**T.C.**

**GÖLBAŞI BELEDİYE MECLİSİ**

**AİLE VE SOSYAL POLİTİKALAR KOMİSYONU RAPORU**

**SAYI :6 TARİH :26.10.2020**

**GÖLBAŞI BELEDİYE MECLİS BAŞKANLIĞINA**

Tüm dünya tarafından 1 Ekim tarihi Dünya yaşlılar günü olarak anılmaktadır.’Beli bükülmüş ihtiyarlarınız olmasa idi, belalar sel gibi üstünüze dökülecekti’ Hadis-i şerifi ihtiyarlara olan hürmetin ne derece önemli olduğunu ve musibetlerin def’ine vesile olacağını ortaya koymaktadır. “Yaşlılarımız, kültürümüzden benliğimize kadar geniş bir alanda geçmiş-gelecek bağlantısı kuran önemli bir köprüdür Tecrübe, yaşanmışlık, hayata bakış açısı gibi geleceğe yön veren kazanımları ile yaşlılarımız dün olduğu gibi bugün ve bundan sonra da ulusumuzun en kıymetli şahsiyetleri olmaya devam edeceklerdir. İlçemiz 65 yaş ve üstü (özellikle kronik rahatsızlığı olan ve yatağa mahkum hayat yaşamak zorunda kalmış) vatandaşlarımızın tespit edilerek meclise bilgi verilmesini içeren Mürşit Gülhan ve arkadaşlarına ait önerge, Belediye meclisinin 12.10.2020 tarih ve 378 sayılı kararı ile komisyonumuza incelenmek üzere havale edilmiştir. Komisyonumuz 21-26 Ekim 2020 tarihleri arasında 4 (Dört) gün bir araya gelerek konu üzerindeki çalışmalarını tamamlamıştır.

Konu üzerinde yapılan çalışmalarda;

Yaşlılar Allah’ın dualarına icabet ettiği, ihsan ve ikramına mazhar kıldığı kimselerdir. Milli ve manevi değerlerimizi, kültürümüzü yarınlara taşıyan, geçmişimiz ile geleceğimizi birbirine bağlayan en değerli köprülerimizdir. Sevgili Peygamberimiz ‘’İnsanların en hayırlısı kimdir’’ sorusuna ‘’Ömrü uzun, ameli güzel olan’’ diye buyurmuştur.

Yaşlıları hayatın coşkusundan uzaklaştırmak, dışlamak onları mutsuzluğa ve yalnızlığa sürükler. Hâlbuki saygı gören, hali hatırı sorulan, fikrine danışılan bir yaşlı, kendisini huzurlu ve güvende hisseder. Yalnızlığın ve terk edilmişliğin sebep olacağı sıkıntı ve bunalımlardan kurtulur.

Hayatta ilgi, sevgi ve şefkati hak edenlerin başında anne babamız gelir. Resulüllah (SAV) bir hadisinde ‘’Rabbin rızası, anne babanın rızasına, öfkesine anne babanın öfkesine bağlıdır.’’ buyurmuştur.

Her yaşlıda kendi hayat serüvenimizi görmek, akıl sahibi olmanın gereğidir. Unutulmamalıdır ki bu günün yaşlıları dünün gençleri idi. Bu günün gençleri yarının yaşlıları olacaklardır.

Doğum oranlarının düşmesi ve teknolojik gelişmelerin sağlık hizmetlerinde etkili kullanımı, bilinçli beslenme ve hareketli yaşam, ortalama yaşam beklentisinin uzamasına ve yaşlı nüfusun toplam nüfus içerisindeki payının artmasına neden olmuştur. Yaşlı nüfus artış hızına paralel olarak yaşlılık ve yaşlı sağlığı konularında farkındalık yaratmak amacıyla tüm dünyada **1 Ekim Dünya Yaşlılar Günü**olarak anılmaktadır.

Ülkemizde yaşlı nüfusun, diğer yaş gruplarıyla karşılaştırıldığında, daha yüksek bir artışa sahip olduğu görülmektedir. 2014 yılında toplam nüfusun artış hızı %13,3 iken yaşlı nüfusun artış hızı  %49,9 olmuştur.

Yaşlılarımızın toplumsal yaşama aktif olarak katılmalarını, sosyal, kültürel ve ekonomik haklara sahip ve kimseye muhtaç olmadan yaşamalarını sağlamak, kişi, kurum ve devlet olarak öncelikli görevimizdir.

Nüfusun yaşlanması sağlıktan sosyal güvenliğe, çevreye, iş olanaklarına, sosyal kültürel faaliyetlere ve aile hayatına kadar toplumun tüm yönlerini etkilemektedir.

İnsanlarda görülen pek çok hastalığın ilerleyen yaşla birlikte arttığı bilinmektedir. Yaşlılıkta daha iyi ve kaliteli bir yaşam için bu sağlık sorunlarından korunmak gereklidir.

Korunmak için başlıca üç ilke;

* Yeterli ve dengeli beslenme
* Doğru fiziksel aktivite ve egzersiz yapma
* Alkol ve sigara kullanımından uzak durma

Kısaca “sağlıklı yaşam ilkeleri” olarak bilinen bu kurallara uyulması durumunda yaşlanma ile ortaya çıkabilecek olan önemli sağlık sorunlarından başarılı şekilde korunmak mümkündür. İnsanoğlunun var olduğu günden bugüne kadar üzerinde en çok düşündüğü, araştırma yaptığı, türlü çareler aradığı ama bir türlü engelleyemediği gerçek yaşlanmaktır. Her yeni güne yaşlanmak için değil sağlıklı yaşamak için “**Gençlikten Ömür Saklamak Hepimizin Elinde”**

Yaşlılıkta görülen en önemli rahatsızlıklar Alzheımer, Demans, Depresyon, Güvenli Çevre, Yaşlılıkta Beslenme, Yaşlılıkta Fiziksel Aktivite olarak belirlenmiştir.

Gölbaşı Belediyesi Sağlık İşleri Müdürlüğü tarafından önergeye esas saha araştırmasının yapılarak belirlenecek merkezlerde yukarıda ifade edilen konularda afişler ile duyurular yapılarak el broşürleri ile vatandaşlarımızın bilgilendirilmelerinin uygun olacağı değerlendirilmiştir.

Gerekli çalışmaların başlatılarak Ocak 2021 meclis toplantısında bilgi verilmesine karar verilmiştir.

İşbu rapor, Belediye Meclisinin Kasım ayı toplantısında görüşülerek karara bağlanmak üzere 26.10.2020 tarihinde tarafımızdan tanzim ve imza edilmiştir.

Raporumuzu Meclisimizin bilgi ve onayına saygı ile sunarız.

Aslı SEREN Osman ÇAKIR

Komisyon Başkanı Başkan Vekili

Savaş MÜLAZIMOĞLU Meral BOSTAN Fikret BAHADAN

Üye Üye Üye