Yaş Almış Çankayalıların Buluşma Noktası: Bahar Evleri

Yayın Tarihi: 15.03.2025 00:00

Kategoriler: Eğitim, Sağlık, Emekli Lokalleri

PDF Oluşturma Tarihi: 03.11.2026 20:06

ÇANKAYALILAR İÇİN BAHAR EVLERİNDE SAĞLIK VE EĞLENCE BİR ARADA

Çankaya Belediyesi, ileri yaştaki vatandaşların sağlıklı yaşam sürmesi ve kaliteli zaman geçirmesi için Ayrancı, Cebeci, Sokullu, Mutlukent ve Çayyolu Bahar Evleri'nde sosyal hizmetlerini sürdürüyor. Yaş almış Çankayalıların buluşma noktası haline gelen Bahar Evlerinde uzman eğitmenler tarafından seminerler verildiği gibi katılımcılara sağlık kontrolleri de yapılıyor.

Çankaya Belediyesi, yaş almış vatandaşların hoşça zaman geçirebilmeleri için Bahar evlerinde hizmetlerine devam ediyor. Ayrancı, Cebeci, Sokullu, Mutlukent ve Çayyolu'nda bulunan ve ileri yaştaki bireylerin yaşam kalitesini artırmak için çeşitli etkinliklerin düzenlendiği Bahar evlerinde ruh ve beden sağlığı gibi birçok farklı konuda bilgi verilirken ileri yaşın getirdiği hastalıklara karşı önlem almak amacıyla zihin çalıştıran akıl oyunları etkinlikleri de düzenleniyor.

HAFIZAYI GÜÇLENDİRMEK İÇİN AKIL OYUNLARI

Çankaya Belediyesi, Baharevleri'nde düzenlenen hafıza ve refleks oyunlarıyla, yaş almış bireylerin zihinsel kapasitesini artırmayı, hafızalarını güçlendirmeyi ve reflekslerini geliştirmeyi amaçlıyor. Alzheimer ve demans gibi hastalıklara karşı önemli bir koruyucu tedbir olan bu oyunlar, katılımcıların günlük yaşamlarını daha kaliteli ve sağlıklı bir şekilde sürdürebilmelerine katkı sağlıyor. Bahar evlerinde ayrıca obezite, kalp, böbrek ve ağız ve diş ile göz hastalıkları gibi rahatsızlıklara karşı da bilgilendirme seminerleri gerçekleştiriliyor.

DÜNYA BÖBREK GÜNÜ'NDE SEMİNER VERİLDİ

Bahar evlerinde her hafta özel bir konuya ilişkin alanında uzman isimler tarafından sağlık seminerleri veriliyor. Güncel olaylar ve genel halk sağlığı ve farkındalık eğitimi, spor, sağlıklı yaşam, ergoterapi, ruh sağlığı gibi konulara ilişkin seminerlerin yanı sıra toplumsal cinsiyet, aile ilişkileri, kadın hakları, engelli hakları gibi sosyal konularda da bilgilendirme yapılıyor. Seminerler sadece teorik eğitimle sınırlı kalmıyor. Çankaya Belediyesi, katılımcılara seminerlerde işitme testi, göz muayenesi, şeker ve tansiyon ölçümü gibi sağlık kontrolleri de sunuyor.

Baharevlerinde farkındalık etkinlikleri de düzenleniyor. Dünya Böbrek Günü dolayısıyla mart ayının ikinci haftasını kapsayan günlerde tüm Baharevlerinde "Böbrek Sağlığı" seminerleri düzenlendi. Türk Nefroloji Derneği Ankara Şubesi ve Ankara

Üniversitesi Tıp Fakültesi İç Hastalıkları A.B. Nefroloji B.D. doktorları Prof. Dr. Siren Sezer, Doç. Dr. Özant Helvacı Ayrancı, Cebeci, Sokullu, Mutlukent ve Çayyolu Baharevi sakinlerine böbrek sağlığını korumanın önemi konusunda bilgiler verdi.

SOSYALLEŞEREK KALİTELİ ZAMAN GEÇİRİYORLAR

Baharevlerinde ayrıca bayramlar, özel gün ve haftalara dair konserlere, gezilerden film gösterimlerine, farklı alanlarda çok sayıda sosyal ve kültürel faaliyet yapılıyor. Çankaya Belediyesi'nin Baharevleri'nde düzenlediği bu etkinlikler, sosyal belediyecilik anlayışının bir parçası olarak büyük önem taşıyor. Belediye, ileri yaştaki vatandaşların yalnızlıklarını azaltmak, sosyal bağlarını güçlendirmek ve sağlıklarını korumak için birçok projeyi hayata geçiriyor.