin artırılmasının, yaşlı bireylerin bilgiye erişimini, iletişim kurmasını ve sosyal yaşamla bağlantısını destekleyebileceği belirtilmiştir.

1.19. Sosyal medya yaşı bireylerin görünürlüğünü ve ifade alanlarını nasıl etkiler?

Çalıştayda sosyal medyanın yaşı bireyler açısından sunduğu olanaklar üzerinde durulmuştur. Geleneksel medyada yeterince yer bulamayan yaşı bireylerin sosyal medya aracılığıyla kendi deneyimlerini, bilgi birikimlerini ve üretimlerini daha görünür hale getirebildikleri ifade edilmiştir.

Yaşı bireylerin yemek tarifleri, el sanatları, zanaatkarlık deneyimleri ve mesleki bilgi birikimlerini dijital platformlar üzerinden paylaşabilecekleri belirtilmiştir. Emekli bireylerin sahip oldukları bilgi ve deneyimleri sosyal medya aracılığıyla aktarabilecekleri ve bu yolla görünürlük kazanabilecekleri ifade edilmiştir. Yaşın bazı içeriklerde bir dezavantaj değil, içerik değerini artıran bir unsur olarak da değerlendirilebileceği belirtilmiştir.

Sosyal medyanın yaşı bireylerin kendi seslerini duyurabilecekleri alternatif bir alan oluşturduğu ifade edilmiştir. Geleneksel medya içerisinde yeterince temsil edilmeyen yaşı bireylerin sosyal medya aracılığıyla daha geniş kitlelere ulaşabilecekleri belirtilmiştir.

Geliştirilecek projelerde sosyal medya bileşeninin de bulunmasının önemli olduğu ifade edilmiştir. Sosyal medya aracılığıyla yaşı bireylerin çalışmalarının tanıtılabileceği, görünürlüklerinin artırılabilirliği ve farklı kuşaklarla etkileşim kurabilecekleri belirtilmiştir.

Sosyal medyanın yaşı bireylerin ifade alanlarını genişletebilecek bir araç olduğu, ancak bu alandan etkili biçimde yararlanabilmek için dijital okuryazarlık becerilerinin desteklenmesinin önemli olduğu ifade edilmiştir.

1.20. Dijital platformlar yaşı bireyler için kapsayıcı mı yoksa dışlayıcı mı?

Çalıştayda dijital platformların yaşı bireyler açısından hem fırsatlar hem de çeşitli sınırlılıklar barındırdığı ifade edilmiştir. Teknolojik gelişmelerin büyük ölçüde genç kuşakların kullanım alışkanlıklarına göre şekillendiği belirtilmiş, bu durumun yaşı bireylerin dijital ortamlarda çeşitli güçlüklerle karşılaşmasına neden olabileceği ifade edilmiştir.

Dijital arayüzlerin ve platformların yaşı bireylerin ihtiyaçlarını da dikkate alacak biçimde tasarlanmasının önemli olduğu belirtilmiştir. Mevcut sistemlerde yaşı bireylerin çeşitli erişim sorunları yaşayabildiği ve kapsayıcı tasarımların geliştirilmesi gerektiği ifade edilmiştir.

Algoritmaların kullanıcıları farklı içerik dünyalarına yönlendirdiği ve dijital platformlarda herkesin aynı içeriklere erişemediği belirtilmiştir. Dijital platformların kendi ekonomik öncelikleri doğrultusunda içerik sunduğu ifade edilmiş; bu nedenle platformların daha şeffaf olması gerektiği yönünde görüşler paylaşılmıştır.

Yaşlı bireylerin dijital ortamlarda daha aktif biçimde yer alabilmeleri için eğitim faaliyetlerinin ve dijital destek mekanizmalarının geliştirilmesinin önemli olduğu belirtilmiştir. Dijital okuryazarlık çalışmalarının bu süreçte önemli bir rol oynayabileceği ifade edilmiştir.

Dijital platformların doğru biçimde tasarlanması ve erişilebilir hale getirilmesi durumunda yaşlı bireylerin bilgiye erişimini, iletişim kurmasını ve sosyal yaşamla bağlantısını destekleyebileceği belirtilmiştir.

1.21. Olumsuz yaşlılık söylemleri (yalnızlık, yük olma, hastalık) sosyal dışlanmayı nasıl pekiştirir?

Çalıştayda yaşlı bireylere yönelik olumsuz söylemlerin sosyal dışlanmayı güçlendirebildiği ifade edilmiştir. Yaşlı bireylerin zaman zaman yalnızlık, hastalık, yetersizlik ve topluma uyum sağlayamama gibi özelliklerle özdeşleştirildiği belirtilmiştir.

Sosyal medyada ve gündelik yaşamda kullanılan bazı ifadelerin yaşlı bireyleri etiketleyebildiği ifade edilmiştir. Yaşlı bireylerin üretkenliklerini kaybettikleri veya toplumsal yaşamdan çekilmeleri gerektiği yönündeki algıların yaşlılığa ilişkin olumsuz yaklaşımları güçlendirebildiği belirtilmiştir.

Medyada yaşlı bireylerin çoğu zaman yalnızlık, düşük gelir, sağlık sorunları ve mağduriyet temaları üzerinden temsil edildiği ifade edilmiştir. Bu tür temsillerde yaşlı bireylerin genellikle yardıma muhtaç ve pasif kişiler olarak sunulduğu belirtilmiştir.

Yaşlı bireylerin zaman zaman mizah unsuru olarak kullanıldığı ve topluma uyum sağlayamayan kişiler şeklinde gösterilebildiği ifade edilmiştir. Bu tür içeriklerin yaşlı bireylere ilişkin kalıp yargıları güçlendirebildiği belirtilmiştir.

Yaşlı bireylerin üretmeye, öğrenmeye ve toplumsal yaşama katılmaya devam eden bireyler olarak görünür hale gelmelerinin önemli olduğu ifade edilmiştir. Yaşlı bireylerin bilgi, deneyim ve birikimlerinin görünür kılınmasının yaşlılığa ilişkin algıları etkileyebileceği belirtilmiştir.

1.22. Yaşlı bireylerin dijital dünyaya katılımını artırmak için hangi eğitim modelleri geliştirilebilir?

Çalıştayda yaşlı bireylerin dijital dünyaya katılımını artırmaya yönelik çeşitli eğitim modelleri üzerinde durulmuştur. Dijital okuryazarlık ve algoritmik okuryazarlık alanlarında eğitimlerin geliştirilmesinin önemli olduğu ifade edilmiştir.

Oyunlaştırma yöntemlerinden yararlanılabileceği belirtilmiştir. Dijital becerilerin geliştirilmesine yönelik eğitim içerikleri, çeşitli uygulamalar ve teknolojik araçlar aracılığıyla yaşlı bireylerin dijital ortamlara katılımının desteklenebileceği ifade edilmiştir.

Yaşlı bireylere yönelik düşük erişim bariyerine sahip dijital içeriklerin geliştirilebileceği belirtilmiştir. Fiziksel aktiviteyi destekleyen uygulamalar, dijital eğitim araçları ve çeşitli teknolojik çözümlerden söz edilmiştir.

Sosyal medya ve dijital platformların kullanımına yönelik eğitimlerin geliştirilebileceği ifade edilmiştir. Yaşlı bireylerin sahip oldukları bilgi ve deneyimleri dijital ortamlar aracılığıyla paylaşabilmelerinin desteklenmesi gerektiği belirtilmiştir.

Teknolojik çözümler kapsamında çeşitli dijital destek sistemlerinden söz edilmiştir. Sesli yapay zekâ uygulamaları, hatırlatıcı sistemler, takip sistemleri ve günlük yaşamı destekleyen teknolojiler üzerinde durulmuştur. Bu tür uygulamaların gündelik yaşam faaliyetlerini destekleyebileceği ifade edilmiştir.

Dijital teknolojilerin sosyal ilişkilerin yerini alan yapılar olarak değil, sosyal bağlantıları destekleyen araçlar olarak değerlendirilmesi gerektiği belirtilmiştir. Dijital araçların doğru biçimde kullanılması durumunda yaşlı bireylerin sosyal yaşamla bağlantılarını güçlendirebileceği ifade edilmiştir.

BÖLÜM II

2. YAŞLILIK VE MEKÂN

Mekânsal çevre, yaşlı bireylerin bağımsız yaşamlarını sürdürebilmeleri, günlük ihtiyaçlarını karşılayabilmeleri ve toplumsal yaşama katılabilmeleri açısından belirleyici bir öneme sahiptir. Yaş dostu kentler, erişilebilir kamusal alanlar, güvenli konutlar ve kapsayıcı çevresel düzenlemeler, yaşlı bireylerin yaşam kalitesini doğrudan etkileyen temel unsurlar arasında yer almaktadır.

Çalıştay kapsamında yaşlılık ve mekân ekseninde ele alınan sorular çerçevesinde; yaş dostu kentler, erişilebilir ve kapsayıcı mekân tasarımı, kamusal alan kullanımı, konut ve bakım ortamları, yaya erişimi, güvenlik, bağımsız yaşam ve mekânsal aidiyet konuları ayrıntılı biçimde değerlendirilmiştir. Ayrıca yaşlı bireylerin tasarım süreçlerine aktif katılımı, kamusal alanların yaşlı dostu hale getirilmesi ve yaşam kalitesini destekleyen çevresel düzenlemelere ilişkin görüş ve öneriler ele alınmıştır.

2.1. Yaşlı bireyler kendi yaşam alanlarının tasarım sürecine nasıl dahil edilebilir? “Onlar için” yerine “onlarla birlikte” tasarım nasıl mümkün olur?

Çalıştay boyunca üzerinde en fazla durulan konulardan biri yaşlı bireylerin tasarım süreçlerine doğrudan katılımının sağlanması olmuştur. Katılımcılar, yaşlı bireylerin ihtiyaçlarının yalnızca uzman görüşleriyle belirlenmesinin yeterli olmadığını, bireylerin kendi deneyimlerinin tasarım kararlarına yön vermesi gerektiğini ifade etmişlerdir.

Bu amaçla gerçekleştirilen çalışmalarda yaşlı bireylerin evlerinde görüşmeler yapıldığı, günlük yaşamlarında zorlandıkları alanların, en sevdikleri mekânların ve kendileri için anlam taşıyan unsurların belirlenmeye çalışıldığı aktarılmıştır. Sadece sorunların değil, olumlu deneyimlerin ve bireylerin geliştirdiği çözümlerin de dikkate alınması gerektiği belirtilmiştir.

Gölgeleme yöntemi, protokol analizi ve gözlem teknikleri gibi uygulamalar aracılığıyla yaşlı bireylerin günlük yaşam pratiklerinin doğrudan incelenmesinin önemli olduğu ifade edilmiştir. Bireylerin bir görevi yerine getirirken yaşadıkları güçlüklerin gözlemlenmesinin, gerçek ihtiyaçların ortaya çıkarılmasına katkı sağladığı belirtilmiştir.

Katılımcılar ayrıca yaşlı bireylere doğrudan “Neye ihtiyacınız var?” sorusunu sormanın her zaman yeterli olmayacağını, günlük yaşam deneyimlerinin gözlemlenmesinin ve yaşlı bireylerle birlikte çözüm geliştirilmesinin daha etkili sonuçlar doğuracağını ifade etmişlerdir.

2.2. Yaşlılar için “iyi tasarlanmış mekân”ın temel ölçütü nedir?

Çalıştay değerlendirmelerinde iyi tasarlanmış yaşlı dostu mekânın tek bir ölçüte indirgenemeyeceği vurgulanmıştır. Katılımcılar, erişilebilirlik, güvenlik, bağımsızlık, aidiyet, sosyal katılım ve yaşam kalitesinin birlikte değerlendirilmesi gerektiğini ifade etmişlerdir.

İyi tasarlanmış bir mekânın yaşlı bireyin günlük yaşamını bağımsız biçimde sürdürebilmesine olanak sağlaması gerektiği belirtilmiştir. Bunun yanında bireyin kendisini güvende hissetmesi, sosyal yaşamdan kopmaması ve ihtiyaç duyduğu hizmetlere ulaşabilmesi de temel ölçütler arasında sayılmıştır.

Katılımcılar ayrıca iyi tasarlanmış mekânların yalnızca fiziksel erişilebilirliği sağlamasının yeterli olmadığını, bireyin onurunu koruyan, görünürlüğü artırarak ve toplumsal yaşama katılımını destekleyen özellikler taşıması gerektiğini vurgulamışlardır.

Sonuç olarak, çalıştay kapsamında iyi tasarlanmış yaşlı dostu mekân; güvenli, erişilebilir, aidiyet oluşturan, bağımsız yaşamı destekleyen, sosyal katılımı güçlendiren, bireyin özerkliğini koruyan ve sürdürülebilir yaşam koşulları sunan bir yaşam çevresi olarak tanımlanmıştır.

2.3. Kamusal alan yaşlıyı gerçekten görüyor mu? Parklar, meydanlar, kaldırımlar, duraklar ve geçiş alanları yaşlıların günlük yaşama katılımını ne ölçüde destekliyor?

Çalıştay kapsamında yapılan değerlendirmelerde, kamusal alanların yaşlı bireylerin günlük yaşama katılımını destekleme konusunda önemli eksiklikler taşıdığı ifade edilmiştir. Yapılan mekânsal analizlerde harita üzerinde erişilebilir görünen birçok alanın gerçekte yaşlı bireyler açısından erişilebilir olmadığı belirtilmiştir. Özellikle yokuşlar, merdivenler, yüksek eğimli yollar, arnavut kaldırımları ve düzensiz zeminler yaşlı bireylerin hareketliliğini önemli ölçüde sınırlandırmaktadır.

Bazı bölgelerde kamusal donatıların yoğun biçimde kümелendiği, ancak bu bölgelerin dışında yaşayan yaşlı bireylerin söz konusu hizmetlere erişimde güçlük yaşadığı ifade edilmiştir. Erişimde mekânsal adaletin sağlanamadığı, hizmetlerin belirli merkezlerde toplandığı ve mahalle ölçeğinde dengeli bir dağılım göstermediği vurgulanmıştır.

Kamusal alan kullanımını olumsuz etkileyen diğer unsurlar arasında trafik yoğunluğu, yaya sirkülasyonunun fazlalığı, karşıdan karşıya geçişlerde yaşanan güçlükler ve dinlenme alanlarının yetersizliği yer almaktadır. Özellikle yoğun bölgelerde yaşlı bireylerin ihtiyaç duyduklarında boş bir oturma alanı veya gölgelik bulamadıkları belirtilmiştir. Bu durumun yaşlı bireylerin kamusal alanları kullanma isteğini azalttığı ifade edilmiştir.

Katılımcılar ayrıca erişilebilirlik sorununun yalnızca fiziksel engellerle sınırlı olmadığını, kamusal alanların yaşlı bireylerin kendilerini görünür ve değerli hissetmelerini sağlayacak biçimde düzenlenmesi gerektiğini vurgulamışlardır. Yaşlı bireylerin yalnızca bakım gereksinimi olan kişiler olarak değil, kamusal yaşamın aktif öznesi olarak görülmesi gerektiği ifade edilmiştir.

2.4. Yaya erişimi, oturma birimleri, gölgelik alanlar, aydınlatma, tuvaletler ve yönlendirme sistemleri gibi unsurlar yaşlıların dışarı çıkma kararını nasıl etkiliyor?

Katılımcılar, yaşlı bireylerin dışarı çıkma kararlarının büyük ölçüde çevresel koşullardan etkilendiğini belirtmiştir. Kamusal tuvaletlerin yetersizliği nedeniyle birçok yaşlı bireyin park ve bahçeleri kullanmaktan kaçındığı ifade edilmiştir. Özellikle kişisel ihtiyaçlarını karşılayabilecekleri alanların bulunmaması dış mekân kullanımını sınırlayan temel faktörlerden biri olarak değerlendirilmiştir.

Kaldırım yükseklikleri, eğimler ve süreklilik göstermeyen ulaşım ağlarının da yaşlı bireylerin hareketliliğini olumsuz etkilediği belirtilmiştir. Özellikle walker, baston veya destek ekipmanı kullanan bireylerin kaldırımlara erişimde ciddi güçlükler yaşadığı ifade edilmiştir.

Aydınlatmanın yaşlı bireylerin güvenliği açısından kritik öneme sahip olduğu vurgulanmıştır. Merdivenlerde, bina girişlerinde ve ev çevresinde yeterli ve doğru konumlandırılmış aydınlatmanın düşme riskini azaltacağı belirtilmiştir. Sensörlü aydınlatmaların özellikle gece yaşanan kazaların önlenmesinde etkili olacağı ifade edilmiştir.

Katılımcılar ayrıca yönlendirme sistemlerinin, toplu taşıma alanlarının ve geçiş noktalarının yaşlı bireylerin kullanımına uygun hale getirilmesi gerektiğini belirtmişlerdir. Metro girişleri, turnikeler ve kamusal ulaşım sistemlerinin kullanımında yaşanan güçlüklerin aidiyet ve katılım duygusunu zayıflattığı ifade edilmiştir.

2.5. Yaşlı bireylerin yaşamında ev yalnızca bir barınma alanı mı, yoksa kimlik, hafıza ve bağımsızlığın merkezi mi?

Çalıştay katılımcıları, yaşlı bireyler açısından evin yalnızca fiziksel bir barınma alanı olarak değerlendirilemeyeceğini vurgulamışlardır. Evin, bireyin yaşamı boyunca oluşturduğu anıları, alışkanlıkları, sosyal ilişkileri ve kimlik unsurlarını barındıran temel yaşam çevresi olduğu ifade edilmiştir. Bu nedenle ev ortamında yapılacak düzenlemelerin yalnızca fiziksel güvenlik odaklı değil, bireyin aidiyet ve kontrol duygusunu koruyacak şekilde planlanması gerektiği belirtilmiştir.

Katılımcılar, yaşlı bireylerin evlerinde biriktirdikleri eşyalarla güçlü duygusal bağlar kurduklarını ve bu nedenle birçok eşyanın dışarıdan bakıldığında gereksiz görünse bile birey açısından önemli anlamlar taşıdığını ifade etmişlerdir. Özellikle eşya biriktirme davranışının yalnızca düzensizlik olarak değerlendirilmemesi gerektiği, bunun geçmişle bağ kurma ve yaşam üzerindeki kontrolü sürdürme isteğiyle ilişkili olduğu belirtilmiştir.

Bu kapsamda yaşlı bireylerin yaşam alanlarında gerçekleştirilecek müdahalelerin, onların yaşam öykülerini, alışkanlıklarını ve kişisel tercihlerini dikkate alması gerektiği vurgulanmıştır. Eşyaların kaldırılması veya mekânın yeniden düzenlenmesi süreçlerinde bireyin onayının alınmasının önemli olduğu ifade edilmiştir.

Aidiyet duygusunun oluşmasında bireyin sevdiği renklerin, kişisel objelerinin, fotoğraflarının ve yaşam deneyimlerini yansıtan öğelerin önemli rol oynadığı belirtilmiştir. Mekânın yaşlı bireyin kendisini evinde, güvende ve değerli hissetmesini sağlayacak şekilde düzenlenmesi gerektiği ifade edilmiştir.

2.6. Ev içindeki ergonomi ve iç mekân düzeni — renk, ışık, akustik, malzeme, dolaşım ve mobilya yerleşimi — hangi gündelik riskleri azaltır, hangi ihtiyaçları destekler?

Çalıştayda ev içi ergonominin yaşlı bireylerin bağımsız yaşamlarını sürdürebilmeleri açısından kritik öneme sahip olduğu vurgulanmıştır. Özellikle banyo ve tuvaletlerin yaşlı bireyler tarafından en fazla düzenleme talep edilen alanlar olduğu ifade edilmiştir. Küvetlerin kullanım güçlüğü ve düşme riskleri nedeniyle önemli bir sorun oluşturduğu, bu nedenle tutunma barları, katlanabilir oturma elemanları ve erişilebilir duş sistemlerinin önerildiği belirtilmiştir.

Katılımcılar tarafından ev içerisinde düşme riskini artıran birçok unsur dile getirilmiştir. Halı üstüne halı serilmesi, kabloların açıkta bulunması, eşya yoğunluğu, dar dolaşım alanları ve uygunsuz mobilya yerleşimleri yaşlı bireylerin günlük yaşamında önemli risk faktörleri olarak değerlendirilmiştir.

Mutfak düzenlemelerinin de yaşlı bireylerin fiziksel özelliklerine göre yeniden ele alınması gerektiği ifade edilmiştir. Özellikle yaşla birlikte ortaya çıkan kamburlaşma ve hareket kısıtlılıkları nedeniyle yüksek mutfak tezgâhlarının kullanım güçlüğü yarattığı belirtilmiştir.

Aydınlatmanın güvenli yaşam açısından temel unsurlardan biri olduğu vurgulanmıştır. Yaşlı bireylerin gece kalktıklarında düşme riskiyle karşılaşmamaları için sensörlü aydınlatmaların kullanılabileceği belirtilmiştir. Merdivenlerde ve geçiş alanlarında göz yormayan ancak yeterli düzeyde aydınlatma sağlayan sistemlerin tercih edilmesi gerektiği ifade edilmiştir.

Renk seçiminin ve kişisel tercihlere uygun iç mekân düzenlemelerinin yaşlı bireylerin psikolojik iyi oluşuna katkı sağladığı belirtilmiştir. Mekânın yalnızca güvenli değil aynı zamanda huzur verici ve kişisel tercihleri yansıtan bir yapıda olması gerektiği vurgulanmıştır.

2.7. Bakıma ihtiyaç duyan yaşlılar için yaşam çevresi nasıl düzenlenirse hem onur duygusu hem de özerklik korunabilir?

Katılımcılar, bakım gereksinimi bulunan yaşlı bireyler için oluşturulan yaşam çevrelerinin yalnızca güvenlik odaklı düzenlenmemesi gerektiğini belirtmişlerdir. Yaşlı bireyin kendi kararlarını verebilmesi, günlük yaşam faaliyetlerine mümkün olduğunca katılabilmesi ve bağımsızlığını sürdürebilmesi gerektiği vurgulanmıştır.

Ev içindeki düzenlemelerin bireyin yaşamını kolaylaştırması gerektiği ancak bunu yaparken kişinin kendisini kısıtlanmış veya kontrol altında hissedeceği uygulamalardan kaçınılması gerektiği ifade edilmiştir. Katılımcılar, güvenlik önlemlerinin bazen ev ortamını bir “kafes” hissine dönüştürebildiğini, bu nedenle güvenlik ve özerklik arasında hassas bir denge kurulması gerektiğini belirtmişlerdir.

Bakım süreçlerinde bireyin ihtiyaçlarının belirlenmesi amacıyla düşme risk testleri, demans değerlendirmeleri ve günlük yaşam becerilerinin gözlemlendiği uygulamaların yapıldığı aktarılmıştır. Bu değerlendirmeler sonucunda yaşlı bireyin ihtiyaçlarına göre çevresel düzenlemelerin planlandığı belirtilmiştir.

Aşevi hizmetleri, otomatik gaz sistemleri ve günlük yaşamı destekleyici çeşitli uygulamaların da bireyin güvenliğini sağlarken bağımsız yaşamını sürdürmesine katkı sunduğu ifade edilmiştir.

Katılımcılar ayrıca bakım verenlerin sürece aktif biçimde dahil edilmesinin önemini vurgulamışlardır. Yaşlı bireyin sosyal katılımının, fiziksel aktivitesinin ve günlük yaşam faaliyetlerinin sürdürülebilmesinde bakım verenlerin destekleyici rol üstlenmesi gerektiği belirtilmiştir.

2.8. Mekân tasarımı yaşlı bireylerin ruh sağlığı, güvenlik algısı, aidiyet duygusu ve yaşam doyumunu üzerinde nasıl bir etki yaratır?

Çalıştayda mekânın yalnızca fiziksel ihtiyaçları karşılayan bir unsur olmadığı, aynı zamanda yaşlı bireylerin psikolojik iyi oluşlarını doğrudan etkilediği vurgulanmıştır. Katılımcılar, bireyin kendisini güvende, huzurlu ve değerli hissettiği mekânlarda yaşam doyumunun arttığını ifade etmişlerdir.

Özellikle aktif yaşlıların görünür kılınmasının ve üretken roller üstlenmelerinin yaşlılık algısını olumlu yönde değiştirebileceği belirtilmiştir. Yaşlı bireylerin yalnızca bakım alan kişiler olarak değil, deneyimlerini paylaşan ve topluma katkı sunan bireyler olarak değerlendirilmesi gerektiği ifade edilmiştir.

Aidiyet duygusunun gelişmesinde bireyin sevdiği renklerin, kişisel eşyalarının, fotoğraflarının ve geçmiş deneyimlerini yansıtan unsurların önemli rol oynadığı belirtilmiştir. Yaşlı bireyin yaşam alanında kendi kimliğini görebilmesinin psikolojik açıdan destekleyici olduğu vurgulanmıştır.

Fizyoterapi ve evde bakım deneyimlerinden aktarılan örneklerde ise bireyin kendisini işe yaramaz hissetmesi, yalnızlık yaşaması veya eş kaybı sonrasında sosyal yaşamdan çekilmesi gibi durumların ruh sağlığını olumsuz etkilediği belirtilmiştir. Bu nedenle mekânsal tasarımın sosyal katılımı teşvik edecek şekilde ele alınması gerektiği ifade edilmiştir.

2.9. Yaş dostu tasarım yalnızca erişilebilirlik meselesi midir, yoksa aynı zamanda saygınlık, görünürlük ve toplumsal katılım meselesi midir?

Çalıştay katılımcıları, yaş dostu tasarımın yalnızca fiziksel erişilebilirlik standartlarıyla sınırlandırılmayacağını vurgulamışlardır. Yaşlı bireylerin toplumsal yaşam içerisinde görünür olmalarının, üretken roller üstlenmelerinin ve sosyal ilişkilere katılabilmelerinin de yaş dostu tasarımın temel bileşenleri arasında yer aldığı ifade edilmiştir.

Katılımcılar tarafından yaşlı bireylerin çoğu zaman yalnızca bakım gerektiren veya pasif bireyler olarak değerlendirildiği, bunun ise yaşlılığa ilişkin olumsuz bir algı oluşturduğu belirtilmiştir. Aktif yaşlıların görünür kılınmasının ve deneyimlerinin toplumsal yaşam içerisinde değerlendirilmesinin önemli olduğu ifade edilmiştir. Bu yaklaşımın gizli pasif durumda bulunan bireylerin de sosyal yaşama katılımını teşvik edebileceği belirtilmiştir.

Yaşlı bireylere yönelik mekânların isimlendirilmesinde kullanılan terminolojinin de bu algıyı etkilediği ifade edilmiştir. “Yaşlı evi” gibi tanımlamalar yerine “deneyimli yaşam alanları”, “tecrübeli yaşam alanları” gibi daha olumlu ve saygınlığı destekleyen kavramların kullanılmasının yaşlı bireylerin kendilerini daha değerli hissetmelerine katkı sağlayabileceği belirtilmiştir.

Ayrıca yaşlı bireylerin duygusal ihtiyaçlarının da dikkate alınması gerektiği vurgulanmıştır. Sosyal ilişkiler kurabilme, arkadaşlık geliştirebilme, aidiyet hissedebilme ve kendilerini ifade edebilme olanaklarının yaş dostu mekânların ayrılmaz parçaları olduğu ifade edilmiştir.

2.10. Yaşlılar için tasarlanan mekânlarda “koruyucu ama kısıtlayıcı” anlayış nasıl aşılabılır?

Katılımcılar, yaşlı bireylerin güvenliğini sağlamak amacıyla yapılan birçok uygulamanın zaman zaman bireyin bağımsızlığını ve özerkliğini sınırlandırabildiğini belirtmişlerdir. Bu nedenle yaşlı bireyleri yalnızca risk altında gören ve sürekli korunması gereken kişiler olarak değerlendiren yaklaşımların yeniden gözden geçirilmesi gerektiği ifade edilmiştir.

Özellikle ev içi düzenlemelerde güvenlik amacıyla yapılan müdahalelerin bazı durumlarda yaşlı bireyler tarafından kabul edilmediği belirtilmiştir. Kişinin kendi yaşam alanı üzerindeki kontrolünü kaybettiğini hissetmesi, önerilen değişikliklere direnç göstermesine neden olabilmektedir. Bu nedenle düzenlemelerin yaşlı bireyin görüşleri alınarak ve yaşam alışkanlıkları dikkate alınarak gerçekleştirilmesi gerektiği vurgulanmıştır.

Katılımcılar, yaşlı bireylerin günlük yaşam faaliyetlerine aktif biçimde katılabilecekleri ortamların oluşturulmasının önemine dikkat çekmişlerdir. Güvenliği sağlarken bireyin karar verme süreçlerinden dışlanmaması, kendi sınırlarını belirleyebilmesi ve yaşamına ilişkin tercihler yapabilmesi gerektiği ifade edilmiştir.

Bu kapsamda yaşlı bireyin ihtiyaçlarını belirlemek amacıyla gölgeleme yöntemi, protokol analizi ve günlük yaşam gözlemleri gibi katılımcı yaklaşımların kullanılmasının, hem güvenliği hem de özerkliği destekleyen çözümler geliştirilmesine katkı sağlayacağı belirtilmiştir.

2.11. Yaşlı bireyler için tasarlanan sosyal alanlar onları gerçekten bir araya mı getiriyor, yoksa yaşa göre ayrıştırılmış mekânlar mı üretiyor?

Çalıştayda yaşlı bireylere yönelik sosyal alanların çoğu zaman bakım ve dinlenme odaklı tasarlandığı, bunun ise yaşlı bireyleri toplumun diğer kesimlerinden ayrıştırma riski taşıdığı ifade edilmiştir. Katılımcılar, yaşlı bireylerin yalnızca kendi yaş gruplarıyla bir arada bulunmalarını hedefleyen mekânsal yaklaşımlar yerine farklı yaş gruplarını buluşturan modellerin geliştirilmesi gerektiğini belirtmişlerdir.

Özellikle sosyal yaşam merkezleri ve ortak yaşam alanları gibi uygulamaların sosyal katılımı artırabileceği ifade edilmiştir. Belediyelerin açık alanlarda yaşlı bireylerin sosyalleşmesini destekleyecek etkinlikler ve mekânsal düzenlemeler geliştirmesinin yararlı olacağı belirtilmiştir.

Katılımcılar ayrıca yaşlı bireylerin toplumsal yaşam içerisinde üretken roller üstlenebilecekleri ortamların oluşturulmasının önemini vurgulamışlardır. El sanatları, kültürel

Üretim, eēitim faaliyetleri ve sosyal etkinlikler aracılıēıyla yaēlı bireylerin deneyimlerinin görünür hale getirilebileceēi ifade edilmiētir.

Huzurevlerinin mevcut algısının da ayrıştırıcı etkiler yaratabildiēi belirtilmiē; mahalle lçeēinde sosyal iliēkilerin devam ettiēi, bireyin mevcut evresiyle baēını koparmadıēı alternatif modellerin geliētirilmesinin daha kapsayıcı sonuēlar doēurabileceēi ifade edilmiētir.

2.12. Kuēaklararası etkileēimi destekleyen mekânlar nasıl kurulabilir? Mekânsal tasarım yaēlı bireyleri pasifleētiren deēil, üreten, karēılaēan ve katılan öznelere nasıl dnētrebilir?

Katılımcılar, kuēaklararası etkileēimin desteklenmesinde ortak üretim ve ērenme faaliyetlerinin önemli rol oynadıēını belirtmiēlerdir. Özellikle geleneksel bilgi ve becerilerin geēç kuēaklarla paylaşılabileceēi atölye alıēmalarının yaēlı bireylerin deneyimlerini görünür kılabilceēi ifade edilmiētir.

Kanaviēe, rg, el sanatları ve benzeri geleneksel üretim biēimlerinin modern uygulamalarla birleētirilebileceēi, yaēlı bireylerin deneyimlerinin farklı ürünlere dnētrlebileceēi belirtilmiētir. Bu tür alıēmaların hem üretimi hem de kuēaklararası etkileēimi destekleyebileceēi ifade edilmiētir.

Telefon kullanımı, dijital uygulamalar ve yapay zekâ gibi konuların geēçler ve yaēlıların birlikte ērenebileceēi etkinliklere dnētrlmesinin karēılıklı ērenmeyi teēvik edeceēi belirtilmiētir. Böylece yaēlı bireylerin yalnızca ērenen deēil aynı zamanda ēreten bireyler olarak da sürece katılabilecekleri vurgulanmıētır.

Üniversitelerde gerēekleētirilen simülasyon alıēmaları, ev ziyaretleri ve yaēlı bireylerle yapılan grēmelerin ērencilerin farkındalıklarını artırdıēı ve kuēaklararası iletiēimi gçlendirdiēi ifade edilmiētir. Bu tür uygulamaların yaygınlaētırılması nerilmiētir.

BÖLÜM III

3. YAŞLILIK VE SAĞLIK

Yaşlılık döneminde sağlığın korunması, kronik hastalıkların yönetimi, bakım hizmetlerinin etkin biçimde sunulması ve yaşam kalitesinin artırılması, yaşlanan toplumların öncelikli gündem alanlarından biridir. Sağlık hizmetlerine erişim, koruyucu sağlık uygulamaları, psikolojik iyilik hali ve bütüncül bakım yaklaşımları yaşlı bireylerin sağlıklı yaşlanma süreçlerinde önemli rol oynamaktadır.

Çalıştay kapsamında yaşlılık ve sağlık ekseninde ele alınan sorular çerçevesinde; sağlıklı yaşlanma, koruyucu sağlık hizmetleri, kronik hastalık yönetimi, bakım hizmetleri, ruh sağlığı, yaşam kalitesi, sağlık hizmetlerine erişim ve bakım verenlerin desteklenmesi gibi konular ayrıntılı biçimde değerlendirilmiştir. Ayrıca yaşlanan nüfusun sağlık sistemi üzerindeki etkileri, yaşlı bireylerin fiziksel, ruhsal ve sosyal iyilik hâllerinin korunmasına yönelik uygulamalar ve sürdürülebilir sağlık politikalarına ilişkin öneriler ele alınmıştır.

3.1. Evde bakımda multidisipliner ekip ve dijital sağlık entegrasyonu ile bakım kalitesi nasıl artırılabilir?

Yaşlı nüfusun artmasıyla birlikte evde bakım hizmetleri sağlık sistemlerinin önemli bileşenlerinden biri haline gelmiştir. Yaşlı bireylerin çoğunluğunda kronik hastalıkların, fonksiyonel kayıpların ve bakım gereksinimlerinin birlikte görülmesi, bakım hizmetlerinin multidisipliner bir yaklaşımla yürütülmesini zorunlu kılmaktadır. Çalıştay kapsamında yapılan değerlendirmelerde evde bakım hizmetlerinin yalnızca tıbbi bakım ile sınırlı kalmaması gerektiği, bireyin fiziksel, psikolojik, sosyal ve beslenme gereksinimlerini kapsayan bütüncül bir modelin benimsenmesinin önem taşıdığı vurgulanmıştır.

Katılımcılar, hekim, hemşire, diyetisyen, fizyoterapist, psikolog, sosyal hizmet uzmanı ve ergoterapist gibi farklı disiplinlerin koordineli çalışmasının bakım kalitesini artıracaklarını ifade etmiştir. Her yaşlı bireyin sağlık durumu ve bakım gereksinimi farklı olduğundan, standart rehberlerin yanında bireyselleştirilmiş bakım planlarının oluşturulması gerektiği belirtilmiştir. Ayrıca bakım veren aile bireylerinin düzenli eğitimlerle desteklenmesi ve bakım sürecinde aktif rol almalarının teşvik edilmesi gerektiği değerlendirilmiştir.

Dijital sağlık uygulamalarının evde bakım süreçlerine entegrasyonu da önemli bir konu olarak öne çıkmıştır. Tele-sağlık hizmetleri, mobil sağlık uygulamaları ve uzaktan izleme sistemleri sayesinde yaşlı bireylerin sağlık durumlarının düzenli takip edilebileceği belirtilmiştir.

Bununla birlikte, yaşlı bireylerin teknoloji kullanımında yaşayabilecekleri güçlükler dikkate alınmalı ve kullanıcı dostu sistemler geliştirilmelidir.

Sonuç olarak, multidisipliner ekip yaklaşımının yaygınlaştırılması, dijital sağlık teknolojilerinin etkin kullanılması ve bakım verenlerin desteklenmesi evde bakım hizmetlerinin kalitesini artıracak temel unsurlar olarak değerlendirilmiştir.

3.2. Huzurevi ve evde bakım hizmeti alan yaşlı bireylerde aşılama oranlarını artırmak için sağlık sistemi, bakım verenler ve toplum arasında nasıl bir iş birliği geliştirilmelidir?

Aşılama, yaşlı bireylerde enfeksiyon hastalıklarının önlenmesinde en etkili koruyucu sağlık uygulamalarından biridir. Ancak mevcut veriler, yaşlı nüfusta aşılama oranlarının istenilen düzeyde olmadığını göstermektedir. Çalıştay katılımcıları bu durumun temel nedenleri arasında bilgi eksikliği, yanlış bilgilendirme ve takip sistemlerinin yetersizliğini göstermiştir.

Katılımcılar, aile sağlığı merkezleri, hastaneler, yerel yönetimler ve sivil toplum kuruluşları arasında koordineli bir iş birliği mekanizması kurulmasının gerekli olduğunu vurgulamıştır. Aile hekimlerinin yaşlı bireylerin aşı durumlarını düzenli olarak değerlendirmesi ve gerekli yönlendirmeleri yapması önemli görülmüştür. Ayrıca sağlık çalışanlarının güncel aşılama rehberleri konusunda sürekli eğitimlerle desteklenmesi gerektiği belirtilmiştir.

Dijital hatırlatma sistemlerinin ve tele-sağlık uygulamalarının kullanılmasıyla bireylerin aşı takiplerinin kolaylaştırılabileceği ifade edilmiştir. Toplum genelinde farkındalığın artırılması amacıyla kamu spotları, medya kampanyaları ve eğitim programlarının yaygınlaştırılması önerilmiştir.

Sonuç olarak, yaşlı bireylerde aşılama oranlarının artırılabilmesi için sağlık profesyonelleri, kamu kurumları ve toplumun tüm paydaşlarını kapsayan sürdürülebilir bir iş birliği modeline ihtiyaç olduğu değerlendirilmiştir.

3.3. Çoklu hastalık ve polifarmasi varlığında aşılama zamanlaması nasıl optimize edilmelidir?

Yaşlı bireylerde birden fazla kronik hastalığın birlikte görülmesi ve çok sayıda ilacın kullanılması, aşılama planlamasını daha karmaşık hale getirmektedir. Çalıştayda bu durumun bireyselleştirilmiş değerlendirmelerle yönetilmesi gerektiği vurgulanmıştır.

Katılımcılar, kronik hastalıkların çoğunlukla aşılama için engel oluşturmadığını ancak immün sistemi baskılanmış bireylerde aşılama kararlarının daha dikkatli verilmesi gerektiğini

belirtmiştir. Özellikle canlı aşıların uygulanmasında bireyin mevcut tedavileri ve immün durumu dikkate alınmalıdır.

Aşı zamanlamasının kullanılan ilaçlar ve tedavi süreçleriyle uyumlu şekilde planlanması gerektiği ifade edilmiştir. Bu kapsamda hekimlerin, eczacıların ve diğer sağlık profesyonellerinin birlikte çalışmasının önem taşıdığı belirtilmiştir. Ayrıca aşılama kayıtlarının dijital sistemlere entegre edilmesiyle hasta ve sağlık profesyonelleri tarafından düzenli takip yapılabileceği değerlendirilmiştir.

Sonuç olarak, çoklu hastalık ve polifarmasi durumlarında standart uygulamalardan ziyade bireysel risk değerlendirmesine dayalı, multidisipliner ve takip edilebilir aşılama stratejilerinin geliştirilmesi gerektiği sonucuna ulaşılmıştır.

3.4. Polifarmasi yönetiminde ilaç–besin etkileşimleri klinik kararlara yeterince yansıtılıyor mu?

Polifarmasi, yaşlı bireylerde sık karşılaşılan ve sağlık sonuçlarını doğrudan etkileyen önemli bir sorundur. Çok sayıda ilacın birlikte kullanılması, ilaç–ilaç etkileşimlerinin yanı sıra ilaç–besin etkileşimleri açısından da risk oluşturmaktadır. Çalıştay katılımcıları, bu etkileşimlerin klinik uygulamalarda çoğu zaman yeterince dikkate alınmadığını belirtmiştir.

Özellikle antikoagülanların, diyabet ilaçlarının ve bazı kardiyovasküler ilaçların beslenme düzeniyle doğrudan ilişkili olduğu vurgulanmıştır. Bu nedenle tedavi planlaması yapılırken diyetisyenlerin sürece aktif katılımının sağlanması gerektiği ifade edilmiştir. Ayrıca enteral beslenme uygulamalarında ilaç kullanımının ayrı bir değerlendirme gerektirdiği belirtilmiştir.

Katılımcılar, hastaların kullandıkları tüm ilaçların düzenli olarak gözden geçirilmesi ve sağlık profesyonelleri arasında etkin bilgi paylaşımının sağlanması gerektiğini vurgulamıştır. Hasta eğitim birimlerinin oluşturulması ve taburculuk öncesi danışmanlık hizmetlerinin yaygınlaştırılması da öneriler arasında yer almıştır.

Sonuç olarak, ilaç–besin etkileşimlerinin klinik kararlara daha fazla yansıtılması, polifarmasinin olumsuz sonuçlarını azaltmada önemli bir strateji olarak değerlendirilmiştir.

3.5. Sağlıklı yaşlanma sürecinde genetik faktörler mi yoksa yaşam tarzı belirleyicileri mi daha baskındır?

Sağlıklı yaşlanma, bireyin ileri yaşlarda fiziksel, zihinsel ve sosyal işlevlerini mümkün olan en yüksek düzeyde sürdürebilmesi olarak tanımlanmaktadır. Bu süreçte genetik ve çevresel faktörlerin birlikte etkili olduğu bilinmektedir.

Çalıştay katılımcıları, genetik faktörlerin belirli hastalıklara yatkınlık oluşturabilmesine rağmen yaşam tarzı faktörlerinin yaşlanma süreci üzerindeki etkisinin daha belirgin olduğunu ifade etmiştir. Düzenli fiziksel aktivite, dengeli beslenme, sigara ve alkol kullanımından kaçınma, sosyal yaşama katılım ve stres yönetimi sağlıklı yaşlanmanın temel bileşenleri olarak değerlendirilmiştir.

Ayrıca koruyucu sağlık hizmetlerinin yalnızca ileri yaşlarda değil, yaşamın tüm dönemlerinde sürdürülmesi gerektiği vurgulanmıştır. Erken yaşlardan itibaren kazanılan sağlıklı yaşam alışkanlıklarının ileri yaşlarda fonksiyonel bağımsızlığın korunmasına katkı sağlayacağı belirtilmiştir.

Sonuç olarak, genetik faktörler önemli olmakla birlikte sağlıklı yaşlanmanın büyük ölçüde bireyin yaşam tarzı seçimleri ve çevresel koşullarla şekillendiği değerlendirilmiştir.

3.6. Yaşlılıkta ruh sağlığı sorunu bireysel bir problem mi yoksa toplumsal mı?

Yaşlılık döneminde ruh sağlığı sorunları, bireyin yaşam kalitesini ve toplumsal katılımını etkileyen önemli bir halk sağlığı sorunudur. Depresyon, anksiyete, yalnızlık ve sosyal izolasyon yaşlı bireylerde sık görülen ruhsal sorunlar arasında yer almaktadır.

Çalıştay katılımcıları, ruh sağlığı sorunlarının yalnızca bireysel nedenlerle açıklanamayacağını, ekonomik koşullar, sosyal destek yetersizliği, yaş ayrımcılığı ve aile yapısındaki değişimlerin de önemli etkileri olduğunu belirtmiştir. Özellikle eş kaybı, yalnız yaşama ve sosyal çevrenin daralmasının ruhsal sorunları artırdığı ifade edilmiştir.

Yerel yönetimler tarafından düzenlenen sosyal etkinliklerin, yaşlı merkezlerinin ve kuşaklararası etkileşimi artıran projelerin yaşlı bireylerin psikolojik iyi oluşunu desteklediği değerlendirilmiştir. Ayrıca ruh sağlığı hizmetlerine erişimin kolaylaştırılması ve toplum temelli destek mekanizmalarının güçlendirilmesi gerektiği vurgulanmıştır.

Sonuç olarak, yaşlılıkta ruh sağlığı sorunları hem bireysel hem de toplumsal boyutları bulunan çok yönlü bir konu olup çözüm için disiplinlerarası ve toplum temelli yaklaşımların geliştirilmesi gerekmektedir.

3.7. Yaşlanma gerçekten kaçınılmaz bir biyolojik süreç mi, yoksa doğru müdahalelerle yönetilebilir mi?

Yaşlanma, yaşam döngüsünün doğal ve biyolojik olarak kaçınılmaz bir parçasıdır. Ancak günümüzde yaşlanmaya ilişkin yaklaşımlar yalnızca yaşam süresinin uzatılmasına değil, sağlıklı ve aktif yaşlanmanın desteklenmesine odaklanmaktadır. Çalıştay katılımcıları, yaşlanmanın

tamamen önlenemeyecek bir süreç olmakla birlikte uygun sağlık politikaları ve bireysel uygulamalarla yönetilebileceği konusunda görüş birliğine varmıştır.

Katılımcılar, yaşlanma sürecinin bireyin genetik yapısının yanı sıra yaşam tarzı, çevresel koşullar, sağlık hizmetlerine erişim ve sosyal destek mekanizmalarından etkilendiğini vurgulamıştır. Düzenli fiziksel aktivite, dengeli beslenme, kronik hastalıkların etkin yönetimi ve sosyal yaşamın sürdürülmesi yaşlanmanın olumsuz etkilerini azaltan temel unsurlar olarak değerlendirilmiştir.

Ayrıca koruyucu sağlık hizmetlerinin güçlendirilmesi, erken tanı ve tarama programlarının yaygınlaştırılması ve yaşlı bireylerin toplum içinde aktif roller üstlenmelerinin desteklenmesi gerektiği belirtilmiştir. Özellikle palyatif bakım ve hospis hizmetlerinin yaygınlaştırılmasının ileri yaşlarda yaşam kalitesine önemli katkı sağlayacağı ifade edilmiştir.

Sonuç olarak, yaşlanma biyolojik açıdan kaçınılmaz olsa da sağlık, sosyal hizmet ve bakım sistemlerinin güçlendirilmesiyle daha sağlıklı, bağımsız ve kaliteli bir yaşlılık dönemi mümkün olabilecektir.

3.8. Yaşlılarda yalnızlığın depresyon ve bilişsel gerilemeye etkisi olduğu bilinmektedir.

Peki sizler klinikte erken tespitiye yönelik neler yapıyorsunuz?

Yalnızlık ve sosyal izolasyon, yaşlı bireylerde bilişsel gerileme ve demans gelişimi açısından önemli risk faktörleri arasında yer almaktadır. Son yıllarda yapılan araştırmalar, sosyal ilişkilerin azalmasının bilişsel işlevlerde bozulmaya ve yaşam kalitesinde düşüşe yol açabileceğini göstermektedir.

Çalıştay katılımcıları, yalnızlığın erken dönemde tespit edilmesinin bilişsel kayıpların önlenmesinde önemli bir fırsat sunduğunu belirtmiştir. Bu kapsamda 65 yaş ve üzerindeki bireylerin düzenli olarak bilişsel değerlendirmelerden geçirilmesi ve standart tarama programlarının yaygınlaştırılması önerilmiştir. Mini-Mental Durum Testi ve benzeri nöropsikolojik değerlendirme araçlarının birinci basamak sağlık hizmetlerinde daha yaygın kullanılması gerektiği ifade edilmiştir.

Katılımcılar ayrıca aile hekimleri, nörologlar, psikiyatristler, psikologlar ve sosyal hizmet uzmanları arasında etkin bir yönlendirme sisteminin oluşturulmasının önemine dikkat çekmiştir. Bunun yanında yalnız yaşayan yaşlıların sosyal destek ağlarının güçlendirilmesi, yaşlı merkezleri ve sosyal katılım programlarının yaygınlaştırılması önerilmiştir.

Sonuç olarak, bilişsel gerilemenin erken tanınabilmesi için yalnızlığın bir risk faktörü olarak değerlendirilmesi ve multidisipliner tarama programlarının sağlık sistemine entegre edilmesi gerekmektedir.

3.9. Yaşlılarda yaşam kalitesinin artırılması bireysel olarak planlanabilir mi?

Yaşam kalitesi, bireyin fiziksel sağlığı, psikolojik durumu, sosyal ilişkileri ve çevresel koşullarının bütüncül değerlendirilmesini gerektiren çok boyutlu bir kavramdır. Yaşlı bireylerde yaşam kalitesinin korunması ve geliştirilmesi, sağlıklı yaşlanma politikalarının temel hedeflerinden biridir.

Çalıştay katılımcıları, yaşam kalitesinin standart uygulamalar yerine bireyselleştirilmiş yaklaşımlarla daha etkili biçimde artırılabilirliğini ifade etmiştir. Her yaşlı bireyin sağlık durumu, sosyal çevresi, ekonomik koşulları ve fonksiyonel kapasitesi farklı olduğundan müdahale planlarının kişiye özgü hazırlanması gerektiği belirtilmiştir.

Bu kapsamda multidisipliner ekipler tarafından gerçekleştirilecek kapsamlı geriatrik değerlendirmelerin önemine dikkat çekilmiştir. Beslenme desteği, fiziksel aktivite programları, psikolojik danışmanlık hizmetleri ve sosyal katılım faaliyetlerinin bireysel gereksinimlere göre planlanmasının yaşam kalitesini artıracığı değerlendirilmiştir.

Sonuç olarak, yaşlı bireylerde yaşam kalitesi planlanabilir ve geliştirilebilir bir olgudur. Bunun için bireyin yalnızca hastalıklarına değil, tüm yaşam koşullarına odaklanan bütüncül ve kişiye özgü yaklaşımların benimsenmesi gerekmektedir.

3.10. Yaşlılarda polifarmasi, malnütrisyon, fiziksel aktivite yetersizliği veya psikososyal sorunlar gibi pek çok sorun görüldüğü bilinmektedir. Sizce bu sorunların hangisi yaşlı bireyin bağımsızlığını daha fazla etkilemektedir?

Yaşlı bireylerde bağımsızlığın korunması, sağlıklı yaşlanmanın temel göstergelerinden biridir. Ancak polifarmasi, malnütrisyon ve fiziksel aktivite yetersizliği gibi sorunlar bireyin günlük yaşam aktivitelerini yerine getirme kapasitesini olumsuz etkileyebilmektedir.

Çalıştay katılımcıları, bu faktörlerin birbirinden bağımsız değerlendirilmesinin doğru olmayacağını, aksine birbirleriyle yakın ilişki içinde olduklarını vurgulamıştır. Malnütrisyon kas kaybına ve fonksiyonel yetersizliğe yol açarken, fiziksel aktivite eksikliği bu süreci hızlandırabilmektedir. Polifarmasi ise düşme riskini artırabilmekte, bilişsel fonksiyonları etkileyebilmekte ve beslenme durumunu olumsuz yönde etkileyebilmektedir.

Katılımcılar, yaşlı bireylerin fonksiyonel durumlarının kapsamlı geriatrik değerlendirme yöntemleriyle düzenli olarak izlenmesi gerektiğini belirtmiştir. Böylece bağımlılık gelişimine neden olan temel risk faktörleri erken dönemde belirlenebilecek ve gerekli müdahaleler planlanabilecektir.

Sonuç olarak, bağımsızlığın korunmasında tek bir risk faktöründen söz etmek mümkün değildir. Polifarmasi, malnütrisyon ve fiziksel aktivite yetersizliği birlikte değerlendirilmeli ve multidisipliner yaklaşımlarla yönetilmelidir.

3.11. Yaş ayrımcılığı (ageism), yaşlı bireylerin sağlık hizmetlerine erişimini ya da tedavi sonuçlarını nasıl şekillendiriyor?

Yaş ayrımcılığı, bireylerin yalnızca yaşları nedeniyle önyargı, dışlanma veya ayrımcı uygulamalarla karşılaşması olarak tanımlanmaktadır. Dünya genelinde giderek daha fazla önem kazanan bu konu, yaşlı bireylerin sağlık hizmetlerine erişimi ve hizmet kalitesi üzerinde önemli etkiler oluşturmaktadır.

Çalıştay katılımcıları, yaşlı bireylere yönelik olumsuz tutumların sağlık hizmetlerinde zaman zaman göz ardı edilmelerine veya şikâyetlerinin yaşa bağlı normal süreçler olarak değerlendirilmesine neden olabildiğini ifade etmiştir. Bu durumun tanı ve tedavi süreçlerinde gecikmelere yol açabileceği belirtilmiştir.

Katılımcılar ayrıca yaşlı bireylere yönelik kullanılan dilin önemine dikkat çekmiştir. Olumsuz ve ayrıştırıcı ifadelerin bireylerin özsaygısını zedeleyebileceği ve sağlık hizmetlerinden yararlanma motivasyonunu azaltabileceği değerlendirilmiştir. Bu nedenle empati temelli iletişim becerilerinin geliştirilmesi ve yaş dostu sağlık hizmetlerinin yaygınlaştırılması gerektiği vurgulanmıştır.

Sonuç olarak, ageism yalnızca sosyal bir sorun değil, aynı zamanda sağlık sonuçlarını doğrudan etkileyen önemli bir halk sağlığı problemidir. Bu nedenle yaşlı bireylerin haklarını ve onurunu merkeze alan yaklaşımlar geliştirilmelidir.

3.12. Sağlık sisteminde ageism'i azaltmak için en kritik müdahale noktası neresi olmalı?

Yaş ayrımcılığının azaltılması için sağlık sisteminin tüm bileşenlerini kapsayan çok yönlü müdahalelere ihtiyaç bulunmaktadır. Ancak çalıştay katılımcıları tarafından en kritik müdahale alanının eğitim olduğu vurgulanmıştır.

Katılımcılar, sağlık profesyonellerinin lisans eğitimlerinden itibaren yaşlılık ve yaşlanma konusunda kapsamlı bilgi edinmelerinin önemine dikkat çekmiştir. Geriatri, gerontoloji, yaşlı

bakımı ve sağlıklı yaşlanma konularının müfredatlarda daha geniş yer bulması gerektiği ifade edilmiştir. Ayrıca hizmet içi eğitim programlarının yaygınlaştırılması ve sağlık çalışanlarının yaşlı bireylere yönelik farkındalıklarının artırılması önerilmiştir.

Araştırma faaliyetlerinin desteklenmesi, yaşlı dostu sağlık politikalarının geliştirilmesi ve toplum genelinde yaşlılık bilincinin artırılması diğer önemli öneriler arasında yer almıştır. Katılımcılar, yaşlı bireylerle genç nesiller arasında etkileşimi artıran sosyal projelerin de önyargıların azaltılmasına katkı sağlayacağını belirtmiştir.

Sonuç olarak, sağlık sisteminde ageism'in azaltılabilmesi için eğitim temelli, sürdürülebilir ve toplumun tüm kesimlerini kapsayan politikaların geliştirilmesi gerekmektedir. Böylece yaşlı bireylerin sağlık hizmetlerinden eşit, saygın ve kaliteli biçimde yararlanmaları mümkün olacaktır.

BÖLÜM IV

4. YAŞLILIK VE SOSYAL POLİTİKALAR

Nüfusun yaşlanması, sağlık sistemlerinden sosyal güvenlik mekanizmalarına, bakım hizmetlerinden iş gücü piyasalarına kadar birçok alanda önemli ekonomik ve toplumsal sonuçlar ortaya çıkarmaktadır. Yaşlı bireylerin yaşam kalitesinin korunması, ekonomik güvenliklerinin sağlanması, bakım gereksinimlerinin karşılanması ve sağlıklı yaşlanmanın desteklenmesi, günümüzde yaşlanma politikalarının temel öncelikleri arasında yer almaktadır. Bu kapsamda yaşlılık, yalnızca bireysel bir yaşam dönemi değil; sağlık, ekonomi ve sosyal refah sistemleri açısından bütüncül biçimde ele alınması gereken bir politika alanı olarak değerlendirilmektedir.

Çalıştay kapsamında yaşlılık ve sosyal politikalar ekseninde on temel soru tartışılmış; yaşlı bakımının organizasyonu ve finansmanı, bakım sigortası, yaş ayrımcılığı, aktif yaşlanma, emeklilik sistemi, sağlık harcamaları ve sosyal güvenliğin sürdürülebilirliği gibi konular ayrıntılı biçimde ele alınmıştır.

4.1. Türkiye’de yaşlı bakımının sorumluluğu ağırlıklı olarak aile, devlet veya özel sektör tarafından mı üstlenilmelidir ve bu tercihin toplumsal eşitsizlikler üzerindeki etkisi ne olur?

Katılımcılar, yaşlı bakımının yalnızca aileye, devlete veya özel sektöre bırakılmasının sürdürülebilir bir yaklaşım olmayacağını ifade etmişlerdir. Yaşlı bakımının ekonomik, sosyal ve kurumsal boyutları nedeniyle aile, devlet, yerel yönetimler, özel sektör, akademi ve sivil toplum kuruluşlarının birlikte sorumluluk üstlendiği bütüncül bir modelin gerekli olduğu vurgulanmıştır. Özellikle doğurganlık oranlarının azalması, aile yapısındaki dönüşüm, çocuk sayısının düşmesi ve yalnız yaşayan yaşlı bireylerin sayısındaki artış nedeniyle geleneksel aile temelli bakım modelinin gelecekte yetersiz kalabileceği belirtilmiştir.

Devletin yaşlı bakımında önemli bir sorumluluğu bulunmakla birlikte tüm bakım hizmetlerinin yalnızca kamu tarafından karşılanmasının mali açıdan sürdürülebilir olmadığı ifade edilmiştir. Yaşlı nüfusun artmasıyla birlikte bakım hizmetleri için gerekli insan kaynağı, kurumsal kapasite ve finansman ihtiyacının önemli ölçüde yükseleceği belirtilmiştir. Bu kapsamda devlet bakım kurumlarında bir kişinin aylık bakım maliyetinin yaklaşık 127 bin TL’ye ulaştığı, buna karşın devlet huzurevlerine yerleşmek için yaklaşık 24 bin kişinin sıra beklediği bilgisi paylaşılmıştır. Bu durumun yeni bakım politikaları ve finansman modellerini gerekli kıldığı değerlendirilmiştir.

Katılımcılar, bakım hizmetlerinin tamamen özel sektöre bırakılmasının da eşitsizlikleri artırabileceğini ifade etmişlerdir. Ekonomik gücü yüksek bireylerin daha kaliteli hizmetlere erişebileceği, düşük gelirli yaşlı bireylerin ise bakım hizmetlerinden yeterince yararlanamayabileceği belirtilmiştir. Bu nedenle özel sektörün sistem içerisinde yer alması gerektiği ancak kamu denetimi ve düzenleyici mekanizmalarla desteklenmesinin önemli olduğu vurgulanmıştır.

Mevcut sistemde kurumlar arası koordinasyon eksikliği bulunduğu, yaşlılık politikalarının farklı kurumlar tarafından parçalı biçimde yürütüldüğü ve bu nedenle bütüncül bir yönetim yapısına ihtiyaç duyulduğu ifade edilmiştir. Yaşlı bakımına ilişkin planlama, koordinasyon ve denetim süreçlerinde kurumsal kapasitenin güçlendirilmesi gerektiği belirtilmiş; devlet kurumları, akademi, özel sektör ve sivil toplum kuruluşlarının ortak çalışabileceği mekanizmaların oluşturulması önerilmiştir.

Katılımcılar, uluslararası uygulamalarda bireylerin mümkün olduğunca kendi ev ortamlarında desteklenmesinin tercih edildiğini belirtmişlerdir. Kurumsal bakım yerine evde bakım hizmetlerinin yaşam kalitesi açısından daha uygun olduğu, ancak Türkiye’de maliyet ve denetim sorunlarının bulunduğu ifade edilmiştir. Ayrıca uzun dönemli bakım ihtiyacının artacağı öngörüsüyle bakım sigortasının önem kazandığı, ancak bakım düzeyleri, hizmet kapsamı ve ihtiyaç kriterleri netleştirilmeden uygulanabilir bir sistem kurulmasının güç olduğu değerlendirilmiştir.

Bakım yükünün büyük ölçüde kadınlar tarafından üstlenildiği ve bunun sosyal, ekonomik ve psikolojik sonuçlar doğurduğu belirtilmiştir. Bu nedenle bakım verenlerin sosyal güvenlik kapsamına alınması, esnek çalışma modellerinin geliştirilmesi ve destek mekanizmalarının güçlendirilmesi gerektiği vurgulanmıştır. Ayrıca bakım hizmetlerinde bakım ihtiyacının objektif ölçütlerle derecelendirilmesi, hizmetlerin ihtiyaç temelli planlanması ve sunulan hizmetlerin düzenli olarak denetlenmesinin önem taşıdığı ifade edilmiştir.

4.2. Yaşlı bakımının finansmanı kamu ağırlıklı bir modelle mi sağlanmalıdır veya bireysel katkıların arttığı bir sistem mi olmalıdır?

Katılımcılar, yaşlı bakım hizmetlerinin finansmanında tüm yükün kamuya ya da bireylere bırakılmasının uygun olmayacağını ifade etmişlerdir. Bakım hizmetlerinin temel bir sosyal hak olarak değerlendirilmesi gerektiği, bu nedenle kamunun finansmanda temel sorumluluğu üstlenmesinin önemli olduğu belirtilmiştir. Bununla birlikte yaşlı nüfusun artması, bakım

ihtiyacının yaygınlaşması ve maliyetlerin yükselmesi nedeniyle yalnızca kamu kaynaklarına dayalı bir modelin uzun vadede sürdürülebilir olmayabileceği değerlendirilmiştir.

Tartışmalarda bakım hizmetlerine erişimin bireylerin ekonomik durumuna bağlı olmaksızın güvence altına alınması gerektiği vurgulanmıştır. Katılımcılar, yaşlı bireylerin belirli bir asgari bakım hizmetine erişebilmesini sağlayacak kamusal güvence mekanizmalarının oluşturulmasının önemine dikkat çekmişlerdir. Bakım hizmetlerinin yalnızca ekonomik güce bağlı bir hizmet alanına dönüşmemesi gerektiği belirtilmiş; sosyal adalet, eşit erişim ve sürdürülebilirlik ilkelerinin birlikte gözetilmesi gerektiği ifade edilmiştir.

Katılımcılar, kamu desteği ile bireysel katkıların birlikte yer aldığı karma finansman modellerinin daha uygulanabilir olabileceğini değerlendirmişlerdir. Bu kapsamda temel bakım hizmetlerinin kamu tarafından karşılanması, bunun üzerindeki hizmetlerin ise bireylerin gelir düzeyi ve bakım ihtiyaçlarına göre farklı araçlarla desteklenmesi önerilmiştir. Bakım gereksiniminin ve bakım maliyetlerinin bireyler arasında önemli farklılıklar gösterebildiği, bu nedenle tek tip finansman modelleri yerine ihtiyaç temelli yaklaşımların geliştirilmesinin daha uygun olacağı belirtilmiştir. Özellikle düşük gelirli yaşlı bireylerin bakım hizmetlerinden eşit biçimde yararlanabilmeleri için kamusal desteğin korunmasının önem taşıdığı vurgulanmıştır.

4.3. Zorunlu bakım sigortası modelleri Türkiye’de uygulanabilir mi ve bu sistemin birey, aile ve kamu üzerindeki olası etkileri nelerdir?

Katılımcılar, zorunlu bakım sigortasının Türkiye açısından önemli bir ihtiyaç olmakla birlikte mevcut ekonomik ve kurumsal koşullar nedeniyle uygulanmasının çeşitli güçlükler içerdiğini ifade etmişlerdir. Kamunun mevcut yükümlülüklerinin yüksek olduğu, özel sigorta sistemlerinin ise bakım hizmetlerinin finansmanında tek başına yeterli olmayabileceği belirtilmiştir. Bu nedenle bakım sigortasının yalnızca sigorta mantığıyla değil, kamu desteğini de içeren bütüncül bir yapı içerisinde değerlendirilmesi gerektiği vurgulanmıştır.

Tartışmalarda bakım sigortasının yalnızca finansman boyutuyla ele alınmasının yeterli olmayacağı, hizmet sunum kapasitesinin de planlanması gerektiği belirtilmiştir. Toplanacak primlerin hangi hizmetleri karşılayacağı, hizmetlerin hangi kurumlar tarafından sunulacağı ve vatandaşların hangi haklara sahip olacağı gibi konuların önceden netleştirilmesinin gerekli olduğu ifade edilmiştir. Finansman mekanizması kadar hizmet altyapısının da sistemin başarısı açısından belirleyici olduğu değerlendirilmiştir.

Katılımcılar, bakım sigortasının uygulanabilmesi için öncelikle bakım hizmetlerinin kapsamının ve bakım ihtiyaç düzeylerinin belirlenmesi gerektiğini vurgulamışlardır. Bazı

bireylerin sınırlı desteğe, bazılarının ise yoğun ve sürekli bakıma ihtiyaç duyduğu belirtilmiş; bu nedenle bakım gereksiniminin objektif kriterlerle derecelendirilmesinin zorunlu olduğu ifade edilmiştir. Hizmet paketleri ve yararlanma koşulları netleşmeden prim toplanmasının toplumda güven sorunu yaratabileceği değerlendirilmiştir.

Finansman modeline ilişkin olarak çalışanların, işverenlerin ve devletin katkı düzeylerinin açık biçimde belirlenmesi gerektiği belirtilmiştir. Ayrıca bakım sigortasının devreye girmesiyle hizmet talebinin önemli ölçüde artabileceği, mevcut altyapı ve insan kaynağının bu talebi karşılamaya hazır olup olmadığının dikkatle değerlendirilmesi gerektiği ifade edilmiştir. Bu nedenle bakım sigortasının başarılı olabilmesi için ihtiyaç analizlerinin yapılması, hizmet kapasitesinin güçlendirilmesi ve bakım hizmetlerinin ihtiyaç düzeylerine göre sınıflandırılması gerektiği vurgulanmıştır.

4.4. Sağlık hizmetlerine erişim, istihdam ve sosyal yaşamda yaşa dayalı ayrımcılık nasıl ortaya çıkmaktadır ve nasıl önlenebilir?

Katılımcılar, yaşa dayalı ayrımcılığın sağlık hizmetlerinden çalışma yaşamına, sosyal ilişkilerden gündelik yaşama kadar birçok alanda ortaya çıkabildiğini ifade etmişlerdir. Yaşlı bireylerin zaman zaman üretken olmayan, teknoloji kullanamayan veya değişime uyum sağlayamayan kişiler olarak algılanabildiği, bu tür kalıp yargıların ayrımcılığı beslediği belirtilmiştir. Özellikle dijitalleşmenin hızlanmasıyla birlikte teknoloji kullanımında yaşanan güçlüklerin yaşlı bireylerin dışlanmasına katkı sağlayabildiği değerlendirilmiştir.

Tartışmalarda yaşlılığa ilişkin olumsuz toplumsal algının ayrımcılığın temel nedenlerinden biri olduğu vurgulanmıştır. Yaşlı bireylerin yalnızca bakım ve sağlık sorunlarıyla ilişkilendirilmesinin doğru olmadığı, bilgi birikimleri, yaşam deneyimleri ve toplumsal katkılarıyla değerlendirilmesi gerektiği ifade edilmiştir. Yaşlı bireylerle doğrudan iletişim kurulan uygulamaların ve deneyim paylaşımına dayalı çalışmaların gençlerin yaşlılığa yönelik önyargılarını azaltabildiği belirtilmiştir.

Katılımcılar, yaş ayrımcılığıyla mücadelede eğitimin önemli bir araç olduğunu vurgulamışlardır. Yaşlılık ve kuşaklar arası dayanışma konularının okul öncesinden başlayarak eğitim süreçlerine entegre edilmesinin yararlı olabileceği ifade edilmiştir. Bunun yanında yaşlı bireylerle gençleri bir araya getiren sosyal ortamların ve ortak faaliyetlerin artırılmasının toplumsal farkındalığı güçlendirebileceği değerlendirilmiştir.

İstihdam alanında da yaş ayrımcılığının görülebildiği belirtilmiş; yalnızca yaş kriteri nedeniyle bireylerin çalışma yaşamının dışında bırakılmasının önemli bir sorun olduğu ifade

edilmiştir. Çalışmaya devam etmek isteyen yaşlı bireylerin istihdama katılımının desteklenmesi, sahip oldukları bilgi ve deneyimden yararlanılması ve zorunlu emeklilik uygulamalarının yeniden değerlendirilmesi gerektiğine yönelik görüşler paylaşılmıştır.

4.5. Yaşlı bireyler ekonomik sistemde bir yük müdür yoksa potansiyel bir kaynak mıdır? Yaşlı bireylerin deneyim, bilgi ve sosyal sermayesi ekonomiye nasıl entegre edilebilir ve Türkiye bu potansiyeli neden yeterince kullanamıyor?

Katılımcılar, yaşlı bireylerin çoğu zaman ekonomik ve sosyal bir yük olarak değerlendirildiğini, ancak bu yaklaşımın yaşlı bireylerin sahip oldukları bilgi, deneyim ve sosyal sermayeyi göz ardı ettiğini ifade etmişlerdir. Yaşlı bireylerin yalnızca bakım hizmeti alan kişiler olarak görülmemesi, toplumsal gelişime katkı sağlayabilecek önemli bir kaynak olarak değerlendirilmesi gerektiği vurgulanmıştır. Bu nedenle toplumun yaşlılığa ilişkin bakış açısının değiştirilmesinin önem taşıdığı belirtilmiştir.

Tartışmalarda yaşlı bireylerin deneyimlerinden yararlanılmasını sağlayacak mekanizmaların geliştirilmesi gerektiği ifade edilmiştir. Farklı ülkelerde uygulanan örneklerde yaşlı bireylerin çocuklar ve gençlerle bir araya gelerek bilgi ve deneyim paylaşımında bulunmalarının hem sosyal katılımı artırdığı hem de kuşaklar arası etkileşimi güçlendirdiği belirtilmiştir. Türkiye’de ise benzer uygulamaların sınırlı kaldığı ve yaşlı bireylerin toplumsal katkılarının yeterince değerlendirilemediği ifade edilmiştir.

Katılımcılar, yaş dostu toplum anlayışının yalnızca sağlık ve bakım hizmetleriyle sınırlı olmadığını, ulaşım, ticaret, sosyal yaşam ve kamusal alanları da kapsayan bütüncül bir yaklaşım gerektirdiğini belirtmişlerdir. Yaş dostu hizmet standartlarının yaygınlaştırılmasının yaşlı bireylerin toplumsal yaşama katılımını artırabileceği ve ayrımcılığın azaltılmasına katkı sağlayabileceği değerlendirilmiştir.

Kentleşme, dijitalleşme ve değişen yaşam biçimlerinin yaşlı bireylerin toplum içerisindeki konumunu etkilediği ifade edilmiştir. Geleneksel aile yapısındaki dönüşüm ve kuşaklar arası etkileşimin azalmasının yaşlı bireylerin toplumsal yaşamdan uzaklaşmasına neden olabildiği belirtilmiştir. Buna karşın yaşlı bireylerin uygun koşullar sağlandığında çalışma yaşamına, gönüllülük faaliyetlerine ve sosyal yaşama katkı sunmaya devam edebileceği vurgulanmıştır.

Katılımcılar, emeklilik sonrasında yarı zamanlı çalışma modellerinin ve esnek istihdam uygulamalarının geliştirilmesinin yararlı olabileceğini ifade etmişlerdir. Ayrıca yaşlı bireylerin mesleki bilgi ve deneyimlerini genç kuşaklara aktarabilecekleri mentorluk sistemlerinin oluşturulması, gönüllü danışmanlık uygulamalarının yaygınlaştırılması ve emeklilik sonrası bilgi

aktarımının desteklenmesi gerektiği belirtilmiştir. Bununla birlikte politika geliştirilirken bakım ihtiyacı bulunan ve çalışma yaşamına katılamayacak yaşlı bireylerin durumunun da göz önünde bulundurulmasının önemli olduğu vurgulanmıştır.

4.6. Emekli maaşlarının satın alma gücü yaşlı bireylerin geçimini ne ölçüde sağlamaktadır ve sosyal yardım mekanizmaları yaşlı yoksulluğunu gidermede ne kadar etkilidir?

Katılımcılar, mevcut ekonomik koşullar altında emekli maaşlarının satın alma gücünün önemli ölçüde azaldığını ve yaşlı bireylerin temel ihtiyaçlarını karşılamakta giderek daha fazla güçlük yaşadığını ifade etmişlerdir. Artan yaşam maliyetleri karşısında emekli gelirlerinin yeterli olmadığı yönünde ortak görüşler paylaşılmıştır. Bununla birlikte yaşlı bireylerin ekonomik durumlarının yalnızca maaş miktarı üzerinden değerlendirilmemesi gerektiği, yaşam koşulları ve bireysel ihtiyaçların da dikkate alınmasının önemli olduğu belirtilmiştir.

Tartışmalarda mevcut sosyal yardım mekanizmalarının yaşlı yoksulluğunu azaltmada önemli bir işlev gördüğü ancak tek başına yeterli olmadığı değerlendirilmiştir. Özellikle ekonomik açıdan kırılgan durumda bulunan yaşlı bireylerin daha kapsamlı destek mekanizmalarına ihtiyaç duyduğu ifade edilmiştir. Sosyal yardımların yaşam kalitesini artırıcı etkileri bulunduğu ancak mevcut düzeylerinin yaşlı yoksulluğunu tamamen ortadan kaldırmak için yeterli olmadığı belirtilmiştir.

Katılımcılar, yaşlı nüfusun homojen bir grup olmadığını ve ekonomik koşullarının önemli ölçüde farklılaştığını vurgulamışlardır. Bu nedenle tüm yaşlı bireylere aynı şekilde uygulanan politikalar yerine ihtiyaç temelli yaklaşımların geliştirilmesi gerektiği ifade edilmiştir. Özellikle düşük gelirli yaşlı bireylerin daha fazla desteğe ihtiyaç duyduğu, gelir düzeyinin sosyal desteklerin planlanmasında dikkate alınmasının daha etkili sonuçlar sağlayabileceği belirtilmiştir.

Barınma giderlerinin yaşlı bireylerin ekonomik durumunu belirleyen temel unsurlardan biri olduğu vurgulanmıştır. Özellikle kirada yaşayan yaşlı bireylerin ekonomik açıdan daha kırılgan durumda bulunabildiği ifade edilmiştir. Bu nedenle yaşlı bireylerin ekonomik durumları değerlendirilirken yalnızca gelir düzeyinin değil, yaşam maliyetleri ve konut koşullarının da dikkate alınması gerektiği belirtilmiştir.

Katılımcılar ayrıca yaşlı dostu konut politikalarının önemine dikkat çekmişlerdir. Yaşlı bireylerin ihtiyaçlarına uygun yaşam alanlarının geliştirilmesinin, toplu konut uygulamalarının ve yaş dostu yerleşim modellerinin değerlendirilmesinin yararlı olabileceği ifade edilmiştir.

Ekonomik desteklerin sosyal destek mekanizmalarıyla birlikte ele alınmasının yaşlı bireylerin yaşam kalitesine olumlu katkı sağlayacağı değerlendirilmiştir.

4.7. Yaşlanan nüfus sağlık harcamalarını kaçınılmaz olarak artırmakta mıdır yoksa doğru politikalarla bu maliyetler kontrol altına alınabilir mi?

Katılımcılar, yaşlanan nüfusun sağlık harcamaları üzerinde etkili olduğunu ancak sağlık harcamalarındaki artışın yalnızca yaşlanma ile açıklanamayacağını ifade etmişlerdir. Yaşlı nüfusun artmasıyla birlikte sağlık hizmetlerine olan talebin yükseldiği kabul edilmekle birlikte, sağlık harcamalarının kronik hastalıklar, sağlık teknolojileri, gelir düzeyi, eğitim seviyesi ve kamu politikaları gibi çok sayıda faktörden etkilendiği belirtilmiştir.

Tartışmalarda özellikle kronik hastalıkların sağlık harcamaları üzerindeki belirleyici rolüne dikkat çekilmiştir. Yaşlılıkla birlikte kronik hastalıkların görülme sıklığının arttığı ancak maliyetleri doğrudan belirleyen unsurun yalnızca yaş değil, bu hastalıkların yönetim biçimi olduğu ifade edilmiştir. Bu nedenle yaşlılık ve sağlık harcamaları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesinde kronik hastalıkların ayrıca ele alınması gerektiği vurgulanmıştır.

Katılımcılar, koruyucu sağlık hizmetleri ve birinci basamak sağlık hizmetlerinin sağlık harcamalarının kontrol altına alınmasında önemli bir rol oynayabileceğini belirtmişlerdir. Hastalık ortaya çıktıktan sonra yapılan müdahaleler yerine erken tanı, düzenli takip ve koruyucu uygulamalara ağırlık verilmesinin hem bireylerin sağlık durumlarını iyileştireceği hem de sağlık sisteminin üzerindeki mali yükü azaltabileceği ifade edilmiştir.

Bakım hizmetlerinin yaşlanan nüfusla birlikte daha önemli hale geldiği ve uzun dönemli bakım maliyetlerinin sağlık harcamaları içerisinde giderek daha büyük yer tuttuğu belirtilmiştir. Özellikle kronik hastalıklar ve sürekli bakım gerektiren durumlarda sağlık ve bakım hizmetlerinin birlikte değerlendirilmesi gerektiği vurgulanmıştır. Bakım sigortası gibi uygulamaların uzun dönemli bakım ihtiyaçlarının karşılanmasında rol oynayabileceği ifade edilmiştir.

Katılımcılar, sağlık harcamalarının ekonomik koşullardan da önemli ölçüde etkilendiğini belirtmişlerdir. Sağlık sektörünün dövizle bağımlı yapısı nedeniyle ekonomik dalgalanmalardan doğrudan etkilendiği, COVID-19 pandemisi sonrasında ise sağlık hizmetlerinin maliyet yapısında önemli değişiklikler yaşandığı ifade edilmiştir. Ayrıca düzenli bakım ve takip hizmetlerinin sağlandığı ortamlarda sağlık sorunlarının daha erken fark edilebildiği ve bunun sağlık sistemi üzerindeki yükü azaltabileceği değerlendirilmiştir.

4.8. “Sağlıklı yaşlanma” politikaları bir tasarruf aracı mıdır ya da kısa vadede maliyetleri artıran bir yatırım mıdır?

Katılımcılar, sağlıklı yaşlanma politikalarının yalnızca kısa vadeli maliyetler üzerinden değerlendirilmemesi gerektiğini, uzun vadede sağlık ve bakım harcamalarını azaltabilecek önemli sonuçlar doğurabileceğini ifade etmişlerdir. Bu nedenle sağlıklı yaşlanma politikalarının bireysel sağlık sonuçlarının yanı sıra ekonomik ve toplumsal etkileriyle birlikte ele alınması gerektiği vurgulanmıştır.

Tartışmalarda sağlıklı yaşlanmayı destekleyen uygulamaların bireylerin yaşam kalitesini artırabileceği, sağlık durumlarını iyileştirebileceği ve buna bağlı olarak sağlık sistemi üzerindeki yükü azaltabileceği belirtilmiştir. Sağlık yatırımlarının etkilerinin ülkelerin gelişmişlik düzeylerine göre farklılık gösterebileceği, bu nedenle politikaların ülkenin ekonomik ve sosyal koşulları dikkate alınarak planlanması gerektiği ifade edilmiştir.

Katılımcılar, sağlık risklerinin zaman içerisinde değiştiğine dikkat çekmişlerdir. Günümüzde teknoloji bağımlılığı, fiziksel aktivite eksikliği ve sağlıksız yaşam alışkanlıkları gibi yeni risklerin gelecekte sağlıklı yaşlanma sürecini etkileyebileceği belirtilmiştir. Bu nedenle sağlıklı yaşlanma politikalarının yalnızca ileri yaş gruplarını değil, yaşamın erken dönemlerinden itibaren bireylerin sağlık davranışlarını destekleyen bütüncül bir yaklaşım benimsemesi gerektiği vurgulanmıştır.

Aile yapısının sağlık davranışları üzerinde etkili olduğu, özellikle aile içi etkileşim ve sosyal destek mekanizmalarının bireylerin yaşam tarzı tercihlerini etkileyebileceği ifade edilmiştir. Bazı katılımcılar, güçlü aile ilişkilerinin sağlıklı yaşlanma açısından olumlu sonuçlar doğurabileceğini belirtmişlerdir.

Koruyucu sağlık hizmetlerinin sağlıklı yaşlanmanın temel unsurlarından biri olduğu vurgulanmıştır. Obeziteyle mücadele, aşılama programları, düzenli egzersiz alışkanlıkları ve sağlık göstergelerinin izlenmesi gibi uygulamaların ilerleyen yaşlarda ortaya çıkabilecek sağlık sorunlarını azaltabileceği ifade edilmiştir. Ayrıca sağlıklı ve dengeli beslenmenin bireylerin sağlık durumlarını olumlu etkileyebileceği ve uzun vadede sağlık harcamalarının azaltılmasına katkı sağlayabileceği belirtilmiştir.

Katılımcılar, sağlık okuryazarlığının artırılmasının da sağlıklı yaşlanma açısından kritik öneme sahip olduğunu ifade etmişlerdir. Bireylerin yaşam boyu sağlık davranışları konusunda bilinçlendirilmesinin hem bireysel sağlık düzeyini hem de toplum sağlığını olumlu yönde etkileyebileceği değerlendirilmiştir.

4.9. Türkiye'nin sosyal güvenlik ve sağlık sistemi mevcut demografik dönüşüm karşısında sürdürülebilir midir yoksa yapısal reform gerekli midir?

Katılımcılar, yaşlanan nüfusun sosyal güvenlik ve sağlık sistemi üzerinde giderek artan bir baskı oluşturduğunu ifade etmişlerdir. Artan yaşlı nüfusla birlikte bakım hizmetleri, sağlık hizmetleri ve sosyal destek ihtiyaçlarının da arttığı; bu nedenle mevcut sistemin yalnızca bugünkü koşullar çerçevesinde değil, gelecekte ortaya çıkacak ihtiyaçlar dikkate alınarak değerlendirilmesi gerektiği belirtilmiştir.

Tartışmalarda bakım ve sağlık hizmetlerinde görev yapan insan kaynağının sürdürülebilirliği önemli bir konu olarak ele alınmıştır. Özellikle bakım personelinin yoğun iş yükü altında çalıştığı, bazı meslek gruplarında çalışma koşullarının yeniden değerlendirilmesi gerektiği ifade edilmiştir. Hizmet kalitesinin artırılabilmesi için insan kaynağının daha etkin planlanmasının ve desteklenmesinin önemli olduğu vurgulanmıştır.

Katılımcılar, bakım ve sağlık hizmetlerinde teknolojinin daha etkin kullanılmasının gerekliliğine dikkat çekmişlerdir. Yapay zekâ ve dijital teknolojilerin hizmet sunum süreçlerine entegrasyonunun hem hizmet kalitesini artırabileceği hem de artan bakım ihtiyacının yönetilmesine katkı sağlayabileceği belirtilmiştir. Demografik dönüşümün ortaya çıkardığı ihtiyaçların yalnızca mevcut yöntemlerle karşılanmasının zor olacağı ve teknolojik dönüşümün kaçınılmaz hale geldiği ifade edilmiştir.

Sistemin sürdürülebilirliğinin yalnızca mali ve kurumsal düzenlemelerle açıklanamayacağı, bireylerin sağlık davranışlarının da önemli bir rol oynadığı vurgulanmıştır. Sigara kullanımı, sağlıksız yaşam alışkanlıkları ve koruyucu sağlık davranışlarının yetersizliği gibi faktörlerin uzun vadede sağlık sistemi üzerindeki yükü artırabileceği belirtilmiştir. Bu nedenle sağlıklı yaşam kültürünün yaygınlaştırılmasının sürdürülebilirlik açısından önemli olduğu ifade edilmiştir.

Katılımcılar, sosyal hizmetlerin yaşlı bireylerin ihtiyaçlarının belirlenmesi, yönlendirilmesi ve izlenmesinde kritik bir işlev üstlendiğini belirtmişlerdir. Bununla birlikte sosyal politika ve hizmet sunum mekanizmalarında sık değişiklik yapılmasının uygulamada sorunlara yol açabildiği, bu nedenle uzun vadeli ve bütüncül planlamalara ihtiyaç duyulduğu vurgulanmıştır.

Genel olarak mevcut sorunların küçük ölçekli düzenlemelerle çözülemeyeceği, bakım hizmetleri, sağlık politikaları, insan kaynağı planlaması ve teknolojik dönüşüm alanlarında daha kapsamlı yapısal reformlara ihtiyaç bulunduğu değerlendirilmiştir. Ayrıca yaşlanma, bakım ve

sağlıklı yaşlanma konularında toplumsal farkındalığın artırılmasının uzun vadede sistem üzerindeki baskıyı azaltabilecek önemli unsurlardan biri olduğu ifade edilmiştir.

4.10. Yaşlı bireyler arasında gelir ve sağlık eşitsizlikleri hangi politikalarla azaltılabilir? Mevcut sistem bu eşitsizlikleri nasıl etkilemektedir?

Katılımcılar, yaşlı bireylerin gelir düzeyleri, yaşam koşulları ve sağlık durumları bakımından homojen bir grup oluşturmadığını vurgulamışlardır. Bu nedenle yaşlı nüfusa yönelik politikaların tüm bireylere aynı biçimde uygulanmasının yeterli olmayabileceği, farklı ihtiyaç ve koşulların dikkate alınması gerektiği belirtilmiştir. Gelir farklılıklarının sağlık hizmetlerine erişim, yaşam kalitesi ve bakım olanakları üzerinde belirleyici etkiler oluşturabildiği ifade edilmiştir.

Tartışmalarda mevcut sistemin yaşlanan nüfusun ihtiyaçları karşısında çeşitli güçlüklerle karşı karşıya olduğu belirtilmiştir. Yaşlılık döneminde ortaya çıkan sağlık ve bakım ihtiyaçları ile çalışma yaşamı boyunca sağlanan katkılar arasında her zaman doğrudan bir denge kurulamayabildiği ifade edilmiştir. Bununla birlikte yaşlı bireylerin yalnızca ekonomik göstergeler üzerinden değerlendirilmemesi, sosyal ve kültürel boyutların da dikkate alınması gerektiği vurgulanmıştır.

Katılımcılar, yaşlı bireylere yönelik desteklerin ihtiyaç temelli olarak planlanmasının önemine dikkat çekmişlerdir. Özellikle düşük gelirli ve ekonomik açıdan kırılgan durumdaki yaşlı bireylerin daha fazla desteğe ihtiyaç duyduğu belirtilmiş; gelir düzeyinin belirlenmesi ve desteklerin buna göre farklılaştırılmasının daha etkili sonuçlar sağlayabileceği ifade edilmiştir.

Barınma ve konut koşullarının yaşlı bireylerin refah düzeyini etkileyen temel unsurlar arasında yer aldığı belirtilmiştir. Özellikle kirada yaşayan yaşlı bireylerin ekonomik açıdan daha dezavantajlı durumda bulunabildiği ifade edilmiş; yaşlı dostu konut uygulamalarının ve yaşlı bireylerin ihtiyaçlarına uygun yaşam alanlarının geliştirilmesinin önemine vurgu yapılmıştır. Ayrıca sosyal etkileşimi destekleyen yaşam alanlarının yaşlı refahına katkı sağlayabileceği değerlendirilmiştir.

Katılımcılar, nesiller arası dayanışmanın güçlendirilmesinin yaşlı bireylerin ekonomik ve sosyal açıdan desteklenmesine katkı sağlayabileceğini belirtmişlerdir. Kültürel değerler, toplumsal güven ve dayanışma mekanizmalarının yaşlı refahı açısından önemli olduğu ifade edilmiştir. Bunun yanında yaşlı bireylere yönelik hizmetlerde kamu ve özel sektörün birlikte rol alabileceği, ancak hizmetlerin kapsamı ve yararlanıcı grupların açık biçimde tanımlanması gerektiği vurgulanmıştır.

Tartışmalarda yaşlılık alanındaki bilimsel araştırmaların artırılmasının gerekliliği üzerinde de durulmuştur. Özellikle yaşlı bakımı, palyatif bakım, sosyal destek mekanizmaları ve yaşlılık politikalarına ilişkin araştırmaların politika geliştirme süreçlerine katkı sağlayabileceği belirtilmiştir. Ayrıca yaşlı bakım hizmetlerinde görev alacak insan kaynağına ilişkin sorunlara dikkat çekilmiş; geriatri ve yaşlı bakımı alanında eğitim alan bazı mezunların bu alanda çalışmayı tercih etmemesi ve nitelikli personelin yurt dışına yönelmesinin hizmetlerin sürdürülebilirliği açısından önemli bir risk oluşturduğu değerlendirilmiştir.

BÖLÜM V

5. YAŞLILIK VE TEKNOLOJİ

Türkiye'de yaşlı nüfusun hızla artması, sağlık hizmetlerinin yeniden yapılandırılmasını ve teknolojik çözümlerin gündelik yaşama daha etkin biçimde entegre edilmesini kaçınılmaz kılmaktadır. Zira kronik hastalık yönetiminden evde bakım desteğine, sosyal izolasyonun önlenmesinden acil müdahale sistemlerine kadar uzanan geniş bir ihtiyaç yelpazesi, teknolojiyi artık isteğe bağlı bir kolaylık olmaktan çıkarıp yaşlı bireylerin bağımsız ve onurlu bir yaşam sürdürebilmesinin temel güvencesi hâline getirmektedir.

Çalıştay kapsamında yaşlılık ve teknoloji masası, on temel soru ekseninde şekillenmiş; yaşlı bireylerin dijital teknolojilerle etkileşimi, tele-sağlık uygulamaları, veri güvenliği, içerik tasarımı, bakım ekosistemi ve kamu politikaları bu sorular aracılığıyla derinlemesine irdelenmiştir.

5.1. Yaşlı dostu teknolojilerin tasarımında hangi ergonomik ve bilişsel faktörler öncelikli olmalıdır? Türkiye’de bu alanda yeterli üretim kapasitesine sahip midir?

Yaşlı dostu teknoloji tasarımında ergonomik ve bilişsel faktörlerin önceliklendirilmesi, kullanıcı deneyiminin kalitesini doğrudan belirlemektedir. Bu çerçevede dijital ekran ve mobil uygulama tasarımlarının sade, anlaşılır ve yaşlı bireylerin erişimine uygun bir yapıda kurgulanması temel bir gereklilik olarak öne çıkmaktadır. Özellikle evde bakım süreçlerinde kullanıcıların tek bir işlemle ihtiyaç duydukları hizmete ulaşabilmesi hem güvenlik hem de kullanım sürekliliği açısından büyük önem taşımaktadır.

Tasarım sadeliği yalnızca görsel bir tercih değil, işlevsel bir zorunluluktur. İnce motor becerilerinde azalma yaşayan bireyler düşünüldüğünde, dokunmatik yüzeylerdeki hedef alanlarının genişliğinden menü derinliğine kadar pek çok detay yeniden ele alınmalıdır. Buna ek olarak, hata payının minimize edilmesi ve kullanıcıya anlık geri bildirim sağlayan sistemlerin arayüzlere entegre edilmesi hem güven duygusunu pekiştirmekte hem de kullanım hatalarından kaynaklanan hayal kırıklığını azaltmaktadır. Sesli komut, büyük yazı tipi ve renk temelli yönlendirmeler gibi temel erişilebilirlik unsurları da teknolojiye geç uyum sağlayan bireyler için vazgeçilmez bileşenler arasında yer almaktadır.

Kullanım alışkanlıkları ve bilişsel yük açısından değerlendirildiğinde, sistemlerin mümkün olduğunca sezgisel biçimde tasarlanması ve minimum metin içermesi gerektiği vurgulanmıştır. Demans hastalarına yönelik geliştirilen teknolojilerin genel yaşlı kullanıcı kitlesine ve bakım

verenlere de uyarlanması, kapsayıcı bir tasarım anlayışının somut bir yansıması olarak değerlendirilmektedir. Manuel sistemlerin yerini alan otomasyon çözümleri ise kullanıcıyı bunaltmayan, kontrollü ve şeffaf bir yapıda sunulmalıdır.

Teknolojinin benimsenmesi sürecinde insan faktörü de göz ardı edilmemelidir. Hekim ya da yakın çevre tarafından önerilen uygulamaların yaşlı bireyler tarafından çok daha kolay kabul gördüğü bilinmektedir. E-Nabız gibi sağlık platformlarında ilk kullanım aşamasında yaşanan güçlükler göz önüne alındığında, video anlatımlar ve adım adım rehber içeriklerin sisteme entegre edilmesi; sorunların çözümsüz kaldığı durumlarda ise çağrı merkezi desteğinin devreye girmesi büyük kolaylık sağlamaktadır. Küçük yerlerde ise yaşlıların teknolojik uygulamalarla ilgili destek alabileceği alanlar oluşturulmalıdır. Bu alanlar köyde muhtarlıkların, ilçelerde belediyelerin sağlayacağı alanlarda yapılmalıdır. Kırsal alanlarda ve küçük yerleşim birimlerinde yaşayan yaşlı bireylerin teknolojik destek hizmetlerine erişiminin sağlanması, kentsel-kırsal eşitsizliğin giderilmesi bakımından ayrı bir önem taşımaktadır. Bu doğrultuda köy düzeyinde muhtarlıklar, ilçe düzeyinde ise belediyeler bünyesinde yaşlılara yönelik teknoloji destek noktalarının oluşturulması; dijital dışlanmanın önlenmesinde etkin ve ulaşılabilir bir yerel hizmet modeli olarak değerlendirilmektedir.

5.2. Yaşlı bireylere yönelik tele-sağlık hizmetlerinin Türkiye ve dünyadaki durumu nasıl değerlendirilmektedir? Bu hizmetlerin yaşlı bireyler tarafından benimsenmesini ve etkin kullanımını artırmak için hangi stratejiler geliştirilmelidir?

Tele-sağlık hizmetleri, yaşlı bireylerin sağlık sistemine erişimini kolaylaştırma potansiyeli taşıyan en kritik dijital dönüşüm alanlarından biri olarak değerlendirilmektedir. COVID-19 pandemisi bu alandaki gelişimi önemli ölçüde hızlandırmış; uzaktan sağlık hizmetlerine yönelik bireysel farkındalığı artırmış ve dijital altyapının stratejik önemini tartışılmaz biçimde ortaya koymuştur. Avrupa'da yaygın olarak uygulanan bakım sigortası modelleri, bireylerin ihtiyaç duydukları sağlık teknolojilerine erişimini sistematik bir güvenceye bağlamakta; tele-sağlık uygulamaları ise erken teşhis imkânı sunarak hem bireysel hem de sistemik düzeyde önemli kazanımlar sağlamaktadır.

Türkiye özelinde değerlendirildiğinde, tele-sağlık hizmetlerinin henüz gelişme aşamasında olduğu ve mevcut yasal düzenlemeler çerçevesinde yalnızca sınırlı bir oranda uygulanabildiği görülmektedir. Fiziksel müdahale gerektirmeyen vakalarda uzaktan hizmet sunumunun genişletilmesi, özellikle yaşlı bireyler açısından erişilebilirliği artıracak kritik bir adım olarak önerilmektedir. Bu bağlamda tele-sağlık hizmetlerinin ayrı ve kapsamlı bir regülasyon çerçevesine

kavuşturulması, denetim mekanizmalarının güçlendirilmesi ve diyetisyen, psikolog gibi sağlık profesyonellerinin hizmet sunduğu dijital platformların resmi akreditasyon süreçlerine tabi tutularak devlet güvenceli sistemlere entegre edilmesi öncelikli politika gereksinimleri arasında yer almaktadır. Devlet fonlarının bu alana yönelmesinin görece yeni bir süreç olduğu göz önünde bulundurulduğunda, daha kapsamlı ve sürdürülebilir finansman modellerinin geliştirilmesi kaçınılmaz bir zorunluluk olarak öne çıkmaktadır.

Tele-sağlık sistemlerinin etkinliğini artırmaya yönelik stratejiler incelendiğinde, insan kaynağı boyutunun belirleyici bir ağırlık taşıdığı görülmektedir. Sağlık personeli ve bakım verenlerin tele-sağlık uygulamaları konusunda sistematik biçimde eğitilmesi, sertifikasyon programlarının yaygınlaştırılması ve kurumsal yöneticilerin bu teknolojileri teşvik edecek ödül ile destek mekanizmaları geliştirmesi, sistemin saha düzeyindeki işlerliğini güçlendiren temel unsurlar olarak değerlendirilmektedir. Tele-sağlık teknikerlerinin hastane oryantasyon süreçlerine dahil edilmesi ve ürünlerin sahaya yayılması için kamu destekli pilot uygulamaların hayata geçirilmesi de bu çerçevede önerilen somut adımlar arasındadır. Belediyeler tarafından yürütülen dijital okuryazarlık eğitimleri ise taban düzeyinde farkındalık oluşturmak ve kullanım alışkanlıklarını pekiştirmek bakımından sürecin ayrılmaz bir bileşeni olarak ele alınmaktadır. Son olarak, yaşlı bireylerle kurulan iletişim süreçlerine yakınların ve bakım verenlerin aktif biçimde dahil edilmesinin, tele-sağlık hizmetlerinin benimsenmesini ve sürdürülebilirliğini anlamlı düzeyde artırdığı vurgulanmıştır.

5.3. Dijital okuryazarlık düzeyi düşük olan yaşlı bireylerde teknoloji korkusu (teknofobi) nasıl aşılabılır? Hangi eğitim programları nasıl yapılandırılmalıdır?

Dijital okuryazarlık düzeyi düşük olan yaşlı bireylerde teknoloji korkusu, yalnızca teknik bir bilgi eksikliğinden değil; mahremiyet kaygıları, hata yapma korkusu ve yabancı sistemlere duyulan güvensizlikten beslenen çok katmanlı bir engeldir. Bu korkunun aşılmasına yönelik yaklaşımların, teknik eğitimin çok ötesinde psikolojik ve sosyal boyutları da kapsayan bütüncül bir çerçevede ele alınması gerekmektedir.

Güven oluşturma süreci, eğitimin ön koşulu olarak değerlendirilmelidir. Yaşlı bireyler kişisel verilerinin paylaşımı konusunda belirgin bir mahremiyet endişesi taşıdığından, herhangi bir sisteme geçilmeden önce tanıtım ve demo uygulamalar aracılığıyla teknolojinin işleyişinin somut biçimde gösterilmesi kritik bir adım olarak öne çıkmaktadır. Bu süreçte aile bireylerinin sürece dahil edilmesi hem güven duygusunu pekiştirmekte hem de gündelik yaşamda kullanımın sürekliliğini desteklemektedir. Kullanılan teknolojilerin kişiselleştirilmiş bir deneyim sunacak

şekilde yapılandırılması da kullanıcının sisteme olan bağlılığını güçlendiren önemli bir etken olarak değerlendirilmektedir.

Eğitim modellerinin yapılandırılmasında ise bireyselleştirilmiş ve sahaya yakın bir yaklaşım belirleyici olmaktadır. Grup eğitimleri yerine birebir öğretim yönteminin tercih edilmesi, hata yapma korkusunu azaltarak öğrenme sürecini anlamlı biçimde kolaylaştırmaktadır. Halk eğitim merkezleri bu modelin hayata geçirilebileceği en erişilebilir kurumsal yapılar arasında yer almaktadır. Yalnız yaşayan yaşlı bireyler ise sosyal destek ağlarından yoksun olmaları nedeniyle daha yüksek risk altında bulunmakta; bu gruba yönelik aile hekimlerinin süreçte daha aktif bir rol üstlenmesi gerekmektedir. Yerel yönetimler, muhtarlar ve toplum liderlerinin de bu eğitim süreçlerinde sahada destekleyici işlev üstlenmesi, erişimin tabana yayılması açısından işlevsel bir model olarak önerilmektedir.

Teknolojiyle ilk teması kolaylaştıran unsurların yanı sıra, uzun vadeli kullanımın sürdürülmesi de ayrı bir strateji gerektirmektedir. Tele-sağlık alanında eğitim almış bireylerin yerel organizasyonlarda aktif rol alması, akran temelli öğrenme ortamlarının oluşmasına zemin hazırlamaktadır. Yaşlılar arasında sosyal medya kullanımının giderek artmasına karşın teknik sorunların bu kullanımın önünde ciddi bir engel oluşturduğu göz önünde bulundurulduğunda, anlık teknik destek mekanizmalarının sistematik biçimde yapılandırılması kullanım oranlarını artırmada belirleyici bir etki yaratacaktır. Sensör ve izleme sistemlerinin ise kullanıcıyı rahatsız etmeyecek, mümkün olduğunca görünmez ve müdahalesiz bir yapıda tasarlanması; bu tür teknolojilere yönelik direncin kırılmasında işlevsel bir rol oynamaktadır.

5.4. Türkiye’de ve dünyada dijital platformların yaşlı dostu içerik üretimi konusunda mevcut durumu ve eksiklikleri nelerdir? Yaşlı bireylerin uygun içeriklere erişimi için hangi algoritmalar nasıl geliştirilmelidir?

Dijital platformların yaşlı dostu içerik üretimi konusunda hem Türkiye’de hem de küresel ölçekte önemli eksiklikler barındırdığı görülmektedir. Mevcut platformların büyük çoğunluğu genç ve teknolojiye hâkim kullanıcı kitlesi gözetilerek tasarlanmakta; yaşlı bireylerin bilişsel ve algısal ihtiyaçları ise çoğunlukla ikincil planda kalmaktadır. Bu boşluğun giderilmesi, hem içerik tasarımı hem de içeriğe erişimi düzenleyen algoritmik yapıların yeniden kurgulanmasını gerektirmektedir.

Erişilebilirlik açısından değerlendirildiğinde, televizyon başta olmak üzere yaşlıların yoğun biçimde kullandığı medya araçlarının minimum dokunma ya da etkileşimle işletilebilecek şekilde tasarlanması temel bir gereklilik olarak öne çıkmaktadır. Karmaşık menü yapılarının yerini

sade, işlevsel ve doğrudan amaca yönlendiren arayüzlerin alması, yaşlı kullanıcıların platforma olan bağlılığını doğrudan etkilemektedir. İçeriklerin ise kolay anlaşılır bir dil ve biçimde kurgulanması; yaşlı bireylerin bilgiyi daha kolay işleyip hatırlayabileceği kısa, net ve tekrara dayalı anlatım yapılarının benimsenmesi gerekmektedir.

Algoritmik düzeyde ise kişiselleştirme en kritik geliştirme alanı olarak değerlendirilmektedir. İzleme ve kullanım alışkanlıklarına dayalı içerik öneri sistemlerinin yaşlı kullanıcı profillerine özgü biçimde uyarlanması hem platforma uyumu kolaylaştırmakta hem de bireyin ihtiyacına gerçekten karşılık veren bir deneyim sunmaktadır. Bunun ötesinde, kullanıcının ismine ya da kişisel tercihlerine özel tasarım unsurlarının içeriklere yansıtılması, yaşlı bireyin kendini sistemin bir parçası olarak hissetmesini sağlamakta ve dijital platforma yönelik aidiyet duygusunu güçlendirmektedir. Bu yaklaşım, teknolojiyle kurulan ilişkiyi işlevsel bir zorunluluktan ötede anlamlı bir deneyime dönüştürme potansiyeli taşımaktadır.

Bu bağlamda değerlendirilmesi gereken bir diğer önemli husus, Netflix ve benzeri dijital yayın platformlarının içerik mimarisine ilişkindir. Söz konusu platformlarda çocuk kullanıcılara yönelik ayrı bir sekme ve özelleştirilmiş bir arayüz deneyiminin standart bir uygulama hâline geldiği düşünüldüğünde, yaşlı bireylere yönelik benzer bir yapılandırmanın hayata geçirilmesi hem erişilebilirlik hem de kapsayıcılık açısından zorunlu bir adım olarak öne çıkmaktadır. Büyük punto, sade navigasyon, yavaş tempolu anlatım ve yaşlı bireylerin ilgi alanlarına yönelik içeriklerin bir arada sunulduğu "yaşlı dostu" bir sekmenin platforma eklenmesi; bu kitlenin dijital içerik tüketimine katılımını artıracak, aynı zamanda platformların toplumsal sorumluluk anlayışının somut bir göstergesi hâline gelecektir.

5.5. Yaşlılar için geliştirilen dijital platformların kullanım deneyimi ne ölçüde kullanıcı dostudur? Bu platformların aktif kullanımını artırmak için hangi müdahaleler gereklidir?

Yaşlılar için geliştirilen dijital platformların kullanıcı dostu olup olmadığı sorusu, yalnızca teknik bir tasarım meselesi olarak değil, aynı zamanda hedef kitlenin iç çeşitliliğini göz önünde bulunduran stratejik bir planlama sorunu olarak ele alınmalıdır. Mevcut durumda teknolojik gelişmelerin büyük ölçüde genç kullanıcı odaklı ilerlediği ve yaşlı bireylere yönelik çözümlerin bu hızın gerisinde kaldığı görülmektedir. Bu açığın kapatılabilmesi için her şeyden önce yaşlı bireylerin kendi içinde homojen bir grup olarak değil, işlevsel yetkinlik, teknoloji deneyimi ve gündelik ihtiyaçlar bakımından birbirinden farklılaşan alt segmentler olarak ele alınması

gerekmektedir. Hedef yaş gruplarının bu çeşitlilik gözetilerek belirlenmesi, platforma yönelik müdahalelerin etkinliğini doğrudan artıracaktır.

Platformların aktif kullanımını artırmaya yönelik müdahaleler değerlendirildiğinde, ihtiyaca dayalı tasarım anlayışının belirleyici bir ilke olarak benimsenmesi gerektiği ortaya çıkmaktadır. Geliştirilen uygulama ve içeriklerin yaşlı bireylerin günlük yaşamını somut biçimde kolaylaştırması; soyut işlevselliğin değil, gerçek kullanım senaryolarının ön planda tutulması esastır. Bu bağlamda dijital ve fiziksel bileşenleri bir arada barındıran hibrit sistemlerin geliştirilmesi de kritik bir strateji olarak öne çıkmaktadır. Teknolojiye tam anlamıyla adapte olamayan bireyler için fiziksel destek noktaları ve yüz yüze rehberliğin dijital araçlarla entegre edildiği bu hibrit model, kullanımın sürekliliğini sağlamak açısından en kapsayıcı yaklaşım olarak değerlendirilmektedir.

5.6. Bugün özel eğitimde kazandırılan beceriler, bireylerin yaşlılıkta bağımsız yaşamını ne ölçüde belirler? Sizce sistem bu açıdan yeterli mi?

Özel eğitim alanında kazandırılan becerilerin bireylerin yaşlılıktaki bağımsız yaşamını ne ölçüde belirlediği sorusu, mevcut sistemin yapısal sınırlılıkları bağlamında ele alındığında dikkat çekici bir tablo ortaya koymaktadır. Türkiye'de özel eğitim hizmetlerinin ağırlıklı olarak çocuklara yönelik devlet desteği kapsamında yapılandırılmış olması, yaşlı bireylere yönelik eğitim faaliyetlerini işlevsel ve finansal açıdan önemli ölçüde kısıtlamaktadır. Bu yapısal boşluk, yaşlı bireylerin gündelik yaşamda bağımsızlıklarını koruyabilmeleri için ihtiyaç duydukları becerilerin kazandırılmasını ve pekiştirilmesini güçleştirmekte; dolayısıyla sistemin bu açıdan yeterli olmadığı değerlendirilmektedir.

Bu eksikliğin giderilmesinde iş ve uğraşı terapistlerinin yaygınlaştırılması öncelikli bir adım olarak öne çıkmaktadır. Gündelik yaşam aktivitelerinin sürdürülmesine, bilişsel ve motor becerilerin korunmasına doğrudan katkı sağlayan bu uzmanlık alanının yaşlı bireylere yönelik hizmet sunumunda daha görünür ve erişilebilir bir konuma taşınması hem yaşam kalitesini artırmak hem de bakım bağımlılığını geciktirmek açısından belirleyici bir işlev üstlenmektedir. Yaşlılara yönelik eğitim programlarının çeşitlendirilmesi ve kamusal destekle güçlendirilmesi de sistemin bu alandaki kapasitesini artıracak yapısal bir dönüşümün zorunlu bileşenleri arasında yer almaktadır.

5.7. Yaşlı hakları bağlamında dijital sağlık teknolojilerinin kullanımında ortaya çıkabilecek etik sorunlar nelerdir? Veri gizliliği nasıl korunmalıdır?

Yaşlı hakları bağlamında dijital sağlık teknolojilerinin kullanımı, beraberinde çok boyutlu etik sorunları gündeme taşımakta ve veri gizliliğinin korunması meselesini hukuki olduğu kadar insani bir sorumluluk olarak da ön plana çıkarmaktadır. Bu alanda karşılaşılan en temel güçlüklerden biri, kişisel sağlık verilerinin toplanması, işlenmesi ve paylaşılması süreçlerinde bireyin rızasının eksiksiz ve bilinçli biçimde alınmasının sağlanmasıdır. KVKK çerçevesinde dijital onayların, aydınlatma metinlerinin ve sunulan hizmetlere ilişkin bilgilendirmelerin kullanıcıdan usulüne uygun şekilde alınması yasal bir zorunluluk olmakla birlikte, uygulamada bu süreçlerin yaşlı bireyler için yeterince anlaşılır kılınmadığı görülmektedir.

Verilerin korunmasına ilişkin temel ilkeler değerlendirildiğinde, sağlık verilerinin anonim tutulması ve yalnızca ilgili bakanlık bünyesinde işlenmesi gerekliliği ön plana çıkmaktadır. Üçüncü kişilerle veri paylaşımının yalnızca hukuki süreçler kapsamında ve sınırlı biçimde gerçekleştirilmesi, bu alandaki etik çerçevenin temel güvencelerinden birini oluşturmaktadır. Araştırma amaçlı veri kullanımında ise açık rızanın ayrıca alınması zorunlu olup bu sürecin standart uygulamalar arasına dahil edilmesi gerekmektedir. Yaşlı bireylerin yakınları tarafından desteklenmesi durumunda ise bu ilişkinin hukuki olarak belgelenmesi hem bireyin haklarının korunması hem de olası hak ihlallerinin önlenmesi bakımından kritik bir adım olarak değerlendirilmektedir.

Dijital platformların hızlı büyümesinin mevzuatın gelişimine yetişmesini zorlaştırdığı ve bu durumun denetim boşluklarına zemin hazırladığı açıkça görülmektedir. Hizmetler yapılandırılmadan önce kişisel verilerin korunmasına ilişkin mevzuatın kapsamlı biçimde değerlendirilmesi; sektörün kontrollü ve kademeli bir büyüme çizgisinde ilerlemesi, bu boşlukların en aza indirilmesi açısından belirleyici bir öneme sahiptir. Doğru yönetilen bir büyüme sürecinin, kamuoyunda dijital sağlık teknolojilerine duyulan güveni artırabileceği de göz önünde bulundurulduğunda, denetim mekanizmalarının güçlendirilmesi yalnızca bir risk yönetimi aracı olarak değil, aynı zamanda toplumsal güven inşasının da temel koşulu olarak ele alınmalıdır. Son olarak, bireylerin kendi verilerine ilişkin haklarını etkin biçimde kullanabilmelerini destekleyen teknolojik araçların geliştirilmesi ve yaygınlaştırılması, dijital sağlık ekosisteminde hakkaniyetli ve şeffaf bir yapının kurulmasına önemli katkı sağlayacaktır.

5.8. Teknoloji temelli çözümler, yaşlı bireylerde sosyal izolasyonu azaltır mı yoksa artırır mı? Bu denge nasıl sağlanmalıdır?

Teknoloji temelli çözümlerin yaşlı bireylerde sosyal izolasyonu azaltıp azaltmadığı sorusu, doğrudan bir yanıt yerine "nasıl kullanıldığına bağlı" yanıtını gerektiren nüanslı bir meseledir. Doğru kurgulandığında dijital araçlar, yaşlı bireylerin bulundukları ortamdaki bağımsız olarak sağlık hizmetlerine, sosyal ilişkilerine ve toplumsal yaşama erişimini sürdürmelerini mümkün kılmaktadır. Tele-sağlık sistemleri ve görüntülü iletişim teknolojileri, zaman ve mekân kısıtlamalarını ortadan kaldırarak özellikle hareket kısıtlılığı yaşayan bireyler için hayati bir köprü işlevi görmektedir.

Ancak bu işlevselliğin bir riske dönüşmemesi için dikkatli bir denge kurulması gerekmektedir. Dijital platformların yüz yüze sosyal etkileşimin ve muayenenin alternatifi olarak değil, tamamlayıcısı olarak konumlandırılması bu dengenin temel ilkesini oluşturmaktadır. Bireyin tüm zamanını ve iletişimini dijital ortama taşıması, gerçek anlamda bir bağlantı hissi yerine yüzeysel bir etkileşim örüntüsü yaratma riskini beraberinde getirmektedir. Bu nedenle teknoloji kullanımının bireysel ihtiyaçlar, sosyal bağlam ve fiziksel kapasite gözetilerek dengeli biçimde planlanması gerekmektedir.

Tüm bu tartışmanın odak noktasında ise şu temel ilke yer almaktadır: Teknoloji bir amaç değil, araçtır. Yaşlı bireyin refahını, bağlantısını ve bağımsızlığını destekleyen her dijital çözüm, bu işlevi yerine getirdiği ölçüde değerlidir. Aksi durumda, yani teknolojinin bireyi gerçek ilişkilerden kopararak bir ekrana bağımlı kıldığı her durumda, sosyal izolasyonu çözmek yerine derinleştirme riskini taşımaktadır.

5.9. Uzaktan izlem ve bakım teknolojileri (örneğin giyilebilir cihazlar), yaşlı bireylerin bağımsız yaşamını desteklemede ne kadar etkilidir ve bu sistemlerin yaygınlaşmasının önündeki engeller nelerdir?

Uzaktan izlem ve bakım teknolojileri, yaşlı bireylerin bağımsız yaşamını destekleme potansiyeli taşıyan en umut verici dijital çözümler arasında yer almaktadır. Giyilebilir cihazlar ve sensör tabanlı sistemler, anlık sağlık verisi toplayarak olası risklerin erken tespit edilmesini, acil müdahale sürelerinin kısaltılmasını ve bakım verenlerin uzaktan bilgilendirilmesini mümkün kılmaktadır. Ancak bu teknolojilerin yaygınlaşmasının önünde hem teknik hem de yapısal nitelikte önemli engeller bulunmaktadır.

Kullanıcı kabulü açısından değerlendirildiğinde, yaşlı bireylerin bu cihazlara yönelik önyargılarının pazarlama süreçlerinden beslendiği ve kişisel alana müdahale kaygısının

benimsemeyi ciddi ölçüde kısıtladığı görülmektedir. Bu nedenle cihazların görünmez, müdahalesiz ve kullanıcı onurunu zedelemeyen bir tasarım anlayışıyla geliştirilmesi, teknolojiye yönelik direncin kırılmasında belirleyici bir etken olarak öne çıkmaktadır. Öte yandan sensör tabanlı sistemlerin gerçek kullanıcı verilerine dayandırılması ve farklı fiziksel özelliklere sahip bireyler için genelleme yapılmasından kaçınılması, ölçüm güvenilirliği açısından kritik bir ilke olarak benimsenmesi gerekmektedir.

Sistemik engeller değerlendirildiğinde, sürdürülebilirliğin en kırılgan halkasının finansman boyutu olduğu görülmektedir. Bakım evlerinin Sağlık Bakanlığı çatısı dışında konumlandırılmış olması, bu tür teknolojik ürünlerin kamu finansmanına erişimini güçleştirmekte ve yaygınlaşmanın önünde yapısal bir engel oluşturmaktadır. Devlet desteğinin bu alana yönlendirilmesi, teknolojinin yalnızca ekonomik gücü yetenlere değil, ihtiyacı olan her bireye ulaşabilmesinin ön koşuludur. Bunun yanı sıra sağlık cihazlarının birbirleriyle uyumlu çalışması ve veri aktarımının güvenli biçimde gerçekleştirilmesi teknik bir zorunluluk olup veri aktarım hatalarında sorumlulukların hukuki olarak net biçimde tanımlanması hem güven ortamının tesisi hem de olası hak ihlallerinin önlenmesi bakımından vazgeçilmez bir düzenleyici adımdır.

Veri kalitesi ve yorumlama yetkinliği de sistemin güvenilirliğini doğrudan etkileyen kritik unsurlar arasında yer almaktadır. Cihazlardan elde edilen verilerin hatalı yorumlanması ciddi klinik riskler doğurabileceğinden, veri analizi süreçlerinde yetkin uzmanların görev alması bir tercih değil zorunluluktur. Son olarak, tele-sağlık uygulamalarının sağlık okuryazarlığı görece yüksek toplumlarda daha etkin biçimde kullanıldığı göz önünde bulundurulduğunda, bu sistemlerin toplumun sosyolojik yapısı ve eğitim düzeyi dikkate alınarak uyarlanması gerekmektedir. Uzaktan izlem teknolojileri, geleneksel sağlık hizmetlerinin yerini almayı değil; ihtiyaca göre bu hizmetlerle bütünleşik ve tamamlayıcı bir model oluşturmayı hedeflemelidir.

5.10. Yaşlı bireylerin teknolojiye uyumunu artırmak için kamu, özel sektör, STK ve akademi iş birliği nasıl yapılandırılmalıdır?

Yaşlı bireylerin teknolojiye uyumunu artırmak, hiçbir aktörün tek başına üstlenemeyeceği kadar çok boyutlu bir sorumluluk alanı oluşturmaktadır. Bu nedenle kamu, özel sektör, sivil toplum kuruluşları ve akademinin eşgüdümlü bir iş birliği çerçevesinde hareket etmesi, sürdürülebilir ve kapsayıcı bir ekosistem kurulmasının ön koşuludur.

Mevcut durumda en belirgin yapısal eksiklik, kamudan özel sektöre uzanan bütüncül ve kurumsal bir koordinasyon modelinin henüz oluşturulamamış olmasıdır. Sağlık Bakanlığı'nın yaşlı bakımına yönelik desteklerinin sınırlı kalması, hizmet sunumunda ciddi aksaklıklara yol açmakta

ve özel sektörün bu boşluğu doldurma kapasitesini de olumsuz etkilemektedir. Bu yapısal boşluğun giderilebilmesi için kamu otoritesinin düzenleyici ve finansman sağlayıcı rolünü daha etkin biçimde üstlenmesi, özel sektörün ise bu çerçevede inovasyon ve hizmet sunumu odaklı konumlanması gerekmektedir.

Sivil toplum kuruluşları, sahada doğrudan temas kurdukları yaşlı bireyler ve yakınları aracılığıyla bu iş birliğinin en işlevsel köprülerinden birini oluşturmaktadır. STK'ların yalnızca uygulayıcı değil, ihtiyaç tespiti ve politika geliştirme süreçlerinde de aktif paydaş olarak konumlandırılması, hizmetlerin gerçek ihtiyaçlarla örtüşmesini sağlamak açısından kritik önem taşımaktadır. Hasta yakınlarının da bu iş birliği modellerine dahil edilmesi, hem bakım süreçlerinin etkinliğini artırmakta hem de teknolojiye uyum sürecinde aile desteğini kurumsal bir bileşene dönüştürmektedir.

Akademiklerin bu ekosistem içindeki rolü ise yönlendirici ve kanıt üretici bir nitelik taşımalıdır. Üniversitelerin yaşlı teknolojisi alanında yürüttüğü araştırmalar, hem ürün geliştirme süreçlerine hem de politika tasarımına doğrudan girdi sağlamalıdır. Hizmet planlaması yapılırken yaşlı bireylere bakım ve destek sunan kişilerin profesyonel ekiplerin ayrılmaz bir parçası hâline getirilmesi; yabancı bakım personeli dahil tüm çalışanlar için etkin denetim mekanizmalarının oluşturulması ve yeterli mesleki deneyimin güvence altına alınması da bu yapılandırmanın vazgeçilmez unsurları arasında yer almaktadır.

Son olarak, Türkiye'de sağlık teknolojileri altyapısının gelişmekte olduğu ancak mevcut yazılım birikiminin somut ve ölçeklenebilir ürünlere dönüştürülebilmesi için devlet teşviklerine ve pratik finansman mekanizmalarına ihtiyaç duyulduğu vurgulanmıştır. Bu dönüşümün gerçekleşebilmesi, ancak kamu, özel sektör, sivil toplum ve akademiklerin ortak bir vizyon etrafında koordineli biçimde hareket etmesiyle mümkün olacaktır.

GENEL DEĞERLENDİRME VE SONUÇ

I. Ulusal Disiplinlerarası Yaşlılık Çalıştayı kapsamında gerçekleştirilen oturumlar ve çalışma masalarında yürütülen tartışmalar, yaşlanma olgusunun tek bir disiplinin sınırları içerisinde değerlendirilemeyecek kadar çok boyutlu bir konu olduğunu ortaya koymuştur. Sosyal katılım, mekân, sağlık, sosyal politikalar ve teknoloji başlıkları altında yapılan değerlendirmeler, yaşlı bireylerin yaşam kalitesini etkileyen unsurların birbirleriyle güçlü biçimde ilişkili olduğunu göstermiştir.

Çalıştayın en önemli ortak çıktılarından biri, yaşlı bireylerin toplumsal yaşamın pasif alıcıları olarak değil; bilgi, deneyim, üretim ve sosyal katkı kapasitesine sahip aktif bireyler olarak değerlendirilmesi gerektiği yönündeki ortak görüştür. Yaşlı bireylerin toplumsal yaşama katılımını destekleyen uygulamaların yaygınlaştırılması, kuşaklararası etkileşimin güçlendirilmesi, gönüllülük faaliyetlerinin teşvik edilmesi ve yaş ayrımcılığıyla mücadele edilmesi gerektiği vurgulanmıştır.

Mekânsal açıdan değerlendirildiğinde, yaş dostu kentlerin oluşturulabilmesi için erişilebilirlik, güvenlik, bağımsız yaşam ve aidiyet duygusunu destekleyen tasarım yaklaşımlarının benimsenmesi gerektiği ortaya konulmuştur. Yaşlı bireylerin yalnızca hizmetlerden yararlanan kişiler olarak değil, tasarım süreçlerine aktif biçimde katılan paydaşlar olarak görülmesi gerektiği belirtilmiştir. Kamusal alanların, ulaşım sistemlerinin, konutların ve bakım ortamlarının yaşlı bireylerin ihtiyaçları doğrultusunda yeniden düzenlenmesi gerekliliği vurgulanmıştır.

Sağlık alanındaki değerlendirmeler, sağlıklı yaşlanmanın yalnızca hastalıkların tedavisiyle sınırlı olmadığını; koruyucu sağlık hizmetleri, kronik hastalık yönetimi, ruh sağlığı, bakım hizmetleri ve yaşam kalitesinin bütüncül biçimde ele alınmasını gerektirdiğini göstermiştir. Yaşlı bireylerin sağlık hizmetlerine erişiminin güçlendirilmesi, multidisipliner bakım modellerinin yaygınlaştırılması ve bakım verenlerin desteklenmesi temel öncelikler arasında yer almıştır.

Sosyal politika başlığı altında gerçekleştirilen tartışmalar, Türkiye'nin hızlanan demografik yaşlanma sürecine uyum sağlayacak uzun vadeli ve sürdürülebilir politika yaklaşımlarına ihtiyaç duyduğunu ortaya koymuştur. Emeklilik, gelir güvencesi, bakım hizmetleri, sosyal koruma mekanizmaları, yaşlı yoksulluğu ve bakım ekonomisi gibi alanlarda bütüncül politika geliştirilmesinin önemi vurgulanmıştır. Yaşlı bireylerin sosyal ve ekonomik yaşamda aktif kalmalarını destekleyen uygulamaların geliştirilmesi gerektiği ifade edilmiştir.

Teknoloji başlığında ise dijital dönüşüm süreçlerinin yaşlı bireyleri dışlamayan, aksine onların yaşam kalitesini artıran bir anlayışla yürütülmesi gerektiği sonucuna ulaşılmıştır. Dijital okuryazarlığın geliştirilmesi, tele-sağlık uygulamalarının yaygınlaştırılması, erişilebilir teknolojik tasarımların desteklenmesi ve yaşlı bireylerin teknolojiye güvenli erişiminin sağlanması öncelikli ihtiyaçlar arasında değerlendirilmiştir. Teknolojinin insan ilişkilerinin yerine geçen değil, bağımsız yaşamı ve sosyal katılımı destekleyen bir araç olarak konumlandırılması gerektiği vurgulanmıştır.

Çalıştay boyunca farklı disiplinlerden gelen katılımcılar tarafından dile getirilen görüşler birlikte değerlendirildiğinde, yaşlanma sürecine ilişkin sorunların çözümünde kamu kurumları, yerel yönetimler, üniversiteler, özel sektör, sivil toplum kuruluşları ve toplumun tüm kesimlerinin ortak sorumluluk üstlenmesi gerektiği sonucuna ulaşılmıştır. Yaşlı bireylerin ihtiyaçlarına yönelik politikaların geliştirilmesinde katılımcı, kapsayıcı ve kanıta dayalı yaklaşımların benimsenmesi; yaşlıların karar alma süreçlerine aktif katılımının sağlanması ve disiplinlerarası iş birliğinin güçlendirilmesi büyük önem taşımaktadır.

Sonuç olarak çalıştay, yaşlılık alanında mevcut sorunların görünür kılınmasına, çözüm önerilerinin geliştirilmesine ve farklı paydaşlar arasında ortak bir farkındalık oluşturulmasına önemli katkı sağlamıştır. Elde edilen bulgu ve önerilerin ulusal yaşlanma politikalarının geliştirilmesi, yaş dostu uygulamaların yaygınlaştırılması ve gelecekte gerçekleştirilecek akademik ve uygulamalı çalışmalara yön vermesi beklenmektedir. Yaşlı bireylerin onurlu, sağlıklı, güvenli, üretken ve toplumsal yaşamla bütünleşik bir yaşam sürdürebilmeleri için çalıştay kapsamında ortaya konulan önerilerin ilgili kurum ve kuruluşlar tarafından değerlendirilmesi ve uygulamaya aktarılması önem arz etmektedir.

ÇÖZÜM ÖNERİLERİ

Çalıştay süresince beş farklı tematik masada gerçekleştirilen tartışmalar sonucunda yaşlılık alanında öncelikli müdahale alanları belirlenmiş ve aşağıdaki çözüm önerileri geliştirilmiştir.

- Dezavantajlı ve kırsal kesimde yaşayan yaşlı bireylere ulaşımın sağlanması amacıyla, mobil hizmet otobüsleri aracılığıyla etkinliklerin, sağlık kontrollerinin ve sosyal aktivitelerin sunulduğu Gezici Yaşlılık Projesi hayata geçirilmelidir.
- Bir ya da iki gündüzlü bakım merkezinin yalnızca bakım hizmeti veren yapılar olmaktan çıkarılarak sosyal katılım, üretim ve paylaşım alanlarına dönüştürülmesi sağlanmalı; elde edilen pilot uygulama sonuçları yaygınlaştırılmalıdır.
- Yaşlı bireylerin ilgi alanları doğrultusunda kitap kulübü, film analizi, geleneksel oyunlar, kuş gözlemi ve sohbet buluşmaları gibi düzenli etkinlikler planlanmalı ve sürdürülebilir hale getirilmelidir.
- Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı koordinasyonunda belediyeler, sivil toplum kuruluşları ve üniversiteleri bir araya getiren merkezi bir koordinasyon kurulu oluşturulmalıdır.
- Gönüllülük çalışmaları; eğitilmiş gönüllüler, etik çerçeve ve güvenlik önlemleri temelinde yetkinlik odaklı olarak yeniden yapılandırılmalıdır.
- Yaşlı bireylerin el emeği ve zanaat ürünlerinin profesyonel pazarlama kanalları aracılığıyla ekonomik değere dönüştürülmesi sağlanmalı; satış ve tanıtım süreçleri STK-kamu iş birliğiyle desteklenmelidir.
- Üniversitelerde “Yaşlılık ve Mekân Tasarımı” gibi seçmeli dersler açılmalı ve bu dersler sivil toplum kuruluşları ile yerel yönetimlerle ilişkilendirilen uygulamalı projelere dönüştürülmelidir.
- KOSGEB ve benzeri destek mekanizmalarının yaşlı bireylerin üretim ve girişimcilik faaliyetlerini kapsayacak şekilde genişletilmesi sağlanmalıdır.
- Emeklilik öncesi geçiş programları kurumsal hale getirilmeli, emekli bireylerin mentörlük ve danışmanlık süreçlerine aktif katılımı desteklenmelidir.
- Kalkınma planlarında yaşlılığa özel bölümlere yer verilmeli; yaşlılık, sosyal katılım, eşitlik ve kapsayıcılık konuları Birleşmiş Milletler Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları çerçevesinde politikalara entegre edilmelidir.
- Dünya Sağlık Örgütü’nün yaş dostu topluluk modeli doğrultusunda mekânsal planlama zorunlu hale getirilmeli; merkezi alanlarda yaşlı bireylere öncelik tanıyan yapılaşma standartları geliştirilmelidir.

- Her yaşlı bireye düzenli iletişim kuran, sosyal destek sağlayan ve görüntülü görüşmeler yoluyla temasını sürdüren bir gönüllü eşlikçinin atanmasını öngören partner/eşlikçi sistemi uygulanmalıdır.
- Yapay zekâ destekli ve Türkçe arayüzlü kuşaklararası ciddi oyun modellerinin pilot uygulamaları gerçekleştirilmelidir. Yaşlı bireylerin anılarını torunlarıyla paylaşmalarına olanak tanıyan mobil uygulamalar 10–15 kişilik gruplarla test edilmelidir.
- Çocuk-yaşlı, genç-yaşlı ve orta yaş-yaşlı eşleşme etkinlikleri farklı demografik grupları kapsayacak biçimde çeşitlendirilmeli; mekân ziyaretleriyle sınırlı kalmayan, sürekliliği olan buluşma programları tasarlanmalıdır.
- Üniversite öğrencilerinin gönüllülük ve sosyal sorumluluk projeleri müfredata entegre edilmeli; yaşlı bireylerle deneyimsel öğrenme ortamları oluşturulmalıdır.
- Emekli bireylerin mesleki deneyimlerini genç kuşaklara aktarabilecekleri kamu ve özel sektör destekli kuşaklararası mentörlük programları kurulmalıdır.
- Darülaceze, yaşlı bakım merkezleri, üniversiteler, camiler ve AVM'ler gibi kamusal mekânlar kuşaklararası buluşma alanları olarak işlevlendirilmelidir.
- Geropsikoloji alanındaki akademik çalışmalar artırılmalı; lisansüstü araştırmalar, seçmeli dersler ve klinik uygulamalar desteklenmelidir.
- Üniversitelerde geropsikoloji bölümleri bağımsız akademik yapılar olarak kurulmalı; yaşlılığın psikolojik, sosyolojik ve nörolojik boyutlarını ele alan multidisipliner araştırma programları geliştirilmelidir.
- Yaşlı Yaşam Köyleri ve bilgi evleri gibi yenilikçi sosyal mekânlar tasarlanmalı ve hayata geçirilmelidir. Yaşlı bireylerin gün içerisinde aktif biçimde yer aldığı yaş dostu çevre modelleri yaygınlaştırılmalıdır.
- Tez ve akademik araştırmalarda gerçek yaşlı örneklemelerine erişim kolaylaştırılmalı; yaşlılık alanında veri tabanı, haritalama ve ihtiyaç analizi çalışmaları sistematik hale getirilmelidir.
- Yaşlı bireylerin üretken, aktif ve çok yönlü yönlerini görünür kılan başarı hikâyeleri medya içeriklerinde yalnızca özel günlerde değil düzenli olarak yer almalı; gerçek yaşlılık deneyimini yansıtan içerikler teşvik edilmelidir.
- Yaşlı dostu dijital okuryazarlık eğitimleri yaygınlaştırılmalı; bu eğitimler cihaz kullanımının yanı sıra algoritmik farkındalık, sosyal medya güvenliği ve içerik üretim becerilerini de kapsamalıdır.

- Yaşlı bireylerin YouTube, Instagram ve benzeri sosyal medya kanalları üzerinden zanaat, yemek tarifleri ve mesleki bilgilerini paylaşımlarını destekleyen rehberlik programları geliştirilmelidir.
- “Trajik”, “komik” veya “süper yaşlı” kalıplarından uzak duran, insanlık hâllerini yansıtan olumlu yaşlılık söylemlerini destekleyen medya içeriklerinin üretilmesi ve yaygınlaştırılması sağlanmalıdır.
- İletişim fakültelerinin müfredatlarına “Yaşlılık ve Medya Temsili” ile “Ageism ve Habercilik Etiği” gibi dersler seçmeli ya da zorunlu ders olarak eklenmelidir.
- RTÜK ve TRT öncülüğünde yaş dostu yayıncılık standartları belirlenmeli; ana akım medyada yaşlı bireylerin görünürlüğünü artıracak temsil politikaları hayata geçirilmelidir.
- Alzheimer ve demans hastalarına yönelik bilişsel uyaran oyunları, kutu oyunları ve aile birlikteliğini destekleyen etkileşimli uygulamaları içeren dijital oyunlaştırma ve ciddi oyun projeleri geliştirilmelidir.
- Yazılı ve görsel medyada yaşlı temsilleri sistematik biçimde incelenmeli; olumsuz yaşlılık söylemlerini tespit eden ve izleyen akademik bir gözlemevi kurulmalıdır.
- Sosyal medya platformlarının algoritmik kararlarını şeffaf biçimde raporlamasını sağlayacak ve yaşlı kullanıcıları dışlayan mekanizmaları hesap verebilir kılacak düzenlemeler geliştirilmelidir.
- Dijital platformlarda yaşlı bireyler için “adil etkileşim alanı” ilkesi benimsenmeli; arayüz tasarımından başlayarak yaşa duyarlı, kapsayıcı ve erişilebilir platform standartları oluşturulmalıdır.
- Yapay zekâ, sesli asistanlar, dijital ikizler ve hatırlatıcı sistemler gibi teknolojiler, yaşlı bireylerin gündelik yaşamlarını destekleyecek biçimde etik tasarım ilkeleri doğrultusunda geliştirilmeli ve yaygınlaştırılmalıdır.
- Oyun, film ve sosyal medya içerik üretimi gibi yaratıcı endüstrilerin algoritmik yapıları yaşlı bireylerin ihtiyaçları doğrultusunda uyarlanmalı; sektör genelinde yaş dostu tasarım standartları benimsenmelidir.
- Yaşlı dostu kent ve mekân politikalarının geliştirilmesinde öncelikle yaşlı bireylerin tasarım sürecine doğrudan dahil edilmesi gerekmektedir. “Onlar için tasarım” anlayışı yerine “onlarla birlikte tasarım” yaklaşımı benimsenmelidir. Yaşlı bireylerin gündelik yaşam deneyimleri, zorlandıkları eylemler, sevdikleri mekânlar, aidiyet kurdukları

nesneler, korkuları, alışkanlıkları, kendi geliştirdikleri pratik çözümler ve kişisel sınırları tasarım kararlarının temel girdisi hâline getirilmelidir.

- Bu süreçte yerinde gözlem yöntemleri önemli bir araç olarak kullanılmalıdır. Gölgeleme yöntemi, protokol analizi, gündelik eylem takibi, ev içi kullanım gözlemleri ve yaşlı bireyin belirli bir görevi yerine getirirken yaşadığı güçlüklerin izlenmesi; tasarım kararlarının daha gerçekçi, duyarlı ve insan odaklı geliştirilmesini sağlayabilir. Yaşlı bireye yalnızca “neye ihtiyacınız var?” diye sormak yeterli değildir; onun günlük yaşamını nasıl sürdürdüğünü, hangi eylemde nerede zorlandığını, hangi nesnelerle ve mekânsal öğelerle bağ kurduğunu anlamak gerekir.
- Kamusal alanlarda yaşlı bireyin dışarı çıkma kararını destekleyen küçük ama etkili düzenlemeler yapılmalıdır. Gölgeekli oturma alanları, dinlenme noktaları, erişilebilir ve temiz kamusal tuvaletler, okunabilir yönlendirme sistemleri, kesintisiz yaya güzergâhları, güvenli karşıdan karşıya geçişler, uygun kaldırım yükseklikleri, kaymaz zeminler, yeterli aydınlatma ve mahalle ölçeğinde dengeli dağıtılmış hizmet noktaları bu düzenlemelerin başında gelmektedir. Yaş dostu kent değerlendirmelerinde yalnızca 500 metre gibi mesafe ölçütleri değil; güzergâhın eğimi, zemini, güvenliği, trafik ilişkisi, dinlenme olanakları ve kişisel ihtiyaçları karşılayabilme kapasitesi birlikte değerlendirilmelidir.
- Konut iç mekânlarında banyo ve mutfak başta olmak üzere riskli alanlar yeniden ele alınmalıdır. Küvet yerine eşiksiz duş alanları, kaymaz zeminler, tutunma barları, katlanabilir oturma elemanları, gece sensörlü aydınlatmalar, uygun yükseklikte mutfak tezgâhları, kolay açılır dolap ve çekmece sistemleri, kablo ve halı kaynaklı takılma risklerini azaltan düzenlemeler, acil destek butonları ve dolaşımı kolaylaştıran mobilya yerleşimleri yaygınlaştırılmalıdır. Bu müdahaleler yaşlı bireyin evle kurduğu duygusal bağ koparılmadan, onun onayı ve katılımıyla gerçekleştirilmelidir.
- Bakım verenlerin sürece aktif biçimde dahil edilmesi gerekmektedir. Yaşlı bireyin sosyal katılımını, fiziksel hareketliliğini, ev içi güvenliğini ve sağlık takibini yalnızca profesyonel hizmetlerle sürdürmek mümkün değildir. Aile üyeleri, komşular, apartman sakinleri, bakım verenler ve yerel destek ağları bilinçlendirilmelidir. Bakım verenlere ev içi riskler, düşme önleme, güvenli hareket, iletişim dili, psikolojik destek, sosyal katılım teşvik etme ve yaşlı bireyin özerkliğini koruma konularında eğitimler verilmelidir.
- Yaşlılara yönelik sosyal alanlar yalnızca bakım ya da dinlenme alanı olarak değil; üretim, öğrenme, karşılaşma ve kültürel aktarım alanları olarak tasarlanmalıdır. El işi, yemek yapımı, bahçecilik, sanat, müzik, dijital okuryazarlık, telefon kullanımı, yapay zekâ

öğrenimi ve kuşaklararası atölyeler gibi etkinlikler, yaşlı bireylerin deneyimini görünür kılabılır. Bu tür alanlarda yaşlı birey yalnızca hizmet alan kişi değil; bilgi aktaran, üreten, öğreten, öğrenen ve toplumsal yaşama katkı sunan bir özne olarak konumlandırılmalıdır.

- Kuşaklararası etkileşimi destekleyen mekânsal modeller geliştirilmelidir. Yaşlı bireyleri yalnızca kendi yaş gruplarıyla sınırlandıran ayrıştırılmış mekânlar yerine, gençler, çocuklar, öğrenciler ve farklı yaş gruplarının karşılaşabileceği karma kullanım alanları tasarlanmalıdır. Üniversiteler bu noktada önemli bir rol üstlenebilir. Öğrencilerin yaşlı bireylerle görüşmeler yaptığı, ev içi kullanım deneyimlerini gözlemlediği, simülasyon çalışmalarıyla empati geliştirdiği ve tasarım önerileri ürettiği sürdürülebilir eğitim modelleri yaygınlaştırılmalıdır.
- Huzurevi algısının dönüştürülmesi gerekmektedir. Geleneksel huzurevi anlayışı birçok yaşlı birey tarafından terk edilme, kopuş ya da bağımsızlığını kaybetme duygusuyla ilişkilendirilmektedir. Bunun yerine mahalle huzurevleri, yaşlı dostu mahalleler, deneyimli yaşam merkezleri, yaşlı dostu kasabalar, geronto-mimariyle düzenlenmiş köy evleri, demans köyleri ve karma yaşam modelleri gibi alternatifler geliştirilmelidir. Bu modellerde yaşlı bireyin bakkalı, kasabı, komşusu, alışkanlıkları, kültürel belleği ve sosyal çevresiyle bağını sürdürebilmesi önemlidir.
- Kültürel aidiyet ve yerle kurulan bağ tasarım kararlarına daha güçlü biçimde dahil edilmelidir. Büyükşehirlerde yaşayan birçok yaşlı birey için köy, mahalle, hemşerilik ilişkileri, eskiye özlem, geleneksel üretim biçimleri, bakkal, kasap ve tanıdık gündelik ritüeller önemli aidiyet kaynaklarıdır. Köy evlerinin geronto-mimari ilkelerle yeniden düzenlenmesi, yaşlı bireylerin isterlerse köyelerine ya da daha küçük ölçekli yaşam çevrelerine dönebilecekleri modellerin geliştirilmesi, hem bireysel özgürlük hem de kırsal yaşamın yeniden canlanması açısından değerlendirilebilir.
- Yaşlılığa hazırlık eğitimi toplum genelinde yaygınlaştırılmalıdır. İnsanların yaşlanmadan önce kendi yaşlılık dönemlerini düşünmeleri, konutlarını, sağlık erişimlerini, sosyal ağlarını, ekonomik güvenliklerini ve bakım olasılıklarını planlamaları gerekmektedir. Yaşlılık yalnızca yaşlı bireylerin değil, her yaş grubunun gelecekte karşılaşacağı bir yaşam evresidir. Bu nedenle yaşlılık bilinci, eğitim sisteminden yerel yönetimlere, sağlık kurumlarından tasarım eğitime kadar farklı alanlarda ele alınmalıdır.
- Yaş dostu mekânların sürdürülebilir olabilmesi için finansal ve kurumsal modeller geliştirilmelidir. Sadece iyi niyetli tasarım önerileriyle kalıcı dönüşüm sağlanamaz. Belediyeler, üniversiteler, özel sektör, sağlık kurumları, sigorta sistemleri, yatırımcılar ve

sivil toplum kuruluşları birlikte çalışmalıdır. Yaşlı dostu yaşam modellerinin ekonomik uygulanabilirliği, bakım sigortası olanakları, yerel yönetim bütçeleri, sosyal girişim modelleri ve yatırımcı açısından sürdürülebilirliği birlikte değerlendirilmelidir.

- Farkındalık çalışmaları süreklilik kazanmalı ve yalnızca üniversite düzeyinde değil, daha erken yaşlardan itibaren eğitim süreçlerine dahil edilmelidir. Tek seferlik seminerler yerine, tasarım eğitimi, belediye hizmet içi eğitimleri, bakım veren programları, hizmet sektörü eğitimleri ve toplum temelli atölyeler aracılığıyla kalıcı bir yaşlılık bilinci oluşturulmalıdır. Bu süreçte simülasyon, deneyim aktarımı, saha gözlemi ve yaşlı bireylerle doğrudan temas kurmaya dayalı yöntemler önceliklendirilmelidir.
- Multidisipliner ekip temelli evde bakım modelleri yaygınlaştırılmalıdır.
- Yaşlı bireylere yönelik standart ancak bireyselleştirilebilir bakım rehberleri oluşturulmalıdır.
- Bakım veren aile bireylerine düzenli ve sürdürülebilir eğitim programları sunulmalıdır.
- Evde bakım hizmetlerinin koordinasyonunu sağlayacak merkezler kurulmalıdır.
- Evde bakım hizmetlerinin 7/24 erişilebilir olması sağlanmalıdır.
- Yerel yönetimler, sağlık kuruluşları ve sosyal hizmet kurumları arasında iş birliği güçlendirilmelidir.
- Tele-sağlık uygulamaları yaygınlaştırılmalıdır.
- Yaşlı bireylerin sağlık verilerinin uzaktan izlenmesini sağlayan dijital sistemler geliştirilmelidir.
- Aşı, ilaç, beslenme ve fiziksel aktivite takibi için mobil uygulamalar kullanılmalıdır.
- Yaşlı bireylerin dijital sağlık teknolojilerini kullanabilmeleri için eğitim ve teknik destek sağlanmalıdır.
- E-Nabız ve benzeri sistemler yaşlı sağlığına yönelik daha kapsamlı takip mekanizmalarıyla güçlendirilmelidir.
- Yaşlı bireylere yönelik ulusal aşılama farkındalık kampanyaları düzenlenmelidir.
- Aile sağlığı merkezlerinde yaşlılara özel aşı takip sistemleri oluşturulmalıdır.
- Dijital hatırlatma sistemleri ile aşılama sürekliliği desteklenmelidir.
- Sağlık profesyonellerinin yaşlılık döneminde aşılama konusunda güncel eğitimler almaları sağlanmalıdır.
- Aşı planlamaları kronik hastalıklar ve ilaç kullanımı dikkate alınarak bireyselleştirilmelidir.
- Düzenli ilaç değerlendirme programları oluşturulmalıdır.

- İlaç–besin etkileşimlerinin değerlendirilmesinde diyetisyenlerin aktif rol alması sağlanmalıdır.
- Taburculuk öncesinde ilaç kullanımı konusunda hasta ve bakım veren eğitimleri verilmelidir.
- Hastaların kullandıkları tüm ilaçlara sağlık profesyonellerinin güvenli erişimi kolaylaştırılmalıdır.
- Polifarmasiyi azaltmaya yönelik ulusal rehberler geliştirilmelidir.
- Koruyucu sağlık hizmetleri yaşam boyu sürdürülmelidir.
- Fiziksel aktiviteyi teşvik eden toplum temelli programlar yaygınlaştırılmalıdır.
- Sağlıklı beslenme konusunda yaşlılara yönelik eğitim ve danışmanlık hizmetleri artırılmalıdır.
- Sosyal katılımı destekleyen yaşlı dostu yaşam alanları oluşturulmalıdır.
- Sağlıklı yaşlanma konusunda toplum genelinde farkındalık çalışmaları yapılmalıdır.
- Yaşlı bireylerde yalnızlık ve sosyal izolasyonu azaltacak sosyal destek programları geliştirilmelidir.
- Belediyeler tarafından yaşlılara yönelik sosyal ve kültürel etkinlikler artırılmalıdır.
- Kuşaklararası etkileşimi destekleyen projeler yaygınlaştırılmalıdır.
- Ruh sağlığı hizmetlerine erişim kolaylaştırılmalıdır.
- Yalnız yaşayan yaşlı bireyler için düzenli takip ve destek mekanizmaları oluşturulmalıdır.
- 65 yaş ve üzeri bireylerde düzenli bilişsel tarama programları uygulanmalıdır.
- Nöropsikolojik değerlendirmeler birinci basamak sağlık hizmetlerine entegre edilmelidir.
- Nöroloji, psikiyatri, psikoloji ve geriatri birimleri arasında etkin yönlendirme sistemleri kurulmalıdır.
- Demans ve bilişsel gerileme konusunda toplum farkındalığı artırılmalıdır.
- Yaşlı bireyler için kapsamlı geriatrik değerlendirme uygulamaları yaygınlaştırılmalıdır.
- Kişiye özgü bakım ve yaşam planları hazırlanmalıdır.
- Fonksiyonel bağımsızlığın korunmasına yönelik egzersiz ve rehabilitasyon programları desteklenmelidir.
- Palyatif bakım ve hospis hizmetleri yaygınlaştırılmalıdır.
- Sağlık profesyonellerine yaşlı dostu iletişim eğitimleri verilmelidir.
- Geriatri ve gerontoloji eğitimleri güçlendirilmelidir.
- Yaş ayrımcılığına yönelik toplumsal farkındalık kampanyaları düzenlenmelidir.

- İlköğretimden itibaren yaşlılık bilincini geliştiren eğitim içerikleri müfredata eklenmelidir.
- Yaşlı bireylerin sağlık hizmetlerine erişiminde eşitlik ve insan onurunu temel alan politikalar geliştirilmelidir.
- Ulusal Yaşlılık Eylem Planı sağlık, sosyal hizmet ve yerel yönetimler iş birliğiyle güncellenmelidir.
- Yaşlı dostu şehir ve toplum uygulamaları yaygınlaştırılmalıdır.
- Yaşlı sağlığı alanındaki araştırmalara ve projelere kamu desteği artırılmalıdır.
- Geriatri, gerontoloji ve yaşlı bakım hizmetlerine yönelik insan gücü planlaması yapılmalıdır.
- Sağlıklı ve aktif yaşlanmayı destekleyen bütüncül politikalar geliştirilmelidir.
- Yaşlı bakımında yalnızca aile temelli değil; aile, devlet, yerel yönetim ve özel sektörün birlikte sorumluluk aldığı karma bir bakım modeli geliştirilmelidir.
- Düşük gelirli aileler için kamusal bakım destekleri artırılmalı, bakım hizmetlerine erişimde bölgesel eşitsizlikler azaltılmalıdır.
- Yerel yönetimler aracılığıyla gündüz bakım merkezleri, evde bakım destekleri ve mahalle temelli bakım ağları yaygınlaştırılmalıdır.
- Özel bakım hizmetleri kalite standartları ve kamu denetimi ile düzenlenmelidir.
- Bakım yükünün kadınlar üzerinde yoğunlaşmasını önlemek amacıyla bakım izinleri ve sosyal destek politikaları güçlendirilmelidir.
- Kamu ağırlıklı temel bakım güvencesi oluşturulmalı; bireysel katkılar gelir düzeyine göre kademelendirilmelidir.
- Uzun süreli bakım hizmetleri sosyal güvenlik sistemi içine entegre edilmelidir.
- Düşük gelir grupları için bakım katkı payı muafiyetleri uygulanmalıdır.
- Bakım finansmanında genel vergiler, sosyal sigorta primleri ve tamamlayıcı sigorta modelleri birlikte kullanılmalıdır.
- Bakım harcamalarının şeffaf izlenmesi için merkezi veri sistemi kurulmalıdır.
- Almanya ve Japonya gibi ülke örnekleri incelenerek Türkiye'ye uygun kademeli bakım sigortası modeli geliştirilmelidir.
- Sistem başlangıçta pilot illerde uygulanarak mali sürdürülebilirlik test edilmelidir.
- Prim yükünün yalnızca çalışanlara değil devlet katkısıyla paylaşılacağı hibrit bir finansman modeli oluşturulmalıdır.

- Evde bakım, rehabilitasyon ve kurum bakımını kapsayan bütüncül hizmet paketi hazırlanmalıdır.
- Bakıma ihtiyaç düzeyini belirleyen objektif değerlendirme mekanizmaları kurulmalıdır.
- Yaş ayrımcılığını açık biçimde tanımlayan yasal düzenlemeler güçlendirilmelidir.
- Kamu personeli, sağlık çalışanları ve işverenlere yönelik yaşlı hakları eğitimleri düzenlenmelidir.
- İş yaşamında ileri yaş istihdamını teşvik eden vergi ve prim destekleri sağlanmalıdır.
- Medyada yaşlı bireylerin pasif ve bağımlı bireyler olarak temsil edilmesini önleyici etik ilkeler geliştirilmelidir.
- Kuşaklar arası sosyal projeler ve gönüllülük programları yaygınlaştırılmalıdır.
- Emeklilik sonrası yarı zamanlı çalışma ve danışmanlık modelleri desteklenmelidir.
- Yaşlı bireylerin deneyim aktarımını sağlayacak mentorluk programları oluşturulmalıdır.
- Gümüş ekonomi (silver economy) politikaları geliştirilerek yaşlılara yönelik üretim ve hizmet alanları desteklenmelidir.
- Dijital eğitim programlarıyla yaşlı bireylerin ekonomik ve sosyal üretkenliği artırılmalıdır.
- Yerel yönetimlerde yaşlı meclisleri ve toplumsal katılım platformları kurulmalıdır.
- Emekli maaşları yalnızca enflasyona değil yaşam maliyetine göre güncellenmelidir.
- En düşük emekli aylığı yoksulluk riski dikkate alınarak yeniden düzenlenmelidir.
- Yaşlılara yönelik kira, enerji ve sağlık destekleri artırılmalıdır.
- Sosyal yardım mekanizmaları hak temelli ve erişilebilir hale getirilmelidir.
- Tek başına yaşayan yaşlılar için özel sosyal koruma programları geliştirilmelidir.
- Koruyucu sağlık hizmetleri ve erken teşhis programları yaygınlaştırılmalıdır.
- Kronik hastalık yönetimi için aile hekimliği sistemi güçlendirilmelidir.
- Evde sağlık hizmetleri ve tele-sağlık uygulamaları artırılmalıdır.
- Gereksiz hastane yatışlarını azaltacak toplum temelli bakım modelleri geliştirilmelidir.
- Sağlık harcamalarının veri temelli planlanması sağlanmalıdır.
- Sağlıklı yaşlanma politikaları uzun vadeli sosyal yatırım olarak ele alınmalıdır.
- Fiziksel aktivite, beslenme ve ruh sağlığı programları yaygınlaştırılmalıdır.
- Yaş dostu şehir planlamaları ile bağımsız yaşam desteklenmelidir.
- Sağlıklı yaşlanma programlarının ekonomik etkilerini ölçen izleme sistemleri kurulmalıdır.

- Önleyici politikaların sağlık ve bakım maliyetlerini azaltıcı etkisi kamuoyuna anlatılmalıdır.
- Kayıt dışı istihdamı azaltacak yapısal reformlar hızlandırılmalıdır.
- Aktif çalışan nüfusu artıracak istihdam politikaları geliştirilmelidir.
- Tamamlayıcı emeklilik ve bakım sigortası sistemleri teşvik edilmelidir.
- Sosyal güvenlik sisteminin aktüeryal dengesi düzenli olarak izlenmelidir.
- Demografik dönüşüme uyumlu uzun vadeli yaşlanma strateji belgesi hazırlanmalıdır.
- Sağlık hizmetlerine erişimde bölgesel farklılıkları azaltacak yatırımlar yapılmalıdır.
- Düşük gelirli yaşlılara yönelik ücretsiz veya düşük maliyetli bakım hizmetleri sunulmalıdır.
- Kırsal bölgelerde yaşlı sağlık ve sosyal hizmet altyapısı güçlendirilmelidir.
- Yaşlı kadınların yoksulluk riskine yönelik özel sosyal destek programları uygulanmalıdır.
- Sosyal politika uygulamalarında eşitsizlik etkisi analizleri düzenli olarak yapılmalıdır.
- Tüm dijital uygulamalar ve cihazlar, yaşlı bireylerin fiziksel ve bilişsel özelliklerine göre tasarlanmalı; büyük yazı tipi, yüksek kontrast, sesli komut ve geniş dokunmatik hedef alanları standart erişilebilirlik gereksinimleri olarak belirlenmeli ve mevzuatla güvence altına alınmalıdır.
- Arayüzler minimum adımda maksimum işlev sunacak biçimde kurgulanmalı; menü derinliği azaltılmalı, hata toleransı artırılmalı ve anlık geri bildirim sistemleri her uygulamaya entegre edilmelidir.
- Demans ve ileri yaş gruplarına yönelik geliştirilen erişilebilirlik çözümleri, tüm yaşlı kullanıcı segmentlerini kapsayacak biçimde genişletilmeli; tek bir tasarım standardı yerine kullanıcı profili bazlı kişiselleştirme esas alınmalıdır.
- Tele-sağlık hizmetleri, yalnızca mevcut yönetmelik çerçevesinde sınırlı kalmak yerine fiziksel müdahale gerektirmeyen tüm sağlık süreçlerini kapsayacak şekilde ayrı bir yasal düzenlemeyle güvence altına alınmalıdır.
- Diyetisyen, psikolog ve diğer sağlık profesyonellerinin yer aldığı dijital platformlar akreditasyon süreçlerine tabi tutulmalı; devlet güvencesi altındaki sistemlere entegrasyon zorunlu hâle getirilmelidir.
- Tele-sağlık teknikleri hastane oryantasyon eğitimlerine dahil edilmeli, saha yaygınlaşması için kamu destekli pilot uygulamalar hayata geçirilmelidir.
- Avrupa'daki bakım sigortası modelleri incelenerek Türkiye koşullarına uygun bir finansman ve erişim güvencesi modeli geliştirilmelidir.

- Birebir eğitim modeli yaygınlaştırılmalı; grup eğitimleri yerine bireyin kendi hızında ve kendi ihtiyacına göre ilerleyebildiği kişiselleştirilmiş öğretim programları esas alınmalıdır.
- Halk eğitim merkezleri, aile hekimlikleri, muhtarlıklar ve belediyeler dijital okuryazarlık eğitiminin birincil uygulama noktaları olarak konumlandırılmalıdır.
- Tele-sağlık alanında eğitim almış bireyler akran eğitici olarak yerel organizasyonlara dahil edilmeli; yaşlının kendi kuşağından birinin rehberlik ettiği akran temelli öğrenme modeli teşvik edilmelidir.
- Teknoloji tanıtımlarında demo ve pilot uygulamalar ön plana çıkarılmalı; sisteme geçiş öncesinde güven oluşturma aşaması eğitim sürecinin zorunlu bir bileşeni olarak tanımlanmalıdır.
- Dijital platformlar, çocuk profili modelinde olduğu gibi "yaşlı dostu" ayrı bir sekme ve içerik mimarisi oluşturmaya yasal veya teşvik mekanizmaları aracılığıyla yönlendirilmelidir.
- İçerik öneri algoritmaları yaşlı kullanıcı profilleri için yeniden yapılandırılmalı; kısa, net, tekrara dayalı ve kolay hatırlanabilir anlatım formatları algoritmik öncelik kriterleri arasına eklenmelidir.
- Kişiselleştirilmiş içerik deneyimi standart hâle getirilmeli; kullanıcının adı, ilgi alanları ve alışkanlıkları temel alınarak aidiyet duygusu pekiştirilmelidir.
- Giyilebilir cihaz ve sensör sistemleri, kullanıcı onurunu zedelemeyen, görünmez ve müdahalesiz bir tasarım anlayışıyla üretilmeli; pazarlama süreçleri önyargı oluşturmaktan kaçınacak biçimde kurgulanmalıdır.
- Sağlık cihazları arasında veri uyumluluğu standartları belirlenmeli; veri aktarım hatalarında hukuki sorumluluklar açıkça tanımlanmalıdır.
- Sensör sistemleri gerçek ve çeşitli kullanıcı verilerine dayandırılmalı; tek tip fiziksel profil üzerinden genelleme yapılmasından kaçınılmalıdır.
- Bakım evleri Sağlık Bakanlığı çatısıyla ilişkilendirilmeli; bu kurumların teknolojik ürün finansmanına erişimi kolaylaştırılmalıdır.
- KVKK çerçevesinde dijital onay, aydınlatma metni ve bilgilendirme süreçleri yaşlı bireylerin anlayabileceği sade bir dil ve formatta yeniden tasarlanmalıdır.
- Sağlık verileri anonim tutulmalı, üçüncü kişilerle paylaşım yalnızca hukuki zorunluluk kapsamında ve sınırlı biçimde gerçekleştirilmelidir.

- Araştırma amaçlı veri kullanımı için açık rıza standart bir prosedür olarak tüm platformlarda zorunlu hâle getirilmelidir.
- Dijital platformların hızlı büyümesine paralel olarak denetim mekanizmaları güçlendirilmeli; mevzuat geliştirme süreci sektörün büyüme hızıyla eşgüdümlü ilerletilmelidir.
- Özel eğitim desteği yalnızca çocukluk dönemine değil, yaşam boyu bir süreç olarak yaşlılık dönemine de genişletilmeli; bu alandaki yasal ve finansal çerçeve yeniden yapılandırılmalıdır.
- İş ve uğraşı terapistlerinin yaşlı bireylere sunduğu hizmetler kamu finansmanı kapsamına alınmalı ve bu uzmanlık alanı yaygınlaştırılmalıdır.
- Kamu, özel sektör, STK ve akademi arasında yaşlı teknolojisi alanında kalıcı ve kurumsal bir koordinasyon platformu oluşturulmalıdır.
- STK'lar yalnızca uygulayıcı değil; ihtiyaç tespiti, politika geliştirme ve izleme süreçlerinde de eşit ve aktif paydaş olarak yer almalıdır.
- Üniversitelerin bu alanda ürettiği araştırma çıktıları ürün geliştirme ve politika tasarımına doğrudan aktarılmalı; akademi-sanayi iş birliği teşvik mekanizmalarıyla güçlendirilmelidir.
- Bakım verenlerin ve hasta yakınlarının profesyonel ekiplerin bir parçası sayılacağı yasal ve kurumsal düzenlemeler hayata geçirilmeli; yabancı bakım personeli için denetim ve yetkinlik standartları net biçimde tanımlanmalıdır.
- Köy düzeyinde muhtarlıklar, ilçe düzeyinde belediyeler bünyesinde yaşlılara yönelik teknoloji destek noktaları kurulmalı; kentsel-kırsal dijital uçurum bu yapılar aracılığıyla kapatılmalıdır.
- Devlet teşvikleri mevcut yazılım birikimini ticarileştirilebilir ürünlere dönüştürecek pratik finansman mekanizmalarıyla desteklenmeli; yerel üretim kapasitesi güçlendirilmelidir.