



AKYURT VAKFI

Yaşam Evleri

"YILLARA YAŞAM EKLEYELİM"

BU SAYIDA...

- 1 Başkan'ın Notu
 Mete BORA
- 2 Bir Sevda Masalı
 Prof. Rümeyşa Demirdamar
- 3 Çağdaş Gelişmeler
 Emel DANIŞOĞLU
- 4 Bizi Ziyaret Edenler
- 5 Aktar Dükkânı
- 6 Sandık Odasından
 Karyagdı Hatun Türbesi
 Canan IŞIK
- 7 Akıl Defteri
- 8 Misafir Albümü
 Kim Kimdir?
- 9 Akyurt'ta neler oldu?
- 10 Nice Yıllara...
 (Nisan, Mayıs, Haziran)
- 11 Sigarayı Birakanlar...
- 12 Gelecek Günlerdeki Faaliyetlerimiz

Nisan, Mayıs, Haziran 2002

Başkan'ın Notu

Mete BORA

Akyurt Yaşamevinin temel atma töreni daha dün gibi...

Arkasından gelen Vakıf kuruluşu...

"Yaşlılarına layık hizmeti veremeyen toplumların millet olma hakkı yoktur" inancında birleşmiş hepsi birbirinden değerli Vakıf Mütevellileri ve tüm çalışanlarımızın **"Yeni bir Yaşama Mutlu bir Adım"** sloganı ile başlattıkları o çok hoş çalışmalar... Akyurt Yaşamevi'nin açılışı ile, sevgi ve coşku dolu hizmetlerin, bunları defalarca hak etmiş yaşlılarımıza sunulmaya başlanması... Bütün bunlar uzun bir yolun sadece başlangıcı.

Vakfımızın Görev Bildirgesinde tanımlanan hedefler ve esaslar dahilinde **"ileri yaşta kaliteli ve mutlu bir yaşam"** kavramını yurt çapında gerçekleştirmek üzere girişimlerimiz hızla devam etmektedir.

Vakfımız her çevreden takdirle izlenilmektedir. Henüz birinci yılımızda, Vakıflar Genel Müdürlüğü'nce **Yılın Vakfı** seçilmemiz bizleri onurlandırmıştır. Bu sevinci tüm camiamız ile paylaşmaktan kıvanç duymaktayım.

Seyir Defterimizin ikinci sayısında sizlere yeni müjdelere verebilmek ümidi ile sevgi ve saygılarımı sunuyorum.

Bir Sevda Masalı

Prof. Rümeyşa Demirdamar

Biz, Akyurt Vakfı'nda görev alan Mütevelliler, Yönetim Kurul Üyeleri, Temsilcileri ve Danışmanlar, Yönetim Kurulu Başkanımız ve Vakıf Kurucu Üyesi Sayın Mete Bora; yaşlı nüfusumuza hizmet vermeyi amaç edinen Akyurt Vakfı'na gönül verdik, sevdalandık.

İstiyoruz ki, siz okuyucularımız da Vakfımızın "Görev Bildirgesi"ni birinci sayımızda bizimle paylaşın.

AKYURT VAKFI : Kimiz? Neyiz? Ne yapmayı amaçlıyoruz?

- Bağımsız yaşama sürecini devam ettiren yaşlı insanlarımız için yüksek standartlı Yaşamevleri tesis etmek amacı ile kurulmuştur.
- Amacımız, Dünya uygulamalarını yakından izlemek ve faaliyetlerimizin evrensel nitelikte olmasını temin etmektir.
- Akyurt Vakfı, yaşlı nüfus için gerekli olan, ancak henüz objektif kıstaslarla belirlenmemiş ürün ve hizmetler hakkında bilgi toplayacak, bilgi aktaracaktır.
- Yaşlı nüfusa ilişkin kurum ve kuruluşlarda görev yapacak uzmanların meslek öncesi ve meslek içi eğitimlerinin sağlanması için ulusal ve uluslararası kurumlar ve kamu idaresi ile birlikte çalışmalar yürütecektir.
- Ulusal ve uluslararası teknik imkân ve teknolojiden yararlanılabilecek kaynakları da harekete geçirilerek ülkenin farklı bölgelerinde yaşlı nüfusa yönelik yatırımlar gerçekleştirilecek, bu yatırım ve eğitim faaliyetleri ile modern bir sosyal sektör istihdam alanı da yaratılmış olacaktır.
- Akyurt Vakfı, yaşlı nüfusa yönelik tesisi olan ve yeni tesisler kurmayı amaçlayan kişi, kurum ve kuruluşlarla ihtisas bilgisi ve işletme teknolojisi aktarmayı hedeflemiştir.
- Toplumsal görevlerini gerektiğinde Devletin ilgili kurumları ve belediyeler gibi kamu kuruluşları ile birliği de yayayarak hizmet olanağı sağlayabilecektir.



- Akyurt Yaşamevi tesislerinin bir grubu, maddi olanakları sınırlı kişilere ücretsiz veya düşük ücretle hizmet verirken, diğer bir grubu ise, orta ve üst gelir grubuna yönelik olmaktadır.

Akyurt Vakfı Yaşamevleri :

- Tüm ileri yaş bakım gereksinimlerinin karşılandığı DESTEKLİ YAŞAM,
- Temel sağlık hizmetlerine öncelik veren SAĞLIKLI YAŞAM,
- Güvenlik önlemlerinin alındığı GÜVENLİ YAŞAM,
- Hayatın güzelliklerinin devam ettiği KEYİFLİ YAŞAM,
- Başkalarına muhtaç olmadan sürdürülen BAĞIMSIZ YAŞAM,
- Yalnızlıktan uzak, aktivitelerle dolu SOSYAL YAŞAM

İçin "YENİ BİR YAŞAMA MUTLU BİR ADIM" dır.

Çağdaş Gelişmeler

Emel DANIŞOĞLU

Birleşmiş Milletlerce 8 - 12 Nisan 2002 tarihleri arasında İspanya'nın başkenti Madrid'te "II. Dünya Yaşlılık Kongresi" toplandı. Devlet, yerel yönetimler, araştırma kurumları ve sivil toplum örgütlerinden büyük bir katılım sağlandı.

İlk olarak 1982'de toplanan Kongre, aradan geçen 20 yılda, yapılanları değerlendirdi. Her ülkeye 7 dakikada politikalarını ve hizmetlerini sunma fırsatı tanındı. Bu II. Kongrede gelişmekte olan ülkelerin ihtiyaçlarına dikkat çekmek, her yaştaki birey için bir toplum teması oluşturarak, özel sektör ve kamunun işbirliğini sağlayabilmek, kuşaklararası dayanışmayı artırmak için önlemler almak gibi yeni politikalar üretmek hedeflenmiştir. Bu amaçla "Yaşlılar İçin Uluslararası Bir Eylem Planı" da hazırlanmıştır.

"Yıllara yaşam eklemek" bu kongrenin temel sloganı olmuştur. Sivil toplum örgütleri için kongre öncesi düzenle-

Bizi Ziyaret Edenler

Cumhurbaşkanımızın eşi sayın Semra SEZER Hanımefendi 21/12/2001 tarihinde yaşamevimizi ziyaret ettiler. Beraberindeki heyette sayın Müşerref NEHROZOĞLU, sayın Zarife SEVİM, sayın Huriye GÜR, sayın Sabiha KUŞAN ve sayın Müge ŞENERİ vardı.

Yaşamevimizde çay saatimize de katılan sayın Semra SEZER bizlerle sohbet etti. Kendilerine teşekkür ederiz.



Sayın Semra Sezer'in Akyurt Yaşamevi'ni Ziyareti

nen forumda; yaşlıların hakları ve kalkınma başlığı altında, yaşlılık ve yoksulluk, sosyal refah, sağlık ve çevre konuları işlenmiştir.

Artan yaşam umudu, doğumlardaki azalmanın yol açtığı demografik değişimler yaşlıların toplam nüfus içindeki oranının hızla büyümesi anlamına gelmektedir. Yaşlıların gelişmiş ülkelerin nüfusundaki payları artarken, ailenin küçülmesi, geleneksel destek mekanizmalarının zayıflaması, kadının çalışma hayatına katılması yaşlıların korunmasına yönelik hizmetler ihtiyacını artırmıştır.

Dünya nüfusunun 2030 yılında 60 yaşın üzerindeki yaşlıların sayısı 1,4 milyara çıkacaktır. Artışın büyük bir kısmı gelişmekte olan ülkelere, yarıdan fazlası Asya'da ve dörtte birden büyük bir kısmı da Çin'de olacaktır.

Vakfımız; Dünya II. Yaşlılık Kongresi kararlarını, eylem planını, çalışmalarını yakından takip etmektedir.

Aktar Dükkânı

Yediklerimizin içtiklerimizin sağlığınıza faydalarını biliyor muydunuz?

Yulaf : Sinir yorgunluğuna ve depresyona iyi gelir. Kalınbağırsağı kansere karşı koruyucu etkisi vardır. Kan kolesterol miktarını düşürür.

Marul : Burkulan eklemlerinizin şiş ve morlukları için eklem yerine bir marul yaprağı sarın. Saat başı veya iki saatte bir değiştirin. Marul bağırsak spazmınıza da iyi gelecektir.

Kereviz : Tohumlarından demlenen çay romatizmal ağrılarda kullanılır. Kereviz tohumlarını antioksidan olarak da kullanabilirsiniz. Yemeğini pişirdiğimiz kerevizin afrodizyak etkisini biliyor muydunuz?

Pancar : Çiğ, rendelenmiş pancar karaciğere iyi gelir, safra kesesi enfeksiyonunda da kullanılır. Akşamdan kulanlara taze pancar suyunun iyi geldiğini söyleyebiliriz.

Turp : Haşlanmış hemoroid tedavisi amacı ile yenir.

..... devam edecek.



Sandık Odasından

Karyağdı Hatun Türbesi

Canan IŞIK

Nerede bir kadın eren türbesi varsa; ar-
dında mutlaka bir hüznün, bir çaresizlik
vardır. Çünkü biliriz ki, kadın erenin ar-
dında yüzyılların unutamadığı bir aşk
hikâyesi, bir ayrılık masalı, bir yürek ya-
nığı muhakkak vardır. Ana olarak, sev-
gili olarak, kadın kişi ansızın çıkagelmiş-
tir, yine ansızın çekip gidecektir.

Ankara'da yaşayıp da, Karyağdı Ha-
tun'un türbesini bilmeyenimiz var mı-
dır acaba? Opera Meydanı denilen
meydanın bir köşesine sığınmış olan
türbe, bilirsiniz mumlarla doludur. Zi-
yaretçileri çoğunlukla kadınlardır; ço-
cuğu olmayan gelinler, evlenme çağı-
na gelip de uygun bir eş bulamayan
genç kızlar, dertli çileli analar ondan
medet umar, nazlarını ona geçirirler...

15. yüzyılda yaşayan Karyağdı Ha-
tun'un türbesindeki kitabe :

Ah! Vaveylâ ki cellâd felek

Hâke saldı bu güli naziktir

diye başlar. Burada yatan hatun kişi-
nin bir gül kadar nazık olduğu, ancak
acımasız feleğin elinde ziyan olduğu-
nu anlatır bize.

Kapıda türbeyi arada sırada temizle-
yen nur yüzlü, ihtiyar teyzeyle karşıla-
şırsanız, bakın neler anlatır sizlere...

...Zaman zaman içinde Ankara'nın en
güzel kızlarından biri al duvak takınıp
gelin olmuş. Vardığı genç, yağız, yakı-
şıklı bir Ankara efesi; kadir-kiymet bilir
kişizade imiş. Birbirlerini pek sevmişler,
pek anlaşımlar. Gel zaman git zaman,
aradan vakitler geçmiş, gelin kızın al
duvağı solmadan kaynata, kaynana
başlamışlar tazenin yüzüne bakma-
ya... Bir torun istiyorlar; gelin gibi ela
gözlü, oğul gibi çatık kaşlı, koçyiğit,
nurtopu bir torun...!

Günün birinde, evin yaşlıları gelin kı-
zın betine benzine bakmışlar ve duru-
mu anlamışlar. Tanrı izni, pirlar himme-
ti yetişmiş, gelin hamileymiş meğer...

Bilirsiniz, aşermek kadın töresinde hak-
tır; helâldir, ayıplayanın başına tez gelir.
Güzel gelin de aşeriyor diye kimse ayıp-
lamamış ama aşerdiği öyle birşeymiş ki,
bulup buluşturmanın imkanı yok! Çün-
kü, taze gelin Ağustos ayında lapa lapa
kar yağsın istemiş. Herkes yayla güne-
şinde buram buram terlerken, o, ortalı-
ğa yayan lapa lapa kar rüyaları görür-
müş. Gecenin ortasında içini bi ateş ba-
sar, dudakları suya hasret kalan bozkır

toprağı gibi şahrem şahrem yanlarmış
sevgili okuyucularım...

Kızcağız kâh ağlar, kâh sızlanır, kâh uta-
nır, kâh susarmış. Ama onunla birlikte
kocası da yanar yıkılır, döner dönenir-
miş. Kar bu; yola bele dayanmazmış ki...
Gidip uzaklardan getirmeye karar veren
genç adam, günlerce Elmalı dağın kar
kuyularını dolaşmış, aramış, ağlamış,
yalvarmış; ama nafle kar yokmuş...

Kadıncağız, gündüz hayalinde kar hel-
vaları yer, gece düşünde ise kardan
adamlarla boğuşurmuş. Yine böyle bir
gecede, herkesin mişıl mişıl uyuduğu
bir anda, dayanamamış, bahçeye çık-
mış, hem ağlamış, hem istemiş: 'Alla-
him! Herşey senin elinde! Sen, ol de-
yince gökyüzünden kar da yağar nur
da yağar! Ver Allahım! Lâpa lâpa kar
yağdır, avuç avuç kar ver de yiyeyim,
içimdeki şu bitmez yangını söndür. Al-
lahım, Allahım, kar ver Allahım'.

Bu an hacet kapılarının açık olduğu bir
anmış, yoksa acılı gelin mi yanık se-
siyle yalvarmış, bilinmez; ne olmuşsa
olmuş, Ağustos ayının ortasında lâpa
lâpa kar yağmaya başlamış.

Derler ya, Tanrı ile kulu arasına giril-
mez, bazı işler ikisi arasında sırdır diye.
Gerçekten de, tam da gelinin rüyasın-
da olduğu gibi, her yer aniden bembeyaz
oluvermiş. 'Kar geliyor, nur geli-
yor' diye sevinçten iki gözü iki çeşme
ağlayan hatun, avuçlarını açıp, ıgıl ıgıl
inen karları hemen şahrem şahrem yar-
ılmış dudaklarına götürmüştü. Sabaha
kadar kar yağmış, gelin kız yemiş. Ta
gün ağarincaya kadar devam etmiş...

Ertesi sabah, Ankara'yı bembeyaz kar-
lar altında görenler, büyük bir şaşkınlı-
ğa uğramışlar ama; Tanrı'ya sözünü
geçiren gelinin hikâyesi de çabucak
ortalığa yayılmış. Sabaha kadar kar yi-
yen gelin hastalanmış, yediği kar ona
dokunmuş, yatağa düşmüş.

Kaynanası, kenarı pullu al duvağı toru-
nunun beşiğine örtmeyi arzularken;
gelinin tabutuna örtmek nasip olmuş.
Hani o her önünden geçtiğimizde
avuçlarımızı açıp dua ettiğimiz Karyağ-
dı Hatun'un efsanesi böyleymiş. Bilmi-
yorum, sizlerde benim gibi ürpererek
mi dinlediniz hikâyeyi ama, türbedar
ninenin yere düşen mumları düzeltir-
ken eklediğine göre, türbenin üstüne
her gece, cümlelerin derin uykulara
daldığı saatlerde bir şey yağarmış. Ye-
re değmeden kaybolan şeyin kar mı,
yoksa nur mu olduğunu ise; şimdiye
kadar anlayan olmamış...

Akil Defteri

"Bir milletin yaşlı vatandaşlarına ve
emeklilerine karşı tutumu, o milletin
yaşama kudretinin en önemli kıstasıdır.
Mazide muktedirken bütün kudretiyle
çalışmış olanlara karşı minnet hissi ol-
mayan bir milletin istikbale güvenle
bakmaya hakkı yoktur."

Mustafa Kemal Atatürk

▪ Devlet yaşlılara gereken ilgi ve hiz-
metin götürülebilmesi için Anaya-
sa'da yaşlılara özel olarak yer ver-
miştir. 1982 T.C. Anayasası'nın 61.
maddesi: **"...Yaşlılar devletçe koru-
nur. Yaşlılara devlet yardımı ve sağ-
lanacak diğer haklar ve kolaylıklar
kanunla değeriştir."**

▪ 60. maddede ise, **"Devlet, harp ve
vazife şehitlerinin dul ve yetimle-
riyle, malul ve gazileri korur ve top-
lumda kendilerine yaraşır bir hayat
seviyesi sağlar"** demektedir.

▪ Türkiye'de nüfus kompozisyonunda
değişiklikler oluşmaktadır. Çocuk
nüfusun toplam nüfusa oranı azal-
makta, 15-64 ve 65 ve üzeri yaş
grubunun payı artmaktadır. Türki-
ye nüfusu içinde yaşlıların (65 ve
yukarı yaşta) oranı 2002'de %
5.8'e çıkmıştır. 2001'de doğurgan-
lık hızı 2.48'dir. 2001 yılı ortasında
nüfus 66.3 milyondur. DPT verileri-
ne göre, aynı yıl doğuştan hayatta
kalma ümidi 69.4 yaştır. 2030'da
ise 73.4 yıla yükseleceği tahmin
edilmektedir.

Misafir Albümü

Kim Kimdir?

Mualla Çelen



Mualla Çelen

Giriş Tarihi: 15/03/2001
19/08/1928 tarihinde İs-
tanbul'da doğmuştur. İl-
kokul mezunu ve ev hanı-
mıdır. İki oğlu, bir kızı ve
üçü kız, bir erkek torunu
vardır. Hikâye türü kısa ki-
taplar okumaktan ve
dantel örmekten hoşlanır.

Hüseyin Taşarslan



Hüseyin Taşarslan

Giriş Tarihi: 15/03/2001
05/09/1925 tarihinde
Ankara'da doğmuştur. İl-
kokul mezunudur. Mat-
baacılık yapmıştır. Bir kı-
zı, bir oğlu ve biri erkek,
diğeri kız torunu vardır.
TV izlemekten hoşlanır.

Akyurt'ta neler oldu?

- Hemen not ediverin. Her Perşembe Pursaklar Yimpaş alışveriş merkezine gidiyoruz. Sizi de bekleriz, buyurun birlikte alışveriş yapalım.
- Mart ve Nisan aylarını çok yoğun geçirdik. Yaşlılar Haftası kutlamaları çerçevesinde Kubbealtı Restoranda akşam yemeği yedik. Yüce İlköğretim Okulunu ziyaret ederek tiyatro izledik. Ankara Anıttepe Rotary Kulübü'nün "Sağlıklı Yaşlanma" konulu paneli yaşamevimizde düzenlendi. Or-An ve Kızılay Rotary Kulübü de üyeleri ile bu panele katıldılar. Yaşamevimizde aynı gün kermes de düzenledik. Rotaryenler bizim ürettiklerimizi beğeni ile aldılar. Nisan ayında ise Safranbolu gezimizde hem eğlendik hem dinlendik.



Yüce Kolej Ziyareti 20.03.2002



Rotary'nin düzenlediği panel ve kermes 26.3.2002



Yaşlılar haftası gecesini 18.03.2002



Tavla turnuvası 27.03.2002

Yaşlılar Haftası kutlamaları kapsamında, Yüce İlköğretim Okulu'na yaptığımız ziyaret ile; iki ayrı kuşak kucaklaşma fırsatı buldu.

Ankara Anıttepe Rotary Kulübü'nün, Or-An ve Kızılay Kulüpleriyle ortaklaşa düzenlediği "Sağlıklı Yaşlanma Paneli" ve Yaşamevi misafirlerinin ürettiklerini sattıkları kermesle devam etti. Resimde panelistler toplu halde görülmektedir.

18 - 25 Mart Yaşlılar Haftası kutlamalarına, misafirlerimizle birlikte "Kubbealtı Restoran" da yediğimiz yemekle başladık. Tüm misafirlerimizin katılımıyla gerçekleşen gecede çok eğlendik.

Akyurt Yaşamevi'nde ilk kez düzenlenen tavla turnuvasımızda, karşılaşmalar çok çekişmeli geçti. Finalde 2. İlik ödülünü misafirimiz Ercan ANSEN'e, Akyurt Belediye Başkanı Sn. Fedai YAĞCI verdi.

Nice Yıllara...

(Nisan, Mayıs, Haziran)

02.04.1925	Mustafa Çakır
06.04.1942	Ömer Faruk Yavuz
12.04.1910	Ali Haydar Sulfaz
05.05.1923	Mukaddes Çelen
07.05.1928	A. Cemal Ergöçmen
23.05.1917	Emine Arıkan
07.06.1941	Gürmen Atay
15.06.1939	Hüseyin Erdoğan
24.06.1940	Emin Yıldır
25.06.1928	Fikret Darılmaz

Sigarayı Bırakanlar

Akyurt Yaşamevi'nin 1. Sağlık kuralı, sigaranın ancak bahçe duvarı dışında içilmesine izin verilmesidir.

Misafirlerimiz, bu kurala titizlikle uymaktadırlar. Uymakla kalmayıp, sigarayı tamamen yaşamlarından çıkaran misafirlerimizi de yürekten kutluyoruz.



Emin YILDIR



Fikret DARILMAZ



Ercan ANSEN

Gelecek Günlerdeki Faaliyetlerimiz:

Mayıs Ayı İçinde;

Altındağ Tiyatrosu : "Komşu köyün delisi"

Anneler günü kutlamaları

Piknik : Karagöl

Doğum günü kutlamaları

Konser : "Türk Telekom Korosu"

Haziran Ayı İçinde;

Piknik : Abant gezisi

Babalar günü kutlamaları

Tiyatro

Doğum günü kutlamaları

Sahibi : Akyurt Vakfı Adına: Mete BORA

Yayına hazırlayanlar : Prof. Dr. Rümeyza DEMIRDAMAR
Canan IŞIK

AKYURT VAKFI

TEL : (0.312) 441 84 10
FAX : (0.312) 441 51 81

AKYURT YAŞAMEVİ

TEL : (0.312) 844 30 05
FAX : (0.312) 844 20 05

