BEE LIFE

2014

RÖPORTAJ:
1992 mezunumuz Burak Binatlı ile Avustralya'da gayrimenkul yatırımını konuştuk

Kahvenin
Sanatta Tasviri

GÜRHAN KARA İLE
BAĞ BOZUMU

İSPANYA'NIN LEZİZ
ATIŞTIRMALIKLARI:
TAPAS

ÇOCUKLARDA
BAĞIŞIKLIĞIN
DESTEKLENMESİ

www.arimezunlari.org.tr

ISSN. 2148 - 9106

Ekim / Kasım / Aralık / Sayı. 29

2021

Bu birliktelik hiç bitmesin...

ÖZEL ARI EĞİTİM KURUMLARI 1969 | ÖZEL ARI OKULLARI 1984 | ARIMED 2007 | BEE LIFE 2014

OFİSTEKİN

standart / exclusive

Ofistekin

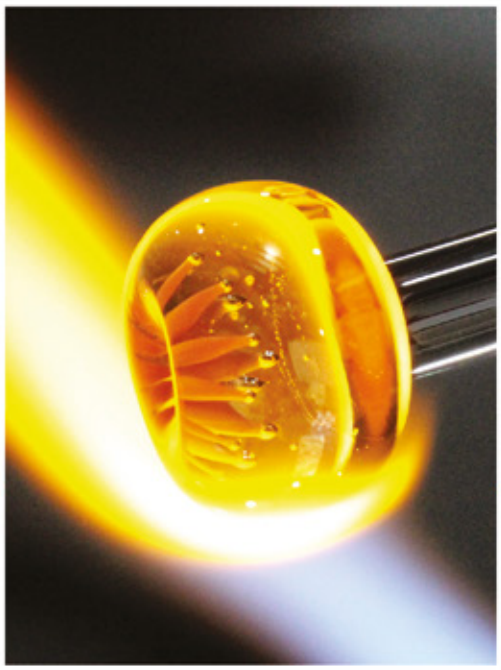
Sırma Sokak
18-B/C
Siteler - Ankara

0312 353 17 17
0541 831 52 42

www.ofistekin.com

merkez@ofistekin.com

barf & more
dog and cat food
PATİLİ DOSTLARIMIZ İÇİN
en doğalı
BARF CHICK
PREMIUM
YÜREK
GIRTLAK
DALAK
İLİKLİ KEMİK SUYU
TAVUK BOYUN
BARF BEEF
PREMIUM
barfmore.com
barf@barfmore.com
0312 803 7744
0532 567 82 80
barfandmore

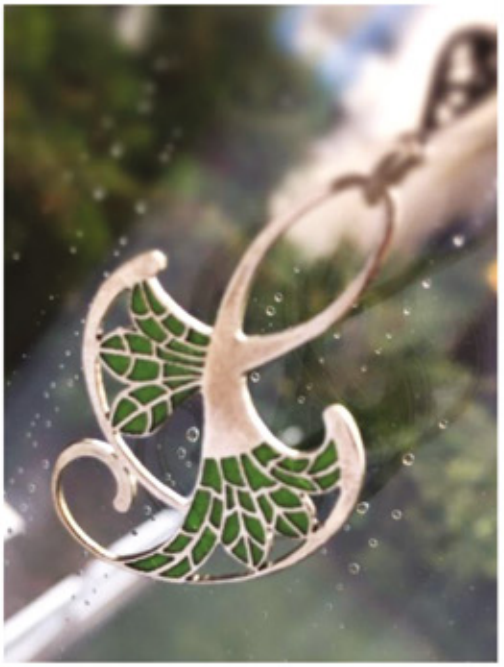


FLAMEART®
GLASS

Kurslarımız Ekim Ayında Başlıyor!

Kayıt İçin:
0312 236 12 82
0537 203 33 92

- ALEVDE CAM ŞEKİLLENDİRME
- FÜZYON
- CAM MOZAİK
- TAŞ MOZAİK
- SICAK MİNE



@flameartglass @flameartglass info@flameartglass.com 0312 236 12 82

ÖZEL ARI OKULLARI MEZUN VE ÇALIŞANLARINA

Before After

Sağlıklı Yaşam ve Spor Merkezi

ONLINE DERSLERLE HERYERDEYİZ

Sağlıklı ve mutlu bir yaşam yolunda...

- PİLATES
- YOGA
- NEFESTERAPİ

beforeafterpilatesyoga

https://www.beforeafter.com.tr/

0312 4423464

AGROSUM
Tarım Gıda Danışmanlık Bilişim Dış Tic. ve San. A.Ş.

KALİTESİ ONAYLI
ORMAN VE MEYVE FİDANLARI

Harbiye Mah. Hürriyet Cad. No:52/A Çankaya Ankara Türkiye
0312 479 8 479
info@agrosumas.com

www.agrosumas.com

DENTGROUP

DENTGROUP ANKARA-ÇAYYOLU

DentGroup Ankara-Çayyolu

Beytepe Mah. Kanuni Sultan Süleyman Bul. Allora Beytepe 63/C-10 Çayyolu/Ankara

0 312 440 66 07

DentGroup Kids

dentgroupkids.com

DG Acarkent I DG Ankara-Çayyolu I DG Antalya-Konyaaltı I DG Antalya-Lara I DG Ataşehir
DG Aydın-Efeler I DG Bağdat Caddesi I DG Bahçelievler I DG Bitlis-Tatvan I DG Caddebostan Kids
DG Çekmeköy I DG Gaziantep-Şehitkamil I DG Göztepe I DG Kocaeli-Başiskele I DG Kocaeli-İzmit
DG Koşuyolu I DG Maltepe I DG Maslak I DG Mersin-Yenişehir I DG Muğla-Bodrum I DG Nişantaşı
DG Sakarya-Adapazarı I DG Sakarya-Serdivan I DG Yenibosna

dentgroupclinics

dentgroup_clinics

dentgroup.com.tr

ÇOCUK SAĞLIĞI VE
HASTALIKLARI UZMANI

DR. ASLI CÖMERTPAY

info@casanita.com.tr
+90 850 4550022

Çalışma Saatleri:
Pazartesi - Cuma 9:00 - 21:00
Cumartesi 9:00 - 19:00
Pazar Kapalı

CASANITA

Mustafa Kemal Mahallesi
2120.Cadde 2156.Sokak No:20
Çankaya/ANKARA

OoOOoOo
FAMEO TRENDYOL'DA!

Fameo'nun nitelikli kahveleri ve kahve demleme ekipmanları trendyol.com'da seni bekliyor!

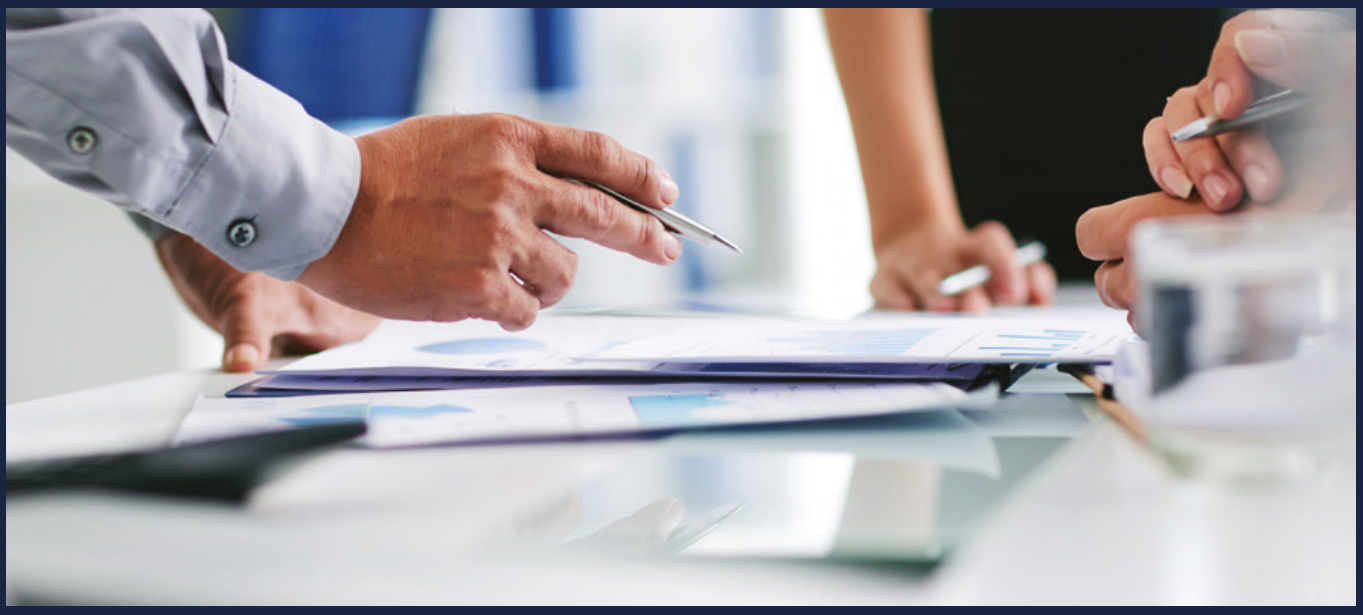
FAMEO
Caffè, sinonimo di fratellanza

fameocaffe.com

fameocaffe

trendyol.com

MLG DANIŞMANLIK



MLG Danışmanlık; kurumsal yönetim konularında ulusal ve uluslararası danışmanlık hizmetleri sunmaktadır. Danışmanlık, denetim ve eğitim hizmetleri, yurt içi ve yurt dışı kamu, özel kurum ve kuruluşlara şirket bünyesinde yer alan, konusunda uzman ve tecrübeli akademisyen ve profesyoneller tarafından verilmektedir.

MLG DANIŞMANLIK A.Ş.

Koç Kuleleri A Blok No : 2/A 56 Söğütözü Caddesi Söğütözü Mahallesi

Çankaya / Ankara / Türkiye

www.mlg.com.tr | info@mlg.com.tr | Telefon: +90 (312) 504 53 56

KEMIPAZ

"Dünya Markalarının Buluştuğu Adres"

KANSAI ALTAN

ALESCO

Genel Sanayi Boyaları

International

Chartek® Ceilcote® Polibrid® Enviroline®

Koruyucu Kaplamalar

AkzoNobel

sikkens AKRİPOL DYNA COAT

Oto Tamir Boyaları

ZINGA

Soğuk Galvaniz Kaplama Boyası

LOCTITE Henkel Teroson

TECHNOMELT AQUENCE BONDERITE

Yüzey İşlem Kimyasalları, Endüstriyel Yapıştırıcılar, Oto Tamir Malzemeleri

3M

Kesme, Taşlama Taşları, Fiber Diskler, Otomotiv Ürünleri, İş Güvenliği Malzemeleri

Kumlama, Metalizasyon, Boya ve Koruyucu Kaplama Uygulamaları

Merkez
Ankara - İstanbul Kara Yolu 5. Km.
Macun Mahallesi Serpmeleri No: 147/8
Macunköy - Yenimahalle / ANKARA
Tel: +90 312 397 81 62 - **Faks:** +90 312 397 81 63
www.kemipaz.com.tr

Fabrika
Başkent Organize Sanayi Bölgesi
15. Cadde No: 5
Malıköy - Sincan / ANKARA
Tel: +90 312 640 1 640 - **Faks:** +90 312 640 1 680
www.kemipazas.com

GERÇEK
AYVALIK
ZEYTİNYAĞI

ZEST AYVALIK

Erken Hasat
Soğuk Sıkım
Natürel Sızma
Zeytinyağı

AYVALIK TİCARET ODASI
ATO
1923
Tescilli

www.zestayvalik.com

zestayvalik

GÜLEÇ
DEMİR ÇELİK A.Ş.

Taşı toprağa demirle bağlayıp,
yükselen şehirlerin silüetini gülümseyerek izliyoruz.

Nervürlü, Düz, Kangal Demir | Hazır Demir | Çelik Hasır

24. Yıl

www.gulecdemir.com.tr

Merkez Adres/*Main Office*
Turgut Özal Bulvarı Demirciler Sitesi 1. Cadde
No:140 PK:06160 Siteler/Ankara/TÜRKİYE
Tel/*Phone*: (+90 312) 353 00 20 Faks/*Fax*: (+90 312) 353 00 24
e-mail: gulec@gulecdemir.com.tr

OH! Sonunda Temiz İçerikli bir ürün

bioSensia Baby

SILICONE • SLS • SLES • PARABEN içermez free

etkO COSMOS ORGANIC

DERMATOLOJİK OLARAK TEST EDİLMİŞTİR DERMATOLOGICALLY TESTED

Doğaya ve tüm canlılara dost

www.biosensiababy.com

ÖZEL ARI OKULLARI MEZUN VE ÇALIŞANLARINA
ÖZEL FIRSAT!
%15 İNDİRİM
7x24 HİZMET
KASKO
KONUT
SAĞLIK
YUMLU SİGORTA
0530 834 81 98 / 0312 419 89 10
MEŞRUTİYET CAD. HATAY SOKAK NO:6 DAİRE:6

Yayın Sahibi
Arı Eğitim Öğretim Tesisleri Sanayi Ticaret AŞ adına Sıtkı ALP

Genel Yayın Yönetmeni
Ali GÜLEÇ

Sorumlu Yazı İşleri
Elif ŞANLI

Editör
Seda TARMAN

Reklam Tanıtım Koordinatörü
Cihan AYDOS

Hukuk Danışmanı
Coşkun SAMANCI

Finans Sorumlusu
Nurullah ÇELEBİ

Dijital Yayın
İlhan TOPÇU

Yayın Türü
Süreli Yayın / 3 Aylık

Dili
Türkçe-İngilizce

Katkıda Bulunanlar
Aslı CÖMERTPAY,
Başak KİTAPCI,
Burcu KOCATÜFEK ÖZYILMAZ,
Coşkun SAMANCI,
C. Burak BİNATLI,
Deniz KUTLU,
Deniz KÜZECİ TURA,
Devrim AKSU,
Elif Güliz BAYRAM,
Elif KOCA,
Gürhan KARA,
Hande ERKASAR,
Neslihan ÇETİN,
Nurullah ÇELEBİ,
Onur BAYER,
Rüyam ÖZAL,
Senem Çetin ULUSOY,

Yayın İçeriği
Ticari, İktisadi, İlmî, Siyasi, Akademik

Dağıtım
Kurye

Dergi ve Kapak Tasarımı
Asena KAYA

Basım Yeri ve Tarihi
Ankara, Ekim 2021

Yapım - Yayın
Grafikir
Üsküp Cad. Nilgün Sok.
14/13-14 06680
Çankaya - ANKARA
T: +90 312 426 71 41

Yönetim Yeri
Öğretmenler Cad. Çukurambar Mah.
16/A 100. Yıl / Ankara
T. +90 312 286 85 85
F. +90 312 286 85 94

Yazıların hukuki mesuliyeti röportaj sahiplerine ve yazarlarına aittir. Yayımlanan yazı ve fotoğraflar, erneğin ve yazarların izni olmadan kullanılamaz.

Okur önerileri ve yorumlarınız için:
beelife@arimezunlari.org.tr

ISSN: 2148-9106

içindekiler

22 ÇOCUKLARLA EĞLENCE VAKTİ
BURCU KOCATÜFEK ÖZYILMAZ

26 OLİMPİK RUH
ELİF GÜLİZ BAYRAM

40 SANAT VE KAHVE
RÜYAM ÖZAL

54 İLK BAĞ BOZUMU TECRÜBEM
GÜRHAN KARA

58 DEĞİŞİMİ FARKINDALIKLA YAKALAYIN
BAŞAK KİTAPCI

60 IQ BAŞARIYI ETKİLER Mİ?
SENEM ÇETİN ULUSOY

70 GÖKKUŞAĞI ŞEHRİ CAPE TOWN
DENİZ KÜZECİ TURA

74 İSPANYA'NIN LEZİZ ATIŞTIRMALIKLARI:
TAPAS
HANDE GÜNGÖR

78 KAHVEYE KISA BİR BAKIŞ
NESLİHAN ÇETİN

hukuktan maliyeye, sanattan çocuk gelişimine güncel konular...

Merhaba,

Nitelikli yazar kadromuz, özveri ile çalışan ARIMED Yönetim kurulumuz ve her zaman yanımızda olan okulumuz sayesinde yayınladığımız dergimiz 29. sayısında yeni kapak ve iç tasarımıyla sizlerle…

"Daha iyi olmaya çalışmayanlar iyi olarak da kalamazlar" mottosunun bir örneği olmayı seven Beelife ekibi olarak yenilikleri çok seviyoruz. Gerek tasarım gerekse aktüalitemizin sınırlarını zorlayarak siz mezunlarımızı en iyi şekilde temsil etmeyi hedefliyoruz. Dijital platformlarda e-dergi olarak var olmamızın yanı sıra salgın nedeniyle üzülerek daralttığımız dağıtım ağımızı da yeniden yaygınlaştırıyoruz.

Seda TARMAN
Editör
sdtarman.beelife@gmail.com

Temmuz sayımızda kripto para dosyası hazırlamış ve bu sayımızda da araştırma yazımızın ikinci bölümünü paylaşacağımızı söylemiştik. Popüler alt coinler ve güncel haberler ile devam eden yazımızı büyük küçük tüm yatırımcılara hitap eden bir dilde hazırlamaya özen gösterdik. 1992 mezunumuz Avustralya, Melbourne'de yaşayan ve tek Türk lisanslı emlak danışmanı olan Burak Binatlı ile emlak sektörü ve Avustralya'da gayrimenkul yatırımı ile ilgili keyifli bir sohbet gerçekleştirdik. Sevgili Başak Kitapcı'nın yaşamımızdaki farklılıkları sorgulamamıza neden olan yazısı, son yıllarda hepimizin vazgeçilmezi kahvenin sanattaki yeri, 2020 Tokyo Olimpiyatlarındaki yerimiz ve çocuklarımıza diş fırçalama alışkanlığı kazandırma konulu yazılarımızın da ilginizi çekeceğine hiç şüphemiz yok. Eceabat'ta bağ bozumuna konuk oluyor, yine geçen sayımızda başladığımız Capetown yazımızın ikinci bölümü ile seyahat rotaları oluşturuyoruz. Siz de Özel Arı Okulları Mezunlar Derneği (ARIMED) Yönetim Kurulu ve yazarlarımızın gönül esaslı çalışmaları yarattığımız dergimizin bir parçası olmak isterseniz arimedbeelife@gmail.com adresinden yazı işlerimize ulaşabilirsiniz.

Her geçen gün aramıza katılan anlaşmalı kurumlarımızla siz değerli mezunlarımıza ihtiyaçları ile ilgili farklı seçenekler sunmayı sürdürüyoruz. Biz ARIMED üyeleri bu kurumlarda farklı oranlarda indirimlerden faydalanabiliyoruz. Anlaşmalı kurumlar listesi için arimezunlari.org.tr sayfasını ziyaret edebilirsiniz.

Geçtiğimiz yaz ülkemizi kasıp kavuran sıcaklarla birlikte yaşadığımız orman yangınları hepimizi üzdü. Doğal ya da insani her ne sebepten olursa olsun ülkemizin ciğerlerinin yanmasını günlerce sosyal medya ve televizyonlardan izledik. Dünyamızı son hızla tüketirken bozduğumuz ekosistemi önemsememizin ya da ülkemiz tarafından imzalanan Paris Antlaşması'nın hayata geçirilmemesinin sonuçlarını hep beraber yaşıyoruz. Sıfır atık bilincini yerleştirme çabalarımız kadar iklimi ve doğayı koruma konusunda da toplum olarak bilinçlenmekle yükümlüyüz. 350 Türkiye'nin hazırladığı İklim için Kentler İzleme ve Değerlendirme Raporu'nda yerel yönetimlerin iklim kriziyle mücadelede daha fazla faaliyetler yürütmesi gerektiği ve mevcut uygulamaların krize çözüm olacak nitelikte olmadığı belirtilmiş. Bilimin ışığında hareket etmediğimiz sürece ekosistemimize zarar vermeye devam edeceğiz. Sürdürülebilir ekosistem değerlerinde olabilmemiz için yanlış tüketimlere "dur" dememiz gerekiyor. Bu nedenle önümüzdeki sayımız da toplum farkındalığını artırmak için ekosistem tahribatlarını ve yapılması gereken doğru çözümleri anlatacağımız dosya haberimizi hazırlayacağız.

20 Nisan 2015 tarihinde ağaç dikimine başladığımız ARIMED Hatıra Ormanımızdan da esinlenerek Tarım ve Orman Bakanlığınca yürütülen "Geleceğe Nefes Kampanyası"na destek olmaya karar verdik. Kampanya kapsamında bu yıl sonuna kadar her vatandaş için 3 fidan olacak şekilde toplam 252 milyon fidanı toprakla buluşturacaklar. Ayrıca yapılacak çalışmalarla ilgili olarak Manavgat, Marmaris ve Bodrum Belediyelerinden de bilgi almaya devam ediyoruz.

52 yıllık eğitim çınarı Sayın Sıtkı Alp'in önderliğinde yol alan okulumuzun ilk mezunları bu sene 30. yıllarını kutluyor. İki yıldır gerçekleştiremediğimiz Bal Günü nedeniyle yıl dönümlerinde sembolik mezuniyet törenlerine katılamayan mezunlarımıza anı plaketlerini takdim edemiyoruz. Bu nedenle sosyal medya üzerinde çalışmalarımızı sürdürüyoruz. Okulumuz var oldukça nice 30 yılları birlikte kutlayacağımıza inanıyor, 1991 yılı mezunlarımızı tebrik ediyoruz.

Sağlıkla kalın.

mezunlarımızın fikirlerine ihtiyacımız var...

2021- 2022 Eğitim ve Öğretim Yılı başladı, bu vesileyle tüm öğrencilerimize, öğretmenlerimize ve tüm okul personelimize başarılı sağlıklı bir dönem diliyorum.

Pandemi dolayısıyla mezunlarımızdan uzak kalışımızın 3. yılı oldu ve biz her zamankinden daha fazla özledik sizleri. Umuyorum ki önümüzdeki süreçte pandemi şartları ortadan kalkacak ve biz yeniden bir arada olmanın heyecanını ve coşkusunu yaşayacağız. Özellikle mezunlarımızın 10, 20 ve 30. mezuniyet yıllarını kutlayamadığımız için çok üzgünüm ancak ileride bu değerli tarihlerin yıl dönümlerini kutlamayı umuyoruz. Çok fazla mezunumuz bu günlerin kutlanması için çağrıda bulundu, ancak pandemi şartları neticesinde gerçekleştiremedik.

Ali GÜLEÇ
ARIMED
Yönetim Kurulu Başkanı
agulec.beelife@gmail.com

Arkadaşlığın ne kadar kıymetli olduğunu öğrendiğimiz bir dönem yaşadık ve özledik. Önümüzdeki dönemde arkadaşlığımızı dostluğumuzu pekiştirecek faaliyetlere hız kesmeden devam edeceğiz.

Siz değerli mezunlarımızın fikirlerine ihtiyacımız var, katılımına ihtiyacımız var; lütfen okulumuzla ilgili görüş ve düşüncelerinizi derneğimizle ve bizlerle paylaşın; bunları birlikte gerçekleştirelim. Okulumuz içinde mezunlar derneğimizin bir ofisi ve çalışanları var; okula yolunuz düşerse sizler de bir uğrayın, hayatınızdaki gelişmelerden bahsedin bize. Dergimiz siz mezunlarımıza sayfalarını her zaman açık tutuyor. Lütfen sizlerde bu sayfalarda yer almak için girişimde bulunun.

Bu yıl umarım ki, mezunlarımızla daha sık buluşup daha çok şey paylaşabileceğimiz bir dönem yaşarız. Tekrardan mezuniyet yıl dönümlerimizi kutladığımız yemekli toplantılarımızı, Bal Günümüzü ve ağaç dikme şölenlerimizi gerçekleştirebiliriz. Tüm mezunlarımızda bu isteği fazlasıyla hissettiğimiz bir dönem yaşadık.

Değerli mezunlarımız, sosyal ve iş yaşantımızda birbirimizden haberdar olmak hepimize katkı sağlayacaktır, bundan emin olabilirsiniz. O sebeple kendinizle ilgili bilgilerin yer aldığı dergimiz sayfalarında bulunun ve onları okuyun. Kimin neler yaptığını nerde olduğunu hangi kurumda çalıştığını öğrenin. Gerçekten Arı Okulları olarak büyük bir gücüz ve bu güç mezunlarımızdan geliyor. Her ortamda Arı mezunu olduğunuzu paylaşın, on binlerce mezun vermiş bir kurumdan bahsediyoruz, hoş sürprizlerle karşılaşacağınıza eminim.

Yolunuz hep açık olsun...
Sağlık ve sıhhat dilerken Atatürk her daim yolunuzu aydınlatsın.

Burcu KOCATÜFEK ÖZYILMAZ

2000 mezunu

3 Ocak 1983 tarihinde Denizli'de doğan Burcu Kocatüfek Özyılmaz, öğrenim hayatına Ankara'da başladı. 2000 yılında Arı Fen Lisesinden mezun olduktan sonra 2006 yılında Gazi Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi'nden diş hekimliği diplomasını aldı. 2013 yılında Ankara Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi Endodonti Ana Bilim Dalı'ndan bilim doktoru ve uzman hekim unvanını alan mezunumuz estetik diş hekimliği, implantoloji ve gülüş tasarımı alanlarına ilgi duyuyor. Evli ve iki çocuk annesi olan Burcu Kocatüfek Özyılmaz, kurucu ortağı olduğu DentGroup Ankara Çayyolu Ağız ve Diş Sağlığı Polikliniği'nde hastalarına hizmet vermektedir.

Instagram: dr.burcukocatufekozyilmaz
Web: www.burcukocatufek.com
YouTube: Burcu Kocatüfek ile Dişe Dokunur Bir Hayat

ÇOCUKLARLA EĞLENCE VAKTİ

Bugün bir anne olarak aranızdayım...

Sağlık sayfasında bir diş hekimi olarak yıllardır yazılarımı okuyorsunuz, bu defa kendimden de çokça örnekler vererek, kliniğimde birçok ebeveyn ile bu konuların içinden geçerek, deneyimleyerek yazıyorum bu yazımı.

BİRAZ LİTERATÜR, BİRAZ DENEYİM ÇOKÇA PSİKOLOJİ ASLINDA BUGÜNKÜ KONUMUZ:

Çocuklarımızı diş fırçalatmaya nasıl alıştırabiliriz?

Bir anne olarak, iki çocuğumda farklı deneyimler yaşıyorum. Büyük olana mutlaka her sabah ve her gece ufak hatırlatmalar yapmışken, küçük olan "diş fırçalama zamanı" diye banyoya koşuyor. Burada işte kişilik özellikleri ve cinsiyet devreye giriyor bence.Biliyorsunuz ki kızlar, küçücük yaşlarda da olsa aynaları daha çok seviyor.

Öz bakım başlığı altında mutlaka okullarda, kreş itibarıyla işlenmeye başlayan bir konu diş fırçalama. Öyle değilse de öyle olmalı diye düşünüyorum. Çünkü hem kendini sevmede hem toplum arasına karışma aşamasında hem de sağlık yolculuğunda başı çeken bir faktör.

Diş fırçalamak ve etkin diş fırçalamak sadece diş sağlığının değil, vücut sağlığının da en etkili oyuncusu.

Peki nasıl yapalım da biz bu yavruları diş fırçalamaya alıştıralım?

Bebek, küçük çocuk, büyük çocuk demeden, onların görebileceği şekilde bizler de onların önünde dişlerimizi fırçalamalıyız ilk olarak. Sabah ve gece rutinini, ona "sen de yap demeden" örneklendirirsek maça destekli ve tam kadro çıkmış oluruz.

Çocuk görmeli. Görmek, akabinde merakı uyandırır çünkü. Biz diş fırçasını ağıza sokmaya imtina ederken onun mükemmel bir diş fırçalama rutinine sahip olmasını beklemek biraz zor bir senaryo, ama mümkün mü? Olabilir tabii ki. Bizi diş fırçalarken, diş ipi kullanırken, ağız bakım suları kullanırken gördükçe, o an yapmasa dahi yakın bir gelecekte biz ona "diş fırçalayalım seninle birlikte" diye bir teklifle gittiğimizde, kabul etmesi çok kolay olacaktır. Çünkü çocuklar yetişkinleri kopyalamayı sever.

İçindeki çocukları yaşatanlara da bir selam vererek renklerin çocuklar için ne kadar cazip olduğunu söylememe gerek yok sanırım. Renkler onların bir başlangıç yaparken en yakın arkadaşlarıdır. Keza tatlar da öyle. Her anne baba çocuğunun daha yakın hissettiği, genellikle tercih ettiği rengi bilir. Diş fırçalarını seçerken renk torpilini kullanmak çok işimize yarayacaktır. Çünkü renk, yeni konuya güvenini sağlayacaktır. Tat ve koku da tüm insan psikolojisinde önemli bir yere sahip bir ikilidir. Sevdiği tadı ve kokusunu duyan çocuklar, diş fırçalama oyununda daha girişken olacaklardır. Çilekli ise milkshake tercihi, ona çilekli bir macun teklif ettiğinizde dikkatini çekecek ve sevdiği o tadın ve kokunun peşinden gelecektir.

Bazen biz veliler modanın peşinden gitmeye ya da yapabileceğinin en iyisini çocuğumuza sunmaya çok meyil gösteririz. Şarjlı diş fırçaları, çalışma mekanizmaları ve etkin mekanik temizleme becerileri ile manuel fırçaları sollamış durumda şu anda. Ama çocuğumuz henüz küçükse şarjlı bir fırçayı kabul etmeyebilir. Oğlum çok küçüklükten beri şarjlı fırçadan yana kullansa da seçimini, kızım şarjlı fırçanın titreşim ve sesinden rahatsız oldu mesela ve biz onda manuel fırça ile devam ediyoruz diş fırçalama rutinine. Biraz daha narin, biraz daha sesten hoşlanmayan çocuklarda şarjlı diş fırçalarını daha ileriki yaşlara saklamamızı öneririm. Zaten yeni bir rutin başlı başına "bilinmeyene korku" konusunu beslerken bir de ses ve titreşimle konuyu körüklemeyelim derim.

Diş fırçalama rutinimize müzik ile renk katabiliriz. Çok güzel, diş fırçalamaya yönelik çocuk şarkıları var. Çizgi film karakterlerinden güzel klip hazırlanmış ve bu rutinin eğlence içerdiğini anımsatan şarkılar. İki çocuğumuzda da bunlardan faydalanmıştık biz ve çok işe yaramıştı. Şarkı açmayalım dersek, kendimiz de bir şarkı uydurabiliriz. Yeni doğan bebeklerde uyku eğitimi verilirken, sabah uyanma gece uyuma şarkıları olur, mutlaka duymuşsunuzdur. Bu yöntemi diş fırçalama için de kullanabiliriz. O şarkı çocuklarda diş fırçalama eylemini hatırlatır ve emin olun işe yarar. Biz hala gece yataklara giderken kendimizin uydurduğu bir tren şarkısı ile odalara dağılıyoruz. ***Komik, ama çok işe yarıyor.***

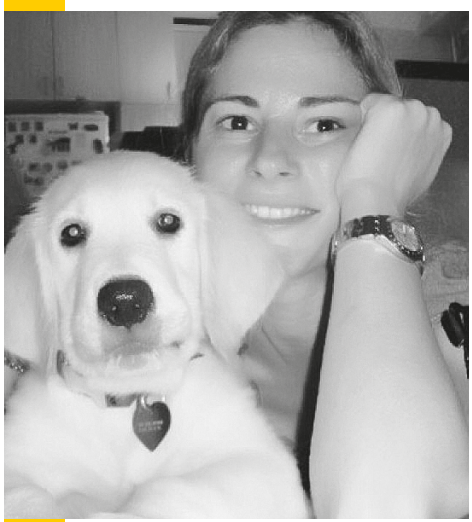
Onu küçük yaşta bir diş hekimi ile tanıştırmak da çok işe yarayan yöntemlerden biridir. Ona randevu oluşturmasanız dahi, sizin kontrol randevularınızdan birinde onu da yanınızda götürün. Diş hekimi ile tanıştırın, hekiminiz büyük olasılıkla bir peluş hayvanın üstünden ona diş fırçalamayı öğretecektir. Bu senaryoyu evdeki oyuncaklarında siz de oyun saatlerinde tekrarlayabilirsiniz, peluş hayvanı konuşturup, fırçalamanın önemini çocukların anlayabileceği dille anlatabiliriz. ***Çok eğlenceli değil mi?***

Ayrıca diş hekimi ziyaretlerinde, bizim klinikte, çocuklara fırçalama tabloları veriyoruz ve her fırçaladığında tablonun içeriğindeki stickerı tablosuna yapıştırmasını istiyoruz, bitince de bize getir onu diyoruz. O kadar motive oluyorlar, o kadar hevesle yapıyor ve getiriyorlar ki anlatamam. O zaman bir "fırçalama tablosu" da siz ediniyor ve onu sabah, akşam stickerlarla süslüyorsunuz.

Altı yaşından küçük çocuklar etkili bir şekilde dişlerini fırçalayabilecek motor becerilere sahip değillerdir, bu nedenle onlar için dişlerini fırçalayacak bir yetişkine ihtiyaçları vardır. Ama biz alışkanlık edindirmenin önemini fırçalama etkinliğinin önüne koyuyoruz bu yaşlarda.

Önce o yapsın! Dişlerini fırçalasın, denesin, öz güveni gelsin, deneyimlesin, alsın o tadı... "Şimdi sıra bende" deyip, "kontrol ediyoruz" adı altında siz etkin bir şekilde fırçalayın ve bitiminde, onun ne kadar iyi fırçalamış olduğunu, ekstra bir şey yapmaya ihtiyaç duymadığınızı övgü dolu sözlerle söyleyin. Motivasyon diş fırçalamada çok önemlidir. Her konu gibi bu kişisel konu da adanmışlık ister, rutin ister. Çocuklar bunu övgü ile harmanlandığında kolaylıkla içselleştirir ve alışkanlık kendiliğinden oluşuverir.

Yazımın başında demiştim, çokça
psikoloji içeren bir konu bu iş diye. Gerçekten de öyle!
Bugün başlıyoruz o zaman hep birlikte: Günde 2 Defa 2 Dakika.
Sevgiyle…



Elif Güliz BAYRAM
1995 mezunu

"1978'de dünyaya ağlayarak 'merhaba' diyen bendeniz, sonrasında hep güldüm. Arada bir gözyaşlarıyla karışık da olsa hep gülümsemek ilacım oldu tüm kederlere, dertlere.
Hayat bir oyundur.
Kimi zaman dram,
kimi zaman komedi,
kimi zaman trajedi,
kimi zaman polisiyedir; ama hep eğlenmek içindir.
Her anından zevk alınmalıdır; o anların tekrarı hiç yoktur. Hayallerimin peşinden koşup onları hep yakaladım. Hayal kurmaktan hiç vazgeçmedim; maratonum devam ediyor..."

OLİMPİK RUH...

Çocukluğumuz ve gençliğimiz boyunca bazı zamanları daha coşkuyla ve daha bir heyecanla beklerdik...

Bayram günlerini mesela, okulun açıldığı ve tatil olduğu günleri... Eurovision yarışmalarının heyecanı... Olimpiyatlar da sporda beklediğimiz organizasyonlardı. Televizyon karşısına geçer günlerce müsabakaları izlerdik. Sonra ne oldu bilmiyorum. Her şeyin büyüsü ve heyecanı kaçtı, sıradanlaştı galiba. Nedenini niçinini düşünüyor, ama bir türlü bulamıyorum.

Önce bayramlar kaybetti coşkusunu, okul günleri zaten çoktan geride kalmıştı…

Eurovision'dan nedense çekilmiştik. Olimpiyatlar ise sadece boks, tekvando, güreş, karate ve haltere indirgenmişti adeta… Sosyolog değilim o yüzden doğru mu tanımlıyorum bilemiyorum, ama yıllar içinde sosyolojik olarak dönüştük galiba… Bu yaz düzenlenen Tokyo 2020 Yaz Olimpiyat Oyunları bana bunları düşündürttü.

Toplumsal dönüşümümüzün ileriye değil de hep geriye gidiyor olmasının yansımasını olimpiyatların ilk anından daha açılış töreninde giyilen kıyafetleri gördüğüm andan itibaren yüreğimde hissettim. Çünkü törenlerde sporcuların giydiklerine baktığımda ülkesindeki hayatı yansıttığını fark ettim. Neşeli ve renkli hayatlarıyla ada ülkelerinden gelen sporcuların da hali neşeli ve renkli iken, bizim sporcularımız bende bembeyaz kıyafetleri, tedirgin ve coşkusuz adımları ile neden bilmem Arap çöllerinde kendilerini kaybetmiş izlenimi yarattılar.

Olimpiyat denilince benim için atletizm ve yüzme yarışları ilk başta gelir. Bu iki yarış aslında olimpiyatların kökenini oluşturan Antik Yunan'daki olimpiyatlarda da yer alan yarışlardan olduğundan mıdır nedir bilmiyorum olimpik spor denilince olimpiyat komitesi hangi spor dallarını eklemiş olursa olsun benim için yüzme ve atletizm kadar olimpik spor olamamıştır.

Antik Yunan ve olimpiyatlar deyince elbette tarihsel gelişimi bu yazıda uzun uzadıya ele almak istemem. Hem çok sıkıcı olabilirim hem de çok uzun sürebilir. Ama gelin biraz ülkemizin olimpiyat tarihine bakalım.

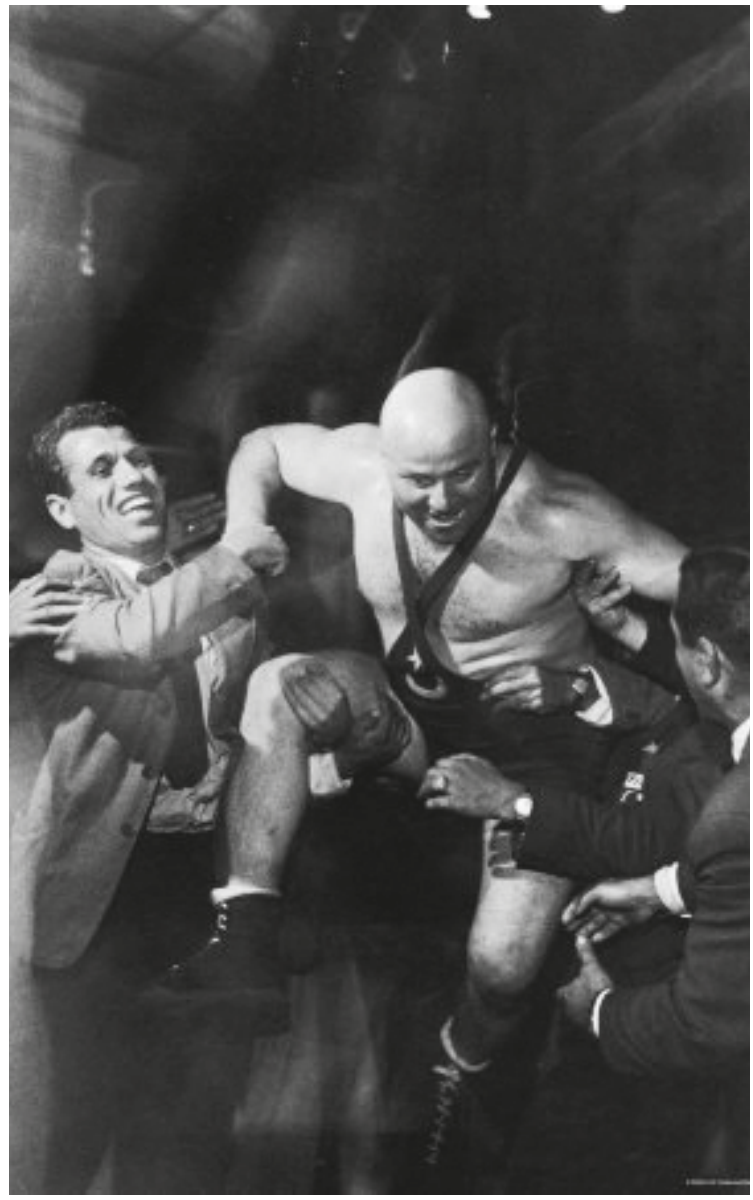
Osmanlı İmparatorluğu döneminde ilk kez 1906'da olimpiyatlarda bizi bir sporcumuz temsil etmiş. Vahram Papazyan ilginçtir ki atletizmde ülkemizi temsil ederken henüz sadece 13 yaş 224 günlükmüş, böylece bu oyunlardaki en genç sporcu olmuş.

Daha sonra üzücüdür ki 1920 yılında 1.Dünya Savaşı'na neden olan ülkeler arasında sayıldığımız için Anvers'te düzenlenen olimpiyatlara davet edilmemişiz. Aslında olimpiyat ruhunu düşününce hak edilmemiş bir ceza da değil. Zira ilk kez 1920 olimpiyatlarında kullanılan olimpiyat halkaları da 5 kıtanın birlikte olmasını, mavi halka Avrupa'yı, sarı halka Asya'yı, siyah halka Afrika'yı, yeşil halka Avustralya'yı, kırmızı halka da Amerika'yı ve birlikte barış içinde olmayı temsil eder.

Ülkemiz iki kez daha olimpiyatlara katılamamıştır. Birisi 1932 Los Angeles Oyunları ki buraya masraflar ve yolun uzak olması nedeniyle temsilci gönderememişiz. Diğeri de Afganistan'ı işgal eden SSCB'yi protesto etmemiz nedeniyle katılamadığımız 1980 Moskova Oyunlarıdır.

Olimpiyat tarihinde bence en önemli ilklerimiz 1936 yılında yaşanmış.

Berlin'de düzenlenen oyunlara ilk kez 2 kadın sporcumuz da katılmış. Üstelik serbest güreşte 76 kg'da Ahmet Kireçci aldığı gümüş madalya ile ilk kez ülkemizi şeref kürsüsüne taşırken, onun ardından 61 kg grekoromen güreşte Yaşar Erkan tarihimizin ilk olimpiyat altınını kazanan isim olmuş.



Ve hepimizin çocukluk anılarının kahramanı Naim Süleymanoğlu ise 1988 yılında Seul'de olimpiyat rekorunu kırarak tarihe adını altın harflerle yazdırdı. Zaten onun katıldığı olimpiyatlar bizim için hep başarı demek oldu.

Gelgelelim bizim için madalya alabildiğimiz spor dalları belliydi. Halter, güreş, boks, tekvando, karate bu spor dallarının başında geliyordu. Atletizmde ise 1948 Londra Oyunlarında Ruhi Sarıalp üç adım atlamada ilk madalyayı bronzla almıştı. Son yıllarda atletizmde aldığımız madalyaların çoğu ise ne yazık ki doping nedeniyle iptal edildi.

Bu yıl olimpiyat oyunları pandeminin gölgesinde gerçekleşti. Geçtiğimiz yıldan bu yıla ertelenen oyunlara Tokyo ev sahipliği yaptı. Aslına bakarsak bu yıl da pek çok ilke imza attı sporcularımız. ***Okçuluk dalında Mete Gazoz ülkemize ilk olimpiyat altın madalyasını getirdi. Bir diğer ilke imza atan ise jimnastik paralel barda aldığı bronz madalya ile Ferhat Arıcan oldu.*** Karatede ilk kez temsil edildiğimiz Tokyo'dan iki gümüş, iki bronz olmak üzere dört altın madalya ile döndük. Kata'da Ali Sofuoğlu bronz, 67 kg'da Eray Şamdan gümüş, +75 kg'da Uğur Aktaş bronz ve kadınlar karatede 61 kg'da Merve Çoban bronz madalya aldı.

Bu yıl kadınlarımızın başarıları ile de gurur duyduk. Güreşte Yasemin Adar, boksta ise Busenaz Sürmeneli ile Buse Naz Çakıroğlu, branşlarında ülkemize madalya getiren ilk kadın sporcular oldu. Busenaz Sürmeneli'nin altın madalyası ise çifte ilk yaşattı. Çünkü bu başarı ile Busenaz Sürmeneli Türk boks tarihinin ilk olimpiyat şampiyonu olarak tarihe altın harflerle adını yazdırdı.

Belki ilklere imza atamadılar, ama Hakan Reçber 68 kg'da Hatice Kübra İlgün 57 kg'da tekvandoda ülkemize bronz madalya getirirken, grekoromen güreşte Rıza Kayaalp 130 kg'da bronz, serbest stil güreşte 125 kg'da Taha Akgül ve kadınlar serbest güreşte 76 kg'da Yasemin Adar bronz madalya kazandılar.

Filenin sultanları ise belki şeref kürsüsüne çıkamadılar, ama tarihte ilk kez olimpiyatlarda çeyrek final oynayarak bizi gururlandırdılar.

Bu yıl ülkemize 2 altın, 2 gümüş ve 9 bronz madalya olmak üzere toplam 13 madalya geldi. Bu madalyalarla da olimpiyatlarda toplamda 104 madalya kazanmış olduk.

Ama ben açıkçası kazandığımız spor dallarına bakınca sadece okçuluk ve jimnastikle daha çok gurur duydum. Çünkü bugüne kadar boks, karate, tekvando, ata sporu güreş gibi daha çok dövüş sporu dediğimiz sporlarda başarılıydık zaten ama okçulukta ve jimnastikte ise ilk kez madalya almış olduk. Elbette ki tüm madalyalar değerli. Ama artık Türk sporu deyince farklı branşlarda da başarılarımız olsun istiyor gönül.

Tabii bu da yine ülkenin politikaları ile ilgili bir konu. Yani ülkeyi yönetenler hangi spor dallarına yatırım yapmayı tercih ederse, hangi spor dallarının önünü açarsa o dallarda sporcularımız başarılı oluyor. Mesela bir dönem yüzme ve atletizme büyük yatırımlar yapılıyordu. Şimdi yüzmede esamemiz okunmuyor. Atletizmde ise ne yazık ki devşirme sporcularla ve dopinglerle kazandığımız başarılar tarihin tozlu sayfalarına ve utançla gömülmüş oldu.

Varsa yoksa futbol diyoruz ama futboldaki "başarılar"ımız da yine ortada. Yabancı oyuncularla kurulan takımlar, alt yapıya önem vermemek gibi hatalarla Türk futbolu da bitiyor. Sadece büyük bir ekonominin döndüğü insan oyalamasından başka bir anlam taşımaz oldu futbol en azından pek çoğumuz için.

Ben olimpiyatları izlerken 3 tarafı denizlerle çevrili ülkemizde su sporlarında neden başarılı bir isim yetiştiremediğimizi sorguladım. Genç nüfusumuzla övünürken, o genç nüfusun sporda başarılar yakalayamamasına hayıflandım ve olimpiyat tarihine sadece "güç" sporları ile adımızı yazdırmaktan da esef duydum.

Aslı KARABOĞA CÖMERTPAY

1997 mezunu

Aslı Karaboğa Cömertpay, 30 Eylül 1979 tarihinde Ankara'da doğdu. İlk, orta ve lise öğrenimini Arı Okullarında tamamladı. Arı Fen Lisesinden mezun olduğu yıl, çocukluktan beri hayali olan doktorluğa adım atarak, Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi'ne girdi ve 2003 yılında buradan mezun oldu. İş yaşamına CASANITA Mustafa Kemal Şubesi'nde Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı olarak devam eden mezunumuz evli ve Zeynep Derin isminde bir kız çocuk annesi. Zeynep Derin, Arı Okullarında eğitimini sürdürüyor.

ÇOCUKLARDA BAĞIŞIKLIĞIN DESTEKLENMESİ

Herkesin beklediği o heyecanlı ay geldi, okullarımız uzun bir aradan sonra açıldı ve hepimizin temennisi eğitim sürecinin kesintisiz olması elbette.

Zor zamanlardan geçtik, hem bedenen hem de ruhen büyük bir salgınla savaştık, savaşmaya da devam ediyoruz. Her şey bitmiş değil elbette. Hem kendimiz hem de çocuklarımız bu bilinçte olursak ve ona göre davranırsak üzerimize düşeni toplumda yaşayan sorumlu bireyler olarak yerine getirirsek eğitim sürecimizin sekteye uğramadan devam edeceğini düşünüyorum.

Anne baba olarak hepinizin, hepimizin aklında sorular var biliyorum. İstedim ki bu yazıda "neler yapalım da çocuğumuzu okul döneminde koruyalım?" sorusuna yanıtları vereyim ki süreç sağlıklı ilerlesin.

Mevsim geçişlerinde artan ve kolayca bulaşan hastalıklardan (ki aklımıza son yıllarda tabii ki Covid-19 enfeksiyonu geliyor) çocuklarımızı korumanın başlıca yolu, mikroplara karşı kalkan görevi gören bağışıklık (immun) sistemimizi güçlendirmek.

Çocuklarda bağışıklık sisteminin güçlenmesi için başlıca kurallar ise;

- Aşılarını eksiksiz olarak yaptırmak
- Beslenmesinin yeterli, dengeli ve sağlıklı olduğundan emin olmak
- Yeterli su içmesini sağlamak ve bu bilinci aşılamak
- Uyku düzenine önem vermek
- Sağlıklı, bilinçli ev ve çevre koşullarını sağlamak

Bu ana başlıkları açmak gerekirse;

Dengeli beslenme

Çocuklar dengeli ve düzenli beslenmeli. Evde yemek düzenine dikkat edilmeli; sebze, meyve, protein ve karbonhidrat dengesi doğru kurulmalıdır. Meyve günde 2 porsiyon şeklinde tüketilmelidir. Çocuk meyve yemiyorsa hazır meyve suları yerine, meyve suyu sıkılıp verilebilir; ancak meyvenin kendisini yemesi lif ve posa alımı açısından daha önemli ve gereklidir. Mümkün olduğunca her renkten beslenmeli. Sarı, kırmızı, yeşil sebze ve meyve tüketimi, et, süt, yumurta ve balık tüketimi aksatılmamalıdır. Sebze, meyveyi yeterli miktarlarda yiyen kişilerde alınan C vitamini, karoten, likopen, antioksidanlar, lifler sayesinde bağışıklık sistemi kuvvetlenir. C vitamini içeren besinlerin düzenli tüketilmesi hastalıklardan korunmamıza yardımcıdır. Balık ve deniz ürünleri ile alınan omega-3 yağlar enfeksiyonların yarattığı yangısal reaksiyonları baskılar. Çocuklarımızın en az haftada 2 kez balık yemesini öneriyoruz. Ayrıca hastalık dönemlerinde çocuğunuza ıhlamur, zencefil, bal, limon, elma çayı gibi bitki çayları hazırlayabiliriz bununla hem boğaz ağrısını giderir hem de bağışıklığını desteklemiş oluruz. Kahvaltı günün hala altın öğünüdür çocuklarda asla aksatılmamalı ve çocuğun her gün mutlaka yumurta tüketilmesi sağlanmalıdır. Çocuklarımızın beslenmesinde maalesef onların da çok sevdiği abur cuburlardan uzak durmakta bu dönemde fayda var. Daha çok sağlıklı atıştırmalıklar tüketmeliyiz.

Yeterli su tüketimi

Çocuklar genelde içilen meyve sularını, hiç de desteklemediğimiz gazlı içecekleri ve kahve-çayı da su olarak hesaplamaya meyillidir. Tüketilmesi gereken sadece suyun kendidir. Hücrelerin kendilerini yenileyebilmesi için gerekli birçok biyokimyasal basamakta suya ihtiyaç vardır. Cildin tazelenmesi, sistemlerin tam çalışması için su en gerekli sıvıdır.

Düzenli uyku

Uyku süreleri yaş gruplarına göre değişir. Okul çağı çocuklarının günlük ortalama 8-10 saat kadar uyku sürecini doldurmaları gerekir. Özellikle de karanlıkta uyunan uyku vücudun yenilenmesi için melatonin ve büyüme hormonu salgılanmasını destekler ve gereklidir.

Tablet-telefon ve Pc kullanımının düzenlenmesi

Tablet, telefon ve televizyonun günlük hayatta minimumda tutulması gerekir. Okuldan geldikten sonra bilgisayar veya tablet karşısında oyunlara devam etmemeli, gözler ve tüm vücut dinlendirilmelidir. Günde en azından 1 saat açık havaya çıkılmalı ki öğle aralarında okulun bahçesine çıkmalarını maskeleri tenha yerde aralayıp temiz havayı solumalarını öneriyoruz. Bilgisayar, tablet ve telefon bizi açık havadan alıkoyan, uzun süre kullanıldığında ciddi baş ağrısı, mide bulantısı, çarpıntı ve hastalık hissine sebep olabilen etkenlerdir.

Rutin kontroller aksamasın

Pandemide de olsak çocuklarımızın rutin muayenelerini aksatmamamız gerekiyor. Unutmayın muayenede birçok klinik durum doktorunuzun aklına gelebilir, şüphelenebilir ve zamanında yapılan tetkiklerle tanının zamanında konması hepimize zaman kazandırır. Bu süreçte rutin muayenelerin aksadığını çok gördük, ama bu biz çocuk hekimlerinin işini daha da zorlaştırdı çünkü birçok çocuk hastamızda demir eksikliği veya bazı vitamin-mineral eksikliği gelişti ve tedavileri de aksadı. Biz iyiyiz bir sıkıntımız yok demek bazı hastalıkların tanı almasını öteledi, hatta bu süreçte muayene etmeden tedaviye direkt evde kendileri başlayan hasta yakınları oldu ki, tedavinin her zaman hekim tarafından düzenlenmesi gerektiğini ısrarla belirtiyoruz.

Vitaminlerin ve destekleyici ürünlerin kullanımı

Çocuklarda bağışıklığı güçlendirmek için kontrolsüz olarak vitamin-mineral takviyeleri kullanılmaması gerekir. Bu konu tamamen hekiminizin önerisi ile karar vermeniz gereken bir süreçtir. Ama ben düzenli uykusu ve yemek düzeni olan çocuklarda gelişimi normalse ekstra bir destekleyici ürün önermiyorum. Fakat pandemi sürecinin yönetimi bizlerde de bazı fikir değişiklikleri elbette ki yaptı. Yapılan çalışmalar bu tip takviyelerin birçoğunun hastalık sıklığı ve şiddeti üzerine belirgin bir etkisi olmadığını gösteriyor. Bunlar arasında C vitamini ve çinkonun bağışıklığı bir miktar desteklediğine dair veriler mevcut. En iyisi çocuğumuza bu desteği doğal besinler aracılığı ile vermeye çalışmak. Bu tarz ürünlerin kullanımı için kararı hekiminizle almakta fayda görüyorum.

Covid-19 hakkında bilgilendirme

Bu dönemde hem biz çocuk hekimleri hem de siz anne babalar çocuklarımıza Covid-19'dan korunma yollarını iyi anlatmalıyız. Maske, mesafe ve hijyen kurallarını okulda ve serviste, bahçede nasıl uygulayacaklarını bilmelidirler. Yemeklerden önce ve sonra, tuvaletten önce ve sonra veya herhangi bir şüpheli ağız yüz temasından önce, öksürme ve hapşırma sonrası ellerin su ve sabunla en az 20 saniye iyice yıkanması veya alkol içeren el dezenfektanlarının kullanılması, kalabalık ortamlarda mümkün olduğunca bulunmamaları ve mutlaka maske takmaları gerektiği çocuklara, bizler tarafından öğretilmelidir. Ortamların sık sık havalandırılması sağlanmalıdır. Hastalanan çocukların ise okul ortamından izole edilip evde bakımlarının ve izlemlerinin sağlanması enfeksiyonun kontrol altına alınması açısından önemlidir.

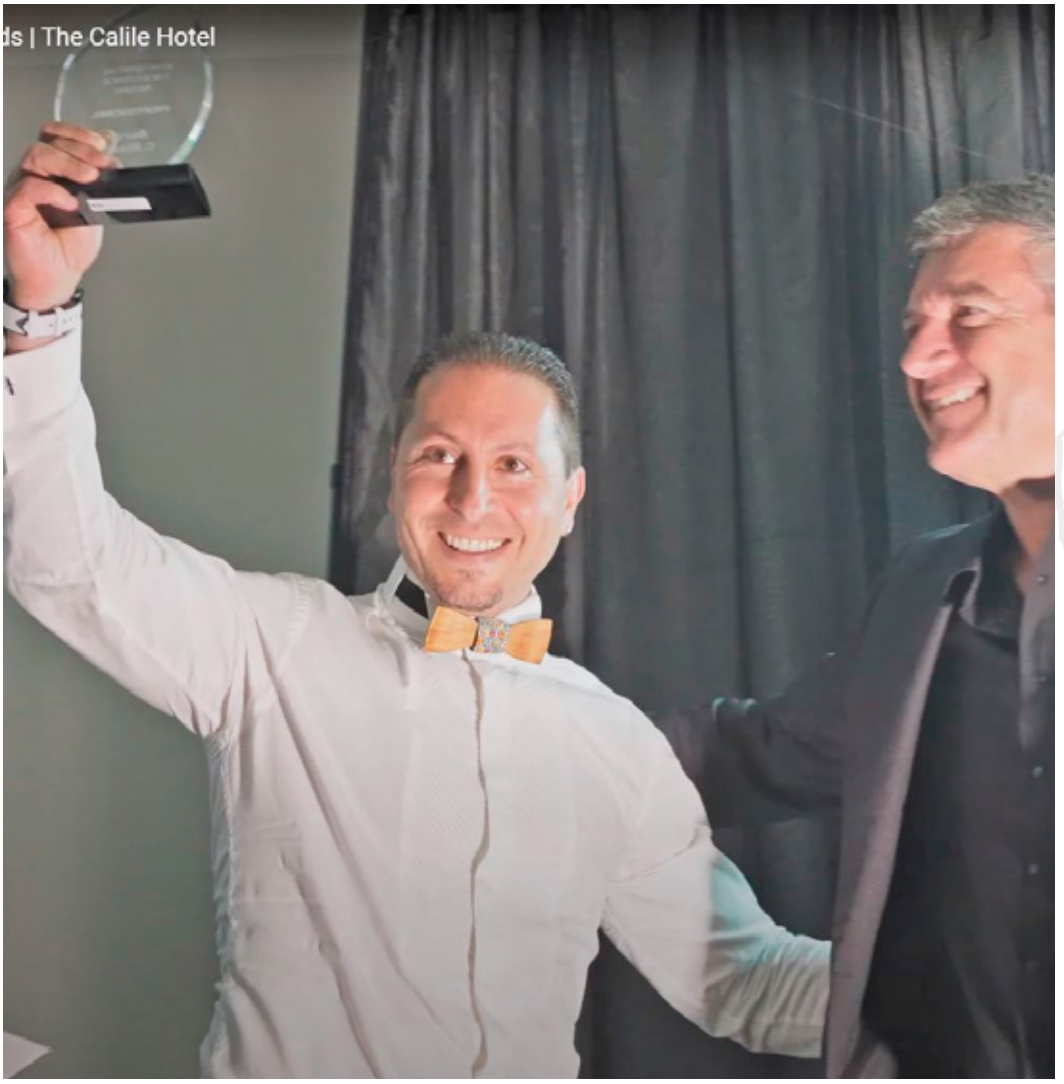
Bana göre bu maddelere eklenebilecek bir diğer önemli madde ise pandemi sürecinin çocuklarda yaratmış olduğu stres ile başa çıkmasını sağlayabilecek desteğin çocuğa ev ve okul ortamında tam verilmesidir. Çocuğa bunun geçici bir süreç olduğu ve biteceği anlatılmalıdır. Elinden geleni yaparsa bu hastalıktan korunabileceğini çocuklarımız bilmeli ve rahat olmalıdır.

Röportaj

C.BURAK BİNATLI

1992 mezunu

Binatlı, Arı Okullarında tamamladığı eğitiminin ardından Doğu Akdeniz Üniversitesi Elektrik Elektronik Mühendisliği Bölümü'nü tamamladı. 2014 yılı sonunda yerleştiği Avustralya'nın önde gelen üniversitelerinden biri olan Monash Üniversitesinde Executive MBA eğitimi aldı. Ayrıca Monash Üniversitesi tarafından 2016 yılında "Negotiation and Managerial Judgment" alanında üstün başarı ödülünü kazandı. 18 yıl Japon menşeli çok uluslu bir firma olan Tosbiha'da, diagnostik medikal görüntüleme sektöründe, mühendislik ve satış alanında çeşitli üst seviye liderlik ve yönetsel görevlerde bulunduktan sonra Türkiye'den ayrılarak Avusturalya'nın Melbourne kentine taşındı. Binatlı, şu anda gayrimenkul ana franchise firması olan Freedom Property'nin Melbourne Franchise ofislerinin birinin sahibi olarak faaliyet gösteren tek Türk Lisanslı emlak danışmanı. 2020 yılı ikinci çeyrek döneminde elde edilen satış komisyonları performans değerlendirmesinde, ulusal bazdaki 46 emlak danışmanı arasından sıyrılarak "Platinum Award" üstün başarı ödülüne layık görüldü. Yine 2020 yılı genel yıl değerlendirmesinde ulusal bazda 54 franchise arasında ilk 7'ye girerek "2020 Annual Excellence Award – Professional Level" Ödülü'nü elde etti.



- Avustralya, Türkiye'ye uzak bir coğrafya. Neden Melbourne? Nasıl gelişti bu fikir?

Eşimden dolayı gelişti. 1999 yılından beri birlikte olduğumuz eşim Melbourne doğumlu olduğu ve orada büyüdüğü için, o ve ailesi bana hep Avustralya'daki yaşamla ilgili anlatımlarda bulunurdu. Bu süreçte Avustralya'yı bir kaç kere ziyaret edip çok da beğenmeme rağmen, gerek özel gerekse profesyonel hayatımızda çok mutlu olmamız ve tüm sevdiğimiz arkadaş, dost ve akrabalarımızdan uzak düşmeme düşüncemiz nedeniyle böyle bir riski ben göze alamadım. Ancak 2014 yılında, belki de 40 yaş sendromu diyeceksiniz ama, biraz da gelecek öngörüsü ile eğer yapacaksam böyle bir değişikliği yapmak için son fırsat olduğunu düşünerek eşimin doğduğu şehir olan Melbourne'e yerleştik.

- Emlak sektörüne girişiniz nasıl oldu?

11 yıl elektronik mühendisi olarak görev yaptığım Toshiba'da 7 yıllık da bir servis satış yöneticiliği tecrübem vardı. Ayrıca kişisel ve profesyonel gelişime son derece açık birisi olarak Başkent Üniversitesinde MBA eğitimine başlamış ve ilk yılımı bitirmiştim. Tüm bunların yanında Avustalya'ya yüksek referanslarla gelmeme rağmen, kendi uzmanlık alanımda ne yazık ki gerek yerel iş tecrübesi ve yerel sektör bilgisi eksikliği, gerekse sıfırdan başladığım kişisel ve profesyonel network'lerimin eksikiliği nedeniyle, 3 defa en üst aşamaya varan iş görüşmeleri yapmama rağmen şans bulamadım. Kültür ve eğitim burada çok farklı, özellikle de iş hayatında. Bu değişik yapının çok çabuk farkına varıp saygın bir eğitim kuruluşunda kendimi yeni hayata hazırlama adına Monash Üniversitesi Executive MBA Programı'na başvurdum. 2 aylık bir yeterlilik sürecinden sonra programa kabul edildim ve 2 yıllık yoğun bir eğitim sürecinden geçtim. Bu düşünce tarzıma çok şey kattı ve hızlandırılmış bir uyum, öğrenim süreci yaşadım. Aynı zamanda daha önce kendime hiç sormadığım "hayatta ne yapmaktan hoşlanıyorum?" sorusuna cevap bulmak için yeterli zaman ve analiz fırsatım oldu. MBA bittikten sonra toplumumuzla tanışmak için nihayet vakit bulabildim ve buradaki Türk ve Kıbrıs Türk derneklerine gidip oradaki vatandaşlarımızla tanıştım. Toplumdaki büyüklerimizden birisinin bir emlak ofisi vardı. Bana mutlaka denemem gerektiğini söyleyip iş teklif etti. Kısa zamanda bu sektörde çalışmanın beni çok tatmin ettiğini ve listemdeki tüm gereksinimleri karşıladığını gördüm. Hemen gerekli kursu tamamlayarak "Agents Representative" olarak Mart 2017'de çalışmalarıma başladım. 1 yıllık iş tecrübesi ön gereklilik sürecini doldurduktan sonra full lisans kursunu tamamladım ve 2018 yılında Freedom Property'nin Melbourne franchise'larından birini alarak kendi işimi kurdum.

Röportaj

C.BURAK BİNATLI

1992 mezunu

-Yürüttüğünüz işin hepimizin bildiği "emlakçılık"tan farkı nedir?

Her şeyden önce bu sektör Avustralya'da son derece iyi regüle edilmiş, profesyonelliğin ve takdim edilebilirliğin üst seviyede olduğu saygı duyulan bir meslek. İşin doğası gereği etik suistimallere çok açık olmasına rağmen potansiyel suistimal alanları kanun uygulayıcılar tarafında uzun seneler edinilen tecrübeler sonucunda getirilen düzenlemelerle olabildiğince minimize edilmiş. Hem alıcı hem de satıcı tarafını yasal olarak temsil eden avukatlar var. Emlak danışmanlığı mesleğinin ciddiyeti ve müşterilere karşı olan sorumluluklarının ana hatları eğitimler, prosedürler, uygulamalar, denetlemelerle kesin olarak çizilmiş. Mesela burada bir real estate agent sadece bir taraf için çalışabilir, sadece satıcı için. Amaç değer biçme ile başlayan ve anahtarların teslimiyle sonuçlan tüm süreçte ev sahibine rehberlik etmek, piyasadaki en iyi alıcıyı bularak evi en yüksek fiyata satmaktır. Sadece alıcı tarafına çalışanlara ise Buyer's Advocate denir ve onlar da alıcı için en uygun evi en ucuza almaya çalışır. Bu şekilde menfaat çatışmasının önüne geçilmiş olur. Bunun yanında, evin cinsine, piyasanın ve ev sahibinin durumuna göre belirlenen çok çeşitli satış yöntemleri mevcut. Bunların arasında bir de müzayede sistemi var ki tam bir görsel şov. Piyasada elde ettiğiniz sonuçlar, sizin o bölgede göze batmanıza ve sonraki mülakatlara çağrılmanıza yol açar. Evsahipleri ile yaptığınız mülakatlardaki başarınız, rakip acentalara karşı avantaj elde etmenize ve işi almanıza yol açar. Bundan sonrasında müşteri ile satış otoritesi imzalanır ve bir satış şekli belirlenerek buna uygun bir pazarlama strateji oluşturulur. Bu süreçte gelen alıcı başvuruları değerlendirilir, aradaki bilgi ve dokümantasyon trafiği yönetilir, ev gösterimleri ve pazarlıklar yapılır. Gelen teklifler bir takım kriterler gözetilerek değerlendirilir ve en iyi teklif sahibiyle kontrat imzalanır. Bundan sonra evin takasına kadar olan süreç avukatlar ve bankalar tarafından takip edilir ve gün geldiğinde biz anahtarları/kumandaları vs. evin yeni sahibine teslim ederiz.

- Siz müşterinize ne sunuyorsunuz?

Biz farklı bir kültür ve sistemden geldiğimiz için buradaki sistemi de farklı bir gözle değerlendirebiliyoruz. Bence her sektörde olduğu gibi Avustralya'daki emlak sektörü de çağımızın gerektirdiği yeni gereksinimlerle birlikte bir değişime gitmek zorunda. Amacım endüstride eskiden kalan aklışkanlıklar ve demode yöntemleri iyi yönde disrupt etmek. Bu yolda öncü rol üstlenerek şimdiden iş modeli pozisyonunu aldım. Her iki sistemin de avantajlı yanlarını kullanarak, modern çağın sektör üzerinde gerektiği değişimi de öngörerek farklı bir iş modeli yarattım. Hem etik açıdan hem de süreçler açısından, geçmiş iş tecrübemi ve kişisel becerilerimi de katarak güçlü bir harman yaptığıma inanıyorum. Ana hatlarıyla bahsedecek olursak öncelikle ben buradaki iş hacmine yönelik sistemden farklı olarak kişiye özel hizmet sunuyorum. Yani buradaki genel emlak anlayışından farklı olarak, nicelikten çok nitelik üzerinde duruyorum. Sadece pazarlama ya da sadece danışmanlık değil, bütünsel bir anlayışla müşterilerimin emlak konusunda tam temsilciliğini/savunuculuğunu yapıyorum. Tabi ki bu nedenle aynı anda daha az sayıda müşteri kabul edebiliyorum, çünkü her birisi için ayırdığım zaman ve emek çok daha fazla. Ama tabi böyle olunca da aldığımız sonuçlar piyasanın çok üstünde oluyor. Istatistiksel olarak diğer acentalara kıyasla piyasadan ortalama %5.5 - %6 daha yüksek sonuçlar elde ediyorum. Yine buradaki emlak alışkanlığından farklı olarak sadece tek bir semte ya da bölgeye odaklanmıyorum. Bölgeyi değil insanı ön planda tuttuğum için temsilini yaptığım kişilerin farklı semtlerdeki tüm mülkleriyle ilgileniyorum. Klasik sistemde bir müşteri farklı semtlerede bunulan evleri için farklı yerel acentalarla görüşmek zorunda.

Halbuki internetle birlikte hem bilgiye ulaşmak artık çok daha kolay hem de dünya daha küçük. Bununla birlikte klasik yerel ofis modeli de artık demode. Güçlü bir CRM sistemiyle birlikte benim ofisim cep telefonum ve laptop bilgisayarım. Tam mobilite avantajıyla müşterilerimiz bize gelmiyor, biz onlara gidiyoruz. Ayrıca yurtdışından özellikle de doğu ve güney Asya ülkelerinden yatırımcılarımız oluyor ve canlı videolu ev gösterimleriyle onları ev sahibi yapıyoruz. Bununla birlikte kültürümüzden gelen pazarlık becerimiz de burada müşterilerimiz için büyük bir avantaj sağlıyor. Müzakere becerisi yüksek bir danışman aslında evini satmak isteyen müşterilerin olmazsa olmazı. Ben bunu keyif alarak yapıyorum, çünkü pazarlık bizde çocukluktan gelen bir gelenek, bir oyun. Müşterilerimin hizmetine Toshiba'daki profesyonel iş hayatımda edindiğim servis satış ve kontrat müzakere becerilerini, akademik alanda kazandığım üstün başarı ödülüyle kanıtlanmış bir şekilde sunuyorum. Esnek ve kolektivist yaklaşım sayesine tüm paydaşlara değer katıyoruz. Bu sayede aslında zorlu bir süreç olan emlak tecrübelerinden hoşnut kalan müşterilerimiz bize tavsiye yoluyla daha fazla müşteri getiriyorlar.

Bunun yanında geçtiğimiz sene, mesleğe yeni başlayan genç emlak danışmanlarına ve emlak acentelerine coaching mentoring eğitimleri vermeye başladım. Amacım genç meslektaşlarımızı düşünce yapısı olarak ve etik esaslar doğrultusunda sektöre hazırlamak.

- Türkiye'de inşaat hızlı büyüyen bir sektör. Avustralya'da durum nasıl?

Avustralya ve özellikle ve bulunduğum şehir olan Melbourne Covid öncesi çok göç alan bir şehirdi. Dünyanın en yaşanabilir şehirleri listesinde her yıl en üstte yer alıyordu. Bu nedenle arz talep dengesi her zaman inşaattan yana pozitif yöndeydi. Ev fiyatları kısa frekanslı dalgalanmalarla birlikte genel olarak sürekli yükselişteydi ve hala da öyle. Türkiye'ye göre çok daha stabil, tahmin edilebilir ve az riskli. İnşaat burada madencilik ve eğitimle birlikte en önde giden motor sektörlerden birisi. Çin kriziyle birlikte madencilik sekteye uğrasa da, Covid'le birlikte eğitim sekteye uğramış olsa da inşaat sektörü devletin de desteğiyle durmayan tek sektör oldu. Covid'le birlikte yaşanan karantina ve kapanma dönemlerinde devletin insanlara sağladığı maddi destek sayesinde ekonomik sıkıntı yaşanmadan, hatta büyümeyle tamamlandı. Melbourne bu dönemde daha sıcak olan diğer eyaletlere göç verdi. Şehir içindeki apartman tarzı yaşamdan daha dışardaki müstakil evlere eğilim oldu. Her kapanma dönemi bitişinde emlak sektöründe inanılmaz bir hareketlilik yaşandı ve fiyatlarda artış oldu. Kısacası arsa ve emlak fiyatları Avustralya'da şartlar ne olursa olsun hep artış gösteriyor, bununla birlikte inşaat sektörü de sürekli büyüyor.

Röportaj

C.BURAK BİNATLI

1992 mezunu

- Avustralya'da gayrimenkul yatırımı yapmak isteyen Türklere neler tavsiye edersiniz?

Avustralya'da gayrimenkul yatırımını kar-risk dengesine göre çok iyi bir yerde görüyorum. Bir kere paranız AUD üzerinde olduğu için zaten kurdan dolayı kaybınız önleniyor. Bunun üzerine Avustralya'nın istikrarlı ekonomisi ve düzgün işleyen hukuk sistemi, güven ortamını da birlikte getiriyor. Bu sayede stabil büyümeyle birlikte risk oranı düşük, öngörülebilir kazanç sağlıyor. Temelde gayrimenkul büyüme oranı ekonomideki 70 kuralına bağlı olsa da, genel olarak emlak fiyatları Melbourne'de ortalama 10 yılda bir ikiye katlanıyor. Pasif gelir veya değer artışı dengesi bakımından çok çeşitli emlak yatırım imkanları var. Yatırım yapmak isteyen Türklere öncelikle ne elde etmek istediklerine göre kendilerine uygun gayrimenkul yatırım stratejisini seçmelerini tavsiye ederim. Bunun için bizimle temasa geçebilirler ki öncelikle ihtiyaçları doğrultusunda birlikte bir yol haritası seçip, sonrasında buradaki trendleri ve projeleri yerinde analiz edebilmemizden ötürü doğru yatırımları seçmelerinde kendilerine yardımcı olabiliriz. Mesela bazı yatırımlar yüksek sabit kira getirisi sağlıyor ancak zaman içinde az değer kazanıyor. Bazıları ise daha düşük sabit kira getirisi ama dönem sonunda daha yüksek değer kazancı sağlıyor. Bir de çok popüler olan imar geliştirme projeleri var ki sabit getirisi yok ancak dönem sonunda kaydadeğer değer artışı sağlıyor. Halihazırda Türkiye'deki tanıdıklarımızdan bu konuda gelen bir talep var ve biz de bu konuda çeşitli büyüklükteki yatırımlar için konsorsiyum yapısında bir model çalışması yapıyoruz. Her proje için gereksinimleri ve yatırım geri dönüş miktarlarını net olarak görebilecekleri fizibilite, kanuni altyapı, gider ve vergilendirme gibi parametreleri içeren bir sistem oluşturuyoruz.

- Mortgage kuralları nasıl işliyor? Herkes kredi alabiliyor mu?

Mortgage yapısı vatandaşlar için çok iyi imkalarla sunuluyor. Hükümet ilk kez ev sahibi olacaklara düşük faizle, üstelik vergiden muaf olarak ev alma imkanı sağlıyor. Sabit bir geliriniz varsa ve % 10 depozitonuz varsa, geri kalan % 90'lık miktar için şu an yıllık %1.79 faizle banka kredisi alıp ev sahibi olabiliyorsunuz. 30 yıla kadar borçlanabiliyor, kira öder gibi ödüyorsunuz ve genellikle vaktinden önce borcu bitiriyorsunuz. Yatırımcılar için banka faizleri biraz daha yüksek olmakla birlikte kira getirisi neredeyse kredi ödemelerini karşılıyor. Ben kendimden örnek verecek olursam, 4.5 yıl önce aldığım evimin şu an 19 yıl ödemesi kaldı. Üstelik bu sürede gerçekleşen Royal Commission bankacılık denetlemelerine ve Covid'e rağmen evim % 20 değer kazandı.

Yurt dışından ev alımlarındaysa bir takım vergiler mevcut. Biz bu konuda yerel Avukatlar ve Mali Müşavirlerle birlikte proje bazında bir şirket ortaklığı yapısı oluşturuyoruz. Böylelikle hem tüm paydaşların hakları yazılı olarak garanti altına alınıyor, hem de en avantajlı vergilendirme yapısından faydalanılıyor.

- Ev almak için şu an doğru zaman mı peki?

İlk evini alacaklar için her zaman doğru bir zaman. Önemli olan bu piyasaya bir yerden girebilmek. Evini satıp daha büyük bir ev almak isteyenler için düşen market, tam tersine daha küçük bir ev almak isteyenler içinse yükselen market iyi bir zamanlama olacaktır. Tabii o bölgedeki anlık arz talep dengesi, devlet yatırımları, piyasadaki hali hazırdaki rekabet de göz önüne alınması gereken faktörler. Ben müşterilerime ekspertiz çalışması yaparken tüm faktörleri değerlendirip ona göre bir planlama öneriyorum. Zamanlama evi markete koyarken çok önemli.

- Bize biraz Arı yıllarınızdan bahseder misiniz? Arkadaşlarınız, anılarınız…

En güzel yıllarımız Karanfil Sokak'ta başlayarak sonradan 100. yıla taşınan Arı Koleji'nde geçti. O zamanlar eğitim kalitesi de bir başkaydı, TED ve Yükseliş Koleji ile rekabet vardı. Hocalarımızın bize aşıladığı öğrenci andındaki değerleri hepimiz karakterlerimizde taşıyoruz. Atatürk'ün izindeki pusulamız asla şaşmıyor, bu nedenle hala öğretmenlerimizi sonsuz saygı ve sevgiyle anıyorum. Bazılarıyla Whatsapp aracılığıyla hala görüşüyoruz, eski günleri hatırlıyoruz ve çok mutlu oluyorum. O zamanki arkadaşlarımdan bazıları ile dünyanın dört bir yanına dağılmış olsalar da, üzerinden yıllar geçmiş olsa da hala kaldığımız yerden devam ediyoruz.

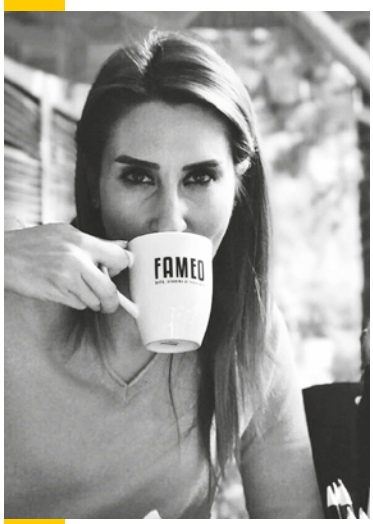
- Köklü okulumuzun 2. dönem mezunlarından biri olarak aramıza yeni katılan ve katılacak olan mezunlarımıza neler tavsiye edersiniz?

Eğitim/öğrenimleri boyunca edindikleri ilkelerle doğruluktan şaşmamalarını, idealleri peşinde koşmalarını, kendilerini sürekli geliştirerek etraflarına faydalı olmalarını arzu ediyorum. Sevdikleri işi yapsınlar. Önlerinde uzun bir hayat var ve enerjileriyle fark yaratabilirler.

Bu keyifli sohbet için çok teşekkür ederiz.

C.Burak Binatli, Property Attorney - Freedom Property
Personalised Real Estate Services Advocacy & Sales
W : https://www.freedomproperty.com.au/burak/home

E : burak@freedomproperty.com.au
P : +61 455 663 331
Whatsapp : +90 532 422 38 56
Facebook : https://www.facebook.com/Cavalier1000/
Instagram : https://www.instagram.com/cavalier.1000/
Linkedin : https://www.linkedin.com/in/c-burak-binatli-ba130660/



Rüyam ÖZAL

2002 mezunu

Rüyam Özal, 23 Aralık 1984, Ankara doğumlu. Ortaokul ve lise eğitimini Arı Okullarında tamamlayan Rüyam Özal, Bilkent Üniversitesi Grafik Tasarım Bölümü'nü yüksek şeref unvanıyla bitirdi. Evli ve 2 çocuk annesi mezunumuz, turizm, petrol ve otomotiv sektörlerinde faaliyet gösteren aile şirketlerinde yönetim kurulu üyesi olarak görevini sürdürmenin yanı sıra, Bilkent Center'da bulunan "Fameo Caffe"nin kurucu ortaklığını da yürütüyor. Kahve ile ilgili yurt dışında ve yurt içinde birçok eğitime katılarak kendini bu alanda geliştiren mezunumuz, kahveyle ilgili ufak sırlarını bizimle paylaşacak.

SANAT VE KAHVE

Selamlar...

Bu sayıda kahvenin hayatımızı nasıl etkisi altına aldığını bunun sanatı nasıl etkilediğini sizlerle paylaşacağım. Kahve yalnızca günlük yaşam akıp giderken tüketilen bir içecek olmanın ötesinde pek çok kültürün derinliklerine işlemiştir. Bu nedenle resim başta olmak üzere, diğer sanat dallarında da kahvenin sık sık tasvir edildiği görülebilir. Suna ve İnan Kıraç Vakfı da bu kapsamda Kütahya Çini ve Seramikleri Koleksiyonu'nda kahvenin kültürel dokuya derinlemesine işleyişini gözler önüne seriyor. Söz konusu koleksiyonda yer alan "Kahve Molası" adı altında toplanan eserlerde kahvenin sunulma şekli ile kahvehaneler tasvir ediliyor. Kahve Molası: Kütahya Çini ve Seramiklerinde Kahvenin Serüveni adlı sergideki eserlerde kahvenin yer alış biçimini sizler için derledim.

Kahve Keyfi

Bu tabloda kahve içmekte olan Bir Osmanlı kadını ve yanında kendisine ikramda bulunan hizmetçisi tasvir ediliyor. Tablonun 18. yüzyılın ilk yarısında resmedildiği biliniyor. Elinde fincanıyla kahve içen kadın dönemin ruhunu yansıtan kıyafetler içerisinde görülüyor. Ayrıca tablonun ana figürü olan bu Osmanlı kadını için Jean-Baptiste Vanmour'a ait Sedirde Kahve İçen Türk Kızı adlı eserin esas alındığı da biliniyor. Tablonun sol tarafına konumlanan ve dizlerinin üzerinde hizmet eden kadın ise resmin ilgi çeken diğer yanı olarak fark ediliyor. Osmanlı kadınının başındaki büyük ve gösterişli başlık eserde dikkatlerin yoğunlaştığı bir diğer unsur olarak sivriliyor. Söz konusu başlığın 17. yüzyıl döneminde Türkiye'ye ziyarette bulunan Hollanda asıllı ressam Cornelis de Bruyn'ün kitabındaki serpuşlu kadın resminden esinlenerek resmedildiği de sahip olunan bilgiler arasında bulunuyor.

Kahve İçen Kadınlar

18. yüzyılın ilk yarısına denk gelen dönemde Jean-Baptiste Vanmour tarafından tuval üzerine yağlı boyayla resmedilen bu tabloda haremden bir sahne yer alıyor. Haremdeki yaşamın önemli bir unsuru olan kahvenin ikram ediliş şekli eserin konusunu oluşturuyor. Tabloda kahve içen, fal bakan ve ikramda bulunan kadınlar ayakta ve oturur vaziyette olmak üzere çeşitlilik içerisinde yansıtılmış. Oldukça gösterişli elbiseler, mücevherler ve şapkalarla bezeli olan tablo Osmanlı'daki harem ruhunu yansıtmada bir hayli başarılı.

Fenerli Rum Kadınlar

Daniel Valentine Riviere tarafından 1840'lı yıllarda resmedildiği bilinen Fenerli Rum Kadınlar adlı eser karışık teknik kullanılarak yaratılmış. Tabloda dönemin yaşam tarzını yansıtacak şekilde sedirde uzanan bir Osmanlı kadını ve ona ait hizmetkarı görülüyor. Rum evinin sarı renkli duvarları ve kadınların üzerindeki kıyafete ait ayrıntılar fazlasıyla dikkat çekiyor. Resimde bulunan mangal, iki kişilik kahve takımı ve ahşap sehpa dönemin dekorasyonunu yansıtıyor. Sedirde uzanan Osmanlı kadının üzerindeki kıyafetler ile ayağındaki terlik o dönemdeki giysilerle ilgili fikir sahibi olunmasını sağlıyor.

Hizmetçi

1880 yılında Jules Joseph Lefebvre tarafından yağlı boya kullanılarak resmedilen bu tablo sanatseverlerin ilgisini çekiyor. Eserde duvar önünde durarak elindeki kahve tepsisiyle poz veren genç bir kadın görülüyor. Çeşitli işlemelerle bezenmiş açık renkli kıyafetiyle duran genç kızın elindeki tepside ise sürahi ve fincan takımı resmediliyor.

Coffee is more than just a beverage consumed as daily life goes by, it has penetrated into the depths of many cultures. For this reason, it can be seen that coffee is frequently depicted in other branches of art, especially in painting. Coffee Break: I have compiled for you the way coffee takes place in the works in the exhibition titled The Adventure of Coffee in Kütahya Tiles and Ceramics.

ARCORA
HOME
INTERIORS
www.arcora.com.tr

Elif KOCA

1997 mezunu

6 Mayıs 1979, Ankara doğumlu Elif Koca; ilkokul, ortaokul ve lise öğrenimini Özel Arı Okullarında tamamladıktan sonra Başkent Üniversitesi Halkla İlişkiler ve Tanıtım Bölümü'nü bitirdi.

Elif Koca, profesyonel yaşamını Securitas Güvenlik Hizmetlerinde Pazarlama Kurumsal İletişim Müdür Yardımcısı olarak sürdürüyor.

YAN ROL BELKİ DE GİZLİ BAŞROLDÜR...

Hayatımız bir film olsa ve o filme anlam katan kavramlara da birer rol versek, hangi role neyi koyardınız? Mesela değer kavramı sizin filmde hangi rolde?

Başrollerden birisinde oynayan ama sanki en önemli sahnelerde sadece yoldan geçen bir kadın, camdan bakan adam, pencere pervazında duran saksı rolü verilen "Değer" isimli oyuncumuza bir baksak mı? Aslında içinde neler barındırıyor, biz ne kadar farkındayız, ne kadar değerliyiz?

Felsefeden psikolojiye, dinden, fiziğe, sosyolojiden matematiğe her alanda bir karşılığı var değerin. Bu yazıda biz, kafamızın içindeki kavrama biraz bakacağız, çok da derinlere inmeyeceğiz. Önce TDK ne demiş ona bakacağız ama;

7 farklı tanım yapılmış TDK'de değer kelimesi için;

- Bir şeyin önemini belirlemeye yarayan soyut ölçü, bir şeyin değdiği karşılık, kıymet.
- Bir şeyin para ile ölçülebilen karşılığı, bedel, kıymet, paha, valör.
- Bir değişkenin veya bilinmeyenin sayı ile anlatımı.
- Üstün nitelik, meziyet, kıymet.
- Bir ulusun sahip olduğu sosyal, kültürel, ekonomik ve bilimsel değerlerini kapsayan maddi ve manevi ögelerin bütünü.
- Kişinin isteyen, gereksinim duyan bir varlık olarak nesne ile bağlantısında beliren şey.
- Üstün, yararlı nitelikleri olan kimse.

Hepsini birleştirip ortak bir tanım çıkartırsak sanırım bu; bir şeyin ederinin belirlenmesi ve karşılığının verilmesi oluyor. Çok değerli olunca, kıymetini bilmek ve ona sahip çıkmak, öncelikli yapmak, vazgeçmemek gerekiyor.

En çok değer verdiğiniz ilk 10 şey nedir? Aile, iş, arkadaş, hayat, kendiniz, ev, sağlık, para, hayvanlar, ormanlar, insanlar vb. Hangisi, kaçıncı sırada? Aslında bu yazdıklarım da içlerinde alt başlıklara ayrılıyor, artık kim, hangi sıradan, hangi parçasını alırsa... Örneğin hayat, çok geniş bir kavram, bizim için çok değerli, en değerli olsa da acaba içindeki hangi bir şey ona bu değeri katıyor? Sunduğu imkanların hangi birisi onu değerli kılıyor? Bir kerelik olması mı? Belirsiz bir zamanda bitecek olması mı? Yaşadığımızı hissettirdiği güzel anları içinde barındırması mı? Mucizelerle dolu olması mı? Yoksa o, filmimizde pervazda duran bir saksı mı? İçinde renkli çiçeklerin olduğu, yanına gidip çiçeklerini bir koklasak içimizde güllerin açacağını bilmediğimiz saksı mı? Hayatın içindeki o renkli çiçekleri bulup koklamak, verdiğimiz değerin karşılığı olsa gerek.

Nazım Hikmet'in Yaşamaya Dair şiirindeki gibi yaşanmalı mesela... Hakkını verip, kıymetini bilerek.

Ailemiz mi ilk 10'daki, hatta ilk 3 de olabilir. Gerçekten ederlerinin karşılığını alıyorlar mı? Muhtemelen gerçekten kıymet bilinenlerde ilk sıralardadır aile, çünkü zaten zaman zaman düştüğümüz sıralama hatasına karşın biz her zaman onlarda ilk üçteyizdir. Bazen şaşar listemizdeki sıralamalar, ilk 10'a değil 100'e girmeyecek şeyleri birinci, ikinci sıraya koyarız sonra bir bakarız biz o sırada liste dışı kalmışız... Asıl değerli olanları unutmuş, kendi kendimizi elemiş, değersizleştirmişiz, kaybolup gitmişiz Yüzüklerin Efendisi'ndeki Gollum gibi...

Arkadaşlar da içlerinde özel bir sıralamaya sahip olanlar aslında, bir genel sıralama vardır değerlilerde, bir de o değerlilerin içlerinde öncelik sıralaması vardır. Bu sıralama yaşımıza, paylaşımlara, önemsenen konulara ve beklentiye göre değişir. Kimisi liste dışı kalır, kimisi zirveden sonlara düşer. Kimisi dönemsel yıldızdır, kimisi sonsuza dek sıradan. Bu sıralamaya göre de değer oranı artar, azalır. Aslında bu sıralama belki de karşı tarafta kendi değer sıramızı görmemizle değişir, karşılığını vermek isteriz ve biz de ondaki sıramıza göre onu yerleştiririz bir yerlere. Farklı değerlerde başlasak da ilişkiye bir gün ikimiz de aynı sırada oluruz, değer vermek, değer bulmak eşittir. Bazen sıra şaşar, kimisi küme düşer, kimisi zirve sarhoşluğunda kaybolur, kimileri de olduğu yere güzel bir dünya kurup olduğu yerin tadını çıkartır, arkadaşlığın, dostluğun hakkını verir. Şems ile Mevlana gibi olur, dost olur, sevgi olur.

Veeee değerlerin arasında işi en kıymetli olan vardır, karşılığını bulan da, bulmayan da onu ilk 5'e sokabilir, hatta ilk sıraya koyan vardır, kendini adamış, hayatı kaçırmış ama belki de zaten hayatı o olduğu için tam on ikiden yaşamış, yalnızca işi ile var olmuş veya var olacağına inananlar. İşe değer vermeyi doğru anlamak lazım sanki yani yaptığın işe saygı duymak, elinden gelenin en iyisini yapmak, ahlaklı davranmak, değer katmak, coşkuyla üretmek, şevkle çalışmak.

Einstein'ın da dediğin gibi "Coşku, zekâdan daha önemlidir." Çünkü içimizdeki istek işimize verdiğimiz değerin yansımasıdır.

Doğanın ve hayvanların değerini bilmek konusuna gelince, kaçımızda onlar ilk ona girer bilemiyorum fakat ilk 100'de bile olsalar bir şey yapıyor muyuz gerçekten? Dikili bir ağacımız var mı mesela? Bir saksıya dahi olsa hiç çiçek ektik mi? Veya çevreye ne kadar duyarlı davranıyoruz? Çocuklarımızı duyarlı bireyler olarak yetiştiriyor muyuz? Suyu boşa harcamamak gerektiğini, hayvanlara kötü davranmamak gerektiğini, doğayı nasıl koruyabileceğimizi anlatıyor muyuz onlara veya biz biliyor muyuz? Yaşadığımız dünyaya ne kadar saygılıyız mesela? Tükettiğimiz ürünlerin doğaya saygısına hiç bakıyor muyuz? Çevre dostu kaç ürün kullanıyoruz? Sosyal medyada neşeli fotoğraflarımız, yememiz, içmemiz dışında kaç kere farkındalık yaratacak mesajlar paylaşıyoruz? Gökkuşağının altından geçip, tuttuğumuz dileklerin gerçek olmasını hak ediyor olmalıyız bence.

Gabriel Garcia Marquez “Bir insanın en büyük hatası; gereğinden fazla değer vermek değil, kendine hak ettiğinden daha az değer vermektir.” demiş.

Asıl her şeyi sıraya koyan kendimiz, kendi kendimizin değerini ne kadar biliyoruz? Kaçıncı sıraya koyuyoruz kendimizi? Şimdi kalkıp son 10 yıldır belki de daha fazla bir zamandır (aslında her zaman söylenen ama bu kadar göz önünde olmayan zaman diliminde) her yerde söylenen, yazılan, çizilen “kendi değerini bilmenin 1500 yolu” içinden bir şeyler yazmayacağım, zaten bir yerlerde bu 1500 maddeden en az 10 tanesine denk gelmişizdir. Sadece kaçıncı sıradayız, buna değinmek istiyorum. 1’inci sırada olması gereken kendimizi nerelere koyuyoruz? Oysaki her şey kişinin kendisiyle başlamaz mı? Kişi kendinden bilir işi demişler, bunu kendi değerini bilmek için demiş olmasalar da biz bu sözü kendimizin değerini bilmek olarak ele alabiliriz. İşte burada değer kelimesinin tüm anlamları hayat buluyor. İnancı, hayat felsefesi, somut karşılaştırmalarıyla fiziği, matematiği, psikolojisi... Kendimize değer verme durumumuz listemizdeki diğer şeylere verdiğimiz değerin bir yerde yansıması oluyor aslında. Ne kadar değerliysek kendi gözümüzde çevremizde, yaşadıklarımızda bunun karşılığını buluyoruz. Her şey bir yansıma aslında, bazen göremiyoruz, kaçırıyoruz. Oysa ki ne kadar değer verirsek kendimize hayatımız da o kadar anlamlı oluyor. Ailemize, işimize, arkadaşlarımıza, doğaya, hayvanlara sevgi ve saygıyla yaklaşıp, değer verdiğimizi gösteremez miyiz sırf kendimize olan değerin hakkını vermek için?

O yazıp oynadığımız filmde dağıttığımız her rol değerlidir çünkü her birinin farklı bir görevi vardır, vermek istediği mesajı vardır. Yoldan geçen kadın, camdan bakan adam, pencere pervazdaki saksı... Gökyüzündeki bulutlar, yüzümüze düşen yağmur veya gözümüzü kamaştıran güneş... Senaryo bizim, oyuncular bizim. Kaldığımız yerden en değerli kendimizle devam edelim mi?

Yatırımın "Dalgalanan" Fenomeni KRİPTO PARA

Bitcoin yalnızca merkezi olmayan bir eşler arası ağ üzerine kurulmuş bir kripto para birimi dalgasını başlatan bir trend belirleyici olmakla kalmadı, aynı zamanda kripto para birimleri için fiili standart haline geldi ve sürekli büyüyen bir takipçi ve yan ürün lejyonuna ilham verdi. Özellikle pandemi başlangıcından bu yana adeta fişek gibi yükselen Bitcoin (BTC) ve diğer alt coin'ler, bugün 1trilyon dolardan fazla bir piyasa değerine ulaşmış durumda. Temmuz sayımızda başladığımız bitcoin konulu dosyamızda bitcoinin ortaya çıkışı, madenciliği, yatırım türleri gibi başlıklar paylaşmıştık. Bu sayımızda da alt coin'leri inceleyeceğiz.

Öncelikle altcoin nedir? sorusunu cevaplayalım. Alternative coin'in kısaltması olarak kullanılan altcoin'ler, Bitcoin'den sonra çıkan tüm kripto paralara denir. Altcoin'ler coin ve token olmak üzere iki farklı şekilde ayrılabilir. Coin'lerin kendi blockchain ağları varken, token'larda ise başka bir blockchain ağı kullanarak oluşturulan kripto paralardır.

Ancak bir uyarı:

Böyle bir listenin tamamen kapsamlı ve güncel olması imkansızdır. Bunun bir nedeni, Ocak 2021 itibariyle 4.000'den fazla kripto para biriminin bulunmasıdır. Bu kriptoların birçoğunun takip veya işlem hacmi çok az veya hiç olmasa da, bazıları özel destekçi ve yatırımcı toplulukları arasında büyük popülerliğe sahiptir. Bunun ötesinde, kripto para birimleri alanı her zaman genişliyor ve bir sonraki harika dijital token yarın piyasaya sürülebilir. Bitcoin, kripto para birimleri dünyasında yaygın bir şekilde öncü olarak görülse de analistler, BTC dışındaki tokenleri değerlendirmek için birçok yaklaşımı benimsiyor. Örneğin, analistlerin, piyasa değeri açısından madeni paraları birbirine göre sıralamaya büyük önem atfetmeleri yaygındır. Bunu göz önünde bulundurduk, ancak dijital bir tokenin listeye dahil edilmesinin başka nedenleri de var.

DOSYA HABER

Bitcoin Dışındaki En Önemli 10 Kripto Para Birimi

1. ETHEREUM (ETH)

Listemizdeki ilk Bitcoin alternatifi olan Ethereum akıllı kontrat özelliği olan, merkeziyetsiz ve açık kaynak kodlu bir blok zinciridir. Bitcoin'den sonra en büyük piyasa değerine sahiptir. Ethereum, 2013 yılının sonlarında kripto para araştırmacısı ve programcısı Vitalik Buterin tarafından yeni nesil bir blokzinciri olarak önerilmiştir. Ethereum'un arkasındaki amaç, milliyet, etnik köken veya inançtan bağımsız olarak dünyadaki herkesin serbestçe erişebileceği merkezi olmayan bir finansal ürünler paketi oluşturmaktır. Devlet altyapısı ve devlet kimlikleri olmayanlar banka hesaplarına, kredilere, sigortaya veya çeşitli diğer finansal ürünlere erişebildiğinden, bu durum bazı ülkelerdeki sonuçları daha çekici hale getiriyor.

2015 yılında piyasaya sürülen Ether, şu anda Bitcoin'den sonra piyasa değeri açısından en büyük ikinci dijital para birimidir, ancak baskın kripto para biriminin önemli bir farkla gerisindedir. Ocak 2021 itibariyle, etherin piyasa değeri, Bitcoin boyutunun kabaca %19'u kadardır.

2. RİPPLE (XRP)

Ripple, XRP kripto para biriminin arkasındaki şirketin ve ağın adıdır. Şirket, sosyal medyadan yararlanan eşler arası bir güven ağı olarak kuruldu. Web sitesinde Ripple kendisini küresel bir ödeme ağı olarak tanımlıyor ve müşterileri arasında büyük bankaları ve finansal hizmetleri sayıyor. XRP, farklı para birimleri arasında hızlı dönüşümü kolaylaştırmak için ürünlerinde kullanılmaktadır.

Ripple, finansal kuruluşlar arasında kullanılan en popüler kripto para birimi. Rakipleri içerisinde en kolay ulaşılabilen para birimlerinden biri. Bu nedenle değeri 1 doların altında olsa da hala tercih ediliyor. Değerinin düşük olması da kolay ulaşılıyor olmasına bağlı.

3. LİTECOİN (LTC)

2011 yılında piyasaya sürülen Litecoin, Bitcoin'in izinden giden ilk kripto para birimleri arasında yer aldı. MIT mezunu ve eski Google Mühendisi Charlie Lee tarafından oluşturuldu.

Değer olarak olmasa da teknoloji açısından Bitcoin'in en büyük rakibi Litecoin. Daha hızlı işlem sürelerine sahip ve daha fazla para bulunduruyor. Bu avantajlarına rağmen hala ortalamanın çok altında bir değere sahip: 74,7 dolar. Buna rağmen hala değerli ve gelişime açık bir para birimi.

Değer olarak olmasa da teknoloji açısından Bitcoin'in en büyük rakibi Litecoin. Daha hızlı işlem sürelerine sahip ve daha fazla para bulunduruyor. Bu avantajlarına rağmen hala ortalamanın çok altında bir değere sahip: 74,7 dolar. Buna rağmen hala değerli ve gelişime açık bir para birimi.

Litecoin, herhangi bir merkezi otorite tarafından kontrol edilmeyen ve tüketici sınıfı CPU'ların yardımıyla çözülebilen bir çalışma kanıtı olarak "scrypt" kullanan açık kaynaklı bir küresel ödeme ağına dayanmaktadır. Litecoin birçok yönden Bitcoin'e benzese de, daha hızlı blok oluşturma hızına sahiptir ve bu nedenle daha hızlı işlem onay süresi sunar. Geliştiriciler dışında, Litecoin'i kabul eden giderek artan sayıda tüccar var.

DOSYA HABER

4. CARDANO (ADA)

Bitcoin ve Ethereum kadar bilinmese de Cardano (ADA) özellikle karbon emisyonu düşük kripto paralara yönelen yatırımcıların ilgisini çeken ADA az bilinen bir kripto para birimi fakat potansiyeli var.
Cardano'nun arkasındaki ekip, kapsamlı deneyler ve hakemli araştırmalar yoluyla blok zincirini yarattı. Projenin arkasındaki araştırmacılar, çeşitli konularda blok zincir teknolojisi hakkında 90'dan fazla makale yazdı. Bu araştırma Cardano'nun bel kemiğini oluşturuyor.

5. BİTCOİN NAKİT (BCH)

Bitcoin Cash, Bitcoin'in bir çatalı olan Kripto paradır. Bitcoin Cash, 2017 yılında oluşturulan bir altcoin. Bitcoin Cash'in orijinal olarak 2017'de yaşadığı bölünmeden sonra iki bölünme daha meydana geldi. 2018'de Bitcoin Cash iki kripto para birimine ayrıldı: Bitcoin Cash ve Bitcoin SV.

Farklı gruplar anlaşamadığında, bazen dijital para birimi bölünür, orijinal zincir orijinal koduna sadık kalır ve yeni zincir, kodundaki değişikliklerle birlikte önceki madalyonun yeni bir versiyonu olarak hayata başlar. BCH, bu bölünmelerden biri sonucunda Ağustos 2017'de hayatına başladı.

6. BİTTORRENT (BTT)

Temmuz 2001'de kullanıma açlan BitTorent, Temmuz 2018'de blockchain platformu TRON tarafından satın alındı. TRON'un altında BitTorrent, kendi kullanıcı tabanına ek olarak merkeziyetsiz çözümler sunarak kullanıcılar açısından cazibesini artırdı ve kripto para alanındaki kullanıcılara da ulaştı. BitTorrent, kullanıcı fonlarını korumak için "en üst seviye güvenlik önlemlerini" içerdiğini söylüyor, ancak kripto paraların doğası gereği ortaya çıkan risklere sahip olduğu da bildiriliyor. Şirket, kullanıcıların biyometrik doğrulama gibi seçenekleri kullanarak kendilerini, kötü amaçlı yazılım veya ona benzer program formundaki hırsızlıklardan korumalarını öneriyor.

7. BİNANCE COİN (BNB)

26 Haziran - 3 Temmuz 2017 yılında yapılan bir ICO ile piyasaya sürülen BNB, Binance kripto para değişim borsasının çıkardığı bir kripto para birimidir.

Genel piyasa içerisinde kurucu platformundan dolayı oldukça yüksek bir hacme sahip olması ile bilinir. BNB ile Binance borsasında kripto para birimleri arasında alış ve satış yapılabilmektedir. Madenciliği yapılmayan bir tür olduğunu söylemekte fayda var. Yarısı halka satılmıştır.

8. DOGECOİN (DOGE)

Dogecoin'in en önemli özelliği, kripto para piyasalarının aslında hafifletilerek yasa dışı işlemler için kullanılmadığını göstermekti. Hatta Dogecoin'i oluşturan kişiler bile bu kadar yükselebileceğine inanmamışlardı. Gamestop çılgınlığı ve Elon Musk ile beraber Mark Cuban'ın desteği ile beraber Dogecoin (DOGE), kripto para piyasasında şaka pozisyonundan çıkarak ciddi olarak düşünülebilecek hale geldi. Ama Dogecoin'in bu listeye girmesinin başlıca nedeni, Tesla ve SpaceX'in CEO'su Elon Musk'ın, Dogecoin'i destekleyen Tweet'leri atması ve Dogecoin topluluğunun şaka amaçlı olarak Elon Musk'ı Dogecoin CEO'su olarak seçmesi yatıyor. Diğer nedenler, Gamestop çılgınlığını gerçekleştiren grubun Dogecoin alımları oluşturarak piyasa değerini uçurmaları, Dallas Mavericks sahibi Mark Cuban'ın ödemeleri Dogecoin olarak alacağını ve bir Dogecoin'in dahi satılmayacağını söyleyen açıklamalar, Dogecoin'in önemli bir kripto para olabileceğiniz gösteriyor.

9. HOLO (HOT)

Holochain her katılımcıya kendi zincirini veren bir platformdur. Holo bir para biriminden ziyade sistemi ayakta tutacak olan hosting sistemini satın almak için veya hizmet verenleri ödüllendirmek için kullanılacak olan bir hesap birimi olarak tanımlamaktadır.

10. ÇİN HALK BANKASINA AİT KRİPTO PARA BİRİMİ (DCEP)

Küresel para birimi olma hedefiyle yakın zamanda kullanıma açılması planlanıyor. Kripto para dünyasının geleceğinde hangi ülkenin sözünün geçeceği şimdiden merak konusu.

Chandler Guo, ulusal merkez bankaları ve hükümetlerden bağımsız olarak yaratılıp kullanılabilen kripto para birimlerinin önde gelen isimlerinden. 2014'te Çin'in batısındaki gizli bir yerde Bitcoin üretmek için kolları sıvadı. Kripto para "madenciliği", onlarca bilgisayarın dahil olduğu, yüksek miktarda elektrik tüketimi isteyen bir girişim olduğu için Çinli yerel yönetimle ortaklık kurarak, bir hidroelektrik santralini enerji kaynağı olarak kullandı. Dünyadaki Bitcoin madenciliğinin yüzde 30'unu yapacak konuma geldi. Bitcoin'in bir gün dünyayı değiştireceğine ve doların yerini alacağına inandı.

Ancak bugünlerde yeni bir gücün doğmakta olduğunu görüyor. Bu güç, Çin'de merkez bankası tarafından yaratılan yeni bir dijital para projesi olan, Dijital Para Elektronik Ödeme (DCEP) sistemi.

DOSYA HABER

Bir altcoine yatırım yapmadan önce ciddi bir araştırma yapmalısınız. Bu araştırmayı yaparken de mutlaka güvenilir kaynaklara başvurmalısınız. Bütün kripto para piyasasını da düzenli olarak takip etmelisin. Çünkü bu piyasalar 7/24 işleme açıktır. Dünyanın farklı yerlerinde farklı projelerle ilgili her gün yeni bir şeyler olmakta. Bu hem genel piyasa trendini hem de senin yatırımını etkileyebilir. Bu nedenle piyasayı düzenli takip etmek de en az diğerleri kadar önemli.

Pandeminin sarsıcı etkisi ile Dünya ekonomik düzeninin yeniden şekillendiği günümüzde, kripto paranın siyasetten etkilenmeyen yapısı, takip edilemeyen blok zinciri ve hızlı kâr ettiren hisseleri ile dünya ülkelerinin de gözdesi haline geldi.

Devletler, bir egemenlik sembolü olan parayı dijital bile olsa merkez bankaları aracılığı ile kontrol etmek isterken, pek çok devlet kendi kripto paralarını çıkartmak için aksiyona geçmiş durumda; Dubai (Emcash), Japonya (J-Coin), Venezuela (Petro), Estonya (Estcoin), İsveç (E-Krona), Rusya (Crypytoruble) ile ilk kripto para denemelerini gerçekleştiriyor.

El Salvador, Bitcoin'i resmen yasal ödeme aracı olarak kullanmaya başlayan dünyadaki ilk ülke oldu. Söz konusu yasa yürürlüğe girerken tartışma ve protestoları da beraberinde getirdi.

Hükümet, uygulamanın ekonomiye katkı sağlayacağını, yurt dışındaki vatandaşların, özellikle de ABD'de yaşayan El Salvadorluların ülkeye para gönderirken ödenen havale komisyonlarını ortadan kaldıracağını savunuyor.

Çevresel etkiler

Bitcoinenergyconsumption.com verilerine göre Bitcoin'in yıllık karbondioksit emisyonunun 57 milyon ton olduğu tahmin ediliyor ki bu küçük bir Avrupa ülkesinin yıllık CO2 salımına denk.

Diğer taraftan İran ve Çin de yaz aylarında çok fazla elektrik tüketimine ve şebekede kesintilere neden olduğu için tüm kripto madenciliğini geçici olarak durdurdu.

Not: Bu makalede belirtilen hiçbir bilgi yatırım tavsiyesi değildir.

KAYNAKÇA

https://tr.wikipedia.org/wiki/Ethereum
https://steemit.com/bitcoin/@gokhanunal/en-popueler-altcoinler
https://www.bbc.com/turkce/haberler-dunya-54325339
https://onedio.com/haber/proje-ekibi-teknolojisi-guncellemeleri-saglam-mi-altcoin-yatiriminda-dikkat-edilmesi-gerekenler-983659
https://tr.euronews.com/next/2021/08/24/cevre-dostu-cardano-bitcoin-ve-ethereum-a-rakip-olabilecek-mi-ada-neden-yukseliyor
https://www.haberturk.com/bittorrent-coin-nedir-3156174-ekonomi

Gürhan KARA

1994 mezunu

6 Mayıs 1979 doğumlu olan Gürhan Kara, 1994 Arı Ortaokulu mezunudur. Üniversite öğrenimini Bilkent Üniversitesinde tamamladıktan sonra yüksek lisans yapmak için Amerika'ya gitti ve California State University Dominguez Hills'te yüksek lisansını tamamladı. Şu an da Bahçeşehir Üniversitesinde, Gastronomi Bölümü İş Geliştirme Koordinatörü olarak çalışan Gürhan Kara'nın www.tadindaseyahat.com adında bir web sitesi, @tadindaseyahat ve @gurhankaracom adlı Instagram hesapları ve YouTube üzerinde de "Tadında Seyahat" adlı bir video kanalı bulunmakta.

İLK BAĞ BOZUMU TECRÜBEM...

https://www.tadindaseyahat.com/ sitesi 18 Ekim 2017tarihli yazıdan alınmıştır.

Hem ülkemizde hem de Cape Town, Alsace, Porto ve Napa gibi yurt dışı şarap bölgelerinde birçok kez şarap üreticilerini ve bağlarını gezmiş tadımlar yapmıştım. Ancak hiç bağ bozumuna denk gelmemiştim. Bu tecrübeyi de Suvla'nın Eceabat'ta bulunan Bozokbağ'ına yaptığımız gezi ile edinmiş oldum.

Bozokbağ Üzümleri

Suvla kaliteli şaraplarını bu bağlardan topladığı üzümlerle üretiyor. Eceabat'ta eski bir tekstil fabrikasından dönüştürdükleri şarap imalathanesi bulunuyor. Bu imalathanenin bulunduğu yerde Kilye adında şarap ve şarap ile ilgili aksesuarların ve ayrıca domates, acuka, zeytinyağı ve zeytin satışının yapıldığı bir dükkanları ve de restoranları bulunuyor. Tüm bu ürünleri şaraphanenin alt katında üretiyorlar.

Suvla kaliteli şaraplarını bu bağlardan topladığı üzümlerle üretiyor. Eceabat'ta eski bir tekstil fabrikasından dönüştürdükleri şarap imalathanesi bulunuyor. Bu imalathanenin bulunduğu yerde Kilye adında şarap ve şarap ile ilgili aksesuarların ve ayrıca domates, acuka, zeytinyağı ve zeytin satışının yapıldığı bir dükkanları ve de restoranları bulunuyor. Tüm bu ürünleri şaraphanenin alt katında üretiyorlar.

Eceabat'a bu işe gönül vermiş bir grup yemek bloggerı ve şarap sevdalısı arkadaş ile gittik. Gider gitmez Bozokbağ'da bizler için çiftlik kısmında hazırlanmış olan harika sofraya oturduk. Çanakkale demek sardalya demek. Taze taze alınıp taş fırına attıkları sardalyalarla bir ziyafet çektik. Yanında da serin Suvla rose ve beyaz şarapla şenlendik. Çanakkale'nin nefis domatesi ve yaban semizotu ile yapılmış, suvlanın zeytinyağı ile lezzetlendirilmiş salatalara bayıldık. Bağdan toplanan Cabernet Sauvignon üzümleri ile yine taş fırında yaptıkları pizzalarına bittik. Hoş sohbetle nefis bir öğle yemeği yedik.

Sonrasında bağın küçük ama instagram kareleri için albenisi büyük evini gezip şaraphaneye geçtik. Şarap üretiminin her aşamasını tek tek inceledik. Domateslerin kavanozlanması, zeytinlerin sıkılıp zeytinyağı oluşlarına şahit olduk.

Kilye'de şarap seçenekleri

Rose ve taze zeytinler

Cabernet Sauvignon'lu pizza

Harika Öğle Yemeği Ambiyansımız

Bozokbağ Evi

Bağ evi çok güzeldi

Çanakkale Sardalyası

Sonrasında otele dönüp bir güzel dinlendikten sonra akşam yemeği için Suvla'nın restoranına geldik. Burada Suvla'nın çok özel üretim şarapları eşliğinde (kırmızıda karasakız, beyazda chardonnay'e bayıldım) bruchetta, sebzeli spagetti ve Gelibolu köftesinden oluşan keyifli bir akşam yemeği yedik...

Ertesi sabah erkenden otelimizden alındık ve bağ bozumu için Bozokbağ'a gittik. Sepetlerimizi kolumuza taktık, makaslarımızı aldık ve başladık Savignon Blanc üzümlerini toplamaya.

Üzümlerin toplanabilir olgunluğa erişip toplanmaya başlaması bağ bozumu anlamına geliyor. 2-3 hafta sürüyor bu süre. Yani her üzüm farklı bir tarihte olgunlaşıyor bu sebeple Eylül ortalarını buluyor tüm üzümlerin toplanması.

Akşamına ise Bozokbağ'ın çiftliğinde düzenlenen bağ bozumu şenliklerine katıldık. Davullar zurnalarla tüm üretim sürecinde emeği geçen bütün işçilerle birlikte neşeli bir akşam geçirdik ve İstanbul'a döndük...

I have visited wine producers and vineyards many times, both in our country and abroad, such as Cape Town, Alsace, Porto and Napa. However, I have never come across a vintage. I gained this experience with the trip we made to Bozokbağ, located in Eceabat, in Suvla.

Başak KİTAPCI

1993 mezunu

1993 mezunumuz Başak Kitapcı, 1998 yılında Gazi Üniversitesi Çalışma Ekonomisi ve Endüstri İlişkileri Bölümü'nden mezun olduktan sonra, iş hayatına otomotiv sektöründe başladı. Ardından Turkcell A.Ş.'de, 12 yıl süresince, sırasıyla, kurumsal portföy yöneticisi, mobil ve sabit çözümler müdürü ve kurumsal müşteriler Kuzey Anadolu Bölge Müdürü olarak görev yaptı. Ekip ve performans yönetimi, satış ve portföy yönetimi, satış stratejileri, işe alım süreçleri, operasyon ve iş süreçleri, stratejik planlama, eğitim ve mentorluk, orta ve büyük ölçekli firma yönetimiyle edindiği deneyim ve kurumsal şirket tecrübesini Adler Profesyonel Koçluk (ICF) ve Yönetim Danışmanlığı programlarıyla birleştirerek 2018 yılında "Linn Business Coaching"i kurdu. Kariyer hayatına, danışmanlık ve koçluk sentezi ile oluşturduğu içerik, yöntem ve metodolojiler ile işletme koçluğu ve danışmanlık hizmeti vererek devam ediyor. Satış yönetimi, eğitim ve koçluk diğer uzmanlık alanları. Aynı zamanda Yönetim Danışmanları Derneği yönetim kurulu üyeliği görevini de aktif olarak yürütmekte.

DEĞİŞİMİ FARKINDALIKLA YAKALAYIN

Bu dergiye yazıyor olmamın, benim için çok özel olduğunu belirterek başlamak istiyorum. 8 yıl sıralarında oturduğum, çocukluktan genç kızlığa adım attığım, eğitim aldığım, hayatı öğrenmeye başladığım, şu anda sahip olduğum dostlukları kazandığım okulumun sesini duyurduğu dergide tecrübelerimi aktarmak beni çok duygulandırdı ve çok gururlandırdı. Ben de BeeLife'ın yazarıyım, ailenin bir parçasıyım.

Dünyamız, yaşam koşullarımız, mutluluk veren konularımız, iletişim kanallarımız, eğitim modellerimiz, güzellik anlayışlarımız, yazlarımız kışlarımız hızla değişiyor. Öğrenmeye ve yeniliklere ne kadar açık olduğumuz her ortamda sorgulanıyor. "Bugün ne yaptın?" sorusuna verdiğimiz cevap yanımızdakinden ne kadar farklı ise, o kadar akıllı, başarılı ve farkındalığı yüksek kişiler olarak kabul ediliyoruz. "Farklılaşmak" en başta kişinin kendine verdiği önemle başlıyor. Ne olmak istediğiyle devam ediyor. Azim ve yaşam enerjisiyle tetiklendiğinde ortaya hayranlıkla baktığımız, feyz aldığımız, izini sürdüğümüz, çok da fazla bulunmayan ama her ortamda parlayan kişiler ortaya çıkıyor. Nasıl farklılaştıklarını hiç düşündünüz mü?

Değişim, reddedebileceğimiz ya da hayatımıza sızmaya çalışan bir konu olmaktan çıkalı çok oldu. Durumu kabul ederek, tartışarak, adaptasyonu sağlayarak yaşama devam etmek geride kaldı. "Farklılaşmak" başarının ön koşulu. Sizi farklı kılan ne, hiç düşündünüz mü?

Tüm yapılanlar ve yapılmak istenenler, varılmak istenen noktaya hizmet eder. Siz nereye varmak istiyorsunuz? Güçlü bir sebep, hayal, amaç ya da hedef, bizi gerçekten biz yapar. Gerçek amaçlarımızı biliyor, bildiğimizi sanıyor ya da hiç düşünmemiş olabiliriz. İlk adım, "O her neyse bulun". Dünyada amacı bulmaya yönelik bilimsel binlerce araştırma ve çalışma yapılıyorken, modeller ve araçlar oluşturuluyorken, inanın bu konuya zaman harcamaya ve kafa yormaya fazlasıyla değer.

İkinci adım, kendimizi tanımak. Neleri iyi yapıyorsunuz? Neleri daha iyi yapabilirsiniz? Etki alanlarınız, güçlü ya da zayıf değerleriniz neler? Kendimizle ilgili tespitlerimiz ne kadar gerçekçi ise, o kadar hedeflediğimiz yere yakınızdır. Güçlü olduğumuz alanlarla "harikalar yaratmak" üzerine yolumuzu almalıyız. Bizleri farklı kılacak olan, doğuştan gelen ve hep farkında olduğumuz, güzel bir ses, dil öğrenmeye yatkınlık ya da çizim becerisinden çok daha fazlasıdır. Bu güçlü alanlar yalnızca yetkinlikler değil, aynı zamanda yansıttığımız ruhumuz, hissettiğimiz duygularımızdır.

Amacımızı, hedefimizi, çizdiğimiz yolu ortaya koyduğumuzda, kendimizi keşfederek, gücümüzü görerek, inancımızı artırarak, enerjimizi yükselterek "FARKLI" olduğumuzun farkına vardığımızda, artık istesek de hiç bir zaman "AYNI" olamayacağız.

Değişen dünyada, öğrenciler, çalışanlar, yöneticiler, girişimciler hatta ebeveynler ve eşler olarak, tüm rollerimiz için, başarıyı ve mutluluğu yakalamak, bir adım ilerisinde sürdürülebilirliğini sağlamak için fark yaratmamız gerektiğinin bilincindeyiz. Çalıştığımız şirkette bizimle aynı işi yapan onlarca insanın arasından sıyrılmanın, görevlerimizi yerine getirerek, etik kurallara uyarak, hedeflerimizi gerçekleştirerek mümkün olmadığının farkındayız. İş kurmaya karar verdiğimizde ancak müşteriye fayda sağlayacak ürünü, farklı hizmet anlayışıyla, rakiplerden üstün kılacak şekilde sunarsak, bu işi tutturabileceğimizin de bilinç seviyesindeyiz. Monotonlaşmış bir evlilik, eski nesil ebeveyn yaklaşımı, yalnızca ödevleri yapmakla yetinilen bir okul hayatının da çıktıları çok benzer olacaktır. Hayattaki tüm rollerimizde mutluluk ve başarıyı yakalamak için ihtiyacımız olan yaşam enerjisini damarlarımızda hissetmek ancak amaçlarımızı bulmakla, hedeflerimizi tespit etmekle, gerçekten ne istediğimizi bulmakla mümkün.

İşin tam ve zamanında yapılması, bir çalışanın işini performe etmesi ve kazandığı paranın karşılığını vermesidir. Performe etmek için fazla mesai yapmak, iyi bir çalışan olmak adına verilen ek işleri yapmak, aynı iş için gereğinden fazla çaba sarf etmek başarı göstergesi değildir. Bunları yaptığınız için aldığınız teşekkür ya da takdirlerle motive olmak, alamadığımızda beklemek doğru değildir. Şirketin, yönetimin, yöneticilerin beklenti ve hedefleri dışında katkı sağlayacak, yapılan işi yeni bir yöntemle farklılaştıracak, daha iyi bir sonuca götürecek, diğerleri tarafından örnek alınacak bir çalışma yöntemi oluşmasına yol açacak bir hedefi belirlemek değişimin ve fark yaratmanın ta kendisidir.

İş sahibi olarak hedef para kazanmak olmadığında değişim başlar. Doğru ve gerçekçi, işletmenin kaynaklarının kabiliyetini göz önünde bulundurarak yapılan ve uygulanan bir stratejik planın sonucudur "para kazanmak", hedef değildir.

Değişim, yaşam döngüsünden sıyrılarak, amaçları belirleyerek başlar. Hayat içinde bize kendimizi başarısız, güçsüz, iyi hissettirmeyen dönemlerin, bir ayağımızı boşluğa düşüren anların temelinde kaliteli ve gerçekçi olarak oluşturulmamış amaçlar, farkında olunmayan sebepler yatar. İç dünyamızın derinine inmek, güçlü kaslarımızı çalıştırmayı öğrenmekle, var olan benliğimiz farklılaşarak yeniden doğar.
Değişin, değiştirin, farklılaşın, fark yaratın. Mutlu, başarılı, pırıl pırıl günleriniz olsun. Bir sonraki sayıda görüşmek üzere…

Our world, living conditions, happiness subjects, communication channels, education models, understanding of beauty, summers and winters are changing rapidly. Change begins by getting out of the life cycle and setting goals. You can change everything, you can differentiate, you can make a difference.

Senem ÇETİN ULUSOY

1994 mezunu

Senem Çetin Ulusoy, 1976'da Ankara'da doğdu. Öğrenim yaşamına Namık Kemal İlkokulunda başlayan Senem Çetin Ulusoy, ortaokul ve lise öğrenimini Arı Okullarında tamamladı. Ankara Üniversitesi D.T.C.F. Bulgar Dili ve Edebiyatı Bölümü'nden 1999 yılında mezun oldu. Ardından 2005 yılında Ankara Üniversitesi Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Bölümü'nde yüksek lisans derecesini tamamladı. Okul yıllarında basketbol takımımızın vazgeçilmez oyuncularından olan Senem Çetin Ulusoy, spor yaşamına halen SKY Basketbol Takımı'nda oyuncu olarak devam ediyor. Senem Çetin Ulusoy, evli ve iki çocuk annesi. Ege ve Selim, ikinci kuşak Arı'lı olarak öğrenim yaşamlarına Arı Okullarında devam ediyorlar. İyi bir anne, iyi bir okur, iyi bir gezgin olan mezunumuz, yaşamındaki en değerli varlıklar olarak çocuklarını nitelerken onların iyi bir dünyada ve iyi insanlar arasında yetişmeleri, en önemlisi de mutlu çocuklar olmalarını hedefliyor.

IQ BAŞARIYI ETKİLER Mİ?

Bilim adamlarına göre, çocuğun hayattaki başarısını belirleyen, IQ'su, yani ne kadar zeki olduğu değil, hangi zekâ tipinde olduğu... Edison der ki: Başarının yüzde 5'i zekaya, yüzde 95'i çalışmaya bağlı...

Çocuğumuzda ne tür bir zekâ var? Dilsel, mantıksal, matematiksel, bedensel, kinetiksel, müzikal. Bunlar günümüzde üzerinde durulan zekâ tiplerinden birkaçı.

Zihnin öğrenme, öğrenilenden yararlanabilme, yeni durumlara uyabilme ve yeni çözüm yolları bulabilme yeteneği olarak nitelenen zekâ, bilim adamlarınca artık "tek" bir tip ve tanımla açıklanmıyor.

IQ (Intelligence Quotient – Zekâ katsayısı) seviyesi ne olursa olsun başarılı olunabileceğini söyleyen bilim adamlarına göre hangi alanda başarılı olacağınızı zekâ tipiniz belirliyor.

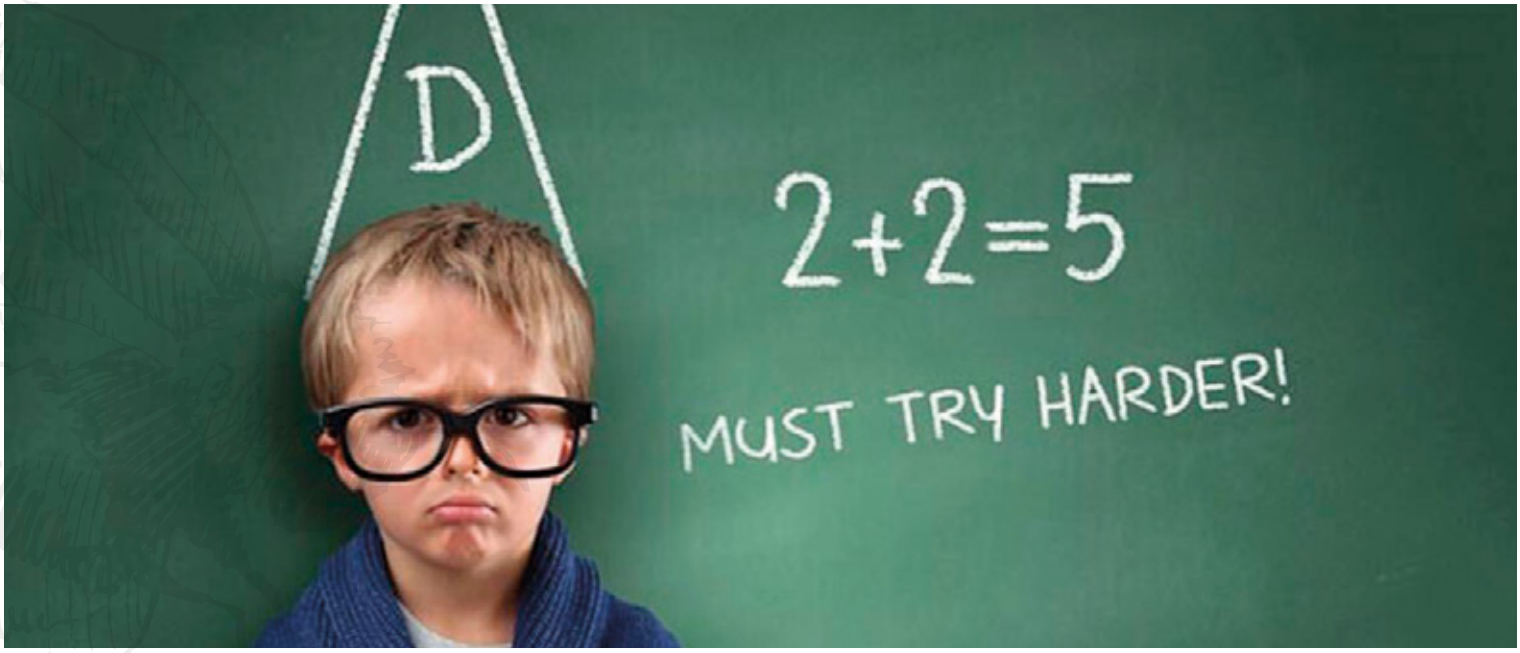
Çocuklar aynı konuyu, farklı eğilimdeki zekâsıyla farklı yollardan kavrayabiliyor. Yani çocuğun zeki olup olmadığı değil hangi zekâ tipine sahip olduğu önemli.

Zekâ kişinin anlama, kavrama, öğrenme kapasitesidir, zihinsel performansı gösterir. IQ dediğimiz potansiyel zekâ doğuştan kromozomlarımızda vardır. Bir de kişinin okumayla, eğitimle geliştirdiği pratik zekâ var. Peki, zekâ geliştirilebilir mi? Potansiyel zekâ gelişmez ama pratik zekâ geliştirilebilir. Kişi çocukluğunu zihinsel ve duygusal olarak iyi geçirir, iyi eğitim alırsa potansiyel zekâsını sonuna kadar kullanabilir. Zekâ dediğimiz şey gerileyebilir de. Mesela depresyon gibi durumlarda kişinin anlama, kavrama yeteneklerinin bozulduğu durumlarda zekâ düşer. "Beynim durdu" dediğimiz yerde gerçekten de öyle olur. Hastalık geçtikten sonra zihin geliştirme programlarıyla eski performansına getirilir. Zeka hangi yaşlarda gelişir diye merak ederiz. İlk 4 yıl çok önemli. Üçüncü aydan itibaren bebekler öğrenmeye ve öğrendiklerini hafızada tutmaya başlar. İyi bir zihin gelişimi için çocuklar, korku içinde ve sevgi eksikliğiyle büyümemeli. Mutlu bir aile, iyi beslenme, düzenli hayat zihni geliştirir.

ZEKÂ + TECRÜBE = AKIL

Zekâ mı, çalışmak mı? Zekayı fazla büyütmemek lazım. Edison'a başarısının sırrı sorulduğunda "Yüzde 95 çalışmak yüzde 5 zekâ" der. Zekâ kişi için şanstır. Ama zekâsı çok yüksek olmayan biri de hedefini iyi belirler, çalışırsa yaşıtlarının çok üzerinde bir başarı gösterir. Kişi zekâsını tecrübeyle birleştirirse akıllı ve başarılı olur. Zeki bir kişi tecrübesi eksikse yanlış kararlar verebilir. Zekâsına uygun başarı elde edemez. Aklın zekâdan farkı nedir? Akıllı dediğimiz kişiler planlamayı iyi yapan, geleceği iyi düşünebilen, zekâsını iyi kullanan, tecrübelerden yararlanan insanlardır. Akıllı insan olmak için zekâ önemli ama yeterli değil.

Bütün evren gibi beyin de matematik üzerine kurulmuş. Matematik işlemleri, beyin için en iyi zihin geliştirme alıştırmalarıdır. Matematikle uğraşan, meraklı kişilerin zihinsel gücü artar. Bulmaca çözmek de çok yararlı.



İnsan aklının 6 sadık hizmetçisi vardır. Bunu kullanan kimse hafıza ve zekâsını iyi değerlendirir. Bunlar "kim, ne, nerede, nasıl, niçin, ne zaman?" sorularıdır. Örneğin kişi sadece gördüğüyle yetinmez "ne zaman?" diye sorarsa, zaman ve mekan boyutunu da düşünür ve gördüğünü akılda tutması ve hatırlaması kolay olur. Öğrenirken 5 duyuyu da harekete geçirmek çok önemli. Çoğu kez görsel ya da sadece işitsel duyuyu kullanıyoruz. Örneğin ders çalışırken yanında güzel bir koku bulundurmak çağrışım yoluyla o bilginin akılda tutulup hatırlanmasını kolaylaştırır.

Anne babalar çocuklarının zeki olmasını istiyorlarsa kitap okumalılar. Kitap okunan bir evde yetişen çocuğun zekâsı gelişir. Çocuk anne babayı örnek alarak okumaya özenir. Öyle ki çocuk yerde bir kağıt bulduğunda okumalı, okumaya ve öğrenmeye aşık olmalı. Elbette çocuğun beslenmesi de zekâ gelişimi için çok önemli. Beslenme uzmanları yeşil sebze, protein ve karbonhidratı dengeli vermeyi öneriyor. Avuç avuç vitamin yerine her gün birkaç tane fındık, ceviz, badem, incir, üzüm gibi kuruyemişleri tüketmesi daha faydalı olur. Yeme içmenin zekânın gelişimindeki rolü yüzde 10 ila 20. Asıl önemli olan çocuğa motivasyon, okuma sevgisi vermek ve başarıya yönlendirmek.

IQ testleri gerekli mi?

Bu testler çok da gerekli değil. Bu testlere çocuk başarı sorunu yaşadığında başvurulmalı. Aileler internetten ya da çeşitli yerlerden IQ testi adı altında test yaptırıyor. Oysa tek bir test zekâyı belirlemek için yeterli değil yanlış sonuç çıkabiliyor. Aile "çocuğum çok zeki ya da düşük çıktı" diyor. Tabii ki çocuk olumsuz etkileniyor. Aileler de gereksiz beklenti içine girebiliyor.

8 AYRI ZEKÂ VAR.

Çoklu zekâ kuramını getiren nöropsikolog Howard Gardner'a göre, insanın alternatif 8 zekâ türü var. Bu kurama göre zekâ sadece bilişsel (IQ) değil aynı zamanda güdüsel ve duygusal faktörlerden kaynaklanıyor. Örneğin, zeki bir öğrenci matematik dersinde başarısızsa, bu öğretmenini sevmemesi veya utangaçlık gibi durumlardan kaynaklanmış olabilir. Bu kurama göre, zeka türleri şöyle sıralanıyor:

Sözel – Dilsel Zekâ:

- Bu zekâ tipine sahip birey dil öğrenmede ve telaffuzda oldukça başarılıdır.
- Kitap okumayı sever ve yazı yazmada başarılıdır.
- Karmaşık cümleleri kolaylıkla çözümleyebilir.
- Kelime ezberleme kapasitesi ve hızı yüksektir. Rahatlıkla büyük bir kitabı ezberleyebilir.
- Şiir yazma kabiliyetleri bulunur, şiir okumaktan hoşlanırlar.
- Karşıdaki kişiyi dinler ve ne denilmek istendiğini daha iyi fark eder.
- İkna kabiliyetleri yüksektir.
- Okuduklarını ve anladıklarını kolaylıkla yorumlarlar.
- Hitap gücü ve nutuk becerisi yüksektir.
- İnsanlara kendilerini dinletebilir.

Sayısal – Mantıksal Zeka:

- Bu zeka tipine sahip birey klasik IQ testlerinde oldukça başarılı olur.
- Matematik işlemlerini kolaylıkla yapar ya da yeni kuramları çabuk kavrarlar.
- Mantıksal örüntüleri ne kadar karmaşık olursa olsun çözmenin yolunu bulur.
- Bilgisayar programlama – algoritma ve elektronikteki mantıksal kapılar gibi sistemleri rahatlıkla kavrar ve özgün buluşlar yapabilir.
- Kesin doğru veya yanlış bilgileri daha tatmin edici bulur.
- Satranç, dama gibi oyunlarda başarılıdır.
- Soyut düşünme becerisi oldukça gelişmiştir.
- Karar verme kabiliyeti oldukça gelişmiştir.
- Grafik ve istatistik okuma becerisi gelişmiştir.

Görsel – Uzamsal Zeka:

- Bu zekâya sahip bireyler için geometrik şekiller karmaşık gelmez.
- Üç boyutlu geometrik şekiller üzerinde matematiksel işlemleri gerçekleştirirken oldukça başarılıdır.
- Çizim kabiliyeti oldukça gelişmiştir.
- Resim çizme konusunda başarılıdır ve ünlü ressamların tümünde bu özellik bulunur.
- Hafızasında görüntüleri inceleyebilecek düzeyde saklar. Örneğin bir defa gördüğü bir kişinin yüzünü unutmaz ve kağıda çizebilir.
- Evde veya ofiste eşyalarını kolaylıkla kaybetmez. Koyduğu bir nesnenin yerini hatırlar.
- Gözleri en önemli duyu organlarındandır.
- Hayal kurma durumu daha fazla gözlenir.

Bedensel – Kinestetik Zeka:

- Fiziksel etkinliklerde daha başarılıdır.
- Mutlaka uğraştığı bir spor dalı vardır.
- Kaslarının kontrolüne %100'e yakın oranda sahiptir.
- Uzun süre bir yerde sabit kalmaktan hoşlanmaz, bu tür durumlarda ellerini ya da ayaklarını hareket ettirmeye başlar.
- Genellikle hızlı hareket etmeyi sever.
- Kısa mesafelerde zamanı varsa ulaşım araçlarını tercih

etmek yerine yürümeyi tercih eder.
- Vücut dili kullanımı oldukça fazladır. Duygularını hareketleri ile belli eder.

Doğacı Zeka:

- Doğayı sever ve korur.
- Hayvan besleme ve bitki yetiştirmeye istekli olur.
- Çevrenin temiz tutulması konusunda duyarlıdır.
- Açık havayı (doğayı) kapalı ortamlara tercih eder.
- Yeni bitki ve hayvan türleri görmek onların ilgisini çeker.
- Belgesel izlemeyi sever.
- Bahçede çalışmayı sever.
- Doğa olayları ilgisini çeker.

İçsel Zekâ:

- Bağımsızdır.
- Kendi belirlediği hedefleri vardır.
- Bireysel başarıya odaklanır.
- Güçlü ve zayıf yönlerini tanır.
- Öz saygı ve sevgi yüksektir.
- Başkaları ile paylaşmadığı iyi özellikleri vardır.
- Kendi kararlarını kendisi verir.

Sosyal Zekâ:

- Grup içinde doğal bir lider görünümündedir.
- Arkadaşları ile vakit geçirmekten hoşlanır.
- İletişim becerileri yüksektir.
- Başkalarına yardımcı olmada gönüllü olur.
- Problemli arkadaşlarına destek olur.
- Bir ya da iki tane çok sıkı dostu vardır. Bunun yanında onlarca yakın arkadaşı vardır.
- Organizasyon becerisi yüksektir.
- Diğerleri tarafından arkadaşlık için aranır.

Coşkun SAMANCI

2001 mezunu

20 Ağustos 1983 tarihinde Erzurum'da doğan Coşkun Samancı, ortaokul ve lise öğrenimini Özel Arı Okullarında tamamladı. 2007 yılında Çankaya Üniversitesi Hukuk Fakültesi'nden mezun oldu. İş yaşamına Samancı Hukuk Bürosu'nda serbest avukat olarak devam etmektedir.

CEZAİ ŞART

Borçlunun alacaklıya olan borcunu hiç veya olması gerektiği gibi yerine getirmemesi durumunda alacaklıya bir ekonomik değer ödemeyi üstlenmesini sağlayan kayda cezai şart denir.

Taraflarca cezai şart çoğunlukla bir miktar para olarak belirlenir. Borçluya ait herhangi bir malvarlığı da cezai şartın konusu yapılabilir. Ancak borçluya ait manevi değerler hiçbir zaman bu konu kapsamına giremez.

Cezai şart taraflar arasında var olan sözleşmeye eklenebilir. Ayrıca bir sözleşme yapılarak da ceza koşulu belirlenebilir. Ancak taraflar arasında borca ilişkin olan ilk sözleşme bir şekle tabi ise cezai şart için hazırlanan sözleşmenin de bu şekle uygun olarak düzenlenmesi gerekir. Örneğin taraflar arasında resmi şekilde yapılması zorunlu olan taşınmaz vaadi sözleşmesi yapıldıysa, bu sözleşmeye ilişkin ceza koşulu da resmi şekilde yapılmalıdır.

Sözleşmenin tarafları ceza koşulunu sözleşmenin yerine getirilmemesi hali için kararlaştırırlar. Sözleşme veya asıl borç ilişkisi olmadan cezai şart tek başına hüküm ifade etmez.

Ceza koşulu asıl borca bağlı nitelikte olması sebebiyle asıl borç ilişkisi geçersiz ise buna bağlı olarak hazırlanan cezai şart da geçersiz olacaktır. Asıl borcun sona ermesi durumunda (takas, ibra, ifa vs.) ceza koşulu da asıl borçla birlikte ortadan kalkar. Davaya konu edilemeyecek bir borç için ceza koşulu belirlendiyse buna ilişkin kararlaştırılan ceza koşulu geçersizdir (Örneğin kumar borcu).

Ceza koşulu asıl borca bağlı bir niteliğe sahip olduğundan asıl borcun zamanaşımına uğraması durumunda ceza koşulu da zamanaşımına uğrar. Alacak bir başkasına temlik edilirse ceza koşuluna ilişkin hak, alacağı temlik alan kişiye geçer. Ceza koşulunun muaccel olması borcun hiç veya gereği gibi yerine getirilmemesi ile olur.

Kanun düzenlemeleri uyarınca taraflar ceza koşulu koyarken miktarı belirlemekte serbesttir. Ancak bu serbesti aşırı olmaması şartına bağlanmıştır. TBK madde 182/3 uyarınca ceza koşulunun miktarının aşırı görülmesi durumunda hakim miktarda indirim yapabilir.

Cezai koşulun miktarının ne zaman aşırı kabul edileceği hakim tarafından takdir edilir. Hakim ceza miktarının aşırı olup olmadığına ilişkin inceleme yaparken tarafların ekonomik durumu, borçlunun ödeme kapasitesi, borcun yerine getirilmemesindeki kusur derecesi gibi hususları dikkate alır. Hakim yaptığı inceleme sonucu belirlenen ceza miktarının fahiş olduğuna kanaat getirirse miktarda indirim yapabilir. Cezayı tamamen ortadan kaldırması mümkün değildir, yalnızca miktarda indirim yapabilir.

Bu durumun istisnası 6102 Sayılı Türk Ticaret Kanunu madde 22'de düzenlenmiştir. Buna göre ticari sözleşmelerde tacir sıfatına sahip olan borçlu aleyhine kararlaştırılan ceza koşulunun aşırı olması durumunda tacir borçlu, miktarın fahiş olduğunu iddia ederek cezanın indirilmesi talebinde bulunamaz.

Alacaklıya büyük menfaatler sağlayan ceza koşulunun geçerli olabilmesi için ceza koşulu bir sözleşmeye eklendiyse bu sözleşmenin, ayrıca bir cezai şart düzenlemesi yapıldı ise bu düzenlemenin hukuka uygun, hatasız, eksik olmadan, geçerli bir şekilde yapılması koşulun geçerliliği için oldukça önemlidir.

Deniz KUTLU

1993 mezunu

Deniz Kutlu, 25 Temmuz 1976 tarihinde Ankara'da doğdu. Ortaokul ve lise eğitimini Arı Okullarında tamamlayan Deniz Kutlu, ODTÜ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü'nü bitirdi. Yine ODTÜ'de Spor Yönetimi ve Organizasyonu alanında yüksek lisansını tamamladı. 2007 yılında Nefes Dans ve Müzik Topluluğu'nu kurdu. Topluluğun genel koordinatörlüğünü yürüten Deniz Kutlu, yurt içi ve yurt dışı projelere dans ve müzik organizasyonları düzenliyor.

SPOR YARALANMALARINDA SEBEPLER VE ÖNLEMLER

Sevgili BeeLife okuyucuları, bu sayıda egzersiz ve spor sakatlıklarının sebepleri ve önleme yöntemleri ile ilgili yazmak istedim, hemen hemen hepimiz bir şekilde egzersiz yapıyoruz, yürüyoruz, spor salonlarına kaydoluyoruz, online veya yüz yüze aktivitelere katılıyoruz, çocuklarımızı bir veya birkaç spor branşı ile tanıştırıyor, amatör veya profesyonelce sporla uğraşıyoruz.

Her zaman olmasa da spor aktiviteleri sırasında spor yaralanmaları ile karşılaşmamız çok olası olabiliyor. Öncelikle spor yaralanmalarını sportif aktiviteler esnasında cereyan eden her türlü hasar olarak tanımlayabiliriz. Bu hasarlar geçici, kısa süreli veya hayatımızı etkileyecek kadar kalıcı olabiliyorlar. Yaralanmak çok kolay ama iyileşmesi bazen çok uzun veya imkânsız olabiliyor, hatta günlük yaşamımızı cehenneme çevirebiliyor. Spor yaralanmalarını başımıza gelmeden önlemek, başımıza geldikten sonra tedavi etmekle kıyaslandığında hem ekonomik açıdan hem de sosyal açıdan daha ekonomiktir. Gelin spor yaralanmalarının nedenlerine, önlenmesine ve başımıza geldiğinde neler yapabileceğimize bir göz atalım.

Spor yaralanmalarının nedenlerine gelince, içsel ve dışsal faktörler (veya başka bir değişle kişisel ve çevresel faktörler) olarak gruplayabiliriz. Bunun dışında değiştirilebilir ve değiştirilemez; fakat önlem ve müdahale edilebilir olarak sınıflandırabiliriz.

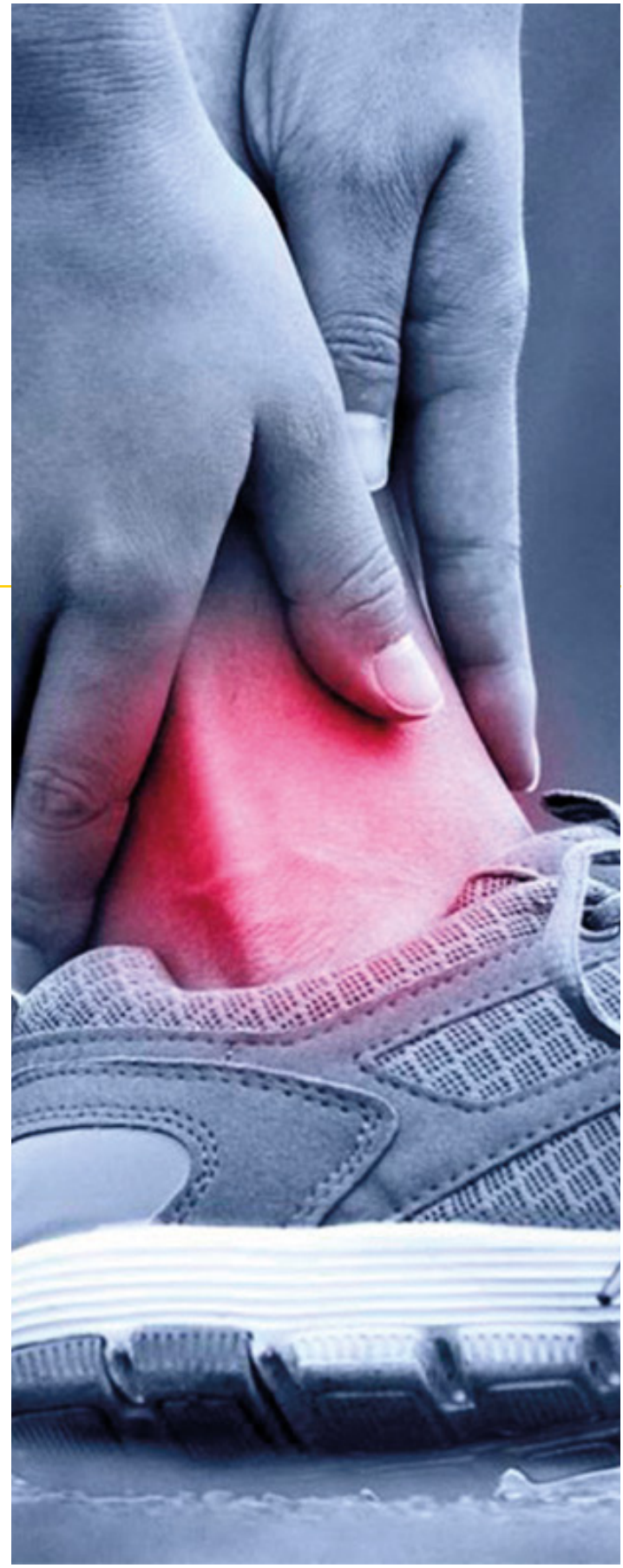
İÇ FAKTÖRLER:

- Genel sağlık durumu
- Psikomotor gelişim
- Fiziksel uygunluk
  - Aerobik dayanıklılık, kuvvet, sürat, sportif beceri, koordinasyon
- Fiziksel yapı
  - Boy, ağırlık, eklem stabilitesi, vücut yağ yüzdesi, yaş, cinsiyet, önceki sakatlanmalar, kas gerginliği, sıklığı, alt ekstremitelerin (kalça/bacak/diz/ayak)zayıflığı, alt ekstremitenin eşitsizliği, aşırı kullanma (overuse), az kullanma,
- Fiziksel kusur
- Psikolojik faktörler
  - Kişilik, motivasyon, benlik, algı, konsantrasyon, rekabet ve hırs, riski göze alma, saldırganlık, kaygı, korku, stres, psikolojik yüklenmeler, duygusal ve zihinsel çatışmalar, inanç sistemi, takıntılar kurban bulma eğilimi
- Sporda ani ölümler

(17. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi 13-17 Kasım 2019 Notları, spor bilim.com)

DIŞ FAKTÖRLER

- Spor alanı ile ilgili aktörler
  - Aktivite yapılan mekanın fiziki koşulları, zemin, aydınlatma
- Ekipman faktörü
  - Kıyafet, ayakkabı, spor araç gereçleri (örneğin: raket, top, bisiklet vb.), koruyucu kıyafetler
- Aktivite, spor kuralları
- Sosyal faktörler
  - Koç–eğitmen faktörü, seyirci faktörü, egzersiz partneri/takım arkadaşı faktörü
- Antrenman ile ilgili faktörler
  - Isınma-soğuma, aşırı yüklenme, yanlış teknik
- Çevresel koşullar
  - Sıcak, soğuk, hava değişimleri, hava kirliliği
- Sigara, alkol, performans arttırıcı yapay maddelerin kullanımı



Aktivite yapılacak mekanın yapılan aktiviteye uygunluğu çok önemlidir, örneğin beton zeminde sıçrama içeren aktiviteler yaparsanız alt ekstrimitelerinize aşırı yüklenerek sakatlanma riskini çok arttırırsınız, sahanın kaygan olması, zeminin eşitsizliği gibi örnekleri arttırabiliriz. Yapılacak egzersize uygun ayakkabı seçimi vücuda binen yükü azaltır, bileği kavraması gereken sporlarda ya da zemini tutması gereken sporlarda farklı ayakkabı seçimi gerekmektedir. Turnuva zemininde yanlış ayakkabı seçiminden dolayı çapraz bağını kopartan bir kişi olarak ayakkabı seçiminin önemini ısrarla belirtmek isterim. Hava şartlarına göre giyinmek ve ısınmak (soğuk havalarda ısınmak daha uzun ve zordur) sıcak havalarda dehidrasyon (su kaybı) riski yaralanmaya yol açan diğer faktörlerdir.

Spor branşlarına konulan kuralların bir kısmının amacı da sakatlıkları önlemek içindir. Birçok bireysel ve takım sporunda konulan faul kurallarını örnek olarak gösterebiliriz. Bu sebeple çocukluktan itibaren centilmenlik kurallarını, sporda saygıyı çocuklara spor kültürünün bir parçası olarak öğretmek gereklidir. Hem kendi hem rakip ve takım arkadaşlarımızın, aktivite yaptığımız kişilerin fiziksel ve ruhsal sağlığı için yazılı ve yazılı olmayan ahlak kurallarına uymamız ne kadar da güzel olur.

Literatürümüze yeni giren bir dış faktör olan maske kullanımı ile ilgili son sözlerimle yazımı bitirmek istiyorum, çocuk, yetişkin ayırt etmeksizin hangi sporu yapıyor olursanız olun maske takmak nefes alımınızı zorlaştırır, kalp ve damar sistemi için büyük yük artışına sebeptir, kısa ve uzun vadede birçok rahatsızlığa neden olur.

Sağlık ve spor dolu günler diliyorum.

HABER

9. Sınıf Öğrencileri B2 First (FCE) Sınavı'nda Önemli Başarılara İmza Attılar

Özel Arı Okulları, yabancı dilde 4 beceriyi etkin ve etkileşimli bir biçimde kullanan ve dilin kültürler arası boyutu konusunda bilinç kazanırken bunu, yer aldığı ulusal ve uluslararası etkinlikler ve sınavlarla geliştirme konusunda farkındalık geliştiren öğrenciler yetiştirmeyi hedefliyor.

İngilizce konuşulan bir ülkede yaşamak, çalışmak ya da İngilizce öğretilen dersler için eğitim almak için yeterli dil seviyesinde olduğunuzu gösteren B2 First yeterliğine giren Özel Arı Anadolu Lisesi ve Özel Arı Fen Lisesi 9. sınıf öğrencilerini gösterdikleri başarıdan dolayı kutluyoruz.

Deniz KÜZECİ TURA

2001 mezunu

23 Nisan 1984 doğumlu ve tüm eğitim hayatını Arı Okullarında tamamlayan Deniz Küzeci, 2001 yılı mezunu. Başkent Üniversitesi Hukuk Fakültesi'nden mezun olduktan ve yurt dışında çeşitli çalışmalar gerçekleştirdikten sonra, yüksek lisans eğitimini Ankara Üniversitesi Avrupa Birliği ve Uluslararası Ekonomik İlişkiler Ana Bilim Dalı'nda tamamladı. BITES Savunma ve Havacılık Teknolojileri şirketinde hukuk müşaviri olarak çalışmalarına devam eden Deniz Küzeci'nin aynı zamanda hobi olarak yürüttüğü ve seyahat yazılarını paylaştığı

www.miskinmirket.com adında bir web sitesi ve @miskinmirket adlı bir Instagram hesabı bulunuyor.

GÖKKUŞAĞI ŞEHRİ: CAPE TOWN #2

Bir önceki sayıda Cape Town'dan bahsedebilmek için öncelikle ülkeyi sadece turistik bir destinasyon olmaktan çıkaran tarihine bakmıştık. Bu sayımızın konusu ise, Cape Town bölgesinde, hayatınızda iz bırakacak tecrübeleri edineceğiniz ve doğal güzelliklerin tadını çıkarabileceğiniz maceralara ve cazibe merkezlerine göz gezdirebiliriz.

Masa Dağı (Table Mountain): Şehre karakterini veren, aşağıdan bakıldığında gerçekten bir masa gibi dümdüz gözüken dağ 1.085 metre yüksekliğinde ve aşağıdan göründüğü kadar düz değil. Dünyanın en eski dağlarından sayılan Masa Dağı, bugün dünyanın 7 doğa harikasından biri kabul ediliyor. Masa Dağı'nın tepesine teleferikle çıkılabiliyor; ancak kendinize güveniyorsanız önceden belirlenmiş patikaları izleyerek yürüyerek/tırmanarak da gidebilirsiniz. Ancak bunun için gitmeden önce bir rehber edinmek şart, maazallah kaybolmalar olabilir. Masa Dağı Milli Parkı'nın içerisinde, teleferikle çıkılan masa şeklindeki tepesi haricinde Signal Hill (350m.), Lions Head (669m.) ve Devils Peak (1000m.) tepeleri de bulunuyor. Her birine yürüyüş yollarını takip ederek çıkmak mümkün. Havanın uygun olması halinde Signal Hill'de yamaç paraşütü bile yapabilirsiniz. Masa Dağı apartheid rejiminde siyahların çıkmasının yasak olduğu bir yermiş. Bu nedenle, son zamanlarda özellikle hafta sonlarında siyahların toplu olarak geldiği, dans ettiği, Mandela'yı temsil eden pozlar vererek fotoğraf çektiği bir yer haline gelmiş. Nitekim bağımsızlık savaşında da heybetli görünümü ile rol model olmuş.

Camps Bay:

Şehrin en popüler plajlarından biri olan Glen Beach bu bölgede yer alıyor. Denize girmek ise biraz cesaret istiyor. Malum Afrika'nın güneybatı ucu olan bu nokta okyanusların geçiş noktası olduğu gibi, aynı zamanda kutuplara da oldukça yakın. Bu nedenle henüz buzullar erimeye başlamadığı için kış dönemi (Haziran-Temmuz-Ağustos) deniz suyu sıcaklığı daha yüksek olsa da Akdeniz ile bezenmiş insanlar olarak bizler oldukça zorlandık. Su, vücuda temas etmesinden 2 dakika sonra ağrıya, akabinde ise hissizliğe neden olacak kadar soğuk. Bölge beyazların yerleşik olduğu bir bölge olması ve zamanında siyahların girişine izin verilmemesi nedeniyle, bu günlerde siyahların pasif direniş yaptıkları bir nokta aynı zamanda. Gün batımında toprakların asıl sahipleri olan siyahlar, pikap tarzı araçlarıyla sahil şeridine diziliyor ve araçlarından yüksek sesli müzik dinletisi yapıyorlar. Camps Bay haricinde Clifton Bay veya Long Beach tercih edebileceğin plajlar arasında. Long Beach'e bakan Chapman's Peak Drive ise meşhur araba reklamlarının çekildiği yol olarak ün salmış durumda.

Bo-Kaap:

Masa Dağı'na çıkan teleferiğe giden Buttengrecht Caddesini kesen sokaklardan oluşan kasaba daha çok Malezyalı Müslümanların yaşadığı bir yer. Bölge bu nedenle Müslüman Bölgesi olarak da anılıyor. Turistik bir gezi noktası haline gelmesinin nedeni ise 1970'lerden bu yana burada yaşayan halkın, çeşitliliği simgelemesi için evlerini renklendirmesi ve bu nedenle rengarenk sokakların oldukça fotojenik olması.

Company's Garden:

Şehrin ilk kurulduğu yer sayılan City Bowl'un içerisinde bulunan parkın kuruluşu 1652 yılına dayanıyor. Park tabii ki Hollandalılar tarafından kuruluyor. Nitekim burada Company'den, yani şirketten, kastedilen Dutch East India Company. Hollandalıların tam olarak bu noktaya park kurmasının sebebi ise Masa Dağı'ndan gelen ve hala işleyen su kaynağının bu bölgeye yakın olması. Bahçenin içinde "de beers" pırlanta markasının kurucusu Rhodes'in bir heykeli var. Zamanında özel mülk olan botanik bölgesini şehirleşmeden kurtarmak için satın almış ve doğal halinde kalmasını sağlamış. Bu bahçe kurulduğu zamanda çeşitliliği en büyük botanik bahçelerden biriymiş.

Woodstock:

Eskiden marangozhanelerin, tamircilerin olduğu bir bölgeyken şimdi açılan mekanlar, atölyeler ve grafitileri oldukça popüler hale gelmiş. İstanbul'da yaşayanlara daha iyi anlam ifade edebilmesi için yeni nesil Karaköy de denilebilir. Buranın ilk ilgi çeken yanı son 10 yılda devlet tarafından verilen izinlerle birçok binanın duvarına yapılan grafitiler. Birçoğu siyasi mesaj içeren grafitlilerin yaşayan bir yanı var. Örneğin izinli olarak yapılan bir grafitinin üzerine bir başkası tarafından korsan bir ekleme veya silme yapılabiliyor. Bunlara etiketleme deniliyor. Bu nedenle bir gün gördüğün grafiti ertesi gün başka bir şekle bürünmüş olabiliyor. Bu da bölgenin yaşadığının ve ayrımcılığa karşı mücadelenin her alanda bir şekilde hala devam ettiğini gösteriyor.

Waterfront:

Piramitlerden sonra Afrika'da en çok ziyaret edilen yerler arasında yer alıyor. Genel anlamda bir alışveriş ve yeme-içme bölgesi olduğu düşünüldüğünde, piramitlerle kıyaslanması oldukça şaşırtıcı bir durum bence. Deniz kenarındaki bu bölge alışveriş merkezleri, kıyaya dizilmiş restoranlar, her köşe başında sokak müziği yapan çoğunlukla siyahi vatandaşlarla çevrelenmiş bir açık hava kompleksi gibi. Bölgede yürütüş yaparken Nobel Köşesinde Güney Afrika'nın barış alanında Nobel ödülü kazanmış 5 kişinin (Albert Luthuli, Emeritus Desmond Tutu, F.W. de Klerk ve Nelson Mandela) heykellerini de görebilirsin. Bu kişilerin hepsi apartheid rejimine karşı verdikleri mücadele sebebiyle bu ödüle layık görülmüş kişiler.

Robben Adası (Robben Island):

Güney Afrika'nın hapishane adası olan Robben Adası Mandela'nın 17 yılını burada geçirmesi nedeniyle ayrı bir ilgi odağı. 500 yıllık bir tarihi olan hapishane, sadece askeri karargâh olarak kullanıldığı yıllarda (1931-1960) hapishane olarak kullanılmamış. Hapishane dışında cüzzamlı hastalar ile akıl sağlığı yerinde olmayan hastaların tecrit mekânı olarak da kullanılmış. Cüzzamdan sonra binalar dahi yakılmış ki hastalık yayılmasın. Adanın müze halinde gelmesi ise 1999 yılında olmuş. Ada rehber eşliğinde gezilebiliyor ve rehberler zamanında bu hapishanede kalmış mahkumlardan oluşuyor. Anlatırken ki hüzünleri ise ilk dakikadan fark edilebiliyor. Hapishanede özellikle siyasi mahkumlar ağır ve bazen manası olmayan taş işçiliğinde çalıştırılmış ve işkenceye maruz kalmış. Taş kırma görevi burada kalan birçok mahkûmun, ortaya çıkan toz nedeniyle, akciğer ve göz hastalıklarına yakalanmalarına neden olmuş. Nitekim Mandela da burada kaldığı süre boyunca maruz kaldığı muamele nedeniyle akciğer rahatsızlıkları yaşamış, gözyaşı kuruluğu gibi birçok göz hastalığı nedeniyle defalarca ameliyat olmuş, hatta bu nedenle basın toplantılarında flaş kullanılması dahi yasaklanmış. Hapishaneye getirilen mahkumlardan siyasi mahkumların yaklaşık %70'i okumuş kişilerden oluşurken %30'u eğitimsizmiş. Bu nedenle ocağın yakınında bulunan bir mağaranın içinde okumuş olanlar okumamış olanlara her bir kişi bir kişiye öğretecek (each one teach one) anlayışı ile eğitim vermeye başlamışlar. Bu nedenle bu mağara University of Robben Island olarak anılıyor. Hapishanenin içerisinde önceden hapishane personelinin kaldığı, şimdi ise müze personelinin konakladığı bir kasaba, bu kasabanın içerisinde ise kilisesinden, okuluna kadar birçok bölüm var. Kilisenin özel bir önemi ise her yıl 14 Şubat'ta burada evlenenlerin hiç boşanmayacaklarına ilişkin bir inanış olması. Bu nedenle 14 Şubat'lar toplu nikah töreni gibi oluyormuş adada. Son olarak adanın kendine özgü bir doğası da var. Zira adada 29 çeşit kuş türü ve yaklaşık 2000 penguen bulunuyor.

Ümit Burnu (Cape Hope):

Hepimiz burayı Afrika'nın en güney noktası olarak duyduk öğrendik. Oysa Afrika'nın en güney değil en güneybatı noktası olan Ümit Burnu, Atlantik Okyanusu'nun Hint Okyanusu ile buluştuğu ve koya benzeyen yapısı nedeniyle gemicilerin Atlantik'i geçtikten sonra ilk korunduğu yer. Bir füniküler ile bu ucun bulunduğu tepede yer alan fenere çıkmak ve manzarayı izlemek oldukça keyifli. Babunlar, kertenkeleler, "dassie"lerle (tavşana benzer bir arkadaş kendisi) dolu bir fener. Buraya çıkınca vaktiniz varsa patika bir yoldan eski fenere de gidebilirsiniz; ancak bu yürüyüş biraz vakit alıyor bilginiz olsun.

YAPILABİLECEK ÖZEL AKTİVİTELER:

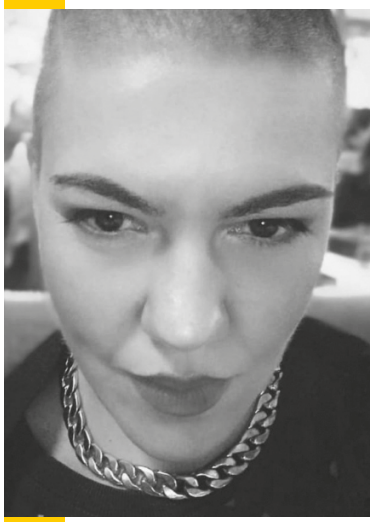
Balina Gözleme: Güney Afrika'da bir çok noktada özellikle kambur balinaları görme imkanınız olabilir. Biz Hermanus bölgesine gittik. Önce tekneyle kısa bir yolculuk yapıyorsunuz; sonra bir noktada durup balinaların size kendini göstermesini bekliyorsunuz. Şansınız varsa büyüklü küçüklü bir veya daha fazla balinayı bir arada görebilirsiniz.

Köpek Balığı Dalışı: Bunun da birçok alternatifi vardır tahmin ediyorum. Biz Gangsbai bölgesinde bu işi yaptık. Ben deniz tutması nedeniyle hayal meyal hatırlıyorum bu aktiviteyi ama beyaz köpek balığını (bizim dilimizde daha çok Jaws olarak bilinir) dişlerine kadar gördüm mü, gördüm. Bir daha ki geziye kadar bu bana yeter. Yeri gelmişken söyleyeyim bu aktivite yarım saatlik bir yolculuk sonunda bir noktada durduğunuz, beşik gibi sallanarak yaklaşık 4 saat geçirdiğiniz ve ilgili arkadaşlar teknenin çevresinde dönmeye başladığında denizin içindeki bir kafese girerek kendisini, hem denizin üstünden, hem de içinden izlediğiniz bir aktivite. Deniz tutabilir, su dondurabilir. Bu uyarılar gitmeyin diye değil elbette, önlemini alın, benim gibi telef olmayın diye.

Fok Balığı Gözleme: Cape Town'a oldukça yakın olan Houte Bay bölgesinde kısa bir tekne gezisiyle Fok Balığı Adası'na gidip ayıcıkların suya dalıp çıkışını, balık yakalayışını, pati pati yürüyüşünü izleyebilirsin.

Penguen Gözleme: Simons Town'da yer alan Boulders Plajı Afrika penguenlerini görmek için yaratılmış bir doğal yaşam parkı. Bu parkta penguenlerin doğal yaşamları bozulmadan üremeleri ve yaşamalarını sürdürmeleri sağlanırken aynı zamanda insanlarla bir araya gelecekleri bir ortam yaratılmış. Tabii bu penguenlerle oynayabileceğiniz anlamına gelmiyor; ancak oldukça yakından izleyebilir doğal yaşamlarını yakından görebilirsiniz.

Şarap Tadımı: Güney Afrika bir şarap cenneti. Cape Town çevresinde de çok sayıda bağ var ve bunlardan birini tercih edip tadım yapabilir, hatta bu bağlardan bazılarının içerisindeki otellerde kalabilirsiniz. Biz şarap tadımını Paul Cluver bağlarında yaptık ancak bu konuda çok gurme olmadığım için ilgileniyor olmanız halinde kendi araştırmanızı yapmanızı öneririm. "O kadar abartmaya gerek yok" derseniz birçok restoranda çeşitli yerel şarapları tatma imkanı bulabilirsiniz.



Hande GÜNGÖR

2001 mezunu

Hande Erkasar Güngör, 17 Eylül 1983 yılında Ankara'da doğdu. İlk, orta ve lise eğitimini Özel Arı Okullarında tamamladıktan sonra Bilkent Üniversitesi Turizm ve Otel İşletmeciliği Bölümü'nden mezun oldu. 2007 yılında mezun olduktan sonra mutfak hayatına başladı. 2014 yılında dünyaya gelen oğlu Efe Mert ile evinin aşçısı olmaya ve mesleğe özel yemek dersleri vererek devam etmeye karar verdi. Bütün bu süreçte ve hayatının her alanında ona destek olan eşi, Mert'in varlığı, iki kedi ve bir köpeğiyle birlikte Efe Mert'in annesi olarak evinde mesleğine devam ediyor.

İSPANYA'NIN LEZİZ ATIŞTIRMALIKLARI: TAPAS

Üniversite son dönem tezimde; en sevdiğim ders olan "mutfak dersi" için, bir ülke mutfağına ait restoran kurmam gerekiyordu. Araştırmalar sonucu, tezimi; bize kültür olarak çok benzediklerini düşündüğüm İspanyol mutfağı üzerine hazırlamaya karar verdim. Meşhur İspanyol Mutfağı ve Tapas kültürü beni gerçekten çok etkilemişti.

Hayattan keyif almayı çok iyi bilen İspanyollar, buldukları her fırsatta Tapas sofralarında buluşup bizim meze kültürümüzle aynı sayılabilecek tadımlık, ama doyurucu muhteşem lezzetlerin tadını çıkartıyorlar.

Peki, ***"TAPAS"*** nedir? Değişik kaynaklardan iki farklı anlatıma ulaştım. İlki, İspanyolca bir kelime olan ve "üzerini örtmek" anlamında kullanılan "TAPAR"dan geliyor olması. İspanyollar sofralarda çok uzun zaman geçirdikleri için, içeceklerinin içine sinek, böcek, toz kaçmasın diye üstlerini küçük tabaklarla kapattıkları, zamanla sırf bardakları kapamak için kullandıkları bu tabakların üzerine atıştırmalıklar koymaya başladıkları söyleniyor. Böylece "üzerini örtmek"ten gelen anlamını koruyor ve Tapas olarak anılmaya başlıyor. Tapas isminin yaygın olarak bilinen bir başka açıklaması da ekmeğin üzerini farklı malzemelerle doldurup aslında ekmeği "örtmüş" olmalarına dayandırılıyor.

Tapaslar servis edildiği bölgenin gastronomik özelliklerini yansıtıyor. İspanya'nın her bölgesinde oraya özgü geleneksel tatlar vardır, en popüler olanları zeytin, fıstık, et, balık ve peynir çeşitlerinden hazırlanan Tapas'lardır. Klasik Tapas'lara ek olarak birçok farklı olasılıktan oluşan Tapas formları da karşınıza çıkabilir. Dünyanın birçok yerinde orijinal Tapas içeriği değiştirilerek; kendilerine ait ürünlerin küçük porsiyonları halinde sunulmaktadır.

TAPAS NASIL YAPILIR?
PARMESANLI DOMATES TARİFİ

Parmesanlı domates için ilk olarak fırın 180 derece ısıtılıyor ve domatesler 1 cm kalınlığında kesiliyor. Ardından yağlı kâğıt serilmiş fırın tepsisinin içine yerleştiriliyor, üstüne tuz, karabiber ve kekik serpilip üstüne bir miktar zeytinyağı gezdirilerek fırına veriliyor. Fırında 15 dakika boyunca bekleyen domatesler fırından alınmadan son beş dakika üstüne parmesan peyniri konularak biraz daha pişiriliyor, fırından çıktıktan sonra kızarmış sarımsaklı ekmek ile servis ediliyor.

ZEYTİNLİ TAPAS

Malzemeler:

200 gram kıyılmış siyah zeytin
3 diş kıyılmış sarımsak
4 yemek kaşığı kadar ince kıyılmış maydanoz
1 tatlı kaşığı kadar kıyılmış kişniş
2 yemek kaşığı zeytinyağı
2 yemek kaşığı sirke
1 çay kaşığı pul biber

Servis için:

Kızarmış ekmek dilimleri

Tapas çeşitleri arasında zeytinli tarifler mutlaka bulunuyor. Bunun için zeytin, kişniş, maydanoz ve sarımsak gibi malzemeler ince ince kıyılıyor. Ardından bir kâsenin içine konuluyor. Sonrasında üstüne pul biber, sirke ve zeytinyağı eklenip iyice karıştırılıyor. Devamında da bu hazırlanan karışım kızarmış ekmek dilimlerinin üstüne sürülerek servis yapılıyor.

SARIMSAKLI KARİDES

Malzemeler:

¼ fincan zeytinyağı
4 diş sarımsak (3'ü ezilmiş, 1'i kıyılmış)
250 gram soyulmuş karides
Bir tutam kırmızı pul biber
İnce kıyılmış maydanoz
Limon

Yapılışı

Kızarmış ekmek dilimleri

Ezilmiş sarımsağı orta ateşte yağ ile bir tavanın içine koyun. Sarımsak altın sarısı oluncaya kadar, 10 dakika boyunca pişirin. Sarımsaklar zeytinyağına tat ve kokusunu bıraktıktan sonra ezilmiş sarımsakları tavadan çıkaralım. Karideslerin üzerine tuz ve biber serpin. Ocağın altını iyice açın. Yağ kızdığında, orta boy karidesleri ekleyin ve 2 dakika pişirin. Ocağı kapatmadan hemen önce kıyılmış sarımsağı ekleyin ve hızlıca karıştırın, karidesleri servis tabağına aktarın üstüne maydanoz ve pul biber serpip limon ile servis edin.

PİMİENTOS DEL PADRON

Galicia bölgesine ait atıştırmalık biberlere verilen isimdir. Akdeniz zeytinyağı ile kızartılan minik biberler, deniz tuzu veya parmesan peyniri ile servis edilir.

İSPANYA'NIN EN BİLİNEN LEZZETLERİNDEN BİRİ: PATATAS BRAVAS

İspanya denilince belki de ilk akla gelen meze; Patatas Bravas'dır.
Küp küp kesilen patatesler kızgın zeytinyağında kızartılır ve ılıklaşınca üzerine kendine özel olarak hazırlanan acı domates sos ilave edilerek servis edilir.

Sosu için:

3 yemek kaşığı zeytinyağı
½ adet soğan
1 diş sarımsak
1 yemek kaşığı toz acı biber (acı paprika)
1/2 su bardağı domates püresi
3 yemek kaşığı mayonez
1 yemek kaşığı elma sirkesi

Yapılışı

1. İlk olarak sosunu hazırlamak için tavada zeytinyağını ısıtın. Minik küpler halinde doğradığınız soğanı ve ezilmiş sarımsakları ekleyerek hafifçe soteleyin.
2. Toz acı biber ve domates püresini ekleyerek karıştırın ve 5 dakika kadar bu şekilde pişirin.
3. Ocaktan aldıktan sonra blenderdan geçirin ve pürüzsüz bir sos elde edin. Oda sıcaklığında bekledikten sonra içine mayonez ve sirkeyi de ekleyerek karıştırın. Bir kenara alın.
4. Patatesleri soyun ve küp küp doğrayın. Önce tuzlanmış kaynar suda 3-4 dakika kadar haşlayın. Ardından suyunu süzerek bir kenara alın.
5. Hafifçe haşladığınız patatesleri tavada ısıttığınız zeytinyağında hepsi renk alıncaya kadar kızartın.
6. Servis tabağına kızarttığınız patatesleri alın ve üzerine sosunu dökerek sıcak servis edin.

Parmesanlı Domates

The famous Spanish Cuisine and Tapas culture really impressed me. Spaniards, who know how to enjoy life very well, meet at Tapas tables whenever they can and enjoy delicious but satisfying tastes that can be considered the same as our appetizer culture. Tapas reflect the gastronomic characteristics of the region where they are served. There are traditional flavors unique to Spain in every region, the most popular being Tapas prepared from olives, peanuts, meat, fish and cheese varieties. In addition to the classic Tapas, there are also Tapas forms with many different possibilities. By changing the original Tapas content in many parts of the world; They are offered in small portions of their own products.

Neslihan ÇETİN
2013 mezunu

Arı Okullarındaki öğreniminin ardından Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü'nü yüksek onur derecesiyle tamamladı. Ortaokul ve lise yılları boyunca profesyonel basketbol oynayan ve halen Kocatepe Spor Kulübü'nde spor yaşamını sürdüren mezunumuz, spor vazgeçilmezi olduğu için lisans öğrenimi ve sonrasında sporcu beslenmesi ile ilgileniyor. Mezunumuz, Başkent Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı'nda yüksek lisans eğitimine devam ediyor.

KAHVEYE KISA BİR BAKIŞ

Kahve Dünya'da ve ülkemizde kuşkusuz en popüler içeceklerdendir. Antioksidanlardan zengindir ve sağlığımıza oldukça faydalı olan polifenoller içermektedir.

Yapılan araştırmalara göre kahve, diyabet hastalığına yakalanma riskini düşürmektedir. Klorojenik asit gibi kahvenin içerisindeki antioksidanların glukoz metabolizmasını ve insülin duyarlılığını arttırdığı çalışmalarda bulunmuştur.

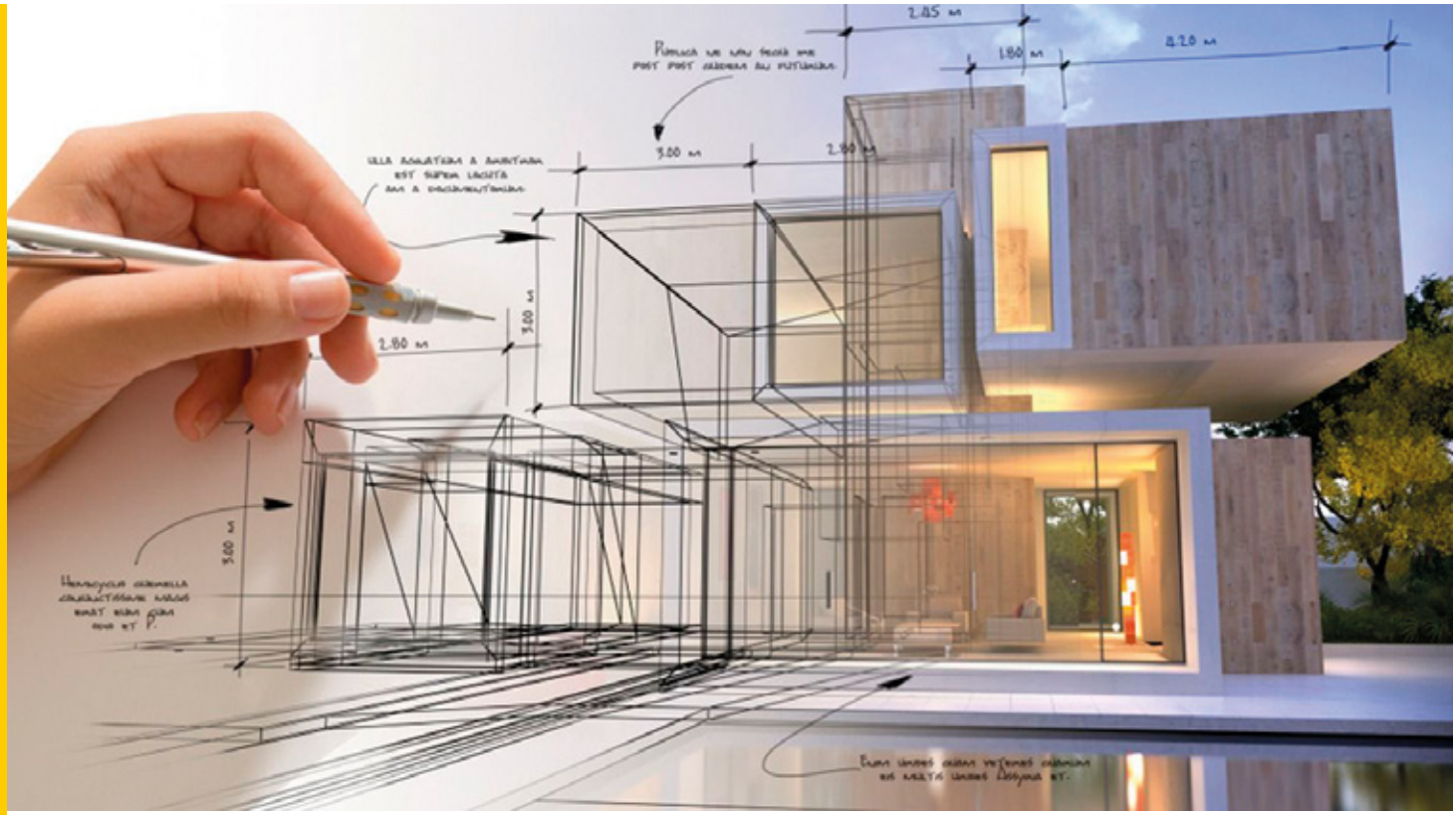
Kafein tüketimi enerji harcanmasını arttırması ve egzersiz sırasında algılanan yorgunluk derecesini düşürmesi ile performansı arttırabilme yeteneğinden dolayı besinsel ergojenik olarak gösterilmektedir. Aynı zamanda kahve tüketimi ile yağ oksidasyonunu ve besinlerin termik etkisini arttırarak ağırlık kontrolü üzerinde etkili olabileceği gösterilmektedir.

Yapılan başka bir çalışmada, günde iki veya daha fazla fincan kahvenin karaciğer sirozundan kaynaklanan ölümleri yüzde 66 oranında azaltabileceği bulunmuştur. Kahveyi oluşturan ve uyanık kalmamızı sağlayan bileşik kafein, doğal bir uyarıcıdır. Kolon ve bağırsak kaslarınızdaki kasılmaları aktive ederek tüketilen yiyeceklerin hızlı bir şekilde rektuma ilerlemesini sağlamaktadır. Buna ek olarak kahvedeki klorojenik asitler ve N-alkanoil-5-hidroksitriptamid gibi diğer bileşikler bağırsak aktivitesini uyarabilmekte ve artan kolon aktivitesiyle bağlantılı iki hormon olan gastrin ve kolesistokinin düzeylerini yükselttiği gösterilmiştir.

Kabızlık sorunu yaşayan bireylerde kahve bir çözüm olarak düşünülse de kahve tüketimi ile mide asit salgısını artmaktadır. Reflüsü olan bireylerde epigastrik ağrıya neden olur. Decaf kahve, kafein alımını azaltmak isteyenlerde, hamilelerde, emzirenlerde veya kafeine duyarlı olanlar için popüler bir alternatif gibi görünse de Decaf kahvenin normal kahveden daha az kafein içerirken, kafein içerdiği göz ardı edilmemelidir. Kafeinsizleştirme işlemi kafeinin en az %97'sini ortadan kaldırırken, neredeyse tüm kafeinsiz kahveler fincan başına yaklaşık 7 mg kafein içerir. Aynı zamanda kafeinsiz olmasına rağmen, kafeinsiz kahve hala kahve asitlerini içermesinden muhtemelen midenizi rahatsız edebilecek katkı maddeleri içerir. Bu nedenle mide rahatsızlıkları yaşayan bireylerde semptomları hafifletmek amacıyla kafein alımı sınırlandırılmalıdır.

Sağlıklı yetişkin bir birey için günlük 300 mg kafein önerilmektedir. Belirtilen bu miktardan fazla kafein anksiyete, baş ağrısı, uykusuzluk ve kalp atım hızının artmasına neden olabilmektedir.

Yapılan birçok çalışmaya rağmen kahvenin hastalıklar üzerindeki etkisi tam olarak anlaşılamamıştır. Ancak tüketilen kahvenin türü, pişirme yöntemi ve tüketim miktarına bağlı olarak etkilerinin değişebileceği düşünülmektedir.



Onur BAYER

1993 mezunu

1975 yılında Ankara'da doğan Onur Bayer, ortaokul ve lise öğrenimini Özel Arı Okullarında tamamladıktan sonra Anadolu Üniversitesi Mimarlık Bölümü'nde öğrenim gördü. Ankara'da Onur&Anıl Proje isimli şirketin ortağı ve tasarımcısı olan Onur Bayer, evli ve bir çocuk babası.

NEDEN SORUSU VE NASIL SORUSU

Uzun zamandır üniversite sınavları ile ilgili bir araştırma yapmamıştım. Günümüz mimarlık okulları giriş taban puanlarına baktığım zaman oldukça şaşırdığımı itiraf etmeliyim. Benim sınava girdiğim yıllarda muteber bir okulun mimarlık bölümüne girmek, elektronik mühendisliğinin hemen altında ve diğer mühendisliklerin üzerinde bir puan almak gerektiriyordu.

Son yılların sonuçlarına baktığım zaman ise Türkiye sıralamasında giderek azalan bir derece ile mimarlık bölümüne girmenin mümkün olduğunu gördüm. Bundan yaklaşık olarak 25 sene önce ilk 5.000'lerde yer alan bir öğrenci ODTÜ'de mimarlık okumaya hak kazanırken, 2014 senesinde 11.200'üncü, 2020 senesinde ise 23.000'inci olmak yeterli oluyor.

Üniversitelerin bölümlerindeki taban puanların ülkemizin mesleklere ve hatta hayata bakışıyla ilgili önemli ipuçları verdiğini düşünüyorum. Bu durumda ülkemizde mimarlığın hızla gözden düşen bir meslek olduğu kanısına vardım.

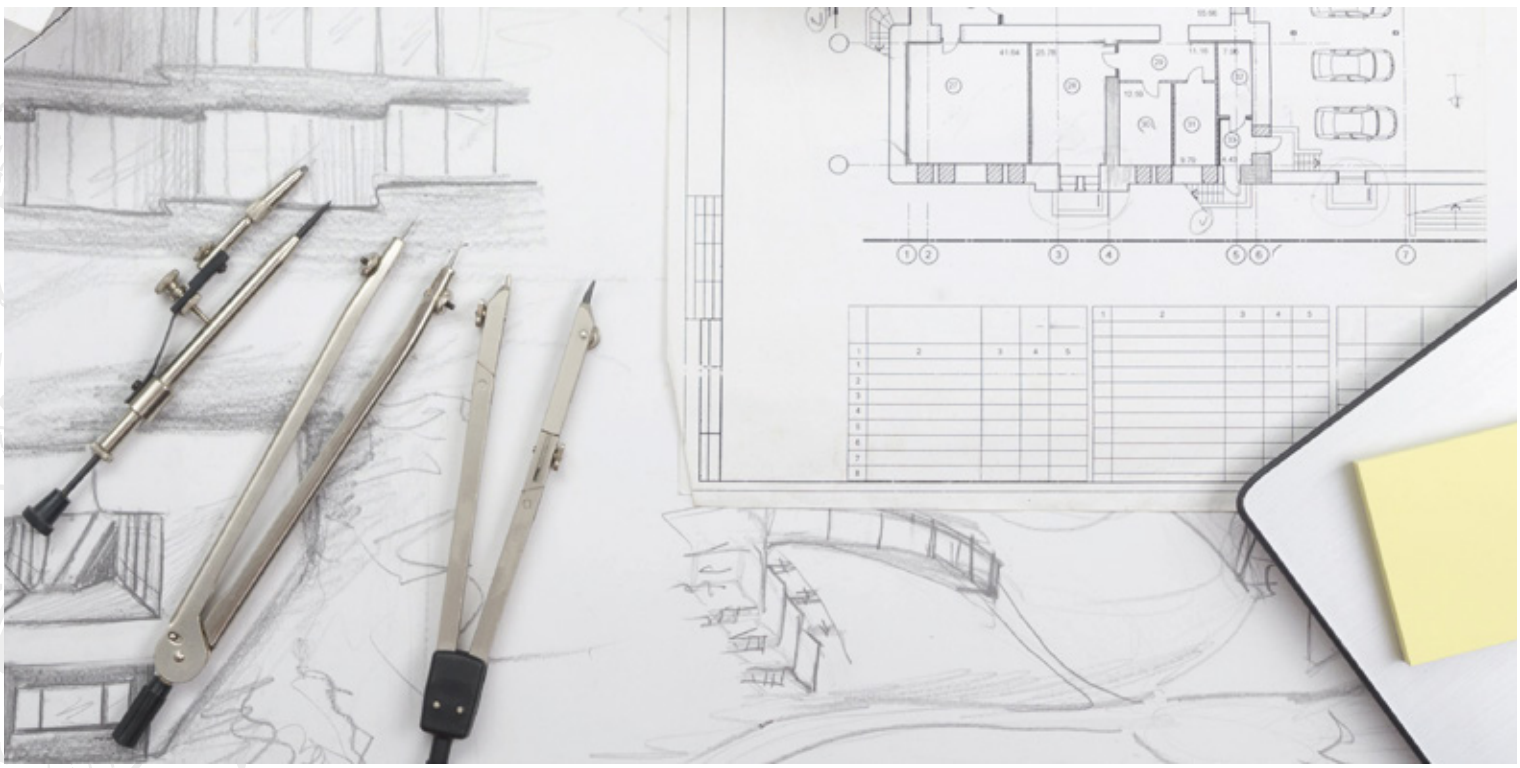
Peki, mimarlık neden gözden düşen bir meslek? Üstelik de diğer ülkelere nazaran bu kadar çok inşaat yapılan bir ülkede neden prim yapacağına tam tersi bir eğilimde? Bu yazıda bunun cevaplarını arayacağım.

İnşa edilecek bir binayı tasarlamak için geniş bir ekibe ihtiyaç duyulur. Ekibin başında tasarımcı olur. Tasarımcı yani mimar her ne kadar teknik bir adam gibi görünse de aslında teknik sorunlardan başka problemlere cevap vermesi gerekir. Dolayısı ile sayısal zekanın yanında ve hatta daha çok sosyal bir zekaya sahip olması gerekir. Ülkemizde mimarlar sayısal puanı alarak okullara yerleştiriliyor. Bu durumda sayısal problemler ve sosyal problemler olarak ele almak anlamlı olabilir.

Bu problemler nelerdir? Belki de sorulması gereken en önemli soru bu.

Henüz inşa edilmemiş ama benzerleri çokça yapılmış bir binanın problemleri, benzerlerine bakılarak bulunabilir. Bu durumda mimar diğer yapılara benzer bir bina tasarlar ve birlikte çalıştığı teknik ekibi koordine eder. Binanın ayakta durmasını "inşaat mühendisi" ile ısınmasını-soğumasını, sıhhi tesisatının düzgün işlemesini "makine mühendisi" ile elektrik sistemlerinin çalışmasını "elektrik mühendisi" ile birlikte sağlar. Dolayısı ile mimar burada bir koordinatör görevi görür. Önceden tasarlanmış örneklerin bir yenisini tecrübeli ekip ile çözmüş olur. Bu durumda yeni problem de yoktur.

Yeni problemleri çözebilmek için önce yeni problemler oluşturmak gerekir. Bazı durumlarda bu problemi toplum kendisi oluşturur. Örnek vermek gerekirse dev bir fabrika binası gibi. Daha önce benzeri olmayan bir binayı tasarlamak, konforunu ve işleyişini sağlamak bir tasarımcının işidir. Ancak bu tasarımcı hala kendisine **"nasıl"** sorusunu sorar. Bu durumda ortaya mühendisler çıkar ve sorunu mühendislikle çözer. Mühendislik ile mimarlığın arasındaki temel fark budur: "**Neden"** ve "**Nasıl**" soruları... Dev bir binanın statik problemlerini çözen mühendis "ben bunu niçin çözeyim?" diye sormaz. Zaten soru kendi içerisinde anlamsızlaşır. Öte yandan mimar kendisine "ben bu binada neden taş değil de cam kullanıyorum, **neden** yönetici odalarını bir kata değil de diğer bir kata konumlandırıyorum, **neden** duvarlarını düz değil de eğri yapıyorum, **neden** klasik değil modern süsleme öğeleri kullanıyorum" ya da "kullanmıyorum" gibi sorular sorar. Bazen tasarlarken öyle büyük problemler çıkar ki, çözülmesi için onlarca ve hatta yüzlerce mühendis, mimarın tasarımını **"'nasıl' gerçekleştiririz?"** diye sorar.



Mimarın sorduğu sorular, teknik sorular değildir. Cevapları pozitif bilimlerde bulunamaz. Bunlar daha çok felsefenin, sosyolojinin ve sanatın sorularıdır. O nedenle mimarlık mühendislik değildir. Resim ve heykelle birlikte güzel sanatların üç ana akımından biridir.

Sanat deyince akla gelen en klasik soru, "sanat halk için midir, sanat için midir?" tartışmasıdır. Ben bu yazıda bu soru üzerine düşünmeyeceğim; ama kenarından dolaşacağım. Tasarlanan binalar toplum tarafından merak edilirse, üzerinde konuşulmaya başlanırsa o zaman binalar prim yapar. Örnek vermek gerekirse Azerbaycan – Bakü'de bulunan Aliyev Kültür Merkezi bir Zaha Hadid binasıdır. Kentin ortasına atılmış muazzam bir imzadır. Zaha Hadid tüm binayı organik bir formda tasarlamış, "Neden bir duvar düz olmak zorunda?" sorusuna cevap aramış, "duvar ne zaman duvardır, ne zaman çatıdır?" gibi soruların cevaplarını bulmaya çalışmıştır. Ortaya çıkan bina kent için bir turistik çekim merkezi, bir mimari şaheser olmuş ve Bakü'nün ismini dünyaya duyurmuştur.

Benzer şekilde Bilbao'daki Guggenheim Müzesi kentin kaderini değiştirmiştir. Neden dış cephe malzemesi için titanyum seçilmiştir, neden iç mekan detayları atlanmıştır, neden duvarlar eğridir gibi sonsuz soruyu ve cevabı içinde barındırır.

Ülkemizde maalesef hala en büyük mimar, Mimar Sinan olarak görülmektedir. Sanki ondan sonra her şey durmuş, bir daha bina yapılmamış gibi bir ortak kanı hakimdir. O kadar ki ölümünden yüzyıllar sonra inşa edilen camiler bile onun tarafından tasarlanmış olarak algılanmaktadır. Toplum kendi hafızasında, aslında var olmayan bir çıta inşa etmiş ve onu çok yükseğe asmış gibi görünüyor.

Günümüz Türkiyesinde yapılan binalara baktığımız zaman "neden" sorusunun altında mimarlığı ileriye götürecek, mimarlığı tartıştıracak bina yapma çabasına rastlayamıyoruz. Mesela neden Ankara'nın en yüksek binası Keçiören'de yapılıyor. Keçiören'i bu kadar önemli yapan ne? Ve acaba neden su deposundan hallice bir bina yapıyoruz? Neden mimar bu konuda etkisiz kalıyor. Neden Türkiye'nin en büyük camisini hala Mimar Sinan camilerine benzeterek tasarlamaya çalışıyoruz? Neden Klasik Osmanlı Mimarisi hala prim yapıyor da günümüz dünyasına ait bir cami inşa edilemiyor?

Siyaset kendi alanının dışına çıkıp diğer alanlara hakim olmaya başlayınca ortaya anlamsız ve komik binalar çıkıyor. Dünyanın başka ülkelerinde de benzer örnekler bulmak mümkün ancak hiçbiri bizim ülkemizdeki kadar trajik değil maalesef.

Mimar asıl yapması gereken işten uzaklaştırıldıkça söyleneni yapan bir "teknik adam"a dönüşüyor. Bu durum beraberinde mimarın itibarsızlaştırılmasını getiriyor. Çokça duyduğum bir cümle, "Hangi mimarla çalıştığımız çok önemli değil, biz tarif ederiz o çizer." "Oğluma minecraftta villa tasarlattım. Bunun aynısını çiz" diyeni bile gördüm. Bir meslek bu kadar itibarsızlaştırılırsa tabi ki geliri de düşer, puanı da. Arkasından gelecek olan şu olur. "Türk mimarlar iyi iş yapamıyor, yurt dışından mimar getirip proje yaptıralım."

İstanbul'da bir site inşaatında, asıl işi ekonomik açıdan inşaatı yönetmesi gereken, teknik işleri mühendislere, tasarımı mimara bırakması gereken bir müteahhit, hiçbir mimarın kendisini anlamadığından yakınıyor. Bunu da övünülecek bir şey gibi ulusal yayında reklam olarak yayımlatıyor. Mimari eserlerin "erk" olarak algılandığını daha önceki yazılarımda da belirtmiştim. Toplum üzerinde söz sahibi olmanın yollarından biri kentleri güç göstergesi binalarla süslemektir. Burada terazinin topuzu kaçarsa ne yazık ki ortaya anlamsız-komik binalar çıkıyor. Mimar asıl yapması gerekeni yani "yeni tasarımlar"ı yapamıyor ve hem mimari hem de mimar itibarsızlaşıyor.

Ülkemizde kaç kişi mimariyi üzerinde düşünülmesi gereken bir fikir eseri olarak yorumluyor bilmiyorum; ancak anladığım kadarıyla yeterince çok değil. Mesleğimle ilgili yakınmayı çok sevmememe rağmen bu yazıda farkındalık oluşturmak için bu konulara değinme ihtiyacı duydum. En baştan beri bu köşede yazarak yapmak istediğim şey, mimariyi popüler kültürün bir parçası haline getirmek, günlük hayatta üzerine düşünülmesini sağlamaktı. Umarım bir şekilde işe yarar.

Nurullah ÇELEBİ

1996 mezunu

20 Ekim 1977 doğumlu olan Nurullah Çelebi, liseyi Özel Arı Okullarında tamamladıktan sonra Trakya Üniversitesi İşletme Bölümü'nü bitirdi. Daha sonra serbest muhasebeci mali müşavir olarak kendi bürosunu açan Nurullah Çelebi, evli ve üç çocuk babası.

AKIL VERGİSİ

Kısa bir hikaye...

Danışmanlarından biri, Fransız kralı 15. Louis'e: "Majesteleri" demiş. "Akıl vergisi almayı hiç düşündünüz mü? Hiç kimse budalalığı kabul etmeyeceğine göre, herkes böyle bir vergiyi seve seve öder."

Kral Louis, alaylı alaylı gülerek: "Gerçekten ilginç bir fikir" cevabını vermiş. "Bu buluşun sahibi olarak sizi akıl vergisinden muaf tutuyorum."

"Binek Otomobillerin Giderlerinin Vergi Matrahından İndirilmesine Dair Gelir Vergisi Genel Tebliği Düzenlemeleri"

27.05.2020 tarih ve 31137 sayılı Resmi Gazete'de yayınlanan 311 Seri No.lu Gelir Vergisi Genel Tebliğinin "Binek Otomobillerin Giderleri ve Amortismanlarının Vergi Matrahından İndirilmesi" başlıklı beşinci bölümünde aşağıdaki düzenleme ve açıklamalara yer verilmiştir.

1. Yasal Düzenleme

Bilindiği üzere, 7194 sayılı Kanun ile GVK'nin ticari kazancın tespitinde dikkate alınabilecek giderleri düzenleyen 40. maddesinin birinci fıkrasının (1), (5) ve (7) numaralı bentleri ile serbest meslek kazancının tespitinde dikkate alınabilecek giderlerin düzenlendiği 68. maddesinin birinci fıkrasının (4) ve (5) numaralı bentlerine parantez içi hükümler ilave edilmiş ve buna göre, faaliyetleri kısmen veya tamamen binek otomobillerin kiralanması ve çeşitli şekilde işletilmesi olanların bu amaçla kullandıkları hariç olmak üzere, binek otoların gerek alımında yüklenilen KDV ve ÖTV'ye dair gerekse binek otoların masrafları ile amortismanlarına dair bazı gider kısıtlamaları getirilmişti.

311 No.lu Gelir Vergisi Genel Tebliğinin beşinci bölümünde, kiralama yoluyla edinilen veya işletmeye dahil olan ve ticari veya mesleki faaliyette kullanılan binek otomobillerin giderleri (kiralama giderleri dahil) ile bunlara ilişkin ayrılan amortismanların giderleştirilmesine dair yasal düzenlemelerin uygulama usul ve esaslarına ilişkin açıklamalara yer verilmiştir.

2. Binek Otomobillere İlişkin Kiralama Giderleri 29.12.2020 yılı için araç bazında 6.000,00 TL'yi aşan kira tutarı KKEG olacaktır.

Faaliyetleri kısmen veya tamamen binek otomobillerinin kiralanması veya çeşitli şekillerde işletilmesi olanların bu amaçla kullandıkları hariç olmak üzere, kiralama yoluyla edinilen binek otomobillerinin her birine ilişkin aylık kira bedelinin 2021 yılı için KDV hariç 6.000 Türk Lirası'na kadarlık kısmı gider olarak dikkate alınabilecektir.

2.1. 6.000,00 TL kira sınırını aşan ve Kanunen Kabul Edilmeyen Gider olan kira tutarına isabet eden KDV indirim konusu yapılamayacaktır.

KDV Kanunu'nun 30. maddesinin birinci fıkrasının (d) bendi uyarınca, gelir ve kurumlar vergisi yönünden kazancın tespitinde indirimi kabul edilmeyen giderler dolayısıyla ödenen KDV, hesaplanan KDV'den indirilememektedir. Bu kapsamda, binek otomobillerin kiralanması durumunda, kira bedellerinin Kanun maddesinde ilgili yıl için belirlenen azami tutarı aşması halinde, aşan kısma ait KDV gelir ve kurumlar vergisi yönünden kazancın tespitinde ayrıca gider olarak dikkate alınmayacaktır.

Örnek: Gayrimenkul kiralama faaliyetiyle iştigal eden kurumlar vergisi mükellefi (ELM) Ltd. Şti. tarafından 26/3/2021 tarihinde aylık 7.500 TL bedel karşılığında bir adet binek otomobil kiralanmıştır. Kiralama konusu binek otomobile ait katma değer vergisinin o yıl için kurumlar vergisi yönünden kazancın tespitinde indirimi kabul edilmeyen tutara tekabül eden kısmı ((7.500 TL – 6.000 TL = 1.500) * 0,18 = 270 TL)
Katma Değer Vergisi Kanunu uyarınca hesaplanan katma değer vergisinden indirilemeyecektir. Aynı binek otomobilin kiralanmasına ilişkin 2021 yılı için belirlenmiş aylık azami tutar olan 6.000 TL mükellef tarafından kazancın tespitinde gider olarak dikkate alındığından, hesaplanan katma değer vergisinden indirilemeyen 270 TL, kurum kazancının tespitinde kanunen kabul edilmeyen gider olarak dikkate alınacaktır.

2.2. Banka ve sigorta şirketlerinde gider yazılabilecek kira tutarının tespiti

Banka ve sigorta şirketleri gibi faaliyetleri KDV'den istisna olan işletmelerde indirim konusu yapılamayan KDV dahil 6.000 TL'lik tutar, safi kazancın tespitinde gider olarak dikkate alınabilecektir.

Örnek: (A) Bankası tarafından 1/6/2021 tarihinde katma değer vergisi dahil aylık 7.080 TL (6.000 TL + %18 KDV 1.080 TL) bedel karşılığında bir adet binek otomobil kiralanmıştır. KDV Kanununa göre bankaların Finansal Kiralama Kanununa göre yaptıkları işlemler hariç olmak üzere her ne şekilde olursa olsun yapmış oldukları bütün muameleler KDV'den istisna olduğundan, (A) Bankasının binek otomobilin kiralanmasına ilişkin yapmış olduğu 7.080 TL kiralama giderinin 6.000 TL'si 2021 yılı için banka tarafından safi kurum kazancın tespitinde gider olarak dikkate alınabilecek, 1.080 TL kanunen kabul edilmeyen gider olarak dikkate alınacaktır.

3. Binek Otomobillere İlişkin İktisap Giderleri

3.1. Binek oto iktisabında gider yazılabilecek KDV ve ÖTV toplamı faaliyetleri kısmen veya tamamen binek otomobillerinin kiralanması veya çeşitli şekillerde işletilmesi olanların bu amaçla kullandıkları hariç olmak üzere, binek otomobillerin iktisabına ilişkin ÖTV ve KDV toplamının 2021 yılı için en fazla 150.000 Türk lirasına kadarlık kısmı ticari veya mesleki kazancın tespitinde gider olarak dikkate alınabilecektir.

Örnek: Lokanta işletmeciliği faaliyeti nedeniyle ticari kazanç yönünden gelir vergisi mükellefi olan Bay (M), otomobil bayii olan (DEK) A.Ş.'den 1/9/2021 tarihinde vergisiz satış fiyatı 145.000 TL olan bir adet binek otomobil satın almıştır. Söz konusu otomobile ilişkin hesaplanan özel tüketim vergisi 150.000 TL (150.000 x %100), hesaplanan katma değer vergisi ise 50.400 TL (280.000 x 0,18)'dir.

Buna göre Bay (M) tarafından binek otomobil için yüklenilen ÖTV ve KDV toplamı 200.400 TL (150.000 + 50.400) olup, iktisaba ilişkin yüklenilen ÖTV ve KDV'lerin işletme kayıtlarında mükellef tarafından tercihen gider olarak gösterilmesi halinde, ticari kazanç üzerinden gider olarak indirimi kabul edilecek azami tutar 150.000 TL olacak, 50.400 TL (200.400 – 150.000) ise kanunen kabul edilmeyen gider olarak mükellefin ilgili dönem ticari kazancına dâhil edilecektir.

2021 Yılı Binek Otomobil Gider Kısıtlaması

İŞLEM	KISIT	ÜSTÜ
AYLIK ARAÇ KİRALAMA	6.000 TL (KDV HARİÇ)	K.K.E.G
ÖTV+KDV GİDER YAZILMASI DURUMUNDA	150.000 TL	K.K.E.G
ÖTV ve KDV HARİÇ AMORTİSMAN AYIRMA	170.000 TL	K.K.E.G
VERGİLER DAHİL MALİYETE EKLENMESİ DURUMUNDA	320.000 TL	K.K.E.G
İKİNCİ EL OLARAK İKTİSAP EDİLMESİ DURUMUNDA	320.000 TL	K.K.E.G

MEZUNDAN HABER

İlgi Otizm Derneği Mezunumuza Emanet

1995 mezunumuz Keiko Belir Yarar, İlgi Otizm Derneğinin son olağan yönetim kurulu toplantısında yönetim kurulu başkanlığı görevini devraldı. Mezunumuza yeni görevinde başarılar diliyoruz.

Devrim AKSU

1994 mezunu

1994 yılında mezun olan Devrim Aksu, Aldridge Mineral'in insan kaynakları direktörlüğünü yürütmekte ve aynı zamanda Peryön İç Anadolu Yönetim Kurulu Başkanı olarak görev yapmaktadır.

Potansiyelini keşfetmiş bireyler ve organizasyonlar yaratmayı kariyerinin en büyük başarısı olarak tanımlayan Devrim Aksu, hayatta en büyük başarıyı Hakan'ın eşi, Arya ve Aren'in ise annesi olarak tanımlamaktadır.

VİZYONUNUZ 60. YAŞ GÜNÜNÜZDE SAKLI OLABİLİR...

Sanıyor musunuz ki "büyünce ne olacaksın" sorusu gelecekte yakanızı bırakıyor? Cevabım kesinlikle hayır. Siz yaşlandıkça bu kendi kendinize sorduğunuz şu soru haline geliyor... Acaba 60-70 yaşımı görürsem nerede ne yapıyor olacağım? Bu sorunun cevabını şimdiden bilmek mümkün değil; ama yapılandırmak mümkün olabilir.

60. yaş gününüzü hayal edin. Tüm sevdikleriniz çevrenizde toplanmış heyecanla mumları söndürmenizi bekliyorlar. Öyle ya hayatta pek çok rolleriniz oldu ve sahneyi paylaştığınız bu kişiler de yaşamsal rollerinize dair bir kaç kelime paylaşıyorlar. Bu paylaşımlar aslında sizin bugün ki vizyonunuzu oluşturuyor.

Benim yaşamsal rollerimi ve 60. yaş günümde duymak istediklerimi özetle paylaşmak isterim:

Anne: Her zaman yanımızdaydın ve bugünlere gelmemizde senin payın çok büyük. Sen bizim kahramanımızsın!

Eş: İyi ve kötü günümde her zaman destek oldun, hayatımı güzelleştirdin.

Evlat: Her zaman seninle gurur duyduk.

Kardeş: Hayatıma sonsuz renkler kattın.

Arkadaş-Dost: Öyle güzel anılara imza attık ki devamını bekliyoruz.

Komşu: Varlığın hep güven verdi, çok iyi bir komşuydun.

Yönetici: Sınırların dışına çıkmamızı sağladın ve bizleri hep korudun.

Vatandaş: Ülkene güzel şeyler kattın. Okuttuğun çocuklar ve yardıma muhtaç insanların yanında olduğun için ayrıca teşekkür ederiz.

60. yaşıma geldiğimde bunları duymak için çok çalışmam gerektiğinin farkındayım ama duyacağıma da sonsuz inanıyorum:)

Şimdi gözlerinizi kapatın, 60. yaş gününüzde istediğiniz şeyleri duymak için neler yapmanız gerektiğini düşünün ve rollerinizi oynamaya başlayın. 60'a çok az kaldı ya da çoktan aştınız mı? En yakın doğum gününüze odaklanın ve eksik kalan rollerinizi olabildiğince telafi edin.

Bu hafta yeni bir başlangıç olabilir.

"Arı Kültürü" ile yetişen mezunlar olarak her zaman birlikteliğimizi korumaya devam ediyoruz. Bu yıl 2011 mezunlarımızın 10, 2001 mezunlarımızın 20, 1996 mezunlarımızın 25 ve ilk dönem mezunlarımız olan 1991 mezunlarımızın 30. mezuniyet yıllarını kutluyoruz. İçinde bulunduğumuz pandemi koşulları nedeniyle her ne kadar yüz yüze bir araya gelemesek de kutlamalarımızı, mezunlarımıza özel hazırlattığımız kutlama kartları aracılığıyla yaptık. Lise Müdürümüz Engin İnal, Arı Okulları Genel Müdür Yardımcımız Dr. Seva Demiröz ve Sayın Kurucumuz Sıtkı Alp'de 30. mezuniyet yıllarını kutlayan 1991 mezunlarımız için dergimize birer kutlama mesajı ilettiler.

Umuyoruz ki kısa sürede Özel Arı Eğitim Kurumları bünyesinde ARIMED tarafından düzenlenecek çeşitli etkinliklerde bir araya gelerek, artık gelenekselleşen geçmiş dönemlerin mezuniyet yıllarını kutladığımız törenlerimizi tekrar gerçekleştireceğiz. ARIMED Yönetim Kurulu olarak köklü okulumuzun çatısı altında buluşacağımız nice sağlıklı ve mutlu yıllar diliyoruz.

Öncü bir eğitim kurumunun, çok yönlü, topluma yön veren değerli mezunları olarak, öğrencilerimize rol modeli olma kimliğinizle, farklı etkinlik ve buluşmalarda her zaman desteğinizi hissediyor, Arının ilk mezunları olmanız ayrıcalığıyla 30. mezuniyet yılınızı kutluyorum.

Engin İNAL
Arı Anadolu ve Fen Lisesi Müdürü

"Arı Kültürü" ile yetişen, topluma yararlı ve saygın bireyler olarak Arı'nın başarı geleneğini yaşamın her alanında sürdüren siz değerli mezunlarımızın 30. mezuniyet yılınızı içtenlikle kutluyorum.

Dr. Seva DEMİRÖZ
Arı Okulları Gn. Md. Yardımcısı

Kuruluşumuzdan bu yana "Arı Kültürü"yle yetişen, akademik alanın yanı sıra bilim, kültür, sanat ve spor alanlarında sayısız başarıya imza atan ve "Arı" adını ulusal ve uluslararası başarılarıyla duyuran tüm mezunlarımızla gururlanıyorum. 1991 yılında Arı Okullarından mezun ettiğimiz ilk öğrencilerimizi sevgiyle kucaklıyor, esenlikler diliyorum.

Sıtkı ALP
Arı Okulları Kurucusu

BUSINESS NETWORK

1995 Ortaokul

Ufuk MADEN
Şekerbank T.A.Ş. / SMMM
Eğitmen – Mali Analist

1992

Serhat KARAKAYA
"Bahçelievler Amerikan Kültür Derneği Yabancı Dil Kursu" ve "Ostim Amerikan Kültür Derneği Yabancı Dil Kursu" / Şirket Sahibi

Prof. Dr. Güray KÜÇÜKKOCAOĞLU
Başkent Üniversitesi /
İİBF İşletme Bölümü Başkanı

Meriç ÇIRPAR
Kırıkkale Üniversitesi Tıp Fakültesi /
Ortopedi ve Travmatoloji Anabilim Dalı Başkanı

Erdem BAFRA
Kamu İhale Kurumu / Hukuk Hizmetleri Dairesi Başkanı
Mustafa Alp SOLMAZ
Şırnak Üniversitesi / Memur

1993

Uğur YOLAK
RTB Eğitim Çözümleri /
Genel Müdür Yardımcısı

Turalp SİVRİ
Bera Ankara Otel / Genel Müdür

Prof. Dr. Tolga TÖZÜM
Chicago Illinois Üniversitesi Klinikleri ABD / Diş Hekimi - Diş Eti Hastalıkları ve İmplant Cerrahisi Uzmanı

Özlem Emiroğlu Ünal
Mira Temsilcilik Danışmanlık Uluslararası Tarım Tic. Ltd. Şti. /
Şirket Yöneticisi

Turalp Sivri
CP Ankara Hotel - Genel Müdürü

1994

Mehmet Ali ERTUĞRUL
Opet Petrolcülük A.Ş. /
Marmara Bölge Müdürü

M. Serkan ÖZGÜR
Zeyno Optik / Firma Sahibi

Mehmet Rıfat BACANLI
Bacanlı Hukuk Bürosu / Avukat

Oğuz GERMEN
Tandoğan Sürücü Kursu / Kurucu

Arzu SUNDU
As Metal Sanayi /
Finans ve İdari İşler Yöneticisi

Veysel Çetin
Enza Home-Yataş / Mağaza Müdürü

Erdinç Özenç
Sika Yapı Kimyasalları A.Ş / Bölge Satış Yöneticisi

1995

Aslan ATEŞ
İnan Turizm Otobüs İşletmeciliği /
Firma Sahibi

Süleyman BALIBEY
Tramertaş A.Ş. /
Yönetim Kurulu Başkanı

Deniz SAN
TRT / Spor Haberleri Yönetmeni

Aslan Ateş
İnan Turizm/ Firma Sahibi

Kıvanç Salman
İdeal Sigorta /Çayyolu Şube Müdürü

1996

Tonguç ÖZCAN
Tonguç Tarım Eğitim Danışmanlık / Şirket Sahibi

İsmail Raci BAYER
Çevre ve Şehircilik Bakanlığı / Avrupa Birliği Yatırımları Dairesi Başkanı

Görkem AKTAN
Anı Anıtsal Yapıları Koruma Değerlendirme ve Yapım Mimarlık Restorasyon A.Ş. / Yönetim Kurulu Başkanı - İnşaat Mühendisi

Ufuk Akgün
Tif Yapım / Firma Sahibi

Pınar Öztulunç
Eczacı - Seferoğlu Eczanesi (Ümitköy)

1997

Gizem GENCER KIRBAŞ
Kırbaş Hukuk Bürosu / Avukat

Erkin TÜZÜN
Ankara Ticaret Odası / Avukat

Savaş ZORLU
Ziraat Bankası / Şube Müdürü

Ayça ALTAN
Katar Havayolları /
Mali Müşavir Yardımcısı

Kenan Kaya
Lutra Mobilya / Firma Sahibi
Doc. Dr. Bekir Uçan
Ankara Dışkapı Egitim ve Araştırma Hastanesi

1998

Zeynep ÇÖLAŞAN
Özgür Sigorta Aracılık Hizmetleri Ltd. Şti. / Şirket Sahibi

Gülen Çelebi BAŞÇI
TÜBİTAK Bilgem / Proje Müdürü

Erman ATLI
Er-Atlı Yapı / Firma Sahibi

Görkem DEMİRDAĞ
Pfizer / Satış Temsilcisi

Şükrü TUNCA
ATG Hotels / Satın Alma Müdürü

Ozan ACAR
TOBB / Sektörler ve Girişimcilik Daire Başkanı

Görkem Demirdağ
Rita Craft Studio /
Tasarım Stüdyosu Sahibi

1999

Ender ÇENE
Kurtoğlu Mobilya / Yönetici İç Mimar

Zeynep FIRATOĞLU
AB Proje / Genel Koordinatör

Aslı ARTUK
Ankara Devlet Tiyatrosu / Oyuncu

Ali Meriç ÇAKAN
Çakan Hukuk ve Danışmanlık / Avukat

Nur Camgöz (HAMURKAROĞLU)
Sivil Havacılık Genel Müdürlüğü / Avukat

2001

Kaan ARUĞ
Hazer Amani / Baş Aşçı

2003

Beren TÜMER
Trendyol / Pazar Destek Uzmanı

Serkan BÜYÜKŞALVARCI
STM / Siber Güvenlik Uzmanı

Polat AYMAN
Proto Yazılım / Kurucu ortak

2006

Murat GÜLEÇYÜZ
Ernst & Young / CPA

2008

Özlem ÖZTÜRK
Özgür Proje / Mimar

2013

Ali Celal OĞUZ
Yıldız Teknik Üniversitesi /
İletişim Ofisi Öğrenci Asistanı

BAHÇELİEVLER
AMERİKAN KÜLTÜR DERNEĞİ®
YABANCI DİL OKULLARI
"Türkiye ve Dünyanın En Yaygın Dil Kursları"

ÖZEL ARI OKULLARI ÖĞRENCİLERİ, MEZUNLARI VE 1 DERECE AKRABALARINA

%45 İNDİRİM

İNGİLİZCE - İSPANYOLCA
RUSÇA - İTALYANCA - FRANSIZCA...
ÇOCUK ve YETİŞKİN GRUPLARI · HAZIRLIK ATLAMA
TOEFL · IELTS · YDS

0 312 424 12 34

Bahçelievler Mah. Aşkaabat Cad. (Eski 7.Cadde)
61. Sok. No:25/1-2-3 Çankaya / ANKARA
www.bahcelievleramerikankultur.org

Paris Kuaför
since 1957

UNRIVALLED EXPERIENCE

FİLİSTİN MERKEZ | PANORA AVM | BEYSUPARK | NEXT LEVEL AVM | BEYTEPE İNCEK | BULVAR LOFT

pariskuaforofficial www.pariskuafor.com.tr

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

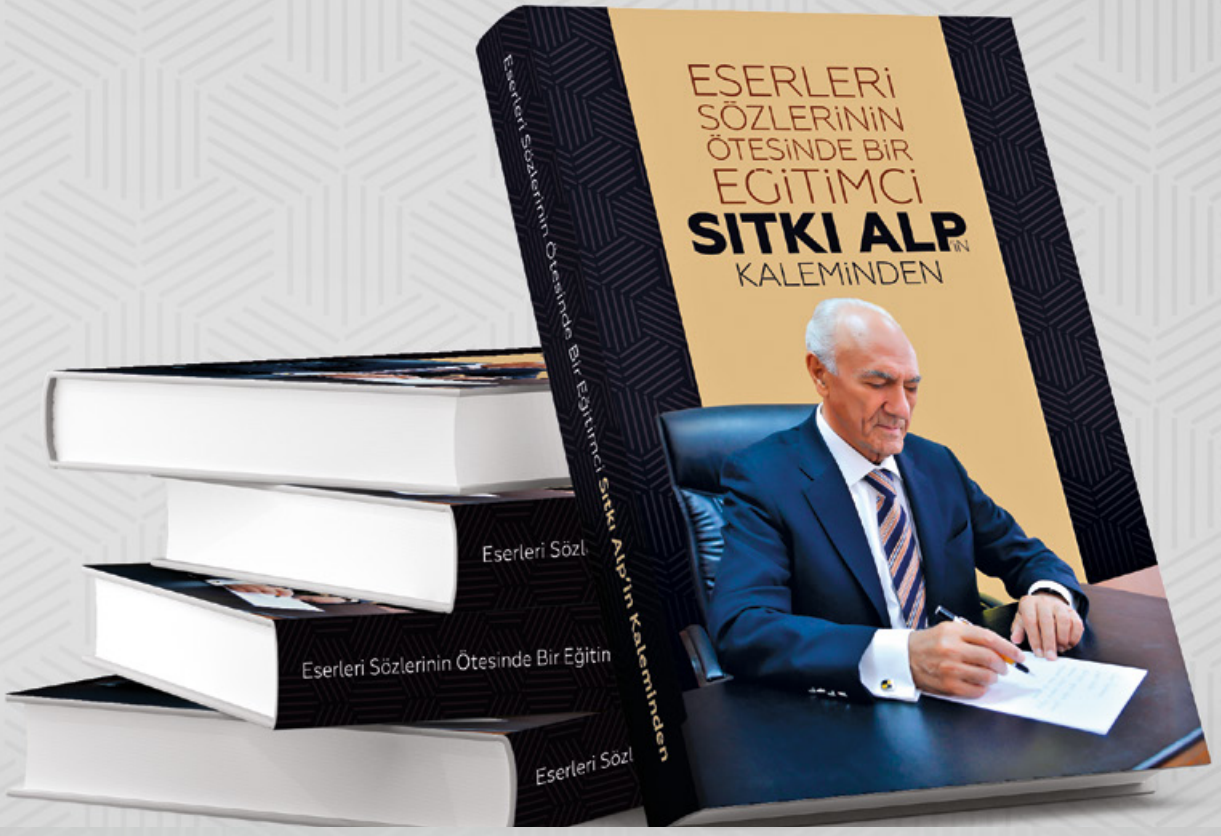
https://www.haberturk.com/bulmaca/sudoku sayfasından alınmıştır.

BUL-MACA

İyi Eğlenceler!

ESERLERİ SÖZLERİNİN ÖTESİNDE BİR EĞİTİMCİ SITKI ALP'İN KALEMİNDEN

Kitapla ilgili ayrıntılı bilgiye **biregitimcininkaleminden.com** adresinden ulaşabilirsiniz.



"Kendi yaşamından ders çıkaranlar akıllı insanlardır;
fakat başka insanların yaşamından ders çıkaranlar daha da akıllı insanlardır." derler.
Yaşamdan ders almak ve
deneyim kazanmak, gelişimimiz açısından daima önemli olmuştur.

PEGEM AKADEMİ

GEL SEN DOĞAYA
#GÖNLÜNÜ VER
O HER ZAMAN KARŞILIĞINI VERİR.
TEMA
HEDEF 1 MİLYON GÖNÜLLÜ
tema.org.tr/gonulluluk/gonullumuz-olun
GÖNLÜNÜ VER