



**T.C.
ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ**

TOPLUMSAL DUYARLILIK PROJELERİ UYGULAMA VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

“Yaşlanmayan Zihinler”

Proje Kodu: 6190C8103B59A

SONUÇ RAPORU

Proje Danışmanı:

Dr. Öğr. Üyesi Ahmet Kamil KABAKUŞ

Proje Yürütücüsü:

Arş. Gör. Hasan KÜÇÜKOĞLU

Araştırmacılar:

Muhammed Resul POLAT

Ocak, 2022

ERZURUM

İÇİNDEKİLER

Önsöz	2
Özet	3
Materyal ve Yöntem	4
Görsel	5
Sonuç	6

ÖNSÖZ

Yaşlılarımız, sahip olduğumuz değerlerimizin gelecek nesillere aktarılmasında köprü görevi gören ve bu değerlerin yarınlara taşınmasını sağlayan en önemli toplumsal figürlerdendir. Ancak yaşlılık, zamanla yaşın ilerlemesiyle kişiyi hem fiziksel hem de zihinsel boyutta etkileyen bir süreç olduğundan yaşlılarımızın bu süreci her iki boyut açısından sağlıklı bir şekilde geçirmesi bireysel ve toplumsal açıdan önemlidir.

Bu kapsamda yaşlılarımızın bilgi ve tecrübelerinden istifade etmek ve bu kaynakların canlı kalmasını sağlamak buldukları ortamlarda zihinsel olarak aktif, öğretici ve verimli vakit geçirmelerini sağlamak tüm toplum bireylerinin vatandaşlık görevi olmalıdır.

ÖZET

“Yaşlanmayan Zihinler” projesi ile yaşlıların genellikle hayatlarını geçirdikleri ortamlarda hafızalarını canlı tutacak, farklı bir uğraş olacak, aktif ve sağlıklı bir yaşlanma süreci geçirmelerine yardımcı olacak bir ortam oluşturulması amaçlanmaktadır.

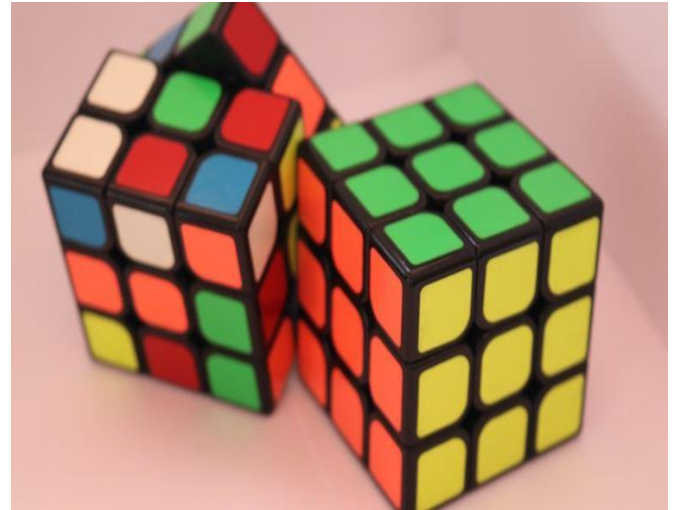
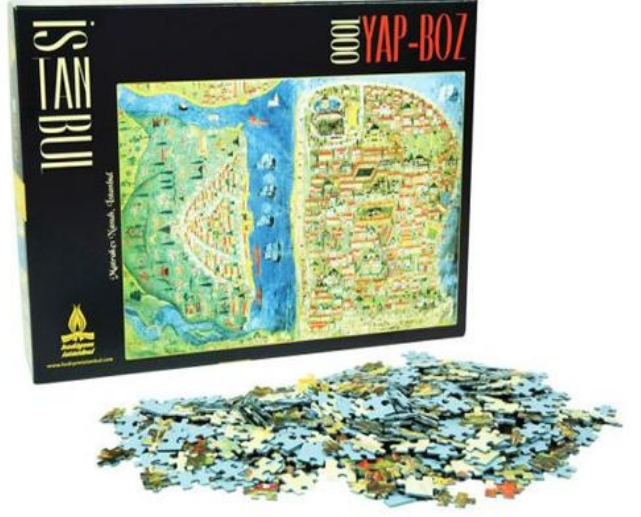
Bu kapsamda Atatürk Üniversitesi/Uygulamalı Bilimler Fakültesi/Bilişim Sistemleri ve Teknolojileri öğrencilerinden oluşan çalışma grubu ile Erzurum’un Oltu ilçesinde yaşlıların çoğunlukla bulunduğu bakımevleri, rehabilitasyon merkezleri, kahvehaneler gibi ortamlarda aktif ve verimli vakit geçirebilmelerini sağlamak amacıyla çeşitli hafıza oyunları ve ekipmanların yerleştirilmesi düşünülmektedir. Bu sayede projenin hem yaşlılarımızın sağlıklı bir yaşlanma süreci geçirmeleri hem de gençlerin yaşlılara karşı sorumluluklarının farkına varmaları bakımından toplumsal katkısının olacağına inanılmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Yaşlılık, Sağlık, Aktif Zihin

MATERYAL VE YÖNTEM

Projede amaçlanan yaşlıların aktif ve sağlıklı bir zihinsel yaşlanma süreci geçirmelerine yönelik satranç, puzzle, mangala, rubik küp gibi farklı türde hafıza zorlamaya, fikir ve çözüm yolu üretmeye yönelik zekâ oyunları ve ekipmanların uygulamalı olarak tanıtılması ve bu faaliyetlerin alışkanlığa dönüştürülmesi hedeflenmektedir. Ayrıca tanıtım sonrası isteyen bireylerin amatör ve profesyonel olarak bu oyunlarla ilgilenebileceği spor evleri ve kulüplerine kayıt olabilmeleri sağlanacaktır.

GÖRSEL



SONUÇ

Toplumsal Duyarlılık Projesi kapsamında gerçekleştirilen bu proje ile yaşlılarımızın gündelik hayatlarında vakitlerini geçirdikleri kahvehane, çay evi, kıraathane, dernek gibi mekânlara zekâ küpü, yapboz ve satranç ekipmanları dağıtılarak yaşlanmanın yan etkilerinin sadece fiziksel değil zihinsel aktivitelerle de aşılabileceği belirtilmiş ve bu konuda farkındalık oluşturulmuştur.

Projenin hayata geçirilmesi için gerekli olanakları sunan Atatürk Üniversitesi Toplumsal Duyarlılık Projeleri Uygulama ve Merkezi'ne teşekkür ederiz.

