

ÜLKE BILGI FORMU Türkiye'de Engellilerin yaşam tarzı ve alışkanlıkları

TÜRKİYE'DE EN YAYGIN ENGELLER

Son zamanlarda, Türkiye'deki ana engelliler şu kategorilere ayrıldı: zihinsel engelliler, işitme engelliler, görme engelliler, ortopedik engelliler, dil ve konuşma engelliler, zihinsel ve duygusal hastalıklar, kronik hastalıklar, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozuklukları.

Tablo – Genel nüfus içinde engel grubuna göre engelli nüfus, 2011¹

Engel Grubu	Toplam Nüfus Oranı (%)	Erkek (%)	Kadın (%)	Toplam (Kişi sayısı)	Erkek (Kişi sayısı)	Kadın (Kişi sayısı)
Görmede zorluk yaşayanlar ⁽²⁾	1,4	1,3	1,5	1.039.000	478.000	561.000
İşitmede zorluk yaşayanlar ⁽³⁾	1,1	1,1	1,2	836.000	406.000	429.000
Konuşmada zorluk yaşayanlar ⁽⁴⁾	0,7	0,8	0,6	507.000	278.000	229.000
Yürümede, merdiven çıkmada / inmede zorluk yaşayanlar ⁽⁴⁾	3,3	2,4	4,1	2.313.000	861.000	1.452.000
Bir şeyler taşımada / tutmada zorluk yaşayanlar ⁽⁴⁾	4,1	3,2	5,1	2.923.000	1.136.000	1.787.000
Yaşlılarına göre öğrenmede / basit dört işlem yapmada / hatırlamada dikkatini toplamada zorluk yaşayanlar ⁽⁴⁾	2,0	1,6	2,4	1.412.000	565.000	847.000

¹ [Engelli ve Yaşlı İstatistik Bülteni](#), Engelli ve Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü, Mayıs 2020

ENGELLİ BİREYLERİN SAĞLIK, EĞİTİM VE DİĞER İLGİLİ HİZMETLERE ERİŞİMİNİ KOLAYLAŞTIRAN BAŞLICA PAYDAŞLAR:

- Kamu kuruluşları (100+), aralarında
- [Tüm Engelliler ve Aileleri Yardımlaşma Derneği](#)
- Sivil toplum kuruluşları (1.000) + aralarında
- [Türkiye Sakatlar Konfederasyonu](#)
- [Türkiye Engelliler Vakfı \(TÜREV\)](#)
- [Engelsiz Yaşama Derneği - Ey-Der](#)
- [Türkiye Bedensel Engelliler Spor Federasyonu](#)
- [Türkiye Beyazay Derneği](#)
- [Türkiye Sakatlar Derneği](#)
- [İstanbul Engelli Dernek ve Vakıfları](#)
- [Bedensel Engellilerle Dayanışma Derneği](#)

ENGELLİ BİREYLERE SAĞLANANAĞLIK HİZMETLERİ

Her mahalle örneğin, "Bahçeşehir Sağlık Ocağı" (Bahçeşehir Aile Sağlığı Merkezi) gibi bir veya daha fazla halk sağlığı merkezine sahiptir ve çoğu, Engelli Bireyler için özel olarak hazırlanmış eşlik eden önlemleri içeren özel hizmetlere sahiptir. "Halk Sağlığı Hizmetleri Başkanlığı - İstanbul İl Sağlık Müdürlüğü" (Halk Sağlığı Hizmetleri Müdürlüğü - İstanbul İl Sağlık Müdürlüğü) gibi merkez müdürlükleri tarafından koordine edilmektedir.

TEMEL ÖNERİLER

HEPA merkezli programlar beslenme planları ile birlikte oluşturulmalı ve en önemlisi eğitim alanı, politikacılar ve sivil toplum kuruluşları dahil olmak üzere HEPA'nın tüm paydaşlarının katılımı sağlamalı, HEPA alanında uzman ve profesyonellere ek olarak, çocukların ve gençlerin sağlıksız yiyecekler ve şekerli içeceklerle beslenmelerini azaltarak sağlıklı yiyeceklerle beslenmeleri sağlanmalı.

Hareketsiz yaşamı önlemeyi kolaylaştırmak için çocuklar ve gençlerin eğitim alanı dışında daha fazla fiziksel aktivite yapmaları desteklenmelidir.

Çocukların erken yaşta itibaren sağlıklı beslenme, uyku ve fiziksel aktivite alışkanlıklarıyla, muhtemelen bilgisayar temelli olmayan ciddi oyunlarla büyümelerini sağlamak için tüm paydaşların katılımını sağlayacak şekilde ebeveyn alanı için kılavuzlar hazırlanmalıdır.

Sağlıklı okul ortamı tüm paydaşlar tarafından sistemli bir şekilde teşvik edilmeli ve desteklenmeli, sağlıklı beslenme okuryazarlığı örgün eğitim programlarına entegre edilmelidir, okul çağındaki çocuklar ve gençler için, özellikle eğitim alanı veya yılı dışındaki faaliyetler göz önünde bulundurularak fiziksel aktivite kılavuzları oluşturulmalıdır.

HEPA'nın ilgili tüm paydaşlarını kapsayan bir kamu-özel işbirliği planı aracılığıyla obez çocuk ve ergenler için yaşam tarzını düzenlemeyi amaçlayan aile temelli, eğitim alanı dahil, HEPA alanındaki uzmanlara ve profesyonellere ek olarak politikacılara ve sivil toplum kuruluşlarına ve daha da önemlisi çocukların kendilerine dahil (doğrudan hak sahipleri olarak) çok yönlü hizmetler oluşturulmalıdır.

ENGELLİ BİREYLERE SUNULAN TEMEL EĞİTİM HİZMETLERİ

Ulusal düzeyde EB ile ilgili hususları içeren merkezi eğitim programı, Sağlıklı Beslenme Aktif Yaşam Programında ve özellikle Türkiye Cumhuriyeti Çocukluk Çağı Obezitesini Önleme Eylem Planında (2019 - 2023) toplanmıştır.1 Plan, özellikle HEPA ve beslenme uzmanları ve çocuk psikolojisi uzmanları olmak üzere çok paydaşlı bir yaklaşıma göre detaylandırılmıştır. Aralık 2017'de şunu belirtmek yerinde olacaktır: Türk hükümeti çocukluk çağı obezitesini sona erdirmek için çoklu ve sektörler arası katılımı başlatma sözü verdi ve bu kararlılığı sürdürmek için Sağlık Bakanlığı bir ulusal eylem planı oluşturmak için DSÖ'den teknik yardım için başvurdu.

¹ Çocukluk Çağı Obezitesinin Önlenmesi ile İlgili Eylem Planı (2019 – 2023), Ministry of Health of the Turkish Republic, 2019

İÇ VE DIŞ ENGELLER

Hem kamu hem de özel kuruluşlar, Engelli Bireylerin spor ve HEPA'ya katılımı için uyarı sağlama ihtiyacını ele almaya yönelik ve daha küresel olarak sağlıklı yaşam tarzları alanında aktif olarak geliştiriyor. Yine de hızla artan Türk nüfusu göz önüne alındığında, kaynaklar herkese ulaşmak için yeterli değil, bu şekilde EB için ana dış bariyer oluşturuyor. Ana iç engel, mali genel kaynakların eksikliğidir ve bunun sonucunda ebeveyn alanı, çocuklarını ekonomik faaliyetlere dahil etmek de dahil olmak üzere yalnızca bu konuya odaklanıyor. Çocuklar için gerçekten spor ve HEPA ile uğraşmak istedikleri için zor bir durum. Bu ihtiyacı karşılamak için hem kamu hem de özel kuruluşlar bu alanda aktif olarak gelişmektedir.

INTERNE OG EKSTERNE HINDRINGER:

Temel bulgular aşağıdaki gibi yapılandırılmıştır:

- çocukların çoğu sağlıklı bir yaşam tarzının ne olduğunu ve sağlıklı beslenme ile birlikte HEPA'nın ne kadar önemli olduğunu farkında değildir;
- çocukların büyük çoğunluğu risklerin ve sağlık koşullarının (obezite) farkında değil ve geceleri düzenli bir uyku alıyor ve dünya çapında kendinizi iyi hissediyor musunuz;
- belirli bir tıp profesyoneli tarafından takip edilmiyorlar ve eğitim alanı dışında herhangi bir HEPA uygulamıyorlar ve daha sağlıklı yiyecekleri düşünmek şöyle dursun, bu tür faaliyetlere katılmak için düşük motivasyon ortaya koyuyorlar ve düzenli olarak suçlanıyorlar;
- sağlık uzmanları, çoğu zaman aşırı kilolu ve hatta bazen obez oldukları için, ebeveynlerin HEPA ve sağlıklı gıda konusunda tamamen bilinçsizliklerini vurgulamaktadır;
- bu profesyoneller, çocukların HEPA'ya katılmalarının önündeki ana engelin ebeveynlerin bulunmaması, Sosyal Medyaya ve bilgisayar tabanlı oyunlara daha fazla ilgi duyması;
- eğitim alanındaki personel, "HEPA odaklı" bir kültür oluşturmak için HEPA'yı toplumsal gündemin merkezine koyma ihtiyacının altını çiziyor.

SPOR KATILIMI VE SAĞLIKLA İLGİLİ YAŞAM KALİTESİ

Türkiye'de, Engelli Birey hedef grubunun spora katılımı, değişimin kilit bir unsuru olarak hareket eden sivil toplum arenasından teşvik edilerek büyük ölçüde gelişmiştir. Bu, eğitim alanının kilit bir rol oynadığı, Türkiye Cumhuriyeti'nin Çocukluk Çağı Obezitesinin Önlenmesine Yönelik Eylem Planı ile büyük ölçüde güçlendirilmiştir.

HEPA, eğitim programlarının temel bir bileşeni olarak kapsamlı bir şekilde entegre edilmiştir ve ek altyapı veya ekipman kullanmaz ve çocukların en çok neye ihtiyaç duyduğu göz önüne alındığında, örgün eğitim gündeminin ayrılmaz bir parçası olan mevcut varlıkların iyileştirilmesine dönüşür. yine de ek boyut kazanır.

Yukarıda bahsedilen HEPA odak programının temel özelliklerinden biri tarafsızlıktır: obeziteye sahip çocuklar, herhangi bir dışsal ve görünür özgülük belirtisi olmaksızın kapsamlı bir şekilde faaliyetlere entegre edilirler. Daha özel olarak, Engelli bireyler, faaliyetlerin HEPA odağının yanı sıra programın merkezinde yer almaktadır. Çocuklar oynarken anlamayı öğrenir, duygusal zeka geliştirir, öz farkındalığı ve ötesini geliştirir.

Ayrıca, diyetin sağlığını ve refahın sürdürülmesinde oynadığı anahtar rol konusunda farkındalık yaratmayı güçlendirmek için programın daha sağlıklı yaşam tarzlarının beslenme boyutunu içerdiğinden bahsetmek çok önemlidir.