

HER KADIN İÇİN 6284, HER "HAYAT" İÇİN ADALET!

Kadıköy Belediyesi, 25 Kasım Kadına Yönelik Şiddete Karşı Uluslararası Mücadele Günü'nde, Cinsel Sağlık/Üreme Sağlığı Bilgilendirme ve Danışmanlık Merkezi'ni açıyor. Aynı zamanda, 6284 sayılı kanuna dikkat çekmek amacıyla ilçedeki bilboardlarda farkındalık afişleri asılıyor.

6284'ün uygulanması için bir araya gelecek kadınların adresi de Kadıköy olacak. Kadınlar, şiddete karşı dayanışmayı güçlendirmek için 24 Kasım Pazar günü saat 15.00'te Kadıköy Belediyesi Süreyya Operası önünde buluşacak ● Sayfa 9'da



"Öğretmenler mesleği bırakıyor"

» Eğitim Reformu Girişimi'nin "Eğitim İzleme 2024" raporunda küresel öğretmenlik krizi ve Türkiye'de öğretmenlerin sorunları ele alındı. Düşük maaş, artan iş yükü, saygı görememe ve şiddet olayları nedeniyle öğretmenler meslekten ayrılıyor ● Sayfa 8'de



Emekli öğretmenlerin maaşları eridi

» 20 yıl önce, emekli maaşlarıyla dört cumhuriyet altını alabilen ve ikramiyeleriyle banka kredisiyle ev sahibi olabilen emekli öğretmenler, bugün en ucuz gıda ürünlerini almak için pazar pazar geziyor ● Sayfa 8'de



Açık Gardırop, ihtiyaç sahibi kişilerin yanında

» Kadıköy Belediyesi Açık Gardırop 2.El Giysi Mağazası, 2010 yılından bu yana ihtiyaç sahiplerine kıyafet, ayakkabı, oyuncak ve diğer malzemeler ulaştırarak dayanışma köprüsü görevini sürdürüyor ● Sayfa 2'de



Kendini, ruhunu bulma hikâyesi



BEGÜM KAKI 7'de

Hikâyeler anlatırdı Peyk İrfan



MURAT BEŞER 11'de

Yeldeğirmeni'nin demografik yapısı ve kentsel gelişimi



PINAR ERKAN 16'da

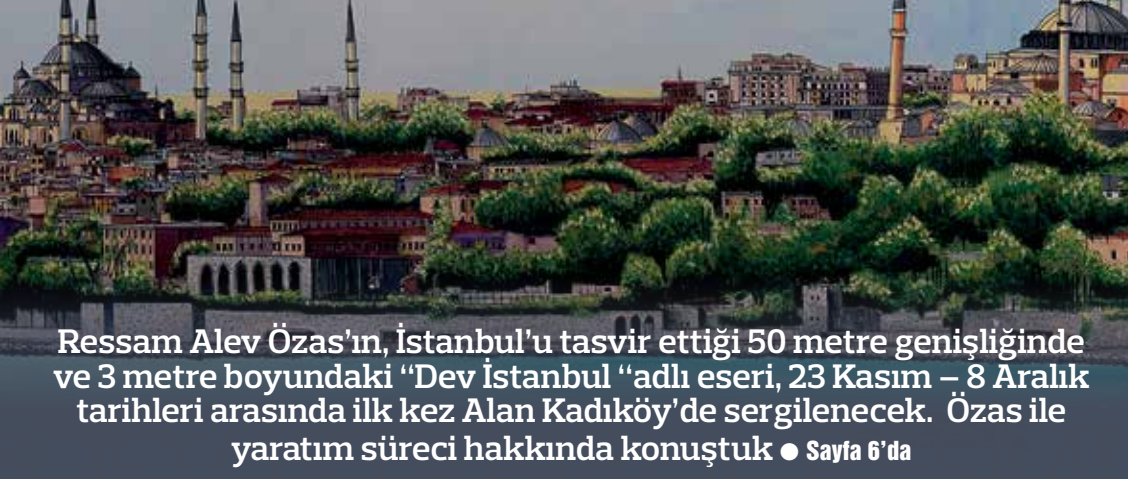
Edebiyat Hayatından Hatırlamalar - 291



HEINRICH BÖLL 5'TE



DEV ESER ALAN KADIKÖY'DE



Ressam Alev Özaz'ın, İstanbul'u tasvir ettiği 50 metre genişliğinde ve 3 metre boyundaki "Dev İstanbul" adlı eseri, 23 Kasım - 8 Aralık tarihleri arasında ilk kez Alan Kadıköy'de sergilenecek. Özaz ile yaratım süreci hakkında konuştuk ● Sayfa 6'da



Acıbadem'deki köşk sergi oldu

27 yıldır yaşadığı semtindeki metruk bir köşkü sanatına dahil eden Berka Beste Kopuz, "Amacım; yaşadığım ancak yabancı olduğumu farkettiğim bir yeri tanımaya çalıştığım süreci aktararak; mekanlarla nasıl ilişkiler kurduğumuzu düşünmek için bir kapı aralamak..." diyor ● Sayfa 11'de



Gönüllülerde bayrak değişimi

Kadıköy Belediyesi Gönüllüleri mazbata ve plaket töreni yapıldı. Kadıköy Belediye Başkanı Mesut Kösedâğı, gönüllülerin Kadıköy'ün dokusunun bir parçası olduğunu belirterek, yeni dönemdeki başkan ve yardımcılara başarı diledi ● Sayfa 14'te



"Kaliteli yaşamın sırrı ağız ve diş sağlığı"

Göztepe Ağız ve Diş Sağlığı Merkezi Başhekimliği Bilgehan Doğru ve Pedodonti Uzmanı Dr. Şule Çavuş Ayaz ile erken teşhis, koruyucu diş hekimliği ve diş sağlığının önemini konuştuk ● Sayfa 12'de

AÇIK GARDIROP, 'YARDIMLAŞMA KÖPRÜSÜ' GÖREVİNİ SÜRDÜRÜYOR

● Seyhan KALKAN VAYIÇ

Kadıköy Belediyesi tarafından 2010 yılında açılan Açık Gardırop 2.El Giysi Mağazası, kıyafet, ayakkabı ve oyuncak gibi malzemelerin ihtiyaç sahibi kişilere ulaşması için çalışmalarına ara vermeden devam ediyor. 2.El Giysi Mağazası, dayanışmak isteyen Kadıköylüleri ile ihtiyaç sahibi kişiler arasında yardımlaşma köprüsü görevi görüyor. Mağazada Kadıköy'ün birçok noktasına yerleştirilen giysi, ayakkabı ve tekstil kumbaralarından toplanarak gelen ve bağışçıların verdiği tüm ürünler elden geçiriliyor, kullanılmayacak durumda olanlar ayrıştırılıyor ve geri dönüşüme gönderiliyor.

Mağazanın çalışma sistemi hakkında bilgi aldığımız Açık Gardırop 2.El Giysi Mağazası Sorumlusu Güley Korkmaz, "Bağışçılardan gelen giyilebilecek durumda olan kıyafetler ve tüm bağışlanan eşyalar elden geçiriliyor, kullanılmayacak durumda olanlar ayrılıyor. Yapılan ayrıştırma ve temizleme işlemlerinin ardından ürünleri raf ve beden sistemine göre düzenliyoruz. Giysi bağışlarında kullanılan çorap ve iç çamaşırı gibi ürünler kabul edilmiyor." dedi. Korkmaz, kıyafet dışında kabul edilen ve ihtiyaç sahiplerine ulaştırılan ürünleri de şöyle sıraladı: "Tekstil ürünleri (havlu, perde, yorgan, yastık, battaniye, nevresim, masa örtüsü, pike vb.), kırtasiye malzemesi, oyuncak, mutfak eşyası, küçük ev aletleri, medikal ürünler (tekerlekli sandalye, yürüteç-walker, havalı yatak, hasta yatağı, koltuk değneği, baston)."

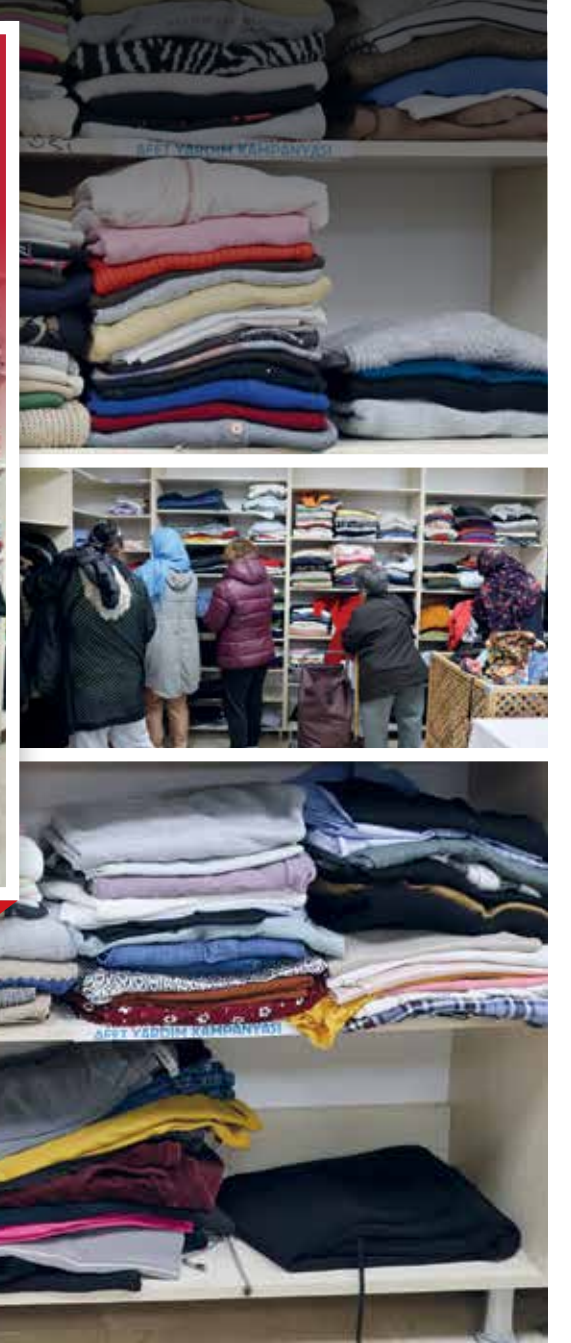
"İki ayda bir salı günü mekansızlara, üç ayda bir cuma günü ise hane bazında ihtiyaç sahibi ailelere giysi desteği veriliyor." diyor Güley Korkmaz, bilgilendirmeyi şöyle sürdürdü: "Eşya ve kıyafet bağışları, bağışçılardan tutanak karşılığında teslim alınıyor. Kadıköy Belediyesi Sosyal Destek Hizmetleri Müdürlüğü'ne bağlı Sosyal Servis birimindeki arkadaşlarımızın hane düzeyinde yaptıkları inceleme raporu bize geliyor. Biz de bu rapora

Kadıköy Belediyesi Açık Gardırop 2.El Giysi Mağazası, ihtiyaç sahibi kişilere kıyafet, ayakkabı ve oyuncak gibi malzemelerin ulaşması için hizmet vermeye devam ediyor



göre belirlenmiş olan kişilerin ihtiyaçlarını karşılıyor. Hanelere tutanak karşılığında teslim ediliyor ve düzenli kayıt tutuluyor. Yaklaşık 6 bin 638 kişiye düzenli kıyafet desteği veriliyor. İlçede kentsel dönüşüm ve kentsel yenileme faaliyetlerinin yoğun yaşanması nedeniyle bağış talebi arttı. Afet, acil durum ile yangın gibi özel durumlarda il ve ilçe dışına da destek veriyoruz. Ayrıca kadın sığınma evindeki kadınların ihtiyaçları da karşılıyor."

Açık Gardırop 2. El Giysi Mağazası'nın adresi ve telefonu ise şöyle; Eğitim Mahallesi Ahsen Çıkmazı Sokak, Sadıkoğlu Plaza 4 No:2/3, (0216) 545 72 28



ÇOCUKLARDAN BELEDİYE ZİYARETİ

Çocuklar, 20 Kasım Dünya Çocuk Hakları Günü dolayısıyla Kadıköy Belediye Başkanı Mesut Köseadağı'ni ziyaret etti. Kadıköy Belediyesi yuvalarında eğitim alan çocuklar, "Çocuk Hakları Sözleşmesi"nde yer alan maddelerden hazırladıkları panoyu Köseadağı'na hediye etti. Çocuklarla neşeli bir buluşma geçiren Mesut Köseadağı tüm haklarının korunması konusunda çocuklara söz verdi.



"DİYABETTE RİSK AİLEDEN GELİYOR"

Diyabetin kronik hastalık olduğunu ve yaşam tarzına dikkat edilmesi gerektiğini vurgulayan iç hastalıkları uzmanı Dr. Ayşegül Karaçam, "Ailenizde diyabet hastası ne kadar çoksa sizin de riskiniz o kadar yüksek oluyor" dedi

● Deniz Şimal TAŞAN

14 Kasım Dünya Diyabet Günü için Caddebostan Kültür Merkezi'nde; iç hastalıkları uzmanı Dr. Ayşegül Karaçam, endokrinoloji ve metabolizma hastalıkları uzmanı Doç.Dr. Sinan Kırım ve diyetisyen Nursena Çoban Kadıköylülere bir araya geldi. Şeker hastalığı olarak bilinen diyabetin konuşulduğu konferansta; pre-diyabet, tip 2 diyabet ve diyabet hastalarının nasıl beslenmesi gerektiği hakkında bilgiler verildi.

DİYABETTE AİLE HİKAYESİ ÖNEMLİ

Diyabetin kronik hastalık olduğunu ve yaşam tarzına dikkat edilmesi gerektiğini vurgulayan iç hastalıkları uzmanı Dr. Ayşegül Karaçam, "Ciddi bir sorundur. Dünyada ve Türkiye'de hızla artmaktadır. Türkiye'de diyabet yüzde 15 oranında." dedi. Diyabetten önce pre-diyabet dönemi olduğunu söyleyen Karaçam, "Hastalara diyabet teşhisi konulduğunda arkada sekiz ila on senelik bir geçmiş var. Hiçerkek bir anda bozulmuyor." şeklinde konuştu. Diyabetin tüm organlar ile damarlara zarar verdiğini kaydeden Karaçam, "Küçük damarların gittiği göz, böbrek ve sinir uçlarını bozarak büyük komplikasyonları yaratıyor." dedi. Açlık şekeri değerinin 126'nın üzerinde veya herhangi bir anda ölçüm yapıldığında 200'ün üzerinde olmasıyla şeker hastalığının tespit edildiğini kaydeden Karaçam, "Burada hastanın kendi şikayetlerini değerlendirmesi ve aile hikayesi çok önemli. Ailenizde diyabet hastası ne kadar çoksa sizin de riskiniz o kadar yüksek oluyor." şeklinde konuştu.



Dr. Ayşegül Karaçam



Nursena Çoban



Doç.Dr. Sinan Kırım

KAN DEĞERLERİ

Şeker hastalığının birçok komplikasyona sebep olduğunu dile getiren Doç.Dr. Sinan Kırım, "Büyük ve küçük damar hastalıkları olarak ikiye ayırıyoruz. Büyük damar hastalıklarında diyabet, damar sertliğini artırır ve daha erken kalp krizi geçirme, felç olma, bacağı ve böbreğe giden damarların daralmasına neden oluyor. Küçük damar ise göz, sinir dokusu ve böbreklere zarar veriyor." dedi. Hba1c olarak adlandırılan ortalama kan şekeri seviyesinin yüksek olmaması gerektiğinin altını çizen Kırım, "Hba1c tehlikeli olarak 7'den itibaren başlıyor yani bu kişilerin ortalama açlık ve tokluk şekerini 172 gibi düşünün. 8 değerinde pek çok komplikasyonun çıkabileceği belirtiliyor, 9 değeri ve üzeri ise yavaş ilerleyen intihar olarak adlandırılıyor." şeklinde konuştu.

AYAK YARALARI

Şeker hastalığında ayak yaralarının ortaya çıkabileceğini belirten Kırım, konuşmasına şu sözlerle devam

etti: "Sinir dokusu bozulduğu için küçük damarlarda da birtakım hasarlar çıkıyor. Ayrıca kişi ayağını ve ayak tabanını hissetmediği için travma sürekli devam ediyor. Örneğin; sağlıklı bir kişiye kumsalda yürürken kum ayağını yaktığında kaçır ve hemen terlik giyer. Ama kişi şeker hastası olup da ayak tabanını hissetmez oluncaya kendisini koruyamıyor ve kumun üzerinde devam ettiği için ayak tabanı parçalanıyor."

ŞEKER HASTALARI NASIL BESLENMELİ?

Diyetisyen Nursena Çoban diyabet hastalarının nasıl beslenmesi gerektiğini şöyle anlattı: "Üç ana ve üç ara öğün tüketilmelidir. Lif ve fito besin oranı yüksek kuru baklagiller şekerin kana karışmasını yavaşlatır. Glisemik indeksi düşük besinler tercih edilmelidir. Düşük nişastalı veya nişastasız besinler yenilmelidir. Kurubaklagil, çavdar, yulaf, kino ile beslenilmelidir. Çünkü kan şekerini yavaşlatır tokluk sağlar. Tam tahıllı ve lifli besinler tercih edilmelidir. İnsülin ve kan şekerini dengelemek için ara öğünlerde karbonhidrat ve proteinden, yağ ve lif alarak besinler yenilmelidir. Somon, sardalya, karides ve ringa gibi civa oranı düşük veya civasız balıklar tüketilmelidir. Ceviz yağı ve zeytinyağı gibi doymamış yağlar tercih edilmelidir."

Şekerimiz düştüğünde ne olur?

Şekerin düşmesi hipoglisemi ile; titreme, sinirlenme, endişelenme, kaygı bozukluğu, çarpıntı, soğuk terleme, güçsüzlük, aşırı açlık hissi, el ve ayağın boşalması yaşanır.

Şeker 20 ila 40'lı değerlere gerilirse; çift görme, sarhoşluk hissi, konsantrasyon olamamak, kendi adını dahi hatırlamakta güçlük, bulunduğu yeri zamanı karıştırmak, beklenmeyen şekilde davranış değişiklikleri olur.

Şeker 20'nin altına düşerse sara nöbetleri, koma ve ölüm olur.

Diyabetik ketoasidoz semptomları nelerdir?

Tip 1 diyabet hastalarında görülür, Tip 2'de genellikle görülmez. Diyabetik ketoasidoz semptomları; halsizlik, iştahsızlık, bulantı, kusma, ağzı kuruluğu çok sık su içme ve tuvalete çıkma, karın ağrısı, kramplar, nefes darlığı ve kilo kaybıdır.

Diyabet tedavisinde hangi besinler tüketilmeli?

Brokoli, kuşkonmaz, ıspanak, pazı, kıvrıkcık, beyaz lahana kara lahana, brüksel lahana, kırmızı üzüm, enginar, avokado, keten tohumu, kuruyemiş, tarçın, kudret nari, çemen tohumu, somon, sardalya, karides, sarımsak, karahindiba, zerdeçal, zencefil, sızma zeytinyağı ya da ceviz yağı, karabuğday, kurubaklagil, mor ve kırmızı orman meyveleri, yaban mersini, kiraz, böğürtlen, ahududu, erik, elma, armut.

Şeker hastalığı hakkında mutlaka akılda kalması gereken bilgiler

- Her iki şeker hastasından biri şu anda şeker hastası olduğunu bilmiyor. Birinci derece akrabalarında şeker hastalığı varsa 40 yaş üzeri ara ara sabah açlık kan şekeri ölçmeli.
- Tip 2 şeker hastaları, tanı konulduğu andan itibaren hiçbir şikayeti olmasa da her yıl mutlaka retina muayenesi yaptırmalı. Tip 1 ise ilk 5 yıldan sonra her yıl göz muayenesi olmalı.
- Evlde her zaman terlik veya çorap giyilmeli ve ayak yaralarına karşı ayak muayenesi yapılmalı.
- Hba1c değeri 7'nin altı iyidir, 6,5 altı mükemmeldir. Ancak diğer hastalık ve faktörlere göre değişkenlik gösterebilir.
- Hali hazırda şeker hastalığının kalıcı bir tedavisi yoktur. Ancak hastalığın size zarar vermesi önlenir.
- Diyabet tedavisi doktor, hemşire, diyetisyen ve podolog gibi uzmanlık alanlarını içeren bir ekip işidir.



-NEDEN DİDEM BOZACI İLE ÇALIŞMALISINIZ ?

ÇÜNKÜ

Her insan karşısındaki işini tutkuyla ve aidiyetle yapmasını bekler

İŞTE O KİŞİ BENİM!

Samimi dürüst ve yetkin bir şekilde müşterilerimin faydasına odaklanarak sonuca ulaşıyorum.

Siz de işini heyecanla ve güler yüzle yapan profesyonel bir gayrimenkul danışmanı çalışmak istiyorsanız vakit kaybetmeden **BENİ ARAYIN**

DİDEM BOZACI
Gayrimenkul Danışmanı

✉ didem.bozaci@cb.com.tr
☎ 0533 473 82 96
📍 cbbidembazaci
📍 Acıbadem Cd. No:130/2 Kadıköy İstanbul

COLDWELL BANKER
REAL GAYRİMENKUL

TÜRKİYE-KIBRIS STERLING CLUB
2023

18 yaşına kadar hepimiz çocuğuz.

20 Kasım Dünya Çocuk Hakları Günü

ÇOCUK HAKLARI

"Ben bir çocuğum. Etnik köken, toplumsal cinsiyet, dil, din, doğum yeri, engel durumu, düşünce veya söylemler fark etmezsiniz biz tüm çocuklar eşitiz ve aynı haklara sahibiz."

Çocuk hakları tüm çocuklar içindir!

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

KADIKÖY BELEDİYESİ

● Erhan DEMİRTAŞ

“Kanal İstanbul'dan vazgeçin”

Kanal İstanbul projesine karşı İstanbul İdare Mahkemesi'nde süren ÇED iptal davası için 14-15 Kasım tarihlerinde yeniden keşif ve bilirkişi incelemesi yapıldı. 21 kişiden oluşan bilirkişi heyeti, Kanal İstanbul Projesi güzergahında yer alan toplam sekiz noktada incelemelerde bulundu. İncelemeye 14 davacı kurumla birlikte diğer davacı 190 kişi katıldı. Mahkeme heyetinin projeye yönelik yaptığı özet sunumun ardından, iki tarafın avukatları söz aldı. Daha sonra ise davacı ve davalı taraflara söz verildi. İstanbul İdare Mahkemesi önünde açıklama yapan Ya Kanal Ya İstanbul Koordinasyonu “Kanal İstanbul yapılamayacak. Proje güzergahında inşaatların yükseldiğini, arazi satışlarının arttığını görüyoruz. ÇED raporunun hiçbir bilimsel yanı yok. 5 yıldır yürütmeyi durdurma kararı bekliyoruz. Kanalı yaptırmadık, yaptırmayacağız” dedi.

“PROJEDEN VAZGEÇİLMELİ”

TMMOB İstanbul İl Koordinasyon Kurulu da 19 Kasım Salı günü konuyla ilgili basın toplantısı düzenledi. Açıklamada, beş yıl içinde verilmeyen yürütmeyi durdurma kararının, İstanbul'un hassas ekosistemleri üzerinde telafisi imkânsız zararlar ortaya çıkardığı belirtilirken “Bilirkişi heyetinde şehir ve bölge planlama, koruma alanında uzman mimar, su ürünleri ve su bilimleri, peyzaj mimarlığı, halk sağlığı alanlarından da bilirkişi bulunmaması, bilirkişi heyetinden çıkacak kararın bilimsel niteliğinin yeterliliğini tehlikeye düşürmektedir.” denildi.

ÇED olumlu kararına ilişkin açılan davada yürütmeyi durdurma kararının bir an önce verilmesi gerektiği vurgulanırken, şu uyarılarda bulunuldu: “ÇED raporunun eklerinde, Kanal İstanbul'un olası etkileri açıkça ortaya konmaktadır. Kanal İstanbul'un aktif fay hatlarının üzerinde yer aldığı, tsunami ve heyelan riski yarattığı, arkeolojik eserler üzerinde yüksek etki yaratacağı, hassas ekosistemlere etki edeceği, vb. konular ayrıntılı biçimde eklerde belirtilmesine

Kanal İstanbul ÇED raporu iptal davasında, yeniden keşif ve bilirkişi incelemesi yapıldı. TMMOB İstanbul İl Koordinasyon Kurulu tarafından yapılan açıklamada, “Kanal İstanbul yerine, depremin etkileriyle sarsılmış insanlarımızın ihtiyaçlarını karşılamak bir zorunluluktur” denildi

rağmen, çevresel etki değerlendirilmesinin nasıl olumlu kabul edildiği anlaşılamamaktadır. Suyumuzu, toprağımızı, havamızı, ormanımızı, hassas ekosistemlerimizi, arkeolojik mirasımızı yok edecek, planlama ilke ve esaslarını göz ardı eden, hukuksuz Kanal İstanbul ve yeni şehir projesinden bir an önce tümüyle vazgeçilmelidir.”

“KAMU YARARINA AYKIRI”

Açıklamada, “Kanal İstanbul Projesi afet risklerine karşı çare gibi sunulmaktadır. Oysa büyük bir gayrimenkul ve rant projesidir.” ifadelerine yer verilirken şunlar paylaşıldı: “Özel proje alanları, yat limanları, eko-turizm yönetimi alanları ile ‘rezerv’ alanın amacına tümüyle aykırı bir niteliğe sahiptir. Bu durum, projenin kamu yararına aykırılığını, özel yarara hizmet etti-



ğini açıkça ortaya koymaktadır. ÇED Olumlu kararına itirazımızın temel nedenlerinin başında, rezerv alan olarak planlanan alanın İstanbul'un 1/100 000

“DEPREM BÖLGELERİNİN YARALARI SARILSIN”

Basın toplantısında 6 Şubat depremlerinin üzerinden geçen uzun zamana rağmen depremedelerin kalıcı konutlarına yerleşemediği kaydedildi. “TOKİ ve Emlak Konut'un depremedeleri unutarak rant bölgesi olan Kanal İstanbul rotasında 5 binden fazla konut yapmak için canla başla çalıştığı görülmektedir.” ifadesinin yer verildiği açıklamada şunlar paylaşıldı: “Hatay Valiliği'nin 3 Ekim 2024 tarihli raporuna göre, geçici barınma alanlarında yaklaşık 223 bin kişi hâlâ konteynerlerde yaşamaktadır. Raporda, kurası çekilen bağımsız bölüm sayısının 18 bin 404, anahtar teslimi yapılan bağımsız bölüm sayısının 6 bin 868, yerleşen hane sayısının ise yalnızca 3 bin 320 olduğu belirtilmektedir. Bu durum, hükümetin önceliklerinin toplum yararına yönelik olduğunu bir kez daha göstermektedir. Hassas ekosistemleri, arkeolojik mirası ve İstanbul'un geleceğini tehlikeye atan Kanal İstanbul yerine, depremin etkileriyle sarsılmış insanlarımızın ihtiyaçlarını karşılamak bir zorunluluktur. Hükümeti, rant odaklı projeleri derhal durdurmaya, Hatay başta olmak üzere deprem bölgelerinin yaralarını sarmaya ve toplumun gerçek ihtiyaçlarına odaklanmaya davet ediyoruz.”

Aile hekimlerinden iş bırakma kararı

Aile hekimleri, performans kriterlerine dayalı yeni yönetmeliğe karşı 2-6 Aralık tarihleri arasında da 5 gün iş bırakma kararı aldı. TTB Aile Hekimliği Kolu Başkanı Dr. Emrah Kırımlı, “Bakanlık ASM'lerde ödeme sınırını 4 binden 3 bin 500'e çekti. Bu durumda Kadıköy'deki binlerce yurttaşımız aile hekimimizden vazgeçecek” dedi

● Simga KANSU

Aile hekimlerinin 'eziyet yönetmeliği' olarak nitelendirdikleri yönetmelik değişikliğinde Sağlık Bakanlığı'nın geri adım atmaması üzerine 5-7 Kasım tarihleri arasında 3 günlük greve çıkmıştı. Hastanelerde yaşanan randevu krizinin önüne geçmek için hayata geçirdiği öne sürülen yönetmeliğin, bilimsel temellerden uzak olduğunu ve muayene sayısına dayalı teşvik ödemesinde ısrar edilmesinin koruyucu sağlık hizmetlerinin amacına aykırı olduğunu savunan hekimlerin tepkisi büyüyor. Aile hekimleri, son grevin ardından 2-6 Aralık tarihleri arasında da 5 gün iş bırakma kararı aldı.

“HASTALARIMIZI MÜŞTERİ OLARAK GÖRMÜYÜZ”

Konuya ilişkin TTB Aile Hekimliği Kolu Başkanı Dr. Emrah Kırımlı ile konuştuk. Kırımlı, “Sağlık Bakanlığı 1 Kasım 2024 tarihinden itibaren geçerli olmak üzere yeni bir yönetmelik yayınladı. Bu yönetmeliğe göre Sağlık Bakanlığı hastanelerde uyguladığı performans kriterlerini birinci basamağa taşımak istiyor. Biz sağlığı bir hak olarak görüyoruz. Bakanlık ise bir sektör olarak görüyor ve performans kriterleri de bu sektörün kârlılığı üzerine. Biz bu kârlılığın ne demek olduğunu biliyoruz. İhtiyaç olan değil para getiren işler yapılıp isteniyor. Biz yıllardır birlikte çalıştığımız hastaları sektörün müşterileri olarak görmüyoruz. Onların sağlığını korumak ve geliştirmek istiyoruz. Bu nedenle bu yönetmeliğin geri çekilmesini istiyoruz. Ve bunun gerçekleşmesi için iş bırakıyoruz. Gelecek günlerde çalışabilmesi için 2-6 Aralık'ta Aile Sağlığı Merkezleri



kapalı olacak.” dedi. Sağlık Bakanlığı'nın ücretleri düşürdüğünü söyleyen Kırımlı, “Bakanlık bu uygulamalarını gerçekleştirebilmek için temel ücretlerimizi yüzde 35 oranında düşürdü ve bunu geri almamız için sektörün istediği şartları yerine getirmemizi istiyor. Sadece ücret kesintisi ile yetinmiyor, onun istediği performansı göstermezsek sözleşmemizi iptal ediyor yani bizi işten atıyor. Yeni yönetmelik bu iki ana hat üzerine kurulu.”

Aile hekimlerinin dört ana talebi olduğunu belirten Kırımlı bu talepleri şöyle sıraladı:

- Bakanlık ASM yapmalı, fiziki ve tıbbi donanımı sağlamalı.
- Aile Hekimi başına nüfus 2 bini aşmamalıdır.
- Koruyucu sağlık hizmetleri için yeterli sağlık ça-

lışını görevlendirilmeli, koruyucu hekimlik uygulamaları desteklenmeli, geliştirilmelidir.

● Aile hekimlerine ve tüm sağlık çalışanlarına emekliliğe yansiyacak tek kalemden oluşan, insanca yaşamaya yetecek düzeyde, izin kullandıklarında, hastalandıklarında, çocuğu olduğunda veya ailesinden biri öldüğünde kesilmeyecek maaş ödenmelidir.

“BİNLERCE YURTTAŞ HEKİMSİZ KALABİLİR”

Kırımlı, mevcut sistemden dolayı Kadıköy'de yaşayan vatandaşların aile hekimine ulaşma noktasında problem yaşayabileceğini söyledi: “Bakanlık ASM'lerde nüfusu düşürecek diyor ama nüfusu düşürmeden sadece ödeme sınırını 4 binden 3 bin 500'e çekti. Bu

durumda Kadıköy'deki binlerce yurttaşımız aile hekimimizden vazgeçecek. Kadıköy'de 3 bin kişilik nüfus sınırına uygun sadece 23 aile hekimi var. 3 bin 500'ün üzerinde nüfusu olan 62 aile hekimi bulunuyor. Acıbadem, Bostancı, Erenköy, Fenerbahçe, Koşuyolu, Kozyatağı, Sahrayıcedit mahallelerinde yeni kayıt olabileceğiniz aile hekimi yok. Sizi kayıt için başka mahalleye gönderecekler. Bunların olmaması için öncelikle 4 temel talebinizin hızla karşılanması gerekir.”

“HASTALAR ZOR GÜNLERDE YANIMIZDA”

Yönetmelik hayata geçerse hangi durumlarda karşı karşıya kalınacağını aktaran Kırımlı, “Aile hekimleri günde 70 hastadan fazla kişi görmek zorunda olacak. Bu bir kişiye 3 dakikadan fazla süre ayırmaması demektir. Hastalarımızın en çok ihtiyaç duyduğu günlük tedavilerden olan ağrı kesiciler, antibiyotik ve mide koruyucular gibi ilaçların tedavide kullanılmaması isteniyor. Yüksek tansiyon, kalp hastalığı, diyabet (şeker hastalığı) gibi çok sık görülen kronik hastalıkların sürekli hastaneye sevk edilmesini istemiyor. Hastanelerde yaşanan randevu bulamama ve uzun bekleme süreleri sorunları ASM'lerde de yaşanacak. Komşularımız olan hastalarımız evlerinden çok uzakta bir ASM'ye gitmek zorunda kalacaklar. Biz astalarımız için eşit, erişilebilir, güvenli, nitelikli, güler yüzlü, tanıdıkları ve kendilerini tanıyan bir sağlık hizmeti istiyoruz. Onların hastalanmalarını istemiyoruz. Hastalandıkları zaman onları sektör için bir ürün olarak görmek istemiyoruz. Zor günlerinde yanlarında olduğumuz hastalarımızı bu zor günlerde yanımızda görmekten de çok mutluyuz. Onların bize destek olduğunu biliyoruz. Bazı hastalarımız sağlık müdürlüklerine, kaymakamlıklara, sağlık bakanlığına aile hekimliği ödeme yönetmeliğinin geri çekilmesini yönünde taleplerini gönderiyor. Destekleri için aile hekimleri olarak kendilerini teşekkür ediyoruz.” şeklinde konuştu.

SİZE YEŞİLLİKLER ARASINDA EŞSİZ DENİZ MANZARASIYLA İKİNCİ BİR HAYAT VADEDİYORUZ.

Huzurevimiz uzman ekibi ile aile büyükleriniz için hak ettikleri özel ilgi ve yaşam standartlarında bir ortam sunmaktadır.

Verilen hizmetler:

- 24 Saat Doktor Hizmeti
- 24 Saat Hemşire Hizmeti
- Fizik Tedavi Merkezi
- Diyaliz Hizmeti
- Laboratuvar Hizmeti
- Vakum Yardımlı Yara Tedavisi Hizmeti
- Konaklama Hizmeti
- Temizlik Hizmeti
- Yemekhane Hizmeti
- Medikal El Ayak Ve Tırnak Bakımı
- Sosyal Etkinlik Ve Faaliyetler

Hizmet Grubu:

- Alzheimer
- Demans
- Geriyatri
- Palyatif (Yatağa Bağlımlı)
- Parkinson
- ALS
- NG (Nazogastrik Sonda) İle Beslenme
- PEG (Perkütan Endoskopik Gastrostomi) Bakımı

SEÇKİN YAŞLI BAKIM VE HUZUR EVİ

Altıntepe Mah. Galipbey Cd. Cephanelik Yolu Sk. No: 5 Maltepe
Tel: 0552 388 60 10 - (0216) 388 60 10 / Web: seckinhuzurevi.com.tr

ENERJİNİZİ DOĞRU KULLANMAYA DAVETLİSİNİZ!

ESPADA ENERJİ

Isı Tüketimi Ölçme ve Paylaştırma Hizmetleri

ISI GİDER PAYLAŞIMI
SICAK SU PAYLAŞIMI
SOĞUK SU PAYLAŞIMI
ELEKTRİK PAYLAŞIMI

SAYAÇ OTOMASYONU ÜCRETSİZ KEŞİF SAYAÇ DEĞİŞİMİ

İletişim Cep :05397141370
Info@espadaenerji.com

9 ARALIK 2024
19:00 - 20:00
ONLINE SEMİNER

YAPAY ZEKA İLE NASIL İLETİŞİM KURULUR?

SEMİNERE ÜCRETSİZ KAYIT İÇİN QR KODU OKUTUN

BORA KURUM

● Leyla ALP

Duygudurum, bipolar bozukluklarının nedenleri, belirtileri ve tedavi yöntemleri üzerine konuştuğumuz Prof. Dr. Serhat Çıtak, düzenli ilaç kullanımı, psikoterapi ve ailenin sürece dahil edilmesiyle duygudurum bozukluğu yaşayan bireylerin sağlıklı bir yaşam sürdürebileceğini söylüyor. Çıtak ile Caddebostan'daki muayenehanesinde duygudurum bozukluğu ve depresyona dair merak edilenleri konuştuk.

● En baştan başlayacak olursak duygudurum bozukluğu nedir?

Duygudurum bozukluğu, düşünce, duygu, davranış ve işlevselliği etkileyen bir ruhsal rahatsızlıktır. Bipolar bozukluk veya manik depresif bozukluk olarak da bilinir. Bu bozuklukta, duygudurumda iki uçta değişimler gözlenir: bir uçta manik veya hipomanik dönemler bulunur, bu dönemde kişi aşırı coşku, enerji, neşe veya gerginlik yaşar. Diğer uçta ise depresif dönemler yer alır; burada kişi durgun, isteksiz ve mutsuz bir ruh hali içindedir. Bipolar bozukluk tanısı koyulabilmesi için, kişinin en az bir manik veya hipomanik dönem yaşaması gerekir. Bir manik dönem görüldüğünde, ilerleyen dönemde o kişide depresyon da ortaya çıkabilir.

DEPRESYON MU DUYGUDURUM BOZUKLUĞU MU?

● Toplumsal olaylar, yaşadığımız coğrafya ruh halimizi nasıl etkiliyor? Duygudurum bozukluğu ile depresyon arasındaki fark nedir?

Yaşadığımız coğrafya ve aldığımız haberler, bizi huzurlu ve dengeli kalmakta zorlayabiliyor. Neşeli olduğumuz bir anda, aldığımız bir haberle duygularımız değişebilir. Ancak bu doğal bir değişim halidir, çoğunlukla da duygudurum bozukluğuna işaret etmez.

Bipolar bozukluk veya duygudurum bozukluğu dediğimiz ruhsal rahatsızlıkta, manik veya hipomanik dönemlerin yanı sıra depresyon atakları görülebilir. Buna bipolar depresyon adı veriliyor. Ancak, depresyon bazen manik dönemler olmaksızın, tek başına da ortaya çıkabilir. Yani depresyon dönemsel olarak tekrar eden bir durum şeklinde gözlenebilir. Buna da unipolar depresyon deniliyor. Bu iki süreci birbirinden ayırt etmek zor olabilir.

● Tekrarlayan depresyon ile bipolar bozukluk arasındaki farklar neler?

Bu farklar klinik belirtiler veya rahatsızlık öyküsü aracılığıyla anlaşılabilir. Tekrarlayıcı depresyon dönemlerinde; isteksizlik, enerji azalması ve iştahsızlık gibi belirtiler daha bariz olabilir, stres faktörleri bu dönemleri tetikleyebilir. Bipolar bozuklukta depresyon dönemlerinde ise; düşüncede yavaşlama, sabah erken uyanma, gerginlik, dürtüsel ve psikotik belirtiler denilen durumlar daha ön planda görülebilir. Ayrıca erken başlangıç yaşı, ailede bipolar bozukluk öyküsü, atakların belli mevsimlerde daha sık ortaya çıkması söz konusu olabilir. Kişi eğer daha önce bir manik atak yaşamışsa, o zaman bipolar bozukluk olduğu anlamına gelir. Eğer sadece depresyon dönemleri yaşıyorsa, tekrarlayıcı depresyon akla gelir.

● Çevresel faktörlerin etkisi var mı?

Kesinlikle. Eğer genetik yatkınlık varsa, stres faktörleri bu bozukluğu tetikleyebilir. Üzücü bir haber, yakınların kaybı, önemli hayat değişiklikleri, örneğin iş kaybı ya da ayrılık bu rahatsızlığın başlangıcına neden olabilir.

“GENETİK FAKTÖRLER ÖNEMLİ”

● Yatkınlık nasıl oluyor, genetik faktörler mi devreye giriyor?

Evet, genetik faktörler önemli bir rol oynuyor. Anne, baba, kardeşler veya daha üst soylarda, büyükbada, büyükannede, hala veya teyze gibi akrabalar arasında benzer rahatsızlıkların bulunması, duygudurum bozukluklarına yatkınlık oluşturuyor. Bipolar bozukluğu olan kişilerin birinci derecede kan bağı olan yakınlarında, bu rahatsızlığın görülme olasılığı 3-4 kat daha fazla olabilmektedir.

● Kişinin kendisi ya da çevresi belirtileri nasıl fark edebilir?

Bipolar bozukluğun dünya genelinde kabul edilen bazı ölçütleri var. Manik dönem dediğimiz dönem en az bir hafta sürmesi gerekiyor. Bu süre zarfında, kişide aşırı coşku, aşırı mutluluk, bazen de aşırı sınırlılık ya da gerginlik görülebilir. Bu arada uyku ihtiyacında ciddi bir azalma görülüyor. Ayrıca, aşırı davranışlar da gözlemleniyor. Gerekse yere çok para harcama, çok sayıda eşya satın alma gibi durumlar söz konusu olabiliyor. Aşırı plan ve proje peşinde koşma da belirtiler arasında oluyor. Öncesinde hiç işletme tecrübesi olmayan bir kişi olan biri, aynı anda üç ayrı projeye başlayabileceğini düşünerek “Ben market açacağım, turizm işletmem olacak” gibi büyük hayaller kurabiliyor. Bu süreçte, aşırı konuşkanlık hali de görülebilir.



● Depresif dönemde neler yaşıyor? Manik dönemin ardından mutlaka depresif dönem gelir mi?

Depresyon dönemi, en az iki hafta süren bir süreçtir. Kişide üzüntü, ruh halini, keyif alamama, kendisini yetersiz hissetme, umutsuzluk, karamsarlık, içe kapanma, durgunlaşma, isteksizlik gibi belirtiler görülebilir. Eskiden keyif alınan etkinliklere karşı ilgi kaybolur. Uyku ve iştah düzeni bozuklukları da sıkça yaşanır. Çok ağır durumlarda, intihar düşüncesi ortaya çıkabilir.

Manik dönemin ardından bir depresif dönemin gelmesi bir kural değildir, ancak zaman zaman görülebilir. Tabir yerindeyse; manik dönemde aşırı düzeyde harcanan enerjinin yeniden toparlanabilmesi için, bir durgunluk dönemine ihtiyaç duyulabilir. Bu bazen bir depresif döneme dönüşebilir. Manik

Bipolar bozukluk üzerine konuştuğumuz Prof. Dr. Serhat Çıtak, ailelerin hastayı aşırı kontrol etmeden desteklemesi gerektiğini ve stres faktörlerini azaltmanın tedavi sürecine katkı sağlayacağını söylüyor



dönemler genellikle bahar ve yaz aylarında daha sık görülürken, depresyon dönemleri kış aylarında daha belirgin hale gelir. Örneğin içinde bulunduğumuz bu aylar, depresyon açısından daha riskli dönemlerdir.

TEDAVİ SÜRECİ

● Tedavi süreci nasıl?

Bipolar bozukluğu tedavisinde; gerekli olduğunda hastaneye yatırılarak tedavi, ilaç tedavileri, psikoterapiler, ailenin sürece dahil edildiği psikoeğitim seansları gibi yaklaşımlar uygulanır. Manik dönemlerde, özellikle başkalarına zarar verme, aşırı para harcama veya riskli araç kullanma gibi davranışlar söz konusuysa, hastaneye yatırılır. Depresyonda ise yatış kriterimiz, kişinin intihar riski taşımasıdır. Hastaneye yatarak tedavi gerekli görülmediğinde; manik ata-

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

KASEV VAKFI DİNLENMEEVİ HUZUREVİ
ÖZEL BAKIM BÖLÜMÜ TESİSLERİ

ÜLKEMİZDE YAŞILARA EN İYİ HİZMETTE, ÖNCÜ, ÜNDER VE ÖRNEK KURULUŞ

Alzheimer, parkinson, felç gibi hastalıklarda yaşlıya özel bakım uygulayan modern sistemler

Hastane sonrası tıbbi bakımevi ve psiko-sosyal destek çalışmaları

Tatile giderken aile büyüklerinizi gönül rahatlığı ile emanet edebileceğiniz, büyüklerinize güvenle ev sahipliği yapacak bir kurum olarak yanınızdayız.

Tel: (216) 493 57 21 (5 hat) GSM: (533) 657 73 78 Fax: (216) 493 33 57
E-mail: info@kasev.org
Adres: KASEV Vakfı Kâmil Çetin Oraler Kampüsü Edebali Caddesi No: 1
Aydintepe - Tuzla /İSTANBUL

ğın kontrol altına alınması amacıyla antipsikotik ilaçlar kullanılabilir. Depresif atığın yatıştırılmasında da anti-depresan ilaçlar etkilidir. Atak dönemleri başarıyla tedavi edildikten sonra, yeni atakların oluşmaması için duygudurum dengeleyicileri denilen koruyucu ilaçlar kullanılır. Lityum tuzu, valproik asit gibi ilaçlar bu kapsamda yer alıyor.

● Bu ilaçları ömür boyu kullanmak mı gerekiyor?

Ömür boyu ilaç kullanacak olmak kişiyi biraz ürkütüyor. O yüzden ben bipolar bozukluk için en az beş yıl gibi bir süreyi telaffuz ediyorum. Buradaki ölçü de şu; kişide her yıl belli dönemlerde atak geliyorsa bu durumu engellemek için bazı ilaçlar öneririz. Eğer kişi ilaç tedavisini altunda beş yıl boyunca hiç manik atak geçirmezse, o zaman belki ilaca bir süre ara vermeyi veya ilaç dozunu azaltmayı değerlendirebiliriz.

Depresyon dönemlerinde ise antidepresanlarla tedavi uyguluyoruz. Ancak antidepresanları tek başına uzun süre kullanmak önerilmez çünkü bu ilaçlar, manik dönemlere geçişi kolaylaştırabiliyor. O yüzden depresyon tedavisini tamamladıktan sonra antidepresanları keserek tedaviye duygudurum dengeleyicilerle devam ediyoruz.

● Psikoterapi de devam ediyor değil mi?

Psikoterapi, hastalığın kontrol altına alınmasının ardından kişiyi bu hastalığa iten psikolojik faktörlerin çözülmesi konusunda yardımcı olur. Stres faktörleri, geçmişte yaşanan travmalar ele alınır. Aile de tedavi sürecine dahil edilir. Aile bireylerinin hastalığın belirtilerini tanıması önemli, çünkü erken müdahale hastalık belirtileri başlamadan durumu kontrol altına almamızı sağlar. Aynı zamanda kişinin hayatını düzenleyebilecek alkol veya zararlı maddelerden uzak durması düzenli uyuması gibi önerilerde bulunuyoruz.

GÜVENLİ MESAFEDEN GÖZLEM

Ailelerin hastalık sürecindeki rolü nedir? Bazıları aşırı kontrolcü olabiliyor. Bu duygudurum bozukluğu olan insanları nasıl etkiliyor?

Bu durum literatürde “high expressed emotion” olarak geçiyor, yani aile üyelerinin duygularını aşırı ifade etmesi anlamına geliyor. Kişiyi sürekli izleyip kontrol altında tutma çabasında olan, her davranışını denetleyen yaklaşımlar görülebilir. Bu durum, kişide bir güven eksikliği yaratabilir. Ailelerin yapması gereken şey, belirtileri tanıyıp, gerektiğinde kişinin ilaçlarını hatırlatmak, ancak aşırı müdahaleden kaçınmak olmalı. Güvenli bir mesafeden gözlemlemek, ihtiyaç olduğunda destek sağlamak uygun bir yaklaşımdır.

● Kişi ilaç almayı reddediyorsa aile ne yapmalı?

İlaçların reddedilmesi halinde ailelerin zorlaması çoğunlukla iyi sonuç vermiyor. Özellikle manik dönem sona erdiğinde kişi “İyiyim, artık ilaca ihtiyacım yok, ömür boyu bu ilaçları kullanmamam” diyerek ilacı bırakıyor. Ancak yapılan araştırmalar, ilaç tedavisinin düzenli sürdürülmesi halinde, hastalığın tekrarlama riskinin önemli oranda azaldığını gösteriyor. İlaçlar kesildiğinde, hastalık hızlı bir şekilde geri gelebiliyor ve her manik dönem bir sonraki manik atağı tetikleyebilir. Hatta manik dönemin sıklığı da artırıyor.

İlaç kullanma konusunda kişinin hekime duyduğu güven çok önemli. Bazı kişiler yan etkiler yüzünden ilaçlarını almak istemeyebilirler. İlaçlar saç dökülmesi, iştah artışı ya da tiroid fonksiyonlarında değişiklik gibi yan etkilere neden olabilir. Bu durumda daha az yan etkisi olan ilaçlara geçmek mümkün olabilir.

Ailelerin habersizce ilacı kişinin yemeğine katmak gibi girişimleri güven ilişkisini zedeleyebilir. Bunu hiç tavsiye etmiyorum. Açık, güvене dayalı bir iletişim kurmak en sağlıklıdır.

● Bipolar bozukluğu olan kişiler, iş ve okul yaşamlarına nasıl devam edebiliyor?

Bipolar bozukluk düzenli tedaviyle başarıyla kontrol altına alınabilen bir rahatsızlıktır. Tedavi sürecini düzenli sürdüren birçok birey eğitimini tamamlayabiliyor, akademik ve mesleki yaşamında başarılı olabiliyor. Uygun bir tedaviyle mesleğini sürdüren başarılı iş insanları, yöneticiler tanıyoruz. Burada kilit önemi olan şeyler; düzenli uygun tedavi, hekimle düzenli temas, aile ve sosyal çevresiyle uyumlu ilişki, alkol ve uyuşturucu maddelerden uzak durmaktır.

● Son olarak duygudurum bozukluğunun düzenlenir, kontrol edilebilir, tedavi edilebilir bir rahatsızlık olduğunu söyleyebiliriz değil mi?

Kesinlikle! Bu rahatsızlıkların kontrol altına alınabileceğini ve uyumlu bir hayatın sürdürülebileceğini belirtmek istiyorum. Bipolar bozukluk bir akıl hastalığı değil, genetik yatkınlık ve stres faktörleriyle tetiklenen bir durumdur. Herkese sağlıklı, dengeli ve üretken bir yaşam diliyorum.

Ressam Alev Özaz'ın Cumhuriyet'in 100. yılına özel çizdiği 50 metre genişliğinde ve 3 metre boyundaki "Dev İstanbul" resmi ilk kez Alan Kadıköy'de sergilenecek

● Deniz Şimal TAŞAN

Kadıköy Belediyesi Alan Kadıköy, ressam Alev Özaz'ın geçtiğimiz yıl Cumhuriyetimizin 100. yılı için yaptığı "Dev İstanbul" resmine ev sahipliği yapacak. 50 metre genişliğinde 3 metre yüksekliğindeki resim, Guinness Rekorlar Kitabı'na '100 günde tek parça tuval üzerine dünyada yapılmış en büyük yağlı boya metropol resmi' kategorisinde aday ve rekor tescili için süreç devam ediyor. İlk kez Alan Kadıköy'de sergilenecek olan "Dev İstanbul" sergisinin açılışı 23 Kasım'da yapılacak. 8 Aralık'a kadar açık kalacak sergi öncesi Alev Özaz ile konuştuk.

"ATATÜRK'Ü YANIMDA HİSSETTİM"

● Alan Kadıköy'de sergilenecek "Dev İstanbul" eseri Türkiye Cumhuriyeti'nin 100. yılına armağan. Eseri yaratma süreci nasıldı?

Bu fikir uzun zamandır aklımdaydı ve her ressam gibi ben de büyük resim yapmayı çok seviyorum. Daha önce üç, dört ve yedi metrelik işler yaptım. Ama bu ebatla daha önce çalışmamıştım. Dostlarımla konuşurken "Kaç metreye kadar yapabilirsin?" 20 metre 30 metre derken "50 metreye kadar yaparım." dedim. Aslında bir iddia ile başladı diyebiliriz. "Bezi nasıl bulacağız?" diye düşündük. Çünkü tek parça olmasını orijinal olmasını istiyorduk. Eşim ve danışmanım Fatih Nalbantoğlu bir fabrikaya gitti, aslında ilk süreç o bezi bulmakla başladı. Ardından 'Bu resmi nerede yapacağız?' diye düşünmeye başladık. Ataşehir Watergarden'in o dönemdeki müdürü Ali Küçükada bize orayı ayarladı. Öncesinde kendi atölyemde 90 santim, 90 santim tüm İstanbul'un desenini çizdim. Tabii atölyede de tamamını göremedim, Watergarden'a götürdüğüm zaman gördüm.

Her şey bitince de çok korktum, kendimden çok korktum. Bir kişi bile yardım edemedi bana yasaktı, sadece benim yapmam gerekiyordu. O son fırtına darbesinde çok duygulandım. İstedim ki Atatürk'ün sesi olsun, onun sesiyle imza atayım. Bir taraftan kalbim heyecanla çarpıyordu, ilk defa ellerim titredi imzaya atarken, sanki Atatürk'ü yanımda hissettim.

● Eseri yaparken sizi en çok ne zorladı? En keyif aldığınız zamanı da hatırlıyor musunuz?

Beni sıcaklık çok zorladı, amacım 29 Ekim'de bitirmektir ve renklendirmem için 100 günlük bir zamanım vardı ama ben 98 günde tamamladım. O üç aylık süreçte neredeyse yemeden içmeden çalıştım. En çok keyif aldığım an ise gökyüzünü boyadığım zamandı.

İSTANBUL'DA AKŞAM ÜSTÜ

● Dev İstanbul'da günün hangi saatini ve nere-



"DEV İSTANBUL"

ALAN KADIKÖY'DE



leri görüyoruz? Sizin İstanbul'unuz neresi?

Bence akşam üstü çünkü ışık Sarayburnu'ndan vuruyor ve Dolmabahçe'ye doğru karıyor. İstanbul'u sahilden görüyoruz. Ben sahil çocuğuyum. İsteğim tüm tarihi noktaları görmektir. Ayasofya'yı, Süleymaniye'yi, Sultanahmet'i, Galata'yı, Dolmabahçe ve Topkapı Sarayı'nı görüyorum. Dev İstanbul'da Avrupa Yakası'nı, Suriçi'ni görüyorum.

● Eser için İstanbul keşfi yaptınız mı?

Ben İstanbulluyum, kökenim burası. İstanbul'un köylüsüyüm biz Emirganlıyız. O yüzden her yerini karış karış biliyorum, Anadolu ve Avrupa Yakası'nda da oturdum. Keşif yapmadım, internetten de araştırmadım. Feshane'deki kitaplardan araştırmamı yaptım, İstanbul Büyükşehir Belediyesi yayınlarından.

● Kadıköy Belediyesi ile yollarınız nasıl keşif oldu? Dev İstanbul'un sergilene süreci nasıl ilerledi?

Kadıköy Belediye Başkanı Mesut Köseadağ ile

iletişime geçtik. Resmî bir türlü sergileyemediğimizi söyledik. Mesut Başkan birkaç dakika düşündü ve Alan Kadıköy'de olur dedi. O an bir mutluluk doldu içime. Bir senedir sergilenmesini bekliyordum.

● Dev İstanbul, Guinness Rekorlar Kitabı'na girmeye adaydı. Süreç nasıl ilerliyor?

Başvuru yapıldı, bir ekip geldi artık bekliyoruz. Süreç uzun sürüyor. Benim gibi tek parça çalışan yok. Daha önce tek parça olmayan bezle bir stadyum kadar resim yapılmış, hafif soyut olarak plastik boya ile çalışılmış. Ben yağlı boya ile çalıştım, kontrolü çok zor olur. İyi korunursa 500 yıl kalır.

● 500 yıl iyi korunursa sağlam kalır dediniz, hayalinizde kalıcı olarak sergilenmesini istediğiniz bir yer var mı?

Özel sektöre başvuruda bulunmadım, belediyeye, devlete gittim. Bizim insanımız olsun dedim, bizim kurumlarımız, keşke bir müze de olsa. Düşününce damini olarak İstanbul Modern'de olmasını isterdim.



Kadıköy'ün size ve sanatınıza nasıl bir etkisi var?

Dediğim gibi ben Emirganlıyım, Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Resim İş Öğretmenliği bölümünden mezunum. Üniversitem Kadıköy'deydi yıllarca Moda'da oturdum. Bütün gençliğim Kadıköy'de geçti. En özgür ve en rahat olduğum dönemdi. Kadıköy'de genç olmak ayrıcalıktı. O zaman çok fazla kırtasiye vardı. Kırtasiyeler ve kitapçılar benim ilgi alanım. Gençlik deyince aklıma Moda'da yürümek, kitap okumak ve bir kafede oturmak geliyor. Zaman içinde Kuyubaşı, Göztepe, Kozyatağı'nda oturdum ve Kadıköy'den ayrıldım. Kadıköy'e her geldiğimde mutlaka 'tekrar buraya mı taşınısam' diye düşünüyorum.

JAPONYA'DAN KARİKATÜRLER KARİKATÜR EVİ'NDE

Türkiye Japonya ilişkilerinin 100. yılı etkinlikleri kapsamında gerçekleştirilen serginin açılışı Kadıköy Belediyesi Karikatür Evi'nde yapıldı

● Hülya ARSLAN

Türkiye-Japonya ilişkilerinin 100. yılı etkinlikleri kapsamında gerçekleştirilen sergi, 16 Kasım Cumartesi günü Kadıköy Belediyesi Karikatür Evi'nde açıldı. İstanbul Japonya Başkonsolosluğu Kültür İşleri Sorumlusu Takeshi Nomura, karikatüristler, Japon tarihçisi Dr. Erdal Küçükyağcı ve sanatseverlerin katılımıyla gerçekleşen açılışta, Tokyo'dan gelen karikatüristler Yoshiaki Yokota ve Yu Kimura konuklara karikatürler hakkında bilgi verdi. 13 Japon sanatçının, 52 tane eserinin sergilendiği sergi 15 Aralık Pazar gününe kadar Kadıköy Belediyesi Karikatür Evi'nde ziyaret edilebilir.

"ONLARA MİNNETTARIZ"

Sergide konuştuğumuz Türkiye'nin önde gelen çizerlerinden Tan Oral "Japon arkadaşlarımla birlikte, Japon karikatür-



ri ilgiyle takip ediyorum. Böyle bir fırsatın olması da beni çok memnun etti. Sergiye çok yabancı değilim. Neler yaptıklarını neler düşündüklerini biliyorum. Onlarda benim ne yaptığımı, nasıl çalıştığımı biliyorlar. Bu da bizim ortak noktamız. İzmiz depremizden beri ilişkimiz aralıksız devam ediyor. Deprem zamanında olan kayıplar için Japonya'dan desteğe geliyorlardı. Biz kendimizi toplayana kadar her sene geldiler. Biz aradılar birlikte depremlere gittik ve bu yıllarca devam etti. Onlara minnettarız." dedi.

"ZEKA İÇEREN ESERLER"

Japon tarihçisi aynı zamanda Kadıköy'de 10 yıldır faaliyet gösteren Japon Sanat Merkezi'nin kurucularından olan Dr. Erdal Küçükyağcı sergi hakkında "Yogota Bey bizi buldu ve ziyarete geldi. Tercümanlık yapmamı istedi ve ben de gönüllü oldum. Kendisiyle daha önceden çok işbirliği yaptık. Sergiye gelenler burada farklı bakış açıları görecektir, esprili anlayış, alışılmadık dışında bir Japon dünyası görüşü görecektir. Daha çok manga ve anime biliniyor. Bu çizgi türünün dışında kalan sergideki eserler ise, daha marjinal daha zeka içeren eserler. Japonlar Japonya'yı manga imparatoru olarak görürlerdi. Buradaki çizimleri gördükten sonra Türkiye, Japonlar için karikatür impara-

torluğu oldu. Ayrıca dünyanın en çok satan karikatür dergileri bizdeydi ve son dönemlerde farklılaşmalar, dağılmalar ve ayrışmalar görüyoruz. İnşallah bu geleceği devam ettirebiliriz." diyerek Türkiye'deki karikatüristlerin ve karikatürlerin önemini anlattı.

Sergi için Tokyo'dan gelen Dünya Karikatür Formu üyesi Yoshiaki Yokota Türkiye'nin zengin karikatür geçmişine hayranlık duyduklarını ifade ederek şöyle konuştu: "Türk çizerlerle daha önceden tanışmışlığımız ve yakın dostluklarımız var. Bu sergiyi de bundan dolayı yapmak istedik. Kadıköy'de yaşayan karikatürist İzel Rozenal bize Kadıköy Belediyesi Karikatür Evi'ni önerdi. Sevgili İzel benim kadim bir dostumdur. Ayrıca bu sergiyi Türkiye Cumhuriyeti'nin 100. yılında yapmayı hedeflemiştik. Maalesef Türkiye'de çok üzücü bir deprem oldu. Bunun yerine Türk Japon diplomatik ilişkilerin kuruluşunun 100. yıldönümüne düzenlemeye karar verdik. Bu amaçla Tokyo'da da Türk karikatüristlerin ve çizerlerin işlerini sergilediğimiz bir sergi yaptık."

Sergi için Tokyo'dan gelen bir diğer Japon karikatürist Yu Kimura "Türkiye'de böylesine derin ve uzun bir karikatür geçmişine ve tarihine sahip olduğunı bilmiyordum. Türkiye'de çok sayıda değerli karikatür sanatçıları var ve hayranlık duyuyorum." sözleriyle duygularını ifade etti.



Yoshiaki Yokota Yu Kimura



Kadıköy Belediyesi Karikatür Evi'nde düzenlenen bir diğer etkinlik ise karikatür atölyesi oldu. Karikatüristler Yoshiaki Yokota ve Yu Kimura Kadıköylü 15 gencin katıldığı atölyede gençlerle birlikte çizim yaptı ve kullandıkları teknikler hakkında bilgi verdi.

KADIKÖY BELEDİYESİ
BMKM
BARİŞ MANÇO KÜLTÜR MERKEZİ

BİR ŞAİR, BİR YAZAR

Edebiyatla ilişkin bir bellek oluşturabilmek için yola çıkan Türkiye Yazarlar Sendikası, "Edebiyat Matineleri"ni "Bir Şair, Bir Yazar" adıyla sürdürüyor. Matinenin bu ayki konukları şiirin ve romanın iki ustası A. Kadir ve Aziz Nesin.

03 Aralık 2024 | 15.00

Düzenleyeni: Türkiye Yazarlar Sendikası

Tiyatro Salonu

DAVETLİSİNİZ

kadikoy.bel.tr | 444 55 22 | kadikoybelediye

EDİBİYAT MATİNELERİ
ANMA

Sentez Kadıköy Başkanı MESUT Köseadağ KADIKÖY BELEDİYESİ

GENÇ SANATÇILARDAN KLASİK MÜZİK KONSERİ

Ankara ve İstanbul merkezli genç sanatçılardan oluşan Gordion Oda Orkestrası, 12 Aralık 2024'te Moda All Saints Kilisesi'nde, 13 Aralık 2024'te ise Kadıköy Barış Manço Kültür Merkezi'nde sahne alacak.

Orkestra şefliğini Yiğitcan Gözoğlu'nun yaptığı Gordion Oda Orkestrası kemanda Eren Cemre Erden (Başkemançı), Işıl Utku Erkişi, Yusuf Tan, Seray Fulden Aydın, Firuze Dökülgen, viyolada Defne Erdem ve Gülizar İsmail'den, viyolanselde Sevgi Güleş, Ecirin Tuana ve piyanoda Maria Hamalainen Sernet'ten oluşuyor.

Konserlerde solist olarak kemanda Deniz Dilan Gözoğlu (Cumhurbaşkanlığı Senfoni Orkestrası sanatçısı), flütte Yusuf Umut Torun ve fagotta Ceylin Saygılı sahne alacak.

Klasik müzik repertuarının en sevilen eserlerinin izleyici ile buluşacağı konser biletleri vidipas.com adresinden alınabilir.



Biletler için: vidipas.com
Yer: Barış Manço Kültür Merkezi
Tarih: 13 Aralık 2024



Emekli öğretmenler 'hayatta kalmaya' çalışıyor

Emekli öğretmenler üç yıl öncesine kadar tiyatroya ve sinemaya gidip, torunlarına hediyeler alıyorlardı. Bugün ise en ucuz gıda ürünlerinin arayışında 'hayatta kalmaya' çalışıyorlar

● Deniz Şimal TAŞAN

Her yıl olduğu gibi bu yıl da 24 Kasım Öğretmenler Günü yurdun dört bir yanında çeşitli etkinliklerle kutlanacak. Öğretmenlerimize çiçekler verilecek okullar süslenecek, konuşmalar yapılacak. Peki ya emekli öğretmenler? Onları düşününce, aklımızda bu gün-

lerde hızla eriyen emekli maaşlarıyla nasıl geçindikleri sorusu geldi. Biz de onlarla konuştuk ve emekli olduklarından bugüne hayatlarının nasıl değiştiğini sorduk.

"EN UCUZUNU ALMA PEŞİNDEYİZ"

Kadıköy'de oturan ve 2017 yılında emekli olan sınıf öğretmeni Hüseyin Güler, "Benim eşim de emekli öğretmen. Deyim yerindeyse akşamüstüne



CEMİL YÜKSEK



ESİN KARAKÜÇÜK



HÜSEYİN GÜLER

doğru semt pazarlarına gidiyoruz, dolaşıyoruz ve en ucuz gıdaları almaya çalışıyoruz. Büyük marketlere de gidiyoruz; peynirin, yoğurdun en ucuzunu alma peşindeyiz." dedi. Kıt kanaat geçindiklerini söyleyen Güler, "2017'de de aldığımız maaşla çok rahat geçiniyorduk ama bugün koşullar çok daha zor. Örneğin pazarları gezmiyorduk, büyük marketlerden gidip alışverişimizi yapabiliyorduk ama şimdi pazarlarda en ucuzu nerde bulabiliriz diye uğraşıyoruz." dedi. 2017 yılından bu yana maaşlarının erimesiyle artık yapamadıkları şeyler olduğunu belirtti Güler, "Tatile gitmekten vazgeçtik, kendi arabamızla bir yere gitmekten vazgeçtik. Ya otobüsle gidiyoruz ya da gitmiyoruz. Artık aile görüşmeleri ortadan kalktı." dedi.

"SON BEŞ YILDIZ ÜSTÜMÜZE KİYAFET ALMADIK"

Gebze'de yaşayan ve 2005 yılında emekli olan sınıf öğretmeni Cemil Yüksek, "Emekli olduğumda bana 750 bin TL bağlanmıştı. O zaman sıfır atılmamıştı. İlk maaşla dört tane cumhuriyet altını almıştım. Bugünkü karşılığı 80 bin TL ediyor." şeklinde konuştu. Geçen 20 yılda alım güçlerinin yerlerde olduğunun altını çizen Yüksek, "Emekli ikramiyemle bankadan 10 bin TL kredi çekerek ev aldım. Şimdi emekli olan ortalama 700 bin TL alıyor, bir oda bile alamaz." dedi. Yüksek, "Üç yıl öncesine kadar sinemaya tiyatroya gitme, çocuklarımızla 2-3 ayda bir sayfiyede yemek yeme şansımız vardı. Bunların hiçbirini yapamıyoruz." şeklinde konuştu. Evlerinin olmasına rağmen tek maaşın temel ihtiyaçlarına yetmediğini belirten Yüksek, "Son beş yıldır üstümüze kıyafet almadık. Ayakkabılarımızı tamir ettiriyoruz.

3 yıldır kendime bir şey almadım, sadece temel ihtiyaçlar." dedi. Yüksek, "68 yaşındayım darbe, baskı, ekonomik kriz gördüm ama böyle kötü bir durum yaşamadım" şeklinde konuştu.

"BU BİR ONUR SAVAŞI HALİNE GELDİ"

2017 yılında emekli olan ve kirada oturan kimya öğretmeni Esin Karaküçük, konuşmamızın başında 24 Kasım'ın 12 Eylül döneminde öğretmenler işkence görürken, toplumu kandırma politikası olarak atılmış bir gün olduğunu ve bugünü kabul etmeyerek dünya emekçilerinin 5 Ekim'de öğretmenler gününün kutlandığını ekledi. Karaküçük, "Emekli olduğum günden bu yana maaş hızla eridi. Temel ihtiyaçlar karşılanamaz hale geldi, yaşamak zor hale geldi. İnsanların yoksulluk, açlık ve barınma sorunu en temel sorunlardan biri." dedi. Karaküçük, "Bu bir onur savaşı haline geldi. Onuruyla 25-30 yıl devlete hizmet etmiş pek çok insan yetişmiş, emek vermiş insanlar ne yazık ki torunlarına hediye alamaz hale geldi." şeklinde konuştu. İnanca yaşamının lüks haline geldiğini vurgulayan Karaküçük, "Emekli olduğum günden beri çok şey değişti, bizi razı etmeye çalışıyorlar. Bu razı olmak değil, asla teslim olmayacağız. İster istemez, yaşamımızı kısar hale geldik. Her şeyden vazgeçtik diyebilirim." dedi. Karaküçük, "Babam da emekli öğretmendi, edebiyat öğretmeni. Tek maaşla dört çocuk üniversite okudu. Biz hiç şeyden mahrum kalmadık, giydik, yedik, içtik, gezdik, mutlu çocuklar olduk. Eksik hissetmedik. Babamın emeklilik dönemi de rahattı. 2000'li yıllardan sonra hızla derin bir yoksulluğa terk edildi bu ülkenin insanları." şeklinde konuştu.

● Erhan DEMİRTAŞ

Eğitim Reformu Girişimi'nin geçtiğimiz haftalarda yayınladığı "Eğitim İzleme 2024" raporunda öğretmenlik mesleğinin içinde olduğu küresel kriz ve Türkiye'deki öğretmenlerin çalışmaları ele alındı. Rapora göre öğretmenler açığı tüm dünyada bir krize dönüşürken, sürdürülebilir ve yapısal değişikliklere gidilmezse bu krizin giderek derinleşeceği ifade edildi. Bunun yanında öğretmenlik mesleğinin çekiciliği her yıl giderek azalıyor. Düşük maaşlar, iş-hayat dengesinin kurulamaması ve öğretmene yönelik sıklığı artan şiddet olayları, tüm dünyada öğretmenleri mesleği bırakmaya itiyor.

MESLEKTE KALMAYI TERCİH EDİYORLAR

Kanada'da öğretmenlerin yaklaşık yüzde 40'ı mesleğin ilk beş senesinde öğretmenliği bırakıyor. 2023'te Birleşik Krallık'ta boş öğretmen kadrosu 2022'ye göre yüzde 20 artmış durumda. İtalya'da 2022'de 125 bin öğretmen kadrosunun yalnızca 73 bini tam zamanlı öğretmenlerce doldurulabildi. ABD'de Şubat 2020-Mayıs 2022 arasında 300 bini aşkın devlet okulu öğretmeni ve yardımcı eğitim personeli işi bıraktı. Raporda, öğretmenlerin yalnızca yüksek gelirli ülkelerde işi bırakmadıkları vurgulanırken; öğretmen açığının düşük ve orta gelirli ülkelerde daha da ciddi bir problem haline geldiği belirtildi. Dünyada bu gelişmeler yaşanırken, Türkiye'de öğretmenler meslekte kalmayı tercih ediyor. Rapordaki verilere göre Türkiye'de öğretmen işgücünde azalma oranı yüzde 2-2,4 civarında.

Mesleği bırakan ya da bırakmayı planlayan öğretmenlerle yapılan araştırmalar, Türkiye özelinde öğretmenlikten ayrılmanın en güçlü nedeninin ekonomik olduğunu gösteriyor. Stres, iş yükü fazla ve okul yönetiminin yeterli destek/sayı görmemesi, ekonomik nedenlerden sonra öğretmenlerin temel sorunlarını oluşturuyor.

Tüm dünyada öğretmenlerin mesleğe başlama maaşları ile alabilecekları en yüksek maaş arasındaki fark da giderek azalıyor. İlkokul öğretmenlerinin yıllık deneyim sonrasındaki maaşları ile kariyerlerinin başındaki maaş arasındaki fark 2015-2022 döneminde OECD ortalamasında 4, Türkiye özelinde 7 yüzde puan azaldı. Türkiye'de çalışılan kademe ve deneyim süresi öğretmen maaşları açısından önemli bir fark yaratmıyor. Türkiye'de mesleğe MEB kadrolarında yeni başlayan bir öğretmen ile o kademede mümkün olan en yüksek maaşı alan bir öğretmenin maaşları arasındaki fark her kademede (ilkokul, ortaokul ve ortaöğretim) yüzde 9. OECD ortalamasında bu fark tüm kademelerde yüzde 64-65 civarında.

Öğretmenlik mesleği krizde

Eğitim Reformu Girişimi'nin "Eğitim İzleme 2024" raporuna göre, öğretmenlik mesleği hem dünya çapında hem de Türkiye'de ciddi bir krizle karşı karşıya. Mesleği bırakan ya da bırakmayı planlayan öğretmenlerle yapılan araştırmalar, Türkiye özelinde öğretmenlikten ayrılmanın en güçlü nedeninin ekonomik olduğunu gösteriyor

"YÜZDE 16,1'İ PİŞMANLIK DUYUYOR"

Raporda, istihdam istatistikleri bakımından Türkiye'de bir azalma krizi olmasa da meslekteki öğretmenlerin iyi olma hâli bakımından sorunlar yaşandığı belirtildi ve şu bilgiler paylaşıldı: "Uluslararası Öğretme ve Öğrenme Araştırması (TALIS) 2018 verilerine göre Türkiye'de öğretmenlerin yüzde 16,1'i öğretmenlik mesleğini tercih etmekte pişmanlık duyuyor; OECD ülkelerinin ortalamasında bu oran yüzde 9. Sağlık ve Eğitim Vakfı'nın (SEV) yaptığı bir araştırmaya göre 2022-23 eğitim-öğretim yılı başlangıcında öğretmenlerin yalnızca yüzde 30'u, takip eden beş yıl içinde 'meslekten, mevcut okul-

larından ya da pozisyonlarından ayrılmayı' düşünmüyordu. Türk-Eğitim-Sen'in 2022 yılında yaptığı araştırmada 'Tekrar meslek seçecek olsaydınız öğretmen olmak ister miydiniz?' sorusuna öğretmenlerin yüzde 42,1'i 'Hayır, kesinlikle seçmezdim' yanıtını verdi."

KADRO YERİNE ÜCRETLİ ÖĞRETMENLİK

Raporda, yeterli öğretmen bulunmayan branşlar için geçici bir çözüm olarak getirilen ücretli öğretmenlik istihdamına ilişkin görüşler de paylaşıldı. Ücretli öğretmenler ders ücreti karşılığında maaş alıyor ve buldukları kadroya atama yapıldığında sözleşmelerinin sona ermesi gerekiyor. Ancak eğitim fakültesi mezunu öğretmen adayları arzunun yüksek olmasına rağmen kadrolar, sözleşmeleri sürekli yenilenen ücretli öğretmenlerle dolduruluyor. Ücretli öğretmen sayısı Türk-Eğitim-Sen'in araştırmasına göre 2023-24'te 71 ilde toplam 66 bin 780'di. Bu sayının 28 bin 381'ini eğitim fakültesi mezunları, 31 bin 745'ini eğitim fakültesi dışındaki lisans programlarının mezunları ve 6 bin 654'ünü ise ön lisans mezunları oluşturuyor. Bu da en az 28 bin 381 eğitim fakültesi mezununun, aynı eğitime sahip olduğu meslektaşlarından çok daha az maaş alarak, tatil günlerinde maaş almayarak ve SGK primleri tam ödenmeden aynı işi yaptığını ortaya koyuyor.

Raporda konuyla ilgili şunlar paylaşıldı: "Eğitim fakültesi mezunlarının öğretmen olarak bakanlık kadrolarında istihdam edilmelelerine yerine, ücretli öğretmenlik uygulamalarıyla öğretmenlerin kısa dönemli sözleşmelerle çalıştırılmaları, arz-talep dengesindeki uçurumun kapanmasını imkânsız kılıyor. 66 bin 780 ücretli öğretmenin içinde yeterli donanıma ve formasyona sahip olmayan kişilere mesleğin yolunun açılması ise öğretmenliğin herhangi biri tarafından yapılabilecek sıradan bir iş olarak görülmesine, öğretmenliğin itibarının daha da zedelenmesine neden oluyor. Meslek standartlarını karşılamayan donanımda öğretmenlerle öğrenen çocuklara hak ettikleri nitelikte eğitim sunulmamış oluyor. Dolayısıyla, ücretli öğretmenlikle hem öğretmenin hem öğrencinin iyi olma hâlleri zarar görüyor."

24 KASIM

Öğretmenler Gününüz

kutlu olsun!

Öğretmenler! Cumhuriyet sizden fikir-i hür, vicdan-i hür, infan-i hür nesiller ister.

Mustafa Kemal Atatürk

kadikoy.bel.tr | 444 55 22 | @x/f/kadikoybelediye



CİSAM

25 Kasım'da açılıyor

Kadıköy Belediyesi, cinsel sağlık hizmetlerine erişimi kolaylaştırmak için Cinsel Sağlık/Üreme Sağlığı Bilgilendirme ve Danışmanlık Merkezi'nin resmi açılışını, 25 Kasım Kadına Yönelik Şiddete Karşı Uluslararası Mücadele Günü'nde yapacak

● Seyhan KALKAN VAYIÇ

Kadıköy Belediyesi, koruyucu ve önleyici sağlık hizmetleri kapsamında cinsel sağlık ile üreme sağlığıyla ilgili ulusal ve uluslararası sözleşmeler doğrultusunda herkesin cinsel sağlık hizmetlerine erişimini kolaylaştırmak amacıyla Cinsel Sağlık/Üreme Sağlığı Bilgilendirme ve Danışmanlık Merkezi (CİSAM) resmi açılışını 25 Kasım Kadına Yönelik Şiddete Karşı Uluslararası Mücadele Günü'nde yapacak.

Kadıköy Belediyesi'nin hizmete sokacağı merkezde, cinsel sağlık ile ilgili yargılanmadan ve ayrımcılıktan uzak, eşitlik ve farklılıklara saygı prensibiyle hareket edilerek insan onurunun, mahremiyetin



ve kişisel bilgi gizliliğinin korunarak hizmet verilmesi esas almıyor.

"ÜCRETSİZ PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK"

Merkez'de bireysel cinsel sağlık danışmanlığı, eğitim ve atölye çalışmaları ile psikolojik danışmanlık hizmeti verilecek. Kadıköy Belediyesi Prof. Dr. Korkmaz Altuğ Sağlık Polikliniği'nde görevli kadın doğum uzmanı ile koordineli bir şekilde verilecek jinekolojik muayene, ultrasonografi, gebelik takibi, RIA uygulaması, Crio uygulaması, Smear ve HPV testi gibi ücretsiz sağlık hizmetleri ile psikolojik danışmanlık için Kadıköy'de oturma koşulu aranıyor.

Kadıköy sınırları içindeki diğer sağlık kurumlarıyla da işbirliği halinde olan merkezde, "Bireysel Cinsel Sağlık Danışmanlığı" çatısı altında şu hizmetler yar alıyor: aile planlanması, gebeliği önleyici yöntemler, cinsel yolla bulaşan enfeksiyonlar, tanı öncesi ve sonrası takip, çocukların cinsel gelişimi,



mi, gebelik, lohusalık ve yenidoğan bakımı, adet hijyeni ve adet döngüsü, cinsel/üreme sistemine ilişkin sağlık sorunları, cinselliğin anatomisi ve fizyolojisi, Cinsel işlev bozuklukları.

Güvenli Annelik, Aile Planlaması, Yeni Doğan Sağlığı, Güvenli Cinsellik, Ergen Sağlığı, Çocukların Bedensel Söz Hakkı Eğitimi, Kadın Sağlığı Eğitim Programı, Flört Şiddeti Farkındalık Atölyesi, Kadının İnsan Hakları Eğitim Programı gibi eğitimlerin ve atölye çalışmalarının verilmesinin planlandığı merkez, hafta içi 09.00 ile 16.30 saatleri arasında hizmet verecek.

İLETİŞİM BİLGİLERİ

Rasimpasha Mah. Uzunhafız Sok. No:100 Kat:1
Kadıköy/İstanbul
(Prof.Dr. Korkmaz Altuğ Sağlık Polikliniği Üstü)
(0216) 414 3186 – (0216) 545 96 91

Kadınlar 24 Kasım'da Kadıköy'de buluşacak

Kadın örgütleri, 24 Kasım Pazar günü Kadıköy Belediyesi Süreyya Operası önünde buluşacak

● Simge KANSU

Kadın Cinayetlerini Durduracağız Platformu, Kadın Meclisleri ve Genç Feministler Federasyonu, 25 Kasım Kadına Yönelik Şiddetle Uluslararası Mücadele Günü kapsamında 24 Kasım Pazar günü Kadıköy'de bir araya gelmek için çağrı yaptı. Kadınlar, pazar günü saat 15:00'te Kadıköy Belediyesi Süreyya Operası önünde buluşacak.

Yapılan çağrıda şu ifadeler yer verildi: 2024'ün ilk 9 ayında 295 kadın erkekler tarafından öldürüldü. 184 kadın şüpheli şekilde hayatını kaybetti. Kadın cinayetlerinin arttığı gerçeği her gün biraz daha kendini gösteriyor. Kadınlar boşanmak istedikleri, ayrılmak istedikleri bahanesiyle, eşitlikleri ve özgürlükleri için mücadele ederken öldürülüyorlar. Boşanma, ayrılma, reddetme, çalışma, dilediği gibi giyinme gibi haklarının peşinden gidiyorlar. Görüyoruz ki biz kadınlar için "çelik kalkan" niteliğinde olan 6284'ün uygulanmaması kadın cinayetleri ve şiddetin artmasının asıl sebebidir. Bu yüzden her yerde bu kanunun niteliğini anlatarak, hangi kamu kurumunda bir ihmal varsa oranın kapısına dayanarak 6284 seferberliğine başladık. Tüm kadınlar için 6284'ü uygulatacağız."

"HEDEFİMİZ 6284'Ü UYGULATMAK"

25 Kasım Kadına Yönelik Şiddetle Uluslararası Mücadele Günü için birlik ve beraberlik mesajı verilen açıklamada, " Türkiye'nin pek çok ilinde 25 Kasım Kadına Yönelik Şiddetle Uluslararası Mücadele Günü için bir araya gelelim. Yan yana gelelim, kol kola girelim, mücadele kararlarımızı birlikte verelim. Büyüttüğümüz öfke ile bir yumruk gibi birleşelim, meydanlara dolalım. Şiddetle mücadele için yolumuz eşitlikçi feminizm, hedefimiz 6284'ü uygulatmak olsun" denildi.



Kadın Savunma Ağı'ndan kampanya: "Görüyorum, Yanındayım"

Kadın Savunma Ağı, erkek şiddetine ve kadın cinayetlerine karşı "Görüyorum, Yanındayım" kampanyası başlattı

Kadın Savunma Ağı, erkek şiddetine ve kadın cinayetlerine karşı "Görüyorum, Yanındayım" kampanyası başlattı



● Simge KANSU

Kadın Savunma Ağı, erkek şiddetine ve kadın cinayetlerine karşı "Görüyorum, Yanındayım" kampanyası başlatarak, toplumsal cinsiyet eşitsizliğine ve devletin yetersiz politikalarına karşı dayanışma çağrısı yaptı.

"ŞİDDET DÜZENİNE KARŞI MÜCADELE EDİYORUZ"

Kadın Savunma Ağı'ndan yapılan çağrıda şu ifadeler yer verildi: "25 Kasım Kadına Yönelik Şiddetle Mücadele Günü, kadınların gücünü bir kez daha haykıracağı, erkek şiddeti düzenine karşı isyanını sokaklara taşıyacağı gün. Biz, Kadın Savunma Ağı olarak başta 25 Kasım olmak üzere tüm kadınları her gün evde, işte, sokakta yaşadığımız şiddete karşı örgütlenmeye, birbirimize göz kulak olmaya, omuz olmaya çağırıyoruz. Kadın Savunma Ağı olarak, sadece 25 Kasım'da değil, her gün bu şiddet düzenine karşı mücadele ediyoruz. Kampanyamızla birlikte şiddetin her türlüsüne karşı direnişi, kadın dayanışmasını, isyanımızı ve özgürlüğü savunuyoruz."

Kadınları dayanışma içinde olmaya çağırarak açıklama, "Bütün kadınları hep birlikte "Görüyorum, yanındayım" demek için kampanyamızı

za destek vermeye ve dayanışmaya çağırıyoruz" denildi.

Kampanya kapsamında kadınlara şu sorular yöneltiliyor:

Kaçımız uzaklaştırma ve koruma tedbiri karar almak için saatlerce bekledi?

Kaçımız tacize uğradığı için utanç, korku ve endişe duydu?

Kaçımız namus ve aile adına susturuldu veya öldürüldü?

Kaçımız bize inanmayacaklarını düşündü?

Kaçımız şiddet gördüğü erkek yüzünden terdirgin olmaya başladı?

Kaçımız yanlış olanı gördüğü ve söylediği için işinden kovuldu?

Kadın Savunma Ağı, "Görüyorum, Yanındayım" kampanyasına nasıl destek olunabileceğini ise şöyle açıklıyor:

Eylemlere Katılmak: 25 Kasım başta olmak üzere her gün sokaklarda kadın haklarını savunmak.

Örgütlenmek: Yerel savunma ağları oluşturarak dayanışmayı güçlendirmek.

Erkek Şiddetini İfşa Etmek: Failleri teşhir ederek, erkek egemen düzenin karşısında durmak.

Kendi Sesini Duyurmak: İster mektupla, ister dansla, ister resim ya da müzikle, kadın kadına dayanışmayı güçlendirmek.

25 KASIM KADINA YÖNELİK ŞİDDETE KARŞI ULUSLARARASI MÜCADELE GÜNÜ

6284 İLE GÜÇLÜYÜZ!
HER KADIN İÇİN 6284, HER "HAYAT" İÇİN ADALET!
6284 YOKSA GÜVENLİK DE YOK!
6284 SAYILI KANUN YAŞATIR: 6284'Ü UYGULA!

6284

Kanun, şiddet mağdurlarının korunması, şiddet uygulayanlara yönelik tedbirlerin alınması ve şiddetin önlenmesine yönelik hükümler içerir.

Kadıköy Belediyesi Alo Kadına Şiddet Hattı 0216 349 9 349 ve Kadın Dayanışma Birimi 0216 418 2175 / 0216 349 11 89
İBB Kadın Destek Hattı 444 80 86 (7/24)
112 Acil Çağrı Hattı
Kadın Destek Uygulaması (KADES)
TKDF Ev İçi Şiddet Acil Yardım Hattı 0212 656 96 96 (7/24)
İstanbul Barosu Kadın Hakları Merkezi Şiddet Acil Yardım Hattı 0 212 335 22 77

kadikoy.bel.tr | 444 55 22 | kadikoybelediye

KADIKÖY BELEDİYESİ

“TÜRKİYE’NİN İKLİM STRATEJİSİ YETERLİ DEĞİL”

Ekosfer Derneği Yönetim Kurulu Üyesi Özgür Gürbüz ile Azerbaycan'ın başkenti Bakü'de düzenlenen COP29 zirvesinde öne çıkanları konuştuk. Gürbüz, Türkiye'nin açıkladığı uzun vadeli iklim stratejisinin, yenilenebilir enerji kaynaklarının kapasitesini artırmayı hedeflemesine rağmen yeterli olmadığını söyledi

● Erhan DEMİRTAŞ

Birleşmiş Milletler (BM) İklim Değişikliği Çerçeve Sözleşmesi'nin (UNFCCC) 29'uncu Taraflar Konferansı, 11 Kasım'da Azerbaycan'ın başkenti Bakü'de başladı. Toplantının odağında iklim krizini durdurmak için gereken finansmanın nasıl ve kim tarafından karşılanacağı tartışmaları yer aldı. Konferansı takip eden Ekosfer Derneği Yönetim Kurulu Üyesi Özgür Gürbüz ile hem konferansta öne çıkanları hem de Türkiye'nin iklim stratejisini konuştuk.

Konferansın finans gündemi ile başladığını ve en çok bu konunun konuşulduğunu söyleyen Gürbüz, buna rağmen finans konusunda çok net bir adım atıldığını söylemenin zor olduğunu ifade etti. Ağırlıklı olarak OECD ülkelerinden oluşan gelişmiş ülkelerin finansman sağlayıcılarının sayısının artırılmasını istediğini söyleyen Gürbüz, “İkinci tartışma konusu bu kaynağın ya da finansmanın hangi yollarla sağlanacağı. Gelişen ülkeler sağlanan fonların daha çok hibe şeklinde verilmesini istiyor, krediler ve benzer araçlarla gelişen ülkelerin borçlandırılmamasını talep ediyorlar. Üzerinde uzlaşılabilen bir başka konu da bu finansmanın hangi ülkelere gitmesi gerektiği. Örneğin Avrupa Birliği, finansmanın daha çok küçük ada devletleri ve az gelişmiş devletlere verilmesini istiyor. Türkiye'nin de dahil olduğu birçok gelişen ülke ise bu finansman kaynaklarına ulaşmak istiyor” dedi.

“SİLAHLANMAYA 2,4 TRİLYON DOLAR HARCANDI”

Çözümü bekleyen en önemli konulardan birinin de finansmanın miktarı olduğunu söyleyen Gürbüz, şunları aktardı: “Gelişen ülkeler 2030'a kadar olan dönem için her yıl en az 1,3 trilyon doları bulan bir kaynak ayrılmasını talep ediyor. Bu rakamın daha da fazla olması gerektiğini söyleyenler de var. Talepler 6-7 trilyon dolara kadar çıkıyor. Şu ana kadar gelişen ülkelerin ayrılan finansmanın yıllık 100 milyar dolar civarında olduğu düşünülürse farkın ne kadar büyük olduğu görülür. Ancak bu, kaynak olmadığı anlamına da gelmiyor. Dünyadaki ülkeler sadece geçen yıl silahlanmaya 2,4 trilyon dolar harcamıştı. İklim krizinin baş sorumlusu olan petrol, kömür ve gaz gibi fosil yakıtlara verilen sübvansiyonların miktarı da yılda 1 milyar dolar geçiyor. Sübvansiyonlardan ya da savaşmaktan vazgeçsek iklim krizini durduracak finansmanı bulmak



çok da fazla çaba harcamamıza gerek bile kalmayacak.”

Finansman dışındaki konuların biraz arka planda kaldığını aktaran Gürbüz, “Örneğin sera gazı emisyonlarının azaltılması konusu çok az dile getirildi. Halbuki bu konu her şeyin başında gelmeli. Petrol, kömür ve gaz kullanımını ne zaman bırakacağımızı söyleyen bir metin en büyük beklenti ama burada ona dair bir işaret yok” diye konuştu.

“AYAKLARI YERE BASMIYOR”

Türkiye'nin Bakü'de açıkladığı uzun vadeli iklim stratejisinin, yenilenebilir enerji kaynaklarının kapasitesini artırmayı hedeflemesine rağmen yeterli olmadığını altını çizen Gürbüz, konuşuyla ilgili şunları paylaştı: “Hem bazı tutarsızlıklar içeriyor hem de fosil yakıtlardan vazgeçme konusunda hiçbir tarih ya da söylem içermiyor. Her şeyden önce bizim artık kömürlü termik santralleri ne zaman kapatacağımızı net olarak bilmemiz gerek, bu da strateji belgesinde yok. Belgedeki hedeflerin bazılarını da diğer planlarla çelişiyor ya da temeli tartışılır rakamlardan oluşuyor. Strateji bel-

gesi, bize neden yenilenebilir enerji santrali kurmamız gerektiğini söylemiyor. Kömür ve gaz santrallerini kapatmayı düşünmeyen Türkiye, neden bu planlarda olmaması gereken nükleer santraller kurmaya çalışıyor? Bunu anlamak mümkün değil. Basit bir örnekle açıklamaya çalışayım. Türkiye'de dumanı tüten bir soba olan oda olduğunu varsayalım. Bu sobadan çıkan duman hepimizi zehirliyor. Strateji planı ise sobayı söndürmek yerine sobanın yanına duman tütmeyen başka ısı kaynakları koyuyor. Sorun çözülmediği gibi ısınma maliyeti de artıyor. Planın özellikle 2035'ten sonraki kısmının ayakları da yere basmıyor. '2053 net sıfır hedefi' ciddi ise bu hedefe ulaşmak için kömür, gaz ve petrol tüketimini çok az indirmemiz gerek. Kömürde gördüğümüz çelişkiyi ulaşımda da görüyoruz. Strateji belgesi yeni demiryollarından bahsediyor ancak mevcut karayolu ve hava yolu taşımacılığına ne olacağını söylemiyor.”

“BEŞ ÜLKEDEN BİRİ TÜRKİYE”

Şu anda ülkeleri emisyon azaltımına zorlayan tek anlaşmanın Paris Anlaşması olduğunu dile getiren Gür-



büz, bu anlaşma kapsamında ülkelerin gönüllü olarak belli taahhütlerde bulduklarını hatırlattı. Bazı ülkelerin verdikleri taahhütlerin küresel ısınmayı 1,5 veya 2 derecenin altında tutma hedefine yakın olduğunu kaydeden Gürbüz, şöyle devam etti: “Ancak bu ülkelerin sayısı çok az. Paris Anlaşması 5 yılda bir ülkelerden bu taahhütlerini güncellemelerini istiyor. Bakü'deki İklim Konferansı'nın ilk günlerinde Brezilya ve Birleşik Krallık ulusal katkı beyanı dediğimiz bu taahhütleri güncelledi. Birleşik Krallık'ın taahhüdünün iyi örneklerden biri olduğunu ve sera gazı emisyonlarını azaltma planı içerdiğini görüyoruz. Ne yazık ki her ülkenin planı için bu kadar iyi şeyler söyleyemiyoruz. Örneğin Türkiye'nin ulusal katkı beyanı, emisyonları azaltmayı değil artırmayı hedefliyor. Ülkelerin bu taahhütleri yerine getirip getirmediğine gelinece yine benzer bir tablo ile karşı karşıyayız. Avrupa Birliği'nin emisyonlarının azaldığını biliyoruz, dünyada birçok ülkenin planları ile paralel olarak kömür santrallerini kapattığını da görüyoruz. Avrupa'da kömür santrallerini kapatma taahhüdü vermeyen 5 ülke kaldı; bunlardan biri de Türkiye. Verilen sözlerin tutulup tutulmadığını ülke ülke değerlendirmek gerek ancak bizim asıl sorunumuz, bütün ülkeler Paris Anlaşması kapsamında verdikleri taahhütleri yerine getirebilecek varacağımız noktanın yaklaşık 2,7 derecelik bir ısınma olacağı gerçeği. O yüzden yurtaşlar olarak bizim yapmamız gereken hem bu sözlerin tutulup tutulmadığını izlemek hem de devletleri daha iyisini yapmaya zorlamak olmalı.”

“İklim krizini durdurmak için önümüzde çok fazla zaman yok” diyen Gürbüz, “Merkezi ve yerel yönetimler bağlayıcılığı olan hedefler belirlemeli. Aşırı hava olayları ile mücadele etmek zorunda kalmadığımız, daha az tükettiğimiz için daha az kirlettiğimiz, kendimize ve sevdiğimizimize daha fazla zaman ayarabildiğimiz başka bir dünya bize çok iyi gelecek” dedi.

GazeteKadıköy

Haftalık süreli yerel gazete

Kadıköy Belediyesi ve Kadıköylülere adına
Sahibi Kadıköy Belediye Başkanı

Mesut KÖSEDAĞI

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, Hülya ARSLAN,
Erhan DEMİRTAŞ, Seyhan KALKAN VAYIÇ**

Reklam Servisi

Özge ÖZVEREN MUSLU

Reklam: 0 (216) 345 82 02

Adres: Hacıpaşa Mahallesi
Sarayardı Caddesi
Khalidönü İş Merkezi
No: 93 Kadıköy
Tel: 0 (216) 345 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 Gürsoğlu
(0532) 727 0107

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



Patili dostlarımızla
tanış ailesi olmak için
Kadıköy Belediyesi internet
sitesini ziyaret edebilir,
QR kodu okutabilirsiniz

SAHİPLEN KADIKÖY
#sahiplenkadikoy

● Hülya ARSLAN

Vücut sağlığının anahtarı:

Ağız ve diş sağlığı

Göztepe Ağız ve Diş Sağlığı Merkezi Başhekim Bilgehan Doğru ve Diş Hekimi Şule Çavuş Ayaz ile ağız ve diş sağlığının önemini konuştuk



Doğru, yürüttükleri çalışmalarını şu şekilde anlattı: "Zeynep Kamil Kadın ve Çocuk Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi'nde hamile annelere gebelik süreci boyunca ağız ve diş sağlığı hakkında eğitim veriyoruz. Ayrıca ağzında çürük olan ve tedaviye ihtiyacı olan annelerin öncelikli hasta olarak tedavilerini de yapacağız. Kurumumuz bahçesinde Prof. Dr. Süleyman Yalçın Şehir Hastanesi'ne bağlı olan bir kreş var. Kreşteki çocukların diş taramalarını yaptık. Onlara da ağız ve diş sağlığının önemini anlatarak eğitim veriyoruz. Süreci takip edeceğiz ve sonraki süreçte Kadıköy bölgesine bu projeyi yayabiliriz. Ayrıca Göztepe Ağız Ve Diş Sağlığı Merkezi olarak Üsküdar Devlet Hastanesi ile bir protokol yaptık.

Bu protokol çerçevesinde engelli bireylerin de genel anestezi altında tedavilerini yapıyoruz. Yaşlı nüfusu çok yoğun bir ilçe olduğumuz için evde sağlık hizmetimiz de aktif bir şekilde devam ediyor. Evde sağlık hizmetimizde, haftada iki gün olarak sağlığınıza ve talepler doğrultusunda bu hizmeti artırma imkanına sahibiz. Yine erken yaşta süt dişi dökülen ve dişleri çürüyen beş yaş altı koopere olmayan çocukların da tedavilerini bu protokolle genel anestezi ile yapıyoruz. Engelli bireylerin ağız ve diş sağlığı çok önemli zaten engellerinin yanında başka bir çok rahatsızlığı olan bu bireylerin ve ağız sağlığının da kötü olması hayatlarını daha da zorlaştıracaktır. Biz de kurum olarak hayati onlara kolaylaştırmak için elimizden geleni yapıyoruz."

"AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI TÜM VÜCUDU ETKİLİYOR"

Ağız ve diş sağlığının tüm vücudu etkilediğini ifade eden Doğru şu uyarılarda bulundu: "Ağız diş sağlığına dikkat eden toplumlar diğer hastalıkları da azaltır. Çürüğü olan insanın yemek yeme problemi de olabiliyor. Bu problemde çiğnemenin yutmaya, ilerleyen süreçte de mide problemlerine sebep olabilir. Sonrasında alınan kilolar kardiyovasküler probleme ve tansiyon problemine sebep olacaktır. Bunlar birbirine sebep sonuç ilişkisiyle bağlı sağlık sorunlarıdır. Ağız diş sağlığının önemi çok basit gözüküyor ama kötü ağız hijyeni bir sürü sağlık problemi de beraberinde getiriyor."

"BİR ORGAN OLARAK DÜŞÜNEBİLİRİZ"

Beş senedir Göztepe Ağız Ve Diş Sağlığı Merkezi'nde görev yapan Pedodonti Uzmanı Dr Şule Çavuş Ayaz da diş sağlığının önemi hakkında şöyle konuştu: "Diş de bir organ olarak düşünebiliriz. Bir dişin olmaması vücutta birçok rahatsızlığa, sistemik hastalıklara bile örneğin; gebelikte erken doğuma veya düşüğe, diyabet, kalp rahatsızlığı gibi bir sürü hastalığa neden olabiliyor. Çürük diş, diş eti rahatsızlığı tüm genel sağlığı etkiliyor. Ağız ve diş sağlığı için günde iki kez ve iki dakika dişlerimizi fırçalamamız gerekiyor. Dişlerimizi tek tek süpürme hareketleriyle fırçalamamız ve günde bir kez yatmadan önce de diş ipi kullanmamız gerekiyor. İhtiyaca göre de gargara kullanılabilir. Ayrıca dil temizleme aletleri ve elektrikli diş fırçalarını da daha etkin ve güzel bir fırçalama sağladığı için önerebiliriz." dedi.

"DİŞLER İLK ANNE KARNINDA OLUŞUYOR"

İlerleyen yaşlarda sorun yaşanmaması için erken ağız ve diş sağlığına dikkat edilmesi gerektiğini anlatan Ayaz "Aslında dişler ilk anne karnında oluşuyor. Beş ya da altıncı ayda dişler çıkmaya başlıyor. Dişler çıktığı andan itibaren parmak fırçalarıyla anneler bebeklerinin dişlerini fırçalamaya başlayabilir. Çocuk büyüdükçe yaşına uygun diş macunu ve diş fırçalarına geçebiliriz. Beslenme alışkanlıklarını da düzenlemeliyiz. Abur cuburları sınırlandırmak lazım ve sonrasında dişlerin fırçalanması gerekiyor. Eğer dişi fırçalayabilecek durumda değilsek bol su içip ağızımızı su ile çalkalayacağız. Küçük yaşta itibaren dikkat edilmeli ve belirli aralıklarla diş hekimine kontrole gidilmeli." dedi.

62 HEKİM, 51 ÜNİTE

Sekiz senedir Göztepe Ağız Ve Diş Sağlığı Merkezi'nde Başhekimlik yapan Bilgehan Doğru "Kurumumuz Kadıköy'ün merkezi bir lokasyonunda Avrupa ve Anadolu yakasının ortasında olduğu için sadece Kadıköy ilçesinde değil İstanbul'un neredeyse tüm ilçelerine hizmet vermektedir. İstanbul dışından da gelen hastalarımız da mevcuttur. Tercih edilmemizin sebeplerinden biri konumuzun bir diğeri ise tüm uzmanlık alanlarında hizmet verebilecek kapasiteye sahip olmamız. Merkezimizde periodontolog, pedodontist, cerrahi, restoratif, endodontist, ağız diş ve çene radyolojisi ve protez olmak üzere 7 bölümde uzmanlarımız görev yapmaktadır. Toplamda 64 hekim ve tescilli 51 ünite sayımızla gece vardiyası sistemimizle de günlük 750'ye yakın hastamızın tedavisini yapmaya devam ediyoruz. 22 Kasım Dünya Diş Hekimliği Günü ve bu haftayı Ağız Diş Sağlığı Haftası olarak kutluyoruz. Ülkemiz ağız diş sağlığı konusunda maalesef çok iyi bir durumda değil. Toplum olarak ağız ve diş sağlığına çok önem vermiyoruz. Bilinçsizlik ve özen göstermeme durumu hem yetişkinlerin dişlerini, hem de çocukların erken yaşta süt dişlerini kaybetmesine neden oluyor." dedi.

KORUYUCU DİŞ HEKİMLİĞİ

Erken teşhis ve koruyucu diş hekimliğinin önemine vurgu yapan Doğru şunları söyledi: "Ağız ve diş sağlığı için koruyucu diş hekimliğinin önemini bilmesi ve düzenli periyotlarla diş hekimine gidilmesi çok önemli. Erken süt dişi kayıpları çocuklarda ciddi ortodontik problemlere sebep oluyor. Her ailenin de ortodontik tedavi yaptırması mümkün olmuyor. Kamuda da ortodonti uzmanları yeterli sayıda olmadığı için tedavi yaptırmak zorlaşıyor. Çektirmek ve kaplatmak gibi başka yöntemler deneniyor. Bu yöntemlerde tek seferlik olmadığı için daha pahalı bir tedavi yöntemi oluyor."

SOSYAL SORUMLULUK PROJELERİ

Göztepe Ağız ve Diş Sağlığı Merkezi, ağız sağlığı bilincini artırmak için çeşitli projeler geliştiriyor.

Tüketim kültürüne karşı kadın dayanışması

Yoğurtçu Kadın Forumu, 17 Kasım Pazar günü Sosyal Dayanışma ve İletişim Derneği'nde takas etkinliği düzenledi

● Simge KANSU

2013 yılında kurulan Yoğurtçu Kadın Forumu, her ay kadınların ve feministlerin gündemini konuşmaya, kadınlara yönelik etkinlikler düzenlemeye devam ediyor. Dayanışma ekonomilerini desteklemek ve kadın dayanışmasını ön plana çıkarmak için 17 Kasım Pazar günü Kadıköy'deki Sosyal Dayanışma ve İletişim Derneği'nde bir takas etkinliği düzenlendi. Kadınlar; kıyafet, kitap takı gibi eşyalar getirerek dayanışmaya destek oldu.

"BİRBİRİMİZİN ÇARESİ OLMAYA ÇALIŞIYORUZ"

Yoğurtçu Kadın Forumu'ndan Selin Top, "Yoğurtçu Kadın Forumu olarak 2013 yılından beri her hafta kadınların ve feministlerin gündemini konuşuyoruz. Bugünkü etkinliğimiz de takas. Bu takas etkinliğimizi de dayanışma ekonomilerine yüzümüzü dönmek için her yıl devam et-



tirmeye çalışıyoruz. Paranın olmadığı, dayanışmanın daha çok öne çıktığı bir etkinlik olması bizim için çok önemli. Ekonomik krizin bu kadar derinleştiği, krizin yükünün ağırlıklı olarak kadınlarda olduğu, hane içi emeğin her zamankinden daha fazla arttığı, haneye giren gelir daraldıkça kadının zorluklarının arttığı bir dönemdeyiz. Bu dayanışmamızla en azından bir nebze olsun birbirimize dokunmaya da çalışıyoruz. Burada en temel şey bir arada olmak. Bu takas etkinliği üzerinden birbirimize temas etmek, birbirimizin yüklerini dinlemek, birbirimizle sohbet etmek ve derleşmek bizler için çok önemli. Bütün o tüketim kültürüne karşı kadın dayanışması ile birbirimizin her konuda çaresi olmaya çalışıyoruz." ifadelerini kullandı.

"TAM BİR DAYANIŞMA HALİ"

Yoğurtçu Kadın Forumu'nun bir başka üyesi Sezen Yılmaz ise şunları dile getirdi: "Takas etkinliklerimize başlamamızdaki temel motivasyon, kapitalizm düzeninin yarattığı tüketim alışkanlıklarına karşı dayanışmayı ön plana çıkarmak istememiz oldu. Dışarıdan sadece bir takas etkinliği olarak gözükmeye başlandı ama bizler için çok önemli. Bütün o tüketim kültürüne karşı kadın dayanışması ile birbirimizin her konuda çaresi olmaya çalışıyoruz." ifadelerini kullandı.



GELİŞİM
TIP LABORATUVARLARI
Kuruluş 1993

Sevgili Dostlar; Başta akciğer, mide-barsaklar, meme, genital sistem kanserleri olmak üzere, kanserlerin erken tanı, takip ve tedavisinde kullanılan en geniş kanser testleri paneli çalışılmaya başlanmıştır.

www.gelisimlab.com.tr gelişim@gelisimlab.com.tr

MERKEZ VE ŞUBELERİMİZ:

MERKEZ: Bağdat Cad. No:28 Kızıltoprak, Tel: (0216) 349 51 51
Feneryolu: Recep Peker Caddesi No:23/A Kızıltoprak Tel: (0216) 345 46 51
Şaşkınbakkal: Bağdat Cad. No:367/3 Tel: (0216) 385 02 89
Kadıköy: General Asım Gündüz Cad. No:3/11 Kat:1 Tel: (0216) 418 00 88
Göztepe: Fahrettin Kerim Gökay Cad. No:175/5 Tel: (0216) 566 27 75
Nişantaşı: Valikonağı Cad. No:64/2 Nişantaşı Tel: (0212) 231 49 67
Haseki: Millet Cad. No:21/3 (Haseki Hst. yanı) Tel: (0212) 529 89 79
Açarkent: 0537 9742385 / Ataşehir: 0537 9742472 / Kurtköy: 0539 4422093

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

Beria Turaç İdealtepe Göz Merkezi

Belirti vermeden ilerliyor:

GLOKOM

- ★ Katarakt
- ★ Refraktif Cerrahi
- ★ Kornea
- ★ Retina
- ★ Glokom
- ★ Oküloplasti
- ★ 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

PEDALLAR DİYABET İÇİN ÇEVİRİLDİ

Türk Diyabet ve Obezite Vakfı, 14 Kasım Dünya Diyabet Günü kapsamında Kalamış Atatürk Parkı'nda çeşitli etkinlikler düzenledi

Türk Diyabet ve Obezite Vakfı 14 Kasım Dünya Diyabet Günü kapsamında Kalamış Atatürk Parkı'nda çeşitli farkındalık etkinlikleri düzenledi. "Doğru beslen, hareket et, diyabetten korun!" teması ile düzenlenen etkinlikte beslenmenin ve egzersizlerin sağlıklı yaşam için önemi vurgulandı. Bağdat Caddesi Lions Kulübü, Biruni Laboratuvarları, Bisikletliler Derneği ve Kadıköy Belediyesi'nin birlikte yürüttüğü etkinlikte katılımcılar diyabet ve sağlıklı yaşam konusunda bilgilendirildi.

"DİYABETİN ÖNÜNE GEÇELİM"

Etkinlikte konuşan Türk Diyabet ve Obezite Vakfı Başkanı Serpil Bağrıaçık; "Hareketsizlik bir anlamda diyabete davetiye çıkarmaktadır. Lütfen bu konuyu göz ardı etmeyelim ve olabildiğince hareket edip, diyabetin önüne geçelim." dedi. Gün boyu bilgilendirmelerde bulunan Di-

yetisyen Mine Tütcüoğlu, sağlıklı yaşam tarzının bir bütün olduğu ve her zaman bedenimize yarar sağlayacak şekilde küçük değişimlerle sağlıklı yaşama kavuşmanın mümkün olduğunu belirtti. Oldukça renkli geçen ve her yaştan katılımcıyla gerçekleştirilen organizasyonda, Lions kulüplerinin hazırladığı sağlıklı atıştırma ve meyve ikramının yanı sıra diyabetik tarif broşürleri de dağıtıldı. Kadıköy Belediyesi Gençlik ve Spor Müdürlüğü tarafından sabah sporu, stretching ve pilates etkinliği yapıldı. İlerleyen saatlerde ise Bisikletliler Derneği ve Lions Kulübü ortaklığında Kalamış-Suadiye-Bağdat Caddesi-Kalamış güzergahında bisiklet turu düzenlendi. Diyabete dikkat çekmek için bisikletlerin önüne levhalar ve mavi beyaz balonlar asıldı. Bisiklet turunun sonunda katılımcılara özel çekiliş düzenlendi ve kazanan katılımcılara bisiklet dağıtıldı.



KADIKÖYLÜLER MAHALLE EGZERSİZLERİNDE BULUŞUYOR

İstanbul Büyükşehir Belediyesi tarafından organize edilen mahalle egzersizleri Kadıköy'ün 13 farklı noktasında açık havada düzenleniyor

İstanbul Büyükşehir Belediyesi'ne bağlı Spor İstanbul, "Mahalle Egzersizleri" ile İstanbul genelinde 282, Kadıköy'de ise 13 farklı noktada açık hava egzersizleri düzenliyor. Haftanın belirli günlerinde düzenlenen egzersizlerle katılımcılar uzman eğitmenler eşliğinde hem sosyalleşiyor hem de zinde kalıyor. Her yaştan katılımcıya açık ve ücretsiz olarak düzenlenen mahalle egzersizlerinin lokasyon ve saatleri şu şekilde:

Bostancı Sahil Spor Tesisleri	Salı - Perşembe - Cuma: 08.15 - 09.15
Gazhane Kültür Merkezi	Salı - Perşembe: 09.00 - 10.00
İdealtepe 100. Yıl Parkı	Pazartesi - Çarşamba - Cuma: 10.30 - 11.30
Gazhane Kültür Merkezi (Hit Tabata dersi)	Cumartesi - Pazar: 08.00 - 09.00
Kadıköy Kozyatağı Çem	Pazartesi 12.00 - 16.00
Yoğurtçu Parkı (Hit Tabata dersi)	Cumartesi - Pazar: 09.30 - 10.30
Yoğurtçu Parkı	Salı - Perşembe: 10.30 - 11.30
Kadıköy Beşiktaş Vapur Hattı 1	Perşembe: 10.00 - 12.00
Kadıköy Beşiktaş Vapur Hattı 2	Perşembe: 10.00 - 12.00
Kadıköy Beşiktaş Vapur Hattı 3	Perşembe: 10.15 - 13.15
Kadıköy Eminönü Vapur Hattı	Salı: 12.45 - 14.45
Kadıköy Eminönü Vapur Hattı 2	Salı: 12.45 - 14.45
Suadiye Sahil	Pazartesi - Çarşamba - Cuma: 08.00 - 09.00

BİLİNÇSİZ ANTİBİYOTİK KULLANIMINA DİKKAT!

Prof. Dr. Fatma Bozkurt, "18 Kasım Avrupa Antibiyotik Farkındalık Günü" dolayısıyla yaptığı açıklamada antibiyotik kullanımında nelere dikkat edilmesi gerektiği hakkında bilgi verdi



Enfeksiyon tedavisinde kullanılan antibiyotiklerin bilinçsiz şekilde kullanılması toplum sağlığını korumasında önemli rol üstleniyor. Ayrıca doktor önerisi olmadan kullanılan antibiyotikler tedavisi zor olan dirençli bakteriyel enfeksiyonlara da neden olabilir. İstanbul Atlas Üniversitesi Tıp Fakültesi Dâhili Tıp Bilimleri Bölümü Enfeksiyon Hastalıkları ve Klinik Mikrobiyoloji Anabilim Dalı Öğretim Üyesi Prof. Dr. Fatma Bozkurt, 18 Kasım Avrupa Antibiyotik Farkındalık Günü dolayısıyla yaptığı açıklamada antibiyotik kullanımında nelere dikkat edilmesi gerektiği hakkında bilgi verdi.

Antibiyotiklerin doğru kullanılmasının önemini anlatan Bozkurt, "Antibiyotikler hekimin önerdiği dozda, doz aralığında ve sürede alınmalıdır. Aksi takdirde enfeksiyona yanıt alınmayabilir veya kısa bir süre sonra re-enfeksiyon ile karşı karşıya kalınabilir. Ateşimizi düşürmek veya ağrımızı kesmesi amacıyla evde var olan antibiyotikleri kullanmamalıyım. Çünkü antibiyotiklerin ateş düşürücü veya ağrı kesici özelliği yoktur. Bu şekilde kullanılması bağışağımızda var olan koruyucu florayı bozarak dirençli bakterilerin floramıza yerleşmesine yol açar. Böylece tedavisi zor olan dirençli bakteriyel enfeksiyonlar ile karşı karşıya kalabiliriz." dedi.

"VİRAL ENFEKSİYONLARI TEDAVİ ETMEZ"

Antibiyotiklerin bakterilerin neden olduğu enfeksiyonları tedavi etmede kullanılan ilaçlar olduğunu belirten Bozkurt, "Enfeksiyon nedeni bakteri değil ise kullanılan antibiyotiklerin hastalığı iyileştirmede hiçbir etkisi yoktur. Özellikle sonbahar ve kış aylarında sık karşılaştığımız grip, soğuk algınlığı ve nezle gibi üst solunum yolu enfeksiyonlarına yol açan etkenler yüzde 70 oranında virüsler olup, antibiyotiklerin bu tür viral enfeksiyonları tedavi edici özelliği yoktur. Aksine kişide gelecekte gelişebilecek

bakteriyel enfeksiyonda o antibiyotiklerin etkisiz kalmasına neden olacak şekilde direnç gelişmesine yol açabilir" diyerek antibiyotiklerin doğru kullanılmadığı zaman ortaya çıkan direnç probleminin sadece o kişiyi değil, yayılarak tüm toplumu etkilediğini vurguladı.

Doktora danışmadan antibiyotik kullanmanın risklerine değinen Bozkurt, "Antibiyotiklerin uygun koşullarda muhafaza edilmesi ve son kullanma tarihine dikkat edilmesi gerekiyor. Aksi takdirde ilaç reaksiyonları ile karşı karşıya kalmamıza yol açabilir. Antibiyotikler doğru endikasyonlarda kullanılmadığında bakteriler kullanılan antibiyotiklere direnç geliştirerek etkisiz hale getirebilir. Bu durum, hastalığın ilerlemesine ve semptomların artmasına yol açarak ciddi klinik tablolarla karşı karşıya bırakabilir. Bakterilerin çeşitli yollarla direnç mekanizmalarını kendi aralarında yaymaları, dirençli bakteriyi taşıyan bireyin duyarlı bir bireye aktarılabilmesi ve bir ülkeden diğer ülkeye bireyler arası taşınabilmesi dirençli küresel sorun haline getirmektedir. Bu durumda mücadele edebilmek için Dünya Sağlık Örgütü, 18-24 Kasım haftasını Antibiyotik Farkındalık Haftası olarak ilan ederek dirençli bakteriyel enfeksiyonlarla karşı karşıya kalmayı minimize etmeyi amaçlıyor." şeklinde konuştu.

İSTANBULUN SPOR OKULLARI 8-17 YAŞ

Online Brîç Eğitimi

ONLINE BRİÇ DERSLERİ BAŞLADI

İBB Spor okulları'nda 8-17 yaş arası için online brîç eğitimleri başladı

Brîç, taktiksel ve çözümsel düşünmeyi esas alan 1995 yılından bu yana kabul edilen olimpiik bir beyin sporu. Stratejik düşünme becerilerini ve analitik zekayı geliştirirken, disiplin ve takım çalışması gibi sosyal yönleri de güçlendiriyor. Çocuklar için oldukça yararlı olan bu oyun zihinsel egzersiz yapmanın yanı sıra stres azaltmaya ve zaman yönetimi becerilerinin güçlendirmesine de katkı sağlıyor.

Hem dünyada hem de ülkemizde oldukça popüler olan bu sporu daha fazla çocukla tanışması için Online Brîç Eğitimi, İBB Spor Okulları'nda başlıyor. 8 ila 17 yaş arasındaki çocuklar için düzenlenen online kursların ilk dönemi 6 Kasım tarihinde sona erdi. İkinci dönem eğitimler ise 13 Kasım - 24 Aralık tarihleri arasında düzenlenecek. Toplam 7 hafta sürecek olan eğitim haftada 1 gün 1 saat olarak zoom üzerinden gerçekleşecek. Ders saati 60 dakika olarak planlanan kurslar en fazla 60 kişinin katıldığı 3 farklı seansta gerçekleşecek. Eğitim ücreti 100 TL olan kurslara devam zorunluluğu bulunuyor. Düzenli aralıklarla açılan İBB online eğitimlerini Spor İstanbul web adresinden ve uygulamasından takip edebilirsiniz.

Örnek Lostra

AÇILIŞA ÖZEL İNDİRİMLER

Ücretsiz Kurye

Kapıdan Al Kapiya Bırak

0544 411 73 61

0531 222 22 27

HER MARKA AYAKKABININ TAMİR BAKIM TEMİZLİĞİ YAPILIR

[orneklibadelostra](https://www.orneklibadelostra.com) www.orneklostra.com

Şehit Cahar Dudayev Cad. No:78 Ataşehir / İstanbul

TÜRKİYE KIZILAY DERNEĞİ

KADIKÖY ŞUBESİ'NDEN SAYGIDEĞER ÜYELERİMİZE DUYURULUR

Türk Kızılay Tüzüğü ve ilgili mevzuatlar doğrultusunda, Şubemize kayıtlı bulunan üyelerimizin, üye kayıt bilgilerinde eksikliklerinin güncellenmesi ve aidat borcu bulunan Kızılay Üyelerimizin 29.11.2024 Cuma gününe kadar, Şubemize başvurarak eksik bilgilerinin güncellemelerini ve aidat borçlarının ödeme işlemlerini gerçekleştirmeleri gerekmektedir. Belirtilen süre içerisinde yasal sorumluluklarını yerine getirmeyen üyelerimize Tüzüğümüzün ilgili maddeleri gereğince işlem yapılacaktır. Değerli katkılarınızın devamını diler, gereği bilgilerinize saygı ile duyurulur.

Kadıköy Belediyesi Gönüllüleri'nden mazbata ve plaket töreni

Kadıköy Belediyesi Gönüllüleri'nin 2024-2025 dönemi mazbata ve plaket töreni, 15 Kasım Cuma günü Fenerbahçe Khalkedon Restoran'da düzenlendi. Etkinliğe, gönüllü evlerinin geçmiş dönem başkanları, komiteler, gönüllüler, Kadıköy Belediye Başkanı Mesut Köseadağı ve başkan yardımcılarını katıldı.

Kadıköy Belediyesi Gönüllüleri'nin 2024-2025 dönemi mazbata ve plaket töreni, 15 Kasım Cuma günü Fenerbahçe Khalkedon Restoran'da düzenlendi. Etkinliğe, gönüllü evlerinin geçmiş dönem başkanları, komiteler, gönüllüler, Kadıköy Belediye Başkanı Mesut Köseadağı ve başkan yardımcılarını katıldı.

Törenin açılış konuşmasını Gönüllü Merkezi Sorumlusu Engin Baran yaptı. Konuşmasında, gönüllülerin birlik ve beraberlik ruhunun önemine dikkat çeken Baran, geçmiş dönem başkanlarına seslenerek, "Görev yaptığımız süre boyunca deneyim ve birikimlerinizi mahallenizdeki Kadıköylülere aktardınız. Döneminizde çok başarılı projelere imza attınız. Yeni dönemde gönüllü başkanlarımızı

za ve yardımcılarına başarılar diliyorum," dedi.

"GÖNÜLLÜLER, KADIKÖY'ÜN DOKUSUNUN BİR PARÇASI"

Kadıköy Belediye Başkanı Mesut Köseadağı, gönüllülerin Kadıköy'e olan katkılarına vurgu yaptığı konuşmasında şunları söyledi: "Gerek bir Kadıköylü olarak gerekse geçmişte Kadıköy Belediyesi Meclis üyeliğim sırasında, gönüllülerin faaliyetlerini başarılı hizmetlerini duyuyorum, biliyorum. Sizleri yakından takip ediyordum. Kadıköy Belediyesi'nin başarılarında, sizlerin hizmetleri ve katkıları ciddi farklar yaratıyor. Gönüllülerimizi, Kadıköy'ün dokusunun bir parçası olarak görüyorum.

Görevi devredecek başkanlarımıza, görev sü-



Konuşmaların sonunda geçmiş dönem gönüllü başkanlarına plaketleri takdim edilirken, yeni dönemde görev alacak başkan ve yardımcılara mazbataları teslim edildi.

KADIKÖY BELEDİYESİ **GÖNÜLLÜ EĞİTİM VE DANIŞMA MERKEZİ**

KADIKÖY BELEDİYESİ GÖNÜLLÜLERİ

HAFTALIK ETKİNLİK PROGRAMI

22-29 KASIM 2024

Başvuru Tel: 0216 346 57 57

DÜNDEN BUGÜNE KREŞENDO VOKAL GRUBU

Şef: Ali Hakan Uzunoglu
25 Kasım 2024 / 19.30-22.00
Yer: Kadıköy Belediyesi Evlendirme Dairesi
Düzenleyen: Müzik Gönüllüleri

"Dijital zorbalık için okuma yazma gerekmiyor"

Klinik Psikolog Deniz Bozunoğulları, çocuklarda siber zorbalığın küçük yaşlarda internet kullanımıyla başladığını söylüyor

● Deniz Şimal TAŞAN

Müze Gazhane'de, 15 Kasım Cuma günü "Çok Düşünüyoruz" söyleşi serisi kapsamında "Siber Zorbalık: Günümüz Çocuk ve Gençlerinin Görülmeyen Normali" başlıklı bir etkinlik düzenlendi. Klinik Psikolog Deniz Bozunoğulları'nın konuşmacı olarak katıldığı etkinlikte, teknolojinin çocuklar üzerindeki etkileri ve ailelerin bu konuda yapabilecekleri ele alındı.

ZORBALIKIN KÖKENİ

Zorbalığı, bir kişinin başka bir kişiye fiziksel, psikolojik veya cinsel açıdan istismar edici davranışlarda bulunması ya da onu yok sayması olarak tanımlayan Bozunoğulları, zorbalığın kökenine dair şunları söyledi: "Kişiyi zorbalık davranışına itenler birçok farklı sebeple olabilir. Bunlardan bir tanesi kişi zorbalığa uğradığı için zorba olabiliyor. Bu kişi belki özel hayatında çeşitli türlerde şiddete maruz kaldığında, diğer kişilere zorbalık davranışı olarak çıkartabiliyor. Bir yerde görüp modelleyerek bu şekilde davranabiliyor. Yetiştirilme tarzı ve ebeveynin tutumlarıyla beraber neler öğrendiği, gördüğü, şahit olduğu ve neleri normalize ettiği önemli. Bazen zorbalık yapan kişilere baktığımızda davranışının zorbalık olduğundan haberi yok. Neyin zorbalık olduğunu bilmeden de kişiler zorbalık yapabiliyor, normalleştirilmiş bir davranış oluyor."

Siber zorbalığın çocuklarda internet kullanımıyla erken yaşlarda başladığını ifade eden Bozunoğulları, şu uyarılarda bulundu: "Okuma yazma



bilmesi gerekmiyor. Video veya sesli kayıt atabilir, paylaşmaması gereken bir videoyu repost eder. Birisinin o etiketinin çoğalmasına sebebiyet verebilir."

Velilerin çocuklarını, sosyal medya veya dijital platformları kullanmadan önce mutlaka bilinçlendirmesi gerektiğini söyleyen Bozunoğulları, "Çocuğun önce o platformun ne olduğuna, ne içerdiğine, niçin, hangi amaçla kullanıldığını ve olası karşılaşacağı şey ve tehlikeler hakkında bilgilendirilmesi gerekir," dedi. Ailelere "en güçlü silahınız çocuğunuzla ilişkiniz" diyerek kurulan güvenin önemine vurgu yapan Bozunoğulları, "İlişki iyi olacak ki; çocuk bir şey yaşadığında ailesine bildirecek ve onlarda gerekli aksiyonu alacak. Bu ilk başta çocuğun aksiyon alıp ailesini bilgilendirmesi olabilir. Ya da çocuk gelen mesajı yanıtlamadan aile onu bilgilendirdiği için 'ben bunu engellemeliyim, çarpıya bas' demeli" şeklinde konuştu.

AİLELER NE YAPMAMALI?

Ailelerin çocuklarına internet platformlarını yasaklamaları, korkutmaları veya ödül nesnesi haline getirmelerinin sakıncalarına değinen Bozunoğulları, konuşmasına şöyle devam etti: "Ödevini yaparsan bir saat daha oyun oynayabilirsin" gibi ödüller platformu çocuk için özel bir yere koyar. Aynı şekilde tehdit veya yasaklama da doğru bir yöntem değildir. Çocuğunuzun ne yaptığını bilmeniz, içerikleri kontrol etmeniz ve dijital kullanımı sağlıklı sınırlar içinde tutmanız önemlidir. Ailelerin internet kullanımını belirli bir saatle sınırladıkları, çocuğun yaşına göre değişmekle beraber birlikte oturup programlayabilecekleri bir şey. Sağlıklı sınırlarla bir çerçeveye çizmek lazım, sağlıklı bir dengesi olması lazım. Hiç temas etmezse sosyal hayatında farklı yerlerden dezavantajlarını yaşayacak. En basitinden hiç telefon veya tablet görmemiş bir çocuk okula başladığında çok zorlanacak".

► Siber zorbalığa maruz kaldığınızda durumu mutlaka yetkililere bildirin.
► Çocuklar için ailelerin bilinçlendirme ve destek süreçleri hayati önem taşıyor.
► Dijital platformların sağlıklı kullanımına yönelik açık kurallar koymak, uzun vadeli fayda sağlar.

Bu bir ilandır.

absyapı
YENİLİKÇİ YAPISAL ÇÖZÜMLER

Kentsel dönüşüm projelerinde ters kiriş dolguları için **ABS Kör Kalıp Sistemi** tercih ediliyor.

www.abskorkalip.com.tr
444 6 227



TAROT EL KİTABI

Kartların sırları yazılı tek kitap. Kartların gizemli kapısını aralamak ister misiniz?

► GAMZE ERSOYLER

Bu bir ilandır.

BULMACA

Hazırlayan: Mustafa Başaran / bilmececi@hotmail.com

KELİME AVI BULMACA

O B Ü M U Ç L O T Ü T N
R L E N K L A E R A İ Y
İ N A I H M N I Z N S L
A P K S U O İ İ E R K L
E N A K I N L J E İ O Y
O A O K R D İ G U L K O
B T İ R O S İ N U U O L
C K İ L K İ Ğ İ L N B E
E O Y O A Z A K V E R İ
O K T A V D O İ L E R K

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

OKAPI OLASI
OKLUK OLCUM
OKSIT OLEİK
OKTAN OLEİN
OKTAV OLGUN
OKUMA OKSİJEN

SUDOKU BULMACA

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

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

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

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

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. Fotoğraftaki yitirdiğimiz Türk musikisinin duayeni - Ruh biliminde sarsıntı 2. Un, et, bamyaya ile yapılan yemek - Azami - Bir sayı 3. Ağaç sansarı - Asaf Halet Çelebi'nin eseri - Utanma dutgusu 4. Bayağı - İşverenin topluca işçileri işten çıkarması - Kiraz domates - Yakut rengi 5. Beğeni - Sakağı hastalığını diğer adı - Bir aydınlatma aracı - Duman karası 6. Lahza - Eskiden toprak ürünlerinden onda bir oranında alınan vergi - Ulaşım yollarının yayalar ve her türlü taşıt tarafından kullanılması - Azgın, şiddetli olan 7. Bakanlar kurulu - Başlangıçta yer alan 8. Manda - Nişan yüzüğü 9. Aşık oyunu kemiği - Molibdenin simgesi - Simyacıların kurşuna verdikleri ad 10. Bağımsız - İstek, heves - Radyumun simgesi 11. Eski Türklerde devlet - Baş - Osmanlı imparatorluğunda yedi saltanat sancağından biri 12. Bir tür sağlam, yumuşak dana veya öküz derisi - Romanya'nın plakası - Kart, dişi kümes hayvanı 13. Geçici, düşüncesizce, değişken istek - Bildik, tanıdık 14. O gösterme zamiri - Sabah yıldızı, Venüs 15. Eş anlamlı - Kuyruklu yıldız - Eti lezzetli iri bir balık 16. Anlamlı işaret, parola - Güzel koku -

Pahalı karşıtı - Ekmek 17. Eldiven, çanta yapımında kullanılan yumuşak deri - Azerbaycan halkı - Kasların kasılmasını önleyici özelliği nedeniyle hekimlikte kullanılan bir bitki 18. Lityumun simgesi - Bazı vakıflarda yoksullara ayrılan para - Ülkemizin güneyinde Akdeniz'e dökülen bir çay - Türkü, şarkı 19. Spor karşılaşmasını yöneten kimse - Neonun simgesi - Verme, ödeme - İsyan eden - Kars yakınlarındaki tarihi harabelik 20. Mısır'ın plaka işareti - Büyük tencere - Bir ticaret senedinin arkasına yazılan kefillik - Bir kömür türü.

YUKARIDAN AŞAĞIYA

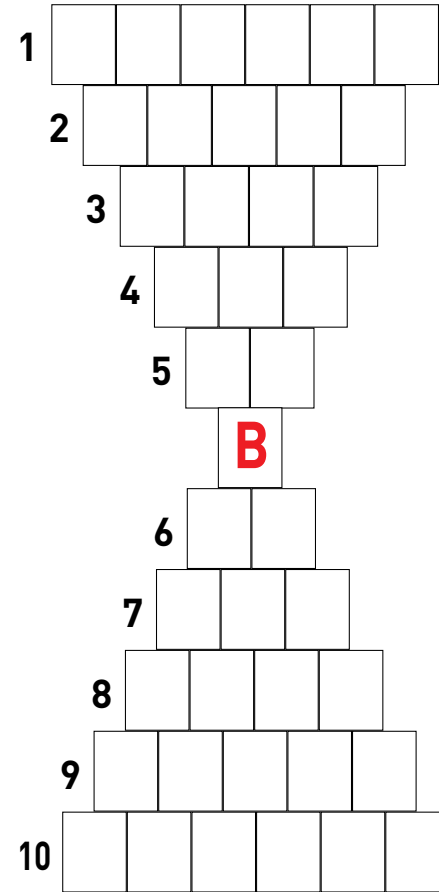
1. Ucu halkalı cıvata - Taş mezar - İlham - Helyumun simgesi 2. Bir sefer için donatılmış yer - Pirinci kabuğundan ayırmakta kullanılan dibek - Bal, yağ, yoğurt koymaya yarayan tahta kova - Yapım işleri 3. Avrupalıların Cem Sultana verdikleri ad - Güneybatı Kafkasya'da yaşayan bir halk - Lanetlenmiş, istenmeyen - Dökme demir 4. Ağabey (yöresel)- Fas'ın başkenti - Kapak, cilt - O yer - Yarı memnurluk anlatan ünlem 5. Yurtlanma, iskan - Osmanlı donanmasında kaptan paşadan sonra gelen, üç büyük amiral rütbesinden ikincisi - Dolaylı anlatım 6. Tesiat, döşem - İş olarak yapılanlar 7. Bir iş için harcanan beden ve kafa gücü - Düzgün itmelerin etkisiyle bir salınım genliğinin artışı - Geminin baş ve arkasında bulunan, asıl güverteden yüksek kısa güverte 8. Hava alanlarında uçakların iniş ve kalkışını kontrol eden sistem - Derhal 9. Keşif işlerinde kullanılan hızlı bir gemi türü - Gazete okuyucusu 10. Notada durak işareti - Bir halk çalgısı - Beğenilen, istenilen nitelikte olan 11.

GEÇEN SAYININ ÇÖZÜMÜ

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



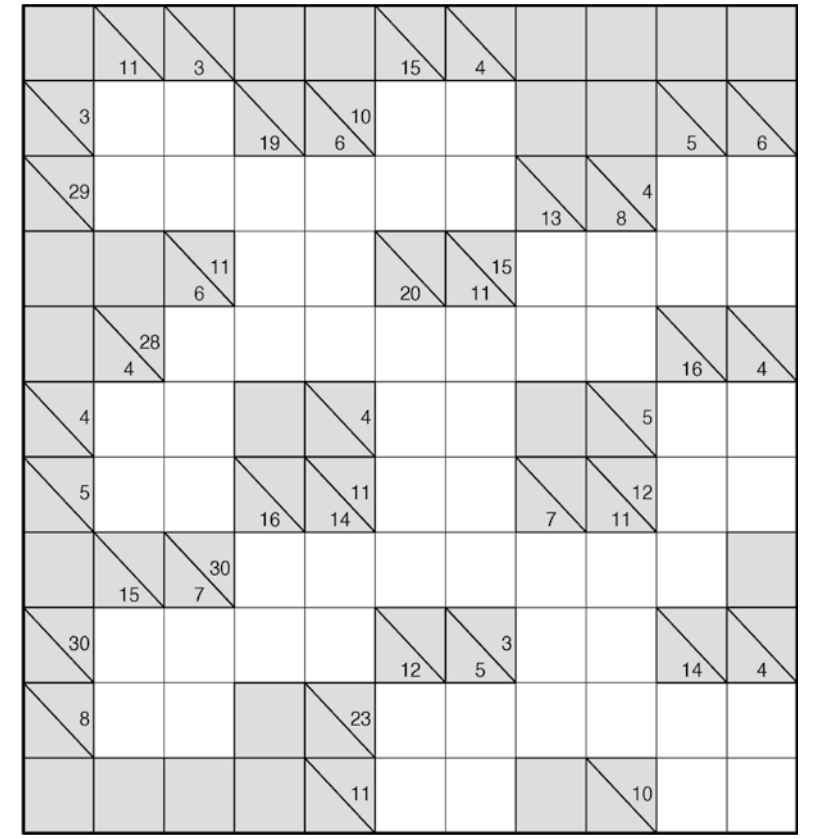
KUM SAATİ



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

1. Bitkisel.
2. Barındırma.
3. Bağımlı.
4. Asalak bir böcek.
5. Bizmutun simgesi.
6. Bir kan grubu.
7. Hava basıncı birimi.
8. Avukatlar birliği örgütü.
9. Avrupa'da bir soyluluk sanı.
10. C simgeli element.

KAKURO BULMACA



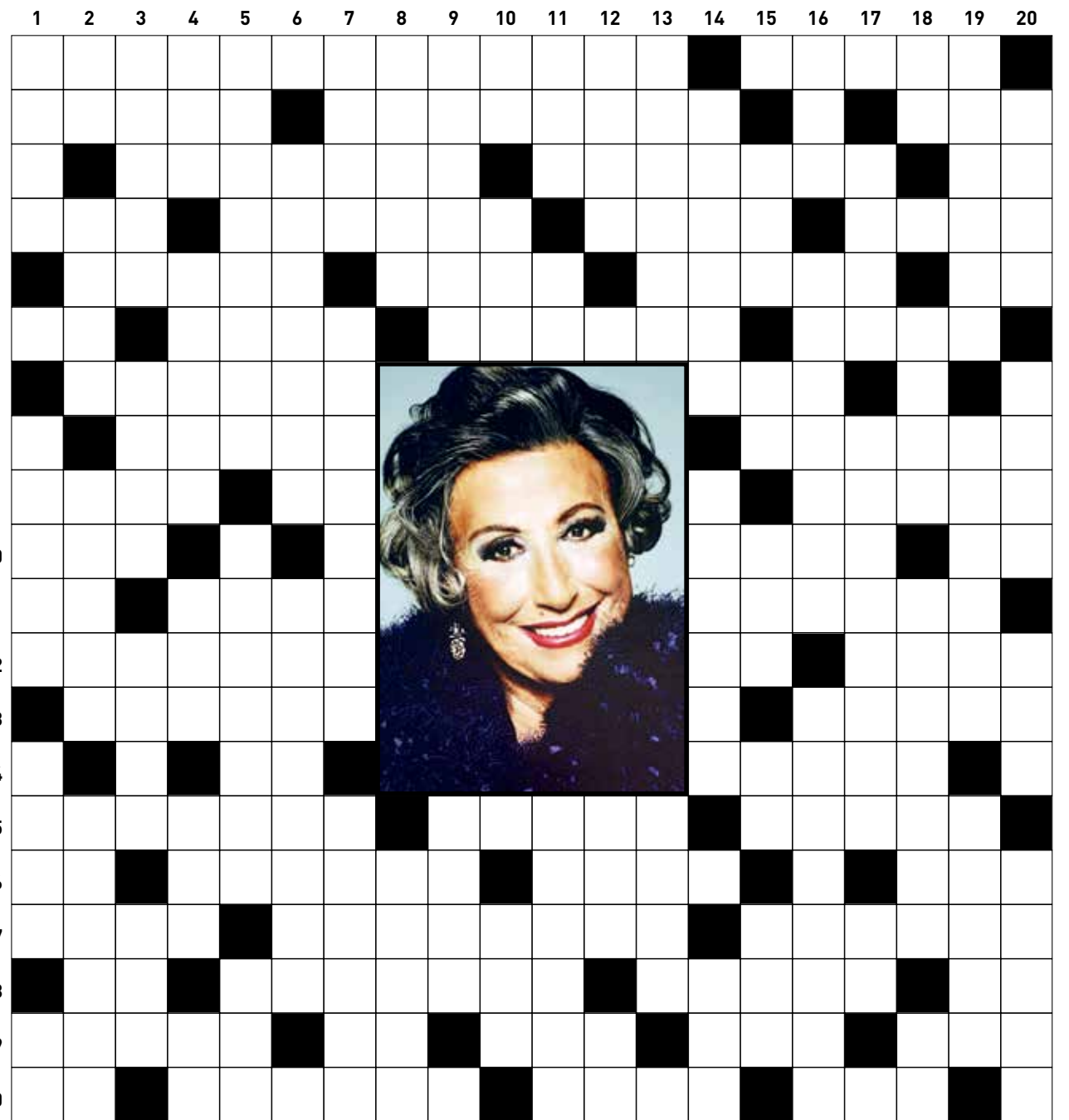
Kurallar basit. 1-9 arası rakamları kullanarak, boşlukları doldurun. Bunu yaparken karelerin toplamının, bağlı hücredeki sayıya eşit olmasını sağlayın ve bir rakamı sadece bir kere kullanın.

6. Ab. 7. Bar. 8. Baro. 9. Baron. 10. Karbon.
1. Nebat. 2. İbata. 3. Tabii. 4. Bit. 5. Bi.
KUM SAATİ

Birinciligi beyaza verdiler.
Bütün renkleri aynı hızla kirleniyordu, /

KELİME AVI BULMACA

ÇÖZÜMLER



Afrika'da bir ırmak - Su - Matadorun boğayı kızdırdığı kırmızı bez 12. Erek, maksat - Kraliçe - Tuzağa düşürülen şey 13. Eskide Avrupa'daki topraklarımıza verilen ad - Metal paranın resimli tarafı 14. Şüpheli, kuruntulu - Baş ya da elle gösterme - Parlak kırmızı 15. Misket limonu - Bir nota - Yankı - Takımın gözde oyuncusu - İçine sulu şeyler konan çukur kap 16. Gelecek - Eşkenar dörtgen biçiminde olan nesne - Kokulandırılmış 17. Tören elbisesi - Bir sorunu ele alış, ona bakış biçimi - Uzaklık anlatır 18. Bir nota - Hz. Muhammed'in siyah renkli sancağının adı - İyiden iyiye - Dürüst 19. Devletin ileri gelenleri - Erzurum'un bir ilçesi - Genellik ıslak tabanlı yerlerde kullanılan, ağaçtan yapılmış bir tür ayak giysisi 20. Gözün renkli bölümü - Üzüm veren bitki - Kendine özgü bir özellik taşıyan zaman parçası - İnce yapılı.

Yeldeğirmeni'nin demografik yapısı ve kentsel gelişimi

PINAR ERKAN



Yeldeğirmeni'nin tarihi 18. yüzyıla kadar gider. İstanbul Kadıköy'de kuzeyde Haydarpaşa Garı'ndan başlayan Bağdat-Demiryolu hattı, batıda Rıhtım Caddesi, doğuda Söğütluçeşme Caddesi ve güneyde Rezaizade Sokağı ile sınırlanan bölgeyle ilgili en eski bilgilerden biri, adını Osmanlı sarayına un sağlayan yeldeğirmenlerinden almasıdır.

Yeldeğirmeni bölgesinin kuzeyinde yer alan Haydarpaşa Çayırı ve Talimhane de Osmanlı döneminde askerî talim yaptığı alanlar. Ayrılık Çeşmesi, Anadolu'ya giden ordunun yola çıkmadan önce son toplanma yeri idi. V. Murat ve II. Abdülhamit'in sünnet düğünlerinin yanı sıra I. Abdülmecit'in kızkardeşi Adile Sultan'ın düğünü de burada yapılmıştır. Tarumar etmekte hiçbir sorun görmediler. Bölgede kentsel gelişme bakımından ilk defa 18. yüzyıl sonlarında III. Selim (1789-1807) zamanında bağ ve bahçeler içinde evlerin artmasıyla sokakların oluşmaya başladığı aktarılır. 1843'te

I. Abdülmecit zamanında İzzettin Sokak'ta ilk PTT kurulmuştur.

1873 senesinde hizmete giren İstanbul-İzmit demiryolu hattı, Haydarpaşa Garı'nın yapılmasına kadar geçen süre ve sonrasında bölgeyi ekonomik, toplumsal ve kültürel bakımdan canlı tutmuştur. 19. yüzyıl sonunda geniş alanlara yayılan Haydarpaşa Çayırı da daha sonraki yıllarda yapılaşma sonucunda tamamen yok olmuştur.

Burada nüfusun artışıyla Kuzguncuk Dağhamamı'nda çıkan yangın sonrası gelip yerleşen Yahudi cemaati, önemli bir etkidir. O tarihe kadar daha çok Türk ve Rum ağırlıklı olan Yeldeğirmeni ahalisi içinde Yahudiler giderek çoğaldı. Yeldeğirmeni'nin demografik yapısını belirleyen bir diğer etken, 19. yüzyılın son çeyreğinde Bağdat Demiryolu hattında çalışan Alman mühendislerin aileleriyle birlikte burada yaşamaya başlamalarıdır. Katolik misyonerler ise, kayda değer bir nüfus yaratmazlar. Ancak her kesimden ve milletten bölge halkına verdikleri sağlık ve eğitim hizmetleriyle



bir boşluğu dolduruyorlardı. Eğitim kurumlarıyla hem örnek teşkil etmiş, hem rekabet oluşturmuşlardı.

19. yüzyılda modern normlara göre mimari ve kentsel uygulamaları yasayla bağlayan Ebnîye Nizamnameleri, Yeldeğirmeni'nin mimari ve kentsel gelişimini biçimlemiştir. Kadıköy Rıhtım Caddesi'ne inen tepe yamaçlarında birbirini dik kesen sokakların oluşturduğu izgara sistem böyle uygulanmıştır. Batılı yaşam biçimleri gayrimüslimler açısından bir kültürel kimlik olarak benimsenirken Avrupa'ya ticari ilişkileri dolayısıyla yaptıkları seyahatlerde karşılaştıkları mimari çevre, Galata ve Beyoğlu ile aynı zamanda Yeldeğirmeni'nde de or-

taya çıktı. Bununla birlikte yüksek katlı yapılaşmanın, Galata ve Beyoğlu'nda olduğu gibi Anadolu yakasında burada ilk örneklerini vermesi, nüfusun gayrimüslim kesiminin ekonomik olarak güçlenmesinin yanı sıra Tanzimat sonrası çıkarılan yasa ve yönetmeliklerin sağladığı hak ve olanaklarla kültürel ve toplumsal bir tavır ortaya koyarken mimarlığı araç olarak kullanmalarına da yol açmıştır. 19. yüzyıl modernitesinin gerçekleştirilmesi bağlamında çok katlı yapılaşmanın karşımıza çıktığı Beyoğlu ile Yeldeğirmeni arasındaki fark, Beyoğlu'nun sosyal ve ekonomik olarak yüksek sınıfa mensup gayrimüslimlerin göзде ikametgah alanı olarak gelişmesine karşın Yeldeğirmeni'nin ilk başlardan bu yana daha küçük esnaf ve zanaatkar sınıfının yaşadığı bir yer olmasıdır. Bölge nüfusunun yapısı, toplumsal ilişkilerin komşuluğa ve mimari çevreye yansımada da görüldü.

Cumhuriyet döneminin ilk yıllarında Yeldeğirmeni'nde eşit oranda Türk ve Yahudi ile daha az sayıda Rum ve Ermeni yaşamaktaydı. Fırıncı kahveci, şekerci,

helveci, kasap ve kömürçüler Türk; meyhaneci, aktar, kırtasiyeci ve marangozlar Rum; eczacı, tenekeci, manav, seyyar balıkçı, camcılar Yahudi, çiğerci, şıraçı, bozacılar Arnavut, sobacılar Ermeni; sütcüler Bulgar olarak geçmektedir. Semtte varlıkları ile yoksullar bir arada yaşıyordu.

Semt halkının bir araya gelerek sosyalleştiği alanlar Karakolhane Caddesi'nde akşamları geç saatlere kadar açık kalan çarşısı, Abdülaziz devrinde askerler için talim alanı olarak hizmet verirken 20. Yüzyıl başlarında bölge halkı için mesire yerine dönüşen, günümüzde Kadıköy Gazi Mustafa Kemal İlköğretim Okulu'nun ve yanındaki meydan çeşmesinin bulunduğu Talimhane ile birlikte Mısırlıoğlu Bahçesi, Bayram Yeri, Paşa Çayırı adlarıyla bilinen açık sinema, tiyatro, bahçe ve mesire alanı olarak çoklu işlev gören yerlerdi. Bölgeye adını veren Haydarpaşa Çayırı, otlak olarak kullanılırken I. Dünya Savaşı'ndan sonra mesire yeri olarak ünlenmiştir. Örneğin Yahudiler Pesah Bayramı'nı burada kutluyor, cumartesi günleri ibadet çıkışlarında piknik yapmaya geliyorlardı. Mütareke yıllarında bölge halkından oluşan seyircisiyle İngilizlerin hokey oynadığı yerd. Bu alanlar zaman içinde yapılan inşaatlarla açık alan-mesire yeri olma özelliklerini yitirdiler. Artık bir karış yeşil alan bulmak mümkün değil bu çevrede.

2000'lerde Şiirde Neler Oluyor?

Tarih Edebiyat Sanat Kütüphanesi'nde 16 Kasım Cumartesi günü "2000'lerde Şiirde Neler Oluyor?" konulu söyleşi gerçekleşti



● Seyhan KALKAN VAYIÇ

Kadıköy Belediyesi Tarih Edebiyat Sanat Kütüphanesi'nin (TESAK), Cumartesi Söyleşileri çatısı altında düzenlediği söyleşiler devam ediyor. Cumartesi Söyleşileri kapsamında 16 Kasım Cumartesi "2000'lerde Şiirde Neler Oluyor?" söyleşi yapıldı. Cenk

Gündoğdu'nun moderatör olduğu söyleşinin konuşmacıları Seyyidhan Kömürçü ile Utku Özmakas'tı. 2000'lerin bir adlandırma olduğunu belirten Cenk Gündoğdu, "Her adlandırılan noktanın bir başlangıcından bahsedebiliriz. 2001 yılında ikiz kulelerin yıkılması, o süreçle birlikte çeşitli sosyolojik değişimler, coğrafi değişimler, internetin hayatımıza girmesi, internet ile birlikte çeşitli değişimlerin yaşanması o dönemde şiiri de etkiledi." ifadelerini kullandı.



Cenk Gündoğdu, 2000'li yılların başında Hasar Ayini kitabı ile Yaşar Nabi Nayır Ödülünü alan Seyyidhan Kömürçü'ye "Senin gözünden 2000'li yıllarda nasıl bir ortam vardı?" sorusunu yöneltti. "2000'de 22 yaşıyordum. Ankara'daydım ve üniversite son sınıftaydım." diyen Kömürçü, şöyle devam etti: "Açıkçası şiirle ve edebiyatla ne yaptığımı bilmiyordum. İkiz kuleler meselesi şimdiki kadar beni ilgilendirmemişti. Çünkü başka bir şeyin içerisindeydim. Tek başına kalmışlıkla hareket ettiğim bir süreçti. İkiz kulelerin bana yazdıran ve beni harekete geçiren bir tarafı yoktu. Şiir nasıl yayınlanır bilmiyordum. Yeni yeni öğrenmeye başlıyordum. Yaşar Nabi Ödülü'nü aldım. Planlı bir şey değildi. Beklediğim bir şey de değildi. Ödül aldığım yerde şu an beş yıldır ödül jürisindeyim. Dergilerde şiirin yayınlanması seni kitaba götüren bir şeydi. İlk kitabım Hasar Ayini 2002 yılında çıktı. 10 yıl sonra tekrar bir kıpırdadım. Dünya Lekesi çıktı."

"ŞİRDE DÖNÜŞÜM VARDI"

Seyyidhan Kömürçü'den sonra Utku Özmakas da sunları söyledi: "2000'lerin başında alternatif şiir kanallının gelişmesinin çok temel sebeplerinden biri de şuydu: dergilerde ağırlıklı daha kısa şiirlere yer veriliyordu, konu çeşitliliği bakımından zayıf, gündelik olanla teması çok zayıf, tamamen nerdeyse imgeci

bir şiir yazılıyordu. Bu şiir merkezde çok yer tutuyordu. Ciddi bir ağırlığı vardı. Başka bir şey arayan insanlar oldu. Bu başka bir şey arayan insanların önünde zemin de vardı. Yoktan bir şey yaratmadılar. Enis akin, Mehmet Mümtaz Tuzcu, Necmi Zeka, Tanık Günersel gibi isimler ana hattın dışında alternatif bir şiir yazmaya çalışıyordu. Sonra adına deneysel, görsel diyebileceğimiz bir şiir arayışı oluştu. 2000'lerde sosyolojik değişimler başladı. Şiirde de dönüşüm vardı. Konu çeşitliliği ile kadın şairlerin sayısı artıyordu. 2000'lerin küçük bir haritasını çıkarmaya başladığım zaman aslında ana akım imgeci, lirik, kısa şiire karşı daha deneysel bir şiir vardı."

Gündoğdu'nun 25 yıl sonra baktığım zaman 2000'ler şiirinde gördüğün nedir? sorusuna Özmakas şöyle cevap verdi: "Gönül rahatlığıyla şunu söyleyebilirim ki imgeci şiir ile 2000'li yıllarda verilen kavga kazanıldı. Verilen kavganın bir yere vardığını düşünüyorum. Kitap-lık'ı açtığımızda görsel ve deneysel bir şiirle karşılaşabilirsiniz. Kitap-lık bundan 20 yıl önce görsel bir şiir yayınlamadı. Türk edebiyatının şiir cephesi açısından bir dönüşüm yaşandı. Bir ölçüde başarılı da oldu. 2000'li yıllarda şiir dize ile yazılır diye bir şey vardı. Dize dışında şiir yazmak düşünülüyordu. Şu an şiire öyle bakmıyoruz. Bu bir başarıdır. Bir başkanın mümkün olduğunu gösterdi."



güzel kelimeler dükkânı

guzelkelimelerdukkani.com
Hasırcıbaşı Caddesi No:72 Moda



Onkolojik Cerrah - Genel Cerrah
www.suleymanyedibela.com

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