

## **0 büyük kızak olmazsa yaşlandığında ben seni nasıl ormana bırakacağım?**

### **SELAMİ ÖKTEM**

Anonim olarak anlatılagelen bir hikaye vardır. Uzak ülkelerin birinde adil, bilge ve güçlü bir kral; yaşlılardan oluşan bir meclisle ülkesini huzur içinde yönetirken hayatını kaybeder ve tahta genç varisi geçer. Bu genç kral hemen ülkenin topraklarını büyütme ve gücünün farkında olmadan boyundan büyük savaflara kalkışmak ister. Daha büyük yurt ister, daha fazla zengin olmak ister, daha da güçlü olmak ister. Ne istiyorsa hemen olsun ister... Ancak yaşlılar meclisi genç kralın toy ve aceleci kararlarına karşı çıkararak meydana gelebilecek büyük sorunları engellemiş.

Genç kral, yaşlıların karar alırken korkak davrandığını, yanlış düşündüğünü ve kendisinin başarılarını engellediğini düşünür ve artık ülkesinde sadece gençlerin yaşaması gerektiğine karar verir.

“Ey, ahali bundan sonra 70 bahar görmüş her yaşlı kasabalardan uzağa götürülüp dağlara ve ormanlık alanlara terk edilecek! Buna uymayanlar cezalandırılacak!” Hikayesine konuk olduğumuz ve bu ülkede yaşayan genç bir çiftçide yaşadığı çiftliğin idaresini babasından devralarak, babasının elini ayağını bağlayıp büyük bir kızağın üzerine koyarak ormanın yolunu tutar. Babasının ağlamalarını, yalvarmalarını dinlemez. Bu yolculukta genç çiftçinin küçük oğlu da onlara eşlik etmektedir.

Babasını ormanın derinliklerinde vahşi hayvanların insafına bırakan genç çiftçi dönüş yolunda yaşlı babasından aldığı bu yeni çiftlikte kuracağı yeni yönetimi ve yapacağı yenilikleri kendi içinde hayal ederek düşüncelere dalmıştır ki birden küçük oğlunun sesiyle irkilir.

“Baba, geri dönmeliyiz?”

“Neden dönelim?”

“Büyük babamı ormana götürürken kullandığımız kızağı orada unuttuk. Onu büyük babam yapmıştı, artık onu yapabilecek kimse yok. 0 büyük kızak olmazsa yaşlandığında ben seni nasıl ormana bırakacağım?”

Genç çiftçi o an irkilip kendine gelir. Babasını ormana bırakan çiftçi aslında babasını değil kendini ölüme terk etmiştir. Hep böyle değil midir zaten?

Yaşlılarımıza ne kadar iyi davranıyorsak çocuklarımız da bize o kadar iyi bakar. Ne görüyorlarsa onu öğrenirler.

2018 yılında yayınlanan on birinci kalkınma planı özel ihtisas komisyonu raporunda yaşlanma başlığı altında verilen verilere göre, dünya genelinde 2017 yılında 967 milyon olan yaşlı nüfus popülasyonu, 2050 yılına gelindiğinde 2.1 milyara ulaşarak 2 katından fazla artmış olacak.

Ülkemizde 2017 yılında yüzde 8.5 olan yaşlı nüfus oranı ise 2040 yılına gelindiğinde yüzde 16, 2060 yılına gelindiğinde ise yüzde 22 oranına ulaşması beklenmektedir. Ülkemizde 2017 yılı baz alındığında çalışma çağı yaşlarındaki her 100 kişiye düşen yaşlı sayısı 12,6 kişidir. Zamanla artmaya başlayacak olan bu oranın 2040'da 25,3'e, 2060'a gelindiğinde de 37,5'e çıkacağı öngörülmektedir. Her ne kadar yaşlı bağımlılığı Türkiye'de Avrupa ülkelerinkine kıyasla düşükse de Türkiye'nin yaşlanma süreci içinde hızla yol almakta olması önemlidir.

Yaşlı nüfus artış hızına paralel olarak yaşlılık ve yaşlı sağlığı konularında farkındalık yaratmak amacıyla tüm dünyada 1 Ekim Dünya Yaşlılar Günü olarak anılmaktadır. Bu sebeple gelecekte ülkemizi bekleyen bu durum için şimdiden dikkat çekmek istedim. Özellikle Alzheimer, Demans ve Depresyon gibi ileri yaşlarda görülme sıklığı artan hastalıklara karşı bilinçli olmalı ve yaşlı insanların hem fiziksel hem de sosyal aktivitelerine yardımcı ortamlar sunmalıyız.

Gümüşhane özelinde yaşlılık ve yaşlı insanlar konusuna baktığımızda geçmişten

gelen kültürel bağlarımızın çok sağlam olduğunu görerek seviniyorum. Ancak birçok konu da olduğu gibi bizleri bir araya getirecek, yeterli ve dengeli beslenmenin önemini anlamamızı sağlayacak, doğru fiziksel aktivite ve egzersiz yapmamızı sağlayacak, alkol ve sigara gibi zararlı maddelerin vücutlarımıza verdiği hasara karşı gözümüzü açacak özellikle yaşlılara yönelik organizasyon ve ortamlara ihtiyaç var.