

MİLLİ KAHRAMAN; ERDOĞAN

Önce 28 Şubat zindanlarından tek kişinin burnunu kanatmadan çekip çıkarttın bu milleti. Bin yıl süreceği iddia edilen o karanlık dönem on yılını tamamlamadan tarihin çöplüğüne atıldı sayende.

Sonra İMF ve diğer uluslararası para baronlarına rehin düşmüş ülkemizi rehinden kurtararak dünyaya parmak ısırtan bir şekilde baştanbaşa imar ettin.

Daha sonra parlayan bir yıldız haline gelen bu devleti cumhuriyetimizin 100. yılında lider ülke konumuna getirmeyi birinci hedef olarak seçtin.

Yola çıktığın günden bu yana açık, gizli sayısız suikast ve komploya maruz kaldın. En yakınında olanların bile ihanetine uğradın.

Yılmadın, korkmadın, eğilmedin.

Diklenmedin, dik durdun.

Milletle yürüdüğün kutlu yolda; 'Durmak yok, yola devam' dedin.

Bu milletin, bu vatanın, bu devletin düşmanları 15 Temmuz 2016'nın akşamı düşmeye bir kez daha bastılar.

Adları Ahmet Mehmet de olsa, üzerlerinde

bu milletin milli üniforması da bulunsa, asla bu milletin bir parçası olmaya layık olmayan düşman güçler, fiilen silahlarla topyekûn bir işgal saldırısı başlattılar.

Bizzat sizi ve mensubu olduğunuz aziz milletimizi;

Bu milletin devletine ait bütün kurumlarını,

Bu milletin 'Peygamber Ocağı' diye adlandırdığı göz bebeği, şanlı ordusunu.. Yoğun bir ateş taarruzuyla topyekûn ortadan kaldırmaya ve ceddimizin kanlarıyla sulanmış bu vatani işgal etmeye kalkıştılar.

Bir kez daha doğruldun.

Milletinin önüne düşüp 'Yürü' dedin.

Yürüdün, millet peşinden yürüdü. Allah'ın inayetiyle bir kez daha bu işgal güçlerini alt ederek vatanın ve milletin kurtuluşuna öncülük ettin. İşgal güçlerini zillete düşürdün. Başkomutanlığında tarih bir kez daha yeniden yazıldı.

Milli Kahraman!

Bu millet sana minnettarlığını ifade ediyor.

Allah, yar ve yardımcın olsun.



MİLLET KAZANDI
TÜRKİYE KAZANDI





Sevgili Küçükçekmeceliler;

Bu aziz milletin tarihi şanlı, şerefle dolu. Ceddimiz üç kıtada at sürmüş. Dünyanın üçte birini topladığı Osmanlı Sancağı altında insanlığa adil bir düzenin nasıl olması gerektiğini yaşayarak göstermiş. Başta Ortadoğu olmak üzere insanlık 600 yıl süreyle barış, huzur ve kardeşlik içerisinde yaşamıştır.

Ne yazık ki, İslam Medeniyeti'ni hazmedemeyen güçler bu düzeni ortadan kaldırıp kendi zulüm düzenlerini inşa etmek için çeşitli işbirliği ve tertiplerle ellerinden geleni yaptılar ve Osmanlı'nın dağılmasına yol açtılar.

Düşman bugüne kadar hiçbir yıkıcı eylemini içimizden işbirlikçiler bulmadan sahneye koyamadı. Bugün geldiğimiz noktada bununla bir kez daha yüzleşmek zorunda kalışımız gerçekten korkunç ve içler acısı bir durumdur. Bir kez daha içimizdeki işbirlikçilerini harekete geçirerek milletimizin canına kasdetmeye yeltendiler.

Başta Cumhurbaşkanımızı ve aziz milletimizi hedef seçtiler. Milli iradenin tecelligahına, devletin bütün saygın kuruluşlarına ve bu milletin bekasını sağlayacak milli ordusuna saldırdılar. Çok şükür ki, bu kez Başkomutanlıkta alıştıkları türden biri oturmuyordu. Sert kayaya çarptılar.

Şanlı milletimiz, 'Biz bu yola kefenimizi giyip çıktık. Gün oturma günü değildir, cıkın meydanlara' diye emir veren Başkomutan Erdoğan'ın çağrısına anında karşılık verdi. 7'den 70'e herkes meydanları doldurarak ellerindeki Türk bayraklarıyla ordumuzdan gasbedilmiş tankların, topların önüne çıktı.

Aziz milletimiz bugün, hadsizlikte sınır tanımayan amansız bir çeteye karşı çıkarak, vatanını ve devletini bir kez daha işgalden kurtarmanın gururunu yaşıyor. Bu aziz millete ve onun Başkomutanına minnettarız. Aziz şehitlerimize Allah'tan rahmet, yaralılarımıza acil şifa diliyor, Başkomutanımız Erdoğan'a ve milletimize şükranlarımızı arz ediyoruz.

Temel Karadeniz
Belediye Başkanı

Küçükçekmece'de Hayat



04
05

MİLLÎ
KAHRAMAN;
ERDOĞAN



12
15

180 BİN
KÜÇÜKÇEKME-
CELİ AYNİ
SOFRADA
ORUÇ AÇTI



22
23

ANNE
ADAYLARINA
EŞ DESTEĞİ



24
25

TÜRKİYE'NİN
BÜYÜK
YATIRIMLARI
OSMAN GAZİ
KÖPRÜSÜ



26
27

'DEMOKRASİ
ŞEHİTLERİMİZİ
UNUTMAYALIM'



28
29

YEDİ TEPE'NİN
İNCİLERİNDEN
SÜLEYMANİYE



30
31

KÜÇÜKÇEKME-
CELİ GENÇLER
ŞANSLI
MİLLÎ SPORCU-
LARLA BULUŞ-
TULAR



40
41

OKUL BA-
ŞARISI İÇİN
YAPABİLE-
CEKLERİMİZ



52
53

10 BİN UÇURTMA
GÖKYÜZÜNÜ
RENKLENDİRDİ

54 KENDİNE BAK MUTLU OL

58 CANAN KARATAY'DAN ÇOK KONUŞULACAK TAVSİYELER

60 DÜŞÜNCE DÜNYAMIZ FİLİBELİ AHMED HİLMİ

72 ÇOCUK DEYİP GEÇMEYİN BİRLİKTE OKUYORUZ

76 MAYDANOZDAN VAZGEÇMEYİN

78 EN ÇOK OKUNANLAR



Küçükçekmece'de **Hayat**

NİSAN-TEMMUZ 2016

Sahibi
Küçükçekmece Belediye Başkanlığı Adına
TEMEL KARADENİZ

Genel Yayın Yönetmeni ve
Sorumlu Yazı İşleri Müdürü
ÖMER KESER

Yayın Kurulu
ÖMER KESER
MEHMET BUDAK

Yayın Danışma Kurulu
M. BESİM MÜFTÜOĞLU
HAMZA GÖNENÇ
AV. RECEP ŞENCAN
MUSTAFA KUZUGÜDEN
GÜVEN AYDIN
MEHMET KAPLAN

Editör
İSMAİL ÖZCAN

Haber- Araştırma- Dosya
BANU KARAKAYA EKİCİ
AYŞİN GÜNER
ŞEYMA KELEKÇİ İNANÇ

Fotoğraf
AZİZ KAYA
CİHAN KESKİN
CENK TÜRKEZER

Tasarım
ŞAKİR ÇOLAK

Baskı- Cilt
FORART İLETİŞİM



Küçükçekmece Belediyesi
Basın Yayın ve Halkla İlişkiler
Müdürlüğü
Telefon: 444 4 360
Faks: 212 411 07 80
www.kucukcekmece.bel.tr
kucukcekmece@kucukcekmece.bel.tr

Hayat'tan

Sevgili Küçükçekmeceliler;

Dergimiz Küçükçekmece'de Hayat'ın yeni sayısı ile huzurlarınızdayız. 15 Temmuz 2016 tarihinde ne yazık ki milletimiz ve devletimiz bir işgal kalkışmasıyla karşı karşıya kaldı. Ordumuzdan gasbettikleri milletimize ait silahlarla saldırıya geçen hainler, Cumhurbaşkanımızı, devletimize ait bütün kurumları ve bizzat milletimizi ateş altına aldılar. Tarihteki örneklerinde olduğu gibi, hainler bir kez daha milletin imanı karşısında diz çöküp teslim olmak zorunda kaldılar.

Tarihimizde bu aziz millet birçok ihanetle karşılaştı. Ancak bunun gibi bir ihanet görülmedi, ya da böylesine çok az rastlandı denilirse kesinlikle mübalağa yapılmış olmaz.

Üç yüze yakın vatan evladı hainler tarafından katledildi. Bu şehitlerin yaptığı tek şey vardı, o da şu:

Bu milletin ekmeğini yiyen, bu milletin mensubu olduğunu söyleyen bir grup ordumuzdan gasbettikleri silahlarla bu vatana, bu millete, bu devlete ihanet etmeye kalkışmaları karşısında 'yapmayın, etmeyin' diyerek onları yanıltan döndürmeye çalışmak.

Kibleye döndüğünü söyleyen bu hainlerin ihaneti tarih boyunca unutulmayacak; aziz milletimiz onları hiçbir zaman affetmeyecek.

Dergimizin bu sayısında tarihimize vurgu yapmak için bir kısım konuları öne çıkarttık. Elbette nasıl bir millet olduğumuzu biliyoruz ama bu bilincin hep canlı tutulmasında büyük yarar görüyoruz.

Sayfalarımızda yeni Başbakanımız Binali Yıldırım'ı daha yakından tanımanız için O'nun kısa biyografisine yer verdik.

Kişisel bakımınız ve sağlığınız için yararlı olabileceklerle birlikte bazı önerilerle çocuklarımızın eğitimine verebileceğiniz katkıları hatırlattık.

Türkiye'mizin büyük yatırımları ve tarihi dokusuna ait şeyleri önceki sayımızda olduğu gibi bu sayımızda da bulacaksınız.

Daha aydınlık yarınlarda, daha güçlü Türkiye'de buluşmak dileğiyle..

Demokrasi Kahramanı **BİNALİ YILDIRIM**

Saygıdeğer Başbakanımız;

Yeni Başbakan olmanız hasebiyle bu sayıda yayınlamak için kısa hayat hikayenizi hazırlamıştık. Başarılarla dolu hikayeniz daha yayınlanmadan, o devasa hizmetlerinize onları da katlayan yeni bir başarı ilave ettiniz. 15 Temmuz 2016 gecesi vatanımızı ve devletimizi işgale kalkışan müstevlilerin üzerimize çevirdikleri tank ve topların önüne durup; 'Aziz milletimiz müsterih olsun, Başkomutanımız Erdoğan ve Hükümetimiz görevinin başında. Asla teslim olmayız' diyerek ilk şokun atlatılmasını sağlayıp, milletimizin bu işgal güçlerine karşı harekete geçmesinin yolunu açtınız. Tarih sizi sadece devasa imar çalışmalarınızla değil Demokrasi Kahramanı olarak da anacak.

Minnettarız..







Bir Portre; Başbakan **BİNALİ YILDIRIM**

Okusun diye gurbete gönderilen bir Anadolulu 16 yaşındayken annesini kaybetti. Babası, öğretmenlerinin tavsiyesine uyarak okuması için O'nu gurbete gönderdi. İyi bir doktor olmasını arzuluyorlardı. O, İTÜ'yü tercih etti ve Gemi İnşa Mühendisi oldu. İDO'da Genel Müdürlük koltuğuna oturunca önce İstanbul'un, peşinden de bütün Türkiye'nin dikkatini çekmeye başladı.

AK Parti'de Başbakan Ahmet Davutoğlu'nun görevi bırakma kararından sonra önce 2. Olağanüstü Kongre ile Genel Başkanlığa getirilen, peşinden de Ahmet Davutoğlu'ndan görevi devralarak Başbakanlık koltuğuna oturan Binali Yıldırım, en uzun süreli bakanlık yapan isimlerden biri olarak öne çıktı.

Binali Yıldırım, 20 Aralık 1955 tarihinde Erzincan Refahiye'de dünyaya geldi. Baba adı Dursun, anne adı Bahar'dır. İstanbul Teknik Üniversitesi Gemi İnşa ve Deniz Bilimleri Fakültesi'nden mezun oldu ve aynı bölümde yüksek lisans yaptı. İstanbul Teknik Üniversitesi Gemi İnşa ve Deniz Bilimleri Fakültesi'nde asistan ve araştırma görevlisi olarak çalıştı.

1978 - 1993 yılları arasında Türkiye Gemi Sanayi Genel Müdürlüğü ve Camialtı Tersanesi'nde çeşitli kademelerde yöneticilik yaptı.

1990 - 1991 yılları arasında İsveç'te bulunan Uluslararası Denizcilik Örgütü'ne

(IMO) ait Dünya Denizcilik Üniversitesi'nde (WMU) Denizde Can ve Mal Güvenliği Yönetimi konusunda ihtisas eğitimi aldı. Bu eğitim sırasında toplam 6 ay İskandinavya ülkeleri ve Avrupa'da çeşitli ülke limanlarında Denizcilik İdaresi Uzmanları ile birlikte kontrollerde bulundu.

1994-2000 yılları arasında İstanbul Büyükşehir Belediyesi İstanbul Deniz Otobüsleri İşletmeleri'nde (İDO) Genel Müdürlük görevi yaptı. Bu görevi sırasında İstanbul'da toplu taşımacılığın denize kaydırılması yönünde önemli projelere imza attı. Başta İstanbul-Yalova ve Bandırma hatlarının açılarak, Adnan Menderes ve Turgut Özal hızlı feribotlarının sefere konulması olmak üzere İstanbul'a kazandırılan toplam 29 iskele/terminal, 22 deniz otobüsü ve 4 feribotla İDO'yu alanında dünyanın en büyük şirketleri arasına soktu.

1999 yılında deniz toplu taşımacılığı ve turizme katkılarından dolayı uluslararası



sı "Skal Kulübü" tarafından verilen kalite ödülüne layık görüldü.

3 Kasım 2002 genel seçiminde AK Parti İstanbul Milletvekili olarak parlamento-ya girerek, 58. ve 59. AK Parti hükümetlerinde Ulaştırma Bakanı olarak görev aldı.

22 Temmuz 2007 genel seçiminde AK Parti Erzincan Milletvekili seçildi ve 60. AK Parti hükümetinde Ulaştırma Bakanı olarak kabinedeki görevine devam etti.

12 Haziran 2011 genel seçiminde AK Parti İzmir milletvekili seçildi ve 61. AK Parti hükümetinde Ulaştırma, Denizcilik ve Haberleşme Bakanı olarak kabinedeki görevine devam etti.

2003-2013 yılları arasında 17.500 km bölünmüş yol inşaatı 2002 yılında 26 adet olan aktif havalimanı sayısının 55'e çıkarılması

Ankara - Eskişehir, Ankara - Konya, Ankara - İstanbul Yüksek Hızlı Tren projeleri Marmaray projesi ile İstanbul'un Asya ve Avrupa yakalarının denizaltından demiryolu ile birbirine bağlanması, İstanbul'un iki yakasını denizin altından birbirine bağlayacak olan Avrasya Tüneli

3. Boğaz Köprüsü (Yavuz Sultan Selim Köprüsü)

İstanbul - İzmir Otoyolu ve dünyanın en uzun asma köprülerinden biri olan İzmit Körfez Geçişi Köprüsü

Dünya'nın en büyük havalimanlarından biri olacak olan İstanbul 3. Havalimanı

Ayrıca Avrupa ve Asya kıtaları arasında uluslararası ulaşım için hizmet verecek çok önemli projelerden biri olan Bakü - Tiflis - Kars Demiryolu ve Karadeniz Sahil Yolu projeleri de görevi sırasında Ak Parti hükümetleri tarafından gerçekleştirildi. Halen İsveç Malmö'de bulunan Dünya Denizcilik Üniversitesi (WMU) Yönetim Kurulu Üyeliği görevini sürdürmektedir. Dünya Denizcilik Üniversitesi, Berlin Teknik Üniversitesi'nin de içinde bulunduğu çok sayıda üniversite tarafından kendisine Fahri Doktora ünvanı verildi.

20 Temmuz 2006 tarihinde Girne Amerikan Üniversitesi'nden Fahri Doktora unvanı verildi.

19 Haziran 2009 tarihinde Samsun 19 Mayıs Üniversitesi'nden Fahri Doktora unvanı verildi.

7 Mayıs 2010 tarihinde Cumhuriyet Üniversitesi'nden Fahri Doktora unvanı verildi.

29 Eylül 2010 Yozgat Bozok Üniversite-si'nden Fahri Doktora unvanı verildi.

28 Şubat 2011 Anadolu Üniversitesi'n-den Fahri Doktora unvanı verildi.

12 Eylül 2011 Erzincan Üniversitesi'nden Fahri Doktora unvanı verildi.

20 Eylül 2011 Kırklareli Üniversitesi'nden Fahri Doktora unvanı verildi.

23 Aralık 2011 Almanya Berlin Teknik Üniversitesi'nden Fahri Doktora unvanı verildi.

6 Haziran 2012 Pamukkale Üniversite-si'nden Fahri Doktora unvanı verildi.

2 Aralık 2012 tarihinde Dünya Denizcilik Üniversitesi'nden Fahri Doktora unvanı verildi.

22 Mart 2013 Tarihinde Okan Üniversite-si'nden Fahri Doktora unvanı verildi.

Çeşitli Sivil Toplum Kuruluşlarının başkanlığını yürütmektedir.

2014 yerel seçimlerinde İzmir Büyükşehir Belediye Başkan adayı oldu.

Evli ve 3 çocuk babası olan Binali Yıldırım, İngilizce ve Fransızca bilmektedir.





Küçükçekmeceliler'den Darbeye Karşı **DEMOKRASİ NÖBETİ**

15 Temmuz'da yaşanan darbe girişiminin ardından Türk halkı tepkisini cadde ve sokaklarda nöbet tutarak verdi.

Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan'ın sokağa inme çağrısına ülkenin her köşesinden olduğu gibi Küçükçekmecelilerden de yanıt gecikmedi. Günlerdir Halkalı Meydanı'nda toplanan vatandaşlara siyasi parti ve sivil toplum kuruluşlarının temsilcileri de eşlik etti. Darbe girişimine karşı gecelerini Halkalı Meydanı'nda geçiren vatandaşlar, Türk bayraklarıyla darbe aleyhine slogan atarak birlik ve beraberlik destanı yazdı.

'MİLLİ İRADE NÖBETÇİLERİNE SELAM OLSUN'

Her gün gece nöbetinin ardından Halkalı Çamlık Altı Camii'de sabah namazını kılan vatandaşlar, ülkenin

birliği ve dirliği için dua etmeyi de ihmal etmediler.

Halkalı Meydanı'nda toplanan vatandaşlara bulduğu her fırsatta eşlik ederek seslenen Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz şunları söyledi:

'Milli irade nöbetçilerine selam olsun. 15 Temmuz Şeref Meydanı'na hoş geldiniz. Bu hayasızca akını durdurmak için hep birlikte bir araya gelerek destan yazıyoruz. Rabbim hepimizi bu fitneden bir an önce kurtarsın. Şerefi, namusu, özgürlüğü için bu millet neleri göze alıyor. Küçükçekmece halkına teşekkür ederim. Rabbimize şükürler olsun'







180 Bin Küçükçekmeceli AYNI SOFRADA ORUÇ AÇTI

▣ Küçükçekmece Belediyesi Ramazan ayı boyunca ilçenin 21 mahallesinde kurduğu iftar sofralarında 180 bin Küçükçekmeceliyi ağırladı. Binlerce Küçükçekmeceli aynı sofrada oruç açmanın mutluluğunu yaşadı.

Haftanın 5 günü okul bahçelerinde kurulan iftar sofralarına oturan mahalle sakinleri Ramazan'ın bereketini komşularıyla paylaştı. Milli ve dini değerlerimize sahip çıkarak, çocuklara eski Ramazanları yaşatma amacıyla gerçekleşen Küçükçekmece Belediyesi Mahalle İftarları'na Küçükçekmece Kaymakamı Harun Kaya, Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz, Başkan Yardımcıları, Ak Parti İlçe Başkanı Av. Mustafa Korkut da katıldı.





Vatandaşlarla Sohbet Etti

Kuran-ı Kerim tilavetinin ardından söz alan Temel Karadeniz herkesin Ramazan ayını ve Ramazan Bayramı'nı kutlayarak, "Bugün evdeki sıcak yemekleriniz yerine bizim mütevazı soframızı, komşularınızla birlikte olmayı tercih ettiğiniz için çok teşekkür ediyorum. Ülkemiz zor zamanlar yaşıyor. Bizim evlatlarımız yetim kalmasın diye şehit olanlar var. Allah'tan tüm şehitlerimize rahmet diliyorum. Allah birliğimizi, dirliğimizi bozmasın" dedi.

İftar sonrasında ise mahalle cami imamı vatandaşlara yemek duası yaptırdı. İftara katılan çocuklar ise Küçükçekmece Belediyesi animasyon ekibi gösterisi ile eğlenceli dakikalar geçirdi. İlçede iftar sofrası kurulan mahalleler ise şunlar oldu: Yarımburgaz, Atakent, Kartaltepe, Yeşilova, İstasyon, Kemalpaşa, Tevfikbey, Cennet, Beşyol, Gültepe, Cumhuriyet, Yenimahalle, İnönü, Kanarya, Fatih, Söğütlüçeşme, Mehmet Akif, Fevzi Çakmak, Atatürk, Sultan Murat, Halkalı.





Buram Buram TARİH KONAN BİR SEMT; BALAT

❏ **Balat, İstanbul'un en eski ve aynı zamanda en ünlü semtlerinden biri. Unkapanı'ndan Eyüp istikametine döndüğünüzde sizi önce bir özel üniversite karşılar.**

Balat, İstanbul'un en eski ve aynı zamanda en ünlü semtlerinden biri. Unkapanı'ndan Eyüp istikametine döndüğünüzde sizi önce bir özel üniversite karşılar. Aslına bakarsanız şimdi eğitim kurumu olan yer İstanbul'un ilk büyük fabrikalarından birine ev sahipliği yaptı yıllarca. Anadolu'dan gelip bu koca kentte tutunmaya çalışan nice genç kız ve erkeklerimiz ömrünü bu fabrikada tiryakisine tütün sararak tüketti. Bu tükenen ömürler nice şairimizin dilinden şiir olarak, nice romancımızın kaleminden roman olarak akıp geldi kuşaktan kuşağa bugüne değin.

Tütün fabrikasından ileriye yolunuza devam ederseniz sağınızda Altın Boynuz diye ünlenen Haliç kuşatır sizi; solunuzda gördüğünüz ne kadar yerleşke varsa hemen hemen tamamı eski İstanbul'u sokar gözlerimizin içine. Her ne kadar kırık dökük mekanlar olsa da kah bir sahabe kabrine, kah bir camiye, kah bir kiliseye, ya da sinagoga rastlarsınız. Evet, bakımsızdır ve yetim gibi bakar her biri yüzünüze ama hepsi de tarihten fıkkırp gelmiş yerleşkelerdir ve buram buram tarih kokarlar. Bu yüzden ki, adeta bir açık hava atölyesi olan Balat'ta profesyonel makinelerini boynuna asmış fotoğrafçılara rastlarsınız sık, sık.

Esas Balat, Fener ve Ayvansaray arasında yer alan bölgedir. Geziye eğer sabah başlamışsanız öncelikle Ahrida Sinagogu'nu gezmenizi öneririz. Eğer bunu öğlen ve sonrasına bırakırsanız bu şansı yitirirsiniz. Çünkü sinagogu ancak sabah saat 10.00'da gezmeniz mümkün. Sinagog adını Makedonya'dan gelen Ohri Yahudilerinden alıyor. Gezerken bilinki bu mekan, İstanbul'un en eski sinagogu. Sinagog 1694'teki yangın sonrası yeniden yapılmış ama o zamanlarda dini azınlıkların kubbe yapmaları yasaklandığından dışarıdan görülmeyen bir iç kubbe ile inşa edilmiş. Kimilerine göre Nuh'un Gemisi'ni hatırlatmak amaçlansa da Teva'nın (dua kürsüsü) şekli Yahudileri İspanya'dan Balat'a getiren geminin pruvasına benziyor. Ahrida, 93 Harbi sırasında Ruslara karşı savaşan Türk askerleri için duaların edildiği bir tören düzenlemesiyle de kalmış hafızalarda.

Yahudilerin Türkiye'ye gelişlerinin 500'üncü yıldönümü olan 1992'de restore edilen ve halen kullanımda olan sinagog, diğer semtlerden gelen Yahudilerin ibadet amacıyla buluştu-





ğu bir yer. Bu sinagogun ilginç bir tarihi özelliği de var; Sabetaycılığı başlatan İzmirli Sabetay Sevi, 1666'da burada mesih olduğunu açıklamış.

Sinagogun sağına yönelirseniz az ileride sizi Surp Hreşdagabed Kilisesi karşılar. Bu Ermeni kilisesi, 18'inci yüzyılda Ayios Andonios Ayazması'nın üstünde inşa edilmiş. Mikail ve Cebail'e adanan kilisenin demir kapısı, Topkapı Sarayı çevresindeki kazı çalışmasında bulunmuş ve bir Ermeni tarafından satın alınarak kiliseye taktırılmış. Her yıl 12 Eylül'de düzenlenen geniş katılımlı ayinleriyle ünlü bu mekana her dinden insanlar gidiyor.

Balat'ta bulacağınız Ferruh Kethüda Camii sizi gerçekten şaşırtacaktır. Çünkü koca Selimiye gibi devasa camiler inşa etmiş ve hafızalarınıza o cüseyyle kazınmış Mimar Sinan'ın bu eseri gözünüze bir minyatür gibi görünüp sisi şaşırtacaktır. 1562'de yapılmış Ferruh Kethüda Camii Kanuni Sultan Süleyman'ın sadrazamı Semiz Ali Paşa'nın kethüdası Ferruh Kethüda için yapılmıştır.

Camiinin bahçesinde havuzu, arka duvarında da güneş saati sizi bekliyor. Bu caminin avlusu, zamanında Yahudiler için Balat Mahkemesi'nin kurulduğu yer olarak da ünlenmiş.

Balat Çember sokakta Çember Sokak'ta yer alan küçük ve sevimli bir tuğla yapı yapıyla karşılaşırsınız. Burası Hazreti Cabir Camii'dir ve tarihi 9'uncu yüzyıla kadar uzanıyor. Bir kubbe ve üç yarım kubbeli bir kilise olarak yapılmış. Sonraki yıllarda Atik Mustafa Paşa Camii'ne dönüştürülen bu yapı, duvarındaki güneş saatiyle de biliniyor.

Çift Çarşısı bizim kültürümüze yerleşmiş önemli bir deyim. İşte bu deyim ortaya çıkışı da Balat'ın tarihiyle yakından ilgili. Balat'ın ana caddesinde ileriye doğru yürürseniz farklı zamanlardan kalmış binalara yerleşmiş ve iki sokağa yayılmış küçük dükkânlarla dolu eski bir çarşıya ulaşırsınız. Deyim de buradaki çarşılar gibi Yahudi çarşıları için kullanılagelmiş. Sokakta ressamların atölyelerine, evlerinizin süsleyen cam eşyalara ve çeşitli ev

aksesuarlarına da ulaşip beğendiğinizi alabilirsiniz.

Kürkçü Çeşmesi Sokağı'ndaki Aşk-ı Rüba ve Coffee Department, ayrıca Hanife Pekkip ve Metin Benbasat'ın kafeleri sanki Nişantaşı'ndan havalanıp buraya konmuş.

Cumbalı ile Kadraj isimli kafeler de bunların karşı komşuları. 2010 yılında 150 TL olan 15 metrekairelik dükkânların kiralara bugün dudak uçuklatan miktarlara ulaşmış. Yine burada Sümer Yerli Mallar dükkânını görmeniz de mümkün. Sahibi Yakup Bey'in 1960'larda kurduğu dükkân o günkü haliyle kalmış. İçine girdiğiniz zaman bugünü bırakıp eski tarihlere akıp gidiyorsunuz.

'Her şey bitti, ünlü Patrikhane'yi bile gördük, biz kuru fasulye yemek istiyoruz' mu dediniz. Ooo, afiyet olsun. İstanbul'un en nefis kuru fasulyelerini burada bulmanız da mümkün; gecenin köründe iyi bir işkembe çorbası istiyorsanız onun hasını bulmanız da.. Afiyet olsun.

Ünlü Hakem Çakır, "PROFESYONEL OLSAK DA MUTLU DEĞİLİZ"

▣ **FIFA Kokartlı Hakemimiz Cüneyt Çakır ve 2016 Avrupa Şampiyonası finallerinde görev alan ekibi, Küçükçekmece Belediyesi'nin ev sahipliğinde düzenlenen "Zirvedekiler" isimli spor söyleşisine konuk oldu.**

Oğulcan Berk moderatörlüğünde, Sefaköy Kültür ve Sanat Merkezi'nde gerçekleştirilen söyleşiye katılan Çakır ve yardımcı hakemler Bahattin Duran, Tarık Ongun, Hüseyin Göçek ile Barış Şimşek, futbol deneyimlerini öğrencilerle paylaştı.

Söyleşiye, Küçükçekmece Belediye Başkan Yardımcısı Recep Şencan, Küçükçekmece İlçe Gençlik ve Spor Müdürü Koray Emre Kara, Amatör Spor Kulüplerini Destekleme Derneği Başkanı Seymen Gençtürk, İstanbul İl Hakem Kurulu Yöneticileri ve öğrenciler katıldı.

"TÜRK İNSANINI TEMSİL EDİYORUZ"

Çakır, uluslararası maçlarda kendilerinden çok Türk insanını temsil ettiklerini belirterek, duygularını paylaştı:

"Sahaya çıktığımızda isimler hiçbir zaman önemli değildir. Biz Türk insanını temsil ediyoruz. 2016 Avrupa Şampiyonası'nda milli takımımız da olacak. 1996'da milli takımın katıldığı şampiyonada

hakem Ahmet Çakar da görev yapmıştı. İkinci defa Türk Milli Takımı ile Türk hakem ekibi bir arada olacak. Herkes 'İnşallah finali yöneteceksiniz' diyor. İnşallah milli takımımız mükemmel maçlara çıkaracak ve biz Türk hakem ekibi olarak onları finalde alkışlayacağız. Elimizden geleni yapıp, grup maçlarını yönettikten sonra eve dönmeye razıyız. Onlar kupayı alıp getirsinler."

"ÜLKEMİZİ GURURLA TEMSİL ETMEK EN ÖNEMLİSİ"

Bir hakem için en önemli şeyin ülkesini gururla temsil etmek olduğunu anlatan Çakır, "Allah'a çok şükür bunu yaşıyoruz. Görev aldıkça elimizden gelenin en iyisini yaparak, ülkemizi temsil edeceğiz. 2012 Avrupa Şampiyonası'nda yarı final yönettik. Maça çıktığımızda kale arkasındaki arkadaşarımdan işaret aldım. Sonra Bahattin hocadan işaret aldım. En son Tarık hocaya döndüğümde durdum. Tarık, 'Tamam hocam başlayabiliriz' dedi ama tepki veremedim. Sonra 'Tarık, arkana bak'





dedim. Ukrayna'nın Donetsk şehrinde İspanya-Portekiz maçında, 500'den fazla Türk taraftar, bayraklarla 'Türkiye, Türkiye' diye bağırıyordu. Hala tüylerim diken diken oluyor. Bir hakem için bundan daha çok gurur veren başka bir şey yoktur" diye konuştu.

"DÜNYANIN EN İYİ EKİBİYLE ÇALIŞIYORUM"

"Hakemliğe aşık biriyim" sözleriyle mesleğine olan sevdasını ifade eden Çakır, sözlerini şöyle sürdürdü:

"1994 yılında başladım. Hakemlik çoğu insanın zannettiği gibi 90 dakika sahada maç yönetmekten ibaret değil. Hayatın ta kendisi aslında. Ben futbolu çok seviyorum. Hakemliğe aşık biriyim. Evimden, işimden özel hayatımdan fedakarlık yapıyorum. Hakemlik bireysel bir spor değil. Hangi sporu yaparsanız yapın, tek başınıza başaramazsınız. İyi bir ekibe ihtiyaç var. Bende dünyanın en iyi ekiplerinden biriyle çalışıyorum. Bizim

birlikteliğimiz 2010 yılında başladı. Hepimiz, kendi ekibimizle birçok maça çıktık. Bu başarıda herkesin payı var. Biz Türk futbolunu, ülkemizi temsil ediyoruz. Ekip olmak, birbirinizi sevmekle alakalı. Hepimiz görev bilinciyle çalışıyoruz."

"FATİH TERİM'DEN DESTEK ALIYORUZ"

Yardımcı Hakem Tarık Ongun ise pek çok konuda Fatih Terim'den destek aldıklarını belirterek, "Her sezon başı, ortası olduğu gibi sezon içinde de kamplar oluyor. Bu kamplarda fiziksel ve mental taktikler geliştiriyoruz. Bunun dışında önemli maçlar öncesi kamplar yapıyoruz. Bu kamplarda teknik adamlardan, antrenörlerimizden destek alıyoruz. En son Dünya Kupası'na gitmeden önce Futbol Direktörümüz Sayın Fatih Terim bizlerle birlikte olarak, takımların psikolojileri, oyuncuların turnuvadan ne beklediği, onların bakış açısını bize aktettiler. Onların konusunda destek oldu" dedi.

"TÜRK HAKEMLİĞİNDE İKİ DÖNEM VAR"

Cüneyt Çakır, Merkez Hakem Kurulu (MHK) eğitmeni Jaap Uilenberg'in Türk hakemliğine katkılarından söz ettiği konuşmasında, "Dünya Kupası'ndan önce Antalya'da bir kamp düzenledik. Bu bizim için çok önemliydi. Bu kampa sayın Fatih Terim hocamız geldi. Biz onun tecrübelerinden çok faydalandık. Sayın Metin Çakıroğlu geldi. Onun yaptığı analizlerle teknik ve taktik olarak hazırlandık. Sayın, Roberto Rozetti vardı. UEFA Hakem Komitesi ve Türkiye Sorumlusu Jaap Uilenberg ile Türk hakemleri olarak 2009 yılından beri çalışıyoruz. Bu sezon sonundan sonra kendisi ayrılıyor. Bence, Türk hakemliğinde iki dönem vardır. Jaap Uilenberg öncesi ve sonrası. Türk hakemlerine çok büyük katkısı olmuştur. Kendisine teşekkür ederim. Önümüzdeki dönemde de zor bir dönem bekliyor. Şampiyonadan önce bizi Hollanda'ya davet ettiler. Oraya gideceğiz. Orda kamp yapacağız. 18 Nisan'da UEFA'nın düzen-



lediği bir seminer var. Dört gün sürecek. Bizi atletik bir teste tabi tutacaklar. Bunu geçmek zorundayız. Eğer bu testi koşmazsak, Avrupa Şampiyonası'nda görev alamayız. Çalışmalarımızı artırdık" dedi.

CÜNEYT ÇAKIR, FULHAM-HAMBURG MAÇI ANISIYLA KAHKAHAYA BOĞDU

Cüneyt Çakır kendisi ve ekibi için en kilit maçlardan birinin Avrupa Ligi'nde yönettikleri yarı final maçı olduğunu ifade ederek, bir anısını da öğrencilerle paylaşarak, salonu kahkahaya boğdu:

"Fulham - Hamburg maçı bizim için kulüp bazında, yönettiğimiz en yüksek müsabakaydı. Onun öncesinde gelişen olaylarda sürprizdi. Bizde maçlar, Perşembe günleri atanır. Bir mesaj gelir ve yardımcı hakemlerinize bildirir denir. 2010 yılında bana bir mail geldi. Bana UEFA'dan Fulham-Hamburg maçını

yöneteceğim bunu ekibimle paylaşmam gerektiği bilgisi gelmişti. Türkiye, futbol ve bizler için sürprizdi. Bende arkadaşlarımı inandırmak zor olacak biliyordum. Bahattin'i aradım. Yemek ısmarlayacağım sana tahmin edersen, hangi maç olduğunu tahmin et dedim. 10 hakkın var dedim. Ligin sonuydu zaten, zorlanmayacaktı. Bahattin saymaya başladı. İkinci, üçüncü lige gitti. Bilemedi, yemeği ben kazandım. Çok mutluyduk. Bu gurur verici bir olaydı."

"PROFESYONEL OLSAK DA MUTLU DEĞİLİZ"

Cüneyt Çakır, kendisinin de içinde olduğu 9 hakemin profesyonelliğe geçtiğini ancak diğer hakemler ile henüz profesyonel sözleşme imzalanmamasından dolayı mutlu olmadıklarını söyledi. Profesyonel hakemliğe geçişi devrim olarak nitelendiren Çakır, sözlerini şöyle sürdürdü:

"Futbol Federasyonu başkanımız ve ekibinin büyük desteğiyle aldıkları devrim kararı, profesyonel hakemliğe adım attım. Aslında dünya hakemleri profesyonel diye geçiyor. 9 arkadaş, profesyonel hakem olduk ama takım olmadık. Mutlu da değiliz. Bizim dışarıda profesyonel olmayı bekleyen diğer arkadaşlarımız var. O arkadaşlarımız dışarıdayken, bizim huzurlu ve mutlu bir şekilde antrenmanlarımızı yapma, maç yönetme şansımız da yok. Bizim diğer arkadaşlarımız da Merkez Hakem Kurulu ve Futbol Federasyonu'nun desteğiyle onlarda profesyonel olduğunda Türk hakem takımı bu ligde 19. Takım olarak yerini alacaktır."

Söyleşi sonunda Küçükçekmece Belediye Başkan Yardımcısı Recep Şencan, konuklara teşekkür ederek çiçek verdi. Tecrübeli hakemlerde, kendi imzalarının bulunduğu hakem formasını Şencan'a hediye etti.





Unutkanlığa Karşı Zencefil ve **FESLEĞEN KOKUSU**

❏ **Osmanlı'daki tedavi yöntemlerinin günümüze aktarıldığı Sağlık Müzesinin kokuyla tedavi bölümünde çiçek ve bitki kokularıyla ruhsal direncin desteklenmesi, konsantrasyon artırılması ve dalgınlığın önlenmesi anlatılıyor.**

Sultan II. Bayezid tarafından 1488 yılında yaptırılan su, müzik ve koku ile psikolojik hastalıkların da tedavi edildiği ve şimdi müze olarak devrin tedavi yöntemlerinin anlatıldığı Sağlık Müzesi, tıp tarihine ışık tutmaya devam ediyor.

Manken ve duvar bilgilendirme notlarıyla geçmişin tedavi yöntemlerinin anlatıldığı müzede, Evliya Çelebi'nin notlarından da bazı bölümler aktarılıyor.

Evliya Çelebi'nin 1653 yılında Edirne seyahatinde kaydettiği notların yer aldığı bilgilendirmede psikolojik rahatsızlıkların nasıl tedavi edildikleri anlatılıyor.

İLKBAHAR: DELİLİK MEVSİMİ

Evliya Çelebi'nin seyahat notlarında şu gözlemlere yer veriliyor:

"Hastalar kışın ateşler yakılarak ısıtılmış odalarda, yumuşak döşekler ve yorganlarda ipek yuvarlak yastıklara dayanıp inlerler. Bazı odalarda delilik mevsimi ilkbaharda, Edirne'nin aşk deryasına düşmüş sevdalı aşıklar çoğalır. Bunlar hekimin emriyle bu tımarhaneye getirilir, aslan gibi kükreyerek yatarlar. Kimisi havuz ve şadırvana bakıp kalender hül-yası sözler ederler. Bir kısmı da kubbenin etrafında olan çiçek bahçesindeki kuş seslerini dinleyip delilere mahsus ölçsüz ve perdesiz yüksek seslerle feryad ederler."

ZENCEFİL, KARABİBER VE BİBERİYE KOKUSU DALGINLIĞA İYİ GELİR

Seyahat notlarında, Darüşşifa'da günün belirli saatlerinde hastalara çiçek koklatıldığını belirten Evliya Çelebi, limon, fesleğen, okaliptus, kişniş, ladenin konsantrasyon bozukluğu için, portakal, gül, yasemin, kişniş, zencefil ve ıtırın mutluluk, lavanta, bergamotun kızgınlığa karşı, zencefil, biberiye, fesleğen, limon, greylift, kişnişin unutkanlığa karşı, zencefil, karabiber ve biberiye'nin dalgınlığa karşı kokularının kullanıldığını notlarına kaydetmiş. (AA)



Anne adaylarına EŞ DESTEĞİ

❑ Anne adayı bu dönemde desteğe ihtiyaç duyar. Hamile kadına karşı eşi sakin ve anlayışlı olmalıdır. Onun hassas, alıngan ve ilgiye ihtiyacı olduğu bir dönemde olduğunu göz önünde bulundurmalı, ilgi istediği zaman görmezlikten gelmemeli ya da "zaten ilgileniyorum daha fazla nasıl ilgi göstereyim?" diye düşünmemelidir.

Hamilelik döneminde geçirilen gerek hormonal gerekse psikolojik değişiklikler sonucu uykusu azalan, kendini daha sıkıntılı hisseden anne adayları, hamilelik dönemi ile ilgili korkular yaşayabiliyor. Kimi anne adayı bu dönemi daha rahat geçirirken kimisi yoğun desteğe ihtiyaç duyabiliyor. Bu dönemin rahat atlatılması için önemli tavsiyelerde bulunan Psikiyatrist Dr. Sabri Yurdakul bizi uyarıyor:

BİRLİKTE ZAMAN GEÇİRMEK ÖNEMLİ

Bu dönemde eşlerin yapması gereken; eskisine göre daha sık arayıp sormak, gün içinde yapabiliyorsa yanına gelmek, yapamıyorsa da telefon ederek onunla daha çok zaman geçirmek, evde yalnız bırakmamak, akşamları iş çıkışı birlikte dışarı çıkıp zaman geçirmek. "Yorgunum bir şey yapmayalım" demeden, gün içinde sıkılan eşiyle nitelikli zaman geçirmeye gayret etmek çok önemli. Onun korku ve endişelerini hafife almadan üzerinde konuşmalı, yapabildiği kadar onu sakinleştirmeye çalışmalıdır. Ev işlerine yardım ederek yükünü azaltmalı, mümkün oldukça ona ekstra ev işi çıkarmamalıdır. Çok konuşkan bir insan değilse bile eşiyle sohbet etmeye çalışmalı, onun yalnızlığını gidermelidir. Eşinin daha çok arkadaşla ihtiyacı olduğu bu dönemde yanında olması yapması gereken en önemli iştir. Dış yaşam ile ilgili, işle ilgili sıkıntıları varsa bunu eşine yansıtmamalıdır. Erkeğin annesinin hamilelik döneminde evin içine karışması da genç anne adayını huzursuz edebileceğinden erkeğin dengeleyici olması, annesini eve çok karıştırmaması, kendi olmadığı zamanlar annesinin eşinin yanında çok zaman geçirmesine engel olması gerekmektedir. Eğer gelin-kaynana problemi yaşıyorsa çok daha büyük oranda filtre görevi görerek eşini annesi ile baş başa bırakmamalıdır. Evde başka çocukları varsa onunla zaman geçirerek annenin yükünü azaltmak, dinlenebileceği zamanlar yaratmak da anlayışlı bir eşin yapması gerekenlerdir. Bunları yapmazsa ne olur? Eşinin mutsuz ve sıkıntılı olur



ki bunu da birlikte yaşarlar. Eşlerden biri mutsuz iken diğerinin mutlu olması mümkün değildir.

HAMİLELİK NASIL OLUŞUR

Gebelik ilk olarak yumurtalıklarda başlar ve rahimdeki 2 küçük yumurta rahim kenarına yerleşir. Bu yumurtalıklar doğuştan itibaren vücutta bulunan yumurtalar ile kaplanır. Her kız çocuğu yumurtalıklarında 450.000'den fazla yumurta ile doğar. Olgunlaştıkça bu yumurtaların birçoğu ölür ve doğurganlık evresinde ortalama 400 yumurta daha kaybedilir. Bu evre ergenlik ile başlar ve menopoza (45-55 yaş civarı) kadar devam eder. Her ay (genellikle adet dönemi ortalarında) 1 ila 3 yumurta, yumurtalıklarda olgunlaşma seviyesine ulaşır. En olgun yumurta, yumurtalıklardan rahime

ulaşmak üzere bırakılır. Bu olay "yumurtalama" olarak bilinir ve adet döneminin 12. ve 15. günleri arasında gerçekleşir. Yumurtalar ortalama 12 saatten 24 saate kadar canlı kalır. Eğer bebek isteniyorsa bu süreçte yumurtaların sperm ile buluşması gerekir. Sağlıklı bir sperm ile buluşan yumurta beraberinde hamileliği de getirir.

SPERMİ NASIL OLUŞUR?

Kadının vücudunda belli dönemlerde olgunlaşma yaşanırken erkeğin vücudu neredeyse sürekli milyonlarca sperm üretmektedir. Erkeklerde sperm üretimi testislerde başlar. Testisler ısıya duyarlıdır ve sağlıklı bir sperm 34 C derecede oluşur. X kromozumlu sperm kız, Y kromozumlu sperm erkek çocuğun olmasını sağlar.

Türkiye'nin Büyük Yatırımları OSMAN GAZİ KÖPRÜSÜ

❏ Türkiye son onbeş yıldır atılım üstüne atılım yapıyor. Ülkemizin hedefi 2023 yılında dünyanın ilk on ülkesi arasında yer almak.

2023 Cumhuriyet'in 100. Yılı. Bu önemli tarih lafla değil, icraatla kutlanılmak isteniyor. Yatırımların hatırı sayılır bir bölümü ulaştırmada yapılıyor. Gerçekten de onbeş yıldır dev projelere imza atıyor. Hayata geçirilen bu projelerin bir kısmı tamamlandı, bir kısmı tamamlanma aşamasında, yenileri ise ihale safhasında. İşte bunların en önemlilerinden biri Gebze-Orhangazi-İzmir Otoyolu projesi ve Osmangazi köprüsüdür. Otoyolun bir kısmı ile köprü tamamlanarak 2016 Haziran'ının sonunda ulaşıma açıldı.

384 kilometre otoyol ve 49 kilometre bağlantı yolu olmak üzere toplam 433 kilometre uzunluğundaki Gebze-Orhangazi-İzmir Otoyolu projesi, tüm hızıyla devam ediyor. Bu proje İstanbul'u İzmir'e bağlayacak ve İstanbul'dan İzmir'e 3,5 saatte gidilecek.

Yap-işlet-devret modeliyle yapılan Gebze-Orhangazi-İzmir (İzmit Körfez Geçişi ve Bağlantı Yolları Dahil) Otoyolu projesiyle Marmara ve Ege Bölgesi birbiriyle birleşmiş olacak.

Bu projenin en büyük ayağını oluşturan Osmangazi Köprüsü 30 Haziran'da açıldı. Osmangazi Köprüsü ile Körfez çevresinde 2 saate yakın süren yol, 4 dakikaya düşmüş oldu. Böylece sadece Marmara'nın iki yakasını değil Türkiye'nin iki yakasını bir araya getiren, 50 yıldır Türkiye'nin gündeminde olan dünyanın 4'üncü büyük köprüsünü tamamlamanın haklı gururunu milletçe yaşamaya

başladık. Aynı gün Altınova'dan Gemlik'e kadar 40 kilometrelik otoyolun da açılışı da gerçekleştirildi.

Projeyle sadece Kocaeli, Yalova, Bursa, Balıkesir, Manisa ve İzmir'i değil Türkiye'nin nüfusunun 3'te birini kapsayan, toplam milli gelirinin yarısını bulan 7 vilayeti, Marmara ile Ege bölgeleri birbirine komşu oldu. Yap-İşlet-Devret modeliyle yapılan köprü'nün maliyeti dünyada küçük ölçekli 50 ülkenin milli gelirinden tek tek kıyaslandığında daha fazla. Bu maliyet Türkiye'nin 1950'deki toplam gayrisafi milli hasılasından fazla.

Proje, Anadolu Otoyolu üzerindeki Gebze Köprüsü Kavşağı'ndan Ankara yönüne yaklaşık 2,5 kilometre sonra teşkil edilecek bir köprüsü kavşakla (2x5 şeritli) başlayıp İzmir Çevreyolu üzerindeki mevcut Otogar Kavşağı'nda son buluyor.



252 metre kule yüksekliği, 35,93 metre tabiiye genişliğine sahip, bin 550 metre orta açıklığı ve toplam 2 bin 682 metre boyuyla dünyanın en büyük orta açıklıklı asma köprüleri arasında 4.sırada yer alan köprünün yapımı tamamlandı.

Türkiye'nin önde gelen savunma sanayisi şirketlerinden ASELSAN, körfez geçişi süresini 6 dakikaya indirecek İzmit Körfez Geçişi Köprüsü'ne Türkiye'nin en büyük gişe alanlarından birini kurdu. İstanbul-İzmir Otoyolu'nun en önemli ayağı olan İzmit Körfez Geçişi Köprüsü için geliştirilen ücret toplama gişelerinin teslimatı ASELSAN tarafından 2 Nisan'da gerçekleştirilmiştir. Şirket, İzmit Osman Gazi Köprüsü için Türkiye'nin en büyük gişe alanlarından birini tesis etti. Gişe alanında toplam 20 gişe hizmet verecek. Otoyolun diğer gişe alanlarının teslimatı ise Aralık 2015'te tamamlanmıştır.

Söz konusu proje için OGS, HGS, kredi kartı ve nakit ödemelerin tamamını kabul eden bir Entegre Geçiş Sistemi geliştirildi. Köprü, otoyolun tamamının mesafesini mevcut devlet yoluna göre 95 kilometre kısalttı.

Bu durumun sağlayacağı avantajlar fizibilite çalışmalarında hesaplanırken, bunun sonucunda 8-10 saatlik mevcut ulaşım süresinin 3-3,5 saate inmesi

ve karşılığında yılda 650 milyon dolar tasarruf sağlanması öngörülmüyor.

Dünyanın en büyük orta açıklıklı asma köprüleri arasında 4. sırada bulunan köprünün yapımında, 8 bin işçi çalıştı. Köprü, kuş türlerinin yaşadığı 'Hersek Lagünü'nde bulunduğu için biyolojik çeşitliliğe zarar vermemesi için kavisli yapıldı.

İstanbul ile İzmir arasındaki ulaşım süresini 9 saatten 3,5 saate indirecek, toplam yatırım bedeli 9 milyar dolar olan Gebze-Orhangazi-İzmir Otoyolu Projesi'nin en büyük ayağını oluşturan köprü sayesinde İzmit Körfezi 4 dakikada geçilebilecek. İzmit Körfezi otomobille mevcut yol kullanılarak yaklaşık 2 saatte geçiliyordu.

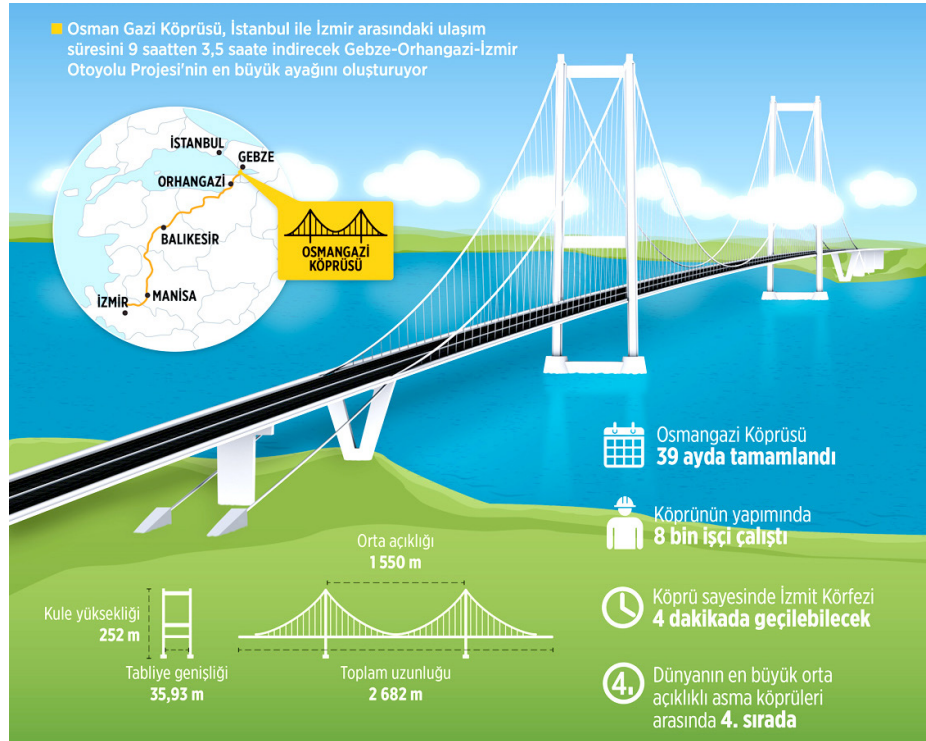
Köprünün açılış töreninde konuşan Cumhurbaşkanı Erdoğan şunları söyledi: 'Her zaman ifade ettiğim gibi; yol medeniyettir, yol gelişmedir, yol büyümedir. Türkiye'nin son 13 yılda gerçekleştirdiği büyük kalkınma hamlesinin temel altyapısı, ulaşımıdır. Dilovası ile Altınova arasında dünyanın en büyük 4. Avrupa'nın en büyük 2. asma köprüsünü açmak için buradayız. Osmangazi Köprüsü'nün hayırlı olmasını diliyorum. Bu köprüyle İstanbul-İzmir arası 3 saatin altına düşecek.

Şimdi sıra Çanakkale 1915 Köprüsü'nde. Yine sıra Kanalistanbul'da. Uluslararası

boyutu olan projeler yapmamız gerekiyor. Bize böyle projeler yakışır. Biz bir çağı kapatıp bir çağı açanların torunlarıyız. Bize bunlar yakışır.'

Açılışta konuşan Başbakan Binali Yıldırım ise şunları söyledi: Bu muhteşem açılış katılımlarıyla şenlendiren değerli kardeşlerim, hoşgeldiniz. Osmangazi hayırlı uğurlu olsun.

İstanbul, Kocaeli, Yalova, Bursa, Manisa ve İzmir illerini ihya edecek. Seyahati eziyetten keyfe dönüştürecek. İzmir'e İstanbul'dan gidiş 8 saati aşıyor. İnşallah köprü ve otoyolla birlikte 3 saatin altına inecek. İşte medeniyet bu. Bildiğiniz gibi 2013'te Marmaray'ı açtık. Marmaray bir dünya projesi. Bugüne kadar tam 145 milyon İstanbullu kullandı. Şimdi ağustos ve aralık aylarında 2 büyük projenin açılışını gerçekleştireceğiz. Bütün bunlar Türkiye Cumhuriyeti'nde bir ve beraber olarak kardeşçe yaşama azmindeki 79 milyon vatandaşımızın mutluluğu için yapılıyor. Ağustosta aralıkta yeni güzel projelerin açılışında yine hep beraber olacağız. Sayın Cumhurbaşkanım şunu ifade etmek istiyorum, Türkiye'nin barışına huzuruna göz dikenler, terörle ülkemizi yıldırma çabılarına şunu bilmeli ki Türkiye 79 milyon milletle dimdik ayakta, ay yıldızlı bayrağının altında hür yaşayacaktır.'



'Demokrasi Şehitlerimizi UNUTMAYALIM'

▣ **Best FM dinleyicilerinin yakından tanıdığı deneyimli radyo programcısı ve Best FM Haber Müdürü Ufuk Karcı bu sayıdaki röportaj konuğumuz...**

Best FM'in klasikleşmiş radyo programı 'Konuşan Türkiye'yi sunan ve memleket meselelerine kayıtsız kalınmayacağını her vesileyle ifade eden Ufuk Karcı, Türkiye ve Dünya gündemine bomba gibi düşen darbe girişimine dair açıklamalarda bulundu.

'Bir girişim bile bu kadar büyük yıkım ve dehşet yaşatabiliyorsa, hainlerin daha neler yapabileceğini hayal etmek güç' diyen Ufuk Karcı, Türk milletinin meydanlardaki demokrasi nöbetini de halkın zaferi olarak değerlendiriyor. Gündemi, radyoculuk geçmişini, mesleki başarısını, radyoculuğun sektörel durumunu konuştuğumuz Karcı'yı bu keyifli röportajla daha iyi tanıyacaksınız.

UFUK KARCİ KİMDİR? KENDİNİZDEN BAHSEDER MİSİNİZ?

Ufuk Karcı; dinlemeyi, öğrenmeyi ve anlatmayı her zaman sevmiş, 30'lu yaşlarında olan ama memleket meselelerine asla duyarsız kalmayan bir ademin oğlu desek yeridir sanırım...

GEÇMİŞTEN BUGÜNE HANGİ KURUMLARDA HANGİ GÖREVLERDE YER ALDINIZ?

Best FM'de Haber Müdürlüğü görevini yürütüyorum. Zor bir görev. Çünkü Best FM, sokakta çevirip bana bir radyo adı ver diye soracağınız her vatandaşın dilinde olan bir kurum. Büyük ve köklü. Dolayısıyla sorumluluğu fazla. Öncesinde ise uzun yıllar TGRT'de çalıştım. Haber spike-ri, program sunucusu ve editör olarak. Çok şey öğrendim. En azından işin mutfağı diye adlandırılan bölümünü. Bu manada TGRT bir okul, Best ise bir zirvedir hikayemde...

İLK MİKROFON DENEYİMİNİZ VE İLK RADYO GÜNLERİNİZ NASIL BAŞLADI?

Mikrofonla ilk deneyimim, ilkokul beşinci sınıftayken bir televizyon programında oldu. Yarışmacı olarak katılmış-tım. Sanırım orada ve o yaşta cezbeden nokta, eğlenceli oluşuydu. Radyo günlerim ise tabi ki herkes gibi okul sıralarında radyo dinleyerek başladı. Ancak profesyonellik açısından ilk deneyim TGRT'de ki kültür-sanat programıdır. Güzeldi. En çok sevdiğim konu ise hayranı olduğum birçok yazarla bu program vesilesiyle tanışmamdır. Bir

FM
best



Ufuk KARCİ
Best FM
Haber
Müdürü



de Radyo Ekin var ki, hayatımda ayrı bir yeri var elbette. Orada da günde üç saat türkü programı sunmuştum. Güzel bir deneyimdi.

SİZ 'KONUŞAN TÜRKİYE'DE SAĞLIKTAN, EKONOMİYE; HUKUKTAN, SOSYAL GÜVENLİĞE VE YEREL YÖNETİMLERE TÜRKİYE'NİN GÜNDEMİNDE NE VARSA İŞLİYORSUNUZ. YEREL YÖNETİCİLERİ HALKLA BULUŞTURUYORSUNUZ. TÜRKİYE VE DÜNYA GÜNDEMİNE BOMBA GİBİ DÜŞEN DARBE GİRİŞİMİ VE MİLLETİN MEYDANLARDA TUTTUĞU DEMOKRASİ NÖBETİ İLE İLGİLİ NELER SÖYLEYECEKSİNİZ?

Darbe girişimini olduğu gece biz Ankara'dan dönüyorduk. Putin'in özel temsilcisi Alesandr Dugin ile bir röportaj gerçekleştirmiş, ondan aldığım cevap doğrultusunda, ki kendisi "Uçağın düşürülmesi Türk hükümetine ABD ve FETÖ tarafından hazırlanmış bir tuzaktı" ifadelerini kullanmıştı. "Yarınlar acaba ne gösterecek" diye düşünmüştüm. Yoldayken biz bu cuntacıların durumunu öğrendik. Ee tabi şirketimize iki günde ulaşabildik. Bir girişim bile bu kadar büyük yıkım ve dehşet yaşatabiliyorsa, hainlerin bütün emellerini hayal etmek güç. Demokrasi nöbeti bana göre halkın, kazandığı bu büyük zaferin şenlik atmosferi. Ancak namı önünde şehit olanları anmak, meydanlarda slogan atmaktan daha doğru olacaktır. Allah o şehitlerimizden razı olsun...

SON GÜNLERDE PROGRAMINIZDA HANGİ KONULARI DAHA ÇOK KONUŞUYORSUNUZ. GÜNDEMDEKİ BAŞKA HANGİ KONULARA TAKMIŞ, TAKILMIŞ DURUMDASINIZ?

Son günlerdeki en önemli meselelerimden biri de, günlük kiralık evler konusudur. Geçen yayında da söyledim. Kimsenin uçkurunun bekçisi değiliz ama bu mekânlar büyük tehlike. Zaten kayıt dışı iş yapıyor. Faturası yok. Kontrolü yok. Devlet bir şekilde ciddi zarara uğratılıyor. Onca yatırım olan turizmciler ha keza öyle. Ama bir de buralarda kimler kalıyor? Memleketi kana bulayan hain örgüt mensuplarının buralarda konaklamadığının garantisini kim verebilir?

Toplumun bu konuda uyanık olması gerekir. Devleti bu konuda uyarmak gerekir. En nihayetinde ahlaki açıdan yaşanan erozyonu hiç dile getirmiyorum. Televizyon dizilerindeki sanal gündemlere ses çıkaranların, bu konuyu hiç ele almaması... O başlıca bir hilkat garibesidir...

GÜNÜMÜZDE RADYO HABERCİLİĞİ NE DURUMDA, DEĞERLENDİREBİLİR MİSİNİZ ?

Radyo haberciliği malum, görüntü olmadığından kısa ve öz olmak zorunda. Bu da vatandaşın doğrudan kendisini alakadar eden haberler yerine, bilindik devasa tartışmaları ele alan haberlere kaymaya sebebiyet veriyor. Hal böyle olunca habercilik sadece sözde kalıyor. Gerçekte



ise sadece taklitçilik oluşuyor. Radyo haberciliği bana göre, makrodan ziyade, mikroya yani vatandaşa indirgenmeli. Çünkü radyo dünyası daha samimidir. Dinleyici ile sunucu arasındaki bağ, TV'de veya başka bir mecrada yakalayamazsınız.

İNSANLARIN TV-İNTERNET-TELEFON DERKEN, RADYOA İLGİSİ AZALDI MI? SİZCE RADYOLAR YETERİ KADAR İLGİ GÖRÜYOR MU?

Şimdi size soru. Su mu daha kıymetli, altın mı? Su içemezsek insan hayatı tehlikeyle karşı karşıya kalır değil mi? Ama altın takmasanız, en basitinden ölmezsiniz. Ancak altın, parasal değer açısından sudan daha da değerli. Peki sebebi? Zira altın doğada daha nadir bulunan bir madde. Fakat su! Temini daha kolay. Şimdi o kadar çok radyo-TV-medya mecrası var ki... Ve tabi o kadar çok kalifiye olmayan da buraları işgal etmiş

ki... O zaman zaten değer aramak çok anlamsızlaşıyor...

BUGÜNE DEK RADYO YAYINCILIĞINDA CANLI BAĞLANTILARINIZDA İLGİNÇ-UNUTAMADIĞINIZ- BİR OLAY YAŞADINIZ MI?

Tabii ki oldu, çok yaşadım elbette... Havan topuna, hayvan topu demek gibi birçok gaf var. Ama benim unutmadığım yegane anım, rahmetli Ahmet Pirıştina'yı, vefatından aylarca sonra 2009 yerel seçimlerinde tekrar aday yaptığım yayındır. Çok utanmış ve mahcup olmuştum. Gelin görün ki yayıncılık da hiçbir zaman "oldum" diyerek hareket etmemeli ve aşırı güvene bulaşmamalı. Sonuç kaçınılmaz oluyor.

HAYALİ RADYO SEKTÖRÜ OLAN GENÇLERE TAVSİYELERİNİZ NELER?

Elbette ki hayallerinden vazgeçmemeliler. Ancak her ne olursa olsun, en azından bir konuda yani sektörün dışındayken farklı bir alanda söz söyleyebilecek kadar uzmanlaşmaları gerekir. Örneğin ben, tarih ve siyaset konusunu elden hiç bırakmam... Ama bir de sinema... Tüm eleştirmenleri okur, filmleri mutlaka görmeye çalışırım. Konuşabilecek kıvama gelmek adına bunlar önemlidir.

RADYOCULUĞUN DIŞINDA YAPTIĞINIZ YA DA İLERİYE DÖNÜK PROJELERİNİZ VAR MI?

Hayatım yayınlar çerçevesinde devam ediyor. Bir de sadece haber değil. Örneğin; Best FM'de her Pazar saat tam 22:00'de başlayan "Yeni Şeyler Söylemek Lazım" isimli bir şiir, melankoli ruh hali yansıtan programım var. Şiir ve edebiyat olmazsa olmazım. Bunun dışında seslendirme ve sunuculuk işlerimiz de var elbette. En önemli projem ise bir gün fırsat olursa, güzel konuşma atölyeleri oluşturmak. Tipik diksiyon derslerinden ziyade, toplumun en büyük eksiği olan diyalog geliştirme atölyeleri. Ayrıntı verememekle beraber şunu söylemek isterim ki, duygular saklanmamalı ve her zaman konuşmak ilk tercih olmalı...

Röportaj: Banu KARAKAYA EKİCİ

Yedi Tepe'nin İncilerinden **SÜLEYMANİYE**

▣ Yaşadığımız kentin her adımı tarihi eserlerimizle dolu. Bu sayımızda gezilip görülecek yerlerimizden Süleymaniye Camii'ni bulacaksınız.



Süleymaniye Camii İstanbul'da aynı isimdeki semtte yer alan, Mimar Sinan tarafından yapılmış olan şehrin en büyük ve görkemli camisidir. Mimari özelliğiyle Klasik Osmanlı mimarisinin en önemli örneğidir. 1557 yılında tamamlanan cami, o günden bu yana sayısız deprem geçirdi, ancak bir duvarında bile çatlak oluşmadı. Süsleme açısından sade, ama teknik açıdan zengindir. Cami, içindeki kandil islerini temizleyecek hava akımına uygun inşa edilmiştir.

Osmanlı Devleti'nin her bakımdan gelişmiş ve ilerlemiş olduğu devir Kanuni devirdir. 36 Osmanlı Sultanı arasında 47 yıl ile en uzun hüküm süreni Kanuni Sultan Süleyman'dır. Bu büyük şöhretli Sultan, kendi adına yaptırtacağı camii Mimar Sinan'a havale etmişti. Mimarlık dünyasının bir dehası olan Mimar Sinan, camii ve etrafını saran büyük kompleksi 1550-1557 yılları arasında tamamlamıştır. Caminin avlusunun etrafını çevreleyen büyük komplekste okullar, kütüphane,

hamam, aşevi, kervansaray, hastane ve dükkanlar bulunur. Süleymaniye'nin dış güzelliğini seyredebilmek için yapıdan uzakta olmak gerekir.

Galata Kulesi'nden veya Haliç'in Galata kesiminden, bu imparatorluk eseri bütün haşmeti ile görülebilir. Dört minaresi olan caminin esas mekanını büyük bir kubbe örter. Caminin ana girişi etrafı revaklarla çevrili, ortasında şadırvanı olan iç avludur. İç mimarideki açıklık, bütünlük, ölçülü bir süsleme buranın haşmetli etkisini güçlendirir. 53 metre yüksekliğinde 26.50 m. çapındaki merkezi kubbeyi fil ayağı denilen dört büyük paye taşır. Mekanın bütün elemanları uyumlu bir armoni içerisinde. Statik bakımından da yapının dengesi kusursuzdur. Yerdeki el yapısı tek örnek, mihraplı halı 1950'li yıllarda yerleştirilmiştir. İçerideki en göz alıcı yer mihrap duvarındaki 16. yy. orijinal, fevkalade renkli, Türk motifleri ile süslü vitraylardır. Gayet sade mevlithanlar balkonu ve minber

yanında, yine mermerden yapılmış mihrap nişinin etrafı çinilerle süslüdür. Sultan locası mihrabın solunda bulunur. Duvarlar ayetlerle süslüdür. Bunlar Türk kaligrafi sanatının çok güzel örnekleridir. Giriş ve yan cephelerde kadınlara ayrılmış balkonlar yer alır. Girişin sağında bronz kafesli bölme 18. yy. Türk maden işçiliğinin güzel bir örneğidir. Caminin arka avlusunda Sultan Süleyman'ın, bunun yanında da çok sevdiği eşinin türbeleri bulunur.

Mimar Sinan ile öğrencilerinin üstün zekaları sayesinde meydana gelen güzel sanat eserleri içinde Osmanlı Mimari usullerinin en gerçekçi olarak görüldüğü yapı, Süleymaniye Camii'dir. Camii, Kantarcılar mahallesine bakan bir tepe üzerinde Bab-ı Vala-yı Seraskeri (Genelkurmay Başkanlığı bugünkü İstanbul Üniversitesi Rektörlük ve diğer binaları) ile Bab-ı Vala-yı Fetva- penahi (bugünkü İstanbul Müftülüğü binası) arasındadır. Ulu bir görüntü ile göğe doğru uzanır.



Küçükçekmece'li Gençler Şanslı **MİLLİ SPORCULARLA BULUŞTULAR**



Küçükçekmece Belediyesi'nin 19 Mayıs Atatürk'ü Anma Gençlik ve Spor Bayramı dolayısıyla düzenlediği Fair Play Gençlik Spor Turnuvası'nda milli basketbolcular ve milli futbolcular gençlerle bir araya geldi

19 Mayıs Atatürk'ü Anma Gençlik ve Spor Bayramı dolayısıyla Halkalı Meydanı'nda program yapıldı. Düzenlenen etkinliğe Küçükçekmece Kaymakamı Harun Kaya, Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz, Küçükçekmece Amatör Kulüpleri Destekleme Derneği Başkanı Seymen Gentürk, Eski Milli Futbolcular Feyyaz Uçar, Bülent Korkmaz, Oğuz Çetin, Kerem İnan, Eski Milli Basketbolcular Tufan Ersöz, Şükran Albayrak ile Dünyanın ilk başörtülü kadın basketbolcusu Indira Kaljo ve çok sayıda sporcu ile öğrenciler katıldı.

"BUGÜN GENÇLERİN KENDİLERİNİ GÖSTERMELERİ GEREKİYOR"

19 Mayıs Atatürk'ü Anma Gençlik ve Spor Bayramı vesilesiyle yurdumuzu bize kazandıran Cumhuriyetimizi ve Bayrağımızı gençlere emanet eden başta Gazi Mustafa Kemal Atatürk olmak üzere bütün silah arkadaşlarına, gazilerimize ve bütün şehitlerimize Allah'tan rahmet dileyerek sözlerine başlayan Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz, "Öncelikle bizim çocuklarımız yetim kalmasın diye, kendi çocuklarını yetim bırakan bütün güvenlik güçlerimizi, şehitlerimizi rahmetle ve minnetle





anıyorum. Bugün gençlerin konuşması, spor yapması ve kendilerini göstermesi gerekiyor. Etkinliğimize renk katan değerli Küçükçekmecelilere ve milli sporcularımıza da çok teşekkür ederek, bayramımızı kutluyorum" dedi.

GENÇLERLE BİRLİKTE HEM BASKETBOL HEMDE FUTBOL OYNADILAR

Fair Play Gençlik Spor Turnuvası'nda gençlerle bir araya gelen eski milli futbolcular ve basketbolcular Başkan Karadeniz ile birlikte atış yaptılar. Gençlerle birlikte keyifli dakikalar geçiren milli sporcular, gençlerin bayram coşkularına ortak oldular. Basketbolda 64 takımın, futbolsa ise 32 takımın mücadele ettiği maçlarda kazananlara kupa ve madalya takdimi yapıldı. Engelli Basketbol Milli Takımı'nın gösteri maçı ise büyük alkış

alırken, Başkan Karadeniz takıma ve antrenörlerine plaket takdim etti.

MİLLİ SPORCULARDAN, OLİMPİYAT TEMSİLCİLERİMİZE PLAKET

Başkan Karadeniz, milli futbolculara ve basketbolculara teşekkür ederek, günün anısına plaket takdim ederken, ünlü oyuncular, 2016 Olimpiyatlarında Türkiye'yi paralimpik olimpiyatlarında temsil edecek olan, İbrahim Yavuz, Kaan Kemal Şafak ve Cem Gezinci'ye de plaket takdim etti.

SONUÇLAR

Fair Play Gençlik Futbol Turnuvası

- 1-İstanbul Boğalar
- 2-İFAspor
- 3-İkitellispör

4- İstanbul Trabzonspor

En Centilmen Takım - İstanbul Demirspor

Fair Play Basketbol Gençlik Spor Turnuvası

Genç Kızlar;

1-Potanın Paşaları

2-Potanın Cadıları

3-Vanili

4-Sevadam Basketbol

En Centilmen Takım- Golden State

Genç Erkekler;

1-Power Team

2-Zk Team

3-Atsız Koboylar

4-Balkan Beyazı



Kuşlar Olmadan **HAYAT ZOR**

❑ **Çoğu zaman önemsemediğimiz, görmezden geldiğimiz, hatta hunharca davranıp yaşam alanlarını yok ettiğimiz kuşlar olmasa hayatımızı böyle devam ettirebilmemiz belki de imkansız hale gelir.**

İçinde yaşadığımız dünya, Güneş Sistemi'nde yer alan dokuz gezegenden canlı hayatına uygun olan yegâne gezegendir. Milyonlarca farklı canlı türü, gezegenimizde yaşamakta olup yaratılışlarında kendilerine yüklenmiş programlar çerçevesinde, birbirlerine ihtiyaç duymaktadırlar. Tabiatı, çoğunun farkında bile olmadığımız ahenkli bir denge ve yardımlaşma söz konusudur.

Kuşlara dünyanın hemen her yerinde rastlamak mümkün. Ekvatorda da,

kutuplarda da onlar var. Böcekler dışında hiçbir canlının, hatta vahşi hayvanların bile bulunmadığı yerlerde kuşlara rastlamak mümkün.

Biz insanoğlu ilk demlerimizde onları sadece ekonomik açıdan değerlendirdik ve besin kaynağı olarak gördük. Daha ilerleyen dönemlerde süs, giyim ve hatta tedavide işimize yaradıklarını gördük. Ama, artık yıllardır onların ekolojik faydalarını da biliyor ve hayatımızın onlarsız nasıl zorlaşacağını anlıyoruz.

Kuşlar bu gün sadece besin zincirinin önemli bir parçası, ya da hayatımızı zenginleştiren süs aracı olarak bulunmuyorlar. Ekosistemin sağlıklı olarak devam etmesi için onlara ihtiyacımız var. Onlarsız bir dünyanın bugünkünden çok farklı olacağı muhakkak. Örneğin, sadece onların aracılığıyla döllen bitki türlerinin tamamından mahrum kalacağız. Veya doğada kendi sistemi içerisinde üreyen, yaşayan ve ölüp giden bazı canlıların (mesela fareler) istilasına uğrayacağız. Ya da onlarla mücadele etmek için daha çok kimyasal kullanıp

sağlığımızı daha ciddi tehditlere açık hale getireceğiz.

Kuşlar ekosistemi dengeleyen bir unsur olarak yaşamlarını sürdürüp giderken, onları evcilleştirerek başka faydalarından da istifade etmeye başladık. Etinden, yumurtasından, tüylerinden hatta bazılarının derilerinden, gübrelerinden istifade ederek ekonomimize katkılarını sağladık. Eğitilebilir bir şahini, atmacayı, kartalı avcılıkta birer yardımcı olarak kullanmaya başladık.

İnsanoğlu onları evcilleştirmeye M.Ö. 2500'lerde başladı. İlk evcilleştiricilerin Hindistan veya Siam'da yaşayan insanlar olduğu söylenir. Hindiyi evcilleştirerek ekonomimize katanlar Kızılderi-lilerdir. Onların tüylerinin süslemede kullanılmasına ise Eskimolar tarafından başlandığı zannediliyor.

Günlük yaşamın bir parçası olarak kafes kuşçuluğunda kanarya, muhabbet kuşu ve papağan gibi kafes kuşları yer almış ve atmaca, doğan, şahin gibi yırtıcı kuşlar da, özellikle, orta çağda hemen



her ülkede avcı kuş olarak kullanılmıştır. Yine telefon ve telsiz öncesi dönemlerde kırlangıç, güvercin gibi kuşlardan posta hizmetlerinde yararlanıldığı gibi kuşların pisliğinden bile patlayıcı yapımında yararlanılmıştır.

Gelişmiş ülkelerde böceklerle karşı kullanılan kimyevî mücadeleden vazgeçilerek, biyolojik mücadeleye ağırlık verilmektedir. Ülkemiz gibi gelişmekte olan ülkelere ise, kimyevî mücadele tek çözüm yolu olarak görülmektedir. Oysa kimyevî ilaçlara karşı böcekler, kısa sürede bağışıklık sistemlerinde uygun stratejiler geliştirerek korunmaktadırlar. Bunun yerine böceklerle mücadelede biyolojik yolların kullanılması çok daha maliyetsiz ve zararsızdır. Ülkemizde son dönemlerde keklik, sülün gibi kuşların üretme çiftliklerinde çoğaltılarak doğaya salınmaları güzel bir örnektir.

Kuşların ormanların gelişiminde de önemli yerleri vardır. Ekosistemde; kuşlar ve böcekleri, asıl hayat ortamları olan ormanlarla birlikte ele almak konunun anlaşılmasında daha faydalı olacaktır. Hassas dengede önemli rol üstlenen ormanların (yeşil bitki örtüsü), faydaları kereste temini ve yakacak odunla sınırlı olmayıp, sanılandan daha fazladır. Bugün kullandığımız yakıtların milyonlarca yıl önceki ormanlardan oluştuğunu hepimiz bilmekteyiz. Erozyonu önleme, su kalitesini iyileştirme,

barajların ömrünü uzatma, ormanların faydalarından sadece birkaçıdır Orman ekosisteminde, mevcut ağaçlardan başka alçak boylu bitkilere ait türler, yaban hayvanları, kuşlar, toprak içinde yaşayan ve toprağın havalanmasına, iyileşmesine katkıda bulunan çok sayıda organizma da mevcuttur.

Mevcut ekosistemde kuşların da çok önemli görevleri vardır. Ormanlar; kuşlar için yuva görevini üstlenirken, kuşlar da ormanlara bir kısım faydalar sağlamaktadırlar. Meselâ ağaçkakanların ağaç gövdelerini gelişigüzel gagaladıklarını düşünebilirsiniz. Tam tersine ağaçların gövdesindeki zararlı böcekleri temizle-

mektedirler. Gövde içerisinde bulunan ve ağaçların iletim demetlerini tahrip eden birkaç milimetre büyüklüğündeki bu böcekler, rahatlıkla dev cüsseli ağaçları bile öldürebilmektedirler. Baştankaralar, daha çok böcek zararı olan alanlarda yoğunlaşmakta, böcekleri toplayarak yemektedirler. Guguk kuşu, ağaçların yapraklarını yemek suretiyle zararlı olan kese tırtıllarından yüzlercesini bir günde yiyebilmektedir. Kese tırtıllarından olup, aynı zamanda yurdumuzda da yaşayan çam ağaçlarına zarar veren, bunun yanı sıra insanlarda alerji oluşturan bu türü çoğumuz görmüşüzdür. Bunlarla mücadelede kuşların katkısı bizim diğer çalışmalarımızın hepsinden daha değerlidir.





Bugün dostumuz da düşmanımız da ortaya çıktı **ERDOĞAN BOŞUNA KOŞMUYOR**

İstanbul'da yapılan İİT toplantısında ilk kez İslam ülkeleri arasındaki bölgesel rekabet ve mezhep farklılıklarından kaynaklanan tehlikeye bu denli ciddi bir tonda tepki verildi. İslam ülkeleri için manifesto özelliği taşıyan sonuç bildirgesi önemli noktalara dikkat çekiyor.

15 Temmuz'da yeltendikleri işgal hareketi bir kez daha hepimize Türkiye'nin dost ve düşmanlarını gösterdi.

Yarım asırdan fazla süredir kapısında beklediğimiz AB'nin hem darbe öncesi yaptığı 'Türkiye ancak 3000 yılından sonra içimize gelebilir' türünden açıklamaları, hem darbe girişimi sonraki tavırları, hem de ABD'nin bu işgal kalkışması karşısındaki tavrı ortada.

İktidar bunu yapıyı kalkışmadan önce gördüğü için bazı ülkelerle bozulan ilişkileri düzeltmeye başlamıştı.

Nisan ayında İstanbul'da gerçekleştirilen İİT toplantısının içeriğini de iyi okursak göreceğiz ki, Cumhurbaşkanı Erdoğan tüm gelişmeleri kılı kırk yarıp zamanında gerçekçi tespitlerde bulunmuş. Bu teşkilatı atıl halden kurtarıp İslam ülkelerinin güç birliği yapmalarından daha sağlıklı yol olmadığı için Tayyip Bey, İstanbul

toplantısında bunun startını vermiştir. Kendi coğrafyamızın yeniden tahkimi noktasında hayati öneme sahip bu girişimi taşıdığı önemden dolayı bir kez daha gündeminize getirmek istedik.

Geçtiğimiz üç ayın en önemli olayı, 14-15 Nisan 2016 tarihlerinde İstanbul'da üye ülkelerin devlet başkanları ve hükümet yetkililerinin katılımı ile gerçekleştirilen 13. İslam İşbirliği Teşkilatı Zirvesi oldu.

Kuruluş, ilk olarak İKÖ (İslam Konferansı Örgütü) adıyla Eylül 1969 tarihinde Fas'ın başkenti Rabat'ta toplanıp İslam ülkelerini bir çatı altında bir araya getirmek üzere kuruldu. Daha sonra adını İİT (İslam İşbirliği Teşkilatı) olarak değiştirdi. Türkiye Cumhuriyeti ile birlikte diğer Türk Cumhuriyetleri'nin de üyesi olduğu kurum, Birleşmiş Milletler'de (BM) Daimi Temsilcilik düzeyinde temsil edilmektedir.





İİT'nın 14-15 Nisan tarihlerinde İstanbul Kongre Merkezi'nde gerçekleşen 13. Zirvesinin sonuç bildirisini Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan ve İslam İşbirliği Teşkilatı Genel Sekreteri İyad Medeni, ortak basın toplantısı düzenleyerek açıkladılar. Açıklama için düzenlenen basın toplantısında Cumhurbaşkanı Erdoğan, 'Nasıl daha huzurlu bir dünya inşa edebileceğimiz konusunda fikir alışverişinde bulunduk. Belgenin kabulü önemli olsa da asıl önemli olan etkin bir şekilde uygulanmasıdır' sözleriyle alınan kararların önemine dikkat çekti.

ERDOĞAN'IN KONUŞMASINDAN SATIR BAŞLARI;

'Nasıl daha huzurlu bir dünya inşa edebileceğimiz konusunda fikir alışverişinde bulunduk. Önümüzdeki 10 yıl için üye ülkelere hedefler belirleyen Eylem Programı Belgesi de ekonomik kalkınma yolunda önemli bir adımdır. Belgenin kabulü önemli olsa da asıl önemli olan etkin bir şekilde uygulanmasıdır.

Teşkilat üyesi olmayan ülkelerdeki Müslüman toplumların ihtiyaçları konusun-

da duruşumuzu ortaya koyduk. Gözlerini İstanbul'a çeviren İslam aliminin zor şartlarının aşılmasında ihtiyaç duyduğumuz en önemli şey birlik, beraberlik ve dayanışmadır. Zirvedeki kardeşlik tablosuyla önemli mesajlar verdik. Aldığımız kararlar milyarlarca insana umut vermiştir.

FİLİSTİN

Ev sahibi ülke olarak İslam dünyasının mevcut sorunları ve bunların çözümüne yönelik yaklaşımlarımızı ortaya koyan İstanbul Bildirgesi'ni açıklayacağız. Kabul ettiğimiz Filistin kararı, Filistinli kardeşlerimizin göstermekte olduğu onurlu direnişe İslam dünyası olarak verdiğimiz desteğin bir kez daha en üst düzeyde ispatıdır, en üst düzeyde ifadesidir. Filistinli kardeşlerimizi bugüne kadar asla yalnız bırakmadık. İnşallah hiçbir zaman da yalnız bırakmayacağız.'

Erdoğan daha sonra İslam İşbirliği Teşkilatı zirvesinin sonuç bildirisinde, İstanbul merkezli İİT Polis İşbirliği ve Koordinasyon Merkezi'nin kurulmasına karar verildiğini açıkladı.

Türkiye'nin İİT Polis İşbirliği ve Koordinasyon Merkezi'ne ev sahipliği yapma teklifinin takdirle karşılandığı belirtilen bildiride, merkezin, İİT'nin İstanbul merkezli özel bir kurumu olarak faaliyete geçirilmesine karar verildiği bildirildi.

Bildiride, bu kararın Türkiye'nin ve diğer üye ülkelerin işbirliğinde uygulanmasının ve konuyla ilgili raporun Dışişleri Bakanları Konseyi Toplantısı'nın 43'üncü oturumunda sunulmasının istendiği ifade edildi.

HİZBULLAH

Suudi Arabistan ve tüm üye ülkelere, terörle mücadele konusunda destek verildiği aktarılan bildiride, teröre karşı İslam ittifakının desteklendiği vurgulandı ve konuyla ilgilenen ülkeler ittifaka katılmaya davet edildi.

Terörün her türlüşünün kesin biçimde lanetlendiği belirtilen bildiride, Hizbullah da Suriye, Bahreyn, Kuveyt ve Yemen'deki terörist faaliyetlerde bulunduğu, terörist hareketleri ve grupları desteklediği, üye ülkelerin güvenliği ve



istikrarına zarar verdiği gerekçesiyle kınandı.

LİBYA

Bildiride, Libya'daki Ulusal Mutabakat Hükümeti Başkanlık Konseyi'nin başkent Trablus'a intikal ederek görevi başlaması Libya Siyasi Anlaşması'nın uygulanması için önemli bir adım olarak değerlendirildi.

Parlamentoya, ülkedeki tek yasama organı olarak ülkeyi yönetme konusunda yetkililere imkan verme, ülkenin tek meşru hükümeti olan yeni hükümetle temasta olma ve hükümetin terörle mücadelesine destek verme konusunda siyasi anlaşmadan kaynaklanan sorumluluklarını yerine getirme çağrısı yapıldı.

Bildiride, tüm ülkeler Libya'nın içişlerine müdahil olmaktan kaçınmaya çağrılırken, Birleşmiş Milletler Güvenlik Konseyi (BMGK) kararlarını ihlal ederek ülkedeki silahlı gruplara silah temin edilmemesi gerektiği de vurgulandı.

IRAK, YEMEN VE SOMALİ

Bildiride, İİT Konferansı'nın Irak'ın DAES ile mücadeledeki ve bölgeye kalıcı barış ve istikrar getirmedeki rolü vurgulanırken, DAES'in Irak'ın Kerkük ilindeki Taze-hurmatu ilçesinde sivillere karşı kimya-

sal silah kullanması 'insanlığa karşı suç' şeklinde nitelendirilerek kınandı.

DAES'in kontrol ettiği Felluce'deki durumdan duyulan derin üzüntü ifade edilirken, Irak hükümetine Felluce ilçesi başta olmak üzere Enbar ilindeki ciddi insani durum için gerekli tedbirleri alması ve ablukadaki halk için güvenli koridorlar sağlaması çağrısında bulunuldu.

İİT'nin Yemen Cumhurbaşkanı Abdurabbu Mansur Hadi'nin temsil ettiği

anayasal düzeni desteklemeye devam ettiğinin de altı çizildi.

Bildiride, Somali'de elçilikleri bulunmayan İİT üyelerinden, ikili ilişkilerin güçlendirilmesi kapsamında bu ülkede elçilikler açması ve uluslararası forumlarda Somali'nin geleceğine yönelik daha aktif rol alması istendi.

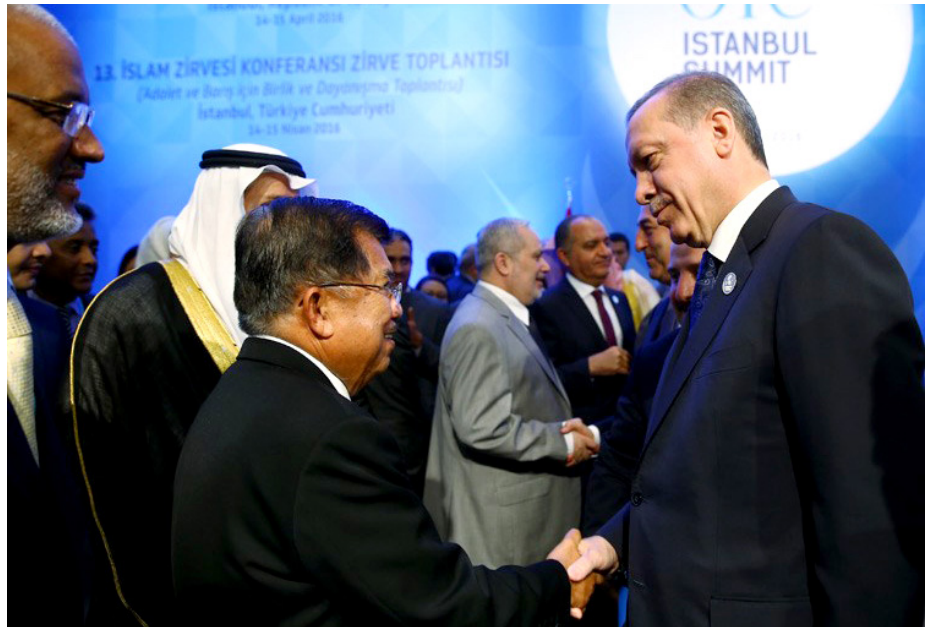
SURİYE

Bildiride, Suriye'de devam eden şiddet ve katliamlardan derin endişe duyulduğu kaydedilirken, ülkenin birliği, bağımsızlığı, egemenliği ve toprak bütünlüğünün korunmasının önemine atıfta bulunuldu.

BM öncülüğünde devam eden Cenevre'deki Suriye görüşmelerine verilen desteğin teyit edildiği bildiride, insan haklarının her şeyden üstün tutulduğu, kanun önünde eşitliğin tanındığı, çoğulcu, bir mezhebe bağlı olmayan, demokratik, sivil sistemle yönetilen bir Suriye'nin inşa edilmesini sağlayacak siyasi geçiş sürecinin beklendiği belirtildi.

SUDAN

Uluslararası topluma, Sudan'ın dış borcunu silmesi çağrısında bulunulurken, tek taraflı dayatılan ekonomik yaptırımların ülke halkının refah ve kalkınmasını olumsuz etkilediği kaydedildi. Ayrıca, ABD'ye, Sudan'ı terörü finanse eden devletler listesinden çıkarması çağrısı yapıldı.





Özellikle Uluslararası Ceza Mahkemesi'nin Sudan Cumhurbaşkanı Ömer el Beşir hakkındaki kararı ve suçlamaları da dahil olmak üzere Sudan'ın içişlerine yönelik her türlü yabancı müdahalenin tamamen reddedildiği vurgulanan bildiride, mahkeme kararının kalıcı olarak yürürlükten kaldırılması çağrısında bulunuldu.

TRAKYA VE AHISKA TÜRKLERİ

Batı Trakya'daki Türk Müslüman azınlık sorununa desteğin yinelenildiği bildiride, 12 adalardaki Müslüman nüfusla da birliktelik mesajı verildi. Bildiride, Yunanistan, Müslüman azınlığın hakları, kimlikleri ve kültürlerine saygı duymaya ve garanti altına almaya çağrıldı.

1944'te anavatanlarını terk etmeye zorlanan Ahıska Türklerinin, devam eden ülkelere geri dönüş süreçlerinin öneminin altı çizilen bildiride, sürecin yakından takip edildiği ifade edildi.

Gürcistan hükümetinin 2014'te kabul ettiği 'Ahıskalıların Ülkelerine Dönmesi Stratejisi'nin olumlu karşılandığının kaydedildiği bildiride, Ahıska Türklerinin dönüşünü kolaylaştırmak ve Gürcü toplumuna entegrasyonlarını sağlamak üzere daha kapsamlı eylem planının kabul edilmesinin teşvik edilmesi gerektiği aktarıldı.

KIRIM TATARLARI

Yarımadadaki gelişmeler ışığında, Kırım Müslüman Tatarlarının son durumlarıyla ilgilenildiğinin vurgulandığı bildiride, Kırım Tatarlarının statüsü, güvenliği ve emniyeti konusunun uygun şekilde ele alınması gerektiği belirtildi.

Bildiride, Kırım Tatarlarının, din, kültür, eğitim ve mülkiyet haklarının etkin şekilde garanti altına alınması ve İİT Genel Sekreteri'nin, Tatarlarının durumunun araştırılması için gerekli çalışma ve bağlantıları kurması için faaliyetler yürütmesi gerektiği kaydedildi.

Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan ile Kazakistan Devlet Başkanı Nursultan Nazarbayev'in 13 Nisan'daki ortak deklarasyonu ile başlatılmasına karar verilen İslami uzlaşma inisiyatifinden duyulan memnuniyetin vurgulandığı bildiride, söz konusu inisiyatifle İslam dünyasındaki ilişkilerde yeni bir paradigma elde edilmesinin hedeflendiği bildirildi.

Oluşturulacak inisiyatifle, uyumsuzlukların iyi niyet ve yapıcı yaklaşımlarla barışçıl şekilde çözümlenmesinin, toprak bütünlüğü ve egemenliğe saygı ile başka devletlerin iç işlerine karışmamanın ve İİT'ye üye devletler arasında dostane ilişkilerin yürütülmesi ile İslam ümmetinin birliğinin güçlendirilmesinin amaçlandığı bildirildi.

FARKLILIKLAR

13. İİT Zirve Sonuç Bildirisi incelendiğinde, İslam ülkeleri arasındaki rekabet ve mezhep farklılıklarının bildirgeye yansıdığı net bir şekilde görülmektedir. Bildiride İran, bölge ülkelerinin içişlerine müdahalesi ve terörü desteklemeyi sürdürmesi sebebiyle kınandı. Suriye, Bahreyn, Kuveyt ve Yemen'de terör eylemleri gerçekleştirdiği ve üye ülkelerin güven ve istikrarını sarsan terör grup ve hareketlerini desteklediği için Hizbullah da doğrudan hedef alınarak kınandı.

Bildiride mezhep eksenli yaklaşımlara tepki gösterildi. Üye ülkelerin güvenliği ve istikrarı ile uluslararası barış ve güvenlik hususunda yıkıcı etkiye ve ciddi sonuçlara neden olacak mezhepsel ve zümresel gündemlerden sakınılması gerektiğinin altı çizildi. Üye ülkeler arasında İİT şartına uygun bir biçimde halkların yararına olacak iyi komşuluk ilişkilerinin önemi vurgulandı.

Bildirge ile 13 Nisan 2016 tarihinde Türkiye Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan ile Kazakistan Devlet Başkanı Nur Sultan'ın ilan ettiği 'İslam Uzlaşma Süreci'nin başlatılması girişiminin memnuniyetle karşılandığının duyurulması da en az diğerleri kadar önemli bir gelişme.

ORTAK MÜCADELE

Türkiye'nin önerisi ile terörizmle mücadele konusunda İİT'ye üye ülkelerin polis güçleri arasında koordinasyonun sağlanması için İslami Interpol kurulması ve bu teşkilatın merkezinin İstanbul'da yer alması, ortak İslam Kızılay'ı kurulması, İstanbul'da Müslüman Kadınların Daimî Kongresinin kurulması gibi kritik başka konular da zirvede görüşülen konular arasında yer aldı.

Bu zirvenin hemen akabinde ABD'den yükselen Suudi Arabistan eleştirilerine karşı Suud Kralı'nın 'Sonuçlarına katlanırlar' yollu tepkisine şahit olduk. Gelişmeler üzerine ABD Başkanı'nın program dışı bir kararla apar topar Kral'a koşturduğunu da bir kez daha hatırlarsanız zirvenin gebe olduğu faydaları kavramanız daha kolay olacaktır.

ANNELER VE KIZLARI

❑ Kızlar, kendilerine babadan ziyade anneyi rol-model olarak seçmeye yatkındır. Anne-Kız arasındaki ilişki ne kadar sevgi, saygı ve güvene dayanırsa hayat her ikisi için de o kadar güzel olacaktır.

Kız ile anne arasındaki mesafe ergenlik dönemi süresince değişikliklere uğrar. İkilinin birbirine bazen çok yakınlaştıkları, bazen de uzaklaştıkları izlenir.

İlişkide önemli olan annenin kızına baskı yapmamasıdır. Siz ilişkinin daha iyi süreceğini düşünerek onu kendinize yakınlaşması için zorlamaya yeltenirsiniz. Bunun akside olabilir. Her iki durum da sakıncalıdır. Doğru olan, doğal olmaktır. Zorlamaya gerek yok, bırakınız ilişkiniz kendi doğal akışı içinde devam etsin. Aksi durumda kız, annesine benzemeye, ya da ona benzememeye çalışacak, kendi kimliğinden uzaklaşacaktır.

Anneyle kız bazı konularda çatışır. Ter-tipli, düzenli olmak, evi derleyip toparlamak, vakitleri değerlendirmek vs gibi şeyler annelerin genellikle önem verdiği şeylerdir. Anneler kızlarından odalarını toplamalarını, eve geldiklerinde yemek

vs gibi ev işlerine yardımcı olmalarını isterler. Bunları bir dayatma olarak isteme yerine onlara daha çocukluk çağlarında sorumluluklara katılımcı olmalarını öğretmek, yetişkinlik çağlarında da bunu beklemek daha doğru bir yoldur.

Erkekler gibi kızların da ergenlik döneminde daha savruk olacaklarını unutmamalısınız. Kızınızın eve gidiş geliş saatleri, derslerine yeterli vakit ayırması, arkadaş seçiminde göz önüne alacağı kriterler gibi şeyler sizin için elbette önemlidir. Ancak çocukluk çağlarında bütün bunları onlara bir oyun keyfi içerisinde öğretmezseniz, büyüdüklerinde baskıyla disiplin altında tutmaktan başka yol bulamazsınız. Ki, bu çıkar bir yol değildir. Yine de ona bir arkadaş gibi davranıp neleri yapması, nelerden uzak durması konusunda yol gösterici olmalısınız.



Suçlayıcı bir tavırla ilişki kurmaktan uzak durmalısınız. Kızınız sizin sevginizden emin olmalı ki, söylediğiniz hiçbir şeyin onun zararına olmayacağına inansın. Ona karşı iyi bir dinleyici olun. İlişkilerinizde bir arkadaş gibi davranın ama bir anne olduğunuzu da mutlaka hissettirin. Onlar sizi eleştirdiğinde hissi davranma-

yın, ılımlı olmaya çalışın. Eleştirisinde haklı olabileceğini de asla gözden uzak tutmayın. Deneyin, kızınızın sayesinde bir eksiğinizi tamamladığınıza bile şahit olacağınız zamanlar olacaktır. Kızınıza karşı hep korku ve kaygılı bir yaklaşım sergilemekten kaçının. Böyle yapmanız onun geleceğini olumsuz yönde etkiler.

Onunla bir sorunu tartışırken, geçmişte benzer şeyler olduysa bunları tekrar gündeme taşımaktan uzak durun. Geçmiş kaşımak yerine şimdiye odaklanın. Sabırlı olun. Bir anda değiştirmeye yeltenmeyin. Küçük adımlar atın. Böylece sorunların çözümünü kolaylaştırdığınızı göreceksiniz.





Okul Başarısı İçin **YAPABİLECEKLERİMİZ**

❑ **Çocuklarımıza geleceğimizi emanet edeceğimizi bilirsek sorumluluğumuzun ne kadar ağır olduğunu anlarız.**

Beyza Kutsal Berber
Uzm. Klnk. Psk / Aile Danışmanı

ROL-MODEL OLARAK BABA

Çocuk annesinin yanında ilk olarak babayı gördüğünden algılamaya başladığı andan itibaren ikinci bir modelin daha olduğunu öğrenir. Bunun için bebeklikten itibaren bütün yükü anneye bırakıp sorumluluktan kurtulmak çıkar bir yol değildir.

Güç her zaman için cezbedici bir özellik taşır. Bu nedenle çocuk güç kavramını keşfettiği andan itibaren model olarak babayı seçer. Bu yüzden çocukların yetişmesinde babanın sorumluluğu anneninkinden az değildir.

Baba dış dünyayı temsil eder

Baba, evin dışında da bir dünya olduğunu çocuğa taşıyan ilk kişidir. Çocuğun nazarında dış dünyanın temsilcisi baba

olduğu için onu dış dünyaya hazırlayacak olan da babadır.

Baba-Çocuk ilişkisi sevgi temeline oturmalı

Baba çocuk nezdinde gücü, kuvveti, kudreti temsil eder. Baba çocuk ilişkisi sevgi temeline oturmalı ki çocuk model aldığı özelliklerin sevgiden kaynaklandığını öğrensin. Bunu anlayan çocuk kendini güvende hissedecektir. Böylece çocuğun baba ile iletişim kurması sorunsuz olacaktır.

Çocuğun dış dünyada başarılı ve güvenli olabilmesi için, çocuk kendisini, babasının yanında huzur ve güven içinde hissetmeli, babasından çekinse de ondan korkmamalıdır, çünkü insan korktuğu bir modele yaklaşamaz, onunla iletişim kuramaz.



Sevecen bir baba model olursa;

Çocuk onu güçlü bulur.

Babaya hayranlık duyar.

Babadan korkmaz.

Onu bir model olarak alır.

Koyduğu kurallara uyar.

Kendi davranışlarıyla babanın kileri kıyaslar.

İyi bir baba;

Çocuğuna ilgi duyar, sever.

İhtiyaçlarını karşılamayı önemli bir sorumluluk bilir.

Çocukla sağlıklı iletişim kurmanın yollarını arar.

Değer yargılarının oluşmasında iyi bir örnek olur.

Çocuğuna zaman ayırır.

Ona haklar tanır, sorumluluklar verir.

Onun manevi eğitimine önem vererek iyi bir birey olmasını sağlar.

Eğitimiyle en az anne kadar ilgilenir.

Unutmayın

Anne olmak doğuştan gelen bir özelliktir, ama baba olmak öğrenilebilir.

EBEVEYN EĞİTİMİNE ÖNCELİK VERİLMELİ

Çocukları yönlendirme, onlara rehberlik etme, yeteneklerini geliştirme gibi konularda ebeveynin sorumluluk taşıdığı günümüz dünyasında uluslararası belgele-re girmiş durumdadır. Uluslararası Çocuk Hakları Beyannamelerinde bu konular yasal metinler haline getirilmiştir.

Özellikle ülkemizde de geçerli olan erken yaşta eğitime başlama zorunluluğu aslında kimsenin pek farkında olmadığı başka bir zorunluluğu da gündemimize taşıyor. Bu zorunluluk aile eğitimine verilmesi gereken önemi işaret ediyor. Bugün eğitime verilen önemin aynısının sadece çocuk, ya da genç eğitimine değil, aile eğitimine de verilmesi şarttır.

AİLEYE DÜŞEN SORUMLULUKLAR

Aile çocuğun ilk eğitim alacağı yerdir. Doğuştan itibaren etrafını algılamaya



başlayan çocuk anne-babadan göreceği, duyacağı her şeyden etkilenir. Bu etkileşim onun eğitiminin temelini oluşturur. Bu yüzden anne-babanın birbirlerine karşı sorumlulukları çocuklarına karşı sorumluluklarından daha önce gelir. Buna dikkat edilmelidir.

Ebeveyn dediğimiz anne-babanın okula hazırlanacak çocuklarına karşı bir kısım yükümlülükleri vardır.

A. Şefkat ve sevgi göstermek

Akıldan çıkartılmaması gereken en önemli husus şudur: Siz çocuklarınıza karşı şefkatli davranmakla aslında onlara başkalarına karşı şefkatli olmaları konusunda eğitim vermiş oluyorsunuz. Unutulmamalıdır ki, ailesinden sevgi görmeyen çocuk kesinlikle çevresine karşı hırçın ve anlayışsız olacaktır. Bu durum onun okulda en çok ihtiyaç duyduğu uyum konusunda ciddi sorun yaşamasına yol açacaktır.

B. Merhamet etmek ve merhametli olmayı öğretmek

Merhamet doğuştan getirdiğimiz özelliklerimizdendir. Eğitim ve etkileşimle ilerlemesi de gerilemesi de mümkündür. Siz çocuklarınıza merhametle muamele ettiğinizde aynı zamanda onları merhamete teşvik ediyorsunuz. Doğuştan getirdikleri bu vasfın baskın hale gelmesine çalışmış oluyorsunuz.

C. Çocuklar arasında ayırım gözetmemek

Onlara eşit muamele etmeye özen göstermelisiniz. Kız olanla erkek olan arasında, zeki olanla daha zeki olan arasında, tam olanla özürli olan arasında asla ayırım gözetemezsiniz. Sizin bu adil, eşitlikçi tutumunuz şüphesiz onlara da örnek olacaktır.

D. Benlik bilincini geliştirerek kişilik sahibi olmalarını sağlamak

Eğitimin en önemli parçasına değerler eğitimi diyoruz. Çocuklarınızı milli ve manevi değerlerini öğrenip özümsemiş bireyler olarak yetiştirmek sizin görevinizdir. Onların inançlarına uygun bir hayat



yaşamaları sadece okulda alacakları eğitimle mümkün olmaz. Çocuğun hayatı ailenin ve çevresinin yaşam biçimi ve kendisine öğretilenlerle şekillenecektir. Bu konuda onlara hem iyi örnek, hem iyi eğitmen olmak sizin görevlerinizdendir.

E. Sorumluluk duygusu kazandırmak

Onların özgüvene sahip olmalarını, çalışırken bir toplumla bir arada yaşadıklarını da öğretmeliyiz. Biz topluma ve çevremize karşı sorumluluklarımızı yerine getirirsek onlar da bunu öğreneceklerdir.

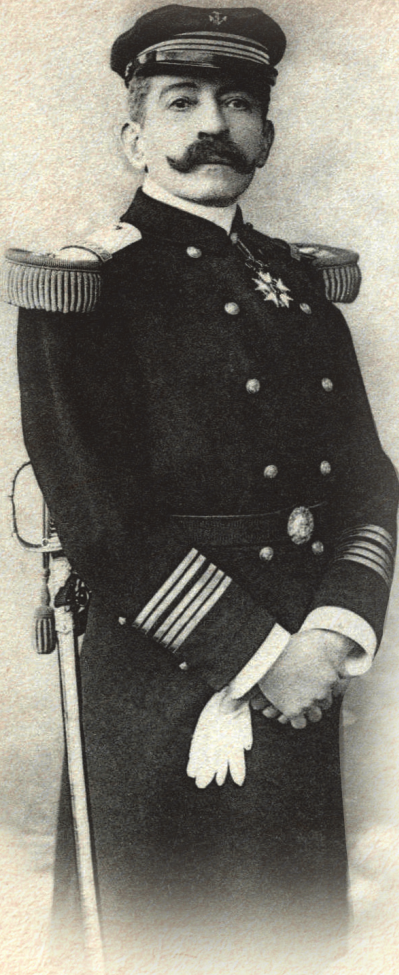
F. Görüşünü almak

Her halinizle çocuğunuza saygı duyar ve görüşünü alırsanız o da size saygı duymakla kalmayacak, bunu hayatının bir ölçüsü haline getirecektir. Onun ailesi nezdinde değerli olduğunu anlaması kişilik bilincini geliştirecek ve yanlış çevrelerden etkilenme ihtimalini azaltacaktır. Görüşünü almanız içe dönük olmasını engelleyecek ve katılımcı yönünün gelişmesine yarayacaktır.

G. Güven duygusu

Aile ortamı her birimiz için en güvenli limandır. Çocuklarınız bunu hissetmeli. Her anlamda ailesine güven duyan çocuklar yanlış çevrelerin etkisinden daha uzak olacaklardır. Ailesine güven duyduğu için onlara karşı daha açık ve şeffaf davranacaklar ve sorunlarını onlarla paylaşacaklardır. Böylece çocuk çözümü yanlış yerlerde arama hatasına düşmeyecek ve tehlikeden uzak kalacaktır.





▣ Bir kentin güzellikleri en iyi yaşayan insanları tarafından farkedilir. Ancak yabancıların onlar hakkındaki şehadetlerinin de önemli bir yanı vardır.

Türk Milleti Hakkında **KİM NE DEMİŞ?**

Türk'ü anlamamak için tarihe göz yummak gerekir. Haksız saldırılar ve adi iftiralar önünde Türk'ün vakur kalışı, kuşku yok ki körlerin gerçeği, eşyayı anlamadıklarını düşündüklerinden ve körlere acıdıklarındandır. Bu soylu davranış o adi iftiralara ne açık bir cevap oluyor.

Pierre Loti

PIERRE LOTİ KİMDİR?

1850 yılında doğup 1923 yılında ölen Fransız romancı. Asıl adı Louis Marie Julien Viaud'dir. Pierre Loti isminin yazara, kimi kaynaklara göre öğrencilik yıllarında; kimi kaynaklara göreyse, 1867 yılında yaptığı Okyanusya seferi sırasında, Tahitili yerliler tarafından verildiği söylenir. Loti, egzotik iklimlerde yetişen egzotik bir çiçeğin ismidir.

1850 yılında Fransa'nın Rochefort kentinde Protestan bir ailenin en küçüğü olarak doğdu. 17 yaşında Fransız Deniz Kuvvetleri'ne girdi. Denizcilik eğitimini tamamladıktan sonra 1881'de yüzbaşı oldu ve ilerleyen yıllarda da terfi ederek albaylığa kadar yükseldi.

Birçok kez İstanbul'da bulunmuş olan Pierre Loti, İstanbul'a ilk kez

1876 yılında bir Fransız gemisiyle, görevli subay olarak geldi. İstanbul'da bulunduğu zamanlarda Eyüp'te yaşadı. İstanbul'a hayran olan Pierre Loti, kendisini her zaman Türk dostu olarak nitelendirdi.

1913 yılında yazdığı La Turquie Agonisante (Can Çekişen Türkiye) kitabıyla Batı politikalarını eleştiren Loti aynı yıl devlet konluğu olarak Türkiye'ye geldiği zaman, Tophane Rıhtımında büyük bir törenle karşılanarak Sultan Reşat tarafından sarayda ağırlandı. Balkan Savaşları'nda, I. Dünya Savaşı'nda ve sonrasında Anadolu işgalinde Avrupa'ya karşı hep Türkler'i savundu. Millî Mücadele döneminde Anadolu'daki direnişe destek vermesi ve kendi ülkesi olan işgalci Fransa'yı ağır bir dille eleştirmesiyle Loti, Türk halkının da sempatisini kazandı. Öyle ki, Türkiye Büyük Millet Meclisi 4 Ekim 1921'de Pierre Loti'ye şükranlarını sunan bir mektup yolladı. Bununla birlikte Pierre Loti, 1920 yılında "İstanbul Şehri Fahri Hemşehrisi" olarak kabul edildi ve onun adını taşıyan bir de cemiyet kuruldu.



Geçmişimiz **DERS DOLU**

■ Türk-İslam kültür ve medeniyetini küçümseyenler her zaman olmuştur. Oysa geçmişimiz, bu küçümsemeyi muhataplarının yüzüne çarpan örneklerle doludur.

Barış Manço ile Fransız spiker arasında geçen unutulmaz diyalogu duymuş muydunuz? Barış Manço, Fransa'da bir televizyon kanalı'nın canlı yayınına konuktur.

Küstah bir spiker vardır ve Barış Manço ile dalga geçmektedir. Sürekli, "İşte Türk, yani barbar, vahşi.." demektedir. Barış Manço daha fazla dayanamaz ve spikere "Yanınızda kâğıt para var mı?" diye sorar.

Bu soruya spiker şaşırır ve "Evet var ama n'olacak" der.

Barış Manço ısrar edince spiker cebindeki kâğıt paraları çıkarır.

Bu olaydan az önce Barış Manço canlı yayında "Anahtar" adlı şarkısını söylemiştir... Bu şarkının bir bölümü şöyledir: "Beş Akif- bir saat kulesi, iki kule-bir Fatih, beş Fatih-bir Mevlana, iki Mevlana-bir Sinan" Bu şarkı bir matematik sorusudur ve şarkıda adı geçen kişiler o dönemdeki Türk parası olan banknotların arkasında fotoğrafı olan kişilerdir.

Barış Manço spikere sorar: "Bu paranızda fotoğrafı olan kişi kim?" Spiker: "General.." der.

Barış Manço diğer paralardaki fotoğrafları olan kişileri de sorar, spikerin verdiği cevaplar hep aynıdır, "general.. amiral... komutan.." Spikerin bu "falanca general, falanca amiral, falanca komutan" cevabından sonra, bu sefer de Barış Manço cebinden Türk paralarını çıkarır.

Spikere der ki:

'Bu parada fotoğrafı olan kişi Mehmet Akif Ersoy'dur. Şairdir.

Bu fotoğraftaki kişi Mevlana'dır, düşünürdür.

Bu paradaki fotoğrafı olan kişi Fatih Sultan Mehmet'dir. Adaletin sembolüdür.

Bu paradaki kişi ise Atatürk'tür. "Yurtta Barış, Dünyada Barış" diyen kişidir.

Bizim paralarımız bunlar..

Biz Türkler ince ruhlu, kibar, medeni insanlar olduğumuz için paralarımızın arkasına şairlerimizin, düşünürlerimizin, bilim adamlarımızın fotoğraflarını bastık.

Siz Fransızlar kendiniz barbar, vahşi olduğunuz için paralarınızın arkasına hep savaş adamlarının fotoğraflarını basmışsınız! der.

Barış Manço'nun bu müthiş cevabından sonra televizyon yöneticileri canlı yayını keserler ve spikeri yayından alırlar, başka bir spiker yerine gelir ve canlı yayın yeniden başlar. Yeni spiker Barış Manço'dan ve Türkler'den özür diler, programa böylece devam edilir. (<http://www.tarihiolaylar.com>)

İstanbul'un Merdivenleri KÜÇÜKÇEKMECE'DE

İSMEK Halkalı Toplu Konutlar Kurs Merkezi Fotoğraf ve Video Çekim Eğitimi Ercan Aydeniz ve kursiyerlerinin çalışmalarının yer aldığı "İstanbul'un Merdivenleri" adlı sergi AKSM'de açıldı.

Küçükçekmece Belediyesi Atakent Kültür ve Sanat Merkezi'ndeki sergi açılışına, Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz, İBB Hayat Boyu Öğrenme Müdürü Ali Koca, İSMEK kursiyerleri ile çok sayıda vatandaş katıldı.

"KÜÇÜKÇEKMECE'DE 11 BİN KURSIYERİMİZ VAR"

İstanbul Büyükşehir Belediyesi Hayat Boyu Öğrenme Müdürü Ali Koca, "Küçükçekmece Belediye Başkanımız

Temel Karadeniz'e kursumuza verdiği destekten dolayı çok teşekkür ederim. Küçükçekmece ilçemizde şu anda aktif 11.000 kursiyerimiz var. İSMEK'te bu yıl 233.000 öğrenci hedefliyoruz. 1996 yılında Cumhurbaşkanımız Recep Tayyip Erdoğan'ın İstanbul Büyükşehir Belediyesi Başkanlığı döneminde başlatmış olduğu bir çalışmanın bugün 20.yılı kutluyoruz. Bugüne kadar da 2 milyon 100 bin vatandaşımıza hizmet verdik" diye konuştu.

"AKSM İLE İLGİLİ YENİ PROJELERİMİZ VAR"

Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz ise "İSMEK sadece Küçükçekmece'de değil İstanbul'da çok önemli işler

başarıyor. Özellikle Atakent bölgemizde hizmet veren İSMEK de bu anlamda öncülük yapacak. Sizlerle birlikte kültür ve sanat anlamında, üretkenlik anlamında çok daha önemli başarılarla imza atacağız. Küçükçekmece'nin en eski kültür merkezi olan AKSM ile ilgili yeni projeler geliştiriyoruz. AKSM'nin yanındaki okulun bahçesine metro istasyonu gelecek. Bunun sonucunda kültür merkezini yenileyerek, çok daha fonksiyonel bir kültür merkezi yapmak için yeni proje üzerinde çalışıyoruz" diye konuştu.

17 İSMEK kursiyerinin 50 eserinden oluşan "İstanbul'un Merdivenleri" isimli fotoğraf sergisi, 12 Nisan'a kadar izleyiciyle buluştu.



Temizlik İşçilerinden **CANLI PERFORMANS**

■ Küçükçekmece Belediyesi, İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü işbirliğiyle Dünya Çevre Günü'ne özel bir dizi etkinlik düzenledi. Bunlardan en dikkat çeken ise temizlik işçileri korusu konseri oldu.

Sefaköy Kültür ve Sanat Merkezi'nde düzenlenen çevre haftası programlarına, Küçükçekmece Belediyesi Temizlik İşleri Korusu konseri damga vurdu. Çevre temizliğine dikkat çekilen programı, Küçükçekmece Belediye Başkan Yardımcısı Mehmet Besim Müftüoğlu ile pek çok Küçükçekmeceli vatandaş ilgiyle izledi.

"ÇEVREYE KARŞI DAHA DUYARLI OLMALIYIZ"

İstiklal Marşı ve saygı duruşunun ardından söz alan Küçükçekmece Belediye

Başkan Yardımcısı Mehmet Besim Müftüoğlu, Küçükçekmece ilçesinde yapılan çevre dostu çalışmalardan bahsederek, "Temiz bir çevreye bir gün değil. 365 gün, insan hayatının olduğu her yerde ihtiyacımız var. Günümüzde dünyanın kirlenmesinden dolayı iklimsel krizler yaşıyoruz. Yağmurun betona yağmasından dolayı seller yaşıyoruz. Bizim çevreye özen göstermemiz gerekiyor. Ürettiklerimizin çevreye daha az zarar vermesi ve geri dönüştürülebilmesi gerekiyor. Biz İstanbul'un en kalabalık en çok çöp çıkan ve en çok geri dönüşümün yapıldığı ilçesiyiz" dedi.

KONTEYNİR VE FARAŞLA RİTİM TUTTULAR

Programda Küçükçekmece Temizlik İşleri Korusu'nun söylediği şarkılar ve sahne performansı damga vurdu. Vatandaşın sokaklarda görmeye alışık olduğu işçiler bu kez sahneye çıkarak dinleyenlere müzik ziyafeti yaşattı. İşçiler; saz, gitar ve davulla hem çalıp hem söylerken, faraş ve çöp konteyniriyla da ritim tuttular.

'Çöpçüler, Yaylalar, Bahçe Duvarı' gibi sevilen parçaları seslendiren koronun Türk bayrağı açması ise ayakta alkışlandı. Hep bir ağızdan parçalara eşlik eden Küçükçekmeceli vatandaşların konserde dans etmesi ise renkli görüntüler oluşturdu.

Programda ilçe okullarından öğrenciler; halk oyunları, pandomim gösterileri sergiledi. Program sonunda ise ilçe genelinde düzenlenen çevre temalı atık pil toplama, şiir, kompozisyon, resim ve figür kategorilerindeki yarışmalarda dereceye giren öğrencilere ve okullara ödülleri protokol üyeleri tarafından verildi. Öğrencilere, bisiklet, diz üstü bilgisayar ve I-pad hediye edildi. Öte yandan ilçe genelindeki geri dönüşüm firmalarının temsilcilerine de Besim Müftüoğlu tarafından plaket verildi.





Felç ve **KORUNMA YOLLARI**

❑ Ölüm sıralamasında inme, kalp damar rahatsızlıkları ve kansere bağlı ölümlerden sonra üçüncü sırada yer alıyor. ülkemizde yılda ortalama 200 bin kişi inme geçiriyor. İnmeye bağlı olarak felç kalma oranı oldukça yüksek. İnme geçiren kişilerin yaklaşık yüzde 15'i ise maalesef hayatını kaybediyor.

Halk arasında inme olarak adlandırılan felç olma durumu ölüm sıralamasında üçüncü büyük risk olmasına rağmen sağlıklı yaşamaya dikkat ederek önlenmesi mümkün.

RİSK ALTINDA OLABİLİRSİNİZ

Felç, önemli bir risk faktörüdür. Ailesinde inme riski olan kişinin kendisinde de bu risk var demektir. İnmeye karşı tedbir alabilmek için geçici beyin damar tıkanıklığı iyi tanınmalıdır. Eğer hasta kısmi felci taklit eden, 24 saatten kısa süren bir atak geçirmişse, bu hasta yüksek ihtimalle normal kişiye göre, on kat daha yüksek bir risk altındadır ve tedbir alınmadığı takdirde 5 yıl içerisinde bir inme geçirecektir. Bu durumu önleyebilmek için vaktinde sağlık kuruluşlarına başvurulup, tedbir alınmalıdır.

Felç geçiren hastaların istatistiksel olarak %30'u genç hastalardır. İnme 65 yaş üstü kişilerde daha sık görülür. Bu yüzden felce karşı her yaşta tedbir almak gerekir. Felç olma durumu genç yaşta erkeklerde, ileri yaşlarda ise kadınlarda daha sık görülen bir olaydır. İnme, yaşlı kadınların ölüm sebeplerinde meme kanserine yakın bir risk faktörüdür. Ayrıca genç yaşta kadınlar doğum kontrol hapları ve menopoz sonrası kullanılan hormon ilaçları da inme riskini artırıyor.

KORUNMAK SİZİN ELİNİZDE

- Genetik olarak ailesinde felç risk olanlar, hiper tansiyon, kalp ve şeker hastalığı bulunanlar sağlık kuruluşlarına başvurarak gerekli tedbirleri almada gecikmemelidir.





Bir fizik tedavi veya nöroloji hekimine başvurmak zorunda kalanlar eğer ailelerinde inme riski varsa, bu durum özellikle ilgililere belirtmeyi ihmal etmemeli.

- Bir fizik tedavi veya nöroloji hekimine başvurmak zorunda kalanlar eğer ailelerinde inme riski varsa, bu durum özellikle ilgililere belirtmeyi ihmal etmemeli.

- Hiper tansiyon inmenin önemli sebeplerinden biridir. Bunun için tansiyon düzeninin takibi iyi yapılmalı. Fiziksel aktivite ve beslenme alışkanlıklarını düzelterek ve gerekirse tansiyon düzenleyici ilaç kullanarak riski en aza indirmeye dikkat etmelisiniz.

- Kalp hastalıklarında özellikle koroner kalp damar hastalıkları ve ritim bozuklukları çok önemli. Bunlar kontrol altına alınırse damarlarda sertleşme ve pıhtılaşmayı engelleyerek riski ortadan kaldırılabilir.

- Kolesterolde yağlı beslenme ve hareketsizlik inme riskini artırır. Yeme alışkanlıklarımızı ve fiziksel aktivitemizi artırarak bunu engelleyebiliriz.

- Uyku apnesi beyne kan ve oksijen gitmesini azalttığı için inmeyi sebep olabilir. Bu yüzden apneyle ilgili tedbirlerin alınmasını ihmal etmeyin.

- Eğer diyabet hastasıysanız felç geçirme riskiniz normal bir insana göre 2-4 kat fazladır. Özellikle kilo alımına dikkat edilmeli ve fiziksel olarak aktif olunmalı.

BUNLARI İHMAL ETMEYİN

- Sigaradan tamamen uzak durun. Sigara, damarlardan pıhtı oluşmasını hızlandırıyor. Kanın akışkanlığını azaltıyor ve damar sertliğinin oluşmasını hızlandırıyor.

- Ne yediğinizi kontrol ederek yaşayın. Beslenmenizi düzenli hale getirin. Meyve ve sebze ağırlıklı ve lif zengini yiyecekler tüketin.

- Tuzu hayatınızda mümkün olduğunca kısıtlayın.

- Kolesterol ve vücutta yağ yapıcı yiyeceklerden, özellikle sentetik ve trans yağları hayatınızdan çıkarın.

- Sağlıklı kiloyu koruyun.

- Aşırı alkol de inme riskini artırıyor. Alkol en çok tansiyon yüksekliğine yol açarak inme riskinin artmasına sebep oluyor.



Çocuğu Yetiştiren Sizsiniz **ONA DOĞRU OLANI ÖĞRETİN**

❑ Çocuğunuzun bilişsiz olarak yaptığı basit bir şey eğer önlem alınmazsa onun hırsız olmasına yol açabilir. Akıllarının ermediği bir dönemde sahip olma duygusuyla yaptıkları bu tür davranışlar, onlara sosyal davranışın sorumlulukları öğretilerek kazasız belasız önlenabilir.

Beş yaşın altı çocukların egosentrik dönemleridir. Bu dönem aynı zamanda çocuğun bilişsel gelişiminin yaşandığı dönemdir. Bu dönem çocukları başkalarının ihtiyaç ve haklarından bihaberdirler. Onlara göre kendi hoşlarına giden şeyler iyi, gitmeyen şeyler kötüdür. Yaşları sıfırdan 5'e doğru seyrederken fiziksel hareketleri gelişir ve bağımsız hareket etmeye başlarlar. Artık seçici kabiliyetleri belirginleşmiştir. Beğendikleri eşyaları sahiplenmek isterler.

Eğer çocuğunuzu bir yuvaya vermişseniz, eve geldiğinde çantasından ya da cebinden kendisine ait olmayan bir eşyayı çıkartması mümkündür ve bu size şaşırtıcı gelmesin. Çocuk, hoşuna giden arkadaş eşyasını almış demektir. Eğer çocuk bu davranışıyla başkasını rahatsız etmemiş ve yakalanmamış olursa bunun kabullenilebilir bir şey olduğunu öğrenir ki, kötü ve zararlı olan budur.

Burada ebeveyne düşen görev, çocuğa kabullenme sınırlarını öğretmektir. Aileden sahiplenme duygusunun sınırlarını öğrenen çocuk bu huyundan vaz geçecek ve bunu bir alışkanlık haline getirmeyecektir. Aile çocuğa anlayacağı bir üslupla herkesin eşyasının kendisi için değerli olduğunu öğretmelidir. Çocuğuna





başkasının eşyasını almak yerine hoşuna giden şeyleri kendilerine bildirmesini söylemeli ve bütçesi el verdiği oranda onun ihtiyaçlarını karşılamalıdır. Aksi halde, yani bu duruma seyirci kalınması durumunda çocuk bunun doğal bir hak olduğuna inanır ve normal okul çağında da sürdürmeye devam eder. Büyüyüp aklı erdiğinde de bunu tercihli bir hırsızlık olarak devam ettirir.

Çocuklara başkalarının eşyalarının alınmayacağını öğretilmesi güç bir şey değildir.

Sahiplenme duygusunu tatmin etmeleri için onlara uygun olan eşyalar verilmelidir. Bir kalem, bir çanta hatta üzerine giydiği bir kazağın sadece ona ait olduğunu bilen çocuk mutlu olur. Başkalarının da olanın kendinde de olduğunu bilmek onu tatmin edecektir.

Çocuğa ona ait olan her türlü eşyanın da başkası tarafından kullanılmaması gerektiği söylenmelidir. Anne, babanın izni bulunmadan onun eşyalarını kullanıyorsa çocuk bunun yanlış bir davranış olmadığını düşünecektir. Diğer insanların hakları olduğu ve bunların bencilce çiğnenmemesi gerektiğini çocuğunuzla anlatmalısınız. Arkadaşında gördüğü bir oyuncakla oynamak için oldukça istekliyse bunun için ondan izin alması gerektiğini belirtmelisiniz. İzin alması halinde arkadaşının oyuncakını onunla paylaşacağını anlatmalısınız.

Çocuklar yaşları ilerledikçe sosyal hayata uyumu da öğrenirler. Aile bütün dikkatine rağmen çocuğunun sosyal hayata uyumunda bir sorun yaşıyorsa mutlaka işinin uzmanı bir psikologdan yardım ve destek almayı ihmal etmemelidir.



10 Bin Uçurtma GÖKYÜZÜNÜ RENKLENDİRDİ

■ Küçükçekmece Belediyesi'nin geleneksel hale getirdiği 13. Uçurtma Şenliği, her yaştan binlerce vatandaşa eğlenme fırsatı sundu. Festivalde vatandaşlara 10 bin uçurtma dağıtıldı.

İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Halkalı yerleşkesinde gerçekleşen Uçurtma Şenliği coşku ve eğlencenin adresi oldu. Festivale Küçükçekmece vatandaşlarla birlikte Küçükçekmece Kaymakamı Harun Kaya, Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz ve İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Mehmet Bulut katıldı.

"FETİH RUHUNUN GELECEK KUŞAKLARA AKTARILMASINI TEMENNİ EDİYORUM"

Festivalde konuşan Harun Kaya, Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz'e böyle bir etkinlik düzenlediği için teşekkür ederek "Küçükçekmece İstanbul'un en büyük ilçesi olarak Türkiye'nin dört bir yanından insanı barındırıyor. Tüm bu insanların tek bir yürek olmasını sağlayan bir gaye var. O gayeye hizmet eden fetih ruhunun gelecek kuşaklara aktarılmasını temenni ediyorum" dedi.

"ÇOCUKLARIMIZ UÇURTMA UÇURSUN DİYE BU TOPRAKLARI KAZANANLARA MİNNET DUYUYORUZ"

Temel Karadeniz ise "Uçurtma özgürlük ve umut demek. 13'üncüsünü düzenlediğimiz bu festival umduğumuzdan da fazla ilgi gördü. Bizim çocuklarımız

uçurtma uçursun, yetim kalmasın diye kendi çocuklarını yetim bırakanlar var. Rabbim tüm şehitlerimizden razı olsun, mekanlarını cennet etsin. Bu toprakları bizim için toprak yapan Fatih Sultan Mehmet'ten Mustafa Kemal'e günümüze gelene kadar vatanımıza hizmet eden herkese minnet duyuyoruz" dedi.

ÇOCUKLARLA BİRLİKTE UÇURTMA UÇURDU

Başkan Temel Karadeniz festivalde vatandaşlarla birlikte uçurtma uçurarak, eğlenceli bir gün yaşadı. Mehmet Bulut da Başkan Karadeniz'e teşekkür ettiği konuşmasında, "Tüm çocuklarımızın bu güzel yurttaki ebediyen uçurtma uçurmalarını diliyorum" dedi.

Profesyonel uçurtmacıların da yer aldığı şenlikte, Küçükçekmece Belediyesi katılımcılara 10 bin uçurtma hediye etti.







Kendine Bak **MUTLU OL**

▣ **Günümüzde hanımların toplumsal hayata daha aktif katılmalarıyla birlikte kişisel bakım gittikçe önemli hale gelmektedir. Derlediğimiz bilgilerle kişisel bakımınızı daha sağlıklı ve güvenli yapabilirsiniz.**



KIRPIKLERİNİZİ UZATABİLİRSİNİZ

Vazelinle kirpik uzatma, en bilinen ve masrafsız yöntemlerden biridir. Kirpik uzatan vazelin uygulaması son derece basit ve zahmetsiz bir yöntemdir.

Doğal yollarla kirpik uzatma yöntemleri uygulamak ve kirpik uzatmak için fazla vakit ayırmak istemeyenler için vazelin uygulaması önerilir. Kirpikleri besleyen ve güçlendiren vazelin, kısa süre içinde etkilerini göstermeye başlar.

Kısa, güçsüz ve seyrek kirpikler genel olarak rimel kullanılarak uzatılır ve daha kalın görünüm sağlanmaya çalışılır. Kirpik uzatma yöntemlerini uygulayarak kirpiklerinizin daha gür ve canlı olmasını sağlayabilirsiniz.

Parmaklarınızı kullanarak yada pamuklu çubuk kullanarak vazelin kirpiklerinizin üstünden ve altından ince bir kat sürün. Akşam yatmadan önce uygulayabilir ya da gün içinde kullanabilirsiniz. Düzenli

olarak kullanıldığında vazelin kirpiklerinizi daha güçlü ve sağlıklı bir hale getirecektir.

Kirpikleri canlandıran ve güçlendiren vazelin uygulaması kaşlar üzerinde de etkilidir. Az miktarda vazelin kaşlarınızın üzerine sürerek hem görünümünü düzeltebilir hem de bakım uygulayarak daha canlı ve gür çıkmalarını sağlayabilirsiniz.

Kuru ve elektriklenen saçlarda vazelin oldukça faydalıdır. Az miktarda vazelin avucunuzun arasına alıp dağıtarak saçlarınıza uygulayabilirsiniz. Vazelin, saçlarınızı onaracak ve elektriklenip kırılmalarını engelleyecektir.

Cildinizdeki kurumuş ve çatlamış bölgelere uygulandığında vazelin güçlü bir nemlendirici görevi üstlenir ve cildin yumuşamasını sağlar. Yağlı cilt yapısına sahip kişiler vazelin uygulamasının ardından ılık su yardımıyla vazelin ciltlerinden temizlemelidir.

Kirpiklerinizin daha hızlı uzamasını ve canlanmasını istiyorsanız vazelin haricinde zeytinyağı ile de bakım uygulayabilirsiniz. Göz çevresi ve göz kapaklarına zeytinyağı ile bakım uygulamak, kirpiklerinizin daha uzun ve kalın görünmesini sağlayacaktır. 2 haftalık düzenli uygulama sonrasında zeytinyağının kirpikleriniz üzerindeki etkilerini fark etmeye başlayacaksınız.

Kirpiklerin uzamasını ve beslenmesini sağlamak için E vitamini ihtiyacınızı karşılamanız şarttır. E vitamini açısından zengin besinler tüketmek ve E vitamini losyonlarını maskara sürmeden önce kirpiklerinize uygulamak kısa sürede başarılı sonuçlar ortaya koyacaktır.

Kirpik kıvrıncı ve kirpik şekillendirici ürünlerin uzun süreli ve sık kullanımı kirpiklerin köklerine zarar verebilmektedir. Kirpiklerinizi kıvrırmak yerine fırçalararak şekil vermeyi deneyebilirsiniz.



GÜZELLİĞİNİZ İÇİN BAZI TAVSİYELER

Cildiniz için uygulayabileceğiniz güzellik sırları ve tavsiyeleri ile daha sağlıklı ve güzel bir görünüme kavuşabilirsiniz.

Saf ve duru bir güzelliğe sahip olmak için yapmanız gerekenler çok basit. Sizlere önereceğimiz bakım uygulamaları ile kendinizi yeniden keşfedeceksiniz.

Manikür: Eller ilk dikkat çeken noktalardan biridir. Bu sebeple elleriniz her zaman bakımlı ve güzel olmak zorundadır. Ellerinize düzenli olarak bakım uygulamalı ve tırnaklarınıza özen göstermelisiniz.

niz. Manikürlü tırnaklar her zaman zarif ve şık görünmektedir.

Saç Bakımı: Saçlar bakımlı ve sağlıklı bir görünüm için son derece önemlidir. Kuru, mat, cansız görünen saçlar tüm güzelliğinizi gölgede bırakabilir. Bu nedenle saçlarınızın parlaması ve canlı görünmesi için bol bol su tüketmek, meyve ve sebze tüketmek önemlidir. Saçlarınızı haftada sadece 1 veya 2 kez yıkayıp perapensiz kremler kullanmayı tercih edin. Saçlarınızı 2-3 günde bir yıkarsanız hem saçlarınız yıpranıp kurumaz hem de özünde bulunan nem azalmaz.

Kaş Bakımı: Kaşlar bakışlarınızın anlam bulması için önemlidir. Güzel bakışlar için kaşlarınızın bakımlı olması gerekmektedir. Bakışlarınızın daha dikkat çekici ve etkili olması için kaşlarınıza gereken özeni göstermelisiniz. Kaş kalemi ve kaş far paleti ile daha dolgun görünen kaşlar elde edebilirsiniz.

Cilt Bakımı: Yüzünüzde siyah nokta ve sivilceler varsa yukarıda saydığımız güzellik sırlarının ne yazık ki bir anlamı kalmıyor. Düzenli olarak uygulayacağınız cilt bakımı maskeleri ile cildinizdeki kusurları gidermeli, leke ve kızarıklıkları başarılı bir makyaj ile kapatmalısınız.



Ağzını temiz tut, **KANSERDEN KORUN**

■ Ağızda bulunan bazı bakteriler pankreas kanserine neden olabiliyor. Günümüzde, en tehlikeli hastalıklarından biri olan pankreas kanseri, basit bir ağız kontrolü ve temizliğiyle önlenabilir.

İzmir Üniversitesi Hastanesi Gastroenteroloji Uzmanı Prof. Dr. Vedat Göral, ağızda bulunan iki bakterinin pankreas kanserine neden olabileceğini belirterek “Gelecekte, çağın en önemli hastalıklarından biri olan pankreas kanseri, basit bir ağız kontrolü ile ortadan kaldırılabılır” dedi.

Pankreas kanseri, sıklığı artan ve hızlı seyir gösteren, tanı konduktan sonra en fazla 1-1.5 yıl yaşam şansı olan bir kanser türü olarak biliniyor. Pankreas kanserinin oluşmasında, günümüzde genetik bozukluk, uzun süreli alkol kullanımı, kronik pankreatit, aşırı kahve tüketimi ve kalıtsal hastalıklar gibi faktörler olduğu biliniyor. Ancak son araştırmalar, pankreas kanseri oluşumuna ağız içerisinde bulunan iki bakterinin de neden olabileceğini ortaya koydu.

İKİ BAKTERİ, NEDEN OLABİLİYOR

Yapılan son araştırmalar, diş etlerinde bulunan 'Periodontitis' hastalığı ile eksik, çürük dişlerde bulunan iki bakterinin, pankreas kanserine neden olabileceğini ortaya koydu.

Çürük ve eksik dişlerde bulunan, 'Porphyromonas Gingivalis' ve 'Aggregatibacter Actinomycetemcomitans' adlı bakterilerin, yüksek oranda pankreas kanserine neden olabileceği belirtildi. 'Porphyromonas Gingivalis' adlı bakteri bulunan kişilerde pankreas kanseri gelişme ihtimali yüzde 59, 'Aggregatibacter Actinomycetemcomitans' adlı bakteri bulunanlarda yüzde 50'den fazla olduğu saptandı. Ağızda bu bakteri bulunmayan kişilerde ise pankreas kanseri gelişmediği görüldü. Bu çalışma sağlıkta büyük bir adım niteliğinde.

AĞIZ SAĞLIĞI KANSERİ ÖNLEYEBİLİR

Ağız ve diş eti sağlığının çok önemli. Ağız hijyeninin iyi olması, ağız ve diş eti muayenesinin düzenli yapılması ve dişlerin düzenli fırçalanması pankreas kanseri ihtimalini belki de çok azaltır. Gelecekte bu bakterilerin taranması ve tedavi edilmesi ile pankreas kanseri görülme oranı çok azalacak. Bu bakteriler ile ilgili yapılacak çalışma, hastalığın tedavisi konusunda büyük yarar sağlayacak. (İHA)



Canan Karatay'dan ÇOK KONUŞULACAK TAVSİYELER



❑ **Beslenme ile ilgili tavsiyeleriyle ezber bozan Kalp ve İç Hastalıkları Uzmanı Prof. Dr. Canan Karatay, Küçükçekmece'de katıldığı söyleşide, sağlıklı beslenme ile ilgili çok konuşulacak açıklamalarda bulundu.**

Küçükçekmece Belediyesi tarafından düzenlenen program kapsamında, ilk olarak Atakent'teki Hobi Bahçesi'nde çocuklarla birlikte domates ve biber fidesi

diken Karatay'a; Küçükçekmece Belediye Başkan Yardımcısı Besim Müftüoğlu eşlik etti. Karatay, Hobi bahçesini çok beğendiğini ifade ederek, çocuklara da sağlıklı beslenme konusunda tavsiyelerde bulundu.

MEYVE SULARI MASUM DEĞİL

Çocukların meyve suyundan uzak tutulması gerektiğini söyleyen Canan Karatay, "Meyve suyunun içine konulan fruktoz ve içinde bulunan mısır şurubu şekeri, çocuklarımızın karaciğerini yağlandırıyor. Çocukların en önemli alkolü meyve sularıdır. 'Çocuklara şeker verme' kampanyası başlattık. Asitli içecekler de aynı. Bir bardak kolada 22 paket şeker var. Çocuğumuza evde sıkığımız portakal suları da dahil meyve suyu vermiyeceğiz. Çünkü meyve içmek için değil,

yemek içindir. Çocuklarımızın göbekleri yağlı değilse dondurma yesinler. Yalnız dondurmalar maalesef mısır grubu şekeriyle yapıldığı için zararlı olabilir. Dondurma yediğiniz zaman gırtlığınızda yanma olursa bilin ki onun içinde sağlıklı şeker yok demektir. Annelerin yaptığı dondurmayı yesinler, onun dışında yemesinler. Dondurma bir yiyecek değildir. Çocukların ve büyüklerin aldatmacasıdır" diye konuştu.

"650 GR BEBEĞE ŞEKER YÜKLEMESİ YAPTIRMAYIN"

Karatay, şeker hastalığının temelinin ana rahminde atıldığını ifade ettiği konuşmasında, ebeveynlere "Gebele-re şeker yüklemesi de yapılmayarak, çocuklardaki obezitenin önüne geçilecek. 24. haftada 650 gr patlıcan kadar bebeğe





şeker yüklemesi yapıyorlar. Temelini atmış oluyorlar. Obezite ana rahminde başlıyor. Çocukların obez olması onların suçu değil. Ebeveynler, 2 yaşında çocuğun doğum gününde kola ikram ediyorlar. Çocuklarımıza kek ve şeker vermeyeceğiz. Doğum günlerinde pasta, çikolata yok. Alkol mü içiyor bu çocuklar ki, göbekleri çıkmış. Yağ tulumu gibiler. Lütfen şekerle çocuğunuzun bağımsızlığını çöktürmeyin" tavsiyesinde bulundu.

"TEREYAĞI VUCUDUN EN ÖNEMLİ BESİN KAYNAĞIDIR"

Hobi Bahçesi'ndeki gezisinin ardından Atakent Kültür ve Sanat Merkezi'ndeki söyleşiye katılan Karatay, yaptığı açıklamada tereyağının önemli bir besin kaynağı olduğunu söyleyerek, "Doğal tereyağı, köy tereyağı tüketebilirler. Ben bir kardiyolog olarak kitabımda tereyağı nasıl yapılacak onu anlatıyorum. Çünkü, tereyağı kalbimizin iyi çalışması için önemlidir ve vücudumuzun en önemli besinlerinden biridir. Damarlarımızın tıkanmaması içinde tereyağı önemlidir. Tereyağını köy yumurtasına kırıp yiyebilirsiniz, yemeklerinizde kullanabilirsiniz. Hatta Orta Asya'da yaşayan kişiler çaylarına tereyağı koyarlar. Bizde de şeker üretilmeden önce çaylar tereyağı ile içilirdi. Tereyağının hiçbir zararı yoktur" diye konuştu.

"ZEYTİNYAĞI ANA SÜTÜNÜN AYNISIDIR, ALTIN SUYUDUR"

Zeytinyağının önemli bir besin kaynağı olduğunu ifade eden Dr. Karatay, "Zeytinyağı çoklu doymamıştır, zeytinyağı da çok faydalıdır. Zeytinyağı yağ değildir. Doğal zeytinyağı ana sütünün aynısıdır. Zeytinyağı zeytin meyvesinin meyve suyudur. Çocuklara rahatlıkla zeytinyağı verebilirsiniz. Zeytini içine döküp yedirebilirsiniz. Zeytin en sağlıklı meyvedir, zeytinyağı da en sağlıklı meyve suyudur. Zeytin altındır, zeytinyağı da altın suyudur" şeklinde konuştu.

"ŞEKER HASTALIĞI GENETİK DEĞİLDİR"

Şekerin en tatlı zehir olduğunu ifade eden Karatay, şeker hastalığının genetik olmadığını ifade ederek, "Kalp krizinin sebebi şekerdir. İki dilim tam buğday ekmeği, kan şekerini iki çorba kaşığı toz şekerden fazla yükseltir. Dünya Sağlık Örgütü'nün 2016 raporuna göre, şeker korkunç oranda artıyor. Şeker ilaçtır, besin değildir. Morfindir. Hastalıkların temelinde şeker, ekmeğin ve hareketsizlik yatıyor. Şeker genetik de değildir. Aileseldir. Kişi ailesinde görmüştür şeker tüketmeyi. Benim babam şeker hastasıydı, annem bize hiç şeker kullanmazdı. Bizde şeker yok. Şekerin tadını bilmiyoruz" dedi.

"TRİGLİSERİD KANSER SEBEBİ"

Obezite, tansiyon yüksekliği, kalp krizi, kanserler, kısırlık, depresyon, unutkanlık, polikistik over, fibrokistik meme, eklem kas ağrılarının temelinde şeker ve insülin yüksekliğinin yattığını belirten Karatay, şekerin trigliseride dönüşerek, vücudumuzda yağ olarak depo edildiğini ve trigliseridin de kanser sebebi olduğunu söyledi.

"DELİ DANA GİBİ KOŞMANIZA GEREK YOK, 20 DAKİKA YÜRÜMEK YETERLİ"

Ünlü Profesör, formda ve sağlıklı kalmak isteyenlere de şu tavsiyelerde bulundu:

"İbni Sina, 'iki öğün sağlıklıdır üç öğün hastalıktır' diyor. Her yemek yediğinizde insülin yükseliyor. 20 dakika yürüdüğünüzde, mutluluğunuz artıyor. Açlığınızı önlüyor. Deli dana gibi koşmanıza gerek yok. Ağır sporlar yapmanıza gerek yok. O zaman insülin direnci artıyor. Kalori hesabı geçmişte kaldı. Artık, sadece acıkınca, sağlıklı olan şeylerden yiyin. Sık sık yemeyin. İki saatte bir vücudunuzu yormaya gerek yok" dedi.

Söyleşi sonunda, Küçükçekmece Belediye Başkan Yardımcısı Besim Müftüoğlu, Karatay'a teşekkür ederek, çiçek takdim etti.

Düşünce Dünyamız **FİLİBELİ AHMED HİLMİ**

❑ Ocak-Mart sayımızda sizlere *Filibeli Ahmet Hilmi Efendi'nin hayatından bahsetmiştik. Bu sayımızda da O'nun eserlerinden bahsederek düşünce dünyamıza katkılarını anlatacağız.*



Eserlerinden, Ahmed Hilmi'nin felsefi konularda ve tasavvufta derin bir bilgi birikiminin olduğu anlaşılmaktadır. Materyalizm-spiritüalizm (maddecilik-ruhçuluk) mücadelesinde felsefi tartışmaları oldukça önemlidir. Onun bu konularda materyalist düşünceyi savunan Celal Nuri, Baha Tevfik ve Abdullah Cevdet gibileriyle fikir ve kalem tartışmaları olmuştur. Louis Büchner'in "Madde ve Kuvvet"i B. Tevfik tarafından müdafaa edilince, Ahmed Hilmi bunun tam bir tahlil ve tenkidini yapmaya kalkıyor. İlimlerin süratle ilerlemesinin materyalizm fikirlerine büyük bir yenilik getirmediğini, ilk çağda Lucrece'nin "De Rarum Naturae"da ortaya koyduğu materyalizm

delillerine yeni bir şey katmadığını söylüyor.

"Allah'ı inkar mümkün müdür?" isimli eserinde bütün felsefe tarihini gözden geçirir ve filozofların düşüncelerini tahlil ve tenkit eder. Ahmed Hilmi materyalistlerin aksine ruhun bedenden bağımsız varlığını, mahiyetinin bilinmez olduğunu kabul ediyor.

Ahmed Hilmi, "yapılan incelemelerden insan ruhunun birliği ve bütünlüğü sonucuna vardığını" söylüyor. Ruhun bedenden sonra devamına gelince, bu konuda spiritualist (ruhçu) filozofların delillerinden yararlanmak isteyen yazar; "Ruhu bir tabiat kuvveti sayanlar bile, kuvvetin sakımı ilkesi

gereğince onun bekasından şüphe etmezler. Tartışma konusu olan nokta, insani kişiliğin devamıdır. Fakat enerjinin sakımı kanun olan ihtiyaç ahlaki düsturlar göz önüne çıkınca ruhun devamını ispat eden deliller meydana çıkar diyor. Bedenin çürümesinden sonra ruh ne oluyor? Muhyiddin Arabi, ruhun manevi âlemde (Ahiret'te) yeni bir "mazhar" (substratum) bulacağını söylüyor ki, Şehbenderzade'ye göre bu konuda söylenebileceklerin en mükemmeli budur. Yok olmak, parçalanmak dağılmakla aynıdır. Birlik ve basitliği olan şey ise dağılmaz ve parçalanmaz. Ruh, bir ve basittir, öyleyse o dağılmaz yani yok olmaz. Ahmed Hilmi materyalistlerin ruh görüşlerini tenkit



ederken, ruhun beyin fonksiyonları ile açıklanmasının imkansız olduğunu anlatıyor. "Ruhu görmüyoruz, fakat elektriği de görmüyoruz, ama eserleriyle tanıyoruz. Ruhi olaylar, onun varlığı için yeter delil değil midir? Hiçbir zaman ruhu maddenin eseri saymaya hakkımız yoktur ve bunu ilim yoluyla yapamayız. Bu ne akılla, ne tecrübe ile yapılabilir. Buna karşılık alemi ruhtan ibaret sayan idealistlerin veya yalnız kuvvet özelliğinden ibaret sayan materyalistlerin hakkı yoktur." diyen Ahmed Hilmi, Büchner ve E. Haeckel'in bu konudaki görüşlerini tenkit ettikten sonra, ruha ait özel tecrübeler yapan geniş görüşlü bilginlere, mesela Flamarion'a dayanıyor. Böylece ruhun maddeden bağımsız olarak tecrübe konusu olabileceğini savunuyor. Ahmed Hilmi aynı eserinde "Bu milleti, Avrupa'dan körü körüne ve iğreti alınan beş on düsturla başka bir kalıba dökmeye kalkışmak son derece gülünç bir haldir." diyor. "Kuru bir taklitte ciddi şekilde ilerleyemeyiz. Sahte ilimle yalnız kıyafetimizi ve şekilleri medenileştirebiliriz ki, bu bir evrim olmadıktan başka, zaten züğürt olan bizleri pahalı bir geçim tarzına sürükleyerek tam iflasa götürür. İlerlemek istiyorsak, bir yandan çöküntümüzün sebeplerini, öte yandan ictimai bünyemizin unsurlarının ne olduğunu tedkik etmeliyiz. Biz, milliyetimizi meydana getiren temelleri harap halde bırakıp yeni temeller yapmaya kalkışırsak, intihara teşebbüs etmiş oluruz. Fakat ilerleme ve yenileşme anlamına yabancı kalır da geri görüşler içine saplanırsak, ictimai yapımız, varlığımız kansızlıktan mahvolur." fikirlerini ileri sürüyor. Böylece o, hem temelsiz, taklitçi bir ilerililik fik-

rinin feci yanlışlığını, hem de çarpık muhafazakarlığa çatarak, bir terkid yapmak istiyor.

Ayrıca taklid hastalığına temas ediyor ve "Avrupa ilim deryasından bir damla alabilenimiz doğruyu ve doğruları, daha açık söyleyeyim, milletini pek aşağı ve zayıf görüyor. Milletini reddettiği için milleti de onu reddediyor. Batı taklitçisi yarı aydın muhitinin yabancısı kalıyor." diyor. Avrupa'ya gidenlerimizin, oranın okullarını, kütüphane, müze, tiyatro gibi temaşa yerlerini gördüklerini, o yerlerin arkasındaki sefaleti, en ahlaksız adamı utandıracak rezaleti, sürünenleri görmediklerini ifade ediyor. "Bir Fransız gibi giyinen, bir İngiliz gibi gezinen, bir İtalyan gibi şarkı söyleyenimiz var; fakat bir zırhlı mühendisimiz, bir fabrika kuracak adamımız yok." diyor. Sonra da "Avrupa'dan neler aldık?" sorusuna "Milliyeti hakir görme, dinle alay etme, sembolizm, materyalizm, sosyalizm, dinsizlik, vesaire aldık." diyor. Ayrıca Ahmed Hilmi "Avrupa sözde Milliyetperverliği reddediyor, insanlık adına birleşmeyi telkin ediyor, fakat bir İngiliz kendi milletinin saadeti için dünyayı yok etmeye hazır, bir Alman, Almanlık için her şeye amade. Biz bu hakikati görmüyoruz ve milliyetçilik düşmanlığının zavallı memlekete faydalı olacağını zannediyoruz. Avrupa bize dinsizlik tavsiye ediyor fakat kendi dinini yaymak için milyonlar harcıyor ve binlerce adamı seferber ediyor. Milli ve dini ta'assup; işte Avrupa'nın iki kudret kanalı. Biz ise bu hakikati görmüyoruz. Avrupa'nın kuvvet ve kudret amillerinden hiçbirini ele geçiremediğimiz halde günümüz medeniyetinin ne kadar hastalık ve zehirleri varsa hepsi bizde kolayca

kabul zemini buluyor." diyor. Sonra "Bizdeki acaibliklerin en yıkıcılarına dikkatinizi çekmek isterim. Tanıdıklarımın içinde demokrat, sosyalist, materyalist, serbest mübadeleci, himayeci, liberal olanlar var. Uzunca bir tahlil ve tedkik sonunda hayretle anladım ki, bu adamların çoğu, şu kelimelerin ifade ettiği manalardan habersiz. Bir kör doğuşu ki, gariplik ve gafletin bu derecesine gülme mi acımak mı lazım, tayin edemiyorum. Merkeziyet ve adem-i merkeziyet taraftarı olup ta, manalarından habersiz olan iki kişinin düşmanlığı, boğaz boğaza kavgası, doğrusu her vakit görülemeyecek sosyal komedilerdendir. Sosyoloji disiplininin habersiz, hatta bu ilmin tarifini bile duymamış bir sayın kişinin, kelimelerin sadece lügat manası delaletiyle, bir dergiye sosyal bir makale yazdığını görünce cidden şaşırıp kalmıştım. Ateizm yani küfür ve dinsizlik doktrininin neticelerini kabul edemeyen, her başı sıkıldıkça "Aman Ya Rabbi" diye bağıran dinsizler görüyoruz. Cenab-ı Hakk'ı inkar ettiği halde cin ve hayalet korkusundan bir odada yalnız yatamayan materyalistlerimiz de var." diyor. "Bir işe nerden başlamak gerektiğini tayin edememek, her işi birden yapmaya kalkmak, esasla teferruatı karıştırmak gibi haller, hep belirli bir idealin ve düzenli bir metodun yokluğunu gösteriyor. Ne olmak istiyoruz? Ahlakı düzeltmek, iktisatça yükselmek mi? Fakat her şeyden önce gençlerin bir hayat görüşü, bir felsefesi olması gerekir ki, bu istedikleri şeyleri düzenleyebilsinler."

Kübra Ergun

Küçükçekmece Belediyesi'nden **ANNELERE ÖZEL KUTLAMA**



❑ Küçükçekmece Belediyesi bu yıl 'Anneler Günü'nü bir dizi etkinliklerle kutladı. Başkan Karadeniz vefat etmiş bütün annelere rahmet dileyerek önemli bir noktaya dikkat çekti: Annenizin kıymetini hayattayken bilin!

Küçükçekmece Belediyesi, Anneler Günü dolayısıyla bir dizi etkinlik düzenledi. 'Annelerle Çay Saati' programına

katılan Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz, annelerin kıymetinin bilinmesi gerektiğini dile getirerek, tüm annelerin gününü kutladı ve onlara çiçek takdim etti. Başkan Karadeniz, "Özellikle annelerini kaybetmiş olan değerli Küçükçekmecelilerin annelerine rahmetler diliyorum. Önemli olan annelerimiz yaşarken kıymetlerini bilmek. Bu anlayışı, bu yaklaşımı çocuklarımıza aşılayalım. Çünkü çocuklarımızla alakalı o güçlü aile bağını kuramazsak ne anneler günü ne de babalar günü, güçlü bir aile olmamıza yetmeyebilir" diye konuştu.

ENGELLİ ANNELERİNE BOĞAZ TURU

Engelli çocuklar ve anneleri için düzenlenen boğaz turuna ise Küçükçekmece

Belediye Başkan Yardımcısı Recep Şençan ve çok sayıda engelli çocuk aileleri ile birlikte katıldı. Etkinliğe engelli çocuğuyla birlikte katılan ve düzenlenen programın kendilerini çok mutlu ettiğini ifade eden Nuray Buğdaycı, "Küçükçekmece Belediyesi engelli vatandaşlar konusunda çok duyarlı. Çocuklarımıza ve engelli vatandaşlarımıza verdikleri değer ve önem hepimizi çok mutlu ediyor. Bu güzel ve anlamlı günde engelli annelerini unutmadığı için Küçükçekmece Belediye Başkanı Temel Karadeniz'e çok teşekkür ederim. Sayelerinde ilk kez çocuğumla birlikte boğaz turuna katılıyorum" diye konuştu. Programda, engelli çocuklar ilizyon gösterisi ve palyaçolarla gönüllerince eğlenerek, çalan müzik eşliğinde halay çekti. Programa 550 engelli ve anneleri katıldı.





MİNİKLERDEN ANNELER GÜNÜNE ÖZEL PERFORMANS

Küçükçekmece Müzik Akademisi'nde Atakent Dergisi işbirliğiyle gerçekleştirilen kutlama programında İstanbul Teknik Üniversitesi Devlet Konservatuarı mezunu Çağrı Okyar'ın öğrencileri tüm anneler için piyano, flüt ve klarnet performanslarını sergiledi. Küçüklerin solo konseri büyüklerden tam not aldı.

BİLGİ EVLERİ'NDEN ANNELER GÜNÜ ÖZEL KONSERİ

Küçükçekmece Belediyesi Bilgi Evleri de bu özel günde anneleri unutmadı. Bilgi Evleri Türk Halk Müziği korosunun 'anne' temalı şarkılar ve türküleri seslendirdiği konsere ilçe'deki öğrenciler ve ebeveynleri yoğun ilgi gösterdi. Erdal Şahin şefliğinde sahneye çıkan öğrencilerin koro ve solo performansına, katılımcılar alkışlarla eşlik etti. Konserin ardından Küçükçekmece Belediyesi ve İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü tarafından düzenlenen 'anne sevgisi' temalı resim yarışmasının ödülleri de sahiplerini buldu.



Bir Saniyede **DÜNYAYI DOLAŞMAK**

▣ Uyku sırasında, kişinin bilinçaltında düşüncelerinin, özlemlerinin ya da isteklerinin bir film şeridi gibi göz önünden geçtiği varsayılır ki buna Rüya adı verilir.

Rüyalar insanoğlunun hayatında var olan bir şeydir ve daima merak uyandırmayı başarmışlardır. Eski çağlardan beri insanları ilgilendiren rüyalara ilkel toplumlardan beri önem verilmiştir. Batıl dinlere mensup toplumlarda yaşayan insanlar rüyaların, korkulan tanrılar tarafından verilen armağan veya cezalar olabileceğine inanırlardı. Daha sonra kahinler ortaya çıktı ve onlar rüyaları

açıklamaya, yorumlamaya başladılar. İlk rüya yorumcularının ne zaman ortaya çıktıkları bilinmiyor. Ancak Babil'in kahinlerinin büyük ün yaptıkları bilinmektedir. Kaldeliler, astroloji vb.nin yanı sıra rüya yorumlarında da başarı kazanmışlardır. Eski Mısırlılar, eski Yunanlılar ve Araplar rüya yorumlarıyla ilgili kitaplar yazmışlardır. Bizim geleneğimizde de rüyalar Rahmani ve Şeytani olarak ayrı bölümlerde tasnif edilir. Geleneğimize göre efdal olan, rüyayı hayra yormaktır.

İnsanoğlu ortalama 60 yıllık hayatının yaklaşık üçte birini yani 20 yılını uyku da geçirir. Uyku, günlük çalışmalardan yorgun düşen insan bedeninin ve sinirlerinin dinlenme zamanıdır. Uyku sırasında, kişinin bilinçaltında düşüncelerinin, özlemlerinin ya da isteklerinin bir film şeridi gibi göz önünden geçtiği varsayılır ki buna Rüya adı verilir.

Bazı soyut kavramların açıklamaları bilimsel bir zemine oturtularak ifade edilebildiği halde, rüya kavramını bu şekilde açıklamak pek mümkün görünmüyor. Ancak bunu bilimsel verilerle değil de, dinsel yönden açıklanabildiği de bir başka soyut gerçektir. Bu açıklamaya göre ruh bedenden ayrıldığı zaman, yaşanan olayların tümüne rüya diyebiliriz.

Rüyalarda yaşananlar inanılmayacak kadar hızlı gelişir. Bir kaç dakikalık rüya esnasında bile çok uzun sürdüğünü sanılan garip, şaşırtıcı ve çok değişik olaylar birbirlerini izler, bu nedenle rüyada zaman kavramı oluşmaz. Ancak zaman kavramını, uyandıktan sonra beyinin öğretileri ve alışkanlıkları doğrultusunda saptadığımız bir anlar toplamıdır sadece.



Bilim adamları rüyanın süresi üzerinde kesin bir sonuca varamamışlardır. Bir kısmı rüyaların sadece birkaç saniye sürdüğünü iddia ederken, diğer bir kısmı da saatlerce devam eden rüyaların olduğu fikrindedir. Bu tartışmalar sırasında Dr. B. Klein adında Amerikalı bir bilim adamı bir araştırmaya başlamış ve gönüllü olarak seçtiği kişileri hipnotize ederek uyutmaya başlamıştır ve belli bir süre sonra uyandırıp rüyalarını dinleyerek, bir rüyanın 20 saniyeyi geçmeyecek kadar kısa sürdüğünü belirlemiştir. Dr. Klein'ın sürdürdüğü bu araştırmanın sonunda en uzun rüyanın 90 saniyeyi geçirmediği ortaya çıkmıştır.

RÜYALARIN TÜRLERİ

Uzmanlara göre uyku birkaç bölümden oluşur. Uykusu gelen insan yatağına yatar ve gözlerini kapatır. Kısa süre sonra göz kapakları belli belirsiz titremeye başlar. İnsan o sırada uykuya dalmış ve rüya görmeye başlamıştır. Uykusuzluk sorunu yaşayan kişilerin uyumak için bir takım ilaçlar alması rüya görülmesini engelleyebilir. Kafası yorgun, devamlı bir konuyla ilgilenen kimse uyuduğunda rüyasında karmakarışık şeyler ya da ilgilendiği, önem verdiği konuyu görebilir. Bu tür rüyalar yorumlanmazlar.

Kabus veya karabasan denilen şey de bir rüyadır, genellikle iyi başlar. Uyuyan kimse hoş bir olay ile ilgilendiğini görür ve sonra bu rüya birden korkutucu bir hal almaya başlar. Güzel görüntü değişerek insana dehşet verir. Kabusların açıklamasını sinir doktorları ve psikanalistler yapmaktadır. Kabusları, rüyada bir kez görülen korkutucu sahnelerle karıştırmamak gerekir. Karabasan gören insan korkar. Bir ara rüyada olduğunu hissederek uyanmak ister. Bunu başaramaz veya uyandığını zanneder ama bu sırada kabus devam eder.

Olduğu gibi çıkan rüyalar, genellikle sezgisi güçlü olan kişilerin rüyalarıdır. Buna "Gerçek Rüya" adı verilir. Böyle rüyalar görenler, dikkatli davranmalıdırlar. Gördükleri şeyleri iyi değerlendirmelidirler.

Uyuyan kimse rüyasında birçok şey görür ve sabah uyandığında da bunlardan bazılarını anımsar ki bunlar yorumlanamaz.

bilir. Rüya tabiri denilen şey, dördüncü tür için gereklidir daha çok. Sabah uyanıldığında akılda kalan ve hatta insanı etkileyen rüyalar yorumlanabilir.

Bazı kimseler aynı rüyayı sık sık görür. Örneğin rüyasında daima aynı eve girdiğini, aynı kişiyi görebilir, halbuki gerçekte kendisi ne o evi, ne de kişiyi bilmektedir.

Rüyalar mümkün olduğu kadar bu işi bilen ve onu hayra yoracak kişilere anlatılmalıdır. Rüyaların süresi için birkaç dakika ya da daha uzun sürer diyenler olduğu gibi, birkaç saniye sürer diyenler de vardır. Rüyaların süresini birkaç saniyeyle sınırlayanların daha bilimsel olduğu genel kabuldür.





Osman Gazi'nin, Oğlu **ORHAN GAZİ'YE** **VASIYETİ**

▣ **Allah'ın (c.c.) hakkını ve kulların hukukunu gözet!.. Ve senden sonrakilere böyle nasihat etmekten geri durma. Ve adalet ve insafa riayet ile zulmü kaldırmaya devam ile her bir işe teşebbüs de Allah'ın yardımına güven.**

Ey oğul! Her işten önce din işlerine dikkat et. Zira farizaya (farzlara) dikkat, din ve devletin güçlenmesine sebeptir. Din işlerini; dikkatli olmayan, itikadı bozuk ve doğru yoldan ayrılmaya yönelen, büyük günahlardan kaçınmayan, helala-harama dikkat etmeyen sefihlere ve ayrıca tecrübesiz kişilere bırakma, devlet idaresinde bu gibi kişilere iş verme!.. Zira yaratandan korkmayan, yaratılandan hiç korkmaz. Büyük günah işleyen ve bunu devam ettiren kimsede sadakat olmaz.

Böyle kişilerin sadakati olsa ümmeti olduğu Peygamber-i Zıshan'ın sadık tebligatı üzere hareket eder de şer'i şerifin dışına çıkmazdı. Zulümden, bid'atten sakın. Zulme ve bid'ate teşvik edenleri devletinden uzaklaştır. Çünkü böyleleri seni zevale uğratmış olurlar. Daima cihad ile devletini genişletmeye çalış. Çünkü uzun zaman sefer olunmazsa askerin secaatine; reislerin ve kumandanların bilgi, tedbir ve malumatına ağırlık ve noksanlık gelir. Böyle sefer işlerini bilenler ölür gider de yerine tecrübesiz kimseler gelir, bu yüzden de bir çok hatalar meydana gelir ki, bundan da devlet büyük zararlar görür.

Beytül-mali koru! Devletin servetini çoğaltmaya çalış!.. Şer'i şerifin ölçüsüne göre sana ait olana kanaatle, ihtiyaçlarından ve gerekli olanlardan başka lüzumsuz yere telef etme, israftan kaçın. Askerinle, malınla gururlanma. Zira onlar Allah yolunda cihad için milletin işlerinin yerli yerinde görülmesi ve cihana adalet ve fazileti yayman için vasıta dırlar.

Sadakatle Allah rızası için çalışan devlet erkanını koru...

Vefatlarından sonra böyle kimselerin çoluk-çocuğuna bak, ihtiyaçlarını karşıla. Halkından hiç kimsenin malına tecavüz etme. Hak edenlere yardım ile iltifat elini uzat, böylelerinin yakınlarını sıkıntıdan kurtar.

Askeri erkanı iyi koru...

Alimler, fazıllar, sanatkarlar, edipler; devletin bedeninin gücüdür. Bunlara iltifat ve ikramda bulun.

Bir kemal sahibi iştince onunla yakınlık kur, dirlikler ver ve ihsan eyle!.. Hükümetinde ulema, fazıl kimseler, erbab-ı marif çoğalsın, siyaset ve din işleri nizam bulsun!.. Benden ibret al ki, bu diyarlara

zayıf bir bey olarak gelip hak etmediğim halde bunca inayet-i celile-i Rabbaniye'ye mazhar oldum. Sen de benim yolundan git ve bu Din-i Muhammedi'yi ve ashabını, başka sana tabi olanları koru.

Allah'ın (c.c.) hakkını ve kulların hukukunu gözet!.. Ve senden sonrakilere böyle nasihat etmekten geri durma. Ve adalet ve insafa riayet ile zulmü kaldırmaya devam ile her bir işe teşebbüs de Allah'ın yardımına güven.

Halkını düşman istilasından ve zulme uğratılmaktan koru...

Haksız yere hiç bir ferde layık olmayan muamelede bulunma...

Halkı taltif et, hepsinin rızasını kazan.

...

BİR PORTR E OSMAN GAZİ

Osmanlı Devleti'nin kurucusu olan Osman Gazi 1258'de Söğüt'te doğdu. Babası Ertuğrul Gazi, annesi Hayme Hatun'dur. Osman Gazi uzun boylu, yuvarlak yüzlü, esmer tenli, ela gözlü ve kalın kaşlıydı. Omuzları arası oldukça geniş, vücudunun belden yukarı kısmı aşağı kısmına oranla daha uzundu. Başına kırmızı





çuhadan yapılmış Çağatay tarzında Horasan tacı giyerdi. İç ve dış elbiseleri geniş yenliydi.

Osman Gazi değerli bir devlet adamıydı. Dürüst, tedbirli, cesur, cömert ve adaletliydi. Fakirlere yedirip, giydirmeyi çok severdi. Üzerindeki elbiseye kim biraz dikkatlice baksa, hemen çıkartıp ona hediyeler ederdi. Her ikinci vakti kendi evinde kim varsa onlara ziyafet verirdi.

Osman Gazi, 1281 yılında Söğüt'te Kayı Boyu'nun yönetimine geçtiğinde henüz 23 yaşındaydı. Ata binmekte, kılıç kullanmakta ve savaşmakta çok ustaydı. Aşiretin ileri gelenlerinden Ömer Bey'in kızı Mal Hatun ile evlendi ve bu evlilikten ileride Osmanlı Devleti'nin başına geçecek olan oğlu Orhan Gazi doğdu.

Osman Gazi, Ahi Şeyhlerinden Edebalı'nın görüşlerine değer verir ve ona saygı duyardı. Sık sık Şeyh Edebalı'nın Eskişehir Sultanönü'ndeki Dergahına gider ve misafir kalırdı.

Osman Gazi bir gece Şeyh Edebalı'nın dergahında misafirirken, bir rüya gördü. Sabah olunca hemen Şeyh Edebalı'ya koşup, ona şöyle dedi:

"Şeyhim, rüyama girdiniz. Göğsünüzden bir ay çıktı. Yükseldi, yükseldi, sonra benim koynuma girdi. Göbeğimden bir ağaç büyümeye başladı. Büyüdü, yeşillendi. Dal, budak saldı. Dallarının gölgesi bütün dünyayı tuttu. Rüyam ne manaya gelir.

Şeyh, bir süre sustuktan sonra ona şöyle dedi: "Müjdelersün ey Osman! Hak Teala, sana ve senin evladına saltanat verdi. Bütün dünya, evladının himayesinde olacak, kızım da sana eş olacak."

Bu olaydan sonra Şeyh, kızı Bala Hatun'u Osman Bey'e verdi. Bu evlilikten de Alaeddin doğdu.

Anadolu'da kurulup, 600 yıllık bir tarih diliminde ve üç kıtada hüküm süren Osmanlı Devleti'nin kurucusu Osman Gazi, 1326'da Bursa'da Nikris hastalığından öldü. Vefat ettiğinde geriye bıraktığı mal varlığı şunlardı: Bir at zırhı, bir çift çizme, birkaç tane sancak, bir kılıç, bir mızrak, bir tirkeş, birkaç at, üç sürü koyun, tuzluk ve kaşıklik.

Erkek çocukları: Pazarlı Bey, Çoban Bey, Hamid Bey, Orhan Bey, Alaeddin Ali Bey, Melik Bey, Savcı Bey

Kız çocukları: Fatma Hatun





Peygamberimiz ve ÇOCUKLAR

❏ **Çocuklarını sevmeyen bir toplumun geleceğinden endişe edilir. Peygamber Efendimizin çocuk sevgisi ve onlarla iletişimi şüphesiz hepimize örnek olacak niteliktedir.**

Peygamberimizin şefkatinin en canlı örneğini çocuklar üzerinde görüyoruz. Peygamberimizin çocuklara olan şefkati ve sevgisi bambaşkaydı.

Hiz. Enes diyor ki: 'Çoluk çocuğuna Peygamberimizden daha şefkatli bir kimseyi görmedim. Oğlu İbrahim'in Medine'nin Avali semtinde oturan bir süt annesi vardı. Beraberinde ben de bulunduğum halde Resulullah sık sık oğlunu görmeye giderdi. Varınca, demircinin duman dolu evine girer, oğlunu kucaklar, koklar, öper ve bir süre sonra da dönerdi.'

Bir çocuk gördüğü zaman Peygamberimizin mübarek yüzünü neşe ve sevinç kaplardı. Onu tutar, kollarının arasına alır, kucaklar, okşar, sever ve öperdi.

Gördüğü ve karşılaştığı her çocuğa selâm verir, halini hatırını sorardı. Binekte bulunduğu zaman çocukları atın terkisine alır, gidecekleri yere ka-

dar götürürdü. Çocuklarla arkadaşça konuşur, onların yanında çocuklaşır, anlayış seviyelerine göre sohbet eder, öğütler verirdi.

Çocuklarla o kadar içiçe olmuştu ki, bir defasında yarış yapan çocukları görmüştü de, onların neşesine katılmak için birlikte koşmuştu.

Hiz. Zübeyir anlatıyor:

'Bir gün gözümle gördüm. Peygamber Efendimiz secdede iken Hasan geldi, sırtına bindi. Çocuk kendiliğinden ininceye kadar Peygamber Efendimiz de onu indirmede.'

Peygamberimiz bir yere davet edilmişti. Yolda Hiz. Hüseyin'i gördü. Hüseyin kollarını açıp koşarak dedesine geleceği anda birdenbire yön değiştirip bir tarafa kaçtı. Bu hareketi birkaç defa tekrarladı. Peygamberimiz de peşinden koşuyordu. Sonunda yakaladı, bağrına bastı:

'Hüseyin bendendir, ben de Hüseyin'denim' buyurdu.

Bazen Hiz. Hasan'ı da omuzuna alır ve Allah'ım bu çocuğu seviyorum, Sen de onu sevenleri sev' buyururdu.

Peygamberimiz çocukları memnun etmek için dediklerini yapar, onların kalbini kazanırdı.

O bir peygamber olduğu halde omuzunda çocuk taşımaktan utanç duymuyor, bununla iftihar ediyordu.

Peygamberimiz çocuklara o kadar şefkatli ve hoşgörülü idi ki, bebekler ve küçük yaşta çocuklar kucağını ıslatsalar dahi onları anlayışla karşılar, işlerini bitirinceye kadar kendi hallerine bırakırdı.

Peygamberimizin torunu Hüseyin, sütannesi Ümmü-fadl'ın yanında idi.





Bir defasında Peygamberimiz Hüseyin'i görmeye gitti. Ümmü-fadl der ki:

'Hüseyin'i emziriyordum. Resulullah yanıma geldi. Çocuğu istedi, verdim. Çocuk hemen üzerine akıttı. Almak için elimi uzattım. 'Çocuğun işemesini kesme' dedi. Sonra bir bardak su istedi ve çocuğun ıslattığı yere döktü.'

AĞLAMALARINA DAYANAMAZDI

Peygamber Efendimiz çocukların ağlamalarına dayanamaz, onların susturulmasını, yorulmamasını isterdi. Sevgisi ve şefkati çocukların ağlamasına dahi müsaade etmezdi.

Peygamberimiz Mescitte namaz kıldırırken cemaatte çocuklu anneler de bulunurdu.

Sahabîlerin bu husustaki anlatımı şöyle:

'Resulullah bize sabah namazını kıldırırmıştı. Namazda iki kısa sûre okudu.

Namaz bitince Ebû Said el-Hudrî sordu:

'Yâ Resulallah bugün daha önce yapmadığınız bir şekilde namazı kısa kıldırdınız...'

'Peygamberimiz şöyle açıkladı:

'Geride kadınlar safındaki çocuk sesini duymadın mı? Annesinin onunla ilgilenmesini temin edeyim dedim.'

Çocuğa en çok annesi şefkat gösterir. Bir hadis-i şerifte annenin çocuğuna gösterdiği şefkatten dolayı büyük sevap kazanacağı müjdelendir. Olay şöyle gelişir:

Bir gün fakir bir kadın iki kızı ile Hz. Âişe'yi ziyarete gelmişti. Hz. Âişe de evde onlara ikram için bir tek hurmadan başka verecek bir şey bulamamıştı. O hurmayı anneye verdi. Anne de hurmayı ikiye bölerek çocuklarına yedirdi. Hz. Âişe bu durumu Peygamberimize anlatınca, Peygamberimiz o kadın için şu müjdeyi verdi:

'Çocukları hakkıyla sevmek ve onları korumak, Cehennemden kurtuluşa vesiledir.'

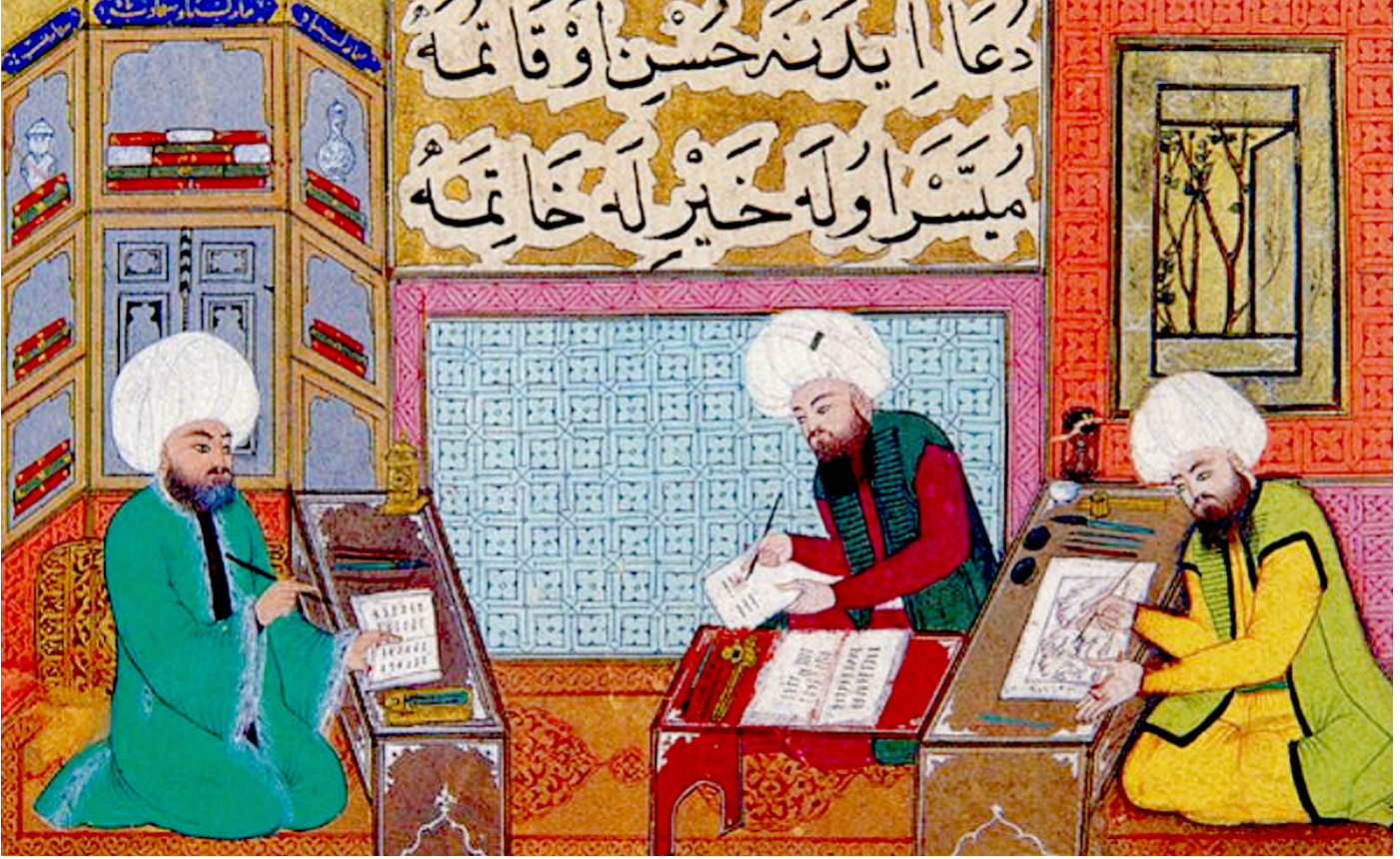
ÖNEMLİ ŞEY; MERHAMET

Bazı kimseler, Peygamberimizin Saha-bî çocuklarını okşayıp öpmesini garip karşılıyorlardı. Kendilerinde pek olmayan bu güzel huyun, en güzel bir şekilde Peygamberimizde görülmesini tam olarak anlayamıyorlardı.

Bir defasında Akra bin Habis, Peygamberimizi, Hz. Hasan'ı öperken gördü ve şöyle dedi:

'Benim on çocuğum var. Şimdiye kadar hiçbirini öpmedim.'

Bunun üzerine Peygamberimiz, 'Merhamet etmeyene merhamet olunmaz' buyurdu.



İnsanlık onlara borçlu **MÜSLÜMAN BİLİM ADAMLARI**

İnsanlık bugünkü ilerlemesini öncelikle Müslüman bilim adamlarına borçlu. Tarihimizi unutturmaya çalışsalar, modern algı operasyonlarıyla bu gerçeği örtmeye yeltenseler de sonuç değişmiyor.

Bugün Batı bizden önde gözüксе bile iddiamızdan hiçbir zaman vazgeçmeyeceğiz: İnsanlık ilerlemesini Müslümanlara borçlu. İnsanlık tarihinde Müslüman bilim adamı sayısı batılı bilim adamlarından daha fazladır. Ama ne yazık ki Batı'nın geliştirdiği toplum mühendisliği ve algı operasyonları sayesinde, İslam toplumu kendi değerlerinin çok azını hatırlıyor bugün. Özellikle Tıp, Felsefe ve Matematik'te Türk-İslam bilginlerinin dünya bilimine büyük katkısı olmuştur. Bunlar öğrenmek ve genç kuşaklara öğretmek Müslümanların kendilerine olan güvenlerini geliştirecektir. İşte bunlardan birkaçı:

Ali Bin Abbas: (? - 994) Onuncu yüzyılda yetişen meşhur Müslüman tıp alimi. Adı, Ali bin Abbas el-Ehvezi olup, künyesi Ebü'l-Hasen'dir. Batı dünyası Haly Abbas adıyla tanınmıştır. 1000 sene önce ilk kanser ameliyatını yapan Müslüman bilim adamıdır.



Ebu'l Kasım El Zehravi: (936 -1013) Ortaçağ Avrupası'nda doktorluk yasaklanırken, İslâm dünyası aynı çağda dev adımlar atıyor, büyük doktorlar yetiştiriyordu. Bu doktorlardan biri de Ebu'l-Kasım Zehravi idi. İsmi Halef bin Abbas ez-Zehravi olup, künyesi Ebü'l-Kasım'dır. Kurtuba yakınlarındaki Ez-Zehrâ da doğduğu için Zehravi ismiyle meşhur oldu. Batı ilim aleminde Ebü'l-Kasis, Bukasis ve Al-Zahravis olarak bilinir. Bulduğu ameliyat yöntemleri ve 200 civarında alet hâlâ kullanılmaktadır.



İbni Ebi Useybia: (1203 - 1270) Hayatını, meşhur eseri Tabakatü'l-Etibba'dan öğrendiğimiz İbni Ebi Useybia, 1203 yılında Kahire'de doğdu. Daha gençliğindeyken büyük bir kabiliyet olan İbni Ebi Useybia, Nuri Hastahanesinde doktorluk öğrendi. Ruhbi, Külli, İbni Baytar ve Dahvar gibi büyük bilginlerden tıp dersleri aldı. Ayrıca İbni Baytar'la birlikte botanikle ilgili çalışmalarda bulundu. Tıp tarihi hakkında eşsiz bir eser veren doktordur.



İbn-i Sina: Felsefe, matematik, astronomi, fizik, kimya, tıp ve müzik gibi bilgi ve becerinin çeşitli alanlarında yetişmiş olan, İbn-i Sinâ (980-1037), matematik alanında matematiksel terimlerin tanımları; astronomi alanında ise duyarlı gözlemlerin yapılması konularıyla ilgilenmiştir. Tıp alanında yazdığı eserler hala günümüze ışık tutmaktadır. Gençliğinde geometri, mantık, fıkıh, fizik, kelam ve tıp alanlarında çalışmış, daha onaltı yaşında uzman hekim düzeyine yükselmiştir. Çok sayıda eser yazmış olan İbn Sina'nın en önemli eserleri arasında, tıp konusunda Kanun fi't-tıb; felsefe alanında Kitabu's-Şifa; felsefe sistemi üzerinde sonradan yaptığı değişikliklerden söz eden Kitab'ul-İşarat ve't-Tenbihat; psikolojiyle ilgili olan Kitabu'n-Nefs bulunur. Eserleri birçok kez Latinceye çevrilmiş olan İbn Sina'nın felsefesi, Yunan filozofları Aristoteles ve Plotinus'un etkileri yanı sıra, kendi özgün ve önemli katkılarını gözler önüne serer.

Sabuncu Oğlu Şerefeddin: (1386 - 1470) Sabuncuoğlu Şerefeddin cerrahlık konusunda üç önemli eser yazmıştır. En önemli eseri, "Kitab-ı Cerrahiye-i al Haniye'dir. Konularını minyatürlerle anlatan ve Fatih Sultan Mehmet'e ithaf edilen bu kitap İslam tıbbına büyük bir yenilik getirmiştir. Uzun yıllar hekimlik yaptıktan sonra, 1468 yılında Mücerrabname adlı eserini kaleme almıştır. Fatih devrinin ünlü doktor ve cerrahlarından.

İbn'ün Nefis: (1210 - 1288) Küçük kan dolaşımını bulan ünlü İslam alimi. Tam adı İbnü'n-Nefis Alaaddin Ebu'l-Alâ Ali ibn Ebi'l-Hazm el-Kureşî ed-Dimeşkî'dir. 1210-1288 yılları arasında yaşamıştır. Şam'da dünyaya gelen İbnü'n-Nefis, Nureddin Zengi tarafından 12. yüzyılda kurulan hastanede (el-Bimaristan en-Nuri) tıp ilmini öğrendi. İlk hocası Abdurrahim ibn Ali el-Dahvar'ın yanında tıp eğitimini tamamladı ve Kahire'ye yerleşti. Nâsırî Hastanesinde vazife yaptı ve birçok talebe yetiştirdi.

İbrahim Hakkı: (1703 - 1780) Erzurumlu İbrahim Hakkı, astronomi, fizik, psikoloji, sosyoloji ve din alanlarında pek çok çalışma yapmıştır. Tasavvufî konularla birlikte, fen bilimleri hakkında da geniş bilgileri kapsayan Marifetname adlı eseri, ansiklopedik bir özellik taşımaktadır. Bu kitapta ilk defa bir alim tarafından Güneş Sistemi (hey'et-i cedide) anlatıldı. Ünlü eseri Marifetname'de insan fizyolojisi ve anatomisinden bahseden büyük bir mutasavvıftır.



İbni Yunus: Onuncu yüzyılda Mısır'da yetişen büyük astronomi alimi. İsmi, Ali bin Abdurrahman bin Ahmed bin Yunus es-Sadeî'dir. İbn-i Yunus diye meşhur oldu. Avrupa'da ise Aben Jenis adıyla tanındı. Mısır'ın Said bölgesindeki Sadfa köyünde doğdu. Doğum tarihi bilinmeyen İbn-i Yunus, 1008 (H. 399) senesinde vefat etti. Galileo'dan önce sarkacı bulan astronomdur. İbn-i Yunus, 978 senesinde Kahire'de yaptığı gözlemler neticesinde ay ve güneş tutulmalarını en ince hesaplarla tespit etti. Yaptığı rasatlar sonunda büyük ve mükemmel bir zic hazırladı. Bu eseri dört cilt olup, Zic-ül-Hakemi adıyla meşhurdur.

Cabir Bin Eflah: (12. Yüzyıl) Ortaçağın en büyük astronomlarından. Endülüs'te yetişen büyük Müslüman astronomi ve matematik âlimi. Künyesi Ebû Muhammed olup, Avrupa'da Geber ismiyle şöhret buldu. Câbir bin Eflah, Endülüs'te, Sevilla'da doğmuştur. Doğum târihi ve yaşadığı târih kesin bilinmemesine rağmen, 12. asrın ortalarında vefât ettiği tahmin edilmektedir. Trigonometri alanında, bilhassa küresel trigonometri ile ilgili prensipler üzerinde durdu. Dünyâda ilk defâ dik açılı bir üçgen için beşinci temel prensibi ortaya koydu. Küresel trigonometri ile ilgili prensiplerden bir sonuç elde edebilmek için "dört boyut kuralı"nı uyguladı. Düzlem trigonometride ise öncekilerin usulüne göre hareket etti.

Çocuk deyip geçmeyin **BİRLİKTE OKUYORUZ**

❑ **Çocuklarınıza
bebekliğinden itibaren
okuma alışkanlığı
kazandırmaya çalışın. Okuyan
hayret eder. Hayret eden
öğrenir. Okuyan hayal eder,
hayal eden yapar. İşe şuradan
başlayın: Bebekken okuma
derslerinizi seyretsin.. Hatta
bırakın sayfalarınızı yırtsın.
Yeter ki kitaba dokunsun.**

Eğitim sisteminin getirdiği bir zorunluluk olarak bugün çocuklarımız ders dışı bir okumayı neredeyse unuttular. Bir sınavdan diğerine koşan çocuklarımız bırakın ders dışı bir şeyler okumayı, oyun için bile zaman bulamıyorlar. Hatta neredeyse çocuğumuz 24 saat dersten başını kaldırmasa, 'nasıl da çalışıyor' diye sevinip onu alkışlamaya yelteniyoruz. Oysa okumayan, oyun oynamayan bir çocuğun hayal gücünün olamayacağını aklımıza bile getirmiyoruz. Arkadaşlarıyla oyun oynamanın bir çocuk yenilmenin ya da kazanmanın ne olduğunu nereden öğrenecek. Derslerinden başka eline bir kitap alıp farklı bir şey öğrenemeyen çocuk neye hayret edecek. Halbuki, merak etmek, hayret etmek dediğimiz şeyler öğrenmenin itici güçleridirler.

Çocuklarımızın zamanlarını biz anne babaların tercihlerine göre düzenlemeleri onları kendi hayatlarından koparmaktan başka bir işe yaramaz. Bizim yaptığımız düzenleme her gün, her hafta daha yüksek tempolara çıkan ders çalışma düzenlemesinden başka bir şey olmuyor. Bu düzen onlara çevrelerinde olup bitenleri gözlemleme, inceleme, yorum yapma, ders çıkartma şansı tanımıyor.



Eğitim, edinilen bilgilerin hayata uygulanması sanatıdır. Eğer böyle olmazsa eğitimin, herhangi bir işe yaradığı söylenemez. Hayal kurabilecek, çevresinde olup bitenlere müdahil olacak, okuduğu başka şeylerle kıyaslama imkanı bulacak bir çocuk yoksa karşınızda, onun bütün matematik sorularını çözmesi ne işe yarayacaktır?

Bilimsel veriler, bir çocuğun yaşamı boyunca kullanacağı alışkanlık ve bilgilerin üçte birini okul öncesi dönemde anne babasından aldığını gösteriyor. Öyleyse, öncelikli olarak sizin merakınız olmalı. Yeni bir şey öğrenmeye onlardan önce kendinizin ihtiyacı olduğunu bilmelisiniz. Bu ihtiyacınızı ancak okuyarak, araştırarak karşılayabilirsiniz. Evlendiği günden itibaren kitaba veda eden bir çiftin çocukları kitaba yabancı büyür ve onu en erken anaokuluna gittiğinde görebilir. Merak yaşı geçtikten sonra tanıştığı bu yeni nesnenin çocuğunun ilgisini çekmesinin çok zor olacağını akıldan çıkartmayın. Çocuğunun böyle bir yabancılaşma yaşamasını istemiyorsanız, ona ezbere bir masal anlatırken bile bir kitabı açarak oradan okuyormuş gibi yapmanız asla zor bir şey değildir.

Kitap okumayan anne babalar çocuklarına son derece kötü örnek oluyorlar. Çocuğun doğduğu andan itibaren evde kitap görmesi, yaşamda kitabın olduğunu bilinçaltına yerleştirmesi demektir. Siz kitapla haşır neşir olursanız, bu çocuğunun okuma alışkanlığı için bir alt yapı ve ön hazırlık oluşturacaktır. Böyle bir alışkanlık kazandırmayı en değerli varlığınız olan çocuklarınızdan esirgememelisiniz.

Onlara okuma alışkanlığı kazandırmak kadar, faydalı okumalar yapmaları konusunda da yardımcı olmak önemlidir. Şu tespit kulağınızda küpe olarak kalabilir: Kitaplar ilaçlar gibidir. Doğru hedefte

kullanıldıkları sürece devadır, ama yanlış hedefte kullanılırsa hiçbir faydası olmaz; belki zararı bile söz konusudur.

Daha çocukken ona okuma alışkanlığı kazandırmak için doğru kitaplar seçmeye dikkat edin. Görsel şeylere daha çok ilgi duyan bir çocuğun eline dünyanın en iyi resimsiz masal kitabını da verseniz onu ona sevdiremezsiniz. Veleve ki, çocuğunuz dışındaki tüm çocuklar o kitabı sevse bile..

Bir çocuğun yetiştirilmesi, hem ruh olarak, hem de bedenen ilköğretime hazırlanması önemlidir ve bu, sabır isteyen bir iştir. İsterseniz her şeyi olurluna bırakırsınız. Nasıl olsa büyüüp belirli bir yaşa geldiğinde bir ilkokula gidecek ve bir süre sonra da diplomasını alıp çıkacaktır. Fakat şundan emin olun ki, çocuğunuz hayat karşısında çok zayıf kalacaktır.

Halbuki daha bebekken söyleyeceğiniz ninnilerin bile onun hafızasına kazınacağını bilerseniz, ona hem ninni, okur, hem de okuyacağınız ninnileri özenle seçersiniz.

Çocuk öğrenme dönemine girince ninnilerini bilmeceler, masallara, tekerlemelere çevirin. Seçeceğiniz her şeyde onun

ilgisini çeken unsurlar mutlaka olsun. En çok nelerden hoşlandığını öğrendiğinizde o tür kitaplar bularak ona okuyun. Bulamadığınızda okur gibi yapın. Bu, çocuğunuza sevdiği şeyleri kitaplarda bulabileceğini öğretecek, onun kitapla dostluk kurmasında işe yarayacaktır.

Ailece haftanın belirli günlerinde ortak okuma saatleriniz olsun. Okuma saatlerinize çocuğunuzu mutlaka dahil edin. Sizi yeni yeni şeyler öğrenip hayatınıza zenginlik katarken çocuğunuzda okumaya yönelik bir alışkanlık kazanmış olur. Çocuğunuz okumaya başladığında ortak okumalara onu da dahil edin. Bunun için onun sevdiği okumaları da bu derslerinize katmayı ihmal etmeyin.

Unutmayın! Bebekliğinden itibaren onunla olan beraberliğinize kitabı ne kadar katarsanız, onun okumaya karşı dostluk kazanmasını da o kadar kolaylaştırmış olacaksınız.



Hasta Olmamak İçin **KENDİNİZİ KORUYUN**

❑ Hastalıkta tıbbi tedaviyi ihmal etmemek son derece önemlidir. Ancak, hasta olmamak için dikkat etmek, yani koruyucu tıbbın kurallarına uymak da en az onun kadar, hatta ondan da ziyade önemlidir. Doğal bitkilerden istifade etmek için onların ne içerdiğini bilmeniz faydası var.

BÖBREKLER İÇİN MAYDANOZ

Böbrekler vücudumuzu temizleyen organlardır. Onların normal görevlerini yerine getirememelerine böbrek yetmezliği diyoruz. Sağlıklı bir tek böbrek tüm görevleri tek başına yerine getirebilirken iki böbreğin birden iflas etmesi ya diyalize bağlı yaşamı ya da organ naklini gerektirir.

TEMİZLEYEN İKSİR

İstatistiklere göre Türkiye'de 50 bin kişi böbrek yetmezliği çekerken yaklaşık 20 bin kişi nakil bekliyor. Yemeklere koyduğunuz maydanozun ise böbrekleri korumaya yardımcı olduğu biliniyor. Maydanoz böbreklerde biriken tuz ve toksinleri temizliyor. Bunun için iyice yıkanan maydanozları büyük parçalar halinde doğrayarak suyun içine atıp 10 dakika demleyin. Daha sonra soğumaya bırakın. İyice soğuduktan sonra her gün bir bardak için. Geri kalanını buzdolabın-

da saklayın. İçtiğiniz bu maydanoz çayı böbreklerinizin daha iyi görev yapmasını sağlayacaktır.

FASULYEYLE KALBİNİZİ KORUYUN

Dünyada ölümcül hastalıkların başında kalp damar rahatsızlıklarının geldiği bilinen bir gerçek. Hastalık geldikten sonra doktor doktor dolaşıp çare aramak elbette bir görev. Ama hastalık gelmeden önce koruyucu tedbirlere başvurmak daha önemli bir görev olarak değerlendirilmeli.

Kalp-damar hastalıklarına yol açan yüksek kolesterolle savaşta fasulye başı çekiyor. Her çeşit fasulyenin kolesterolü düşürdüğünü söyleyen uzmanlar, 'bu besin sayesinde kolesterolde 6 haftada yüzde 10'luk bir düşüş olur' diyor...

Kolesterol bir yağ türüdür. Yüksek kolesterol denilen şey, LDL'nin yani kötü kolesterolün kanda birikmesidir. Kandaki kötü kolesterolün (LDL) yüksek olması,





HDL (iyi) kolesterolün düşük olması, hayatı tehdit ediyor. Kalp krizi, felç, damar tıkanması, böbrek yetmezliği gibi hastalıkların oluşum riski artıyor. Yüksek kolesterol doğru beslenmeyle normale getirilebilir.

kalbinizdeki ritim bozuklukları, kalbin kendisinden kaynaklanabildiği gibi kalbinde hiç bir sorun olmayan kişilerde de görülebilir. Kalp ritim bozukluğu, kalbin hızlı atması, yavaş atması ve düzensiz atması olarak tanımlanabilir. Tedavinin doğru planlanması için ritim bozukluğunun nedenlerini belirlemek çok önemlidir. Kalp damar hastalıkları, geçirilmiş kalp krizi varlığı, kalp kapak hastalıkları, hipertansiyon, tiroid bezinin çok ya da az çalışması, kalpte aksesuar ileti yollarının varlığı, kullanılan ilaçlar, aşırı miktarda alınan alkol, nikotin, kafein, uyuşturucular, yoğun stres ritim bozukluklarının sebebi olabilir.

DAMAR DOSTU BESİNLER

Fasulye: En lifli gıdadır. Bünyesinde kolesterolü azaltan ve çözünebilen lifleri barındırır. Herhangi bir çeşit fasulye tüketmek, kolesterolünüzde 6 haftada yüzde 10'a varan düşüşleri elde etmenizi sağlayabilir.

Somon: Somon ve diğer soğuk su balıklarında bulunan Omega-3 trigliseritleri ve kötü kolesterolü azaltırken, iyi kolesterolün de yükselmesini sağlar. Aynı zamanda kalbi de korur.

Avokado: Kalbe yararlı olan tekli doymamış yağ deposudur. Tekli doymamış

yağlar, iyi kolesterolünüzü arttırıcı ve kötü kolesterolünüz azaltıcı bir etkiye sahiptir.

Sarımsak: Damarları koruyan sarımsak, kolesterol parçalarının damar duvarlarına yapışmalarını engeller.

Ispanak: Ispanak, koyu yeşil yapraklı sebzelerde ve yumurtanın sarısında bulunan lutein içerir. Bu madde damar tıkanıklığını ve kalp krizini önler.

SİNÜZİTTE DOĞAL TEDAVİ

Alerjik hastalığı olanlar, grip ve nezleye yatkındırlar. Bunlar da sinüziti tetikleyen rahatsızlıklardır. Baş ağrısı, burun tıkanıklığı, geniz akıntısı gibi sorunlarla birlikte seyreden sinüzit, burun ve göz çevresindeki kemiklerin içindeki boşlukların iltihaplanmasıyla oluşuyor.

Sinüzitte yanak ağrısı, yüzde basınç hissi, öne eğilirken artan yüz veya baş ağrısı, ağız kokusu, öksürük gibi belirtiler gözlenir. Bazen ateş veya mide rahatsızlığı şikayetleri görülebilir. Kronik sinüzitte belirtilerin süresi 3 aydan uzundur. Koyu burun akıntısı, geniz akıntısı, burun tıkanıklığı, koku alamama ve özellikle geceleri artan öksürük gibi problemlere yol açar.

Sinüzit nedeniyle oluşan baş ağrılarında zencefil çayı ağrıyı azaltmada etkilidir. Zencefil kökünü bir demlikte kaynatın, 15 dakika sonra için. Başınız ağrıdığı dönemlerde günde 2 bardak tüketebilirsiniz.

C vitamini için bolca taze sebze-meyve yiyin. Meyvelerin sadece suyunu içmektenense yemeyi tercih edin.

Üzümde iltihap önleyici biyoflavonoidler bulunur. Bu nedenle günde bir avuç üzüm sinüzite iyi gelir.

Kekik, karanfil, tarçın sinüzit iltihaplarının ve buna bağlı ağrıların azalmasında etkilidir.

Karabaş otu da antibakteriyel özelliğe sahiptir. Sarımsak, yeşil ve ginseng çayını da içebilirsiniz.

Zeytin yaprağı çayı da sinüzit ağrılarındadır etkilidir.

Besinle alınan çinko da önemli bir bağışıklık artırıcıdır ve antienflamatuvar (iltihabı azaltarak ağrı kesici) özelliği olabilir. Deniz ürünleri, et, tavuk, süt, yoğurt, fasulye, fıstıklar ve tam tahıllar tüketin.

Kekik çayı içebilirsiniz. İçtiğiniz suyun içerisine bir dal yeşil karanfil koyabilirsiniz.



PARKİNSON İÇİN KAHVE

Kahve içenlerde Parkinson hastalığının yüzde 31 oranında daha az görüldüğü söyleniyor. Çeşitli ülkelerde kahve konusunda yapılan 37 farklı araştırmanın sonuçları üzerinde çalışan Lizbon Moleküler Tıp Enstitüsü, kahvenin Parkinsonu üçte bir oranında engellediği sonucuna ulaştı. Araştırmaya göre kahve içenlerde Parkinson hastalığı hem erkekler hem de kadınlarda daha az görülüyor.

Kahve içenlerde bunun yanı sıra diyabet 2, Alzheimer, inme, depresyon, siroz, deri ve karaciğer kanseri daha az görülüyor. Kahvenin neden bu hastalıklara karşı koruyucu bir etki yaptığı ise tam olarak bilinmiyor.

MAYDANOZDAN VAZGEÇMEYİN

**☒ Sofraları süsleyen
bu bitkiyi gereği kadar
tükettiğinizde çok büyük
faydalarını görürsünüz.
Öyle ki, özelliklerini
bilerseniz bu leziz yiyeceğe
bir ilaç gibi bakarsınız.**

Her yemeği süsleyen, pazar alışverişimi-
zin baş tacı, hem ucuz hem güzel kokulu
maydanoz içindeki etken maddeleri ile
bilim adamlarını şaşkına çeviriyor!

Maydanoz sadece mutfağınıza güzellik-
ler getirmekle kalmıyor. Sofralarınızın bu
nadide bitkisinin içerdiği etkin maddeler
bilim adamlarını da şaşkına çeviriyor.
Kan temizleme özelliğiyle bilinen bu ye-
şilin, anksiyete ve deprasyonda ilaç gibi
kullanıldığı biliniyor. Erkeklerde afrodiz-
yak etkisi yapıyor, çocukların bağışıklık
sisteminin güçlenmesine katkı sağlıyor.
Son yıllarda korkulu rüyamızı haline ge-
len aşırı kiloları atmakta işe yarıyor. Adet
düzensizliklerinin önlenmesine katkı
sağlıyor. Antiseptik bir özelliği olduğun-
dan, mikroplara karşı etkili, yaraları iyi-
leştirici özelliği var. Kökü, sapı, yaprağı,
tohumu işe yarayan bir ürün maydanoz.

Batı'da petroselinum sativum adıyla bili-
nen maydanoz, Maydanozgiller familya-
sında kazık köklü, küçük parçalı yapraklı
bir bitki olarak biliniyor. Kokusu güzeldir.
İki yıl yaşar, ikinci yılı tohum zamanıdır.
Tohumlarını verip neslini güvence altına
aldıktan sonra kurur. Maydanoz'un kö-
keni Avrupa'dır. Yurdumuzda da yetiști-
rilmekte olan bu önemli kültür bitkisinin
anayurdu Avrupa'dır. Tohumları 2,5-3
mm. uzunlukta, armut biçiminde, esmer
renkli ve özel kokulu tanelerdir. Bileşi-
minde; Yüzde 1-6 uçucu yağ taşır.

İçerisindeki etken maddeler

Adet kanamalarını düzenleyen apiol
maddesi ile halk ilacı olarak bilimsel





araştırmalarda da kendini kanıtlayan maydanoz, ayrıca vitamin ve mineral deposudur. A, B1, B3, C, E vitaminleri ile demir, kalsiyum, magnezyum, potasyum, fosfor, mangan, sodyum, bakır, kükürt, klorofil ve yağ barındırır. Uçucu yağ içinde; fenil propan türevi p-apiol, miristin ve 1-alil 2,3,4,5-tetrametoksibenzol, ayrıca α-pinene, limonen, α-fellandren etken maddeleri bulunur. Yüzde 25 sabit yağ içerir. Sabit yağında falavonlar (apiin ve benzeri) ve bazı furanokumarinler de bulunmaktadır.

Vücuda faydaları nelerdir?

Maydanoz bitkisi her ne kadar sofralarımızı süsleyen, yemek ve salatalarımıza lezzet katan bir ürün olarak bilinse de tohumlarının, idrar ve safra söktürücü, bayanlarda adet kanamalarını kolaylaştırıcı nitelikte olduğunu da unutmayın. Onun tohumu, kadınların adet sancılarının dindirilmesinde etkilidir.

Ayrıca akıntıları önleme özelliği de vardır. Vücuda dinçlik vermesi de bir başka özelliğidir maydanozun. Maydanoz barsak kurtlarının düşürülmesine yardım eder. Gazın dışarı atılmasını sağlar. Her gün yenen 7gr. maydanoz insanın C vitamini gereksinimini karşılar. Grip ve nezleyi geçirir, balgam söktürür, terletir, ateş düşürür. Kan şekerini normal seviyede tutar, kansere karşı koruyucudur, vücuttaki zehirli maddeleri dışarı atar, romatizma hastalığına ve sarılığa iyi

gelir. Kanı temizler, sinir sistemini, rahim ve barsak kaslarını uyarır. Kansızlığa, mesane iltihaplanmasına, kum, böbrek taşı ile tansiyona, şişmanlığa, böbrek ve karaciğer rahatsızlıklarına, damar sertliğine ve sinir hastalıklarına karşı faydalıdır.

Kansızlara ve gelişimi yeterli olmayan çocuklara her gün bir tutam maydanoz iyi gelir. Yüksek tansiyon hastalıklarında destekleyici olarak kullanılabilir. Yatmadan önce ağızda çiğnenen bir tutam maydanoz rahat uyumayı sağlar. Bulantılarda ve nefes darlığında bir tutam maydanozu iyice çiğneyerek yutmak kişiyi rahatlatır. Arı ve haşarat sokmalarında sokulan yere sürülürse ağrıyı giderir. Yara, kesik ve morartıları iyileştirir. Sivilceli, lekeli, pürüzlü ve kırıksık ciltlerde parlaklık ve pürüzsüzlük verir. Saçları besler, parlatır, dökülmeyi yavaşlatır. Sapları çay gibi demlendirilip içilirse ses kısıklığını giderir. Maydanozun kökleri iyice temizlendikten sonra çorba, salata ve diğer yemeklere katılabilir. Maydanoz harika bir nefes kokusu gidericidir.

Maydanozdaki olağanüstülükler

Maydanozun barındırdığı Poliasetilen, Prostaglandinlerin kansere yol açabilen sentezini önler. Coumarin, kan pıhtısı oluşumunu önlemeye yardımcı olur ve anti-kanser özellikleri olduğuna inanılıyor. Onun içerisinde bulunan Flavonoidlerin bazıları antioksidan olarak işler,

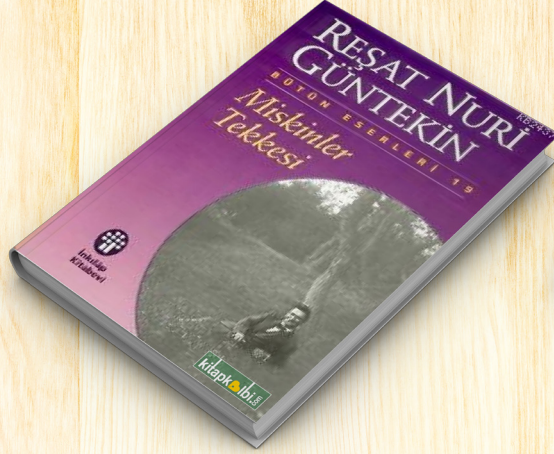
bazılarıysa tümör oluşumunu tetikleyebilen hormonları etkisiz hale getirir; Monoterpenise Bu kanserle savaşmaya yardımcı olur ve kolesterolü düşürür.

maydanozun içerdiği Provitamin A (beta karoten) görme gücüne, kılcal damar sistemine, adrenal bezine ve tiroid bezine iyi gelir. Maydanoz suyundaki yüksek klorofil miktarı kanı arttırır, sindirim enzimlerini uyararak sindirim rahatsızlıklarını dindirir. İnce barsaktaki peristaltik hareketleri arttırır. Maydanoz vücudu yabancı kimyasallardan arındırır. Böylece karaciğerin sağlıklı çalışmasında etkin rol oynayarak kişinin daha genç, daha sağlıklı, dinç ve zinde olmasında etkili olur.

Dikkat edilecek hususlar

Gereğinden fazla miktarda tüketilirse mesane, barsak ve uterus da kasılmayı arttırır. Uzun süreli aşırı dozlarda mide barsak kanalında kanamalar ve karaciğer harabiyeti meydana gelebilir. Ölçüyü kaçırmadan kullanılmalı. Her öğün azar azar yemeli, böbrek iltihabı olanlar maydanozu çok az ya da hiç kullanmamalıdır. Aşırı miktarda yenirse kan dolaşımını ağılaştırabilir. Maydanoz suyu 60 gr'dan fazla ve tek başına içilmemeli. Havuç-elma suyuyla içilebilir. Düşüklere sebep olabileceği için hamileler maydanozu kullanmamalıdır

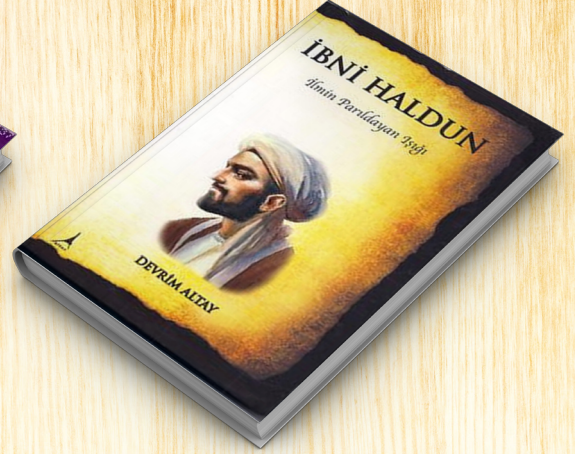
EN ÇOK



MİSKİNLER TEKKESİ

Reşat Nuri Güntekin
İNKILAP KİTAP

'Miskinler Tekkesi'; Türkiye'deki dilencilerin dünyasını ve cahil hocaları başarıyla tasvir eder. Güntekin'in en dikkate değer eserlerinden biridir. Padişah II. Mahmut dönemi ileri gelenlerinden olup padişaha yakınlığıyla tanınan Kocabaş Kazasker Şemsettin Molla'nın torunun hayatı üzerine kurulmuş bir kitaptır. Padişahın ekmek kırıntılarının kat kat işlemeli bohça ve sedef kutularda saklandığı bir ortamda, padişah dilencisi bir dedenin torunu olan ve hem Meşrutiyet hem Cumhuriyet dönemlerinde yaşayan roman kahramanı, bir çeşit soyaçekimle, dilencililiği meslek edinir.



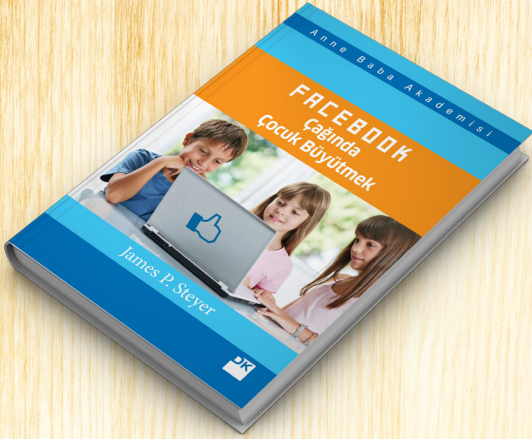
İLMİN PARILDAYAN IŞIĞI İBN-İ HALDUN

Devrim Altay
ALTER

İbn-i Haldun'un özgün fikirlerinden faydalanan Müslüman alimler ve Hristiyan filozoflar çoktu. Ama ölümünden çok sonraları büyüklüğü daha çok kabul gördü ve dünyanın ilk sosyologu olarak tarihe geçti. Özellikle fikirleri 17. asırdan itibaren Osmanlı İmparatorluğu'na da 19. asırdan itibaren de Avrupa'ya da önem kazandı. İbn-i Haldun bir sosyoloji alimi olmakla beraber pek çok bilim dalına hizmet etmişti. Eserleri yeri geldi tarihçilere, iktisatçılara, hukukçılara, siyasetçilere, şehircilere, çevrecilere, ilahiyatçılara ve filozoflara konu oldu. Pek çok bilim adamı onun fikirlerinden feyz aldı. Çok yönlü bir düşünür olmasından dolayı 20. asırda İbn-i Haldun'un ünü bütün dünyaya yayıldı.



OKUNANLAR

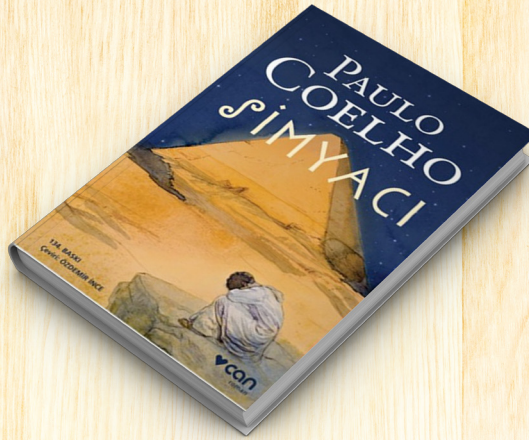


FACEBOOK ÇAĞINDA ÇOCUK BÜYÜTMEK

James S. Steyer
DOĞAN KİTAP

- Çocuğunuz dijital dünyayla kaç yaşında tanışmalı?
- Dijital medyanın aşırı kullanımı hangi sorunlara yol açar?
- Çocuğunuzun bilgisayar ya da televizyon bağımlısı olmasını nasıl önlersiniz?
- Sosyal ağlardaki paylaşımlarını nasıl kontrol etmelisiniz?

Dijital teknoloji hayatımızı kolaylaştırırken birtakım sorunları da beraberinde getiriyor. Bu durum en çok çocukları etkiliyor. Çocuklar neredeyse okul dışındaki tüm zamanlarını televizyon ya da bilgisayar karşısında geçiriyorlar. Anne babalar dijital teknolojiyle kuşatılmış hayatlarında çocukları nasıl koruyacaklarını ve onlara nasıl yol göstereceklerini bilemiyorlar. Facebook Çağında Çocuk Büyütmek anne babalara, çocuklarının hem dijital teknolojinin olumlu özelliklerinden faydalanmaları hem de zararlarından korunmaları adına önemli ipuçları veriyor.



SİMYACI

Poulo Coelho
CAN YAYINLARI

Simyacı, dünyaca ünlü Brezilyalı yazar Paulo Coelho'nun üçüncü romanı. 1996 yılından bu yana Türkiye'de de çok okundu, çok sevildi, çok övüldü bu kitap. Bir büyük Doğu klasığı olan Mevlâna'nın ünlü Mesnevî'sinde yer alan bir küçük öyküden yola çıkarak yazılan bu roman, yüreğinde çocukluğunun cırpınışlarını taşıyan okurlar için bir "klasik" yapıt haline geldi.

Simyacı, İspanya'dan kalkıp Mısır piramitlerinin eteklerinde hazinesini aramaya giden Endülüslü çoban Santiago'nun masalsı yaşamının öyküsü. Ama aynı zamanda bir "nasihatnâme"; "Yazgı-na nasıl egemen olacaksın? Mutluluğunu nasıl kuracaksın?" gibi sorulara yanıt arayan bir yaşam ve ahlak kılavuzu. Mistik bir peri masalına benzeyen bu romanın, dünyanın dört bir yanında bunca sevilmesinin gizi, kuşkusuz bu kılavuzluk niteliğinden kaynaklanıyor.

Simyacı'yı okumak, herkes daha uykudayken şafak vakti uyanıp, güneşin doğuşunu izlemeye benziyor.

KÜÇÜKÇEKMECE 7'DEN 70'E NÖBETTE

