

MEDYA ALEMİ

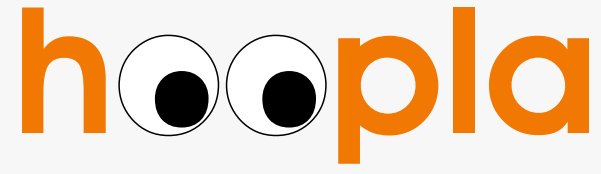
2024 / TEMMUZ - AĞUSTOS



DENİZ IŞIN

Cesur bir GÜZELLİK

FİYATI : 240 TL



- ✓ GENİŞ ÜRÜN ÇEŞİTLERİ
- ✓ UYGUN FİYATLAR
- ✓ HIZLI TESLİMAT

Geleneksel Kanal ve Tüm Ticari İşletmelerin ihtiyaçlarını karşılamak için 1400'den fazla ürünle hizmet veren, Türkiye'nin B2B e-Ticaret Platformu.



"şimdi Ankara'da,
çok yakında tüm Türkiye'de"

#HooplaTürkiye

www.hoopla.com.tr



Geleceğin İletişim Altyapısını Birlikte Kuruyoruz



Cevizlidere Mah. 1244 Sok. No:14/B Çankaya/ANKARA

info@basertelekom.com +90 312 287 78 38

MEDYA ALEMİ

TEMMUZ - AĞUSTOS
2024

Röportaj

11 DENİZ İŞİN

"Oyunculuk, Hayatın Benim İçin Söylediklerine Kulak Verip Yürüdüğüm Yerd."

Röportaj

26 KAFADAR GRUP

Müzik Tarzımızı "Modern Arabesk" Olarak Tanımlıyoruz.

Röportaj

42 BARIŞ ARCAN

"Hayat Bir Sahnedir."

Röportaj

46

Haçiko Derneği
Yönetim Kurulu Başkanı

ÖMÜR GEDİK

"Şiddetin Her Türüsü Sevgisizlikten Ve Eğitimsizlikten Kaynaklanıyor."

51

ALARKO HOLDING
70 YAŞINDA

54

MİMAR ELİF ÜTEBAY

ile İstanbul'un Kaybolan Deniz Kültürü | DENİZ HAMAMLARI

64

KÜBRA ÇİÇEK

2024 Yaz Trendleri

Röportaj

72

FEHMİ KARAASLAN

Tek kişilik Fransızca oynadığı Gomidas 100. oyununa Fransa'da gerçekleşen Avignon Off Festivalinde ulaştı.
"Ben de Kendi Hayatımda Gomidas Gibi Sürekli Seslerin Peşinden Gittim."

76

ORKA HOLDİNG,
AVRUPA MERKEZİNİ
İTALYA'DA AÇTI

92

KİMLER GELDİ KİMLER
GEÇTİ GALA GECESİ

98

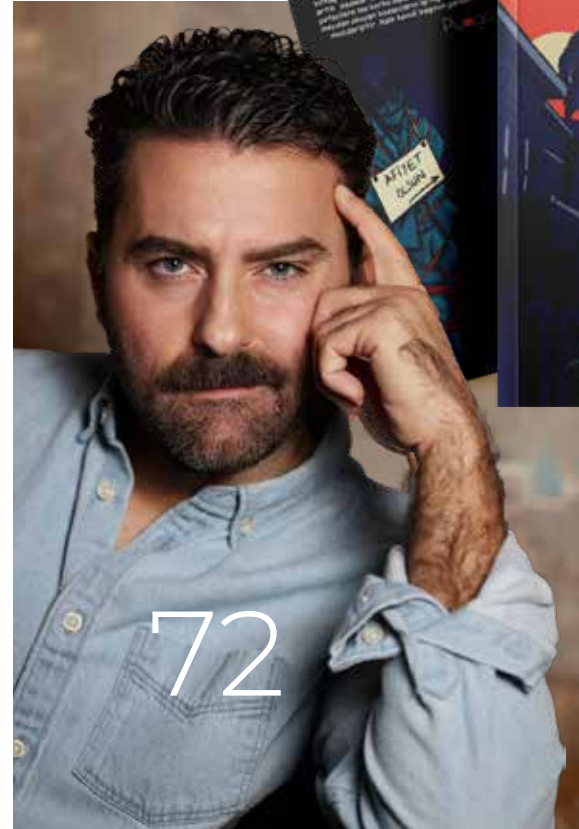
YENİ ÇİZGİ ROMAN
"BOZA" ÇIKTI!

Röportaj

112

YAĞMUR AKDAĞ

"Bence Güzellik Biriciklidir."



98



92

11

26

72

MEDYA ALEMİ

DALYAN MEDYA Ve MAĞAZACILIK A.Ş. ADINA

İMTİYAZ SAHİBİ ve YÖNETİM KURULU BAŞKANI Gökhan Çelik

gokhan.celik@dalyanmedya.com

GENEL YAYIN YÖNETMENİ Nurdoğdu Bayraktaroğlu

SORUMLU YAZI İŞLERİ MÜDÜRÜ Erkut Aktaş

KREATİF DİREKTÖR Yağmur Akdağ

MODA DİREKTÖRÜ Kübra Çiçek

EDİTÖR Gizem Yıldız

FOTOĞRAFÇI Muhammet Kayku

RETOUCH Kayku Studio

ASTROLOJİ EDİTÖRÜ Murat Küçüközkardeşler

YAYIN KURULU Gökhan Çelik, Nurdoğdu Bayraktaroğlu, Erkut Aktaş, Atakan Taşur, Yusuf Mayda

Yağmur Akdağ, Elif Ütebay, Gizem Yıldız, Talha Yazgan, Kübra Çiçek

SOSYAL MEDYA Ali Erdoğan

BİLGİ İŞLEM Servet Aksu, Eyüp Hakan Çelik

HUKUK DANIŞMANI Av. Doğukaan Türkucu

MALİ MÜŞAVİR Fatih Ergin

TASARIM Zeynep Işıklar

REKLAM Ve PAZARLAMA BHS Group Atakan Taşur (0507 746 97 58)

MEDYA BAYİSİ İbrahim Yalçın (0 532 206 39 06)

DOĞU ANADOLU BÖLGE TEMSİLCİSİ Fatma Şahin 0555 255 92 00

ÇEŞME TEMSİLCİSİ Ali Erdoğan 0534 955 54 42

BU SAYIDA KATKIDA BULUNANLAR

Rafet Ogeday Erdoğan, Hasan Murat, Murat Özmek, Bilal Civelek, Şakir Sarıçay, Turusan Çiner , Ferhan Gülşah Varloğlu, Fatma Şahin,

Muhammet Kayku, Elif Zorcan, Vahit Emre Mutlu, Mustafa Çolak, Tacettin Çelik, Ceren Özdemir, Hüseyin Turgut Sayın, Burcu Nazlı,

Ecem Atak, Demet Koçak, Hüseyin Akdağ, Oğuz Aydın, Berrin Pehlivan

ADRES

16 Eylül Mah. 3001 Sk. No:1 Vakıf İş Hanı 2. Kat No:228 Çeşme / İZMİR 0232 712 00 16

Mecidiyeköy Mah. Selahattin Pınar Cd. Tosunlar Apt. No:10/7 Şişli / İSTANBUL 0533 403 94 83

BASIM YERİ

İZMİR FORM Matbaacılık 7410 Sk. No:20 Pınarbaşı – Bornova / İZMİR

www.medyaalemidergi.com

Yazı ve fotoğrafların tüm hakları MEDYA ALEMİ dergisine aittir. Yazılı izin olmaksızın hiçbir şekilde yazı ve fotoğraflardan alıntı yapılamaz.

Yayınlanan köşe yazılarının ve reklamların sorumluluğu yazı ve reklam sahiplerine aittir.



GÖKHAN ÇELİK

Gazeteci / Yazar

ÜLKEMİZİN EKONOMİK GELİŞİMİNİ 3T ÜZERİNE KURGULAMALIYIZ

Merhaba değerli okurlarımız,

Öncelikle, Temmuz-Ağustos kapağımızda yer alan; samimiyeti, doğallığı ve keyifli sohbetiyle bizi hayran bırakan başarılı oyuncularımızdan DENİZ İŞİN' a, bize kapılarını açan Alaçatı Port Otel'e ve 3. sayımızda katkısı bulunan bütün dostlarımıza teşekkür ederek başlamak istiyorum.

Yaz aylarının kavurucu sıcaklarının başlamasıyla, ormanlarımız ve canlılarımız başta olmak üzere yine bizlere çok iş düşüyor. Diğer taraftan sonbahar aylarında beklenen kur şoku uyarılarını da göze alacak olursak, Medya Alemi dergimizin Temmuz-Ağustos sayısında Ülkemizin ekonomik gelişimini “3T” üzerine kurgulamamızın elzem olan gerekçeleri ile ilgili düşüncelerimi sizlerle paylaşmak istiyorum.

Türkiye'nin ekonomik kalkınmasında tarım, turizm ve teknoloji çok önemli bir rol oynamaktadır. Bugün gelenen noktada ülke ekonomimizi yeniden sağlam zeminlere oturtmak istiyorsak, bütün planımızı 3T yani; TARIM, TURİZM ve TEKNOLOJİ başlıkları üzerine kurgulamalıyız.

Tarım sektörü ülkemizin temel ihtiyaçlarını karşılamakla kalmayıp ihracat gelirlerine de katkı sağlayarak ekonomiye büyük bir destek sunmaktadır. Tarih boyunca insanoğlunun varlığı için temel dayanak olup, yeterli gıda teminin devamlılığına bağlı olduğu ana araçlarından biri de tarımdır. Dünyadaki siyasi, ekonomik, sosyal ya da teknolojik ilerlemeler, bu gerçeği değiştirmemektedir. Beslenme ihtiyacımız devam ettiği sürece de hayatımızdaki temel rolünü sürdürecektir. Ülkemizde tarım, çok büyük zenginliklere sahip olmasına rağmen ne yazık ki yıllardır süregelen yanlış politikalar, kısıtlamalar ve kotalar kendi kendimize yetemeyecek durumdaymışız illüzyonuna bizi sürüklemekte olup maalesef ki ithal alımlara yönelim tercih edilmektedir. Halbuki ülkemiz her alanda tarımsal zenginliklerle doludur ve temel ihtiyaç olarak sıralayabileceğimiz ve ihracat değeri yüksek birçok ürün ülkemizde en iyi şekilde yetişmektedir. Buğday, Pamuk, Mısır, Zeytin, Üzüm, Fındık ve Narenciye gibi tarım ürünleri tarım politikalarımız doğru planlandığında hem en uygun fiyatlara ülkemizin ihtiyacını karşılayacağı gibi hem de ülkemize ciddi büyüklükte bir ihracat geliri getirecektir.

Turizm ise Ülkemizin doğal güzellikleri, tarihi zenginlikleri ve kültürel çeşitliliği sayesinde önemli bir gelir kaynağıdır. Bu alanda ise, birkaç önemli strateji bulunmaktadır.

- İlk olarak, ekonomik gelişimi destekleyen, fiziksel düzeyde uygulanabilir, toplum yönelimli ve sürdürülebilir turizm ilkesini içeren bir planlama yaklaşımının ortaya konması çizgisinde bir strateji, Turizm alanındaki en önemli uygulanması gereken stratejilerdir.
- “Ulusal, bölgesel ve yerel ölçekte markalaşmanın hedeflenmesi, ulusal tanıtım ve pazarlamaya ek olarak varış noktası bazında tanıtım ve pazarlama faaliyetlerine başlanması” ve bu sayede nitelikli turist çekmektir.
- “Devlet ve özel sektör iş birliği, yeni iletişim teknolojilerinin kullanımı ve markalaşma sağlanmalıdır.”
- “Sinema sektörü bir tanıtım aracı olarak kullanılmalıdır.” Yabancı sempatiyanlık yerine değerler ön plana çıkmalıdır.
- “Bu alanda çalışanların Turizm eğitiminin meslek odaklı olması ve ölçülebilir sonuçlar içermesi” şeklinde planlanmalıdır.
- “Zengin kültürel ve doğal değerlere sahip kentlerimizin markalaştırılarak, turistler için bir çekim noktası haline getirilmesi” ve bu yolla çeşitliliğimizin ciddi anlamda artması sağlanmalıdır.
- “Alternatif turizm türlerinden öncelikli olarak sağlık turizmi ve termal turizm, kış turizmi, golf turizmi, deniz turizmi, ekoturizm ve yayla turizmi, kongre ve fuar turizminin geliştirilmesi” öncelikli hedef olmalıdır.
- “Kitle turizminin yoğun olarak geliştiği alanların altyapısının öncelikli olarak ele alınarak güçlendirilmesi ve bu bölgelerdeki turizm sezonunun tüm yıla yayılabilmesine yönelik düzenlemelerin yapılması” turizm gelirinin artırılması açısından çok önemlidir.
- Son olarak, “Dünya ile yarışabilen markalaşan turizm yerleşmelerinin planlanması” rekabetçi bir turizm için önemlidir.

Tarım ve Turizm gibi, Teknoloji sektörü de ülkenin dijital dönüşümüne öncelik ederek inovasyon ve rekabet gücünü arttırmaktadır. Türkiye'nin bilim ve teknoloji yeteneğini yükseltmek, bilim ve teknolojiye egemen, inovasyonda etkinleşmiş bir ülke yaratmak, tek stratejik seçeneğimizdir. Türkiye'nin Bilim ve Teknoloji Politikası bu stratejik seçeneği temel almakta ve böylesi bir ülke yaratabilmek için izlenmesi gereken yolu göstermek üzere planlanmalıdır. Türkiye'yi, bilim ve teknoloji üretiminde etkinleşmiş; üretilen bilim ve teknolojiyi süratle, ekonomik ve toplumsal faydaya dönüştürebilme -inovasyon- becerisini kazanmış; bunun için gerekli olan ulusal inovasyon sistemini kurmuş bir ülke haline getirebilmenin yollarını göstermemeliyiz.

Bu 3T olarak isimlendirdiğim Tarım, Turizm ve Teknoloji sektörlerinin bir arada güçlü bir şekilde gelişmesi Türkiye'nin ekonomik ve sosyal açıdan daha da ileriye gitmesine katkı sağlayacaktır. Önerim ve dileğim şudur ki ülkemiz bu üç sektöre gereken önem ve zeni yeni dönemde gösterir.

Son söz, Medya Alemi Dergimizin Temmuz-Ağustos 2024 sayısını; Türk Sinemasının en önemli değerlerinden; komedyen, yönetmen, şair ve ressam Sadri Alışık'a ithaf ediyorum ve kendisini rahmetle, saygıyla ve sevgiyle anıyorum. Dergimizin 3. Sayısı için bizi teşvik eden geri dönüşleri ve genç yetenekli arkadaşlarımızın da katkılarının devamlılığı ile tüm tecrübelerimizin harmanlanmasıyla üçüncü sayımızı sizlerle paylaşıyorum.

Keyifli okumalar dilerim...

G. Çelik

Medya Alemi | TEMMUZ - AĞUSTOS 2024

Böyle Radyo Olmasın!

Radyo programcılarını eleştirmek için kolay, onların hatalarını söylemek en basit çözüm “yapıcı olalım, birbirimizi kırmayalım, düşüncesinin geçerliliği yok arkadaşlar, birbirimizi eleştirmedikimiz için gücümüzü kaybettik, birbirimizi eleştiremediğimiz için radyo sektörü birçok değerini kaybetti, birbirimizi eleştiremediğimiz için yenilenemiyoruz, yani birbirimizden çok uzağız artık.

Radyo programcılarının hepsi ayrı bir dünya ve bu dünyaların kapıları kapalı, bazı gruplar oluşuyor, sosyal medya da beraber verilen pozlara sıkça şahit oluyoruz ama sektör adına hiçbir kıymeti yok, radyo programcılığı meslek olsun diye savaşa hazırlanırken, resmiyette animatör kimliğinden kurtulalım derken Nasrettin Hoca hikayesine başlıyoruz tekrar ön sözden? Radyocular radyo için bir araya gelmiyor, radyocular artık radyoya kıymet vermiyor yine sosyal medya da bireysel reklam çalışmalarından “beni dinleyin”, “program başladı” cümleleri dışında rastlamıyoruz başka yazışmalara veya hiçbir internet sitesinde, hiçbir gazetede radyocular adına haberler okumuyoruz radyocular müzik sektörünün en güçlü elemanıydı şimdi basın danışmanlığı yapan birkaç radyocu dışında müziğin içinde radyocu göremiyoruz. Radyolar, televizyona, gazeteye, müzik dünyasına birey kazandırma, isim kazandırma misyonu üzerine hareket ederdi şimdi doğrudan satış reklamlarıyla birbirleriyle yarış yapıyor. Radyocunun dünyası radyoydu yani bu iş ekonomik değerlerin üstünde bir bağ ile yakalardı radyocuyu maksat mikrofonda konuşmak değildi maksat sese kelimelerle büyü katmaktı şimdilerde mikrofonda konuşmanın kıymetsizleştiği bir dönemdeyiz ve maalesef hiç kimse sesini çıkartmıyor “biz niye böyle olduk diye”

Radyo dinleyicisinin radyo tercih sebebi radyocu iken müzik oldu, bizim bütün silahlarımıza el koydular, dilimize mühür vurdular, radyocu kimliğimizin bütün hanelerini karaladılar ve biz hala kendimizi kandırmaya devam ediyoruz. Bitmez ama bitsin! Olmaz ama Olsun, Müzik kutusu olarak kalacaksa radyo olmasın! Radyocu şarkı anonsörü olacaksa olmasın! Radyo sadece araba yolculuklarında yarım saat altta fon olarak şoförlere eşlik edecekse olmasın! Radyo sosyal gündem yaratamayacaksa, medya kimliğini alamayacaksa, bir dakikada üç beş özet manşeti haber diye yutturacaksa olmasın!



Üç beş gencin hobi diye yaptığı bir meslek olarak anılacaksa olmasın! Radyo patronları için gereksiz bir yatırım olarak görülmeye devam edecekse, bir dönemin en güvenilir mecrası doğrudan satışlarla en güvensiz yer haline getirilecekse olmasın! Radyo yöneticileri tarafından torpille yönetilecekse, hak edenden alınıp radyo mikrofonu, hak etmeyene verilecekse, müzik direktörü kimliği kullanarak radyolar birbirinin kopyası olacaksa Olmasın! Reklam verenlerin tercihlerinde en alt sırada yer alıyorsa bu mecra olmasın! Derneklerin, Meslek Birliklerinin hiçbir faydasını göremeyeceksek, bu kurumlar kötü gidişe dur diyemiyorsa olmasın! Radyo'nun ve radyocunun tanımını unuttuysak olmasın! Artık bu sektöre emek verenler bıktık yeter artık diyorsa herkes birbirinden şikayet ediyor herkes birbirinin kuyusunu kazmak için mücadele ediyorsa maksat üzüm yemekten çıkmış bağıcıyı dövmeye kadar gelmişse olmasın! Eğer bu kadar kıymetsizse bu iş kendimizi tatmin edecek başka bir hobi bulalım bu eğlencenin adı radyo olmasın!

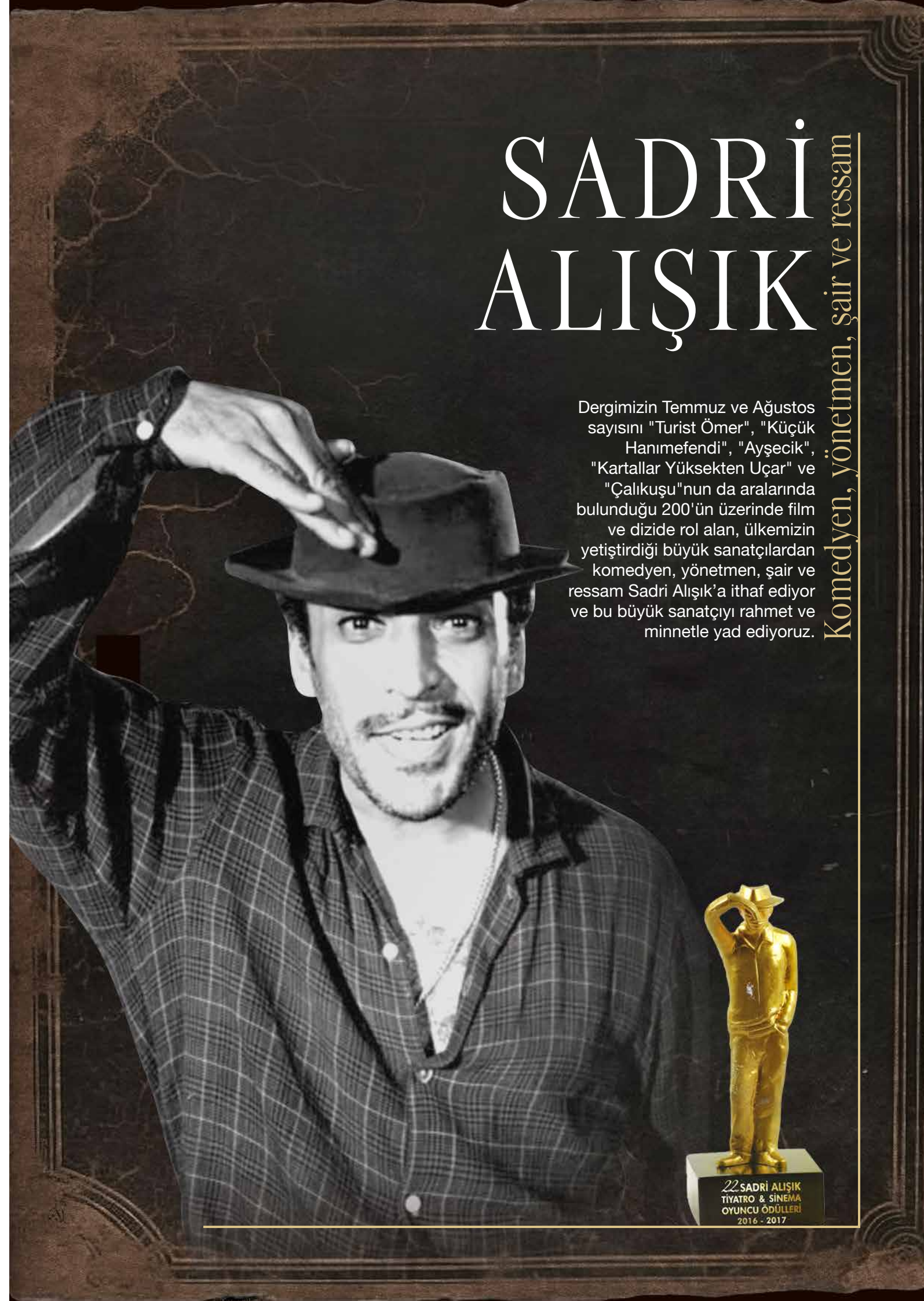
Erkut AKTAŞ
Radyocu / İletişimci

 erkutaktas_

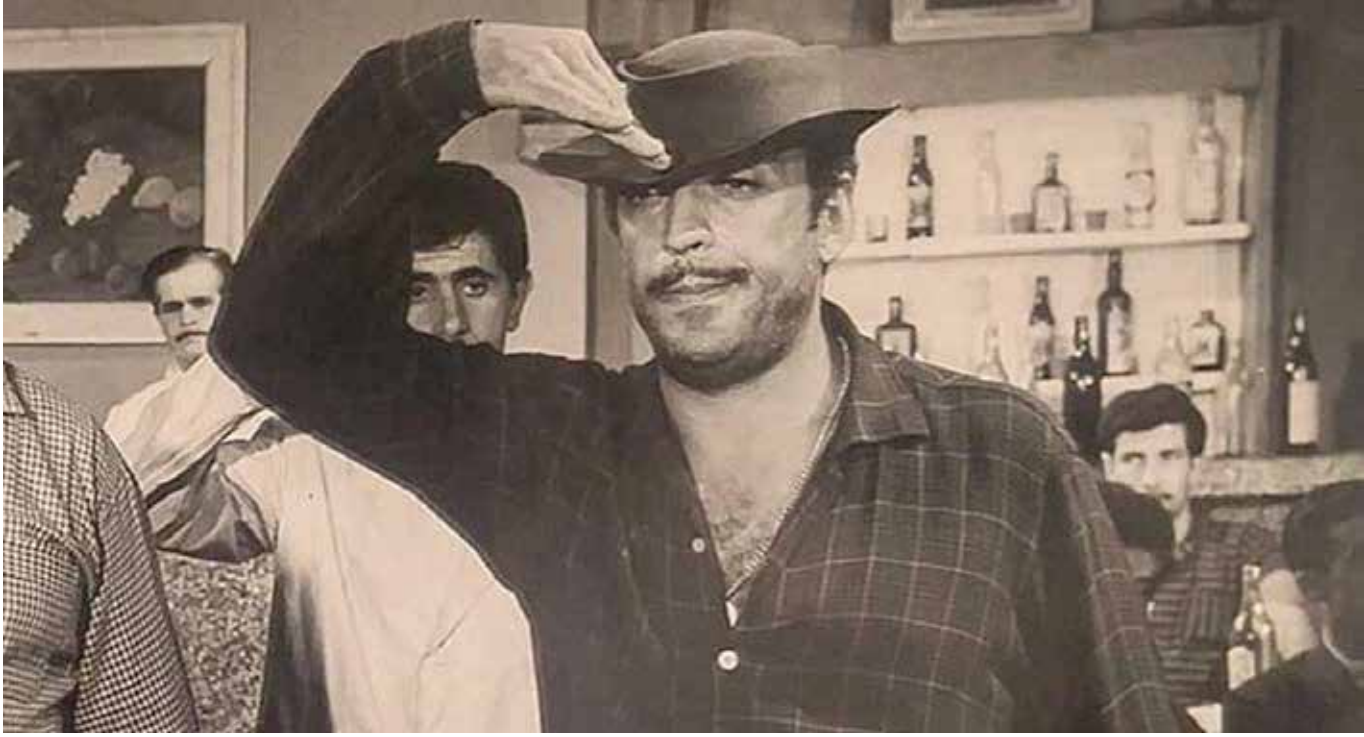
SADRI ALIŞIK

Komedyen, yönetmen, şair ve ressam

Dergimizin Temmuz ve Ağustos sayısını "Türist Ömer", "Küçük Hanımefendi", "Ayşecik", "Kartallar Yüksekten Uçar" ve "Çalıkuşu"nun da aralarında bulunduğu 200'ün üzerinde film ve dizide rol alan, ülkemizin yetiştirdiği büyük sanatçılardan komedyen, yönetmen, şair ve ressam Sadri Alışık'a ithaf ediyor ve bu büyük sanatçıyı rahmet ve minnetle yad ediyoruz.



22. SADRI ALIŞIK
TİYATRO & SINEMA
OYUNCU ÖDÜLLERİ
2016 - 2017



Asıl adı Mehmet Sadrettin Alışık olan usta oyuncu, Saf-fet Hanım ile kaptan Rafet Bey'in ilk çocuğu olarak 5 Mart 1925'te İstanbul'da dünyaya geldi. Ailesinin "Sadri" diye hitap ettiği sanatçı, çocukluğundan itibaren duymaya alıştığı isimle sanat dünyasına adım attı.

Paşabahçe 39. İlkokulunda öğrenciyken, bir sünnet töreninde izlediği Naşit Özcan Tiyatrosu'nun gösterisiyle tiyatroyla tanışmıştır. Alışık, verdiği bir söyleşide, "İşte bana ne olduysa o perde kapandıktan sonra oldu. Benim içimde müthiş bir heyecan ve merak başladı. Perde açıldığında, yalancıkdan yaptıklarını biliyordum. Şimdi perde kapandı ve gerçek hayatları başladı. 'Acaba bu perdenin arkasında ne var?' İşte bu laf, ileriki yıllarda beni oyuncu yaptı." ifadelerini kullanmıştır. Sadri Alışık, kendi piyeslerini hazırlayarak mahalle arkadaşlarına gösteriler sunmaya başladı. Ailesinin tiyatrocus olmasına karşı çıkmasına rağmen oyunculuktan vazgeçmeyen sanatçı, üçüncü sınıftayken "İstiklal" adlı piyesteki başrol "Adalı Halil'i canlandırdı.

Rolü büyüdükçe dikkatleri üzerine çekti

Sonraki yıllarda Ziya Ünsel İlköğretim Okulu adını alan, Beykoz Ortaokulunda okuyan usta oyuncu, İstanbul Erkek Lisesinde eğitimine devam etti.

Sanatçı, lise yıllarında Cağaloğlu Halk Evinde tiyatro eğitimine başladı, oyunculuk çalışmalarını bugünkü ismiyle Sadri Alışık Tiyatrosu olan Muhsin Ertuğrul yönetimindeki Küçük Sahne'de sürdürdü.

Rolleri büyüdükçe dikkatleri üzerine çeken Alışık, 17 yaşında rol aldığı "Zehirli Kucak" oyunundaki rahip rolünü başarıyla canlandırdığı için ilk kez basında yer aldı.

Usta sanatçı, bir süre Güzel Sanatlar Akademisi Resim Bölümünde öğrenim gördü. Çeşitli dergilerde grafikerlik de yapan sanatçı, hayatı boyunca pek çok yağlı boya ve kara kalem çalışmasına imza attı.

Sadri Alışık 1940'ta Eminönü Halkevi'nde amatör tiyatro çalışmalarına katıldı. Profesyonel olarak ilk kez 1943'te Raşit Rıza Topluluğu ile sahneye çıkan sanatçı, ardından Karaca, Site, Oraloğlu, Çevre, Oda ve Kent tiyatrolarında çalışmalarını sürdürdü.

Başarılı oyuncu kısa bir süre gazinolarda da sevenleriyle buluştu. Halkevindeki bir oyunda Alışık'ı izleyen ve beğenen yönetmen Faruk Kenç, 1944'te "Günahsızlar" filminde başrol teklif edince Sadri Alışık sinema kariyerine bir adım attı. Alışık filmde kimsesiz, zavallı bir kıza yardım eden ve ona aşık olan balıkçıyı canlandırdı.

Vatani görevini 1946-1949 yıllarında tamamlayan sanatçı, 1951'de ilk evliliğini yaptığı tiyatro sanatçısı Neriman Esen'den 1957 yılında ayrıldı.

Alışık, 1951 yılında bir film setinde tanıştığı ve çok sayıda filmde rol aldığı Ayhan Işık ile 1979 yılında sanatçının vefatına kadar yakın dost oldu.

"Turist Ömer", "Ofsayt Osman" ve "Ali Baba" gibi karakterlerle unutulmazlar arasına giren usta oyuncu, 1959 yılında "Yalnızlar Rıhtımı" filminde canlandırdığı "Rıdvan Kaptan" rolüyle dikkatleri üstüne topladı. Sadri Alışık, hikayesi Attila İlhan'a ait filmde başrolü paylaştığı sinema ve tiyatro oyuncusu Çolpan İlhan'la tanıştı.



Çolpan İlhan ile 20 Ağustos 1959 yılında evlenen Alışık'ın oğlu Kerem Alışık, 1960'ta dünyaya geldi.

Usta oyuncu, dram rolleriyle başladığı oyunculuk kariyerini, canlandırdığı komedi karakterleriyle zirveye taşıdı. Kariyeri boyunca 200'ü aşkın yapımda rol alan sanatçının Ayhan Işık ve Belgin Doruk ile 1961-1962 yılları arasında rol aldığı "Küçük Hanımefendi" serisiyle Türk sinemasının ilk güldürü karakteri olarak gösterilen "Turist Ömer" filmleri ve "Ayşecik" serisi izleyicinin gönlünde yer edindi.

Sadri Alışık 1964-1973'te çekilen komedi serisinin ana karakteri Turist Ömer'e ilişkin Halit Kivanç'a yaptığı bir açıklamada, şunları söylemişti:

"Karıma doğum günü hediyesi alacaktım. Ekonomik durumum biraz kısıtlıydı. Yazıhanelerden hakkım olan parayı almaya gidiyordum ama endişeliydim. Bir dolmuşa bindim. Tanınmaktan da rahatsız oluyordum. Şoförün arkasında oturdum. Dolmasını bekliyordum. Şoför sakallı bereli bir adamdı. En son binen, kendi tabiriyle '40 ayak bir adam', genç, delikanlı bir çocuk. Girer girmez göz göze geldik, 'Sadri abi merhaba, n'aber?' dedi. Tanınmamak istediğim için 'Benzettin kardeşim, yanlış.' dedim. 'Olur mu ya, dün akşam bahçe sinemasında filmini seyrettik icabında. Bize yapma.' falan dedi. 'Değilim kardeşim.' dedim. Yol boyu bu sürdü... O bana ilham verdi. Sonra Hulki Saner ile rahmetli Ayhan Işık'ın oynadığı bir filmde böyle bir tip gerekiyordu. Ben bunu anlatmıştım ona. 'Daha detaylandır.' dedi ve Turist Ömer öyle doğdu." ifadelerini kullanmıştı.

Rol aldığı yapımlarda, güzelliğe tutkun, umutlu, yaşama sevinciyle dolu, dürüstlüğü ve doğruluğu özleyen karakterler sergileyen usta oyuncu, 1964'te "Avare-Dalgamıza Bakalım"

ile "Tophane Rıhtımında-Turist Ömer" ve 1970'te "Turist Ömer Arabistan'da" adlı 45'lik plaklar da doldurdu.

Unutulmaz repliklere imza attı

"Şaka ile Karışık", "Fıstık Gibi Maşallah", "Helal Olsun Ali Abi" ve "Ah Güzel İstanbul" adlı önemli filmlerde rol alan oyuncu, "Yalvarmaktansa kaybetmeyi tercih ederim. Prensip meselesi...", "Hayat demek, ölümü beklemek demektir. Az çok hepimiz denizi, yıldızları, ağaçları, işte falanları, filanları göreceğiz. Birçok şeyin tadına bakacağız. Sonra da ister istemez, 'Gidiyorum Elveda' şarkısını söyleyeceğiz. Öyle ise gidenin de kalanın da gönlü hoş olsun.", "Şu hayatın falanları filanları malum..." ve "Ama kabahat bende değil, şarkıdaki o kızda." gibi unutulmaz birçok repliğe de imza attı.

Alışık 44 yıllık sanat hayatında birçok ödüle de değer görüldü. "Afacan Küçük Serseri" filmindeki "Hüsnü" karakteriyle 1971 Antalya Altın Portakal Film Festivali'nde "En İyi Yardımcı Erkek Oyuncu Ödülü"nü, 1994'te oynadığı son film "Yengeç Sepeti" ile de yine "Antalya Altın Portakal Film Festivali"nde, Mehmet Aslantuğ ile "En İyi Erkek Oyuncu Ödülü"nü aldı.

Yaşamı boyunca aile yaşantısından ve karakterinden taviz vermeyen Alışık, yakın dostu Ayhan Işık'ı 16 Haziran 1979 yılında kaybettikten sonra büyük bir sarsıntı geçirdi. O yıllarda "Seyahatname" adlı dizide rol alan sanatçı, 1983'te "Kartal-lar Yüksekten Uçar", 1986'da "Çalıkuşu" ve 1987'de "Saat Sabahın Dokuzu" adlı dizide oynadı. Sanatçı, Yeşilçam'da belirli bir karakter ya da film türüyle sınırlı kalmayan karakter oyuncularından biri oldu. Farklı nitelikteki rolleri canlandıran Alışık, her yıldızın rol sınırlarının belli ve personalarının dışına çıkmasının imkansız olduğu Yeşilçam sinemasında, yıldız kurallarını esneten isim olarak öne çıktı.

İstanbul'a olan sevdasını kaleme aldı.

Kendine özgü üslubu ve selamıyla halen Türk izleyicisinin seyretmekten keyif aldığı isimlerden olan sanatçı, "Bir Ömürlük İstanbul" adlı şiir kitabıyla da İstanbul'a sevdasını kaleme aldı. Karaciğer yetmezliği nedeniyle dönemin Cumhurbaşkanı Turgut Özal'ın desteğiyle 1990 yılında ABD'ye giden sanatçıya Prof. Dr. Münci Kalayoğlu ve ekibi tarafından organ nakle edildi. Karaciğer, böbrek ve solunum yetmezliği ile kemik iliği hastalığı için tedavi gören Alışık, 18 Mart 1995'te İstanbul'da yaşama veda etti.

Zincirlikuyu Mezarlığı'nda toprağa verilen sanatçının anısına, eşi Çolpan İlhan tarafından kurulan Sadri Alışık Kültür Merkezi'nde her yıl "Sadri Alışık Sinema ve Tiyatro Ödülleri" veriliyor.

Usta oyuncunun rol aldığı bazı filmler şöyle:

"Fato-Ya İstiklal Ya Ölüm", "İstanbul Geceleri", "Çakırcalı Mehmet Efe", "İstanbul Çiçekleri", "Hürriyet Şarkısı", "Allah'a İsmarladık", "Kendini Kurtaran Şehir-Şanlı Maraş", "Tanrı Şahidimdir" "Vatan ve Namık Kemal", "Yavuz Sultan Selim Ağlıyor", "İki Süngü Arasında", "Suçlu Benim", "Soygun", "Halıcı Kız", "Daima Kalbimdesin", "Çalınan Aşk", "Korkusuz Kabadayı", "İlk Göz Ağrısı".

HAZIRLAYAN: Gökhan ÇELİK

 gokhancelikorjinal



TATİL

PORT ALAÇATI OTEL
İLE GÜZEL

Her mevsim özel, denizle iç içe, unutulmaz manzaralar eşliğinde
her anın güzelliği Port Alaçati Otel'de...

Alaçati'nin en özel konumunda, **denize sıfır** huzurlu atmosferi ile
benzersiz bir tatil deneyimini **şimdi keşfedin!**

Geleneksel Ege mimarisi, tertemiz havası ve özel mutfağı ile
benzersiz lezzetler sizi bekliyor...

Zeytin ağaçları, begonviller ve çiçeklerle kaplı bahçemizde
yenilenerek **dinlenin.**

Sörf merkezlerinin yanı başında, ister yatınızla ister aracınızla
gelebileceğiniz ayrıcalıklı ve **kesintisiz mutluluğu yaşayın!**



📍 Alaçati Mahallesi 18000 Sokak No:30
Çeşme / İzmir
☎ +90 232 716 03 85 - 87
✉ hotel@portalacati.com.tr

📱 Portalacatihotel 🌐 Port alacati hotel 🐦 portalacatihotl

DENİZ IŞIN

*“Oyunculuk,
Hayatın Benim
İçin Söylediklerine
Kulak Verip
Yürüdüğüm Yerd.*”

RÖPORTAJ **GİZEM YILDIZ**
FOTOĞRAFLAR **MUHAMMET KAYKU**
STYLING **MUSTAFA ÇOLAK**
RETOUCH **KAYKU STUDIO**
SAÇ VE MAKYAJ **MELİSA CAN KELEŞ**
STYLING ASİSTANI **CEREN ÖZDEMİR**

Mekan için Alaçatı Port Hotel'e teşekkür ederiz.

Elbise: **Join us / Vakkorama**
Takılar: **Mustafa Çolak**

Korse: **Fée muse**
Etek: **Fée muse**
Taki: **Luna Capsula**



Güneşin içimizi ısıttığı, denizin masmavi parladığı, çıplak ayakla kumlarda dolaştığımız, yaz hiç bitmesin dediğimiz günlerin mutluluğunu yaşıyoruz. Böyle bir günde hikayesiyle, güzelliğiyle, her geçen gün çıktığı zirve yolculuğuyla bize ilham veren Deniz Işın'la bir araya geldik. Onu 6 yıl önce “Her Yerde Sen” dizisiyle tanıdık. Bu diziyle kariyer yolculuğunda bir milat oldu.

Deniz Işın'ı tek bir rolle tanımlamak imkansız; Masumiyet'in İrem'i, Leyla ile Mecnun'un Leyla'sı, Sefirin Kızı'nın Sahra'sı, Ömer'in Şule'si... Daha birçok karakterle tanıma şansımız oldu. Bugün Deniz'in dünyasına indik. Sosyal medyayla başlayan yolculuğunda, bugün bu röportajı veren Deniz'e kadar nasıl geldiğini konuştuk.

İzmir’de; senin doğup büyüdüğün kara parçasının üzerindeyiz. En son seni Ömer dizisinde izledik, buraya Asos’ta film çekiminden geldin. Yaza hızlı bir şekilde giriş yapıldı. Önünde nasıl bir takvim var?

Asos’ta çektiğimiz Evcilik film seti bitti, ardından sizinle birlikte dergi çekimi Alaçatı’ya geldim. Temmuz ayının sonlarına doğru bir film çekimim daha var. Sonrasında yeni sezon için menajerimle birlikte dizi görüşmelerine başlayacağız.

Henüz çekimleri yeni biten Evcilik filmi ile yeni bir heyecanın içindesin. Set nasıl geçti?

Benim için çok kıymetli bir setti, çünkü çok kıymetli insanlarla çalıştım. Hem yapımcımız, hem yönetmenimiz hem de ekibimizle çok keyifli bir set geçirdim. Bu meslekteki çok önemli insanlarla çalışma fırsatım olduğu için inanılmaz heyecanlıyım. Oynadığım karakter de çok farklıydı. Bu karakterle kendimde göstermek istediğim şeyleri tecrübe etme şansım oldu. Hem tatlı bir çekingenlikle hem de başardıkça mutlu olduğum bir ekip çalışmasıydı.

Başladığı günden beri konuşulan, dili, hikayesi farklı olan Ömer dizisinin ikinci sezonundaydın. Şöyle bir adım geriye gidip uzaklaştığında, Şule ile nasıl bir yolculuk hatırlıyorsun?

Kendi yaralarından dolayı, sevilme arzusuyla yanıp tutuşan bir kadındı. Hikayesini derinlikli bir şekilde işleyemedik, ama temelde öyle konuşmuştuk. Şule kalabalıklar içinde yalnızlık çeken bir kadındı. Çok sevildiği söyleniyor, ama kendisi bunu hiçbir zaman hissedememiş. O yüzden Şule’nin hikayesi acıklıydı. Ben Şule’ye çok üzülüyordum. Bazen yaptıkları sinsilik gibi algılanıyordu, ama içinde bir yerde çok muhtaç bir çocuk vardı. Ömer’le ilgili olan bir repliğini hiç unutmuyorum “Yanımda dursun yeter. Sevmesin beni, beraber olmayalım. Sadece onun yanında olabileyim”. Saplantılı, ama ruhundan gelen çok naif isteklerde bulunan bir aşkı vardı.

Ona bir şey söyleyecek olsan ne söyledin?

Yapma be kızım, gerek yok böyle şeylere. Günün sonunda ne olursa olsun değmez.

Şöyle bir geçmişe bakıyorum da sosyal medyada çektiğin videolarla bu yolculuk seni bambaşka bir yere getirmiş. Hala içerik üretmeyi, sosyal medyayı çok sevdiğini görüyorum. Lisede tiyatrodan kaçan gencin zincirlerini kıran sosyal medya mı oldu?

Ben özgüveni çok sağlam bir genç değildim, bir de üstüne hoca “Gülün, ağlayın, şimdi sinirlenin” gibi mimikler isteyince, “Ben hayatta yapamam” diye oradan kaçtım. Üniversite zamanında çok derin bir aşk acısı çektim, ne yapacağımı bilemedim. O zaman video çekebileceğimiz sadece bir platform vardı. Okumak, çalışmak önceliğimdi. Rutin bir hayatın içindeyken “Ben başka neyi istiyordum ki?” sorusunu hiç fark etmiyorsun. Daha aramadığın, derinine inmediğin, kaçtığın yerler olduğunu anlıyorsun. Çok şükür ki ben bunu daha çabuk fark ettim. Ben izlenmeyi, insanlara bir şeyler anlatabilmeyi seviyormuşum. Senin dediğin gibi, sosyal medya zincirlerimi kırmama vesile oldu.

Hala sosyal medyadan keyif alıyor musun?

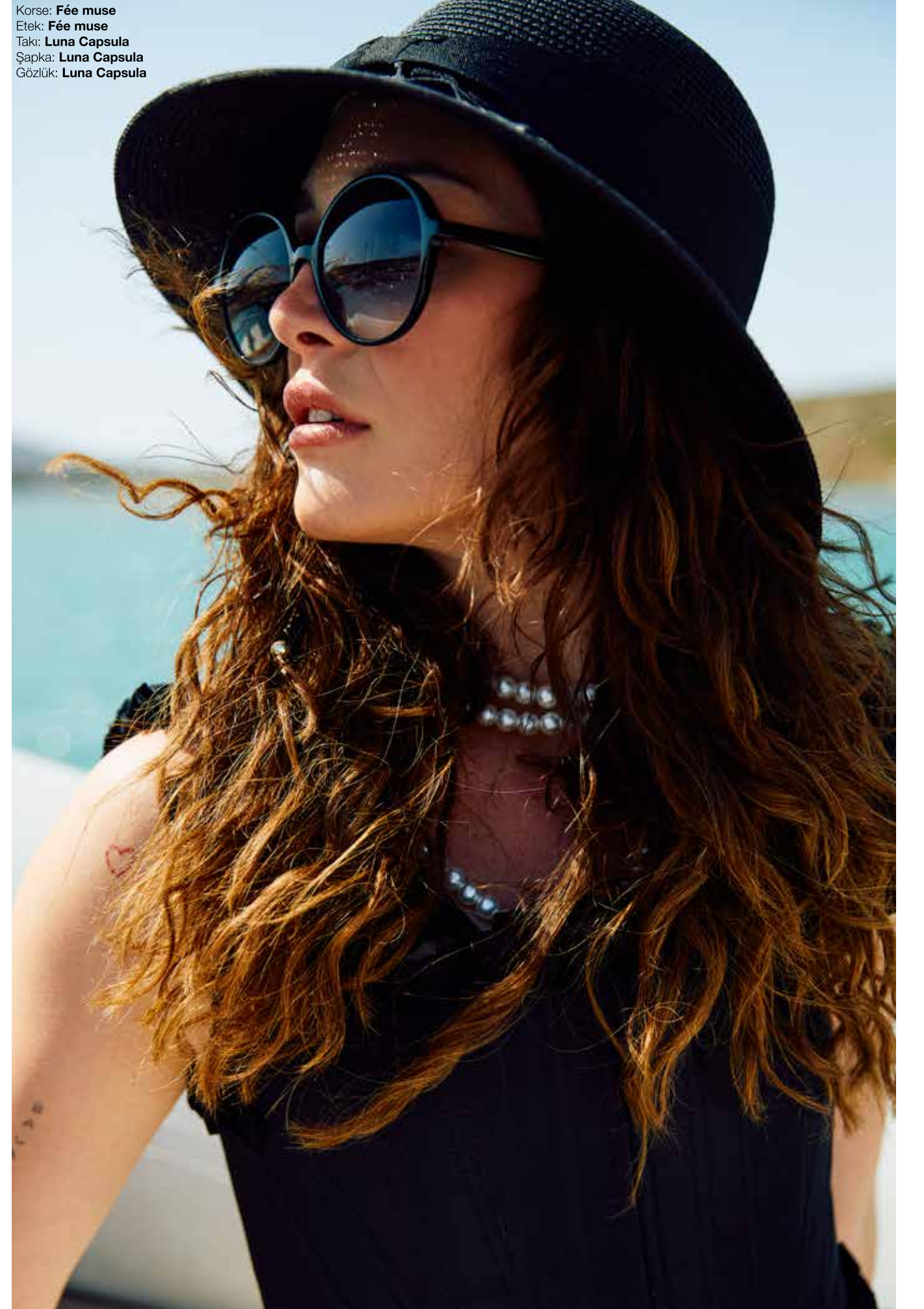
Eskisi kadar çok yapamıyorum, ama yakın arkadaşlarımla videolar çekiyorum, şarkılar söylüyorum. Ben sosyal medyayı hep keyif için kullanıyorum. Diğer türlü zorlama gibi bir şey oluyor ve doğallık kırılıyor.

“Hayallerimin peşinden gitmek yaşamaya başladığım andır” demişsin bir röportajında hobi olarak başladığın oyunculuk kursları sana bir meslek, bir hayat hediye etti. Bir hayal miydi senin için oyunculuk? Hayalini bile daha önce kurmadığım bir hayalmiş. Oyuncu olmakla ilgili hiç hayal kurmadım. Yüksek lisans yaparken, bir hobim olsun istedim. Okuldayken

ben çok çalıştım. O yüzden hep hobilerimi yarım bırakmak zorunda kaldım. Her şeyi oturttuğum bir noktada kursa gitmeye karar verdim. Sosyal medyada izleniyordum, birilerini güldürdüğümü de keşfedince, yüksek lisans yapan üç kız arkadaş kursa gittik. Ben oyuncululuğu yolda buldum. Belki daha önce bu kadar derine inseydim, çok daha farklı olabilirdi, ama her şey olması gerektiği zamanda oluyor. Benim için çok sürprizli bir hayaldi. Her zaman seni mutlu edecek şeyi aramak lazım. Hayal kurmadan yaşanmıyor.



Korse: Fée muse
Etek: Fée muse
Takı: Luna Capsula
Şapka: Luna Capsula
Gözlük: Luna Capsula



Korse: Fée muse
Etek: Fée muse
Takı: Luna Capsula
Şapka: Luna Capsula
Gözlük: Luna Capsula



Bikini üstü: Zara

Tüm rotanı çizmiş, kariyer planlamayı yapmışken oyunculukla yolların kesişti ve hem hayatını hem yaşadığın yeri hem mesleğini değiştirecek güçlü bir karar aldın. Genelde hayatının ipleri senin elinde midir yoksa hayat senin için bir karar verdiğinde ipi salar mısın?
Hayat benim için bir karar verdiğinde ipi gevşetirim. Oyunculuğa başlamadan önce hayatımın ipleri hep benim elimdeydi. Hayata daha sınırlı bir bakış açısıyla baktığım için elimde olan kısmı sıkı sıkı tutuyordum. Aslında hayatın benim için karar vermesine izin verdiğim nokta oyunculuk yapmam, şehir değiştirmem oldu. Orası iplerin benim elimde olduğu yer değildi. Hayatın benim için söylediklerine kulak verip yürüdüğüm yerd. Bu bana cesaret verdi.

Genelde çok ikilemde kaldığında bunu yapar mısın?

Kontrol etmeyi seviyorum, ama yeni yeni her şeyi kontrol edemeyeceğimi deneyimlemeye başladım. Bu çok riskli bir şey, bazen insan akışına bırakırken savruluyor. Öyle dönemlerimde oldu “Akışına bırakırken, nereye geldim ben” diye sorguladım. İkisini de dengelemek lazım. Hayatın getirdiği güzellikler ve yine hayatın belirlediği sınavlar olduğunu düşünüyorum.

Hatırladıkça umudunu tazeleyen, yüzüne kocaman bir tebessüm yerleştiren bir çocukluk anın var mı?

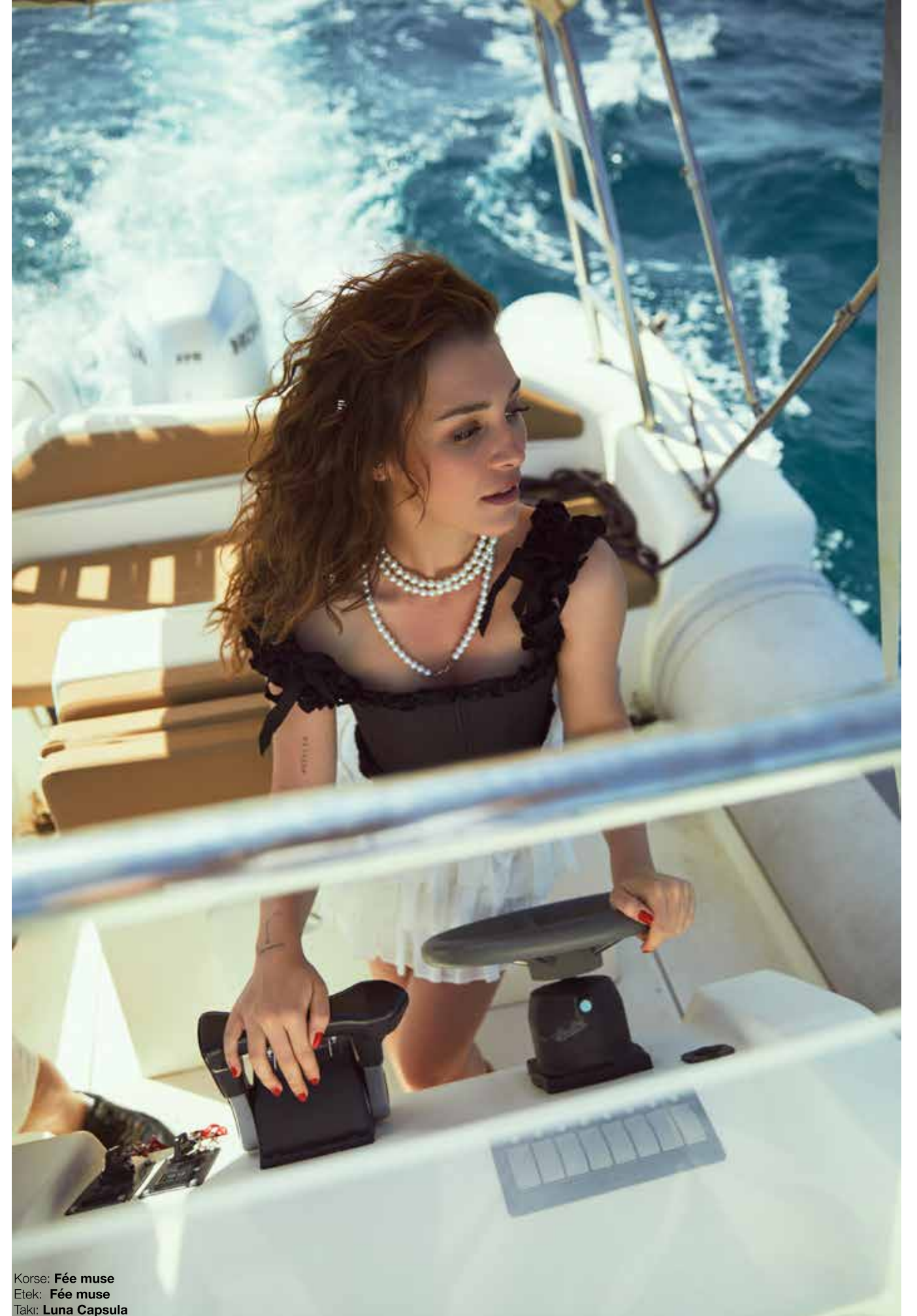
Bütün yaz dönemlerim o anılarla doludur. 27 sene boyunca her yaz Karaburun, Mor Doğan'daydım. Bütün sene görüşmediğim arkadaşlarımla, tatili yazın mutlaka aynı döneme denk getirip, çılgınlar gibi eğlendiğimiz yazlardı. Hepsi çok güzeldi.

Güçlü kadın hikâyelerinin içinde olmayı da çok seviyorsun. Bir projeyi okurken “Ben de bunun içinde var olmalıyım” dedirten his nedir?

Kendi içimde yeni bir yolculuğa çıkabileceğim hikâyeleri kabul ettim. Bu size çok klişe gelebilir, ama kendi içimde bastırdığım bir özelliği, karakterle birlikte çok rahat bir şekilde dışarı vurabildim. Herkesin içinde iyilik ve kötülük var. Sadece senin yüzde kaçını kullandığınla alakalıdır. Keşfetmediğim taraflarımın üzerine gitmek için yaşayabileceğim bir karakterse onu oynamak isterim. Bugüne kadar da hep öyle rolleri seçtiğime inanıyorum.

Küçük Prens aynı zamanda devam ediyor. Yedi'den yetmiş'e herkesin okuduğu, hayran kaldığı bir kitap... Sahnede kendini nasıl hissediyorsun?

Oyunun içinde Gül ve Yılan'ı oynuyorum. Çok güçlü iki karakter... İkisini de aynı insanın oynaması birbirini besliyor. İkisi de hayatın varoluşunda olduğundan benim için çok önemli bir rol. Yönetmenimiz Kayhan Berkin de aynı şeyi düşünüyor. Kostüm tasarımlarımız da oyuna çok etki ediyor. O atmosferde, Gül'ü oynarken gül gibi, Yılan'ı oynarken de o karanlık tarafı hissedebiliyorum. O yüzden sahnede çok keyifli oynuyorum.



Korse: Fée muse
Etek: Fée muse
Taki: Luna Capsula



Üst Academia / **Beymen**
Bikini: **H&M**

Elbise Oseree / **Beymen**
Bikini: **Beymen**
Küpe: **GoldBerk Jewelry**
Bilezik: **Mustafa Çolak**
Saç aksesuarı: **Zara**



Yeri geldi tutkulu aşık oldun, yeri geldi intikam ateşiyle yanan bir öfkeli, bazen de seni deli dolu, masum bir hikayenin içinde izledik. Geniş bir skalası olan kariyer çizgin var. Şuana kadar oynadığın karakterlerden biriyle dost olma imkanın olsa hangisini seçerdin?

Leyla'yı seçerdim. Hem çok komik hem çok eğlenceli bir karakterdi. Kötü bir şey olduğunda bana yardım etmesi için "Ölümler için Yaşam Kılavuzu"ndaki Deniz'le de arkadaş olabiliirdim. Gözdağı vermem gereken konular olduğunda Masumiyet'teki İrem'i koluma takardım. Farklı zamanlarda, farklı karakterle arkadaş olmak isterdim.

Girdiğin rolün içerisinde çıkamadığın bir karakter oldu mu?

Masumiyet dizisindeki İrem'de bunu çok yaşadım. Uzun bir süre o karakterle birlikteydim ve bir yerden sonra çok fazla sinir krizi, öfke, ağlama türünde sahne çektik. İnsan drama

oynadığında psikolojisi o türden etkileniyor. Leyla ile Mecnun'u çekerken çok keyifliydim, ama İrem benim içimde çok ağırlık oluşturmıştı. Annemi arayıp ağladığımı hatırlıyorum.

Cesur, geleceğe adım atmaktan korkmayan bir hikayen var. Keşke kelimesi hayatının neresindedir? "Şunu şöyle yapmasaydım" diyecek kadar büyük bir keşken var mı? Hayatımla ilgili öyle bir keşkem yok, ama hayatın bir parçası olan ilişkilerimle ilgili keşkelerim var.

Biraz da Deniz Işın'ın romantik dünyasına eğilelim; aşk dendiği zaman senin karnında kelekler mi uçuşur yoksa mantıksal bir noktadan mı bakarsın?

Tam da bu aralar aşka inancımı kaybedip, kaybetmeme arasında bocaladığım bir zamandayım. Artık biraz daha mantıklı olanı seçme konusunda ağırlık veriyorum. Ben dengeden yanayımdır. Her zaman değil, ama mantığımı kullanırsam



Bikini üstü: **Zara**
Kolye: **Mustafa Çolak**
Etek: **Luna Capsula**

hayatım boyunca ilişki yaşayamam, çünkü çok fazla insan okumaya çalışıyorum. Gözlem yapmayı severim, ama insan okumaya çalışmak çok da doğru bir şey değil. Özellikle ilişki anlamında... İnsanlara çok önyargılı davranabiliyorum. Bazen kendimi tuttuğumda, o ilişkinin içine zorla alındığımı hissediyorum. Bunun tam tersi de olabiliyor. Doğru bir ilişki olması için aynı anda aynı frekansta iki insanın bir arada olması lazım. Ben de biraz bırakmak isterim. Tutarlarsa tutarlıyım, tutmazlarsa tutarsızım (gülerek).

Senin için ideal bir aşk cümlesi var mı?

“Ne olursa olsun yanındayım” bunu genelde arkadaşlarımdan, ailemden duyarım, ama özel ilişkilerimde çok duymadım.

Aşık olup, her şeyi geride bırakabilirim dediğin bir his yaşadın mı? Aşk senin için o kadar kuvvetli midir?

Yaşadım, ama bırakmadım (gülerek). Kendi standartlarımdan vazgeçebileceğim bir seviyeye geldiğim oldu. Eğer öyle bir aşkın içine düşersem, hayatımı aşkım için değiştirebilecek bir gücüm var.

Televizyon, tiyatro, sinema filmi, sosyal medya, dj kabini... Hayatın birçok alanda aktif geçiyor. Tüm bu koşturmaca içinde hayatın hızına yetişememek, bazı şeylerin gerisinde kalmak seni korkutuyor mu?
Tüm bunlar bana hayatla beraber yürüdüğümü gösteriyor. Canımın istediği şeyleri yapıyorum. Diğer türlü olursa kaçırıyormuşum gibi olurdu. Biraz da hayat-tan geri mi kalsam acaba diye düşünüyorum (gülerek).

Şu sıralar seni Cihangir ‘de dj kabininin içinde görüyoruz. Müzik de zamanla bir meslek alanına dönüşür mü yoksa hobi olarak kalır mı?

Ben evde kendi kendime açıp, dans ettiğim şarkıları arkadaşlarıma açıp, birlikte dans ediyorum. Fatih’le (Özkan) birlikte çok uyuşuyoruz. Dinleyenler de beğendiklerini söylüyorlar.

Endişe ve kaygıların hızla çoğaldığı bir dönemin içindeyiz. Senin gelecekle ilgili korkuların var mı?

Artık geleceği çok düşünmemeye çalışıyorum. Bazen yakın gelecekle ilgili bile endişelerin olabiliyor. Bir yere oturduğunda ne kadar hesap geleceği bir sürpriz. Gelecekle ilgili kaygılanmaya vaktim yok.

Kendi kendinin öğretmenini olabiliyor musun Deniz?

Bazen olabiliyorum, ama dersi derste dinlemek ve notlar almak lazım. Sonradan kitap açıp okumakla olmuyor. Dersi derste öğlersen kötü tecrübe yaşamazsın.

Başarıların seni az çok tanıyan herkes tarafından biliniyor. Peki, deneyip başarısız olduğun bir alan var mı?

Aşkta başarısızım. Bunu kabullendim. En azından bu aralar.

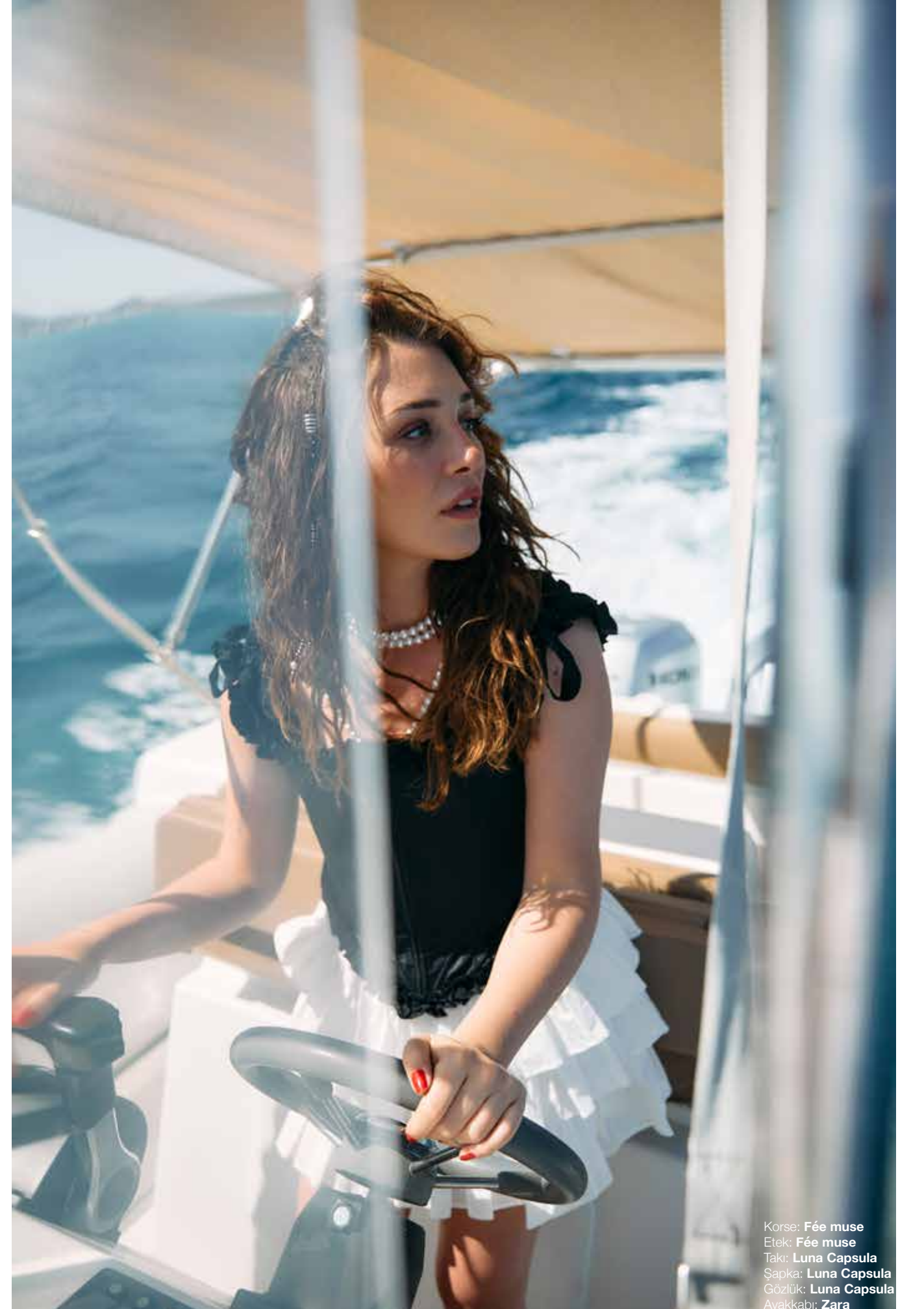
Dünya bir sahne olsaydı ve herkesin o sahnede üzerine giyeceği bir rol olsaydı. Sen hangi rolü kapmak isterdin?
Şimdiki halimin daha iyi versiyonunu bilmiyorum, yine Deniz olmak isterdim. Benim küçükken hayranı olduğum bir oyuncu, şarkıcı bile yoktu. Şuan dünya bir sahneyse ben de Deniz’im. En azından bunu biliyorum.

Derginin bu sayısını duayen oyuncuların Sadri Alışık’a ithaf ediyoruz. Sen neler söylemek istersin?

Türk sinemasının ve tiyatrosunun en değerli oyuncularından ve komedyenlerinden biri olan Sadri Alışık’a ithaf edilen bu sayıda olmak benim için şimdi daha da gurur verici. “Of-sayt Osman” filmindeki bir repliğinden bahsetmek istedim nedense; “Söyle be... Yalan da olsa hoşuma gidiyor.” Dram ve komedinin arasındaki en sağlam köprüleri kurduğunu düşünürüm Sadri Alışık’ın. Nur içinde olsun. İyi ki var.



Korse: Fée muse
Etek: Fée muse
Takı: Luna Capsula
Şapka: Luna Capsula
Gözlük: Luna Capsula
Ayakkabı: Zara



Korse: Fée muse
Etek: Fée muse
Takı: Luna Capsula
Şapka: Luna Capsula
Gözlük: Luna Capsula
Ayakkabı: Zara



Zeytinyağı Piyasası ve Küresel Isınma

Kutsal ağaç zeytin ve şifa kaynağı kutsal sıvısı zeytinyağı, insanlara ve doğaya umut kaynağı olmaya devam ediyor. Özellikle Akdeniz havzasında yetişen zeytin ağacının yetiştiği ülkeler oldukça şanslı diyebiliriz. Hem besin hem de şifa kaynağı zeytin ve ürünleri dünya ticaretinde de önemli paya sahiptir.

Zeytin ağacı sayımız 200 milyon

Küresel ısınma tüm tarım ürünlerinin üretimini etkilediği gibi son yıllarda zeytin ağaçlarını ve dolayısıyla zeytinyağı rekoltesini de olumsuz etkiledi. Türkiye, dünyanın önde gelen zeytin ve zeytinyağı üreticisi bir ülke olarak iddiasını sürdürüyor. Son yıllarda teşviklerle birlikte dikilen zeytin ağacı sayımız 200 milyona ulaştı.

Geçen yıl zeytinyağı üretiminde dünya lideri olan İspanya'da kuraklık nedeniyle ciddi rekolte düşüşünün yaşanması, fiyatların yükselmesine neden oldu. Ülkemizde zeytinyağı fiyatlarının yükselmesi nedeniyle üreticilerimiz daha yüksek fiyattan satma güdüsü ile ürünlerini depolama yoluna gitti. İç piyasadaki zeytinyağı fiyatlarını dengeleme için Ticaret Bakanlığı tarafından dökme ve varillli zeytinyağı ihracatına yasak getirildi. Yüksek fiyatlar nedeniyle iç tüketimin de azalması sonucu küçük üretici elindeki ürünü satamadı.

Zeytinyağında yüksek rekolte bekleniyor

Geçen yıl kuraklık dolayısıyla dünya zeytinyağı piyasası düşük rekolte elde etti. Dünya lideri İspanya'da bu yıl da rekoltenin düşük olacağı haberleri geliyor. Ülkemizde ise oldukça iyi bir

sezon bekleniyor. Ülkemizin 41 ilinde tarımı yapılan zeytin ağaçlarından Ekim ayı itibarıyla başlayacak hasat sezonunda, 400 bin ton zeytinyağı rekoltesi bekleniyor. Türkiye'nin bu zeytinyağı rekoltesiyle 2022-23 sezonundaki gibi dünya ikincisi olması bekleniyor.

Özellikle küçük üreticileri korumak için gerekli tedbirlerin alınması ve zeytin tarımının devamı sağlanmalıdır. İspanya'daki gibi güçlü kooperatifler eliyle piyasa arz-talep dengesinin kurulması ve fiyat istikrarının korunması gerekmektedir. Var yılı-yok yılı yaşamamak için çiftçiler hasat konusunda eğitilerek yok yılı en aza indirgenmelidir.

Kuraklığa çare zeytin

Zeytin ağaçları ülkemiz için büyük nimettir. Özellikle iklimi uygun kıyı bölgelerimizde dikimi konusunda teşvikler devam etmelidir, çünkü fazla su istemeyen, kıraç arazilerde yetişebilen zeytin ağacı ve ürünleri, küresel ısınma ve kuraklıktan insanları kurtaracak yegane gıda olacaktır. 2050'lerde olması beklenen kuraklık ve açlıktan en az etkilenen bölgelerin zeytin yetişen bölgeler olacağını iddia eden uzmanlar bulunuyor. Ben de bu görüşe katılıyorum ama umarım insanlık böyle bir felaket yaşamaz.

Ülkemiz zeytin ve zeytinyağı üretiminde dünyada önde gelen ülkelerden biridir. Ağırlıklı kıyı bölgelerimizde yetişen bir ürün olarak zeytin ağacının kıymetini bilip, insanlarımızın sağlığı için herkesin ulaşabileceği bir gıda haline gelmesini dilerim.

Şakir SARIÇAY

*İzmir Ticaret Odası Reklamcılık ve
Organizasyon Komitesi Başkanı*

 sakirsaricay1

Dalyan Mah. 4226 Sk. No:35/B Çeşme İZMİR
0232 712 24 90 / 0532 426 11 42



Müzik Tarzımızı 'Modern Arabesk' Olarak Tanımlıyoruz

RÖPORTAJ: Atakan Taşur



Kafadar, tanımaktan çok mutlu olduğumuz, aralarındaki abi kardeşlik ilişkisini çok sevdiğimiz bir ekip oldu. Yaptıkları müziği severek dinliyor ve yeni çalışmalarını da heyecanla bekliyoruz. “Kusura Bakma” ve “Yalan Olur” ile büyük bir çıkış yakalayan Kafadar grubunu sizlerle buluşturmanın mutluluğunu yaşıyoruz.

Grubunuzun kuruluş hikayesini anlatır mısınız? Nasıl bir araya geldiniz ve grup isminiz nasıl ortaya çıktı?

Biz konservatuar dönemlerinden beri tanışıyoruz. Daha önce birçok albümde ve sahnede değerli isimlere eşlik ederken de birlikte çalışma fırsatımız olmuştu. Pandemi döneminde de birlikte bir proje mi yapsak diye yola çıktık. Çalışmalar sonrasında ilk şarkımız Kusura Bakma ile dinleyicilerle buluştuk. Sonrasında Özgen de aramıza katıldı ve ondan beri birlikte sahne alıyor ve birlikte üretmeye devam ediyoruz.

Grup ismi konusu ise en kolay karar verdiğimiz konulardan. Kendimizi nasıl ifade ederiz diye düşünürken “Kafadar” adı ilk aklımıza geldi. O günden beri böyle ilerliyoruz.

Müzik tarzınızı nasıl tanımlarsınız ve bu tarzı seçmenizde hangi sanatçılar ya da gruplar etkili oldu?

Müzik tarzımızı ‘Modern Arabesk’ olarak tanımlayabiliriz. Hepimizin dinleyip, eşlik etmekten çok keyif aldığı şarkıları kendimiz yorumlamak istedik. Geçmişte arabesk müziğe çok büyük katkıları olan duayenlerimiz; Müslüm Gürses, Orhan Gencebay, Ferdi Tayfur bize ilham oldu.

Şarkılarınızı kimlerden alıyorsunuz ve aranjelerinizi kim yapıyor? Bu süreç nasıl işliyor?

Bugüne kadar birçok farklı dostumuzun şarkılarını yorumlama şansımız oldu. Burada bir kurala göre ilerlemiyoruz. Bize ilham verdiğini düşündüğümüz, hissedebildiğimiz şarkıları yorumlamayı tercih ediyoruz. Aranjelerini ise yıllardır bizi tanıyan ve sektörde bu işi çok farklı yönlerle götürebilen yol arkadaşlarımızla yapıyoruz.

Konserlerinizde yaşadığınız en unutulmaz anı bizimle paylaşır mısınız? Seyirciyle olan etkileşiminiz sizin için ne ifade ediyor?

Kafadar olarak ilk konserimizde Kusura Bakma adlı şarkımızı söylerken seyircilerimizin bize eşlik edip, hep bir ağızdan söylememiz bizim için çok özel bir andı. Kabullenilmişlik hissini tatmak inanılmaz bir zevk. Sağ olsunlar, hala her konserimizde bize bu güzel anları yaşatmaya devam ediyorlar.

Gelecekteki projeleriniz neler? Yeni albüm veya single planlarınız var mı ve hayranlarınızı neler bekliyor?

Biz üretmeyi ve birlikte çalışmayı seven bir ekibiz. Bu yüzden sürekli yapabileceğimiz yeni ve değişik şarkılar arayışında ve çalışmasındayız. Şimdi bile üzerinde çalıştığımız birden fazla güzel şarkımız var. Dinleyicilerimize en içimize sinen şekline geldiğinde arka arkaya paylaşacağız. Bizden güzel haberler beklesinler.



UNAL TAYLI

Haute couture

Yaratıcı Endüstrilerde Telif Haklarının Önemi

Günümüzde kültürel hayatın önemli bir parçası olan yaratıcı endüstrilerin aynı zamanda ülke ekonomisine de ciddi bir katkısı olduğuna şüphe yok. Film, müzik, yazılım, edebiyat, moda, tasarım ve dijital medya gibi pek çok alanda üretilen eserler hem kişilere hem de toplumlara ciddi anlamda katkı sağlıyor. Bu açıdan baktığımızda bu eserlerin korunması da son derece kritik bir öneme sahip.

Tüm yaratıcı eserler, büyük bir emek sonucunda ortaya çıkıyor. Örneğin, dünyaca ünlü **Harry Potter** serisinin yazarı İngiliz J.K. Rowling, yıllarca süren titiz bir çalışma neticesinde bu eseri ortaya koydu. Serinin başarıya ulaşması ve devamlılık sağlayabilmesi, ancak eserlerinin telif haklarıyla korunması sayesinde mümkün olabildi. **Harry Potter** evreni, telif haklarıyla korunduğu için izinsiz kullanımlara karşı güvence altına alındı ve bu sayede yazar, eserlerinden doğan haklarını savunabildi.

Bir diğer örnek, yazılım dünyasından Microsoft'un **Windows** işletim sistemi. Windows, telif haklarıyla korunduğu için, izinsiz kopyalama ve dağıtım girişimlerine karşı Microsoft'un yasal haklarını savunmasına olanak tanır. Bu koruma, yazılımın geliştirilmesi ve yenilikçi özelliklerin eklenmesi için gereken ekonomik desteği sağlar.

Telif ve fikri haklar, yaratıcı endüstrilerin ekonomik sürdürülebilirliği için de kritik öneme sahiptir. Örneğin, **Spotify** gibi müzik platformları, sanatçılara eserlerinden gelir elde etme fırsatı sunar. Sanatçılar, şarkılarının dinlenmesi karşılığında telif gelirleri kazanır. Bu ekonomik teşvik, yeni müzik eserlerinin üretilmesini sağlar ve müzik endüstrisinin canlılığını korur.

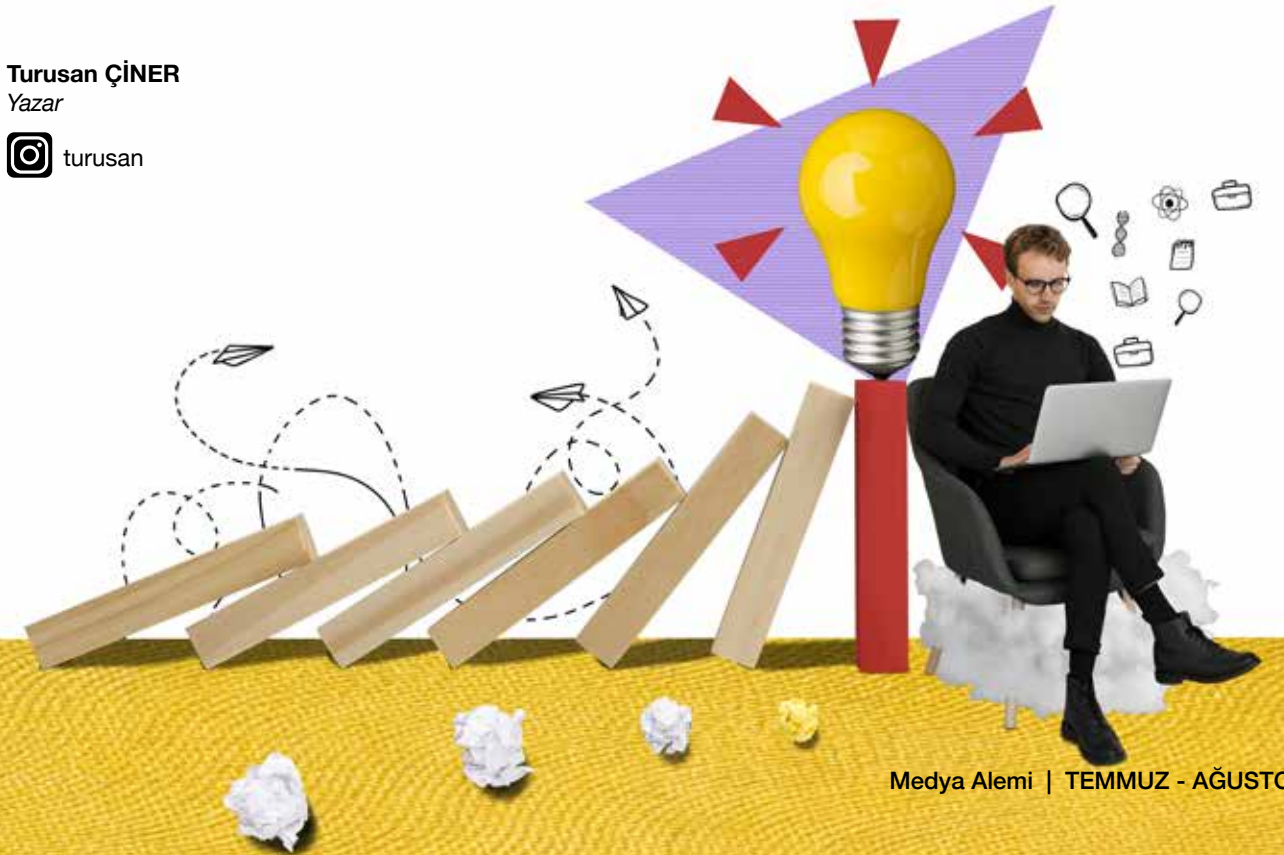
Benzer şekilde, film endüstrisinde de telif hakları büyük bir rol oynar. **Walt Disney**, telif hakları sayesinde filmlerinden elde ettiği gelirleri koruyabilir ve yeni projelere yatırım yapabilir. Disney'in **Frozen** (Karlar Ülkesi) filmi, telif hakları sayesinde dünya çapında izinsiz kullanımlara karşı korundu ve filmin yaratıcıları, filmde doğan kazançlardan adil bir pay aldı.

Fikri haklar, yaratıcılık ve inovasyon alanında adil bir sistemin kurulmasına yardımcı olur. Örneğin, İtalyan moda evi **Gucci**, tasarımlarını telif haklarıyla koruyarak, kopyalama ve izinsiz kullanım girişimlerine karşı yasal yollara başvurabilir. Bu, Gucci'nin özgün tasarımlarının çalınmasını önler ve markanın değerini korur.

Yine, yazılım sektöründe **Adobe** gibi firmalar, yazılım ürünlerini telif haklarıyla koruyarak, yasadışı kopyalama ve kullanım durumlarında yasal haklarını savunabilir. Bu koruma, yazılım geliştiren firmaların emeklerinin karşılığını almasını ve sektördeki adil rekabetin sürdürülmesini sağlar.

Telif ve fikri haklar, yaratıcı endüstrilerin korunması ve sürdürülebilirliği için vazgeçilmezdir. Yaratıcı eserler, bireylerin emek ve yeteneklerinin ürünüdür ve bu eserlerin korunması, hem ekonomik hem de kültürel açıdan büyük bir değer taşır. Telif hakları, yaratıcılığı teşvik eder, adaletli bir hak sahipliği sistemi kurar ve kültürel mirasın korunmasına katkıda bulunur. Bu nedenle, telif ve fikri hakların korunması, yaratıcı endüstrilerin gelişimi ve toplumsal ilerleme için kritik öneme sahiptir.

Turusan ÇİNER
Yazar





Tatlı Bir Gelecek İçin Sıcacık Bir Yatırım....

CESME KAHVE
Patisserie and Bakery

www.cesmekahve.com f © cesmekahve

Yolcu

Yüreğimde deli yangınlar var söndüremediğim, derin derin nefes alıp versem de nafiye sakinleşemiyorum. Uzaklara dalıp giden yorgun bakışlarımı dostlarım fark etmesinler diye elimden geleni yapıyorum, ancak olmuyor. Korkuyorum “Nasilsin” diye sormalarından, “İyiym” diyerek kandırmak gelmiyor içimden hiç birisini. Meğer mutlu olmaya çalışmak, neşeli görünerek, gerçeklikten uzak tebessümler dağıtmak ne kadar da zormuş.

Hayat, masum gönülleri zorlamak için var olmuş gibi sanki... Ne çok zorluklar çıkar karşımıza ömür denilen yolculukta. Sağlıklı iken hasta oluruz, işimiz varken işsiz. Zenginken fakir oluruz ve evimiz varken evsiz. Tuhaf bir yolculuktur hayat, oysa biz her daim mutluluğa yürüdüğümüzü zannederiz. Bizi mutsuz edecek ne kadar tuzak varsa sinsice bekler ömür yolunda ve umulmadık zamanlarda çeker kılıcını, saplayverir kalbimize.

Bilinmeyi çok fazla olan bir yolculukta, bilinen bir yere gidiyor olmanın yüreğime verdiği ağırlık ise bambaşka. Ömür denilen birkaç mevsimlik bu yolda, güzele dair yaşanan ne varsa, günü gelince bir rüyadan ibaret oluveriyor. Oysa bütün bir hayat, sonunda mutlu olabilmek için verilen mücadelelerden ibaret değil midir?

İnsan, çözülmesi imkânsız bir varlık. Yaşadığı, yaşamayı hayal ettiği, kazandığı ya da kaybettiği her ne olursa olsun, sanki tüm bunlara göğüs germeye adanmış bir savaş makinesi gibidir. Bu makinanın kontrolü ise yangının tam çıkış yerinde; yüreğimizde. Sevince bir başka yanar, ayrılınca bir başka, kazanınca bir başka, kaybedince bir başka, özleyince bir başka yanar, kavuşunca bir başka...

Kimse yoktur ki, yüreğinin esiri olmasın, yüreğinin götürdüğü yere gitmeyen yoktur, ama gidemeyen çoktur. Yüreği mutlu edebilmenin en güzel yoludur aşk; candan, samimi ve paha biçilmez tebessümlerle süslenmişse eğer... Yürek yansa da sahibi bundan şikayetçi değildir ve belki de onu hayatta tutan bu yangındır.

Sevmek, âşık olmak, beklemek ya da beklendiğini bilerek yaşamak insanoğluna verilmiş en güzel nimetlerin başında geliyor. Aşkın tanımını yapamıyor olmanın asıl sebebi de bu işte; her yürekte başka yanar çünkü bu ateş, kimisi sevdasının varlığına, kimisi de yokluğuna yanar. Çiçeklerle bezenmiş ve neşeli keleklerin uçuştugu kırlara sere serpe uzanıp, gökyüzünde ki maviliklere sevdanın adını yazarsın pamuk-su bulutlarla ya da etrafındaki güzellikleri umursamadan yürürsün, nereye gittiğini bilmeden.

Aşkın en güzel yanı, hayat boyu yaşadığın kırınlıkları, hüznüleri, dargınlıkları bir anda unutturuyor olmasıdır. Oysa beklerken ne de çok öfkelenir insan, benliğini esir alan alev yüklü kelimeler birden kül olup uçuverir; nereye gittiğini bilmediğin yerlere. Dilin lal olur, gözün puslu görür ve sanki kendini yeniden doğar gibi hissedersin. Masum ve günahsız bir çocuk kalbi ile yer değiştirir duyguların.

Aşk yine yapmıştır yapacağını, ona karşı durabilmek dünyanın doğuşundan bu yana mümkün olmamıştır. Seviyor olabilmenin değerini kavuşunca daha çok anılıyor gönüller. Tuzaklarla dolu ömür yolunda, bekliyor olmanın cinnet halini yaşamak ise o yangının tam ortasında kavrulmak gibi bir şeydir. Hüznü taşıyan gecelerle yapılan yolculuğun, yüreğimizde var olan yangını ne denli körüklediğini çok iyi bilir bekleyenler. Beklemenin en güzel yanı hiçbir anıyı unutmuyor olmandır. Belki de seni sabırla bekleten şey budur; andıkça tebessüm ederek, bir daha, bir daha yaşarsın ve her anışında geçmişin güzelliklerine en güzel yolculuklar yaparsın. Yan yana unuttur insan, çünkü her an taze güzellikler yaşıyor olmak bir öncekini etkisiz kılar gibidir.

İşte hayat böyle bir yol ve bizler de bu yoldaki yolcularız. Yollar tuzaklarla dolu, her anımız engeller ve bizi bizden uzaklaştıran sayısız şeylerle. Önce kendisi ile kavuşmalı insan, kırların farkına varabilmeli ve her sabah bir daha başlayabilmeli hayata. Yolumuz ne de olsa, düştükçe kalkmasını bilerek yürümeli pes etmeden. Belki de pes ettiğimiz yer mutluluğa açılan kapının bulunduğu yerdir, bunu bilmek için yürümeye devam etmek gerek.

Bir defa, iki defa, üç defa, hatta sayısız defa hüznümlerle baş başa kaldık diye de aşka kapanmamalı kapılar. Mutlu olmayı bekledikçe, ömründen eksilen yaprakların farkına varamaz insan denilen yolcu. Unutmamalı ki, aşk için mutluluğa gerek yok, mutluluk için aşka gerek var.

Mutluluğu arşa çıkan aşklar yaşamanız dileğiyle...

Hasan MURAT
Yazar

 hmuratofficial

Erzincan'ı Özel Kılan Valiler

Erzincan, "Gelen ağlar, giden ağlar" tabiriyle bilinir. Her insanda farklı yer edinen bu şirin şehre gelenler içinde valilerde tesadüf değil. İnsanların içini ısıtan misafirperverliği, tarihin derinliklerinden gelen kültürel zenginliği ve doğasının eşsiz güzellikleriyle Erzincan, adeta bir cazibe merkezidir. Munzur Çayı'nın serin suları, yaylalarının tertemiz havası ve vadilerinde yankılanan türkülerıyla ziyaretçilerine unutulmaz anılar bırakır. Burada her köşe başı, ayrı bir hikâye, her sokak başka bir hatıra saklar. Yazın Erzincan'ın bağlarında yetişen üzümler, sofralarda tatlı bir sohbetin eşlikçisi olurken; kışın yağın kar, Ergin Dağı'nda kayak tutkunlarına adeta şölen yaşatır. Şehrin tarihi yapıları, camileri ve köprüleri, depremlerle yıkılsa da geçmişin izlerini hep içinde saklar. Erzincan hem göç edenlerin hem de misafir olarak gelenlerin kalbinde derin izler bırakır; burada herkes, bir parça kendini bulur. Peki bu güzel şehri özel kılan nedir? Yılların eskitemediği birçok isim ve o isimlerin yerine gelen özel insanların ortak özelliği tesadüf müydü, yoksa tevafuk mu?

Erzincan'ın tarihinde iz bırakan valilerimizden Recep Yazıcıoğlu, Mehmet Makas, Hamza Aydoğdu ve birçok kişi bu şehrin kaderini değiştiren, onu daha ileriye taşıyan öncüler olmuşlardır. Bu valilerin ortak özellikleri nelerdi ki küçüğünden büyüğüne herkesin gönlünde taht kurmuş ve orada yer edinmişlerdi.

Çocukluğumun "Süper Valisi" Recep Yazıcıoğlu

Kime sorsam ondan bir anı anlatır, kime sorsam gözleri uzaklara dalıp bir "Of" çeker. Onu bu denli sevdiren, samimiyeti ve halkla iç içe olmasıydı. Sadece Erzincan'da



değil, gittiği her ilde aynı duyguların yaşandığı aşikâr. Halkın sevgisini kazanmış ve her zaman onların yanında olmuştur.

Erzincan'da görev yaptığı dönemde, Yazıcıoğlu şehrin doğal güzelliklerini ve potansiyelini ön plana çıkararak birçok projeye imza atmıştır. 1992 Erzincan depremden sonra şehrin yeniden inşası sürecinde büyük bir rol oynamış, kentin toparlanmasına ve modern bir şehir haline gelmesine öncülük etmiştir. Doğa sporları turizmine yaptığı katkılarla bölgenin cazibesini artırmış, raftingden dağcılığa kadar birçok spor dalının yaygınlaşmasını sağlamıştır. Munzur Dağları'nda yamaç paraşütü gibi spor aktivitelerinin yapılabilmesi için



gerekli altyapıyı oluşturmuş ve bu sayede Erzincan'ı doğa sporları turizminde önemli bir destinasyon haline getirmiştir. Ayrıca Karasu'da yaptığı rafting faaliyetleri ile Erzincan'ın makus talihini değiştirmiş ve birçok alanda merak edilen bir şehir haline getirmişti.

Recep Yazıcıoğlu, tebdili kıyafetleriyle halkın içine girip onların sorunlarını dinleyip çözümler bulmuş ve bu süreçte unutulmaz bir bağ kurmuştur. Her karşılaştığı insanın gözlerindeki umudu ve dertlerindeki acıyı görmüş, her birinin hayatına dokunmuştur. Onun için siyaset sadece bir meslek değil, insanlara yardım eli uzatma ve kalpleri birleştirme aracı olmuştur.

Recep Yazıcıoğlu'nun Erzincan'a gelmeden adı duyulmuş ve makam odasının kapısı her daim halka açık olup randevu almaya gerek kalmadan herkesin uğrayabileceği bir ortam oluşturmuş olması, onun samimiyetini ve şeffaflığını vurgulayan önemli bir detaydır. Bu yaklaşımıyla hem vatandaşların hem de çalışma arkadaşlarının kendisiyle iletişime geçmelerini kolaylaştırmış ve her zaman erişilebilir bir lider olduğunu göstermiştir.

Halk onu özü gibi benimsemiş ve her insanda bir anı bırakmıştır. İşte o anılardan bir tanesi; Gümüşhane Kelkitli muhtarın kızının evi Erzincan Depreminde yıkılınca, muhtar devletin deprem mağdurlarına vereceği evi almak için Erzincan'a kızının yanına gider. Kızını alır, valilik binasına çıkarlar, öğlen arası olduğu için ellerinde evraklar beklemeye başlarlar. Bu arada kot pantolonlu, yakası açık gömlekli biri gelir. "Amca buyur" der. Muhtar derdini anlatır. Kot pantolonlu adam evrakları alır bir odaya gider, bir kaşe basar, diğer odaya gider başka bir evrak alır, doldurur, deftere kaydeder. En son kapısında "Valilik"



yazan odaya girip çekmecedan bir mühür alarak kâğıtlara mührü basar ve muhtardan da imzalamasını ister. Muhtar şaşkınlık içinde biraz da çekinerek, "Yeğenim çok sağ ol ama vali bey sana kızmazın." "Yok, amca kızmaz." "Sağ ol yavrum, adın nedir senin?" "Amca, benim adım Recep" der. Gözleri yaşarır muhtarın ve son bir kez daha sorar; "Yoksa sen Vali Recep Yazıcıoğlu musun?" "He ya..." der ve sessizce gider.

"Recep Yazıcıoğlu milletinin yanında olan biriydi. Mekânı cennet olsun, ruhu şad olsun."

Recep Yazıcıoğlu'ndan sonra birçok vali görev yapmıştır. 10 Haziran 202 -16 Ağustos 2023 tarihleri içinde Erzincan'da valilik yapan Mehmet Makas'ta aynı şekilde halkın taktirini

toplamaş ve kısa süre içinde sevilen valiler arasında yer almıştır. Mehmet Makas, Erzincan'ın valisi olarak görev yaptığı süre boyunca sadece bir idareci değil, aynı zamanda halkının kalbine dokunan bir lider oldu. Onun döneminde şehirde birlik ve beraberlik havası hakimdi. Halk, Makas'ı sadece bir vali olarak değil, aynı zamanda bir dostları gibi gördü. Herkesin derdine derman olan, sorunları dinleyip çözüm üreten biri olarak tanındı.

Mehmet Makas

Erzincan'a sadece idari görevini yerine getirmekle kalmadı, aynı zamanda şehrin kültürel ve sosyal hayatına büyük katkılar sağladı. Özellikle CanFest gibi önemli etkinliklerin düzenlenmesi ve desteklenmesiyle şehrin kültürel çeşitliliğini ve canlılığını artırdı. Makas'ın liderliğinde, Erzincan'da kültür ve sanat etkinlikleri daha da renklendi, yerel sanatçılar ve girişimciler desteklendi. Mehmet Makas, Erzincan'ın gelişimi ve refahı için gösterdiği kararlılıkla sadece bir vali değil, aynı zamanda bir şehir lideri olarak anılacak. Onun dönemi, Erzincan için bir dönüm noktası oldu ve şehrin ileriye doğru büyük adımlar atmasını sağladı.



Doç. Dr. Hamza Aydoğdu

Erzincan'ın süper Valisi olarak göreve başladığı günden itibaren şehrin her köşesine pozitif enerji ve yenilikçi projeler getirerek vatandaşların ihtiyaçlarını yakından takip eden, halkın sesine kulak veren bir yönetici olarak tanınıyor. Erzincan'ın sosyal, ekonomik ve kültürel hayatına önemli katkılar sağlayan Vali Hamza Aydoğdu, Erzincan'ın sevilen valisi olarak öğrencilerle ve halkla samimi bir ilişki kurup şehre özgüven ve umut aşılamakta. Onun liderliği, sadece yönetsel başarılarla değil, aynı zamanda bireylerle



kurduğu içten bağlarla da öne çıkarak daha iyi bir Erzincan için çalışmalarını sürdürmekte. Sık sık okulları ziyaret edip, öğrencilerle doğrudan temas kuran ve onların sorularını dinleyerek, öğrencilere sadece bir vali olarak değil bir ağabey gibi yaklaşıyor.

Halkla ilişkilerinde de Aydoğdu'nun samimiyeti ve şeffaflığı



dikkat çekmekte ve bu nedenle kısa sürede halkın kalbinde büyük bir yer kapladı. Şehrin çeşitli kesimlerinden gelen vatandaşlarla düzenlediği toplantılarda, onların günlük yaşam mücadelelerini dinleyerek, sorunlarına çözüm arayışında hep yanlarında oluyor. Şehrin gelişimine katkı sağlayacak projeleri halkın ihtiyaçlarına göre şekillendirip, her adımında toplumun görüşlerini ve beklentilerini dikkate almakta.

Hamza Aydoğdu'nun bu samimi yaklaşımı, Erzincan'da birlik ve dayanışma duygularını güçlendirerek. Halkın gözünde sadece bir vali değil, bir dost ve yol arkadaşı olarak görülüyor. Şehirdeki insanlar, onun yönetiminde kendilerini daha



güvende ve daha değerli hissetmektedir. Bu yaklaşımı, şehrin sosyal ve kültürel dokusunu güçlendirerek, Erzincan'ı daha yaşanabilir ve daha gelişmiş bir şehir haline getirmeye katkı sağlıyor.

Vali Hamza Aydoğdu, Erzincan'ın doğal ve tarihi güzelliklerini tanıtmak ve turizm potansiyelini artırmak için önemli çalışmalara imza atmıştır. Özellikle Ergan Dağı, Karanlık Kanyon ve diğer doğal alanlar üzerinde yürüttüğü projelerle şehrin turizm cazibesini güçlendirmiştir.

Sayın Aydoğdu'nun Erzincan İçin Yapmış Olduğu Çalışmalar

Cankar Karakter Eğitimi: Gençlerin kişisel ve toplumsal gelişimlerini desteklemek amacıyla, karakter eğitimi programları düzenledi. Bu eğitimlerle, öğrencilerin etik değerler, liderlik ve sosyal sorumluluk konularında bilgi sahibi olmalarında önemli adımlar atıldı.

YKS Ücretlerinin Karşılanması: Üniversiteye giriş sınavlarına (YKS) katılacak öğrencilerin sınav ücretleri karşılayarak ailelerin maddi yükünü hafifletti ve bu sayede daha fazla öğrencinin sınava girmesine olanak tanınmış oldu.

Her Ay Halk Günü: Her ay 50 ile 70 kişi arasında değişen katılımcılarla halk günü etkinlikleri düzenlenmekte. Bu etkinlikler, yerel yönetim ile halk arasında iletişimi güçlendirmekte.

Gençlere Burs İmkânı: İlimizde yaşayan 1500 genç öğrenciye burs imkânı sağladı.

Ergan Dağı: Ergan Dağı, Erzincan'ın kuzeybatısında yer alan ve zengin doğal kaynaklara sahip önemli bir dağdır. Vali Hamza Aydoğdu'nun liderliğinde, Ergan Dağı Kayak Merkezi modernize edilmiş, ulusal ve uluslararası turistlere hitap edecek şekilde geliştirilmiştir. Kış sporları için ideal koşullar sunan bu merkez; kayak, snowboard gibi aktivitelerle turistleri ağırlamaktadır. Ayrıca, doğa yürüyüşleri, yamaç paraşütü gibi macera sporları da burada yapılmaktadır.



Turizmde Erzincan'ın Tanıtımı: Vali Hamza Aydoğdu, Erzincan'ın zengin kültürel mirasını ve doğal güzelliklerini ulusal ve uluslararası platformlarda tanıtmak için aktif çaba göstermiştir. Şehrin tarihi İpek Yolu güzergahı üzerinde olması ve Anadolu'nun derin kültürel köklerini yansıtan yapıya ev sahipliği yapması, turizm potansiyelini artıran önemli unsurlardan biridir. Geleneksel festivaller, kültürel etkinlikler düzenlenerek, Erzincan'ın yerel kültürünü ve yaşam tarzını tanıtmak da bu çabaların bir parçası olarak sevilen Valiler arasında yer almaktadır.

- Yamaç Paraşütü Pist Alanı
- Rafting Karşılama Merkezleri
- Eğitim ve İlçenin Tanıtımı
- Sera Alanı Oluşturulması
- 8-12. Sınıf Öğrencilerine Kaynak Desteği
- Her Ay Halk Günü
- Kardeşlik Korosu
- Üniversite Öğrencilerinin Ulaşım Giderlerinin Karşılanması
- 16 Okula Müzik Sınıfı Kurulması

Ve daha niceleri...

Erzincan toprakları, Terzi Baba ve Piri Sami Hz. Ali Ekber Çiçek, Davut Suları, gibi birçok büyük ismin yetiştiği bereketli bir coğrafyadır. Bu şehirde görev yapmış valilerimizin de bu isimlerle benzer bir kaderi paylaştığı tesadüf değil,

bir tevafuktur. Erzincan'ın tarihi derinlikleri ve kültürel zenginlikleri, yöneticileri üzerinde de etkili olmuş, onlara ilham vermiştir. Her biri, bu toprakların özünden aldığı güçle görevlerini layıkıyla yerine getirmiştir. Valilerin hizmetleri, Erzincan'ın tarihinde iz bırakmış, bu şehrin özgün kimliğini daha da güçlendirmiştir.



Yılların tecrübesi, bugünün estetiği...

Uzman ekibiyle İstanbul'un en seçkin otellerinde hizmet veren tecrübeli kuaför Sabit Akkaya, klasik kuaför hizmeti anlayışının dışında popüler akımları ve teknolojik gelişmeleri takip ederek hem klasik hem de yeni trendleri büyük bir özveri ve heyecanla sanatına yansıtmaktadır.

Tüm salonlarında kadın ve erkek bölümleri ve kapalı vip odaları ile misafirlerine konforlu hizmet sunarak en iyi şekilde ağırlamaktadır.

Sabit Akkaya
hair stylist

Conrad Istanbul Bosphorus
Çırağan Palace Kempinski Istanbul
Fairmont Quasar Istanbul
JW Marriott Istanbul Marmara Sea
Raffles Istanbul
Swissotel The Bosphorus
Waldorf Astoria West Bay Doha



Altının Kadın Üzerindeki Mucizesi

Uğruna canlar alınan canlar verilen özel metali farklı başka bakış açısı ile anlamak istiyorum.

Altın, değerli metaller arasında en bilinen ve en yaygın olarak kullanılanıdır. Tarih boyunca para birimi olarak kullanılmış, mücevher yapımında ve endüstriyel uygulamalarda değerli özellikleri nedeniyle tercih edilmiştir. Yüksek iletkenliği, dayanıklılığı ve korozyona karşı direnciyle öne çıkar. Aslında yazımda bu özelliklerinden ve maddi değerinden ziyade altının daha az bilinen insan bedeni üzerindeki etkilerinden bahsedeceğim.

Altın değerli olduğu için herkes sever ama bazı kişiler çok, bazı kişiler az sever. Mesela genç yaştaki insanlar altını çok sevmeyi iken yaş ilerledikçe sevmeye başlar. Bunun en büyük sebebi gençliğin mizacı sıcak, yaşlılığın mizacı soğuktur. İşte tam bu bağlantı ile soğuk mizaçlı kişiler altını daha çok sever çünkü altın soğuk mizaçlı kişilerin bedenine iyi gelmektedir. Çünkü vücutlarındaki sıkıntıyı dengeler ve giderir.

Altının kadın ile erkek üzerindeki etkisi ise yine mizaç üzerindeki etkilerinden dolayı açıklanır. Şöyle ki her şeyin mizacı olduğu gibi altınında mizacı vardır. Altının mizacı sıcaktır. Erkeklerin mizacı kadınlara nazaran daha sıcak olduğu için erkeklere tavsiye edilmez. Kadınlara tavsiye edilmesindeki amaç ise kadınların erkeklere nazaran daha soğuk mizaçlı olmalarıdır. Ayrıca kadınlar altın kullandığında hormonları dengelenir ve bedene şifa verirken erkeklerde kadınsal hormonları artırdığı için dert olur. Bu yüzden özellikle safravi mizaçlı erkeklerin altın kullanmaları kesinlikle doğru değildir.

Kadın demek rahim demek, dişil enerji demek, yaratım demek, yaratım enerjisi demek, üretim demek, üretim enerjisi demek altın ise yüksek iletkenlik ve dayanıklılık demektir. Kadının içindeki bu enerjinin evrenden devamlı desteklenmesi için en büyük destek altın ile olur. Altının faydalarına baktığımızda kadınların hormonlarını dengelenmesi, kadın hastalıklarında şifayı desteklemesi bize yol göstermektedir. Kadın hastalıkları sorunlarından regl problemi yaşayanlar, ağrılı regl olanlar, miyom ve kist sorunları olanlar özellikle ayak bileğine altın bileklik takmaları kadınsal durumlarının en iyi ilacıdır.

Taciz ve şiddetin en büyük mağdurları kadınların maruz kaldığı o kötü enerjinin bedenden alıp toprağa vererek nötrleyecek en güzel çözüm

altındır. En iyi yolu ise ayaklarına altın bileklik takmalarıdır.

Altının faydalarını özet ile belirterek deneyimlerinize sunuyorum sevgi ile kalın.

- Emes hastalığının semptomlarını azaltır.
- Haşimato hastalığı, tiroid bezini etkileyen, hipotiroidizm veya tiroidin az çalışmasına neden olan otoimmün gibi sıkıntılara altın kolye takmak veya altın sarmak çok faydalı olur.
- Altın bileklikleri, iltihaplı hastalıkların tedavisinde üzerine sarılarak kullanılabilir.
- Romatoid artrit gibi kronik inflamatuvar hastalıkların tedavisinde kullanılmıştır.
- Altının cilt üzerinde kollajen üretimini artırarak kırışıklıkları azaltıp ve cildi sıkılaştırdığı için cilt bakım ürünlerinde de kullanılır.
- Altının kan dolaşımını iyileştirir ve kalp sağlığını destekler.
- Altın bileklik ağrı kesici tedavilerde de kullanılabilir. Özellikle kronik ağrılarda çok faydalıdır.
- Diş dolgularında altın dolgu yapılarak diş çürümelerinin azaltılması sağlanır.
- Beyin gelişimi, öğrenme ve hafıza desteklemek için altın suları çok güzel sonuçlar vermektedir. Stres ve depresyon sorunlarında altın suları ile etkili sonuçlar elde edilir.
- Kadınların hormonlarını dengelenmesi sağlar. Regl problemi yaşayanlar, ağrılı regl olanlar, miyom ve kist sorunları gidermeye yardımcı olur.

Murat ÖZMEK

İlmisifa



ROMANYA'DA YATIRIM İMKANI



Yurtdışında Hızla Yayılıyor

Dokuz ülkede 150 franchise ofisiyle hizmet veren Redstone, yılsonunda 200, 2025 yılında ise 300 şubeye ulaşmayı hedefliyor. Çin pazarında da yer almak için çalışmalarını sürdürdüğünü söyleyen Redstone Yönetim Kurulu Başkanı Evrim Kırmızıtaş, Yunanistan ve Dubai'de satışlara başlayacaklarını duyurdu.

Türkiye'de gayrimenkul sektörünü büyüterek uluslararası pazara açılmasını sağlamak ve hem Türkiye'de hem de dünyada gayrimenkul sektörünün çatı kuruluşu olmayı hedefleyerek yola çıkan Redstone, 2,5 yıl gibi kısa bir sürede yurtiçinde ve yurtdışında dokuz ülkede 150 franchise ofis şubesine ulaşarak rekor kırıyor. Redstone Holding A.Ş.'ye bağlı **Redstone Global Franchising ve Gayrimenkul Hizmetleri Anonim Şirketi olarak faaliyet gösteren marka, kısa bir süre içerisinde 9 ülkede 150 franchise ofisiyle büyük başarı yakaladı.** Redstone Yönetim Kurulu Başkanı Evrim Kırmızıtaş; "Hızlı, sağlam ve emin adımlar ile büyürken, bu büyüme, şirketimizin hem yerel hem de uluslararası pazarda başarılı bir şekilde genişlediğini gösteriyor. Sektördeki ilk kadın lider olarak, rol model olmak benim için çok değerli" diyor. Türkiye'de 81 ofise sahip olan marka, yurtdışında ise; Amerika (bir ofis), Hollanda (bir ofis), İngiltere (Master franchise bir merkez ofis, 15 franchise ofis), Azerbaycan (bir ofis), Polonya (Master franchise bir merkez ofis, üç franchise ofis), Kazakistan (Master franchise bir merkez ofis, 40 franchise ofis), K.K.T.C. (iki ofis), Avusturya (bir ofis) ve Irak'ta (Master franchise, ayrıca iki merkez ofis) faaliyet gösteriyor...

da dikkat ediliyor. Kırmızıtaş; "Konum itibarıyla cadde üzerinde ve tabela değeri yüksek ofisler tercih ediliyor. Tabelamızın ofislerin dışında ve girişinde mutlaka asılı olması gerekiyor. Şirketin talep ettiği royalti bedeli bir aylık toplam cironun (KDV hariç) yüzde 7'si + KDV'dir. Teknoloji (CRM) bedelini ise aylık 3 bin lira + KDV olarak belirledik" diyerek franchise şartlarını sıralıyor. Kırmızıtaş, 2024 yılı hedefleri hakkında ise şöyle konuşuyor:

"2024 sonunda 200 ofise ulaşmayı hedefliyoruz. Ancak daha da önemlisi, 2025 yılı sonunda 300 ofis sayısına ulaşmayı planlıyoruz. Bunun için her ay Türkiye'nin farklı illerinde franchise seminerlerimizi gerçekleştiriyoruz ve yoğun ilgi görüyoruz. Antalya, Ankara, Bursa, İstanbul, İzmir, Gaziantep, Kocaeli, Samsun, Diyarbakır ve sırası ile diğer illerde de programımız dahilinde seminerlere devam ediyoruz. Dijitalleşme konusundaki çalışmalarımız oldukça etkileyici. CRM yazılımı kullanarak iş süreçlerimizi optimize ediyoruz ve dijital sosyal medya üzerinden sponsorlu reklam kampanyaları düzenliyoruz. Ayrıca, Google Adwords reklam çalışmaları ile müşterilere daha fazla ulaşmaya çalışıyoruz. Franchising & Markalı Bayilik Fuarı'nın 5 yıllık ana sponsoruyuz. Bu yıl da 'Bayim Olur musun?' fuarı 17-18-19-20 Ekim 2024 tarihlerinde Yenikapı Avrasya Gösteri & Sanat Merkezi'nde olacak. Daha önceki 3 yılda olduğu gibi 4'üncü yılımızda da büyük ilgi göreceğiz ve bu yıl da sektör ile ilgilenen tüm davetlileri ilgiyle karşılıyor olacağız."

"ÇİN PAZARININ TELİF HAKLARINI ALDIK"

Redstone'nun Kazakistan'da yakın zamanda 40 şubesi açılacak. Çin pazarında da yer almak için çalışmalarını sürdürdüklerini söyleyen Kırmızıtaş, o pazarda da farklı bir isim ile faaliyet göstereceklerini vurguluyor. "Telif haklarını aldık. Globalde 1000 ofis şube hedefimiz var. Bu dönemde en çok ilgi gören ülkelerdeki projeler için iş birliklikleri görüşmelerimizi yapıyoruz. Çok yakında Yunanistan ve Dubai pazarında da merkez şirketlerimiz kuruldu ve oralarda da satışlara başlayacağız" diyen Kırmızıtaş, bu yılki cironun, geçen yıl yapılan cironun en az iki katı olmasını hedeflediklerini belirtiyor. Redstone'nun bayiliğini almak için resmî web sitesi olan redstoneglobal.net üzerinden başvuru yapılabilir. Ayrıca, WhatsApp Başvuru Hattı 0553 707 55 83 ve Genel Merkez İletişim Hattı 0850 611 02 01 gibi iletişim seçeneklerini kullanarak daha fazla bilgi de alınabilir. Ayrıca, şirketi ve güncel gelişmeleri takip etmek için Instagram'da @redstonetürkiye hesabını takip edebilirsiniz.

Redstone franchise şartları

- * Redstone markasının isim hakkı süresi beş yıldır.
- * İstanbul, Ankara ve İzmir için franchise bedeli 300 bin lira + KDV.
- * Redstone franchise ofislerinin bulunduğu diğer iller, 250 bin lira + KDV.
- * Redstone franchise ofislerinin bulunmadığı iller 200 bin lira + KDV.

2025'TE 300 OFİS HEDEFLENİYOR

Redstone'dan franchise alan ofis sahipleri, kendi şubelerinin dizaynlarını kendi konfor alanlarına göre tasarlayabiliyor. Bu konudaki öncelikli kriterler arasında ise marka standartlarının korunması ile logo ve renklerin doğru kullanılması başta geliyor. Ofis büyüklüklerinin en az 100 metrekare olmasına, ayrıca misafir karşılama alanı ve toplantı odalarının olmasına

LAGOON

PALACE

KARTALKAYA

Davranışların Sosyolojik Etkileri

“Eğitim doğunca başlar, ölünce biter” tanımının ne kadar büyük ve sürecin uzun olduğunu gösterir. Bugünlerde Avrupa futbol şampiyonası oynanıyor. Bütün dünya yazın sıcaklığında kendine iyi bir zaman geçirme vesilesi bulmuş, maçları izliyor. Türkiye Milli takımı da bu turnuvada yer aldığı için millet olarak gözümüz Milli Takımın maçlarında. Kadın erkek, çocuk yaşlı herkes milli takımı takip ediyor.

Milli takımımızın genç futbolcusu Arda (Güler) sosyal medya ve bütün insanların dilinde. Paylaşılan fotoğrafların başında işaret parmağını kaldırmış, diğer eli kalbinde olan bir fotoğraf yer alıyor. Bütün gençler aynı işareti yapmaya başladı. Hatta dünyanın başka ülkelerinde de aynı işareti yapan gençler var.

Bu fotoğraf sıradan bir fotoğraf değil. İnancını bayrağıyla bütünleştirenlere örnek sayılabilir, topluma milli ve dini duyguları hatırlatan bir fotoğraf...

Diyeceksiniz ki eğitimle ne alakası var. Doğrudan alakası var. Şayet alakası olmasaydı, gençler üzerinde etki bırakmazdı ve onun gibi davranmazlardı.

Eğitim görevi yalnız okullarda öğretmenlere ait bir görev değil. Eğitim sürecine anne babadan öncelikli olarak, çevre ve toplumun kabullendiği davranışları kazandıran herkes dâhildir. Sinema, oyuncular, televizyonlar, müzik, spor, sanatın bütün bölümleri eğitimle görevlidir. Toplumu yönlendiren, eğiten, onlara nitelik kazandırarak katkıda bulunurlar.

Sinema ve tiyatro, televizyon ve dizilerin toplumun üzerinde daha etkili olduklarını hepimiz çok iyi biliyoruz. Hatta bu kesimin okuldan daha etkili olduğunu söylemek pek abartı olmaz.

Okul; eğitim ve öğretimde çocuk üzerinde, çocukların davranışları üzerinde istenilen düzeyde etkili olamayabiliyor; ama bir ünlü oyuncu, çok izlenen bir dizi, çok ünlü bir futbolcu hem birey hem de toplumun davranışları üzerinde oldukça etkili olabilir.

Bugün televizyon ve sinema dünyasına baktığımız zaman, yapılan diziler ve filmlerin toplumu ve eğitim düzeyini göz

önüne almadan yapıldığına inanıyorum. Arda bir futbolcu ve tek bir kişi, fakat sanatçı dünyası oldukça kalabalık... Ne yazık ki Arda'nın tek başına topluma hatırlattığı manevi örnekliği diğer ünlülerden göremiyoruz.

Eğitilmek ve eğitmek bir süreçtir. Eğitim alırsınız, toplumda belli bir yere gelirsiniz ve siz eğiten biri olursunuz, artık roller değişir. Bu sefer siz eğitirsiniz; tıpkı Arda'nın yaptığı gibi. Önemli olan toplum eğitimine güzel Davranışlarla katkıda bulunmaktır. Sanat, spor ve edebiyat topluma yön verir, toplumun hafızasını hem günceller hem de onu var eden değerleri hatırlatır. Sanatçı topluma borcunu böyle öder.

Yıllarca çekilen filmler ve dizileri incelediğimiz zaman içeriği topluma yarayan çok az film ve dizi buluruz. Çoğu tam tersi toplumu ve gençleri özentili dolu bir batı hayranlığına götürmekten öteye geçmiyor. Amerika ve batıda yapılan dizi ve filmleri izlediğinizde dikkat ederseniz her bölümde dinlerini hatırlatırlar, geleneklerinden bir örnek verirler. Ulusal bir bilinçle sanat yapılır. Her sanat dalında topluma örnek olacak güzel şeyler mutlaka vardır.

Bizim eksikliğimiz; sanatçılarımızın ve yapım şirketlerinin millete verilmesi gereken duyguları (özümüzü) unutarak dizi yapmaları.

Yaptıkları işin toplumsal, yani sosyolojik etkilerinin çok önemli olduğunu bilmeden, sırf para kazanmak amacıyla dizilerin yapılması toplumsal eğitimde büyük bir eksiklik.

Arda, bana göre bizden bir olarak şuan çok güzel işler yapmaktadır. Yalnız gol atmakla değil, davranışlarıyla da büyük bir hizmet yapmaktadır.

Arda; toplum hafızasını tazeleyen, güncelleme, kim olduğumuzu ve milli benliğimizi hatırlatan bir kahramandır. Keşke bütün sanatçılar da böyle davranabilse, keşke bütün ünlüler de topluma karınca kararınca kimliğimiz, inançlarımız hakkında zaman zaman hatırlatma yapsa...

Eğitilen kişinin, eğiten statüsüne geçtiğini ne zaman anlarsak, o zaman her sanatçı, her futbolcu topluma olan borcunu güzel şeyler vererek ödemeye başlar.

Bana göre ne kadar çok kitap okuyan sanatçı ünlü olursa Arda'lar da çoğalır.

İyi ki varsın Arda! Sen o yaşla her yaşta sporcuya, ünlüye örnek oldun.

Bilal ÇİVELEK

Yazar

 bilalcivelek_yazar





Barış Arcan HAYAT BİR SAHNEDİR



Merhaba! Sizi tanıyabilir miyiz?

Merhaba. Ben Barış Gürses Arcan. Oyuncu ve eğitmenim. Boş zamanlarımda ise bazen bir Sinefil, bazen mutfakta vakit geçiren bir aşçı rolünü oynuyorum. Üstad Shakespeare'in de dediği gibi "Hayat bir sahnedir!"

Oyunculuk dediniz. Ailenizde genetik bu bildiğimiz kadayla?

Evet. Dedem Yönetmen Muharrem Gürses. Kendi ekolü olan, Yeşilçam döneminde Hababam Sınıfındaki kötücül okul sahibi olarak hafızalarda hala. Babam ise halkımızın, "1001 Surat" olarak bağrına bastığı komedyen Atilla Arcan. Annem Gül Arcan ile aynı dizide karşılıklı oynamak da çok başka bir deney-

imdi. Herkes oyuncu anlayacağınız bizde :) Ben de 3.nesil bu mesleği layığıyla sürdürmeye gayret ediyorum.

Sinema dediniz. Bu bağlamda unutamadığınız filmleri ve yönetmenleri de sormak isterim...

Bu soruya cevap vermek zor. Her gün film izleyen, film festivalleri için gün sayan bir Sinema aşığı için daha zor. Yeni nesil bağımsız Amerikan Sineması ve Fransız Sineması ilgimi çekiyor. Korku filmi konusunda İtalyan Sineması türevi olan "Giallo" ekolünün de modası geçmez. Ve tabii ki Yunan Yeni Dalgası Yorgos Lanthimos'un işleri. Daha klasik bir cevap vermem gerekirse Forrest Gump ve Tom Hanks'in kalbimde yeri başkadır.

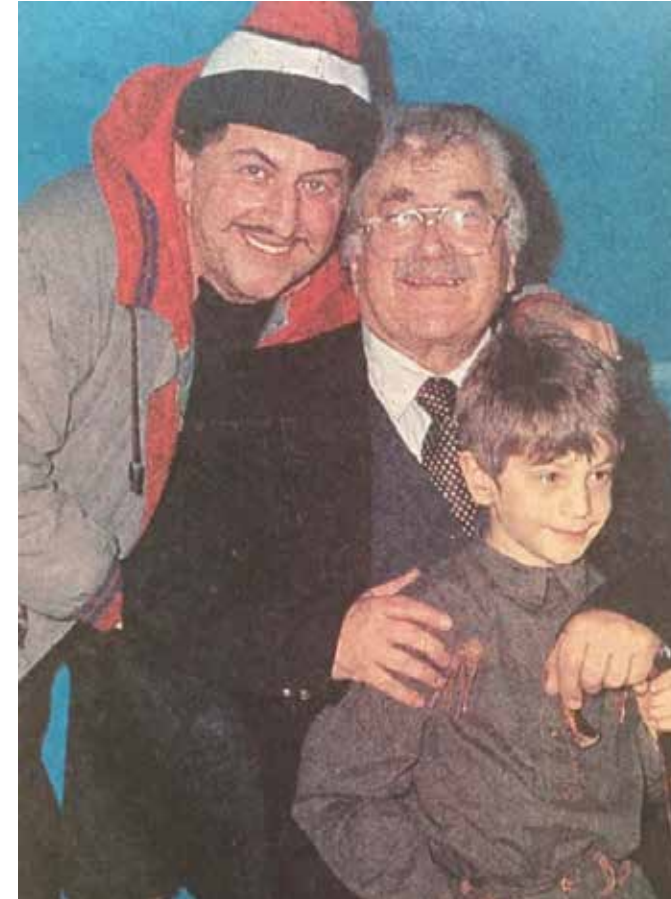
Yerli Sinemamız hakkındaki düşünceleriniz?

Ülke olarak Nuri Bilge Ceylan'a sahip olmamız çok büyük değer. Her filmi, Dostoyevski kitaplarını okur gibi izletiyor seyirciye. Konservatuvar okuduğum

yıllarda ve sonrasında film okumaları atölyelerinde Cem Başeskiöğlu hocamın bir filmi hangi gözle izlememiz gerektiğini gösterdiğinde değeri katlanıyor böylesi Yönetmenlerin. Polonya Lodz Film Okulu çıkışlı Yönetmenler, Danimarka Dogma 95 ekolü ve İran Sinemasının yalınlığı ile ortak noktaları olan bir dili var Türk Sinemasının bence. Bu Oryantalik çok kıymetli!

Madem öyle bir de hangi Yönetmen ile çalışmak isterdiniz?

Çok değerli hocalarım oldu. Okulda; Ali Poyrazoğlu, Derya Alabora, Vahide Perçin.



Sette Ayhan Özen, Reyhan Pekar, Serkan Mut, Mahir Aktaş. Hepsinden çok şey öğrendim. Sorunuza dönersek galiba eski dönem için Tim Burton diyebilirim. Yeni nesilden Wes Anderson ve Yorgos Lanthimos diyeceğim.

Peki oynamak isteyip de oynayamadığınız bir rolü seçme hakkınız olsaydı?

Michael Keaton keşke Beterböcek rolünü bana bıraksaydı! :)

Gelecek planlarınızı da sormak isterim...

Şu anda özel kolejde akademik kariyer yapıyorum. Drama eğitmenliği, oyunun içinde kalmamı sağlıyor. Gündemden kopmamak adına kendimi sürekli yenileyecek ve geliştirecek işleri seçmeye özen gösteriyorum. Method Oyunculuğu benim en zevk aldığım Act dili. Kendimi tekrarlamamak adına proje seçimlerimde titiz olduğum bir dönemdeyim. "Barış yine ters köşe yaptı" dedirtecek projelerin peşindeyim. Adını Sen Koy "Ejder" rolüm ne kadar komik ve sakar bir adamdı. Yemin dizisinde canlandırdığım "Sefer Kara" ise tamamen sakın biri. Bu enerji ve fiziksel değişimleri seviyorum. Öğretmen Kemal dizisindeki uçkağıtçı Cücü karakterini de özlüyorum. Hamdi Alkan hocamız çok güzel başkalaştırmıştı beni, bana...

Bu keyifli sohbet için teşekkür ederim. Kariyerinizde ve bundan sonraki hayatınızda başarılar dilerim.

Beni ağırladığınız için ben teşekkür ederim. Derginize yayın hayatında başarılar dilerim...

BHS Grup, Türkiye'nin **en başarılı uluslararası** organizasyonlarına imza atan iş insanı ve girişimci **Atakan TAŞUR**'un kurucusu olduğu **bilişim ve medya şirkettir**.



BHS GROUP görev ve prensiplerini şu şekilde sıralamaktadır:

- Faaliyet Alanındaki Tüm gelişmeleri takip ederek son teknolojiyi müşterilerinin hizmetine sunmayı bir görev bilir.
- Firmanızı anlayabilecek en doğru iletişimi kurmayı, sizi, sizin yerinize geçerek analiz etmeyi, kötü sürprizlere yer bırakmamayı bilir.
- Projelerinizde firmanıza katma değer sağlar, firmanızın dış kaynak kullanımlarında sizi fazla harcamalara karşı uyarır.
- Kendi sektörünüzde lider olmanızı bilişim ve medya faktörlerini tespit ederek size yön verir.



- Kurumsal Web Sitesi ● Seo Adwors ● Marka Danışmanlığı ● Prodüksiyon Hizmetleri
- Dijital Pr ve Habercilik Hizmeti ● Uluslararası Organizasyon ve Marka Tanıtım Etkinlikleri
- Sosyal Medya Yönetim ● Yurt Dışı Danışmanlık Hizmetleri

**we
are
creative**
workshop

@wacreative.co | @bhsgroupttr



YEDİ KITAYA YAYILACAK



Maydanoz Döner Yönetim Kurulu Üyesi ve Franchise Direktörü Cuma Dağlı'nın aktardıklarına göre, Türkiye dâhil olmak üzere 6 ülkede 300'ün üzerinde şube ile faaliyet gösteren Maydanoz Döner, yurt dışında Gürcistan, Almanya, Azerbaycan, Hollanda ve son olarak da Amerika'da yer alıyor. Yatırımcılarından aylık ciro payı bedeli talep etmeyen firmanın farklı bayilik konseptleri bulunuyor. Bunlar; cadde-AVM ve ekspres. Ekspres konsept, nüfusu 25 bin ile 75 bin arasında olan ilçelerde daha düşük bütçe ile yatırım yapmak isteyen yatırımcılara yönelik geliştirilmiş. Firmanın vizyonu; farklı kültürlerle hitap eden eşsiz soslu lezzetleri, inovatif ürünleri, standart hizmet ve kalite anlayışıyla dünyanın en bilinen döner markası olmak. Misyonu ise; sağlıklı ve lezzetli ürünleri nezh mekânlarda ulaşılabilir fiyatlarla sunmak ve iş ortaklarıyla sürekli iletişim halinde kalarak, gelişimlerini sağlayıp, karlılıklarını artırmak.



Ar-Ge çalışmaları ile ana ürünlerinin yanı sıra yan ürünlerini de geliştirmeye devam eden Maydanoz Döner, hem müşterilerine hem de yatırımcılarına karşılıklı güven veren bir sistem oluşturmayı hedefliyor. Düşük maliyet, karlı yatırım hedefi ile bayilik ağını genişleten firma, 'Yeni nesil franchise' anlayışıyla yatırımcılarına fırsatlar sunuyor. Maydanoz Döner 'in ileriye dönük geliştirmek istediği üç hedefi bulunuyor. Birincisi, yedi kıtada 208 ülkeye ulaşmak, ikincisi ise yatırımcıların kazançlarını her daim artırmalarına katkı sağlayarak, korumak ve üçüncü hedefi ise müşterilerine nezh mekânlarda, ulaşılabilir fiyatlarla ürün sunmaya devam etmek.

ÖMÜR GEDİK

“ŞİDDETİN
HER TÜRÜSÜ
SEVGİSİZLİKTEN VE
EĞİTİMSİZLİKTEN
KAYNAKLANIYOR”

RÖPORTAJ: Gizem Yıldız



Haçiko Derneği'nin Yönetim Kurulu Başkanı, Şarkıcı, Gazeteci Ömür Gedik ile Dernek hakkında ve özellikle son dönemin gündemi olan “Hayvanların uyutulması” kararı hakkında sohbet ettik. Hayvan sevgisiyle bütünleşen Ömür Gedik, Haçiko Derneği vesilesiyle birçok hayvana yuva oluyor. Yaşam çiftliklerini ben de gördüm. Bu sadece mama verip, yaşam alanı sağlamak değil, büyük bir sevgi ve ilgi söz konusu. Dernekteki herkes birer aile olmuş ve yardıma ihtiyacı olan, yaralı olan sokak hayvanlarına sahip çıkıyorlar. Hayatın içinde sevginin bu kadar karşılıksız işlendiği böyle insanlar, kurumlar olmasa, nasıl inanırdık daha umutlu yarınlara...

Şarkıcı, sunucu, yazar, Haçiko derneğinin kurucu başkanı, Ömür Gedik. Google de isminizi arattığımda başarılarınız, kariyer yolculuğunuzdaki her adımdaki yükseliş sıralanamaz biçimde... Şu günlerde nasıl geçiyor hayat?
Yoğun bir şekilde devam ediyor. Gazete, sahne işleri, dernek, aile derken çoğu zaman gün yetmiyor. Sözlerini de yazdığım yeni şarkım “Filozof” çok beğenildi. Kendi ayakları üzerinde duran, kötü bakış ve eleştirilere rağmen dimdik duruş sergileyen kadınların marşı oldu bu şarkı.

Haçiko derneğinde kurucu başkansınız, hayvan hakları için, onların yaşam hakkını savunabilmek için ekip arkadaşlarınızla birlikte büyük bir çabanız var. Son olarak “Sokak kopekleri uyutulma” kararı alındı. Öncelikle herkesin gündeminde olan bu konuyla başlamak istiyorum. Bu kararın gerçekleşmesi mümkün mü?
Ben ve Haçiko ekibi birlikte yıllardır sokak canları için mücadele ediyoruz. En son yasayı değiştirmek için çok emek harcadık ve hayvanların mal statüsünden çıkarılıp, can statüsüne kavuşmalarını sağladık. O dönem defalarca Ankara'ya gittik. Sokak hayvanları konusunda tek çözümün



etkin aşılama ve kısırlaştırma olduğunu her fırsatta vurguluyoruz. Bugün yaşanan sorunların tek sorumlusu işini yapmayan, aşılama ve kısırlaştırma yapmayarak hastalık ve popülasyonun artmasına neden olan belediyelerdir. Bir an önce etkin kısırlaştırma başlamalıdır. Uyumta, yani öldürmeyi asla kabul etmiyoruz.

Sokak hayvanlarına karşı şiddetin her geçen gün daha da arttığına şahit oluyoruz. Buna karşı alınabilecek tedbirler hem bireysel hem de toplumsal olarak nelerdir?

Şiddetin her türlüşünün sebebi -hayvana, insana fark etmez- bence sevgisizlikten ve eğitimsizlikten dolayı. Bunu küçük yaştan başlatabiliriz. Okullarda hayvan sevgisinin verildiği dersleri müfredata koyarak başlayabiliriz. Ağaç yaşken eğilir sözü çok doğru bu anlamda

Siz içinizdeki hayvan sevgisiyle ilk nasıl tanıştınız?

İlk olarak çok küçük yaşta Saka kuşum oldu. O dönemde annem ile pazara gider civciv alması için dil dökerdim. Civcivler tavuk ve horoz oldu, balkon ve bahçemizde kümes yaptık onlara. Sokakta da kedi ve köpeklerle iç içe büyüdüm.

Haçiko derneğinin bir kuruluş hikayesi var mı?

Aslında yetersiz hissettiğim bir noktada doğdu Haçiko Derneği. O dönemde bireysel yardımlar yapıyordum ve akıbetini çok net kestiremiyordum. Bu yüzden artık kendi kontrolümde olan bir mekanizma oluşturma ihtiyacı hissettim.

Derneğinin şuan ki sahiplendirme yüzdesi nedir?

Sahiplendirme konusunda, son dönemde daha aktifiz. Ayda 8-10 canı yeni yuvalarına kavuşuyoruz. Sonrasında takip etmek en az sahiplenmek kadar önemli, ne durumda iyi bakılıyor mu? Bizim için çok önemli

Sokak hayvanlarını toplayıp, barınaklara yerleştirmek bir çözüm mü? Siz barınakları nasıl değerlendiriyorsunuz?

Tabi ki çözüm değil, geçici bakım evlerinin bile şartları çok yetersiz. Bu konunun en hızlı ve mantıklı çözümünü kısırlaştırmaktan ve yerinde yaşatmaktan geçiyor.

Bir hayvan sever olarak evinizde evcil dostlara bakıyor musunuz?

Fazlasıyla evet, yaklaşık kırk tane kedim var. Kendi evimde baktığım yakın zamana kadar üç tanede köpeğim vardı, melek oldular. Haçiko çiftliğinde 50'ye yakın köpek ve 2 bakıma muhtaç eşeğimiz var.

Dernekte acı tatlı birçok olayla karşılaştığınız evcil dostlarınız olmuştur. Bu zamana kadar unutulmadığınız bir anıyla hayatınıza giren bir kedi veya köpek var mı?

Çok var ama bir tanesini anlatayım; aldığımız bir ihbar ile il dışında ayağı kırılıp yol kenarına atılmış bir eşek olduğunu öğrendik. Hemen müdahale ederek İstanbul'a getirdik. Ayağı kırık olduğu için artık işe yaramıyor diye ölüme terk edilmişti, hızlıca tedavisini yaptırdık ve sürpriz eşek hamileydi. Sonra çok güzel bir sıpamız dünyaya geldi Şu anda anne oğul mutlu huzurlu bir şekilde Haçiko yaşam çiftliğinde hayatlarına devam ediyorlar.

Sosyal medya günümüzde sessizliğin üstündeki örtüyü kaldıran en güçlü mecra oldu. Sizce sosyal medya paylaşımlarının olumlu mu yoksa olumsuz mu etkisi var?

Artık yeni dünya düzeni sosyal medya ve onun yarattığı algı üzerinden yürüyor. Bunu doğru ve etkili olarak kullanırsak faydası olduğu kesin.

Hem eğlence dünyasının içindesiniz, hayatın birkaç saatliğine de olsa durduğu yer; sahne hem de sabah gözünüzü açtığınızda hayatın gerçekleriyle, farklı bir gündemle uyanıyorsunuz. Bu hayatınızda dalgalanma etkisi yaratıyor mu?

Uzun yıllardır düzenim bu şekilde olduğu için artık ikisi bir bütün oldu diyebilirim. Herhangi bir dalgalanma yaşamıyorum. Derneğin üzerimdeki yükümlülükleri her zaman önceliğim. Sabah Haçiko ile uyanıyorum. Müzik ve sahne akşamları ve hafta sonları hayatımın içinde.

Elinizde sihirli bir değnek olsa ve dokunduğunuz bir şeyi değiştirebilseydiniz, bu ne olurdu?

Tüm canlılar için daha adil, sevgi ve barış dolu bir dünya isterdim. Kimsenin ne kendisinin ne de hakkının yenmediği bir dünya.





Dr. Betony İnşaat ve Mühendislik İnovasyonun Öncüsü

Sektördeki dönüşümü liderlikle yönlendiren Dr. Betony İnşaat ve Mühendislik, kendini sürekli geliştiren vizyonu ve yenilikçi yaklaşımıyla sektörde örnek bir firma olma misyonunu sürdürmektedir. Hem kamu hem özel sektörde çalışmış olduğumuz güçlü referanslarımız güven temelini oluşturmaya devam ediyor.

Markamız, inşaat, dekorasyon ve izolasyon alanlarında gerçekleştirdiği başarılı projelerle adından sıkça söz ettirmektedir. Sadece bugünün değil, geleceğin de ihtiyaçlarına yönelik çözümler sunma hedefiyle hareket eden Dr. Betony İnşaat ve Mühendislik, sektördeki en son teknoloji ve en etkili malzemeleri kullanarak müşteri memnuniyetini her zaman ön planda tutmaktadır.

Firmamızın izolasyon çalışmalarında kullanmaktan gurur duyduğu malzemelerden biri de Xypex'tir. Xypex, yalıtım malzemeleri konusunda endüstri standartlarını belirleyen bir marka olarak, projelerimizin dayanıklılığını ve kalitesini artırmada önemli bir rol oynamaktadır.

Dr. Betony İnşaat ve Mühendislik, sadece inşa etmekle kalmayıp, aynı zamanda yaşam alanlarını güzel-
leştirmek ve korumak adına kaliteli hizmet sunmaktadır. Biz, geleceğe güvenle adım atan, yenilikçi ve
çevre dostu bir firma olarak, her projemizde estetik, fonksiyonellik ve sürdürülebilirlik ilkelerini bir araya
getirerek başarıyla tamamlıyoruz. Dr. Betony İnşaat ve Mühendislik ile geleceğin mimarisini inşa edin,
ayrıcalıklı yaşam alanlarını keşfedin!

İletişim Bilgileri: 0 533 927 20 20

Alarko Holding 70 yaşında

Ülkemizde sanayileşme yolculuğunun hız kazandığı bir dönem de daha güçlü bir Türkiye hayaline ortak olmak için kurulan Alarko Holding, 70. yılını kutluyor. Cumhuriyet'le birlikte gelişip güçlenerek, 70 yılda dünyanın dört bir yanında hizmet veren bir şirketler topluluğu haline dönüşen Alarko Holding, ekonomik, çevresel ve toplumsal alanda iz bırakan ürün, hizmet ve projeleriyle asırlık bir şirket olma yolunda emin adımlarla ilerliyor.

Kurucularının, çağın ötesini gören felsefesi ve köklü kurumsal tarihinden güç alarak büyüme ve dönüşüm yolculuğuna devam eden Alarko Holding, bugün 7 faaliyet kolunda 41 iştiraki ile ekonomi, insan ve gezegen odaklı değer yaratma yolculuğuna devam ediyor. Alarko Şirketler Topluluğu ceo'su Ümit Nuri Yıldız: " 70. yılımızı turizmde enerjiye, sanayiden tarıma, altyapı projelerinden havacılığa, kalkınmanın kilit sektörlerinde büyük yatırımlarımız, farklı coğrafyalarda güçlü varlığımız ve 7000'e yakın çalışanımızla, cumhuriyetimizin sembol kurumlarından biri olarak kutlamanın gururunu yaşıyoruz. 70 yıllık bir marka olmak sadece ülkemiz için değil, dünya ölçeğinde büyük bir başarıdır. Bu sorumlulukla ele aldığımız büyüme ve dönüşüm yolculuğumuzda yeni yatırım açılımları yapıyoruz. Organizasyon, sürdürülebilirlik, teknoloji ve inovasyon alanlarında kendimize iddialı hedefler koyuyoruz. 70. yılımızda sonuçlarını güçlü şekilde görmeye başladığımız bu kararlı yolculuğu yeni logomuzla simgeleştiriyoruz."

2028 yılında 4 milyar dolarlık net varlık değerine ulaşmış uluslararası bir portföy şirketi olmayı hedefleyen Alarko Holding, yeni stratejisi kapsamında yapacağı ilave yatırımlarla büyüerek bu değer % 50'sini mevcut sektörlerden, % 40'ını yeni iş kollarından, % 10'unu ise yüksek potansiyeli olan girişimleri destekleyen Yatırım Grubu'ndan elde etmeyi planlıyor.

Sağlam temellere ve zamansız felsefeye sahip bir kurum olarak 70. yıllarında geleceğe odaklandıklarının altını çizen Ümit Nuri Yıldız, " 360 derece bir bakış açısıyla ele aldığımız dönüşüm yolculuğumuzda ülkemiz ve dünyamız için yarattığımız değeri yeniden tanımlıyoruz. Yeni Alarko logosunun markamıza ve tüm paydaşlarımıza yeni başarılar getirmesini ve uzun yıllar var olmasını diliyorum " dedi.

Ümit Nuri Yıldız: "Tarım, havacılık ve enerji depolama sistemlerini stratejik sektörlerimiz arasına dahil ettik."

2021 yılında belirledikleri uluslararası bir yatırım portföy şirketi olma hedefi doğrultusunda yeni bir yol haritası çizdiklerine değinen Ümit Nuri Yıldız, "Alarko Holding olarak ülkemizin ekonomik büyümesi, toplumsal gelişimi ve dünyamızın

sürdürülebilirliği için çok boyutlu değer yaratma vizyonu, tarım, havacılık ve enerji depolama sistemlerini stratejik sektörlerimiz arasına dahil ettik. Bugün Türkiye'de en büyük modern seraya sahip şirket konumundayız. Ülkemizde ve Kazakistan'da yapacağımız yeni yatırımlarla 2028 yılına kadar 10 bin dönüm sera büyüklüğüne ulaşarak, bu alanda dünyada ilk 3'e girmeyi hedefliyoruz. Geçtiğimiz günlerde Gotion Grup ile bir ortaklık anlaşması yaptık. Türkiye'de enerji depolama sistemleri, montaj fabrikası ve lityum iyon prizmatik pil üretim fabrikası kuracağız. Havacılık alanında ise İngiltere'de bir mühendislik şirketiyle iş birliği kurduk. Geniş büyük gövdeli yolcu uçaklarını kargo uçağına dönüştürerek ekonomiye yeniden kazandıracağız" dedi.

Tüm faaliyet gruplarında kapsamlı bir dönüşüm yürüttüklerini ve bağlı şirketlerle beraber yeni başarıları imza attıklarını ifade eden Yıldız, sözlerini şöyle sürdürdü: "2050 yılında, net sıfır hedefimize pozitif etki perspektifiyle hayata geçirdiğimiz ve geçireceğimiz, yeni yatırımlarımızla ulaşmayı temel alan bir strateji belirledik. Enerji sektöründe rüzgâr ve güneş başta olmak üzere yenilenebilir enerji alanında ilave yatırımlar yapacağız. Turizm ise ülkemizin sürdürülebilir kalkınmasında kritik bir öneme sahip. Kendi kategorisinde uluslararası bir başarı öyküsü haline gelmiş Hillside markamızla sektörde örnek teşkil ediyoruz. Yakın zamanda bu başarılı hizmet modelimizi Bodrum Gündoğan'a taşıyoruz. Yurtdışında planladığımız yeni yatırım da dahil olmak üzere Hillside markamızı 2030'a kadar en az 5-6 telden oluşan bir zincir haline dönüştürmeyi amaçlıyoruz."



ÇİLEM DUMAN'DAN 2024'ÜN İDDİALİ SLOW COVER ŞARKISI "KÖR BIÇAK"



Söylediği eserleri farklı tarzıyla yorumlayan sanatçı Çilem Duman usta müzik insanı Murat Göğebakan'ın gönüllere taht kuran "Kör Bıçak" eserini yeniden yorumladı. Sanatçı, söz müziği Murat Göğebakan'a ait eseri pop soundlarda genç kitleler ile buluştururken Murat Göğebakan hayranlarının sevgisini kazanmayı hedefliyor.

Canlı konserlerde Murat Göğebakan'ın sahnesinde sanatçı Çilem Duman vokalistlik yapmıştır.

Eserin aranjörlüğünü Eren Koçın üstlendi. Yeni cover versiyonda sanatçı opera vokaller ile esere renk kattı. Okumalar Alfa Müzik Yapım Stüdyolarında gerçekleşti. Klip ünlü yönetmen Ali Eşitmez imzası taşıdı. Kostüm stylingi sanatçının kendisinin yaptığı klipte WisteriA markasını tercih etti ve özel tasarım payet ceket giyindi. Klip çekimleri Kuruçeşme Wine&Duck isimli sosyetik mekanda gerçekleşti. Eserin mixini genç başarılı müzisyen Caner Hepvarlık yaptı. Eserin mastering imzası usta müzisyen Emre Kral'a aittir.

Çilem Duman şarkıyı yorumlamak isteğini Murat Göğebakan'ın oğlu Bülent Göğebakan ile paylaştığında tam desteğini aldı.

2024'ün iddialı slow şarkıları arasında yer alacak "Kör Bıçak" Seyhan Müzik etiketi ile NetD YouTube kanalında ve tüm dijital platformlarda 21 Haziran'da dinleyici ile buluşuyor.



Zulmün Karanlık Yüzü Doğu Türkistan

Kan mıydı?
Kanim mıydı?
Kanayan yaram mıydı Doğu Türkistan?

Her şey bir soru ile başladı. Kan mıydı? Kanim mıydı? Kanayan yaram mıydı Doğu Türkistan? Gözlerim dolu dolu, yüreğim buruk, aklımda hep aynı soru. Türkistan, benim memleketim, atalarımın toprağı, efsanelerle, türkülerle dolu o kutsal diyar... Kaşgarlı Mahmud'un, Yusuf Has Hacip'in ve nicelerinin vatani.

Doğu Türkistan'ın toprakları, tarih boyunca nice kahramanların, bilgelerin, sanatçıların vatani olmuştur. Günümüzün yaşayan kültür mirası Abdurrehim Heyit, bu kadim toprakların acılarını, zulmünü, yaşadığı trajediyi tüm dünyaya duyurmaya çalışıyor. Heyit'in türkülerinde, Doğu Türkistan'ın acılı tarihi, bitmek bilmeyen zulmü ve halkının çektiği eziyetler yankılanıyor. Onun her sözünde, her mısrasın da bu kutsal toprakların kanayan yarası daha da belirginleşiyor. Pekil! Neden herkes kör ve sağır?

Görmezden geldiğimiz, görüp yüzümüzü çevirdiğimiz vatan toprağında binlerce zulüm baş gösterirken, Doğu Türkistan'ın rüzgârı şimdi acıların fısıltısını taşıyor kulaklarımıza. İnsanlar hür olmayı unuttu, özgürlük bir hayal, bir masal gibi kaldı. Oysa bağımsızlığın ne demek olduğunu, özgürlüğün tadını atalarımızın mirasında bulmuştu. Şimdi, zincirlerin soğukluğunu hissettiği her an, kalbinde derin bir yara açılıyor.

Çin hükümetinin, Doğu Türkistan'daki baskıları sadece toprak değil, din ve inanç özgürlüğüne yönelik ayrımcılık gün geçtikçe daha da şiddetini artırarak göstermeye devam etmektedir. Türk ve Müslüman olan karındaşlarımız üzerlerindeki baskılar ve zulüm her geçen gün daha artarak insanlık tarihine bir kara leke olarak yazılıyor. Çok sayıda cami ve Kuran kursu kapatılıp, ibadetlere kısıtlamalar getirilmiş, günlerce süren işkencelerle tarihe bir utanç tablosu olarak asılmıştır.

Evlerinden, çocuklarından/eşlerinden, anne/babalarından ve en sevdiklerinden uzaklaştırılan 3 milyonu geçen Doğu Türkistanlı, dört duvar arasında dünyanın en ağır işkence ve mahrumiyetlerini yaşamaktadır. İşkence odalarında yaşanan dram, bir film sahnesi değil, gerçeğin ta kendisidir. Makûs kaderiyle baş başa bırakılıp, bu zulme karşı gözlerini kapayan dünya, Doğu Türkistan'ın acı dolu kaderiyle baş başa kalmasına seyirci kalmaktadır.

Bir halkın unutulmuş tarihini, kaybolmuş kültürünü, yok olmuş umutlarını yazmak ne kadar zor... Doğu Türkistan, bu coğrafyanın en mahzun köşesi, binlerce yıldır süregelen bir dramı her bir taşında, her bir ağacında, her bir damla suyunda iliklerime kadar hissettiriyor. Türkistan'ımın maruz kaldığı işkenceleri yazmak istesem ne ahir ömrüm yeter buna, ne de lügatımdaki kelimeler... Her an, her saniye, her nefeste hissettiğimiz o acı, bir milletin dramını, trajedisini gözler önüne seriyor. Gözlerimde biriken yaşlar, bir milletin kanayan yarasının serzenişi ile dolu. Kadınların kocasız, çocukların annesiz ve bir milletin vatansız bırakıldığı, umutların her geçen gün yitirildiği yerd, kanayan yaram.

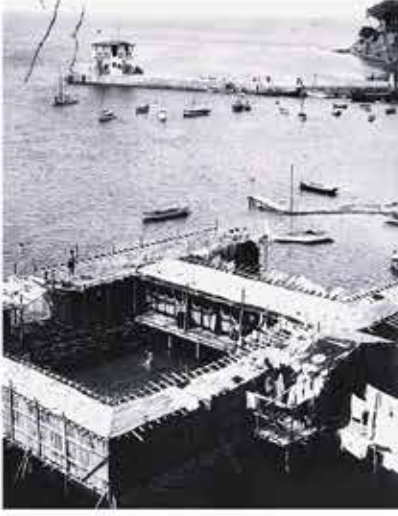
Umudu elinden alınan bir millet geriye ne bırakabilir? Gökyüzünün bile eşit olmadığı ve zulmün baş gösterdiği vatanımın en derin çığlığını duymayan dünyada, hiçbir adalet ve özgürlük söylemi kabul edilemez. Türkistan'ım kan ağlarken sessiz kalmak bu zulme ortak olmaktan farksızdır.

Doğu Türkistan'da yaşanan insanlık dramını görmezden gelmek, kardeşlerimizi yarı yolda bırakmak demektir. İçinde bir nebze olsun insanlık taşıyan hiç kimse, karındaşlarımızı zulme terk etmez, acılar içinde bırakmaz. Doğu Türkistan'ın sesi olmak, onların acılarına ortak olmak, insanlığın tam gerçeğidir.

TÜRKLER HER GÜN ÖLÜRKEN İNSANLIĞIN SESSİZ KALMASI, ZULMÜ ONAYLAMAKLA EŞDEĞERDİR. VE BU HİÇBİR DİLDE, HİÇBİR HUKUKTA VE HİÇBİR VİCDANDA ASLA KABUL EDİLEMEZ.

Fatma ŞAHİN - Yazar

 fatmasahin.arts



ELİF ÜTEBAY
Mimar
@elifutebay

İSTANBUL'UN KAYBOLAN DENİZ KÜLTÜRÜ | DENİZ HAMAMLARI

Geriye dönüp bakmak. İstanbul'un denize girme serüveni 19.yüzyılın ortalarından başlayarak 20. yüzyılın ilk çeyreğine kadar saltanatını sürdürmüştür. "Deniz hamamı" ya da "deniz banyosu" olarak adlandırılan bu mekanlar Osmanlı devrinin en ilginç mekanları arasındaydı. İstanbullu'ların serinlemek ve dinlemek için tercih ettikleri bu deniz yapıları; deniz kenarında kıyıya iskele ile bağlı, dört tarafı kapalı, küçük soyunma kabinleri olan, ahşaptan yapılmış, ortası havuz şeklinde ve yıkanma esaslı olan mekanlardı. Her sene yeniden kurulan deniz hamamlarının yanlarında gazinolar, kahvehaneler bulunurdu. İslami anlayışa uygun yüzmeye, eğlenme ve güneşten yararlanma yaklaşımının sonucu olarak ortaya çıkan bu hamamların sayısı İstanbul'un 1826 ve 1850 yılları arasında üç tane iken; 1872 yılında altmış üzerindeydi. İlk olarak denize girilen yerler ise Galata Köprüsü, Büyükdere, Bakırköy, Yeşilköy, Moda idi.

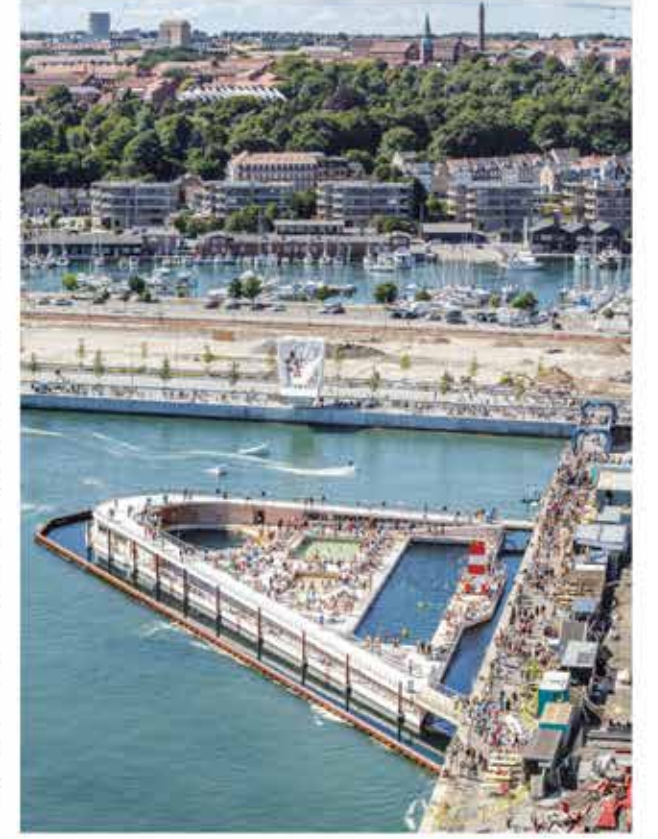


Cumhuriyetle birlikte plajlara dönüşen deniz hamamları, 1950'lerin sonundaki ani nüfus patlamalarıyla artan yapılaşma sonucu İstanbul kıyılarına dolgu yapılmış ve kanalizasyonlar denize akıtılarak zamanla deniz kirliliğine sebep olunmuş ve insanların İstanbul'da denize girmesi zor bir hal almıştır. Üç yanı denizlerle kaplı olan İstanbul artık plajlar kenti olma özelliğini maalesef ki böylelikle kaybetmiştir.



Deniz hamamları, günümüz mimarlık anlayışı ile yeniden yorumlanarak olağan, samimi ve yere ait bir dönüşüm gerçekleştirilmiştir.

2020 senesi pandeminin etkisiyle evlerimize kapandığımız bu süreç uzun veya kısa vadede kalıcı olarak ekonomik, politik, sosyolojik, psikolojik ve çevresel etkiler şimdiden göz ardı edilemez haldedir. Dolayısıyla herhangi bir gelecek projeksiyonu yaparken bu değişimleri düşünmek zorundayız. Şehirde yaşayan insan için en büyük değişimin gündelik hayata yönelik olduğu söylenebilir. Daha sağlıklı yaşamaya niyetlenen şehirli insan için doğada vakit geçirmek, yürümek, spor yapmak, bisiklete binmek eskisinden daha önemli hale geldi. Doğanın, yeşilin, denizin, suyun ne kadar değerli olduğunu hatırladık. Bu nedenle su yapıları gibi kentliyi bir araya getiren projeleri son derece kıymetli buluyorum. Yoğun kentleşme baskısı altında olan birçok şehrin bu baskıya yenik düşmemesi, sahip oldukları doğal yapının ve biyolojik çeşitliliğin korunması şehrin yaşanabilir olması açısından birincil önem taşımaktadır.

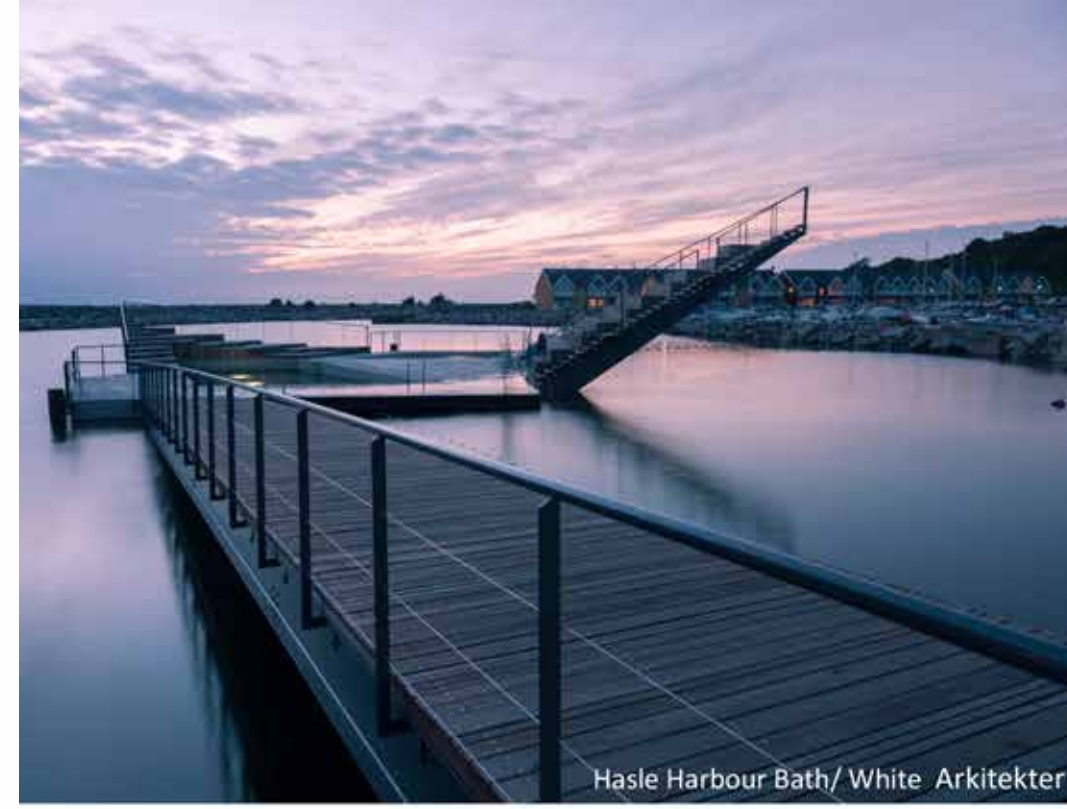




Kastrup Sea bath/ White Arkitekter

Şehrin merkezinde ve toplu taşıma ile çok kolay ulaşılabilen deniz ile iç içe geçmiş şekilde tasarlanan bu su yapıları, kentin deniz ile olan yaşantısını arttırmakta ve kent canlılığını pekiştirerek kentin gerçek anlamda basit ama ölçekli birer niş alanıdır. Akıntıdan korunmuş konumuyla denizle buluşan iskeleler, seyir yerleri, atlama kulesi, plaj, promenade düzenlemelerinde kara-deniz ilişkisini kurmak için alternatif çözümler aranmıştır. Yeşil ve mavi peyzaj bir arada ele alınmaktadır.

Gerek karasal ekosistem gerekse deniz ekosisteminin buluştuğu bu özel morfolojik alanlar aynı zamanda çok özel bir kültürel ekosistemi de tanımlar. Deniz kullanımına ve kıyı yaşantısına ayrılmış olan bu su yapıları kentin hayat kalitesini yükselterek, şehrin tam ortasında nefes alınacak alternatif bir sayfiye yeri görevini görecektir. Şekilde kıyı şeridinde eklenmiş, kent ve kentiye ait bir 'yer' olması sağlanmıştır.



Hasle Harbour Bath/ White Arkitekter



The Faaborg Harbour Bath/ Urban Agency and JDS Architects



NAZAN YERLİ

Kendi Sesini Bul

RÖPORTAJ: Ferhan Gülşah Varlioğlu

Nazan Yerli kimdir?

1974 yılında Ankara'da doğdum. İlk, orta, lise ve hatta ilk üniversite deneyimim Ankara'da devam etti. 1992'de üniversite hayatım SBF İşletme ile başladı. Aynı dönem tiyatro ile tanıştım. Okul kulübü ardından çocuk tiyatrosu derken 1997'ye kadar sürdü bu macera. Bu süreçte fark ettim ki yapmak istediğim tek şey oyunculuk. Aynı yıl oyunculuk bölümü sınavlarına girdim ve 2001 yılında Anadolu Üniversitesi Devlet Konservatuarı Oyunculuk Bölümü'nden mezun oldum. 2015 yılına kadar üniversitenin profesyonel topluluğu Tiyatro Anadolu'da oyunculüğün yanı sıra çeşitli idari görevlerde yer aldım, bölümde kıymetli hocaların asistanlığını yürüttüm. Bedensel ifade ve hareket oyunculüğün temeli, benim içinse hareketin her halinin ayrı bir yeri oldu. Bu alanda gelişmeyi hayal ederken sevgili yol arkadaşım, dostum Deniz (Erdem) sayesinde Feldenkrais Yöntemi ile tanıştım. Tek derste bile yarattığı değişimi fark etmek çok etkileyiciydi. Beden ve hareket üzerine çalışma isteğimi karşılayacak bir alan bulmuştum. 2015'te Milano-Levico 5 – Uluslararası arası Feldenkrais Eğitmen Eğitimi Programına başladım. 2017'de ara sertifikamı alarak Hareket Yoluyla Farkındalık, (ATM) grup dersleri vermeye hak kazanınca, gerek oyunculuk bölümünde gerekse özel olarak Hareket Yoluyla Farkındalık grup dersleri vermeye başladım, gençlerle gönüllü çalışmalar yürüttüm. Aynı yıl, yüksek lisansımı “Feldenkrais Metodu ve Farkındalığın Oyuncunun Performansına Etkisi” başlığıyla tamamladım. Ocak 2019'da EuroTab onaylı uluslararası sertifikamı alarak yetkili Feldenkrais Eğitmeni oldum. Halen Anadolu Üniversitesi Devlet Konservatuarı'nda oyunculuk dersleri veriyorum. Yanı sıra tiyatro ve opera öğrencilerine bedensel farkındalık dersleri veriyorum. Bu ders yakın zamanda tüm öğrencilerin katılımına açıldı. Farklı bölümlerden öğrencilerle karşılaşmak, onlarla yöntemi tanıştırmak için sabırsızlanıyorum. Bireysel Feldenkrais derslerime ise, özel seanslar (Fl), yüz yüze ve çevrimiçi atölyeler vererek devam ediyorum. Aynı zamanda Feldenkrais ve oyunculuk bilgisini harmanladığım; beden- nefes-ses odaklı özel ders ve atölye çalışmalarını yürütüyorum.

Neden Kendi Sesini Bul?

Atölyeyi oluştururken öncelikle kendi ihtiyacımın ne olduğu ve ne yapmak istediğim sorularıyla yola çıktım. Çocuktan, özellikle benim jenerasyonumda, su küçüğün söz büyüğündü. Sessiz olmalıydık, geveze olmak olumsuz bir özellikti. Terbiyeli, iyi çocuklar, hele hele kızlar dizini kırıp oturmalıydı, dinlemeliydi. Bize biçilen söz söylemek yerine söz dinlemek oldu. Bu arada oldukça geveze olduğumu söylemeliyim. Evde çok uyarı almışım. İlkokula başladığımda, sessizce çevresine bakan halimi çok net hatırlıyorum. Sosyal hayatta iletişim kurmakta rahatlamam zaman aldı. Hala yüksek sestem rahatsız olurum. Başkalarını rahatsız ederim korkusuyla müzik dinlerken bile sesi minimum düzeyde tuttuğumu gözlemliyorum. Neyse ki kulaklıklar var. Nefesim içimde sıkışmış, sesim boğazımda düğümlenmiş kaldığım için sustuğum, sonra evde tek başıma tekrar tekrar keşke “Şunları söyleseydim” diye hayıflanana Nazan her sabah aynada duruyordu. Sahnedeki oyuncu Nazan bu konuda daha özgürdü, ancak sahnede bile nefesimi, sesimi daha güçlü kullanmaya ihtiyacım vardı. Şarkı söylemeye bayılıyorum. Sahnede birçok oyunda söyleme şansım oldu. Gel gör ki gerçek hayatta söylemek konusunda hala çekingenim. Sesin ne güzel deseler de nafîle. Hala su gibi şarkı söyleyen birini duyunca gıpta ediyorum. Eğitim sürecimde ses-konuşma derslerim zaten Linklater temelliydi. Her gün düzenli çalıştığımı eklemeliyim. Uzun yıllar gerek bireysel hazırlığımda, gerek derslerde kullanmaya devam ettim. Feldenkrais eğitimime başladığımda zamanla sesimin, nefesimin nasıl değiştiğini gözlemiştim. Sınıf arkadaşlarımda, grup derslerime katılanlarda da benzer etkileri görüyordum. Yine beni en çok etkileyen yöntemlerden biri T. Terzopoulos'un Oyunculuk Yöntemi oldu. Oyuncunun bütünsel hazırlığına odaklı birçok egzersiz barındıran bir yöntem. Hem oyuncunun hazırlığına hem oyunculığa bakışımı değiştirdi. Belki klasik olacak ama yaralı şifacı derler ya, işte yıllarca kendi derdim olan şeylere çare ararken bu atölye belirlemeye başladı. Yukarıda bahsettiklerimin sadece bana has olmadığını biliyorum, başkalarına Kendi Sesini Bulma yolculuğunda eşlik ederken kendime ve sesime de yaklaşıyorum. Birlikte araştırıyor ve öğreniyoruz.

Kendi Sesini Bul atölyesi nedir?

Kendi Sesini Bul yukarıda sözünü ettiğim arayışın ve beden-nefes-ses odaklı çalışmalarının şekil almış, derinleştirilmiş hali. Bir anlamda kendi özgün sesimi bulma yolculuğum. Pandemi döneminde tasarlayıp, üstüne çalıştığım bir atölye. Önce kapalı gruplarla ve özel derslerle uygulamaya başladım. Ardından atölye halinde paylaşmaya niyet ettim.

Atölyeyi oluştururken hangi yolu izlediniz, hangi ihtiyaçlardan yola çıktınız ve atölyenin amacı nedir?

İçeriği oluştururken bolca soru sordum. “Kendi bilgi, deneyim ve yeteneklerimi harmanlayarak özgün neler yapabilirim?” sorusu rehberim oldu. Sorular sormaya devam ederek atölyemi ve kapsamını belirledim. Çevremde gözlemlediğim, duyduğum ihtiyaçlar buna katkı sağladı. Ses ve konuşma kullanımı, bulunduğum her ortamda kişisel ve elbette mesleki olarak dikkatimi çekiyor. Sesini dışarı çıkarmak yerine içine konuşan, bedenini kastığı için nefesini sesini kilitleyen, kısa süre içinde ses yorgunluğu yaşayan, kısılma sorunu kronikleşmiş, duruşu bedeni kapalı ya da gergin, konuşma araçlarını tam ve etkin kullanmayan, bir perdenin, maskenin ardından iletişim kurmaya çabalayan birçok insan olduğunu gözlemliyorum. Tabii bu meselenin görünür kısmı. Kendimizi nasıl ifade ettiğimiz ya da edemediğimizin, suskunluğumuzun, deyim yerindeyse bir şeyleri içimize atmamızın ya da sürekli bağıarak konuşmamızın, bedendeki gerilimin kaynağının kim olduğumuzla, geçmişimiz ve bu günümüzle ilgisi var. Bahsettiğim gibi buna ben de dahilim. Kendimi daha duyulur, görülür, anlaşılır kılmak, açık ve etkin ifade etme ihtiyacım atölye ile karşılanmaya, dönüşmeye devam ediyor.

Kendi sesini bul atölyesinin iki modülü var sanırım. Bu iki modülün arasındaki fark nedir neden iki modül olarak ayırdınız?

Evet, iki modüle ayırmayı tercih ettim. Bu tür çalışmalar çok kapsamlı. Bu nedenle kişinin deneyim yoluyla, bireysel çabayla derinleşmesi gerekiyor. Kendi sesimizi keşfetmek yolun başlangıcı. Sesimizin bize ait olması ve gelişmesi için zamana, düzenli pratiğe ihtiyacımız var. Beden ve nefes organik bir şekilde sağlık kazanmadan, bu ilişkisini öğrenip gelişmeden sağlıklı ses ve konuşma olmasını bekleyemeyiz. Bu yüzden atölyeyi modüllere ayırmayı uygun buldum. Her modül oldukça yoğun ve kapsamlı. Hazmetmek için zaman gerekiyor. Modüller halinde olması katılımcıya kendi zamanında, istediği modülden başlama şansı da sunuyor. İlk modül katılımcının beden-nefes-ses ilişkisini fark etmesi, sesini zorlamadan sağlıklı olarak kullanmayı öğrenmesi üzerine odaklanıyor. İkinci modüldeyse ses ve konuşma ilişkisinin güçlendirilmesi, konuşma ve artikülasyon araçlarının sağlıklı kullanımı üzerine birebir çalışma yapıyoruz. Atölyedeki en güçlü aracım Feldenkrais Yöntemi. Yöntem benim karşılaştığım en etkili ve en hızlı yanıt veren sistem. Birçok farklı Feldenkrais dersiyle keşif ve öğrenme sürecini başlatıyorum. Bunun üstüne teknik bilgi ve egzersizleri inşa etmek hem çok kolay oluyor, hem de iki gün gibi kısa bir sürede fark edilir bir değişim ve ilerleme gerçekleşiyor. Her iki modülde de Feldenkrais Hareket Yolunda Farkındalık derslerinden harmanlanan, Linklater, Terzopoulos, Yoga ve Chi gong gibi farklı yöntem ve disiplinlerin prensipleriyle zenginleştirilmiş, bölümlere ayrılmış ısınma setleri paylaşıyorum. Herkes istediği biçimde bu parçaları ihtiyacına göre birleştirebilir, yer değiştirebilir,

parçalarla tıpkı legolar gibi oynayabilir. Kendi özgün sesinden, kendi özgün versiyonunu oluşturarak günlük hayatına katabilir. Elbette öğrenme keyifli bir şey olmalı. Atölyede eğlenceli grup çalışmalarıyla öğrenmenin pekişmesini ve sinir sisteminin hazmetmesini sağlamayı hedefledim.

Atölyeye kimler katılabilir?

Bu atölye kendi sesini bulmak, sesini, sözünü geliştirmek, sağlıklı kullanmak, ifade etmek isteyen herkese açık... Gündelik hayatta çok ve uzun konuşmak zorunda kalanlar, oyunculuk, opera, şan, sunuculuk ve benzeri mesleklere adım atmak isteyenlerden daha kaliteli, temiz, sağlıklı bir ses kullanımını öğrenmek isteyen herkes gelebilir. Sesimizi kaliteli ve rahat kullanmanın, anlaşılır konuşmanın hepimizin ihtiyacı olduğunu düşünüyorum. Bu yüzden profesyonel olarak bu alanlarda çalışanlar kadar, gündelik hayatında gelişmek isteyen herkesin rahatlıkla kavrayıp hayatına katabilmesini önemsiyorum. İçeriği oluştururken bu açıdan sade, anlaşılır ve etkin olmasını hedefledim. Buradaki en büyük desteğimi ve aracım ise Feldenkrais Yöntemi'nin herkes için öğrenmeyi kolaylaştıran yapısı ve gücü oldu.

Kendi sesini bul atölyesinin günlük hayatta nasıl bir rolü vardır?

Bu sorunun cevabı içinde saklı, kendi sesimizi bulmak ile hayatın içinde kendimiz olmak arasında doğrudan bir bağ olduğunu düşünüyorum. Hepimiz kendi sesimizle söylemek, hayata özgün yorumumuzu katmak istiyoruz. “Hayatın başlangıcı nefes'tir. İletişimin başlangıcı ise ses... Her ikisi de Beden ile var olur. Bu parçaların sağlıklı işleyişi, bizim bu bedende daha mevcut hissetmemize ve bir iyilik hali yaşamamıza neden oluyor. Ses söze dönüşürken mevcut araçlarımızın sağlıklı kullanımını ve aradaki ilişkiyi keşfetmek ise bir sonraki adım. Beden-nefes-ses ve sözün birlikte çalışmaya başlamasını sağlamak, organik bütünlüklerimizi geliştirmek için yeni yollara, araçlara ihtiyacımız var. Bu bütünsel ilişkinin keşfedilmesi ve parçaların birlikte nasıl işlediğinin öğrenilmesi herkes için daha kaliteli bir yaşam anlamına geliyor. Şimdiye kadar aldığım geri dönüşler, atölyenin bu açıdan güçlü bir araç olduğunu doğruladı. Açıkçası bunlara tanık olmak

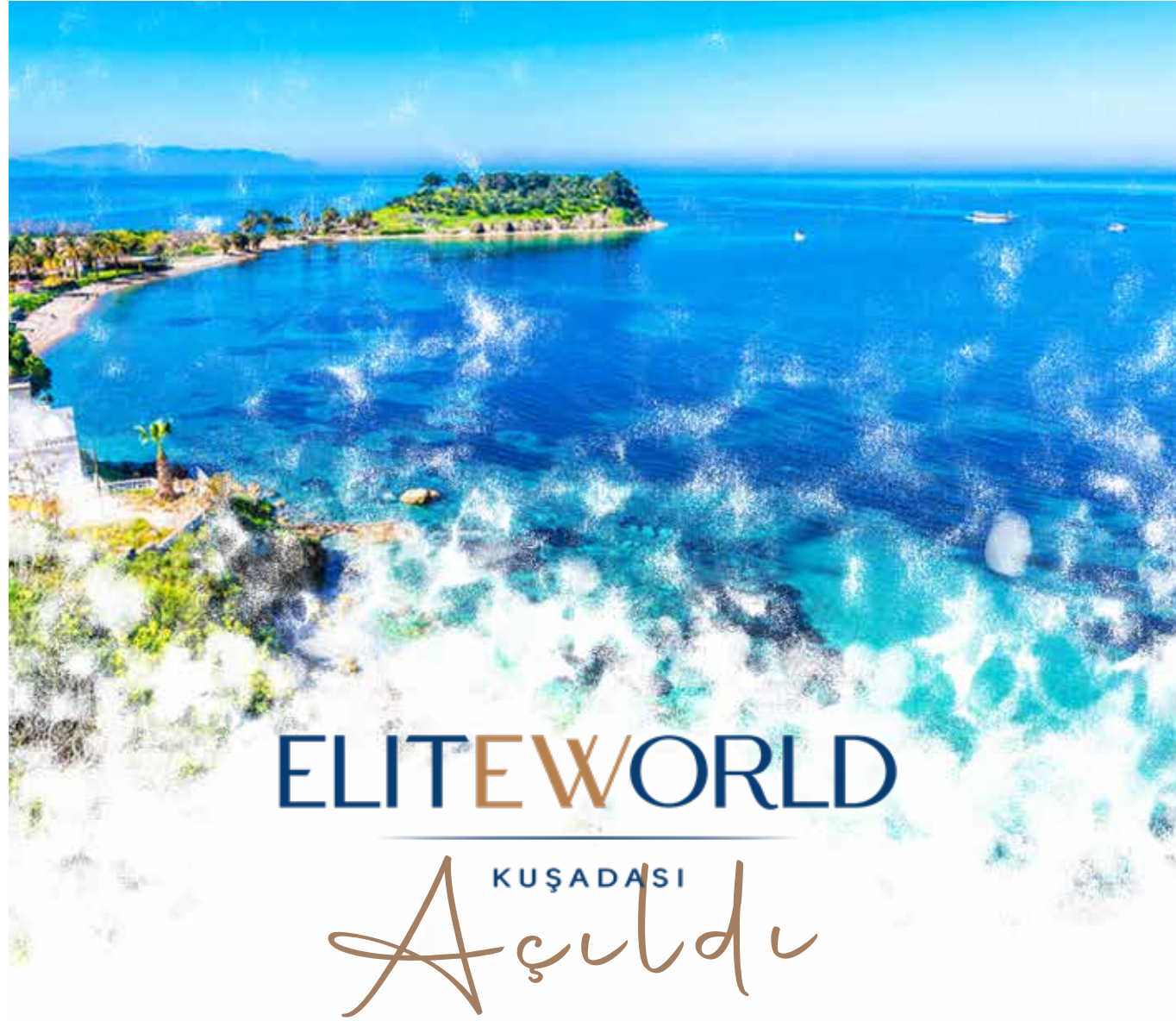
beni çok mutlu ediyor. Sesimin ulaştığını ve başkalarının hayatlarına katkı sağladığını görmek kendi hayatımda da olumlu bir rol oynuyor.

En yakın atölye tarihi ne zaman?

Oldukça yoğun bir dönem geçirdim. Bu yüzden yaz döneminde çalışmalarımı azaltmaya ve dinlenmeye karar verdim. En yakın atölyeyi Eylül ayının sonlarında ya da Ekim ayında yapmayı planlıyorum. Atölyelerimden ve diğer çalışmalarımın haberdar olmak için Instagramdan beni takip edebilirler. @nazanyerli ve @feldenkraiseskisehir kişisel hesaplarım. Ayrıca @denizerdemstudio ve @feldenkraisturkiye hesaplarından mutlaka duyuru yapıyoruz.

"Birine görüldüğünü duyulduğunu ve anlaşıldığını hissettirmek onu sevmenin en yüksek sesli yoludur."

Wild Faith



Elite World Hotels & Resort, Türkiye'deki zincir otellerinin 12'inci halkası olan Elite World Kuşadası'nı kentte hizmete açtı. Beş yıldızlı turistik tesisin açılışı için düzenlenen törene Başkan Ömer Günel, Galatasaray Başkanı Dursun Özbek, Elite World Hotels & Resort İcra Kurulu Başkanı Vedat Elik, Yönetim Kurulu Üyeleri Emel Elik Bezaroğlu ve Sedat Elik, belediye meclis üyeleri ve çok sayıda turizmci katıldı. Elite World Kuşadası'nın açılış töreninde konuşan Başkan Ömer Günel, "Türkiye'nin turizmdeki amiral gemisi olan Kuşadası'nın zincir otellerden birine ev sahipliği yapacak olması beni çok mutlu etti. Çünkü Kuşadası, geçen zaman içerisinde turizmi çok iyi yönetemediği için gerilere gitti. Biz göreve geldikten sonra ekip arkadaşlarımızla birlikte Kuşadası'nı eski potansiyeline kavuşturmak için var gücümüzle çalıştık. Pandemi dönemini fırsata çevirerek Kuşadası'nın tüm çehresini değiştirdik. Pandemi bittiğinde de misafirlerimizi yeni yüzümüzle karşıladık. Kuşadası'na 5 zincir otel daha geliyor. Bu anlamda Kuşadası 50 bin nitelikli yatak kapasitesiyle pandemi sonrası Türkiye'de turizmin

parlayan yıldızı olmaya devam edecek. Biz Kuşadası Belediyesi olarak kentimize yatırım yapmaya, hizmet etmeye ve yatırımcının önünü açmaya devam edeceğiz. Elite World Kuşadası çok güzel bir otel olmuş. Emeği geçen herkese teşekkür ediyorum" diye konuştu.



YENİ CİLT BAKIM RUTİNİNİZLE TANIŞIN

CİLT BAKIMINDA İKONİKLEŞEN GÜL MAYASI, YEPYENİ FORMÜLLERLE BİRLEŞEREK ETKİN BİR CİLT BAKIM SERİSİNE DÖNÜŞTÜ.

Cilt bakımında doğal ve etkili çözümler sunan Harrem, yeni Rose Serisi ile güzellik dünyasına yenilikçi bir adım atıyor. Gül Mayasını cilt bakım dünyasına kazandıran Harrem, bu kez Rosa Damascena çiçeği, glikolik asit, salisilik asit ve arbutin içeren özel formülüyle geliştirdiği Rose Serisi ile dikkat çekiyor.

Harrem Rose, cildinizin ihtiyaç duyduğu tüm bakımı tek bir seride topluyor. Doğal ve etkin bileşenlerle formüle edilen bu seri, günlük cilt bakım rutininizi tamamlayarak, cildinizin daha sağlıklı, parlak ve canlı görünmesine yardımcı oluyor. Başta ikonikleşen Gül Mayası olmak üzere Glikolik Asit, Salisilik Asit, Arbutin içeren Harrem Rose Serisi, ısıtılı bir cilt için eşsiz bir cilt bakım deneyimi sunuyor. Harrem Rose Serisi'nin içeriğindeki AHA, cildin üst tabakasındaki ölü hücreleri nazikçe temizleyerek cildin yenilenmesine yardımcı oluyor. Bu sayede daha taze ve parlak bir cilt görünümü sağlıyor. BHA ise gözenekleri derinlemesine temizleyerek ciltteki yağ dengesini düzenliyor. Sivilce oluşumunu önlemeye yardımcı oluyor. Glikolik asit, cildin tonunu eşitlemeye ve cildin daha aydınlık görünmesine katkıda bulunuyor. Aynı zamanda hafif bir peeling etkisiyle cildi yeniliyor. Arbutin, cilt tonunu açmaya ve lekelerin görünümünü azaltmaya yardımcı olurken, aydınlık ve homojen bir cilt tonu sağlıyor. Gül Mayası ise cildi sakinleştiriyor, nemlendiriyor ve iritasyonu azaltıyor. Aynı zamanda ferahlatıcı bir etki sunuyor.

Harrem Rose Serisi ile 5 Adımda Sağlıklı ve ıslıtlı Bir Cilde Kavuşun

Harrem Rose Makyaj Temizleme Suyu, cildi nazikçe ve derinlemesine temizlerken aynı zamanda ihtiyaç duyduğu bakımı da sağlıyor. Cilt tonunu eşitleyerek, lekeler ve pigmentasyon sorunlarına etkili bir çözüm sunuyor. Tüm cilt tipleri için uygun olan temizleme suyu, canlandırıcı ve tazeleyici bir etki sağlıyor. **Satış fiyatı:** 295 TL

Serideki Harrem Rose Hassas Yüz Yıkama Jeli, cilt için nazik, derin ve özenli bir temizlik sunuyor. Hassas ciltler için ideal bir bileşen olan gül özleri,

cildi yatıştırıyor ve nemlendiriyor. Glikolik Asit ise cilt yüzeyindeki ölü deri hücrelerini nazikçe temizliyor, cildin yenilenmesine ve daha parlak bir görünüm kazanmasına yardımcı oluyor. **Satış fiyatı:** 369,90 TL

Harrem Rose Tonik, cilt yüzeyindeki ölü hücreleri nazikçe temizliyor ve gözenekleri derinlemesine arındırıyor. Cilt bariyerini güçlendiren ve yenileyen özel formül, cildi sakinleştirici ve ferahlatıcı etkisiyle daha aydınlık bir görünüm sunuyor. **Satış fiyatı:** 389,90 TL

Harrem Rose Leke Karşıtı Serum, ciltteki lekelerle mücadele eden özel bir formülasyona sahiptir. AHA-BHA, Niacinimide, Alfa-Arbutin ve Mikrokapsül içeriğiyle zenginleştirilmiş olan bu serum, ciltteki lekelerin görünümünü azaltmaya ve cildin daha aydınlık, eşit tonlu ve genç görünmesine yardımcı oluyor. **Satış fiyatı:** 329 TL

30 SPF Harrem Rose Leke Karşıtı Pembe Günlük Nemlendirici, güneş koruyucu ve leke karşıtı özelliklerinin yanı sıra içeriğindeki kimyasal barındırmayan ve doğal ısıltı veren pigmentlerle cildi nemlendirerek doğal parlaklığını artırıyor. Hyalüronik asit, Algin ve Alfa-Arbutin içeriğiyle zenginleştirilen formül, cildin nem dengesini koruyor ve lekelerin görünümünü azaltmaya yardımcı oluyor. **Satış fiyatı:** 419,90 TL



Çocukluk Dönemi Bize Çok Şey İfade Eder

Geçenlerde Demet Akbağ katıldığı bir YouTube kanalında benim kendinden daha büyük bir düşmanım yok diye bir açıklama yaptı esasen bunu o kadar komik bir vücut dili ve o kadar tatlı bir ifadeyle söyledi ki izleyen herkesin yüzünde bir tebessüm oluşturmıştır. Onun akabinde ise babaannesinin otoritesinden onların ne yapip etmeyeceğini verdiği kararlardan onların hayatını yönetme biçiminde aileye etkisinden bahsetmişti. Hatta oyuncu olmasına sebep olan şeyin babaannesi olduğunu da söyledi. Tabii ki Demet Akbağ'ın anlattığı ve sadece benim duyduğum kadarıyla hayatını yorumlamam gerçekçi olmaz ama bu söz bende başka bir çağrışım yaptı.

Çocukluk dönemi bize çok şey ifade eder. Ufak bir çocukken kendimizi ifade etme şeklimiz, ifade edince aldığımız tepkiler, ağlayınca aldığımız tepkiler, kendimizi anlatmak istediğimiz de bulduğumuz ya da bulamadığımız alan, başkalarıyla öncelenme halimiz ya da başkalarının bizden öncelenme hali, varlığımızın kabul edilmesi ya da varlığımızın kabulü için bazı şartlar gerekmesi bizim yaşamımızı oluşturan en temel etkenlerdir.

Bize bakım veren kimseler, ebeveynlerimiz, aile büyüklerimiz için de eğer aşırı otoriter, her konuda fikri ve yargıları olan o fikirlerin doğruluğunu dikte eden empoze etmek için bazı kurallar koyan sizin kendi yaşamınızda alakalı söz hakkınızı size vermeyen anne babanızın yaşamı ile alakalı söz hakkı da onlara teslim etmeyen, alınacak verilecek yapılacak gidilecek ya da gidilmeyecek yerlere karar veren bunların birini ya da birkaçını yapan bir yetişkin ile büyüdü iseniz; siz her zaman başkalarını önceleyen birisine dönüşürsünüz.

Kafanızda her durumda yapılması ya da yapılmaması gereken şeylerin listesi oluşmuştur artık. Henüz tecrübe etmediğiniz olaylar hakkındaki fikriniz oluşmuştur. Bu aslında yaşamadan tecrübe sahibi olmak için çok güzel bir fırsata dönüştürülebilir de. Çünkü henüz size bir tavır konulmamışken henüz size bir fikir beyan edilmemişken henüz siz o ilişki içinde yaralanmamışken o ilişkiye dair bir fikriniz, o tavra dair bir fikriniz o inanışa dair bir fikriniz olmuştur.

Dolayısıyla bu durumu sizi biraz daha büyüdünüz yaşlarda arkadaşlarınızla aranızda daha fikrine danışılabilen daha olgun daha fikir sahibi biri yaptığı için bu durum sizin hoşunuza gitmeye de başlar. Ya da bir şekilde gurur okşar. Dolayısıyla bu yargıları, etkileşimi ve fikri sürdürmeye devam edersiniz farkında olmadan.

Ancak ikili ilişkiler yaşamaya başladığını zaman yakın arkadaşlıklar kurup sırlarınızı paylaşmaya başladığını zaman ergenlik ve sonrasında romantik ilişkiler kurmaya başladığını zaman bu ilişkiler içinde yaşadığınız SORUNLAR da sizin hep kendinizden fedakarlık ettiğiniz karşı taraf tarafından aslında kafanızdaki yargıların hiç birisinin oluşmadı bambaşka şeylerin olduğu bir realite ile karşı karşıya kalırsınız.

Ve içimizden hani ben biliyordum bir şeyleri ben demekki hiçbir şey bilmiyor muyum kaygısı yaşamaya başlarsınız. Bu sizin kendinize olan güveninizi sarsmaya sebep olur çünkü artık içimizde oluşturduğunuz kuvvetli içses size sürekli ne yapip etmeyeceğinizi söyler.

Bu içses o kadar yargılı, kaygılı, endişeli, koruyucu ama bir o kadarda cezalandırıcıdır ki sizi sürekli eleştirir. Hiçbir yaptığınızı tam anlamıyla beğenmez her yaptığının daha iyisi olması için yapıcıymış gibi gözüken eleştiriler yapar.

Sizi sizi koruduğunu sandığınız belli bir yaşa kadar hayatınızı devam etmenizi kolaylaştıran yaşamda sizi arkadaşlarınıza nispeten daha tecrübeli gibi gösteren böylelikle iyice de sesi kuvvetlenen o iç ses artık sizin en büyük cezalandırıcınıza dönüşmüş olur.

Artık sizin herhangi birisini size bağırıp çağırmasına, sizi yargılamasına size kızıp aşağılamasına, cezalandırmasına suçlamasına ihtiyacınız kalmaz. Çünkü bunu artık kendiniz için siz yapıyor olursunuz. Bunu size yaptırır. Demet akbağ'ın muhteşem farkındalıklı ama aynı zamanda eğlenceli ifadesiyle benim kendimden daha büyük bir düşmanım yok serzenişi sizin belki bu kadar kolay ifade edemeyeceğiniz, belki bir çoğunuzun fark edemeyeceği fark etseniz bile sonunda değişimin mümkün olamayacağını inandığınız bir forma dönüştürür.

Çünkü bu içses dışardan gelmediği için bir saldırı ya da tehlike çanlarını çalmadan gelir. Bir düşman alarmı olmadığı için; sizin içinizden geldiği için; siz çoğunlukla bu sesi olması gereken olarak koşulsuz kabul edersiniz. Sorunun tam merkezi de bu sesi olduğu gibi kabul etmek ile başlıyor ve aslında.

Yani o kadar sizinle beraberdir ki büyüdünüz zaman boyunca içinizden o kadar çok konuşur ki siz bu konuşan sesin sizin için yararlı mı yararsız mı olduğunu ayırt edecek filtreyi artık ortadan kaldırmışsınızdır.



Üstüne üstlük bu filtreyi yumuşatmanın bu filtreyi şefkatli bir hale dönüştürmenin bu sesi birazcık daha kısmının ya da dönüştürmenin mümkün olabileceği düşüncesi aklının ucuna bile gelmez.

Yargılanarak büyüyen çocuklar kendini yargılamayı öğrendikleri için bu yargıları zaten normal kabul edenler. Kendi öz evinde yargılanmış bir çocuk dışarıdaki bütün insanlar tarafından zaten yargılanacağını inanarak büyüdüğü için, bu onun için yadırganacak bir tavra da dönüşmez. Yani ona en yakın olan anne baba bakım veren kimsesi bile onu koşulsuz olarak kabul edemiyor ise; elbette partneri, çok yakın arkadaşı, patronunu, sevgilisi ya da partnerinin ailesi onu tabii ki olduğu gibi kabul edemeyecektir ona göre.

Olduğu gibi kabul edilemeyeceği fikrini baştan kabul etmiş birisi kabul görme ihtiyacı ile kendini kabul ettirmek için bir şeyler yapma zorunluluğunu hisseder kendinde.

Bir başkasının sevdiği yemeği yapmak, başka birinin istediği yere gitmek, onun gibi konuşmak, filan gibi giyinmek, filan gibi oturmak, şu muhitte oturmak, şu arabaya binmek gibi eylemler insanın bir gruba, familyaya, ortama aidiyet geliştirmesi için yapmasını zorunlu olduğunu zanneder.

Sürekli fedakarlık yapan sürekli kendini arka plana atan saçını süpürge eden en anlayışlı en yardımsever en sır tutan en çok dinleyen en çok misafir ağırlayan ailesinin adeta anne babası olan tüm sorumluluğu üstlenen vs. Kişisi artık sensindir.

Bir de bunca şey olurken etrafındaki insanların senin içindeki bu çatışmadan senin iç dünyanda ki bu bilgilerden haberi olmadığı için, böyle bir beklentisi olmayabilir de. Yani sen kendi kendine böyle bir fedakarlık durumunu yaşarken zaten karşındaki bunu zaten hiç beklemiyor da olabilir. Dolayısıyla yaptığın şey ona fazla geliyor da olabilir. Bu fazla gelişin arkasından ya bu kadarına da ne gerek var söylemi seni yıkıp geçirebilir; ama aynı zamanda senin tavrın onun tarafından asla anlaşılmayabilir.

Dolayısıyla önce yapılması gereken şey iç sesimizi fark etmek. Bu iç sesimizi bize hangi üslupla konuştuğunu fark edebilmek. Bütün derslerimde öğrencilerime söylediğim en önemli bir şey, farkındalık dönüşümün belki yüzde doksanbeşlik bir kısmı olduğunu düşündüğümdür. Çünkü, sen yaşamında nelerin olup bittiğini fark ettiğin an bilinçaltında ki bazı kodlamalar zaten dönüşecek ve senin yaşamın zaten farklı bir yere doğru evrilmiş olacak. Bir de neyi neden yaptığını biliyorsan eğer o durumu ortadan kaldıracılabilecek kabiliyeti araştırmayı okumayı danışmayı yapabilecek forma dönüşürsün.

Bunu da hep şöyle örneklerim eğer gözün ağrıyorsa ama sen gözünün ağrıdığının farkında değilsen kardiyoğa gidebilirsin. Bir kemiğin kırıldıysa göz doktoruna gidebilirsin. Kulak ağrının ile çocuk doktoruna gidebilirsin. Ama iyileşemezsin! Çünkü önce nerenin nasıl ağrıdığını tespit etmen gerekir. Yetişkinler bunu kendi kendine tespit Edip sonra doktora giderler ve doktor eğer kendi uzmanlık alanında değilse başka bir birimin doktor ile birlikte muayene Edip iyileştirmek için çalışırlar. Yani her şeyden önemlisi farkındalık ve tespittir eğer sen bir yerin ağrıdığının acıdığının ya da yaralandığının farkına hiçbir zaman varmazsan hiçbir zaman doktora da gitmezsin ve tabii ki bir tedavi görmemiş her yara gibi asla ve kata iyileşemezsin.

O yüzden içimdeki sesin seninle hangi üslupla ve ne şekilde konuştuğunu fark etmekte başlayabilirsin. O iç sesin gerçekten senin kalbinden gelen yumuşacık koruyucu ya da kuralcı mı; yoksa cezalandırıcı kızan inciten sürekli yargılayan aşağılayan bir sesim olduğunu fark ettikten sonra o iç sesi dönüştürmek için çalışmaya başlayabilirsin.

Şimdiye kadar kendine nasıl bir ilişki kurduğunu bilmiyorum içindeki iç sesini seninle ne kadar kızan yargılayan cezalandıran ya da ne kadar şefkatli anlayışlı kabul edici olduğunu bilmiyorum ama her ne olursa olsun kabul eden şefkatli anlayışlı sevgi dolu olabileceğini biliyorum.

Bir kerede değil, belki biraz yavaş belki kaplumbağa adımları ile ama oluyor ve yol alınıyor. Yeterki sen kendine şevkat temelli bir ilişki kurmaya niyet et yeterki sen kendine anlayışını bolca vermeye niyet et.

Kendinle konuştuğun sesin dönüştükten sonra ise, hayatının başka bir evresine doğru yol almış olacaksın, bana güven. Herkesin kendi ile sevgi dolu ilişki kurduğu günler dilerim.

Elif ZORCAN - Yazar

 elifzorcan

Ateşli Pantolonlar ve Transparan Elbiseler: Duygusallık Ön Planda

Renkler: Pastel, Canlı ve Klasik Siyah

Düz Ayakkabılar: Konfor ve Stil

2000'li yılların modasının yeniden doğuşundan, düz ayakkabılara, sıcak pantolonların ve transparan elbiselerin duygusallığına kadar bu sezon kaçırılmayacak birçok parça sunuyor.Yarım çoraplardan jöle ayakkabılara, takılarla dolu çantalardan gösterişli veya sportif gardıroblara kadar eneni dolu bir yaz sizi bekliyor

KÜBRA ÇİÇEK, FASHION DESIGNER

END

İlkbahar/Yaz Trendleri MODA 2024

New York, Londra, Milano ve Paris'teki moda haftaları sona erdiğinde sıra podyumlarda gördüğümüz ve önümüzdeki sezonlarda koleksiyonlarla gardiroplarımızda yer alacak 2024 mağazada veya dijital vitrinlerde bulacağımız ilkbahar-yaz moda trendlerini değerlendirmeye geldi.

Makro bir vizyonda, hazır giyim ile haute couture arasındaki sınırın gittikçe incelendiği, hatta bazı durumlarda hiç olmadığına dikkat çekiyoruz: Valentino defilesi elle gerçekleştirilen terziliği kutluyor ancak bu fırsatı kaçırmıyor. çağdaşlığı denim aracılığıyla ifade edin. Temel modeller bile giderek daha sofistike hale gelen ve ayrıntılı olarak analiz edilmesi gereken yeni formler alıyor: Guccide gördüğünüz şey sadece bir sweatshirt, sadece bir mini elbise ya da sadece bir çift mokasen değil, çünkü kesimlere gösterilen özen ve kumaşın kalitesi Malzeme, çağdaş lüksün yeni konseptini özetliyor. Fikir, lüks bir kapsül gardirop versiyonu yaratmaktadır. 2000'li yılların modası güçlü bir şekilde ön plana çıkıyor ve beraberinde tazelik ve nostalji soluğu getiriyor. Düşük belli pantolonlar, kısa üstler ve göz alıcı aksesuarlar bu yenden doğuşun kahramanları arasında yer alıyor. Stilistler bu unsurları modern bir dokunuşla yeniden yorumlayarak yenilikten ödün vermeden geçmişin kutlayan kıyafetler yaratıyor.

Düz Ayakkabılar: Konfor ve Stil

İlkbahar/Yaz 2024 moda sahnesine düz ayakkabılar hakim. Dans dünyasından ilham alan zarif, kıvrımlı hatlara sahip balerinler ve cesur şehirli kayak ayakkabıları, tarzdan ödün vermeden rahatlığa odaklanan bir trendin iki uç noktasını temsil ediyor. Düz ayakkabılar şıklığı ve pratikliğiyle sıcak günlere karşı mükemmel bir seçimdir.



Simone Rocha Klasik Pileli Bantlı Balerin Babet



Dolce&Gabbana Babet 1.950 €

Ateşli Pantolonlar ve Transparan Elbiseler: Duygusal Ön Planda

Sıcak pantolonlar ve transparan elbiseler, duygusalıyı ifade etmek isteyenler için anahtar parçalar. Çok kısa ve cesur sıcak pantolonlar kıskırtıcı yaz görünümünü yaratmak için idealdir; şeffaf elbiseler ise transparanlarla oynayarak büyüleyici bir transparan etki yaratır. Genellikle hafif ceketler veya trençkotlarla kombinlenen bu giysiler, zarafet ve cesurluk arasında ilginç bir kontrast yaratıyor.

Preppy tarzı ve Total Denim

Amerikan kolej üniformalarından ilham alan şık stil, sezonun en güçlü trendlerinden biri olarak kendini kanıtıyor. Pileli etekler, V yakalı kazaklar ve dokulu blazerler bu görünümün temel parçalarıdır. Aynı zamanda, çanta ve ayakkabı gibi aksesuarlar da dahil olmak üzere tamamen kot pantolondan oluşan kıyafetlerle total denim yeniden moda oldu. Denim, birçok stile uyum sağlayabilen, çok yönlü ve zamansız bir kumaş olduğunu bir kez daha kanıtıyor.

Aksesuarlar: Tartışmasız kahramanlar

İlkbahar/Yaz 2024 aksesuarları isyanın sembolü gerdanlıklardan yenilikçi şekillere sahip çantalara kadar çeşitlilik gösteriyor. Şehirli bir tarza sahip mini ve maxi çanta ve sırt çantaları, benzersiz detaylar ve değerli malzemelerle zenginleşiyor. Özellikle gerdanlıklar, çağdaş stille harmanlanan punk ve asi estetiği çağrıştırarak yeniden moda oldu.

Renkler: Pastel, Canlı ve Klasik Siyah

Sezonun renk paletinde tazelik ve hafiflik hissi veren pastel tonlar hakim. Ancak vermeyi sevenler için mükemmel olan daha parlak ve daha cesur renk konusunda hiçbir sıkıntı yok. Zarif ve zamansız siyah, renk yelpazesini tamamlayarak yaz akşamları için sofistike çözümler sunuyor. İlkbahar/Yaz 2024 modası, nostaljik unsurları modern yeniliklerle birleştirerek çok yönlü ve ilgi çekici görünüm yaratma becerisiyle öne çıkıyor. Her detayın kişiliğinizi ve tarzınızı öne çıkaracak şekilde tasarlandığı, moda dolu bir sezona hazır olun.

Stine Goya Edel Üst- €163.43



Jacquemus Le Chiquito Çanta \$590
Self-Portrait 450 €

2024'ün iddialı görünümünü yeni bir arketip aracıyla geliştiriyor, artık mutlaka parlak ve kusursuz değil, sokak stili kıyafetlerin zaten baş kahramanı olan bu-ruşuk kıyafet imajına yaklaşıyor: Miu Miu'nun özgür ve sahte dikkatsiz modası, Fendi'nin omuzlarına sarılmış ve dağınık bir şekilde düğümlediği kazaklar, bunlar The Row'un ve Prada'nın isimsiz otel terlikleri göze çarpıyor. Dış giyim 2024 ilkbahar-yaz trendlerinde onurlu bir yere sahip çünkü ikonik imaja sahip: Saint Laurent by Anthony Vaccarello'nun reddettiği Sahnede ceketini Burberry'nin trençkot elbisesini ve Erdem'in özel dikim kapitone ceketlerini düşünün. Blazer da podyumlara geri dönüyor ancak artık bol değil ve erkeksi bir ruh hali ile tasarımcılar, ince ve özel bir çizgiyle karakterize edilen Tom Ford'un estetiğini hatırlatıyor. Duygusal ön planda, transparanlar, danteller, slip elbiseler (artık her sezon tam zamanında bulduğumuz ancak yeni trendlerde ifade edilen çağdaş kadın gardiropunun temel taşı) ve iç çamaşır ve korse dünyasından ödünç alınan giysiler (Dolce & Gabbana ve Karoline Vitto) aracılığıyla anlatılmaya devam ediyor.



Lady Diana en ikonik görünümünden birinde: beyzbol şapkası, sweatshirt, kot pantolon ve kovboy çizimleri.

Yaz tatili hayallerinin, havadar, kaygısız kıyafetlerin yeniden gerçeğe dönüşebileceği bir dönem. Dökümlü pantolonlarımız ve keten takımlarımız ortaya çıkıyor, kıyafet kombinlerimiz çoğalıyor ve en son yaz trendlerini yakalarsak gardiroplarımız yeniden canlanabilir.

Ultra kadınsı, akıcı ayrıntılar bu sezonun birçok silüetinin temelini oluşturuyor. Buci'nin ilkbahar/yaz koleksiyonundaki 90'lardan ilham alan ipeksi ayraçlar ve ince babetlerden, Cecilie Bahnsen ve Christian Siriano gibi uzun, askılı fiyongu vurgularına kadar, bale müziği trendi Sevimli Bir Yazın cıvıltı estetiğiyle buluşuyor. Bu sezon, marul kenarlar, zar zor sandaletler ve ince büstiyer tasarımları da dahil olmak üzere çok daha zarif kıyafetler görmeyi bekliyoruz.

Bottega Veneta'nın sıra dışı rafya ponponlu elbisesi en giyilebilir elbise olmasa da bu ileri doku trendi bu yaz pek çok farklı formda görülecek. Düşünün: tüm yaz boyunca plaj havasını yansıtacak çantalar, topuklu ayakkabılar ve gösterişli püskül detayları. Kesinlikle artık Kansas'ta değiliz.

Güneş dışında, omuzlar dışında. Tüp elbiseler, tek omuzlu üstler ve Bardot tarzı yakalar Stella McCartney, Brandon Maxwell, Tory Burch ve daha birçok markanın ilkbahar/yaz podyumlarının her yerindeydi. Bu şık, kadınsı ve havadar görünüm, yazlık üstlerinizi ve elbiselerinizi cıvıltı bir şekilde değiştirecek. Bir sonraki düşününüz için günlüğünüzde omuzları açıkta bırakan bir midi elbiseyi veya bir sonraki gecenez için omuzları açık bir bluzu tercih edin.

İçinizdeki çocuğu işlemeli kelebekler ve çiçek şeklindeki aplikler gibi nesne motifleriyle kanallize edin. Kalp şeklinde ilginç bir üst ile her şeyi ortaya koyabilirsiniz, ancak motifler aynı zamanda saç tokası veya kolye ucu gibi küçük ifadeler de olabilir. Gösterişli kelebek üstleri, metalik broşları ve hatta bikini altlarıyla Blumarine'in ilkbahar/yaz podyumunun her yerinde kelebekler vardı. Bu yaz etek mevsimi. Mini eteklerin büyük bir geri dönüş yapması ve kır tarzı midi kıyafetlerin her zamanki kadar çok yönlü olmasıyla birlikte, balon etekler, katmanlı midi etekler ve tenis etekleri de dahil olmak üzere (buna Challengers etkisi diyebilirsiniz) giyebileceğiniz tonlarca stil var. Bu sezon balon eteklere Aknvas ve Staud gibi markalar imza atarken, Louis Vuitton'da katmanlı etekler gösteriş yaptı. Hepsinden iyisi, herhangi bir silüeti basit bir tişörtle şekillendirebilirsiniz ve gitmeye hazır olacaksınız.



Acne Studios 390 €



37,99 €
H&M



La DoubleJ 590 €



Vanessa Bruno Panier çanta \$230

Bottega Veneta Nude Triangle Güneşgözlüğü \$540

Yeni Nesil Teknolojik Çözümler Finans Dünyasını Yeniden Şekillendiriyor

Fintech alanında Türkiye'nin öncü şirketlerinden Paynet, finans dünyasında dönüşüme öncülük eden yeni nesil teknolojik çözümlerle ilgili trendleri paylaştı.

Finansal teknolojilerdeki yenilikler, sektörde köklü değişiklikler yapmaya devam ediyor. Dijital dönüşüm, finansal hizmetleri daha erişilebilir, hızlı ve kullanıcı dostu hale getirirken, aynı zamanda sektördeki rekabeti de artırıyor. Özellikle mobil ödemeler, yapay zeka ve açık bankacılık gibi alanlarda yaşanan gelişmeler, finansal dünyayı yeniden şekillendiriyor. Geleneksel finansal sistemlerin sınırlamaları ve maliyetleri, yeni teknolojik çözümlerle aşılmaya çalışılıyor.

Yeni nesil finansal çözümlerin, geleneksel bankacılık sistemlerinin sınırlarını zorladığını belirten **Paynet Genel Müdürü Onur Ertürk**, “Paynet olarak geleneksel, finansal ürün ve hizmetleri teknoloji ile harmanlayarak dijitalleştirmeye, gelenekselin getirdiği operasyonel maliyetleri azaltmaya ve işletmelere hızlı ve güvenilir servisler sağlamaya devam ediyoruz. Önümüzdeki dönemde de yapay zeka ve veri analitiği merkezli çözümlerimizle karmaşık, finansal dataların anlamlı çıktılarına dönüşmesini sağlayacak, teknolojileri işletmelerle buluşturacağız. Bu sayede işletmelerin karar alma süreçlerini kolaylaştırmayı ve finansal verimliliği artırmayı amaçlıyoruz.” dedi.

Yapay Zeka ve Makine Öğrenimi finansal hizmetlerin kalitesini ve verimliliğini artırıyor

Yapay zeka (AI) ve makine öğrenimi (ML), finans sektöründe geniş bir yelpazede kullanım alanı buluyor ve sektörde



devrim niteliğinde değişiklikler yaratıyor. Risk yönetiminden müşteri hizmetlerine ve yatırım stratejilerine kadar birçok alanda AI ve ML teknolojileri, finansal hizmetlerin kalitesini ve verimliliğini artırıyor. Risk yönetiminde, AI ve ML algoritmaları büyük miktarda veriyi analiz ederek, potansiyel riskleri önceden tespit edebiliyor. Bu, finansal kurumların risklerini daha etkili bir şekilde yönetmelerine ve olası kayıpları minimize etmelerine olanak tanıyor. Örneğin, kredi risk değerlendirmelerinde, bu teknolojiler sayesinde daha doğru ve hızlı analizler yapılabilir.

Müşteri hizmetleri alanında, yapay zeka destekli sohbet uygulamaları ve sanal asistanlar 7/24 hizmet sunarak kullanıcı deneyimini iyileştiriyor. Sanal asistanlar, müşteri sorularını anında yanıtlayarak ve karmaşık sorunları çözerek

müşteri memnuniyetini artırıyor. Ayrıca, doğal dil işleme (NLP) teknolojileri ile donatılmış bu sistemler, müşterilerin ihtiyaçlarını daha iyi anlayarak kişiselleştirilmiş hizmetler sunabiliyor.

Yatırım stratejileri açısından, makine öğrenimi algoritmaları büyük veri kümelerini analiz ederek, piyasa trendlerini ve yatırım fırsatlarını daha doğru bir şekilde tahmin edebiliyor. Bu, yatırımcıların daha isabetli kararlar almasına ve portföylerini optimize etmesine yardımcı oluyor. Ayrıca, robo-danışmanlar sayesinde, bireysel yatırımcılar da düşük maliyetli ve erişilebilir yatırım danışmanlığı hizmetlerine ulaşabiliyor.

Açık bankacılık geleneksel sisteme farklı bir yaklaşım getiriyor

Açık bankacılık, finans sektörüne birçok yenilik getiriyor ve bankaların müşteri verilerini diğer bankalar ve finans kuruluşlarıyla güvenli bir şekilde paylaşmalarına olanak tanıyor. Bu yenilikçi yaklaşım, müşterilere daha kişiselleştirilmiş finansal hizmetler sunma imkanı tanırken, sektördeki rekabeti ve inovasyonu da artırıyor. İşletmeler Açık Bankacılık ile farklı bankalarda bulunan hesaplarının hareketlerini tek bir ekran üzerinden takip edebiliyor, rapor alabiliyor, nakit akışını anlık olarak görebiliyor, ödemeleri ve tahsilatları tek tuşla yapabiliyor. Ticari hesap hareketlerinin yanı sıra POS hareketlerini de yine aynı ekrandan görüntüleyebiliyor. Birden fazla şirkete sahip olan işletmeler hesaplar arasında kolayca geçiş yapabiliyor. Ayrıca farklı banka hesapları arasında para transferi de yapılabilir. Düzenli aralıklarla güncellenen veriler sayesinde hiçbir hareket gözden kaçmıyor ve insan kaynaklı hataların payı en aza iniyor. Açık Bankacılık işletmelerin ekstra efor harcamadan, nakit akışlarını yönetmelerine olanak tanıyarak, operasyonel yükü de azaltıyor.

Dijital cüzdanlar ve mobil ödeme sistemleri ödeme süreçlerini kolaylaştırıyor

Dijital cüzdanlar ve mobil ödeme sistemleri, kullanıcıların nakit kullanmadan ödeme yapmalarını sağlıyor. Mobil ödeme sistemlerinin sunduğu hız ve pratiklik, özellikle günlük hayatın yoğun temposunda büyük avantaj sağlıyor. Kullanıcılar, sadece telefonlarını kullanarak alışveriş yapabiliyor, fatura ödeyebiliyor veya para transferi gerçekleştirebiliyor. Bu sayede, nakit taşıma zorunluluğu ortadan kalkıyor ve işlemler çok daha hızlı bir şekilde tamamlanıyor.

Mobil ödeme sistemleri küresel ölçekte e-ticaretin büyümesine de büyük katkı sağlıyor. Online alışverişlerde, hızlı ve güvenli ödeme imkanı sunan bu sistemler, kullanıcıların internet üzerinden alışveriş yapma oranını artırıyor. Sonuç olarak mobil ödeme sistemleri, finansal teknolojilerin gelişimi ile birlikte hayatımızda önemli bir yer edinmeye devam ediyor. Kullanıcılara sunduğu hız, pratiklik ve güvenlik avantajları ile dijital ödeme çözümleri, geleceğin finansal ekosisteminde merkezi bir rol oynamaya aday görünüyor.

'Farklı Bir Dünya Algısı...'

Her insan farklı ışık yayar!

Bunu çok insan bilmez ama doğru olan şudur ki her insan, içinde bulunduğu topluluklar içinde sürekli bir ışınım yayılımı yapar ve adeta kendisi ile ilgili evrenin sonsuzluğuna bilgi gönderir.

Eğer bu ışınımı görme yetisine sahipseniz, bunu algılayıp yorumlama gücünü elinizde tutabiliyorsanız, gördüğünüz her insan hakkında oldukça kesin ve net bir bilgiye sahip olma şansını elde ediyorsunuz demektir.

Bu bakış kafa gözüyle bir bakıştan öte, daha farklı içsel bir bakış olarak ortaya çıkar. Her insanın kendine has enerji yayılımı vardır, bu enerji alanını okumasını bilen insana onun nasıl bir insan olduğunu net ve açık bir biçimde gösterir.

Buna göre insan bazı insanlara daha yakın, bazı insanlara daha uzak ve mesafeli olur. Bu bir ilimdir ve aynı zamanda da bir bilimdir. Fiziksel bir olaydır, ama aynı zamanda metafiziksel de bir olaydır görünmez, ama görebilen insana görünür göremeyene de görünmez olur.

Bu durumu göremeyen insanlar herkesi aynı zanneder, farklı olduğunu bilemez, hissedemez ama her insan farklıdır aynı anne ve babadan gelen çocuklar bile birbirinden farklıdır.

İnsanoğlunu bir gaz lambasına benzetirim. Gaz lambasını ilk yaktığınız zaman camında herhangi bir iz lekesi yoktur ama gaz lambası yandıkça, lambanın camında is nedeniyle kararmalar olduğu görülür. İlk yaktığınızda sonsuz bir ışık yayar, ancak uzun süre kullanıp camını silmediğini zaman ise ışığını yayamaz hâle gelir.

İnsanın enerji alanları da böyledir. İnsan doğduğu zaman adeta sevgi dolu bir ışık yayar ancak insanoğlu büyürken yaşadığı bütün acılar, travmalar, korkular, nefret, kin gibi duygusal yükler nedeni ile sanki lamba camını kirletir ve içerisinde bulunan ilahi ışığı artık eskisi kadar güçlü bir şekilde dışarıya yayamaz camı silmek gerekir.

Enerji çalışmalarımda yaptığım camı silmek gibidir aslında. Işığın tekrar ortaya çıkmasını sağlamak için yapılan bir temizliktir. Yani bir ışık hizmetçisi gibi düşünürüm kendimi. Bu benim için kolay ama bazıları için zor olabilir.

Her insan benim için çok değerlidir, insanların çoğu uykudadır, neyi neden yaşadığının farkına bile varamaz. Farkında olmak ise çok önemlidir.

Işığınız açık mı, gaz lambanızın camı temiz mi, kirli mi, farkında mısınız?

Sevgi ve Işık ile,

Hüseyin Turgut SAYIN

Yazar

hturgutsayin

BİRLİK **PATENT**

MARKA TESCİLİ 01

PATENT - FAYDALI MODEL TESCİLİ 02

TASARIM TESCİLİ 03

COĞRAFİ İŞARET TESCİLİ 04

DANIŞMANLIK HİZMETLERİ 05

✉ birlik@birlikpatent.com

☎ 0507 483 30 07

🌐 www.birlikpatent.com



Müberra Eresin: **İpek Yolu Turizm Potansiyelinin Tanıtımı için Ülkelerin İşbirliği Şart!**

İstanbul Büyükşehir Belediyesi ve Visit Istanbul ev sahipliğinde düzenlenen, "İpek Yolu Şehirleri Uluslararası Turizm İttifakı Konferansı" gerçekleştirildi. İlk kez Türkiye'de düzenlenen konferans, 14 ülkeden 60 turizm elçisi ile sektör temsilcilerini bir araya getirdi. Konferans çerçevesinde gerçekleşecek oturumlarda tarihi İpek Yolu'nun modern turizme kazandırılması, ekonomik iş birliğinin güçlendirilmesi ve kültürel bağların pekiştirilmesi ele alındı.

Konferansta konuşan Türkiye Otelciler Birliği (TÜROB) Başkanı Müberra Eresin uluslararası turizm iş birliği platformu olarak tasarlanan ittifakın ortak katkı ve paylaşılan fayda prensibiyle üye şehirlerin daha kapsayıcı ve sürdürülebilir bir turizm gelişimini hedeflediğini ifade etti. Eresin konuşmasına

şöyle devam etti: "Bu hedefe uygun uluslararası forumlar, ortak tanıtımlar, endüstri eşleştirmeleri ve insan kaynakları geliştirme gibi faaliyetler aracılığıyla üye şehirlerin turizm sektöründeki iş birliğini artırmayı da amaçlamaktadır. Ülkemiz ve İstanbul turizminin gelişimi, kapsamlı ve etkin tanıtımı açısından bu hedeflenen faydalar çok önemlidir. İpek Yolu'nun Atlas Okyanusu'ndan Çin'e, Avrupa'dan Asya'ya uzanan, sadece Ortaçağ dönemindeki eski bir ticaret aracı olmadığı, Batı ve Doğu kültürleri arasındaki etkileşim köprüsü olduğu, güncel dünya için ise; ekonomik, sosyal, kültürel ve siyasi açıdan büyük önem arz ettiği ayrı bir gerçektir. İnsanlık ve iktisat tarihinin en eski kurumsal yapılarından biri ve en önemlisi olan İpek Yolu; günümüzde bu güzergah üzerindeki ülkeler ve şehirler için önemli bir turizm potansiyeli

taşımasının yanında, kültürel mirasların yaşatılmasına da katkı sağlamaktadır. İpek Yolu turizm potansiyelinin tanıtımı, tüm bu rotadan yararlanan ülkelerin iş birliğiyle mümkün olacaktır. Ekonomik kalkınma için; İpek Yolu üzerindeki ülkelerde, özellikle dünyada son zamanlarda, yaygınlaşan kültürel mirasın turizmde değerlendirilmesi anlayışı özendirilmelidir. TÜROB olarak, İstanbul'un İpek Yolu Şehirleri Uluslararası Turizm İttifakına katılımının önemine inanıyor ve katılımcı ülkeler arasındaki karşılıklı turizm bağlarının geliştirilmesini bekliyoruz. İttifakla ilgili tüm çalışmalarda TÜROB olarak daima iş birliğine hazır olduğumuzun altını özellikle çizmek istiyorum. "



FEHMI KARAARSLAN

*“BEN DE KENDİ HAYATIMDA GOMİDAS GİBİ
SÜREKLİ SESLERİN PEŞİNDEN GİTTİM”*



Seslerin peşinden gitmiş, ardından kendini 18 yıl sessizliğe büründürmüş bir hayat Gomidas... Çoğu kişinin tanımadığı bu hayatı, sahnede canlandıran, Fransa'da Fransızca oynayarak herkesi kendine hayran bırakan, dünyanın en büyük festivallerinden biri olan Avignon Festivali'nde 22 temsil oynayan, Fehmi Karaarslan'la şuan sahnelenen oyunlar hakkında sohbet ettik. Henüz yeni sahnelenmeye başlayan Tedbil oyununda da ikiz kardeşleri canlandırıyor

Hayatının bazı dönemlerinde kendi sesini arayan Fehmi Karaarslan'ın yolunun Gomidas ile kesişmesi tesadüf mü yoksa kader mi? Bize bu röportaj için kapılarını açan Artois Cadde Restorana çok teşekkür ederiz.

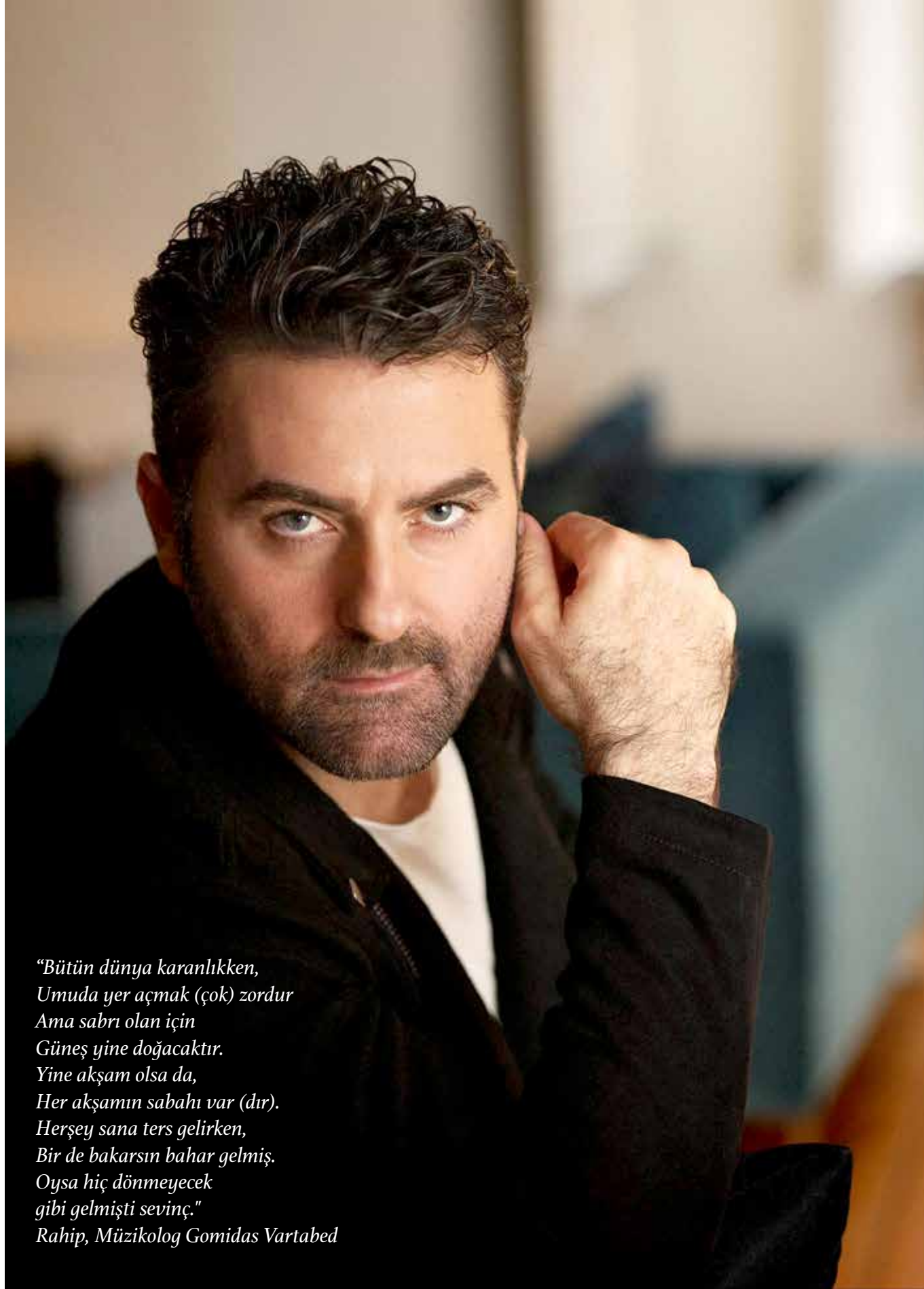


Merhaba Fehmi Bey, tebdil oyunu ile sahnedesiniz, Gomidas ile hem Türkiye'de hem Fransa'da devleştiniz. Şuan reyting rekorları kıran “Bahar” dizisinde sizi izledik... Şu aralar günler nasıl geçiyor? Hayat temponuzdan mutlu musunuz?

Şu aralar günler yoğun geçiyor, ama bu yoğunluğu sevdiğim için bu işi yapıyorum. Hep üretimde olmak, yeni bir şeyler denemek, o sesleri aramak, insanlarla paylaşmak, sahnede olmak benim için akışın içinde olmak demek. Gomidas 4.Sezona girecek, kilisede oynanan bir oyun. Avignon Festivali'ne geldik. 29 Haziran – 22 Temmuz arası Fransızca 22 temsil oynayacağım. Aynı zamanda yine benim tasarladığım ve yönettiğim Casting oyunu da sahnelenecek. Bu oyunda üç Fransız oyuncuyla çalıştım. Yine Avignon da başka bir salonda sahnelenecek. Daha sonra yeni sezonda Türkiye'de oynayacak. Bu sene hem oyuncu olarak hem de yönetmen olarak Avignon Festivali'ndeyim. Tedbil oyunumuz henüz yeni sahnelenmeye başladı. İkiz kardeş arasından kurulan bir dünya var. Bahar dizisinde olmak çok keyifliydi. İkinci sezonda neler olacağını göreceğiz.

Gomidas'ın ülkemiz adına çok büyük bir başarısı var. Avignon'da dünyanın en büyük Tiyatro Festivali'nde Fransızca oynayacaksınız. Gomidas gibi çoğu insanın tanımadığı bir sesi, ülkeler dışı insanlarla tanıştırmak ve onun sesine ses bulmak size nasıl hissettiriyor?

Bizim ülkemizde de hikayesi çok bilinen biri değildi. Biz onun hikayesini anlatmayı misyon edinmiş olduk. Ermeniler veya müzisyenler dışındaki seyirciler Gomidas'ı oyunla birlikte tanıdılar. Hem tanıyanlar onu tekrar hatırladılar, hiç tanımayan insanlar da böyle bir dahinin bir zamanlar var olduğunu öğrendiler. Gomidas hem rahip, hem müzikolog hem sanatçı, seslerin peşinden gidiyor, çocukluğunun, yeni bir dünyanın peşinde, ama oradan oraya sürüklenmiş. En sonunda da akıl hastanesinde hayatını kaybediyor. 18 sene kendine en büyük cezayı veriyor ve sessizliğe bürünüyor. Çok trajik bir hikayesi var. Bu oyunu izledikten sonra Gomidas'ı hiç tanımasalar bile bir bağ kuruyorlar. Bu empati üzerinden hikayesini araştırıyorlar. Bana hissettirdiği şey, bu kayıpların izini sürmek gibi. Çocukluğunun yasını tutuyor, aşık olduğu kadınla, belki hiçbir zaman kavuşamayacağı bir birleşme arzusu var. Özellikle ülkemizde, sanatla uğraşan herkesin empati kurabileceği biri Gomidas.



*"Bütün dünya karanlıkken,
Umuda yer açmak (çok) zordur
Ama sabrı olan için
Güneş yine doğacaktır.
Yine akşam olsa da,
Her akşamın sabahı var (dır).
Herşey sana ters gelirken,
Bir de bakarsın bahar gelmiş.
Oysa hiç dönmeyecek
gibi gelmişti sevinç."
Rahip, Müzikolog Gomidas Vartabed*

Gomidas'ı oynamak için ilk teklif nasıl geldi?

Ahmet Sami Özbudak yazıp, yönetti. Biz Sami'yle çok çalıştık. Gomidas'ı keşfedip, yapmak istediğinde benimle çalışmak istediğini söyledi. Biz üzerine çok okumalar yaptık, dönüştürdük.

Eserleri dünya mirası kabul edilen, duayen bir müzisyen, acılara bulanmış bir hayat ve geriye buruk bir hikayesi kalan Gomidas'ı oynayacağınız netleşince "Ya yapamazsam" korkusu taşıdınız mı?

O korku olmadan hiçbir şeyi derinlemesine yaşayamazsınız. Ben çok iyi bildiğim bir şeyi yaparken bile "Ya iyi olmazsa kaygısını güderim. O kaygı olmazsa özenmezsiniz.

Fransa'da oyunu ilk kez oynadığınızda, son sözü söyleyip, kafanızda kaldırdığınız an, seyirciyle buluştuğunuzda nasıl hissettiniz?

Oynarken bile inanılmaz ruhani bir ambiyans vardı. Kafamı kaldırdığım an donmuş bir seyirciyle karşı karşıyaydım ve herkes gözyaşları içindeydi. Oyun bittikten sonra seyircinin 3 saniye kalakaldığını hissettim. Herkes aynı anda ayağa kalkıp, alkışlamaya başladı. İnanılmaz bir andı.

Aynı zamanda Tebdil oyununda oynuyorsunuz. Tiyatro sahnesini doya doya yaşadığınız, oyunların içinde geçen bir yıl olmuş. İkiz kardeşlerin hayatını anlatıyorsunuz. Siz iki ikizi de canlandırıyorsunuz. Bu hikayenin içinde "Ben de olmalıyım" dedirten an hangisiydi?

Bu oyunu da Ahmet Sami Özbudak yazıp yönetti. İki kardeşin üzerinden hesaplaşma hikayesini anlatıyor. İki kardeşi de metaforik olarak toplum içindeki ötekileşme, kutuplaşma olarak da okuyabiliriz. Oyunun bir yerden sonra ikinci yarısı başlıyor ve ben ikinci kardeş oynuyorum. Bir çatışma, kavuşamama, aşk, koşulsuz sevgi, kaybetme gibi tüm temaların içine girdiği çok dokunaklı, insansı bir hikayemiz var.

İkiz kardeşler arasında feda eden, feda edilen hangisi?

Bu oyunun içinde de ucu açık bırakılmış bir sorudur. Kardeşlik ilişkilerinde de genelde aşk, savaş, çok verme az verme hep iç içe yaşanır. Hem çok büyük bir sevgi hem çok büyük bir nefret söz konusu... Oyunda çok farklı temalar, bu potanın içinde eriyor.

Oyunculuk hayatınız, öğretmeninizin bir gün çıkan başrol yerine "Sen oynar mısın?" demesiyle başlamış. Bu soru size gelmeseydi, yolunuz oyunculukla kesişir miydi yoksa hayalleriniz sizi başka bir kapıya mı çıkarırdı?

Bunu çok düşündüm. Sanki bu soru, hayatımın en temel meselelerinden biri gibi yaşadım. Çok uzun süre kendi terapimde de yaşadım. Aidiyetle ilgili çok sorguladım, çünkü hep uçlarda olan kaotik bir çocukluk, bir arayış ve Gomidas gibi sürekli seslerin peşinden gittim. Meslek lisesi hayatıma tesadüfen girdi. Lisede hepimizin öngöremeden yaptığı şeylerden biriydi. Biz okurken puan sistemi değişti ve ben o mağdurlardan biri olacakken, dil sınavına girip, sınıfta üniversiteye giden tek kişi oldum. Dil üzerine çalışırken, tiyatroyla tanıştım. Tiyatro yapmak isterken yurtdışında eğitimime devam etmek istedim. Maddi imkanı sağlamak için turizme bulaştım. Rehberliği çok sevdim. Sonra dünyayı çok merak ettim ve dünyayı gezdim. Dünyayı gezerken para kazandım, kazandığım parayla tiyatro okudum. 10 seneye yakın Fransa'da yaşadım. Hayatımın kısa özeti budur. Gomidas'ın final sahnesinde "Benim evim neresi?" der. Ben bir dönem öyle yaşadım. O kadar çok şey vardı ki elimde, ben bunlarla ne yapacağım diye sorguladım.



Evinizin nerede olduğunu buldunuz mu?

Artık evimin içimde olduğunu biliyorum. Bunu sonlandırdım. Ev meselesi illa bir yere kök salmak değil, kaplumbağalar eviyle yaşar. Ben de kendimi öyle konumlandırıyorum. Kök, benim kendi içimdeki sesim.

Düştüğünüz kalktığınız, yeni kararlarla her güne yeniden başladığınız anlar olmuş. Hayatınızın en çok hangi dönemi için "En mutlu olduğum dönemlerdi" cümlesini kullanabilirsiniz?

Elimden geldiğince yaşadığım her anın, en mutlu olduğum anlar olması için çabalıyorum. Bir kere yaşadığımızı, o anın tek olduğunu, her nefes alışın çok kıymetli olduğunu deneyimledim.

Bugüne kadar birçok oyun, birçok dizi ve filmde oynadınız. İnanıyorum ki bazıları (Gomidas gibi) kalbinizde yeri farklı olan karakterlerdi. Gerçek dünyada oynadığınız karakterlerden biriyle tanışma şansınız olsa hangi döneme gidip, oynadığınız hangi karakterle tanışmak isterdiniz?

Gomidas'ı tanımayı çok isterdim. Onun konserine gidip, çıkışında sohbet etmek isterdim. Muhteşem Yüzyıl'da Ayas Paşa karakterini oynamıştım. Orada her şey kurguydu. Ben aynısını görmek isterdim. Hünkar'ın karşısındaki vezir olmak isterdim.

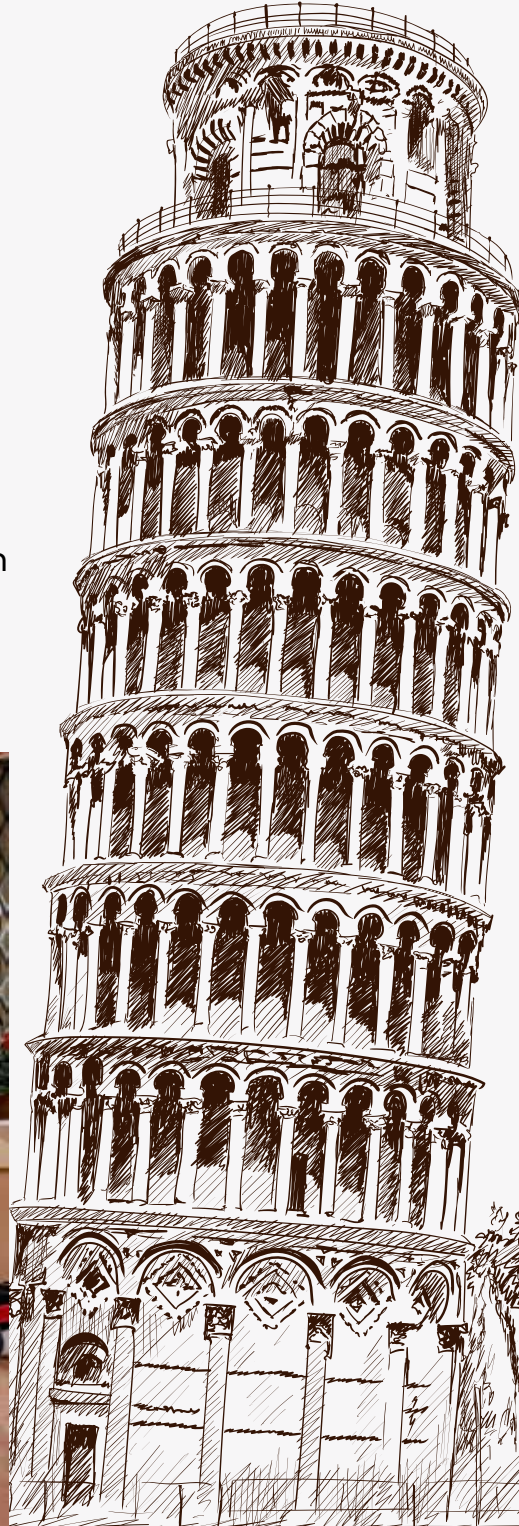
RÖPORTAJ: Gizem Yıldız

 gizemyildizofficial94



Orka Holding, Avrupa Genel Merkezini İtalya'da Görkemli Bir Davetle Açtı

Yarım asırlık köklü geçmişi ile Türkiye'nin moda endüstrisinde bayrak taşıyıcı kuruluşlarından Orka Holding, Damat Tween ve D'S damat markalarıyla, erkek giyimde dünyanın lider kuruluşlarından olduğunu kanıtlayan iki önemli ve stratejik yatırıma imza attı.



Grup, dünya modasının kalbi İtalya'da Avrupa Genel Merkezi ve global showroom olarak faaliyet gösterecek Orka Global'i görkemli bir törenle hizmete açtı. Grubun eş zamanlı olarak Bologna'da, Avrupa'ya yönelik e-ticaretin yönetileceği Lojistik Merkezi de faaliyetine başladı.

Açılışa başta Orka Holding Yönetim Kurulu Başkanı Süleyman Orakçioğlu ve eşi Ahu Orakçioğlu olmak üzere Orka Holding Yönetim Kurulu Üyesi

ve Pazarlama Grup Başkanı Büşra Orakçioğlu Biberioğlu, Türkiye'nin Roma Büyükelçisi Ömer Gücük, Türkiye Futbol Federasyonu Başkanı Mehmet Büyükekşi, TFF Yönetim ve İcra Kurulu Üyesi Milli Takımlar Sorumlusu Hamit Altıntop, Siren Ertan, Özlem Güsar, Volkan-Zeynep Demirel, Zehra Öney, Fusun-Sinan Kuran ve Serdar Büyükkoyuncu gibi diplomasi, iş, spor, sanat, moda ve cemiyet dünyasından pek çok isim katıldı...



www.sekohavuz.com.tr



Yoga: Acı ve Kederden Kurtuluş

Günümüzün hızlı ve stresli yaşam koşullarında, birçoğumuz zihinsel ve bedensel huzuru arıyor. Yoga, bu arayışta öne çıkan kadim bir disiplin örneğidir. Binlerce yıllık geçmişiyle kökeni Hindistan'a dayanan yoga, bedensel pozlar (asana), nefes egzersizleri (pranayama) ve meditasyon yoluyla beden, zihin ve ruhu bir araya getiren pragmatik bir bilimdir. Bu yolda yürüyen kişilere yogi ya da yogini denir.

Hint felsefesinin bir kolu olan yoga, hindu bilgini Patanjali tarafından yazılan Yoga Sutralar isimli klasik çalışması ile sıralanmış ve düzenlenmiştir. Bir diğer kaynak ise Bhagavad Gita metnidir. Yaklaşık MÖ 200-400 yılları arasında yazılmış olan eser, 700 beyitten oluşur ve 6.bölümünde yoganın anlamını şu şekilde açıklar;

"Zihni, aklı ve egosu kontrol altına alındığında, arzulardan özgürleştiğinde, ruhu ile barıştığında kişi Tanrı'yla birleşir. Rüzgarın olmadığı yerde mum alevi titremez; zihnini, aklını, egosunu kontrol eden, içindeki ruhla birleşen yogi de böyledir. Yoga pratiğiyle zihnin, aklın ve egonun huzursuzluğu durulduğunda yogi, içindeki ruhun lütfuyla kendi iç huzuruna ulaşır. Böylece soluk duyuların ötesindeki, mantığın kavrayamayacağı ebedi mutluluğu tanır. Bu gerçekliğe yerleşir ve başka bir yere kılmıdamaz. Her şeyin ötesinde bir hazine bulmuştur. Bundan daha yüce hiçbir şey yoktur. Bunu başaran kişi, en derin kederden dahi etkilenmez. Yoganın gerçek anlamı budur: acı ve kederden kurtuluş.

Günümüze geldiğimizde yoga her geçen gün bilinirliğini artırarak pek çok kişi tarafından zihinsel ve ruhsal sağlık için önemli bir araç olarak kullanılıyor. Son yıllarda yapılan araştırmalar, yoga pratiğinin fiziksel sağlık üzerinde de olumlu etkileri olduğunu göstermektedir. Bilimsel olarak kanıtlanmış bazı fiziksel faydalarını sıralayalım:

Esneklik ve Hareketlilik Artışı: Yoga pozları, vücudu esnetir ve kasları güçlendirir. Düzenli yoga

pratiği yapmak, esnekliği arttırabilir, eklemlerin hareketliliğini iyileştirebilir ve vücut pozisyonlarında daha rahat olmanızı sağlayabilir.

Kas Gücü ve Dayanıklılık: Yoga, vücut ağırlığınızı kullanarak farklı pozlar ve hareketler yapmanıza olanak tanır. Bu da kaslarınızın güçlenmesine ve dayanıklılığının artmasına yardımcı olur.

Postür Düzeltme: Yoga, duruş ve beden mekaniğiniz üzerinde olumlu etkiler yapabilir. Düzenli olarak yapılan yoga pratiği, postürünüzü düzeltmeye ve sırt ağrılarını azaltmaya yardımcı olabilir.

Nefes Kapasitesi Artışı: Pranayama olarak adlandırılan nefes egzersizleri, akciğer kapasitesini artırabilir, nefesinizi düzenleyebilir ve genel olarak daha iyi nefes almanıza yardımcı olabilir.

Metabolizma Hızının Artışı: Dinamik yoga pozları ve vinyasa yogası gibi hareketli yogalar, metabolizmayı hızlandırabilir.

Kan Basıncı ve Kalp Sağlığı: Yoga, stresi azaltarak kan basıncını düşürebilir ve kalp sağlığını destekleyebilir. Yapılan araştırmalar, düzenli yoga pratiğinin kalp-damar sağlığını koruyan ve kalp ritmini düzenleyen olumlu etkilere sahip olduğunu göstermektedir.

Bağıışıklık Sistemi Güçlenmesi:

Yoga pratiği, stresi azaltarak bağışıklık sisteminin güçlenmesine yardımcı olabilir. Bu da vücudu hastalıklara karşı daha dayanıklı hale getirebilir.

Yukarıda sıraladığım fiziksel faydalar, yoga pratiğinin sadece bedeni değil, genel sağlığımızı olumlu yönde etkileyebileceğini göstermektedir. Düzenli yoga yaparak hem bedenimizi güçlendirebilir hem de zihinsel ve ruhsal dengeyi sağlayabiliriz. Bu nedenle, yoga pratiğini yaşamımızın bir parçası haline getirerek sağlıklı bir yaşam tarzı benimseyebilir ve fiziksel, zihinsel ve ruhsal sağlığımızı destekleyebiliriz.

Yoga yapmak için başlangıçta bir ekipmana ihtiyacınız yok. Farklı tarzda yoga türleri kafanızı karıştırmayın. Sizin için uygun olan pratiği bir kaç deneme sonrasında keşfedersiniz. Sadece rahat kıyafetlerinizi giyin ve minderinizi alın. İnternette ulaşabileceğiniz platformlardan başlangıç seviyesi yoga dersleri videolarını izleyerek keyifle yoganızı yapmaya başlayın. Her gün 10-15 dakika yapılan pratikler bedeninizle iletişime geçmenizi sağlar. Unutmayalım ki; Yoga, bir yolculuktur, varış noktası değildir. Sabırlı olup, kendimize karşı nazık olalım ve her seanstan keyif alalım. Namaste.

Ecem ATAK - Yoga Eğitmeni

 fitfashionflow



3. Türkiye Avrupa İş Dünyası Ödülleri Sahiplerini Buldu

BHS Group Medya tarafından bu yıl 3. kez düzenlenen Türkiye-Avrupa İş Dünyası Ödülleri (Türkiye European Business Awards) gecesi Ramada Hotel İstanbul Merter'de görkemli bir şekilde yapıldı.



Gece, Türk ve Azerbaycan milli marşlarının okunması ile başladı. MG Lojistik ana sponsorluğunda düzenlenen ödül gecesine sanat, siyaset, spor ve iş dünyasının en iyi isimlerinin katıldığı organizasyonda ödüller sahiplerini buldu. İstanbul'un fethinin 571. yıldönümüne denk getirilen gecede İstanbul'un fethi de kutlandı. Organizatörler Atakan Taşur ve Koray Bozat'ın açılış konuşması ile başlayan törende birçok ünlü isim şarkılarıyla geceye renk kattı. 3.Türkiye Avrupa İş Dünyası Ödülleri gecesine Almanya başta olmak birçok Avrupa ülkesinden önemli iş insanları ve bürokratlar katıldı. Törende Kurtlar Vadisi ve Arka Sokaklar dizisinin "Rıza baba" lakaplı sanatçısı Zafer Ergin, Sanatçı Metin Şentürk, Kültür ve Turizm Bakanlığı Daire Başkanı Sanem Arkan, Emekli Tuğamiral Cihat Yayıcı, sanatçılar Elif Buse Doğan, Nil Karataş, Kafadar Grubu, Sevcan Dalkıran, Talya Çelebi, Cenay Türksever, Cem Öğretir, Kürşat Taner gibi ünlü isimler de ödül aldı.

BHS Group Kurucu Başkanı Atakan Taşur ile Türkiye-Azerbaycan Strateji ve Ekonomi Kulübü Genel Başkanı Koray Bozat, ödül töreni öncesi birer konuşma yaptılar. Taşur yaptığı konuşmada "Bu proje Avrupa'nın muhtelif yerlerindeki başarılı insanları bir arada buluşturarak

hem Türk markasını dünyada önemli bir simge haline getirmek, hem de istihdamı iyi derecede canlandırabilmek amacını gütmektedir. Koray Bozat ise konuşmasında "Türkiye-Avrupa İş dünyası ödülleri ile dünyada Türk markasına değer katan, birbirleri arasında iş birliği yapan Türk firmalarını bir araya getirmek amacıyla kurulmuş bir projedir. Biz de Türk menşeli ürünleri dünya pazarlarına çıkarmak için elimizden geleni yapmaya devam edeceğiz" dedi.



Türkiye'nin Folklorik Müzik Tarihi ve Bizdeki Yeri: Ezginin Rotası

Anadolu toprakları, tarih boyunca farklı kültürlerin ve medeniyetlerin izlerini taşımıştır. Bu zengin miras, müzikte de kendini gösterir. Türk folklorik müziği, asırlık geleneklerin ve hikayelerin seslendirildiği, farklı coğrafyalardan ve etnik kökenlerden gelen ezgilerin harmanlandığı bir hazinedir. Bu yazıda, bu eşsiz müzik mirasının tarihi ve günümüzdeki yeri hakkında bir yolculuğa çıkacağız.

Türk folklorik müziği, coğrafi çeşitliliğe ve kültürel zenginliğe paralel olarak farklı türlere ayrılır. Ege'nin zeybekleri, Karadeniz'in horonları, İç Anadolu'nun türküleri, Balkan türküleri, Bizans'ın müzik modları daha niceleri, her bir topluluğun, zamanın kendine özgü hikayelerini ve duygularını yansıtır. Bu ezgiler sadece eğlence aracı değildir, aynı zamanda toplumsal mesajlar, dersler, yaşanan sevgiler, acılar, güzellikler ve hayatın anlamını taşır.

Yöresel müzik aynı zamanda bir dil, bir kimlik ve bir yaşam biçimidir. Bu miras, nesilden nesle aktarılmış ve günümüzde de canlı bir şekilde varlığını sürdürmektedir. Gelecek nesillerin bu zengin mirasa sahip çıkması ve onu korumak için çaba göstermesi büyük önem taşımaktadır.

Anadolu'da müzik, insanoğlunun var olduğu ilk dönemlerden beri önemli bir yer tutmuştur. Arkeolojik kazılarda bulunan çalgılar ve duvar resimleri bu coğrafyada müzik yapıldığını göstermiştir. Hitit, Frig, Urartu, Lidya ve Pers gibi uygarlıklar da kendi müzik geleneklerini geliştirmişlerdir.

Türklerin Anadolu'ya göçü ile birlikte Orta Asya'dan gelen müzik gelenekleri de Anadolu'ya taşınmıştır. Kopuz, saz, ney ve davul gibi enstrümanlar yaygınlaşırken, Türk Halk Müziğinin temelini oluşturan makam sistemi de gelişmeye başlamıştır. Türkiye'nin farklı coğrafi bölgeleri, kendine özgü müzik gelenekleri geliştirmiştir. Ege Bölgesi'nde zeybek ve türküler, Akdeniz Bölgesi'nde teke zortlatması ve oyun havaları, Karadeniz Bölgesi'nde kemençe ve horon, İç Anadolu Bölgesi'nde türkü ve bozlak, Doğu Anadolu Bölgesi'nde halay ve türküler, Güneydoğu Anadolu Bölgesi'nde şıhırtı ve türküler öne çıkan müzik türleridir. Türk folklorik müziği sadece eğlence aracı değil, aynı zamanda günlük yaşamın da önemli bir parçasıdır. Doğumdan ölüme kadar her yaşam olayında müzik yer alır. Düşünlerde halaylar çekilir, türküler söylenir, ağıtlarda acılar dile getirilir. Tarlalarda çalışırken türkülerle emek hafifletilir, asker uğurlarken türkülerle hüzün paylaşılır.

Folklorik müzik, sadece geçmişten gelen bir miras değil, aynı zamanda günümüzde de canlı bir şekilde varlığını sürdürmektedir. Köylerde ve kasabalarda düğünlerde, festivallerde ve eğlencelerde hala geleneksel türküler ve oyun havaları söylenip oynanmaktadır. Bu müzikler, toplumu bir araya getirmenin, aile bağlarını güçlendirmenin ve kültürü yaşatmanın önemli bir yoludur.



Vahit Emre MUTLU
Müzisyen



vahitemremutlu



Otizmli Çocukların İyileşmesi İçin
Umut Verici Yöntem:

Fonksiyonel
yaklaşımına göre **Otizm**
iyileştirilebilir

Otizm, toplumda gittikçe yaygınlaşan ve aileleri çaresiz bırakan bir hastalık. Çocuklarda görülen bu hastalık onların normal gelişimini ve eğitimini zorlaştırıyor, bakıma muhtaç hale gelmelerine neden oluyor.

Aileler çocuklarının iyileşmesi için her türlü imkanı seferber ederken, aşılar ve özel eğitim kurumlarındaki eğitimlerle çocukların durumunda iyileşme sağlanmaya çalışılıyor.

Otizm iyileştirilebilir.

Günümüz tıbbın klasik bakış açısı ne kadar “Otizm ömür boyu sürer” dese de fonksiyonel yaklaşım, otizmin iyileşebilir olduğunu savunuyor.

Uzun yıllardır otizmli çocuklarla çalışan ve bu konuda yazdığı “Otizmde Doğru Adımlar”, “Gelişimsel Problemlere Nöropratik Öneriler” ve “İyileşme” isimli kitapları ile otizme karşı farklı fonksiyonel bir bakış açısı sergileyen Anadolu Üniversitesi özel Eğitim bölümü mezunu Emre Serge Özdemir, İzmir ve İstanbul'daki kliniklerinde yaptığı çalışmalarla otizmli çocuklar ve aileleri için umut vaat ediyor.

Otizm bağırsak iltihabından kaynaklanıyor.

Otizmin bir bağırsak enflamasyonundan (iltihap) kaynaklandığını savunan ve dünyada da kabul gören fonksiyonel bakış açısını savunan Emre Serge Özdemir, bağırsak temizliği için uygun bitkisel tedavi, ardından etkileşim kurma, oyun oynamak ve iletişim becerilerini geliştirmeye yönelik özel eğitim uygulamaları ile otizmli çocukların durumunda iyileşme görüldüğünü, bazılarının tamamen iyileştiğini ifade etti.

Emre Serge Özdemir şunları söyledi: “Otizmin çaresi bağırsak geçirgenliğini azaltmak ve ağır metal temizliğinden geçmektedir. Kendi etrafında dönen, kabızlığı olan, kulak kapatan, uykusuz, huzursuz çocukların öncelikle ihtiyacı olan şey bağırsak temizliğidir. Bağırsak temizliği dikkat, algı ve konuşma becerileri için yurt dışından gelen özel bitkiseller kullanılmaktadır.

Bağırsak temizliği olmadan yapılan masa başındaki özel eğitim uygulamaları ne yazık ki sadece zaman kaybıdır.

Otizm bir öğrenme problemi değildir.

Otizm bir öğrenme problemi değildir. Otizmde temel problemlerden biri etkileşimdir. Otizmli çocuklar yaşatlarıyla

Otizmin bir çeşit bağırsak enflamasyonundan (iltihap) kaynaklandığını savunan Özel eğitim Öğretmeni Emre Serge Özdemir, otizmin öğrenme problemi olmadığını belirterek, barsak temizliği, etkileşim ve hareketle otizmin iyileşebildiğini savunuyor. Otizm konusunda 3 kitabı bulunan Özdemir, İzmir ve İstanbul'daki kliniklerinde kendi bakış açısına yönelik yaklaşımıyla birçok otizmli çocuğun durumunun iyileşmesine katkı sağlıyor.

ilişki kurmakta güçlük yaşarlar. Bu nedenle bağırsak temizliğinden sonra yapılacak özel eğitim uygulamaları renkler, şekiller, vb öğrenmeler üzerine değil etkileşim kurma, oyun oynamak, iletişim becerileri üzerine olmalıdır.

Etkileşim, hareket ve beyin, bağırsak bağlantısı Otizm şifrelerini çözecek anahtarlardır.”

Emre Serge Özdemir, İzmir ve İstanbul'daki kliniklerinde otizmli çocuklara yönelik çalışmaları konusunda da şu bilgileri verdi:

Her çocuğun durumuna özel program uygulanıyor.

“İki çeşit değerlendirme modelimiz var. Birincisi İzmir ve İstanbul'daki kliniklerimizde çocuğu klinik ortamda doğal olarak gözlemleyip, ebeveyn çocuğun gelişimsel düzeyini belirlemeye yönelik sorular soruyoruz. Bu gözlem ve sorular neticesinde çocuğa özel bir program oluşturuyoruz.

Program içerisinde bitkisel, bu bitkisel kullanımı, hareket ve etkileşim becerileri, diyet, masaj vb bulunuyor. Bu verdiğimiz programı whatsapp üzerinden ebeveynin soracağı soru, göndereceği videolar, sesli mesajlar aracılığıyla takip ediyoruz.

Kliniğe gelemeyenler için ise online değerlendirme yapıyoruz whatsapp görüntülü olarak. Bu program 3 aylık bir süreyi kapsıyor ve 3 ayın sonunda çocuğun gelişimsel düzeyine göre başka bir program oluşturuyoruz.

Emre Serge Özdemir kimdir?

Emre Serge Özdemir Anadolu Üniversitesi özel eğitim bölümü mezunudur. İlerleyen yıllarda D.I.R Floortime, Duyu Bütünleme, Anat Baniel Metod ve Nöroplastisite üzerine eğitim almıştır. Halen İzmir ve İstanbul'daki kliniklerinde, öğrenci değerlendirmelerine devam etmektedir.

Emre Serge Özdemir “Otizmde Doğru Adımlar”, “Gelişimsel Problemlere Nöropratik Öneriler” ve “İyileşme” kitaplarında bu üç önemli faktörü ayrıntılarıyla anlatmış ve neler yapılması gerektiğine değinmiştir.

Günümüz tıbbın klasik bakış açısı ne kadar Otizm ömür boyu sürer dese de fonksiyonel yaklaşım otizmin iyileşebilir olduğunu bilmektedir. Emre Serge Özdemir instagram sayfası otizm gelişimde yaptığı çalışmaları ve ebeveynlerin olumlu geri dönüşlerini paylaşmaktadır.

EMS SLIM

20 DAKİKA'DA 20.000 MEKİK

EMS Slim uygulaması ile bedende elde edebileceğimiz değişimleri şöyle sıralayabiliriz

- Bölgesel incelme sağlar.
- Kan dolaşımı harekete geçirir.
- Lenf drenaj sistemini destekler.
- Metabolizma hızını artırır.
- Vücut kitle indeksini dengelemeye yardımcı olur.

EMS Slim yeni jenerasyon yüksek yoğunluklu elektromanyetik teknolojisi ile vücut yapılandırma uygulamasının avantajları

- Ameliyatsız vücut şekillendirme ve bölgesel zayıflama yöntemidir.
- İyileşme dönemlerine gereksinim duyulmaz.
- Sosyal ve iş hayatına ara vermeniz gerekmez.
- Herhangi bir kesi ve yara izi bırakmadan incelme, sıkılaştırma sağlar.



www.aymerabeauty.com

4. Levent, Konaklar Mahallesi Gökkuşuğu Sokak NO 1-3 DAİRE 1 İSTANBUL

(+90) 533 718 33 77

Öğrenirken Eğlendiğin Bir Yaz Tatili Geçirmek İster misin?

Sevgili Yolcu,

Yaz tatili başladı. Vaktini dolu dolu eğlenerek, öğrenerek, kendini geliştirerek yaz tatilini geçirebilmen adına sana alternatifler sunacağım.

Nasıl mı? Haydi gel sana biraz bunlardan bahsedeyim:

İnsanın kendisini tanımasıyla ilgili elde ettiği bilgi pek önemlidir. İnsan güçlü ve zayıf olduğu yanlarını bilirse kendini güçlü hisseder. Bu konuda sana katkı sağlayacak önerim “otobiyografini yazman” olacak. Nedir otobiyografi? Kendi hayatımızı kendimiz yazıyoruz. Nasıl mı yazacağız? Oturacaksın, eline alacaksın kâğıdı, kalemi ve bulunduğun yaşına kadar olduğu şekliyle, gerçeklere bağlı kalarak yazacaksın. Çocukluğundan itibaren hatırladıklarını çok da uzatmadan, üç dört sayfayı aşmadan yazacaksın. Ayrıca bulunduğun noktadan ötesini, olmak istediğin şekliyle, hayallerinle yazacaksın. Bu yazdığın metin hep yanında olsun ki, kafanın karıştığı durumda okuyup senin motive olmanı sağlayacak.

İnternette uluslararası filmlerin puanlandığı çeşitli siteler mevcut. En iyi iki yüz elli film listesine ulaşabilirsin. Burada belki bildiklerin, izlediklerin de var. İzlemediklerin de var. Bu listedeki filmleri yaz boyunca izleyebilirsin. Hem vaktini güzel geçirmeni sağlayacak hem de her filmin sana ayrı katkısı olacaktır.

İngilizce artık dünyanın global dili. Eğer İngilizcen zayıfsa bu yaz tatilinde, İngilizcen geliştirmek adına günde 3 tane kelimeyi kendine hedef koyabilirsin. Böylelikle yorulmadan hafızana bir sürü kelime kazımış olursun. Nasıl olabilir? Günde üç kelimeyi anlamakla beraber, kâğıtlara yazıp görüş alanına asabilirsin. Ezberledikçe bu kâğıtları bir kutuda toparlayıp ara ara kutudan kâğıt çekip, kendini yoklayabilirsin. Bu etkinlik çocuklarla birlikte de yapılabilir. Çok faydasını göreceğinden eminim.

Yine İngilizceyi geliştirmek adına şu da yapılabilir: Daha önceden izlediğin ve çok sevdiğin, hafızanda iz bırakan bir diziyi ya da filmi İngilizce olarak izleyebilirsin. Alt yazısı da İngilizce olursa zihninin en derinlerine İngilizce kelimeleri kazırsın hem de farkında olmadan İngilizce öğrenirsin. Sonrasında dersin “Ben bunu nereden öğrenmişim?”

El becerini geliştirmek adına, daha önceden hiç denemediğin bir el sanatını öğrenebilirsin. El nakışı, kanaviçe, makrome, seramik, yağlı boya olabilir ya da tatlı, yemek tarifi olabilir. Bu alanda yeterince kendin yap videoları internette mevcut. Böylelikle hobi edinmiş olursun. Zihnin o işe odaklanırken dinlenmiş olur hem de yaparak, yaşayarak, en önemli eğlenerek vizyonunu geliştirmiş olursun.

Gönüllü olmanı öneririm. Herhangi bir sivil toplum kuruluşunda, Omurilik Felçlileri Derneği olabilir, bir Huzurevi olabilir, Kansersiz Yaşam Derneği olabilir ya da aklına gelen bir yardım kuruluşu olabilir. Orada yapabileceğin bir fayda,

katkı varsa hem onların hayatına dokunabilirsin hem de o insanların deneyimlerinden faydalanabilirsin. Birilerine faydalı olmanın o emsalsiz iç huzurunu yaşarsın.

Tabi ki olmazsa olmaz kitap okumak. Bir insanın kendisini geliştirmesinin, hayal gücünü geliştirmesinin hayata farklı bakış açısıyla bakabilmesinin en pratik yolu kitap okumaktır. Kitap okuyarak fark yaratabilirsin. Daha önceki yazılarımda 20 dakika kuralından bahsetmişim. Günlük 20 dakikanı kitap okumaya ayırman, bir düzen içinde yaz tatilinin içinde en az beş kitap bitirmeni ve alışkanlık kazanmanı sağlayacaktır.

Belki diyeceksin “Bir sürü öneri var hangi birini yapayım?”



Kitap okuma önerisinin zorunlu olduğunu düşünüyorum. Günlük minimum 20 dakika kitap okumalısın. Diğer önerilerden hangisi ilgini çekiyorsa, hoşuna gidiyorsa onlardan seçim yapıp, bir kısmını uygulamak sana iyi gelecektir. Hepsini uygulamaya çalışırsan, birçok şeyi aynı anda yapmaya çalışıp aslında hiçbir şey yapmamış olacaksın. Bu nedenle öncelik sıralaması yaparak, harekete uygulamaya geçmeni öneririm.

Umarın kendini geliştirebildiğin, öğrenirken eğlendiğin bir yaz tatili geçirirsin.

Varlığın için teşekkür ediyorum. Sağlıcakla kal.

Demet KOÇAK - Öğretmen

demetkocak__



Güzellik Koçu ÖZGE ÖZEL'den Kişisel Güzellik Bakımınız İçin Dikkat Etmemiz Gereken Bazı Unsurlar

22 Temmuz 1992 yılında İstanbul Kadıköy'de doğdum. 18 Yaşımdan beri güzellik sektöründeyim. Bir kozmetik firması ile başladım meslek hayatıma ve sonrasında ilerleye ilerleye markalaşmayı başardım.

Kişisel güzellik bakımı, bireylerin kendilerini daha iyi hissetmelerini ve dış görünüşlerini iyileştirmelerini sağlayan bir dizi alışkanlık, rutin ve uygulamayı içerir. Dıştan içe yaptığımız uygulamaları daima içten dışa da desteklememiz gerekir.

İşte kişisel güzellik bakımında dikkat etmemiz gereken bazı unsurlar;

Cilt Bakımı: Cildin temiz, nemli ve sağlıklı kalması için düzenli olarak temizleyici, tonik ve nemlendirici kullanılması önemlidir. Ayrıca güneş koruyucu ürünlerin kullanılması da cildin UV ışınlarına karşı korunmasını sağlar. Ve düzenli olarak cilt bakımlarına gelerek doğru ürünler kullanarak cildimizin yapısını ve sağlığını koruyabiliriz.

Saç Bakımı: Saçların düzenli olarak yıkanması, nemlendirilmesi ve uygun şekilde kesilmesi önemlidir. Saç tipine uygun şampuan ve saç vitaminleri kullanımı saçın yapısını korur. Strese bağlı veya deri hastalıklarına bağlı olarak dökülmeler oluşabiliyor bunların önüne geçmek içindi yine doğal yollardan bitkisel içerikli vitaminlerle bunların önüne geçmek mümkün.



Aşk Denen Kara Merhem

Venüs gezegeni, kendi etrafında, tüm diğer gezegenlerden farklı bir yöne doğru döner. Tarih boyunca Aşk Tanrıçası ile ilişkilendirilir. İnsanın aşk deneyimi, yüzünü başka bir yöne çevirmesine sebep olmaz mı? Çekiciliğine kapıldığınız, sizi kendi bilinmezliğine sürükler. Tüm kurallar bozulur, verdiğiniz sözleri tutamazsınız. Tutacak olsanız bu kendinize ihanet olur. Tutmayacak olsanız, karşınızdakine... Bu bilinçdışının çağırısıdır. Yok sayan, eksik kalır.

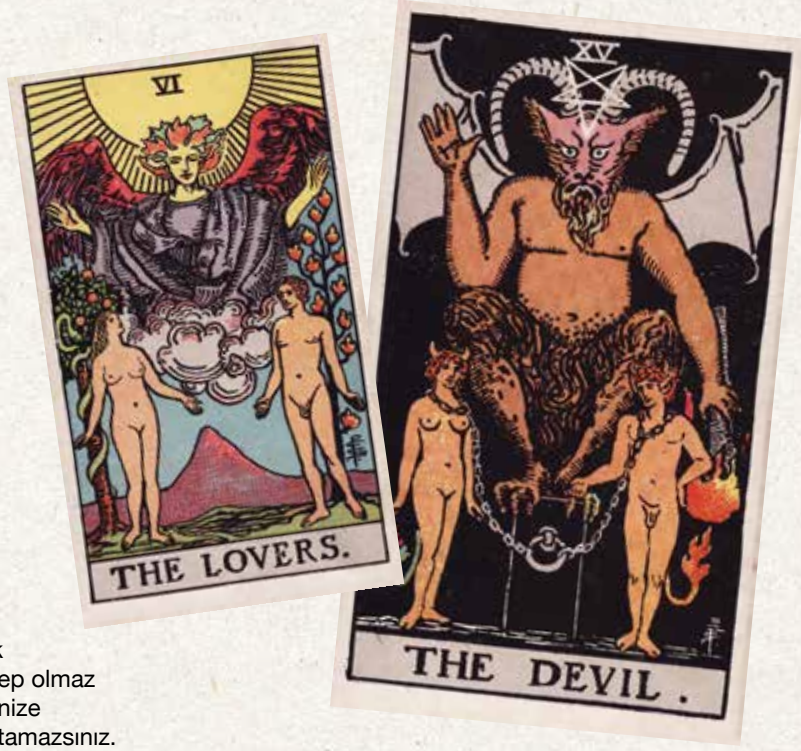
Ya “O olmazsa olmaz!” ya da “Onunla olmak, beni benden koparır.” dersiniz. Halbuki siz ona, kendinize daha yakın olmak için uzanırsınız; çünkü insan kendine, ancak bir aynada şahit olabilir. Gözü bu yansımadan başka bir şey görmeyense kendini, günden güne daha çok yitirir.

Sevdiğiniz, kızdığınız, küstüğünüz aynı kişidir. O sizsinizdir. Çizmekten sorumlu olduğunuz sınırlar, suyun rahatlıkla ve gücünü koruyarak akabilmesi içindir. Ve bir anda zincirlere dönüşebilir. Belli bir mesafe sizi korur. Uzak durmak değil! Ya bu gerçeğe barışır ya da onunla ölümüne savaşırsınız.

Korku, duvarlar örmenize sebep olur ve bu çözüm değildir. Üzerine gitmeniz gerekir. Peşinde olduğunuz, bir şeylerden kaçarak bulabileceğiniz bir yer değildir. Kendisinden kaçtığınız yerdir. Kalbinizin hafiflemesi için dönüp hesabı kapatmanız gerekir.

Aşk, kazananın olmayacağını bilmenize rağmen oynadığınız bir oyundur. Tarot’daki Aşklar kartını hatırlayın! Hiçbir zaman sevgilinizin kalbini kazanıp kazanamayacağınızdan emin olamazsınız; bununla birlikte denemekten başka şansınız olmadığını bilirsiniz. “...çünkü sevgiliyle simgelenen, kahramanın kendi yolculuğudur.” Ve yola çıkmanız gerekir. Aşklar kartının gölgesi Şeytan’dır. Şeytan’ın bir melek (yetkin) olduğu hatta ona Lucifer (ışığı getiren) dendiği unutulur. O, sizi kötü birine dönüştürmez. İçinizde olan kötüye görünürlük kazandırır. Jung’un dediği gibi, “İnsan karanlığın bilincine vararak aydınlanabilir.”

Kendinizi saf bir iyilikle tanımladığınızda, varoluşun sizi dengeleyecek önemli bir parçasını inkâr etmiş olursunuz. İnsan alan ve verendir, yukarıda (ruh) ve aşağıdadır (beden), kıran ve onarandır. Kırılması gereken zincirler, iyileşmesi gereken yaralar vardır. Gerçek böyle görülür.



Şeytan, kısır döngü meleğidir. Bir kısır döngü içine sıkışıp kalmak, bizim değişime direndiğimize işaretler. Bunun için birilerini ya da bir şeyleri suçlarız. Bu yetişkin olmayı ve kendi sorumluluğunu almayı reddetmektir. Nihayetinde söz konusu etkinin sürdüğü yerde kalmak, seçimdir. Kaybetmeyi göze alamayanlar, kayıplarını onurlandıramayanlar, aynı çöplükte eşelenmeye devam eder. İşleri zorlaştıran, yanıltmış olmak değil, buna ihtimal vermemektir.

Kalbinizin, ışığını koruduğu yer, sizin merakla yeni şeyler öğrenmeye açık kaldığınız yerdir. Gözünüzü hırs büründüğünde, kendinizi gücünüzü ispatlamaya çalışırken bulursunuz. Gücün kaynağı, yenilginizi onurlandırabilmenizdir.

Çağırdığınız gelir. Siz, sizi çağıranın kapısını çalarsınız. Her zaman sizi karşılayan sıcak bir hoş geldin olmaz. Hatta bazen “Ne işin var burada?” olur. Ancak durup derine baktığınızda, her şey daha anlamlı hâle gelir.

Biri sizi çok sevse her şey kolaylaşır gibi gelir. Biri çıksa karşınıza ve siz onu çok sevseniz... Sizin önce kendinizi her şeyinizle sevebilmeye ihtiyacınız vardır. Kendinizi bazen duvardan duvara vurmak istediğiniz özelliklerinizle... Kendinize zarar vermenize izin verin demiyorum! Kendinize zarar vermek isteyen o parçanıza kötü davranarak, onu görmezden gelerek, onun ihtiyacını anlamadan buradan çıkamazsınız ve bu emek gerektirir.

Taşı delen suyun gücü değil, damlaların sürekliliğidir. Güneş, karanlıkla savaştıktan vazgeçip onun düşmanınız olmadığını anladığınızda yükselir. Burası uzlaşmanın gerçekleştiği yerdir. Ve bu dışarıda değil, içindedir.

Hüseyin Akdağ

Sosyolog- Aile Danışmanı- Astrolojik Danışman

huseyinakdagofficial



6. OLTA BALIKÇILIĞI YARIŞMASI RENKLİ GÖRÜNTÜLERE SAHNE OLDU

Beylikdüzü Belediyesi tarafından geleneksel hale getirilen Olta Balıkçılığı Yarışması’nın 6. sı düzenlendi. Amatör, profesyonel ve balık tutma hobisi olan 18 yaş üstü toplam 76 olta balıkçısı Gürpınar Balık Hali Sahili’nde kıyaya mücadele ederken gün boyu süren yarışma, heyecan dolu anlara sahne oldu.

Beylikdüzü Belediyesi Gençlik ve Spor Hizmetleri Müdürlüğü tarafından Beylikdüzü Olta Balıkçıları Derneği iş birliğiyle ‘6. Geleneksel Olta Balıkçılığı Yarışması’ düzenlendi. Gürpınar Balık Hali Sahili’nde yapılan organizasyonda yarışmacılar denize oltalarını atarken seyirciler de heyecanlı anlar yaşadı. İlçede geleneksel balıkçılığı desteklemek amacıyla düzenlenen yarışmada, balıkçılığa gönül veren amatör ve profesyonel vatandaşlar hünerlerini sergiledi. Etkinlik, Yemli Av Yarışması olarak tek kategoride yapıldı. 76 yarışmacının katıldığı organizasyon belirli kurallara dayalı, yakalanan balığa zarar vermeden, sağlıklı ve canlı olarak suya bırakma prensipleri doğrultusunda gerçekleşti.

Esmer: Çok keyifli bir etkinlikte bir araya geldik

Beylikdüzü Belediyesi Gençlik ve Spor Hizmetleri Müdürü Mehmet Esmer, kapanış töreninde yaptığı konuşmada emeği geçen herkese teşekkür ederek, “Bugün çok keyifli bir etkinlikte bir araya geldik. Beylikdüzü’nde denizle buluşmaya devam ediyoruz. 6. Geleneksel Olta Balıkçılığı Yarışmasını 76 sporcunun katılımıyla gerçekleştirdik. İlçede geleneksel hale gelen olta balıkçılığı yarışmalarında ve diğer birçok etkinlikte tekrar bir araya geleceğiz. Emeği geçen tüm arkadaşlara ve Beylikdüzü Olta Balıkçıları Derneği’ne teşekkür ediyorum. Umarım yedecisinde de hep bir arada oluruz” ifadelerini kullandı.



Dijital mecraların abonelik saltanatını
tahtından edecek araştırma: Kullanıcılar:

“Tek seferlik ödeme özgürlüktür”
diyor...

Dünyada olduğu gibi Türkiye’de de dijital yayıncılık hızla ilerliyor. Buna paralel olarak dijital yayın yapan mecralara abonelik oluşturan ve düzenli abonelik ücreti ödeyenlerin sayısı da hızla artıyor. Türkiye’de artık neredeyse herkesin bir veya birden fazla, aylık düzenli olarak ödediği sosyal platform abonelikleri var.



Bunlardan kimisi reklam çıkmasın diye yapılmış abonelikler, kimisi de doğrudan film, dizi gibi içeriklere ulaşabilmek için düzenli ödenen bedeller. Kullanıcılar, bu aboneliklerin sistematik olarak zamlanması gerçeği ile de karşı karşıya. Almanya’da üç yıldır faaliyet gösteren, Türkiye’de kaliteli içerik üretme ve içerik üreticisinin emeğini koruyarak kazandırma amacıyla çalışmalarına başlayan “**Kivvon**”, bu abonelik sistemlerine dair çarpıcı bir anket yaptı ve Türkiye’deki takipçilerine duyurdu. Araştırmada aylık düzenli abonelikleri tahtından edebilecek ‘tek seferlik ödemenin kullanıcılar da oluşturacağı etkiye de değinildi. İşte o anketten çarpıcı sonuçlar...

Türkiye’de de yaygın faaliyet göstermeye başlayan ve takipçilerine kaliteli içerikler sunmayı hedefleyen içerik ağı KiVVON, 10-16 Mayıs 2024 tarihlerinde, Türkiye’nin 45 ilini kapsayan bir araştırma yaptı. 1050 kişinin görüşlerini belirttiği

araştırmada, katılımcılar aboneliklere bakış açılarını yansıttı ve tek seferlik ödeme seçenekleri arasında tercihlerini belirtti. Araştırmanın katılımcılarının % 60’ından fazlası gençlerden oluşurken % 18’ini öğrenciler, % 53,62’sini ise çalışanlar oluşturdu. Katılımcıların % 35,33’ü İstanbul’dan, % 19,43’ü Ankara’dan, % 16,57 ise İzmir’den.

İNSANLAR NE İÇERİĞİ SATIN ALIYOR?

Araştırmanın katılımcıları, “Hangi alanlar için içerik satın alırdınız?” sorusuna, % 57,71 ile “film/dizi” yanıtını verdi. Katılımcıların % 38,48’i ise “müzik” yanıtını verdi. Araştırmada oy alan video, haber, ekonomi, eğitim ve spor kategorilerinin oranları da ciddi bir ağırlık oluşturuyor.

ABONELİKLERE AYLIK NE KADAR ÖDENİYOR?

KiVVON’un araştırmasında bir diğer kritik soru da “Abonelikler için ödediğiniz aylık toplam tutar ne kadar?” sorusuydu. Aylık olarak 0-100 TL arası diyenler katılımcıların % 24,19’unu, 100-200 TL arası diyenler % 21,24’ünü, 200-300 TL arası diyenler ise % 18,10’unu oluşturuyor. Herhangi bir aboneliği olmadığını belirtenler ise katılımcıların % 12,10’unu, “Aylık 500 liradan fazla harcıyorum” diyenler ise katılımcıların % 8,57’sini oluşturuyor.

TEK SEFERLİK ÖDEME UZUN VADEDE KAZANDIRIYOR

Araştırmadaki “içerikleri en çok nerede tüketiyorsunuz?” sorusunun yanıtları da oldukça ilginç. Buna göre katılımcıların % 65,71’i “içerikleri sosyal medyada tüketiyorum” diyor. Soruya televizyon yanıtını verenlerin oranı ise % 22,76. “Abonelik mi, tek seferlik ödeme mi” sorusuna, tek seferlik ödeme yanıtını verenlerin, gerekçeleri de önemli. Tek seferlik ödemeyi tercih edeceklerin yüzde 25,12’si “uzun vadede maliyet tasarrufu” derken, % 21,79’u ise “esneklik ve tercih özgürlüğü”nü ön plana çıkarıyor.

‘ABONELİK TUZAĞI’ ORTAK KULLANICILARIN DERDİ

Kullanıcıların % 20,17’si “abonelik tuzağından kaçınma”yı önemserken, % 19,07’si ise “abonelik yükümlülüğünden bağımsızlık” nedeniyle tek seferlik ödemeyi tercih edeceğini vurguluyor.



Seçil Aytin Arslan, Sheraton İstanbul Ataköy Hotel’in Genel Müdürü Oldu



Kariyerinin ilk yıllarında Sheraton İstanbul Ataköy Hotel’de de uzun bir dönem Satış ve Pazarlama bölümünün birçok kademelerinde görev aldı.

Buradaki yaratıcı ve içten performansı ile dikkat çeken Seçil Aytin Arslan, Hilton İstanbul Kozyatağı’nın açılış ekibinde yer alarak ülkemizde birçok önemli organizasyonların yapılmasını sağladı.

Sonrasında ise sırasıyla DoubleTree by Hilton İstanbul Moda’da ve ardından Mövenpick Hotel İstanbul Golden Horn’da satış ve pazarlama ekiplerinin

başında görev alan Seçil Aytin, Genel Müdür olarak Crowne Plaza İstanbul Old City’de uzun bir dönem çalıştı. Üç yılı aşkın bu deneyimi ile özellikle yenilikçi ve yaratıcı becerilerini daha da geliştiren Aytin, 2024 Mayıs itibarıyla Genel Müdür olarak Sheraton İstanbul Ataköy Hotel bünyesine katıldı.

Seçil Aytin Arslan, Sheraton İstanbul Ataköy Hotel’in bölgede uzun zamandır var olan liderlik konumunu koruyarak yaşam merkezi haline gelmesinin, çevredeki herkes için her ihtiyacı karşılayan ve en çok tercih edilen otel olmasının en büyük hedefi olduğunu belirtti.



KİMLER GELDİ KİMLER GEÇTİ

Dizisinden Görkemli bir Gala

Çekimi başladığı günden beri, merakla herkesin beklediği Kimler Geldi Kimler Geçti dizisinin galası Divan Kuruçeşme’de gerçekleşti.

Serenay Sarıkaya, Metin Akdülger, Hakan Kurtas, Boran Kuzum, Ahmet Rifat Şungar’ın başrollerinde bulunduğu dizinin kadrosunda, Meriç Aral, Esra Ruşan, Bade İşçil, Gülcan Arslan, Zeynep Tuğçe Bayat bulunuyor. Dizinin senaryosunda başarılı senarist Ece Yörenç bulunuyor. Serenay Sarıkaya ile Medcezir dizisinde senarist, 10 yıl aradan sonra, yine kendi kuşağına hitap eden bir hikayenin içinde bulundu. Dizinin yönetmen koltuğunda Bertan Başaran oturuyor.

Ekibin basına verdiği röportajda, sette çok eğlendiklerini dile getirdiler. Ayrıca Serenay Sarıkaya’nın projenin içinde olma mutluluğu, kahkahalarından anlaşılıyordu. Gecenin ilerleyen dakikalarında müzik start verdi. Edis ve Serenay Sarıkaya “Martılar” şarkısında birlikte düet yaptılar. Yayınlandığı andan Netflix de ilk sıradan yerini kapalı dizinin ikinci sezonu merakla bekleniyor.



Ahmet Rifat Şungar, Meriç Aral, Metin Akdülger, Badi, Serenay Sarıkaya, Hakan Kurtas, Boran Kuzum, Esra Ruşan, Efe Tuncer



Hakan Kurtas



Meriç Aral



Zeynep Tuğçe Bayat



Nilsude Albayrak



İbrahim Selim



Efe Tuncer



Boran Kuzum



Ahmet Rifat Şungar



Gülcan Arslan



Bade İşçil

BAŞKAN YAZICIOĞLU: TOKAT'TA İSTİHDAMI ARTIRMAK EN ÖNEMLİ HEDEFİMİZ

Tokat Belediye Başkanı Mehmet Kemal Yazıcıoğlu, Tokat'ta istihdamı artırmak için kolları sıvadı.

Seçim öncesinde ve seçim sonrasında esnaflar, iş insanları ve üreticilerle sık sık bir araya gelen Belediye Başkanı Mehmet Kemal Yazıcıoğlu, üretken belediyeçilik anlayışından yola çıkarak üreticilerin yanlarında olmaya devam ediyor.

Tokat Organize Sanayi Bölgesinde yaklaşık 600 kişinin istihdam edildiği ve yurt dışına tekstil ürünleri ihraç eden Umut Tekstil firmasını ziyaret eden Belediye Başkanı Mehmet Kemal Yazıcıoğlu, tekstil fabrikasındaki mevcut istihdam sayısının artırılması için işletme sahibi ve yönetimiyle istişarelerde bulundu.

Yatırım, istihdam ve üretim anlayışından yola çıkarak, yeni iş ve yatırım imkânlarına kapı aralayacak bir anlayışla Tokat'ta belediyeçilik faaliyetlerine devam edeceklerini belirten Başkan Yazıcıoğlu, sosyal medya hesabından yaptığı paylaşımında şu ifadelerle yer verdi:

"HEDEFİMİZ İSTİHDAMI ARTIRMAK"



Yeni iş ve yatırım imkânlarına kapı aralayacak, sanayicilerimize, üreticilerimize destek olmak Üretken Belediyeçilik anlayışımızın bir esasıdır.

Bu kapsamda; Umut Tekstil Firma işletmemizi ziyaret

ederek üretimi ve istihdamı artırma noktasında yapacağımız faaliyetleri istişare ettik.

Bizleri misafir eden değerli işletme sahibi Ferhat Kılışçı ve kıymetli firma çalışanlarına teşekkür eder, kolaylıklar dilerim.

Şehrimizde istihdama ve üretime katkı sağlayan işletmelerimizle görüşecek, iş ile aşı birleştirmeye devam edeceğiz.

BAŞKAN YAZICIOĞLU: "TOKAT'TA KENTSEL DÖNÜŞÜM STARTINI VERDİK"

Tokat'a gelen Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakan Yardımcısı Vedat Gürgen; Tokat Valisi Numan Hatipoğlu, AK Parti Tokat Milletvekili Mustafa Arslan, MHP Tokat Milletvekili Yücel Bulut, Belediye Başkanı Mehmet Kemal Yazıcıoğlu ve Gedaş Genel Müdürü Ahmet Oğulbalı ile bir araya gelerek, Tokat Belediyesi Başkanlık binasında Tokat'ta yapılması gereken Kentsel Dönüşüm çalışmalarını ilgili toplantı gerçekleştirdi.

Toplantı sonrasında şehrin tarihi ve kültürel alanlarıyla birlikte Kaledibi bölgesinde Belediye Başkanı Mehmet Kemal Yazıcıoğlu'yla birlikte incelemelerde bulunan Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakan Yardımcısı Vedat Gürgen, kentsel dönüşüm için gerekli her türlü desteğin Bakanlık tarafından verileceğini belirtti.

Tokat'ta Kentsel Dönüşüm çalışmalarını ilgili start verdiklerini belirten Belediye Başkanı Mehmet Kemal Yazıcıoğlu, konuyla ilgili şu açıklamaları yaptı: "Binlerce yıllık tarihi ve kültürü ile şehrimizi depreme karşı yeniliyor ve güçlendiriyoruz. Cumhurbaşkanlığı ruhuyla birlikte daha güçlü olduğumuz inancıyla

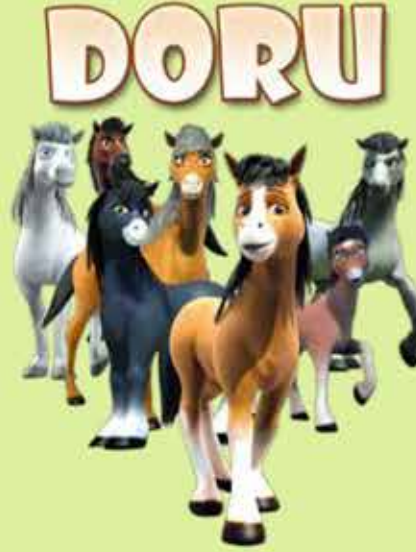


Tokat için hep birlikte üretmeye devam ediyoruz.

Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakan Yardımcısı Sayın Vedat Gürgen, Tokat Valisi Sayın Numan Hatipoğlu, AK Parti Tokat Milletvekili Sayın Mustafa Arslan, MHP Tokat Milletvekili Sayın Yücel Bulut'un katılımı ile daha yaşanabilir, çevre dostu ve modern bir #Tokat şehri için kentsel dönüşüm, yerinde dönüşüm, imar planlama gibi çok kritik konularda toplantımızı gerçekleştirdik.

Tarihin izlerini koruyarak, kültürel değerlerimizi yaşatarak Tokat'ımızı depreme karşı dirençli hâle getirmeye yönelik olarak kentsel dönüşüm startını verdik.

Daha önce Tokat'ı ziyaret ederek şehrimizin depreme karşı yenilenmesinde gerekli talimatları veren Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakanı Sayın Mehmet Özhaseki'ye hassasiyetlerinden ve Bakan Yardımcımız Sayın Vedat Gürgen'e ziyaretlerinden dolayı teşekkür ediyorum. Kentsel Dönüşüm çalışmalarımız şehrimize, değerli hemşehrilerimize hayırlı uğurlu olsun. Her şey Tokat'ımız için..."



TRT KİTAPLIĞI

Türkiye'nin en köklü kuruluşlarından biri olan TRT'nin deneyiminden ve tecrübesinden istifade edilerek yayımladığımız kitaplarımız 5 yaş ile 15 yaş arasındaki tüm kitapseverlere hitap etmektedir.



YEDİVEREN
ÇOCUK

YEDİVEREN

Okuma Alışkanlığınız... / www.yediveren.com.tr



Tiyatro ve sinema da en uzun soluklu, en prestijli ödül gecesinin yapıldığı Sadri Alışık Ödülleri 25.kez gerçekleşti. Herkesin büyük heyecanla beklediği ödül gecesi, Anadolu Efes, HDI Sigorta ve Beşiktaş Belediyesi'nin katkılarıyla, Mustafa Kemal Merkezi'nde, görkemli bir törenle sahiplerini buldu.

Sahnenin açılışı her yıl olduğu gibi Çolpan İlhan'ın konuşmasıyla açıldı. Ardından Sadri Alışık'ın unutulmaz film sahnelerinden biri olan "Sokak Köpeklerine selam vermek, adam olmaya çeyrek var demektir" izledik. Salonda büyük bir alkış tufanı koptu. Yekta Kopan, gecenin sunucusuydu. Her bir ödülü birbirinden kıymetli isimler takdim etti.

Tiyatro Onur Ödülü, Göksel Kortay'a verildi, Çolpan İlhan Sanata Değer Katan Kadınlar Ödülü Serpil Tamur alırken duygusal bir konuşma yaptı. Türker İnanoğlu adına ilk kez verilen Türker İnanoğlu Vefa ödülü Yeşilçam'ın emektar oyuncularını İhsan Gedik ve Mehmet Uğur'a verildi. Sadri Alışık Ödülleri hakkında konuşan Sadri Alışık Kültür Merkezi Genel Sanat Yönetmeni Kerem Alışık gecede şunları söyledi:

"Bugün önemli. Çünkü dünyanın umutlarını ve bugünün hayallerini bugün belirliyor. Ne mutlu ki bugün yine buradayız. Yine Mustafa Kemal merkezi yine Atilla İlhan Salonu'nda, yine aynı hali, aynı duyguları paylaşmaktan; aynı heyecanı yaşamaktan kıvanç duyuyorum. Hoşgeldiniz... Şeref verdiniz..."

Burada şu koltuklarda oturan ustalarımız, aynı sahneyi paylaştığınız meslektaşlarımız şimdi bize uzak ve soğuk görüntülerin içinden gülümsüyor maalesef... İçimizde bir şeyler oluyor. Bize olanlar değil de, içimizde olanları hatırlamamıza vesile oluyor. Çünkü hatırlamak bir buluşma biçimidir. İranlı şair Fıruğ'un dediği gibi 'Kuş ölür sen uçuşu hatırla' İyi ki varlar, iyi ki vardılar. Tıpkı Çolpan İlhan ve Sadri Alışık gibi güzel sanatları bitirdiler. Güzel sanatların içinde kaldılar. Ama en önemlisi bize güzel yaşama sanatını öğretiler. Sanata ve kültüre değer kattılar. Bize yol gösterdiler, yol açtılar. Minnet ve rahmetle anıyoruz onları."

Anlamli gecede, çok duygusal bir konuşma gerçekleşti, "Tiyatro Onur Ödülü"nü Göksel Kortay, "Çolpan İlhan Sanata Değer Katan Kadınlar Ödülü"nü Serpil Tamur aldı.

Tamur ödülünü alırken "Çolpan İlhan benim için muhteşem bir insandı. Onun adına verilen ödülü onun diktiği kostümle alıyorum. Gözüm gibi bakıyorum bu kostüme. Hayatımın Oscar ödülüdür bu benim için." ifadesini kullandı. Bu yıl da sahnede, beyazperde de canını dişine takan, emek veren oyuncular, gösterdikleri performansla en prestijli ödüllere sahip oldular.

SİNEMA YARDIMCI ROLDE YILIN EN BAŞARILI KADIN OYUNCUSU
- Nur Sürer – Cici

SİNEMA YARDIMCI ROLDE YILIN EN BAŞARILI ERKEK OYUNCUSU
- Cem Davran – Hayat

SİNEMA YILIN EN BAŞARILI KADIN OYUNCUSU
- Nurcan Eren – Suna

SİNEMA YILIN EN BAŞARILI ERKEK OYUNCUSU
- Ahmet Varlı – Kör Noktada

SİNEMA KOMEDİ YA DA KARA KOMEDİ DALINDA YARDIMCI ROLDE YILIN EN BAŞARILI KADIN OYUNCUSU
- Derya Karadaş – İyi Bir Aile Değiliz

SİNEMA KOMEDİ YA DA KARA KOMEDİ DALINDA YARDIMCI ROLDE YILIN EN BAŞARILI ERKEK OYUNCUSU
- Celal Kadri Kinoğlu – Do Not Disturb

SİNEMA KOMEDİ YA DA KARA KOMEDİ DALINDA YILIN EN BAŞARILI KADIN OYUNCUSU
- Hazar Ergüçlü – Gönül

SİNEMA KOMEDİ YA DA KARA KOMEDİ DALINDA YILIN EN BAŞARILI ERKEK OYUNCUSU
- Erkan Kolçak Köstendil – Gönül

TİYATRO YARDIMCI ROLDE YILIN EN BAŞARILI KADIN OYUNCUSU
- Ayşe Lebriz Berkem – Annemden Kalan Gül Ağacı Masanın Üzerinde Çaydanlık Beyaz Bir İz Bıraktı (BA - Tiyatro & H6 ACT)

TİYATRO YARDIMCI ROLDE YILIN EN BAŞARILI ERKEK OYUNCUSU
- Ahmet Saka – Othello (Moda Sahnesi)



TİYATRO YILIN EN BAŞARILI KADIN OYUNCUSU
- Özlem Zeynep Dinsel – Kızlar ve Oğlanlar (Oyun Atölyesi)

TİYATRO YILIN EN BAŞARILI ERKEK OYUNCUSU
- Berkay Ateş – Uykusuz Bir Rüya, Salim (D22)

TİYATRO KOMEDİ, KARA KOMEDİ, MÜZİKLİ OYUN YA DA MÜZİKAL DALINDA YARDIMCI ROLDE YILIN EN BAŞARILI KADIN OYUNCUSU
- Yağmur Damcıoğlu – Fosforlu Cevriye (İBŞT)



TİYATRO KOMEDİ, KARA KOMEDİ, MÜZİKLİ OYUN YA DA MÜZİKAL DALINDA YARDIMCI ROLDE YILIN EN BAŞARILI ERKEK OYUNCUSU
- Rojhat Özsoy – Bence Katil Öldürdü (İstanbul Devlet Tiyatroları)

TİYATRO KOMEDİ, KARA KOMEDİ, MÜZİKLİ OYUN YA DA MÜZİKAL DALINDA YILIN EN BAŞARILI KADIN OYUNCUSU
- Merve Polat – Yan Rol (Tiyatro Mitos)

TİYATRO KOMEDİ, KARA KOMEDİ, MÜZİKLİ OYUN YA DA MÜZİKAL DALINDA YILIN EN BAŞARILI ERKEK OYUNCUSU
- Onur Berk Arslanoğlu – Çirkin (Dolkun Production)



YENİ ÇİZGİ ROMAN ÇIKTI!



Çocuklar ve gençler için hazırladığı kaliteli içeriklerle tanınan Pungo Animation Studiosu ile Alfa Çocuk TV, yeni çizgi romanı “Boza –İki Şehrin Narası” kitabını yayınlamaktan büyük bir mutluluk duyar. “Boza”, hem eğlenceli hem de düşündürücü hikayesi ve büyüleyici çizimleriyle genç okurları kendine hayran bırakacak.

Yazar Erdem Semiz'in Kaleminden:

Erdem Semiz, çocuk edebiyatının sevilen isimlerinden biri olarak tanınmaktadır. Semiz, “Boza” ile çocukların hayal gücünü geliştirecek, onları farklı dünyalara taşıyacak bir hikaye sunuyor. Hikayenin merkezinde, cesaret, dostluk ve macera dolu bir yolculuk yer alıyor.

Çizer Fırat Soydan'ın Fırçasından:

Fırat Soydan'ın zarif ve ayrıntılı çizimleri, “Boza”nın hikayesini görsel bir şölen haline getiriyor. Soydan, karakterlerin ve mekanların her bir detayını büyük bir titizlikle işleyerek okuyucuları hikayenin içine çekiyor.

Boza'nın Konusu:

Üç Ağaç Yarımadası'na huzursuzluk hakimdir. Mahalle sakinleri hava karardığında sokağa çıkmaya korkmaktadır. Bölgedeki tekinsizlik insanların şehri terk etmelerine sebep olmaktadır. Bu gidişata dur demeye çalışan birkaç kahraman

bozacı ortaya çıkar. Bozacıların attığı “boozaaaa” narası artık sadece bir satış yöntemi değil, mahalle sakinlerine güven veren, çetecilere ise korku salan bir haykırıdır. Ancak tehlikeli ve kalabalık çetelere meydan okuyan bozacıların işi hiç kolay olmayacaktır. Esnaf ise bu durumdan muzdardır. Halk kendi başının çaresine bakmanın bir yolunu bulacaktır.

Pungo Animation Studio ve Alfa Çocuk TV'den Bir İlk: Bizler her zaman çocukların hayal dünyasını zenginleştirecek projelere imza atmayı amaçlıyoruz. “Boza” çizgi romanı, bu vizyonumuzun en yeni örneği. Gençlerin ve çocukların eğlenirken öğrenmelerini, hayal güçlerini geliştirirken değerli hayat dersleri almalarını istiyoruz.

“Boza”, tüm kitapçılarda ve çevrimiçi platformlarda satışa sunulmuştur. Çocuklar ve gençler için mükemmel bir hediye olan bu çizgi romanı kaçırmayın!

Yazar: Erdem Semiz
Çizer: Fırat Soydan

Yapay Zekanın Günümüzde Önemi Nedir ? Neden Yapay Zekayı Hayatımıza Almalıyız?

Merhaba değerli Medya Alemi okuyucuları ve kıymetli takipçilerim bu yazımda sizlere Dünya’da ve ülkemizde her alanda varolan yapay zekanın öneminden bahsedeceğim.

Yapay Zeka, 21. yüzyılda toplum, teknoloji, bilim, iş ve daha birçok alanda köklü değişimlere yol açıyor. Yapılan tahminler bu teknolojinin 2030 yılına kadar küresel ekonomiye 15.7 trilyon dolar katkı yaparak küresel gayri safi yurtiçi hasılayı %14 artıracak ve küresel istihdamın %30’unun yerine geçeceği yönünde. Son zamanlarda toplanan verilerin hacmindeki yüksek artış, bu verilerin yorumlanması ihtiyacı, internet ve dijital platformların toplumların günlük hayat akışında önemli ve hatta başlıca platformlar haline gelmesi ve otonom sistemlerin akıllı algoritmalarla evrilmeye başlaması yapay zekayı günümüzün ve geleceğin en önemli yüksek teknoloji alanlarından biri haline getirdi. Ayrıca yapay zekanın toplum için hayati önem taşıyan sağlık, enerji, finans ve tarım gibi sektörlerde kritik bir rol oynaması bu alanın önemini vurgulamaktadır.

Yapay Zekanın Faydaları Nelerdir?

Yapay zeka, bir insanın yapabileceği bazı görevleri daha fazla veriyle daha hızlı bir şekilde yapılmasına imkân tanıyarak, hayatımızı kolaylaştırmaktadır. Bu sebeple, yapay zeka; sesli asistanlar, dil çevirileri, öneri sistemleri, navigasyon, sosyal güvenlik, sağlık hizmetleri, e-ticaret ve yardımcı robot uygulamalarıyla günlük hayatımızda yer almaktadır. Siber güvenlik ve savunma sanayi gibi sektöre özel stratejik çalışmalarda da kullanılmaktadır.

Yapay Zeka’nın İş Hayatına Etkileri ve Yazılım Dünyasındaki Önemi

Günümüzde yapay zeka, iş dünyasında ve yazılım endüstrisinde devrim niteliğinde bir etkiye sahip olmuştur. Bu teknoloji, işletmelerin faaliyetlerini optimize etmek, verimliliği artırmak, müşteri deneyimini iyileştirmek ve rekabet avantajı elde etmek için kullanılan bir araç haline gelmiştir. İşte yapay zekanın iş hayatına etkileri ve yazılım dünyasındaki önemi hakkında daha detaylı bir değerlendirme:

1. Verimlilik ve Otomasyon: Yapay zeka, işletmelerin tekrarlayan ve zaman alıcı işleri otomatikleştirerek verimliliği artırır. Büyük veri analizi, iş süreçlerindeki iyileştirmelerin tanımlanması ve uygulanması için önemli bir araç haline gelmiştir. Yapay zeka sayesinde, işletmeler daha hızlı kararlar alabilir, daha etkin kaynak kullanımı sağlayabilir ve operasyonel maliyetleri azaltabilir.

2. Kişiselleştirilmiş Müşteri Deneyimi: Yapay zeka, müşteri davranışlarını analiz ederek kişiselleştirilmiş pazarlama stratejileri geliştirmeye yardımcı olur. Müşterilerin tercihleri ve ihtiyaçlarına daha iyi cevap vermek için yapay zeka tabanlı sistemler, öneri motorları ve özelleştirilmiş iletişim araçları kullanılır. Bu da müşteri sadakatini artırır ve işletmelerin rekabet avantajı elde etmesini sağlar.

3. Hızlı ve Akıllı Karar Alma: Yapay zeka, büyük veri setlerini analiz ederek işletmelerin daha akıllı kararlar almasını sağlar. Özellikle tahminleme modelleri ve öngörüler analizler, işletmelerin gelecekte talebi tahmin etmelerine ve operasyonel planlamalarını buna göre yapmalarına yardımcı olur. Bu da stok yönetimi, talep tahmini ve tedarik zinciri planlaması gibi alanlarda iyileştirmeler sağlar.

4. Güvenlik ve Sahtekarlık Tespiti: Yapay zeka, işletmelerin siber güvenlik önlemlerini güçlendirmesine yardımcı olur. Davranışsal analiz ve anomali tespiti gibi teknikler sayesinde, yapay zeka tabanlı sistemler, potansiyel tehditleri hızlı bir şekilde tanımlayabilir ve önleyici önlemler alabilir. Bu da işletmelerin kritik bilgilerini ve müşteri verilerini daha etkin bir şekilde korumalarını sağlar.

5. İş Süreçlerinde Esneklik: Yapay zeka, işletmelerin değişen pazar koşullarına hızlı bir şekilde adapte olmasına yardımcı olur. Örneğin, talep tahminleme modelleri, mevsimsel değişikliklere veya trendlere göre esneklik sağlayabilir. Ayrıca, yapay zeka tabanlı sistemler, işletmelerin dinamik talep ve değişen müşteri beklentilerine daha etkin bir şekilde cevap vermesine olanak tanır.

Yazılım dünyasında, yapay zeka büyük bir öneme sahiptir çünkü makine öğrenimi ve derin öğrenme gibi yapay zeka teknikleri, yazılım geliştiricilerin daha akıllı ve adaptif uygulamalar oluşturmalarına olanak tanır. Yapay zeka tabanlı araçlar ve platformlar, yazılım geliştirme süreçlerini hızlandırabilir, kodlama ve test süreçlerini optimize edebilir ve yenilikçi çözümler sunabilir. Bu da yazılım endüstrisinde daha etkin ve verimli bir çalışma ortamı yaratır ve müşteri beklentilerine daha iyi cevap verilmesini sağlar.

Sonuç olarak, yapay zeka, iş hayatında ve yazılım dünyasında devrim niteliğinde bir değişim yaratmaktadır. İşletmelerin rekabet avantajı elde etmesi, müşteri deneyimini iyileştirmesi ve operasyonel verimliliği artırması için yapay zeka teknolojilerinden yararlanmaları kritik öneme sahiptir. Aynı şekilde, yazılım geliştiricilerin yapay zeka tekniklerini kullanarak daha akıllı ve etkili çözümler oluşturmaları, gelecekteki başarıları için hayati öneme sahiptir.

Atakan TAŞUR
BHS Group Kurucu Başkanı

 atakantatur



Sanat Açmazı

Sanat, fikri çıktığı günden beri sanat hakkında birçok tanımlama yapılmıştır. Sanatın ne olduğu çokça tartışılmıştır. Her çağda bu soru sanatseverleri, sanatçıları, felsefecileri, sosyologları, filozofları, düşünürleri hatta sanatla hiç alakası olmayan kişileri bile meşgul etmiştir. Sanat nedir? Sanat ne içindir? gibi sorulara herkes maruz kalmıştır ve ömründe bir kez bile olsa düşünmüştür. “Sanat toplum için midir, sanat sanat için midir” dediğinizi duyar gibiyim.

Günümüzde bu sorulara cevap vermek geçmiş yüzyıllardan çok daha zor ve karmaşıktır. Yeni iletişim araçlarıyla birlikte bir ileti bombardımanına tutuluyoruz. Bu iletiler arasında Tiktok videoları, Netflix dizileri, Instagram storyleri gibi çeşitli mecra ürünleri var. Netflix platformunda “Değerli” işlerde var. Örneğin bol ödüllü bir sanat filmiyle karşılaşabiliyoruz. Çok büyük Hollywood yapımları da mevcut. Bir işi değerli bir sanat eseri yapan ya da sanat eseri yapan şey nedir diye sorarsam ortalık yangın yerine döner. Ama biraz beyin jimnastiği yapalım bir Tiktok videosunu Kurak Günler filminden değersiz yapan nedir? Ya da Kurak Günleri sanat eseri yapan fakat Instagramda paylaşılmış bir kahve storyisini sanat eseri yapmayan nedir? Son zamanlarda bienallere gitmesenizde yine sosyal medyada orada sergilenen eserleri görmüşsünüzdür. Ya da elinde bir zincirle bir margarin yığınına parçalayarak modern sanat gösterisi yapanlara şahit olmuşsunuzdur. Sanatın tanımlanmaya dair duyduğu ihtiyaç ya da insanların sanatı bir çerçeveye alma çabası belki de beyhudedir. Sanatı belki tanımlanamaması ve kişiden kişiye göre değişmesi sanat yapmaktadır.

Sanat, insan duygularını, düşüncelerini, hayal gücünü ve deneyimlerini ifade etmenin bir yoludur. İnsanların iç dünyalarını dışa vurmasına ve başkalarıyla paylaşmasına olanak tanır. Aynı zamanda kültürel ve tarihi birikimin bir yansıması olarak da görülebilir. Sanat, estetik deneyimler

sunarak insanlara ilham verir, düşündürür ve duygusal tepkiler uyandırabilir. Sanat, toplumların ve bireylerin duyarlılıklarını ve farkındalıklarını artırabilir. Sanat eserleri, toplumsal sorunlara dikkat çeker, insanların düşüncelerini, sorgulamalarını ve değişim için harekete geçmelerini sağlayabilir. Dolayısıyla, sanat genellikle toplumların uyanık kalmasına ve derinlikli düşüncelerine katkıda bulunur. Genel itibarı ile sanat böyle tanımlanır ve açıklanır fakat ben başka bir yerden bakmak istiyorum.

Sanat insanları uyutan bir iletişim aracı olabilir mi? Sanat eserleri insanları genel olarak bulunduğu duygu durumundan hayatın gerçekliğinden koparır ve kendine odaklar. Öyle ki insanlar o an ki duydu durumunun dışına çıkar, hayatın sorunlarından anlık olarak uzaklaşır. Buradan bakarsak sanat bir toplumu ülkenin siyasi, sosyal ve ekonomik sorunlarından uzaklaştırabilir. Ülkenin gerçek sorunlarından uzaklaştırarak gerçek sorunlara karşı olan farkındalığını azaltabilir. Böylece istenildiği takdirde güç sahiplerinin elinde güçlü bir algı aracıda olabilir.

Sanat bir algı üretim aracı olarak uzun yıllardır güç sahipleri tarafından kullanılıyor. Antik Yunanistan’daki heykellerden Mısır’daki eserlere, Mısır’daki eserlerden Roma İmparatorluğundaki fresklere, Roma İmparatorluğundan fresklerden Amerika’da ki Hollywood filmlerine kadar sanat bir algı yaratım aracı olarak kullanılmıştır. Arzu imalatı ve algı yönetimi amacıyla üretilmiş bir ürün, sanat eseri niteliği taşıyor mu sorusu tüm bunların beraberinde gelir ama bu da bizi tüm bu tartışmasının başına götürür Sanat Nedir?

Rafet Ogeday Erdoğan - Yönetmen

 r.ogedayerdogan

BAŞKAN ÖZLÜ DÜZCE'Yİ TURİZM ŞEHİRİ YAPMAYA KARARLI



Konuralp'i dünya kültür mirasına kazandırmak üzere gayret sarf eden Düzce Belediye Başkanı Dr. Faruk Özlü, Şehir Müzesi projesi için kolları sıvadı. Düzce'yi turizm şehri yapmaya kararlı olan Özlü, Kültür ve Turizm Bakanı Mehmet Nuri Ersoy'la bir araya gelerek müze projesini anlattı.

"Türkiye Yüzyılında Düzce İçin 100 Proje" hazırlayan Düzce Belediye Başkanı Dr. Faruk Özlü, Şehir Müzesi projesini hayata geçirmek üzere harekete geçti. Özlü, İstanbul Atatürk Kültür Merkezi'nde bir araya geldiği Kültür ve Turizm Bakanı Mehmet Nuri Ersoy'a müze projesinden söz etti.

Konuralp'te yapılması planlanan müzenin proje görselleri üzerinden Bakan Ersoy'a bir sunum yapan Başkan Özlü, Konuralp Antik Tiyatro'da süren kazı çalışmalarının son durumuyla ilgili bilgilendirmede de bulundu. Özlü, Konuralp'e Şehir Müzesi yapılması konusundaki olumlu yaklaşımları ve samimi destekleri için Bakan Ersoy'a teşekkür etti.

Şehir Müzesi projesinin "Turizm Şehri Düzce" hedefinin çok önemli bir ayağı olduğunu kaydeden Başkan Özlü, "Konuralp Bölgemiz Düzce'mizin kalbi. Çabamız, Düzce'yi dünya kültür mirasına dahil etme çabasıdır. 4 yıldır kazı yapıyoruz ve çok sayıda önemli eser bulduk. Geçen yıl arkeologların yaptıkları

değerlendirmelere göre Türkiye'de arkeolojik kazılarda bulunan 10 önemli eserin birisi Düzce'de çıktı. Bulduğumuz aslanlı mozaik Türkiye'de eşi benzeri yok. Antik tiyatro kazılarını bu yıl tamamlayarak restorasyonunu yapmayı planlıyoruz. Buradan çıkardığımız eserleri sergilemek üzere yeni bir müze de yapacağız. Müzeyi düşündüğümüz yer atlı kapının karşısındaki arazi. Sadece kazmak yetmez, insanlar görmeli" dedi.

Konuralp'in gelişmesi gerektiğini sık sık vurgulayan Başkan Özlü, bu kapsamda Antik Tiyatro'nun hemen karşısında bulunan ve 23 Kasım 2022 tarihinde meydana gelen 6,0 şiddetindeki depremde hasar alan Konuralp Merkez Camii'ni eski belediye meydanının bulunduğu alana taşımayı planlıyor. Yeni cami projesinin zemin katında kültür merkezi de yer alıyor.

Ahşap ve taş ağırlıklı yeni müzede ise, Konuralp kazılarında bulunan eserler sergilenecek. Projeler tamamlandığında ziyaretçiler önce müzeyi gezip, ardından atlı kapıdan geçerek Konuralp Antik Kenti'ne ulaşacak.

KONURALP ANTİK KENTİ GEZİ ROTASI OLDU

Batı Karadeniz'in en eski yerleşim yeri olarak bilinen Konuralp, 9 günlük Kurban Bayramı tatilinde turistlerin uğrak noktası haline geldi. Düzce Belediyesi'nin lojistik destekleri sayesinde yaklaşık yüzde 85'i gün yüzüne çıkarılan Antik Tiyatro ve çevresindeki tarihi yapılar tatil süresince 3 bin kişiyi ağırladı.

Düzce Belediye Başkanı Dr. Faruk Özlü'nün büyük önem verdiği ve şehrin en büyük kültür turizmi potansiyelini barındıran Konuralp Antik Kenti, Kurban Bayramı tatilinde ziyaretçi akınına uğradı. Düzce Belediyesi'nin lojistik imkan,

personel ve araç-gereç desteği sayesinde 4 yıldır kazıların sürdüğü alanda gün yüzüne kavuşturulan Antik Tiyatro, gerek Düzce'den gerekse şehri dışından gelen ziyaretçileri ağırladı. Birçok tarihi kalıntının dünya mirasına kazandırıldığı Antik Tiyatro 9 günlük tatil süresince 3 bin kişi tarafından ziyaret edildi. Tarihi yapıların titiz şekilde korunduğu bölgede yetkililer eşliğinde tiyatro basamakları, koridorlar ve en tepede bulunan Aslanlı Mozaik'i görme şansı elde eden ziyaretçiler yapılan çalışmalar hakkında detaylı bilgi de aldı. Konuralp'teki kısa sürede hızlı değişimi daha iyi gören ziyaretçiler kazılarla ortaya çıkarılan tiyatro çevresine, bozulmadan günümüze erişmeyi başarmış sahne ve basamak bölümlerine hayran kaldı.



DÜNYA MİRASI TATİLDE 3 BİN KİŞİYİ AĞIRLADI



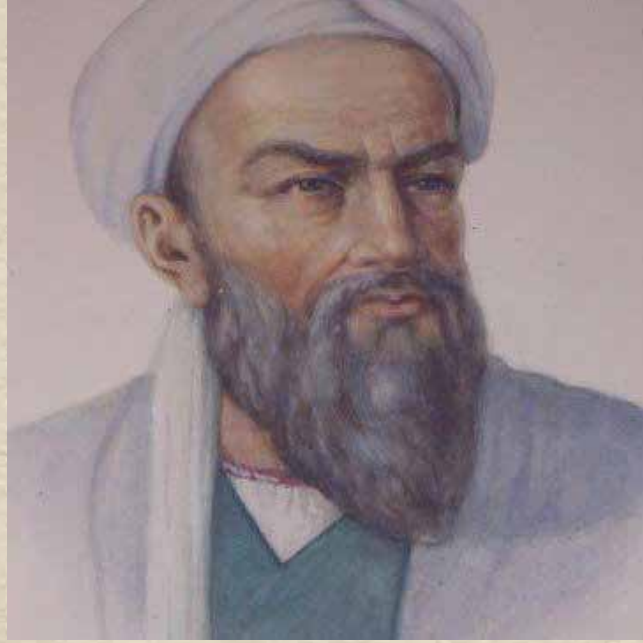
BİLGE TONYUKUK'UN HAYATI...

Göktürkler, bozkır uygarlığından yerleşik uygarlığa geçiş döneminde, Türk boylarının başına geçen hakan sülâlesidir (552-745). Kurdukları devlete de Göktürk Devleti denir.

Tonyukuk; İteriş Kağan (Kutluk), Kapagan Kağan, Böğü Han ve Bilge Kağan'a baş vezirlik yaptı. Bazı savaşlarda başkomutan oldu."Tonyukuk" sözcüğü, "giysisi yağlı" anlamına gelmektedir. O dönemlerde, lekeli bir giysi, "zenginlik ve cömertlik" belirtisiydi.

Kendi adına dikilen abideye yazdırdıklarından anlaşıldığına göre; Çin'de doğmuş, Çin esaretinden İteriş (Kutluk) Kağanla birlikte kurtularak Türklerin Çin esaretinden kurtuluş savaşını idare etmiş, gençlik yıllarında ataklık ve cesaretiyle, yaşlılığında da tecrübe ve bilgisi ile devletine hizmet vermiştir. Damadı Bilge Kağanın Türk milletini yerleştirmek ve Budist tapınakları açmak gibi fikirlerini reddetmiştir. Bu sebeple milleti her an at sırtında harbe hazır tutmuş ve Türklüğün İslamiyete girmesine zemin hazırlamıştır. Politikayı iyi bilen, halk ruhunu derinlemesine kavramış olan bu meşhur Göktürk vezirinin kendi adına M.S. 720-725 yıllarında dikilen kitabesi, Moğolistan'ın Bayın Çoktu mevkiindedir.Sade ve sanatsız bir dille yazılan bu kitabede; Çin esaretinin çilesinden, Çinlilerin hile ve zulümlerinden bahsedilerek halka öğütler verilir. Bazı bölümlerde de kendi hayatından bahisler vardır.

Bilge Tonyukuk ve Mücadelesi:



Türklerin Çin esaretine kesin olarak 680 yılında son veren ve Kuzey Çin'de bir ayaklanma organize eden Aşına ailesinden Kutlug olur. Göktürkler ve diğer Türk göçebe imparatorluklarının kurucusu ve yönetenleri, Aşına sülalesindendir. Başlangıçta 17 kişi olan İsyancıların sayısı, kısa zamanda 5 bine yükselir. Bunlar arasında ünlü devlet adamı ve kumandanı Tonyukuk da vardır.

Kutlug ile Tonyukuk önce Kuzey Çin eyaletine baskın yaparlar(681). Bol miktarda at, koyun, deve ele geçirirler ve Gobi Çölü ile Orhun ırmağı arasına çekilirler.

682 Yılında gerçekleşen "İnekler Gölü" savaşında Oğuzlar mağlup edilerek, Türklerin kutlu toprağı sayılan Ötüken yaylası ele geçirilir. Kutlug, kağan ilan edilir ve il-teriş(İl-i, yani devleti derleyip toplayan) unvanını alır. Böylece kurulan II. Göktürk Hakanlığı, Kutlug tarafından teşkilatlandırılır. Bir kardeşi "yabgu", Kapgan adındaki diğer kardeşi "Şad" tayin edilir. Tonyukuk, "aygucı" (Devlet baş müşaviri, danışmanı) olur.



Tonyukuk'un, kendi adına diktirdiği kitabesinden; Göktürkler, Juan Juan Devleti'nin elinde esir iken doğduğu anlaşılıyor. Esaretten İteriş Kutlug Kağan ile birlikte kurtulmuş, Türklerin istiklal savaşını, bu hakanla birlikte idare etmiştir ve Göktürk Devleti'nin kuruluşunda görev almıştır. Tonyukuk İyi bir stratejist ve taktik ustasıdır.

Tonyukuk'un, İteriş Kutlug Kağanla birlikte verdikleri mücadele Tonyukuk yazıtlarında şu şekilde anlatılır:

"Bu Türk bodununa pusatlı yağıyı(silahlı düşman) yaklaştırmadım. Damgalı at yürüttürmedim. İteriş Kağan kazanmasaydı ve de ben kendim kazanmasaydım il yine, bodun yine yok olacaktı. Kazandığı için ve de kendim kazandığım için il yine il, bodun yine bodun oldu." "Tanrı yarlıgadığı için Türk milleti içinde silahlı düşmanı gezdirmedim. Damgalı atı koşturmadım. İteriş Kağan çalışmasaydı ona uyarak ben kendim çalışmasaydım, il de millet de yok olacaktı. Çalıştığı, çalıştığım için il, il oldu. Millet de millet oldu. Kendim artık kocadım... Şimdi Türk Bilge Kağan, Türk müstakil milletini, Oğuz milletini iyi idare ederek tahtında oturuyor."

Ölümü:

Ömrünün büyük bir kısmı savaşlarda geçen Tunyukuk kendi yazdırdığı kitabesinde; güçlü ve cesur kaganı ile beraber düşmanlarını nasıl alt ettiklerini de bizzat anlatmaktadır. Çünkü hem batıya, hem doğuya, hem de kuzeye yapılan birçok seferlerde Tunyukuk ön plandadır. Mesela devletin merkezi Oguzlardan alındıktan sonra 693 senesinde, Çin'e Kök Türk akınları başlar. KapganKagan'ın Çin'e yapılan bu seferlere karar vermesinde Tunyukuk'un büyük payı vardır. O kitabesinde; "Türk milleti yaratılalı, Türk kaganı oturalı, Şantungşehrine, denize, ulaşan yok idi. Kaganıma söyleyip, ordu yolladım. Şantung şehrine ve denize ulaştırdım. Yirmi üç şehir ele geçti. Wu Hsien-pen Ta-tu harap olan ordugâhında ölü bırakıldı", diyor.

Büyük Türk Veziri Bilge Tonyukuk 725 yılı civarında vefat eder. Batılılarca ?Göktürk Bismarck'ı olarak adlandırılan Tonyukuk, Türklerin istiklalini yeniden kazandığı II. Doğu Göktürk Devleti zamanında yaklaşık 50 yıl devlet hizmetinde bulunmuş bir devlet adamıydı. Tonyukuk, Türklerin sadece askerlik ve devlet işleriyle uğraşmamış, ayrıca Türk milli kültürünün oluşumu yönünde de ciddi çabalar göstermişti. O, Türklerin milli benliği ile uyuşmayan çabalara karşı çıkmıştı. Örneğin, Türklerin yerleşik hayata geçmesine karşı çıkmış, ayrıca Budizm ve Taoizm gibi Uzakdoğu dinlerinin benimsenmesinin Türklerin savaşçı yapısını törpüleyeceğini düşünerek, bu çabalara karşı çıkmıştı. O, Türk milli yapısının oluşumuna büyük katkılarda bulunmuş büyük bir bilgeydi.

Bilge Tonyukuk kitabesinden kesitler:

Birinci taş (Doğu Cephesi):

İki bin idik. İki ordumuz oldu. Türk milleti yaratılalı, Türk kağanı tahta oturalı Şantung şehrine, denize ulaşmış olan yok imiş. Kağanıma arz edip ordu gönderdim. Şantung şehrine, denize ulaştırdım. Yirmi üç şehir zaptettiler. Uykularını burada bırakıp seferde yatıp kalktılar.

Çin kağanı düşmanımız idi. On Ok kağanı düşmanımız idi. Kırgızların güçlü kağanı da düşmanımız oldu.

İkinci taş (Batı Cephesi):

"Haberciyi getirdiler. Sözü şöyle idi: Yarış ovasında yüz bin asker toplandı dedi. Bu sözü işitince beğler, hepberlikte geri dönelim, zayıfın utancı daha iyidir dediler. Ben şöyle dedim; ben, Bilge Tonyukuk: Altun Ormanını aşarak geldik, İrtiş ırmağını geçerek geldik. Gelenler yiğit dediler duymadılar; tanrı, Umay, mukaddes yer su üzerine çökuverdi. Niçin kaçıyoruz? Çok diye niçin korkuyoruz? Azız diye niçin kendimizi küçümsüyoruz? Hücum edelim dedim. Hücum ettik ve yağmaladık.İkinci gün ateş gibi kızıp geldiler. Savaştık.

TİYATRO KÖŞESİ



CHARLIE CHAPLIN SAHNEDE...

"Hayat yakın planda trajedi, geniş planda komedidir."
Charlie Chaplin

Hikayesi hüzne boyanmış bir komedyen Chaplin. İnsanları bu kadar çok güldüren, sözleri Aforizma olarak akıllarımıza kazınan dev bir isim, ama hep zor bir hayatın parçası olmuş. Chaplin oyunu, bize karanlıkta kalan bir çocukluğun, aile dramının, başarının arkasında gölgelenmiş bir geçmişin ön yüzünü gösterdi.

Oyunda Chaplin'i oynayan Özgür Daniel Foster, ekibin diğer oyuncularıyla dev bir kadro boy gösteriyor; Aybüke Pusa, Şebnem Dönmez, Emre Taşkıran, Murat Danacı... Oyunculuklarını bildiğimiz, sevdiğimiz oyuncular, bir de ekibin arkasında görünmeyen kadro muhteşem bir sanat yaratmış, tebrik ediyorum. Özgür Daniel Foster, daha önce Kuş Uçuşu, Aşk 101 gibi başarılı dizilerde izlediğimiz bir isim, ama sahnede ilk kez izleme fırsatım oldu. Oyunun en sevdiğim yanı; Chaplin'in hayatının kronolojik bir sırayla verilmiş olmasıydı. Charlie Chaplin nasıl bir ailede büyüdü, nasıl bir eve doğdu, ilk nasıl keşfedildi, kendi içinde ne zaman yeteneğini fark etti, ilk kime aşık oldu? Tüm bu soruların cevap bulduğu bir oyun izledim. Annesinin onu terk etmesi ve huzurevine yerleşmesi savrulmaya başladığı ilk an olmuş. Hayatın ilk tokadı, bir de babasının yeni eşi Chaplin'i istemeyince, yalnız bir hayat onun için başlamış.



Oyunda karakterler birden çok karakteri canlandırıyorlar. Aynı oyuncular farklı karakterlerde izlemek beni çok keyiflendirdi. Hayatın içinden birçok sahneye, farklı karakterlere yer verilmiş. Oyunu izlerken, hayatın içinden, her yanından enstanteneler gördüm. Dudaklardaki tebessüm, sesli kahkahalar acı bir hayatın, kırık bir geçmişin, yaşanamamış bir çocukluğun eseriymiş. Charli Chaplin, güldürdüğü kadar gülmemiş.

İki gün gala yapan oyun, sezon arasına girdi. Yeni sezona bomba gibi giriş yapacağı kesin. Büyük prodüksiyonlu bir oyun olmuş, seyir keyfini yüksek tutuyor. Bence o koltuklarda oturan çoğu seyirci Charlie Chaplin'in hayatını bu kadar derinlemesine, hayatının eksik sayfalarının nasıl koparılmış olduğunu, gülüşlerin ardındaki sessizliği bilmiyordu. Bu oyun sayesinde bilinmeyen geçmişe, alkışlarla sesleniyoruz. Kimimiz üzüldü, kimimiz başarılarını takdir ederken, kimimiz ilham hikayesi bulurken bambaşka duygularla ayrıldık sahneden.



LEYLA İLE MECNUN DEĞİL

Yine Chaplin'in bir sözüyle başlıyoruz;
"Komedi yapmak için tek ihtiyacım bir park, bir polis ve hoş bir kız"

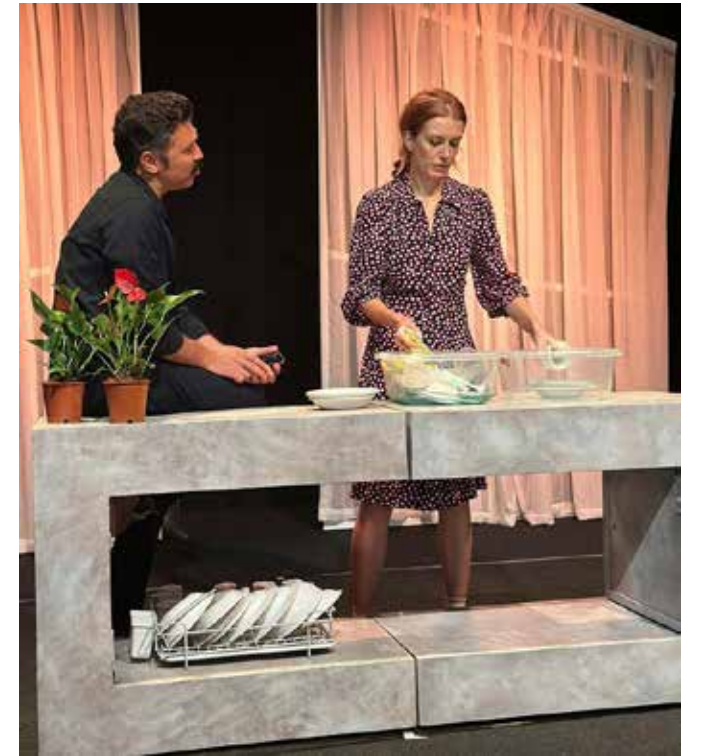
Elit Andaç Çam ve Bülent Emrah Parlak'ın sahneye taşıdığı bir boşanma hikayesi... Hikayenin yazarı Bülent Emrah Parlak. O yüzden hikaye bu kadar içselleştirilmiş, komedisi sağlam dinamitlere dayanmış. Bazen aşk biter, geriye koca bir hayal kırıklığı kalır. Mahkeme salonları bir zamanlar birbirlerini tanımadıkları için şimdi canavara dönüştüğüne inanan eşlerle doludur...

Leyla ile Mecnun değil, aşkın bitmese bile yolun bittiğini gösteren ve bunu bir cenaze metoforu üzerinden veren bir oyun olmuş. Cenaze ile ayrılık; ikisi de birer ölümdür aslında. İkisinin birleşerek verilmesi şahane bir detaydı. Birbirini çok seven insanların ayrılmak zorunda kalmaları da, kendilerini öldürmek gibi bir şeydir.

Şimdi ben böyle dramatize ederek yazınca, siz de oyunda ağlayıp, sızlanacağınızı düşünmeyin. Çok derin bir komedisi var, salondan kahkaha sesleri susmadı diyebilirim. Artık birbirlerine olan anlayışlarının sınıandığı, göze batmayan küçük şeylerin devleştiği bir ilişkinin son noktasını izledim. Hala birbirlerini kırabilecek kadar birbirlerini seven, hayatları ne kadar değişirse değişsin güzel hatırlanacak anıların olduğu bir hikayeydi. Tabi biraz kavga, biraz laf sokmaca, her zaman her iki tarafın da haklı olduğu güç savaşları oyunu çok keyifli bir hale getirdi.

Ama ben sahnede onları izlerken aklıma şöyle bir soru geldi; doğru zamanda bitmiş bir evlilik, geçmişine verdiği en güzel armağan mıdır? Hala birbiri için kıymetli olduğunu gördüğümüz, aslında herkesin oyunun sonunda sarılıp, barışacaklarını düşündükleri bir boşanma hikayesinin bu şekilde evrilmesi günümüz için çok iyi bir mesajdı.

"Ya benimsin ya kara toprağın" gibi cümleler kuranların, boşanmayı hazmedemeyip, kadın cinayetlerinin işlendiği, gün geçtikçe bu cinayetlerin arttığı bir dünyada, bitmiş bir evliliğin kurtarılması gerektiğine o kadar çok inanmış ki, bittiğini kabullenmenin ne kadar kıymetli bir şey olduğunu unutmuşuz.



Sahnede Elit Andaç Çam & Bülent Emrah Parlak birbirlerini tamamlayan muhteşem bir ikili olmuşlar. Sezon açılır açılmaz kaçırmayın derim...

HAZIRLAYAN: Gizem YILDIZ

gizemyildizofficial94



TEMMUZ 2024

BURÇ YORUMLARI



Koç (21 Mart - 20 Nisan)

Temmuz ayında Koçlar, her sosyal etkinlikte kalabalığın arasından sıyrılan karizmatik liderler haline gelecekler. Özgüven ve pozitif enerjile ışıdayacaksınız ve etrafınızdaki herkes sizi rol modeli olarak algılayacak ve varlığınızda kendilerini rahat hissedecekler. Bu nedenle, bu ay ister aşk ister iş olsun, ilişkiler kurmanın damgasını vuracağı bir ay olacak. Bununla birlikte, bu dönemde yalnızca iletişim kurma becerisi avantajınız olmayacak, aynı zamanda evdeki pratik faaliyetlerde de başarılı olacaksınız, bu da özellikle eşiniz veya yaşlı ebeveynleriniz tarafından takdir edilecektir.



Boğa (21 Nisan - 20 Mayıs)

Temmuz Boğa burcu için tamamen rahat edeceğiniz uyumlu bir ay olacak ve bu ayın size getireceği her andan keyif alacaksınız. İçinizde empati uyanacak ve sevdikleriniz için bir destek haline geleceksiniz. Aynı zamanda, enerji dolu olacaksınız, bu yüzden onu sonuna kadar kullanmaktan korkmayın.

Temmuz ayının gelişle birlikte Boğalar en çok Balık burcundaki Jüpiter'den etkilenecek, bu sayede kendinizi



İkizler (21 Mayıs - 20 Haziran)

İkizler burcu Temmuz ayında kişisel yaşamlarında ve kariyerlerinde büyük değişiklikler bekleyebilir. Bu yaz ayı size çok fazla güven verecek, bu sayede pozitif enerjile parlayacak ve birçok yeni talip için çok çekici hale geleceksiniz. Bu dönemde, kader aşkınız bu talipler arasından çıkabilir, bu yüzden her anı algılayın ve var olmanın tadını çıkarın. Düşünmek ve gereksiz yere senaryolar yaratmak size zarar verebilir. İş yerinde de büyük bir şeyler oluyor, bu yüzden her şeye hazırlıklı olun ve karar verirken sezgilerinizi göz önünde bulundurun.



Yengeç (21 Haziran - 20 Temmuz)

Temmuz ayı Yengeçlere, hayatlarının çeşitli alanlarında kullanabilecekleri büyük bir fiziksel ve zihinsel güç dozu getirecek. Spor aktivitelerinde başarılı olacaksınız ve spor tatilleri için iyi bir arkadaş olacaksınız. Ayrıca çok becerikli olacaksınız, bu da evinizde işinize yarayacak ve eşiniz evdeki inisiyatifinizi kesinlikle takdir edecek. Bu dönemde anlayışlı olacaksınız ve arkadaşlarınız tavsiye için size gelecek çünkü çok empatik ve dengeli olacaksınız.



Aslan (21 Temmuz - 20 Ağustos)

Temmuz ayında Aslan burcu sakinleşecek ve hayatı akışına bırakacak. Her şeyi kontrol etmek zorunda olmadığınızı ve sadece yönlendirilmenin ve şu anın tadını çıkarmanın iyi olduğunu fark edeceksiniz. Harika iletişim becerileri ve dinleme yeteneği, ister hayat arkadaşı ister iyi bir arkadaş olsun, hayatınızın önemli bir parçası olacak biriyle tanışmanıza yardımcı olacak.



Başak (21 Ağustos - 20 Eylül)

Temmuz Başak burcunun özgüvenini artıracak. Bu ay kendinize o kadar güveneceksiniz ki, her konuda elinizden gelenin en iyisini yaptığınızı ikna olacaksınız. Bu dönemde cinsel enerjiniz uyanacak ve partnerinizle mevcut cinsel yaşamınızı renklendirme arzusu sizi saracak. Ayrıca yaygın olarak tabu olan konulardan da hoşlanacaksınız; bu nedenle, çok ilginç konuşmaları dört gözle bekleyebilirsiniz.

Temmuz ayı Koç burcunun tanıdıklarıyla yakınlaşması için mükemmel bir zaman, özellikle de Venüs'ün aslan burcunda olması sayesinde kendilerine güvenleri artacak. Yeni tanıştığınız birine ulaşmaktan korkmayın. Ne de olsa bu kişi gelecekteki partneriniz olabilir. Hayatınızın aşkına dönüşme bile, en azından heyecan verici bir deneyim yaşayacaksınız.

Bu ay boyunca, en iyi fiziksel durumda olacaksınız, bu nedenle her boş anınızı spor veya bahçe işleri veya yürüyüş gibi diğer aktiviteler için kullanmaktan çekinmeyin.

memnun hissedecek ve üzerinde kontrolünüz olmayan şeyler için endişelenmeyi bırakacaksınız. Uyumdan çok etkileneceksiniz ve başkaları da bunu hissedecek. Üstelik bu uyumu onlara da aktarabileceksiniz. Bu nedenle, çalışma hayatınızda önemli bir değişim beklemeyin.

Son zamanlarda bir kenara itmiş olabileceğiniz maneviyat için de ideal bir zaman olacak. Dengeyi bulmanıza yardımcı olması için edebiyat, resim veya meditasyonu deneyin.

Bu dönemde Jüpiter ikizler üzerinde en önemli etkiye sahip olacak. Yaratıcılığın yanı sıra, size mutluluk ve kadersel olaylar getirecek. Bu nedenle, Temmuz ayında gözlerinizi fırsatlardan ayırmayın çünkü hayatınızın aşkıyla ya da hayatınızı alt üst eden bir olayla karşılaşabilir ve birçok hayalinizi gerçekleştirebilirsiniz. Ne yazık ki bu gezegen aynı zamanda güç arzusu ve gözünüzde aşırı büyütme ile de ilişkilidir. Bu yüzden gücünüzün ötesinde bir görevi üstlenmeye çalışabilirsiniz.

Temmuz ayında enerjiniz bol olacak, adrenalin patlaması yaşayabilirsiniz. Yengeçler huzursuz olacak ve bilgi arzusu da alışılmadık derecede güçlü olacak. Merkür sizi ileri itecek, arzularınızı tatmin edene kadar durmayacaksınız. Ancak, çok fazla hevese kapılmamaya dikkat edin. Aile ve ilişkiler söz konusu olduğunda, etrafınızdaki insanlar size eşlik etmeye hevesli olacaklar. Çok empatik olacaksınız ve diğerleri sizinle vakit geçirmeyi sevecek. Bu durum partneriniz için de geçerli. Onlarla daha fazla zaman geçirirseniz kesinlikle takdir edeceklerdir.

Aslanlar için bu ay, Venüs'ün etkisinin size vereceği uyum ve sıcaklık içinde geçecek. Yeni ilişkiler kurma yeteneğinizi adil bir şekilde kullanacak ve böylece ilginç insanlarla tanışacaksınız. Ancak, gezegenin etkisi nedeniyle kıskançlık ortaya çıkabilir. Arkadaşlarınızla birlikte olacak ve aynı zamanda partnerinizi sizinle yeterince vakit geçirmediği için suçlayacaksınız. Arkadaşlarınızla vakit geçirmenin onun için her zaman iyi hissettirmek zorunda olmadığını anlamaya çalışın.

Temmuz ayında Başaklar için yeni insanlarla tanışmak kolay olmayacak. Venüs nedeniyle, çevrenizdekileri küçümseme ve mantıksızca kınama eğiliminde olacaksınız ve bu nedenle büyük olasılıkla kibirli olacaksınız. Ancak, bir kitabı kapağına göre değerlendirerseniz, gelecekte hayatınızı değiştirebilecek insanları kaybedebilirsiniz. Öte yandan, sevdiklerinize karşı sarsılmaz bir şefkat göstereceksiniz.



Terazi (21 Eylül - 20 Ekim)

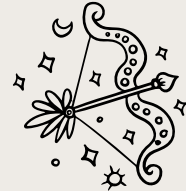
Temmuz ayında Terazi burcu güzel bir dinlenme dönemi geçirecek. İşinizde fazla çaba harcamadan başarılı olacaksınız, böylece boş zaman aktiviteleri için daha fazla enerjiniz ve zamanınız olacak. Uzun zamandır görmediğiniz arkadaşlarınızla nihayet buluşacak ve ilişkinizi yeniden derinleştireceksiniz. Yanlış duruş ve stres nedeniyle ağrıyan sırtınız özel ilgi gerektirecektir, bu nedenle sağlık egzersizlerine odaklanmalı ve her gün ağrınızı hafifletecek egzersizler yapmalısınız. Bununla birlikte, dışarıda kardiyo aktiviteleri de size fayda sağlayacaktır, bu nedenle bunları birleştirin.



Akrep (21 Ekim - 20 Kasım)

Temmuz ayında Akreplerin hayatında pek çok büyük değişiklik olacak. Kendinizi mevcut yaşam tarzını güncellemesi gereken tamamen yeni bir insan gibi hissedeceksiniz. Sosyal olun; sizi yeni sizinize uyacak ve yeni arkadaşlıklar ve bağlantılar kurabileceğiniz yeni bir topluluğa götürecek biriyle tanışabilirsiniz. Partnerinizi aktivitelerinizden mahrum bırakmayın; aksi takdirde pişman olabilirsiniz.

Temmuz ayında Akrepler için pek çok değişiklik olacak.



Yay (21 Kasım - 20 Aralık)

Temmuz ayı Yay burçları için kariyerleri açısından başarılı bir ay olacak. Patronunuzu ve iş arkadaşlarınızı şaşırtacak yeni fikirler üreteceksiniz ve sıkı çalışmanız, dayanıklılığınız sayesinde bir terfi bile alabilirsiniz. Hedeflerinizin peşinden gidin ve kimsenin cesaretinizi kirmasına izin vermeyin; şimdi başarıya ulaşmak için en büyük şansa sahip olduğunuz zamandır. Özgüveniniz artacak ve çevrenizdeki insanlar bunu fark edecek, bu nedenle eşiniz ve ailenizle ilişkinizi olumsuz etkileyebilecek kibirli bir kişi izlenimi bırakmamaya dikkat edin.



Oğlak (21 Aralık - 20 Ocak)

Temmuz ayında geçmişten gelen sorunlar su yüzüne çıkacak ve bunların temelli olarak çözülmesi gerekecek. Sorunlar ailenizde çözülmesi gerektiğini düşündüğünüz bir çatışmayla ilgili olacak. Buna olumsuz bakmayın ve aile ilişkilerinizi düzeltmek için bir meydan okuma olarak kabul etmeye çalışın. Her şey konuşulabilir, ancak buna açık olmak gerekir.

Temmuz ayında Oğlaklar Jüpiter'in etkisiyle ailelerine karşı görevlerini çok daha fazla hissedecekler. Sevdiklerinize



Kova (21 Ocak - 20 Şubat)

Mayıs ayı Kovalar için bazı çelişkili duygular getirecek. Özel hayatınızda bir yol ayırmına olacaksınız ve hangi yöne gideceğinizi bilemeyeceksiniz. Sizi en çok aşk hayatınız endişelendirecek. Partnerinizin doğru kişi olup olmadığını merak etmeye başlayacaksınız, eski aşkınızın anıları geri gelecek ve ikisini karşılaştırmaya başlayacaksınız. İçsel bir denge bulmaya çalışmalı ve bir süreliğine kendinizi kapatmalısınız. Ormanda bir yürüyüş, temiz hava ve biraz



Balık (21 Şubat - 20 Mart)

Temmuz ayında Balıklar dürtüsel tepkileri nedeniyle kendilerini tanıyamayacaklar ve bu durum bu ayki gezegen konumları tarafından desteklenecek. Dikkatli olmalı ve daha sonra pişman olabileceğiniz hiçbir şey söylememeye çalışmalısınız. Keskin fikir alışverişleri içeren durumlardan kaçınmaya çalışın. Bunun yerine yalnız başınıza çok zaman geçirin ve zamanınızı bazı yaratıcı faaliyetlere ayırın. Bu ay sporda da mükemmel olacaksınız, bu nedenle koşuya

Temmuz ayında her şey sakin ve sorunsuz olacak, her şeyi iyi anladığınızı hissedeceksiniz. Ay'ın etkisi duygularınızı çoğaltacak. Ancak, tüm durumları tamamen kontrol edebilecek ve her durumda mutlak dengeyi bulabileceksiniz. Ay'ın etkisi sayesinde Teraziler bir şeyler yaratmak ya da bir tür yaratıcı faaliyette bulunmak isteyebilirler. Kendinizi hafife almayın ve bunu adil bir şekilde kullanın. Örneğin evinizi dekore etmek veya resim yapmak gibi, kendiniz yapabilirsiniz ve sevdikleriniz size çok hayran kalacaktır.

Uranüs sayesinde keşfedilmemiş olanı keşfetme ve deney yapma eğiliminde olacaksınız. Bu size hayatın birçok alanında yardımcı olacağından, gelecekte bile bu düşünce yapısına bağlı kalacaksınız.

Ne yazık ki, partneriniz de aynı görüşleri paylaşıyorsa, bu tutumunuz nedeniyle ilişkiniz sizin için iyi çalışmayacaktır. Ancak, partneriniz ayaklarının yere basmasını istiyorsa, uzlaşmaz olacaksınız ve kendinizi savunacaksınız, bu da asla yüksek sesle söylemek istemediğiniz şeyleri gündeme getirmenize neden olabilir.

Satürn'ün etkisi nedeniyle Yaylar Temmuz ayında inatçı olabilir ve muhtemelen ne pahasına olursa olsun geleneksel değerleri korumaya çalışacaklardır. Bunları çocuklarınıza da uygulamaya çalışacaksınız ve bu da sorunlara yol açabilir. Hayatlarına müdahale ettiğinizi düşünebilirler ve bu nedenle kolayca size karşı gelebilirler.

Hem işte hem de özel hayatınızda çok sistematik olacaksınız. Sonuç olarak, başarının ilk bakışta görüldüğü kadar uzak olmadığını ve çabalarınızın katlanarak artacağını görebilirsiniz.

karşı aşırı korumacı davranacaksınız ve bu da çoğu zaman onlar için bir yük olabilir. Özellikle çocuklarınız ergenlik çağındaysa, bu eğilimlerinizi azaltmaya çalışın. Sadece bu değil, size uzun süre kızabilirler, aynı zamanda onlarla çok fazla ilgilenirseniz büyümelerini de zorlaştırırsınız.

Ayrıca bu ay muhtemelen kendinizi geliştirmeye yatırım yapmak isteyeceksiniz. İster el becerilerinizi geliştirin ister bilgi edinin, bu size iç huzur ve tatmin sağlayacaktır.

egzersiz size iyi gelecektir. Ayrıca diğer insanlarla birlikte olduğunuzda kendinizi yeniden şarj olmuş hissedeceksiniz, bu nedenle bir arkadaşınızı kahve içmeye davet edin ve biraz eğlenin.

Bu ay ilişkilerinizde biraz kaos olabilir. Partnerinizi çok seviyorsunuz ama yine de sık sık eski ilişkinize dönüp neyi yanlış yaptığınızı düşünme eğiliminde olacaksınız. Eski sevgilinizle ilişkiniz en iyisi değil ve bunu değiştirmek istiyorsunuz.

çıkma ya da spor salonuna gitmeye çalışın, vücudunuz için iyi olacaktır.

Temmuz ayında Balıklar duygularının büyük etkisi altında olacaklar. En ufak bir değişikliği güçlü bir şekilde algılayacaklar ve başkalarının davranışlarını çok ciddiye alacaklar. Küçük bir sorun bile sizi günlerce çıldırtmaya yetebilir. Hayvanlarla ilgilenmek veya ormanda yürümek içsel dengenizi yeniden kurmanıza yardımcı olacaktır.

AĞUSTOS 2024

BURÇ YORUMLARI

Murat ÖZKARDEŞLER

www.acharyamurad.com

acharyamurad



Koç (21 Mart - 20 Nisan)

Ağustos ayında Koçlar bir süre hayal kuracak ve mükemmel bir yaşam fikirlerine yenik düşecekler. Bu dönemde, uzun zamandır sizi takip eden bazı engeller de su yüzüne çıkacak ve hatta sırtınızla ilgili hafif sağlık sorunları ortaya çıkacak. Bu yüzden kendinize odaklanmalı ve sorunlarınızı çözmeye başlamalısınız; bu ay birçoğunu çözmek için mükemmel bir zaman. Her zamankinden daha alıcı ve açık olacağınız için, kişisel gelişimle ilgili kitaplar okumaktan zevk alacaksınız ve bu da sizi biraz daha ileriye taşıyacak.



Boğa (21 Nisan - 20 Mayıs)

Ağustos ayında Boğa burcu tutku dolu olacak ve birçok yeni aşk deneyimini dört gözle bekleyebilir. Soğukkanlılığınız ve huzurunuz sayesinde çevrenize pozitif enerji yayacak ve aynı dalga boyunda olacağınız ilginç insanlarla temasa geçeceksiniz. Ancak, iş yerinde uzun vadeli sorunlar birikebilir ve üstlerinizle tatsız anlaşmazlıklarla da karşılaşabilirsiniz. Bu dönem sizi ilk başta doğru görünmeyen, ancak gelecekte takdir edeceğiniz ve sonuçta kendinizle gurur duyacağınız önemli iş kararları almaya teşvik edecek.



İkizler (21 Mayıs - 20 Haziran)

Ağustos ayı İkizler burcuna pek çok öngörülemez dönemeç getirecek, ancak bunlar yalnızca mantıksız temellere dayanacak. Bu nedenle, duygularınızın sizi yutmasına izin vermeyin ve her şeyi önceden düşünüp rasyonelleştirenizi iyi olur. Bu dönemde dürtüsel davranışlara eğilimli olacaksınız ve dikkatli olmazsanız, partnerinizle tatsız bir tartışma şeklinde size geri tepebilir. Hayatınız çok yoğun olacak ancak bu ay yaşayacağınız sindirim sorunlarından kaçınmak için iyi beslenmeyi unutmayın.



Yengeç (21 Haziran - 20 Temmuz)

Ağustos ayı Yengeç burcu için zorlu bir ay olacak. Biraz ruhani kitaplar okumak bu ay sizin için doğru bir seçim olacak, çünkü affedebileniz ve hayatınıza devam edebileniz anlamında gözlerinizi açacak. Önceliklerinizi netleştirecek ve daha radikal bir değişim yapmaya hazır olacaksınız.

Ağustos ayında Yengeçler kendileriyle olduğu kadar başkalarıyla da mücadele edecekler.



Aslan (21 Temmuz - 20 Ağustos)

Ağustos ayı Aslan burcu için başarılarla dolu bir ay olacak. Sadece işte değil, özel hayatınızda da başarılı olacaksınız. Pozitif enerjiyle parlayacak, çevrenizi olumlu yönde etkileyeceksiniz ve VIP sosyal etkinliklere çok ilginç davetler bekleyebilirsiniz. Nereye giderseniz gidin, herkesin sohbet etmek isteyeceği hoş bir misafir olacaksınız.

Sadece şöhretin başınızı döndürmesine izin vermeyin. Elbette partneriniz sizinle gurur duyacaktır, ancak ona popülerliğinizden çok onu önemseyişinizi göstermeye çalışın.



Başak (21 Ağustos - 20 Eylül)

Ağustos ayında Başak burcu ruh hali değişimleriyle karşı karşıya kalacaktır. Bu nedenle, bu dönem rasyonel düşünme ve içgörü gerektiren önemli yaşam kararları almak için ideal olmayacaktır. Öte yandan, sezgisel eylemleriniz zarar vermeyecektir. Bunlar sıradan şeylerse, tam tersine durumu sizin için çok daha kolay hale getirecektir. Her şeyi o anda nasıl hissediyorsanız öyle yapacaksınız. Ancak partnerinizin önünde ruh hali değişimlerine dikkat edin. Size karşı kesinlikle anlayışlı olacaktır, ancak sizin de ona karşı anlayışlı olmanız gerekir, bu yüzden onu incitmemeye dikkat edin.

Koçlar proaktif ve huzursuz olduklarından, birçoğu sonbaharın neler getireceğini şimdiden düşünüyor olacak. Yıl sonuna kadar neleri başarmak istediğinizi planlamaya başlayacaksınız. Tatiller sizin için temelde bitti ve çalışma hayatınıza geri dönmeye başlayacaksınız. Ancak çok fazla acele etmemelisiniz. Bu ay seyahat etmek ve sevdiklerinizle vakit geçirmek için kullanabileceğiniz son fırsatlardan biri. Her şeyi anında planlayabilir ve zamanın tadını sonuna kadar çıkarabilirsiniz.

Ağustos ayında Boğalar doğal utangaçlıklarını bir kenara bırakacak ve gelecekleri için değerli olabilecek yeni ilişkilere açılacaklar; bu ister bir partner, ister bir arkadaş ya da bir iş arkadaşı olsun. Gerçekte kim olduğunuzu göstermekten korkmayın; etrafınızdakiler bunu çok takdir edecektir. Ayrıca, başkalarının fikirleriyle de yüzleşin.

Fiziksel kondisyon açısından da çok zinde olacaksınız, bu nedenle genellikle yapmaya cesaret edemeyeceğiniz manuel aktivitelere veya sporlara katılmaktan çekinmeyin. Kendinizi etkileyeceksiniz ve bu size biraz daha fazla güven verecek.

Agustos ayında ikizler çok kiskanç olacak. Her ne kadar çok yanıldığınızı ve bunun bir ego meselesi olduğunu düşünecek olsanız da, duygularınız sizi uyutmayacak ve tek bahaneniz günlerce içinize kazınacak. Ancak bu durumda içgüdüsel olarak hareket etmemeli ve her türlü yüzleşmeyi kanıtlara dayandırmalısınız. Özellikle fiziksel durum açısından birçok olumlu özelliğe sahip olabilirsiniz. Israrıcı, tavizsiz olacak ve belirlediğiniz hedeflere her ne pahasına olursa olsun ulaşmak isteyeceksiniz.

İnatçılığa ve uzlaşmazlığa eğilimli olacaksınız. Başkalarının tavsiyelerine uymayacaksınız. Ancak, geçmişin unutulmuş gibi görünen yanlışlarını çözmenizi sağlayacağı için bazı anlarda iyi gelebilir. Değişim arzusu da ortaya çıkacaktır. Ve sadece işte değil, aynı zamanda konut açısından da. . Evinizi değiştirme, hatta tamamen başka bir yere taşınma ihtiyacı hissedebilirsiniz. Eğer başka bir mülk satın almayı düşünüyorsanız, şimdi tam zamanı.

Ağustos ayında Aslanlar, baskın gezegenleri Güneş sayesinde yılın en iyi zamanını geçirecekler. İşinizde harika olacaksınız ve iş arkadaşlarınız size saygı duyacak. Zor bir karar verirken içgüdülerinize kulak verin, şans yanınızda olacak. Ayrıca daha hırslı olacaksınız ve bu da üstleriniz tarafından fark edilecek. İş arkadaşlarınızla muhtemelen biraz daha kötüleşecek olan ilişkilerinize dikkat edin. Satış, kira veya diğer finansal işlemler için pazarlık yaparken de işinizde çok başarılı olacaksınız. Mükemmel teklifler neredeyse kendiliğinden size gelecek.

Nispeten sakin geçen ayların ardından Başaklar için bir öfke dönemi geliyor. Mars'ın etkisi altında çok huzursuz olacaksınız. Genellikle sosyal olaylardan uzak durursunuz ve Ağustos ayında da bu durum değişmeyecek. Ancak, eğer biri kişisel alanınıza girerse, öfkeleneceksiniz. Eski yanlışlar su yüzüne çıkıyor ve affedilmeyi arzulayacaksınız. Artan hırsınız sayesinde muhtemelen işinizde başarılı olacaksınız. Her durumda kendinizi savunacaksınız ve başkalarının fikirleri sizin için önemli olmayacak, bu da hem olumsuz hem de olumlu sonuçlar doğurabilir.



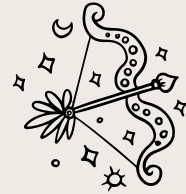
Terazi (21 Eylül - 20 Ekim)

Ağustos ayında Terazi burcu çok sosyal olacak. Empati yeteneğiniz uyanacak ve bu sayede arkadaşlarınızın gözde akıl hocaları olacaksınız. Bu ay başkaları için her şeyi yapacaksınız, bu nedenle arkadaşlarınızın size güvenmesi ve onlara tavsiyelerde bulunup destek olmanız sizin için tatmin edici olacak. Ancak her şey bu değil; güçlü noktanız yemek pişirmek de olacak. Mükemmel mutfak deneyelerinizle arkadaşlarınızı ve ailenizi şaşırtacak ve en iyi ev sahibi statüsünü kazanacaksınız.



Akrep (21 Ekim - 20 Kasım)

Ağustos ayı Akreplere bir parça inatçılık ve azim getirecek. Bu ay hedefiniz olarak belirlediğiniz her şeyi başaracaksınız. Ancak, başkalarına saygı duymama ve sınır tanımama eğiliminiz olacak, bu da özellikle iş yerinde sorun yaratabilir. Belki iş arkadaşlarınız size biraz düşmanca bakacaklar ama bunun nedeni sizin azminizi ve başarılarınızı kıskanmaları olabilir. Onlara uyum sağlayamazsanız, sizi gruplarının bir parçası olarak görmeyi bırakabileceklerinin farkında olmanız gerekir. Bu nedenle önceliklerinizi göz önünde bulundurmaya çalışın ve eylemlerinizi önceden onlara göre



Yay (21 Kasım - 20 Aralık)

Ağustos ayı Yayların cinsel enerjilerini ve tutkularını ortaya çıkaracak. Yapabileceğiniz en iyi şey, kendinizi kapatabileceğiniz ve arzularınızın sizi yönlendirmesine izin verebileceğiniz bir yurtdışı tatiline çıkmaktır. İnanılmaz erotik deneyimleri dört gözle bekleyebilirsiniz çünkü bu ay içinizde açılacak olan cinselliğinizin yeni alanlarını keşfetmeyi arzulayacaksınız. Bu tutkulu enerjiyi başka alanlarda da kullanabilirsiniz çünkü bu aynı zamanda yaratıcı bir enerjidir. Belki bir seramik dersi ya da bir çizim dersi bulmaya çalışabilir ve fantezilerinizi gerçeğe dönüştürebilirsiniz.



Oğlak (21 Aralık - 20 Ocak)

Ağustos ayı Oğlak burçlarına pek çok ruh hali değişikliği getirecek. Etrafınızdaki insanlar ya da partneriniz üzerinde iyi bir etkisi olmayacak duygusal bir hız trenindeymişsiniz gibi hissedebilirsiniz. Ayrıca kiskançlık ve her şeyi kontrol etme arzusuyla ilgili sorunlar da yaşayacaksınız. Eğer kendinizi tutmazsanız bu potansiyel olarak çok sorunlu olabilir. Duygularınızı ifade edebileceğiniz yaratıcı bir aktivite bulmalısınız.



Kova (21 Ocak - 20 Şubat)

Ağustos ayında Kovalar her şeyi çok ciddiye alacak ve kişiselleştirecek. Ayrıca aşırı mükemmeliyetçi olmaya başlayacaksınız, bu da sizi motive edecek, ancak aynı zamanda hedeflerinize ulaşmadaki herhangi bir başarısızlık sizi aşağı çekecek ve hatta endişeleriniz artacak. Hayatta gerçekten ne istediğinizi unutacak ve yakınlarınızdan yardım isteyeceksiniz. Sıkıntılarınızı paylaşmak size kesinlikle iyi gelecektir çünkü kendinizi bazı depresif durumlara kaptırmak gerçekten de en iyi çözüm değildir. Yapabileceğiniz en iyi şey, kendinize yeterince boş zaman tanımak ve önceliklerinizi sıralamaktır.



Balık (21 Şubat - 20 Mart)

Bu ay kesinlikle sosyal olma dürtüsünden yoksun kalmayacaksınız. Balık burcu her boş anını arkadaşlarıyla veya partneriyle ortak bir etkinlik yaparak geçirmek isteyecektir. Eğlenceli olmaktan keyif alacaksınız ve daha fazla sayıda insanla konuşurken de kendinizi rahat ve güvende hissedeceksiniz; söyledığınız her şeyi dinleyecekler. Her şeyi akışına bırakacak, hiçbir şey hakkında stres yapmayacak ve her anın tadını çıkaracaksınız.

Teraziler Ağustos ayında kararsız ve tereddütlü olacaklar. Özellikle partnerleri ve genel olarak ilişkileri açısından Venüs'ten etkilenecekler. Partnerinize karşı duygularınız güçlü; ancak, sürekli sevgi kanıtlarıyla onu yormamak için kendinizi biraz kontrol etmelisiniz.

Ağustos ayının sonlarında iletişim becerilerinizde büyük ilerlemeler gözlemleyeceksiniz. Özellikle konuşma becerileriniz sayesinde işinizde inanılmaz derecede başarılı olacaksınız. Yine de fazla hevesli davranıp şansınızı kaçırmamaya dikkat etmelisiniz.

ayarlayın.

Akrepler Ağustos ayında istekli olacak, hedeflerinin ve ideallerinin peşinden gidecekler. İstedığınızı elde edene kadar rahatlayamayacaksınız ve önünüze çıkabilecek her türlü engeli aşma yeteneğine sahip olacaksınız. Duyguları daha yoğun yaşayacağınız için ilişkilerde komplikasyonlar meydana gelebilir. Hayal kırıklığı duyguları fazla eleştirel olmanıza neden olabilir ve tam tersine, sevginiz tamamen mantıksız olabilir. Dikkatli olun ve güvenilir birinin size yardım etmesine izin verin.

Ağustos ayında Yay burçları özgürlük ve seyahat hakkında düşünmeden edemeyecekler. Hem günübirlik gezilerden hem de yurtdışında kalmaktan keyif alacaksınız. Ancak bu kez otelin konfor alanından ve sahilden çıkıp bilmediğiniz bir yeri keşfetmeye çalışmalısınız. Hiç şüphe yok ki pişman olmayacaksınız.

Bu ay yaşam tarzınız hakkında düşünmeniz için iyi bir fırsat olacak. Kesinlikle geliştirmeniz gereken çok şey var. Diyetinize daha fazla sebze ve meyve eklemeye çalışın ve tatlı tüketiminizi azaltın.

Bu ay Oğlak burçları ilişkilerinde çok talepkar olacaklar. Partnerlerinden sürekli ilgi talep edecekler ve bunu uygunsuz bir şekilde bile olsa elde etmekten korkmayacaklar. Cinsel hayatınızdan memnun değilseniz, kiskançlık durumu daha da kötüleştirebilir ve bir tartışma ortaya çıkabilir. İş açısından Ağustos ayında muhtemelen kayıtsız kalacaksınız. Boş zaman aktivitelerine odaklanacaksınız. Bu size içsel bir denge sağlayacak olsa da, tamamlamadığınız işleri yetiştirmek zorunda kalacakları için iş arkadaşlarınızla aranızda güvensizliğe yol açabilir.

Ağustos ayında çılgın ve huzursuz olacaksınız. Ancak bunun nedeni işte size verilecek görevler değil, kendinizden aşırı taleplerde bulunmanız olacak. Jüpiter'in etkisiyle kendinizi gözünüzde fazla büyüteceksiniz ve bu nedenle hayatınız istikrarsız olacak. Tüm yeni meydan okumalar konusunda hevesli olacaksınız, ancak bunları başaramazsanız depresyon gelebilir.

Kovalar aynı zamanda güçlü bir adalet duygusuna sahip olacak ve yetkin müzakereciler olacaklardır. Bunu sevdikleriniz arasındaki anlaşmazlıkları çözmek için kullanabilirsiniz. Yine de, öncelikle böyle bir yardımla ilgilenip ilgilenmediklerini düşünmelisiniz.

Ağustos ayı Balıklar için gerçek bir aşk ayı olacak ve Venüs'ün etkisini güçlü bir şekilde hissedecekler. İlişkisi olan bireyler romantik ve sadık olurken, bekar olanlar flört edecek ve potansiyel partnerler arasında seçim bile yapma şansları olacak. Cinselliğiniz gelişecek ve çoğu zaman tüm sorumluluklarınızı unutacaksınız.

Bir başka artı da yeni kazandığınız sabır olacaktır. Çoğu şeyin düşündüğünüz kadar acil olmadığını fark edeceksiniz ve işe geç kalsanız bile kırmızı ışıklarda beklemekten çekinmeyeceksiniz.

YAĞMUR AKDAĞ'

dan
güzellik sırları

Uzun soluklu gündelik diziler ile hayatımıza giren, sanata olan ilgisiyle bilinen, Esaret dizisinde Aşlı karakteri ile yakından tanıdığımız Yağmur Akdağ bu yaz çekimlerine başlayacağı sinema filminin heyecanını hem onunla paylaşmak, hem de güzellik sırlarıyla ilgili bir röportaj yapmak için kapısını çaldık.

“ Bence güzellik biricikliktir. ”

Fotoğraf: MUHAMMET KAYKU
RÖPORTAJ: GİZEM YILDIZ
Styling: KÜBRA ÇİÇEK

Cildinizin pürüzsüz olduğunu görüyorum. Cilt bakım ritüelleriniz var mıdır?

Tabiki. Tek bir ritüel şeklinde olmasa da, sabah uyandığımda ve gece uyumadan cildimi yıkayıp cilt durumuma uygun bir ürün ile mutlaka silerim ve ardından ihtiyaç hissettiğim kremlerimi kullanırım. Bedenimi, cildimi, saçlarımı dinleyerek ihtiyaçlarına göre hareket etmeyi tercih ettiğim için zaman zaman ritüellerimde değişiklikler olabiliyor. Evde yaptığım Türk kahvesi ile peeling mesela benim için express kurtarıcı bakımlarım arasında. Özellikle setim olduğu zamanlarda mutlaka haftada bir cilt bakımına gitme rutinin var çünkü makyaj, hava şartları, yorgunluk gibi sebeplerden kendim baş edemeyebiliyorum.

“Güzellik de dehanın bir biçimidir, hatta dehadan daha da yücedir, çünkü açıklamayı gerektirmez.” der Oscar Wild. Peki senin için güzellik nedir?

Bence güzellik biricikliktir. Sade, saf ve doğal olan, olduğu gibi olan, Oscar Wilde’ın da kastettiği doğal donanımın şiiresselliği ve bireyselliği gibi mesela. Çoğu zaman da, bakan kişinin yansıttığını gördüğüdür. O yüzden “güzel bakan güzel görür” lafını çok kullanırım ben mesela. Çünkü güzel olan öz’dür. Bana göre, günümüz görsel algı kalıpları maalesef bunu kısıtlamaktan ve bir kalıba sokmaktan öteye geçmiyor. Modern zamanda dönemsel olarak bir takım stillerin trend olması ve ön plana çıkmasını anlayabilirim fakat kesinlikle herkesin biricikliklerine müdahale edip benzer olmasını güzel bulmuyorum. Bunun yanı sıra; genç sağlıklı bir cilt, dinç bir vücut, temiz bir aura ve pozitif bir enerji bana göre içten dışa yansıyan gerçek güzellikler.

Cesur saçların kadını mısındır yoksa daha basit tarzları mı tercih edersin? Sanırım saçlarım konusunda pek cesur değilim. Boya kaygısından hoşlanmıyorum, dolayısıyla hiç boyatmamayı tercih ediyorum. Doğal tonlar ve kısa kesimler konusunda değişikliğe açık ve rahat adapte olabiliyorum fakat bunu mesleğimin gerektirdiği noktalarda tercih ediyorum. Saçlarım ve kaşlarım beni inanılmaz değiştirebiliyor.

Gece uyurken, evden çıkarken, en sıkıştığın anlarda, makyaj çantanı açtığında içinde olmazsa olmaz neler vardır? Cildim hassas olduğu için gece ve gündüz mutlaka nemlendirici kullanıyorum. Makyaj çantamda en olmazsa olmazım ise; yaz, kış koruyucu içerikli GENOSYS BBC kremim, kendi dudak rengimde kalıcı dudak kalemim, allığım ve rimelim.

Cildin yıprandığında, seni tekrar eski pürüzsüzlüğüne kavuşturacak, yanından ayırmadığın favori bakım ürünlerin var mı?

Gece ve gündüz GENOSYS Multi Vita Radiance serumum, Shiseido essentialenergy nemlendirici kremim ve cildim çok yıpranmışsa eğer gece yatmadan önce THE BRAND Ozon yağı tercih ediyorum. Ama tabiki yaz kış bakım rutinin de değişiklik gösterebiliyor.

“GÜZELLİK, OSCAR WILDE’IN DA KASTETTİĞİ GİBİ DOĞAL DONANIMIN ŞİİRSELLİĞİ VE BİREYSELLİĞİ. ”

Bu kadar güzellikten, bakım ürünlerinden bahsettin, okurlarımıza vereceğin makyaj sırların var mı?

Benim makyaj sırrım minik dokunuşlardan oluşuyor. Gündelik makyajımda doğal ve fresh görünmeyi tercih ediyorum. Cildime yaz kış kullandığım koruyucu içerikli bbc kremimi uyguladıktan sonra, gözlerim çok çukur olduğu için göz pınarlarımı aydınlatıyorum ve bakışlarımı derinleştirip belirginleştirmek adına kirpik diplerime kalem veya eyle liner sürüp liquid blush’ımı yanaklarıma ve gözlerime uyguluyorum. Gündüz dudakları daha ön planda tutarak doğal tonlarda kalem ve ruj tercih ediyorum ama gece makyajımda mutlaka gözler ön planda oluyor.

Cildine çok fazla özendiğini ve hassas olduğunu söyledin, genelde hangi ürünleri tercih edersin?

Kozmetik ürünlerimde tercihim en iyilerden yapmaya özen gösteriyorum ve güvendiğim cilt bakımı uzmanıma sorarak, cildimin ihtiyacına göre karar veriyorum.

Fit kalmak için yoğun bir çaba gösteriyorsun. Senin hayatında spor ne kadar yer kaplar?

Hiç birşey yapamıyorsam bile kendime haftada 2 pilates reformer şartı koyuyorum, tabi bu ruh halime göre değişiklik gösterebiliyor. Dönemsel olarak vakit ayıramadığım zamanlar da oluyor tabiki ama mutlaka yeniden kendimi disipline sokmayı başarıyorum. Mesleğim gereği ihmal etme lüksüm olmadığı için, sporumu mutlaka istikrarlı fakat değişken bir tarzda yapıyorum. Pilates, yürüyüş, tenis, koşu, fitness.. sıkılmamak adına opsiyonlarımı geniş tutuyorum çünkü kendimi motive edebilmem çok önemli. Spor sonrası her zaman kendimi daha iyi ve yenilenmiş hissediyorum.

Tercih ettiğin parfümler hangi ton kokulardır?

Sanırım Fresh ve çiçeksi kokular seviyorum, ruhuma güzel geliyor.. Hatta parfümden çok uçucu yağlar sürmeyi tercih ediyorum. Özellikle de Ylang-ylang, yasemin ve gül kokuları enerjimi yükseltiyor.

Son olarak bu keyifli sohbet için teşekkür ederim. Aşlında güzelliğimizin derinindeki en büyük sırrı beslenmedir. Sen beslenme konusunda seçici misindir?

Ben teşekkür ederim. Esasen sadece beslenme konusunda değil, ben içtiğim su konusunda bile özenliyimdir. Sağlık herşeyden önce. Yani normalde çok fazla yemek ayırt etmiyorum fakat organik tüketime ve çok fazla et yememeye dikkat ediyorum. Aralıklı oruç programları bana çok iyi geliyor. Genelde sabahları kahvaltı yerine shake veya smoothie insanıyım. Ortam gerektirmediği müddetçe kahvaltı masalarını tercih etmiyorum. Zaman zaman tatlıya düşebiliyorum:) mümkün olduğunca; sebze, baklagil, salata ve balık yemeye çalışıyorum ve evde hazırlamayı sevdiğim kendi salatalarım var mesela; Pancar, maydanoz, yeşil mercimek ve nar karışımı. Çiğ badem ve elma veya serinlemek için zerdeçalı kimyonlu kekikli yoğurt ile günü geçiştirebilirim.

“ ESASEN SADECE BESLENME
KONUSUNDA DEĞİL,
BEN İÇTİĞİM SU
KONUSUNDA BİLE
ÖZENLİYİMDİR.”



Sağlık ve Gençlik İçin
Alkali İyonize Su ile
Yeni Gücünüzü Keşfedin!

Kangen Water®

50 Yıllık Japon Teknolojisi

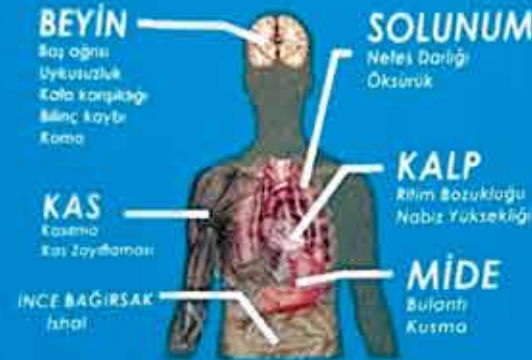
Tel: +90 (536) 928 05 23
+90 (532) 312 44 04



Kangen Water K8 Modeli;
Süper Antioksidan -100/-850mV
BiyoEnerjili Foton Enerjisi yaldu;
Mikro Boyutta Altigen Yapıda;
İyonize Alkali Biyo yararlanımı olan
(ISO)15485 TIBBİ ÜRETİM SERTİFİKALI
İYONİZER CİHAZIDIR.



ASİDOZ BELİRTİLERİ



ASİDOZ BEDENİMİZDE NE YAPAR

- Asidoz Kemiklerden Kalsiyumu çözerek osteoporoza bağlı kemik kırık riskini artırır.
- Kanser hücreleri asidozun olduğu ortamda doğar, büyür ve yaşar.
- Asidoz sonucu damarların sertleşmesine sebep olan ateroskleroza yani damar sertliğine sebep olur.
- Yüksek asidoz, böbrek ve safra taşı oluşumuna sebep olur.**
- Yüksek asidoz kanın oksijen'e bağlanmasını engelleyerek oksijenin mitokondriye ulaşımını azaltır, bu durumda da yağların yanması azalır ve OBEZİTEYE qiden surece yol açar

26. YAPI KREDİ Afife Ödül Töreni GERÇEKLEŞTİ



Bu yıl Haliç Kongre Merkezi'nde gerçekleşen ödül gecesi, görkemli bir törenle sahipleri buldu. Tiyatronun şaşmaz ki en prestijli ödülü olan Afife ödülleri büyük bir heyecanla bekleniyordu. Özge Borak ve Mert Fırat'ın sunuculuğunu üstlendiği gecede Yılın en iyi oyunu ödülünü Kocaeli Şehir Tiyatrolarında sahnelenen "Yaşamak mı Yoksa Ölmek mi?" kazandı.

Sanat ve İş dünyasından her yıl birçok ismin bir araya geldiği ödül töreninde, 16 kategoride ödüller dağıtıldı. Basın toplantısı Yapı Kredi Afife Tiyatro Ödülleri İcra Kurulu Başkanı Salih Başağa, Jüri Başkanı Prof. Dr. Merih Tangün ve Yapı Kredi Afife Tiyatro Ödülleri Sanat Danışmanı, duayen sanatçı Haldun Dormen'in ev sahipliğinde yapıldı.

Prof. Dr. Merih Tangün basın toplantısında şunları söyledi: "Her zaman olduğu gibi birbirinden kıymetli eserlerin sergilendiği, tiyatronun aşkılarıyla buluştuğu çok özel bir sezon yaşadık. Sanatçılarımızın ortaya koyduğu muhteşem eserler tiyatromuzu var ediyor. Bu doğrultuda Yapı Kredi Afife Tiyatro Ödülleri de tam 26 yıldır Türk tiyatrosuna değer katmak için çalışıyor. Tiyatroya gönül veren herkese büyük bir ilham ve cesaret kaynağı olan sevgili Afife Jale'nin ismi Yapı Kredi Afife Tiyatro Ödülleri ile yaşamaya devam ediyor. Kurulduğu günden bu yana kültür sanatın bankası unvanını hakkıyla taşıyan ve bu yıl 80. yılını kutlayan Yapı Kredi'nin daha nice yıllar toplumumuza değer katmasını dilerim."



Bu anlamlı gecede, evine ödülleriyle dönenler;

- **En başarılı oyun**
Yaşamak mı Ölmek mi
- **En başarılı yönetmen**
Oğuz Utku Güneş (39 Buçuk Basamak)
- **En başarılı kadın oyuncu**
Zuhal Olcay (Kel Diva)
- **En başarılı erkek oyuncu**
Onur Berk Arslanoğlu (Çirkin)
- **En başarılı yardımcı kadın oyuncu**
Çağdaş Ekin Şişman (Büyük Zarifi Apartmanı)
- **En başarılı yardımcı erkek oyuncu**
Erkan Baylav (Şakşakçılar)
- **En başarılı hareket düzeni**
Şahika Tekand (On Adımda Unutmak)
- **En başarılı ışık tasarımı**
Yakup Çartık (Otomatik Portakal)
- **En başarılı sahne müziği**
Sarp Palaur, Burak Kaya, Utar Dünder Artun (Otomatik Portakal)

- **En başarılı giysi tasarımı**
Çevren Sarayoglu (Yaşamak mı Ölmek mi)
- **En başarılı sahne tasarımı**
Murat Gülmez (Yaşamak mı Ölmek mi)
- **En başarılı genç kuşak sanatçı**
Emrecan Karakurum (Bu Taraftan Daha Güzelim)
- **Muhsin Ertuğrul Özel Ödülü**
Prof. Dr. Ayşegül Yüksel
- **Cevat Fehmi Başkut Özel Ödülü**
Müge Oskay
- **Haldun Dormen Özel Ödülü**
Duru Tiyatro
- **Yapı Kredi Özel Ödülü**
Murat Ovalı

DÜNYADA HİÇBİR ŞEY ÇOCUKLARDAN DEĞERLİ DEĞİLDİR!

DIJİTAL BABA ORHAN TOKER

1968 yılında İstanbul'da terzi bir babayla ev hanımı bir annenin 3. çocukları olarak dünyaya geldim. Her çocuk gibi ben de olumlu ve olumsuz deneyimleri tattım. Hatırladığım kadarıyla onarılması gereken çok kırık dökük var çocukluğumdan.

İlk, orta ve liseyi hepimizin gittiği devlet okullarında okuduktan sonra üniversiteyi bir hevesle İTÜ Mimarlık fakültesinde okudum. Mimarlığın bana göre olmadığını meslek hayatına başlayınca anladım.

İlk değişimim mimarlıktan vazgeçip bilişim sektörüne atılmakla oldu. Bilişim sektöründe profesyonel olarak 25 yıl geçirdikten sonra kendi isteğimle sahibi olduğum bilişim firmasından ayrıldım.

2019 yılında yazarlık macerası başladı. Psikoloji ve çocuklar hakkında araştırma yapmayı, okumayı ve paylaşmayı çok seviyorum. Bunları teknoloji bilgimle birleştirence **"Dijital Baba"** oldum.

İkinci büyük değişimim budur.

Hayatımda yaptığım en büyük doğrum eşim ve o birliğin meyvesi kızımdır. Bana "Dijital Baba" adını kızım koymuş, sosyal medya maceramda aldığım cesareti eşim vermiştir.



"Mümkün olacak mı
çocuklarımızla barışmak ve
belki anne babalarımızla
da... Affederler mi
çocuklarımız bizi, biz affettik
mi kendimizden öncekileri..."

TÜM KİTAPÇILARDA...



acayip



Zamanınızı güzelleştirecek her şey **Boyalık Beach Hotel**'de

Çeşme'de kalite ve zerafet önceliği ile tasarlanan
Boyalık Beach Hotel'de düşlediğiniz tatilin tüm
ayrıcılıklarını bir arada yaşayabilirsiniz.



REZERVASYON VE DETAYLI BİLGİ
0 232 488 88 00

boyalikbeachcesme.com
boyalikbeachhotelspace

BOYALIK BEACH HOTEL
SPA & THERMAL RESORT, ÇEŞME
Boyalık Mevkii, 3200 Sokak, No:1,
Çeşme, İzmir, Türkiye



MAĞAZA TASARIMI



HAKKIMIZDA

2011 yılından itibaren birçok mağaza
ve fuar standı konusunda tasarımlar
gerçekleştirdik.

Daha Fazla Bilgi İçin Bize Ulaşın

☎ (0212) 603 68 55

📍 Ziyağöküp Mahallesi, Giyim
Sanatkarları Sitesi, 2/ada,
B/Blok, Kat:6, No: 605, 1. Sk.
34490 Başakşehir/İstanbul

✉ www.lekamimarlik.com

FUAR STAND TASARIMI





KENDİNİN EN İYİ HALİNE

HAZIR MİSİN?



www.kappa-tr.com

[/kappa_turkiye](https://www.instagram.com/kappa_turkiye)