

Büyük Zafer'in 104. yılı



30 Ağustos Zafer Bayramı, Kadıköy'de Kalamış Atatürk Parkı'nda düzenlenecek Emre Altuğ konseriyle kutlanacak. 30 Ağustos'un "özgürlüğün, bağımsızlığın ve kendi geleceğine sahip çıkma iradesinin simgesi" olduğunu söyleyen Kadıköy Belediye Başkanı Mesut Köseadağı, Kadıköylüleri ve İstanbulluları bayram coşkusuyla birlikte yaşamaya davet etti

● Sayfa 2'de



'Cici'nin sıra dışı yaşamından izler

Bankadan stüdyoya, turnuvalardan yeşil sahalara hayatın farklı alanlarında varlık gösteren çok yönlü kişilik Necdet Cici'nin (Necdet Kayral) yaşam öyküsünü, ağustos ayındaki 31. ölüm yıldönümü vesilesiyle sayfalarımıza taşıyoruz

● Sayfa 11'de

Kurs kayıtları, 1 Eylül'de başlıyor

Kadıköy Belediyesi Sosyal Yaşam Evleri kurs kayıtları, 1 Eylül'de başlıyor. Resim, seramik, örgü, İngilizce, tiyatro, satranç, teknoloji ve akıllı cep telefonu kullanımı gibi kişisel gelişim ve hobi kurslarına kayıtlar, 30 Eylül'e kadar sürecek

● Sayfa 9'da



"Örgütlü bir halkı hiçbir kuvvet yenemez!"

ALPER TURGUT 7'DE



Mahallenin yaşlı köpeği hayatı daha iyi yaşıyor

BÜŞRA KÜÇÜK 14'TE



Edebiyat Hayatından Hatırlamalar - 380

KATHARINE BURDEKIN 5'TE



Çocukların yazı sporla geçti

Kadıköy'de çocuklar için sporla geçen yaz tatili sona erdi. Kadıköy Belediyesi Yaz Spor Okulu'nda üç dönem boyunca 8 farklı branşta eğitim alan çocuklar yaz boyunca sporun ve eğlencenin tadını çıkardı, yeni arkadaşlıklar kurdu

● Sayfa 13'te



İstanbul'un 'Brooklyn'i neresi?

» Dünyanın farklı kentlerindeki Brooklyn'i yani en havalı semti belirleyen uluslararası bir rehber, İstanbul için Yeldeğirmeni'ni seçti

● Sayfa 4'te



İşsizlik 12,1 milyona dayandı

» DİSK-AR araştırmasına göre geniş tanımlı işsiz sayısı 12 milyon 129 bin; çalışabilir 66,9 milyon kişinin sadece 22,9 milyonu kayıtlı ve tam zamanlı çalışıyor

● Sayfa 3'te

Yaz aylarında risk artıyor!

Böbrek taşının oluşumunda beslenme alışkanlıkları, genetik yatkınlık, bazı metabolik hastalıklar rol oynayabiliyor. Üroloji Uzmanı Prof. Dr. F. Arda Atar ile yazın taş oluşma riskinin nedenlerini ve taşın oluşmaması için nelere dikkat edilmesi gerektiğini konuştuk

● Sayfa 12'de

KADIKÖY'DE 30 AĞUSTOS ZAFER BAYRAMI COŞKUSU

Kadıköy'de, 30 Ağustos Zafer Bayramı her yıl olduğu gibi bu yıl da coşkuyla kutlanacak



30 Ağustos Zafer Bayramı, Mustafa Kemal Atatürk'ün başkomutanlığında yürütülen Büyük Taarruz'un 30 Ağustos 1922'de Başkomutanlık Meydan Muharebesi ile zaferle sonuçlanmasının yıl dönümünde kutlanıyor. Kurtuluş Savaşı'nın askeri safhasında önemli bir dönüm noktası olan bu zafer, Türkiye'nin bağımsızlık mücadelesinin simgelerinden biri olarak her yıl törenlerle anılıyor. Kadıköy'deki kutlamaların adresi de akşam saatlerinde Kalamış Atatürk Parkı olacak.

30 Ağustos Zafer Bayramı kutlaması sabah saat 09.00'da Kadıköy İskele Meydanı'nda gerçekleştirilecek çelenk koyma töreniyle başlayacak.

Kutlamaların akşam programı ise Kalamış Atatürk Parkı'nda gerçekleştirilecek. Uluslararası Kalamış Yaz Festivali kapsamında düzenlenecek 30 Ağustos Konseri'nde Türk pop müziğinin sevilen isimlerinden Emre Altuğ, saat 19.00'da sahne alacak.

Saat 21.00'de başlayacak konserde Emre Altuğ, sevilen şarkılarını Kadıköylülere ve İstanbullular için seslendirecek. Tüm İstanbullulara açık ve ücretsiz olarak gerçekleştirilecek konser, aynı zamanda bir ay boyunca

farklı sanatçıları Kadıköy'de buluşturan Uluslararası Kalamış Yaz Festivali'nin final etkinliği olacak.

BAŞKAN KÖSEDAĞI'DAN 30 AĞUSTOS MESAJI

Kadıköy Belediye Başkanı Mesut Köse dağı, 30 Ağustos Zafer Bayramı öncesinde yaptığı açıklamada, bu yıl zaferin 104. yılının kutlanacağını hatırlatarak şunları söyledi: "30 Ağustos'ta zaferimizin 104. yılını kutlayacağız. 30 Ağustos, yalnızca bir zaferin değil; özgürlüğün, bağımsızlığın ve kendi geleceğine sahip çıkma iradesinin simgesidir. Bu büyük zaferin ışığında Cumhuriyetimizi yaşatmak, değerlerini korumak ve gelecek kuşaklara daha güçlü bir ülke bırakmak hepimizin sorumluluğudur."

Başta Gazi Mustafa Kemal Atatürk ve silah arkadaşları olmak üzere bağımsızlık mücadelesinde yer alan tüm kahramanları saygı, minnet ve rahmetle andığını belirten Köse dağı, "Bu anlamlı günde zaferimizi kutlamak için hepinizi 30 Ağustos Pazar günü Emre Altuğ konserine davet ediyorum. 30 Ağustos Zafer Bayramımız kutlu olsun." dedi.

İBB ile TMMOB arasında protokol

İBB ile TMMOB arasında "Sağlıklı Kentleşme, Nitelikli Yapılaşma, Kültürel Değerlerin Korunması İçin İşbirliği Protokolü" imzalandı

İstanbul Büyükşehir Belediyesi ile Türk Mühendis ve Mimar Odaları Birliği'ne (TMMOB) bağlı meslek odalarının İstanbul birimleri arasında hazırlanan "Sağlıklı Kentleşme, Nitelikli Yapılaşma, Kültürel Değerlerin Korunması İçin İşbirliği Protokolü", İBB'nin Saraçhane'deki Başkanlık Binası'nda düzenlenen törenle imzalandı. Protokole İBB adına Başkanvekili Nuri Aslan, TMMOB adına ise Yönetim Kurulu Başkanı Ali Ekber Çakar imza attı.

Törende konuşan Nuri Aslan, İstanbul'un geleceğine ilişkin kararların bilim ve kamu yararı doğrultusunda alınması gerektiğini vurgulayarak, "İstanbul gibi büyük bir kenti yönetebilmek için mühendislerin, mimarların, şehir plancılarının, halk sağlığı uzmanlarının, meslek odalarımızın, sivil toplum kuruluşlarımızın yıllara dayanan birikimine biz ihtiyaç duyuyoruz ve onlarla be-

raber İstanbul'u yönetmek istiyoruz. İstanbul'un geleceğine dair kararları, bilimin ve kamu yararı'nın ışığında almak zorundayız." dedi.

MESLEK ODALARI KARAR SÜREÇLERİNE DAHİL EDİLECEK

Aslan, İstanbul'un dirençli bir kent haline gelmesinin yalnızca binaların güçlendirilmesiyle mümkün olmayacağını vurgulayarak, doğru yapılaşmanın doğru planlama ve doğru yerde yapılması gerektiğini söyledi. İmzalanan protokolün bu noktada önem taşıdığını belirten Aslan, meslek odalarının uzmanlığının İstanbul'un planlarına ve teknik karar süreçlerine düzenli ve kurumsal biçimde dahil edileceğini söyledi. Aslan, "Planlardan yönetmeliklere, harita ve etütlerden projelere kadar uzanan süreçlerde meslek odalarımızın görüş ve katkısını alacağız. Gerekğinde ortak çalışma grupları kuracağız, düzenli koordinasyon toplantıları yapacağız." dedi.

Protokol kapsamında sağlıklı kentleşme, güvenli ve nitelikli yapılaşma, halk sağlığının korunması ile İstanbul'un tarihi, kültürel, doğal ve ekolojik değerlerinin korunması amaçlanıyor. Ayrıca planlama ve teknik çalışmalarda meslek odalarının görüşlerinin alınması ve kurumlar arasında ortak çalışma mekanizmalarının geliştirilmesi öngörü- lüyor.

PROTOKOL HAKKINDA

İBB ile TMMOB'a bağlı meslek odalarının İstanbul birimleri arasında imzalanan protokol kapsamında;

- Sağlıklı kentleşmenin sağlanması,
- Nitelikli ve güvenli yapılaşmanın desteklenmesi,
- Halk sağlığının korunması,
- İstanbul'un tarihi, kültürel, doğal ve ekolojik değerlerinin korunarak geliştirilmesi,
- Planlama ve teknik çalışmalarında meslek odalarının görüşlerinin alınması,
- Gerekğinde ortak çalışma grupları ve teknik ekipler oluşturulması,
- Düzenli koordinasyon toplantıları yapılması amaçlanıyor.



İskele Sokak yenileme çalışmalarında sona gelindi

Kadıköy Belediyesi, Caddebostan Mahallesi'nin yoğun kullanılan güzergâhlarından İskele Sokak'ta yol ve kaldırımlarda meydana gelen hasarların giderilmesi amacıyla başlattığı yenileme çalışmalarında sona yaklaştı

Kadıköy Belediyesi, Caddebostan Mahallesi'nin yoğun kullanılan güzergâhlarından İskele Sokak'ta başlattığı yenileme çalışmalarında sona yaklaştı. Bölgede yıllar içinde oluşan yol ve kaldırım hasarlarının giderilmesi amacıyla yürütülen çalışmaların kısa süre içerisinde tamamlanması bekleniyor.

Caddebostan İskele Sokak'ta, son yıllarda bölgede artan inşaat ve kentsel dönüşüm faaliyetleri nedeniyle yol yüzeyleri ve kaldırımlarda ciddi hasarlar meydana gelmişti. Özellikle ağır tonajlı araçların geçişi, yol içerisindeki taş döşeli bölümlerde çökmelere neden olurken, kaldırımların da yaya kullanımını zorlaştırmıştı.

Vatandaşlardan gelen yoğun talepler ve bölgedeki inşaat faaliyetlerinin azalmasının ardından

Kadıköy Belediyesi Fen İşleri Müdürlüğü tarafından sokakta yenileme çalışması başlatıldı. Çalışmalar kapsamında hasar gören kaldırımlar yenilenirken, yol içerisindeki taş döşeli bölüm asfaltla kaplandı.

Yapılan düzenlemelerle birlikte yaya güvenliğinin ve kullanım konforunun artırılması, araç trafiğinin ise daha düzenli şekilde sürdürülmesi hedefleniyor. Bunun yanı sıra bölgede artan otopark ihtiyacına yönelik düzenlemeler de gerçekleştiriliyor. Mevcut parklanma kapasitesinin artırılmasıyla araçların daha düzenli park etmesi ve trafik yoğunluğunun azaltılması amaçlanıyor.

KÖSEDAĞI ÇALIŞMALARI YERİNDE İNCELEDİ

Kadıköy Belediye Başkanı Mesut Köse dağı, "Başkan Sizi Dinliyor" ekibi ile birlikte İskele Sokak'ta incelemelerde bulunarak devam eden çalışmalarını yerinde değerlendirdi.

Köse dağı, çalışmaların bölge sakinlerinden gelen talepler doğrultusunda başlatıldığını belirterek, "İskele Sokağı üzerinde komşularımızdan gelen talepler doğrultusunda başlattığımız yenileme çalışmalarında sona yaklaşıyoruz. Çalışmalarımızın tamamlanmasıyla daha ferah, düzenli, yaya ve taşıt trafiği açısından daha rahat bir sokak görünümüne kavuşacak" dedi.



KASEV VAKFI DİNLENMEEVİ HUZUREVİ ÖZEL BAKIM BÖLÜMÜ TESİSLERİ



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

Hastane sonrası tıbbi bakımevi ve psiko-sosyal destek çalışmaları

Tatilde 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 Edeballı Caddesi No: 1

Aydıntepe - Tuzla /İSTANBUL



DİSK-AR: Geniş tanımlı işsiz sayısı 12,1 milyon

DİSK-AR 2026'nın ikinci çeyreğine ilişkin araştırmasına göre geniş tanımlı işsizlik yüzde 29,9'a yükseldi. Resmi işsizlik oranı ise yüzde 7,9 olarak gerçekleşti

● Simge KANSU

DİSK Araştırma Merkezi (DİSK-AR), Türkiye İstatistik Kurumu'nun (TÜİK) Nisan-Haziran 2026 dönemine ilişkin Hanehalkı İşgücü Araştırması verilerinden hareketle hazırladığı “İşsizlik ve İstihdamın Görünümü” raporunu yayımladı. TÜİK verilerine göre, 2026'nın ikinci çeyreğinde mevsim etkisinden arındırılmış işsiz sayısı bir önceki çeyreğe göre 84 bin kişi azalarak 2 milyon 799 bine geriledi. Resmi işsizlik oranı da 0,3 puan düşerek yüzde 7,9 oldu. Aynı dönemde istihdam edilenlerin sayısı 155 bin kişi artarak 32 milyon 479 bine, mevsim etkisinden arındırılmış istihdam oranı ise yüzde 48,5'e çıktı.



GENİŞ TANIMLI İŞSİZLİK YÜZDE 29,9

DİSK-AR'ın TÜİK verilerinden yararlanarak yaptığı hesaplama, işgücü piyasasının resmi işsizlik oranından daha farklı bir görünüm sergilediğini ortaya koydu.

Zamana bağlı eksik istihdam edilenler ile potansiyel işgücünü de kapsayan geniş tanımlı işsiz sayısı 12 milyon 129 bin olarak hesaplandı. Geniş

tanımlı işsizlik oranı yüzde 29,9 olurken, resmi işsizlik oranı ile arasındaki fark 22 puana ulaştı.

Dar ve geniş tanımlı işsiz sayıları arasındaki fark ise 9,3 milyon kişiyi aştı. DİSK-AR'a göre geniş tanımlı gösterge; resmi işsiz tanımına girmeyen ancak çalışmaya hazır olduğu hâlde iş aramayan veya iş arama kriterlerini karşılamayan kişilerin yanı sıra daha fazla çalışmak istedi-

ği hâlde yeterli süre çalışmayanları da kapsıyor.

Araştırmanın dikkat çektiği bir diğer başlık ise istihdamın niteliği oldu. DİSK-AR'ın “Kayıtlı ve Tam Zamanlı İstihdam” (KATİ) göstergesine göre, çalışma çağındaki 66,9 milyon kişinin 22,9 milyonu kayıtlı ve tam zamanlı çalışıyor. KATİ oranı yüzde 34,2 olarak hesaplandı. Bu veri, çalışma çağındaki nüfusun yaklaşık üçte birinin sigortalı ve tam zamanlı istihdam kapsamında bulunduğunu gösteriyor. Bununla birlikte KATİ dışında kalan nüfusun tamamı işsizlerden oluşmuyor; öğrenciler, emekliler, işgücüne dahil olmayanlar, kayıt dışı veya kısmi zamanlı çalışanlar gibi farklı gruplar da bu kapsamda yer alıyor.

KADINLARDA İSTİHDAM DAHA DÜŞÜK

Raporda kadınlar ile erkekler arasındaki istihdam farkına da dikkat çekildi. Çalışma çağındaki 33,8 milyon kadının yalnızca 6,7 milyonu kayıtlı ve tam zamanlı istihdamda bulunuyor. Kadınlar da KATİ oranı yüzde 19,8 olarak hesaplanıyor.

Erkeklerde ise çalışma çağındaki 33,1 milyon kişinin 16,2 milyonu kayıtlı ve tam zamanlı çalışıyor. Erkeklerde KATİ oranı yüzde 48,8'e ulaşıyor.

Kadınlarda geniş tanımlı işsizlik oranı da erkeklerle kıyasla daha yüksek. DİSK-AR'ın hesaplamasına göre geniş tanımlı kadın işsizliği yüzde 39,2 oldu.

GÖSTERGELER ARASINDAKİ FARK SÜRÜYOR

2026'nın ikinci çeyrek verileri, resmi işsizlik oranında ve işsiz sayısında gerileme yaşanırken işgücü piyasasına daha geniş bir çerçeveden bakıldığında, eksik istihdam ve potansiyel işgücünün önemli bir büyüklüğe sahip olduğunu gösteriyor. DİSK-AR, işgücü piyasasının değerlendirilmesinde yalnızca resmi işsizlik oranının değil, iş bulmaktan vazgeçenler, çalışmaya hazır olduğu hâlde aktif olarak iş aramayanlar ve istediğinden daha az süre çalışanları kapsayan tamamlayıcı göstergelerin de dikkate alınması gerektiğine dikkat çekiyor.

“Akaryakıt zamları yoksulluğu derinleştiriyor”

Son bir yılda motorin fiyatının yaklaşık yüzde 58, benzinin ise yüzde 41 arttığına dikkat çeken TÜKODER, akaryakıt zamlarının yoksulluğu derinleştirdiğini belirterek, vergilerin kalıcı olarak düşürülmesi çağrısı yaptı

Tüketiciyi Koruma Derneği(TÜKODER), akaryakıt fiyatlarına yapılan son zamların dar gelirli yurttaşların bütçesi üzerindeki yükü artırdığını belirterek, akaryakıttaki vergi yükünün azaltılması ve tüketiciyi koruyacak kalıcı bir fiyat politikasının hayata geçirilmesi çağrısı yaptı.

TÜKODER Genel Başkanı Aziz Koçal imzalı açıklamada, son bir yılda motorin fiyatının yaklaşık yüzde 58, benzinin fiyatının ise yaklaşık yüzde 41 arttığına dikkat çekildi. Motorinin litre fiyatına yapılan son zamla birlikte ulaşım ve üretim maliyetlerinin yanı sıra hane bütçeleri üzerindeki baskının da arttığı belirtildi.

Uluslararası savaşlar, enerji piyasalarındaki dalgalanmalar ve döviz kurundaki yükselişlerin fiyat artışlarına etkili olduğu ifade edilen açıklamada, bu gelişmelerin bütün maliyetinin dar gelirli yurttaşlara yüklenemeyeceği vurgulandı. Enerjide dışa bağımlılığı azaltacak, fiyat istikrarını sağlayacak ve tüketiciyi koruyacak uzun vadeli politikaların hayata geçirilmemesinin faturasının emekliye, asgari ücretliye, öğrenciye, çiftçiye, esnafa ve işsize çıkarıldığı kaydedildi.

ZAMLAR TÜM FİYATLARA YANSIYOR

Akaryakıt zamlarının yalnızca araç sahiplerini ilgilendiren bir maliyet artışı olmadığı belirtilen açıklamada, üretimden nakliyyeye, tarımdan sanayiye, gıdadan temel tüketim maddelerine ve şehir içi ulaşımından okul servislerine kadar çok sayıda alanın bu artışlardan etkilendiği ifade edildi.

“Zamlar, fiyat zincirinin tamamına

AKARYAKITTA SON TABLO

Motorine son iki ayda 18 TL zam geldi. 22 Ağustos'ta yapılan 2,92 TL'lik son artışla birlikte motorinin litre fiyatı büyükşehirlerde 82–84 TL bandına yükseldi. Son zamlarla birlikte İstanbul'da motorinin litresi 82,65 liraya, Ankara'da 83,75 liraya, İzmir'de 84,04 liraya çıktı.

yayılarak mutfaktaki ekmeği küçültmekte ve tüketicinin alım gücünü daha da düşürmektedir.” değerlendirilmesine yer verildi.

Okulların açılmasına kısa süre kala yapılan zammın da velilerin bütçesine ek yük getireceği vurgulandı. Kırtasiye, okul kıyafeti, beslenme, barınma ve servis giderleri nedeniyle artan eğitim maliyetlerine dikkat çekilerek, akaryakıt fiyatlarındaki yükselişin okul servisleri, toplu taşıma ve eğitim araçlarının da eğitim maliyetlerine de yansıtacağı belirtildi. “Eğitim hakkı, artan ulaşım ve yaşam maliyetleri nedeniyle erişilemez hâle getirilmemelidir.” denildi.

VERGİ YÜKÜNE DİKKAT ÇEKİLDİ

Akaryakıt fiyatlarındaki artışların yalnızca uluslararası gelişmelerle açıklanamayacağı belirtilerek, yüksek ÖTV ve KDV yükü, döviz kurundaki artış, enerjide dışa bağımlılık ve tüketiciyi koruyacak kalıcı bir fiyat politikasının bulunmaması da temel sorunlar arasında gösterildi.

TÜKODER, akaryakıt zamlarının enflasyonu körüklediğini, yoksulluğu derinleştirdiğini ve tüketicinin insanca yaşam hakkını tehdit ettiğini belirterek, ücretler ve emekli aylıkları yerinde sayarken temel ihtiyaç fiyatlarındaki artışın milyonlarca insanı daha ağır bir geçim sıkıntısıyla karşı karşıya bıraktığını vurguladı. “Ekonomik krizin, savaşların ve yanlış politikaların bedelini yoksul halka ödetmeyin. Akaryakıttaki vergileri kalıcı olarak düşürün, fiyat düşüşlerini tüketiciye yansıtın, zamları geri alın ve halkın alım gücünü

koruyun!” çağrısının yapıldığı açıklamada talepler şöyle sıralandı:

- ▶ Akaryakıt üzerindeki ÖTV ve KDV yükü kalıcı ve hissedilir biçimde azaltılmalıdır.
- ▶ ÖTV'nin de içinde bulunduğu tutar üzerinden KDV hesaplanmasına, başka bir ifadeyle “verginin vergisinin” alınmamasına son verilmelidir.
- ▶ Rafineri çıkış fiyatlarındaki düşüşler ÖTV artışıyla karşılanmamalı, pompa fiyatlarına yansıtılmalıdır.
- ▶ Eşel mobil sistemi tüketici yararına yeniden düzenlenmeli ve dar gelirliyi koruyacak kalıcı bir fiyat istikrar mekanizması oluşturulmalıdır.
- ▶ Toplu taşıma araçlarında ve okul servislerinde akaryakıttan alınan ÖTV ve KDV kaldırılmalı.
- ▶ Okul servisleri ve öğrenci ulaşımı için kamusal destek sağlanmalıdır.
- ▶ Akaryakıt zamlarının gerçek maliyetin üzerinde fiyat artışına dönüştürülmesi önlenmeli, piyasa etkin biçimde denetlenmelidir.
- ▶ Çiftçilere, küçük üreticilere ve temel tüketim mallarının taşınmasında kullanılan akaryakıtta vergi indirimi uygulanmalıdır.
- ▶ Enerjide dışa bağımlılığı azaltacak bir enerji politikası hayata geçirilmelidir.
- ▶ Savaş ve uluslararası krizlerin bedelinin halka yüklenmesine son verilerek barış, diplomasi ve halkın refahı esas alınmalıdır.



Vergi ve SGK borçlarında yapılandırma için son günler

Vergi ve SGK borçlarını yapılandırmak isteyenler için başvuru sürecinde son günlere girildi. Düzenlemeden yararlanmak isteyenlerin 31 Ağustos 2026'ya kadar başvuru yapması gerekiyor

Vergi dairelerine ve Sosyal Güvenlik Kurumu'na (SGK) borcu bulunan milyonlarca kişiyi ilgilendiren yapılandırma uygulamasında başvuru sürecinde son günlere girildi. Vergi, prim, trafik cezası ve öğrenim kredisi gibi borçlarını taksitlendirmek isteyenler için son başvuru tarihi 31 Ağustos 2026.

Düzenleme kapsamında borçluların mali durumlarına göre 12, 36, 48 ve 72 aya kadar taksitlendirme seçeneklerinden yararlanabilmesi öngörüldü. Yapılandırmada yıllık tecil faizi de yüzde 39'dan yüzde 29'a indirildi.

HANGİ BORÇLAR YAPILANDIRILABİLECEK?

Yapılandırma imkanından, 5 Haziran 2026 itibarıyla vadesi geldiği halde ödenmemiş bazı kamu borçları için yararlanılabiliyor.

Kapsama giren borçlar arasında gelir ve kurumlar vergisi, Katma Değer Vergisi (KDV), Motorlu Taşıtlar Vergisi (MTV), harçlar, trafik idari para cezaları, ecrimisil, adli para cezaları ve öğrenim kredisi borçları bulunuyor.

SGK kapsamındaki işverenlerin ve Bağ-Kur kapsamındaki sigortalıların Haziran 2026 ve öncesine ait prim borçları ile sigorta ve işsizlik sigortası prim borçları için yapılandırma im-

kanı sağlanıyor. Ayrıca 31 Ağustos 2026'ya kadar tebliğ edilmiş ve kesinleşmiş idari para cezaları da kapsamda yer alıyor.

BAŞVURULAR NASIL YAPILACAK?

Vergi borçları için başvurular, Gelir İdaresi Başkanlığı'nın (GİB) internet sitesi ve Dijital Vergi Dairesi üzerinden yapılabiliyor. Borçlular ayrıca borcun bulunduğu vergi dairesine doğrudan başvurabilecek veya posta yoluyla müracaat edebilecek.

Taksit sayısı, borçlunun mali durumu ve borcun türüne göre belirlenecek. 16 Haziran 2026 itibarıyla faal mükellefiyet kaydı bulunan ve bilanço veya işletme hesabı esasına göre defter tutan mükelleflerin taksitlendirme sürecinde likidite oranı da dikkate alınacak.

GELİŞİM
T İ P LABORATUVARLARI
Kuruluş 1993

TÜRK AKADEMİ BİLİM ÖDÜLLERİ
TÜRK AKADEMİ BİLİM ÖDÜLLERİ
TÜRK AKADEMİ BİLİM ÖDÜLLERİ

CİHAZSIZ MİDE KONTROLÜ MÜMKÜNDÜR!
CİHAZ YUTMADAN MİDEMİN DURUMUNU NASIL ÖĞRENEBİLİRİM?
Bunun için tek alternatif, GastroPanel isimli kan testleridir. GastroPanel için, hastadan aç karnına kan alınmakta ve 5 ayrı mide testine bakılmaktadır. Mideyi çalıştıran ve yöneten 4 hormonun düzeyi ölçülerek ve Helikobakter pilori mikrobunun düzeyi de ölçülerek, GastroSoft isimli akıllı bir programa verilmekte ve sonuçlar programdan alınmaktadır. Midede gastrit, ülser, Helikobakter pilori mikrobi, kanser gibi durumları anlayabilmek amacıyla yapılır.

www.gelisimlab.com.tr **gelisim@gelisimlab.com.tr**

MERKEZ VE ŞUBELERİMİZ:

Facebook.com/gelisimtiplab
Instagram.com/gelisimtiplab

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:8/11 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) 251 49 67
Haseki: Millet Cad.No:21/3 (Haseki Hst.yanı) Tel: (0212) 529 89 79
Acarkent: 0537 9742385 / **Ataşehir:** 0537 9742472 / **Kurtköy:** 0539 4422093

● Erhan DEMİRTAŞ

İstanbul Bilgi Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü öğrencileri Aslı Başak Toprak, Tuğbanur Santaş, İpek Arslan ve Zeynep Özgen tarafından, Dr. Öğretim Üyesi Emre Batuhan Kenger danışmanlığında gerçekleştirilen araştırmaya Türkiye'nin farklı illerinden 364 yetişkin katıldı. Sosyal medyada yemek içerikli videoların yeme davranışları ve beden memnuniyeti üzerindeki etkisinin incelendiği araştırmada, katılımcıların hangi tür yemek içeriklerini izlediği ve bu içeriklere ne kadar süre ayırdığı değerlendirildi. Araştırma, yemek videolarını izleme süresi arttıkça kontrolsüz ve duygusal yeme eğiliminin yükseldiğini, beden memnuniyetinin ise azaldığını ortaya koydu.

EN ÇOK TARİFLER İZLENİYOR

Katılımcıların yüzde 37,9'u en sık yemek tarifleri videolarını izlediğini belirtti. Restoran ve yemek incelemeleri yüzde 31,6 ile ikinci sırada yer aldı. Spor ve diyet içerikleri yüzde 18,7 ile üçüncü sırada yer alırken, mukbang ve tadım videolarını en sık izlediğini belirtenlerin oranı yüzde 11,8'de kaldı. Bulgular, yeme davranışları ve beden algısı üzerinde sosyal medyada geçirilen toplam sürenin yanı sıra maruz kalınan içeriklerin niteliğinin de önemli olabileceğine işaret etti.

Araştırma bulgularına göre yemek içerikli videolara ayrılan süre arttıkça kontrolsüz yeme, bilişsel kısıtlama ve duygusal yeme eğilimleri de yükseldi. Özellikle günde 2-4 saat ve 4 saatin üzerinde bu tür içerikleri izleyen katılımcıların yeme davranışlarına ilişkin puanlarının daha yüksek olduğu belirlendi. Video izleme süresi uzadıkça beden memnuniyeti puanlarının da kademeli olarak azaldığı görüldü. Yemek içerikli videoları en uzun süre izleyen katılımcıların beden memnuniyeti puanları ise en düşük düzeyde çıktı.

Araştırma sonuçlarına göre kadın katılımcıların duygusal yeme puanları erkeklerle kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek çıktı. Ayrıca beden kitle indeksi arttıkça beden memnuniyetinin azaldığı, 31 yaş ve üzerindeki bireylerin ise beslenme davranışlarını daha kontrollü biçimde sürdürmeye eğilimli oldukları belirlendi.

Araştırmada sosyal medya platformları arasındaki farklılıklar da dikkat çekiyor. En sık TikTok kullandığını belirten katılımcılar, araştırmadaki en yüksek kontrolsüz yeme puanı ortalamasına sahip. Buna karşılık beden memnuniyeti puanı en yüksek grup Instagram kullanıcıları olarak belirlendi.

“GÜÇLÜ BİR UYARANA DÖNÜŞTÜ”

Araştırmanın danışmanı İstanbul Bilgi Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü Dr. Öğr. Üyesi Emre Batuhan Kenger şunları söyledi: “Sos-



İstanbul Bilgi Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü öğrencilerinin yaptığı araştırmaya göre sosyal medyada yemek videolarını izleme süresi arttıkça kontrolsüz ve duygusal yeme eğilimi de yükseliyor

yal medyada yemek içerikleri artık yalnızca tarif ya da eğlence içeriği olmaktan çıkıp, bireylerin yeme davranışlarını ve beden algısını etkileyebilen güçlü bir dijital uyarana dönüşmüş durumda. Çalışmamız, özellikle yemek videosu izleme süresi arttıkça kontrolsüz ve duygusal yeme eğilimlerinin yükseldiğini, beden beğenisinin ise azaldığını gösteriyor. Bu nedenle sosyal medyayı tamamen olumsuzlamak yerine, kullanıcıların hangi içeriklere, ne kadar süreyle ve nasıl maruz kaldığını dikkate almak gerekiyor. Genç yetişkin-



lerde medya ve beslenme okuryazarlığının güçlendirilmesi bu açıdan kritik görünüyor.”

ÇEKİCİ SUNUMLAR, BÜYÜK PORSİYONLAR

Araştırmanın sonuçlarını ve olası nedenlerini araştırma ekibiyle konuştuk. Ekip, yemek videolarının yeme davranışlarıyla ilişkisini açıklayabilecek durumlardan birinin “dijital iştah” veya “görsel açlık” olduğunu söylüyor. Cızırdayan yemek sesleri, çekici sunumlar ve büyük porsiyonlar gibi yoğun görsel ve işitsel uyaranlar, fizyolojik olarak aç olunmasa bile yeme isteğini artırıyor. Yemek videoları izlenirken gerçek açlık ile psikolojik açlık arasındaki farkı ayırt etmek zorlaşabiliyor.

Araştırma ekibinin paylaştığı bilgilere göre bazı içerikler kontrolsüz yeme isteği veya yeme atağıyla da ilişkili. Stres, yalnızlık veya sıkıntı gibi duygusal durumlarda yemeğin rahatlatma aracı

olarak kullanılmasının duygusal yeme davranışında önemli bir yere sahip olduğu belirtilirken, sosyal medyada sürekli yemek uyarlarıyla karşılaşmanın da bu tür durumlarda yemeğe yönelmeyi kolaylaştırabileceği vurgulanıyor.

BEDEN MEMNUNİYETİ AZALIYOR

Araştırmanın sonuçlarına göre sosyal medya kullanım süresi ve özellikle yemek videolarını izleme süresi arttıkça beden memnuniyeti azalıyor. Beden beğenme azaldıkça kontrolsüz yeme ve duygusal yeme gibi davranışlar da artma eğilimi gösteriyor. Araştırma ekibi bu ilişkiyi sosyal karşılaştırma üzerinden açıklıyor. Sosyal medyada görülen bedenler, yemek düzenleri ve yaşam tarzları çoğu zaman seçilmiş ve özenle hazırlanmış içeriklerden oluşuyor. Bu içerikler kişilerin kendi günlük hayatlarıyla karşılaştırıldığında yetersizlik hissine yol açabiliyor. Özellikle aşırı diyet, kısıtlama ve ideal beden vurgusu içeren videolar görünüş ve kilo konusunda baskıyı artırabiliyor.



FARK AYIRT EDİLEMİYOR

Araştırma ekibi, gençlerin sosyal medyada gördükleri bedenlerin ve beslenme düzenlerinin her zaman gerçek hayatı yansıtmadığını söylüyor. Fiziksel açlık ile psikolojik açlık arasındaki farkı ayırt edebilmek de önem taşıyor Ekip, bir yemek videosu gördükten sonra kişinin kendisine gerçekten aç olup olmadığını sormasının bile etkili olabileceğini düşünüyor. Bir hesabın kişide sürekli yeme isteği, beden kaygısı veya kıyaslama yarattığı fark edildiğinde o hesabı takip etmeyi bırakmanın da faydalı olabileceği belirtiliyor.

Araştırma ekibi, çalışmanın değişkenler arasındaki ilişkileri ortaya koyduğunu ancak sosyal medya kullanımının bu davranışlara doğrudan sebep olduğunu söylemeye izin vermediğini vurguluyor. Ekibe göre çalışmanın bundan sonraki aşamasında, kişilerin daha uzun süre takip edildiği çalışmaların yanı sıra deneysel araştırmaların da yapılması önem taşıyor.

Özellikle mukbang, ASMR, “Bir Günde Ne Yedim” videoları ve aşırı kısıtlayıcı diyet içerikleri gibi farklı formatların ayrı ayrı incelenmesi gerektiği belirtiliyor. Gençlere yönelik rehberlerin, eğitim programlarının ve medya okuryazarlığı çalışmalarının uzun vadede daha etkili olabileceği değerlendiriliyor.

Yeldeğirmeni; İstanbul'un ‘Brooklyn’i seçildi



Türkiye'de ilk kez Kadıköy'de düzenlenen Mural-İST Festivali, 2012 yılında yapılmıştı. Kadıköy Belediyesi takip eden yıllarda da bu festivali, Almanya, Fransa, İtalya, Brezilya gibi pek çok ülkeden gelen misafir sokak sanatçılarının katılımıyla sürdürdü. Yeldeğirmeni semti en çok duvar resminin bulunduğu semtlerden biri olageldi.

● Gökçe UYGUN

Dünya çapında 150'den fazla şehirdeki en havalı mahalleyi belirleyen seyahat yayını Brooklyn Of (brooklynof.com), Yeldeğirmeni'ni “İstanbul'un Brooklyn'i” ilan etti.

Reklam veya sponsorlu içerik barındırmayan bu rehber, 155 şehrin her birinden tam olarak tek bir mahalleyi, somut



Per Stenius, Stockholm'un (İsveç) Brooklyn'i seçilen Södermalm semtinde...

Duvar resimleri, bağımsız kafeleri, restoranları ve özgün mahalle kültürüyle uluslararası bir seyahat rehberinin radarına giren Yeldeğirmeni, İstanbul'un “en havalı” semti seçildi

mekân önerileriyle birlikte öne çıkarıyor. Bir şehrin, ABD'nin en “havalı” semtlerinden “Brooklyn”i olması, tur otobüslerinin güzergâhını değil, yerel ve alternatif ruhunu ifade eden bir metafor olarak kullanılıyor.

Sitede Yeldeğirmeni şu sözlerle anlatılıyor: Yeldeğirmeni; yaratıcı kültürü, bağımsız mutfak ve tasarım odaklı otelleriyle İstanbul'un en havalı mahallesidir. İstanbul'un Anadolu yakasında, Kadıköy vapur iskelesinin hemen arkasında yer alan Yeldeğirmeni'nde, demiryolu çalışanlarının eski konutlarını uluslararası sanatçıların imzasını taşıyan beş katlı dev duvar resimleri süsler. 60'tan fazla devasa

mural, burayı Türkiye'nin en yoğun açık hava sokak sanatı koleksiyonlarından biri haline getiriyor. Üçüncü nesil kahveciler, dar sokakları

tamirhanelerle ve mahalle bakkallarıyla paylaşıyor. Burası, terk edilmiş bir binanın bir gecede galeriye dönüştüğü türden bağımsız bir ruha sahiptir.”

MODAYLA YARIŞTI

Sitede ayrıca Yeldeğirmeni'nin otelleri, kafeleri, restoranları, barları ve dükkanlarına yönelik hazırlanan kapsamlı bir rehberde birlikte sunuluyor. Rehberde büyük zincirler veya sponsorlu içerikler yer almıyor; mekân sıralamaları parayla satılmıyor. Seçimler, her şehirdeki araştırmalara ve yerel trend öncülerine dayanıyor; farklı düşünen okuyucular da kendi argümanlarını sunmaya davet ediliyor.

Brooklyn Of'un yaratıcısı Per Stenius, “Birçok şehirde bu seçim neredeyse tam bir fikir birliğine dayandığını belirterek, “Bazı şehirlerde ise bir taraf seçmek gerekiyor. İstanbul kararı; Moda, Balat ve Karaköy gibi güçlü adayları geride bırakan Yeldeğirmeni'nden yana kullanıldı.” diyor.

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

İŞİTME SAĞLIĞI EKİPMANLARI
CİHAZ PİLLERİ
KULAK TIKACI

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

675 13 312 10

0 216 345 00 25
0530 029 06 01

www.pozitifduyu.com.tr

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

HAVALI SEMTLER!

<https://brooklynof.com> sitesinde, İstanbul'un diğer cool (havalı) mahalleri şöyle sıralanıyor: Moda, ağaçlıklı sokakları, sahildeki parkları ve plak barlarıyla Yeldeğirmeni'ne kıyasla daha yeşil ve daha yerleşmiş bir ruha sahip. Duvar resimleriyle daha az kaplı olsa da aynı derecede bağımsız bir çizgisi var. Osmanlı döneminin renklerini taşıyan Balat'ta, yeni nesil kafelerin yanında yükselen tarihi sinagoglar semte karakterini veriyor. Instagram kitesini burayı keşfetmiş olsa da eski Rum ve Yahudi mirası varlığını hâlâ hissettiriyor. Avrupa yakasının eski liman semti olan Karaköy; dönüşüme uğramış antrepolarda yer alan tasarım stüdyoları, nitelikli kahveciler ve galerilerle dolu. Yeldeğirmeni'ne göre daha lüks ve -kiralardan işletme giderlerine kadar- daha yüksek bütçeli.



EDEBİYAT HAYATINDAN HATIRLAMALAR - 380

alıntılara yer verdiğimiz "Edebiyat Hayatından Hatırlamalar" köşesi bu hafta Katharine Burdekin ile devam ediyor

Hazırlayan: Leyla ALP

KATHARINE BURDEKIN (23 TEMMUZ 1896- 10 AĞUSTOS 1963)

Feminist distopya edebiyatının öncü isimlerinden biri olarak kabul edilen Katharine Burdekin, 23 Temmuz 1896'da İngiltere'nin Derbyshire kentinde dünyaya geldi. Eğitimini Cheltenham Ladies' College'da tamamladı. Edebiyat dünyasına 1922 yılında yayımlanan Anna Colquhoun adlı romanıyla adım attı. 1920'li yıllarda dönemin önemli entelektüel çevreleriyle temas kurdu; Virginia Woolf ve Bertrand Russell gibi isimlerle aynı entelektüel ortamın içinde bulun-

du. Döneminin siyasi koşullarından ve olası tepkilerden korunmak amacıyla eserlerinin büyük bölümünü "Murray Constantine" takma adıyla yayımladı. Gerçek kimliği ise ölümünden yıllar sonra, 1980'lerin ortalarında akademisyen Daphne Patai tarafından yürütülen araştırmalar sonucunda ortaya çıkarıldı. Burdekin'in edebi dünyasının merkezinde iktidar, totalitarizm, patriarka, din, savaş ve toplumsal cinsiyet meseleleri yer aldı. Özellikle kadınların toplumdaki konumunu sorgulayan eserlerinde,



erkek egemen düzenin yalnızca bireysel hayatları değil, siyasal ve kültürel yapıları da nasıl şekillendirdiğini ortaya koydu. Katharine Burdekin'in en önemli eseri kabul edilen Swastika Geceleri (Swastika Night), 1937 yılında "Murray Constantine" adıyla yayımlandı. Nazilerin dünyayı ele geçirdiği ve insanlığın faşist bir düzen altında yaşadığı karanlık bir geleceği tasvir eden roman kadınların bütün haklarından mahrum bırakıldığı, toplumun katı bir erkek egemenliği üzerine kurulduğu bu distopik dünyada

tarih de iktidarı ihtiyaçlarına göre yeniden yazılmasını anlatır. Katharine Burdekin, yaşadığı dönemde eserlerinin taşıdığı politik ve feminist öngörü nedeniyle hak ettiği ilgiyi göremedi. Üstelik kitaplarının önemli bir bölümünü kendi adıyla değil, Murray Constantine takma adıyla yayımlaması, edebiyat tarihindeki görünürlüğünü daha da azalttı. Gerçek kimliğinin ölümünden yıllar sonra ortaya çıkmasıyla birlikte eserleri yeniden keşfedildi. Yazarın Encore Yayınları tarafından yayımlanan Swastika Geceleri isimli kitabından bölümler paylaşıyoruz.

SWASTİKA GECELERİ

Şövalye, kilisedeki Swastika'nın batı kanadında bulunan Kutsal Hitler şapeline doğru döndü; orgun tellerinin her zamanki o etki-leyici, yüksek sesi ve o mukaddes baterilerin gümbürtüsüyle İman Töreni başladı. Hermann, solo şarkı söyleyen uzun ipek saçlı sarışın yakışıklı oğlanı rahatça görebileceği kuzey kanadındaki Goebels şapeline oturuyordu.

(...)

Hermann çok hevesliydi. Kadınların İbadeti'ni zerre kadar umursamıyordu, kadınlar üç ayda bir sığır sürüsü gibi güdülererek kiliseye getirilirlerdi. Küçük kız çocukları, hamile kadınlar, yaşlı kocakarılar, yürüyüp ayakta durabilen bütün dişi yaratıklar gelirdi. Sadece bebeklere bakmak için birkaç kişi Kadınlar Bölgesinde kalırdı. Kadınlar kilisede Göring ve Goebels kollarından öteye geçemezlerdi, hatta daha az kutsal olan bu şapellere girmeleri bile yasaktı. Swastika'nın bir bölümüne tıkipip kalmak zorundaydılar ve oturmalarına izin verilmezdi. Şu anda bile iki Nazi, erkeklerin oturduğu sandalyeleri kaldırmıyordu. Kadınların sağrıları kutsal yerlere yakışmayacak kadar pisti, o küçük ayaklarından çok daha pis. Onlar öyle ayakta dururken Şövalye onları aşağılıyor; erkeklerle körü körüne boyun eğmelerini ve itaat etmelerini salık veriyor; Tanrı Hitler'in, erkeklerin oğullarını beslemelerine ve Erkekliğin Kutsal Gizemi ile temas kurmalarına izin verdiğini hatırlatıyor; erkek Dokunulmazlar, Hristiyan erkeklerle herhangi bir ayrılaşta bulunduklarında en korkunç şekilde cezalandırılacaklarını söyleyerek tehdit ediyor; sözle ya da gözyaşıyla veya Erkek çocuğun alınması cezasıyla karşılaşacaklarını bildiriyordu.

(...)

Şövalye Hitler şapelinden çıktı, bir Nazi tarafından içeri sokulan kadın ve kızlara baktı. Burunlarını çekmeye başlamışlardı bile; küçük çocuklardan bazıları daha onu görmeden, daha o ağzını açmadan bağıra bağıra ağlamaya başlamışlardı. (...)

Bütün kadınlar girince Nazi dışarı çıktı, büyük kapıyı arkasından kapattı, edip olduğu üzere kilitledi. Kapının çarpmasıyla haykırışlar daha da arttı. Kadınlardan biri derin derin hıçkırıyordu. Şövalye, Efendi Hitler'e atfedilen bir deyişi hatırladı: "Almanlar, kalplerinizi taşlaştırsın. Kalplerinizi her şeye karşı, ama en çok da kadınların gözyaşlarına karşı taşlaştırsın. Bir kadının ruhu yoktur ve bu yüzden de acı çekemez. Onun gözyaşları sahtedir, aldatmacadır." Şövalye bıyığının altından dudaklarını çimdikledi, toplaşan kalabalığa baktı ve şöyle düşündü: "Sanırım bunu bir başkası söylemiş olmalı. Zavallı sığırlar, ağlamak için gelip duruyorlar."

(...)

Alman düşüncesine göre bir kadını sevmek bir kurtçuğu, bir Hristiyan'ı sevmekle aynı şeydi. Kadınlar böyle yaratıklardı. Tıraş edilmiş saçsız kafaları, daracık kıyafetlerinin ortaya çıkardığı kadınsı bedenlerinin acınası dengesizliğiyle-yürürken ve ayakta dururken ezik bir tavırla başlarını eğişleri, başları önde, kanınları dışarıda, kalçaları yanlarına doğru taşmış-erkeklerle özgü nitelikler olan zerafetten, güzellikten, doğruluktan yoksundular. Bir kadın erkekler gibi durmaya kalkarsa dayak yerd.

(...)

İnsanın kadınlarla konuşabileceği pek az şey vardı. Çok zeki bir köpekten biraz daha fazla akıllıydılar ve zaten neredeyse her şey onların dinlemeyecekleri kadar kutsaldı. Erkeklerin hayatlarıyla ilgili her şey yasaklanmıştı ve elbette onlara Hitler İncili'nden, Efendilerinin ve Arkadaşlarının kahramanlıklarından başka bir şey okunmasına imkân yoktu. (...)

En önemli şey, genç kadınların kafasına tecavüze uğramaya aldrış etmemeleri gerektiğini sokmaktı. Elbette Şövalye bu terimi kullanmamıştı, çünkü küçük yaşta çocuklara karşı işlenmediği sürece tecavüz diye bir suç yoktu. Ve Şövalye'nin de bildiği gibi bu, küçük kızlardan çok ırkın yararmasına düşünülmüş bir şeydi. Ergenliğe yeni geçmiş kızlar tecavüz sonucu çılgın bebekler doğurabilirlerdi. On altı yaşından sonra kadınların bedenleri tam olarak gelişiyor ve bu tehlike de geçiyordu; tecavüz irade ve seçenek ve kadınlar tarafından bir red-detme ruhu anlamına geliyordu; böyle bir suç olamazdı.

(Syf 19-27)



sa olsun, yüzlerce yıl boyunca da olmayacak belki. Kadınların o fotoğraftaki gibi olmaları için nesiller geçmesi gerekecek."

"Peki neden kendilerini bu kadar alçalttılar?" dedi Alfred.

"Kadının İndirgenmesi'ni kabul ettiler. Alman erkekleri tarafından düşünülerek planlanmış, kasıtlı bir şeydi bu. Kadınlar daima erkeklerin istedikleri gibi olacaklardı: iradesi olmayan, karakteri ve ruhu olmayan, sadece erkeklerin yansıması olan canlılar. Bu yüzden, oldukları ya da olabilecekleri şey onların suçu ya da erdemi değildi. Erkekler onların güzel olmalarını isterlerse güzel olacaklardı. Erkekler onların irade ve karakter sahibi gibi görünmelerini isterlerse, böyle bir görünüm sergileyeceklerdi ama bu sadece rol icabı olacaktı. Erkekler onların özgür ve bağımsız, hatta erkeksi görünmelerini isterlerse bunların taklidini yapacaklardı. Ama erkeklerin yapamadıkları, asla başaramadıkları şey ise, bu körü körüne itaate son vermek ve kadınların erkekleri yadsıyarak itaatsizlik etmelerine sebep olmaktı. Bu insan ırkının bir trajedisidir."

"Anlamıyorum, efendim," dedi Alfred.

"Kadınların erkeklerle itaat etmesi doğrudur. Bunun dışındaki her şey doğallıktan uzaktır."

"Erkekler hatasız olsaydı, bu olabilir; sayet kadınların, ırkın sağlık ve mutluluğuna fayda getirecek şeyler yapmalarına ön ayak olsalardı. Ama liderlik ederken bir hata yaptılar. Küçük münferit hatalar çok önemli değildir, ama bütün dünyayı ilgilendiren, Japonların kölevari bir taklitçilikle bizden kopyaladıkları bir hata, dehşet verici ve

korkunç bir trajedidir: Almanlar kadınları, kendi iradeleriyle var olamayacak hale getirdiler ve insan ırkının yeryüzünden silinmesine sebep oldular. Erkekler intihar ediyor ama cesaretsizlikleri tamamen bilinçsiz olan kadınlar da hiç doğmuyorlar."

"Bunu yapıp yapmamanızın bir önem i yok zaten. Almany'a'da her erkeğe bir kadın düşmüyor; İngiltere'de durum daha vahim. Bizim sahip olacağımızdan fazla çocuğunuz olmayacak."

Alfred bir an duraladı; sonra, "Erkekler kadınların, neden şu fotoğraftakinden farklı olmalarını istediler, anlayamıyorum," dedi. "Hepsi de çıldırmış olmalı."

Kadınlar konuşan hayvanlar düzeyine kadar indirgendiğinde, artık onların da bir ruhu olduğuna inanmaları mümkün olmadı. (Syf 93-97)

Bütün ahlakları, dinleri savaş olan, çocukluklarından beri savaşa şartlanmış insanlar; memnun olmasalar da savaş beklentisiyle yaşayabilirler. Ama bu beklenti tükendiğinde şartlanma değişmelidir yoksa insanlar, ortaya uyum sağlayamayan hayvanlar gibi yok olup giderler. (Syf 101)

Alfred on adam gücünde hissediyordu kendini. Hayatı boyunca yiyerek, içerek, severek, arzu duyarak ya da beceri kazanarak değil de, uyuyarak güçlenmişti hep. Bunu asla anlayamamıştı. İnsan soyunun karanlıklarını keşfetmek için hayatı boyunca mücadele ederek umutsuzluğa kapılmış, çaresizliğe düşmüş de olsa, uykusundan uyanınca hep kendini savaşa hazır hissediyor; sıkıntı, hüznün, korku ve deliliğin yok olduğunu görüyordu. Sanki içinde bir şey -beyni değil- ondan daha iyi bir şekilde düşünmeye devam ediyor, ona kesin bir şey söylemese de, Alfred kendini, uyumadan önce bulunduğu yerden daha ilerlemiş gibi hissediyordu. Bazen intihar edip acılı çelişkilerinden sonsuza dek kurtulma düşüncesiyle uykuya dalıyordu, çünkü kendini rüzgâra ve sise karşı boş yere vasaşan biri gibi hissediyordu; ama sonra vadesi dolana kadar, son anına kadar yaşamaya karar vermiş bir halde uyanıyordu. "Çünkü yeterince uzun süre düşünürsem anlamak zorundayım," diye düşündü. (Syf 123-124)

Yüzlerce yıldır kimse, insanın kulağı tırmalayan ucuz şeylerden ve çalıntı eserlerden başka bir şey yazmadı. Kültürü kökünden kesip sonra da çiçek açmasını bekleyemezsin. Çoğumuz müziği sever. Pek çoğumuz çalgı çalan mükemmel müzisyenlerdir ve yine çoğumuz detone olmadan, içten gelecek şarkı söyleyebilir. Ama müzik yapamayız. Müzik yapacak bir şeyimiz kalmadı. Sağlam bir kültürün nasıl oluşturulacağını ya da erkeklerin yaratıcı ruhunun nasıl işlediğini kimse bilmiyordu ve bilemeyecek de. (Syf 148-149)

Dünyanın en güzel 15 kelimesi seçildi

Dil öğrenme platformu Babel, 75'ten fazla dilden 223 kelimeyi uluslararası bir jüriye sundu. Māori dilindeki "Kaitiakitanga" dünyanın en güzel kelimesi seçilirken, Türkçeden "yakamoz" da 15 kelimelik final listesinde yer aldı

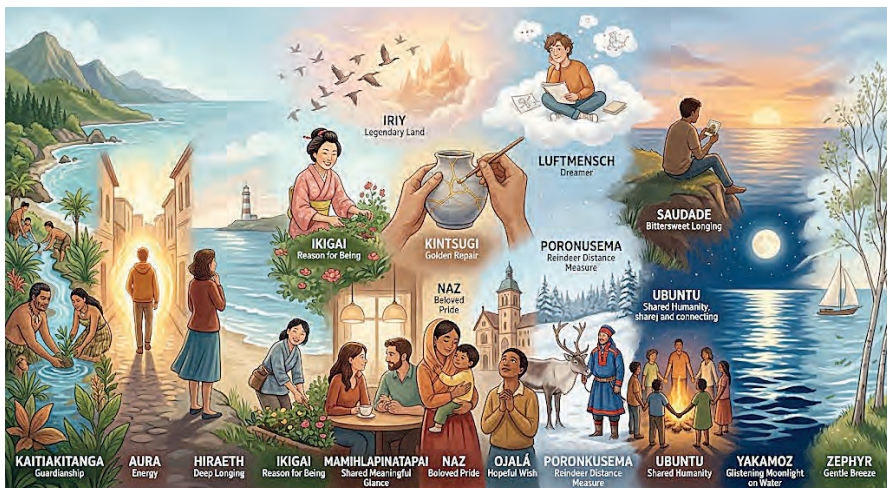
Dil öğrenme platformu Babel, farklı dillerdeki kültürel ve anlamsal zenginliği ortaya koymak amacıyla kapsamlı bir araştırma gerçekleştirdi. Reddit ve TikTok başta olmak üzere çevrimiçi dil topluluklarında yürütülen binlerce tartışmanın incelenmesiyle 75'ten fazla dile ait, başka dillere doğrudan çevrilmesi zor 223 kelimelik bir havuz oluşturuldu. Bu kelimeler daha sonra uluslararası dilbilimciler, yazarlar ve kültür uzmanlarından oluşan jüri tarafından değerlendirildi. Kelimeler; ses yapısındaki ahenk, anlam derinliği, nadirlik ve kültürel önem gibi kriterler üzerinden ele alındı.

Değerlendirme sonucunda listenin zirvesine Maori dilindeki "Kaitiakitanga" yerleşti. Kaitiakitanga, doğayı ve çevreyi yalnızca koruma fikrini değil; toprağa, suya ve canlılara hem bugün hem de gelecek nesiller adına karşı duyulan manevi gözetme ve koruma sorumluluğunu ifade ediyor. Jürinin bu kelimeyi öne çıkarmasında, insanı doğanın sahibi olarak değil, onun emanetçisi ve koruyucusu olarak gören anlayışı tek

bir kelimedede ifade edebilmesi etkili oldu.

TÜRKÇEDEN "YAKAMOZ" LİSTEDE

Seçilde Türkçeden de "yakamoz" kelimesi yer aldı. Jüri yakamozu "Ay ışığının deniz veya su yüzeyinde oluşturduğu gümüş renkli parlıtı" şeklinde tanımlayarak tek sözcükle etkileyici bir manzarayı anlatabilmesini öne çıkardı.



Oda müziğinin yıldızları Kadıköy'de buluşacak

6. İstanbul Uluslararası Oda Müziği Festivali, 6 Eylül'de Kadıköy Belediyesi Süreyya Operası'nda başlıyor

din, Alexandra Soumm, Máté Szűcs, Lydia Shelley ve Julien Libeer tarafından verilecek. Festival kapsamında ayrıca Türkiye'nin yenilikçi perküsyon topluluklarından sa.ne.na ve Anatolian Clarinet Connection da sahne alacak.

11 Eylül'de gerçekleştirilecek "Festival Buluşması" konserinde ise keman sanatçıları Emmanuel Coppey ve Katerina Chatzinikolau, viyola sanatçıları Razvan Popovici ve Ali Başeğmezler ile viyolonsel sanatçıları Marc Coppey ve Nil Kocamangil bir araya gelecek. Sanatçılar, yaylı çalgılar repertuarından seçkin eserleri seslendirecek.

GENÇ YILDIZLAR USTA İSİMLERLE AYNI SAHNEDE

Festivalin genç müzisyenlere yönelik projelerinden "Festivalin Genç Yıldızları" da ikinci yılında devam ediyor. Proje kapsamında bu yıl kemancı Deniz Yakın, viyolonselci Beliz Güney ve kontrbasçı Çağatay Yurt, dünyaca ünlü viyola sanatçısı Miguel Da Silva ve piyanist Caspar Frantz ile birlikte sahne alacak.

19 Eylül'de gerçekleşecek konser, genç müzisyenlerin uluslararası sanatçılarla aynı sahneyi paylaşmasına olanak sağlayacak.

Festivalin kapanış konserinde ise iki kez Echo Klassik ödülüne layık görülen Alliage Quintett sahne alacak. Topluluk, 24 Eylül'de Süreyya Operası'nda müzikseverlerle buluşacak.

Festival kapsamında Prof. Carolin Widmann, Prof. Marc Coppey ve Prof. Razvan Popovici, konservatuvar öğrencilerine yönelik ücretsiz keman, viyolonsel ve viyola masterclassları düzenleyecek. Başvuru ve dinleyici katılımının ücretsiz olduğu programlar, genç müzisyenlerin sahne alacağı konserlerle tamamlanacak.

Festivalde konserlerin yanı sıra "OFF-THE-RECORD" ve "İlham Veren Buluşmalar" başlıklı söyleşiler de düzenlenecek. Sanatçıların müzik tercihleri, eğitim süreçleri ve kariyer deneyimlerinin ele alınacağı söyleşilerde Fedor Rudin, Alexandra Soumm, Máté Szűcs, Lydia Shelley, Julien Libeer, Anatolian Clarinet Connection ve "Festivalin Genç Yıldızları" projesinin sanatçıları dinleyicilerle buluşacak. İlham Veren Buluşmalar'ın konukları ise Prof. Carolin Widmann, Prof. Marc Coppey ve Prof. Razvan Popovici olacak.

İstanbul Uluslararası Oda Müziği Festivali, altıncı yılında da dünyaca tanınan sanatçıları ve genç müzisyenleri İstanbul'da bir araya getirecek. İstanbul Büyükşehir Belediyesi (İBB) Kültür Dairesi Başkanlığı tarafından düzenlenen festival, 6-24 Eylül 2026 tarihleri arasında Kadıköy Belediyesi Süreyya Operası'nda gerçekleştirilecek.

Festivalin açılış konseri, 6 Eylül'de Fedor Ru-

Kadıköy Çizgi Festivali afiş yarışmasının kazananları belli oldu

Karikatür Evi'nin düzenlediği Kadıköy Çizgi Festivali'nin afiş yarışması sonuçlandı. 143 genç sanatçı ve tasarımcının 174 eserle katıldığı yarışmada Emine Sarı birinci, Berkan Deryal ikinci, Zeynep Tarhan ise üçüncü oldu

● Deniz Şimal TAŞAN

Kadıköy Belediyesi Karikatür Evi tarafından bu yıl 25, 26 ve 27 Eylül tarihlerinde yedincisi düzenlenen Kadıköy Çizgi Festivali için gerçekleştirilen afiş tasarım yarışması sonuçlandı. Türkiye genelinde 18-35 yaş arasındaki 143 genç tasarımcı ve sanatçının 174 eserle başvurduğu yarışmada Emine Sarı birinci, Berkan Deryal ikinci, Zeynep Tarhan ise üçüncü oldu.

Genç sanatçı ve tasarımcıların festivalin görsel kimliğine katkı sunmasını amaçlayan yarışmada birbirinden özgün çalışmalar değerlendirildi. Yarışmanın seçici kurulunda Prof. Dr. Doğan Aslan, Hicabi Demirci, M. K. Perker, Necdet Yılmaz, Doç. Dr. Nihat Durun ve Ömür Kurt yer aldı.

ÖDÜL TÖRENİ FESTİVALDE

Yarışmada birinci seçilen tasarımın sahibi-ne 30 bin TL ve sanatsal malzemeler, ikinciye 20 bin TL ve sanatsal malzemeler, üçüncüye



ise 10 bin TL ve sanatsal malzemeler ödül olarak verilecek. Dereceye giren ve sergilene-meye değer bulunan afiş tasarımları, Kadıköy Çizgi Festivali kapsamında düzenlenecek törende ödüllendirilecek. Seçilen eserler festival süresince sanatseverlerle buluşurken, çalışmalar ayrıca hazırlanacak dijital albüm-de de yer alacak.

Kadıköy Çizgi Festivali, 25, 26 ve 27 Eylül tarihlerinde çizgi roman ve karikatür tutkun-larını Kadıköy'de bir araya getirecek.

19 sanatçı, tek tema: Kurtuluş

● Deniz Şimal TAŞAN

19 sanatçının resim, heykel, maske ve seramik gibi farklı disiplinlerdeki 80'in üzerinde eserinin yer aldığı sergi, 30 Ağustos Zafer Bayramı'na kadar sanatseverleri ağırlamaya devam edecek.

BİREYSEL YA DA TOPLUMSAL KURTULUŞ

Tayfa İstanbul'un küratörü Cenk Çığır, eşi Burgu Çığır ile birlikte sanat alanındaki çalışmalarını ve "Kurtuluş" sergisini anlattı. Tayfa

İstanbul'un iki eski turizmcinin pazar sabahı kahvaltılarında kurduğu bir hayalden ortaya çıktığını belirten Cenk Çığır, "Burada ayda bir sergi yapıyoruz ama sadece sergi yapmıyoruz. Yıl boyunca resim, seramik, heykel gibi sanatın her dalında atölyeler gerçekleştiriyoruz. Burayı bir sanat portalı olarak yönetmeye çalışıyoruz." dedi.

"Kurtuluş" sergisinin 30 Ağustos Zafer Bayramı'nda sona ereceğini belirten Çığır, serginin temasına ilişkin, "Buradaki temel mantık, sanatçının bireysel ya da toplumsal kurtuluşunu simgeleyen, ona yönelik eserleri elimizden geldiğince bir araya getirmekti. Türkiye Cumhuriyeti'nin çok önemli bir tarihi olan 30 Ağustos, kurtuluşun adı. O yüzden serginin adı da 'Kurtuluş'. Bu sergide 19 sanatçının 80'in üzerinde eserini ağırlıyoruz." ifadelerini kullandı. Çığır, serginin ana tema eserinin ise Serap Güven'in "Kurtuluş" adlı çalışması olduğunu söyledi.

HARABEDEN ÇIKAN YEŞİL FIDAN

Emekli öğretmen Serap Güven, sergide "Kurtuluş", "Özgürlük" ve "Altılı At"

adlı eserlerinin yer aldığını belirtti. "Kurtuluş" eserinin kendisi için özel bir anlam taşıdığını ifade eden Güven, eserine ilişkin, "Kurtuluş sergisinin anlamı benim için çok büyük. 'Kurtuluş'ta yıpranmış, dökülmüş, savaştan çıkmış o harabenin içinden çıkan küçük bir fidandan alevlenen, çoğalan yeşil bir fidanı anlattım. Akıllık çalıştım." diye konuştu.

Gamze Ergin, eserlerinde endüstriyel sanat anlayışından ve sıfır atık yaklaşımından yararlandığını belirterek, "İnsanların attıkları anahtarları, düğmeleri tabloların üzerine yerleştirip bir kompozisyon oluşturuyorum. Bu sergide yer almak çok keyifli. Özellikle eserlerimin birileri tarafından beğenilmesi, hoş ve değişik bulunması bana keyif veriyor ve motivasyon sağlıyor." dedi.

İranlı ressam Laleh Bakhiary, eserlerinde akrilik boya ve spatula kullandığını belirterek, "Tuval üzerinde akrilik çalışıp spatulayla çiziyorum. Resimlerim daha çok insan figürlerinden oluşuyor. Bu sergide yer almak çok heyecanlı ve gurur verici. Ayrıca Tayfa İstanbul'un atölyelerinde eğitimlik yapıyorum." şeklinde konuştu.



HAFTANIN PUSULASI

Hazırlayan: Semra ÇELEBİ

KİTAP



Cici Köpek

Geleneksel bir aile hayatı süren iş insanı Agnes'in yolu ruhlarla iletişim kurma yeteneğini polisiye olayları çözmek için kullanan Marlene ile kesişir. Bambaşka yaşamalar süren iki kadının hikâyesini iç içe geçiren olaylar Agnes'in kızı Sophia'nın kaçırılmasıyla başlar. Fakat Agnes'in başına gelen felaket kızının kaçırılmasından ibaret değildir. Cici Köpek Filipinler'in politik tarihinden izler taşıyan ve modern yaşamın açmazlarını gerçeküstü öğeleri yardımı çağırarak duyumsatan sürükleyici bir hikâye. (Tanıtım Bülteninden) *Livera Kitap* / 276 sf / Ağustos 2026

Dikkat çeken yeniler:

- İyi Kız / Aria Aber / İthaki Yayınları
- Siyah Ciltli Kitap / Mert Demiray / Kırmızı Kedi Yayınları
- 18'imde Düşüm Yollara / Yu Hua / Jaguar Kitap

ALBÜM



Mabel Matiz "Limoncello / Ha Leylim"

Mabel Matiz'in "Ha Leylim" isimli yeni single çalışması, video klibiyle birlikte müzikseverlerle buluştu. Pose Records etiketiyle sunulan, Mabel Matiz'in yakın gelecekte yayımlamayı planladığı "Limoncello" albümünün de ön teklisi olma niteliğini taşıyan şarkının söz ve müziği Mabel Matiz'e, düzenlemesi Cem Özel'e ait. Davul ve perküsyonları Florian Gouëlo tarafından Los Angeles'da, synth ve klavyeleri London Greystoke Studio (Andy Whitmore) ve Silver Shark Studios'ta gerçekleştirilen parçanın, mix ve mastering çalışmaları ise Grammy ödüllü ses mühendisi Prash "Engine-Earz" Mystery tarafından tamamlandı. Kapak fotoğrafı Gabriel Vorbon imzalı.

Yönetmenliğini, daha önce "Sarmaşık", "A Canım" ve "Umrumsı" kliplerinden tanıdığımız Sinan Tuncay'ın video klipte Seda Sayan, Çağlar Ökten ve Hazal Türesan gibi ünlü isimler Mabel Matiz'e eşlik ediyor.

Ruhu dinlendiren yeniler:

- Kiracı / Karya Sezen
- Ben Yanmam / Burcu Güneş
- Constant Companion / Sam Smith

FİLM

Salgın (Contagion)



Steven Soderbergh'in yönettiği 2011 yapımı Contagion (Salgın) Netflix kütüphanesine geldi. COVID-19 pandemisi döneminde gerçekliğiyle izleyenleri şok eden film, Çin'den dünyaya hızla yayılan ve solunum yoluyla bulaşan ölümcül "MEV-1" virüsünün yarattığı küresel kasusu konu alıyor. Gwyneth Paltrow, Matt Damon, Jude Law, Kate Winslet ve Marion Cotillard gibi yıldız isimlerden oluşan kadrosuyla dikkat çeken film; sıfırıncı hastadan aşı geliştirme çabalarına, panik dalgasıyla çöken toplumsal düzenlen komple teorilerine kadar bir salgının tüm boyutlarını gözler önüne seriyor. Filmdeki sahnelerin bir "kehanet" gibi 2019'da gerçekleşmiş olmasının arkasında aslında senarist Scott Z. Burns'ün titiz ön araştırması yatıyor. Film Netflix'in yanı sıra Amazon Prime Video veya Apple TV platformları üzerinden de izlenebilir.

“Örgütlü bir halkı hiçbir kuvvet yenemez!”

ALPER TURGUT

alperturgut@yahoo.com



“Yüzyıllık Yalnızlık” (Cien años de soledad), bırakın salt bu yılı, tüm dizi tarihinin en niş seyirliklerinden biri olmayı başardı, kanımca. Oysa en başta, bu karmaşık, çok katmanlı ve çok karakterli roman çekilemez, çekilse de rüştünü ispat edemez gibi bir önyargı kamburuyla çıkmıştı yola. Ancak Kolombiyalıları bunu, efsanevi yazar Gabriel García Márquez’in mirası olarak görünce, onun evlatları da işin başına geçince, büyükülü gerçekçilik denen müthiş ve çekici akım, resmen ete kemiğe bürünmüş oldu. Hem edebi esere sadakat hem de görsellik ve anlatım yerli yerindeydi, haliyle tüm kuşkuclar bir anda dağılıverdi. Üstelik bizi finale götüren ikinci sezon, ilk sezonun da üstünde bir sinematografiye imza atmıştı. Kendi adımı, bu yapıt için hayırlıdığım biricik şey, keşke birkaç sezon sürseydi ve hatta hiç bitmeseydi idi.

Gelecek yıl, Yüzyıllık Yalnızlık romanı 60 yaşına girecek, büyükülü gerçekliğin bu en bilindik kilometre taşının, en az bir 40 senesi var, devri daim olabilmesi için. Şa-kası bir yana, nesillere hitap eden ve ede-

cek olan romanın, artık okurken kendi zihninizde canlandırdığımız halini kıyaslayabileceğimiz, 16 bölüm çekilmiş bir dizi var elimizde. Görece ucuz, baştan savma ve vasat işleriyle bilinen Netflix’in, bu dizinin yapım maliyeti hakkında bir açıklaması yok. Ancak dört ayrı kasaba inşa etmek, 600 kişilik prodüksiyon ekibi çalıştırmak ve ana kadro haricinde 20 binden fazla figüranı işe almak, sahiden az buz değil! Zaten Kolombiya’yı geçin, harbiden tüm Latin Amerika bu büyüklükte bir set görmedi.

“Gabo” lakaplı Marquez, muz yetiştirilerek hayata tutunulan Aracataca adındaki küçük bir taşra kasabasında geçen çocukluğunu asla unutmadı. Albay dedesinin iç savaş anıları kadar, masal anlatıcısı nenesi ile büyümek, bir bakıma büyük bir yazarın ilk adımları demektir. Onun yaşamının ilk sekiz yılı, kuşkusuz tüm hayatını etkiledi ve pek meşhur hayali kasaba Macondo böylece doğmuş oldu.

Bundan tam 20 ay önce, dizinin ilk sezon incelemesi yapmış, hüsrana uğramaktan çekinen romanın çoğu sadık okuyucusunu, direkt terse yatırdığını söylemiştik. Çünkü usta yazar Márquez de gerekli özen, emek ve incelikten yoksun kalacağı endişesiyle, yaşarken çekilmesine karşı çıkmıştı. Epik ve büyükülü gerçekçilik, sinemada aynı etkiyi yaratmaz



diyordu. Yine de Kırmızı Pazartesi’nin çevrilmesine ikna olmuş, Kolera Günleri’nde Aşk için ise uzun yıllar, birçok teklifi reddetse de onca ısrar karşısında izin vermiştir. Ama Yüzyıllık Yalnızlık yapısı ve zaman döngüsü sebebiyle, bir filme sığmaz, sığmaz demiş, zaten kimsenin de gözü kesmemiştir.

İki ay önce Kolombiya devlet başkanlığını, ABD ve İsrail kuklası Abelardo de la Espriella’ya bırakan (Latin Amerika da ruhunu kaybediyor), eski bir gerilla olan Gustavo Petro’nun X iletişi ilişti gözüm; “Tüm Kolombiya halkını, yoldaşımız Márquez’in ‘Yüzyıllık Yalnızlık’ eserini izlemeye davet ediyorum. Halkımız, dünya sanatında kendi asi tarihimizi görsün.”

Büyülü gerçekçilik, sadece fantastik ve uçuk kaçık şeyler olarak algılanmasın, oradaki gerçekliğin tarihsel kesinliği vardır ve hayli yıkıcı ve yıkıcıdır. Kâh belgeselvari izler kâh eklenmiş hayal gücü, ne fark eder, mühim olan yaşanmış acılar ve can pahasına mücadele eden insanların asla unutulmamasıdır. Bu sebepten tüm dizinin bence en vurucu hali, ikinci sezonun altıncı bölümünde ortaya çıkıyor. Kesinlikle bu bölümü not edin. Sinematografik bir doruk bu, derin bir yas tutmaya meyilli sahneleriyle.

Doğada kendi halinde yetişen muzı, kimse sahiplenmez ve para kazanmayı filan asla düşünmezdi, çünkü muz herkesindi. İşte sadece onunla beslenirken, mi-

safirliğe gelen ABD’lilere, ettikleri muz ikramı, hayatlarını tümünden değiştirdi. Bu lezzetli meyveyi seven vahşi kapitalistler, akin akin geldiler, muzı paralı, halkları köle ettiler. Bitti mi? Ne gezer! Muz Cumhuriyeti denen alaysı söylemin şaka olduğunu düşünmüyorsunuzdur umarım.

Dizide de bahsi geçen, 1800’lerin sonunda kurulan ve merkezi ABD’de de olan United Fruit Company adlı kanlı ve işbirlikçi şirketin, kaç cuntaya önyak olduğu, kaç katlama yol açtığı bugün bile tam olarak belli değil. Hah! İşte sonradan adı çıkıta olan o şirketin muzları, istisnasız herkesin evine girmiştir. “3000’den fazla kişi” adını taşıyan bölüm, bu şirketin yerli işbirlikçileriyle Macondo’da gerçekleştirdiği büyük katliamı anlatıyor. Ve bu bir gerçek, Marquez henüz bir yaşında bebekken, yaşıdığı Magdalena eyaletinde, haklarını aramak isteyen binlerce emekçi katledildi ve bu somürü tarihine muz katliamı olarak geçti.

“Örgütlü bir halkı hiçbir kuvvet yenemez” (El pueblo unido jamás será vencido) diye hep bir ağızdan haykıran muz işçileri, sahneyi daha da ölüm-süz kılmış. Elbette romandan birkaç sene sonra, başka bir Latin Amerika ülkesini olan Şili’de doğdu bu marş, ancak burası büyükülü gerçekliğin başkentini Macondo, her an her şey olabilir, olağan ve olağanüstü bir akış içerisinde. Diziyi notum, 100 üzerinden 90’dır.

Sinematek/Sinema Evi 35 bin kişiye ulaştı

Kadıköy Belediyesi Sinematek/Sinema Evi, sinema gösterimleri ve etkinliklerle sürdürdüğü 2025-2026 sezonunu 34 bin 665 katılımcıyla tamamladı. 2021 yılından bu yana sinema mirasını korumaya ve film kültürünü yaymaya yönelik çalışmalarını sürdüren Sinematek, sezon boyunca 401 etkinlik düzenledi.

● Erhan DEMİRTAŞ

Kadıköy Belediyesi Sinematek/Sinema Evi, sinema gösterimleri ve etkinliklerle sürdürdüğü 2025-2026 sezonunu 34 bin 665 katılımcıyla tamamladı. 2021 yılından bu yana sinema mirasını korumaya ve film kültürünü yaymaya yönelik çalışmalarını sürdüren Sinematek, sezon boyunca 401 etkinlik düzenledi.

Sinematek/Sinema Evi’nde sezon boyunca 299 film gösterimi gerçekleştirildi. Canlı müzik eşliğinde sessiz sinema filmlerinin gösterildiği “Sessiz Perşembe” etkinliği de 15 kez düzenlendi.

Film gösterimlerinin yanı sıra sinema üzerine 39 sunum, 26 söyleşi, 17 panel ve sohbet ile 20 atölye gerçekleştirildi.

13-14 Haziran tarihlerinde düzenlenen 5. Sinematek Günleri kapsamında 20 panel ve söyleşi, 3 atölye ve 6 kısa film gösterimi gerçekleştirildi. Etkinliklerde 85 konuşmacı ve 17 kurum temsilcisi yer alırken, çoğunluğu öğrencilerden oluşan yaklaşık 2 bin kişi programlara katıldı.

Sezon boyunca farklı ülkelerden sinemacıları da izleyicilerle buluşturdu. Ulrike Ottinger, Odd Geir Sæther, Amélie Bonnin, Eva Trobisch, Anna Roller, Max Riemelt ve Daniela Magnani Hüller gibi isimler söyleşi ve gösterimlerle Kadıköy’deki izleyicilerle bir araya geldi.

Sinematek/Sinema Evi, sezon içerisinde bir de ödüle layık görüldü. 36. Ankara Film Festivali Kitle



İletişim Ödülü, Sinematek/Sinema Evi’ne verildi.

SİNEMA ARŞİVİ BÜYÜTÜLDÜ

Sinematek/Sinema Evi’nin sinema belleğine yönelik çalışmaları da sezon boyunca devam etti. Sinematek Arşivi’nde 2 bine yakın fotoğraf, lobi kartı, senaryo ve afiş ile 757 dijital eser ve 10 bini aşkın belge çevrimiçi olarak erişime açıldı.

Sinematek Kütüphanesi’nde ise sinema alanında 4 bin 551 kitap ve dergi bulunuyor. Tematik kütüphane ve çalışma alanı haftanın her günü ziyaretçilere açık tutuldu.

Sinemanın tarihsel mirasının korunmasına yönelik çalışmalar kapsamında restorasyonu tamamlanan Drakula İstanbul’da, II Cinema Ritrovato Festivali’nde gösterildi. Filmin restorasyonuna ilişkin sergi de sezon boyunca ücretsiz olarak ziyaret edildi.

SİNEMATEK/SİNEMA EVİ

Kadıköy Belediyesi tarafından yeniden inşa edilen binasında 2021 yılından bu yana faaliyet gösteren Sinematek/Sinema Evi; 158 kişilik sinema salonu, kütüphane, sergi salonu, etkinlik odası ve matbu arşiviyle hizmet veriyor. Kurum, film gösterimlerinin yanı sıra panel, sunum, söyleşi, atölye ve sergiler düzenliyor. Sinematek/Sinema Evi, 2023 yılında Uluslararası Film Arşivleri Federasyonu’na (FIAF) üye oldu. Kurum ayrıca Institut Français de Turquie, İstanbul İtalyan Kültür Merkezi, Goethe-Institut, Eye Filmmuseum, MUBI ve II Cinema Ritrovato gibi uluslararası kurumlarla iş birlikleri gerçekleştiriyor.

Sinemada klasik zamanlar

Bir Film’in “Nostaljik Yaz Şenliği” kapsamında Kadıköy’deki 2 sinemada klasik filmler gösteriliyor

Türkiye’nin alternatif film şirketlerinden Bir Film, “Nostaljik Yaz Şenliği” düzenliyor. 6 Ağustos’ta başlayıp 3 Eylül’e dek sürecek olan program kapsamında 14 yönetmenin 29 klasik filmi, 6 farklı sinema salonunda izleniyor olacak.

Seçkide David Lynch, Michael Haneke, Krzysztof Kieślowski, Ingmar Bergman, Jean-Luc Godard ve Akira Kurosawa’nın da aralarında bulunduğu yönetmenlerin filmleri yer alıyor. Gösterimler İstanbul’da Beyoğlu Atlas 1948, Mecidiyeköy Biletanist Torun Center, Kadıköy Sineması ve Caddestolan CKM Sineması’nda; Ankara’da Kült Kavaklıdere Sineması’nda; İzmir’de ise Karaca Sineması’nda yapılıyor.

1 HAFTA 7 FİLM

Festivalin kalan kısmının programı şöyle:
28 Ağustos Cuma – İçimdeki Yangın (Denis Villeneuve)
29 Ağustos Cumartesi – Ran (Akira Kurosawa)
30 Ağustos Pazar – Kıyamet: Son Kurgu (Francis Ford Coppola)
31 Ağustos Pazartesi – Elveda, Lenin! (Wolfgang Becker)
1 Eylül Salı – Duvara Karşı (Fatih Akın)
2 Eylül Çarşamba – Hayalet Köpek Samuray’ın Yolu (Jim Jarmusch)
3 Eylül Çarşamba – Paris, Texas (4K) (Wim Wenders)



BU HAFTANIN PROGRAMI ŞÖYLE:

28 AĞUSTOS CUMA

JAVADOFF – WE DON’T SAY I LOVE YOU



Eurovision birincisi Alexander Rybak ve piyanist Lola Astanova ile aynı sahneyi paylaşan Javadoff, “We Don’t Say I Love You” konseriyle Özgürlük Parkı Açık hava Sahnesi’nde müzikseverlerle buluşacak. Konserde sanatçının kendi eserlerinin yanı sıra sevilen Türk dizi

29 AĞUSTOS CUMARTESİ

YONCANIN 90LAR EKSPRESİ



Konser, dans, dijital sanatlar ve müziği bir araya getiren Yoncanın 90’lar Ekspresi, 90’lı yılların müzik ve popüler kültürünü sahneye taşıyor. Yonca Evcimik’in rol aldığı tek perdelik kabarede, dönemin sosyo-kültürel atmosferi, unutulmaz objelere ve kolektif hafızada yer eden anıları teatral bir anlatımla ele alınıyor. Gösteride geçmişin

müziği günümüz teknolojiyle buluşturulurken, Evcimik izleyiciyle etkileşim kuran bir “zaman rehberi” rolünü üstleniyor.

30 AĞUSTOS PAZAR

TAHSİN HASOĞLU STAND-UP



Tahsin Hasoğlu, günlük hayatın içinden hikâyeleri, ilişkileri, aile yaşamını ve sosyal medyanın komik yönlerini kendine özgü mizah anlayışıyla sahneye taşıyor. Biletler: bubilet.com.tr

31 AĞUSTOS PAZARTESİ

SEYFİ BEY



Türkiye’nin eğlence tarihine damga vuran efsanevi sanatçı Seyfi Dursunoğlu’nun (Huysuz Virjin) kulis arkadaşı yaşamını sahneye taşıyan oyun Özgürlük Parkı’nda. Gencay Ünsalan’ın kaleme aldığı oyun, 2007 yılının soğuk bir kış gecesinde Günay Restoran’ın kulisinde geçiyor. Seyfi Bey’in Huysuz Virjin’e dönüşmek için aynanın karşısına geçtiği sırada aldığı gizemli bir telefon, ge-

cenin tüm seyrini değiştiriyor. 30 yıl önce Huysuz Virjin’in metin yazarı olarak kariyerine başlayan Armağan Çağlayan’ın ustasına hayat verdiği oyunun rejisini Celal Kadri Kınacı yaptı. Biletler: biletinal.com – bubilet.com.tr

1 EYLÜL SALI

METOT



Jordi Galceran’ın yazdığı, Serkan Keskin’in yönettiği Metot, bir iş görüşmesi için aynı odada bulunan dört

adayın işe girebilmek için çeşitli sınavlardan geçmesini konu alıyor. Günümüz iş dünyasının acımasız yönlerini ele alan oyun, 2003 yılında yazıldı ve dünya çapında tanındı. Semaver Kumpanya repertuarında 10 yılı aşkın süredir yer alan Metot, topluluğun 23. yılında yeniden sahneleniyor. Biletler: biletinal.com – tiyatrolar.com.tr

2 EYLÜL ÇARŞAMBA

MEÇHUL PAŞA

Ahmet Sami Özbudak’ın yazdığı, Emrah Eren’in yönettiği Meçhul Paşa, Sabahattin Ali, Aziz Nesin, Rifat Ilgaz ve karikatürist Mustafa Mim Uyuşuz’un çıkardığı Markopaşa gazetesinin hikâyesini



Erdem Akakçe, Bülent Çolak’ın rol aldığı oyunda gazetesinin 77 sayılık yayını serüveninde hakkında açılan 16 dava mizahi bir dille anlatılıyor. Biletler: biletinal.com – tiyatrolar.com.tr – bubilet.com.tr – biletix.com

3 EYLÜL PERŞEMBE

STILL STANDING – URAZ KAYGILAROĞLU

Ekranların sevilen oyuncusu Uraz Kaygılaroğlu tek kişilik stand-up gösterisi “Still Standing” ile tiyatroseverlerle buluşuyor. Kaygılaroğlu, sahne ışıklarını bu kez kendi hayatına çeviriyor, babalık deneyimlerini, aile ilişkilerini, hobilerini ve gündelik yaşamın getirdiği kargaşaları kendine has mizahi dili ve samimi anlatımıyla sahneye taşıyor. Biletler: bubilet.com.tr – biletinal.com – biletix.com – tiyatrolar.com.tr



Millî Eğitim Bakanlığı, 2026-2027 eğitim ve öğretim yılına ilişkin genelgeyi yayımladı. Yeni düzenlemeyle öğretmenlere önlük zorunluluğu getirilirken, randevusuz veli görüşmelerine ve Bakanlık dışındaki deneme ve sıralama sınavlarına izin verilmeyecek. Genelgeye sendikalardan tepki geldi

Millî Eğitim Bakanlığı'na (MEB) bağlı resmî ve özel okul ve kurumlarda 2026-2027 eğitim ve öğretim yılında yürütülecek faaliyetlere ilişkin "2026-2027 Eğitim ve Öğretim Yılına İlişkin İş ve İşlemler" başlıklı genelge yayımlandı. Millî Eğitim Bakanı Yusuf Tekin'in imzasını taşıyan genelgede okullarda güvenlik tedbirlerinden veli görüşmelerine, öğretmenlerin kılık ve kıyafetinden sınav uygulamalarına kadar birçok başlık yer alıyor.

Genelgede, Meclis'te kabul edilen Çerçeve Yasası'nın ardından yasalara sürecin Bakanlığın hedefleri arasında yer alacağı belirtilerek, 2026-2027 eğitim ve öğretim yılının ilk haftası ile yıl boyunca Bakanlık tarafından hazırlanan uygulama kılavuzları doğrultusunda çeşitli etkinlikler planlanacağı ve gerçekleştirileceği ifade edildi.

RANDEVUSUZ VELİ OKULA GİREMEYECEK

"Güvenli Okul İklimi" kapsamında eğitim kurumlarında alınacak güvenlik tedbirlerine de yer verilen genelgeye il ve ilçe yürütme kurulları, eğitim ve öğretim yılı başında toplanarak görev ve sorumluluklarını, okul ve çevresine yönelik olası riskleri değerlendirecek ve gerekli planlamaları yapacak. Okullarda giriş ve çıkışlar kontrollü şekilde sağlanacak, yaya ve araç trafiği birbirinden ayrılacak, kör noktalar aydınlatılacak ve acil durumlarda hızlı ve güvenli tahliyeyi sağlayacak bakım ve onarım çalışmaları tamamlanacak.

Okulun ve öğrencilerin güvenliğini tehdit edebilecek ihbar ve şikâyetler değerlendirilerek gerekli önlemler alınacak. Olumsuz davranışların fiil ve suça dönüşmesini engellemek amacıyla ilgili kurumlara eş güdüm içinde koruyucu ve önleyici tedbirler uygulanacak.

Veli görüşmelerinin ülke genelinde yalnızca "Okul Randevu Sistemi" üzerinden planlanarak

MEB'den yeni eğitim genelgesi: Öğretmenlere önlük, velilere randevu şartı



yürütüleceği belirtilen genelgede, randevusuz veli girişlerine ve öğrencinin vasisi olmayan kişilerin okula girişine izin verilmeyeceği ifade edildi. Uygulamanın, öğretmenlerin mesleki haklarının korunması ve güvenli eğitim ortamlarının sürdürülmesi amacıyla tüm eğitim kurumlarında uygulanacağı kaydedildi.

ÖĞRETMENLERE ÖNLÜK ZORUNLULUĞU

Genelgeyle öğretmenlere önlük giyme zorunluluğu getirildi. Genelgede, eğitim kurumu yöneticileri, öğretmenler ve eğitim çalışanlarının görevlerini yerine getirirken öğretmenlik mesleğinin saygınlığına, temsil sorumluluğuna ve öğrencilere

örnek olma niteliğine uygun davranışlarını gerektirdiği belirtildi.

Kılık ve kıyafette mesleğin vakarına, kamu hizmetinin ciddiyetine ve toplumsal hassasiyetlere uygun hareket edilmesi gerektiği ifade edilen genelgede, öğretmenlerin önlük giyeceği kaydedildi. Uygulamanın eğitim ve öğretim yılı başında yapılacak öğretmenler kurulunda personele aktarılacağı ve millî eğitim müdürlüklerince takip edileceği belirtildi.

BAKANLIK DIŞINDAKİ SINAVLARA İZİN YOK

Genelgede, MEB tarafından hazırlanan sınav ve ölçme-değerlendirme araçları dışında, öğren-

cileri birbirleriyle yarıştıran veya sıralamaya tabi tutan sınav ve uygulamalara da izin verilmeyeceği bildirildi.

Buna göre il, ilçe, okul veya sınıf genelinde deneme sınavı, hazır bulunuşluk uygulaması, tarama sınavı ve benzeri sınavların uygulanmasına ya da öğrencilere satın alınmasına izin verilmeyecek. Bakanlık, uygulamanın velilere ilave mali yük getirmemesini de amaçlıyor.

EĞİTİM-İŞ'TEN GENELGEYE TEPKİ

Genelgeye ilk tepki Eğitim-İş'ten geldi. Sendika, genelgenin eğitimin yapısal sorunlarına çözüm üretmediğini savunarak, düzenlemenin öğretmenler üzerindeki denetimi artırdığını belirtti. Eğitim-İş Genel Merkezi tarafından yapılan açıklamada, "Genelge, eğitimin kronikleşmiş sorunlarına çözüm üretmek yerine öğretmeni daha fazla denetleyen, eğitim süreçlerini merkezî talimatlarla kuşatan ve yönetmeliklerle düzenlenmiş alanlarda dahi genelge yoluyla yeni yükümlülükler yaratmaya çalışan bir anlayışın ürünüdür." denildi.

Öğretmenlerin yoksullaşması, okullardaki personel ve öğretmen açığı, kalabalık sınıflar, ücretli öğretmenlik, eğitimde eşitsizlik ve ağırlaşan çalışma koşullarına dikkat çekilen açıklamada Bakanlığın öğretmenin çalışma koşullarına ilişkin sorunları çözmek yerine geniş kapsamlı bir denetim mekanizması kurmaya çalıştığını savundu. Açıklamada şu ifadeler kullanıldı:

"Bakanlık, öğretmenin yoksullaşmasını, okulların personel açığını, kalabalık sınıfları, öğretmen açığını, ücretli öğretmenlik ayıbını, eğitimde eşitsizliği ve giderek ağırlaşan çalışma koşullarını çözmek yerine, öğretmenin önlüğünden telefonuna, veliyle görüşmesinden kullanacağı dijital platforma, görev yapacağı okuldan görev yapacağı alana kadar uzanan bir müdahale ve denetim düzeni kurmaya çalışmaktadır. Genelgenin bütününe hakim olan 'tavizsiz', 'zorunlu', 'istisnasız', 'kesinlikle', 'ivedilikle', 'hiçbir şekilde' gibi ifadeler de Bakanlığın eğitim çalışanlarıyla birlikte yönetme anlayışından giderek uzaklaştığını göstermektedir. Eğitim, emir-komuta zinciri içerisinde yürütülecek mekanik bir faaliyet değildir. Öğretmen de Bakanlığın her yeni politikasını sorgulamadan uygulamakla yükümlü bir talimat memuru değildir. Eğitim-İş olarak, hukuku genelgelerle aşmaya, öğretmenin mesleki özerkliğini idari talimatlarla daraltmaya ve öğretmeni itibarsızlaştırmaya, okulları güncel siyasi politikaların uygulama alanına dönüştürmeye yönelik hiçbir girişime sessiz kalmayacağız."

Kırtasiye ürünlerindeki gizli risklere dikkat

● Simge KANSU

Çocuk Sağlığı Uzmanı Dr. Kurtuluş Hallaç, kırtasiye ürünlerinde kullanılan bazı maddelerin çocuk sağlığı üzerindeki olası etkilerine dikkat çekti. Hallaç, özellikle çocuklara yönelik ürünlerde kullanılan renkler, kimyasal içerikler ve zararlı maddeler konusunda ailelerin bilinçli seçim yapması gerektiğini belirtti

2026-2027 eğitim öğretim yılı takvimine göre okullar 14 Eylül 2026 Pazartesi günü açılacak. Yaklaşık üç aylık yaz tatilinin ardından öğrenciler yeni eğitim dönemine hazırlanırken, veliler için de okul alışverişi telaşı başladı. Çanta, defter ve kalem gibi temel kırtasiye ürünleri yeniden gündeme gelirken, uzmanlar çocukların sıkça temas ettiği bu ürünlerin içeriklerine dikkat edilmesi gerektiği konusunda uyarıyor. Çocuk Sağlığı Uzmanı Dr. Kurtuluş Hallaç, özellikle çocuklara yönelik kırtasiye ürünlerinde kullanılan bazı renk vericilerin, kimyasal içeriklerin ve zararlı maddelerin çocuk sağlığı üzerindeki olası etkilerine dikkat çekerek ailelerin bilinçli seçim yapmasının önemini vurguladı.

"TOKSİK ETKİLERE NEDEN OLABİLİR"

Hallaç, "Özellikle çocuk ürünlerinde canlı, parlak ve ilgi çekici renkler kullanılır. Bunu sağlamak için üreticiler katkı maddeleri ve çeşitli kimyasallar kullanabilir. İnsan sağlığı açısından zararlı olabilecek bazı maddeler, derinin daha geçirgen olduğu bebek ve çocuklarda daha toksik etkilere neden olabilir. Temas edilen, hatta özellikle ağza alınan, ısırlan veya emilen ürünlerdeki cıva, kurşun, arsenik, benzen gibi zararlı maddeler vücuttaki miktarları arttıkça sağlığı daha fazla tehdit eder." dedi.

Hallaç, zararlı maddelere maruz kalınması durumunda ortaya çıkabilecek belirtilere ilişkin ise şunları söyledi: "Ciltle temas eden toksik maddeler kızarıklık ve kaşıntıya neden olabilirken, yutulan toksik maddeler bulantı, kusma, karın ağrısı ve baş ağrısı gibi belirtilere yol açabilir. Özellikle bu şikâyetler başka bir sebebe dayanmıyorsa zehirlenme ihtimali düşülmelidir. Zehirlenmelerde kişinin hassasiyeti veya alerjik yapısından çok, maruz



kalınan maddenin miktarı önem taşır."

"KURŞUN VE CİVA VÜCUTTA BİRİKEBİLİR"

Hallaç, özellikle kurşun ve cıva gibi ağır metallerin çocukların vücudunda zaman içerisinde birikebileceğine dikkat çekerek, "Kırtasiye ürünlerinde bulunan kurşun ve cıva, vücutta yavaş şekilde birikebilir ve hiçbir belirti vermeden toksik seviyelere ulaşabilir. Çocuklarda ellerde titreme, uyku bozukluğu, sinirlilik gibi belirtiler görülebilir. Daha ileri düzeylerde ise yürüyememe kadar giden ciddi sorunlar ortaya çıkabilir. Ciltle temas eden kızarıklıklar, kaşıntılar ve döküntüler oluşabilir. Kurşun vücutta biriktiğinde en sık karın ağrısı, kabızlık ve bulantı gibi şikâyetlere neden olabilir. Daha büyük yaş gruplarında ise konsantrasyon güçlüğü ve aşırı sinirlilik görülebilir." ifadelerini kullandı.

Alerjik bünyeye sahip çocukların kırtasiye ürünleriyle temasında daha dikkatli olunması gerektiğini söyleyen Hallaç, "Alerjik bünyeli çocuklarda, özellikle egzamaya eğilimli olanlarda, cilt teması sonrası daha fazla reaksiyon görülebilir. Bu çocuklarda kaşıntı daha yoğun olabilir ve ortaya çıkan cilt problemlerinin tedavisi daha zor hale gelebilir" dedi.

ÜRÜNLERDEKİ İŞARETLERE DİKKAT

Kırtasiye ürünlerinde zararlı madde olup olmadığını anlamanın her zaman kolay olmadığını belirten Hallaç, ailelere şu önerilerde bulundu: "Kırtasiye ürünlerinde zararlı madde olup olmadığını anlamak oldukça zordur. En kısa yol, ürün üzerinde CE (Avrupa Birliği uygunluk) işaretinin bulunup bulunmadığına dikkat etmektir. Bunun yanında kolay boya veren, çok keskin kokusu olan, dokunduğunuzda elinizi rahatsız eden, kokladığınızda burnunuzu yakan veya ürünü yaklaştırdığınızda gözünüzü kaşıdıran ürünlerden uzak durmanızı öneririm."



İBB'den okul beslenme desteği

İBB'nin okul çağındaki çocukların sağlıklı beslenmesine katkı sunmak amacıyla hayata geçirdiği Okul Beslenme Desteği'nde yeni dönem başvuruları başlıyor

İstanbul Büyükşehir Belediyesi (İBB), Okul Beslenme Desteği'ni yeni eğitim-öğretim döneminde de sürdürüyor. Ekonomik açıdan dezavantajlı koşullarda yaşayan ailelerin çocuklarına yönelik uygulama kapsamında, hanelere nakdi destek ve Halk Ekmek desteği sağlanıyor. Uygulama çocukların yeterli ve dengeli beslenmesini güvence altına alarak eğitimde sürekliliği ve fırsat eşitliğini sağlamayı hedefliyor.

AYLIK 2 BİN 500 LİRA DESTEK

Kasım 2025'te başlayan hizmet kapsamında; sosyoekonomik desteğe ihtiyacı olduğu tespit edilen ve okul çağında çocuğu bulunan hanelere aylık 2.500 TL tutarında nakdi destek ile günlük 1 adet Halk Ekmek desteği veriliyor. İBB'nin verilene göre uygulama kapsamında 10 Kasım 2025-31 Temmuz 2026 tarihleri arasında 15 bin 714 haneye toplam 306 milyon 668 bin lira nakdi destek sağlanırken, 4 milyon 600 bin 20 adet Halk Ekmek desteği sunuldu.

Okul Beslenme Destek Kartı kapsamında yeni dönemde ihtiyaç sahibi hanelere aylık 2 bin 500 lira nakdi destek verilecek. Bunun yanı sıra günlük bir adet Halk Ekmek desteği de sağlanacak. Destekten yararlanacak haneler, yapılacak sosyal incelemenin ardından belirlenecek.

BAŞVURU KRİTERLERİ

İBB'nin sunduğu bu destekten yararlanabilmek için belirlenen kriterler ise şöyle:

- Başvurular sosyalyardim.ibb.gov.tr internet adresi üzerinden alınacak.
- Sosyal inceleme sonucu sosyoekonomik desteğe ihtiyacı olduğu tespit edilen, halihazırda herhangi bir sosyal destekten faydalanmayan, ilköğretim çağında olan ve okul kaydı olan çocuğu bulunan hanelere nakdi destek ve günlük Halk Ekmek desteği sunulacak.
- Başvurusu olumlu değerlendirilen hanelere iki eğitim-öğretim dönemi boyunca destek sunulacak.



Sosyal Yaşam Evleri'nde yeni dönem başlıyor



Sosyal Yaşam Evleri'nde düzenlenecek resim, seramik, örgü, İngilizce, tiyatro, yaratıcı drama, dans, satranç, fotoğrafçılık, teknoloji ve akıllı cep telefonu kullanımının yer aldığı kişisel gelişim ve hobi kurslarına kayıtlar, 1 Eylül'de başlıyor

● **Seyhan KALKAN VAYIÇ**

Kadıköy Belediyesi, 65 yaş üstü bireylerin yaşlılarıyla bir araya gelerek hem iyi vakit geçirmesi hem de üretmesi için 2013 tarihinde Sahrayıcedit Mahallesi'nde, 2017 yılında 19 Mayıs Mahallesi'nde Sosyal Yaşam Evi açtı.

Sosyal Yaşam Evleri, ileri yaştaki bireylerin aktif ve sağlıklı yaş almalarına yardımcı olurken, sosyalleşmelerine ve kişisel gelişimlerine de katkı sunuyor. Tiyatro, dans, spor ve el sanatları gibi çeşitli kursların yanı sıra geziler, bilgilendirme ve sağlık seminerleri düzenleniyor. Bu çalışmalarla ileri yaştaki Kadıköylülerin keyifli vakit geçir-

mesi, öğrenmesi ve yeni arkadaşlıklar kurması sağlanıyor.

Yıl içinde tiyatro oyunu sahneye koyan, konserler veren ve "Parlak Şapkacılar" dans grubu olarak çeşitli etkinliklerde sahne alan Sosyal Yaşam Evi üyeleri, öğrenmenin, paylaşmanın, üretmenin ve sahneye çıkmanın her yaşta mümkün olduğunu gösteriyor.

KAYITLAR 30 EYLÜL'E KADAR SÜRECEK

Sosyal Yaşam Evleri'nde resim, seramik, örgü, makrome, mefruşat, İngilizce, tiyatro, yaratıcı drama, dans, satranç, fotoğrafçılık, teknoloji ve akıllı cep telefonu kullanımı, bahçe ve bitki bakımı, yoga, pilates, beden farkındalığı ve sandalye

YAZ DÖNEMİ DE GEZİLERLE RENKLENİYOR

Kış dönemi boyunca kişisel gelişim ve hobi kurslarının düzenlendiği, üniversiteler, sağlık kuruluşları ve sivil toplum kuruluşlarıyla işbirliği içerisinde kronik hastalıklar, beslenme, ruh sağlığı, dijital güvenlik, ev kazalarından korunma ve ilk yardım gibi konularda seminerlerin verildiği Sosyal Yaşam Evleri'nde yaz dönemi de çok hareketli geçiyor. Üyeler, müze ve tarihi mekân gezileri ile keyifli zaman geçiriyor.

üzerinde egzersiz gibi çalışmaların yer aldığı kişisel gelişim ve hobi kurslarının yeni dönem kayıtları 1 Eylül'de başlıyor.

Kadıköy'de ikamet eden 65 yaş ve üzeri kişilerin başvuru yapacağı kurslar için Sosyal Yaşam Evi üyeliğinin bulunması gerekiyor. Kurslara katılmak isteyen ama üyeliği olmayanlar, kimlik-

leriyle birlikte Sosyal Yaşam Evleri'ne başvurarak ücretsiz üyelik işlemlerini gerçekleştirebilir.

30 Eylül'e kadar devam edecek ücretsiz kurslar için ön kayıt yaptırmak ve ayrıntılı bilgi almak isteyenler, 19 Mayıs Mahallesi ve Sahrayıcedit Mahallesi Sosyal Yaşam Evleri'ne başvurabilir.

Ön kayıt ve yerleştirme işlemlerinin tamamlanmasının ardından kursların ekim ayında başlaması planlanıyor. Kursların gün ve saat bilgisi ise kayıt süreci sonunda katılımcılara bildirilecek.

ÖN KAYIT VE AYRINTILI BİLGİ İÇİN ADRESLER

► **19 Mayıs Mahallesi Sosyal Yaşam Evi**
Adres: 19 Mayıs Mahallesi, Sultan Sokak No:29, Kadıköy / İstanbul
Telefon: 0216 356 11 14

► **Sahrayıcedit Mahallesi Sosyal Yaşam Evi**
Adres: Sahrayıcedit Mahallesi, Güzide Sokak No:7/1, Kadıköy / İstanbul
Telefon: 0216 363 43 81

Yaşlanma korkusunu kırıksıklıklardan fazlası besliyor

Uzmanlara göre yaşlanma korkusunun temelinde çoğu zaman kırıksıklıklar değil, sevilme, değer görmeme, sağlığı ve bağımsızlığı kaybetme endişesi bulunuyor. Sosyal medya filtreleri ve "hep genç kal" kültürü ise bu kaygıyı daha da artırabiliyor

Aynadaki ilk beyaz saç teli ya da göz kenarında beliren ince bir çizgi... Birçoğumuz için yaşlanmak, aynaya her bakışta zamanın acımasızca geçtiğini hatırlatan fiziksel bir süreç gibi görünür. Ancak uzmanlara göre, bizi asıl korkutan şey cildimizin esnekliğini kaybetmesi değil; görünmez olmak, artık sevilmemek ve değer görmemek.

Üsküdar Üniversitesi NİSTANBUL Hastanesi Klinik Psikolog Yasemin Yalçın, yaşlanma korkusunun psikolojik temelleri hakkında açıklamalarda bulundu.

Yaşlanma sürecinde zaman zaman üzülmeyi, bedendeki değişimlerden endişe duymayı ya da "Zaman ne çabuk geçiyor?" diye düşünenin son derece doğal olduğunu belirten Yalçın, "Çünkü yaşlanmak, insana zamanın sınırlı olduğunu hatırlatır. Ancak bu kaygı, kişinin yaşamını yönetmeye başladığında psikolojik bir soruna dönüşebilir." dedi.

Sürekli aynaya bakmak, kırsıklık nedeniyle yoğun kaygı yaşamak, yaşı söylemekten kaçınmak, fotoğraf çekirmek istememek veya genç görünmek için sürekli estetik uygulamaları yaptırmak gibi davranışların daha ciddi bir kaygıya işaret edebileceğini belirten Yalçın, asıl sorgulanması gerekenin kişinin neden yaşlanmaktan korktuğu olduğunu söyledi.

Yalçın, "Kişi gerçekten yaşlanmaktan mı korkuyor, yoksa yaşlandığında artık sevilmeyeceğine, beğenilmeyeceğine ya da değer görmeyeceğine mi inanıyor? Çoğu zaman psikolojik süreçlerin temelinde bu düşünceler yer alır." ifadelerini kullandı.

KORKUYU BELİRLEYEN YAŞ DEĞİL

İnsanların yaşlanmanın kendisine değil, ona yükledikleri anlama tepki verdiklerine işaret eden Yalçın, "Bazıları için yaş almak; olgunlaşmak, deneyim kazanmak ve kendini daha iyi tanımak anlamına gelirken, bazıları için güzel-



liğin, çekiciliğin, üretkenliğin ya da toplumsal değerinin azalması demektir." dedi.

Öz değerini yıllarca gençlik, fiziksel görünüm, başarı veya başkalarının onayı üzerine kurmuş kişilerde yaşlanmanın daha tehdit edici algılanabileceğini belirten Yalçın, "Çünkü bu durumda yaşlanma yalnızca bedensel bir değişim değil, kişinin kimlik algısını da sarsan bir süreç haline gelir." şeklinde konuştu.

Sosyal medyanın idealize edilmiş güzellik standartlarını sürekli görünür hale getirerek yaşlanma kaygısını artırabileceğine dikkat çeken Yalçın, insanların artık yalnızca çevrelerindeki kişilerle değil, yüzlerce filtrelenmiş görüntüyle kendilerini kıyasladığını söyledi.

Kırıksıklıkları, gözenekleri ve cilt kusurlarını dijital olarak silmeye alışan kişilerin filtre kapandığında gerçek yüzlerini kusurlu algılayabildiğini belirten Yalçın, "Filtreler yalnızca görüntüyü değil, normal kabul edilen görünüm algısını da değiştirebiliyor." dedi.

"YAŞLANMA KORKUSU ÖLÜM KORKUSUNA İNDİRGENEMEZ"

Yaşlanma kaygısı ile ölüm kaygısı arasında güçlü bir ilişki bulunduğunu ancak yaşlanma korkusunu yalnızca ölüm korkusuyla açıklamamanın doğru olmadığını belirten Yalçın, çoğu zaman kişiyi kaygılandırmanın ölümden önce yaşanacağı düşünülen kayıplar olduğunu söyledi.

Sağlığı ve bağımsızlığı kaybetme, fiziksel çekiciliğin azalması, eş tarafından artık istenilmeme veya toplum tarafından görünmez hale gelme korkularının öne çıktığını belirten Yalçın, "Yaşlanma korkusu çoğu zaman farklı kayıp korkularının birleşiminden oluşur." dedi.

Otuzlu ve kırklı yaşlarda ilk beyaz saçlar, kırıksıklıklar ve metabolizmadaki değişimlerin zamanın geçişini daha görünür hale getirdiğini belirten Yalçın, bu dönemde kaygının yalnızca fiziksel değişimlerle sınırlı olmadığını söyledi.

Birçok kişinin bu yaşlarda geçmişini ve yaşam tercihlerini sorguladığını ifade eden Yalçın, "Hayal ettiğim yaşamı yaşayabildim mi?", "Yanlış seçimler mi yaptım?" ve "Hayatım böyle mi devam edecek?" gibi soruların yaşlanma kaygısına eşlik edebileceğini belirtti.

ESTETİK UYGULAMALAR KAYGININ BELİRTİSİ OLABİLİR

Bir kişinin görünümünde hoşlanmadığı bir noktayı değiştirmek istemesinin tek başına psikolojik bir sorun olmadığını belirten Yalçın, önemli olanın yapılan işlemin kaygıyı gerçekten azaltıp azaltmadığı olduğunu söyledi.

Bir kişi "Burnumu yaptırsam rahatlayacağım" diye düşünüp operasyon sonrasında bu kez göz altı, çene, kırıksıklık veya başka bölgeleri yoğun şekilde ilgilenebilmeye başlıyorsa, estetik uygulamaların kaygıyı yönetme aracına dönüşebileceğini belirten Yalçın, şöyle konuştu: "Özellikle beden dismorfi bozukluğunda kişiler, başkalarının fark etmediği ya da çok az fark ettiği görünüm kusurlarıyla yoğun biçimde uğraşabilir. Bu nedenle kozmetik işlemler çoğu zaman kalıcı psikolojik rahatlama sağlamaz."

Yoğun yaşlanma korkusunun depresyon ve anksiyete belirtileriyle birlikte görülebileceğini belirten Yalçın, bunun doğrudan panik atığa neden olduğunu söylemenin doğru olmadığını vurguladı. Sürekli "Hasta olacağım", "Kontrolü kaybedeceğim", "Artık güzel değilim" veya "Öleceğim" gibi düşüncelere odaklanmanın mevcut kaygı bozukluklarını besleyebileceğini söyledi.

YAŞLANMA KAYGISINDA KAYIP KORKUSU DA VAR

Çocuk sahibi olmanın kişinin kendi yaşam döngüsünü daha belirgin şekilde fark etmesine neden olabileceğini belirten Yalçın, "Artık bir çocuğun annesi ya da babasıym" düşüncesinin zamanın ilerlediğini daha görünür hale getirebildiğini söyledi.

Ebeveynlerin yaşlanmasının da güçlü bir tetikleyici olabileceğini aktaran Yalçın, çocuklukta güçlü ve değişmez olarak algılanan anne ve babanın yaşlandığını görmenin, kişinin hem kendi yaşlanmasını hem de onları bir gün kaybedebileceğini hatırlattığını belirterek "Bu nedenle yaşlanma kaygısının içinde çoğu zaman ayrılık ve kayıp korkusu da bulunur." dedi.

Yaşlanmayı sağlıklı şekilde kabul eden kişilerin bu süreci daha rahat yaşayabildiğini belirten Yalçın, bunun yaşlanmayı sevdipleri için değil, hayatı yalnızca kayıplardan ibaret görmedikleri için mümkün olduğunu söyledi.

Kimliklerini yalnızca gençlik, güzellik veya dış görünüm üzerine kurmayan kişilerin ilişkilerini sürdürdüğünü, üretmeye devam ettiğini, yeni ilgi alanları geliştirdiğini ve yaşamlarına anlam katacak yeni roller üstlenebildiğini ifade eden Yalçın, "Psikolojik dayanıklılık, değişen bedene rağmen kişinin kendilik değerini koruyabilmesidir." dedi.

'GENÇ GÖRÜN' MESAJININ ETKİLERİ

Yapay zekâ destekli estetik teknolojileri ve dijital gençleştirme uygulamalarının gelecekte yaşlanma kaygısını artırabilecek etkenler arasında yer alabileceğini belirten Yalçın, teknolojinin sağlıklı yaşamı desteklemesiyle yaşlanmanın ortadan kaldırılması gereken bir durum gibi gösterilmesinin birbirinden farklı olduğunu vurguladı.

Sürekli "çizgilerini sil" ve "on yaş genç görün" gibi mesajların yaşlanmayı doğal bir yaşam evresi olmaktan çıkarıp düzeltilmesi gereken bir kusur gibi gösterilebileceğini belirten Yalçın, sözlerini şöyle tamamladı: "Belirleyici olan teknolojinin kendisinden çok topluma verilen mesaj olacaktır. Asıl önemli soru, 'daha uzun ve sağlıklı yaşa' mı denileceği, yoksa 'asla yaşlanma' anlayışının mi teşvik edileceğidir. Çünkü psikolojik açıdan bu iki yaklaşım arasında büyük fark vardır."

● Erhan DEMİRTAŞ

Türkiye'nin 2026-2030 dönemine yönelik Yapay Zekâ Eylem Planı uygulamaya alındı. Resmî Gazete'de yayımlanan Cumhurbaşkanlığı Genelgesi ile uygulamaya alınan plana göre Türkiye 2030'a kadar 10 bin ileri düzey yapay zekâ uzmanı ve 100 bin yapay zekâ uygulama profesyoneli yetiştirmeyi, 1 GW veri merkezi kapasitesine ulaşmayı ve en az 10 milyar dolarlık özel sektör yatırımını mobilize etmeyi hedefliyor. Planın ilk adımlarından biri, yapay zekâ okuryazarlığının artırılması. e-Devlet ile entegre bir yapay zekâ değerlendirme sistemi kurulacak ve vatandaşların yetkinlik seviyelerine göre eğitim programlarına yönlendirilmesi sağlanacak. Ulusal Yapay Zekâ Okuryazarlığı Programı kapsamında ilk 12 ayda en az 1,5 milyon, 24 ay sonunda ise toplam 5 milyon vatandaşın programı tamamlaması hedefleniyor. Programın 81 ilde atölyelerle yaygınlaştırılması ve ilk altı ayda en az 1.000 eğiticinin yetiştirilmesi de planlanıyor.

10 BİN UZMAN YETİŞTİRİLECEK

Yapay zekâ modellerinin geliştirilmesi ve geliştirilmesi için gereken hesaplama altyapısının güçlendirilmesi de planın başlıkları arasında. Türkiye'nin 2030'a kadar 1 GW veri merkezi kapasitesine ulaşması hedeflenirken, araştırmacılar, girişimler ve KOBİ'lerin hesaplama kapasitesine erişimini artırmak amacıyla "Herkes için GPU" programı hayata geçirecek. Program kapsamında yılda 10 milyon GPU-saat hesaplama kapasitesine erişim imkânı sunulması planlanıyor. Hesaplama altyapısı için ayrıca en az 10 milyar dolarlık, özel sektör ağırlıklı yatırımın mobilize edilmesi hedefleniyor.

25 MİLYAR TL'LİK FON

Eylem Planı, yapay zekâ girişimlerinin araştırma aşamasından ölçeklenmeye kadar desteklenmesi için iki aşamalı bir finansman yapısı öngörüyor. Ulusal Yapay Zekâ Araştırma Fonu için en az 10 milyar TL, Yapay Zekâ Büyüme Fonu için ise 15 milyar TL büyüklük hedefleniyor. Büyüme Fonu üzerinden en az 20 yapay zekâ girişiminin Seri A/B veya ölçeklenme yatırıma katkısı sağlanması planlanıyor. Yapay zekâ uygulamalarının güvenli biçimde test edilebilmesi için düzenleyici deney alanları da oluşturulacak. Plan kapsamında yüksek etki-

li yapay zekâ sistemleri için güvenlik değerlendirmeleri, algoritmik etki değerlendirmeleri ve model kartları gibi mekanizmaların kullanılması öngörülüyor. Planın uygulanmasını izlemek üzere Ulusal

Yapay Zekâ Eylem Planı yayımlandı

Yapay Zekâ Eylem Planı; 10 bin uzman, 100 bin yapay zekâ uygulama profesyoneli, 1 GW veri merkezi kapasitesi ve 10 milyar dolarlık yatırım hedeflerini içeriyor. TÜİK verilerine göre ise 2025'te yapay zekâ kullanan girişimlerin oranı yüzde 7,5 olarak gerçekleşti



Yapay Zekâ Kurulu görev yapacak. Eylemlerin hedef, bütçe, takvim ve performans göstergelerinin kamuya açık biçimde takip edilebilmesi için bir ilerleme ve şeffaflık portalı da oluşturulacak.

YÜZDE 7,5'E YÜKSELDİ

TÜİK'in ilk kez yayımladığı Yapay Zekâ İstatistikleri'ne göre, yapay zekâ teknolojilerinden herhangi birini kullanan girişimlerin oranı 2021'de yüzde 2,7 iken 2025'te yüzde 7,5'e yükseldi. Çalışan sayısı arttıkça kullanım oranı da yükseliyor. 250 ve üzeri çalışanı bulunan girişimlerin yüzde 24,1'i yapay zekâ kullanırken, bu oran 50-249 çalışanı bulunan girişimlerde yüzde 9,6, 10-49 çalışanı bulunan girişimlerde ise yüzde 6,6 seviyesinde bulunuyor. Yapay zekâ kullanan girişimlerde teknolojinin en yaygın kullanıldığı alan pazarlama ve satış oldu. Girişimlerin yüzde 46,5'i yapay zekâyı bu amaçla kullanırken, yüzde 41,1'i üretim veya hizmet süreçlerinde, yüzde 41'i Ar-Ge veya yenilik faaliyetlerinde, yüzde 40'ı ise işletme süreçleri ve yönetim ve organizasyon alanında kullanıyor.

Ancak yapay zekâ kullanımı henüz yaygınlaşmış değil. TÜİK verilerine göre herhangi bir yapay zekâ teknolojisi kullanmayan girişimlerin yüzde 9'u gelecekte yapay zekâ kullanmayı düşündüğünü belirtti. Yapay zekâ kullanmayan ancak kullanmayı düşünen girişimlerin yüzde 74,2'si, en önemli neden olarak işletmede ilgili uzmanlığın bulunmamasını gösteriyor. Bunu yüzde 67,4 ile maliyetlerin yüksek olması ve yüzde 62,4 ile yapay zekâ kullanımından doğabilecek zararlarda sorumluluğun kime ait olacağına ilişkin hukuki belirsizlikler takip ediyor.

GENÇLER ZİRVEDE

TÜİK'in verileri, bireysel yapay zekâ kullanımının şirketlerdeki kullanımından daha yüksek olduğunu da gösteriyor. 2025 yılında 16-74 yaş grubundaki bireylerin yüzde 19,2'si üretken yapay zekâ kullandığını belirtti. Gençlerde kullanım oranı daha yüksek. 16-24 yaş grubunda üretken yapay zekâ kullanım oranı yüzde 39,4 olurken, 25-34 yaş grubunda yüzde 30, 35-44 yaş grubunda yüzde 15,5 olarak gerçekleşti. Eğitim seviyesi de kullanım oranını belirleyen unsurlardan biri oldu. Yükseköğretim mezunlarının yüzde 36,1'i üretken yapay zekâ kullanırken, bu oran lise veya mesleki lise mezunlarında yüzde 22,8, ilköğretim veya ortaokul mezunlarında yüzde 17,2 ve ilkök mezunlarında yüzde 2,2 olarak kaydedildi. Üretken yapay zekâ kullanan bireylerin yüzde 79,7'si teknolojiyi özel amaçlarla, yüzde 33,8'i mesleki amaçlarla ve yüzde 31,4'ü örgün eğitim amacıyla kullandı.

Barış Günü'nde gazetecilik etkinliği

Le Monde diplomatique Türkçe'nin 1 Eylül Dünya Barış Günü kapsamında Kadıköy'de düzenleyeceği etkinlikte, Türkiye ve Fransa'dan gazeteciler "Savaş döneminde gazetecilik" başlıklı panelde buluşacak

Türkiye'nin aylık gazetesi Le Monde diplomatique Türkçe, 1 Eylül Dünya Barış Günü'nde İstanbul'da bir etkinlik düzenliyor. Bu kapsamda Türkiye ve Fransa'dan dış politika alanında uzman gazeteciler okurlarla buluşacak. 1 Eylül akşamı Kadıköy Belediyesi Caddebostan Kültür Merkezi'nde düzenlenecek etkinlik, saat 18.00'de Le Monde diplomatique'in 35 ülkede, 27 dilde yayımlanan edisyonlarının kapaklarından oluşan serginin açılışıyla başlayacak. Serginin açılışı, Kadıköy Belediye Başkanı Mesut Köseadağı'nın katılımıyla gerçekleştirilecek.

Le Monde diplomatique'den Bruno Lombard ve Le Monde diplomatique Türkçe'den Gül İlba'yın açılış konuşmalarının ardından gazeteci Hazal Ocak'ın moderatörlüğünde "Savaş döneminde gazetecilik" konulu panel geçilecek. Uluslararası gerilimler, jeopolitik kırılmalar, sıcak çatışma ve savaşların gölge-

sinde gazeteciliğin ele alınacağı panelde Halk TV dış politika yazarı Mustafa Kemal Erdemol, Sözcü TV Dış Haberler Müdürü Burak Tatari ve Le Monde diplomatique Türkçe yazarı Rısh Reşat konuşmacı olarak yer alacak.

HALİMİ İLK KEZ TÜRKİYE'DE

Panelin ardından Fransa'nın dünya çapında tanınan usta kalemi gazeteci-yazar Serge Halimi "Savaş çıgırkanları: Basın kuruluşları ve gazeteciler" başlıklı konferans verecek. Tunus asıllı, sosyalist kimliğiyle tanınan 71 yaşındaki



Halimi, uzun yıllar Le Monde diplomatique'in Yönetim Kurulu Başkanlığı'nı ve Genel Yayın Yönetmenliği'ni üstlendi. Avrupa ülkeleri ve ABD başta olmak üzere sayısız konferans veren Halimi Türkiye'de ilk kez okurlarıyla buluşacak. Halen analizleriyle Le Monde diplomatique'de makaleler kaleme alan Halimi, Yayın Danışmanlığı'nı da sürdürüyor.

'GAZETECİLİK SUÇ

DEĞİLDİR' KİTAP SERİSİ

Panel ve konferansın ardından gazeteciler Tekin Yayınevi tarafından basılan "Gazetecilik Suç Değildir" serisinin ilk iki kitabını okurlar için imzalayacak. Etkinlik kapsamında okurla buluşacak "Orta Doğu'da Kaosun Mimarları" ve "Dijital Çağda Gazetecilik" isimli kitaplar Le Monde diplomatique Türkçe Genel Yayın Yönetmeni Aykut Küçükakaya tarafından yayınlanı.

LE MONDE DIPLOMATIQUE TÜRKÇE 5 YAŞINDA...

Dünyanın sayılı gazetelerinden Le Monde diplomatique 35 ülkede 27 dilde yayımlanıyor. Aykut Küçükakaya'nın Genel Yayın Yönetmenliği'nde ilk sayısıyla Nisan 2022'de okurla buluşan Türkiye'nin aylık gazetesi Le Monde diplomatique Türkçe, 40 sayfalık kağıt baskısıyla her ay 81 ilde ve KKTC'deki bayilerde okurla buluşuyor. Eylül 2026'da 60. sayısıyla okuru selamlayacak olan Le Monde diplomatique Türkçe'nin dijital baskısı hem Türkiye'de hem dünyada abonelik kanalıyla okura ulaşıyor. Le Monde diplomatique Türkçe aylık politik – ekonomik yayınlar arasında en fazla bayi tirajına sahip gazete konumunda bulunuyor.



Üç sektörde güven geriledi

TÜİK verilerine göre ağustosta güven endeksi hizmet sektöründe yüzde 0,1, perakende ticarete yüzde 0,8, inşaat sektöründe ise yüzde 0,4 geriledi

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), ağustos ayına ilişkin hizmet, perakende ticaret ve inşaat sektörleri güven endekslerini açıkladı. Mevsim etkilerinden arındırılmış güven endeksi, hizmet sektöründe yüzde 0,1 azalarak 111,9'a, perakende ticarete yüzde 0,8 düşerek 110,1'e, inşaat sektöründe ise yüzde 0,4 gerileyerek 83,1'e indi.

Sektörler arasında güven kaybının en belirgin olduğu alan perakende ticaret oldu. Temmuz ayında 111,0 olan perakende ticaret güven endeksi, ağustosta 110,1'e geriledi. Son üç aylık dönemde iş hacmi ve satışlar yüzde 5,8 azalarak 114,0 seviyesine inerken, gelecek üç aya ilişkin iş hacmi ve satış beklentisi yüzde 3,8 artarak 123,6'ya yükseldi.

Bu tablo, perakende sektöründe mevcut döneme ilişkin değerlendirmenin zayıflamasına karşın gelecek döneme yönelik beklentilerin güçlendiğine işaret etti.

HİZMET SEKTÖRÜNDE TALEP BEKLENTİSİ ARTTI

Hizmet sektöründe güven endeksi ağustosta yüzde 0,1 düşüşle 111,9 oldu. Son üç aylık döneme ilişkin iş durumu yüzde 1,2 azalarak 109,0'a gerilerken, hizmet talebi yüzde 0,1 düşüşle 109,2 seviyesine indi. Buna karşılık gelecek üç aylık döneme ilişkin talep beklentisi yüzde 0,9 artarak 117,4'e yükseldi. Temmuz ayında hizmet sektörü güven endeksi 112,0 seviyesindeydi.

İnşaat sektöründe güven endeksi ağustosta yüzde 0,4 azalarak 83,1'e geriledi. Mevcut kayıtlı siparişler yüzde 3,8 düşüşle

78,9'a inerken, gelecek üç aylık dönemde toplam çalışan sayısı beklentisi yüzde 2,8 artarak 87,3'e yükseldi. Temmuz ayında güven endeksi hizmet sektöründe 112,0, perakende ticarete 111,0 ve inşaat sektöründe 83,5 seviyesinde bulunuyordu.

GazeteKadıköy

Haftalık süreli yerel gazete

Kadıköy Belediyesi ve Kadıköylülere adına Sahibi Kadıköy Belediye Başkanı

Mesut KÖSEDAĞI

Yayın Kurulu

Ayten Genç, Erhan DEMİRTAŞ, Gökçe UYGUN

Genel Yayın Yönetmeni

Leyla ALP

Yazı İşleri Müdürü

Semra ÇELEBİ

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: Hasanpaşa Mahallesi

Sarayardı Caddesi

Khalidion İş Merkezi

No: 98 Kadıköy

Tel: 0 (216) 345 70 60

İlan/Reklam: 0 (216) 345 82 02

Baskı: Türkuvaz Haberleşme ve Yayıncılık A.Ş. 51 Levent Mahallesi Mareşal Fevzi Çakmak Caddesi B Blok No:29/1/1 34060 Etiler/Şişli/İSTANBUL

Gazetemizde yayımlanan yazıların yasal sorumluluğu yazı sahibine aittir.

● Gökçe UYGUN

Necdet Cici (gerçek adıyla Necdet Kayral), Meliha Hanım ile gümrük memuru Fazıl Bey'in oğlu olarak 1913'te Kadıköy'de doğdu. Ailesiyle birlikte Moda'da yaşadı, ilk öğrenimini Kadıköy'deki Halili Mahmudiye Mektebi'nde aldı. Futbol oynamaya da Kadıköy'de başladı. Altınordu Genç Takımı'nda oynamasının ardından, Galatasaray Lisesi'ndeki öğrenim hayatına başlayınca Galatasaray genç takımlarına girdi. 1935'te Galatasaray Lisesi'nin bankacılık şubesinden mezun oldu. İki sene kadar Yüksek Ticaret ve İktisat Okulunda öğrenim gördü. 31 Ağustos 1928'deki Gazi Büstü maçı, Galatasaray'daki ilk maçıydı. 4-0 kazandıkları maçta üç gol kaydetti ve Galatasaray, Gazi Büstü'nün sahibi oldu.”. 1928-29 sezonunda 4 İstanbul Futbol Ligi maçına çıktı. 1940-41 sezonu sonuna kadar oynadığı Galatasaray ile 1930-31 sezonunda İstanbul Futbol Ligi, 1938-39 sezonunda ise Millî Küme şampiyonluğu yaşadı. Ünlü bir futbolcu olarak 1934'te Millî Takımla Rusya'ya, 1936'da Galatasaray ile Avrupa'ya, aynı sene yine Millî Takımla Berlin Olimpiyatları'na katıldı. Ertesi yıl Galatasaray kaptanı olarak Yugoslavya ve Romanya'ya gitti. Galatasaray kulübü, Galatasaraylılar Cemiyeti ve Yelken Kulübü üyesiydi. Yürüme, yüzmeyi ve yelkenciliği severdi. Ayrıca pul koleksiyoncusuydu.

1941'de Kızılay Genel Merkez'inde memur olarak çalışmaya başladı. 1943'te bu kurumda müfettişliğe yükseldi. Bu yıllarda Cumhuriyet'in ilk kadın yazarlarından Cahit Uçuk (Cahide Üçok) ile bir evlilik yaptı. Çift, 10 yıl sonra boşandı. 1950'de, Emekli Sandığı Genel Müdürlüğü'nde şef, 1952'de Selüloz Fabrikaları'nda muhaberet şefi, 1954'te Sümerbank İstanbul şubesinde uzman oldu. 1952'de nişanlandığı Betül Ongan ile ertesi yıl evlendi. Çiftin aynı yıl Mehmet adlı bir oğlu oldu. Eşinin 1965'teki ölümünden birkaç yıl sonra, yaşadığı sağlık sorunları için gittiği Paşabahçe Hastanesi'nin başhekimini Muazzez Avcıbaşı ile evlendi.

Şarkı söylemeye, çocuk denilecek yaşlardan hevesli idi. Güzel sesi etrafının dikkatini çekmişti, ısrarlı teşvikler sonucu 1937'de Münir Nurettin Selçuk'tan, 1949-1960 arasında da Enise Can ve Tulay Akaydın'dan usul ve nota dersleri aldı. Sahneye ilk defa 1930'lu yılların ortalarında Suadiye Plaj Gazinosu'nda arkadaşlarının ısrarıyla çıktı. 1950'li yıllarda, daha önce birkaç defa konuk sanatçı olduğu İstanbul Radyosu'na kadrolu sanatçı olarak katıldı. Solist, korist ve prodüktör olarak hizmet verdiği kurumdan 1976'da emekli oldu.

Futbol sahaları, üç evlilik ve musikiyle geçen bir ömür, 14 Ağustos 1995'te sona erdi. Cici Necdet, kalp yetmezliği nedeniyle Haydarpaşa Numune Hastanesi'nde yaşamını yitirdi.

CİCİ AŞKLAR

Araştırmacı yazar Sevecen Tunç, 2021 tarihli İST Dergi'de “Sovdagari musiki: Necdet Cici” başlıklı yazısında, Cici'nin aşklarını şöyle anlatıyordu:

Çok yönlü ‘Cici’ bir portre...

Bankacı, ses sanatkarı, futbolcu, Kadıköylü Necdet Cici... Yaşamı futbol sahalarından yurtdışı turnuvalara uzanan, üç kere evlilik yaşayan, futbolculuk, bankacılık ve müzisyenlik olmak üzere üç karpuzu bir koltuğa sığdıran sıradışı bir isim...

“1930'lu yılların başında tanışan Cahit ve Necdet büyük bir aşkla evlendiklerinde, başından daha önce iki evlilik geçmiş olan Cahit Hanım, yakışıklı ve şöhretli bu genç adamla yaşayacağı birlikteliğin gençlik yıllarında hiç tadamadığı romantik bir flört olacağı sanısına kapılmıştı. Beklediği gibi olmadı. Anılarında uzun uzun anlattığı üzere, Necdet'in futbola veda ettiği ancak futboldan gelen şöhretinin devam ettiği yıllardı. Cahit'in gözünde evlilikleri Necdet'in işsizliği, şımarıklığı ve sorumsuzluğu ile bekâr hayatı boyunca geliştirdiği kumar, alkol gibi alışkanlıkların kısılcındaydı. Güzel sesi ile ‘Cahidiko, seni hududuma dek seviyorum’ diyen tatlı sözlü adamın dünyası, Cahit Uçuk'a artık dar gelmeye başladı. Geliştirdiği evlilikleri on yılın sonunda ayrılıkla sonuçlandı. Necdet, 1950 yılındaki Resimli Radyo Dünyası'na verdiği bir röportajda aşk için şu sözleri söyleyecekti: ‘Bence aşk insanları gaflet anlarında yakalayan ve onları yakıp kavuran bir ateştir. Dostlara tavsiye etmem. Ben halen musikiye âşık olduğum için bundan kurtulmuş gibiyim.’ Aynı röportajda evliliği düşünmediğini de söyleyen Necdet'in yalnızlığı pek uzun sürmedi.



Necdet Cici için seneler, çocuğunun bakımı, radyodaki mesaisi ve anne evine yaptığı haftalık ziyaretlerle geçiyordu. Bu rutini renklendiren ise çoğu zaman kadim dostu Şeytan Nuri'nin evinde yapılan dost buluşmaları oluyordu. Kozyatağı'ndaki evde bir araya gelen arkadaş grubu sazlı sözlü eğlencelerin yanı sıra briç partileriyle de yaşam denen durgun suyu hareketlendirmeye çalışıyordu. Derken hayatında beklenmedik bir şey oldu... Kalbinden rahatsızlanan Necdet'in yolu Paşabahçe Hastanesi'ne düştü. Muayeneden çıkıp eve dönerken sanki kalbini hastanede bırakmış gibi hissediyordu, hastanenin başhekimine âşık olmuştu. Kısa bir süre sonra doktor hanımla nikâh masasına oturdu.

KALAMIŞ'IN YARDIMSEVER İSMİ

Necdet, oğlu Mehmet'ten ötürü kendisinde genetik bir bozukluk olabileceği endişesi duyuyor, yeniden evlat sahibi olmaya yanaşmıyordu. Zaten ilk eşi Cahit Hanım da iki defa düşük riskli tekrar göze alamazdı. Ayrıca, yeğenler ne güne duruyordu? Muazzez Hanım'ın erkek kardeşinin oğlu Göksel'i oğlu gibi sevdi. Göksel Avcıbaşı, bugün büyük bir hürmet ve saygıyla hatırlıyor

Necdet Cici adını: ‘Yazın yahut hafta sonlarında bazen onlarda kalırdım. Evleri Kalamış Parkı'nın karşısındaydı. Eniştem Necdet Bey fıkracı, hoşsohbet, hayat dolu bir adamdı. Halama da sürekli şakalar yapardı. Müthiş yardımseverdi. Bayram günleri çocuklara para dağıtırdı. Ama öyle cebinden rastgele çıkardığı paraları değil. Sırf bizim için bankaya gidip hiç kullanılmamış gıcır gıcır para çekerdı.’ “

ÖNCE LAKAP SONRA SOYADI

Necdet Kayral'a burnunun muntazam yapısı nedeniyle takılan 'cici' lakabı, bir süre sonra Kayral'ın adeta soyadı olarak benimsenmişti. Hem yeşil sahalarda hem de sanat camiasında “Necdet Cici”, “Cici Necdet” diye anılıyor-du. Kendisi bunu şöyle anlatmıştı: “Galatasaray Lisesi'nde şakacı arkadaşlar çoktu. Bülent Cimcoz bir gün yüzüme, uzun uzun baktıktan sonra sağ eliyle burnumu avuçlayarak ‘Senin ne cici burnun varmış da habermiz yok’ deyince bütün arkadaşlarım o günden sonra ‘Cici Burun’ dediler. Galatasaray formasıyla çıktığım Fenerbahçe maçında beni kızdırmak isteyen taraftarların “Vah Cici Vah Cici” tezahüratının ardından soyadımı değiştirme kararı alarak, mahkeme kararıyla “Necdet Cici” oldum”.



● Seyhan KALKAN VAYİÇ

İstanbul Büyükşehir Belediyesi Kültür, Sanat ve Sosyal İşler Dairesi Başkanlığı (İBB Kültür), yaz akşamlarında şehrin parklarında konserler düzenliyor. İBB Kültür, çocuklar için oyun, yetişkinler için dinlenme ve keyifli zaman geçirme alanı olan parkları birer sahneye dönüştürüyor; yurttaşları ücretsiz bir şekilde sanatla buluşturuyor; sanatçıları da dinleyici ile bir araya getiriyor. Konser adresleri içerisinde yer alan Kadıköy Yoğurtçu Parkı, 21 Ağustos Cuma akşamı sanatçı Selin Çin-

Biz de hem dinleyicilerin hem de Selin Çingir'in konser heyecanını paylaştık. Tam bir doğa insanı olduğu için konserin parkta olmasından çok mutluluk duyduğunu dile getiren Selin Çingir, “Ücretsiz ve erişilebilir etkinliklerin olması çok heyecan verici. Günümüzde sanatın dallarına erişim zor hale gelmişken, dinleyicilerim ile belediye desteğiyle bir araya gelebilmek çok umutlu hissettiriyor. İnsanların psikolojik olarak kendilerini iyi hissetmeleri, hayata daha motivasyonlu bir şekilde devam etmeleri açısından sanat çok önemli bir yer tutuyor. O yüzden sanatın erişilebilir olması, bir araya geliyor olmamız, müzisyenin de desteklenmesi çok önemli. Çalıp söyleyeceğim, herkes duygularını paylaşacak. Karşılıklı bir etkileşim alanı yaratılmış oluyor. Burada olmaktan mutluyum.” diye konuştu.

“NEFES ALABİLECEĞİMİZ ETKİNLİKLER”
Maltepe’de oturan Deniz Düzyol, İBB Kültür’ün etkinliklerini takip ettiğini, Yoğurtçu Parkı'ndaki konseri de etkinlik sitesinde gördüğünü söyledi ve şöyle devam etti: “Parklarda, açık havada



olan etkinlikler nefes aldırıyor. Hayatın tadının çıkarılması için güzel fırsatlar. Zaman yaratıkça gelmeye çalışıyoruz.”
Beylikdüzü'nde oturan, konser için arkadaşı ile Kadıköy’de buluşan Tuna Tepret de “Açık alanda olması iyi hissettiriyor. Bir de ücretsiz olması kolaylık sağlıyor. Müze Gazhane'deki etkinlikleri de severek takip ediyoruz. Keyifli geçiyor. Bugün de buradaki konser için geldik. Yoğurtçu Parkı'nda dinleyeceğimiz bir ilk konser olacak. Kadıköy sosyalleştiklerimiz yer diyebiliriz.”

Yoğurtçu'da konser esintisi

Yoğurtçu Parkı'ndaki Selin Çingir konseri, parkta keyifli anlara sahne oldu. Çingir ile dinleyiciler, parkta bir arada olmanın mutluluğunu doyasıya yaşadı



“Burası benim köyüm”

Kalamış Yaz Festivali'nde Kadıköylülerle buluşan Evrencan Gündüz, “Buraya çıkmadan önce kendimi hiçbir zaman gergin hissetmiyorum. Sanki tüm ailem benimlemiş gibi hissediyorum” dedi

● Deniz ŞİMAL TAŞAN

Kadıköy Belediyesi'nin düzenlediği Uluslararası Kalamış Yaz Festivali, ağustos ayı boyunca klasik müzikten rock ve popa, kült filmlerden özel konserlere uzanan zengin programıyla sanatseverleri ağırlamaya devam ediyor. Bu haftanın konuklarından biri de Evrencan Gündüz oldu.

“AİLEM BENİMLEMİŞ GİBİ”

Evrencan Gündüz, Kalamış Yaz Festivali'nde sahne almanın kendisi için her zamanki gibi çok güzel olduğunu belirterek, “Burada halkımla beraber, doğduğum, büyüdüğüm köyde insanlara müziğimi paylaşmak, onların gönüllerini coşturmak için buradayım. Buraya çıkmadan önce kendimi hiçbir zaman gergin hissetmiyorum. Sanki tüm ailem benimlemiş gibi hissediyorum, ki öyle. Buradaki insanlara müziğimle hizmet etmek beni çok mutlu ediyor.” dedi.

Kadıköylü olduğunu belirten Gündüz, Kadı-



Bir ay boyunca farklı müzik türleri ve etkinliklerle sanatseverleri buluşturan Uluslararası Kalamış Yaz Festivali, son üç gününde üç farklı konserle devam edecek. 28 Ağustos'ta Gaye Su Akyol, kendine özgü müzik tarzıyla sahne alacak. Gecede Arjantinli müzik ikilisi Rio Sur da dinleyicilerle buluşacak. 29 Ağustos'ta Arem & Arman, elektronik müzik ağırlıklı setleriyle sahne alacak. 30 Ağustos'ta ise Emre Altuğ, Zafer Bayramı'na özel konseriyle festivalin kapanışını yapacak.

köy'ün sanat hayatındaki yerinin kendisi için çok büyük olduğunu söyledi. Gündüz, “Sokaklarında, buranın her köşesinde benim bir anım var. Burası benim köyüm. Burada yaşadığım, paylaştığım her şey beni buraya kadar getirdi. O yüzden Kadıköy'e, belediyemize ve bu sokaklara teşekkür ediyorum.” diye konuştu. Gündüz, Kadıköy Belediyesi'nin düzenlediği konser ve gösterilerle diğer belediyelere örnek olduğunu da ekledi.

Yaz aylarında terlemeyle birlikte artan sıvı kaybı, böbrek taşı oluşumu riskini artırabiliyor. Üroloji Uzmanı Prof. Dr. F. Arda Atar, yeterli su tüketimi, dengeli beslenme ve kişisel risk faktörlerinin bilinmesinin böbrek taşı oluşumunu önlemede önemli olduğunu belirtti

● Seyhan KALKAN VAYIÇ

Yaz aylarında sıcaklıkların yükselmesiyle birlikte terleme yoluyla kaybedilen sıvının yeterince yerine konulmaması, idrar miktarının azalmasına ve idrarın yoğunlaşmasına neden olabiliyor. Bu durum da böbrek taşı oluşumu için uygun bir ortam yaratabiliyor.

Acıbadem Ataşehir Hastanesi Üroloji Uzmanı Prof. Dr. F. Arda Atar ile böbrek taşının oluşum nedenlerini, belirtilerini, tedavi yöntemlerini ve özellikle yaz aylarında taş oluşumu riskini azaltmak için alınabilecek önlemleri konuştuk.

● Böbrek taşı nedir, nasıl oluşur?

Böbrek taşları, idrarda bulunan bazı minerallerin ve tuzların yoğunluğunun artması ve kristalleşmesi sonucunda böbreklerde oluşan sert yapılarıdır. Taşların büyük bölümü kalsiyum içeren taşlardan oluşurken ürik asit, enfeksiyon ve genetik nedenlerle oluşan daha nadir taş türleri de bulunuyor.

Taşın oluşumunda yalnızca tek bir faktör değil; sıvı tüketimi, beslenme alışkanlıkları, genetik yatkınlık, bazı metabolik hastalıklar ve idrar yolu ile ilgili durumlar rol oynayabiliyor. Yetersiz sıvı tüketimi ise önemli risk faktörlerinden biri. Vücutta sıvı kaybı arttığında idrar miktarı azalıyor ve idrardaki taş oluşturabilecek maddelerin konsantrasyonu yükseliyor. Böylece kristallerin birleşerek taş haline gelmesi kolaylaşabiliyor.

“BELİRTİ VERMEYEBİLİR”

● Böbrek taşı olduğunu nasıl anlarız?

Bazen hiçbir belirti vermeyebilir. Özellikle küçük taşlar idrar yollarından kendiliğinden geçebiliyor. Ancak taş idrar yoluna ilerlediğinde veya bir bölgede tıkanıklığa yol açtığında oldukça şiddetli ağrı ortaya çıkabiliyor.

En sık görülen belirtiler arasında bel, yan, alt karın veya kasık bölgesinde şiddetli ve dalgalar halinde gelen ağrı, idrarda kan, sık idrara çıkma, idrar yaparken ağrı, bulanık veya kötü kokulu idrar, bulantı ve kusma yer alıyor. Ateş ve titreme eşlik ediyorsa gecikmeden tıbbi değerlendirme gerekiyor.

Böbrekleri korumanın yolu sudan geçiyor!



● Herkeste ortaya çıkabilir mi? Kimler daha fazla risk altında?

Daha önce böbrek taşı geçirmiş olmak, ailede böbrek taşı öyküsünün bulunması ve yeterince sıvı tüketmemek önemli risk faktörleri arasında yer alıyor. Bazı bağırsak hastalıkları, idrar yolu tıkanıklıkları ile metabolik ve genetik hastalıklar da riski artırabiliyor.

Özellikle yaz aylarında açık havada çalışanlar, yoğun spor yapanlar ve sıcak ortamlarda uzun süre kalan kişiler, terlemeyle daha fazla sıvı kaybettikleri için yeterli sıvı almaya dikkat etmeli.

“BÖBREK FONKSİYONLARI ETKİLENEBİLİR”

● Hangi sağlık sorunlarına yol açabilir?

Küçük taşlar herhangi bir belirti vermeden veya hafif yakınmalarla kendiliğinden düşebilir. Ancak daha büyük taşlar idrar yolunda ilerlerken şiddetli ağrıya neden olabilir ve idrar akışını engelleyebilir. Tıkanıklık, kanama ve idrar yolu enfeksiyonu gibi sorunlar ortaya çıkabilir. Tedavi edilmeyen bazı komplike durumlarda böbrek fonksiyonları da etkilenebilir. Bu nedenle özellikle şiddetli yan veya bel ağrısı, idrarda kan, ateş-titreme, kusma veya idrar yapamama gibi belirtilerin varlığında tıbbi değerlendirme geciktirilmemeli.

● Tedavisi nasıl?

Tedavi taşın boyutuna, bulunduğu yere, yapı-

sına, idrar yolunda oluşturduğu tıkanıklığa ve hastanın genel durumuna göre belirleniyor. Küçük ve komplikasyona yol açmayan bazı taşlar, doktorun uygun gördüğü takip ve medikal tedaviyle kendiliğinden düşebiliyor. Düşmeyen, büyük, tıkanıklığa veya enfeksiyona yol açan taşlarda ise taşın kırılması veya çıkarılması gerekebiliyor. Kullanılabilecek yöntemler arasında ESWL (vücut dışından şok dalgalarıyla taş kırma), üreteroskopi ve uygun hastalarda perkütan nefrolitotomi (PCNL) gibi girişimler bulunuyor.

“OLUŞMA RİSKİNİ AZALTABİLİRSİNİZ”

● Böbrek taşı oluşmasını önlemek mümkün mü?

Böbrek taşı oluşumunu tamamen önlemek her zaman mümkün olmasa da risk önemli ölçüde azaltılabilir. En temel korunma yöntemi, yeterli sıvı tüketerek idrarı seyreltilmiş tutmak. Avrupa Üroloji Derneği'nin önerilerinde taş oluşumunu önlemek amacıyla günlük sıvı tüketiminin genel olarak 2,5-3 litre civarında olması ve 24 saatlik idrar miktarının 2,5 litrenin üzerinde tutulması hedefleniyor. Ancak bu miktar herkes için aynı de-

ğildir; kalp veya böbrek yetmezliği gibi sıvı kısıtlaması gerektiren durumlarda kişinin sıvı ihtiyacı mutlaka hekimi tarafından belirlenmelidir.

Korunmada ayrıca suyu gün içine yayarak tüketmek, aşırı tuz tüketiminden kaçınmak, dengeli beslenmek, gereksiz ve yüksek doz vitamin/mineral takviyelerinden kaçınmak, aşırı hayvansal protein tüketmemek, yeterli miktarda sebze ve meyve tüketmek, sağlıklı vücut ağırlığını korumak önem taşıyor. Taş öyküsü olan kişilerde ise taşın türüne göre beslenme ve ilaç tedavisi kişiselleştirilebiliyor.

“TEMELİNDE SIVI KAYBI VAR”

● Sıcak havalarda böbrek taşı riski neden artıyor?

Yaz aylarında riskin artmasının temelinde sıvı kaybı bulunuyor. Sıcaklık yükseldiğinde vücut, terleme yoluyla daha fazla su kaybediyor. Kaybedilen sıvı yeterince yerine konulmazsa böbreklerin ürettiği idrarın miktarı azalıyor. İdrar hacminin azalmasıyla birlikte kalsiyum, oksalat, ürik asit gibi taş oluşumunda rol oynayan maddelerin idrardaki yoğunluğu artabiliyor. Bu da kristal oluşumunu ve mevcut kristallerin büyüterek taş dönüşmesini kolaylaştırabiliyor. Dolayısıyla sıcak havanın kendisinden çok, sıcak havaya bağlı artan sıvı kaybı ve bunun yeterince telafi edilmemesi böbrek taşı açısından önem taşıyor.

YETERLİ SU, DENGELİ BESLENME

● Yaz aylarında riski azaltmak için neler yapmalıyız?

Sıcak havalarda standart günlük sıvı ihtiyacının üzerine, terleme ve fiziksel aktiviteyle kaybedilen sıvının da yerine konulması gerekiyor. Özellikle dışarıda çalışan veya spor yapan kişilerin susamayı beklemeden düzenli aralıklarla sıvı tüketmesi önemli. Birkaç saat boyunca hiç sıvı almadan sonrasında çok miktarda su içmek yerine düzenli tüketim tercih edilmeli. Spor, uzun süre güneşte kalma veya fiziksel çalışma sırasında sıvı kaybı daha fazla olacağı için ihtiyaç da artacaktır. Genel olarak açık renkli idrar yeterli sıvı alımının pratik göstergelerinden biri olabilir; belirgin koyulaşma ise sıvı alımının yetersiz olduğuna işaret edebilir. Yüksek sodyum alımı özellikle bazı taş türlerinde taş oluşumu riskini artırabilir.

Taş öyküsü bulunan kişilerde yeniden taş oluşma riski daha yüksektir ve kişiye özel metabolik değerlendirme ile korunma tedavileri gerekebilir. Sonuç olarak yazın böbrekleri korumanın en basit adımı su. Yeterli su tüketimi, dengeli beslenme ve özellikle daha önce taş geçirmiş kişilerin kişisel risk faktörlerini bilmesi, taş oluşumunun ve tekrarlanmasının önlenmesinde önemli rol oynuyor.

Mide ilacını gelişigüzel kullanmayın

● Hülya ARSLAN

Günümüzün yoğun temposunda hızlı ve dzensiz beslenme, yağlı ve baharatlı gıdaların sık tüketilmesi, stres gibi etkenler mide şikâyetlerini artırıyor. Göğüste yanma, şişkinlik veya hazımsızlık hissedene pek çok kişi ise uzmana danışmak yerine reçetesiz temin edilen ve halk arasında “mide koruyucu” olarak bilinen ilaçlara yöneliyor. “Nasıl olsa zararsız” düşüncesiyle aylar, hatta yıllar boyunca bilinçsizce kullanılan ilaçlar kısa süreli rahatlatma sağlarken bazı hastalıkların teşhisini geciktirebiliyor. Memorial Göztepe Hastanesi Gastroenteroloji Bölümü'nden Doç. Dr. Süleyman Günay, toplumda yaygınlaşan kontrolsüz mide ilacı kullanımı hakkında uyarılarda bulundu.

“NASIL OLSA MİDE KORUYUCU” ALGISI

Proton pompası inhibitörlerinin (PPI) dünyada ve Türkiye’de en sık reçete edilen ilaç grupları arasında yer aldığını belirten Günay, bu ilaçların eczanelerden reçetesiz de temin edilebildiğini söyledi.

Reflü, göğüste yanma, şişkinlik ve hazımsızlık gibi şikâyetlerin yaygın olmasının bu ilaçlara yönelimi artırdığını belirten Günay, “Bu ilaçların belirtileri çok hızlı ve etkili bir şekilde rahatlatması, kişilerin doktora danışmadan kullanmasına neden oluyor. Yağlı ve baharatlı gıdalarla beslenme, stres, hızlı yemek yeme alışkanlığı ve bu ilaçların eczaneden kolayca temin edilebilmesi, kişilerin ‘Nasıl olsa mide koruyucu, zararsızdır.’ algısıyla uzun süre kullanmasına yol açıyor.” dedi.

Her mide yanması veya hazımsızlığın aynı nedenden kaynaklanmadığını belirten Günay, yutma güçlüğü, açıklanamayan hızlı kilo kaybı, sık kusma, kusmukta kan, siyah dışkılama ve kansızlık gibi belirtilerde mutlaka doktora başvurulması gerektiğini söyledi.

UZUN SÜRELİ KULLANIMDA RİSKLERE DİKKAT

“Mide koruyucu” olarak bilinen ilaçların hekim kontrolünde güvenli olduğunu belirterek gereksiz ve uzun süreli kullanımda bazı risklerin gündeme gelebileceğini söyleyen Günay, “Örneğin safra kesesi problemi veya kalp kökenli ağrılar yalnızca mide şikâyeti olarak değerlendirilebilir. Bu durumda hastanın gerçek rahatsızlığının teşhisi gecikebilir. Ayrıca gereksiz maliyet de oluşur.” diye konuştu.

Uzun süre mide asidini baskılayan ilaçların bazı vitamin ve minerallerin emiliminde aksak-



Kontrolsüz ve uzun süre kullanılan “mide koruyucular”, bazı sağlık sorunlarının teşhisini geciktirebilirken ilacın aniden bırakılması da şikâyetleri artırabiliyor



lıklara yol açabileceğini belirten Günay, özellikle B12, demir ve magnezyum açısından nadir de olsa sorun yaşanabileceğini söyledi. Dengeli beslenmeyen, başka emilim sorunları bulunan, ileri yaştaki ve yıllardır yüksek doz PPI kullanan kişilerin daha fazla risk altında olduğunu belirten Günay, sağlıklı ve dengeli beslenen kişilerde ise bu eksikliklerin klinik olarak sorun oluşturma ihtimalinin oldukça düşük olduğunu ifade etti.

BIRAKILIRKEN DE DİKKATLİ OLUNMALI

Uzun süre kullanılan mide ilaçlarının aniden bırakılması durumunda geçici “rebound asit artışı” görülebileceğini belirten Günay, ilacın hekim kontrolünde ve dozu kademeli olarak azaltılarak bırakılması gerektiğini söyledi. Gerekirse bu süreçte geçici destekleyici antiasitlerden yararlanılabileceğini belirtti. Mide ilaçlarının bazı ilaçlarla etkileşime girebileceğini de belirten Günay, özellikle bazı PPI’ların kalp ilaçları ve kan sulandırıcılarla birlikte kullanımında dikkatli olunması gerektiğini vurguladı.

Kontrolsüz mide ilacı kullanan kişilere gastroenteroloji veya iç hastalıkları uzmanına başvurmalarını öneren Günay, gerekli durumlarda kan tetkikleri, ultrasonografi veya endoskopi gibi yöntemlerle şikâyetlerin nedeninin araştırıldığını belirtti. “Mide şikâyetleri geçici olarak bastırılacak yakınmalar değil, nedeni araştırılarak tedavi edilmesi gereken sağlık sorunlarıdır.” dedi.

GÖZ VAKFI
1984’ten günümüze...

Beria Turaç İdealtepe Göz Merkezi



YAZ AYLARINDA GÖZ SAĞLIĞINIZI GÜNEŞTEN KORUYUN

İSTANBUL
Bayrampaşa
Göz Hastanesi
(0212) 467 75 00

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

BURSA
Nilüfer
Göz Merkezi
(0224) 364 91 00



Kadıköy Belediyesi Yaz Spor Okulu'na katılan bin çocuk, üç dönem boyunca 8 farklı branşta spor eğitimi alırken sosyal etkinlik ve gezilerle de yaz tatilini dolu dolu geçirdi

● Hülya ARSLAN

Yaz tatilini spor yaparak, arkadaşlarıyla vakit geçirerek ve yeni deneyimler kazanarak değerlendiren bin çocuk, Kadıköy Belediyesi Yaz Spor Okulu'nu tamamladı. Kadıköy Belediyesi Gençlik ve Spor Hizmetleri Müdürlüğü tarafından 7-12 yaş arasındaki çocuklar için düzenlenen programda çocuklar, Kalamış Spor Merkezi, Özgürlük Parkı Spor Merkezi ve Koşuyolu Spor Merkezi'nde bir araya geldi. Üç dönem süren programda basketbol, futbol, voleybol, tenis, yüzme, masa tenisi, satranç ve Zumba Kids olmak üzere 8 farklı branşta eğitim verirken, çocuklar sosyal etkinlik ve gezilerle de yaz tatillerini dolu dolu geçirdi.

Yaz Spor Okulu, çocuklara yalnızca spor yapma değil, farklı alanları deneyerek ilgi duydukları branşları keşfetme fırsatı da sundu. Kimi çocuk voleybol ve yüzmeye ilgi gösterirken kimi futbol,

basketbol, satranç, tenis ya da masa tenisinde kendisini geliştirdi. Program boyunca çocuklar hem spor becerilerini geliştirdi hem de arkadaşlarıyla birlikte vakit geçirerek yaz tatilini keyifli geçirdi. Kalamış Spor Merkezi'nde bu yıl 36 spor eğitmeni görev yaptı.

"BU YAZ BENİ ÇOK MUTLU ETTİ"

Yaz Spor Okulu'na ilk kez katılan ve farklı branşları denediğini ve özellikle voleybolu merak ettiğini söyleyen Güneş Işıksal, "Buraya daha önce hiç gelmemiştim. İlk defa geldim ve çok eğlendim. Her günüm çok eğlenceli geçti. Her derste yeni bilgiler öğreniyorum. Öğrendiklerimi eve gidince anneme de heyecanla anlatıyorum. Burada satranç öğrendim, Zumba yaptım, tenis ve masa tenisi öğrendim. Voleybolu çok merak ediyordum çünkü voleybol oynamayı çok istiyordum. Bu yaz beni çok mutlu etti. Gelecek yaz yine gelmek isterim. Burada kendimi geliştirdim ve huzurlu hissettim. Herkes gelmeli." dedi.

7 yaşındaki Adel Elif Albal da yaz okulunda en çok voleybol, zumba, basketbol ve yüzmeyi sevdiğini anlattı. Yaz tatilini burada geçirmenin eğlenceli olduğunu söyleyen Albal, "Yaz okulu çok güzel geçti. En çok voleybolu, Zumba'yı ve basketbolu seviyorum. Yüzmeyi de çok seviyorum. Öğretmenlerimle ve arkadaşlarımla çok eğlenceli vakit geçiriyordum. Okul bittikten sonra da spora devam etmeyi düşünüyordum. Öğretmenlerim zaten yetenekli olduğum spor dallarını da söylüyor. Benim için çok ayrıcalıklı bir yaz okulu oldu ve tekrar gelmek isterim." diye konuştu.

"BÜTÜN DERSLERDEN BİR ŞEY ÖĞRENDİM"

Yaz Spor Okulu'na 7 yaşından beri katılan 9 yaşındaki Mehmet Aziz Ali Mur ise bu yıl da programa katıldığını belirterek sözlerine şöyle devam etti: "Burayı seviyorum çünkü arkadaşlarımla oyunlar oynuyoruz. Burada birlikte çalışmanın önemini öğrendim. Aynı zamanda eğlenmeyi ve eğlenmekten ne kadar zevk aldığımı öğrendim. Bütün derslerde yeni bir şey öğrendim ve bunların bana iyi geldiğini düşünüyordum. Satrançta daha iyi hamleler ve matlar öğrendim. Artık daha iyi oynuyorum. Dansta da artık daha iyiyim. Burada öğrendiklerimi evdekilere de anlatıyorum. En son voleybol dersini anlatmıştım. Öğrendiklerimi de yaz okulundan sonra geliştireceğim. Her çocuğun yazlarını değerlendirebileceği çok güzel bir yer burası. Gelecek yazı heyecanla bekliyorum." dedi.



Kalamış'ta plaj voleybolu turnuvası heyecanı başlıyor

Kadıköy Belediyesi Kalamış Spor Merkezi, plaj voleybolunun yıldız isimlerini ağırlamaya hazırlanıyor

Kadıköy Belediyesi ve Türkiye Voleybol Federasyonu (TVF) işbirliğiyle düzenlenen Bio-derma Pro Beach Tour 2026, 3-6 Eylül tarihleri arasında gün boyu Kalamış Atatürk Parkı'nda gerçekleştirilecek. Plaj voleybolu severler için büyük bir heyecana ev sahipliği yapan turnuva, sporculara ve izleyicilere unutulmaz anlar yaşatacak.

Kadınlar ve erkekler kategorilerinde yapılacak turnuva, dört gün boyunca voleybol severlere gün boyu sürecek karşılaşmalarla dolu bir program sunacak. Turnuvanın final maçları 6 Eylül Pazar günü oynanacak. Finalin ardından düzenlenecek kupa ve madalya töreninde, eski milli voleybolcu Dünya Baltacıoğlu anısına özel olarak "MVP" En Değerli Oyuncu ödülü de takdim edilecek.

FİNAL MAÇLARI CANLI YAYINLANACAK

Turnuvanın final heyecanı yalnızca Kalamış'ta değil, ekran başında olan sporseverlerle de paylaşılacak. 6 Eylül'de gerçekleşecek final maçları, Türkiye Voleybol Federasyonu'nun YouTube TVF Kanalı üzerinden canlı olarak izlenebilecek.



Sabah sporuyla güne zinde başlangıç

Kadıköy Belediyesi'nin Kadıköy'ün parklarında düzenlediği sabah sporları yoğun bir katılımı sürüyor. Eğitimciler eşliğinde güne hareketle başlayan Kadıköylülüler hem form tutuyor hem de sosyalleşiyor

● Seyhan KALKAN VAYIÇ

Kadıköylülülerin güne daha mutlu ve sağlıklı başlaması için Kadıköy'ün parklarında düzenlenen sabah sporları yoğun bir katılımı devam ediyor. Kadıköy Belediyesi Gençlik ve Spor Hizmetleri Müdürlüğü bünyesinde görev yapan spor eğitmenleri tarafından yaptırılan hareketler sayesinde güne daha zinde bir şekilde başlanıyor.

Yaş sınırı ve herhangi bir katılım koşulu bulunmayan sabah sporu yaz döneminde hafta içi pazartesi, çarşamba ve cuma günleri saat 08.00'de başlıyor. Sabah sporunun adreslerinden Göztepe Özgürlük Parkı'na gittik, ağaçların gölgesinde, güneşin yüzümüze gülmeye başladığı anlarda katılımcıların büyük bir keyifle yaptığı sabah sporunu izledik. Sporun ardından hem katılımcıların hem de spor eğitmeninin görüşünü aldık.

"DAHA DİNÇ HİSSEDİYORUM"



Göztepe oturan 78 yaşındaki Üzeyir Yerdelen, iki yıldır düzenli olarak sabah sporu yapıyor. Spora başlamadan önce parkta sabah sporu yapanları gördüğünde imrendiğini söyleyen Yerdelen, hareket etmenin faydalarını şöyle anlatıyor: "Sabah spora katıldıktan sonra kendimi daha dinç hissediyordum. Aktif oluyordum. Daha güzel düşünüyordum. Sosyalleşiyordum. Bir sürü arkadaş edindim. Spor her yaşta önemli ama yaşlanınca tabii daha önemli. Spor yaşam süresini de uzatıyor. Belediyenin bu hizmeti için çok teşekkür ediyorum."

"GÜNE İYİ BİR ŞEKİLDE BAŞLIYORUM"



Sohbet ediyoruz. Çok keyifli. İyi ki buradayız. İyi ki Kadıköylüyüz." diye konuştu.

"HERKES ÇOK MUTLU"



Çok mutluyum. Gördüğünüz gibi herkes çok mutlu. Kadıköy Belediyesi'ne verdiği hizmet verdiği için teşekkür ediyoruz. Çok memnunuz." ifadelerini kullandı.

"DERSLERİMİZ EĞLENCİLİ GEÇİYOR"



daha sağlıklı başlanmasını istiyoruz. Fiziksel aktivitenin yanında sosyal bir ortam. Derslerimiz eğlenceli geçiyor. Herkes çok mutlu."

3 NOKTADA SABAH SPORU

Sabah sporu, Kriton Curi, Koşuyolu ve Özgürlük Parkı'nda gerçekleşiyor. Kış döneminde yine aynı parklarda hafta içi devam edecek olan sabah sporu hakkında ayrıntılı bilgi için (0216) 542 50 00 telefon numarasını arayarak 1923 dahiliden Kadıköy Belediyesi Gençlik ve Spor Hizmetleri Müdürlüğü'ne ulaşabilirsiniz.

Mahallenin yaşlı köpeği hayatı daha iyi yaşıyor*

BÜŞRA KÜÇÜK



Mahallenin arka ayağı aksayan yaşlı köpeği sokağın köşesindeki mazgalın tam ortasına kakasını yaptı. Sonra döndü, kokladı. Aksayan, sessiz adımlarıyla yoluna devam etti. Sokağın ortasına yaptığı kakaya bir anlam yükledi. Dönüp yüzüne baktı. "Salaksın mısın sen?" dedi galiba. Çünkü ben olsam bu doğa olayını düşünür, düşünür, düşünür, sokağa üstelik de suların gitmesi gereken yerin üstünü örtecek biçimde yaptığım tuvaletten suçluluk duyar, işin içinden çıkamaz, hızlıca hayata küserdim. Çünkü insan dediğimiz mahlûkatın önemli bir çoğunluğu, her şeyi en iyi bildiğini sanırken, doğal ihtiyaçlarını, içindeki kötünün gün yüzüne vurmasını, kakasını, kakasından çıkan pis kokuyu tolere edemez. Tolere edemeyip üstünü örtmeye çalıştıkça türlü mekanizmalar geliştirir. Asla kaka yapma özelliği yokmuş gibi davranabilir mesela. Her şeyiyle mükemmel, temiz bir canlıymış da o pis dışkı ondan çıkamazmış gibi pozlara girer. Ya da tam tersi, ortalığı kakayla batırır ve bunun üstünden açıklamalara girer; aslında herkes kakadan ibarettir, sadece o böyle pis değildir vs. vs.

Kaka dediğimiz aslında nedir? İnsanın

karanlık, tolere etmesi güç, "olmasa daha iyi olmaz mıydı?" dediğimiz, içindeki canlılığın sentezlenmiş ölü bir versiyonu... Köpeğin içindeki iyiyle de kötüyle de bir derdi yokken insan, bilinç lanetiyle kuşanmıştır. Ve bu sebeple fazlasıyla kırılgandır. Kırılganlığı bazen takılmasından gelir; iyiye kötüye, doğruya yanlışla takılırken hareket edemez hale gelmesinden, çok düşünmesinden, düşündüğü şeyleri gerçeklik kılmasından, gerçekliğine tapınmasından... Ve günün sonunda kendi içinden çıkan "kötü"ye de tapınır hale gelmesinden. Kendini hep çok önemseyip hep merkezde tutmasından ve dolayısıyla dünyaya gerçekten açılmamasından. Dünyaya açılmayınca yalnızlığında kaybolmasından.

Psikolojide buna benzer durumların çok bilinen bir karşılığı var; anal dönemde fiksasyon. Bu dönemde yer alan tuvalet eğitimi sırasında, dışkıyı tutma ya da boşaltım konusunda anne ile ortaya çıkan çatışmalar sonucu çocuk, bir yandan bağımlılık duyguları, öte yandan ayrılma, bireysleşme ve bağımsızlaşma isteklerini içeren karşıt duyguları birlikte yaşar (Geçtan, 2002). Yani çocuğun psikoseksüel gelişiminde 1-3 yaş arasındaki anal dönemde yaşanan çatışmaların çözülmemesi, psikolojik açıdan bu dönemin özelliklerine takılı kalmasına sebep olur. Anal dönemde tuvalet eğitiminin barışçı yollardan tamamlanamaması



durumunda çeşitli uyumsuz karakter özellikleri geliştirilir. Annenin anlayışsızlığının yarattığı yalnızlık duygusunu, dışkıyı içeride tutmanın verdiği dolgunluk duygusuyla gidermeye çalışan ya da denetimi yitirdiği zamanlarda aşırı cezalandırılma sonucu dışkı boşaltmaya karşı korku geliştiren çocuklarda yaşam boyu izlerini sürdüren aşırı düzenlilik, katı görüşlülük, inatçılık, dik kafa, para harcamaktan çekinme ve cimrilik eğilimi gözlemlenir (Geçtan, 2002). 3 yaşına kadar olan bu dönem daha uyumlu ve sakin geçtiğindeyse bağımsız kararlar alıp özgürce seçim yapabilen, suçluluk duymaksızın girişimde bulunabilen, eyleme geçip bunun sorumluluğunu alabilen insanlar yetişiyor.

Yukarıda uzun uzun bahsettiğim kakasıyla derdi bitmeyen insan biraz da çocukluğuyla derdi bitmeyen insana karşılık geliyor. Çocukluğuna ve kendine gömüldükçe

yalnızlaşan insanın elindeyse günün sonunda gerçekten de kakasından başka bir şeyi kalmıyor.

Kendi ellerimizle kurduğumuz modern dünya her şeyi tek başımıza yapıp bundan haz almamız gerektiği konusunda bazı katı kurallar getirdi ve bunları dayatıyor. Kendi başının çaresine bakamayan eleniyor; yeterince cool, güçlü, çağa uygun olamıyor. Hal böyle olunca da gerçeklikler paylaşılamaz hale geliyor. Kendi kafasının içinde kaybolan birine ötekinin müdahalesi mümkün olmuyor.

Dağılan kafalarımızı birlikte toparlamak varken içimizde, kakamızda çürüyoruz.

Geçtiğimiz günlerde tam da bu meselelerin handikapları üzerine harika bir yazı okudum: Mustafa Selçuk Beşli tarafından kaleme alınan yazıda (<https://vesaire.press/mutluluk-buyuk-laf-kucuk-bir-hikaye/>) hem terapi odalarında kendi içimize dönerkenki hareketsizliğimiz, anlamlandırma çabamızla beraber yaşadığımız yalnızlık, hem de bu yalnızlığın popüleşmesiyle gelen ilişkisizlik, mutsuzluk hali epey detaylı ele alınmış: Zehirli olan, demek ki, mutluluk arzusu değil arzunun yalnız biçimidir. "Mutluluğun peşinde koşmak toplumsal bir iştir" cümlesi bir temenni değil, bu verinin en yalın özetidir. Peşinde koşulan şey bir iç ibre olduğu süreçte koşu ters teper; peşinde koşulan şey bir karşılaşma düzeni olduğu anda koşu, koşan is-

tese de istemese de, başkalarına doğru bükülür (Beşli, 2026). Buradaki "arzunun yalnız biçimi" hayatlarımızı galiba bir miktar yozlaştırıyor. Sadece mutluluğu değil anlamlandırmayı da daha çok karşılaşmada, yaşamın içinde aramız gerektirdiği gerçekliğiyle bizi karşılaştırıyor.

Kakasını sokağın ortasına yapan köpek de yaptığı kakayla uğraşacağına hayata karışıyor mesela. Gıdıp bir adama kafasını sevdireyor, gölgede uyukluyor, başka köpeklerle pis pis bakıyor. Kendiyle değil daha çok dünyayla uğraşıyor. Hep yaptığı şeyleri yaparak, yaşama karışarak, mutluluğu ya da yalnızlığı çok da dert etmeyerek iyi kötü bağıni sürdürüyor. Hayatın akışında kala-balığa karıştığımızda, ya da doğanın olağanüstü güzelliği ve umursamazlığıyla karşılaştığımız bir anda nasıl oluyorsa öyle işte.

Bazen hata yapabilir varlıklar olduğumuzu kabul etmek gerekiyor. Hata yapma cesareti insana kendini hatırlatabilir. Doğaya ve kendi aksayan doğamıza güvenmek gerekir. Çünkü aksamak insanidir, mükemmellikse fantezi. Ve günün sonunda aksayanı sevmek mükemmele tapınmaktan daha iyi gelir, çünkü gerçektir.

"Bu yazı ortalıktan kaybolan sokak köpeklerine ithaf edilmiştir. Kaynaklar

Geçtan, E. (2002). *Psikanaliz ve sonrası*. Metis Yayınları.

Beşli, M. S. (2026, 2 Ağustos). *Mutluluk büyük laf, küçük bir hikaye*. *Vesaire*. <https://vesaire.press/mutluluk-buyuk-laf-kucuk-bir-hikaye/>

Türkiye'de kızamık vakaları artıyor

UNICEF ve DSÖ, Avrupa ve Orta Asya'da kızamık vakalarının 2025'te yüzde 75 azalmasına rağmen salgın riskinin sürdüğünü belirtirken, Türkiye'de son yıllarda vaka sayılarındaki artış dikkat çekiyor

● Hülya ARSLAN

Kızamık, aşılama sayesinde büyük ölçüde kontrol altına alınabilen hastalıklar arasında yer alıyor. Ancak son yıllarda yeniden dünya genelinde sağlık gündeminin önemli başlıklarından biri haline geldi. UNICEF ve Dünya Sağlık Örgütü'nün (DSÖ) Avrupa ve Orta Asya'ya ilişkin son verileri, 2025 yılında vaka sayılarında belirgin bir düşüş yaşandığını gösteriyor. Buna rağmen hastalık tamamen ortadan kalkmış değil ve salgın riski devam ediyor. Türkiye'de ise Sağlık Bakanlığı verilerine göre 2023'te 5 bin 88, 2024'te 1.582 kızamık vakası bildirildi. Memorial Göztepe Hastanesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Bölümü'nden Prof. Dr. Haluk Çokuğraş, Türkiye'de son yıllarda kızamık vakalarında artış görüldüğünü belirterek, bunun



yalnızca Türkiye'ye özgü bir durum olmadığını vurguladı. UNICEF ve DSÖ, her toplulukta aşılama oranının yüzde 95'e ulaşmasının, bağışıklık açıklarının kapatılmasının, hastalık takibinin güçlendirilmesinin ve salgınlara zamanında müdahale edilmesinin önemine dikkat çekti. Kuruluşlar ayrıca yanlış bilgilerin beslediği aşı tereddüdünün çocukları kızamık ve diğer aşıyla önenebilir hastalıklar karşısında risk altında bıraktığı uyarısında bulundu.

"KIZAMIK OLGULARINDA ARTIŞ"

Türkiye'de kızamık vakalarının son yıllarda arttığını belirten ve kızamığın bildirimi zorunlu bir enfeksiyon hastalığı olduğunu hatırlatan Çokuğraş, "Son yıllarda ülkemizde kızamık olgularında bir artış gözlenmiştir. Kızamık bildirimi zorunlu olan bir enfeksiyon hastalığıdır. Sağlık Bakanlığı verilerine göre 2023'te 5 bin 88, 2024'te ise 1.582 kızamık olgusu bildirilmiştir. Bu sayılar 2022'de 617, 2021'de ise 50 idi." ifadelerini kullandı.

Vakalardaki artışın dönemsel olarak küçük salgınlara da yol açtığını belirten Çokuğraş, "Dolayısıyla kızamık olgularının arttığını ve yer yer küçük salgınlar yaptığını söyleyebiliriz. Bu sadece bizim ülkemize özgü bir durum değildir, dünya genelinde kızamık olgularında belirgin bir artış saptanmaktadır." dedi.

PANDEMİ SONRASI AŞI GÜVENİNDE GERİLEME

Türkiye'nin çocukluk çağı aşılamalarında uzun yıllardır başarılı bir ülke olduğunu belirten Çokuğraş, buna rağmen pande-

mi sonrasında aşıya yönelik güven konusunda değişim yaşandığını söyledi. Çokuğraş, "Türkiye aslında çocukların aşılanması konusunda başarılı bir ülke. Bununla birlikte bütün dünyada pandemi sonrasında aşılarla karşı bir güven-sizlik durumu oluştu ve aşılanma oranlarında bir düşüş yaşandı." ifadelerini kullandı.

Aşılamadaki açıkların yanı sıra göç hareketlerinin de kızamık açısından risk oluşturabildiğini belirten Çokuğraş, "Yaşanan göç hareketleri, yeterince aşılanamamış çocukların sınırlarımızdan girmesi kızamık başta olmak üzere bazı enfeksiyon hastalıkları için risk oluşturdu." dedi.

"AŞI KARŞITLIĞI VE KARARSIZLIĞI AYNI DEĞİL"

Kızamık vakalarının yeniden gündeme gelmesinde aşı konusundaki tereddütlerin de önemli bir etken olduğunu belirten Çokuğraş, Türkiye'de çocukların aşılatmayan ailelerin sayısının geçmiş yıllara göre arttığını söyledi. Aşı karşıtlığı ile aşı kararsızlığının birbirinden farklı olduğunu vurgulayan Çokuğraş, "Aşı karşıtlığı ve kararsızlığı sonuçları aynı olan ama farklı argümanlarla ortaya çıkan iki ayrı durum." dedi.

Aşı karşıtlığının aşılanmayı temelden reddetmek anlamına geldiğini belirten Çokuğraş, "Aşı karşıtlığı aşılanmayı temelden reddeder. Burada bazen dinsel nedenler, aşılarla karşı güven-sizlik, aşıların tetikleyebileceği hastalıkların olabileceği düşüncesi, bazı komplo teorileri, aşı karşıtı hekimlerin ileri sürdüğü aslında kanıtlanmamış bazı hipotezler ve yanlış bilgi sahibi olma gibi birtakım sebepler sayılabilir. Aşı karşıtlarında kemikleşmiş ve değiştirilmesi

güç bir düşünce biçimi vardır, ikna edilmeleri oldukça zordur." ifadelerini kullandı.

Aşı tereddüdü yaşayanların ise farklı değerlendirilmesi gerektiğini vurgulayan Çokuğraş, "Aşı kararsızlığı ya da tereddüdü ise biraz farklıdır. Bu kişilerin bir kısmında aşıya erişim sorunu da olabilir. Büyük çoğunluğu kulaktan dolma bilgilerle, yakınlarının ya da komşularının yaşadıklarını iddia ettiği bazı aşı yan etkileriyle, sosyal medya ya da görsel medyada anlatılan bazı hikâyelerle etkilenen ve çocuklarına bir zarar gelme olasılığı nedeniyle aşı yaptırmayan kişilerdir." diye konuştu. Ayrıca bu grubun doğru bilgilerle ikna edilebileceğine de dikkat çeken Çokuğraş, "Aşı kararsızlığı yaşayan grup aslında doğru kişilerden doğru bilgiler aldıklarında ikna edilebilecek bir gruptur. Bunlar sadece çocuklarının zarar görebileceği endişesini taşımaktadır. Dolayısıyla aşı kararsızlığı doğru bilgilerin sakince ve sabırla anlatılması ile kazanılabilir bir gruptur." dedi.

SOSYAL MEDYA AŞI TEREDDÜDÜNÜ BÜYÜTÜYOR

Aşı konusunda ailelerin kararlarını etkileyen unsurların başında sosyal medyanın olduğunu belirten Çokuğraş, "Sosyal ve görsel medya, aşı karşıtlığının güçlenmesi için son derecede verimli bir zemin oluşturmakta ve bu konuda çok da bilgisi olmayan kişiler kolaylıkla etkilenmektedir. Asıl önemli sorun, sayıları çok fazla olmasa da, popülarlığını artırmak isteyen aşı karşıtı hekimler ve reyting uğruna bu kişileri sürekli televizyona çıkartan basın-dır." ifadelerini kullandı.

"KIZAMIK HAFİFE ALINMAMALI"

Kızamıkla mücadelede yalnızca bireysel bağışıklığın değil, toplumun genel bağışıklık düzeyinin de belirleyici olduğunu vurgulayan Çokuğraş, kızamık için gerekli toplum bağışıklığı düzeyinin yüzde 95 olduğunu söyledi.

"Aşılanmada kişisel bağışıklık kadar, toplumsal bağışıklık (sürü bağışıklığı) da son derecede önemlidir. Toplumun güvende olması için toplumun belli bir yüzdesinin aşılanması gerekir." diyen Çokuğraş, aşılama oranının belirli bir seviyenin altına düşmesi halinde salgın riskinin arttığını belirtti.

UNICEF ve DSÖ de kızamık için her toplulukta yüzde 95 aşılama oranına ulaşılmasının kritik olduğunu vurguluyor.

Aşıları eksik olan çocukların aşılarının en kısa sürede tamamlanması gerektiğini belirten Çokuğraş, "Aşısı eksik olan çocukların aşılarının en kısa sürede tamamlanması önerilir." dedi.

Kızamığın yalnızca ateş ve döküntüyle seyrederen basit bir çocukluk hastalığı olmadığını vurgulayan Çokuğraş, "Kızamık, neden olduğu zatürre, ensefalit gibi ciddi komplikasyonlarla çocuk ölümlerine yol açabilen ciddi bir hastalıktır. Son derecede kolay bulaşır." ifadelerini kullandı.

Kızamığın bağışıklık sistemini de zayıflatıldığını belirten Çokuğraş, hastalığın başka ciddi enfeksiyonların ortaya çıkmasını kolaylaştırabileceğini söyledi ve sözlerini, "Kızamık bu özellikleriyle asla hafife alınabilecek bir hastalık değildir." diyerek tamamladı.

Çokuğraş, kızamık vakalarının yeniden artmasının önlenmesi için mevcut aşılama programlarının etkin biçimde sürdürülmesi, aşı tereddüdünün bilimsel ve güvenilir bilgilerle giderilmesi ve sağlık profesyonelleri aracılığıyla toplumun doğru bilgilendirilmesi gerektiğini vurguladı.



BULMACA

Hazırlayan: Mustafa Başaran / bilmececi@hotmail.com

KELİME AVI BULMACA

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

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

ARMUT MANGO
CEVİZ VIŞNE
ÇAĞLA AHLAT
ÇİLEK BADEM
İNCİR HIYAR
KAVUN HURMA
KİRAZ KARPUZ
LİMON

SUDOKU BULMACA

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

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

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

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

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

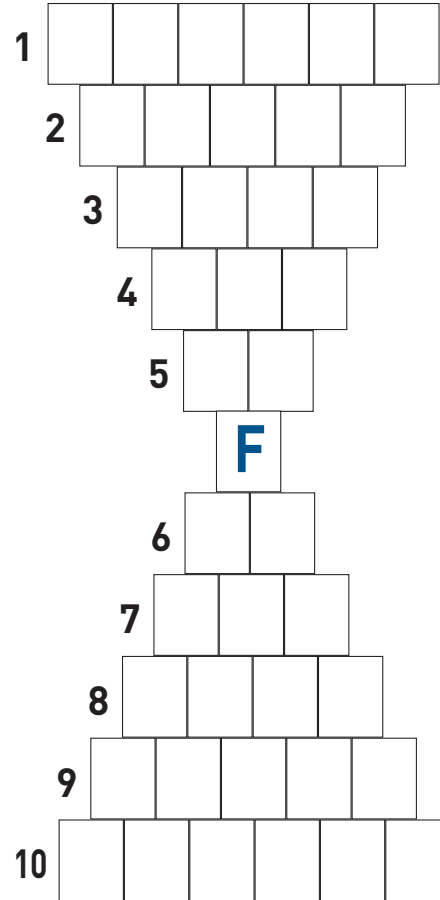
1. Rusya Federasyonu'na bağlı Karaçay-Çerkes Özerk Cumhuriyeti'nde yaşayan Türk halkı ve bu halkın soyundan olan kimse - Sinema perdesi - Yerdeki karın yüzünde buz tutmuş olan tabaka 2. Komünikasyon - `Bir şeyin olmasına çok az kalmak` anlamına gelen kelime - Hindu tanrısı Vişnu'nun yedinci avatari 3. Şey, nesne - Yüksek bir yerden bakıldığında göz önüne serilen geniş görünüş - Kişinin, etkisinden kendini kurtaramadığı yersiz saçma düşünce, sabit fikir 4. Köpek - Samanlık, odunluk, hayvan yemi deposu veya ahır - Omurgalı hayvanlarda lenf bezine benzeyen ve kan damarları çok olan bir organ - Üzerine yazı yazılan tabaklanmış ceylan derisi 5. Altı mukawa ile beslenmiş, üstü sırmalı işleme - Hayvan hekimi - Hayır ünlemi 6. Yapı - Belirti, iz, ipucu - Üye - Yüzyıl 7. Yolların kaplanması için genellikle 4-7 santimetre arasında parçalara bölünmüş taş - Jokeylerin giydiği, göz alıcı renklerde bir ceket türü 8. Satrançta bir taş - Kayıkta dümeni kullanmak için dümenin baş tarafına takılan kol - Kar veya buz üzerinde kayarak yol alan tekerleksiz taşıt 9. İtalya diktatörü Mussolini'nin unvanı - Gazete ilavesi - Güzel sanat - İlçe, kaymakamlık 10. Karakter - Suçu bağışlama - Bir çıkar veya kazanç sağlamak için yapılan davranış 11. Bir şeyin bal mumu, alçı gibi bir madde ile kalıbını çıkarmak için yapılan işlemlerin bütünü - Hatıra -

GEÇEN SAYININ ÇÖZÜMÜ

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



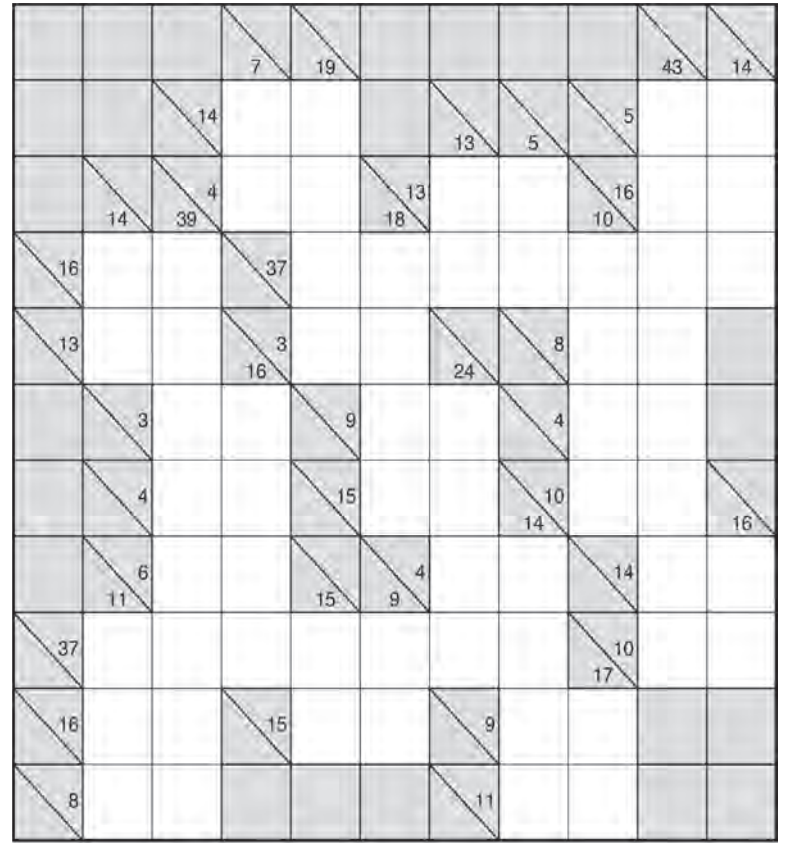
KUM SAATİ



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

1. Tek veya çok renkli, dar uzun şerit şeklindeki süsleme malzemesi.
2. Kitap yazma.
3. Paulo Coelho kitabı.
4. Doku teli.
5. Çok eski tarih anlatan deyim sözü.
6. Bir nota
7. Kuzey Afrika'da bir ülke.
8. Net.
9. Değerli bir taş.
10. Farsça.

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.

KUM SAATİ
En yorğun nehir bile,
dolayıp bir yerde ulaşır denize.

KELİME AVI BULMACA

1. Fileto, 2. Teltit, 3. Elif, 4. Lile, 5. Fi, 6. Fa, 7. Fas, 8. Safi, 9. Safir, 10. Farisi.

ÇÖZÜMLER

Verme, ödeme 12. İskambilde birli - Osmanlılarda şehzade eğitmeni - Nispet 13. Tırnak, boynuz, kıl gibi üst deri ürünü olan yapıları oluşturan proteinli madde - Ali Özgentürk filmi - Nikelin simgesi 14. Çok kokulu bir tür kahve - Bir ay adı 15. Dar, uzun ve hafif bir yarış kayığı - Vesaire (kısa) - İki dağ yamacının kesişmesi ile oluşmuş dere yatağı - Tedavi etme 16. Yavru yetiştirecek duruma gelmiş olan hayvan - Tutturgaç - Ağıl, davar ağılı - Gübre 17. Tellürün simgesi - Siyasal veya toplumsal amaçlarla yasa dışı gerçekleştirilen silahlı hareket - Saman rengi - İsviçre'de bir nehir 18. Palmiye ağacının ince ve uzun yapraklı bir türü - Armut, ayva gibi meyvelerin etli bölümlerindeki sert tanecikler - Rusya'da bir nehir - Bozulmamış, saf ve temiz hâlini koruyan 19. Bir meyve - Ülkemizde bir bölge - Doğan Yurdakul kitabı 20. Gırtlak çıkıntısı - Dişi siğir - Eğimi, inişi fazla olan yer.

YUKARIDAN AŞAĞIYA

1. Kınakınadan elde edilen ve sıtmanın tedavisinde kullanılan beyaz alkaloid - İlkbaharda kırlarda yetişen, ufak yeşil yapraklı, ıspanak gibi pişirilip yenilen bir bitki - Bir cins iri at 2. Bir makineyi oluşturan ve işlemesine yardım eden parçalardan her biri - "Enis" (şair) - Bir konu ile ilgili bilgi vermek ve bu bilgiler üzerinde tartışmak amacıyla birkaç yetkilinin yönetimi altında düzenlenen toplantı 3. Evcil bir geyik türü - Sert, kalın, tok ses - Bir orman ağacı - Bir salata bitkisi - Yaşlı olan insan veya hayvan 4. Astatinin simgesi - İma - Haberci - Herhangi bir cismin, başka bir cismi kendine doğru çekme gücü, cazibe 5. Milimetrik yüzeyler üzerinde on binlerce devre elemanından oluşan, karmaşık elektronik devrelerin yerleştirildiği, genellikle silikon benzeri yarı iletken malzeme - Mühlet - Az tavlı, yarı yaş yarı kuru toprak - Saçma, saçma sapan söz 6. Önem veya değer bakımından gitgide yükselen bir sıra basamakların her biri, rütbe - Çeşitli nedenlerle baş kısmı kırılmış, kaybolmuş veya



başlangıçta başsız olarak yapılmış heykeller - Tabut - Eski Türklerde devlet 7. Tekrarlamak - Tarz - Biricik 8. Bir renk - Gümüş balığına benzer bir balık 9. Yakışır, yerinde, uygun - Yemek - Soğurma, emme 10. Bir tür gevrek ve tuzlu bisküvi - Endonezya'nın plakası 11. Boyun eğme - Mühendis cetveli - Amerikan tohumundan yurdumuzda üretilen bir tür pamuk 12. Hazır - Güldürü 13. Olumsuzluk ön eki - Mesafe - Kişinin iç dünyası yönünden, manevi bakımdan, maddeten karşıtı 14. Hasır otu - Büyük taş kütlesi - Sevi - İtirlı bir bitki 15. Bataklik yerlerde yetişen

bir bitki - Bir nota - İnsan Kaynakları (kısa) 16. Eğ-riilmekte olan yün, keten gibi şeylerin tutturulduğu, bir ucu çatal değnek - Yetersiz - Uzun kamyon - İri yılan türü - Yetersiz 17. Sergen - Bir üzüm türü - Arama işini bir başkasına yaptırmak 18. Fotoğraftaki şarkıcı - Yapay tatlandırıcı - Bir şeyin tellerini birbirinden ayırıp karışıklığını gidermek 19. Çok yıllık güzel bir süs bitkisi - Karşit - Mesleği yalnız çiftçilik olan varlıksız kimse 20. Maçta sonuç - Kaynar suda haşlanıp üzerine yağ gezdirilen mısır unu yemeği - Kedi, köpek gibi çok memeli hayvanların yavrusu.

Adres: Hasanpaşa Mahallesi
Sarayardı Caddesi
Khalkedon İş Merkezi No: 98
Kadıköy / İSTANBUL
Tel: (0216) 348 70 60
İlan/Reklam: (216) 345 82 02
E-posta: gazetekadikoy@gmail.com
Dağıtım: Mehmet Gündoğdu
(0532) 727 01 07

www.gazetekadikoy.com.tr

GazeteKadıköy

Yıl: 27 / Sayı: 1356

HAFTALIK BAĞIMSIZ YEREL GAZETE

28 AĞUSTOS - 3 EYLÜL 2026



KADIKÖY
BAŞKA

MESUT Kocadağı
KADIKÖY BELEDİYE BAŞKANI

KADIKÖY
BELEDİYESİ