



YAŞANMIŞLIKLARIN ARDINDA: BİR NESLİN HİKAYESİ



YAŞLI DOSTU KULÜBÜ

Yaşamların İzleri: Kuşaklar Buluşuyor

Bu proje GENÇLİK VE SPOR BAKANLIĞI tarafından desteklenmektedir.



İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ	2
YAŞLI BİREYLERLE İLETİŞİM	3
YAŞLILAR İLE İLETİŞİMİ ETKİLEYEN FAKTÖRLER	4
MACERAPEREST ÇINAR	6
YAKIŞIKLI EMEKLİ	7
YALNIZLIK MELEĞİ	8
HUZUR SULTANI	9
HANIMIYLA ÖMÜRLÜK	10
ORMANIN EMEKTARI	11
GÜNEŞİN YOLCUSU	12
TOPLARIN SULTANI	13
AŞKIN USTASI	14
VAPUR SEVDALISI	15
ÇİLE ÇİÇEĞİ	16
18'LİK DELİKANLI	17
SABIR ŞOFÖRÜ	18
DÜŞÜNCELERİMİZ	19
TEŞEKKÜR MESAJI	20

ÖNSÖZ

Kuşaklar arası etkileşimin güçlendirilmesi hem bireysel hem de toplumsal düzeyde sosyal uyumun sağlanmasında ve kültürel sürekliliğin korunmasında temel bir rol oynamaktadır. Yaşlı bireylerin yaşam öykülerini yalnızca bireysel geçmişin bir yansıması değil; aynı zamanda toplumsal belleğin aktarımını mümkün kılan, kıymetli tanıklardır.

Bu doğrultuda, **Gençlik ve Spor Bakanlığı** tarafından hazırlanan **Üniversite Öğrenci Toplulukları İş Birliği ve Destek Programı (ÜNİDES)** kapsamında **Bartın Üniversitesi** bünyesinde faaliyet gösteren **Yaşlı Dostu Kulübü** tarafından yürütülen "**Yaşamların İzleri: Kuşaklar Buluşuyor**" başlıklı proje, yaşlı bireylerin yaşam deneyimlerinin kayıt altına alınarak geniş kitlelerle paylaşılmasını ve bu yolla kuşaklar arası iletişimin güçlendirilmesini hedeflemektedir.

Proje kapsamında gerçekleştirilen birebir görüşmeler aracılığıyla, huzurevinde ikamet eden yaşlı bireylerin yaşam öyküleri samimi, saygılı ve güvenli bir ortamda dinlenmiş; bireylerin geçmişe ilişkin deneyimlerini ifade etmelerine teşvik edilmiştir. Bu süreçte yaşlı bireylerin duygusal gereksinimleri gözetilmiş, sosyal katılımlarını destekleyici bir yaklaşım benimsenmiştir. Böylece hem yaşlı bireylerin öznel iyi oluş düzeylerinin arttırılması hem de sosyal izolasyonlarının azaltılması amaçlanmıştır.

Bu dergide yer alan metinler, yalnızca biyografik anlatılar olarak değil; aynı zamanda yaşlı bireylerin toplumdaki konumuna ilişkin algıların yeniden inşasına katkı sunan önemli içerikler olarak değerlendirilmektedir. Her bir yaşam öyküsü, kültürel bir miras niteliği taşımakta ve genç kuşaklara tarihsel bir perspektif kazandırmaktadır. Elde edilen içeriklerin yazılı ve basılı hale getirilmesi, bu deneyimlerin sürdürülebilirliğini sağlayacak ve il düzeyinde daha geniş bir farkındalık oluşmasına katkı sunacaktır.

Aynı zamanda bu proje, Yaşlı Dostu kulüp üyesi öğrencilerin sosyal sorumluluk bilincinin gelişmesine, yaşlı bireylerle etkili iletişim kurma becerilerinin artmasına ve mesleki tutumlarının güçlenmesine olanak tanımıştır. Yaşlı bireylerin yalnızca destek bekleyen kişiler değil; deneyim, bilgi ve değer aktarıcısı olarak toplumun aktif birer öznesi olduğu yönündeki anlayışın pekişmesini sağlayan bu çalışma, benzer nitelikteki sosyal Etkileşim temelli projelere örnek teşkil etmeyi amaçlamaktadır.

Bu bağlamda, projeye gönüllü olarak katılım sağlayan tüm yaşlı bireylere, katkı sunan öğrencilerimize ve çalışmanın her aşamasında özveriyle emek veren tüm paydaşlara içten teşekkürlerimizi sunar; yaşlılık olgusuna yönelik toplumsal duyarlılığın ve farkındalığın artarak sürmesini temenni ederiz

Öğr. Gör. Necla KUNDAKCI
Kulüp Danışmanı

YAŞLI BİREYLERLE İLETİŞİM

Yaşlılık insan yaşam evreleri içerisinde hassas ve özel bir dönemi ifade etmektedir. Çünkü bu dönemde bireyler diğer dönemlere oranla daha fazla kronik ya da fiziksel rahatsızlıklar yaşamaya başlamaktadır. Bu rahatsızlıklar onların yaşam kalitelerini, hareket kabiliyetlerini ve hatta iletişim becerilerini de etkilemektedir. İnsanlar iletişim becerilerinde bir sorun ortaya çıkıncaya kadar iletişim kurabilmenin ne kadar önemli olduğunun farkında olmayabilir. Ancak yaşlılığın bireylerin etkili iletişim becerileri üzerinde olumsuz etkilerinin ortaya çıkması ya da yaşlı bireyin diğer bireylerle kurduğu iletişimin etkinliğini ve başarısını azaltan iletişim engelleri ortaya çıktığında iletişimin yaşlı bireylerin hayatındaki önemi ortaya çıkmaktadır. İletişim sürecini bir bütün olarak ele aldığımızda bireylerin duyu organlarının ve dilsel, bilişsel ve motor becerilerin etkili iletişim kurmada ve iletişim sürecinin amacına ulaşmasında önemli bir yeri olduğu yadsınamaz bir gerçektir.

Hayatımızın vazgeçilmez bir parçası olan iletişim insanlar arasında bağlar kurmamıza, fikirlerimizi ifade etmemize, bilgi paylaşmamıza ve toplumsal ilişkilerimizi güçlendirmemize olanak sağlar. Türk Dil Kurumu (TDK) sözlüğüne göre iletişim, duygu ve düşüncelerin, akla uygun şekilde başkalarına aktarılması, bildirim ve haberleşme olarak tanımlanmaktadır. Dünya genelinde Birleşmiş Milletler tarafından 60 yaş üstü bireyler; Dünya Sağlık Örgütü tarafından ise 65 yaş üstü bireyler yaşlı olarak kabul edilmektedir.

Yaşlı insanların iletişimleri tıpkı günlük yaşantılarındaki tüm değişiklikler ve uyum gösterdikleri yeni Özgürlük alanları ve sorumlulukları gibi farklılıklar göstermektedir. Yaşlıların yaşam biçim ve standartları büyük ölçüde daha önceki yaşantılarındaki ilgi ve sosyal temaslarına, özellikle maddi imkanlar ve sağlık durumlarına bağlı olarak değişir. Yaşlılıkta meslek hayatının bitimi ve çocukların evden çıkmasıyla birlikte günlük hayata yön verecek yeni yolların araştırılmasına ihtiyaç duyulmaya başlanır. Bu yüzden yaşlıların düşünceleri ve sohbet konuları genelde yaşam standartlarının da izin verdiği ölçülerde kendi gereksinimleriyle ve hatta daha önceki meslek ve aile yaşantılarında yerine getiremedikleri "Artık uzun zamandır yapmak istediğim şeyleri yapabilirim." İstekleriyle ilgilidir.

Yaşlılara sunulan kültürel etkinlikler, seyahatler, sohbet toplantıları, el sanatları, meşguliyet terapileri, fiziksel ve zihinsel aktiviteler karşılıklı olarak tecrübelerin değiş tokuş edildiği bilgilendirme toplantıları ve yardımlaşma grupları onlara farklı hizmet ve iletişim imkanları sağlamaktadır. Yaşlının bireysel ihtiyaçlarını kendilerinin giderme arzusu, bedensel ve ruhsal durumlarından dolayı onları dinleme ihtiyacına iter. Bu nedenle faaliyetler, yaşlılar tarafından kendi sağlıklarını koruyucu ve geliştirici önlemler doğrultusunda seçilememektedir. Yaşlılar için dikkat edilmesi gereken bir husus ise diğer insanlarla olan ilişkilerin ve sohbetlerin koparılması ve devam ettirilmesidir. Burada telefon bir köprü işlevi üstlenmektedir. Bu anlamda kurumlarca düzenlenmiş olan telefon servisleri, yaşlıların kimseden habersiz evlerinde hastalanmaları gibi durumları önleyebilir. Telefon genel olarak bir iletişim ve irtibat aracı olarak özellikle yaşlının hareket etme gücünün azalmasıyla birlikte daha bir önem kazanır.

Bireylerin yaşam memnuniyetinin artırılması için hem bireyin hem de çevresinin yaşlılık ve yaşlılık döneminde ortaya çıkan ve iletişim süreçlerini olumsuz etkileyen durum ve nedenleri bilmesi önemlidir. Çünkü insanlar iletişim kurarak sosyalleşebildikleri için yaşamlarında iletişimin yeri ayrıdır. Hem birey hem de çevresi yaşanan iletişim sorunlarının nedenleri bildiğinde buna yönelik olarak iletişim süreçlerini, kullandıkları iletişim araç ve gereçlerini düzenleyerek iletişim sürecini başarılı bir şekilde yönetebilecek ve bireyin etkili iletişim kuramamasından kaynaklı olarak ortaya çıkabilecek psikolojik rahatsızlıkların da önüne geçilmiş olacaktır. Özellikle yaşlı bireylerden ilerleyen yaş evrelerinde çeşitli nedenlere bağlı olarak görülen delirum, demans depresyon gibi psikosomatik problemlerin önlenmesinde, " sağlıklı ve güçlü bir iletişim" sorunların ortaya çıkmasını azaltacaktır. Yaşlı kişi ile kurulan iletişimin engellerle karşılaşmaması ya da iletişimin daha etkili bir şekilde gerçekleştirilmesi için öncelikle " yaşlı" kişilerin psikolojik durumu ve yaşlı kişiler ile iletişimin özellikleri hakkında eğitim alınması gereklidir. Belirli yaş gruplarına göre verilecek profesyonel hizmetlerde sağlıklı iletişim kurmanın önemi, eğitim süreçlerinin başladığı en erken zamandan itibaren verilerek durumla ilgili farkındalıklar kazandırılmalıdır. Söz konusu eğitim kişilerin farklı zihin haritalarına sahip olmalarını sağlayacaktır. Ayrıca etkili iletişim, özellikle uzun dönem bakım verilen hasta ve bakım veren sağlık personeli arasında köprüünün kurulmasına ve daha kaliteli bir sağlık hizmeti verilmesine yardımcı olmaktadır. Yaşlı kişi ile iletişimde kişi merkezli bir bakım da söz konusu olduğu için iletişim, hastalık ya da ömrüne bakmaksızın değer verme, saygı duyma takdir etmeye dayalı olmalıdır. Böylece verilen bakım hizmetleri insancıl, konforlu, destekleyici ve kişiler arası ilişkilere dayalı olmaktadır.

Öğr. Gör. Arzu TAZEGÜN ÖZSEZGİN

YAŞLILARLA İLETİŞİMİ ETKİLEYEN FAKTÖRLER

Yaşlı bireylerle iletişim kurmak onların yaşam kalitesini arttıran en önemli unsurdur. Empati kurmak, uygun iletişim dili kullanmak, sabırlı olmak, beden dili ve teknolojik araçların doğru kullanımı gibi faktörlere dikkat etmek yaşlı bireylerle iletişimi güçlendirecektir. Bunun yanı sıra yaşlı bireylerle iletişim türleri, kendini bulunduğu ortama kabul ettirme, iletişim kurma biçiminin değişmesi, statü değişikliği, hastalık ve ölüm gibi durumlar iletişimi etkileyen unsurlardır.

1. İLETİŞİM TÜRLERİ:

Çocukların evden gitmesi, yakınların ölümü veya huzurevine taşınması gibi olaylardan dolayı sosyal çevrenin değişmesiyle birlikte bire bir iletişimden ziyade telefon veya sosyal medya kullanımı gibi dolaylı iletişim türleri zamanla önem kazanmakta ve yaşlılar tarafından benimsenmektedir.

Yaşlılarının ve eşlerin kaybıyla birlikte iletişim kurabilecek kişilerden oluşan ve sürekli sınırlanan çember ve aynı zamanda kendileriyle aynı an ve bilgi birikimini paylaşabilecek insanların kısıtlanması yaşlıların iletişimsel paylaşımını doğrudan etkilemektedir. Bunun dışında zaman içerisinde yardıma muhtaçlığın artabilmesi ve etrafında kendinin seçtiği bakım personeli gibi yeni insanlara ihtiyaç duyması, yaşlının bununla bağlantılı olarak farklı iletişim türlerine ve konulara uyum göstermesini gerektirebilir. Kısaca, psikososyal değişiklikler yaşlıların iletişim ortamlarıyla birlikte iletişim tarzlarını da belirlemektedir.

2. Konum (Statü) Değişikliği:

Aktif çalışma hayatının sonlanması, sosyal temasın azalması, bedensel gücün giderek kötüleşmesi ve hayatın sonuna yaklaşma düşüncesi, yaşlının hayatında artık kendi bedensel sorunları geçmişteki anıları gibi öne çıkarmasına neden olabilmektedir.

3. Kendini Ortama Kabul Ettirme

Yaşlı insanların çoğu mesaj göndermeye ve genel olarak bir şeyler anlatmaya fazlasıyla ihtiyaç duyarlar. Anlatmak ve paylaşmak yaşlının istediği ve önemsendiği bir duygudur. Kendilerini ifade etmek aynı zamanda kendi hayatlarını, tecrübelerini ve görüşlerini de paylaşma ve aktarma arzusu içindedirler fakat konuşma ve sohbet ortamlarında kendi kişiliklerinin karşı taraftan kabul görmesini beklerler.

4. İletişim Şeklinin Değişmesi

Yaşlıların sürekli olarak bir şeyler anlatma isteği, çevre açısından yorucu olarak algılanabilir. Yaşlının bu durum karşısında betimsel bir anlatım ve iletişim şeklini benimsemeleri iletişimi etkilemektedir.

5. Duyu Kayıplarının İletişime Etkisi:

Yaşlanma sürecinde işitme kaybı, görme bozuklukları, bilişsel gerileme ve dil akıcılığında azalma gibi fiziksel, zihinsel, duyuşal değişiklikler meydana gelebilir. Bu durum iletişim sürecinde anlama ve tepki verme hızını etkileyerek yanlış anlaşılmalara yol açabilir. Yaşlılıkta duyuların kaybı, özellikle işitme duruyusunun azalması, iletişimi büyük ölçüde olumsuz etkilemekte ve çoğunlukla yaşlının kendisini sosyal yaşamdan çekmesiyle ve sosyal izolasyona maruz kalmasıyla sonuçlanabilmektedir.

6. Psikososyal Faktörler:

Yalnızlık, depresyon ve sosyal izolasyon, yaşlı bireylerin iletişim motivasyonunu azaltabilir. Ölüme yaklaşma düşüncesi, kronik hastalıkların varlığı, sürekli bakım alma durumları yaşlının psikolojik olarak olumsuz etkilenmesine ve iletişimin aksamına neden olur. Ayrıca geçmiş deneyimler ve kültürel faktörler de iletişim tarzlarını şekillendirir.

7. Hastalık ve Ölüm:

Şiddetli sağlık problemleri ve ruhsal rahatsızlık durumları (felç, demans ya da ölüm gibi) iletişim kurma imkanlarını önemli ölçüde etkilemektedir. Bu durumda yaşlılarla farklı iletişim yolları bulmak zorunda kalınmaktadır.

8. Sağlık Profesyonelleri ve Bakım Verenlerle İletişim Sorunları:

Yaşlı bireylerin sağlık çalışanlarıyla iletişiminde zaman baskısı, tıbbi terim kullanımı ve empati eksikliği gibi faktörler iletişimin etkin olmasını zorlaştırabilir.

Sonuç olarak; Yaşlı bireylerle sağlıklı ve etkili iletişim kurmak ve mümkün olduğunca iletişim kazalarının ya da çatışmalarının yaşanmasını önlemeye çalışılmak önemli bir konudur. Her iletişim, iletişim kuran birey/bireylere özgü özellik veya yapı barındırırsa ve farklı araç-gereçlerle gerçekleştirilse bile yaşlı bireylerle iletişim kurarken onların istek, ihtiyaç ya da beklentileri belirlenerek iletişimin nasıl ve ne şekilde kurulacağına karar vermek gerekmektedir. Yaşlı kişi ile etkili bir iletişim kurabilmek için en önemli koşul, yaş ayrımcılığına neden olan yaş ile ilgili tanımlamalar yapılmasından uzak durmaktır. Ayrıca yaşlanma sürecinde kişilerde meydana gelen değişimler kişiden kişiye farklılık göstermekte, bu da iletişimin ne düzeyde etkilendiği üzerinde belirleyici olmaktadır. Bazı yaşlı kişiler bu süreçte hiçbir olumsuzlukla karşılaşmamakta ve iletişimi hiç, bazen çok az etkilenmektedir. Bazı bireylerde ise kronik bazı sorunlar oluşabilmektedir. Bu süreçte profesyonel yaklaşılmalı, daha çok anlamaya ve dinlemeye vakit ayrılmalı ve yaşlı bireylere karşı sabırlı ve nazik olunmalıdır. Unutulmamalıdır ki bir yaşlı birey için iletişimin temel amacı, sadece iletişime tepki vermesi/verilmesi iken, diğer için iletişimi sürdürebilmesi halinde gelebilir.

MACERAPEREST ÇINAR

Ben 72 yaşındayım. Öyle bir hayat yaşadım ki, unutulur gibi değil. 1998 ile 2012 yılları arasında tam 7 evlilik yaptım. Kimi uzun sürdü, kimi kısa... Ama hepsi hayatımda iz bıraktı. İnsan sevmekten hiç vazgeçmemeli bence. Belki doğru insanı ararken çok şey öğreniyor insan.

Tek çocuktum ben. Babam biraz sertti. Okumamı istemezdi. Okul müdürleriyle bile tartışırdı. Babamın bir korkusu vardı o yüzden bu kadar sertti, korkusu şuydu; " Okuyacak, memur olacak, bizi bırakıp gidecek." Oysa ben okumayı çok severdim, okul hayatım da hep başarılı geçti.

Hayat beni özel sektörün içine attı. Tam beş farklı yerde çalıştım. Zordu... Hep birilerinin emri altındaydım. Bazen öyle şeyler yaşadım ki, işimi kaybetmemek için hep sustum, yuttum her şeyi içime. O yıllara dönmek istemem açıkçası. Eğer bir şansım olsa, bugünün dünyasında 20 yaşında olmak isterdim. Şimdiki gençliğin sahip olduğu imkanlar bir başka çünkü.

Bana sorarsan hayatın en büyük değeri; sağlığını koruyarak bir aile kurmak. Sağlık varsa her şey olur. Aile varsa insanın sırtı yere gelmez.

10 yıldır huzurevinde yaşıyorum. Burada hayat gerçekten çok güzel. Çalışanları güler yüzlü, yemeklerimiz düzenli, ortam tertemiz. Her gün temizlik yapılır, insanın içi ferah olur. En çok da burada kurduğum arkadaşlıkları seviyorum. Sohbet, muhabbet, paylaşım... Bunlar insanı ayakta tutar.

Dışarıda dostlarım var, arabamla gider görüşürüm, telefonla konuşurum. Bu iletişim beni mutlu ediyor. Özellikle gençlerin huzurevine gelip beni dinlemesi, okuduklarıma, bildiklerime kulak vermesi... İşte o zaman diyorum ki," Boşa geçmemiş ömür..."

Ben küçüklüğümden beri muhafazakar bir insanım. Burada tek kişilik odada kalıyorum. Her ay kendime zaman ayırır, Kur'an-ı Kerim'i hatmederim, bu da bana huzur verir.

Eskiden her şey zordu. Tüp sırası, ekmek kuyruğu, hastane bekleyişleri... Şimdi öyle mi? Doktor randevusu alıp gidip muayene oluyorsun. Bu dönemi seviyorum açıkçası. Kolaylık, rahatlık, teknoloji... Hepsi hayatı güzelleştiriyor.

Bugün bir hayalin var mı dersen... Evet var, keşke bu zamanda 20 yaşında olsaydım, altıma son model araba çekip, dağlara çıkmak, kamp yapmak, dere kenarına sandalye atmak. Yeni maceralara atılmak isterdim. Yeni şeyler yaşamak, özgürlüğü iliklerime kadar hissetmek...

Gençlere bir çift sözüm var: Anne babanızın parasıyla değil, kendi emeğinizle yaşayın. Eğer okumuyorsanız bir meslek edinin. Ama her ne yaparsanız yapın; dininize, ailenize ve topluma saygılı olun. Kandırmadan, dürüstçe yaşayın. Hayat öyle daha güzel, daha huzurlu oluyor.



YAKIŞIKLI EMEKLİ

Ben 77 yaşımdayım. Ömrümden ne günler geçti, ne hatıralar sığıdı şu aklımın köşesine... Ama bir tanesi var ki, hiç unutamam. Gençken bir kadını çok sevmiştim, gönlümü kaptırmıştım. Ama kısmet olmadı, evlenemedik. İşte o yara hep kaldı içimde. Belki başka hiçbir şey canımı onun kadar yakmadı

Hayatımda çok büyük zorluklar çekmedim ama bir olay var ki... Hâlâ içim ürperir düşününce. 1968'li yıllarda, bir gece karanlık bir sokaktan geçerken bir silah sesi duydum. Korkudan yerimde donakaldım. Kimdi, neydi göremedim hızlıca uzaklaştım oradan. O ses, o gecenin karanlığı... Hâlâ zaman zaman düşer aklıma

Gençliğimde Telekomünikasyon'da çalışıyordum. İşimi çok severdim. O kadar ki, şimdiye dönebilsem bir tek o yıllara dönmek isterim. İki kez elektrik çarptı beni orada, ama yılmadım. Yine de her sabah koşa koşa giderdim işe. İşim hem ekmek kapımdı hemde keyif aldığım yerd. Orada çok insanla tanıştım, gençken biraz çapkındım işim gereği çok kişiyle muhatap oluyordum, haliyle gönül işleri de peşinden geliyordu.

Hayat dediğin aslında sağlıkla alakalı. Bazısı parayı koyar en öne ama bana göre en kıymetli şey sağlıktır. Sağlığın yoksa hiç bir şeyin tadı kalmaz.

Şimdi huzurevinde yaşıyorum, çok memnunum. Çalışanlar çok ilgili, yemeğimiz düzenli, ortam tertemiz. Her gün temizlik yapılır pırıl pırıl olur her yer. Dışarıdaki insanlarla da güzel anlaşırım, kimseyle bir iletişim sorunu yok.

Ama beni en çok ne mutlu ediyor biliyor musun? Sizin gibi gençlerin buraya gelmesi... oyunlar oynamamız, muhabbet ediyoruz. Hele bir de Bartın çiftetellisi oynarım arada ortalık şenlenir. Gençliğimden kalma hareketler var hala



Zaman çok değişti. Biz okula lastik ayakkabı ile giderdik. Silgiye, deftere, kitaba para yoktu. Şimdi çocuklar her şeye ulaşabiliyor kolayca. Ne güzel aslında kıymet bilmek lazım.

Gençlere vermek istediğim tavsiye; Kızlar erkeklerin malına mülküne bakarak yola çıkmasın. Erkekler de namuslu aileleri yoldan çıkarmasın. Doğru olun, dürüst olun, kimseyi kandırmayın. Çünkü dönüp dolaşıp insan yine kendi vicdanıyla baş başa kalıyor bu hayatta.

YALNIZLIK MELEĞİ

Kaç yaşındayım bilmiyorum, inan hiç saymadım. Zaten saymakta bir yere varmıyor.. Ömür geçiyor, şimdi bu huzurevindeyim, Allah'a şükür olsun rahatım, yemeğim hazır, yatağım sıcak. Kimsem yok ama burada kimse kimsesiz değil.

Benim hayatım hep evin içinde geçti. Hiç dışarıda çalışmadım. Öyle memuriyetim, sigortam olmadı. Ama evin her işi, her derdi benimdi. Ailemle yaşadım hep. Onlar da birer birer göçüp gittiler. Annem, babam, kardeşlerim... Ne kadar sevdiysem o kadar eksildim. Aile benim için her şeydi. Onlar gidince anladım, insan en çok sevdiklerini kaybedince yaşıyor aslında

Şimdi dönüp bakınca... en kıymetli şey güvenmiş. Eskiden insanlar birbirine daha çok inanır, daha çok sahip çıkardı. Şimdi bakıyorum da herkes birbirinden şüpheli. kimse kimseye sırtını yaslamıyor. Gençler buraya geliyor onlara hep diyorum kimseye hemen güvenmeyin evlatlarım. Arkadaşlarınızı iyi seçin. Her güle kanmayın. Çünkü güven bir kere kırıldı mı, bir daha kolay kolay tamir olmuyor.

Benim ömrüm aileyle geçti, aileyle güzeldi. Şimdi yalnızım ama kendimi terkedilmiş saymıyorum. Çünkü burada bir sıcaklık var. Belki kan bağıımız yok ama gönül bağı kurduk birbirimizle. Bu da yetiyor bazen. Hayat, elinde ne kaldığı değil, içinde ne taşıdığına bakar. Ben hâlâ sevgiyi taşıyorum içimde. Gerisi Allah'a emanet.



HUZUR SULTANI

85 yaşındayım, geriye dönüp baktığımda pek de unutamadığım bir anım yok. Her şey geçmişte kaldı, ama şunu söyleyebilirim ki hayatımda karşılaştığım en büyük zorluk insan yoksunluğuydu. Hiç çalışmadım, ama bu bana hayatı anlamlandıramada engel olmadı. Benim için hayatın anlamı, sağlıklı olabilmek ve en iyi günlerimi huzurevinde geçirdiğimi düşünüyorum. Burada çok huzurluyum.

Dışarıdaki insanlarla da iletişim kurabiliyorum. Herkesle, her yaştan insanla güzel bir bağ kurabiliyorum. Fakat en çok mutlu olduğum anlar, torunumun ziyarete geldiği zamanlar. O zaman her şey başka bir güzel oluyor. Huzurevinde bu rahatlığı seviyorum, çünkü burada güvende hissediyorum ve günlerim dolu dolu geçiyor.

Gençlere tavsiyem, anne babalarınızın değerini bilmeleri. Zaman çok hızlı geçiyor.

Hayatımın her anında değerli olan şey sağlık ve sevdiklerimle geçirilen zaman oldu. Şimdi buradayım ve geçmişe dönmek istemiyorum çünkü huzur içinde yaşıyorum. Sağlık, hayattaki en önemli değeri ve bunu ancak yıllar sonra anlıyorsunuz



HANIMIYLA ÖMÜRLÜK

Ben 78 yaşındayım. Hayatımın en güzel, en özel anılarını hep hanımım ile yaşadım. O, benim her şeyimdi. Birlikte güldük, birlikte ağladık. Ama hanımım kanserden vefat etti. O günden sonra içimde koca bir boşluk kaldı. Ne yeni bir anım oldu, ne de bir hayal kurabildim ondan sonra... Oğlumu da kaybettim. İşte o zaman dünya biraz daha eksildi benim için.

35 yıl madende çalıştım. Öyle kolay değildi, anlatması bile zor. Her gün yerin metrelerce altında, karanlıkta, sıcakta, tozun içinde çalıştık. Gözümün önünde çökmelerde arkadaşlarım hayatını kaybetti. Onları unutamıyorum, unutmak da istemiyorum zaten, hepsi birer kahramandı.

Ama ben yine çalışmaya devam ettim. Ekmek parası dedik, sabrettik. Çünkü o zaman kolaylıklar yoktu. Okula gidemedim, tarlalara giderdik çalışırdık. Gelinler bize yardım ederdi. O zamanın insanları başkaydı.

Askerde havacıydım. Güzel eğitimler aldım, hayatı biraz daha gördüm. Keşke şuanda 15 - 18 yaşlarımda olmak isterdim gezip görmek, dünyayı tanımak isterdim. Ama bana en kıymetli şey neydi diye sorarsan, hanımımdı. Çünkü hanım evi yuva yapar, neşe katar. Bir de sağlık tabii, o olmadan hiçbir şeyin anlamı yok.

Şimdi huzurevinde yaşıyorum. Allah razı olsun, burada bana çok iyi bakıyorlar, temizlik, yemek, ilgi alaka... Hepsi yerli yerinde. Dışarıyla da irtibat halindeyiz. Arada Bartın'ın altını üstüne getiriyorum, geziyorum. Gençlerle karşılaşınca da çok mutlu oluyorum. Çünkü onlar bizim geleceğimiz.

Gençlere tavsiyem; Kötü yollara düşmeyin evlatlarım. İyi insanlarla iletişim kurun, okuyun memur olun, çalışın. Kimseyle küs kalmayın, kin tutmayın, sevgi dolu olun. Yaptığınız iyilikler bir gün mutlaka karşılık bulur. Saygılı olun, büyüklerin tecrübelerini dinleyin, tavsiyelere kulak verin.

Gençler huzurevine geldiğinde içimiz açılıyor. Güzel zaman geçiriyoruz onlarla. Hayat zor olabilir, ama sevgi varsa, paylaşmak varsa güzeldir. İşte benim hikayem de böyle...



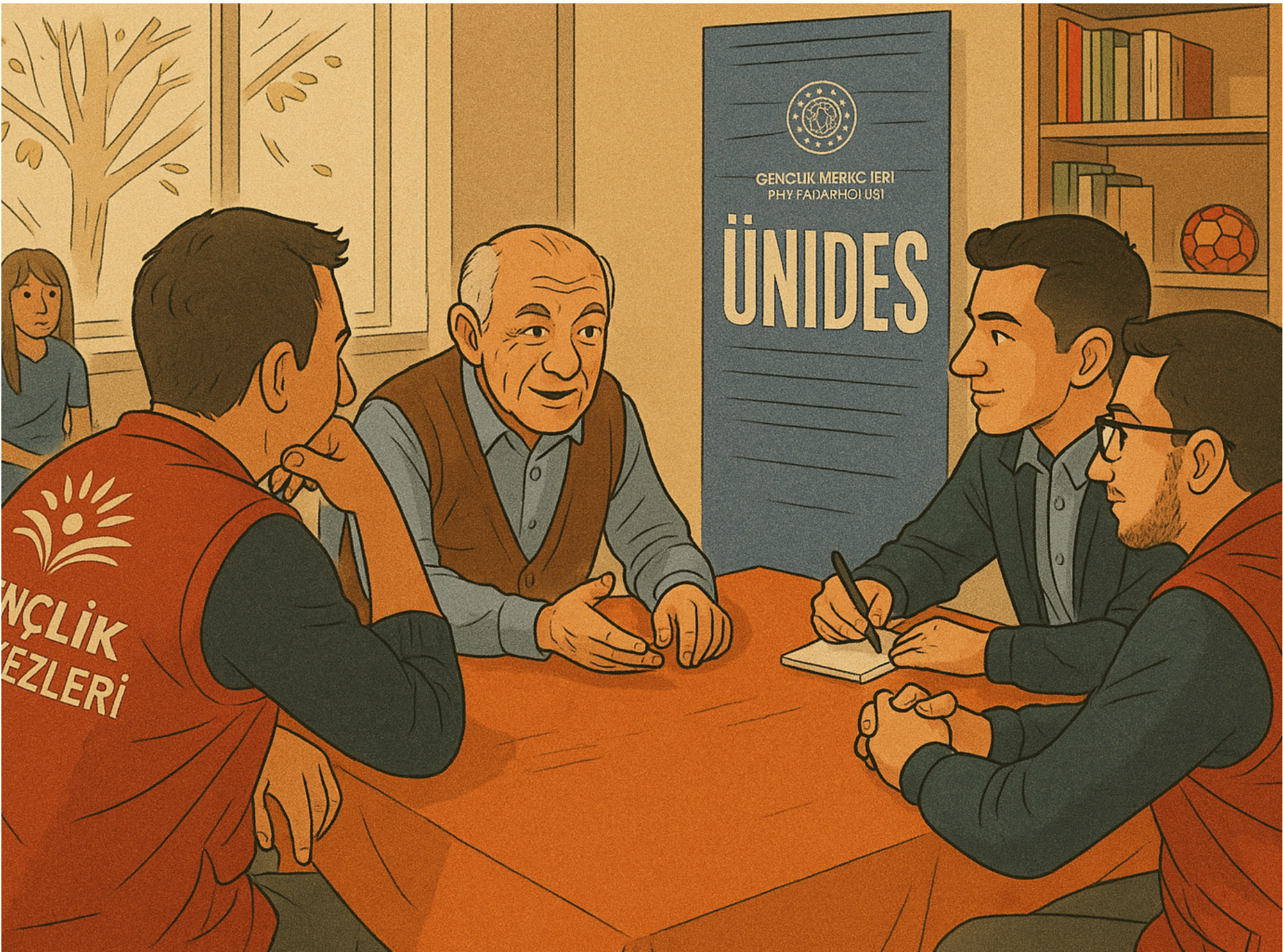
ORMANIN EMEKTARI

85 yaşındayım. Ömrümün büyük bir kısmını ormanlarda geçirdim. Gençliğim, ağaçlarla hasır neşir olmakla, dağ tepe demeden ormanda çalışmakla geçti. Eskiden ağaçları önce ölçerdik, sonra da kesime başlardık. Şimdi gençler bizim yaptığımız işleri kolay kolay yapamaz, çünkü o zamanlar iş çok zordu. Teknoloji yoktu, makine yoktu... Her şey el gücüyle yapılırdı.

Ben ormancılık yaptım yıllarca. Günde 10 liraya 6-7 araba odun dolduruyorduk. Yorulmak ne demek bilemezdik. Kar, kış, yağmur, çamur dinlemeden çalışırdık. Ekmeğimizi ormanın derinliklerinden çıkardık.

Bir keresinde büyük bir ağacı kesmemi istemişlerdi... Gözüm korktu doğrusu. Kendi kendime dedim ki, ya bu koca ağaç kesilirken üstüme düşerse? Ya ölürsem? Ama işte o korkuya rağmen cesaret ettim, kestim o ağacı. O zamanlar korksak da geri adım atmak yoktu.

Hayat böyle geçti işte... Zor ama gururlu bir ömür yaşadım. Ormanla iç içe, doğayla dost bir ömür...



GÜNEŞİN YOLCUSU

Ben 62 yaşındayım. Hayatımda en unutamadığım an, Küba'ya gittiğim zamandır. Okyanusa karşı otururken, bir de ne göreyim, Bartınlı arkadaşlarla orada karşılaştım! Uzakta memleket kokusu almak insana bir başka iyi geliyor.

İtiraf edeyim, hayatım boyunca en büyük zorluğum insanlarla uğraşmak oldu. Hiçbir zaman baş edemedim, çoğu zaman pes etmeyi düşündüm. Kafamı toplamak için kendimi tedavi etmeye karar verdim. O dönem bana iyi geldi.

Çalışma hayatımda ilginç bir anım var, unutamam... Yeni telefonlar çıktığında kimsenin dikkatini çekmiyordu, ben ise onları vitrine koyarak müşteri çekerdim. O sayede fazlaca satış yaptım, bu da beni hep motive etti. O başarı hissi insanı ayakta tutuyor.

Hayatta geçmişe dönsem, evlenmeden önceki dönemi yeniden yaşamak isterdim. O zamanlar hem özgürdüm hem de maddi olarak daha rahattım. Kullanmadığım şeyleri değerlendirirdim, kendime bir ev alırdım. En büyük pişmanlığım ise okumamak oldu... Keşke okusaydım, eğitim çok önemli.

Bence, hayatın en kıymetli değeri gezmek. Yurt dışına çıkma şansım oldu ve gördüm ki yaşamak isterdim hep. Şimdi dışarıya çıktığımda genelde gençlerle sohbet ediyorum. Çünkü yavaş yavaş yaşlandığımı hissediyorum.

Güneşlenmek beni çok mutlu eden şey. Eskiden yaz mevsimlerinde deniz kenarında otururdum, güneşin tadını çıkarırdım. Şimdiki gençler pek çaba sarf etmiyor. O kadar çok alternatifleri var ki... Ama kıymet bilmiyorlar. Zorluk görmedikleri için çalışmanın ne olduğunu da bilmiyorlar. Kendi işlerini kuramıyorlar, hep birilerine ihtiyaç duyuyorlar. Oysa insan mutluluğu önce kendi içinde bulmalı.



Gençlere tavsiyem şu: Hayatlarını kaliteli yaşasınlar. Herkesle hemen samimi olmasınlar, kendi çizgilerini çizsinler. Öncelikleri kariyerleri olsun, çok çalışsınlar ama aynı zamanda hayatlarını da yaşasınlar. Rahat bir hayat istiyorlarsa çok para kazanmaları şart. Ama sadece yeme içmeye değil, hedeflerine de odaklansınlar. Çünkü hayat gerçekten çok hızlı geçiyor. Benim de sürekli ertelediğim şeyler vardı, şimdi yapamıyorum. Onlara derim ki: Hayatınızda hiç bir şeyi ertelemeyin, ne yapacaksanız şimdi yapın. Zaman geri gelmiyor...

TOPLARIN SULTANI

Hayatımın büyük kısmı çalışmakla geçti. Gençliğimde tarlada çapa yapar, ekin eker, hayvanlarla ilgilenirdim. Zorluk çoktu ama şükrettim hep. Şimdi 77 yaşındayım, huzurevinde yaşıyorum. Burada bocce oynamayı öğrendim, öyle sevdim ki şehir şehir turnuvalara katıldım. Çok iyi oynuyorum, hâlâ da bırakamadım. Gezmek en büyük zevkim, ne kadar çok yer görsem o kadar mutlu oluyorum.

Huzurevinde hayatın en güzel yanı burada eşimle birlikte yaşıyor olmam. Bu benim için büyük bir mutluluk. Beş vakit namazımı kılmak, iç huzurumu bulmak, arkadaşlarımla vakit geçirmek beni çok mutlu ediyor.

Gençlere söyleyeceğim en önemli şey: saygılı, sevgili ve dürüst olun, kötü yola düşmeyin, oturmayı kalkmayı bilin; kendinize göre bir iş bulun ve mutlaka çalışın. Emek verin çünkü emeğin kıymeti bir ömür sürer.



AŞKIN USTASI

Hayatta unutamadığım en güzel anılar, çocuklarımla okuması, meslek sahibi olup bir yerlere gelmesiydi. Onlarla gurur duydum her zaman. Ama eşimi kaybetmek... İşte o, yaşadığım en büyük acıydı. Tam üç yıl boyunca evden dışarıya adımımı atmadım. İçime kapandım, kimseyle görüşmek istemedim. Sonra bir gün huzurevine geldim, burada hayatım değişti. Kendime yeni bir aile, yeni bir hayat kurdum. Yeniden evlendim çok mutluyum.

Genliğimde madenlerde çalıştım. O zor şartlarda en kıymetli şey, arkadaşlar arasında kurulan güven bağıydı. Birbirimize gözümüz kapalı güvenirdik. Şimdi burada, huzurevinde, hayatımın en huzurlu dönemini yaşıyorum. Bence huzurevi bulunmaz bir nimet; her şeyimiz düşünülüyor, eksiksiz bakılıyor. Yemeğimi yedikten sonra çarşıya çıkıp biraz gezmek en keyif aldığım şeylerden biri.

Bugün yeniden 30 - 40 yaşlarıma dönebilsem, şu anki eşimle tekrar aşık olmak isterdim. Ama hayatta en önemli şey bence sağlık gerisi bir şekilde halloluyor.

Gençlere bir kaç sözüm var: Kadınlarımız çok fazla sigara içiyor bu gerçekten hoş bir durum değil. Kimse şıpsevdi olmasın, hayatlarını ellerine alsınlar, kendi ayakları üstünde durmayı öğrensinler. Uyuşturucu, alkol gibi kötü alışkanlıklardan uzak dursunlar; bunlar hem dinen hem ahlaken yanlış, hem de hayatlarını mahveder. Teknolojiyi boş yere değil, bilim ve gelişim için kullansınlar, yoksa hiç bir kıymeti kalmaz



VAPUR SEVDALISI

Hayatım boyunca unutamadığım en güzel anı, Emirgan Sahilinde eşimle birlikte oturup çay içtiğimiz o huzurlu anlar oldu. O günlerin yeri bende çok ayrı. Çalışma hayatım ise kolay değildi; iş yerinde bir çok zorlukla karşılaştım ama sonunda işi bırakıp kendi sağlığımı, huzurumu korumayı seçtim. Bir gün ağaç dikerken gözüm görmüyordu, başhekimle karşılaştım" gözüm görmüyor" dedim. Hiç unutamam, bana özel bir gözlük yaptırdı. O iyilik kalbimde silinmez bir yer edindi.

Şimdi 62 yaşındayım, geçmişten bir dileğim olsa İstanbul'da yine denize gitmek, vapura binmek isterdim. O deniz havasını ciğerlerime çekmek... Hayatın en kıymetli değeri bence sağlıklı ve mutlu yaşamak; ardından da güzel bir ölümle bu dünyadan göçebilmek.

Huzurevinde her şey mükemmel. Her şey elimizin altında, dışarıdan insanlarla kolayca iletişim kurabiliyorum. Gün içinde en çok mutlu olduğum şeyler; gezmek ve buradaki dostlarım ile sohbet etmek, bunlar içimi ferahlatıyor.

Eskiden insanlar arasında sevgi, saygı ve hürmet vardı. Şimdi bunların çoğu kalmadı gibi geliyor bana. Gençlere tavsiyem; mutlaka okuyun, kendinizi geliştirin. Anne babanıza saygı gösterin. Arkadaşlarınızı iyi seçin, kimle yürüdüğünüz çok önemli. Bol bol dua edin, çalışın ve vatanımıza, milletimize hayırlı evlat olun. Yüksek mertebelere çıkın.



ÇİLE ÇİÇEĞİ

Hayatım boyunca unutamadığım anlardan biri, tarlada çalışırken üzerimden öküzün geçmesi oldu. Kolay değil o acı da, üvey babamdan gördüğüm eziyetler de içimde derin izler bıraktı. Üç kez kalp krizi geçirdim ama Rabbim bana dayanma gücü verdi. Doktorlara gittim, hayata sıkı sıkı tutundum.

Çok çileler çektim. Mısır ektilim, tarlalarda çalıştım, hayvanlarla ilgilendim. Geçmişte yaşadığım hiç bir dönemi tekrar yaşamak istemem, zor yıllardı. Bana göre hayatın en önemli değeri, sağlıklı ve mutlu bir yaşam. Geçmişin yükünü bırakıp geleceğe umutla bakmak lazım.

Huzurevinde çok mutluyum, personellerimiz çok iyi, burada gerçekten çok rahatım. Dışarıya da bağlantım kopmadı. En çok da iki yakın arkadaşımın birlikte vakit geçirmek, gezmek sohbet etmek bana keyif veriyor. Burası benim için bir huzur limanı.

Bence eski zamanla şimdiki zaman arasında çok büyük fark yok. İnsan yine insan, hayat yine hayat. Gençlere tavsiyem; vicdanlı olun, helal süt emmiş arkadaşlar edinin. Bol bol iyilik yapın, kötülüğe kötülükle karşılık vermeyin. Her şeyin başı iyi niyet ve sağlam bir kalptir.



18'LİK DELİKANLI

Ben bugüne kadar zorluk yaşamadım diyebilirim. Hem ailemle hem çevremle ilişkilerim hep iyiydi. Ama madende çalıştığım yıllar, en büyük sınavımdı. Çok dar alanlarda, ölüm korkusuyla 23 yıl geçirdim. Zordu ama bana çok şey kattı. Yine 18 yaşında olsam, yine madenlerde çalışırdım.

Hayatın en önemli değeri, bence aileyle birlikte huzur içinde yaşamak. Huzurevi bu konuda bize çok şey sunuyor. Yaşam kalitemiz yüksek, her türlü imkanlarımız var, çalışanlar bizimle çok iyi ilgileniyor. Ailemle olan iletişimim beni günlük hayatta en çok mutlu eden şey. Büyük şehirde yaşamak istemedim bu yüzden burda kalmayı tercih ettim. Hem ailemizle hem dış dünya ile bağımız kopmuyor. Yemekler güzel, arkadaşlık güzel, ilgi güzel çok huzurlu..

Geçmişle bugünü kıyasladığımda, bir şeyler değişti elbette. Eskiden insanlar birbirine daha çok saygı gösterirdi. Şimdi o saygı yer yer eksik. Gençlere tavsiyem; ailelerinin değerini bilsinler, her zaman saygılı olsunlar. Okusunlar, mesleklerini ellerine alsınlar, ayaklarının üstünde dursunlar. Kendilerine inanıp güvensinler. Hayat dediğin böyle daha güzel yaşanır.



SABIR ŞOFÖRÜ

68 yaşındayım. Antalya'da şoförlük yaptığım yıllar hayatımın en unutulmaz zamanlarıydı. Direksiyon başında geçen günlerimi çok özleyorum. Zorluklar olmadı mı? Oldu elbet... Özellikle aniden yola atlayan insanlar ya da birilerinin beni kandırdığı zamanlar hâlâ hafızamda tazeliğini koruyor. Ama sabırla, çalışarak, dürüstlükten şaşmadan hepsinin üstesinden geldim.

Eğer imkanım olsa 25 - 30 yaşlarıma dönmek isterdim. Gençliğimin o enerjisini yeniden yaşamak güzel olurdu. Hayatın bence en kıymetli değeri, dürüst olmaktır. Dürüstlüğün insanı hem Allah katında hem toplum içinde değerli kıldığına inanırım.

Huzurevinde herkes kendi halinde, kimse kimseye karışmıyor, dünyadan uzak ama huzur dolu bir hayatımız var. Bartın'ın farklı yerlerine gidip oturur, insanlarla muhabbet ederim. Hâlâ taksicilik yapıyorum, bolca insanlarla iletişim halindeyim, bu beni dinç tutuyor. En çok da torunlarımla ilgilenmek ve müzik dinlemek beni mutlu ediyor.

Eskiden toplu taşımada, sokakta, yaşlıya gence saygı vardı. Şimdi o saygı eksiliyor gibi. Gençlere tavsiyem şu; saygılı olun, saygıyla yaşayın, ne olursa olun iyi kalın, dürüst olun ve hayatınıza güçlü bir şekilde kaldığınız yerden devam edin.





DÜŞÜNCELERİMİZ:

Emirhan BEKTAŞ:

Bazı kelimeler sayfalara sığmaz; yaşanır, hissedilir ve iz bırakır... Yaşlı Dostu Kulübü olarak çıktığımız bu anlamlı yolculukta, hem sürecin koordinatörlüğünü üstlenmek hem de röportajlara birebir katılmak, kalbimde silinmeyecek izler bıraktı. Her hikayede bir ömür, her sohbette içten bir bağ, her bakışta anlatılmayan duygular gizliydi. Bu dergi; zamanla yarışmadan, zamana dokunanların sesi oldu.

Gizem GEDİK:

Yaşlılar geçmişin aynasıdır. Onlardan dinlediğimiz tavsiyeler ve tecrübeler bize ileride her anın kıymetini bilmemiz için bir ışık olacaktır.

Elif Nur KOÇ:

Hayat, çoğu zaman geçmişi dinleyerek anlaşılır. Biz Yaşlı Dostu Kulübü üyeleri olarak huzurevinde gerçekleştirdiğimiz bu proje sayesinde geçmişe bir pencere açtık her bir yaşlının anlattığı hikaye, sanki yıllarca saklanmış bir hazine gibiydi. Kimi zaman bir mutluluk kimi zaman üzgün yaşanmışlıklarıyla büyüledik.

Ömer KOÇ:

İnsan ömründe her yaşın ayrı bir önemi olduğunu; bu yüzden, her günü kıymetini bilerek yaşamak gerektiğini ve zamanın asla geri gelmeyeceğini anladık.

Ülkü KURU:

Yaşlı Dostu Kulübü olarak gerçekleştirdiğimiz bu projede, yaşlı bireylerimizi daha yakından tanıma fırsatı bulduğum için ayrı bir mutluluk duyuyorum. Bu röportaj, onların hayatlarına dokunarak, sıcacık bir ortamda geçirilen her saniyenin anlamını derinden hissettirdi. Öncelikle bu anlamlı anıları bizimle paylaşan değerli yaşlı bireylerimize teşekkür ediyorum.

Leyla YILDIRIM:

Bazı mekanların ve zamanların ruhu vardır. Yaşamların İzleri Kuşaklar Buluşuyor... aslında unutulmadıklarını ve ruhları destekler niteliktedir. Büyüklerimiz onlarla sohbet etmek, etkinlikler yapmak onların ruhlarını, onları hatırladığımızı hissettirmek hem bizler için hem de onlar için güzeldi.

Esma Nur HASGÜL:

Güzel ve faydalı bir etkinlikti. Yürüttüğümüz proje Yaşamların İzleri: Kuşaklar Buluşuyor, daha etkili bir iletişim ve büyüklerimizle kaynaşmamıza vesile oldu.

Havva İRVEN:

Benim için güzel bir deneyim oldu. Bilgilerime yeni bilgiler eklendi. İlerideki meslek hayatımda gerek etik açıdan gerekse motivasyon açısından büyük bir katkısı olacağını düşünüyorum.

Zuhal UÇKAN:

Yaşlı Bakım Programı öğrencisi olarak, dergiyi çok öğretici buluyorum. Derslerde hocalarımızdan aldığımız teorik bilgileri destekleyici olduğu için konuları anlamam daha iyi ve kolay oldu. Dergide yer alan vaka örnekleri ileriki mesleki hayatıma önemli bilgiler katacaktır. Dergiyi takip etmek mesleki gelişimime katkısı olacaktır.

Beyza GÜNEŞ:

Bu güzel projemizle büyüklerimizin hayatlarına dokunduk, yaşanmışlıklarına tanıklık ettik. Dergi sayfalarında onların sesine yer vermek, bizler için hem büyük onur hemde unutulmaz bir deneyimdi. Her cümle geçmişten bugüne uzanan bir köprü gibiydi.

YAŞLI DOSTU KULÜBÜ

PROJEYE DEĞER KATAN HERKESE;

Bir hayalin peşinden yola çıktık; geçmişle geleceği, tecrübeyle gençliği bir araya getirmek istedik. Her adımda daha da büyüyen, daha çok yürekle anlam kazanan bu projede emeği geçen herkese gönülden teşekkür borçluyuz.

Öncelikle bu projenin hayata geçmesinde desteği olan **GENÇLİK VE SPOR BAKANLIĞI**'mızın yürüttüğü **Üniversite Öğrenci Toplulukları İş Birliği ve Destek Programı (ÜNİDES)** kapsamında bize sunduğu imkanlarından dolayı teşekkür ederiz.

Kulüp danışmanımız olan değerli hocamız Öğr. Gör. Necla KUNDAKCI'ya, yolumuzu aydınlatan fikirleri, anlayışı ve desteği için gönülden teşekkür ederiz. Aynı zamanda projeye katkılarıyla değer katan Dr. Öğr. Üyesi Elçin SEBAHAT KASAPOĞLU, Öğr. Gör. Arzu TAZEGÜN ÖZSEZGİN ve Öğr. Gör. Elif YATGIN'a bilgi ve ilham dolu destekleri için en içten şükranlarımızı sunuyoruz.

Bartın Üniversitesi ailesine, bizlere böylesine kıymetli bir ortam sundukları, destekledikleri ve gençliğin sesine kulak verdikleri için teşekkür ederiz. Projeye gönül vererek katılım sağlayan, hikayeleriyle dergimize ilham olan, içtenlikleriyle bizleri etkileyen huzurevi sakinlerine ve çalışanlarına özel bir teşekkür borçluyuz. Huzurevi sakinlerimizin yaşam tecrübeleri ve sıcak sohbetleri, bu projeye ruh katan en değerli parçalardan biri oldu.

Projeye emek veren, her detayıyla ilgilenen, sahada aktif çalışan, yaşlılarımızla birebir ilgilenerek bağ kuran Yaşlı Dostu Kulüp üyelerimize ve Genç Ofis liderlerine yürekten teşekkür ederiz. Sizler sayesinde bu çalışma sadece bir proje olmaktan çıktı, anlamlı bir birlikteliğe dönüştü.

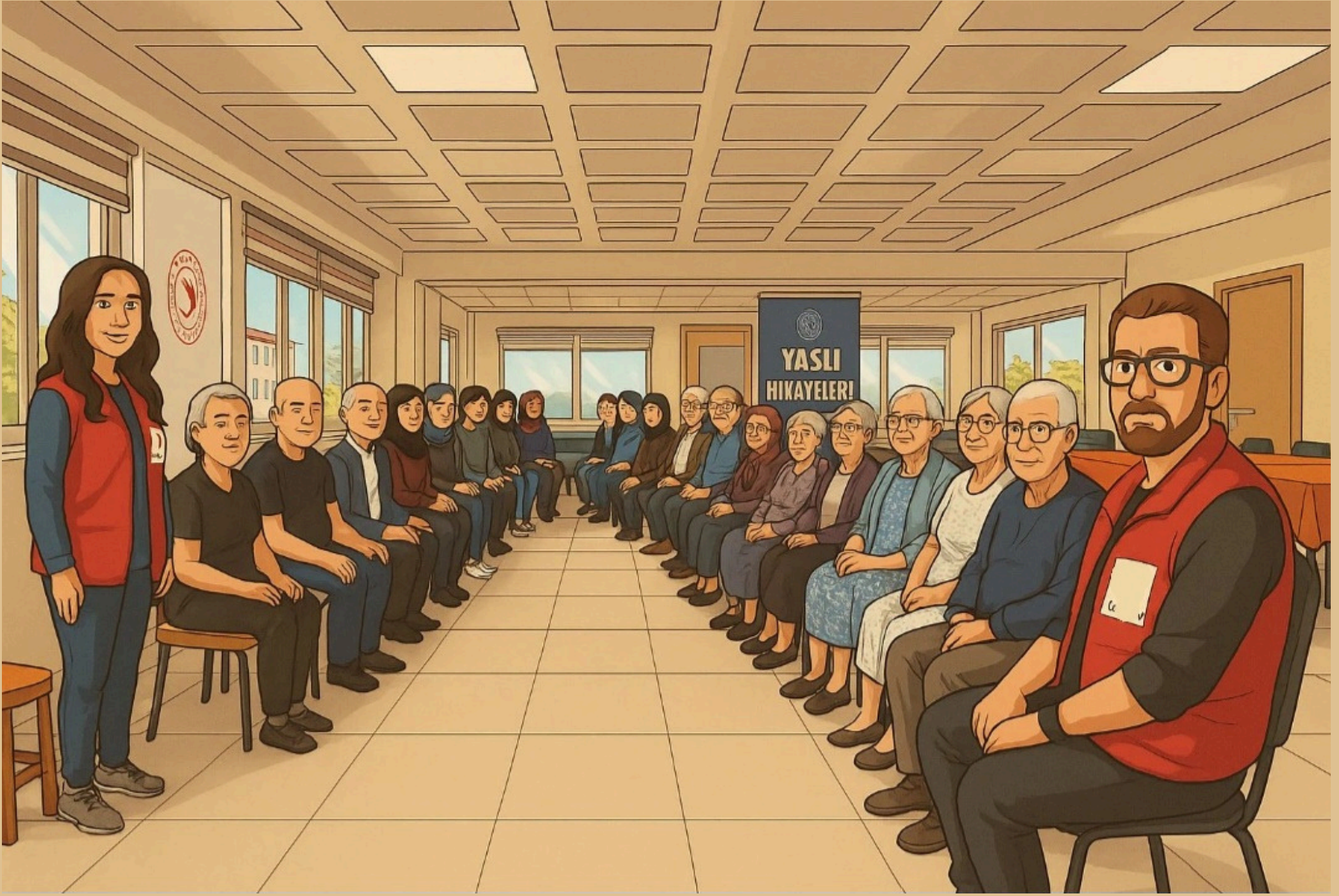
Son olarak; projenin en başından itibaren destek veren, yanımızda olan, fikirleriyle katkı sağlayan, bir tebessümle, bir dokunuşla bizi cesaretlendiren herkese.. Hep birlikte büyüttüğümüz bu anlamlı yolculuk için sonsuz teşekkürler.

Birlikte başardık, birlikte güzelleştik. Nice projelerde, nice gönüllerde buluşmak dileğiyle...

Emirhan BEKTAŞ
Proje Koordinatörü



YAŞANMIŞLIKLARIN ARDINDA: BİR NESLİN HİKAYESİ



Hazırlayan: Yaşlı Dostu Kulüp gönüllüleri

Destekleyen: Gençlik ve Spor Bakanlığı ÜNİDES Programı

Nisan 2025
Bartın

