



Çocuklar için yeni bir hizmet

» Kadıköy Belediyesi, çocukların sağlıklı bir şekilde büyümesi için desteğini sürdürüyor. Ekim ayında hizmet vermeye başlayacak Duyu Bütünleme Merkezi, duyu bütünleme sorunu yaşayan tanılı ya da tanısız çocuklara hizmet verecek ● Sayfa 2'de



Eğitime erişimde eşitsizlik derinleşiyor

» Eğitim-Sen'in hazırladığı raporda okulların hijyen sorunu ile karşı karşıya olduğu vurgulanırken, okul ve kırtasiye masraflarının, öğrencilerin yeterli beslenememesinin eğitime erişimde yaşanan eşitsizliği derinleştirdiği ifade edildi ● Sayfa 3'te



Kurslarla eğitime tam destek

» Kadıköy Belediyesi Örgün Eğitime Destek Kursları çatısı altında 11. ve 12.sınıflar ile lise mezunu gençlere ücretsiz üniversite hazırlık kursu veriyor. Kurslara katılan öğrenciler, eğitimin yeterli ve kaliteli olduğunu söylüyor ● Sayfa 2'de



kadıköy çizgi festivali başladı

Kadıköy Belediyesi Karikatür Evi'nin bu yıl beşincisini düzenlediği Kadıköy Çizgi Festivali başladı. Üç gün boyunca Yoğurtçu Parkı'nda sürecek festival; sergiler, atölyeler, imza günleri, film gösterimleri ve çizgi roman mezatı gibi etkinliklere ev sahipliği yapacak ● Sayfa 10'da

İstanbul'un yabancıları



BEGÜM KAKI 7'DE

İki kitap bir insan...



MURAT BEŞER 11'DE

Halitağa Caddesi, Zamböğlü ve Mısırlıoğlu Bahçeleri



PINAR ERKAN 14'TE

Edebiyat Hayatından Hatırlamalar - 283



HIFZI TOPUZ 5'TE



"Hayatı doğrudan deneyimleme alanı yaratılmalı"



Çocuk Gelişim Uzmanı Yurdagül Tabakçı ile helikopter ebeveynliği konuştuk. Tabakçı, "Çocuklarımızın ilerlemesini, büyümesini ve gelişmesini istiyorsak; onlara problem ve bu problemleri çözecek alanlar yaratmalıyız. Aksi takdirde, çocuklarımız büyüye de "çocuk" olarak kalacaktır" diyor ● Sayfa 4'te



PLAKLAR KADIKÖY'DE DÖNDÜ

Kadıköy Belediyesi'nin bu yıl sekizincisini düzenlediği Kadıköy Plak Günleri, Kalamış Atatürk Parkı'nda yapıldı. İstanbul'un önemli plakçıları ile koleksiyonerlerin buluşması, söyleşi, imza etkinlikleri ve DJ performansları ile renklendi ● Sayfa 11'de



Bir aile hekimine 3 bin 187 kişi düşüyor

İstanbul Planlama Ajansı'nın araştırmasına göre Türkiye genelinde bir aile hekimine 3 bin 72 kişi düşerken, İstanbul'da ise bir aile hekimine 3 bin 187 kişi düşüyor. Özel hastane sayısı kamu hastanelerinin 3 katı olduğu için vatandaşlar çoğunlukla özel hastanelere yönelmek zorunda kalıyor ● Sayfa 8'de





Duyu Bütünleme Merkezi

Kadıköy Belediyesi'nin ekim ayında açacağı Duyu Bütünleme Merkezi, duyu bütünleme sorunu yaşayan tanılı ya da tanısız çocuklara hizmet verecek

● Seyhan KALKAN VAYIÇ

Kadıköy Belediyesi, çocukları eğitimi, sağlık, spor, kültür ve sanat alanında desteklemeye ve bu alanlarda projeler üretmeye devam ediyor. Bu projelerden biri ekim ayında hizmet vermeye başlayacak olan Kadıköy Belediyesi Duyu Bütünleme Merkezi. Kadıköy'de ikamet eden duyu bütünleme sorunu yaşayan tanılı ya da tanısız çocuklara hizmet verecek olan merkezde, alanında uzman ergoterapistler görev alıyor.



Kadıköy Belediyesi Duyu Bütünleme Merkezi'nde görev alan ergoterapist Sude Öcal ile bir araya geldik, Duyu Bütünleme Merkezi'nde neler yapılacağını konuştuk. "Duyu bütünleme, vücudumuzun çevreden aldığı duyu bilgileri beynimizin işleyebilme sürecidir." diyor ergoterapist Sude Öcal, "Örneğin, dışarıdan aldığımız sesleri duyabilmek, dengemizi koruyabilmek, farklı dokuları hissedebilmek, farklı tatları alabilmek ve bunları yorumlayabilmek duyu bütünleme sürecini kapsayan adımlar. Bu adımlar olumlu ilerlediği zaman duyu süreci de sağlıklı işler. Ama sü-



rekte sıkıntı olduğu zaman yetişkinlerde ve çocuklarda duyu bütünleme sorunları görülebilir." dedi.

Görsel ve işitsel, tat alma, dokunma gibi birden fazla duyumuz olduğunu söyleyen ergoterapist Sude Öcal, bilgilendirmeyi şöyle sürdürdü: "Tüm duyularımız birbiri ile bağlantılı ve orantılı bir şekilde ilerler. Örneğin görsel sistemimizde bir sıkıntı varsa işitsel sistemimiz de etkileniyor. Denge ve koordinasyonda sıkıntı varsa görsel açıdan odaklanamadığımız için dikkatimiz de dağılıyor. Aktivite de kalma süresi de kısa oluyor. Bir sistemde sıkıntı varsa diğer sistemler de etkilenir. Tüm duyularımız sağlıklı bir şekilde çalışırsa birlikte ilerler ve duyu bütünleme sorunu yaşanmaz."

"EN VERİMLİ ÇAĞ ÇOCUKLUK"

Duyu bütünleme sorunu daha küçük yaşlarda tespit edilirse daha hızlı ilerleme sağlanabilir. En verimli çağı erken çocukluk dönemidir. Biz de merkezimizde çocuklar ile çalışacağız. Örneğin dengesini koruyamayan, koordinasyonda motor planlaması sıkıntılı olan çocuklarla salınacaklarda çalışıyoruz. Motor planlama ile denge ve koordinasyon sistemi gelişiyor. Dokunma sisteminde sorun yaşayan çocuklar için farklı aktivitelerimiz oluyor. Örneğin kinetik kumdan ve köpük oyunlarımıza kadar farklı oyunlarımız ve işlevsel birçok malzememiz var. Farklı malzemelerle farklı duyu bütünleme sorunu olan çocuklarla daha etkili bir şekilde çalışabiliriz. Amacımız Kadıköy'de ikamet eden duyu bütünleme sorunu yaşayan tanılı ya da tanısız çocukların, merkezdeki eğitimlerden güzel bir şekilde faydalanabilmesi ve güzel sonuçlar almamız."

BİLGİ İÇİN İLETİŞİM ADRESLERİ
Adres: Mahmut Yesari Caddesi No:84
Koşuyolu, İstanbul
Telefon: (0216) 337 2121



● Seyhan KALKAN VAYIÇ

Sosyal belediyecilik ilkesi ile hareket ederek eğitimde fırsat eşitliğini savunan Kadıköy Belediyesi, eğitim kurumları ile Kadıköylü gençlerin ve çocukların yanında olmaya devam ediyor. Kadıköy Belediyesi Örgün Eğitime Destek Kursları da hem akademik başarıyı artırmayı hem de sosyal ve kültürel yönü geliştirmeyi amaçlıyor. Kadıköy'de ikamet eden ve eğitim görenlere yönelik ücretsiz olarak verilen Örgün Eğitime Destek Kursları çatısı altında 11. ve 12.sınıflar ile lise mezunu gençlere yönelik üniversite hazırlık kursu da var.

Üniversite hazırlık kursunun adresi olan Kadıköy Belediyesi 19 Mayıs Gençlik ve Çocuk Eğitim Merkezi'nde lise mezunu gençler hafta içi beş gün 13.00 ile 16.00 saatleri arasında, 11. ve 12.sınıflar ise cumartesi günü dahil haftanın altı günü eğitim alıyor. TYT (Temel Yeterlilik Testi) ve AYT (Alan Yeterlilik Testi) kurslarının ve deneme sınavlarının yer aldığı, aynı zamanda kitapların ücretsiz olarak dağıtıldığı merkezde rehberlik hizmeti de veriliyor. Kadıköy Belediyesi 19 Mayıs Gençlik ve Çocuk Eğitim Merkezi'ne gittik, merkezden üniversiteye hazırlık kursu alan liseden mezun gençlerle konuştuk.

"BURADA OLMAKTAN ÇOK MUTLUYUM"

Merkezden bu yıl üniversiteye hazırlık kursu alan Bilgisu Konut, "Daha önce LGS döneminde merkezden ders almıştım. Bildiğim ve güvendiğim bir yer. O yüzden burayı tercih ettim. Dışarıda dersane fiyatları çok yüksek. Şu an öyle bir imkanım yok. Burada olmaktan çok mutluyum. Dersler keyifli geçiyor. Sınıf mevcudu çok iyi. Öğretmenlerimi seviyorum. Bu öğrenciler için çok önemli. Öğretmeni sevince ders-

BİLGİ İÇİN İLETİŞİM ADRESLERİ

Destek kursları hakkında ayrıntılı bilgi edinmek isteyenler için iletişim adresleri şu şekilde:

19 Mayıs Gençlik ve Çocuk Eğitim Merkezi:
19 Mayıs Mahallesi Kürkçü Sokak No.10
Kadıköy. Telefon: (0216) 362 1105 - 362 1109

si de seviyorsun. Severek dinliyorsun. Hafta içi beş gün 13.00 ile 16.00 saatleri arasında merkezdeyim." diye konuştu.

Kadıköy Belediyesi Kuşdili Gençlik ve Çocuk Eğitim Merkezi'nde ortaokul döneminde eğitim alan, oradaki öğretmenlerin 19 Mayıs Gençlik ve Çocuk Eğitim Merkezi'ni önerdiğini söyleyen Ecrin Burçe Örnekli, "Geçen sene özel liseden mezun oldum. Buranın eğitimi mezun olduğum özel liseden daha iyi ve kaliteli. Dersler çok güzel gidiyor." dedi.

"BENİM İÇİN EN İYİ TERCİH OLDU"

"Kuzenlerim daha önce merkezden eğitim almıştı. Onlar önerdi." diyor Hayrunnisa Çakır, "Gel-

Kadıköy'den gençlere "ücretsiz üniversiteye hazırlık kursu"

Kadıköy Belediyesi 19 Mayıs Gençlik ve Çocuk Eğitim Merkezi'nde 11. ve 12.sınıflar ile lise mezunu gençlere ücretsiz üniversite hazırlık kursu veriliyor. Merkezden eğitim alan gençler, "Öğretmenlerin ilgisi ve enerjisi, merkezin disiplini ve sınıf ortamı çok iyi" diyor

dim ve gördüm. İyi ki gelmişim. İlk dersim çok heyecanlı geçmişti. Öğretmenlerin enerjisi, bizimle ilgilenmesi, sınıf ortamı çok iyi. Bunları gördükten sonra benim için en iyi tercih dedim. Ücretsiz bir kurs için çok çok iyi. Kitapların ve deneme sınavlarının ücretsiz olması, rehberlik hizmetinin verilmesi. Ücretli kurslarda bunların hepsi fiyata dahil oluyor. Rehber öğretmenimiz bizi dinliyor, stresimizi ve kaygımızı azaltmaya çalışıyor. Dış gezilerin olacağını duydum. Çok hoşuma gitti. Sadece akademik olarak değil sosyal olarak da bizi destekliyorlar. Gezilerde öğretmenlerimiz ve arkadaşlarımızla keyifli zamanlar geçireceğiz." ifadelerini kullandı.

Derslerin keyifli ve verimli geçtiğini söyleyen Gürtuğ Guranlı da şunları söyledi: "Kursun tanıtımını sosyal medyada gördüm. Ücretsiz olması çok hoşuma gitti. Beklentimin çok üstünde çıktı. Öğretmenlerimiz çok ilgili. Kafamıza takılan her şeyi öğretmenlerimize sorabiliyoruz. Sosyal etkinliklerin olması da motive edici."

"PSİKOLOJİK OLARAK DESTEKLİYORUZ"

19 Mayıs Gençlik ve Çocuk Eğitim Merkezi'nde Matematik Öğretmeni olan İlkunur Demir, merkezde dersleriyle 9 Eylül'de başladığını söyleyerek şunları anlattı: "Ama üniversiteye hazırlık dersleri, 19 Ağustos'ta hızlandırılmış olarak başladı. Çünkü öğrencilerimizin derslere adapte olmalarını ve onları psikolojik olarak hazırlamak istedik. Bu süreç-



te deneme sınavları yapıldı, sınıflar belirlendi. Kurumumuz haftanın 6 günü açık. Mezun grup haftanın beş günü, diğer grup ise haftanın altı günü cumartesi de dahil ders alıyor. Deneme sınavları öğrencilerin derslerini etkilemeyecek şekilde iki haftada bir pazar gün-

leri yapıyor, öğrencilerin durumları takip ediyor. Sınavların sonucuna göre rehber öğretmenimizle birlikte ders çalışma planları yapılıyor. Birebir etüt olanakları da mevcut. Akademik ve psikolojik olarak sınıva hazırlanıyoruz. Sosyal olarak da destekliyoruz. Dış geziler de planladık. Yıl içinde birlikte zaman geçireceğiz.

Dersler başlamadan önce velilerimizle de toplantı yaptık. Onların da kaygılarını paylaştık, sorularına cevaplar verdik. Öğrencilerimizin başarısı için velilerle iletişim çok önemli. Öğretmenler, öğrenciler ve veliler birlikte süreci iyi yönetiyoruz."

Soldan sağa: Gürtuğ Guranlı, Bilgisu Konut, Ecrin Burçe Örnekli ve Hayrunnisa Çakır



● Leyla ALP

Nereye de bütün ebeveynler çocuklarını koruyup kollamak ister. Çocuklarının sağlıklı, güvende olması için ellerinden geleni yaparlar. Fakat bazen ebeveynlerin çocukları koruyup kollama ve güvende tutmayı hayatının tek meselesi haline getirmesine tanıklık ediyoruz. Tek odağın çocuk olduğu, aşırı koruyucu ve kollayıcı tutumların sergilendiği helikopter ebeveynlik son yıllarda karşımıza sıkça çıkan kavramlardan. Biz de okulların açılmasıyla birlikte helikopter ebeveynlik kavramını gündemimize alıp Çocuk Gelişim Uzmanı Yurdagül Tabakcı ile konuştuk.



• **Helikopter ebeveynlik nedir? Anne babalar neden helikopter ebeveynlik yapar?**

Aşırı koruyucu ve sürekli kontrol edici ebeveyn tutumları, literatürde "helikopter ebeveynlik" olarak tanımlanmaktadır.

Çocuklar, ebeveynlerinin uzantılarıdır. Ebeveynler, çocukları vasıtasıyla yeni bir yaşam deneyimlemek isterler, esasen bunu içgüdüsel olarak yaparlar çünkü çocuklar kendileriyle özdeşler; ebeveynlerin çocukları kendilerinden ayrı bir varlık olarak görülmeleri istemezler. Aslında bu, insan doğasının egoistik yapısının bir yansımasıdır. Egoizm, insanın doğuştan sahip olduğu en temel güdü olarak tanımlanır ve insanın sürekli olarak daha fazla haz alma, kişisel çıkarları doğrultusunda hareket etme eğilimini ifade eder. Anne ve babalar, çocukluğunda yaşamadığı hazları, çocukları üzerinden yetişkin olduklarında yaşamaya devam etmek isterler.

• **"UYGUN DÜZEYDE EBEVEYN DESTEĞİ"**

• **Koruyucu, kollayıcı ve dikkatli olmanın neresi kötü?**

Çocuklar ve gençler, gelişim süreçlerinde yaşlarına ve gereksinimlerine uygun düzeyde ebeveyn desteğine ihtiyaç duymaktadır, bu elbette çok doğal. Hatta ebeveynlerin bu desteği, çocukların sosyal ve duygusal gelişimlerinde pozitif etki de yaratır; ancak, müdahalenin aşırı düzeyde olması ve çocuğun gelişimsel aşamalarına uymaması olumsuz sonuçlar doğurur. Bizler çocuklarımızın ilerlemesini, büyümesini ve gelişmesini istiyorsak; onlara problem ve bu problemleri çözecek alanlar yaratmalıyız. Aksi takdirde, çocuklarımız fiziksel olarak büyüye de "çocuk" olarak kalacaktır. Yaratığımız bu problem alanı, çocuğun kendi potansiyelini ortaya çıkarmasına zemin hazırlar (öz yeterlilik, karar verme ve inisiyatif alma becerisi, duygusal dayanıklılık) ve o noktada artık, problem çözme kapasitesi olan bir varlığın gelişiminden bahsedebiliriz.

• **Hangi ailelerde ortaya çıkar? Örneğin 3-4 çocuklu ailede olur mu?**

Esasen helikopter ebeveynlik, insan doğasının salt yansıması olmakla birlikte, ebeveyn bu doğanın -insanın sürekli olarak daha fazla haz alma, kişisel çıkarları doğrultusunda hareket etme eğilimi- dışına çıkmaya çalıştıkça ve çocuğunun kendinden ayrı bir varlık olduğu ile hemfikir oldukça helikopter ebeveynlik sarmalından kurtulmaya yaklaşacaktır. Çok çocuklu ailelerde bu döngü daha kolay kırılır. Ailenin 4 çocuğu varsa helikopter ebeveynlik eğilimi baskın olarak ilk çocukta

Çocuklar, ebeveynlerinin uzantılarıdır



Helikopter ebeveynlik kavramını konuştuğumuz Çocuk Gelişim Uzmanı Yurdagül Tabakcı "Çocuğa alan açmak, kendisinin öğrenmesine ve keşfetmesine fırsat vermek, ebeveynliğin sanatıdır. Ve bu sanat geniş aile ve toplumla derinleşir." diyor

çocuğa alan açmak, kendisinin öğrenmesine ve keşfetmesine fırsat vermek, ebeveynliğin sanatıdır. Ve bu sanat geniş aile ve toplumla derinleşir.

Yaş grubu fark etmeksizin çocukların hem evde hem de grup faaliyetlerinde sorumluluk almaları ve hayatın akışında hayatı deneyimlemeleri onların problem çözme kapasitelerini geliştirecektir.

Problem çözme becerileri gelişmediğinde de kişi yetişkin yaşamında "çocuk kalmaya" devam eder. Ne demek istiyorum bu söylemle? Helikopter ebeveyn her şeyin "en iyisini, en güzelini" çocuğu adına yapmışsa, en basit seçimlerden biri olan yemek seçimini

dahi yapamamışsa bir çocuk, "Akşam yemeğinde tavuk mu yemek istersin balık mı?" çocuğun karar alma mekanizması gelişmez. Öte yandan çocuk hata da yapmaz. Bizler, tüm insanoğlu hatalarımız sayesinde geliştik... Çocukların hata yapma haklarını ellerinden almak esasen onların gelişimlerinin önündeki en büyük engel. Çocuklara her probleminin anında çözülemeyeceğini ve bazen başarısızlıkların olabileceğini öğretmek gerekir. İnsan ancak bu şekilde olgunlaşır. Olgunlaşma süreci de sabır ve deneyimlerle gerçekleşir. Bu sebeple, çocuklara bazen çözemeyecekleri durumlarla karşılaştıklarında sabretmeyi, tekrar denemeyi ve çözüm yolunda çaba göstermeyi öğretmek gerekmektedir. Hatta bu tür engelleri de oyunlar vasıtasıyla çocuklara deneyimletiriz.

• **Yetiştirilme tarzının nasıl bir etkisi var? Sağlıklı çocuklar yetiştirmek için neler yapılmalı?**

"Sağlıklı çocuk", doğru aile yapısı içinde gelişir. Aileler, evde çocukları ile ilişki tesis etmelidirler. Bu ilişki tesisi esasen ailede bağı geliştirir ve birbirine gerçek manada bağlanmış ve bir takım gibi hareket eden aileler çocukları ile oldukça yakından ilgilendirir ve çocuğun gerçekten neye ihtiyacı olduğunu çocuk ile birlikte araştırırlar.

Aslında çocuklar günümüzde dışarıda o kurstan bu kursa koşuruluyor. Fakat olması gereken, bu koşurta halinin evde olmasıdır. Çocuk, anne ve babası ile güçlü bir bağ kurarsa ancak, özgüveni gelişir ve ailesinden ayrı bir varlık haline gelir. İşte o zaman çocuk, içinde bulunduğu toplumla, halkla hayata bakar ve hayatı kavrar. Birlikte çalışma, paylaşma, işbirliği yapma, toplumsal sorumluluk alma nosyonları önemli olur artık. Bu süreç, çocuklara başkalarını düşünme, dayanışma ve karşılıklı yardım değerlerini kazandırır.

• **"GÜVEN AİLEDE TESİS EDİLMELİ"**

• **Ebeveynler çocuklara ilişkin onların sınırlarını aşp aşmadıklarını anlamak için kendilerine hangi soruları sormalı sizce?**

Çocuğuma kendi sorunlarımı çözmesi için yeterli alan tanıyor muyum? Çocuğumun duygusal ve fiziksel ihtiyaçlarını gerçekten anlıyor muyum, yoksa kendi isteklerimi mi ondan talep ediyorum? Çocuğuma seçim yapma özgürlüğü tanıyor muyum? Çocuğumun yaşına ve gelişim seviyesine uygun beklentiler içinde miyim? Çocuğumu koruma isteğim onun deneyim kazanmasına ve büyümesine engel oluyor mu? gibi sorular bunlardan bir kaçısı olabilir.

• **Ben çocuğumla arkadaş gibiyim sözlerini de çok duyuyoruz. İnsanın çocuğuyla arkadaş gibi olması doğru mu?**

Ebeveynler, çocukların hislerini aktarmalarına fırsat vermelidirler ve çocuk bu güven ortamı içinde duygularını ve düşüncelerini ebeveynlerine açabilirler. Kısacası güven, önce ailede tesis edilmelidir. Katı otoriter bir tutum yahut helikopter ebeveynlik yerine karşılıklı güven içinde ancak öte yandan da sınırların olduğu bir zeminde dengeli bir şekilde ilişkiler yürütülmelidir. Esasen ebeveynin görevi, çocuğuyla arkadaş olmaktan ziyade çocuğu her anlamda hayata hazırlamaktır. Güven, samimiyet, sevgi, aile içinde bağ, sınırlar ve ebeveynin rehberliği de bu hazırlığın en önemli unsurlarıdır.

görüldür. Diğer çocuklara geçişte maddi ve manevi kaynaklar azalır. Ancak insan ve onun egoistik doğası var olduğu müddetçe de helikopter ebeveynlik literatürde kendine yer bulmaya devam edecektir.

• **"Çocuklara problemleri çözecek alanlar yaratmalıyız. Aksi takdirde, çocuklarımız büyüye de -fiziksel olarak- "çocuk" olarak kalacaktır." dediniz. Bunu örnekleyebilir miyiz? Çocuğun problem çözme kapasitesini geliştirmek için neler yapmalıyız?**

Çocuklara, yaşlarına uygun sorumluluklar vermek, onların problem çözme becerisini güç-

lendirir. Örneğin, çocuklar günlük yaşam becerilerinde ev işleri gibi, sorumluluk alabilirler. Çocukların bu alanda yaşlarına uygun olacak şekilde sorumluluk alması ve bu sorumlulukları adım adım gerçekleştirmesi esasen çocukta "Ben yeterliyim, ben kendime bakabiliyorum ve kendi ihtiyaçlarımı karşılayabiliyorum" hissiyatını uyandırır. Bu hissiyata "özyeterlilik" diyoruz.

• **"HAYATI DENEYİMLEME ALANI YARATILMALI"**

Çocukların problem çözme kapasitelerini geliştirmek için hayatın içinde doğal olarak ortaya çıkan engeller üzerine antrenmanlar yapmak oldukça faydalıdır. Bu engeller de en çok çocukların etkileşime girmiş oldukları gruplar içinde çıkar. Çocuğa hayatı doğrudan deneyimleme alanı yaratılmalıdır. Bu deneyimin yaşanması adına da ebeveynler belli noktalarda "korumacı tutum"u devre dışı bırakarak "rehberlik modu"nu açmalıdırlar. Bu rehberlik ile kastedilen çocuğa gereken yerlerde ve ona da alanlar açarak çocuğun kendisinin keşfetmesine ve öğrenmesine fırsat vermektir. Doğru manevra noktalarını tespit etmek ve

ÇANAKKALE'NİN BAYRAMIÇ İLÇESİNDE FAALİYET GÖSTEREN BAYRAMIÇ DEĞİŞİM ÜRETİM VE PAZARLAMA KOOPERATİFİ'NİN SATIŞ ŞUBESİ KADIKÖY'DE AÇILDI

- Haftanın 7 Günü 09:00 - 21:00 saatlerinde açık
- İlaçsız, doğal ve organik gıda
- Üretici kooperatifinden, aracısız direkt tüketiciye
- 15'e yakın üretici kooperatifinin ve organik sertifikalı üreticilerin ürünleri
- Haftanın iki günü taze meyve ve sebzeler
- Süt ürünlerinden tahine, bitkisel yağlardan bebek takviye gıdalarına, bakliyatından meyve kurularına, salçadan pekmeze, naturel sızma zeytinyağdan yayık ayranına kadar geniş ürün yelpazesi



Adres: Kadıköy Acıbadem Caddesi 42/A
Facebook ve Instagram: bayramicdegisimkoopkadikoy
Telefon&WhatsApp: 0530 730 17 42

Foot Care
PodyArt
Ayak Bakım

www.podyart.com

Ayak Bakımı

Ücretsiz danışın!

Çatlak Topuk
Nasır
Kalınlaşmış Tırnak
Detaylı Bakım

(Florence Nightingale hastanesi karşısı)
Bağdat caddesi No: 84/3 Kızıltoprak İstanbul
0 216 492 0722 - 0 532 717 0378

POZİTİF DUYU

İŞİTME SAĞLIĞI EKİPMANLARI
CİHAZ PİLLERİ
KULAK TIKACI

GÜRÜLTÜ ENGELLEYİCİ KULAK KORUMA EKİPMANLARI
KULLANILAN MEVCUT CİHAZLARIN TÜM MARKA MODEL
TEKNİK SERVİS HİZMETİ

0 216 345 00 25
0530 029 06 01

www.pozitifduyu.com.tr

Feneryolu Mah. Rüzgargülü Çıkamazı Sok. İhlamur
Apt. A blok 1-3 D:2 Kadıköy/İstanbul
(Oyuncak Mağazası Üstü-
BP Benzin İstasyonu Karşısı)

'Tiyatro Ödülleri' Alan Kadıköy'de verilecek

Tiyatro Eleştirmenleri Birliği 'Tiyatro Ödülleri' Alan Kadıköy'de düzenlenecek törenle verilecek

● Deniz Şimal TAŞAN

Tiyatro alanında eleştiri disiplininin geliştirilmesi için faaliyet gösteren, 74 ülkenin üye olduğu bir platformda çalışmalarını sürdüren Tiyatro Eleştirmenleri Birliği'nin bu yıl 31'inci kez vereceği 'Tiyatro Ödülleri' sahiplerini buluyor. Bu sene sekiz ayrı kategoride belirlenen 'TEB Tiyatro Ödülleri' 30 Eylül 2024 tarihinde Alan Kadıköy'de düzenlenecek törenle sahiplerine takdim edilecek.

31. TEB Tiyatro Ödülleri, 10 kişilik TEB jürisi tarafından (Erdoğan Mitrani, Hasibe Kalkan, Tijen Savaşkan, Handan Salta, Tuba Aksu Şener, Mehmet Konuk, Bahar Çuhadar, Gülin Dede Tekin, Öznur Oğraş Çolak, Zeynep Baykal) tarafından belirlendi. Geleneksel TEB Onur Ödülü ise her yıl olduğu üzere, Tiyatro Eleştirmenleri Birliği'nin tüm üyelerinin katılımıyla seçildi.

TEB GENCO ERKAL ÖZEL ÖDÜLÜ

Onur Ödülü, Özel Ödül, Yılın Oyunu, Yılın Yönetmeni, Yılın Oyuncuları, Yılın Oyun Metni ve Yılın Genç Ekibi kategorilerinde, toplam yedi dalda dağıtılan TEB Ödülleri'nde bu sene özel ödüle ilaveten bir özel ödül daha verilmesine oybirliği ile karar verildi. 31 Temmuz 2024 tarihinde kaybettiğimiz, Türkiye tiyatrosunun, bilhassa politik tiyatromuzun eşsiz ve öncü ismi

Genco Erkal'ın ansısına 'TEB Genco Erkal Özel Ödülü'; politik tiyatro alanında, güncel tiyatro atmosferimize güçlü bir katkı sağlayan Eskişehir Büyükşehir Belediyesi Şehir Tiyatroları yapımları 'Ayak Bacak Fabrikası' adlı oyuncu verildi.



ÖDÜLLER VE SAHIPLERİ

TEB Onur Ödülü: Şahika Tekand ve Esat Tekand
Yılın Oyunu: Titus Komplex / DasDas
Yılın Yönetmeni: Naz Erayda ve Kerem Kurdoğlu / Geçen Gün
Yılın Oyuncuları: Pelin Abay (39 Buçuk Basamak), Senan Kara (Sivrisinekler), Onur Berk Arslanoğlu (Çirkin), Onur Ünsal (Dışın: Büyük Şans)
Yılın Oyun Metni: Treplev / Başak Kıvılcım Ertañoğlu ve Ümit Erlim
Yılın Genç Ekibi: Reka Kolektif
TEB Özel Ödülü: Hangardz Tiyatro
TEB Genco Erkal Özel Ödülü: Ayak Bacak Fabrikası / Eskişehir Büyükşehir Belediyesi Şehir Tiyatroları

Şehri fotoğrafıyla buluşturan festival

İstanbul'un en büyük fotoğraf festivali '212 Photography Istanbul', yedinci yılında 30 farklı mekanda sanatseverlerle buluşuyor

İstanbul'un en büyük fotoğraf festivali olan '212 Photography İstanbul', yedinci yılına girdi. T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı desteğiyle Türkiye Kültür Yolu Festivali kapsamında, Türkiye Turizm Tanıtım ve Geliştirme Ajansı'nın katkılarıyla yapılan festival bu yıl 28 Eylül - 13 Ekim tarihleri arasında gerçekleşecek. İstanbul Büyükşehir Belediyesi iştirak şirketlerinden Kültür AŞ'nin iletişimi ve mekan desteği ile gerçekleşen festival İstanbul'un her iki yakasında şehir 30 farklı noktada takip edilebilecek. Festivalin 7. yılında İstanbul'un iki yakasına yayılan programın sergi mekânları arasında MSGSÜ Tophane-i Amire Kültür Sanat Merkezi, Galata Rum Okulu, Yapı Kredi Bomontiada, Akaretler, St. Benoît Kilisesi, 212 Studio, St. Antuan Kilisesi, Institut français Türkiye, Taksim Sanat, Yeldeğirmeni Sanat, Moda İşkesi ve Studio Karaköy yer alıyor. Detaylı bilgi ve program için www.212photographyistanbul.com adresini ziyaret edebilirsiniz.



Süreyya'da yeni sezon başlıyor

Süreyya Operası her sezon olduğu gibi bu sezonda da dünyadan ve ülkemizden usta sanatçılara ev sahipliği yapacak. Sezonun açılış konseri 2 Ekim Çarşamba Kodaly Quartet ile yapılacak

Kadıköy Belediyesi Süreyya Operası yeni sezonda yerli ve yabancı birçok müzisyen ve topluluğa ev sahipliği yapacak. Süreyya Operası'nda sezonun ilk etkinliği İstanbul Devlet Opera ve Balesi'nin "Öylesine Bir Dinletme" müzikali olacak. Murat Göksoy tarafından yazılıp yönetilen müzikli oyun 30 Eylül'de seyirci karşısına çıkacak. 1 Ekim Salı günü duygu yüklü İtalyan halk şarkılarında oluşan Napoliten Konseri gerçekleşecek. 2 Ekim Çarşamba günü gerçekleştirilecek açılış konserinde, Türk-Macar Kültür Yılı kapsamında oda müziği topluluğu Kodaly Quartet sanatseverlere 'merhaba' diyecek. Oğuzhan Balcı'nın şefliğinde, 'Orkestra İstanbul' konseri, Saraydan Kız Kaçırma operası, Modern Dans Topluluğu İstanbul'un "Biz" dans gösterisi, Bahar Büyükgöçen & Tutu Aydınoğlu Ekim

ayında izleyici ile buluşacak etkinlikler arasında.

KAHVE KONSERLERİ SÜRECEK

Geçtiğimiz sezon pazar günleri 'Kahve Konserleri' serisi de bu sezonda da hız kesmeden devam edecek. Kahve Konserlerini'nin ilki 6 Ekim Pazar günü saat 11.00'de yapılacak. Sezon açılış konserinde İtalyan şef Teresa Satalino yönetimindeki İstanbul Oda Orkestrası, başarılı piyanist Cem Babacan'a eşlik edecek. Kurukahveci Mehmet Efendi sponsorluğunda gerçekleşen Kahve Konserleri'nin bu sezonki ikinci konserinde, orkestra şefi ve keman sanatçısı Hakan Şensoy, Mozart, Ravel, Kodaly eserlerinden oluşan özel bir repertuarla, Stuttgart Filarmoni Orkestrası solist viyolonsel sanatçısı Bernhard Lörcher ile aynı sahneyi paylaşıyor



Şehir Tiyatrolarının teması: Barış

● Deniz Şimal TAŞAN

İstanbul Büyükşehir Belediyesi Şehir Tiyatroları "Sürdürülebilir Bir Dünya İçin ... Barış" temasının hâkim olduğu 2024-2026 repertuarını Harbiye Muhafızları Sahnesi'nde düzenlediği bir toplantıyla paylaştı. 2 Ekim'de açılacak yeni tiyatro sezonunda tiyatro severleri Yaşar Kemal'den Shakespeare'ye, Tarık Akan'dan Haldun Taner'e klasik ve çağdaş yazarların eserlerinin ön planda olduğu zengin bir repertuar bekliyor.

Gelecek sezonun ilk oyunu olarak Yiğit Serdemir yönetimliğinde Yaşar Kemal'in 'Ağrı Dağı Efsanesi' sahnelenecek. Ardından Haldun Taner'in 'Yelda Basım'ın yönettiği "Gözlerimi Kapatmaz Vazifemi Yapamam" adlı eseri izleyicilerle buluşacak.

İBB Şehir Tiyatroları Genel Sanat Yönetmeni Ayşe Gül İşsever, "Geleceğe dair umudu büyütecek, sözü yüceltecek ve insana değer katacak oyunlar hazırlıyoruz" dedi. 110 yıllık tarihinde büyük savaşlara tanıklık etmiş bir sanat kurumu olduklarını söyleyen İşsever,

"Savaşların acısını yaşamış, yüreğinde hissetmiş, perdesini daima açmak için üstün bir gayret göstermiş bir sanat kurumu olarak, 2024-2025 tiyatro sezonunda, oldukça geniş bir perspektiften bakarak ve yüzölçümü hayli geniş olabilen yüreğimizin ve kültürümüzden devşirdiğimiz, sınamış bilgiden hareket ederek, 'Sürdürülebilir Bir Dünya İçin, ... Barış' temasını öne çıkarıyoruz" şeklinde konuştu.

TÜRKİYE ÇAPINDA BİR TURNE

Türkiye çapında bir turneyi müjdeleyen Genel Sanat Yönetmeni Yardımcısı Emrah Özerterem, "Bu sezon Şehir Tiyatromuzun 110'uncu yılını kutluyoruz. Darübedai-i Osmani sadece İstanbul'un değil Türkiye'nin bir sanatçıdır. O yüzden sadece İstanbullu seyircimizle bu kutlamayı gerçekleştirmeyi değil bütün Türkiye'deki sanatseverlerle, vatandaşlarımızla 110. senemizi kutlamayı planlıyoruz. Bu nedenle şöyle bir düşünüyoruz. Türkiye çapında bir turneye çıkmayı planlıyoruz. Birçok şehirde Şehir Tiyatromuzun oyuncularıyla birlikte bütün Türkiye'mizdeki vatandaşlarımızla 110'uncu yaşımızı kutlamak istiyoruz." dedi.

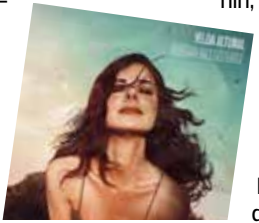
Yelda Altunal ve Nilipek'ten yeni albümler

Yelda Altunal'ın "Rüzgar Bizi Götürse" isimli yeni mini albümü, 20 Eylül'de tüm dijital müzik platformlarında müzikseverlerle buluştu. Nilipek ise Mayıs ayında çıkardığı "Uydurduğumuz Oyunlar" albümünün ilk konserini ekim ayında verecek

● Simge KANSU

Altunal'ın söz ve müziği kendisine ait olan "Rüzgar Bizi Götürse" isimli albümünde, "Bi Yan Yana Olsak", "Park" ve "Hissli Koku" isimli üç şarkı bulunuyor. Üç farklı aranjör tarafından düzenlenen şarkılarda melodilere trompette Şenova Ülker, kontrbas ve bas gitarda Selim Aydın, gitarda Ozan Göğüş, Lütfücan Kapucu, Miraç Yavuz, klavyede Onur Keskin, perküsyonda Murat Gürgen ve davulda Ayberk Garagon eşlik ediyor.

Albümün kapak görseli ise Oğuzhan Zeytinolu imzasına taşıyor. Altunal, yeni albümünü ilgili şunları dile getirdi: "Şarkılarımda çoğunlukla anılarımdan yola çıkarak cesur ve yalın ifadeler kullanmaya çalışıyorum. Üzerine düşünmesi ve söylemesi zor olanla yüzleşmekten korkmadan, kadın olmanın, canlı olmanın, arzuları olan biri olmanın tadına vararak yazıyorum. Şarkılarıma konu olan durumlar hakkında pek çok kişiyle ortaklaştığımı biliyorum."



NİLİPEK, SONBAHARI "LİVE İN CATALYST BERLİN" SERİSİ İLE KARŞILYOR Mayıs ayında dördüncü stüdyo albümü Uydurduğumuz Oyunlar'ı dinleyicileriyle



buluşturan Nilipek, albümdeki şarkıları tek başına çalıyor. Yeni albümünü Berlin'de bulunan Catalyst Yaratıcı Sanatlar Enstitüsü Stüdyosu'nda gerçekleştiren Nilipek'in yönetimliğini Tuğçe Kep üstleniyor. Kayıtları Umur Burkay Coşkun ve Berkay Küçükbaşlar tarafından yapılan performansların mikses ve masteringi de Berkay Küçükbaşlar'a ait. Albümün üç şarkının ilk bestelendikleri ham halyle yorumlandığı seri, "Fotoğraf" ve "Yalan Söyledik" ile devam edecek. Albümün ilk konseri ise 28 Ekim'de Babylon'da gerçekleşecek.

HAFTANIN PUSULASI

Hazırlayan: Leyla ALP

KİTAP



Benim Olağanüstü Akıllı Arkadaşım

Dünyada en çok satan kitaplar arasında giren ve New York Times'ın "21. yüzyılın en iyi 100 kitabı" listesinde ilk sıraya yerleşen "Benim Olağanüstü Akıllı Arkadaşım"ın ciltli baskısı raflarda yerini aldı. Elena Ferrante'nin yazdığı ve Napoli Romanları'nın ilki olan kitap 50'li yıllarda iki arkadaşın fakir bir mahallede başlayan ilişkilerini anlatıyor. İki kızın çocuklukları ve ilk gençliklerini anlatan kitap aynı zamanda 1950'li yılların Napolisini de tasvir ediyor. Lenü ile Lila'nın kıskançlık, erkek egemen kültür, yoksulluk sarmalı içinde yaşadığı ilişkiyi naif ve yalın bir dille anlatan kitap ülkemizde de en çok satan kitaplar arasında girdi. Serinin diğer kitapları ise şöyle: Yeni Soyadın Hikayesi, Terk Edenler ve Kalkanlar, Kayıp Kızın Hikayesi (Everest Yayınları / 360 Syf)

TEKLİ



Cesur Yeni Dünya

Yüksek Sadakat'ten tanıdığımız Kutlu Özmakinaci'nin müzik sahnemizin önde gelen isimleri bir araya getirilerek kurduğu 21 GR'nin albüm öncesi yeni teklisi Cesur Yeni Dünya tüm dijital platformlarda dinleyici ile buluştu. Gitarlarda Kutlu Özmakinaci, Burak Gültekin, bas gitarda Eser Ünsalan, davulda Deniz Alemdar ve vokalde Berzan Önen'den oluşan grubun Garaj Müzik etiketli şarkısı dünyayı ve sistemi hicveden içeren bir rock şarkısı. Grup 2024 yılı bitmeden albümünü çıkarmayı planlıyor.

Ruhu doyuran şarkılar:

- Pili Bebek / Haram Geceler
- Billie Eilish / No Time To Die
- Katie Melua / Wonderful Life

FİLM



SUNA

Çiğdem Sezgin'in yazıp yönettiği 29. Uluslararası Adana Altın Koza Film Festivali'nde "Seyirci Özel Ödülü"nü kazanan Suna, MUBİ'de gösterimde. Başrollerini Nurcan Eren, Tark Pabuççuoğlu ve Firat Tanış'ın paylaştığı Suna, kadın yoksulluğu, şiddet ve tacize dikkat çeken filmin öyküsü şöyle: Suna hayatını temizlikçilikle kazanan elli yaşlarında yalnız ve yoksul bir kadındır. Evi yoktur. Akraba, arkadaş yanında kalmaktadır. Eski bir aile dostunun oğlu, dul kayınpederi Veysel ile Suna'nın evlenmelerine aracı olur. Suna, İstanbul'u terk edip imam nikâhıyla evlendirildiği Veysel'le birlikte Şile'de ıssız bir köyde, eski bir evde yaşamaya başlar. Veysel, eşini kaybetmiş yetmişli yaşlarında bir tersane işçisidir. Fedai ve kıskançtır. Kocasının her hizmetini görmeye razı olan Suna, onunla aynı yatağa girmeye tahammül edemez. Gizlice içki içmeye başlar. Mutsuz ve huzursuzdur. Veysel'in kafesten beslediği kuşlardan farkı yoktur.

“İstanbul’da aile hekimine ulaşmak zorlaşıyor”

İstanbul Planlama Ajansı'nın araştırmasına göre İstanbul'da aile hekimine erişim zorlaşıyor. Türkiye genelinde bir aile hekimine 3 bin 72 kişi düşerken, İstanbul'da bu rakam 3 bin 187 oldu. Özel hastane sayısı kamu hastanelerinin 3 katı olduğu için vatandaşlar çoğunlukla özel hastanelere yönelmek zorunda kalıyor

● Erhan DEMİRTAŞ

Türkiye’de 3-9 Eylül tarihleri arasında kutlanan “Halk Sağlığı Haftası” 663 Sayılı Sağlık Bakanlığı ve Bağlı Kuruluşlarının Teşkilat ve Görevleri Hakkında Kanun Hükmünde Kararname ile 02 Kasım 2011 tarihinde yayımlanarak yürürlüğe girdi. Halk Sağlığı Haftası'nın amacı, halkın sağlığını korumak, geliştirmek, sağlık için risk oluşturan faktörlerle mücadele etmek ve toplum bilincini yükselterek hastalık meydana gelmeden önlemek, toplumun hayat standardını yükseltmek olarak belirlendi. Peki İstanbullular sağlık hizmetlerinden ne ölçüde faydalanabiliyor? Sağlık hizmetleri yeterli mi?

“AİLE HEKİM SAYISI YETERSİZ”

İBB’ye bağlı İstanbul Planlama Ajansı (İPA) 3-9 Eylül tarihleri arasında kutlanan Türkiye Halk Sağlığı Haftası kapsamında, Genel Sağlık İstatistikleri araştırmasını yayınladı. Araştırmada yer verilen bilgilere göre İstanbul’da ortalama yaşam süresi 79,1 yıl. Bu süre dünya ve Türkiye ortalamasının üzerinde, OECD ve AB ortalamasının ise altında yer alıyor. İstanbul’un mevcut Aile Sağlığı Merkezi ve aile hekim sayısı yetersiz. Türkiye’deki aile hekim birimine düşen nüfus 3 bin 72 iken bu sayı İstanbul’da daha yüksek. İstanbul’da aile hekimliği birimi başına düşen nüfus 3 bin 187 olarak belirlendi.

ÖZELLERİN SAYISI 3 KAT FAZLA

Araştırmanın önemli ve dikkat edilmesi gereken sonuçlarından biri de özel hastanelerin sayısındaki artışla ilgili. Buna göre İstanbul’daki özel hastane sayısı kamu hastanelerin 3 katından fazla. Bu denge, İstanbul’da sağlık hizmetine erişim ihtiyacı duyan kişileri büyük ölçüde özel hastanelere gitmek zorunda bırakıyor.

OECD ORTALAMASININ ALTINDA

İstanbul’da 100 bin kişiye düşen toplam hekim sayısı (284) Türkiye ortalamasının (228) üzerinde, OECD ortalamasının (372) altında. Türk Tabipler Birliği’nin açıkladığı verilere göre, yurt dışında hekimlik yapmak üzere “İyi Hal Belgesi”ne başvuru yapan kişi sayısı 2022’de 2 bin 685 iken 2023’ta 3 bin 25’e yükseldi.

YATAK SAYISI YETERSİZ

Sağlık sisteminin kapasitesine ilişkin önemli bir

gösterge olan hastane yatağı sayısı özellikle pandemi gibi büyük krizlerde daha da kritik hale geliyor. Araştırmanın sonuçlarına göre İstanbul’da 100 bin kişiye düşen yatak sayısı 30. Bu sayı OECD ortalamasının (43), hatta Türkiye ortalamasının (31) altında kalıyor. İPA’nın 2023 yılında yayınladığı “Bir İnsan Hakkı Olarak Sağlığa Erişim: İstanbul’da Sağlık Altyapısının Sektörel Bazda İncelenmesi” başlıklı raporunun sonuçlarına göre son on yılda Türkiye’deki hastane yatak sayılarında yaklaşık yüzde 35’lik bir artış yaşandı. Ancak yatak sayıları artmış olsa da oransal olarak bakıldığında yatak sayısında en fazla artışın yaşandığı sektör yüzde 44,97 ile özel sektör oldu.

CİNSEL SAĞLIK HİZMETLERİNE ERİŞİM YORULAR

İstanbul’da yaşayan milyonlarca kadın cinsel sağlık hizmetlerine erişimde sorun yaşıyor.

2016’da yapılan araştırmaya göre İstanbul’da sadece 6 hastane isteğe bağlı kürtaj hizmeti veriyor. 11 hastanede kürtaj yapılmıyor, 26 hastanede ise yalnızca tıbbi zorunluluk hallerinde hizmet veriliyor.

Araştırmada İstanbul Büyükşehir Belediyesi’nin 9-26 yaş arasındaki kişiler için ücretsiz HPV aşı uygulamasını başlattığı hatırlatıldı. Aşılardan İBB’ye ait Şehzadebaşı Tıp Merkez ve Darülaceze Tıp Merkezi’nde yapılıyor.

OBEZİTE RİSKİ ARTIYOR

Önemli bir halk sağlığı sorunu olan obezite hastalığı hem Türkiye genelinde hem de İstanbul’da artıyor. TÜİK tarafından açıklanan verilere göre Türkiye’de obez bireylerin oranı yüzde 20,2 iken İstanbul’da bu oran çok daha yüksek. İstanbul’da obezite hastası bireylerin oranı yüzde 30,1. Obezite, yaşam kalitesini ve süresini olumsuz yönde etkileyen bir hastalık olarak kabul ediliyor. Yetersiz beslenme ve fast food tüketiminin artması da halk sağlığını olumsuz yönde etkileyen faktörlerden biri olarak öne çıkıyor.

PANDEMİDE GERİLEMİŞTİ

Obezitenin önlenmesinde fiziksel aktivite ve hareketli yaşam çok önemli bir etken. Araştırmanın sonuçlarına göre İstanbulluların düzenli fiziksel akti-



vite oranı 3 yıllık ortalaması yüzde 22,7. İstanbul’da tesislerden, spor merkezlerinden, açık alan aktivitelerinden, spor okullarından faydalananların sayısı zaman içinde artış gösterdi. İstanbul’da yalnızca spor tesislerini 2023’te 9 milyon 608 bin kişi kullandı. Spor tesislerinin kullanım istatistiklerine bakıldığında, 2020 ve 2021 yıllarında COVID salgınından kaynaklı önemli bir düşüş görüldü. Pandemi etkileri ortadan kalktıktan sonra Spor İstanbul tesisleri 2022 ve 2023 yıllarında kullanıcı rekoru kırarak toplam 18 milyondan fazla ziyaretçiyi ağırladı. Geçtiğimiz yıl 840 bin 838 İstanbullu, Spor İstanbul tesislerine toplamda 10 milyondan fazla ziyarette bulundu. Bu da kişi başına yılda ortalama 12 ziyarete denk geliyor.

MEVSİM GEÇİŞLERİNDE HASTALIKLARINDAN NASIL KORUNABİLİRİZ?

● Simge KANSU

Yaz aylarının bitişleriyle beraber sonbahar hastalıkları yeniden hayatımıza girmeye başladı. Özellikle soğuk algınlığı, gribal enfeksiyonlar ve viral enfeksiyonlar, mevsim geçişlerinde en sık rastlanan durumlar arasında yer alıyor. İç Hastalıkları Uzmanı Dr. Eda Mermi, sonbahar ayları çeşitli hastalıkların pik yaptığını belirterek alınması gereken önlemleri gazetemize anlattı.

“SONBAHARDA HASTALIKLAR PİK YAPIYOR”

Mevsim geçişlerinde bazı hastalıkların arttığını belirten Mermi, “Yaz aylarının sonu, sonbahar ayları çeşitli hastalıkların pik yaptığı dönemlerdir. Özellikle soğuk algınlığı, gribal enfeksiyonlar, viral enfeksiyonlar en sık karşılaştığımız durumlar. Ek olarak alerjik hastalıklar da mevsim geçişlerinde tetiklenebilir. Özellikle hava değişimi, aşırı sıcaklardan sonra yavaş yavaş soğumaya başlayan hava çok belirleyici. Hava değişimleri, soğukta kalmak vücuttaki enfeksiyonların artmasına, bakteri ve virüslerin vücuttaki olağan seyri dışında çoğalmasına, vücudun direncinin düşmesine neden oluyor. Bu sebeple hava değişimlerinde üşümeye, soğukta kalmamaya özen göstermeliyiz” dedi.

“GRİP VE ZATÜRRE AŞISI OLUNMALI”

Grip aşısının önemine vurgu yapan Mermi, “65 yaşından büyük, bağışıklık sistemi bozukluğu olan ya da kalp, diyabet (şeker), yüksek tansiyon, akciğer hastalığı gibi ek başka hastalığı olanlar bu dönemde grip aşısı yaptırılmalıdır. Grip aşı-

sının her sene eylül ayı ortaları itibarıyla bu hastalarda düzenli olarak yapılmasını öneriyoruz. Aşı bizi gribin ağır komplikasyonlarından yani gribe bağlı gelişen ağır süreçlerden korur. Ek olarak daha önce yapılmamış ise zatürre aşısı yine bu hastalara mutlaka yapılmalıdır” ifadelerini kullandı.

BAĞIŞIKLIK SİSTEMİMİZİ NASIL GÜÇLÜ TUTABİLİRİZ?

Mermi, mevsim geçişlerinde doğru beslenmenin önemine değindi: “Vücut direncini güçlü tutmak, grip de dahil olmak üzere birçok hastalık için önleyici konumdur. Özellikle C vitamini içeriği yüksek gıdalar ile beslenmek, bol su içmek en önemli direnç kaynağı. C vitamini yönünden zengin gıdalar; portakal, mandalina, limon, kivi, çilek, kuşburnu, bögürtlen, brokoli, lahan, ıspanak ve biber. Bu gıdaların mutlaka günlük tüketimine dikkat etmemiz gerekir. Bağışıklık sistemini güçlü tutmak için doğru beslenmenin yanında spor ve egzersiz de oldukça önemlidir. Psikolojik açıdan sağlıklı olmak, stresten kaçınmak diğer dikkat etmemiz gereken faktörlerdir. Fakat bunlara sadece hasta olduğumuzda ya da mevsim geçişlerinde değil sürekli dikkat ettiğimizde sağlıklı bir bağışıklık sistemine sahip olabiliriz. Buna hayatımızın her döneminde özen göstermek gerekir.”

Düzenli doktor kontrolünün ihmal edilmemesi gerektiğinin altını çizen Mermi, “Vücudumuzda var olan bir vitamin eksikliği ya da kansızlık gibi durumlar bağışıklık sistemini baskılayabilir. Bu sebeple mutlaka düzenli aralıklarla doktor muayenesi yapılmalı ve tıbben gerekli görüldüğü durumlarda tahlil ile kan düzeylerine bakılmalı, eksiklik olduğu durumda tedavi edilmelidir” şeklinde konuştu.



Mevsim geçişlerinde soğuk algınlığı, gribal ve viral enfeksiyonların pik yaptığını söyleyen İç Hastalıkları Uzmanı Dr. Eda Mermi,

vücut direncini korumanıngrip de dahil olmak üzere birçok hastalık için önleyici olduğunu söylüyor



Dünya Yaşlılar Günü Paneli

01 Ekim 2024
Kadıköy Belediyesi Medis Binası, Kozyatağı

01 Ekim Salı | 13.00

- Alzheimer Hastalığından Korunma Yöntemleri**
Prof. Dr. Nilgün ÇINAR
- Yaş Almada Çoklu İlaç Kullanımı**
Doç. Dr. Zeynep Güneş ÖZÜNAL
- Parkinson Hastalığı**
Uzm. Dr. Esmâ KOBAK TUR
- Yaşlı Bireylerin Ruh Sağlığı ve İyilik Halli**
Klin. Psk. Dr. İdili ARASAN DOĞAN

kadikoy.bel.tr | 444 55 22 | @kadikoybelediye

Yatılıda KADIKÖY BAŞKA MESUT KADIKÖY BELEDİYESİ



Yaşam süresi 77,3 yıl oldu

Türkiye İstatistik Kurumu'nun "Hayat Tabloları, 2021-2023" verilerine göre doğuştan beklenen ortalama yaşam süresi 77,3 yıl oldu. En fazla nüfusun bulunduğu İstanbul, doğuştan beklenen yaşam süresinde 78,6 yıl ile Türkiye ortalamasının üstünde yer aldı

● Erhan DEMİRTAŞ

Türkiye İstatistik Kurumu'nun (TÜİK) geçtiğimiz mart ayında açıkladığı 2023 yılına ilişkin "İstatistiklerle Yaşlılar" çalışmasının sonuçlarına göre yaşlı nüfus olarak kabul edilen 65 ve daha yukarı yaşta ki nüfus, 2018 yılında 7 milyon 186 bin 204 kişi iken son beş yılda yüzde 21,4 artarak 2023 yılında 8 milyon 722 bin 806 kişi oldu. Yaşlı nüfusun toplam nüfus içindeki oranı ise 2018 yılında yüzde 8,8 iken, 2023 yılında yüzde 10,2'ye yükseldi. Böylece, yaşlı nüfus oranı Cumhuriyet tarihinde ilk kez çift haneyi gördü. Nüfus projeksiyonlarına göre yaşlı nüfus oranının 2030 yılında yüzde 12,9, 2040 yılında yüzde 16,3, 2060 yılında yüzde 22,6 ve 2080 yılında yüzde 25,6 olacağı öngörülmüyor.

YAKLAŞIK 2 YIL ARTTI

TÜİK geçtiğimiz günlerde, "Hayat Tabloları, 2021-2023" istatistiklerini de açıkladı. Özel hayat tabloları, 2013 yılından itibaren Türkiye ve il düzeyinde idari kayıtlardan yıllık olarak üretiliyor. TÜİK, hayat tabloları yoluyla elde edilen doğuştan beklenen yaşam süresi bilgisine ek olarak ilk kez eğitim durumuna göre beklenen yaşam süresi bilgisini de hesapladı.

Araştırmanın sonuçlarına göre yeni doğmuş bir bireyin mevcut ölümlülük risklerine maruz kalması durumunda yaşam süresi beklenen ortalama yıl sayısı olarak tanımlanan "doğuştan beklenen yaşam süresi" Türkiye'de 2020-2022 döneminde 77,5 yıl iken 2021-2023 döneminde 77,3 yıl oldu. Türkiye'de 2020-2022 döneminde erkeklerde 74,8 yıl olan doğuştan beklenen yaşam süresi, 2021-2023 döneminde 74,7 yıl, kadınlarda ise 80,3 yıl iken 80 yıl olarak hesaplandı. Genel olarak kadınlar erkeklerden daha uzun süre yaşarken, erkekler ve kadınlar arasındaki doğuştan beklenen yaşam süresi farkı 5,3 yıl olarak belirlendi.

KADINLAR DAHA UZUN YAŞIYOR

Çalışma çağının başlangıcı olan 15 yaşındaki kişilerin ortalama kalan yaşam süresi 63,5 yıl oldu. Erkekler için bu süre 60,9 yıl iken kadınlarda 66,1 yıl olarak saptandı. Türkiye'de, 30 yaşında olan bir kişinin kalan yaşam süresi ortalama 49,1 yıl oldu. Erkekler için bu süre 46,6 yıl iken kadınlarda 51,5 yıl oldu. Bu yaş için kadın ve erkek arasındaki beklenen yaşam süresi farkı 4,9 yıl olarak belirlendi. Türkiye genelinde, 50 yaşında olan bir kişinin kalan yaşam süresi ortalama 30,1 yıl oldu. Erkekler için bu süre 27,8 yıl iken kadınlarda ise 32,3 yıl olarak hesaplandı. Türkiye'de 2021-2023 dönemi hayat tabloları verilerine göre, 65 yaşında olan bir

kişinin kalan yaşam süresi ortalama 17,4 yıl olarak hesaplandı. Erkekler için bu süre 15,7 yıl iken kadınlarda 19 yıl oldu. Diğer bir ifade ile 65 yaşındaki kadınların erkeklerden ortalama 3,3 yıl daha uzun yaşaması bekleniyor.

İSTANBUL'DA YAŞAM SÜRESİ 78,6 YIL

Doğuştan beklenen yaşam süresinin en yüksek olduğu il 80,8 yıl ile Tunceli oldu. Tunceli'yi, 79,7 yıl ile Şırnak ve Mardin takip etti. Beklenen yaşam süresinin en düşük olduğu il ise 76,1 yıl ile Kilis oldu. Kilis'i, 76,2 yıl ile Gaziantep ve 76,8 yıl ile Adana izledi. En fazla nüfusun bulunduğu İstanbul, doğuştan beklenen yaşam süresinde 78,6 yıl ile Türkiye ortalamasının üstünde yer aldı. Bu değer, erkeklerde 75,8 yıl iken, kadınlarda 81,3 yıl oldu. Doğuştan beklenen yaşam süresinde Ankara 79,2 yıl ile Türkiye ortalamasının üstünde yer aldı. Bu değer, erkeklerde 76,5 yıl iken kadınlarda 81,8 yıl oldu.

EĞİTİM DÜZEYİ YÜKSELDİKÇE YAŞAM SÜRESİ UZUYOR

TÜİK'in verilerine göre Türkiye'de eğitim düzeyine göre beklenen yaşam süresi incelendiğinde; eğitim düzeyi yükseldikçe beklenen yaşam süresinin de uzadığı görüldü. Her yaşta ki beklenen yaşam süresi, düşük eğitime sahip kişiler arasında daha az olurken, artan eğitim düzeyi ile birlikte beklenen yaşam süresinin de arttığı tespit edildi. Cinsiyet ayrımında, eğitim düzeyine göre beklenen yaşam süresine bakıldığında hem erkek hem de kadınlarda eğitim düzeyi yükseldikçe beklenen yaşam süresinin de arttığı tespit edildi. Ortaöğretim altı eğitim seviyesi ile yükseköğretim eğitim seviyesine sahip 30 yaşındaki kişilerin beklenen yaşam süreleri arasındaki farkın 5 yıl civarında olduğu saptandı.

YOKSULLUK ORANI DA YÜKSELİYOR

TÜİK'in araştırma sonuçlarına göre beklenen yaşam süresi yükselse de çalışma çağındaki yüz kişiye düşen yaşlı sayısını ifade eden yaşlı bağımlılık oranı da ciddi şekilde yükseliyor. TÜİK'in "İstatistiklerle Yaşlılar" çalışmasının sonuçlarına göre 2018 yılında bu oran yüzde 12,9 2023 yılında yüzde 15'e yükseldi. Nüfus projeksiyonlarına göre, yaşlı bağımlılık oranının 2030 yılında yüzde 19,6, 2040 yılında yüzde 25,3, 2060 yılında yüzde 37,5 ve 2080 yılında yüzde 43,6 olacağı öngörülmüyor. Aynı araştırmanın diğer sonuçlarına göre ise yoksulluk oranı, 2019 yılında Türkiye geneli için yüzde 21,3 iken 2023 yılında yüzde 21,7 oldu. Bu oran, yaşlı nüfus için 2019 yılında yüzde 14,2 iken 2023 yılında yüzde 21,7'e yükseldi.



İki yaka arasında keyifli anlar yaşandı

Avrupa Hareketlilik Haftası'nın önemli adreslerinden Kadıköy-Beşiktaş seferini yapan şehir hatları vapuru, Kadıköy Belediyesi Sosyal Yaşam Evi üyelerini de misafir etti. Vapur yolculuğunda şarkılar söylendi, sohbetler edildi

● Seyhan KALKAN VAYIÇ

Sürdürülebilir ve çevreci ulaşım tedbirlerini geliştirmeyi teşvik amacıyla her yıl 16-22 Eylül arasında düzenlenen Avrupa Hareketlilik Haftası'nda çeşitli etkinliklerle gerçekleştiriliyor. İstanbul Büyükşehir Belediyesi (İBB) de bu yılki teması 'paylaşımlı kamusal alan' olan hafta vesilesiyle bir dizi etkinlik gerçekleştirdi.

SABAH SPORU VE YÜRÜYÜŞ YAPILDI

Etkinlik adreslerinden biri de 20 Eylül Cuma günü 10.15 ile 12.15 saatleri arasında Kadıköy-Beşiktaş seferini yapan şehir hatları vapuruydu. Kadıköy-Beşiktaş seferinin konukları arasında Kadıköy Belediyesi Sosyal Yaşam Evi üyeleri de vardı. Vapur saatinden önce Kadıköy-Beşiktaş vapur iskelesinin önünde bir araya gelen sosyal yaşam evi üyeleri, Kadıköy Belediyesi spor eğitimcilerinden Berkay Özütek eşliğinde sabah sporu ve yürüyüş yaptı. Sporun ve yürüyüşün ardından vapur seferi başladı. Şarkıların söylendiği seferde ulaşım aracı olarak vapurun önemine vurgu yapılan sohbetler gerçekleşti.

İstanbul Büyükşehir Belediyesi Ulaşım Planlama Müdürü Melda Horoz, etkinlikte şunları söyledi: "İstanbul için ulaşım aracı olarak en kıymetli olan vapurdur. Vapurlar en güzel kamusal mekanlardan. Kentlilerimizle bir arada olmaktan mutluyuz." Horoz'un ardından söz alan Avrupa Birliği Türkiye Delegasyonu Ulaştırma Sektörü Sorumlusu Akif Türker de "İstanbul'u boğaz, boğaziçi da vapurlar güzelleştiriyor. Birbirimize bağlıyor, ortak alan yaratıyor. Bu ortak alanda hepimize saygılı, alan bırakan ve yaratan kent hayatı sürdürmek



önemli. Bu haftanın ana düşüncesi" dedi.

Etkinliğin misafirlerinden oyuncu Mert Fırat da Kadıköy Belediyesi Sosyal Yaşam Evi üyeleri ile sohbet etti, etkinliğe dair şunları söyledi: "İki yaka arasında gidip geliyorum. Mekik dokuyorum. İki yaka arasında ulaşımı vapurla yapmayı seviyorum. Farklı insanları tanıyabiliyorsunuz. Vapurlar artık bisiklete de imkan tanıyor. Ulaşım aracı olarak bisiklet de önemli." Fırat, konuşmasında denizlerdeki canlılarının korunması gerektiğinin de altını çizdi.

"ETKİNLİKLER BİZE HAREKET KATIYOR"

Kadıköy Belediyesi Sosyal Yaşam Evi üyesi Kamuran Bozdemir de şunları söyledi: "Çok güzel bir etkinlik. Yaş almış kişilerin de yer alması çok iyi düşünülmüş. Bu beni mutlu etti. Güne sabah sporu ve yürüyüş ile başladık. Kadıköy Belediyesi Sosyal Yaşam Evleri bizi canlı tutan, toplumun içinde var eden yerler. Bu tür etkinliklerle de bizleri hareketli tutuyor. Korona virüs zamanında da bizlerin hep yanında oldular, bizleri aradılar ve sordular. Kadıköy Belediyesi'ne teşekkür ediyorum."

#kadınerekekesittirnokta Konferansı 10 Ekim'de

Yanımdayız Derneği tarafından düzenlenen #kadınerekekesittirnokta Konferansı'nda toplumsal cinsiyet eşitliğinin dünyada ve Türkiye'de nasıl uygulanabildiği örneklerle gösterilecek. 10 Ekim 2024 tarihinde, İş Kuleleri Salonu'nda sürecek etkinlikte, ilham verici oturumlar ve konuşmacılar yer alarak; eşitsizlikle mücadele için sadece kadın meselesi olmadığı, erkeklerle de bir o kadar iş düştüğü tekrar hatırlanacak.

Açılış konuşmasını Yanımdayız Derneği Yönetim Kurulu Başkanı Selen Okay Akçalı'nın yapacağı konferansın sunuculuğunu Oyuncu ve Yanımdayız Derneği Başkan Yardımcısı Mert Fırat ile oyuncu Didem Balçın üstlenecek. Cinsiyet eşitliğinde erkek müttefikliği konusunda uluslararası aktivizme önemli katkılarda bulunan, Birleşmiş Milletler, hükümetler ve şirketlere cinsiyet eşitliği konusunda danışmanlık yapan Equimundo Başkanı ve Kurucu Ortağı Gary Barker ise ana konuşmacı olarak yer alacak.

Konferansta bu yıl "Yüzleşmeler", "Meydan Okuyanlar", "Derisimiz feminizm", "Yerel Yönetimde Bir Yanımdayız Hikâyesi", "Başka Bir Erkeklik Mü-

Toplumsal cinsiyet eşitliğinin sağlanmasını amaçlayan Türkiye'deki ilk, dünyadaki sayılı sivil toplum kuruluşlarından biri olan Yanımdayız Derneği'nin bu yıl 5. kez düzenleyeceği #kadınerekekesittirnokta Konferansı, 10 Ekim'de yapılacak



YANINDAYIZ

kün mü?" "Doğruluk mu Cesaret mi?" ve "Sanat ve Eşitlik" konulu başlıklı oturumlar yer alacak.

"EŞİTLİK BİR AYRICALIK DEĞİLDİR"

#kadınerekekesittirnokta Konferansı'nın toplumsal cinsiyet eşitliği konusundaki kararlılıklarını ve bu yolda attıkları somut adımları vurgulayan en önemli etkinliklerden biri olduğunu söyleyen Yanımdayız Derneği Yönetim Kurulu Başkanı Selen Okay Akçalı: "Bu yıl bir kez daha, toplumsal cinsiyet eşitliğine olan inancımızı ve bu alanda kaydettiğimiz ilerlemeleri konuşmak için bir araya geliyoruz. Konferansımızda, sadece kadınların değil, erkeklerin de toplumsal cinsiyet eşitliği mücadelesine nasıl katkı sağlayabileceğini tartışacağız. Bu mücadele, bireysel çabalarımızın ötesine geçerek, toplumsal yapının her alanında köklü değişiklikler yapmayı gerektiriyor. Herkesi toplumsal cinsiyet eşitliğine olan inancımızı bir kez daha birlikte haykırmaya, bu önemli meselede yanımızda olmaya davet ediyoruz. Unutmayalım ki eşitlik bir ayrıcalık değil, insan olmanın gereğidir" dedi.

Yaşatacağız Platformu, katliam yasasına karşı miting yapacak



Sokak hayvanlarının uyutulmasını ön gören "katliam yasasına" karşı 29 Eylül Pazar günü, birçok ilde eş zamanlı miting yapılacak

Sokak hayvanlarının uyutulmasını içeren "Katliam yasası" olarak adlandırılan yasaya tepkiler sürüyor. Yaklaşık dört aydır yapılan eylemlere bir yenisi daha ekleniyor. Yaşam savunucuları TBMM açılımdan önceki son pazar günü İstanbul, Ankara ve İzmir'de mitingler düzenleyeceklerini, Antalya'da ise büyük buluşma gerçekleştireceklerini duyurdu.

İstanbul'daki eylem Yaşatacağız Platformu tarafından, 29 Eylül Pazar günü saat 17.00'de İstanbul Maltepe Miting Alanı'nda düzenlenecek. Yaşatacağız

Platformu'nun düzenlediği mitingün örgütleyicileri arasında Yaşam İçin Yasa İnisiyatifi, Hayvan Yaşam Özgürlük İnisiyatifi, DİSK İstanbul Bölge Temsilciliği ve KESK İstanbul Şubeler Platformu yer alıyor.

Meclis tatile girmeden önce apar topar görüşülüp onaylanan yasanın meşru olmadığını yüksek sesle haykırmaya devam edeceklerini açıklayan platform, "Onlar öldürmek istiyor, biz yaşatacağız", çağrısıyla tüm yaşam savunucularını 29 Eylül Pazar günü yapılacak büyük İstanbul buluşmasına çağırıyor.



KADIKÖY ÇİZGİ FESTİVALİ BAŞLADI

Kadıköy Belediyesi Karikatür Evi'nin üç gün boyunca Yoğurtçu Parkı'nda gerçekleştireceği Kadıköy Çizgi Festivali başladı

Kadıköy Belediyesi Karikatür Evi'nin hazırladığı ve çizgi roman tutkunlarının sabırsızlıkla beklediği Kadıköy Çizgi Festivali, 27-29 Eylül tarihlerinde Yoğurtçu Parkı'nda gerçekleştiriliyor. Bu yıl beşincisi düzenlenen festival, sergiler, atölyeler, film gösterimleri ve çizgi roman mezatı gibi etkinliklerle dolu dolu bir program sunuyor. Festival, daha önceki yıllarda olduğu gibi bu yıl da birçok yainevini ziyaretçilerle buluşturuyor.

ÜNLÜ ÇİZERLERİN ESERLERİ FESTİVALDE

Bu yılki festivalin dikkat çeken önemli etkinliklerinden biri Belçika İstanbul Başkonsolosluğu ile birlikte düzenlenen "Çizgi Roman İle Belçika Turu" adlı sergi olacak. Çizgiseverler, bu sergide Belçika'nın önemli ve başarılı çizerlerinin eserlerini görme fırsatı bulacak. Üç gün boyunca görülebilecek sergide; A. P. Duchâteau, Anaëlle Hermans, Baudouin Deville, Brecht Evens, Claus D. Scholz, David Caryn, Delphine Hermans, Didier Comès, Eric Warnauts, Francis Carin, François Schuiten, François Walthery, Hec Leemans, J. Jour, Jean-Claude Servais, Jean-Philippe Stassen, Jef Nys, Jeroen Janssen, Marc Sleen, Max de Radiguès, Merho, Mittéi, Monsieur Lou, Olivier Schrauwen, Ratives, Roger Leloup, Serge Baeken, Ser-



gio Salma, Steve Michiels, Tibet, Tiffanie Van de Ghinste'nin eserleri yer alacak.

SERGİ, MEZAT, ATÖLYE...

Genç yaşta hayatını kaybeden Kadıköylü sokak sanatçısı Burak Yurdakul'a (Rakun) adanan bir sergi de festivalde yer alacak. Rakun'un arkadaşları ile birlikte hazırlanan bu sergi aynı zamanda Karikatür Evi'nde sezonun ilk sergisi olarak devam edecek. Kadıköy Çizgi Festivali'nin



klasikleşen mezat etkinliği bu yıl 29 Eylül Pazar günü Emre Demirkol'un moderatörlüğünde gerçekleştirilecek. Çizgiseverler, Çizgi Roman Okurları Derneği'nin düzenlediği etkinlikte daha önceki yıllarda olduğu gibi bu yıl da çizgi dünyasına ait nadir bulunan önemli eserleri görme ve edinme fırsatı bulacak.

Çizgi Festivaline ilişkin konuşan Kadıköy Belediye Başkanı Mesut Köseadağ "Çizgi dünyasının kapılarını aralayan fes-

tivalimiz; atölyeler, imza günleri, söyleşiler, çizgi mezatları ve yayınevleri stantları ile her yaşta katılımıya keyifli anlar sunacak." dedi.

ÖNEMLİ BİLGİLER!

27-29 Eylül tarihleri arasında Yoğurtçu Parkı'nda gerçekleşecek festivalde, stantlar üç gün boyunca 13.00-21.00 saatleri arasında gezilebilecek. Atölyelere katılım için, atölyeyi gerçekleştirecek

kurumun standında, gün içerisinde kayıt yaptırmak gerekiyor. Ancak 28 Eylül Cumartesi 17.00'de gerçekleştirilecek Urban Sketching Atölyesi'ne katılmak isteyenlerin Kadıköy Belediyesi Halkla İlişkiler standında, atölyeden 1 saat öncesinden itibaren kayıt yaptırmaları gerekiyor.

Programdaki değişiklikleri, Kadıköy Belediyesi ve Karikatür Evi resmi sosyal medya hesaplarından ve festivalin web sitesinden takip edebilirsiniz.

AVRUPA'DAN MİSAFİR ÖĞRENCİLER GELDİ

İstanbul'un ilk kez ev sahipliği yaptığı Avrupa Birliği'nin FrenchShip projesiyle Türk, Fransız ve Yunan lise öğrencileri bir araya geldi

● Deniz Şimal TAŞAN

Avrupa Birliği'nin eğitim, gençlik ve spor alanlarındaki Erasmus Projesi 'FrenchShip' kapsamında, İstanbul Saint-Joseph Lisesi, Fransa'dan Lorient Saint-Joseph Lisesi ile Yunanistan'dan Selanik La Salle Koleji'nden 30 öğrenci 14-22 Eylül tarihleri arasında bir araya geldi. 2010 yılından bu yana sporu, su sporlarını, kültürel keşifleri, çevreye duyarlılığı, ekolojik konuların önemini ve biyoçeşitliliği vurgulayan projeye İstanbul ilk kez ev sahipliği yaptı.

Saint Joseph Fransız Lisesi Dış İşler

Sorumlusu Metin Özdemir, İstanbul'da ilk kez gerçekleşen projede yer aldıkları için çok mutlu olduklarını söyledi. FrenchShip projesinin amacının yelken sporu çerçevesinde farklı kültürleri tanımak olduğunu kaydeden Özdemir, "Okulumuzun Yelken Kulübü öğrencileriyle birlikte yer aldığımız bir proje, yaş grubumuz 14 ila 16 yaş arası" dedi.

İSTANBUL TURU

İstanbul Saint-Joseph Lisesi'nin rehberliği ile gerçekleşen projede üç gün boyunca yelken yapıldığını belirten Özdemir, "Burgaz Ada, Heybeli Ada, De-

mokrasi ve Özgürlükler Adası'na yelken açtık, adaları gezdik ve tekrar yelken açarak Kalamış Marina'ya geri döndük" şeklinde konuştu.

Kurbağalıdere'den kürekle çıkarak Marmara Denizi'nde keyfi dakikalar geçirdiğini dile getiren Özdemir, "Beşiktaş'a gidip Deniz Müzesi'ni gezdik, Ortaköy'de kumpir yedik. Sultanahmet, Ayasofya ve Kapalı Çarşı'yı ziyaret ettik. Kadıköy'ü de gezdik. Misafir öğrencilerimiz daha önce İstanbul'a gelmemişler.

Kadıköy çevresi ve İstanbul için çok olumlu yorumlar duyduk. Tekrar Türkiye'ye gelme hevesleri oldu" dedi. Fransız ve Yunan öğrencilerin, İstanbul Saint-Joseph öğrencilerinin evinde misafir edildiğini belirten Özdemir genellikle Kadıköy çevresinde oturan öğrencileri seçtiklerini söyledi.



GazeteKadıköy

Haftalık süreli yerel gazete

Kadıköy Belediyesi ve Kadıköylülere adına Sahibi Kadıköy Belediye Başkanı

Mesut KÖSEADAĞI

Yayın Kurulu

Ayten GENÇ, Erhan DEMİRTAŞ, Gökçe UYGUN, Leyla ALP

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü

Gürbüz ENGİN

Sayfa Tasarımı

Rıza BÜLBÜL, Sinem HAMARAT

Haber Merkezi

Gökçe UYGUN, Erhan DEMİRTAŞ, Seyhan KALKAN VAYIÇ

Reklam Servisi

Özge ÖZVEREN MUSLU

Reklam: 0 (216) 345 82 02

Adres: Hasanpaşa Mahallesi Sarayardı Caddesi Khalhedon İş Merkezi No: 98 Kadıköy Tel: 0 (216) 348 70 60 İlan/Reklam: 0 (216) 345 82 02

www.gazetekadikoy.com.tr www.instagram.com/gazetekadikoy www.facebook.com/gazetekadikoy www.twitter.com/gazetekadikoy E-posta: gazetekadikoy@gmail.com Dağıtım: Mehmet Gürdoğdu (0532) 727 01 07

Baskı: İhlas Gazetecilik A.Ş. Merkez Mah. 29 Ekim Cad. İhlas Plaza No:11 A/21 Yenibosna / İSTANBUL Tel: 0 (212) 454 30 00 Gazetemizde yayınlanan yazıların yasal sorumluluğu yazı sahibine aittir.

ALIK PAZARI



"Eğitimde Edebiyat" buluşması 12 Ekim'de



Günışığı Kitaplığı'nın eğitimcileri, öğrencileri ve edebiyatçıları bir araya getirdiği 17. Edebiyat Seminerleri FMV Işık Okulları Nişantaşı yerleşkesinde yapılacak. 2010 yılından beri düzenlenen seminerin bu yılki açılış konuşmasını akademisyen, filozof Prof. Dr. Ioanna Kuçuradi, kapanış konuşmasını da yazar-şair Murathan Mungan yapacak. Etkinlikte Günışığı Kitaplığı

Genel Yayın Yönetmeni, yazar Mine Soysal'ın konuştuğu, çağdaş edebiyatımızın ödüllü yazarlarından, eğitimci Yavuz Ekinci olacak. İstanbul Bilgi Üniversitesi Sanat ve Kültür Yönetimi Bölüm Başkanı Doç. Dr. Serhan Ada, Sabancı Üniversitesi Eğitim Reformu Girişimi (ERG) Direktörü Buket Sönmez, Boğaziçi Üniversitesi öğretim görevlisi, su uzmanı Dr. Akgün İlhan ve çağdaş edebiyatımızın sevilen genç kuşak yazarlarından Tolga Gümüşay, özgün içerikler sunacak.

Etkinlikler kapsamında Kahramanmaraş, Bursa ve İstanbul'dan 4 öğretmen, öğrencileriyle gerçekleştirdikleri yaratıcı okuma uygulamalarını meslektaşlarına aktaracak, yeni ve etkili yollar örnekleyecek. Zeynep Cemali Öykü Yarışması'nın 2024 kazananları da seminer kapsamında düzenlenecek törenle ödülleri alacak. Seminere katılmak için Günışığı Kitaplığı internet sitesindeki Kayıt Formu'nun doldurulup gönderilmesi gerekiyor.

MURAT BEŞER

muratbeser@muratbeser.com

İki kitap bir insan...

Fırsat buldukça Elmadağ'daki ofislerinde ziyaretine gider, çayını içerim. Çay bahane, sohbeti gayret verir bir türlü girişemediği, haliyle de bitiremediğim kitap çalışmalarını bana. Son ziyaretimde daha bir kazançlı çıktım; İletişim Yayınları'ndaki editörüm Kıvanç Koçak'ın önüne koyduğum iki kitap bir insanı tanımama vesile oldu. İki geçen yılın sonuna doğru çıkmış "Boğaziçi'nin Büyüklüğü Sesi" üst başlığı ile sunulmuş olan "Denizkızı Eftalya", diğeri ise henüz piyasaya verilmemiş, dumanı üzerinde, "1930'lar Türkiye'sinde Müziğin Ekonomi-Politik" üst başlıklı "Erken Cumhuriyet'in Sesleri" adlı kitap. Her iki kitabın da sahibi İstanbul Üniversitesi Devlet Konservatuarı Müzikoloji Bölümü Geleneksel ve Modal Müzikler Anabilim Dalı'nda öğretim üyeliği yapan Doç. Dr. Bilal Işıktaş.

Sayın Işıktaş sıradan bir akademisyen

değil; işini bir memur gibi yerine getirerek maaşını almakla yetinen, rahatını bozmadan suya sabuna dokunmayan makaleler yazarak rütbesini yükselten vazifeli birisi değil. Aksine hayallerinin ve tutkularının peşinden koştu-ran, ele aldığı konular hakkında bir arkeoloğu aratmayacak kadar derin ve titiz çalışmaları bulunan, artık sayıları yeni gelen kuşaklarda giderek azalan bilim insanlarından biri. Her iki kitabı da okurken daha ilk bölümde hissediyorsunuz bu söylediklerimi. Bunun için Işıktaş'ı bilfiil tanımaya, uzun uzun oturup sohbet etmeye, çay kahve içmeye hacet yok, ben de tanıyıyorum. Üstelik Işıktaş o akademisyenlerin sıkıcı dilinden, kurduğu sosyolojik cümlelerden de azade; sadece derdini anlatmakla, konuyu izah etmekle yetinmiyor, mümkün mertebe okumayı kolaylaştırarak, lezzetlendirmek amacıyla kalem de oynatıyor.

Şimdi müsaade buyursanız yazının geri kalan kısmında bir iki paragrafta sizlere bu iki değerli kitabı takdim etmek isterim.



"Boğaziçi'nin Büyüklüğü Sesi - Denizkızı Eftalya" adlı kitap, her ne kadar Türkiye'nin ilk assolistinin yaşantısını bazı bilinmeyen yönlerini aydınlatarak ele alsada, bir döneme ait bazı konularda sis perdesini aralıyor, birçok yeni belge ve bilgiye gözler önüne seriyor. Yaşarken efsaneye dönüşen bir Rum kızının nasıl en büyük yıldızlardan birisi haline geldiğini anlatırken, dönemin müzik alemine de projeksiyon tutuyor. Sesiyle adeta bir dönemin ruhunu yansı-

tan Denizkızı Eftalya'nın Osmanlı'nın çözülüşünden Cumhuriyet'in modernleşme sürecine kadar uzanan zaman dilimine tanıklık edişini ele alarak, dönemin sosyo-kültürel arka planını anlatıyor.

Huzurunda defalarca konser verdiği Atatürk'ten Nazım Hikmet'e, Safiye Ayla'dan Afife Hale'ye, saz-zendelerden gazetecilere onlarca kişinin dahil olduğu bir yaşam hikayesinde, çok boyutlu bir çalışmaya imzasını atıyor Işıktaş. Bu çalışma efsunlu bir assolistin yıllar içinde görünmez hale gelen yaşamının yeniden canlandırılarak kendi yaşamlarımıza dahil edilmişinden öte, Işıktaş'ın kendisinin ifadesiyle "bu, yalnızca bir kadının hikayesi değil, Osmanlı'dan Cumhuriyet'e İstanbul, Boğaziçi'nin ve ses tarihimizin de serencamıdır".

"1930'lar Türkiye'sinde Müziğin Ekonomi-Politik" - Erken Cumhuriyet'in Sesleri" adlı kitap esas itibarıyla adından anlaşılacağı üzere iki bölüme oluşuyor. İlk bölüm 1930'ların Türkiye'sindeki müzik ile

toplumsal tarih arasındaki ilişkiyi ele alarak teknoloji, müzikteki yeni türler, müzisyenlerin icra platformları gibi konuları, müzik üzerindeki dönemin tartışmalarını (alaturka-alafanga kavgası, içkiyi yerlerde için yaptığı söyleşilerden oluşan "Kimlerdir? Ne Kazanırlar?" başlıklı tefrikası üzerine yoğunlaşan bu bölümde, zaman tüneline girerek ilginç bir tarih yolculuğuna çıkıyoruz. Neredeyse yüzyıl öncesinin müzik piyasası ve gündemine farklı yönleriyle bakan; müziğin metalaşmasını etkileyen sosyal, kültürel, politik ve ekonomik etmenleri inceleyen "Erken Cumhuriyet'in Sesleri" adlı kitap, Türkiye'nin kültür ve toplumsal tarihine, eğlence yaşamına ilgi duyanlara şiddetle tavsiye edilir.

"Denizkızı Eftalya" ve "Erken Cumhuriyet'in Sesleri"; her iki kitabı da gerek metodolojik olarak gerekse tarihsel açıdan birbirinin devamı ve tamamlayıcısı çalışmalar olarak görmek mümkün. Her ikisi de çok önemli katkı, çok önemli kaynak...

Teşekkürler Bilal Işıktaş, teşekkürler Kıvanç Koçak...



Plaklar sekizinci kez Kadıköy'de döndü

● Deniz Şimal TAŞAN

Kadıköy Belediyesi'nin bu yıl sekizincisini düzenlediği Kadıköy Plak Günleri 21-22 Eylül tarihlerinde Kadıköy Kalamış Atatürk Parkı'nda plakseverlerle buluştu. İstanbul'un en önemli plak dükkanlarını, plak koleksiyoncularını ve müdavimlerini buluşturan Kadıköy Belediyesi, iki gün boyunca söyleşiler, imza günleri ve DJ performanslarına da ev sahipliği yaptı. Festivalin sonunda ise BaBa ZuLa konseriyle Kadıköylülere ve plakseverler muhteşem bir müzik şöleni yaşadı.

"BENİM İÇİN ÇOK KEYİFLİYDİ"

Osmantan Erkir'in moderatörlüğünde festivalin ilk söyleşisini gerçekleştiren yazar ve plak koleksiyoneri Gökhan Akçura, "Plak olayının böyle-



Gülüncü Acar



Metehan Asar



Doğa Bekiroğlu



Halim Yüksel

sine güçlü olarak ele alınması ve katılımın bu denli yoğun olması bence çok hoş bir şey. Türkiye'de daha önceki yıllarda ufak tefek böyle plak günlerini mekanlarda yapardık ama bu kadar geniş, bu kadar güçlü olmuyordu hiçbirisi. O yüzden benim için çok keyifliydi. Söyleşim de gayet güzel geçti" şeklinde konuştu.

Plak Günlerinin ikinci günü ise müzik yazarı Murat Beşer'in moderatörlüğünde "Yerli ve Milli Bir Prog-Rock Hikayesi: Paralel" başlıklı söyleşi etkinliği gerçekleşti. Konuşmacılar arasında ise Paralel grubunun üyelerinden Eril Tekeli, Koray Diker ve Cihan Solak yer aldı. Grup üyelerinden Koray Diker "Ortam şahane, muhteşem bir ortam. Çok beğendim kendimi rüyada gibi hissediyorum" dedi. Eril Tekeli ise "Ortam çok güzel mekân çok güzel, hava çok güzel insanlar çok güzel" dedi.

"YILLARDIR ÖZLEMİMDİ"

Yıllardır yurt dışındaki plak fuarlarına gittiğini söyleyen Rainbow 45 Plak dükkanının sahibi Salih Karagöz, "Yıllardır özlemimdi benim, Türkiye'de ve

güzel İstanbul'umuzda böyle plak fuarlarının olması. Kadıköy Belediyesi sağolsun bu işe el attı, vizyonu çok gelişmiş. Sekizincisi düzenleniyor, inşallah çocuklarımız 18'incisini, 28'incisini görür" şeklinde konuştu.

Moda 216 Plak dükkanının sahibi Doğa Bekiroğlu, "Bu yıl üçüncü kez plak günlerine katılıyorum. Bu yıl Kalamış Parkı'ndayız ve bence burada olması çok daha güzel oldu. Burada yeme içme alanlarımız var, belediyenin kendi tesisleri var. Şu an çok keyifliyiz, sabah biraz yağmur yağdı ama hava güzel, insanlar keyifle geliyor plak arşivlerine yeni plaklar katıyorlar" dedi.

"FESTİVALİ GEÇEN YIL HABERLERE ÇIKINCA ÖĞRENDİM"

Plak günlerine Eskişehir'den gelen Halim Yüksel, "Kadıköy Plak Günleri'ne ilk defa geliyorum, daha önce Hollanda'da da plak festivallerine gitmiştim. Burayı çok beğendim oldukça yeterli, birkaç plak aldım. Festivali geçen yıl haberler çıkınca öğrendim, bu yıl sosyal medyadan takip ettim" dedi.

Bostancı Mahallesi'nden gelen Gülüncü Acar, "Festival ortamı çok güzel, dört yıldır geliyorum. Bugün bir tane ikinci el 'Dirty Dancing' plağı aldım. Bu yıl festivalin Kalamış Parkı'nda olması çok güzel, daha önce belediyenin konserlerine gelmiştim. Ortam çok güzel, deniz çok güzel" şeklinde konuştu.

Kadıköylü Metehan Asar "Plak günlerine ikinci gelişim, geçen yıl plak almıştım şimdi plakçıları geziyorum. Almak istediğim Funk ve Cem Karaca plakları var. Festivalin ortamı çok güzel" dedi.



Kadıköy Belediyesi'nin bu yıl sekizincisini düzenlediği Kadıköy Plak Günleri, Kalamış Atatürk Parkı'nda plak severlerle buluştu



Gökhan Akçura

Cihan Solak, Eril Tekeli, Koray Diker



Akbank Caz Festivali başlıyor

Akbank Caz Festivali, 28 Eylül-13 Ekim'de müzikseverleri 34. kez bir araya getirecek. 200'ün üzerinde sanatçının sahne alacağı organizasyon, Kenan Doğulu konseri ile açılış yapacak

Türkiye'nin uzun soluklu kültür-sanat etkinliklerinden 34. Akbank Caz Festivali bu yıl 28 Eylül-13 Ekim tarihleri arasında müzikseverleri 200'den fazla müzisyenle ve özgün performanslarla buluşturacak. Pozitif iş birliğiyle organize edilen festivalin açılış konseri, 28 Eylül'de Müze Gazhane'de Kenan Doğulu'nun klasik parçalarının caz düzenlemelerinin yanı sıra, 'İhtimaller 2 - Konular var' isimli yeni caz albümünden parçaları seslendireceği konseri ile başlayacak. Ücretsiz gerçekleşecek konserde Doğulu'ya sahnedeki Ozan Musluoğlu, Ercüment Orkut, Bulut Gülen, Şenova Ülker, Mehmet İkiz, Ferit Odman ve Batu Şalliel eşlik edecek.

13 Ekim'e kadar caz ve dünya müziğinin başarılı isimlerini onlarca farklı mekanda ağırlayacak festivalde; Kurt Elling, Brad Mehldau, Burhan Öçal, Jamaaladeen Tacuma, Antonio Sánchez ve dörtlüsü, Kahil El'Zabar, Ayşe Tütüncü, Harold López-Nussa gibi isimler dinleyici ile buluşacak.



ATÖLYE VE SÖYLEŞİLER

Caz Festivali bu yıl da konserler dışında söyleşi, çocuk atölyesi, dans etkinlikleri ve teras konserlerine ev sahipliği yapacak. "Caz Ağı Paneli: Akademiden Sahneye", "Çağın Ötesinde Müzisyen İsmet Sıral ve Belgeselin Belgeseli", "Klasikten Caza", "Kreşendo x Müzik Yolculuğunun Peşinde" ve "Özgür Caz" konu başlıkları ile söyleşiler gerçekleşecek.

Festivalin bir diğer özel etkinliği, kurduğu büyük orkestraların yanı sıra 60'lar ve 70'lerde dünyaca ünlü müzisyenlerle konserler veren saksafon ustası İsmet Sıral'ı ve onun sıra dışı müzikal vizyonunu yeniden keşfetmeye davet eden Çağın Ötesinde Müzisyen İsmet Sıral ve "Belgeselin Belgeseli" ve belgesel sonrası Ayşe Tütüncü ve Meriç Demirkol dinletisi olacak. Festival etkinliğinin bu yılki adresleri ise şöyle: Akbank Sanat, Arter, Müze Gazhane, Babylon, Bant Mag, Havuz/ Bina, Borusan Müzik Evi, Bova, Cemal Reşit Rey Konser Salonu, Zorlu PSM, Turckell Platinum Sahnesi, Frankhan, Hope Alkazar, HuginveMunin Kültür ve Sanat Paylaşım Platformu, Nardis Jazz Club, Pera 77, Sakıp Sabancı Müzesi, Ses 1885-Ortaoyuncular Tiyatrosu, The Circle ve Yeldegirmeni Sanat Merkezi

Festival hakkında detaylı bilgiye "www.akbanksanat.com" adresinden ve sosyal medya hesaplarından ulaşılabilir



“Her zaman destek vereceğiz, yanlarında olacağız”

● Seyhan KALKAN VAYIÇ

Kadıköy Belediyesi, 21 Eylül Dünya Alzheimer Günü vesilesiyle Göztepe Alzheimer Merkezi bahçesinde etkinlik düzenledi. Şarkıların ve türkülerin söylendiği, şiirlerin okunduğu, dansların edildiği ve ikramların yer aldığı etkinliğin misafirleri, Kadıköy Belediyesi Göztepe Alzheimer Merkezi ile 19 Mayıs Alzheimer Merkezi'nden hizmet alan hasta ve hasta yakınlarıydı. Kadıköy Belediyesi Başkan Yardımcısı Rasim Emre Fırıncı'nın da katıldığı etkinlikte, Kadıköy Belediyesi Sağlık İşleri Müdürü Zeynep Özen Aslan, Kadıköy Belediyesi Sağlık İşleri Müdürlüğü birim müdürleri ve çalışanları ile Türkiye Alzheimer Derneği Kadıköy Şube Başkanı Prof. Dr. Nilgün Çınar da yer aldı.

“BU HİZMET ÖRNEK OLSUN”

Etkinliğin açılış konuşmasını yapan Başkan Yardımcısı Rasim Emre Fırıncı, Kadıköy Belediyesi Alzheimer merkezlerinin kurulduğu andan şu ana kadar 820 hasta ile 5 bin 450 hasta yakınına hizmet verdiğini söyledi, “İki merkezimizde şu an 70 Alzheimer hastası hizmet alıyor. Zihinsel ve psiko-motor etkinliklerle kendi yaşit-



larıyla keyifli zaman geçirmelerini sağlıyoruz. Hasta ve hasta yakınlarına her zaman destek vereceğiz ve onların yanında olacağız. Bu hizmet diğer kurumlara da örnek olur.” ifadelerini kullandı.

“TÜM EVRELERİNDE YANLARINDAYIZ”

Türkiye Alzheimer Derneği Kadıköy Şube Başkanı Prof. Dr. Nilgün Çınar da güne dair yaptığı konuşmasında şunları söyledi: “21 Eylül Alzheimer hastalığına dikkat çekilen bir gün olarak bilinir. Kadıköy Belediyesi, hastalığın başlangıcının geciktirilmesi, hastalık başladığında sürecin yavaşlatılması amacıyla Alzheimer merkezleri ve sosyal yaşam evlerini açtı. Biz de dernek olarak Belediye ile hastalık hakkında bilgilendirme toplantıları yapıyoruz. Hasta ve hasta yakınlarının yaşam kalitesini artırmayı amaçlıyoruz. Alzheimer'ın tüm evrelerinde yanlarındayız.”

“BABAMIN GÜLÜMSEMESİ PAHA BİÇİLMEZ”

Etkinlikte hizmet alan hasta yakınları da duygu ve düşüncelerini paylaştı. Kadıköy Belediyesi Göztepe Alzheimer Merkezi'nden babasının hizmet aldığını dile getiren Doğa Hergenç, “Babam bir buçuk senedir merkeze geliyor. Çalışanların sevecenliği ve profesyonelliği bizim için çok değerli. Aile gibi olduk. Babamı her almaya geldiğimde yüzündeki gülümseme paha biçilmez. Merkezleri kuran ve bu ekibi bir araya getiren Kadıköy Belediyesi'ne teşekkür ediyorum. Sağ olun. İyi ki varsınız.”

“TÜM İLÇELERDE MERKEZLER OLMALI”

19 Mayıs Alzheimer Merkezi'nde annesinin hizmet aldığı söyleyen İnanç Baylan da “Merkezdeki tüm çalışanlar tarafından çok iyi karşılandı. İstanbul'un bütün ilçelerinde olması gereken bir belediye hizmeti olduğunu düşünüyorum. Emeği geçen herkese teşekkür ediyorum.” dedi.

“Aşılamadaki düşüş hastalıklara ve ölümlere yol açabilir”



Aşının bir çocuk hakkı olarak değerlendirilmesi ve ebeveynlerin tercihine bırakan uygulamadan vazgeçilmesi gerektiğini belirten İstanbul Tabip Odası Yönetim Kurulu Başkanı Prof. Dr. Osman Küçükosmanoğlu, “Aşılama oranlarında düşme sonucu aşı ile önlenibilir hastalıklar sık görülmeye başlayacak, çocukların hastalıklardan ölümüne neden olacak.” dedi

● Seyhan KALKAN VAYIÇ

İstanbul Planlama Ajansı'nın Halk Sağlığı Haftası kapsamında yayınlandığı raporda çocukluk aşılarının zamanında yapılma oranının düştüğü, bu durumun da bulaşıcı hastalık riskini arttırdığı yer aldı. Rapor-daki bilgidir hareket ederek İstanbul Tabip Odası Yönetim Kurulu Başkanı, Çocuk Kardiyolojisi Uzmanı Prof. Dr. Osman Küçükosmanoğlu ile çocukluk çağı aşılarının önemini, aşı yaptırmada yaşanan düşüşün nedenlerini, yapılmadığı takdirde hangi hastalıklara yol açtığını konuştu.

• **Çocukluk çağı aşıları nelerdir?**
En son güncellenen hali ile Türkiye'de uygulanmakta olan çocukluk dönemi aşıları ve uygulama zamanları aşağıdaki tabloda görülmüyor. Bu aşılar ücretsiz olarak tüm çocuklara yapılmaktadır. İlk aşı doğumda yapılan Hepatit B aşısıdır. Çocukluk döneminde yapılan son aşı 13 yaşında uygulanması gereken erişkin tipi difteri-Tetanoz aşısıdır.

“ÖLÜME VE SAKATLIKLARA YOL AÇABİLİR”

• **Bu aşılar neden önemli?**

Çocukluk çağı aşıları hem çocuğun kendi sağlığı hem de toplum sağlığı açısından önemlidir. Aşı yapılan kişilerde bağışıklık sistemi bu hastalıklara karşı direnç kazanır, söz konusu kişiler bu mikrop ile karşılaşsa bile hastalığa yakalanmazlar veya aşısız olanlara göre çok daha hafif geçirirler. Toplumda aşı olan kişilerin oranı yüksek olursa toplum bağışıklığı sağlanabilir. Hatta çiçek hastalığında olduğu gibi hastalık dünya çapında eradike (tamamen yok) edilebilir. Tarih boyunca milyonlarca ölüme sebep olan çiçek hastalığı, aşı sayesinde 1980 yılında eradike edilmiştir. Bu nedenle günümüzde çiçek aşısı yapılmamaktadır. Aşısız kişiler söz konusu hastalığa yakalandıklarında daha ağır geçirmekte, bu hastalıklar ölüm ve sakatlıklara yol açmaktadır. Örneğin; Hepatit B aşısı yapılmayan kişi bu virüs ile karşılaştığında hastalanıp yaşamını yitirebilir, ömür boyu taşıyıcı olarak kalabilir, ileri yaşlarda karaciğer sirozu ve/veya karaciğer kanseri olabilir.

• **Aşılama oranları neden düşüyor?**

Aşılama oranlarında düşüşün birçok nedeni olabilir. Bunlar arasında toplumda aşı ile önlenibilir

hastalıklar ve aşının önemi ile ilgili yeterli bilgilendirme yapılmaması, göç ve nüfus hareketleri nedeniyle kayıtsız çocukların sayısında artma, gerçek dışı haberlerle aşı tereddütü ve aşı reddinin artması, tüm çocukların aşılanması için yasal düzenleme yapılmaması sayılabilir. Sonuç olarak bir ülkede çocukluk çağı aşılanma oranları önemli sağlık göstergesidir. Türkiye son 5-10 yıla kadar oldukça başarılı olduğu bu alanda giderek artan bir ivme ile her yıl daha geriye gitmektedir. Aşılama oranlarında düşme sonucu aşı ile önlenibilir hastalıklar daha sık görülmeye başlayacak daha fazla çocuğun bu hastalıklardan ölümüne neden olacaktır. Geçtiğimiz yıl bunun örneği görülmeye başlandı. Ülkemizde daha fazla sayıda kızamık ve boğmaca olgusu görüldü.

“AŞI BİR ÇOCUK HAKKI OLARAK DEĞERLENDİRİLMELİ”

• **Aşılamamanın artması için neler yapılmalı?**
Öncelikle tüm çocukların aşıya ulaşmasını sağlayacak yasal düzenleme yapılmalı, aşı bir çocuk hakkı olarak değerlendirilmeli, ebeveynlerin tercihine bırakan uygulamadan vazgeçilmelidir. Aşıya ulaşmak kolaylaştırılmalı, toplum aşı konusunda bilinçlendirilmelidir. Bunlar yasa koyucunun ve idarenin görevidir.

• **Topuk kanı almamak istemeyen ailelerin de olduğu belirtiliyor? Topuk kanı neden alınıyor?**

Yenidoğan döneminde topuktan alınan birkaç damla kan ile 6 hastalık (fenilketonüri, konjenital hipotiroidi, konjenital adrenal hiperplazisi, biotinidaz eksikliği, kistik fibrozis, SMA) için tarama yapılıyor. Erken tanı konulan bebeklere uygulamaya tedavilerle hastaların normal veya tedaviye geç başlanmasına göre çok daha sağlıklı bir yaşam sürmeleri mümkün oluyor. Bu hastalıklara geç tanı konulması durumunda çocuklarda önemli zihinsel ve bedensel sorunlar ortaya çıkıyor.

Tarama çalışmaları sayesinde yılda yaklaşık 4 bin 500 çocuğun var olan hastalıklarının sonuçlarından korunması sağlanıyor, engelliliğin önüne geçiliyor. Tarih boyunca tüm toplumlarda bilimsel gelişmelere karşı çıkan, şüphe ile yaklaşanlar olmuştur. Bunların bir kısmı bilgi eksikliği, bir kısmı ise şarlatanların gerçek dışı iddialarına inanarak bebeklerinden topuk kanı alınmaması karşı çıkıyor. Topuk kanı almamak istemeyen aileler nedeni ne olursa olsun sonuç olarak çocuklarını ihmal ve istismar etmektedir.

Aşılar	Doğumda	1. ayın sonu	2. ayın sonu	4. ayın sonu	6. ayın sonu	9. ayın sonu	12. ayın sonu	18. ayın sonu	24. ayın sonu	48. ayın sonu***	13 yaş
Hepatit B	I	II			III						
BCG (Verem)			I								
DaBT-İPA-Hib			I	II	III			R			
KPA*			I	II			R				
KKK						ID**	I			II	
DaBT-İPA								II			
OPA					I				II		
Td											R
Hepatit A								I	II		
Suçiçgeği							I				

*01.01.2019 tarihinden itibaren doğan bebeklere 2. 4. ve 12. aylarda uygulanacaktır.

**25.09.2019 tarihli BDK kararıyla salgın riski olan bölgelerde 9. - 11. aylık ilave bir doz Kızamık içeren aşı (K veya KKK) uygulanacaktır.

***11 Temmuz 2016 tarihinde doğanlardan başlamak üzere, 48. ayına girmiş olan tüm çocuklara uygulanacaktır. 1 Temmuz 2016 tarihinden önce doğmuş ve halen ilköğretime başlanmamış olan çocukların KKK ikinci dozu ve DaBT-İPA aşısı ise 2020-2021, 2021-2022 ve 2022-2023 eğitim ve öğretim dönemlerinde, ilköğretim 1. sınıfta, okul aylamaları şeklinde uygulanacaktır.

DaBT-İPA-Hib: Difteri, Aseleüler Boğmaca, Tetanoz, İnaktif Polio, Hemofilus Influenza Tip B Aşısı (Beşli Karma Aşı)

KPA: Konjüge Pnömonokok Aşısı

KKK: Kızamık, Kızamıkçık, Kabakulak Aşısı

DaBT-İPA: Difteri, Aseleüler Boğmaca, Tetanoz, İnaktif Polio Aşısı (Dörtlü Karma Aşı)

OPA: Oral Polio Aşısı (Çocuk Felci Aşısı)

Td: Erişkin Tipi Difteri-Tetanoz Aşısı

R: Rapel (Pekiştirme) ID: İlave Doz

Aşı takvimindeki tüm aşılar ücretsizdir.

GÖZ VAKFI 40. yıl
NURUNU KORUMA
1984'ten günümüze...

Beria Turaç İdealtepe Göz Merkezi



GLOKOM

Önlenebilir bir görme bozukluğudur.

- Katarakt
- Refraktif Cerrahi
- Kornea
- Retina
- Glokom
- Oküloplastisi
- Şaşılık
- Çocuk Göz Sağlığı

İSTANBUL
Bayrampaşa
Göz Hastanesi
(0212) 467 75 00

İSTANBUL
Beria Turaç
İdealtepe Göz Merkezi
(0216) 417 20 21

BURSA
Nilüfer
Göz Merkezi
(0224) 364 91 00

PILATES

DERSLERİNE YOĞUN İLGİ



Kadıköy Belediyesi Spor Merkezi'ne bağlı Kalamış ve Acıbadem Spor Merkezi'nde gerçekleştirilen pilates derslerine ilgi yoğun. Duruş bozukluklarının giderilmesine önemli katkı sağlayan pilates dersleri yediden yetmişe Kadıköylülerin ilgi odağı

Kadıköy Belediyesi'ne bağlı Acıbadem ve Kalamış spor merkezlerinde 15 yaşından 80'e kadar birçok kişi pilates derslerine gidiyor. Kalamış Spor Merkezi eğitmenlerinden Burcu Kurşun'la pilates dersleri hakkında sohbet ettik. Derslere olan ilgiden oldukça memnun olduğunu belirten Kurşun, "Derslere ilgi yoğun. 15 yaşından 80'li yaşlara kadar pek çok kişi derslere katılım sağlıyor. Hem ruh hem de beden sağlıkları için oldukça yararlı olan derslerin katılımcıları memnun ettiğini rahatlıkla söyleyebilirim" dedi. Mat pilates seanslarının yaz ve kış dönemi olarak ikiye ayrıldığını belirten Kurşun, "Merkezlerimizde saatleri değişken olmak üzere 7 gün de ders var. Bizim tavsiyemiz en az 2 gün katılım sağlanması. İdeal ders sayısı haftada 3 gün ancak tabii bu durum kişiden kişiye çok değişiyor. Bazı kursiyerlerimiz var 7 gün de derslere katılım sağlıyorlar" şeklinde konuştu.

"DURUŞ BOZUKLUĞUNA BİREBİR"

Pilatesin amacının kilo vermektense kas sistemini güçlendirmek için birebir olduğuna vurgu yapan Kurşun, "Biz kilo vermek isteyen kursiyerlerimize pilates dışında yeme içmelerine dikkat etmelerini ve daha farklı sporlara da yönelmelerini tavsiye ediyoruz. Sadece pilatesle kilo vermek çok zor. Zaten pilatesin asıl amacı iskelet ve kas sistemini güçlendirmek" dedi. Pilatesin kronik rahatsızlıklara iyi geldiğini de belirten Kurşun, "Kas yaralanmaları, duruş bozuklukları, kronik bel ve kol ağrısı gibi pek çok sağlık sorununa oldukça yararlı. Devamlı gelen ve yaşama dikkat eden kursiyerlerimizden bu konularda olumlu dönüşler alıyoruz" dedi.

"DEVAMLILIK ÇOK ÖNEMLİ"

Sporun devamlılık istediğini de belirten Kurşun, "Bu tür rahatsızlıklar için de kilo için de devamlılık çok önemli. Bir ay gelip tüm postürün düzelmesi beklenmemeli. Bu biraz da zaman işi devamlı spor yapıldığında kas sisteminde gözle görülür iyileşmeler ve güçlenmeler görüyoruz ama devamlılık çok önemli" şeklinde konuştu. Pilatesin sadece fiziksel değil ruh sağlığına da iyi geldiğine değinen Kurşun, "Pilates sadece fiziksel değil ruhsal olarak da bireylere çok iyi geliyor. Kişi kendisi için bir şeyler yapıyor, duruşunda ve bedeninde bu iyileşmeyi görüyor bu psikolojisine etki ediyor. Yani sadece fiziksel değil psikolojik olarak da oldukça yararlı" dedi.



Kadıköy'den dört milli

U16 Milli Takımı Kayseri'de düzenlenen dörtlü turnuvada Romanya, Portekiz ve Danimarka ile karşı karşıya geldi. Kadıköy Halil Türkkan Ortaokulu'ndan dört oyuncu milli takım kadrosunda yer aldı

U16 milli takımlarının katıldığı dörtlü turnuva 14-18 Eylül tarihleri arasında Kayseri'de gerçekleşti. Turnuvaya Türkiye, Portekiz, Danimarka ve Romanya U16 milli takımlarının katıldığı. Erciyes Yüksek İrtifa Kamp Merkezi'nde düzenlenen turnuvada, Türkiye U16 milli takımı, son maçında Portekiz'e 3-1 mağlup oldu. Turnuvanın diğer maçlarında ise Türkiye U16 takımı Danimarka'yı 4-5, Romanya'yı ise 5-1 mağlup etti ve turnuvayı birinci olarak noktaladı. 455 gündür mağlup olmayan U16 Milli Futbol Takımı, bu süreçte katıldığı 3 uluslararası turnuva-

da da şampiyonluğa ulaştı.

KADIKÖY'DEN DÖRT MİLLİ OYUNCU

Halil Türkkan Ortaokulu öğrencilerinden Adnan Efe Fettaoğlu, Alaattin Ekici, Yağız Fikri Şen ve Emirhan Ateş U16 Milli Takımı'na davet edilerek dörtlü turnuvada yer aldı. Takım kaptanı Adnan Efe Fettaoğlu, Danimarka mücadelesinde 1 golle takıma katkı sağladı. Halil Türkkan Ortaokulu geçtiğimiz yıl Okul Sporları Yıldız Erkek Futbol Şampiyonası'nı kazanarak Türkiye Şampiyonu olmuştu.



Deniz Kızı Kadın Yelken Kupası Kalamış'ta

Türkiye'de sadece kadınların yarıştığı tek yat yarışısı olan Deniz Kızı Kadın Yelken Kupası 20 Ekim'de Kalamış-Adalar parkurunda gerçekleştirilecek

Türkiye'nin ilk ve tek kadın yat yelken yarışısı olan Deniz Kızı Kadın Yelken Kupası, kadın yelkenci sayısını artırmak hedefiyle 9 yıl önce düzenlenmeye başladı. Bugüne kadar organizasyonda pek çoğu yelkenle bu sayede tanışan 900'den fazla kadın yelkenci ile 60'ı aşkın kurum yarışmalarında mücadele etti. Bu organizasyon bir spor müsabakası olmasının yanı sıra sosyal sorumluluk yaklaşımıyla da öne çıkıyor. Her yıl "İyiliğe Yelken Açıyoruz" motto-suyla kadın veya çocuk odaklı çalış-

malar gerçekleştiren bir sivil toplum kuruluşunu destekleyen Deniz Kızı Kadın Yelken Kupası, bu yıl da gelirlerinin bir bölümüyle Anne Çocuk Eğitim Vakfı'na destek olacak.

Deniz operasyonu BAUISC tarafından düzenlenen kupa 20 Ekim 2024 Pazar günü Kalamış-Adalar parkurunda yapılacak. Kupaya kurumsal, bireysel ve üniversite kadın yelken takımlarının yanı sıra uluslararası kadın yelken takımları da katılım sağlayabilecek. Son başvuru tarihi ise 17 Ekim Perşembe.



Nadezhda Fyodorovna Olizarenko 28 Kasım 1953'te Bryansk Rusya'da dünyaya geldi. 14 yaşına geldiğinde atletizm antrenörü olan kız kardeşi Natasha'nın da teşvikiyle atletizme başladı. Olizarenko 1968 yılında Sovyet Gençler Şampiyonası'nda 400 metre yarışını kazandı ve ilk ulusal başarısını elde etti. Bu sonuçla birlikte Sovyet genç atletizm takımının da bir üyesi oldu. Dokuz yıl boyunca istikrarlı bir çalışmaya ve çeşitli ulusal başarıların ardından 1977'de Sovyet A Milli Atletizm Takımı'na dahil edildi. A Takımla birlikte çıktığı ilk yarışmadan bir yıl sonra 1978 yılında Prag'da düzenlenen Avrupa Şampiyonası'nda oldu. Olizarenko, bu şampiyonadan 800 metre yarışını ve 4x400 m bayrak yarışından gümüş madalya ile döndü ve uluslararası arenaya ilk adımını attı.

OLİMPİK REKORTMEN

Olizarenko uluslararası sahneye çıktığı yıl yarışlardan sonra atletizme ara verdi ve Ukraynalı engelli koşucu Serhiy Olizarenko ile evlendi. Aynı yıl Universiade'de 800 metre yarışını kazandı. 1980 Olimpiyatları'ndan kısa bir süre önce Moskova'da 1:54.9 ile 800 metre dünya rekorunu kırdı ve bu onu o yılın ilerleyen zamanlarında olimpiyat oyunlarının doğal favorisi konumuna getirdi. Olimpiyatlarda tüm gözler üzerindeydi ve Olizarenko bekleneni fazlasıyla vererek Moskova Olimpiyatları'nda, Sovyetler Birliği adına yarışan Olga Mineyeva ve Tatyana Providokhina'yı da geride bırakarak 800 metreyi 1:53.43'lük bir dünya rekoruyla koştu. Bu rekorla birlikte altın madalyayı boynuna taktı ve bu yarışta Sovyetlerin bütün madalyaları toplamına öncülük etti. Aynı olimpiyatlarda dünya rekoru kırdığı 800 metre yarışından sadece 5 gün sonra düzenlenen 1500 metrede de bronz madalya elde etti.



EMEKLİLİK-GERİ DÖNÜŞ

Olizarenko 1980 Olimpiyatları'ndan sonra hamilelik nedeniyle atletizmden emekli olma kararı alarak profesyonel spor yaşamını sonlandırdı ancak bu veda pek de uzun sürmedi. Aradan geçen dört yılın ardından olimpiyat unvanını korumak için 1984 Los Angeles'ta düzenlenen olimpiyatlara katılmak için atletizme geri döndü ancak Sovyetler Birliği'nin 1984 Yaz Olimpiyat Oyunları'nı boykot etmesi nedeniyle bu olimpiyatlara katılmadı. Aynı yıl Sovyetlerin düzenlediği Dostluk Oyunları'nda yarışan Olizarenko burada 800 metrede üçüncü olarak bronz madalya kazandı. 1985 Avrupa Salon Şampiyonası'nda ikinci olarak gümüş madalya kazanırken aynı yıl düzenlenen dünya kupasında üçüncülük elde etti. 1986 Avrupa Şampiyonası'nda ise ritmini yakalayarak yeniden altın madalyaya kavuştu. 1988'de ise sekiz yıl önceki dünya rekorundan sonra en hızlı süresinde koşarak 1:56.0'lık sezonun en iyi derecesini kaydetti ancak o yılın ilerleyen zamanlarında Olimpiyat Oyunları'ndan önce bir sakatlık geçirdi ve olimpiyat elemelerinin yarı finalinde elendi. Bu sakatlıktan sonra iki yıl daha profesyonel spor hayatına devam etti ve 1991'de Sovyetler Birliği'nin dağılmasından sonra emekli oldu. Daha sonra Ukrayna'nın Odessa şehrinde atletizm koçu olarak çalıştı. 2001 yılında kendi atletizm kulübünü kurarak yeni sporcular yetiştirdi. Olizarenko uzun süre tedavi gördüğü amyotrofik lateral skleroz nedeniyle 2017 yılında hayatını kaybetti.

Sovyet orta mesafe koşucusu ve olimpiyat rekortmeni olan Nadezhda Olizarenko, 1980 Rusya Yaz Olimpiyatları'nda 800 metrede altın madalya kazandı ve bu madalyayı kazanırken hem dünya hem de olimpiyat rekorunu kırdı

30 Eylül - 24 Kasım 2024

KIŞ SPOR BRANŞLARI

GYMNASTİK | FUTBOL | PILATES | TENİS | VOLEYBOL | ZUMBA

Kalamış Spor Merkezi | Özgürlük Parkı Spor Merkezi
Koşuyolu Spor Tesisi | Caferaga Spor Salonu

Kayıt Tarihi: 26 Eylül 2024
spor.kadikoy.bel.tr

BULMACA

Hazırlayan: Mustafa Başaran / bilmececi@hotmail.com

KELİME AVI BULMACA

S P N A Ç I S T E T E K
I R İ S E S İ S İ Ğ L A
H N İ B A K İ L İ İ S M
H S İ Ğ İ N A H L Ğ İ S
İ U L S İ U M R R Ğ N İ
S İ K M A S İ S Ü İ A F
T A F İ S N N A İ H İ İ
I M S İ N V E B C A R
L İ M S S N İ Ğ İ S A İ
M İ K İ S N S İ N A V K

Aşağıdaki sözcükleri bulmacada arayın ve bulduklarınızı karalayın. Geride kalan harfler bir şairin dizisini oluşturacaktır.

SICAK SIÇAN
SIFAT SIFIR
SİĞİN SİĞİR
SİĞLA SIHHİ
SIHRI SIKIM
SIKIT SIKMA
SİNAİ SINAV
SİNIRLI SINIRLI

SUDOKU BULMACA

2		6	5	4	
	3	2			
	6	9		3	
	2			7	1
4	7				2
			8		
7	3				1
		4	7		6
1					5

7	8	4					5	
						7	3	2
			6	1				
1			6	9	4	8		
		8	3	7				
2	6							
			1	4				
9	2				5			
3	8				4	6	9	

		5					3
						1	2
	7	2	4				5
				9	1	8	
6	1		8			2	
3			6				
4			7			6	
2	6		8			3	1
8	3		6			5	7

			4	9				
1	7				6		4	
6		8					3	
	2	7						
		6			4	2	5	
				9	3			
			4	8				
						3	5	6
5	1	2						9

Her satır, her sütun ve 3x3'lük her kutuya, 1'den 9'a kadar rakamlar yerleştirilecektir. Her satır, her sütun ve 3x3'lük kutu bölümlerinde 1'den 9'a kadar sayılar bir kez kullanılacaktır.

KARE BULMACA

SOLDAN SAĞA

1. Yedi Meşaleciler Hareketi'nin kurucularından olarak ün kazanmış, küçük hikâye türünde de çokça eserler vermiş ünlü şair ve yazar - Çok çirkin ve sakil 2. Açı ölçmeye yarayan yarı çember biçiminde araç, minkale - Orhan Pamuk kitabı - Edirne'nin bir ilçesi - Ege ve Akdeniz'de yaşayan iri karides 3. Mide iç zarının yangısı - Keşif işlerinde kullanılan hızlı gemi türü - Hafif aydınlık 4. Kanun - Kareli kumaş - Osmanlı donanmasının kaybettiği bir deniz savaşı 5. Leonardo Da Vinci'nin ünlü tablosu - Mafsal - Uskumru balığının ufağı 6. "Bir rekoru yinelemek" anlamında söz - Seçkin - Köpek - Cehenem 7. Şube (kısa) - Bir müzik aleti - İtalya'nın başkenti - İşaret 8. Cerahat - Kir 9. Durum, vaziyet - Soyaçekim, kalıtım - Diyapozitif 10. Uzakdoğu dövüş sporlarından biri - Betondan yapılmış dört köşe döşeme taşı - Kiloamper (kısa) 11. Para birimimiz - Keman yayı - Yargı kararını uygulama 12. Taneli ve tanesiz saman yığını - İzmir Kemalpaşa ilçesinin eski adı - Gelecek 13. "Beste" (aktris) - Bin metre (kısa) - "Nazlı" (hikâye yazarı) 14. Vilayet - Soru sözü - "..... Özcan" (fotoğraftaki aktör) 15. Bir

ülkenin yönetim biçimi - Rodyumun simgesi - Şanlıurfa'nın bir ilçesi - Kişi, kimse 16. Bir renk - Çeşitli konulardan söz eden, bol resimli yayın - Ses bilgisi 17. Ergenlik sivilcesi - Bir halk oyunu - Nazım Hikmet Ran eseri - Yalvarma, yakarma 18. Fas'ın plaka işareti - Longplay (kısa) - Haykırama - Ek - Satrançta özel bir hareket ve klasman sistemi 19. Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu - Mezarların baş ve ayakucuna diklemesine yerleştirilen, yazı ve çiçek motifleriyle süslü taş - Dingil - Sahiplik, mülkiyet 20. Klavyeli bir müzik aleti - Hastalıktan kurtulup iyileşme - Manisa'nın bir ilçesi.

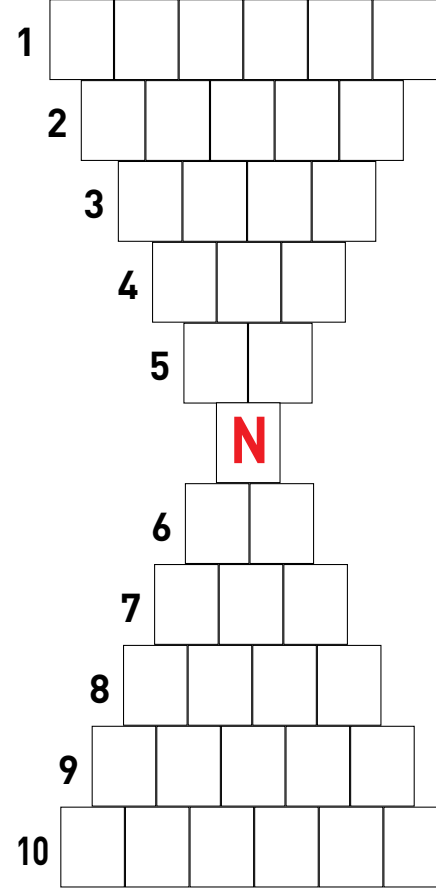
YUKARIDAN AŞAĞIYA

1. Sazın en ince teli - Şeyhlik - Turuncgillerden bir ağaç 2. Ülke, yurt - Hayır anlamında ünlem - Körlerce kullanılan kabartma yazı - "..... Oğur" (müzisyen) 3. Biricik, tek - Başlangıçta yer alan - Çıkış yeri, kaynak - Kalın sicim 4. Eski Türklerde kutsal sayılan doktor - Ulaştırılardan gönderene alındı imzası alınan mektup - Bazı yörelerde tarım işçileri ile işveren arasında aracılık yapan kimselere verilen ad 5. Böbreklerde taş oluşturan bir madde - Anlama yeteneği - Milimetre (kısa) - Kaparo 6. Doğal ve tarihi özellikleri nedeniyle korunma altına alınmış yer - Eski Türklerde devlet - Kadınların ta-kındığı süs iğnesi - Genişlik - İlenc, beddua - Bir nota 7. Bağımsız olarak, kimsese bağlı olmaksızın - 1529'da fethettiğimiz Macaristan kenti 8. Doğan çocuğa kesilen kurban - Bir tür yün örgüsü 9. Kuzey Atlantik Paketi - Sivas'ın bir ilçesi 10. Stronsiyumun simgesi - Su taşkını - Bir nota - Cömert 11. Oturulacak sedir biçiminde taş

GEÇEN SAYININ ÇÖZÜMÜ

1	M	A	R	C	O	N	I	K	E	R	E	M	T	E	R	T	İ	P
2	U	M	İ	A	K	B	L	O	K	E	A	B	L	L	U	R	A	
3	A	B	A	A	L	I	A	B	A	I	N	I	K	A	S	V	S	
4	Y	A	Y	A	N	S	T	A	B	İ	L	I	Z	E	A	F	E	T
5	E	R	E	Z	K	İ	Y	İ	L	I	K	R	A	U	L	A		
6	N	T	E	K	L	İ	F	R	O	M	A	T	O	L	O	J	İ	
7	E	L	R	E	E	L		A	Z	A	D	E	E					
8	İ	B	İ	Ş	K			S	B	A	R	E	T					
9	E	V	E	L	E	M		L	O	B	T	İ						
10	L	A	D	E	N	K		B	A	R	A	N	A					
11	İ	A	R	H	A			A	L	A	S	A	B					
12	K	A	V	A	S	U	R		L	A	E	I	T	I	R			
13	V	A	H	A	A			O	E	Ü	R	E						
14	D	O	U	K	A	B		T	E	B	E	R	Ş					
15	E	K	I	N	O	K	A	S	I	T	A	N	E	M				
16	F	A	N	İ	O	Y	A	N	E	F	İ	J	I	A	L	A	Y	
17	A	D	A	A	V	A	N	O	S	E	R	L	S	A	Y	S	İ	
18	T	O	Y	A	K	A	A	Y	A	L	A	M	A	Y	A	K	U	
19	E	E	D	A	A	T	A	E	T	A	L	O	N	İ	R	İ		
20	N	A	T	U	R	A	A	N	I	K	Ç	A	M	K	R	A	K	

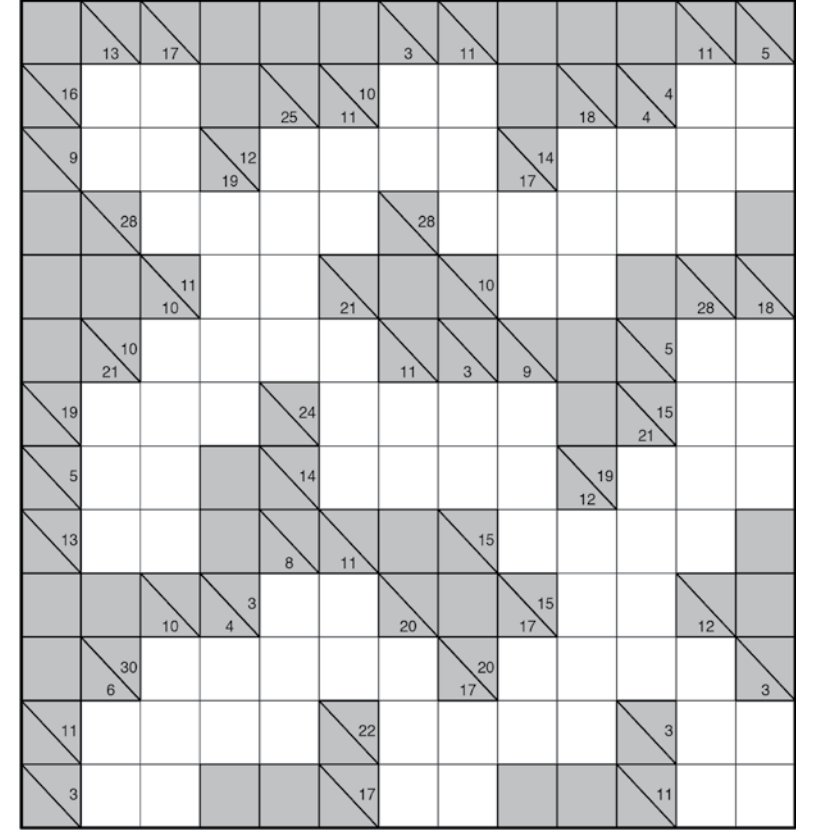
KUM SAATİ



Tanımlara uygun yanıtları yerlerine yerleştirin. N harfini ipucu olarak veriyoruz. N'den başlayarak yukarıya ve aşağıya doğru sözcüklere birer harf ekleyerek diğer sözcükleri oluşturacaksınız.

- Değnek.
- Klasik batı müziğinde bir beste türü.
- Özenli, düzgün.
- Alacakaranlık.
- Tarla sınırı.
- Genişlik.
- Japonya para birimi.
- Eski karşıtı.
- Ant.
- "... basmak" (çabuk ve kuvvetli olarak yemin etmek).

KAKURO BULMACA



Kurallar basit. 1-9 arası rakamları kullanarak, boşlukları doldurun. Bunu yaparken karelerin toplamının, bağlı hücredeki sayıya eşit olmasını sağlayın ve bir rakamı sadece bir kere kullanın.

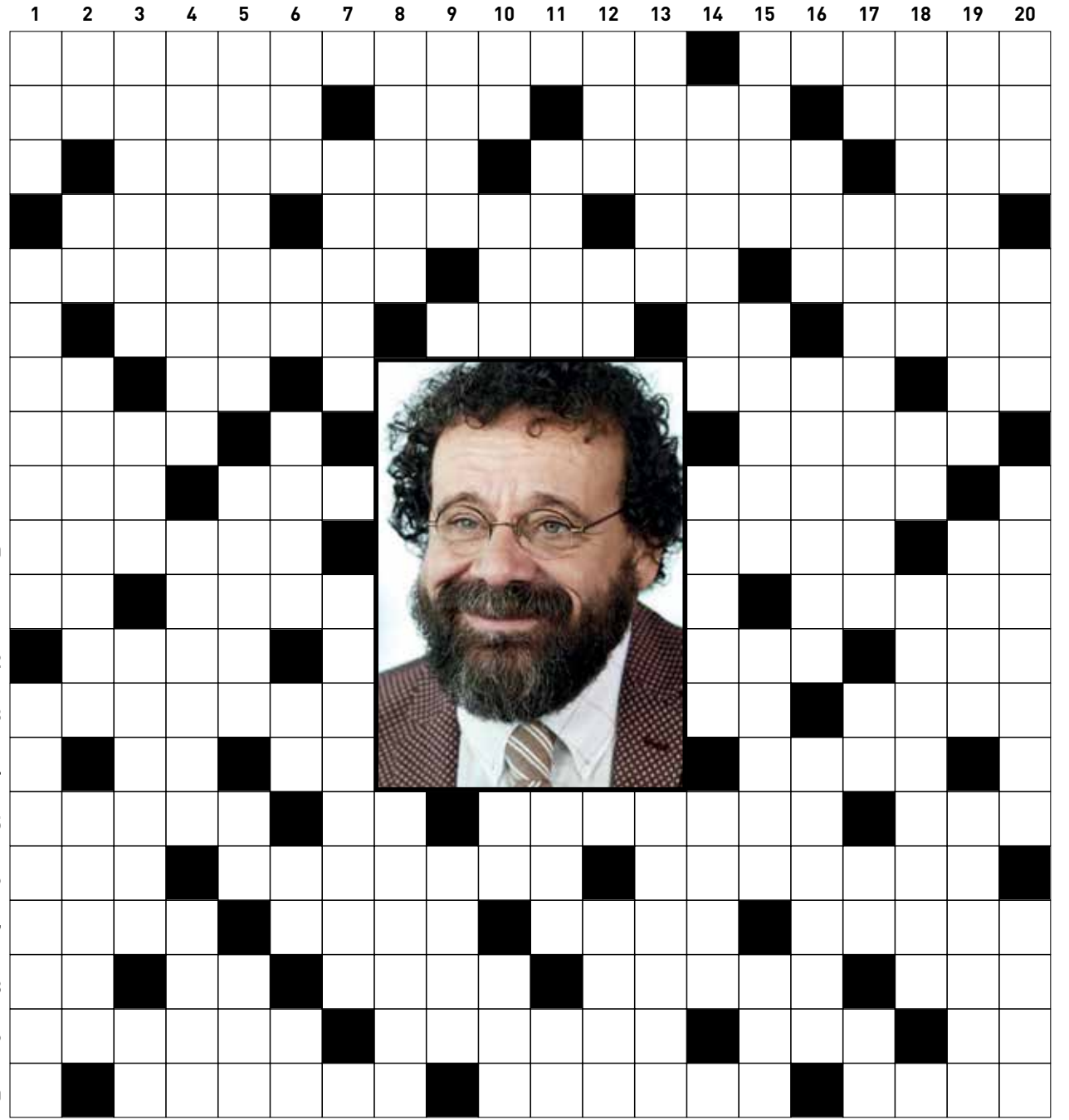
1. Baston. 2. Sonat. 3. Onat. 4. Tan. 5. An. 6. En. 7. Yen. 8. Yen. 9. Yemin. 10. Yemin.

KUM SAATİ

Petek isen balımsın, ağultum / Günahımsın, vebalımsın

KELİME AVI BULMACA

ÇÖZÜMLER



veya set - Kayınbirader (yöresel) - Akdeniz'de küçük bir ada 12. Havagazi lambasının ucu - Litvanya'nın plakası - Ünlem 13. Gelene - Labada 14. Emirler (eski dil) - Çöl bölgelerinde yaşayan bir sürüngen türü - Salatı yapılan bir bitki 15. Organ - Üç parmaklı dirgen - Beğeni - Saatte 1 jütlük iş yapan bir motorun güç birimi 16. Hayvanda beslilik - Eğitim öğretim sistemi - Düzenli ekilen yer, tarla 17. Tahıl tozu - Bir birimde çalı-

şan görevlilerin düzenli bir biçimde yer değiştirmeleri - Yarı memnuluk anlatan ünlem - Saygı duruşunda boru sesi - Nazi Gizli Polisi 18. Rus halk dansı - Satrançta bir taş - Varsayım 19. Hesaplı, kullanışlı - Judodan evvel yapılan egzersizlerin tümü - Osmanlı İmparatorluğunun yedi saltanat sancağından biri 20. Birine dokunsun diye söylenen imalı söz - Optik yakınlştırma - Başsağlığı - "Emile" (yazar).



Göçebe sanatçıdan Türkiye sergisi

Seul kökenli göçebe sanatçı Jay Lee, Türkiye'de kaldığı 2.5 ayı sanatına yansıtarak, Kadıköy'de sergi açtı

● Gökçe UYGUN

Kadıköy'de sergi düzenleyen yabancı sanatçılara bir yenisi daha eklendi geçenlerde. Kendini, "Seul'de yaşayan bir görsel sanatçıyım ve kalabalık şehir hayatından, zıt zaman çizgilerinin karmaşık ritimlerinde gezinen bir göçebeyim." diye tanımlayan sanatçı Jay Lee, Yeldeğirmeni'ndeki bağımsız sanat mekanı Arthereistanbul'da, "Unrolled" a (rulo halden çıkarılmış, açılmış) adlı kişisel bir sergi açtı. 20 Eylül'de açılan ve 10 gün boyunca ziyaret edilebilecek olan sergide farklı türlerde eserler yer alıyor. Kişisel dönüşüm ve evrensel unsurlar ile Türk kültürü arasındaki etkileşimi yansıtan serginin merkezinde, şeffaf kağıttan yapılmış iki büyük parşömen yer alıyor. Sanatçı Lee'nin kızıyla birlikte yarattığı bu bölüm, izleyicileri bölümleri açarak renk ve anlamları ortaya çıkarmaya davet ediyor. İkinci parşömen ise kişisel algılarımızın zamanla nasıl derinleştiğine dair daha yalnız bir yansıma sunuyor.

Biz de sergiyi ziyaret ederek Jay Lee ile söyleştik.

● Kendinizi okurlarımıza tanıtır mısınız?

Seul kökenli disiplinler arası bir sanatçıyım. Sanat yaşamıma ressam olarak başladım. Kızım ile birlikte eğlenceli, yaratıcı resimler yapıyoruz. Son yıllarda, sanatı çeşitli yerlerde yaratıp sergilediğim göçebe bir pratiğe döndürdüm. Meksika, Almanya, Amerika, Danimarka, İngiltere'ye dek pek çok farklı lokasyonda çalıştım. Şimdi de ülkenizdeyim. Yeni ortamların içine girerek, bu yerlerden ilham alıyorum ve temel temalarım olan değişken anılar, sürekli gelişen kimlikler ve doğanın geçici güzellikleri ile harmanlıyorum. Meraklı, açık fikirli kalmayı ve dünyayı keşfetmeyi amaçlıyorum, izleyicilere yeni perspektifler sunmayı hedefliyorum.

● Türkiye'de geçirdiğiniz zamandan bahsedebilir misiniz?

Yaz mevsimini İstanbul'u (esas olarak Kadıköy,



Karaköy, Eminönü ve Adalar) keşfederek, ayrıca Antalya, Pamukkale ve Kapadokya'ya seyahat ederek geçirdik. Bu bölgelerde muhteşem manzaralar ve sokaklarla karşılaştık. Kızım Bo, okula gitmek için Seul'e döndü. Ben sergi için kaldım. Toplamda, Türkiye'de 2,5 ay kaldım ve harika bir deneyim oldu. Türk lambaları, Türk kahvesi, Ebru sanatı ve geleneksel dokuma üzerine atölyelere katılarak çok şey öğrendim. Bu da deneyimimi zengin ve tatmin edici hale getirdi.

YAZI YELDEĞİRMENİ'NDE GEÇİRDİLER

● Arthereistanbul'da sergi düzenleme süreciniz nasıl gelişti? Bu mekanda sanatçı konaklaması mı yaptınız?

Burası, sanatçıların kendi araştırmalarını özgürce yapabilecekleri ve projelerini bağımsız olarak yürütebilecekleri çok açık ve yaratıcı bir alan. Arthereistanbul, on yılı aşkın bir geçmiş ve deneyim üzerine inşa edilmiş birçok kaynak, araç ve hem yerel hem de ulus-

lararası güçlü bir ağ sunuyor. Kurucu ve direktör Omar Bekrakdar, farklı medya alanlarında zengin bir deneyime sahip harika bir sanatçı. Uluslararası sanatçılar için rezidans kalma seçeneği de sunuyorlar. Yaz boyunca kızım ile birlikte kaldığımız daire bizim için sıcak bir yuva oldu.

● "Unrolled" serginizdeki eserleri yaratırken ilham aldığınız şeyler nelerdi?

Sanat üretirken, sanki fotoğraf filmlerini açıyormuşum gibi birçok duygu, his ve anı bana geri döner. Türkiye'deki deneyimlerimi açmak ve hikayelerimi izleyicilerle paylaşmak istedim. Bazı insanlar aşına oldukları şeyler bulabilirken, diğerleri yeni bir bakış açısıyla yeni şeyler görebilir. "Unrolled" konseptini yaratırken, kaldığımız yerde bulduğum kağıt rulolarından ilham aldım. Bu rulolar, paylaştığımız anılar, kahkahalar ve seyahat hikayeleri için birer tuval haline geldi. Ziyaretçileri, çeşitli renk ve şekillerle dolu bu ruloları açarak, Türkiye'deki yolculuğumuzdan farklı bölümleri ve duyguları keşfetmeye davet ediyoruz.

"SERGİMİN İLHAMI TÜRKİYE"

● Bu sergiyi Türkiye'de geçirdiğiniz zamana dayandırmışsınız gibi görünüyor.

Evet, bu serginin tüm ilhamı ve malzemeleri Türkiye'de geçirdiğim zamandan geliyor. Kızım ile birlikte İstanbul'da çektiğimiz kedi, deniz ve sokak fotoğrafları, Antalya, Pamukkale ve Kapadokya'nın eşsiz manzaraları ve mimarisi eserlere dahil. Ayrıca Kadıköy'ün Moda semtinden ağaç kabukları topladım, stüdyodan da çerçeveler aldım. El örgüsü bakır teller, bir cezve

(katıldığım Türk kahvesi atölyesinden), kızım ile birlikte yaptığımız Türk lambaları ve İstanbul'da kullandığımız plastik su şişelerini bile sergiye dahil ettik. Ayrıca Türkiye'de keşfettiğim ortamları resim malzemeleriyle birleştirdim; kağıt ruloları şeffaf hale getirmek için haşhaş yağı ve keten tohumu yağı karışımı kullandım. Sergiye koku eklemek için gül yağı koydum. Hem gül yağı hem de haşhaş yağı Türkiye için önemli. Türkiye, zengin tarihi ve mirasıyla birlikte gelen eşsiz bir enerjisiyle sahip. Fotoğraf ve plastik şişeleri birbirine bağlayan enstalasyonlarda el örgüsü bakır teller kullanılması İstanbul'un karakterini yansıtır. Türkiye'nin zengin doğası, sesleri, insanlar, hayvanlar ve hatta güvercinler ile martılar gibi kuşlar arasındaki dinamikler, uzun rulolarla yaptığım resimlere yansıdı. Kızım ile birlikte yaptığımız bu resimlerden biri neredeyse 18 metre, tek yaptığımız ise yaklaşık 25 metre uzunluğunda.

● Bekar bir anne olarak, çocuğunuzu sanatınıza dahil ediyorsunuz. Bu yönünüz hakkında ne söyleyebilirsiniz?

Kızım 9 yaşındayken onunla birlikte resim yapmaya başladım. Mümkün olduğunca birlikte çalışmaya devam etmek bizim için doğal bir yol oldu. Şimdi 14 yaşında ve daha yoğun bir hayatı var ama birlikte sanat yapmak, paylaştığımız anı ve duyguları arşivlememiz için özel bir yol hala. Anları olduğu gibi kutlamanın, dolu dolu bir yaşam sürmek için önemli olduğunu inanıyorum.

● Sergide kedilere adanmış bir bölüm de var. Kedisever olarak özellikle dikkatimi çekti.

Kızım ve ben Kadıköy'deki sokak kedilerine aşık olduk. Çok mutlu görünüyorlar ve arkadaş canlısı bir yapıları var. Bu kadar büyük bir şehirde kedilerin insanlarla bu kadar huzur içinde bir arada yaşamaları inanılmaz. Kedilerin portrelerinden 77 tanesini sergilemeye karar verdim çünkü Türkiye'de kedilerin 7 canı olduğuna inanılıyor. Bu sayı, kedilerin dayanıklılığını ve çevrelerine uyum sağlama becerisini sembolize ediyor. Bu tema, yeni ortamlara uyum sağlama ve zorluklara karşı direnç gerektiren göçebe pratiğimle de örtüşüyor.

PAZAR GÜNLERİ HARİÇ HER GÜN AÇIĞIZ, BEKLERİZ.



güzel kelimeler dükkânı

Hasırcıbaşı Caddesi No:72 Moda
guzelkelimelerdukkani.com



Prof. Dr. med. Süleyman YEDİBELA

Onkolojik Cerrah - Genel Cerrah

www.suleymanyedibela.com

- * Pankreas Kanseri
- * Sıcak Kemoterapi (HIPEC / PIPAC)
- * Karaciğer Tümörleri
- * Safra Yolları Hastalıkları
- * Kolorektal Cerrahi
- * Mide Kanseri
- * Endokrin Cerrahi
- * Fitik Cerrahi



Prof. Dr. med. Süleyman YEDİBELA

Erlangen, Friedrich Alexander Üniversitesi
Transplantasyon ve Hepato-Pankreato-Biliyer Cerrahi, Öğretim Üyesi.

"Doktor tedavi eder, doğa iyileştirir"

Telefon: +90 216 372 27 72 Mobil: +90 532 309 27 72