KOCAELİ
life

SAYI: 59
MAYIS 2021
FİYAT: 10 TL

Aksesuarda bir marka
AYSHA

Bayram çikolatanız kapınızda
Nutat Çikolata

Modada yeni bir soluk
ARTICHOKE BY SO

Tutkuyla hazırlanan lezzetler
Nebiyye Patisserie

Tarz yaratmak onun işi
Dinçer Sigalı

ISSN 2528-9853

Sevgi dolu bir anne
OP. DR. İNCİ ÇAVUŞOĞLU

KOCAELİ life 5 YAŞINDA

TINY MINY
KIDS

Dünya Markaları Tiny Miny ile

Yahya Kaptan'da!



0 (549) 548 41 41 ☎ 0 (262) 571 41 41 Yahya Kaptan Mah. Sarı Mimoza Cad. No:30-c İzmit/Kocaeli (Armada 6 Karşısı)

carter's

SKIP*HOP

stephen joseph

mayoral

Goose istanbul

igor

PINOLINI



ZAYIFLAMANIN TAM ZAMANI

reborn beauty center

30 DAKİKADA
1400 KALORİ YAKIN



BODYSHAPE
Vakum ve kızılötesi teknolojisiyle haftada 5000 kalori yakın

ROLLSHAPE
Bölgesel yağlara ve selülitlere konforlu bir şekilde veda edin



12 SEANS 1.500 TL YERİNE NAKİT 800 TL

BÖLGESEL İNCELME





reborn beauty center



MICROPLUS
Bacak ve bacak içi sıkılaştırma, göğüs sıkılaştırma, sırt toparlama, selülit tedavisi, popo kaldırma, karın toparlama, yüz ovalini belirginleştirmede etkili.

10 SEANS 1.500 TL YERİNE 1.000 TL

VENÜS LEGASY
Bölgesel daralma sağlar, yağ hücrelerini küçültür. Popo kaldırmada ve şekilli bir kalça yapısının oluşmasında etkilidir. Karın ve basen bölgesinde 2 bedene kadar gözle görülür inceleme sağlar. Kırışıklıkları hafifletir, selülitleri azaltır.

10 SEANS 2.000 TL YERİNE 1.500 TL

REBORN BEAUTY CENTER
Adres: Körfez Mah. Berk Sok. Evrim Apt. No: 4 Kat: 1 (Dolphin AVM karşısı) İzmit
Telefon: (0262) 322 42 40 • (0535) 463 53 05 Instagram: @rebornbeautycenter • Facebook: Reborn Beauty Center

BİRLİKTE 5 YIL



Bundan 5 yıl önce, sevgili Serpil Çolak ile birlikte Kocaeli'ye bir aktüel-magazin dergi kazandırmak için yola çıktığımızda, aslında ne kadar zor bir işe soyunduğumuzun pek de farkında değildik. Tek bildiğimiz, bu kentin iyi bir dergiye ihtiyacı vardı ve bu işi biz yapmayacaksak, kim yapacaktı?
'Hadi bismillah' dediğimiz o akşamdan sonra ilk işimiz 'yüksek danışma kurulu'nu toplamak oldu: Teknolojiye kafası basmayan ablalarının dijital kahramanları, Marduk Ajans'ın kurucuları Arda Süar ve Can İşiaktır; Arke Organizasyon'un sahibi, çılgın fikirler kraliçesi Birgül Yürüker ve motivasyon pıtırcığımız, değişmez avukatımız Sırma Mungan...
'Derginin adı ne olsun, içeriği nasıl oluşsun, ekip kimlerden oluşsun, teknik alt yapı ne zaman kurulsun, sosyal medyasını kim yönetsin, hangi ayda çıksın, nerede basılsın, hangi kesime ulaşsın, ne yolla dağıtılsın...' Günlerce bir araya gelen bu ekip; yüzlerce soru, binlerce fikir, orantısız heyecan ve bol kahkahadan oluşan sayısız toplantı yaptı; sevgili arkadaşlarımız, sürecin her anını en az bizim kadar coşkuyla yaşadı.
Sonrası, aylar süren hummalı bir çalışma, dozu her gün artan bir heyecan ve ilk sayı için geri sayım...

★★★

Sevgili Aslı Gencal ve dünyalar güzeli kızlarıyla çektiğimiz ilk kapak, daha dün gibi...
Matbaadaki makinanın başında, mutluluk göz yaşlarıyla ilk sayımızın baskısını izlediğimiz o gün, daha dün gibi...
Heyecandan titreyen ellerimizle ilk sayımıza dokunuşumuz; her sayfasını bıkmadan usanmadan, evire çevire bin kere okuyuşumuz daha dün gibi...
Bayinin rafında kendi dergimizi ilk kez gördüğümüzde yaşadığımız mutluluk, 'Bakın bu dergiyi biz yaptık' diye bağırmamak için kendimizi zor tutuşumuz daha dün gibi...
İlk sayımızı kucaklayıp kitap fuarına katıldığımız; sadece bir (1) sayıdan oluşan arşivimizi standa sıralayıp, umutla 'Bu derginin 12 sayısını yan yana dizdiğimiz günleri görecek miyiz?' dediğimiz gün daha dün gibi...
Sevgili okur, şu anda elinizde tuttuğunuz derginin kapağında, Sayı: 59 yazıyor... Kocaeli Life'ın arşivi artık dolaplara sığmıyor.

Dergimizin her sayısını sabırsızlıkla bekleyen, gerek basılı gerek dijital dergimizden bizi dikkatle takip eden; övgüleriyle motive edip, önerileriyle yönlendiren sevgili Kocaeli Life dostları... Teşekkürlerin en büyüğü size.
Bu dergi yaptığı işi iyi bilen, altına imza koyduğu her işe aynı zamanda baş koyan iki kadın tarafından çıkarıldı... Ama desteğini ilk sayıdan itibaren her daim hissettiren harika okurları, Kocaeli Life'a en az bizim kadar sahip çıkan gönül dostları, yoluna güçlenerek devam etmesinde büyük rol oynayan değerli reklam verenleri ve güçlü ekibi sayesinde büyüdü, büyümeye devam ediyor.
Lütfen bizi hep böyle ilgiyle izlemeye, sevgiyle sarmalamaya devam edin çünkü Kocaeli Life'ın sizlerin desteğiyle imza atacağı daha pek çok başarı ve kente kazandıracağı sayısız yenilik var. 159'uncu sayıda, yine bu satırlarda buluşmak ümidiyle... Sevgiyle

Zeynep Akar

İÇİNDEKİLER









8 **SOSYAL MEDYA KİRPİSİ**
Kim, nerede, ne yapmış, sosyal medyada neler paylaşılmış? Sosyal Medya Kirpisi yine iş başındaydı.

10 **10 ÖNERİ**
Hayatınıza renk katacak iyi fikirler için '10 Öneri'ye mutlaka göz atın...

12 **TARZ YARATMAK ONUN İŞİ: DİNÇER SİGALI**
Başarılı tasarımcı Dinçer Sigalı, hayal gücü ve yeteneğini kendi stiline de yansıtıyor.

18 **TAKI VE AKSESUARDA BİR MARKA; AYSHA ACCESSORIES**
Ayşenur Aktürk'ün kurucusu olduğu Aysha Accessories, şıklığını takı ve aksesuarla taçlandırmak isteyen kadınların yeni adresi.

22 **BAYRAM ÇİKOLATANIZ KAPINIZA GELSİN: NUTAT ÇİKOLATA**
'Taze' çikolatanın adresi Nutat Çikolata, Ramazan Bayramı'nı çikolatasız geçirmek istemeyenler için 'adrese çikolata teslimi' uygulamasını başlattı.

24 **TUTKUYLA HAZIRLANAN LEZZETLERİN ADRESİ: PATISSERIE NEBİYYE**
Girişimci iş kadını Nebiye Topuz tarafından hizmete açılan Patisserie Nebiyye, kısa sürede lezzet tutkunlarının vazgeçilmez adresi haline geldi.

26 **MODAYA YENİ BİR SOLUK GETİRDİ: ARTICHOKE BY SO**
Girişimci iş kadını Sena Özpınar'ın kendi tasarımlarının yanı sıra dünyaca ünlü markaların kıyafetlerini satışa sunduğu Artichoke By SO kapılarını açtı.

28 **OP. DR. İNCİ ÇAVUŞOĞLU: ANNELİK BİR SANATTIR**
Meslek yaşamı boyunca sayısız bebeğin manevi annesi olan başarılı kadın hastalıkları ve doğum uzmanı Op. Dr. İnci Çavuşoğlu'nu, bu kez 'Aslı'nın annesi' olarak konuk ettik sayfalarımıza...

36 **ÇOCUKLARIN İKİNCİ EVİ: TUNCAY EMİR KREŞ VE GÜNDÜZ BAKIM EVİ**
0-4 yaş arası çocukların adeta ikinci bir yuva gibi sevdiği Özel Yuvam Tuncay Emir Kreş ve Gündüz Bakımevi, aldığı üst düzey pandemi önlemleriyle ailelerin de en güvendiği adres.

38 **5 YILI GERİDE BIRAKTIK**
Serpil Çolak ve Zeynep Akar, Kocaeli Life'ın kuruluşunun 5'nci yıldönümünde, dostluklarını ve derginin kuruluş hikayesini, başarılı gazeteci Cem Şakoğlu'na anlattı.

46 **BEBEĞİNİZ YÜZMEYE HAZIR MI?**
Su Akademi Türkiye'nin kurucusu Ebru Gücin yazdı.

48 **İYİ Kİ BENİM ANNEMSİN...**
Dünya bir yana, gönlümüzün sultanı annelerimiz bir yana... Anneler Günü yaklaşırken, kentimizin tanınmış annelerine bir de çocuklarının gözünden baktık.

55 **MERHABA SPOR...**
Dergimizin her sayısını her sayfasını çektiği fotoğraflarla hafızalara kazıyan başarılı fotoğraf sanatçısı İsmail Hakkı Timuçin şimdi de spor köşesiyle karşınızda...

56 **İZMİT SÜMERSPOR KÜREK KULÜBÜ**
İzmit Sümerspor Kürek Kulübü, kısa bir süre önce kurulmasına rağmen devlerin arasından sıyrılıp, Türkiye'nin en başarılı kulübü olmayı başardı.

62 **SINAV KAYGISI'NIN AZI YARAR, ÇOĞU ZARAR**
Çocuk ve ergen psikiyatristi Uzm. Dr. Figen Karaceylan Çakmakcı yazdı.

64 **ÇADIR KEYFİ İLE TANIŞMA ZAMANI**
Özellikle evlere kapanmak zorunda kaldığımız şu zor dönemde en çok doğada olmayı mı özlediniz? O zaman Çadır Keyfi ile tanışma zamanınız gelmiş demektir.







68 **DOKUZ AYDA İKİ KİTAP YAZDI: GÖKNİL KONGURTAY**
Sağlık çalışanı ve yöneticisi Göknil Kongurtay, bir seyahatinde tuttuğu notları hayal gücüyle harmanlayarak dokuz ayda iki kitap birden yazdı.

70 **SEKTÖREL EĞİTİM KAMPÜSÜ: USTAM KOCAELİ**
Kocaeli Büyükşehir Belediyesi'nin, gençlerin meslek sahibi olması ve istihdam edilmesi amacıyla hayata geçirdiği 'USTAM Kocaeli' projesi, Türkiye'ye örnek olacak.

74 **ANNELER MELEKTİR**
Şehbal Özbek yazdı

75 **EVDE KOKOREÇ YAPIYORUZ**
Serkan Yeşildağ, bu ay sizler için evde de rahatlıkla yapabileceğiniz bir kokoreç tarifi verdi. Şimdiden afiyet olsun.

76 **OKUMA SANATI KULÜBÜ 5 YAŞINDA**
4 yılda 300 binin üzerinde kitap toplayan, 61 okula kütüphane kurulmasını sağlayan ve anne kütüphanelerine öncülük eden Okuma Sanatı Kulübü, 5. yaşını kutluyor.

80 **ŞİRİN BİR EGE ŞEHRİ: DENİZLİ**
'Dünyanın 8. Harikası' olarak anılan Pamukkale'nin yanı sıra antik kentleri, mağaraları, şelaleleri, leblebisi, kebabı ve kumaşlarıyla ünlü Denizli'yi hala görmediyseniz, bir hafta sonunuzu mutlaka ayırın.

86 **MİNİK KALPLER**
Anneler, babalar ve çocuklar için öneriler, röportajlar, tarz sahibi minikler ve daha fazlası...

90 **SARDUNYA ADASI**
Diş hekimi Müzeyyen Topçu Tan, masmavi ve berrak denizi, bembeyaz kumsalları ve birbirinden güzel plajlarıyla meşhur Sardunya Adası'nı, Kocaeli Life için kaleme aldı.

94 **HOŞ GELDİN ALİNDA SU**
Gamze Kır Sapancı ile Akın Sapancı'nın minik kızları Alinda Su, anne ve babasına 1 Nisan şakası yaptı.

96 **İYİ Kİ DOĞDUN EREN**
Eğitimci anne-baba, oğulları Eren'in yaş gününü görev yaptıkları kurs binasında, mini bir partiyle kutladı.

KOCAELİ life

İMTİYAZ SAHİBİ
Leona Basın - Yayın Reklamcılık ve Organizasyon Tic. Ltd. Şti. adına
Zeynep Akar

YÖNETİM

Genel Yayın Müdürü
Serpil Çolak

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü
Zeynep Akar

Haber Editörü
Eylem Selvi Arı

Görsel Yönetmen
Murat Kars

Haber Araştırma
Candar Tümeğ

Reklam
Tilbe Gün

KATKIDA BULUNANLAR
Fotoğraflar: **Hakkı Timuçin**

YÖNETİM YERİ
Mehmet Ali Paşa Mahallesi
Erkan Sokak No: 27 İzmit/ Kocaeli
0 262 323 93 92
info@kocaelilife.com

BABİL BASIM
Litros Yolu 2. Matbaacılar Sitesi
B Blok ZB 22 Topkapı/İstanbul
Telefon: 0 212 493 11 00
E-Posta: info@babilbasim.com

DAĞITIM
Turkuvaz Dağıtım Pazarlama

YAYIN TÜRÜ
Yerel, süreli, aylık

Kocaeli Life, Leona Basın-Yayın, Reklamcılık ve Organizasyon Ltd. Şti. tarafından T.C. yasalarına uygun olarak yayımlanmaktadır. Kocaeli Life dergisinin isim ve yayın hakkı, Leona Basın-Yayın, Reklamcılık ve Organizasyon Ltd. Şti.'ye aittir. Dergide yayımlanan yazı, fotoğraf ve konuların her hakkı saklıdır. İzinsiz, kaynak gösterilerek dahi alıntı yapılamaz.

www.kocaelilife.com

kocaelilife




İsmail Hakkı Timuçin

İSMAİL HAKKI TİMUÇİN'İ ARTIK AMERİKA TANIYOR

İlimizin başarılı fotoğraf sanatçılarından biri olan İsmail Hakkı Timuçin'in; WNBA oyuncusu, aynı zamanda MPV seçilen Erica Wheeler'i, İzmit Belediyespor'da oynarken çektiği fotoğraf Adidas Basketball'un dikkatini çekti. İstek üzerine ABD'ye gönderilen fotoğraf şimdilerde Los Angeles'ta duvarları, billboardları ve reklam panolarını süslüyor. Başarılı sporcu Erica Wheeler, büyük bir binaya giydirilen fotoğraf önünde poz vererek, İsmail Hakkı Timuçin'e teşekkür etti. Kocaeli Life olarak biz de İsmail Hakkı Timuçin'i kutluyor, başarılarının devamını diliyoruz.

RAGIP SAVAŞ'TAN ÖRNEK DAVRANIŞ

İzmitli oyuncu Ragıp Savaş örnek bir davranışa imza attı. Son olarak TRT ekranlarında yayınlanan Kuruluş Osman'da 'Dündar Bey' karakteriyle izlediğimiz Ragıp Savaş ve eşi, ATV'nin sevilen programı 'Müge Anlı ile Tatlı Sert' stüdyosuna sürpriz bir ziyarette bulundu. Müge Anlı ve izleyicileri şaşırtan ziyaretin sebebi kısa sürede anlaşıldı. Kayınvalidesini korona nedeniyle kaybeden Ragıp Savaş, Müge Anlı hayranı olan kayınvalidesi hayrına çocuklara tablet yardımında bulunmak için stüdyodaydı. Ragıp Savaş ve eşi, bu hareketiyle gönülleri fethetti.





MARDUK 9 YAŞINDA

İlimizin ilk dijital pazarlama ajansı Marduk, 9 yaşında. Arda Süar ve Can İşiaktır ortaklığında kurulan ajans, sadece ilimizde değil, şehir dışında da pek çok başarılı işe imza attı. Başarılarını, geleceği öngörmelerine bağlayan Arda Süar, "2012 yılında İstanbul dışında kurulan ilk dijital pazarlama ajansı olarak, o yıllarda herkes kapaklı telefon kullanırken sosyal medya reklamcılığını anlatmaya çalışıyorduk. İnsanlar gelmekte olan çağı idrak edene kadar çok zorlu yıllar geçirdik. Çok çalıştık, çok nitelikli işler yaptık, mutlu müşteriler biriktirdik ve hepsi bize başka yeni müşteriler getirdi. Bir reklam ajansı olarak reklam yapmayarak, sürekli büyüyerek, sürekli büyüterek 9 seneyi doldurduk" dedi, desteğini esirgemeyen iş ortaklarına teşekkür etti.

YAŞ ALDIKÇA GENÇLEŞİYOR

İlimizin ilk VIP sağlıklı yaşam merkezi Hunza Camp'ın kurucusu, başarılı iş kadını Tuğba Ciğerdelen, 47. yaşını ekibi ve ailesiyle birlikte kutladı. Hunza Camp ekibi, yaş aldıkça gençleşen Tuğba Hanım'a sürpriz bir parti düzenledi. Merkezde gerçekleşen kutlamada Tuğba Hanım pastasının mumlarını keyifle üflerken, evde de eşi Gürol Bey, kızları Hayriye ve Pınar da mini bir kutlama organize etti. Tuğba Ciğerdelen'in mutluluğu, bu iki kutlamanın ardından arkadaşlarının yaptığı sürprizlerle katlanarak büyüdü. "Hayat sevince güzel, beni sevgiye boğdukları için tüm dostlarıma minnettarım" diyen Ciğerdelen'e bizler de sağlıklı ve mutlu bir yaş diliyoruz.







BALCIOĞLU'NA 41 KERE MAŞALLAH

İlimizin başarılı avukatlarından Emel Ceylan Balcıoğlu, 41'inci yaşını ailesinin organize ettiği mini bir partiyle kutladı. Pandemi nedeniyle aile arasında gerçekleşen kutlamada Balcıoğlu'nun mutluluğu hem yüzüne hem de sosyal medya hesaplarına yansıdı. Balcıoğlu, ailece çektirdikleri fotoğrafı sosyal medya hesabından paylaşarak, "Güzel anılarımız hep çoğalsın" temennisinde bulundu. Biz de Balcıoğlu'na 41 kere maşallah diyoruz...

ANLAMLI İŞBİRLİĞİ

İlimizin yerli çikolata markası Nutat, Kocaeli Anneleri Derneği ile anlamlı bir işbirliğine imza attı. Nutat, Kocaeli Anneleri Derneği'ne özel olarak hazırladığı, kutularında çocukların çizimlerinin bulunduğu çikolataların satışından elde edeceği gelirle derneğe katkı sunacak. Bu anlamlı sosyal sorumluluk projesinden elde edilecek gelirle ihtiyaç sahibi çocuklar sevindirilecek. Siz de hem bayramlarda hem de sevdiklerinize hediye olarak götüreceğiniz çikolataları Nutat'tan alarak bu sosyal sorumluluk projesine destek olabilir, ihtiyaç sahibi çocukların hayatını güzelleştirebilirsiniz.





GAZETECİLER YENİDEN 'KAPLAN' DEDİ

Kocaeli Gazeteciler Cemiyeti (KOGACE), olağan genel kurulunu geçtiğimiz ay gerçekleştirdi. Sekapark'ta bulunan Uluslararası Kongre Merkezi'nde yapılan genel kurula pandemi nedeniyle protokol davet edilmezken, gazetecilerin ağabeyi Cemal Kaplan ikinci kez başkanlığa seçildi. 16 kişilik yönetim kurulu ve 5 kişilik denetim kurulunun belirlendiği kongrede konuşan Cemal Kaplan, gazetecilerin daha iyi koşullarda yaşaması için çalışmalarını sürdüreceklerini söyledi. KOGACE yönetimine biz de başarılar diliyoruz.



KEFARET'TE BİR İZMİTLİ

Ünlü oyuncular Nurgül Yeşilçay ve Mert Fırat'ın başrollerini paylaştığı, Fox Tv ekranlarının sevilen dizisi Kefaret'in kadrosuna İzmitli bir oyuncu dahil oldu. Bugüne kadar pek çok tiyatro oyunundan ve diziden tanıdığımız Kocaeli Büyükşehir Belediyesi Şehir Tiyatroları'nın başarılı oyuncusu Eylem Tanrıver, 'Kefaret' dizisiyle ekranlara geri döndü. Dizide 'Binnur' karakterini canlandıran Eylem Tanrıver, daha ilk bölümden oyunculuğunu konuşturmaya başladı.. Kefaret dizisini seyretmek için artık bir nedenimiz var, değil mi?



BİZ İZMİTİZ 50 BİN KİŞİ OLDU

İzmitlilik kültürünü yaşatmak ve İzmitliler arasında kopmaz bir bağ kurmak için ilimizin tanınmış, sevilen esnaflarından olan, aynı zamanda İzmit Kent Konseyi Başkanı Hüseyin Erol tarafından Facebook'ta kurulan 'Biz İzmitiz' grubu, 50 bin kişiye ulaştı. Giderek büyüyen ve birbirleriyle güzel bir bağ kuran grup üyeleri, İzmitli olmanın ayrıcalığını her platformda yaşıyor, yaşatıyor.

BONCUK GÖZ'ÜN MACERALARI

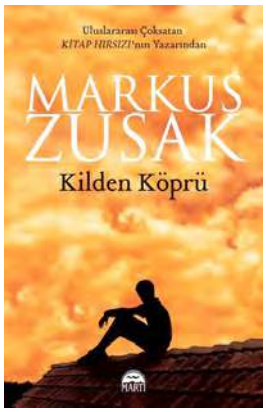
Çocuğunuza, onun dilinden bir kitap okumak ve beraber keyifli anlar geçirmek isterseniz, sizin için harika bir önerimiz var. Hilal Katı Ermiş'in kaleme aldığı 'Hacivat ve Karagöz ile Boncuk Göz' adlı kitap, dedesinin yağlı boya sergisine giden küçük Uzay'ın karşılaştığı bir gariplikle başlıyor. Tablolardan biri olan Hacivat ve Karagöz'ün ona göz kırptığını fark eden Uzay, çok heyecanlanıp karakterle arkadaş olmak istiyor ve gölge oyunu araştırmacısı olan dedesi Mustafa Ermiş sayesinde, yepyeni dostlar ediniyor. Kitabın devamındaki maceraları çocuğunuzla birlikte keşfetmek isterseniz, Hacivat ve Karagöz ile Boncuk Göz'ü Perseus Yayınevi internet sitesinden ve çok yakında diğer kitapevlerinden temin edebilirsiniz. Keyifli okumalar dileriz!





ANNEMİZE NE ALALIM?

Anneler Günü'nde annesine ne alacağına hala karar veremeyenler buraya! Çocukluğunuzdan bu yana bütün anılarınızı ölümsüzleştiren fotoğraflarınız ve diğer objelerle hazırlayacağınız özel bir kutu, annenizi mutluluktan ağlatabilir. Bunun için 'sosyopix.com' biçilmiş kaftan. İster kanvas tablo, ister modern çerçeve, isterseniz polo kartlar haline getirebileceğiniz fotoğraflarınız, sadece annenizi mutlu etmekle kalmayacak, şık bir dekoratif detay olarak evini de süsleyecek. Biz de Kocaeli Life dergisi olarak annelerin, anne adaylarının ve ruhunda annelik duygusunu hisseden tüm kadınların Anneler Günü'nü kutluyoruz.



KİLDEN KÖPRÜ'YÜ OKUDUNUZ MU?

Pek çoğumuzun, pandemi nedeniyle ailesiyle daha az görüşebildiği bu günlerde; aile bağlarını konu edinen bu kitabın sizlere daha anlamlı geleceğinden eminiz. Markus Zusak'ın yazdığı 'Kilden Köprü', aile bağlarını ve bu bağların nasıl koptuğunu konu alıyor. Yetişkinlerin olmadığı bir evin kargaşasında dövüşerek, birbirlerini severek ve geçmişin yasını tutarak yaşayan dört kardeş... Onları terk eden babalarının geri dönüşü ve çocukların hayatındaki değişim. Sayısız ödüle layık görülen bu dokunaklı kitabı mutlaka okuyun deriz.



KARAMÜRSEL'İN SİMİT DOLMASI

Ramazan ayının gelmesiyle beraber her gün 'ne pişireceğim' diye düşünmeye başladık. Bu ay sizler için iftar ve sahur sofralarınızda yer verebileceğiniz pratik bir tarifimiz var. Geleneksel bir tat olan Karamürsel simit dolmasını mutlaka denemelisiniz. Halka şeklindeki pidenin kalınca dilimlenerek, içerisine peynir, sucuk ya da kıyma konulduktan sonra kızartılmasıyla hazırlanan bu tarif, evdeki herkesin damağında lezzet şöleni yaratacak. Pehlivanlar diyarı Karamürsel'e has olan simit dolması, Türkiye genelinde az bilinen bir lezzet ve ilimizde de en çok Ramazan ayında tüketiliyor.



THE QUEEN'S GAMBIT

Hep aynı şeyleri izlemekten sıkılan okurlarımız için bir mini dizi önerimiz var: The Queen's Gambit. Başrolünde Anya Taylor-Joy'un yer aldığı The Queen's Gambit, Walter Tevis'in 1983 tarihli romanından uyarlanmış. Bir Amerikan draması olan Netflix yapımı dizi, sadece bir sezondan oluşuyor ve başlayanlar diziyi bitirmeden ekranın başından ayrılamıyor. The Queen's Gambit, 1950'li yıllarda geçiyor ve dünyanın en büyük satranç oyuncusu olmak isteyen Elizabeth Harmon isimli öksüz bir kız çocuğunun yaşadıklarını konu alıyor. Amacına giden yolda bazı bağımlılık ve duygusal sorunlarla savaşan Elizabeth'in öyküsünü büyük bir ilgiyle izleyeceğinizden eminiz. Bu yapıma mutlaka bir göz atmalısınız.



MİS GİBİ **ŞERBET**

Ramazan ayı devam ederken sofralarınızı şenlendirecek, tadına doyamayacağınız bir şerbet önerisiyle geldik. Kuru ve taze meyveleri kullanarak, baharatlarla tatlandıracağınız bu şerbete bayılacaksınız. İhtiyacınız olan malzemeler; 6 bardak su, yarım bardaktan biraz fazla toz şeker, 1 bardak vişne, 10 adet kurutulmuş erik, 1 bardak kuru üzüm, tercihen küçük bir parça taze zencefil, 1,5 çay kaşığı tarçın ve 6 adet karanfil. Suyu aktardığınız tencerenin içine taze zencefil, tarçın ve karanfili ekleyip kaynamaya bırakın. Kaynamaya başlayınca toz şekeri ilave edip altını kısın ve diğer malzemeleri ekleyin. Süzüp soğuttuktan sonra içebilirsiniz. Afiyet olsun!



KALİGRAFİ ÖĞRENELİM

Kaligrafi sanatıyla yapılmış dekoratif panoların evinizin duvarlarını süslemesini istemez misiniz? Harflere güzel biçimler vererek, güzel yazı yazma sanatı olan kaligrafi ile en sıradan yazılar bile sanat eserine dönüşebiliyor. Son yıllarda hızla yayılan ve pek çok kişi için vazgeçilmez bir hobi haline gelen kaligrafi sanatı için ihtiyacımız olan malzemeler sadece her kırtasiyede bulabileceğimiz bir kaligrafi kalemi ve 120–180 gram aralığında sayfa kalınlığı olan bir defter. Başlangıç eğitimleri için ücretsiz olarak izleyebileceğiniz, kaligrafiyi adım adım anlatan youtube videolarını takip edebilirsiniz. İşte evde kaligraf sanatçısı olmak bu kadar kolay, şimdiden keyifli aktiviteler...



SEN HİÇ **ATEŞBÖCEĞİ GÖRDÜN MÜ?**

Yılmaz Erdoğan'ın aynı isimli oyunundan filme uyarlanan 'Sen Hiç Ateşböceği Gördün Mü?' Netflix'te gösterime girdi. Yönetmenliğini Andaç Haznedaroğlu'nun üstlendiği filmin başrollerini Ecem Erkek, Engin Alkan ve Devrim Yakut paylaşıyor. Oldukça zeki bir insan olan Gülseren'in çevresiyle anlaşamama sorunlarıyla başlayan film, 1948 yılından başlayarak 5 ayrı kuşağı ve dönemi anlatıyor. Daha fazla 'spoiler' vermeden, salonlara gidemediğimiz bu dönemde sinema keyfi yaşamak isteyenlere bu filmi öneriyoruz.



HAYAT KURTARMAK **ELİMİZDE**

Kızılay İzmit Kan Alma Birimi, lösemi ve kök hücre nakli gerektiren hastalıklarla mücadele eden kişilerin umudu olan 'kök hücre bağışı' için bir etkinlik başlattı. Ramazan ayı boyunca Yürüyüş Yolu'ndaki Ulugazi İlkokulu karşısına, 10.00- 23.00 saatleri arasında stant açan birim, kök hücre donör adayı olmak isteyen İzmitlilerden kan alacak.

Siz de 3 tüp kanla bir çocuğun hayatını kurtarabilir, amansız bir hastalığın pençesindeki kişilere umut olabilirsiniz. Kök hücre bağışçı adayı olurken, tüm süreçleri bilmek önemli... Kızılay İzmit Kan Alma Birimi, bu konuda da bağışçılara gereken bilgilendirmeyi yapıyor. Sizler de konuyla ilgili bilgi alabilir, kan ve kök hücre bağışı yapabilirsiniz. Unutmayın, başka birinin umudu sizin damarlarınızda akıyor olabilir.



EVDE **SERAMİK** YAPIMI

"Evde seramik mi olur, bunların kursları var" diyorsanız, yanılıyorsunuz. İhtiyacınız olan tek şey hayal gücünüz, seramik hamuru ve renklendirmek için boyalar... Hem internetten hem de kırtasiyelerden kolaylıkla bulabileceğiniz, kuruyan veya fırınlanan seramik hamurunu edinmek çok kolay. Yapacağınız objeye karar verdikten sonra hamuru su yardımıyla şekillendirmelisiniz. Yapacağınız objenin evde örneği varsa, onu kalıp olarak kullanmak işinizi kolaylaştıracaktır. Sanat eserinizi şekillendirdikten sonra yapmanız gereken şey, onu yaklaşık bir gün kurumaya bırakmak. Geldik en keyifli kısma... Artık, kuruyan hamurunuzu akrilik boyayla dilediğiniz renk ve şekilde boyayabilirsiniz...



TARZ YARATMAK ONUN İŞİ

DİNÇER SİGALI

Stil sayfalarımızın bu ayki konuğu, başarılı moda tasarımcısı Dinçer Sigalı. Uzun yıllar duayen modacı Cemil İpekçi'nin tasarım ekibinde görev alan; ardından Osmanlı Takı By Celali bünyesinde Barış Manço Takıları Koleksiyonu'nu tasarlayan Dinçer Sigalı; bundan 5 yıl önce hayatını Kocaeli Büyükşehir Belediyesi Şehir Tiyatroları Genel Sanat Yönetmeni Aydın Sigalı ile birleştirerek ilimize yerleşti. Şu anda çalışmalarına evinde oluşturduğu atölyesinde devam eden Dinçer Sigalı, birbirinden orijinal kıyafet ve aksesuar tasarımlarına imza atıyor. Son günlerde üretimine hız verdiği deri bacak çantalarıyla gündemde olan Sigalı, ürünlerinin satışını şimdilik sadece @bdincerys isimli Instagram sayfası üzerinden gerçekleştiriyor ve elde ettiği gelirin büyük bir kısmını sokak hayvanlarının tedavisine aktarıyor. Hayal gücü ve yeteneğini kendi stiline de yansıtan Dinçer Sigalı, gardırobunda yer verdiği her parçaya mutlaka kendi dokunuşunu da ekliyor. ▸



YAŞAM

Nerede yaşıyorsunuz?
Çocukluğum Rize'de geçti, 39 yaşıma kadar da İstanbul'da yaşadım. Evlendikten sonra eşim Aydın Sigali'nın işi nedeniyle Kocaeli'ye geldim. Bu şehir çok güzel, rahat ve huzurlu... İstanbul'un karmaşasından sonra İzmit'te yaşamak bana çok iyi geldi. Şu anda Yahya Kaptan Mahallesi'ndeki Kumla Sitesi'nde yaşıyoruz.

Evinizi seçerken dikkat ettiğiniz kriterler?
Evimizi seçerken, bahçesi olduğunu görünce çok sevindik, hemen anlaştık ve taşındık. Eşim, Kocaeli Büyükşehir Belediyesi Şehir Tiyatroları'nın genel sanat yönetmeni ve oyuncusu olduğu için evimizin Süleyman Demirel Kültür Merkezi'ne yakın olmasını özellikle tercih ettik. Yahya Kaptan'da hayvan severlerin çoğunlukta olması da bu bölgedeki bir evi tercih etmemizde etken oldu.

Evinizin en rahat köşesi?
Salonumuz… Hem dinlenip hem de birbirimizi rahatsız etmeden hobilerimizle ilgilenebiliyoruz. Örneğin, Aydın piyano çalarken, ben resim yapabiliyorum.

Evinizdeki en sevdiğiniz eşya?
Atölyemdeki tasarım aletlerinin her biri benim için pırlanta değerinde. Eşim de bunu çok iyi bildiği için özel günlerimizde bana tasarımlarımı kolaylaştıracak hediyeler alarak beni çok mutlu eder

Çalışıyor musunuz, boş vakitlerinizi nasıl değerlendiriyorsunuz?
Kişiye özel kostüm, takı, çanta ve aksesuar tasarlıyorum. Ürünlerimi şimdilik sadece Instagram bdincerys sayfasından paylaşıyorum.

Hafta sonlarını nasıl geçiriyorsunuz?
2 minik köpeğim var. Kızım Beyliss (beagle) ve oğlum Alican (Yorkshire terrier)… Bir de Kakata adında, siyah bir kedimiz var. Eğer atölyede çalışmıyorsam onlarla uzun yürüyüşlere çıkıyorum. Bu şehrin doğası harika. Pandemiden önce mutlaka her hafta sonu arabaya atlayıp daha önce görmediğimiz yerleri keşfetmeye giderdik.

Sosyal medyayı kullanıyor musunuz?
Instagram'ı aktif kullanıyorum.

En son izlediğiniz film?
Son olarak Casino filmini izledim.

En sık dinlediğiniz albüm?
Whitesnake'ten Is This Love… Bunun yanı sıra Barış Manço'nun tüm şarkılarını dinlerim. Bu büyük sanatçının hem hayatımda farklı bir yeri var hem de tüm şarkı sözleri anlamlı, duygulu ve dahası öğütlüdür. Kol düğmeleri en sevdiğim şarkısıdır. Barış Manço koleksiyonu hazırlarken, bu şarkının klibinde kullandığı kol düğmeleri, kalıplarını kopyalamak için bir hafta bende kalmıştı. Oğlu Doğukan Manço, onları bana verdiği an çok duygulanmıştım. Dedim ya bende değeri çok başkadır şarkılarının.


Dinçer Sigalı; rahat, sade ve zamansız tasarımları tercih ediyor.

En sevdiğiniz yazar?
Daha çok tarih ve biyografi okumayı seviyorum. Bu yüzden tarihe yön veren olayları, kişileri farklı yazarlardan karşılaştırmalı olarak okumayı severim.

Atölyemdeki tasarım aletlerinin her biri benim için pırlanta değerinde

GİYİM

Nasıl bir giyim tarzınız var?
Rahat, sade ve zamansız tasarımları tercih ederim. Genellikle kıyafetleri değiştirir, mutlaka bir yerine kendi dokunuşumu katarım.

Alışverişi en çok nereden yapıyorsunuz?
En çok Eminönü, Tahtakale, Şişli ve Nişantaşı'ndaki butiklerden alışveriş yapıyorum.

Kot markası?
Türk markalarının kotlarını tercih ediyorum.

Spor ayakkabı?
Derimod

Gece ayakkabısı?
Desa ve Derimod ▸

Tasarımcı Dinçer Sigalı, kıyafetlerine mutlaka kendi dokunuşunu katıyor.





Dinçer Sigalı, marka takıntısı olmadığını söylüyor.

Gömlek
Tarzıma uygun parçaya hangi dükkanda rastlarsam oradan satın alırım.
Çanta?
Küçük çantaları tercih ediyorum, çantalarımı genellikle kendim yapıyorum.
Gardırobunuzun vazgeçilmezi?
Tuniklerimden vazgeçemem.
Moda idolü?
Cemil İpekçi ve Erol Albayrak
En son satın aldığınız şey?
Çanta tasarımlarım için bol miktarda deri satın aldım.

GÜZELLİK

Parfüm (günlük/gece)?
Wish Chopard ve Yves Saint Laurent Cinema
Şampuan?
Bioxin Forte
Cilt bakım markası?
Cilt bakım kremi olarak sadece Sigal Büyü.
Saçınızı nerede kestiriyorsunuz?
Saçlarım, Wow Kuaför'de Selahattin Bey'e emanet.
Estetik yaptırdınız mı? Karşı mısınız?
Botoks yaptırıyorum. Kesinlikle karşı değilim.
Güzellik sırlarınız var mı?
Kullandığım kremden başka hiçbir şeye ihtiyaç duymuyorum, herkese tavsiye ederim.

GEZİ

Yurt dışına ne sıklıkla çıkıyorsunuz?
İşim gereği defile ve fuarlar için sık sık yurt dışına çıkıyordum ama pandemi başlayınca bu tür seyahatlere uzun zamandır ara verdim.
Hangi ülkeleri tercih ediyorsunuz?
Ben en çok İsviçre'yi çok sevdim.
Yurt içinde yaz-kış tercihiniz?
Bodrum ve İzmir başta olmak üzere tüm Ege ve Doğu Karadeniz.
Hafta sonlarında kaçış noktalarınız?
Yuvacık Barajı'nın kenarındaki yürüyüş parkurunu çok severim.
Kahvaltı ve yemek için nereleri tercih ediyorsunuz?
Kahvaltı için Manişak Cafe, Kuzine ya da Sukra Gurme'yi tercih ediyoruz. Akşam yemeği için de pandemiden önce sık sık Gürkan Et'e uğrardık.
Eğlence için sürekli gittiğiniz mekan?
Yine pandemiden önce Hayal Kahvesi, Fava Meyhane ve The North Shield. ■



Dinçer Sigalı, kombinlerinde kullandığı birbirinden şık takı ve kemerleri kendisi tasarlıyor.

TAKI VE AKSESUARDA BİR MARKA

AYSHA ACCESSORIES

Ayşenur Aktürk'ün kurucusu olduğu Aysha Accessories, şıklığını takı ve aksesuarla taçlandırmak isteyen kadınların yeni adresi

HABER: **EYLEM SELVİ ARI** • FOTOĞRAFLAR: **İSMAİL HAKKI TİMUÇİN**



Mağazada sadece takı değil, ev dekorasyonu ve bebek ürünlerini de bulabilirsiniz.



Kadın şıklığının en büyük tamamlayıcısı hatta vazgeçilmezidir takılar. Siz de hayal ettiğiniz tarza ve şıklığa aksesuarlar olmadan ulaşamayacağınızı düşünüyorsanız, kıyafetlerinizi takılarla hareketlendirmeyi seviyorsanız ve tarzınızı tamamlayacak farklı tasarımlar arıyorsanız; Aysha Accessories ile mutlaka tanışmalısınız. Ayşenur Aktürk'ün kurduğu Aysha Accessories, Yenişehir Mahallesi'ndeki mağazasında takı ve aksesuar tutkunlarını ağırlamaya başladı.

HOBİ OLARAK BAŞLADI

Bugün sadece Kocaeli'den değil, Türkiye'nin hatta dünyanın dört bir yanından sipariş alan Aysha Accessories'ın kuruluş öyküsü genç girişimcilere örnek olacak cinsten. Gelin, bu başarı hikayesini Ayşenur Hanım'ın kendisinden dinleyelim: "14 yıl boyunca kurumsal hayatın içinde yer aldım. Bundan 2.5 yıl önce hobi olarak takı tasarlamaya başladım. İçimdeki yeteneği üretme aşkıyla buluşturduğumda, bu sürecin beni nereye götüreceğine dair en ufak bir fikrim yoktu. Tasarladığım takıları çevremdekiler beğenince online satış yapmaya karar verdim.

TALEP YOĞUN OLUNCA...

Takılarım öyle büyük ilgi gördü ki profesyonel iş hayatımı noktaladım; hem oğluma daha fazla vakit ayırabilmek hem de bu alanda yol alabilmek için Aysha Accessories'ı kurdum. Hayallerimin peşinden koşmak istedim. Çeşitli e-ticaret sitelerinde yer aldım, baktım her şey yolunda gidiyor, Temmuz 2020 itibariyle kendi şirketimi kurdum. Talep yoğunluğu beni mağaza açmaya itti. Mart ayında Yenişehir Mahallesi'ndeki mağazamı açtım."

ANTİALERJİK TAKILAR

Küpeden kolyeye, yüzükten bilekliğe, broştan şık taçlara, şapkadan fulara kadar aradığınız her tür takı ve aksesuarı bulabileceğiniz Aysha Accessories'teki tüm ürünlerin güvenilir olduğunu söyleyen Ayşenur Hanım, "Takıya dair tüm ürünlerimiz antialerjiktir. Çelik, gümüş ve altın kaplama takılarımız mevcut. Çelik olarak sınıflan-



Aysha Accessories'in kurucusu Ayşenur Aktürk, şıklığını takıyla tamamlamak isteyen hanımları mağazasına bekliyor.

dırdığımız grup, ithal takılardan oluşuyor, yurt dışından geliyor. Duşta, havuzda ve denizde rahatlıkla kullanılabilir, kararmaz. Küpelerimiz, bebeklerde ve çocuklarda dahi kullanılabilir" diyor.

DOĞAL TAŞ VE GÜMÜŞ

Ayşenur Hanım'ın, İtalyan Murano cam kullanarak tasarladığı, doğal taşlardan hazırladığı el emeği göz nuru takıları ise oldukça popüler. "Özellikle yaz aylarında zincirlerle kombinlendiğinde çok şık ve farklı bir hava yaratıyor" diyen Ayşenur Hanım, Aysha Accessories'te 925 ayar gümüş üzeri 14K-18K altın kaplama takıların bulunduğunun da altını çiziyor, kişiye özel çalışma yaptıklarını belirtiyor.

EV TEKSTİLİ VE DEKORASYONU

Ayşenur Hanım, takı ve aksesuarın ardından ev dekorasyonu ile ev tekstil ürünlerinin yapımına ve satışına da başladı. Bunun için annesi Kezban Hanım ve gelinleri Hale Cansu Özal ile el ele veren Ayşenur Aktürk, Kezyhome markasını kurdu. Amerikan servisler, gümüş kaplama sunum ve servis setleri, masa örtüleri, havlular, runner ve supla takımları, birbirinden şık peçeteler, göz alıcı çerezlikler, kahve takımları, sunum kaseleri, dekoratif yastıklar ve daha neler neler var Kezyhome'da.

KEZYHOME MARKASI

Tekstil ürünlerini kendisinin tasarladığını ve annesinin diktiğini söyleyen Ayşenur Hanım, "Mağazamızdan ve Instagram'dan Kezyhome markasıyla satışlarımız devam ediyor. Evinde farklılık arayanları Kezyhome'a davet ediyorum" diyor. Girişti̇ği her işte başarılı olan Ayşenur Aktürk, Aysha Accessories ve Kezyhome markaları büyürken bir atılım daha yaptı, yeni doğan bebek hediye kutuları hazırlamaya başladı.

'Her zaman hediye kutusu hazırlamak gibi bir hayalim vardı' diyen Ayşenur Aktürk, bu hayalini de gerçekleştirdi. İlk iş olarak 'Monimellogift' markasını kuran başarılı girişimci, "Her minik hediyeyi abartarak sunmak gibi bir özelliğim var. Bir bebeğin dünyaya gelişine özel yeni▸



Genç girişimci Ayşenur Aktürk, kurduğu 3 markanın da ürün kalitesine çok güveniyor.



Doğal taşlı takılara bayılacaksınız.

doğan bebek hediyelikleri hazırlamak istedim. Özel ahşap kutusunda; müslin bebek battaniyesi, bebek pikesi, emzik askısı, diş kaşıyıcısı, ahşap anı küpleri, ahşap isimlikler, rattandan el örmesi çıngıraklar, kehribar kolyeler/bileklikler ve isteğe bağlı olarak şekillenecek hediye kutuları hazırlıyorum. Tamamı kadın girişimci ya da yerli üreticilerin ürünlerinden oluşan yeni doğan bebek grubumda tekstil ürünleri organik ve sertifikalı" diyor.

BEBEKLER İÇİN HER ŞEY

Monimellogift'te bebekler için oyun matı ve ahşap oyun alanı, ahşap oyun setleri, bebeğiniz büyürken her anını unutulmaz kılacak ahşap aylık kartlar, rattandan yapılmış sepetler, rattandan oyun evleri, müslin örtüler, müslinden bornozlar ve daha bir çok ürünü bulabilirsiniz.

Instagram'dan ve mağazadan satışı olan Monimellogift'e bakmadan bebek setleri almayın. Hizmet kalitesi ve kaliteli ürünleri sayesinde 'Ayşenur'un elinden ne çıkarsa tercih edebiliriz' algısının oluştuğunu söyleyen Ayşenur Hanım, "Umut ediyorum ki bu iş beni başka kadınlara istihdam sağlayabileceğim noktaya ulaştırır. Bunu hedefleyerek mağazacılığa geçtim. Bir kadın bizim aracılığımızla evine ekmek götürebilir noktaya gelirse ne mutlu bana" şeklinde konuşuyor. ■



Bebeğiniz büyürken her anını unutulmaz kılacak ahşap kartlar.

İLETİŞİM

Yenişehir Mahallesi Arda Sokak No:33 A
İzmit/Kocaeli
Tel: 0530 528 86 84
Instagram: @aysha.accessories
@monimellogift - @kezyhome

ADEN İLETİŞİM

HABERLEŞME VE GÜVENLİK SİSTEMLERİ

Müşterilerimizin karlılığını arttırmak ve maliyetini düşürmek için geniş ürün yelpazemizle hızlı ve güvenilir bir hizmet sunarak her geçen gün sizlerden aldığımız destek ve pozitif enerji ile kendimizi geliştiriyoruz.

Firmamıza şimdiye kadar gösterdiğiniz ve bundan sonra da göstermiş olacağınız yakın ilgiye teşekkür ederiz.

Saygılarımızla ;

ADEN İLETİŞİM Haberleşme ve Güvenlik Sistemleri






SATIŞ / BAKIM / TEKNİK SERVİS

- **TELEFON SANTRALLERİ**
- **YANGIN ALARM SİSTEMLERİ**
- **KARTLI GEÇİŞ SİSTEMLERİ**
- **HIRSIZ ALARM SİSTEMLERİ**
- **BARİYER SİSTEMLERİ**
- **KAMERA SİSTEMLERİ**

İLETİŞİM BİLGİLERİ ;

TEL : 0262 325 33 11
MAİL : info@adeniletisim.com.tr
WEB : www.adeniletisim.com.tr
ADRES : Ömerağa mahallesi Şaban Sarıgülle Sokak
Başer İş Hanı no :14 kapı no : 6 KOCAELİ / İZMİT



Fatih Aysel ile Burçin Çam Çangal Kocaeli'den doğup Türkiye'ye açılan Nutat'ın çikolatalarını herkesin tatmasını istiyor.

BAYRAM ÇİKOLATANIZ KAPINIZA GELSİN

NUTAT ÇİKOLATA

İlimizde 'taze' çikolatanın adresi Nutat Çikolata, Ramazan Bayramı'nı çikolatasız geçirmek istemeyenler için 'adrese çikolata teslimi' uygulamasını başlattı

HABER: **EYLEM SELVİ ARI** • FOTOĞRAFLAR: **İSMAİL HAKKI TİMUÇİN**

Girişimci iş insanları Burçin Çam Çangal ile Fatih Aysel ortaklığında 2013 yılında kurulan Nutat Çikolata, 8 yılda çok yol kat etti, ünü il sınırlarını aştı. Yolculuğuna, İzmit Yenişehir Mahallesi'ndeki küçücük bir dükkanda, kısıtlı imkanlarla çikolata üreterek başlayan Nutat, ürünlerinin kalitesiyle adını kısa sürede duyurdu, günden güne büyüdü ve ilimizin alanında en başarılı markalarından biri haline geldi.

YENİ YERİNDE

Çikolata ve rengarenk drajelere dair aradığınız tüm lezzetleri bir arada bulabileceğiniz Nutat Çikolata, şimdi yeni yerinde, yenilenen yüzüyle çikolata severleri bekliyor. İzmit Miralay Mümtaz Caddesi üzerindeki merkezinde üretim tesisi ve perakende satış mağazasıyla hizmet veren Nutat, çikolata tutkunlarının ve 'taze' çikolata arayanların ilk adresi oldu.

ÇOCUKLUĞUNUZDAKİ LEZZETİ SUNUYOR

Sipariş üzerine üretim yapan ve mağazasında daima taze çikolata bulunduran Nutat Çikolata, çikolata gurmelerinin yüzünü güldüren lezzetleriyle sadece ilimizde değil, Kocaeli dışında da ciddi bir müşteri kitlesine ulaştı. Nutat Çikolata'nın ürünleri hakkında, "Çocukluğunuzdaki lezzeti sunuyoruz" diyen Burçin Çam Çangal, bu lezzeti yakalamak için en kaliteli malzemeleri kullandıklarının; üretimde hijyenden, kaliteden ve lezzetten asla taviz vermediklerinin altını çiziyor.

ÖZEL GÜNLER İÇİN

Söz, nişan, düğün ve bebek çikolatası denildiğinde ilimizde akıllara gelen ilk marka olan Nutat Çikolata, aynı zamanda kurumsal firmalar için de çikolata üretimi yapıyor. Burçin Hanım, "Tüm özel günlerde, özel sipariş alarak hizmet veriyoruz. Çikolata yapımından ambalajına kadar her adımda, müşterilerimizin hayallerindeki konsepti hazırlıyoruz" diyor.











SİPARİŞ VERİN KAPINIZA GELSİN

Ramazan Bayramı'nda çikolatadan vazgeçemeyenler için hazırlıklarını tamamlayan Nutat, hizmet kalitesini de bir adım ileriye taşıdı. Burçin Çam Çangal, Ramazan Bayramı için sipariş almaya başladıklarını söylüyor ve ekliyor: "Bayram çikolatası için evinizden çıkmanıza gerek yok. Siz istediğiniz çikolatanın siparişini verin; biz evinize kadar getirelim. Nefis çikolatalarımızı tatmak isteyen herkes, '**www.drajedukkani.com**' adresinden sipariş verebilir.

Kocaeli içindeki siparişleri, kendi ekibimizle bizzat adrese ulaştırıyoruz. İl dışından gelen siparişler ise aynı gün içerisinde kargoya veriliyor. Türkiye'nin her noktasına çikolata gönderebiliyoruz. Belki bu bayram sevdiklerimizle kucaklaşamayacağız ama onlara bir kutu çikolata göndererek sevgimizi ve kalben yanlarında olduğumuzu gösterebiliriz" diyor.



KAHVE SATIŞI DA BAŞLIYOR

Nutat'ın kalitesinin tazeliğinden ve damaklarda iz bırakan lezzetinden geldiğini belirten ortaklardan Fatih Aysel ise çikolatanın ayrılmaz eşlikçisi olan kahvenin satışına da başlayacaklarını belirtiyor. 15 kişilik ekibiyle çikolata üreten ve Türkiye'nin dört bir yanına gönderen Nutat lezzetini hala tatmadıysanız, Ramazan Bayramı'nda bayram çikolatanız Nutat'tan olsun. ■

İLETİŞİM

Adres: Fatih Mahallesi Miralay Mümtaz Caddesi No:107 İzmit /Kocaeli
Tel:0850 42026 33
Web: www.drajedukkani.com
Instagram: @nutatdraje

TUTKUYLA HAZIRLANAN LEZZETLERİN ADRESİ

PATISSERIE NEBİYYE

Girişimci iş kadını Nebiye Topuz tarafından Yenişehir Mahallesi'nde hizmete açılan Patisserie Nebiyye, kısa sürede lezzet tutkunlarının vazgeçilmez adresi haline geldi

RÖPORTAJ: **TİLBE GÜN** • FOTOĞRAFLAR: **İSMAİL HAKKI TİMUÇİN**



Pasta şefi Nebiye Topuz, butik pastanesi Patisserie Nebiyye'yi hizmete açtı.

Tatlı ve hamur işlerindeki hünerini pastacılık eğitimiyle taçlandıran girişimci iş kadını ve pasta şefi Nebiye Topuz, butik pastanesi Patisserie Nebiyye'nin kapılarını lezzet avcıları için açtı. İzmit Yenişehir Mahallesi'ndeki şık salonunda, özel tariflerle günlük olarak hazırlanan tatlı ve hamur işi çeşitlerini; katkısız, hijyenik ve leziz tatlar arayışında olanların beğenisine sunan Patisserie Nebiyye, şimdiden pek çok kişinin favori adresi oldu. Tamamı Nebiye Hanım'ın maharetli ellerinden çıkan birbirinden lezzetli tatlı ve tuzlu çeşitlerinin tümü büyük bir titizlikle, birinci kalite malzemeler kullanılarak hazırlanıyor.

Başarılı girişimci Nebiye Topuz, 'Tutkuyla hazırlanan artizan lezzetler' sloganıyla hizmete açtığı Patisserie Nebiyye'nin ürün yelpazesini ve girişimcilik serüvenini dergimize anlattı…

Nebiye Hanım, bize kendinizden bahseder misiniz?

1976 doğumluyum. 10 yaşına kadar Kastamonu'da yaşadıktan sonra ailemle beraber İstanbul'a yerleştik. Çalışma hayatına da İstanbul'da kimya sektöründe faaliyet gösteren bir firmada başladım. Evlendikten sonra eşimin işi nedeniyle 8 yıl Mısır'da yaşadık. Kısa süre önce Türkiye'ye geri döndük ve eşimin işi bu bölgede olduğu için Kocaeli'ye yerleştik.

Mutfağa olan ilginiz nasıl başladı?

Çocukluğumda anneannemle birlikte yaşıyorduk ve yemeklerimizi o yapardı. Ben de onu izlerken sayısız soru sorardım. Yaşım ilerledikçe mutfakla daha fazla haşır neşir oldum. Seyahat etmeyi de çok sevdiğim için her gittiğim şehirden yöresel ürünler alarak o ürünlerden yemek yapmaya başladım. Kendi kendime tarifler denedim, aileme tattırdım, çok beğendiler. Arkadaşlarım da elimin lezzetine bayı-







Patisserie Nebiyye, sımsıcak bir ortama sahip.

lıyordu. Bu şekilde ilgim ve mutfağa olan bağlılığım daha da arttı.

Patisserie Nebiyye markasını kurma fikri nasıl doğdu?

Kocaeli'ye geldiğimde ürünlerimi çevremdekilere tattırdım. Bir arkadaşım ürünlerimi satışa sunmamı önerdi ve beni cesaretlendirdi. Dolayısıyla ilk olarak evden satış yaparak başladım. Sattığım ürünlerden çok güzel geri dönüşler aldım. Ardından Seymen Koleji'nin bir etkinliğinde stant açmam teklif edildi. Ürünlerim orada da çok büyük ilgi görünce Patisserie Nebiyye markasını kurdum ve Instagram'dan satış yapmaya başladım.

PASTACILIK EĞİTİMİ

Bu işin eğitimini de almışsınız…

Her alanda olduğu gibi yeme-içme sektöründe de başarıya giden yolun eğitimden geçtiğini biliyordum. Çocuklarım büyüdükten sonra Mutfak Sanatları Akademisi'nde (MSA) pastacılık eğitimi aldım. Eğitimim bitince de staj için okulda kaldım. Hem workshop organizasyonlarını yaptım hem de şeflere asistan olarak workshoplara girdim. Kendimi çok geliştirdim. Okuldaki eğitim ve staj dönemi bitince İstanbul Bağdat Caddesi'nde yeni açılan bir restoranın pastane şefliğini üstlendim. Menüsünü oluşturdum, yaklaşık 6 ay kadar orada görev yaptım. Benim için güzel bir tecrübe oldu.

İzmit'e döndükten sonra ne yaptınız?

İzmit'e döndüğümde hemen dükkan arayışına girdim. Yenişehir'deki bu güzel yeri buldum ve kısa sürede dekore ettirdim. Bu arada bir yandan da Instagram'dan siparişlerimi almaya devam ettim. Tanınırlığım giderek arttı, lezzetlerimin müdavimleri oluştu.

Patisserie Nebiyye'nin menüsünde neler var?

Butik pastanemde tatlıdan tuzluya pek çok ürün bulunuyor. Çavdar, Alman çiftçi ve tahıllı olmak üzere ekşi mayalı ekmek çeşitlerim var. San Sebastian ve meyveli cheesecake, meyveli ve çikolatalı chookie, çeşitli sebzelerden yaptığım kiş, özel siparişle hazırlanan doğum günü pastaları, poğaça ve açma çeşitleri, Paris brest, meyveli rulo pasta, glutensiz mercimekli rulo, mozaik pasta ve mozaik bar, krem puf, brownie, profiterol ve mousse pasta ilk aklıma gelenler. Ayrıca reçeteleri bana ait olan organik reçel, ev yapımı tarhana ile reyhan ve elma şerbeti de menümde bulunuyor.

GÜNLÜK ÜRETİLİYOR

Ürüleriniz günlük mü hazırlanıyor?

Pastanemin vitrinindeki her ürün aynı gün yapılıyor. Müşterilerim, ürün bitince yenisini alabilmek için sonraki günü bekliyor. Böylece onlar da her ürünün tazeliğinden emin oluyor.

Kaç kişilik bir ekiple çalışıyorsunuz?

Butik bir işletme olmam ve her şeye elimin değmesini istediğim için burada iki kişi çalışıyoruz. Benim dışımda mutfakta çalışan bir yardımcım daha var. Ürünlerin hepsini dükkanımın içinde bulunan mutfağımda yapıyorum. Mutfaktan çıktığı gibi taze bir şekilde vitrindeki yerlerini alıyorlar. Ürünlerimin reçetelerini ben oluşturuyorum. Bu tariflerimi çocuklarıma miras olarak bırakmak için de özel bir deftere not alıyorum.

Ramazan ayına özel lezzetleriniz var mı? Paket servis hizmeti verecek misiniz?

Ramazan'da ve sonrasında paket servisim olacak. Sipariş üzerine içli köfte, mantı, yaprak sarma, su böreği, kol böreği ve pide de yapıyorum. Menümde ekşi mayalı pide de var. Onun dışında geleneksel Türk tatlılarından güllaç, sütlaç ve keşkül de menümde yer alıyor.

Patisserie Nebiyye'yi nerede görmek istiyorsunuz, hayaliniz nedir?

Aslında en büyük hayalim butik pastane açmaktı, bu hayalime kavuştum. Bunun yanında bu işe gönül vermiş kişileri yetiştirmek istiyorum. İşletmemde workshoplar düzenleyeceğim. Gençlere destek olmayı çok isterim. Ayrıca Datça'da da bir evim var, ikinci şubemi oraya açmayı çok istiyorum. ■

İLETİŞİM

Adres: Yenişehir Mahallesi Çınar Sokak No:19 İzmit/Kocaeli
Tel: 0535 696 91 91
Instagram: nebiye_topuz



Artichoke By SO markasının sahibi Sena Özpınar.

MODAYA YENİ BİR SOLUK GETİRDİ

ARTICHOKE BY SO

Girişimci iş kadını Sena Özpınar'ın kendi tasarımlarının yanı sıra dünyaca ünlü markaların kıyafetlerini satışa sunduğu Artichoke By SO kapılarını açtı

HABER: **EYLEM SELVİ ARI** • FOTOĞRAFLAR: **ELİF TALAY**

Tasarladığı kıyafetler büyük ilgi görünce kendi markasını oluşturan girişimci iş kadını Sena Özpınar, Artichoke By SO ile sektöre iddialı bir giriş yaptı. Kalite, şıklık ve özgün tasarımlar arayan kadınlara hitap eden Artichoke By SO, Yahya Kaptan Mahallesi Çalıkuşu Sokak No:4/1 A adresinde hizmet vermeye başladı. Oldukça şık dekore edilen, kadınların alışveriş yaparken aynı zamanda modaya dair sohbetler gerçekleştirebileceği, stilleri konusunda danışmanlık alabileceği Artichoke By SO, kentimizde modaya yön verecek.

ABD'DE KARAR VERDİ

Özgün ve tasarım kıyafetler giymeyi sevdiği için lise çağlarından beri kendi kıyafetlerini tasarlayan Sena Özpınar, yola çıkış hikayesini şöyle anlattı: "Artichoke'un anlamı 'enginar'. Bu isme tatil için gittiğim Amerika'da karar verdim. Çok ünlü bir pizzacıda enginarlı pizza yerken, mekana gelen Hollywood yıldızlarının kıyafetlerini incelerken buldum kendimi. O gün kendime bir mağaza açmaya karar verdim, markamın adını da bulmuştum."

ÜNLÜ MARKALAR

Kendi markasının yanında ünlü markaları da ilimize getiren Sena Özpınar, "Dünyaca ünlü yerli bir markanın yeni sezon giyim koleksiyonu, çantaları, şalları, eşarpları ve ayakkabılarını mağazamda bulabilirsiniz. Ayrıca trend ve kaliteli ürünleriyle Mısırlı markası, yine tanınmış modacı Gülsüm Elkhatroushi'nın Rohs markası da mağazamda. Kişiye özel üretim yapan ve kadınlar arasında çok popüler olan Rohs koleksiyonu Kocaeli'de sadece Artichoke By SO'da" diyor.

GENİŞ ÜRÜN YELPAZESİ

Kadının şık, gizemli, kaliteli giyinmesini önemsediğini söyleyen Sena Hanım, "Ben modayı takip ediyorum ancak hızlı tüketimi sevmiyorum. Bir kıyafetin uzun yıllar giyilebilmesinden yanayım. Bu nedenle kaliteli ve ulaşılabilir lüksü vadediyorum. Mağazama gelen her kadın, aradığı ürünü bulabilsin istiyorum. Bu nedenle ürün yelpazemi geniş tuttum. Alışveriş için Artichoke By SO'yu tercih edenlerin aldığı ürünleri uzun süre giyebilmesi, başka parçalarla kombinleyebilmesi benim için önemli" diye konuşuyor.

UZAKLARA GİTMEYİN!

Özpınar, 'tepeden tırnağa alışveriş' anlayışıyla özel tasarım çorap, pijama, iç giyim, ev giyim, aksesuar ve plaj ürünlerinin adresi olan Katia & Bony ile de anlaştı. Siz de birbirinden özgün ve kaliteli elbiseler, takımlar, bluzlar, tişörtler, bodyler, ceketler, trençkotlar, pantolonlar arıyorsanız ve tatil alışverişi için uzaklara gitmek istemiyorsanız; Artichoke By SO tam size göre. Dilerseniz mağazaya giderek alışveriş yapabilir, dilerseniz Instagram üzerinden beğendiğiniz ürünün siparişini verebilirsiniz. ■





ARTICHOKE BY SO









İLETİŞİM

Adres: Yahya Kaptan Mahallesi
Çalıkuşu Sokak No:4/1 A
Tel: 0530 109 16 41
Instagram: artichokebyso



SEVGİ DOLU BİR ANNE
OP. DR. İNCİ ÇAVUŞOĞLU

MESLEK YAŞAMI BOYUNCA SAYISIZ BEBEĞİN MANEVİ ANNESİ OLAN BAŞARILI KADIN HASTALIKLARI VE DOĞUM UZMANI OP. DR. İNCİ ÇAVUŞOĞLU'NU, BU KEZ 'ASLI'NIN ANNESİ' OLARAK KONUK ETTİK SAYFALARIMIZA...

RÖPORTAJ: **ZEYNEP AKAR** • FOTOĞRAFLAR: **İSMAİL HAKKI TİMUÇİN**

Kadın hastalıkları ve doğum uzmanı, Lotus Gebe'nin kurucusu, hipnoterapist, psikoterapist, Masterson terapisti, EFT Master ve rüya analisti… Bu unvanların hepsi, kendisini geliştirmekten asla vazgeçmeyen çok başarılı bir hekime, Op. Dr. İnci Çavuşoğlu'na ait… Dr. Çavuşoğlu, bugüne kadar binlerce kadının annelik duygusunu tatmasına vesile oldu; pek çok ailenin evlat özlemini dindirdi. Hastalarını hem fiziksel hem de ruhsal olarak iyileştirebilmek için kendisini sürekli yeniledi; adını Türkiye'nin hipnoz, psikoterapi ve kadın doğum konularında derinlemesine analizler yapabilen sayılı hekimleri arasına yazdırdı. Sahibi olduğu Lotus Gebe Anne ve Bebek Merkezi'nde, sayısız anneye fiziksel ve psikolojik anlamda destek oldu; sağlıklı bir gebelik ve doğum süreci geçirmeleri için elinden gelenin fazlasını yaptı… Ve bu parlak kariyeri oluşturan tüm unvanlar içinde, o en çok 'Aslı'nın annesi' olmayı sevdi… Henüz ihtisasını bile tamamlamadan kucağına aldığı kızını sevgiyle sarıp sarmaladı; onu büyütürken her anne gibi büyük mutluluklar, endişeler, korkular yaşadı. Yoğun çalışma hayatı içinde, kızını en iyi şekilde yetiştirebilmek için çabaladı. Anneler Günü'nü kutlamaya hazırlandığımız şu günlerde, meslek yaşamı boyunca sayısız bebeğin manevi annesi olan Op. Dr. İnci Çavuşoğlu'nu, bu kez 'Aslı'nın annesi' olarak konuk ettik sayfalarımıza… Bugün 26 yaşında çok başarılı bir avukat olan güzel kızı Aslı'yı büyütürken yaşadıklarını; deneyimlerini ve annelere önerilerini büyük bir keyifle dinledik. 'Annelik, gerçek bir sanattır' diyen Op. Dr. İnci Çavuşoğlu'nun annelik serüvenini sizin de aynı keyifle okuyacağınıza eminiz… ▸

Eğitime aşık bir hekim olduğunuzu biliyorum… Yaptığımız son söyleşiden beri hayatınızda neler değişti?

Elbette, eğitimlerime hiç hız kesmeden devam ettim. Son dönemde rüya analizi eğitimlerimi tamamladım. Aynı zamanda psikoterapist ve Masterson terapistiyim. Üsküdar Üniversitesi Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulama ve Araştırma Merkezi'nin danışma kurulundaki görevim ve aynı üniversitede hipnoz alanında yaptığım çalışmalar da halen devam ediyor. Üsküdar Üniversitesi'ndeki hocalarımızla birlikte yazdığımız kitap basım aşamasına geldi; kitabın 'kadın hastalıkları ve doğumda hipnoz' bölümünü ben yazdım. Ayrıca, iki farklı kitaba daha kendi alanımla ilgili bölümleri yazarak destek verdim. Bir yılda üç kitabın bölümlerini yazınca, yayıncı arkadaşlarım artık kendi kitabımı yazmam için ısrar ediyor. Aktüel ve insanlara ulaşacak bir kitap yazmak istiyorum çünkü insanların daha çok bilmeye ihtiyacı var. Bu yaz kendi kitabımı yazmaya odaklanacağım.

Aldığınız bu eğitimleri sadece branşınız olan kadın doğum alanında mı kullanıyorsunuz?

Bugüne kadar aldığım eğitimlerle geniş kitlelere hitap edebilecek yeterliliğe fazlasıyla sahibim. Yetişkin, çocuk, ergen, aile, çift terapileri yapabilirim ama enerjimi bu kadar geniş bir alana yayarak dağılmak istemiyorum. Bu nedenle daha çok kendi alanımla sınırlı kalıyorum. Yine de takip ettiğim, alan dışı danışanlarım özellikle ergenler var.

İLK GÖRÜŞTE ETKİLENDİM

Hocam, Kocaelililer sizi tanıyor, mesleki başarılarınızı yakından takip ediyor. Ben bu kez iyi bir eş ve sevgi dolu bir anne olan İnci Çavuşoğlu'nu tanımak istiyorum… Mesela, merak ediyorum; eşinizle nasıl tanıştınız?

Eşimle, tıp fakültesine başladıktan altı ay sonra arkadaşlarım vasıtasıyla tanıştım. Benim ilk senemdi, Şenol da bir dönem üstümdeydi. Önce arkadaş olduk, birkaç ay içerisinde de çıkmaya başladık. O günden bu zamana kadar da hiç ayrılmadık.

Bu bir ilk görüşte aşk hikayesi mi?

Her ne kadar psikolojiyle çok uğraşıyor olsam da mantıklı bir tarafım da vardır. Evet, sevgiye çok önem veririm fakat ilk bakıştaki aşkı çok sağlıklı bulmuyorum. Şenol'a hissettiğim ilk bakışta aşk değildi belki ama görür görmez çok etkilendiğim doğrudur.

Sizi en çok hangi yönü etkiledi?

Ortak bir arkadaş grubumuz vardı ve biz o grubun içerisinde birbirimizle uyumluyduk. Ben çok hareketli ve aktif birisiydim, o da aynı benim gibiydi. Çok neşeli, pozitif ve hareketliydi… Belki de birbirimize bu kadar çabuk uyum sağladığımız için arkadaşlığımız kısa süre içinde ilerledi. Üniversitede çok zorlu bir eğitim sürecinden geçtik. Tıp fakültesi zordu, Hacettepe'de tıp öğrencisi olmak daha da zordu. O dönem Şenol'un hayatımda olması, sevgisi, desteği bana çok iyi geldi.

EN BÜYÜK KAZANIMIM

Ne zaman evlendiniz?

Tıp fakültesini birlikte okuduk, 4 sene sonra da evlendik ve Ankara'ya yerleştik. İhtisasımı Ankara'da tamamladım. Bu süreçte de kızımız Aslı dünyaya geldi.

İnci Hanım, Şenol Bey nasıl bir eş?

Son derece destekleyici. Çoğunlukla eş, arkadaş; kimi zaman baba gibi şefkatli… Şenol, benim hayatımın en büyük kazanımıdır ve beni ben yapan çok önemli bir faktördür. Aynı zamanda meslektaş olduğumuz halde iş hayatında asla egoları olmayan; beni her alanda destekleyen ve motive eden bir eştir.

Eşim, hayatımın en büyük kazanımıdır

Ankara'dan İzmit'e gelişiniz nasıl oldu?

Aslı doğduktan sonra Ankara'da onun bakımıyla ilgili ciddi sıkıntılar yaşamaya başladık. O dönemde nitelikli bakıcı bulmak imkansız gibi bir şeydi. Şimdiki gibi yatılı bakıcılar yok, öyle kamerayla takip sistemleri yok… Aslı'yı emanet edebileceğimiz, istediğimiz kriterlere sahip birini bulamadık. Hep gözüm arkada işe gidiyordum, içim bir türlü rahat etmiyordu. Özellikle kayınvalidem çok destek olmaya çalıştı ama yine de zordu. Dolayısıyla uzmanlığımı tamamlar tamamlamaz, eşimin memleketi olan İzmit'e taşınmak bizim için çok mantıklı oldu. Sağ olsun kayınvalidemin de büyük desteğiyle sonraki dönemi çok rahat geçirdim.

GEBELİĞİM ZOR GEÇTİ

Hocam, Aslı planlı bir bebek miydi?

Tamamen plansızdı ama ilk duyduğum andan itibaren beni çok mutlu etmişti. Onun kalp atışını duyduğum ilk anı hala hatırlıyorum; içime çok büyük bir coşku ve sevinç dolmuştu.

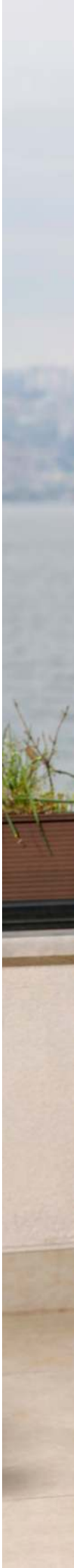
Nasıl bir hamilelik geçirdiniz?

Zor bir hamilelik geçirdim çünkü çok fazla bulantım oldu. Üstelik hamileliğim, asistanlık dönemimin de en yoğun dönemine denk gelmişti. Sağ olsun bu konuda da kıdemlilerim beni hep destekledi, birkaç hafta içinde beni daha rahat çalışabileceğim alanlara geçirdiler.

Bir kadın doğum uzmanı olarak, kendi gebeliğinizi hastalarınızı yorumlayabildiğiniz kadar rahat yorumlayabildiniz mi?

İlk gebelik olunca ister istemez hep bir çömezlik oluyor. Bununla beraber, uzmanı olduğum bir alanda, okuduğum öğrendiğim her şeyi birebir yaşama ve deneyimleme şansım oldu. Gerçekten çok mutlu bir gebelik geçirdim. Evet, fiziksel açıdan zordu ama çok da keyifli bir dönemdi.

Gebeliğinizde kafanıza takılan, bir kaynağa başvurmanızı gerektiren bir durum oldu mu?





Açıkçası, ben çok iyi bir öğrenciydim ve teorik olarak konuya tamamen hakimdim. Yalnız şöyle bir durum yaşadım. 37'nci haftada, doğum iznine çıkmadan önce son bir ultrason muayenesinden geçiyorsunuz. O muayeneyi gerçekleştiren hekim arkadaşım, bebeğin başının normalden küçük ve oval, bacak boyunun da olması gerekenden uzun olduğunu; bunun bir problem olabileceğini söyledi. O anki korkumu, paniğimi, oradan nasıl ağlayarak çıkıp gebeliğimi takip eden hocaya koştuğumu asla unutamam. Ancak, hocam "Hiç merak etme, her şey normal" dedikten sonra rahatladım ve birkaç gün sonra da doğum yaptım.

HAZIRLIKSIZ YAKALANDIM

Doğumunuz nasıl oldu?

Kızım hem erken hem de anne karnında tersti ve sanırım, biraz önce anlattığım olayın da etkisiyle beklediğimden önce doğdu. Bütün sürecin en şok edici kısmı buydu. Kontrole diye gidip doğumun başladığını öğrendik. Hocalarım hiç vakit geçirmeden bebeği almamız gerektiğini söyledi. Yanımda ne bir eşya, ne de doğum çantam var… Üzerimde kot pantolonla, tek başıma ameliyathaneye girdim. Doğumdan çıktığımda benim üzerimde ameliyat önlüğü vardı, Aslı da doğarken neye sarmışlarsa hala öyleydi. Kızımı kucağıma alıp, eşimin evden çantamızı getirmesini beklemiştim.

Çok iyi bir tıp öğrencisiydim

Seçme şansınız olsa normal doğumu tercih eder miydiniz?

Elbette, seçme şansım olsa kızıma da kendime de o fırsatı tanımak isterdim. Yine de şu açıdan içim rahat: Benim doğumumda süreç normal ilerlemiş, doğum başlamıştı ve kızım gelmeye hazırdı. Sadece, gelmek için yanlış pozisyondaydı. Hekimler olarak biz, bebeği erken almayı sevmiyoruz, bebeğin kendisinin doğumu başlatmasını önemsiyoruz. Kızım açısından da doğumunu kendisinin başlattığını biliyorum, o yüzden içim daha rahat.

Aslı'yı alıp eve geldikten sonra hayatınız ne yönde değişti?

O zamanlar doğun izni 8 haftadaydı. Dolayısıyla sonrasında hemen çalışmaya başladım. Biz cerrahi branş olduğumuz için uzun uzun izin alabileceğimiz bir durumumuz da yoktu. Uzmanlığı alabilmek ve yeterlilik için belli bir zamanda belli bir ameliyat sayısına ulaşmalıydık. Şu anda aslında çok önemsiz olduğunu düşündüğüm ama ▸

eğitim hayatı boyunca önemsediğimiz böyle durumlar vardı. Dolayısıyla işe erken başlamak durumunda kaldım.

ANAÇ BİR YAPIM VAR

Aslı, uslu bir bebek miydi?

Çok yoğun bir çalışma hayatım olmasına rağmen gebeliğimi de doğum sonrası süreci de çok güzel hatırlıyorum. Normalde de anaç bir yapım olduğu için ufak tefek sıkıntıları da kolay tolere ettim. Aslı, çok zahmetli bir bebek değildi, her bebekte olabilecek sıkıntıları vardı. Sadece erken dönemdeki sarılığı bizi çok yormuş ve üzmüştü. Kızımın bakımında eşimin desteği de çok büyük oldu. Uzun nöbetlerim sırasında onunla hep babası ilgilendi. Aslı uzun süre emmişti. Şenol'un, emzirmem için Aslı'yı alıp hastaneye bana getirdiği çok olmuştur.

Kızıma karşı hep dürüst oldum

Şenol Bey de siz de çalışırken, Aslı'ya kim baktı?

Aslı 4 yaşına gelene kadar Ankara'daydık. Hüsranla biten çok sayıda bakıcı denememiz oldu. Bir dönem kayınvalidem İzmit'ten gelip baktı Aslı'ya. Benim ihtisas sınavına girdiğim dönemde Aslı'yı İzmit'e getirip baba-annesine teslim ettik, bir süre Ankara-İzmit arasında mekik dokuduk. Ben hafta içi blok nöbetler tutup, her hafta sonu İzmit'e kızımı görmeye geldim. Sonra kreş yaşı geldi, zaten 4 yaşındayken de tamamen İzmit'e taşındık.

Çok yoğun bir çalışma hayatınız var. Aslı büyüdükçe işler zorlaştı mı? Aslı'nın eksikliğinizi hissetme noktasında size sitemi oldu mu?

O konuda da kayınvalidemin hakkını asla ödeyemem, her ihtiyacımız olduğunda kalkıp gelmiş, beni hiç zorda bırakmamıştır. Dolayısıyla, Aslı'nın iyi bakılmasıyla ilgili hiç endişem olmadı. Yalnız, onun İzmit'te olduğu dönemde, ben yine hafta sonu koşa koşa İzmit'e geldim ve Aslı beni görünce, başını çevirdi. Bunu hiç unutmuyorum. Bunun dışında ileriki yaşlarında da başka bir tepkisi olduğunu hatırlamıyorum.

GÜVEN İLİŞKİSİ KURULDU

Bunu neye bağlıyorsunuz?

Aslı, gerçekten çok yoğun bir sevgi ve ilgi ortamında büyüyordu. Bir de o dönem, bilmeden de olsa yaptığım en doğru şey, Aslı'ya hiç yalan söylememek oldu. O uyurken kaçıp gitmedim, arkadaşlarımla buluşacağımda ona 'işe gidiyorum' demedim. Aslı uykudan uyanınca annesini bulamama gibi bir güvensizlik ya da kandırmaca yaşamadı hiçbir zaman. Bazen yüzü düşse de bu dürüstlük, aramızda bir güven ilişkisi kurulmasına sebep oldu. O dönem, eşimle cuma akşamlarını birbirimize ayırmaya çalışırdık, beraber aktiviteler planlardık. Cuma akşamları Aslı'ya da alternatif, ilgisini çeken bir program oluştururduk. 'Baban ve ben sinemaya gidelim, siz de halanlarla şuraya gidin, olur mu?' derdik ve sevinçle kabul ederdi. Bu sayede kendimize ve ona özel bir alan da oluşturmuştuk.





Op. Dr. İnci Çavuşoğlu ile kızı Av. Aslı Çavuşoğlu

Aslı'yı büyütürken nelere dikkat ettiniz?

Biraz önce de bahsettiğim gibi dürüstlüğe çok dikkat ettim. Kızım, bizim için en değerli varlık olduğunu; bununla beraber bizim, onun dışında da bir hayatımız bulunduğunu çocuk yaşında fark etti. Yanında değilken onu ihmal etmediğimizin farkındaydı. Aslı'yı büyütürken en korktuğum şey istekleri hiç bitmeyen, tatmin olmayan, şımarık bir çocuk olmasıydı. Bunun için de onu sürekli birikime teşvik ettik. İsteği şeyi alabilmemiz için ikimizin de para biriktirmesi gerektiğini söyler, sonra biriktirdiğimiz paraları bir-

leştirip istediği her neyse alırdık.

Çocuk gelişimiyle alakalı takip ettiniz yayınlar oldu mu?

Bizim zamanımızda, bu kadar taze bilginin bulunduğu yayınları bulmak zordu. Bir Doğan Cüceloğlu, bir Atalay Yörükoğlu vardı… Şimdiki materyaller çok daha fazla ve internet ortamında her türlü bilgiye ulaşmak çok kolay.

Çocuk gelişimiyle ilgili sayısız ekol var… Bu kaynaklar neye göre seçilmeli?

Okumak, araştırmak tabii ki çok önemli ama annelere, öncelikle çocuklarını gözlemlemelerini öneririm. Her çocuğun ihtiyaçları, beklentileri, ona uygulanacak metotlar farklı olabilir ve anneler çocuklarıyla aralarında olan o sezgisel bağla, onları kolaylıkla hissedebilir, ihtiyaçlarını fark edebilir. Bu noktada anneler sezgilerine güvensinler. Bol bol okusunlar, gözlemlesinler ve sıkıştıkları noktada profesyonel destek almaktan da çekinmesinler. Bir çocuğu büyütürken en önemli şey yerinde, zamanında, koşulsuz, yeterince sevgi vermek ve zamanı geldiğinde onun bireyleşmesini, özerkleşmesini desteklemektir. Ekol olarak baktığımızda artık ödül-ceza sistemi çok fazla önerilmiyor; daha çok çocuğu gerçeklik zeminine çekecek metotlar kullanılıyor. Çocuğa, dünyanın kendisi etrafında dönmediği; onun, ailenin içine yeni gelen ve çok sevilen bir birey olduğu hissettirilmeli. Aile, her zaman tek kural koyucu da olmamalı çünkü bu, çocukta ters bir kimlik oluşturabilir. Çocukla konuşulmalı, istekleri dikkate alınmalı, seçenekler sunulmalı ve onun için en doğrusunun nasıl olacağına birlikte karar verilerek onayı alınmalı. Daha sonra alınan bu karara hem aile hem de kendisi bağlı kalmalı.

HEP YANINDA OLMALIYIZ

Bu öneriler özellikle ergenlik dönemi için çok önemli…

Ergenlikte, çocuğun bedeni hızla gelişir ama ruhsal gelişim maalesef aynı paralelde olmuyor. Çocuğun kendi içinde yaşadığı bu zıtlık, bizleri de etkileyebilir. En önemli nokta şu ki çocuğumuzun karşısında değil, her zaman yanında olmalıyız. Çözümü, alternatifler oluşturarak bulmalıyız.

Bu tutum, çocuk doğduğu andan itibaren mi uygulanmalı?

Tabii ki başından itibaren böyle bir bakış açısı sergilemeliyiz fakat kaybedilen bir zaman varsa ▸



da hiçbir şey için geç değildir. Psikolojide doğrular tek değildir, görecelidir, bireyseldir. Duygusal durumlar her zaman değişime ve gelişime açıktır. Davranışlar, tutumlar, kişilik yapısı değişebilir. Dışarıdan birisini değiştiremezsiniz, bu sadece kişi kendisi isterse mümkündür. Bununla beraber, etrafımızdaki kişiler hayatın içindeki duruşumuzdan, yapıcı tavrımızdan, iyi halimizden, pozitif enerjimizden olumlu yönde etkilenir.

ERGENLİĞE KADAR BİR PRENSESTİ

Aslı'nın ergenliği nasıl geçti?

Aslı, çok uyumlu, prenses gibi bir çocuktu. İyi huylu, kibar, zarif bir kızdı. Ta ki ergenliğe kadar… Ergenlikte biraz sorun yaşadık. Kendi kimliğini bulmak için verdiği bir mücadele vardı. Çok büyük sıkıntılar yaşamadık ama bireyleşme konusunda zıtlaşmalarımız oldu. Aslı'nın ergenliği, benim psikolojiye ilk giriş dönemlerime denk geldi ve sakin kalmam gerektiğini biliyordum. Kız çocukları genellikle anneleriyle daha çok çatışıyor. Bu noktada eşimin yardımı çok büyük oldu. Şimşekleri üzerimde hissettiğim ve düştüğüm anlarda, hep eşim kaldırdı beni. Şimdi diyorum ki Aslı, kendisi olabilmek adına, kendi içindeki o gerilimleri yaşamalıymış. İyi ki de öyle olmuş çünkü şu an geldiği noktadan gayet memnunum.

Anne-baba olmak bir sanat

O dönemdeki çatışmaları nasıl aştınız?

Zaman ve sevgi ile. Seven anne-baba olarak hep yanında durduk. Zaten bizi üzen bir durum yaşatmadı, ciddi asilikleri yoktu. Sadece her zamankinden farklı olarak daha dilbaz ve tepkisel olmuştu. Ergen anne-babaların çok fazla yapabileceği bir şey yok bence. Çocuklarını sevsinler, dağ gibi onların yanında dursunlar yeter. Güvenli sınırları da çizerek, özgürlüğüne saygı duyarak, onlara doğrunun ne olduğunu hissettirelim. Zaten amacımız da çocuklarının kendi başlarına birer birey olabilmesi değil mi? Çocuklar eninde sonunda kendi çatışmalarını kendileri çözüyor; sonra güvenli, dik duran, onu her şekilde sahiplenen anne-babaya geri dönüyor… Çünkü onun çatışması aslında ailesiyle değil, kendisiyle. Anne-baba olmak bir sanat gerçekten.

Bir anne olarak, en çok hangi noktada zorlandınız?

Fazla mükemmeliyetçi bir yapım olduğu için Aslı'yı biçimlendirmekten, farkında olmadan onu kendime benzetmeye çalışmaktan çok korktum. Kendisi olarak var olmasına ve hayatı deneyimlemesine engel olmak istemedim. Çok müdahaleci olduğunuzda çocuk ya size çok yapışır, sizin yokluğunuzda mahvolur ya da tamamen anneyi reddedip ters kimlik olarak ilerler ve kendini kaybeder. İşte ben, bu dengeyi bulamamaktan çok korktum çünkü bu kitaptan okunup öğrenilecek bir şey değil. Sezgilerinizle, çocuğunuzu hissederek davranmalısınız.

Aslı, şu anda 26 yaşında, çok başarılı bir avukat… Meslek seçimi noktasında onu yönlendirdiniz mi?

Sınavlara hazırlanırken sayısalcı olsa da Aslı, tıp okumayı hiçbir zaman düşünmedi. Ben, yapısal özellikleri dolayısıyla hukuk okumasını öneriyordum fakat mimarlık da biraz kafasını karıştırıyordu. Sonra bir gün hukukçu bir aile dostumuza danışıp, Aslı'yı onunla görüştürdük. O diyalogdan sonra kendi kararıyla hukuk okumayı seçti; Koç Üniversitesi Hukuk Fakültesi'nden başarıyla mezun oldu. Şimdi hayatından çok memnun, uluslararası hukuk alanına yöneldi.



Op. Dr. İnci Çavuşoğlu, Dr. Şenol Çavuşoğlu, kızları Aslı Çavuşoğlu

BERABERKEN ÇOK EĞLENİYORUZ

Artık o da genç bir kadın… Şu anda anne-kız ilişkiniz nasıl?

Ben biraz daha duygusal, merhametli bir yapıdayım; Aslı, belki de jenerasyonu gereği benden daha rasyonel, gerçekçi ve keskin sınırları olan bir kız. Karakter olarak birbirimizden çok farklı olsak da hayata bakışımız aynı… Bu nedenle çok iyi anlaşıyoruz ve birlikte çok eğleniyoruz.

Beraber neler yaparsınız?

Her şeyi… Beraber yurt dışı seyahatlerine gideriz, hiçbir şeye üşenmeyiz, çok gezeriz, çok eğleniriz, alışveriş yaparız, kitap okuruz, yemek yaparız. Beraber ne yaparsak yapalım, keyif alırız. Aslı'nın babasıyla da arası çok iyidir ama bizim ikimizin ilişkisinin bir de çok keyifli 'kız-kıza' boyutu var. Bu arada söylemeden geçemeyeceğim, ben sadece Aslı ile birlikteyken değil, eşimleyken de çok iyi vakit geçiririm. Kafamız çok uyar, Şenol çok iyi bir tatil arkadaşıdır. Tek sorun, onun tarihi ören yerlerini gezmeyi biraz fazla sevmesidir. O mutlu olduğu zaman ben de mutlu olduğum için birbirimizi hiç kısıtlamayız.

İnci Hocam, sizi bu kadar yakından tanımak çok keyifliydi, teşekkür ederim…

Anneler Günü yaklaşırken, annelik üzerine yaptığımız bu söyleşi benim için çok güzel bir anı olacak; ben de size ve Kocaeli Life ailesine teşekkür ederim. ■

EKTUR'A ÖZEL
ERKEN REZERVASYON
fırsatlarını kaçırmayın!

KEFALUKA
RESORT





AKYARLAR BODRUM

ektur

ektur.com

444 62 41



Çocuklar okulun bahçesinde açık havanın tadını çıkarıyor.



Özel Yuvam Tuncay Emir Kreş ve Gündüz Bakımevi'nde sınıflar hem hijyenik hem çok ferah.

ÇOCUKLARIN İKİNCİ EVİ

TUNCAY EMİR KREŞ VE GÜNDÜZ BAKIM EVİ

0-4 yaş arası çocukların adeta ikinci bir yuva gibi sevdiği Özel Yuvam Tuncay Emir Kreş ve Gündüz Bakımevi, aldığı üst düzey pandemi önlemleriyle ailelerin de en güvendiği adres

HABER: **EYLEM SELVİ ARI** • FOTOĞRAFLAR: **İSMAİL HAKKI TİMUÇİN**

Melike Erseven Ergi tarafından 2009 yılında kurulan Tuncay Emir Eğitim Kurumları, kreş ve okul öncesi eğitimdeki başarısıyla kısa sürede ilimizin en güvenilir kurumlarından biri oldu. Okul öncesi çağdaki çocukların donanımlı birer birey olarak yetişmesi için tüm imkanlarını seferber eden Tuncay Emir Eğitim Kurumları; kreş, anaokulu ve yaz okulu alanlarında hizmet veriyor.

DONANIMLI KREŞ

0-4 yaş arası çocukların, sımsıcak bir yuva olarak gördüğü Özel Yuvam Tuncay Emir Kreş ve Gündüz Bakımevi; özellikle çalışan ebeveynlerin en büyük destekçisi. Sevil Kulaç yönetimindeki kurum; Alikahya Fatih Mahallesi'ndeki, 2 oyun bahçesine sahip 5 katlı binasında eğitim veriyor. 13 yıldır kurumun yöneticiliğini yapan Sevil Kulaç, alanında çok başarılı bir ekiple çalıştıklarını; samimiyetle yol aldıklarını, bu nedenle ailelerin kendilerine çok güvendiğini söylüyor.

Boğaziçi Üniversitesi danışmanlığında oluşturulan bir müfredatla eğitim verdiklerini de ifade eden kurum yöneticisi Sevil Hanım, sözlerini şöyle sürdürüyor: "Burası, çocukların, anne-babalarının güvenli kollarından çıkıp geldiği ilk sosyal eğitim ortamı. Bu nedenle çocukların gelişimlerini destekleyen bir eğitim anlayışı benimsiyoruz. Keşfetmeyi ve öğrenmeyi seven, özgüvenli ve gelişmeye açık çocuklar yetiştirmeyi amaçlıyoruz."

YABANCI DİLDE İDDİALI

Yabancı dil eğitimi konusunda da başarılı bir yol izlediklerini kaydeden Sevil Kulaç, "Çocuklarımıza, 1 yaş itibariyle İngilizce dil eğitimi veriyoruz. Oyunla ve görsel materyallerle desteklenen yabancı dil eğitimimiz sayesinde; çocuklar anaokuluna İngilizce'ye aşina şekilde adım atı-



Kurum, Alikahya Fatih Mahallesi'nde bulunan 5 katlı binasında hizmet veriyor.





Özel Yuvam Tuncay Emir Kreş ve Gündüz Bakımevi'nin yöneticisi Sevil Kulaç.

yor" diyor. Kurumda ayrıca, her öğrenim döneminin sonunda çocuklara sembolik bir karne töreni düzenleniyor ve hazırlanan bir raporla aileyle, çocuğun gelişimi konusunda detaylı bilgi aktarılıyor.

HER SINIFIN ALANI AYRI

Pandemi nedeniyle 114 kişilik kapasitelerini yarı yarıya düşürdüklerini söyleyen Sevil Hanım, çocukların güvenli bir ortamda eğitim almasının, en çok önemsedikleri konu olduğunun altını çiziyor ve ekliyor: "Bu konuda önceliğimiz, ailelerin içinin rahat olması. Hijyen anlamında tüm tedbirleri almanın yanı sıra her sınıfın yemekhanesini, tuvaletini, oyun bahçesini hatta temizlik ve yemekhane ekibini ayırdık."



ORGANİK MUTFAK

Tuncay Emir Kreş ve Gündüz Bakımevi, haftanın 5 günü 07.30-18.00 saatleri arasında; ailelerin tercihine göre tam gün ya da yarım gün olarak hizmet veriyor. Kurumda sabah kahvaltısı, öğlen yemeği ve ikindi kahvaltısı mevcut. Yemekler, kurumun mutfağında; her biri yöresinden getirtilen en taze ve organik ürünlerle; en hijyenik koşullarda pişiriliyor. Pişen tüm çeşitler, en iştahsız çocuğa bile oyun ve doğru iletişim yoluyla tattırılıyor; çocuğun dengeli beslenmesi sağlanıyor.

Özel Yuvam Tuncay Emir Kreş ve Gündüz Bakımevi'nin bir veli bilgilendirme sistemi olduğunu da belirten Sevil Hanım, "TUNCAYEMİRBİS sistemiyle velilerimiz çocuklarını rahatlıkla takip edebiliyor. Gün içerisinde çocuklarının ne yaptığını, ne öğrendiğini bu sistem sayesinde eksiksiz öğreniyor. Ayrıca, okulda bulunan psikoloğumuz, çocukları sürekli gözlemliyor; olası bir gelişimsel aksaklığı ve bu konuda ne yapılması gerektiğini velimizle paylaşıyor" diyor.

Pandemi önlemlerinin gevşetilmesinin ardından hafta sonu oyun grupları kuracaklarını ifade eden Sevil Kulaç, "Böylece, çocuklar aileleriyle birlikte zaman geçirecek. Ayrıca, çocukların havuza girip, at binip, gönüllerince oyun oynayabildikleri yaz okulumuzu bu yıl da açacağız; şu an erken kayıt dönemindeyiz" diyor. Kulaç sözlerine, "2021-2022 eğitim-öğretim döneminde 2019 doğumlu çocuklar için İngilizce dil sınıfı açacağız. Öğretmenimiz tamamen İngilizce konuşacak, çocuklar kendilerini İngilizce ifade etmeyi erken yaşta öğrenecek" diyerek son veriyor. ■

İLETİŞİM

Alikahya Fatih Mahallesi Sakıp Sabancı Bulvarı No:53 İzmit/Kocaeli
Tel: 0850 304 57 37 - 0552 236 60 67
E-posta:kres@tuncayemir.com

AYRILMAZ İKİLİNİN HAZIRLADIĞI KOCAELİ LIFE 5 YAŞINDA

EL ELE VERDİLER, BİLDİKLERİ İŞİ YAPTILAR, ÖNCÜ OLDULAR. HEPİMİZE BU KENTİN RENKLİ, NEŞELİ, KEYİFLİ YÜZÜNÜ GÖSTEREN DOPDOLU BİR DERGİ HEDİYE ETTİLER. SERPİL ÇOLAK VE ZEYNEP AKAR... ARTIK 'AYRILMAZ İKİLİ' OLARAK ANILIYORLAR

RÖPORTAJ: **CEM ŞAKOĞLU** • FOTOĞRAFLAR: **İSMAİL HAKKI TİMUÇİN**

Ben genellikle yazılarımı uzun yazarım. Eleştirilirim de bu konuda ama bu yazıya bildiğiniz tepeden inme başlayacağım. Ana kaynağından, başlangıcından… İki kadın var ortada. Daha doğrusu güçlü iki kadın figürü. Hani 'kadın başına' derler ya bazıları, işte bu deyimi altüst edip kimsenin cesaret edemediği, cesaret edenin de bir türlü sürdüremediği bir sektöre, iki kadın öyle bir giriş yaptı ki saygı duymamak mümkün değil. Bu kentte kadını, erkeği, mesleği, konumu ayırmaksızın öyle insanlarla, öyle röportajlar yaptılar ki ve biz tamamını öyle büyük bir keyifle okuduk ki… Bir gün aklıma geldi. Bu kadınlar, neredeyse kentin yarısını, kentliye tanıttılar. Hemen herkesi sayfalarına taşıdılar, eyvallah da okuyucuların bu kadınları daha yakinen tanıma hakları yok mu? Açtım telefonu, 'Siz bütün kentle röportaj yapıyorsunuz ya, ben de sizin derginizde yayınlanmak üzere, ikinizle röportaj yapmak istiyorum' dedim. Hazırmışlar, meğerse beni bekliyorlarmış sanırım ki havada kaptılar. Şakası bir yana, mutlu oldular ve 'Mayıs sayısı 5. yıl sayımız, onda yayınlayalım' dediler. Bu kadınlar bu kentin çocukları, bu kentin insanları ve bu kentte en zoru da budur biliyor musunuz? 'Bizim çocuklar' kapsamına girdiyseniz şayet yandığınızın resmidir. Elde var bir sizsinizdir. Göz önünde olduğunuz, çözümler ürettiğiniz ve çaba harcadığınız halde asla görünmeyen ve hatırlanmayan hep sizsinizdir. Tam da bu noktadan hareketle çıktı bu röportaj. Tam da 'bizim çocuklar, aslında yangında ilk kurtarılacaklar listesinde olması gerekenlerdir' kapsamında oluştu. Bu kızlar, bizim kızlar… Sevgili Serpil Çolak ve sevgili Zeynep Akar elle- ▸



Serpil Çolak ve Zeynep Akar'ın kurduğu Kocaeli Life 5 yılı geride bıraktı.


KOCAELİ life
Su Akademi Türkiye
Ebru Gücin
Türkiye markası olma yolunda


KOCAELİ life
KBB UZMANI OP. DR.
LEVENT AYDAR


KOCAELİ life
'HAYAL'inizdeki LEZZET ayağınıza geldi!
Tüm çocukların annesi
ASLI GELİÇALI
7
TEK KİŞİLİK
20 BİN KİŞİ NEDEN BURADA?


KOCAELİ life
UZM. DR.
TUĞBA ARKAN


KOCAELİ life
ESİN ALÇIOĞLU


KOCAELİ life
MİRKAN AYDIN


KOCAELİ life
Op. Dr. Lütfiye Ünlü
Başarılı bir hekim, pamuk kalpli bir anne


KOCAELİ life
HAKAN ŞAHİN


KOCAELİ life
Senem Göktaş


KOCAELİ life
ORHU
TURFAN


KOCAELİ life
AYŞE SAYAN


KOCAELİ life
ONUR AK


KOCAELİ life
Örnek bir başarı hikayesi
Çiğdem Özcan Aytaş


KOCAELİ life
Uzman Dt.
Pınar Yüce


KOCAELİ life
İSMAİL YILDI


KOCAELİ life
Kerser Edibe Yıldız


KOCAELİ life
TANER TORUN


KOCAELİ life
Tuğba Cigerdelen


KOCAELİ life
Gonca Soyuduru


KOCAELİ life
UĞUR OKU









rine, emeklerine, yüreklerine, cesaretlerine sağlık. 5 yıldır inanılmaz bir çabanın meyvesi 'Kocaeli Life', bugün kentteki dergi sektörünün lokomotifi oldu. Yalnızca bu bile büyük bir başarı. İşte o başarıya dair ve biraz da özel hayatlarındaki o iki kadına ait detayları sizlerle paylaşmak adına son derece keyifli bir röportaj hazırladık size. Umarım beğenirsiniz. Haydi o zaman herkese iyi okumalar.

Cem Şakoğlu: Gördüğüm kadarıyla fena anlaşmıyorsunuz… Sizi şöyle biraz geriye götüreyim isterseniz. İlk sorunuz geliyor: Karşımda duran bu iki güzel kadın nerede ve nasıl tanıştı?

Serpil Çolak: Zeynep'le bundan 20 yıl önce bir kuru fasulye partisinde tanıştık, o gazla da yolumuza devam ediyoruz. (Gülüşmeler) Aslında ben, Zeynep'ten önce eşi Hasan abiyle tanışıyorum. O gün Hasan abi, kuru fasulye partisine Zeynep'i de getirmişti, ilk orada karşılaştık.

Elektriğimiz hemen tuttu ve görüşmeye başladık. O dönemde ben gazetede yoğun çalışıyorum, Zeynep de evde ve muhteşem yemekler yapıyor. Gazeteden çıkıyorum, Zeynep'e gidiyorum, hep birlikte yemek yiyoruz.

Çaylar, kahveler ve çekirdek çitlemeli uzun sohbetler derken ben evime sadece yatmaya gidiyorum. Bu arada arkadaşlığımız da çok güzel bir noktaya geldi.

Zeynep Akar: Bir ara iş şu vaziyete geldi: Akşamüstü telefonum çalıyor; bir Hasan arıyor 'Ne yemek var?' diye soruyor, bir Serpil arıyor 'Ne yemek var?' diye soruyor. (Gülüşmeler)

ciddi anlamda ağırlaştırmıştı. Gündüz gazetenin işlerini yapıyorum, akşam eve gidince de yaşam ekini hazırlamam gerekiyor. Bu durum, Zeynep'e gidişlerimi aksatmaya başladı, biz görüşemez hale geldik. Bir gün Zeynep bana, 'Ben sana yardım edebilir miyim?' diye sordu. Ben de 'Bana nasıl yardımcı olabilirsin ki bugüne kadar hiç böyle bir iş yapmamışsın' dedim. Sağ olsun, 'Bir yerden başlayalım, belki bir yardımım dokunur' diye ısrar etti. Tesadüf bu ya o gün elimde, çok kötü yazılmış, karmakarışık bir röportaj var. Ben bunu Zeynep'e yolladım, 'Bunu bir düzenle bakalım, nasıl olacak' dedim. Birkaç saat sonra röportaj bana geri geldi. Bir okudum ki süper olmuş, Zeynep harika bir iş çıkarmış. İmla, ifade, giriş, gelişme, sonuç her şey süper. Dedim ki 'Ya sen harikasın! Sende ne cevherler varmış da biz farkında değilmişiz'. Sonra devamı geldi. 'Zeynep, şu haberi de yapar mısın, bu röportajı da düzenler misin?' derken ben gazeteden, Zeynep evden çalışmaya başladı. Sonra, ben bir gün Zeynep'i gazeteye davet ettim. O gelmeden önce de odasını hazırladım, masasını çiçeklerle süsledim Zeynep geldi, dedim ki 'Bu oda senin, bu masa senin, bu yaşam eki de senin. İster evden çalış, istersen gel burada çalış.' O gün itibariyle Zeynep gazetede çalışmaya başladı.

Zeynep Akar: Hayatımın planlanması açısından, Serpil hayatıma çok doğru bir zamanda girdi. Uzun yıllar sanayi sektöründe çalışmıştım, Ece dünyaya gelince kızımı kendim büyütmek için çalışma hayatına ara vermiştim. 10 yıl çalışmadım, Ece ile doya doya zaman geçirdim. Serpil'le tanışmamız; tam Ece'nin bana bağımlılığının azaldığı, kendime ayıracak daha fazla vaktimin olduğu döneme denk geldi. Bu arada ben çocukluğumdan beri yazılar yazar, günlük tutardım. İmla ve ifade konusunda da okuduğum makalede en ufak bir imla hatası gördüğümde yazıyı okumayı bırakacak derecede hassasiyetim vardı. Bunun bir özellik ya da yetenek olduğunun farkında bile değildim. Serpil ile aramızda da hiç konusu geçmemiş olacak ki öğrenince çok şaşırdı. Neticede, yaşam eki ihalesi bana kaldı; cebren gazeteci yapıldım. Böylece benim için çok keyifli bir dönem başlamış oldu.


Serpil Çolak ve Zeynep Akar, Cem Şakoğlu'nun sorularını yanıtladı.

Zeynep'le bundan 20 yıl önce bir kuru fasulye partisinde tanıştık, bir daha da hiç ayrılmadık

Cem Şakoğlu: Peki, nasıl oldu da sen Zeynep'e giderken, Zeynep gazeteye geldi?

Serpil Çolak: Biz o dönem, gazetede bir yaşam eki çıkartacaktık. Ben bu ekte bir yemek köşesi olsun istedim. Zeynep'in mutfakta ne kadar iyi olduğunu bildiğim için bu köşeyi ona teklif ettim; o da kabul etti ve fotoğraflı yemek tarifleri hazırlamaya başladı. Bu arada hem gazetedeki yoğunluk hem de yaşam eki, benim yükümü

Cem Şakoğlu: Gazete tamam ama sonrasında son derece zor ve cesaret isteyen dergi yapma fikri kimden çıktı?

Zeynep Akar: Aslında gazetede çalışırken, bu kentte bir dergi eksikliği olduğunu ▸











hep konuşuyorduk aramızda. "Keşke şöyle iyi, sağlam, düzgün bir dergi yapabilsek" diyorduk ama günlük gazetenin yoğunluğunda, buna ayıracak vaktimiz yoktu. Gazeteden ayrıldıktan sonra yaklaşık altı ay bir boşluğumuz oldu. Bu arada da 'ne yapsak acaba?' diye konuşuyoruz.

Üzerimizde gazetenin yorgunluğu da var, ağırdan alıyoruz. Derken bir akşam Hasan, ben, Serpil oturuyoruz; biz yine Serpil'le çekirdek çitliyoruz, üstümüz başımız kabuk. Hasan birden, 'Eee!' diye gürledi. 'Yeter, burada kendinizi öldürdüğünüz; kalkın dergi mi yapacaksınız, ne yapacaksınız yapın!'

Bunu bekliyormuşuz herhalde. Aslında biz de bir şeyler yapmak istiyorduk ama hep işin mutfağında olan kişiler olarak olayın ticaret boyutundan ürküyorduk. Hasan, 'Neden korkuyorsunuz, batarsanız ben buradayım; kalkın işinizi yapın' deyince, ayağa fırladık. Ertesi gün hemen büyüklerimizi, kentte kanaat önderi olarak gördüğümüz, bilgi ve tecrübesine güvendiğimiz kişileri ziyarete başladık. Onlara projemizi anlattık ve istisnasız herkesten şunu duyduk: 'Siz ne yaparsanız, en iyisini yaparsınız. Yürüyün, ben arkanızdayım.'

Serpil Çolak: Ayrıca bu kadar bilgi ve birikimi çöpe atmak da istemedik. Biz sürekli tüketen insanlar değiliz, üretmeye alışmışız. Tamam yedik, içtik, gezdik ama nereye kadar? Üretim olmayınca, rahatsızlık hissetmeye başlamıştık artık. Kendine faydan yok, şehrine faydan yok, ülkene faydan yok ve sadece tüketiyorsun. Bilgi ve birikimimizi üretime dönüştürme kararı aldık. Eskiden bunun için gazete yapıyorduk, şimdi dergi yapalım dedik.

Cem Şakoğlu: Sizden önce bu kentte çıkan dergilerin yayın hayatları kısa sürerken, siz 5 yıldır sürekli yükselen bir grafikle ilerliyorsunuz, size göre bunun belli bir sebebi var mı?

Serpil Çolak: Birincisi, en iyi bildiğimiz işi yapıyoruz ve odağa işimizi en iyi şekilde yapmayı koyuyoruz. Biz işimizi iyi yapalım, para arkadan gelsin mottosuyla çalışıyoruz. Dergi, çok emek gerektiren ve maliyeti yüksek bir iş. Belki diğer dergilerin kısa ömürlü olmasının bir sebebi de budur. Belli ki dergilerin getirisi, dergi sahiplerini tatmin etmemiş, kazanılan para o dergiyi döndürememiş. Bir de en önemli nokta, biz bu işi çok büyük bir sevgiyle, aşkla yapıyoruz. Her sayıyı çıkarırken resmen doğum sancısı yaşıyoruz. Tabii bu arada bizim iki kişi olmamızın, birbirimize olan desteğimizin de büyük avantajı var.

Zeynep Akar: Derginin başarısındaki en önemli etkenlerden biri de profesyonel ve bizim kadar heyecanlı bir ekiple çalışıyor olmamız. Kocaeli Life'ın bütün fotoğraflarını, bu kentin en iyi fotoğrafçısı, sevgili abimiz İsmail Hakkı Timuçin çekiyor. Dergimizin görsel tasarımı, yıllardır gerçek bir tasarım sihirbazı olan sevgili Murat Kars'a emanet. Tecrübeli gazeteci Eylem Selvi Arı, uzun yıllar bize yol arkadaşlığı yaptı, bu ay itibariyle onu yeni işine sevgiyle uğurluyoruz.

Cemiyet haberlerimizin takibini sevgili Candar Tümeğ yapıyor; aramıza yeni katılan genç arkadaşımız sevgili Tilbe Gün ise çok yetenekli ve işi çok çabuk öğreniyor. Ayrıca ofisimizi bir anne gibi çekip çeviren, dergiyi iş yeri değil evi gibi gören sevgili Nagihan Aydın ve yorulmak bilmeden her işimize canla başla koşturan, varlığıyla güven veren ulaştırma görevlimiz Süleyman Fındık olmasaydı çok eksik olurduk. Bugüne kadar yolumuzun kesiştiği, dergimize değer katan tüm çalışma arkadaşlarımıza da buradan bir selam gönderelim…

> Uzun yıllara dayanan bilgi ve birikimimizi çöpe atmak istemedik, üretime dönüştürme kararı aldık

Cem Şakoğlu: 5 yıllık süreç içerisinde 59 sayı ürettiniz. Elbette, hepsi çocuğunuz gibi ama size göre en beğendiğiniz sayı hangisi oldu?

Serpil Çolak: Çok klişe olacak ama ilk sayı çok özeldi. Çok heyecanlıydı ve çıkar











çıkmaz o kadar büyük ilgi gördü ki biz bile şaşırdık. Ondan sonrakilerde de hep aynı sevgi, aynı aşk ve heyecanla çalıştığımız için birini diğerinden ayırmak çok zor. Her sayının içerisinde o kadar kıymetli insanlar, kurumlar ve o kadar büyük bir emek var ki hepsi bizim bebeğimiz gibi. Onun için birini diğerinden ayıramayız.

Zeynep Akar: Derginin içerisindeki en küçük haber için bile en az 450 kare fotoğraf çekiliyor; o 450 karenin içinden, en iyi bir iki tanesi seçiliyor. Her aşaması ayrı emek… Şu sayıyı daha çok beğendim dersem, sanki öbür sayı darılırmış gibi geliyor şu anda bana.

sun. Tüm anlatılanları doğru anlayıp, yazıya döküp, binlerce kişiye aktarmak çok keyifli. Bununla beraber, en keyif aldığım ama yazıya dökme aşamasında çok zorlandığım röportaj, Cemil İpekçi röportajıydı. Cemil Bey'in İstanbul Taksim'deki, atölye evine gittik.

Yarım saat için randevu aldığımız halde elektriğimiz tutunca, evden gece yarısı ayrıldık. Çok konuşkan, çok dolu, çok derin bilgiye sahip birisi Cemil Bey. Sohbet o kadar dallanıp budaklandı ki röportajı çözmek saatlerimi almıştı.

Serpil Çolak: Bildiğiniz gibi Kocaeli Life'ta siyaset yok ancak siyasetçiler bu dergi-

Kocaeli Life, ulaştığı kitle açısından da reklam verenlerin çok çabuk geri dönüş aldığı, etkili bir mecra oldu

Cem Şakoğlu: Bir dolu röportaj yaptınız birlikte. Kim bilir neler yaşadınız neler... Sizin için en ilginç, en neşeli ya da en zorlandığınız röportajlar hangileri oldu diye sorsam, neler anlatırsınız?

Zeynep Akar: Aslına bakarsan, röportaj yapmanın başlı başına kendisi ilginç. Çoğu zaman hiç bilmediğin bir sektörden, hiç tanımadığın bir insanla ilk defa karşı karşıya geliyorsun. Otururken o kişinin sadece adını biliyorsun, röportajın sonuna geldiğinde işine hatta bazen hayatına vakıf oluyorsun. Ticaret hayatındaki tutumuna, yol alış şekline, hikayesine şahit oluyor-

nin içerisinde hep oldu. Siyaset dışındaki yaşamlarını zaman zaman sayfalarımıza taşıdık. En zorlandığımız röportajlar da bunlar oldu çünkü siyasetçilerin şöyle bir tarzı var: Siz onlara ne sorarsanız sorun, anlatmak istediklerini anlatırlar. Sorularınıza genelde cevap alamazsınız. Siz onlara özel hayatlarını sorarsınız ama onlar işin içine siyaseti mutlaka ama mutlaka sokar. Bu nedenle benim için en zor röportajlar, siyasilerle yapılanlardır.

Cem Şakoğlu: 59 sayı çıkardığınız dergi için mutlaka bazı tespitler yapmış, istatistiksel veriler almışsınızdır. Dergiyi en çok kadınlar mı okuyor yoksa erkekler mi?

Serpil Çolak: Bu dergiyi iki kadın hazırladığı için tabii ki bir kadın okur ağırlığı var ancak erkekler de yoğun ilgi gösteriyor.

Zeynep Akar: Her iki kesim de okuyor ama ilgilendikleri içerikler farklılık gösteriyor.

Cem Şakoğlu: Geldiğimiz noktada, sizce Kocaeli Life Kocaeli'de neleri değiştirdi?

Zeynep Akar: Hepimizin hayatın renkli, keyifli, neşeli yanlarının da olduğunu görmeye ihtiyacı var. İnsanların, gülümsemeye ihtiyacı var. 5 yıl içinde pek çok kişiden, "Kocaeli Life sayesinde, Kocaeli'nin hiç de sandığım kadar sıkıcı bir şehir olmadığını fark ettim" cümlesini duyduk.

Amacımız da tam olarak buydu. Kocaeli'de her zaman çok başarılı kültür-sanat organizasyonları, şık düğünler, büyük etkinlikler yapılıyordu ama tüm bunların hak ettiği kadar geniş yer bulacağı bir yayın yoktu. Bu anlamda Kocaeli Life'ın bir teşekkürü hak ettiğini düşünüyorum.

Serpil Çolak: Ayrıca Kocaeli Life ile kentimize; kağıt, baskı ve fotoğraf kalitesiyle gazetelerden çok farklı, yepyeni, pırıl pırıl bir reklam mecrası kazandırmış olduk. Kocaeli Life, ulaştığı kitle açısından da reklam verenlerin çok çabuk geri dönüş aldığı, etkili bir mecra oldu.

İş birliği yaparak tanıtımına katkıda bulunduğumuz, birlikte yol yürüdüğümüz, büyük başarılarına şahit olduğumuz sayı- ▸











sız kişi ve kurum var. Tüm bunlar Kocaeli Life'ı kısa sürede bu kentin güçlü bir markası haline getirdi.

Cem Şakoğlu: Kocaeli Life sonrası birkaç dergi daha yayın hayatına başladı. Bunun sizin başarınızla bir alakası var mı?

Zeynep Akar: Kocaeli Life, Kocaeli'de dergi alanında öncüdür çünkü uzun yıllar ayakta kalabilmiş ilk dergidir. Arkamızdan başka yayınların da gelmesi kaçınılmazdı. Bu durumdan ayrıca memnunuz. Allah işini iyi yapan, meslek etiğine saygısı olan herkesin yolunu açık etsin.

Serpil Çolak: Kocaeli'nin ilk magazin-aktüel dergisiyiz. Örnek alınmak, takip edilmek çok güzel. İlk gün itibariyle çok büyük ilgi gördük, sevildik, sahiplenildik. Popülaritesi çok yüksek bir dergi Kocaeli Life. Bunda çevremizin çok geniş olması, insanlarla iyi ilişkiler kuruyor olmamız ve yaptığımız işin kaliteli olmasının da etkisi büyük.

Cem Şakoğlu: Şimdi biraz da bu dergiyi hazırlayan bu iki zarif kadının hayatlarına dokunmak istiyorum. Bu kentle ilgili düşüncelerinizi genel anlamda biliyorum ama kentte vazgeçemeyeceğiniz ve keşke olsaydı diyeceğiniz şeyler var mı?

Serpil Çolak: Küçük şehirde yaşamaktan vazgeçemem. Sokağa çıktığımda bir tanıdığımla selamlaşmayı, sohbet etmeyi, yorulduğumda bir arkadaşımın dükkanına girip soluklanmayı çok seviyorum. Ben iş yerimden evime 5 dakikada geliyorum, bu inanılmaz konforlu bir şey. İzmit'i çok seviyorum. İzmit'ten başka bir yerde yaşamayı hiç düşünmedim. Bir de deniz görmeden yaşayamam ben. Keşke olsaydı diyeceğim şey ise şu: Keşke Körfez'de yük gemileri yerine yelkenliler olsaydı, keşke ben yaz tatili için Ege, Akdeniz kıyılarına gideceğime kendi sahillerimde denize girebilseydim. Keşke biz bir sanayi şehri değil de turizm şehri olabilseydik.

Zeynep Akar: Bu konuda Serpil'in söylediklerine ekleyeceğim hiçbir şey yok. Tamamen aynı fikirdeyim.

Cem Şakoğlu: İşi biraz daha renklendirelim. Kızlar, ikiniz de evlisiniz. Evlilik tekliflerinizi nasıl aldınız?

Serpil Çolak: Planlı, programlı bir evlilik teklifi almadım ama her gün, her telefon görüşmemizde, her karşılaşmamızda evlilik teklifi aldım. Sonunda 'tamam' dedim.

Zeynep Akar: Ben, henüz bir evlilik teklif almadım (Gülüşmeler). Bunu da evliliğimizin birinci senesi bittikten sonra fark ettim. Bir sabah kahvaltıda aklıma geldi, dedim ki 'Hasan, sen bana evlenme teklif ettin mi?' 'Etmedim' dedi. 'Niye etmedin?' dedim, cevap verdi: 'Zeynep, benimle evlenir misin, ayaktayken şu çayımı da koyabilir misin?' (Gülüşmeler)

Cem Şakoğlu: Tamam da hani şöyle adam dizlerinin üzerine çöker, kutuyu uzatır akışında, sürpriz bir evlilik teklifi almadınız mı?

Serpil Çolak: Her gün evlilik teklifi alıyorum ya ekstra bir şey olacak mı diye de bir beklenti içerisindeyim tabii. Bir gün arabaya bindim, Ata elinde siyah bir kutuyla geldi. 'Al hayatım, bunu sana aldım' dedi. 'Hah işte tamam!' dedim, 'Beklenen an geldi, bunun içinden yüzük çıkacak'. Kutuyu bir açtım, içinden kül tablası çıktı. Arabada kullanmam için küllük almış. (Gülüşmeler)

Cem Şakoğlu: Artık sizi tanıyoruz ama eşlerinizi üç kelimeyle anlatın desem nasıl anlatırsınız?

Serpil Çolak: Vicdanlı, merhametli ve aşık. Bana aşık tabii. Çok eğlenceli olduğunu da söylemeliyim. Onunla birlikte çok eğleniyorum. Çok iyi vakit geçiriyoruz yani çok iyi arkadaşız.

Zeynep Akar: Merhametli, duygusal, babadır bir de baba!

Cem Şakoğlu: Bugüne kadar hayatınızda size yapılan en güzel sürprizi anlatır mısınız?

Serpil Çolak: Çocukluk arkadaşım, kan kardeşim ve Almanya'ya yerleştiği için yaklaşık 10 senedir görmediğim arkada-

Kocaeli'nin ilk magazin-aktüel dergisiyiz, arkamızdan başka yayınların gelmesi kaçınılmazdı. Örnek alınmak çok güzel










şım Nurten'in; kına gecemde tam ben sahneye çıkmaya hazırlanırken, "Bensiz nasıl kına gecesi yaparsın?" diyerek odayı bastığı an sürprizlerin en büyüğü oldu. Uçaktan yeni inmiş, elinde valiziyle odaya daldı ve ben hayatımın şokunu yaşadım orada. Ömrümün sonuna kadar asla unutmayacağım o anı.

Zeynep Akar: Benim hayatımın en büyük sürprizi Serpil'in hayatında Ata'nın olduğunu öğrendiğim an oldu. Serpil, o kadar bizim olmuş ki onu o kadar özümsemişiz ki hayatında biri olduğunu duyunca çok büyük şok yaşadım, bildiğiniz depresyona girdim. (Gülüşmeler)

Cem Şakoğlu: Kızlar, hep güzel şeylerden bahsettik. İnşallah da hep güzel şeyler yaşayın ama bu soruyu da mutlaka sormak istiyorum size. Hiç kavga ettiniz mi?

Serpil Çolak: Hiç kavgamız olmadı. Maşallah, o kadar güzel giden, dengeli bir arkadaşlığımız var ki… Bunda sanırım benim sağ beyin, onun sol beyin olmasının da etkisi büyük. Ben fevri hareket edebilen, duygusal davranabilen, anında gemileri yakabilen biriyim. Zeynep benim frenim. Zeynep, daha mantıklı, temkinli hareket eder ve bazı durumlara direnç gösterir. Ben de onun gazıyım. Bir de birbirimize teslimiyetimiz var, bu da çok önemli. Aslında iki kadın birlikte yol almak, ortak iş yapmak çok zordur fakat biz keyifle yol alıyoruz. Bazı konularda tartışırız, baktık uzuyor bir orta yolu buluruz, bulamazsak birbirimize teslim oluruz.

Zeynep Akar: Tabii, bu koşulsuz güvenle alakalı bir durum. Özel hayatımızda da Serpil'in, benim adıma bir karar vermesi gerekirse; benim için en doğru ve faydalı kararı vereceğini bilirim. Bir de ikimiz de yapısal olarak egosu yüksek insanlar değiliz. İş konusundaki bir pürüzde çözüme ulaşamamışsak; mutlaka ikimizden biri kararı, diğerine bırakır.

Cem Şakoğlu: Geldik son soruya. Elinize sihirli bir değnek verdiler ve üç şeyi değiştirebilirsiniz dediler. Hayatınızda ya da kentte neleri değiştirmek isterdiniz?

Serpil Çolak: Bazı insanlarla hiç karşılaşmamış olmayı, bazı insanlara hiç emek vermemiş olmayı isterdim.

Zeynep Akar: Ben bu konuda Serpil'in tam tersi düşünüyorum. Beni ben yapan şey bugüne kadar hayatıma girmiş, çıkmış, örselemiş, sevmiş insanların tamamı. Yaşanan her şey bugün ki Zeynep'i oluşturdu. O yüzden bu anlamda hayatımda hiçbir taşı yerinden oynatmak istemem.

Elbette bazı konularda tartışırız ama orta yolu çok çabuk buluruz, bulamazsak da birbirimize teslim oluruz

Cem Şakoğlu: Samimiyetiniz için, 5. yıl sayınızda bana böyle bir fırsat tanıdığınız için, kente böyle güzel bir dergi kazandırıp bu sektöre girecek insanları cesaretlendirdiğiniz için kendim ve kentim adına çok teşekkür ediyorum arkadaşlar. Yolunuz açık, şansınız bol olsun inşallah. Yıllar önce okuduğumda çok etkilendiğim, sonraki senelerde ve hala kullandığım Özdemir Asaf'ın bir sözü vardır:

'İnsanlar kendi yollarını kendileri çizer, beğenmezlerse kader derler'. Siz yolunuzu çizmiş, yükünüzü almış, harmanlanmış, artık kendiniz dışında ve alakanız olmayan insanlara da fayda sağlamaya başlamışsınız. Bu başka bir bakış açısı. Onun için yürekten kutluyorum sizi. İzmit unutmaz, bu kent ve bu kentin insanı unutmaz. İlkleri, ilkeleri olan insanları, o insanların eserlerini, tarzlarını, tavırlarını, bakış açılarını unutmaz kolay kolay.

Evet, belki zamanında o değeri, o insan ya da kuruma teslim etmez ama gün gelir geçmişte ekilen o tohum, hiç umulmayan bir yerden mutlaka filiz verir. Dilerim bu iki cesaretli kadın değerlerini, hak ettikleri zamanda alırlar. İki sırt sırta vermiş kadın, aynı çizgide birbirlerinin önüne geçmek gibi bir çabaları olmaksızın yürürlerse, hedefleri de onlarla birlikte yürür.

Derviş'e sormuşlar, 'huzur ve mutluluk nedir?' diye, 'İnandığım yolda inandığım kişiyle yürümek' demiş. Yolunuz açık olsun, daim olsun, kaim olsun. ■

Bebeğiniz yüzmeye hazır mı?





EBRU GÜCİN
SU AKADEMİ TÜRKİYE KURUCUSU

Anne-babalar olarak, yüzmeye ve suya meraklıysak, aklımıza ilk gelen soru, "Bebeğim ne zaman yüzmeye başlayabilir?" olur. Hemen cevaplayalım; bebek yüzme derslerine başlamak için ideal zaman, anne ve baba olarak sizin hazır ve istekli olduğunuz zamandır.

Bebekler zaten anne karnında 9 ay süreyle anmion sıvısı içindedir ve yüzmeye hazır olarak dünyaya gelirler. Bu yüzden doğuştan gelen nefes tutabilme, dalma ve su üstünde durma refleksine sahiptirler. Aynı zamanda ilk aylarda vücutlarında bulunan kahverengi yağların oranı sayesinde suya batmaları daha zordur. Yüzmenin faydaları da göz önüne alındığında, tüm bu özellikler bebeklerin mümkün olan en erken zamanda suyla tanışması için yeterlidir. Peki, yüzmenin bebeklere faydaları nelerdir?

GELİŞİMİNİ DESTEKLER

Yüzme, sinir ve kardiyovasküler sistemlerin gelişmesine ve güçlenmesine yardımcı olur. Ayrıca bebeğin kaslarını güçlendirir. Suyun basıncı, güçlü kasları geliştirmeye ve zayıf olanları oluşturmaya yardımcı olur. Bazı çocuklar suyun dışında dengelerini daha zor bulur, özgürce hareket edemeyebilirken; havuzda harika bir özgürlük hissi yaşar.

Yüzmenin, bebeklerdeki el-göz koordinasyonunu ve fiziksel becerilerinin erken gelişimini tetiklediği de gözlenmiştir. Yüzme, onların ince ve kaba motor becerileri ile bilişsel gelişimini destekler, denge ve koordinasyonunu sağlar. Ayrıca bebeklerde uyku düzeninin iyileştirilmesinde de çok olumlu etkileri vardır. Havuzdaki aktiviteler, bebekler için çok fazla enerji gerektirir. Bu nedenle yüzme dersinden sonra bebeğinizin iştahı artar, rahatlamasıyla da gaz problemleri azalır. Bebek yüzme, ebeveyn ile bebeğin ten ve göz temasıyla bağ kurması için de harika bir yoldur. Sudayken, siz ve bebeğiniz kendinizi rahat ve güvende hissedersiniz. Bu da yüzmeyi ikiniz için de eğlenceli bir aktivite haline getirir. Yüzme bilmeyen ebeveynler bile bebekleriyle beraber suda rahatlamanın tadını çıkarabilir.

HAYAT KURTARAN BECERİLER

Bebek yüzme, bebeklere ve çocuklara hayat kurtarıcı becerilerin kazandırılması için de faydalıdır. Suda güven, her yüzme dersinin önemli bir parçasıdır ve bebeğinize hayat kurtarma becerilerini öğretmeniz için çok zamanınız olur.

Çocuğunuzun güvenle yüzebilmesi, suda gerçekten bağımsız hale gelmesi biraz zaman alabilir. O zamana kadar ona; yanlışlıkla suya düşmesi durumunda ne yapacağını, suda nefesini nasıl tutacağını, nefes almak için nasıl yukarı çıkacağını, nasıl dönüp kendisini kenara çıkaracağını ve güvenlik için nasıl tutunacağını öğretebilirsiniz. İnanılmaz bir şekilde, bebeğiniz bu becerilerin bazılarını ilk derste kazanmaya başlayabilir.

Tüm bunların yanı sıra yüzme, bebekler ve çocuklar için harika bir çoklu-duyusal deneyimdir. Suyun onlara verdiği harika duygunun tadını çıkaracakları için özellikle herhangi bir engeli olan çocuklar için harikadır.

NELERE DİKKAT EDİLMELİ?

Bebek yüzmede, yalnızca özel sıcak havuzlar kullanılır. Bu nedenle havuza girmek, çocuk için güzel ve ılık bir banyoya adım atmaktan farklı değildir. Bu sıcaklık onları rahat, öğrenmeye ve eğlenmeye hazır tutacaktır. Yüzme hem ebeveynler hem de bebekler için eğlencelidir; 'yüzdürme' olmadan, doğal şekilde yüzmeyi öğrenmek onlar için çok daha faydalı ve kolaydır. Yüzme derslerinde çekilen fotoğraflar da size harika hatıralar bırakır.

Tüm bunların yanı sıra bebek yüzmenin en önemli kazanımı, bebeğinize hayatının geri kalanında su sevgisini aşılamaktır. Kendinizi bebeğinizle birlikte suyun huzuruna bırakmadan önce bazı kritik noktalara dikkat etmeniz önemli. Bebeğine yüzme eğitimi verdirmek isteyen ailelerin, her şeyden önce eğiticinin uzmanlığından emin olması ve bu alanda lisansı olup olmadığını bilmesi gerekir.

Bebek yüzme, mutlaka bu konuda yetkin olan kişilerin nezaretinde yapılmalıdır. Dikkat edilmesi gereken bir diğer konu ise havuzun hijyeni ve suyun ısısıdır. Dersler mutlaka uygun hijyen koşullarında, derinliği 140 santimetreyi geçmeyen bir havuzda ve ortalama 30 derece ısıdaki suda yapılmalıdır.

Unutmamak gerekir ki uygun koşulları sağlamayan suda ve işinin uzmanı olmayan bir eğitimcinin yönlendirmesiyle yapılan yanlışlar, çocuğunuzun korku geliştirmesine ve sudan tamamen kopmasına sebep olabilir. ■

İLETİŞİM

Adres: Alikahya Merkez Sakıp Sabancı Bulvarı No:14 İzmit
Tel: 0545.282 27 43
Web: www.suakademiturkiye.com.tr
Instagram: @suakademitr - @superisiebrugucin





NAR
ağacı

SAĞLIKLI, DOĞAL TAPTAZE, NEFİS

Bayram çikolatası alışkanlıklarınızı değiştirecek lezzetler Nar Ağacı Shop'ta

ÇİKOLATA • DRAJE • KURU MEYVE • KURUYEMİŞ • KURUYEMİŞ UNLARI • MEYVE ÇAYLARI • KAHVE ÇEŞİTLERİ







Barbaros Mah. Edanur Sk. Başiskele/Kocaeli • 0533 278 47 79 • naragacishop.com • Instagram: @nar_agaci_shop

İYİ Kİ BENİM ANNEMSİN

Dünya bir yana, gönlümüzün sultanı annelerimiz bir yana... Doğduğumuz günden itibaren, hayatımızın her döneminde en büyük desteğimiz, en sağlam dayanağımız, en korunaklı sığınağımız onlar... Bizim için atan kalpleri ve şefkatli elleriyle yaşamımızın her alanında izi olan annelerimizin hakkını ödeyemeyiz belki ama onlara olan duygularımızı birkaç kelimeyle ifade edebiliriz. Anneler Günü yaklaşırken, kentimizin tanınmış annelerini çocuklarından dinledik... İşte o duygu dolu satırlar.

ÖZGE ULUSOY ULUGÜN – ŞEBNEM ULUSOY

ÇOK ŞANSLIYIM

Her sene kutladığımız Anneler Günü, bu sene belki birçoğumuz için daha da özel. Pandemi sebebiyle annelerimizden uzak kaldık. Birbirimizi sevdiğimiz için sarılmamaya, öpüşmemeye çalıştık. Biliyorum ki bu süreç anneler için çok daha zorluydu. Sarılamadığım günler hatırına sizlere biraz kendi annemden ve onu nasıl sevdiğimden bahsetmek istiyorum. Ben çok şanslı bir insanım çünkü benim annem aynı zamanda en yakın arkadaşım. Bunu öylesine söylemiyorum... Üzüldüğümde omzunda ağladığım, sevindiğimde mutluluğumu ilk paylaştığım, dans etmek istediğimde evde müzik açıp birlikte dans ettiğim, sohbet etmek istediğimde ilk aradığım kişi, annem. Gülüşü, konuşması, bakışı, kokusu en özel insan. Her şeyiyle gurur duyduğum canım annem... Kız çocukları, annelerinin değerini liseden sonra anlıyormuş. Ben arkadaşlarımda da bunu gördüm, kendim de yaşadım. O kadar çok kıyafet, oda kavgası yaptık ki annemle geçmişte... Şimdi bunları düşününce çok komik geliyor. Birlikte gülüyoruz ettiğimiz kavgalara :) Şanslıyım demiştim ya... Büyüdüm, evlendim, bir anne daha kazandım. Beni kendi çocuklarından ayırt etmeyen, eşimin annesi olarak hayatıma girip benim de annem olan... Keşke tüm çocukların bir ömür anneleriyle güzel anılar paylaşması mümkün olsa. Tüm annelerin ve kendi annelerimin, Anneler Gününü en içten şekilde kutluyorum. Çocuklarını koruyup kollayan, onlara arkadaşlık edip aynı zamanda yol gösteren anneler iyi ki varsınız!





ÇAĞLA İREM SATI – HAMİYET SATI

BENİ ÖZGÜRLEŞTİREN KADIN...

Anne şefkatini tadabilen kaç kişi vardır bilmem ama ben o şanslı insanlardanım. Annelerin kızlarına bıraktığı duygusal mirasın da kızlarının hayat yolculuğunu bir ömür etkilediğini düşünürüm.

Benim annem hem en çok benzediğim hem de hiç benzemediğimdir. Varlığıyla, duruşuyla çevresindeki çoğu kadına ilham olduğunu bildiğim annem; bana da kendi yolumu bulmamda her gün ilham olan, her karar ve davranışıma saygı duyan ve kendi hayal gücümü kısıtladığım durumlarda bile beni özgürleştiren bir kadındır.

Ona, beni ben olduğum için sevdiği, her an desteklediği ve bana güç verdiği için çok teşekkür ederim. Benim annem en çok orkide sever. Tüm beyaz ve güzel orkideler hep onun olsun. Anneler Günün kutlu olsun, biricik anneannemin kıymetli kızı ve benim canım annem.



ARDA SÜAR – NADİRE ECER

DİRAYET, CESARET, ŞEFKAT... İŞTE ANNEM

Elbette herkesin annesine olan sevgisi, dünyada tanımlanabilecek en büyük sevgidir... Ve elbette her annenin evladına olan sevgisi de yine aynı şekilde dünyada tanımlanabilecek en büyük sevgidir. Ancak bazı insanların hayatında bu sevgi sadece bir kavram ya da güzel anıların bir nişanesi olarak kalır ve hayatın getirdikleri karşısında bir tetikleyiciye dönüşmez.

Ben 34 senelik ömrümde, annemin sevgisinin birçok zorlu durumda beni korumak için nasıl da bir tetikleyici olduğuna ve dünyada önünde hiçbir şeyin, hiç kimsenin duramayacağı kadar onu güçlendirdiğine çok kereler şahit oldum. Dünyanın en sıcakkanlı ve samimi insanının bir anda nasıl da dünyanın en vakur ve katı karakterine büründüğüne tanıklık ettim. Bu sertlik, beni sellere kapılıp sürüklenmekten alıkoyan dev bir kaya kadar güven verdi.

Bundan üç sene kadar önce kalp ameliyatına girerken, kendisiyle vedalaşıp ameliyathane kapısı kapandığı anda; artık büyüdüğümü, onun yaşlandığını ve onsuz kalmanın hayatımın geri kalanında nasıl bir cehennemin kapısını açacağını hissettiğim saniyeden itibaren; benim için hem kendim, hem annem, hem insanlar, hem de dünya artık bambaşka anlamlara sahip olmuştu.

Sevgili anneciğim, iyi ki beni dünyaya getirdin de senin gibi bir anneye sahip olma şansına erişmemi sağladın. Varlığıyla üzerimdeki tüm kasveti ve korkuyu bir anda sildiğine onlarca kere şahit olduğum annemi ve ona karşı hislerimi dilim döndüğünce yazmaya çalıştım. Her hafta on binlerce kelime yazı yazan birisi olarak, şu anda hayatımın en zorlu satırlarını yazıyorum. 400 kelimede insanın annesini anlatması gerçekten çok zor ama az önce de söylediğim gibi annemi birkaç kelimeyle dirayet, cesaret, şefkat ve iyi niyet diye özetleyebilirim. Bu özelliklerinin her birinden birer parça bana geçtiyse, kendimi dünyanın en şanslı insanı olarak addedebilirim.



AV. ANIL ACURMAN - CANAN ACURMAN

EN GERÇEK ARKADAŞIM

Annemi tarif etmek, eşsiz gücüyle bir fırtına hakkında yazmak olurdu... Ya da çeşit çeşit renkleri birbirine tırmanan bir gökkuşağı hakkında.

Annem, en zorlu ve ani engeller önüme set ördüğünde, sahip olduğum en gerçek arkadaştır. Güneş açtığında benimle sevinenler, büyük fırtınalarda kaybolduğunda; yine de bana tutunan, nazik temasları ve öğütleriyle karanlık bulutların dağılmasına; huzurun kalbime dönmesine araç olandır. Uzak kaldığımız yılları telafi etmek için gayretle oğluna tutunan eşsiz yüreğine, en kalpten sevgilerimi sunuyorum. İyi ki varsın anne, iyi ki sensin. Anneler Günün kutlu olsun.



BUSE ÇELİKTİR – SİNEM KARAKAŞ

TEK İDOLÜM...

Annemin gözünde, minnoş ama kocaman olan kızı, Buse ben. Yazdıklarım, anneme sürpriz olacak... Hakkımızda ne söylesem az ve eksik kalır doğrusu. Herkesin annesi kendisi için çok iyidir ve tektir. Benim için de öyle ama biraz daha başka... Tek idolüm ve en gurur duyduğum; büyük başarılarına en yakından şahit olduğum, çok güçlü bir kadın benim annem.

Duygularımı ve aramızdaki ilişkiyi tarif edecek kelimelerim yok ama şunu söyleyebilirim ki onun için hissettiğim şey sınırsız bir sevgi. Daha önemlisi; aynı şekilde beni sınırsız seven annemi mutlu etmek, gururlandırmak, iyi bir evlat olmak için her şeyi yaparım.

En yakın arkadaşım ve tüm güzel duyguları sonsuz yaşadığım canım annem... Seni çok seviyorum.



PAKİZE ESRA ULUCE – NEZAHAT ÇİNİ

DÜNYAMIZ GÜZELSE SENİN SAYENDE...

Sanırım yedi yaşındaydım, senin daha 18 yaşındayken çocuk esirgeme kurumuna yaptığın ziyaretin fotoğraflarını gördüğümde... Küçük yaşıma rağmen anlamıştım sınırsız, uçsuz bucaksız bir anneliğinin olduğunu... İhtiyacı olan, senin yaşam çemberinde olan ya da olmayan herkese anne olacağını.
Bu nedenledir ki hiç bebek ya da çocuk olduğuna inanmadım. Anne olarak doğduğuna inandım hep...
İşyerinden bir saat izin alarak; koşa koşa eve gelip, bize kardan adam yapıp geri gidecek kadar annesin... Arkamızdan bakıp, yürüyüşümüzden keyifsiz olduğumuzu anlayacak kadar annesin... Doğum yapan sokak köpeğini balkonumuza alıp, ona ve 8 yavrusuna bakacak kadar annesin... O korkunç depremin sabahı, daha gün ağarmadan yaralılara yardım için koşup, bize de insan olmanın sorumluluğunu öğretecek kadar annesin... Şiddet görmüş kadınlara evini açıp, bağrına basacak kadar annesin...
Seninle yaşamı öğrenirken anladım ki sen bir tek abime ve bana değil, yaşamına değdiğin herkese annesin, güç kaynağısın, dayanılası omuzsun aslında... Yaşamın içinde taşıdığım en güçlü gururu sorsalar; ''annemin anneliği'' derim. Şimdi daha yolun başında bir anne olarak en büyük temennim; kızımın beni, benim seni sevdiğim kadar sevmesi ve benimle gurur duymasıdır. Bizim dünyamız bu kadar güzelse bil ki senden sebep anneciğim... Günün kutlu olsun.

ECE AKAR - ZEYNEP AKAR

HEP İZİNDEN GİDECEĞİM

"İnsan, hayatında her şeyi seçebilir ama ailesini seçemez" derler. Bu yüzden aile, insanın en büyük şansıdır. Ben ne kadar şanslıyım ki senin gibi bir annem var. Sadece annem de değilsin... Dertleşmek istediğimde en yakın dostum, hastalandığımda doktorum, üzüldüğümde psikoloğum, sıkıldığımda oyun arkadaşımsın. En kötü günümde sığındığım kucak, her şeyden uzaklaşmak istediğimde sığınağımsın. En huzurlu olduğum yer, senin yanın... Dünyaya bir daha gelsem, yine senin çocuğun olmak isterdim.
Desteğini her zaman hissetmek, her koşulda yanımda olacağını, beni seveceğini ve destekleyeceğini bilmek paha biçilemez. Yanındayken o kadar güvende hissediyorum ki sanki biz birlikte olduğumuz sürece istediğimiz her şeyi başarabilir, her zorluğun üstesinden gelebiliriz.
Bugün olduğum kişiyi sen yarattın, kişiliğimin şekillenmesinde en büyük rol senin. Kendimi bildiğim günden itibaren seni örnek aldım, seninki kadar sevgi ve iyilik dolu bir kalbe sahip olmak için uğraştım. Her zaman senin izinden gideceğim; senin kadar başarılı, özverili ve yardımsever olmaya çalışacağım. Başarabilirsem, sana layık bir çocuk olabilirsem ne mutlu bana.
Aradan yıllar geçse, aramıza kilometreler girse de biz her zaman birlikteyiz. Hayatta attığın her adımda, verdiğin kararda yanında olacağıma ve seni destekleyeceğime söz veriyorum. Seni çok seviyorum, Anneler Günün kutlu olsun. Beni hiç bırakma.





AHMET YÜCEBALKAN – ÜLKÜ YÜCEBALKAN

SENİ ÇOK SEVİYORUM CANIM ANNEM

Sevginin en lüksü ve en fazla şımartanı, annenin seni kendi canından çok sevmesidir. Bu genellikle kanıksadığımız için normal gelen ama aslında bizlere sunulan bir lükstür. Ancak yaş ilerleyince veya annenizi kaybedince kıymetini anladığınız, arı bir sevgi ve bu sevginin yarattığı kuvvetli bağ... Anneyle 9 ay tek vücut olarak yaşamak, bu bağı kuvvetli kılıyor bence. İlkleri tek vücutken, birlikte yaşayıp hissediyorsunuz. Dış dünyaya sizi hazırlayan, koruyan, öğreten, eksik olan sizi tama taşıyan ve sonrasında da devam eden bir birliktelik. Bizim onlara olan sevgi ve tavrımız, annenin attığı temelle ilgili. Mesela 4-5 yaşındayken annem, beni her gün kucağına yatırıp, saçımı okşayarak kitap okurdu. Hayal dünyam derinleşirken, fonda onun sesi ve saçıma dokunuşu olurdu. Annem aktif bir insandır fakat bunca işi arasında bize kahvaltı hazırlamadığı, yemek yapmadığı bir gün bile olmadı. Her şeyimizle ilgilenir, bizi hür bırakır, çok karışmazdı. İnşallah bütün bu sevgi ve ilginin karşılığını kendisine verebiliyorumdur... 10 yaşlarında yaşadığım bir olay bana büyük bir öğreti oldu... Bir tanıdığımız annesiyle tartışmış, akabinde annesi bir trafik kazası sonucu yaşamını yitirmişti. Sonrasında, tanıdığımız çok büyük üzüntü ve vicdan azabı çekmişti. Kendi kendime, 'insan tartışsa bile ailesinden kimseyle küs ayrılmamalı; haklı, haksız olduğuna bakmadan gidip sarılmalı' dedim ve yaşam boyu bunu yaptım. Bu bana kırgınlıkların olmaması gerektiği gerçeğini hep hatırlattı. Ben sevginin, kişinin yaşadıklarına ve kültürüne göre detaylandığını düşünüyorum. Seni çok seviyorum canım annem.

TUĞÇE VE ZEYNEP TİMUÇİN – NESRİN TİMUÇİN

EN YAKIN ARKADAŞIMIZ



Amerikalı yazar Barbara Kingsolver, "Bazen anneliğin gücü, doğa kanunlarını bile aşar" diyor. Tüm güçlü annelerimizin ve tabii ki bizim de biricik annemizin Anneler Gününü kutluyoruz. Bizi koşulsuz sevdiğin için; ne olursa olsun bize hep destek verdiğin, arkamızda durduğun ve bize sabırla, şefkatle doğruyu gösterdiğin için teşekkür ederiz. Arada seni kızdırsak da dağınıklığımızdan, arkamızı toparlamaktan bıksan da sinirinin en yüksek olduğu anda bile bize kabak çırpması yapmayı teklif ettiğin için çok şanslıyız :) Bizim en yakın arkadaşımız daima sensin. Ne zaman zor durumda kaldığımızı hissetsek "anneme söylerim, o halleder" diyebildiğimiz için iyi ki varsın annem. Bu dünyaya tekrar gelsek yine senin evlatların olmak isteriz. Varlığın bize güç veriyor seni dünyalar kadar çoook seviyoruz.

BİLGE ÇOLAK – SÜREYYA ÇOLAK

HAKKINI ÖDEYEMEYİZ



Kaygı... Hepimizin hayatında vardır, insanız sonuçta. Ama ömür boyu kaygı duymak, herkese mahsus değildir. Ömür boyu başka biri için kaygı duyan birisini düşünün... Aklından sürekli, "Acaba yemek yemiş midir, rahat mıdır?" gibi sorular geçiren birisini düşünün. Kaygı duyduğu kişi, iki dakika yanından ayrıldığında onu özleyen birisini düşünün... Bir anneyi düşünün. Anne... İki heceli, söylemesi ne kadar kolay bir kelime. Anneliği; şefkat, merhamet, koşulsuz sevgi ve daha nice kelimeyle tanımlayabiliriz ama hissettiremeyiz. Uykusuz geceleri, "koşma evladım, terleyeceksin!" sözlerinin takip ettiği bu kutsal vazife; birkaç basit sözcüğün dizilişi ile anlatılabilir mi? Elbette hayır. Yorulmanın yerinin olmadığı bu kutsal vazife yani annelik, bir ömür boyu sürüyor hem de derin kaygılarla... Tüm bunlar için değil bir gün, bir ömür versek yetmez annemizin hakkını ödemeye... Bir gün değil, yılın her günü canımız annelerimizin günü. Canım annem, anneannem, rahmetli babaannem ve diğer tüm anneler; Anneler Gününüz kutlu olsun!



İNCİ İNCİR KARAKOYUN – VİLDAN İNCİR

BEN DOYMADAN DOYMAZDIN

Canım annem... Sözlerime nereden başlasam, hissettiklerimi nasıl ifade etsem bilemiyorum. Öncelikle her zaman yanımda olduğun, kendinden çok beni düşündüğün için sana minnettarım. Benimle sevindin, benimle üzüldün. Kendinden çok beni düşündün. Özveri, sevgi ve sabırla beni büyüttüğün için çok şanslıyım. Küçükken bir tabak yemeği bana yedirmek için saatlerce peşimden koşar, ben doymadan sen de doymazdın. Ne kadar yaş alsam da senin gözünde büyümeyen küçük kızın olarak kalacağımı biliyorum. Desteğini her zaman hissediyorum, hissettikçe de güçleniyorum. İyi ki varsın. İyi ki benim annemsin. Seni çok seviyorum. Anneler Günün kutlu olsun anneciğim.

ECE AKAR – ESMA AKAR

ELİN HEP OMUZUMDA...



"Başarılı her erkeğin arkasında bir kadın vardır" derler. Bence başarılı her çocuğun arkasında da annesi var ve başarısının mimarı da annesi. Geçmişimin, bugünümün ve geleceğimin mimarı; hayatımda, mesleğimde, ilişkilerimde ve aldığım tüm kararlarda senin izin var. Hayatın içinde iyi ve sağlam duruşlu bir karakter olarak var olmam; kendime ve çevreme karşı her zaman ahlaklı, erdemli ve adil davranmam; elimde olan hatta yeri geldiğinde 'kalan' ile bizden daha zor durumda olanlara karşı duyarlı olmam gerektiğini; fedakarlığı, samimiyeti ve adaleti bana hala her gün aşıladığın, elini omzumdan hiç çekmediğin, arkamda sapasağlam durduğun ve çevremden aldığım 'İyi yetiştirilmiş' sıfatını taşımamı sağladığın için teşekkür ederim.
Hep dedikleri gibi... Aslında bir gün değil, her gün sizin olmalı. Her gün değeriniz bilinmeli. Anneler Günün kutlu olsun, seni çok seviyorum öğretmenim, ilham kaynağım, mimarım ve idolüm. Kızın Ece..



EBRU AYAR VURANOK - AYŞE AYAR

EN BÜYÜK DAYANAĞIM

Bebeğimle göz göze geldiğimde gözlerinde kendimi, bedenimde seni görüyorum. Tüm şefkatim ve sevgimle sarılıyorum ona. Meğer senin kolların ne kadar sıcak ve huzurluymuş, anne. Anne olmanın ne demek olduğunu, anne olunca anladım. Bir çocuk olarak, bir çocuğun annesine olan hislerini anlayabilirdim ama annenin çocuğuna olan hislerini anlayamazdım. İnsan anne olunca daha iyi anlıyor annesinin yaşadığı, hissettiği o kocaman sevgiyi ve endişeyi...
Canım annem, beni kucağına aldığında daha 18 yaşındaydın. Kim bilir ne zorluklarla büyütüp bu yaşa getirdin beni. Anne olduktan sonra uykusuz gecelerimde, aç kaldığımda, yorgun düştüğümde hep sen aklımdaydın. Genç yaşında bunların üstesinden nasıl geldin? Ne yaparsam yapayım, hakkını ödeyemem. Yaşadıklarını çok daha iyi anlayabiliyorum.
Benim için çok kıymetlisin. Hayatta ne olursa olsun birbirimizin yanında olacağız ve birbirimize destek olacağız, bunu biliyorum. İnsanın annesi hayattaki en büyük dayanağı oluyor. Biliyorum ki beni doğrularımla ve yanlışlarımla seviyorsun. Her zaman yanımda olan anneme tüm kalbimle sarılıyorum. Seni çok seviyorum. Anneler Günün kutlu olsun.



İPEK KIRMAN – AYLA KARABULUT

SENİN KIZIN OLMAK, ALLAH'IN BİR LÜTFU

Sevgili annecim, beraber güldüğüm, ağladığım en iyi arkadaşım, masterchef'im... Senin kızın olarak dünyaya gelmek, Allah'ın bana daha doğarken bahşettiği en büyük lütuf. Çok ama çok sevilmek ne demekmiş, üzerine binlerce emek verilmesi ne kadar kıymetliymiş, fazlasıyla hep yaşattın.

Ne beni ne de abimi tek bir sabah okula kahvaltısız, arkamızdan uğurlamadan göndermedin; güler yüzünle hep kapılarda karşıladın. Bize hayatta hiç kimsenin iyiliğinden veya kötülüğünden medet ummamayı, ne olursa olsun kendi ayaklarımızın üzerinde durmayı sen öğrettin. Belki de bu yüzden hayattan, yaşamaktan hep keyif alıyoruz.

Hem anne-kız olarak hem her şeyi konuşabildiğim muazzam bir 'best friend forever' olarak; seninle yaptığımız tatilleri, zamansız kahve keyiflerimizi, boğaz sefalarımızı, ev halkının asla anlam veremediği günde 10 kez yaptığımız telefon konuşmalarını; kendin gibi pimpirikli bir kız yetiştirdiğin için babama, eşime, abime veya birbirimize ulaşamadığımızda ortalığı ayağa kaldırışlarımızı hiçbir şeye değişmem. Başta senin ve senin nezdinde; bu dünyada sevgiyi bilen, çocukları doğrunun yanında, merhametli insanlar olsunlar diye kalbiyle çabalayan tüm kadınların Anneler Gününü kutlarım. Seni çok ama çok seviyorum.

BİLÇE VE ZEYNEP KÖSE – NEŞE KÖSE

EN EĞLENCELİ ANNE SENSİN



İçimizden bir çok şey yazmak geliyor ama seni hangi kelimeyle ifade edebileceğimizi bilemiyoruz. Hangi anımızdan, hangi günümüzden bahsetsek eksik kalır seni anlatmaya. Yeri geldi güldük, yeri geldi birlikte üzüldük ama birbirimize hep destek olduk. Sadece bugün değil, her gün senin günün aslında. Her zaman bizim yanımızda oldun, doğruyu yanlışı ayırt etmemizi sağladın. Örnek aldığımız ilk kişi sen oldun. Bize güçlü olmayı, sevecen olmayı, iyiliği, dürüstlüğü, saygıyı sen öğrettin. İyi ki bizim annemizsin. Dışarıdan ne kadar sert görünsen de hayatımızda gördüğümüz en neşeli, en eğlenceli annesin. Yaptıkların ve yapacakların için sana minnettarız... Ve bu borcu asla ödeyemeyiz. Seni çok seviyoruz, Anneler Günün kutlu olsun.



DİLEK ÇETİNKAYA – ZEYNEP ÇETİNKAYA VE NURAY YILMAZ

İPEK MENDİLLERE SARIP SAKLAYABİLSEM...

35 yaşında 3 çocukla hayatına devam etmek zorunda kalmış; çok sevdiği eşine doyamadan toprağa vermiş koca yürekli kadındır benim annem. Pamuk kalbi, yufka yüreği, sulu gözleriyle benim kalbimin kraliçesidir... Kayınvalide olarak görmediğim, fiziken çok benzediğim, kalbinin pamuk tarafını keşfettiğim, kahvesini de kendisini de çok sevdiğim Zeynep annem... Bu çok kıymetli iki kadının kızı olmaktan mutluluk ve gurur duyuyorum. Keşke, keşke sizi ipek mendillere sarıp saklayabilsem. İkinizi de çok seviyorum.



autobella

AUTOBELLA'DA ÇİFTE BAYRAM!

MAYIS AYI BOYUNCA, KOCAELİ LIFE OKURLARINA
TÜM OTO KUAFÖR HİZMETLERİNDE

%25 İNDİRİM

UYGULAMALARIMIZ

- Boya koruma
- Detaylı iç temizlik
- Seramik kaplama
- Koltuk koruma
- Motor koruma
- Klima bakteri temizliği
- Pasta cila
- Ozon dezenfeksiyon
- Jant koruma
- Ön cam su itici

Seat Keleşler Otomotiv – Skoda Keleşler Otomotiv – Toyota Kaya Plaza – Mercedes Benz Mengerler – Fertan Hyndai – Volvo Kocaeli

Kocaeli İrtibat No:
0553 457 88 04
www.autobella.com.tr

Aydınlı Mah. İzzet Kabadayı Cad. Gizlibahçe Sitesi, B-3 Daire:4
info@autobella.com.tr
Tuzla-İSTANBUL

autobella

MERHABA SPOR...



İSMAİL HAKKI TİMUÇİN

5 yılı devirip 6'ncı yıla merdiven dayadığımız süreçte, fırsat buldukça kentimizdeki amatör ve profesyonel sporlara ve sporculara dergimizde yer vermeye çalıştık. Ancak şimdiye kadar spor bölümümüz veya spor servisimiz olmadı. 58'inci sayımızı hazırlarken (Nisan 2021) dergi patroniçelerimize sordum, 'Neden sürekli bir spor bölümümüz yok' dedim (biraz geç kalmış olabilirim).

Bu kentin zamanında Süper Lig'de fırtına gibi esen Kocaelispor'u var (inşallah o günlere dönmek üzereyiz). Basketbolu Türkiye'de en üst ligde temsil eden, ilk çıktığı sene Avrupa kupalarına katılma hakkı kazanan ve bu sezon Avrupa'nın en üst organizasyonu olan Euroleauge'de şehrimizi temsil eden İzmit Belediyespor Kadın Basketbol takımı var. Bu sene çok başarılı bir sezon geçiren ve büyük ihtimal seneye Basketbol Süper Ligi'nde oynamaya hazırlanan Kocaeli Büyükşehir Belediye Kağıtspor Erkek Basketbol Takımı var.

Futbol, basketbol gibi popüler sporların haricinde, tabiri caizse sporun üvey evlatları var. Maddi sıkıntılar, malzeme yetersizliği, tesis sorunu gibi birçok olumsuzluklar içinde ayakta kalmaya çalışan, buna rağmen çoğumuzun bilmediği müthiş başarılara imza atmış, tüm engellere rağmen havada-karada-suda mücadelesini, hırsını, azmini kaybetmeyen sporcularımız ve kulüplerimiz var. 'Neden dergimizde bunlara daha çok yer vermiyoruz, bir nebze destek olmuyoruz?' diye sitem ettim.

Etmez olaydım!

'Haber yaptın, getirdin de biz sayfamız yok mu dedik? Haber yap, getir, dükkân senin' dediler. Bendeki de akıl işte! Biraz ajitasyonla gazeteciliğe yıllarını vermiş, kafalarında 40 tilki dolaşan patroniçelere dergi için spor bölümü yaptırmaya çalışırken kendimi tek kişilik, dev kadrolu Kocaeli Life Spor Müdürlüğü görevine vekâleten atanmış olarak buldum.

Bundan sonra derginin rutin fotoğraf çekimlerinden arta kalan zamanlarda spor haberleri peşinde koşacakmışım. Bir de sıkı sıkı tembih ettiler; yazılarıyla, fotoğraflarıyla özgün, dergimize yakışacak haber yapmalıymışım. Görülmeyeni görmeli, yazılmayanı yazmalıymışım.

Hükümdar Timur tarafından beslemeleri için verilen filleri, geri vermek için Timur'un huzuruna çıkan köylülerin hikâyesindeki gibi, geri vermeyi bırakın üstüne birkaç fil daha alarak eve döndük. Konuyu gündeme getirdiğim, üstüne bir de ajitasyon yaptığım için itiraz şansım da olmadı tabii ki!

★ ★ ★

Her ne kadar ben 30 gibi hissetsem de yaş 53, yolun yarısını geçeli epey oldu. Övünmek gibi olmasın ama her tecrübeli fotoğrafçının sahip olduğu bel-boyun-omuz fıtığı gibi mesleki sıkıntılara da sahibim. Bu durumda sporcuların peşinde haberden habere koşmak, fotoğraf çekmek biraz sıkıntılı olacak benim için. Neyse ki patroniçelerden dergimizde yer alan tüm haber ve röportajlarda ve bu haberlerin fotoğraflarının çekiminde, dergimizin abonelerimize ulaştırılmasında büyük emeği ve katkısı olan Sevgili Süleyman Fındık'tan yardım sözünü aldık. Yoksa ikinci emekliliği, hatta il değiştirmeyi bile düşünebilirdim.

Özetlemek gerekirse; bu aydan itibaren dergimizin artık bir spor bölümü var. Bu kentte amatör-profesyonel her kulübün, sporcunun peşindeyiz.

Seka Park'ın çimlerinde, Başiskele'nin sahilinde, İzmit Marina'nın rıhtımında, yürüyüş yolunda, Kartepe'de, Yuvacık'ta her nerede ne yapılıyor ve yaptırılıyorsa; kim ki yürüyüş yaparken, bisiklete binerken, şınav-mekik çekerken, açma-germe-esneme yaparken, top sektirirken, yakar top oynarken KOCAELİ LIFE'ı karşısında görürse ŞAŞIRMASIN…



Hobi/rekreasyon (masterlar) grubu sporcularından Derince Eğitim ve Araştırma Hastanesi'nden Doç. Dr. Ünal Türkay ve aynı hastanede hemşire olarak görev yapan Mehpare Çıkrıkçı.

Bu sayımızda sizlere İzmit Sümerspor Kürek Kulübü'nü tanıtacağız. Birçoğumuzun varlığından bile haberdar olmadığı Sümerspor'un başarılarını okudukça şaşıracak, İzmit Körfezi'nde kuğu gibi süzülen kürek teknelerinin görselliğine hayran kalacaksınız. Hatta hayatınızda hiç spor yapmamış olsanız bile yaşlı-genç herkesin bu sporu deneyimleyebileceğini duyunca, soluğu Sümerspor'un sahildeki kulüp binasında alacaksınız. İnanmıyorsanız haberimizi okuyun, görün…

Bol eforlu, sağlıklı günler dilerim… ■

İZMİT SÜMERSPOR KÜREK KULÜBÜ

İzmit Sümerspor Kürek Kulübü, kısa bir süre önce kurulmasına rağmen Fenerbahçe ve Galatasaray gibi devlerin arasından sıyrılıp, Türkiye'nin en başarılı kulübü oldu

Bir kulüp düşünün; 2016 yılında kürek sporuna gönül vermiş birkaç kişiyle kuruluyor. Kurulduğu sene malzemesi ve çalışma alanı olmadığı için faaliyete geçemiyor ve müsabakalara katılamıyor. 2017 yılında İzmit Yelken Kulübü'nün kendilerine tahsis ettiği küçük bir alanda çalışmalarına başlıyor; bir senelik çalışmanın ardından 2018 yılında ilk kez katıldıkları müsabakalarda, Türkiye şampiyonu 10 sporcu çıkarıyor. Ayrıca 26 altın, 27 gümüş ve 20 bronz madalya kazanarak, Türkiye genelinde 42 kürek kulübü içinde Fenerbahçe ve Galatasaray'dan sonra 3. kulüp oluyor. 2018 yılında 52 lisanslı sporcuyla çıktıkları yolculukta sporcu sayısını 2019'da 72'ye, 2020 yılında 83'e ve bu sene de 147'ye çıkarıyor. Evet, İzmit Sümerspor Kürek Kulübü'nden bahsediyorum.▸





Ayaktakiler: İlker Onay, Ümmet Subaşı, Emre Saydanoğlu, Efe Subaşı, Cem Deha Baki, Taşkın Kiyer, Emirhan Ziya Öztürk, İmran Utku Kuru, Kadir Ege Ertin, Bartu Alp Eren, Emirtzan Chatip Moustafa, Davut Yağız Kavan, M.Yusuf Maytalman, Mehmet Karabaş, Emre Zeyrek, Eren Aktaş, Engin Özkan
Oturanlar: Arif Emirhan Guda, Sudem Kumla, Erva Çay, Hilal Sude Kubal, Nisa Süren, Su Almira Tugay, Femen Beril Kurt, Dilara Yeğin, Öykü Türközü, Duygu Beşikçi, Ayşe Baydar, Nisa Selin Süzgün



2020 Türkiye şampiyonu masterlar 4x ekibi; Deniz Okan, İbrahim Karayılan, Serkan Eren ve Ekrem Sirmen.

TÜRKİYE'NİN EN BAŞARILI KULÜBÜ

Katıldıkları ilk sene yakaladıkları başarıları her sene katlayarak devam ettiren İzmit Sümerspor Kürek Kulübü, 2020 yılında pandemiden dolayı sadece 3 kez yapılabilen müsabakalarda Fenerbahçe ve Galatasaray gibi kürek sporunun devleri arasından sıyrılıp, genel klasmanda Türkiye'nin en başarılı kulübü oluyor. Yurt içi başarılarının yanında yurt dışında da hem ülkemizi hem de Kocaeli'yi başarıyla temsil eden İzmit Sümerspor Kürek Kulübü, 2019 yılında Hırvatistan'ın başkenti Zagreb'de, 40 Avrupa kulübü arasında, Ayşe Baydar Kadet'in aldığı gümüş madalya ile yurda dönüyor.

Kuruldukları 2016 yılından itibaren 4 sene gibi kısa sürede bu başarılara ulaşmak çok kolay olmamış tabii ki. Tüm üvey evlat sporlarında olduğu gibi onlar da büyük sıkıntılar yaşamışlar. Kürek tekneleri ve ekipmanlarının dolar ve euro bazlı yüksek fiyatlarından dolayı hep eksik ve yıpranmış ekipmanlarla çalışmak zorunda kalmışlar. Bu yüzden eksik de olsa sahip oldukları tüm ekipmanlara gözleri gibi bakıyorlar.



Hobi grubu sporcuları Kocaeli Üniversitesi öğretim görevlileri Ayşegül Gökalp Kutlu ve Evren Kutlu.

ŞAMPİYONLAR YETİŞTİRİYOR

Uzun bir süre karada erk çalışması yapacak bir salonları olmamış, zar-zor 5 kişinin çalışabileceği küçük bir salon yaptıklarında da içini dolduracak ekipman bulamamışlar. Zaman zaman yerel yönetimlerin, Kocaelili firmaların, sporcu velilerinin maddi desteklerini almış olsalar da sürekli bir gelirleri olmadığından sıkıntıları hala devam ediyor. Bu anlamda tüm Kocaeli'den maddi-manevi destek bekliyorlar.

Serenay Subaşı'nın başkanlığını yürüttüğü İzmit Sümerspor Kürek Kulübü'nün kurulduğu yıldan beri baş antrenörü ve organizatörü Ümmet Subaşı. 1972 Gaziantep doğumlu olan Ümmet Subaşı, Uludağ ▸



Antrenör Ümmet Subaşı, antrenmanlarda disiplini elden bırakmıyor.

12 yaşından beri kürek sporu yapan 2020 U19 Erkekler Türkiye Şampiyonu Efe Subaşı (öndeki) aynı zamanda diyabet tip1 hastası. Efe, diyabet hastalığının bu spora engel olmadığını, tam tersine fit ve zinde kalarak bu hastalıkla çok daha kolay mücadele ettiğini söylüyor.



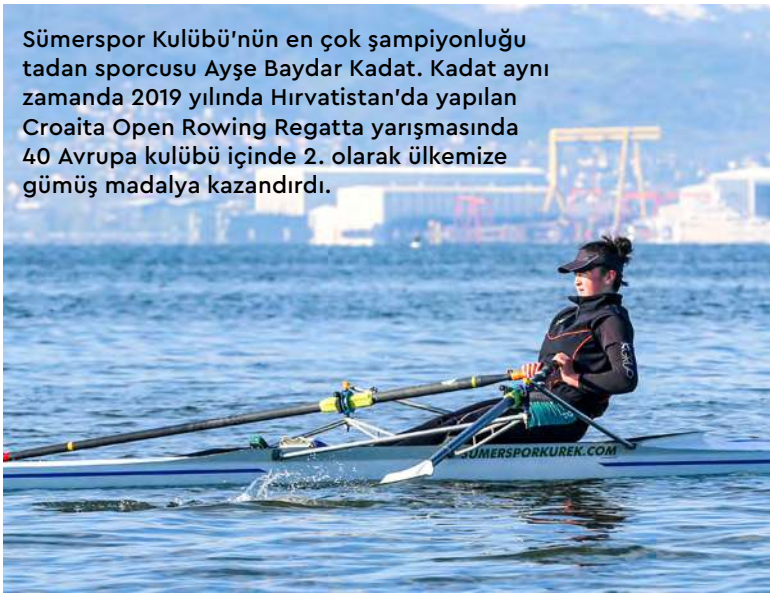


Türkiye şampiyonu U19 kız ekibi.



Kürek, sadece suda değil karada da çekiliyor. Hobi grubu sporcusu Su Almira Tugay, spor salonunda kürek ergometresi antrenmanı yapıyor.

Sümerspor Kulübü'nün en çok şampiyonluğu tadan sporcusu Ayşe Baydar Kadat. Kadat aynı zamanda 2019 yılında Hırvatistan'da yapılan Croaita Open Rowing Regatta yarışmasında 40 Avrupa kulübü içinde 2. olarak ülkemize gümüş madalya kazandırdı.





Üniversitesi Beden Eğitimi Öğretmenliği mezunu. 39 kez milli forma giymiş eski bir kürek sporcusu. Hereke Sümerspor, Fenerbahçe ve Galatasaray formaları ile 22 kez Türkiye şampiyonluğu kazanmış. Sporculuk hayatından sonra formasını giydiği takımlarda antrenörlük yapmış, 100'ün üzerinde Türkiye şampiyonu ve birçok milli sporcu yetiştirmiş Türkiye'nin en başarılı kürek antrenörlerinden biri. Kurulduğu 2016 yıllından beri İzmit Sümerspor Kürek Takımı'nın antrenörlüğünü yapan Ümmet Subaşı aynı zamanda Petkim Ortaokulu'nda beden eğitimi öğretmenliği yapıyor.

HERKES KÜREK ÇEKEBİLİR

İzmit Sümerspor Kürek Kulübü'nün baş antrenörü Ümmet Subaşı ve yine kendisinin yetiştirdiği Balkan şampiyonu ve dünya üçüncüsü yardımcı antrenör Engin Özkan'la birlikte sadece profesyonel sporcu yetiştirmiyorlar. Kürek sporunu daha geniş kitlelere tanıtmak ve sevdirmek için kulübü halka açmışlar. Kürek sporunu merak eden ve deneyimlemek isteyenler için muhtelif etkinlikler düzenliyorlar. Hayatları boyunca hiç kürek çekmemiş olsalar dahi her yaş grubundan insana önce karada teorik bilgiler verip ardından antrenörler eşliğinde teknelere bindirip, körfezin mavi sularıyla buluşturuyorlar. Tabii ki katılımcıların ciddi bir sağlık sorunlarının olmaması şartıyla. Biz de röportaj ve fotoğraf çekimi için gittiğimiz 3-4 günlük sürede kulübün rıhtımında avukattan doktora, öğretmenden hemşireye kadar birçok meslekten insanın hem hobi hem sağlık amaçlı kürek çektiğine bizzat şahit olduk.

Sümerspor baş antrenörü Ümmet Subaşı'nın bize aktardığı 3 hedefle bitirmek istiyoruz söyleşimizi;

- Daha fazla Türkiye şampiyonu çıkarmak, milli takıma daha fazla sporcu vererek hem ilimizi hem ülkemizi başarıyla temsil etmek.
- Kürek sporu açısından birçok kulübü kıskandıracak güzellikte ve uygunlukta olan Plajyolu-İzmit Marina arasındaki doğal kıyı parkurunda hem ulusal hem de uluslararası yarışmalara ev sahipliği yapmak.
- Kürek sporunu daha geniş kitlelere tanıtmak ve sevdirmek. ■



Yaşama dair her alanda yaptığı
haberler ve röportajlarla
ilimize renk katan

Kocaeli Life Dergisi'nin

5. kuruluş yıl dönümünü kutlar,
başarı dolu nice yıllar dilerim.

GÖLCÜK BELEDİYESİ

ALİ YILDIRIM SEZER
Gölcük Belediye Başkanı





UZM. DR. FİGEN KARACEYLAN ÇAKMAKCI
ÇOCUK VE ERGEN PSİKİYATRİSTİ

SINAV KAYGISI AZI YARAR, ÇOĞU ZARAR

Kişinin kazanımlarını; bilgi, beceri ve yeteneklerini ölçmek ve değerlendirmek amacıyla yapılan ölçütlendirme sistemine, sınav diyoruz. İnsanlar, dünyanın birçok yerinde ve her yaş grubunda farklı amaçlar için sınav sistemiyle karşılaşır. Bizim ülkemizde de böyle bir sistem var ve maalesef "Neden sınavlar var?" diye sorgulamak yerine, öncelikle bu durumu kabul etmemiz gerekiyor.

Sınav kaygısı, günümüzde kaçınılması gereken eğer olursa da sorunmuş gibi düşünülen bir durum haline geldi. Kaygılanmaktan korkar olduk. Oysa ki sınav stresi veya kaygısı, yaşadığımız diğer tüm duygular gibi normal bir duygu. Öğrencinin sınav kaygısını hangi oranda yaşadığı ve performansına etkisi değerlendirilmeli, durumdan korkulup korkulmaması gerektiği buna göre ele alınmalıdır.

'BİRAZ' KAYGI MOTİVE EDER

İnsanlar yaşamlarının belirli dönemlerinde kaygı ve stresle yüz yüze gelir. Sorun, kaygı düzeyinin yüksek olmasının bireydeki olumsuz uyaranları harekete geçiyor olmasıdır. Bu yüzden kaygının aşırı düzeyde olması, yarar değil zarar verir. 'Biraz kaygı' duymak, uyum sağlayıcıdır. Genellikle gençler için 'sınav' terimi korku ve kaygıyı çağrıştırır. Kötü not alacağından endişelenmek yani 'biraz kaygı duymak', gençleri ders çalışmak için motive eder; öğrenci üzerinde harekete geçirici bir etkisi olur. Bununla beraber, kaygı düzeyinin yüksek olduğu durumlarda; kişiler kaygı duyarak, sınav sırasında yaşanabilecek olumsuz problemleri, o problemler henüz gerçekleşmeden hatta hiç gerçekleşmeyecekken düşünmeye başlar.

İş böyle olunca, motive edici kaygı düzeyinden bir anda ketleyici ve işlevselliği bozucu kaygı düzeyine geçilebilir. Bu olumsuz düşünceler devam edip kişiyi kontrol altına almaya başladığı noktada, fiziksel ve ruhsal zorlanmalar başlar; yetersizlik duygusu veya başarısızlığa dair inançlar gelişir; öğrencinin çalışma motivasyonu düşer. Sonuç olarak; az miktarda kaygı motive edici olurken, fazlası gençleri tamamen işlevsiz hale getirebilir.

Eğer genç sürekli kaygılı hissediyor, sınavla ilgili gerçek dışı, olumsuz senaryolar üretiyor ve devamlı bunları düşünüyorsa; sanki sınava girmiş ve sonuçları olumsuz olmuş gibi başarısız olacağından korkuyorsa; bu düşünceler ders çalışmasını, odaklanmasını etkiliyorsa mutlaka dikkate alınmalıdır. Ayrıca eşlik eden mide bulantısı, nefes alamama, karın ağrısı, çarpıntı, baş ağrısı ve benzeri birden fazla fiziksel belirti de varsa gerçek bir sınav kaygısından bahsedebiliriz.



ONA NASIL DAVRANMALIYIZ?

Bu yıl yapılacak sınavlar özelinde, sınav kaygısını ele alırken pandemi sürecini görmezden gelemeyiz. Pandemi sürecinde yaşama uyum sağlamak büyükler için bile ayrı bir sınavken, gençler ek olarak birçok sorunla baş etmeye çalışıyor.

Okulların bir açılıp bir kapanması, ulaşım sorunları, vakaların artması, sürekli maske takmak, belirsizlik gibi birçok sebep, gençlerin stresini daha da artırıyor. Endişelerini kontrol etmekte zorlanıyorlar… Bütün bunlara ek olarak bir de ebeveyn tutumlarındaki hatalar, gençlerin sınav kaygısını iyice artırıyor. Peki, sınava hazırlanan gençlere nasıl yaklaşmalıyız?

• Felaket tahminlerinden kaçınalım. "Bu şekilde çalışırsan kazanamazsın, az soru çözersen başarısız olursun" gibi ifadeler, motivasyonu kırılmış gençleri daha da strese sokar.

• "En az şu kadar net yapmalısın, mutlaka Türkçe tam olmalı" gibi zorunluluk ifadeleri sadece baskı hissettirir, bundan kaçınalım.

• "Yata yata sınav kazanılmaz, bu kafayla gidersen kazanamazsın, bu gidişle sen asla kazanamazsın" gibi cümlelerden ve negatif motivasyondan kaçınalım. Kullandığımız dil, karşı tarafta yaralayıcı bir iz bırakabilir.

• Kıyaslamalardan kaçınalım. Her çocuğu kendi beceri ve yetenekleri çerçevesinde değerlendirmek uygun olacaktır.

• Abartılı fedakarlıklar yapmak, çocuk üzerinde ayrı bir stres yaratır. Bunu ima eden, "Senin için eve tıkılıp kaldık, senin için emekli oldum" gibi ifadelerden kaçınmak gerekir.

• Sınavı, çocuğumuzdan daha fazla sahiplenmekten ve ondan daha kaygılı hissetmekten kaçınalım. Zaten kaygısı olan ve bununla baş etmekte zorlanan bir gencin ihtiyacı, rahatlayabileceği ve sakinleyebileceği bir ebeveyn kucağıdır. Eğer biz de kaygılı olursak, çocuk nerede rahatlayacak?

• Gencin sınavla ilgili kaygısını küçümsemekten kaçınalım. Kendi kendisine baş etmesi veya vereceğimiz öğütlerle kaygısını yenebileceği beklentisine girmeyelim.

• Ulaşabileceğimiz bir uzmandan yardım almaktan kaçınmayalım, kaygı tedavi edilebilir ve doğru müdahale edilirse önlenebilir bir sorundur. ■

İZMİT'İN DERGİSİ ÇIKTI

Boolum..



Av. Fatma Kaplan Hürriyet
İzmit Belediye Başkanı

Gülümse İZMİT

T.C. İZMİT BELEDİYESİ



Yemliha Gerek, Recep Arslantürk, Zeynep Gamze Erdem, Ferhat Yılmaz, Şefik Yılmaz, Kadir Ertaş, kamp tutkunlarını Çadır Keyfi'ne bekliyor.



DOĞAYLA BULUŞMANIN TAM ZAMANI

ÇADIR KEYFİ

Doğanın heyecan veren uyanışına tanık olmaya, renk karnavalına katılmaya hazır mısınız?

RÖPORTAJ: **EYLEM SELVİ ARI** • FOTOĞRAFLAR: **İSMAİL HAKKI TİMUÇİN**

Siz de ne zaman sıkılsanız, bunalsanız, daralsanız kendinizi doğaya atmak isteyenlerden misiniz? Özellikle evlere kapanmak zorunda kaldığımız şu zor dönemde en çok doğada olmayı mı özlediniz? Kendisini doğanın kalbine bırakanlara, çadırını kurup, ateş başında keyifle kahvesini yudumlayanlara gıptayla mı bakıyorsunuz? O zaman Çadır Keyfi ile tanışma zamanınız gelmiş demektir.

Farklı meslek ve yaş gruplarına mensup birkaç gencin bir araya gelerek kurduğu Çadır Keyfi, kamp severleri özellikle 'güvenilir' ortamlarda buluşturma hedefiyle yola çıkmış bir ekip. Tabii sadece kamp etkinlikleri yapmıyor, sosyal sorumluluk projeleriyle de dikkat çekiyorlar.

Yemliha Gerek'in kuruculuğundaki topluluk, Çadır Keyfi'ni, Türkiye'nin dört bir yanında üyeleri olan büyük bir aile haline getirmeyi hedefliyor. Birbirinden eğlenceli, yaşama tutkusuyla dolu, doğayı seven, hayvanları koruyan, bireye değer veren bu ekibi yakından tanıyalım mı?

Yemliha Bey, sizleri tanıyarak başlayalım.

Ben, uçak bakım teknisyeniyim. Çadır Keyfi'ni ilk olarak dijital ortamda kurdum. www.cadirkeyfi.com'un kurucusuyum. Yönetim kurulundaki arkadaşlarımı da tanıtmak isterim. Kamp koordinatörümüz Recep Arslantürk marka satış yöneticisi, sosyal projeler yöneticimiz Zeynep Gamze Erdem özel sektörde insan kaynakları müdürü, saha sorumlumuz Ferhat Yılmaz güvenlik görevlisi, bushcraft Şefik Yılmaz gemi elektrik teknisyeni, bushcraft Kadir Ertaş elektrik teknisyeni, sosyal medya uzmanımız Musa Demir ise mekatronik teknisyeni.

Nasıl bir araya geldiniz?

Bireysel olarak sık sık kamp yapan biriyim. Uzun yıllardır doğayla iç içeyim. Arkadaşlarla tanışmamız ise bir kamp etkinliğinde gerçekleşti. Biz doğada vakit geçirmeyi seven, bireysel olarak kamp kuran insanlardık. Ekim 2020'de Çatalkaya kampında tanıştık. Sosyal medyadan takipleşerek, sonraki kamplarımızı birlikte organize etmeye başlayınca, dostluğumuz da ilerledi. Çadır Keyfi çatısı altında kamp tutkunlarını bir araya getirmeyi, bu oluşumu duyurmayı, daha çok insana ulaşmayı, kamp alanındaki eksikleri yardımlaşarak gidermeyi ve güvenli kamplar organize etmeyi amaçladık. Çadır Keyfi, Kocaeli'den doğan ve Türkiye'nin dört bir yanından üyeleri bulunan bir topluluk olmayı hedefliyor.

Çadır Keyfi'nin amacı nedir?

Bizim amacımız öncelikle kamp yapmayı seven doğa tutkunlarını bir araya getirmek, insanların beton yığınları arasından sıyrılıp, doğayla bütünleşmesine aracı olmak ve kamp etkinliklerinin daha güvenli, dayanışma içerisinde geçmesini sağlamak çünkü bireysel kamp yapan insanların doğal ortamları keşfetmesi zor oluyor. Kamp yaparken güvenli alan bulmak, güvenilir insanlarla olmak çok önemli. Biz bunları sağlarken aynı zaman- ▸



Doğanın kalbinde olmak isteyenler için kamp en güzel kaçış olacak.

da sosyal sorumluluk projeleri de yapmak istedik. Her kamp için bir konu belirledik.

HER KAMP İÇİN BİR PROJE

Nasıl yani, biraz açar mısınız?

Örneğin bir kamp organizasyonumuzda 'kitabını al gel' dedik ve toplanan kitaplarla bir okula kütüphane kurulmasına destek verdik. İlk kitap etkinliğimizi Okuma Sanatı Kulübü ile yaptık ve Yozgat'ta bir okula kütüphane kurulmasına destek olduk. Yine 'mamanı al gel' diyerek, doğada yaşayan hayvanlara mama desteği verdik. Bundan sonra da her kamp etkinliğimiz için bir sosyal sorumluluk projesi belirleyeceğiz.

Organizasyonları yönetmek zor oluyor mu?

Biz 7 kişilik bir ekibiz. Her birimiz kamp kurmakla ilgili her detaya hakimiz. İlk kez kampa katılacak kişilere de gereken desteği sağlıyoruz. Bunun dışında Instagram sayfamızın 51 bin takipçisi var. Kamplarımıza Türkiye'nin her yerinden katılmak isteyenler oluyor. Bir kamp programımız maksimum 150 kişiyi buluyor. Katılımcı sayımızı pandemiden dolayı kamp yapacağımız alanın genişliğine göre beliriyoruz.

Yakın tarihte bir kamp organizasyonunuz var mı?

Bayramda Düzce Melen Çayı kampında olacağız. Pandemi dolayısıyla evlere kapandığımız için bu kez kampın gündemi bireye yönelik olsun istedik. Sonuç itibariyle sosyal hayatın sınırlanmasıyla birlikte psikolojik olarak zor zamanlar geçiriyoruz. Bu yüzden psikolog bir arkadaşımızın kamptakilerle sohbet etmesinin iyi bir fikir olacağını düşündük. İlerleyen dönemde çok önemli bir sosyal sorumluluk projesini de hayata geçirmek istiyoruz.



Çadır Keyfi oluşumun kurucusu Yemliha Gerek

Nedir projeniz?

Yetimhanedeki çocuklara her ay kamp yaptırabilmek. Fakat yetimhanede düzenlilik esas olduğundan düzenli bir kamp alanı oluşturana kadar bu hayalimizi erteliyoruz. Bir bölge tespit ettikten sonra bir yetimhaneyle anlaşıp düzenli olarak çocukları oraya götüreceğiz. Bu sayede hem çocukları topluma kazandıracağız hem de sosyalleşmelerine yardımcı olacağız. Bunu yaparken de diğer insanlardan soyutlamadan, birlik içerisinde gerçekleştireceğiz.

Kampları hangi sıklıkta yapıyorsunuz?

Hedefimiz ayda bir kamp gerçekleştirmek. Fakat talebe göre daha sık yaptığımız da oluyor. Gelen istekler doğrultusunda hareket ediyoruz diyebilirim.

MOBİL UYGULAMASI OLACAK

'Çadır Keyfi'ni, Türkiye'nin dört bir yanında yaygınlaştırmak istiyoruz' demiştiniz. Bu nasıl olacak?

Bir mobil uygulama kurmak istiyoruz. Bu uygulama sayesinde bireysel olarak farklı şehirlere kamp yapmaya giden üyelerimiz, oraya gittiklerinde kimden yardım alabileceklerini ve nerede konaklayabileceklerini bilecekler. Bizim hedefimiz kendi kamp alanlarımızı oluşturabilmek. Bizimle beraber yürüyenlere 'Çadır





Keyfi'nin kamp alanları şuralar, buralarda rahatlıkla kamp yapabiliriz' dedirtmek istiyoruz. Katılım gösteren herkese minimum seviyede ücretle, daha konforlu kamp yaptırabilmeyi hedefliyoruz.

Peki, kamp yapmak isteyen ancak bir takım endişeleri olan kişilere ne söylemek istersiniz?

Öncelikle şunu söyleyebilirim; ilk kez bizimle kamp yapan arkadaşlar bir daha ekibimizden ayrılmıyor ve en sadık kamp arkadaşlarımız oluyor. İlk defa aramıza katılanlara önce moralman destek sunuyoruz sonra ihtiyacı varsa çadır ve uyku tulumu konusunda ekipman desteği sağlıyoruz ya da ekipmanı nereden alacağı konusunda fikir veriyoruz. Grup halinde kamp yaptığımızda kamp alanlarına girişler daha ekonomik olabiliyor ya da aldığımız hizmetler fazlalaşıyor.

Son olarak Kocaelililere ve Çadır Keyfi'ne katılmak isteyenlere mesajınızı alalım.

Doğada kaybolan insanı ortaya çıkarabilmek ve doğayla insanı tekrar buluşturabilmek istiyoruz. İnsanlar doğanın kıymetini bu zor dönemde daha iyi anladı. Biz sadece ihtiyaç duyulduğunda değil her zaman doğaya sığınmak gerektiği bilincini yerleştirmek istiyoruz. 'Kalıplarınızı kırın, beton duvarlar arasında yaşamayı bırakın ve kendinizi doğaya atın' diyoruz. Başta kamp yapmak isteyip korkuları olanları ve tüm kamp tutkunlarını Çadır Keyfi ekibine davet ediyoruz. ■

İLETİŞİM

Web: cadirkeyfi.com
Instagram: cadirkeyficom
Tel: 0533 656 52 69



Yemliha Gerek, Zeynep Gamze Erdem, Recep Arslantürk, Ferhat Yılmaz, Şefik Yılmaz, Kadir Ertaş, kamp tutkunlarını Çadır Keyfi'ne bekliyor.



Çadır Keyfi'nin sosyal medya uzmanı Musa Demir.

DOKUZ AYDA İKİ KİTAP YAZDI:

GÖKNİL KONGURTAY

Çevresinde kitaplara olan tutkusuyla tanınan sağlık çalışanı ve yönetici Göknil Kongurtay, bir seyahatinde tuttuğu notları hayal gücüyle harmanlayarak dokuz ayda iki kitap birden yazdı

RÖPORTAJ: **EYLEM SELVİ ARI** • FOTOĞRAFLAR: **İSMAİL HAKKI TİMUÇİN**

Uzun yıllar hemşirelik mesleğini başarıyla yürüten ve şu anda Özel Körfez Marmara Hastanesi'nde yönetici olarak görev yapan Göknil Kongurtay, çevresinde kitaplara olan tutkusuyla tanınan bir isim. İyi bir okur olmasının yanı sıra bir dijital derginin kitap editörü olan Kongurtay'ın bir diğer ilgi alanı da yazmak. Eskiden beri yaşadıklarına dair notlar tutan Göknil Hanım'ın bu merakı, Doğu Ekspresi ile yaptığı bir seyahatten sonra kitap yazarlığı boyutuna ulaşmış. Seyahatte tuttuğu notları hayal gücüyle harmanlarak dokuz ay arayla iki kitap yazan Göknil Kongurtay, şimdi iki kitabın daha hazırlığı içerisinde. Kitapları, okuyucuları tarafından çok beğenilen Göknil Hanım'ın yazarlık yolculuğuyla sizi baş başa bırakıyoruz…

Göknil Hanım, kendinizi tanıtır mısınız?

Gölcük doğumluyum. Marmara Üniversitesi Hemşirelik Bölümü mezunuyum. Uzun yıllar kamuda görev yaptıktan sonra Özel Körfez Marmara Hastanesi'ne geçtim. 8 yıldır aynı kurumda yöneticilik yapıyorum. Tam bir kitap tutkunuyum. 'La Femme Nicomedia' isimli internet dergisinde kitap editörlüğü yapıyorum; her hafta bir kitabı yorumluyorum. Boş vakitlerimi okumayla ve gezerek geçirmeyi seviyorum.

Peki, yazmaya nasıl başladınız?

Çocukluğumdan beri gezdiğim yerler hakkında küçük notlar tutarım. Bazen yazdıklarımı sosyal medyada da paylaşırım. Arkadaşlarım yazılarımı beğenir, sık sık kitap yazmam gerektiğini söylerdi. Yazmayı sevmeme rağmen bana, sağlık alanındaki anılarımdan başka bir şeyi yazamazmışım gibi gelirdi. 2019 yılında, kızımla çıktığım 5 günlük Doğu Ekspresi seyahati, benim için dönüm noktası oldu. Ankara'da başlayıp Kars'a kadar uzanan çok güzel bir yolculuk yaptık. Ben bu seyahatte yaşadıklarımızı anılaştırmak istedim, o 5 gün boyunca günlük tuttum. Daha sonra bu anılara olmasını istediğim hayali olayları da ekleyerek bir roman haline getirmeye karar verdim.

BİR KADININ HİKAYESİ

Kitabın basım süreci nasıl oldu?

Anılarımı yazıya dökmeye başladıktan sonra bir yayıneviyle görüştüm ve onlar da kitabı basılmaya değer buldu. Tabii, bu esnada henüz kitabı bitirmemiştim. 'Bir Doğu Ekspresi Hikayesi-Hayal Defterim-1. Defter İkiz Alev' adını verdiğim kitabımın sonuna, "Bu kitabın sonu henüz yazılmadı" cümlelerini ekledim ve ilk cilt, Mart 2020'de çıktı. 9 ay sonra, aralık ayında da 'Hayal Defterim-2. Defter: Çığlık' kitabımın basımını gerçekleştirdik. Her biri yaklaşık 150'şer sayfalık 2 kitap ortaya çıkardım. Kitaplarım birbirinin devamı niteliğinde oldu.



'Bir Doğu Ekspresi Hikayesi - Hayal Defterim - 1. Defter İkiz Alev' ve 'Hayal Defterim-2. Defter: Çığlık' kitaplarının yazarı Göknil Kongurtay.

Kitabı elimize aldığımızda, Doğu Ekspresi bizi nerelere götürecek?

Ankara'dan yola çıkıp Kars'a gideceğiz, Kars'tan çıkıp Ankara'ya geri döneceğiz. Bunun, Değirmendere'den başlayan bir yolculuk olduğunu söylemeden geçmemeliyim. Hikayede yolculukla ilgili çok güzel şeyler var ama kitap daha çok o yolculuğa çıkmış olan Betül'ün anılarından ve hayallerinden bahsediyor. Betül'ün yaşamayı hayal ettiği aşkı, hayata bakışını, verdiği mücadeleyi ve dik duruşunu anlatıyor. Sosyal mesajlar var kitabın içerisinde. Özellikle, kendi hayallerine sahip çıkmayan kadınların, hayallerinin nasıl yıkılabileceğini anlatıyor.

Betül'ün hikayesi nedir?

Betül, çok yoğun çalışan, iki çocuğuyla beraber yaşayan bir karakter; güçlü bir kadın. Günümüzdeki, hayatın içinde kendisine hiç vakit ayırmamış kadın modeli diyebiliriz. Betül; ben, siz ya da herhangi başka bir kadın olabilir. Tek bir eksiği var, o da duyguları. Bastırılmış duygulara sahip. Kendisini kapatmış ve korumaya almış biri. Trende tanıştığı Kemal ile duygusal bir bağ kuruyor ve içinde sakladığı duygular adeta fışkırıyor. Duvarlarını yıkıyor Betül. Kemal ise soğuk, ketum ve bu duygulardan hiç anlamayan bir adam.

Kitabın, okurlarına verdiği mesaj nedir?

Şunu da vurgulamaya çalıştım: İnsanlar, hayata zorla da olsa bir adım atabildikleri zaman o hayalleri yıkan Kemaller her zaman olacak. Hayalleri yıkan Kemaller hepimiz için var ama

biz onlara rağmen hayata gülümseyerek bakacağız. Ben, kitabımda hiçbir kadının bastırılmış duygularla yaşamaması gerektiği mesajını vermek istedim.

Kendinizi nasıl bir yazar olarak görüyorsunuz?

İçten, samimi ve sohbet eder tarzda yazan bir yazarım. Kitaplarımı okuyanlar da bu yönde yorum yapıyor. Kitabımı basıma hazırlarken, yayınevinden en büyük ricam, devrik olan cümlelerimin dahi düzeltilmemesi oldu çünkü onlar benim kalbimin cümleleri. Kişilerle nasıl samimiysek, kitapta da o samimiyetin yakalanması ve her yazarın ayrı bir tarzı olması gerekiyor. Her yazar aynı tarzda yazarsa zaten çeşit çeşit kitap olmasının anlamı kalmayacak.

Kitaplarınıza nereden ulaşabiliriz…

Tüm kitapçılardan ve internetten üzerinden ulaşılabilir.

İki kitap yazdınız, devamı da gelecek mi?

Bu kitapları yazarken onların gönülden gönüle bağ kurmasını istedim. Türkiye'nin pek çok yerinden insanlara ulaştım. Bu yolda emek veren kişiler, kitabıma daha çok ilgi gösterdi. Şu an yazdığım bir kitabım daha var, o da eylül ayı gibi yayınlanmış olacak. Kitabın ismi 'Babama Mektuplar'. Kendi babama yazdığım küçük küçük notları mektuplaştırarak kitap haline getiriyorum. Yazması benim için zorlayıcı oluyor. 'Baba' kelimesi, benim duygu yükümü çok fazla artırıyor. İki sayfa yazıp ağlaya ağlaya 3 saat geçirdikten sonra yeniden yazmak için oturuyorum. Dördüncü kitabımın hazırlıklarını da yapıyorum bu arada…

Son olarak kitap severlere ne söylemek istersiniz?

İçinden geçtiğimiz süreç, kitapla dost olmak için çok uygun. Televizyonda, hayatınıza hiçbir şey katmayacak programları izlemek yerine her gün 10 sayfa kitap okusanız, senede yaklaşık 12 kitap okumuş olursunuz. Youtube kanalım ve www.goknilkongurtay.com internet sitemde, okuduğum kitaplarla ilgili yorumlarımı paylaşıyorum. 1 kişiye bile bir şeyler okutabilmek benim için çok değerli. Ve son olarak yazmak da çok önemli çünkü unutuyoruz... Anılarımızı unutuyoruz, hayatımızla ilgili ufak ufak notlar almak çok önemli. Geçmişe dönüp baktığınızda, küçücük bir not size büyük bir dünya sunabiliyor bazen. ■



Yazar Göknil Kongurtay'ın iki kitabı 9 ay arayla yayınlandı.



Kocaeli Büyükşehir Belediye Başkanı Tahir Büyükakın, Ustam Kocaeli projesini anlattı.

SEKTÖREL EĞİTİM KAMPÜSÜ

USTAM KOCAELİ

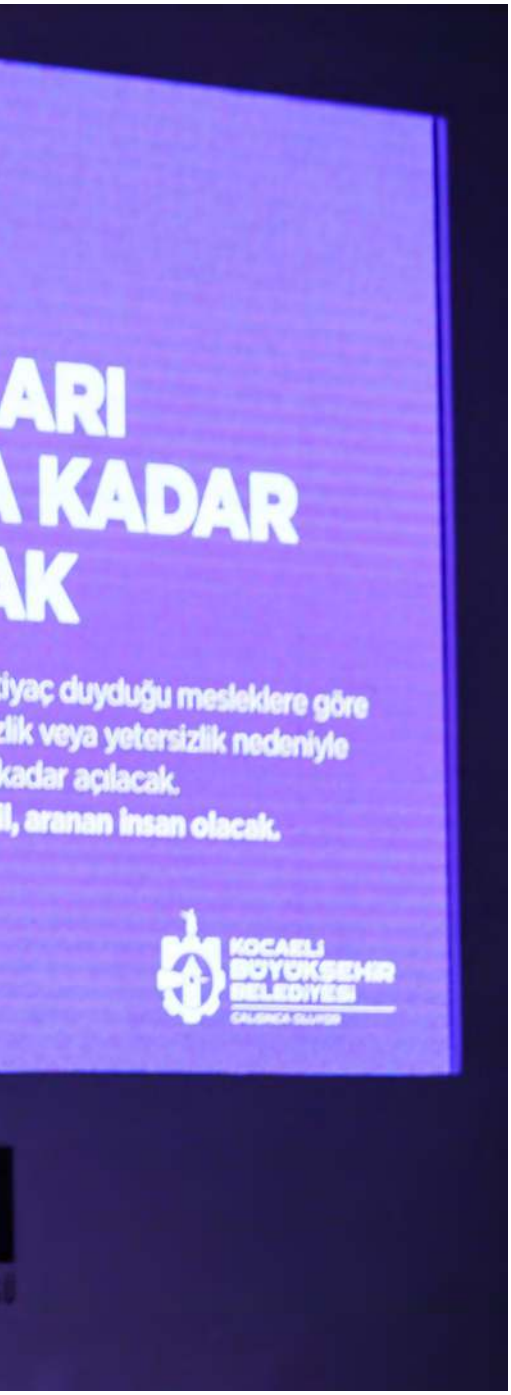
Kocaeli Büyükşehir Belediyesi'nin, gençlerin meslek sahibi olabilmesi ve istihdam edilmesi amacıyla hayata geçirdiği 'USTAM Kocaeli' projesi, Türkiye'ye örnek olacak

Kocaeli Büyükşehir Belediyesi, Türkiye'ye örnek olacak yeni bir istihdam projesinin adımını daha attı. 'USTAM Kocaeli' projesi, gençler için meslek sahibi olmanın ve istihdamın yeni adresi olacak. Örgün eğitim dışında kalan, aldığı eğitimle iş bulamayan gençlere mesleki ve teknik beceriler kazandıracak, onları doğrudan istihdama hazırlayacak USTAM Kocaeli projesi; sanayiciler, meslek odaları, üniversiteler ve Büyükşehir'in desteğiyle hayata geçti.

MESLEKİ VE TEKNİK BECERİ

İstihdam odaklı USTAM Kocaeli projesinde; üniversiteler, ticaret odaları, Kocaeli Sanayi Odası, organize sanayi bölgeleri, İŞKUR, İl Milli Eğitim Müdürlüğü, Kalkınma Ajansı gibi eğitim, iş ve istihdamın tüm etkin unsurları bir araya getirildi. Projede herhangi bir mesleği olmayan veya almış olduğu mesleki eğitimle iş bulamayan bireylere sektörün ihtiyaç duyduğu alanlarda, mesleki ve teknik beceri kazandırılacak.

Projenin hazırlık çalışmalarında 84 paydaşın katılımıyla geniş bir çalıştay düzenlendi ve saha araştırmasıyla ara ele-





USTAM Kocaeli projesi; sanayiciler, meslek odaları, üniversiteler ve Büyükşehir'in desteğiyle hayata geçti.



mana ihtiyaç duyan meslekler belirlendi. 'Teorik, pratik ve staj' dönemlerinin yer alacağı USTAM Kocaeli projesinde; iş ahlakı ve iş etiğini önemseyen ara personel yetiştirilecek. Sanayi kenti Kocaeli'de, birçok sektörde ara eleman ihtiyacı olduğu bir gerçek. USTAM Kocaeli'nin en önemli avantajı ise aranan personelin firmalara sorularak belirlenmesi.

BÜYÜKŞEHİR'İN ÖNCELİĞİ İSTİHDAM OLACAK

İstihdam ve üretim alanlarında, dikkat çeken ve sonuç alan adımlar attıklarını ifade eden Kocaeli Büyükşehir Belediye Başkanı Doç. Dr. Tahir Büyükakın, "Kocaelili gençlerimizin meslek sahibi olması, yeni iş olanaklarına kavuşması için ortak akılla üretilmiş önemli bir projeye imza attık. Büyükşehir olarak, hayatın getirdiği değişimlere ayak uyduruyor, önceliklerimizi buna göre belirliyoruz. Pandemi sürecinde halkın sosyal ve temel ihtiyaçları ön plana çıktı, biz de çalışmalarımıza buna göre yön verdik" dedi.

Büyükşehir'in bir başka önceliğinin ise istihdam olduğuna değinen Başkan Büyükakın, "Bu yönde belediyemize çok yoğun talep geliyor. Bu talebe cevap verirken doğru olan; kalıcı ve geçerli bir sistem kurmaktır. Ekibimiz ve paydaşlarımız, 392 firmayla görüşme yaparak, sanayici ve işverenin ihtiyaçlarını belirledi. Bu ihtiyaçlar sonucunda ortaya çıkan projemiz USTAM Kocaeli'ye başvurular alınmaya başlandı. USTAM Kocaeli, hem sanayicimize hem de iş sahibi olmak isteyen gençlerimize güç verecek. Bu projemizin de Türkiye'ye örnek olacağına inanıyorum" ifadesini kullandı.

SEKTÖREL EĞİTİM KAMPÜSÜ

Kocaeli halkına 16 yıldır ücretsiz eğitim hizmeti veren KO-MEK ile eşsiz bir tecrübe edindiklerine değinen Başkan Büyükakın, ''KO-MEK bir halk üniversitesi oldu, USTAM Kocaeli ise sektörel eğitim kampüsü projesidir. Bu proje, mesleki alanda doktora düzeyinde eğitimlerle bir enstitü haline gelecek. Meslek sahibi olmak isteyen gençlerimize sektörün ihtiyaç duyduğu alanlarda, uygulama ağırlıklı mesleki ve teknik eğitimler vererek istihdama ▸



Proje kapsamında herhangi bir mesleği olmayan ya da aldığı eğitimle iş bulamayan bireylere mesleki ve teknik eğitim verilecek.



katkıda bulunmayı amaçlıyoruz. Kısaca söylemek istersek; Ustam Kocaeli projesi, istihdam odaklı bir meslek eğitim projesidir" şeklinde konuştu.

İŞİMİZ, GÜCÜMÜZ OLACAK

Şehrin tüm paydaşlarıyla 2 yıl boyunca projeyi olgunlaştırmak için çalıştıklarını, her şeyi en ince ayrıntısına kadar planladıklarını da sözlerine ekleyen Başkan Büyükakın, ''Sanayinin söz sahibi olduğu bir eğitim modeli ortaya çıkardık. Türkiye'ye örnek olabilecek bir istihdam seferberliğiyle işçi ve işveren aradığını bulacak. 'Ne iş olsa yaparım' değil, 'Bu işi en iyi ben yaparım' diyen güçlü gençlerimiz yetişecek ve USTAM Kocaeli ile işimiz, gücümüz olacak" açıklamasını yaptı.

Kocaeli Büyükşehir Belediyesi, USTAM Kocaeli projesinde, Türkiye'ye model bir işbirliğiyle üniversiteler, ticaret odaları, Kocaeli Sanayi Odası, organize sanayi bölgeleri, Kalkınma Ajansı gibi kentin eğitim, istihdam ve kalkınmasında tüm etkin kurumlarla bir araya geldi. Faaliyet ve uzmanlık alanlarına göre kurum ve kuruluşların bir kısmı Kocaelili gençler için atölyelerini açtı, kimi eğitimcilerini görevlendirdi, bir bölümü de belgelendirme ve istihdam süreçlerini üstlendi.

Proje dahilinde, sektörde 392 firmanın öncelikli olarak ihtiyaç duyduğu meslek alanları belirlendi ancak işletmelerden gelecek taleplere göre projeye yeni programlar da eklenebilecek. Öncelikli meslek alanları ise robotik kaynak operatörü, CNC operatörü, torna operatörü, montaj elemanı, bakım uzmanı, IT uzmanı, yazılım uzmanı, mekanik üretim elemanı, elektrik işleri, metal kalıp ustası, otomasyon, CAD/CAM, AR-GE uzmanı, kalite uzmanı ve satış pazarlama olarak belirlendi.



Ustam Kocaeli projesinde yer alacak gençlere; son teknoloji atölyelerde, alanında uzman eğitimcilerle uygulama ağırlıklı eğitimler verilecek. Bu eğitimlerin yanı sıra kurumsal aidiyet, iş ahlakı ve etik eğitimi, inovasyon, takım çalışması gibi kişisel gelişim eğitimleri de verilmesi planlanıyor. Projede ilk başvurular alınmaya başlandı. Branşlara göre eğitim komisyonunda belirlenen kriterlerde başvuru değerlendirmesi yapılarak eğitimlere başlanacak. Kurslarda eğitim alan ilk mezunların, sek-





USTAM Kocaeli projesi kapsamında istihdam odaklı eğitimler verilecek ve her mezun kursiyer işveren ile bir araya getirilecek.



tör temsilcileriyle birlikte staj ve istihdam süreçleri de proje dahilinde yürütülecek.

Ayrıca işletmeler de ustamkocaeli.com web sayfasından sisteme dâhil olabilecek, istedikleri meslek elemanlarını yetiştirilmek üzere USTAM'dan talep edebilecek ve proje kapsamında şu anda pilot olarak yetiştirilecek USTA adaylarından da talepte bulunabilecek.■

USTAM Kocaeli Nedir?



USTAM Kocaeli Sektörel Eğitim Kampüsü ile Kocaeli'de yaşayan, örgün eğitim çağı dışına çıkmış, herhangi bir mesleği olmayan ya da aldığı eğitimle iş bulamayan bireylere; sektörün ihtiyaç duyduğu alanlarda mesleki ve teknik eğitim verilmesi, nitelikli personelle sektör buluşmasının sağlanması ve istihdama katkıda bulunulması amaçlanıyor.

• KİMLER BAŞVURABİLİR?

Kocaeli'de yaşayan, örgün eğitim çağı dışına çıkmış, herhangi bir mesleği olmayan işsiz bireyler projenin ana hedef kitlesini oluşturmaktadır. Kişilerin, işletme talebine ve branşlara göre giriş koşulları, uzman eğitimciler ve sektör temsilcilerinin yer aldığı eğitim komisyonu tarafından belirlenip, başvuru koşulları her meslek için ilan edilecek.

• EĞİTİM MERKEZLERİ NERELERDE OLACAK?

Eğitimler, Kocaeli Üniversitesi, Gebze Teknik Üniversitesi, Güzeller OSB, KOTO ve KO-MEK bünyesinde bulunan atölye ve dersliklerde verilecektir.

• EĞİTİMLER ÜCRETLİ Mİ?

Eğitimler, sınavlar, belgelendirme ve kariyer rehberliği gibi tüm süreçlerde, kursiyerlerimizden herhangi bir ücret alınmamaktadır.

• HANGİ BRANŞLARDA EĞİTİM VERİLECEK?

Robotik kaynak operatörü, CNC operatörü, torna operatörü, montaj elemanı, bakım uzmanı, IT uzmanı, yazılım uzmanı, mekanik üretim elemanı, elektrik işleri, metal kalıp ustası, otomasyon, CAD/CAM, AR-GE uzmanı, kalite uzmanı, satış pazarlama.

• KURS BİTİMİNDE NASIL BİR BELGE VERİLECEK?

Tüm eğitimlerin sonunda, kursu başarıyla tamamlayan kursiyerlere üniversite onaylı sertifika verilecek. Zorunlu mesleklerde ise ayrıca, kursiyerin mesleki yeterlilik belgesi alması sağlanacak.

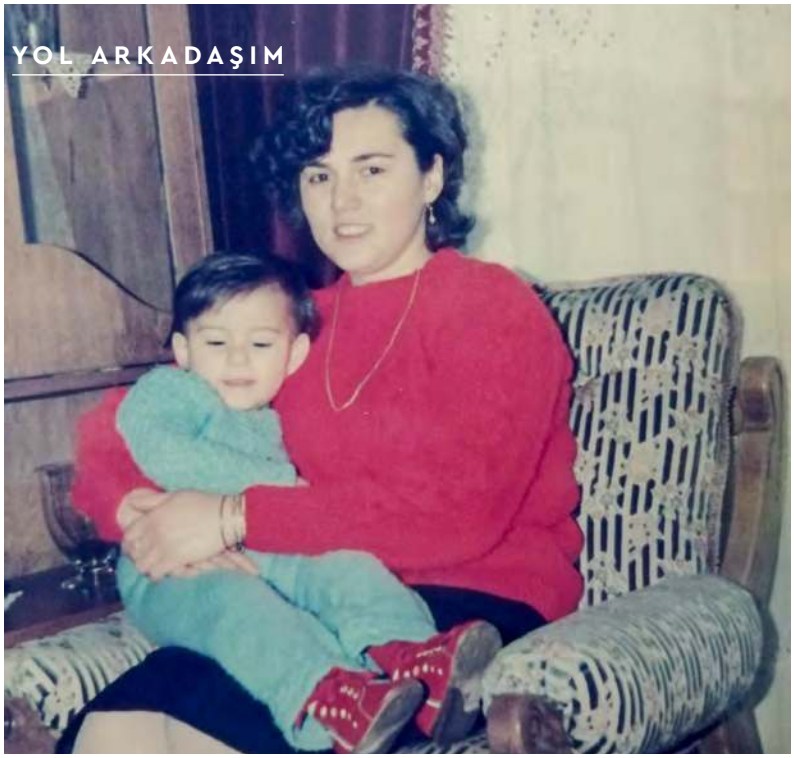
• EĞİTİMLERE KATILAN HERKES İSTİHDAM EDİLECEK Mİ?

USTAM Kocaeli projesi kapsamında, yalnız sektörün eleman bulmakta güçlük çektiği meslekler eğitime açılmaktadır. İstihdam odaklı eğitimler verilecek olup, her mezun kursiyerin işveren ile bir araya getirilmesi sağlanacak.



ŞEHBAL ÖZBEK

Anneler melektir



"Kimse beni sevmiyor!" diye bağırdım. Annem, "Ben daha ölmedim" dedi…

Bir varmış bir yokmuş… Bu dünyada ölümsüz anne çokmuş. Varlığına her gün bin şükür edilen, yokluğuna hiçbir isim kondurulamayan, sütün köpüğü, arının kovanı; etimin, tırnağımın ortağı 'anne' denilen bu insan; yeryüzünün en temiz toprağı, gökyüzünün bize düşen tek damlası imiş…

Hikayenin devamında pek çok övgü dolu söz, bir sürü şiir, ayet, hadis ve gözyaşı gelebilir ama kalbinizde olan bu kadının adını her telaffuz edişinizde, yüreğinizden bir parça avuçlarınızın içine düşer, sımsıkı tutarsınız.

Sanırım doğduğum günden bu güne kadar planlı-plansız, hayatın bana çizdiği pek çok senaryoda yer aldım. Bazen rolleri sevdim, bazen yerimi devrettim, belki oyun dışı kaldım. Günden güne büyüdüm, anne oldum… Ve o meşhur söz vardır ya şimdi onu buraya kondurmanın tam zamanı: "Ben bu dünyada en çok anne olmayı sevdim."

Hayır, bilemediniz. Ben, bu dünyada en çok annemin dizinin dibinde olmayı sevdim.

★★★

Peki ya siz? Hayat ajandanıza şöyle bir göz gezdirin… Ne olmuşsunuz, nereye gitmektesiniz, hepsinden önemlisi valizinizde kim var? Hangi TV kanalında izlediğimi hatırlamıyorum ama bundan uzun süre önce izlediğim programda sunucu, bir hikaye anlatmıştı. O gün bugündür hep cebimde taşırım, şimdi sizinle paylaşayım…

Anne karnında bir bebek ürkek, heyecanlı ve meraklı; yanı başındaki melekle sohbet eder:

- Sanırım dünyaya gitmeme çok az kaldı. İçim pır pır ederken bir o kadar da korkuyorum. Bildiğim bu oda, bir de sen! Beni neler bekliyor bir bilsem…

Melek cevap verir: "Yazılmış kaderinin yanında, sende kendine yeni yollar çizeceksin. Güzel günlerin, gözyaşların ve umutların olacak."

- Peki hiç bilmediğim bu yerde nasıl yol bulur, nasıl yoluma devam ederim?

- Sana bir yol gösterici gönderdik merak etme, çocuk! O sana yardım edecek.

- Peki, ben onu nasıl bulurum?

- "Anne" de… O hep senin yanında olacak…

★★★

Hayatın normal döngüsü mü bilemem ama bana göre bizlerin kaderinde, hep annelerimizin el yazısı vardır. Bizi kucaklarına aldıkları o ilk günden, ilk dişimizin çıktığı, ilk adım attığımız, ilk aşık olduğumuz, ilk aşk acısıyla kavrulduğumuz günlere kadar… Her anda hep o var. Acısı tatlısı, burukluğu ve hatta yokluğu ile..

Ben en iyi dostumu bundan yıllar önce ocak ayında tanıdım. İlk fotoğrafımızda, piyangodan büyük ikramiye kazanmış gibi bakan gözleriyle beni anlamaya çalışırken gördüm onu. Kucağında beni Ramazan pidesi gibi tutuyordu; o şaşkın, ben şaşkın…

Sonra günden güne birbirimize alıştığımızı düşünüyorum ki beni birkaç adım uzak mesafeye bıraktığında dahi desibeli hayli yüksek bir şekilde seslenişlerim olmuştur kendisine…

Kendisine senelerce Heidi izleterek başlamış olduğum zulmüm, Marimar dizisindeki ilk aşkım Eduardo ile devam ederken; okulda verilen fasulyeleri sayma görevinde bana saymanlık etmiş, defter kaplarken harikalar yaratmıştır. Sanatsal faaliyetlerim olan duvarlara resim çizme alışkanlığıma seyirci kalmayıp, bilumum deterjan deneyimleriyle sanatçı ruhuma eşlik etmiştir…

Beni bugüne bugün bir kez incitmemiştir… Aslında karıncayı bile incitmez her anne gibi… Yüreğinde merhamet bulutları olan anneler, evlatlarına damla damla iyilik serperler, tıpkı melekler gibi.

★★★

Şimdi ben 'ne desem sana azdır' diye devam etmek isterim fakat elim varmaz çünkü anne olduğumda fark ettim ki bir anne kalbinde evladı için ne yapsa az…

Sizin de yanınızda, yerinizde, yörenizde bir anne varsa veya siz anneyseniz, sizin de bu dünyaya geldiğiniz güne şükürler olsun. Esin canımcım, en çok da senin Anneler Günün kutlu olsun. Bana aşk sözleri yazdırdın, daha ne olsun. Seni çok seviyorum, anne! ■

2 yılda Güzel İŞLER



İKİ YILDA GÜZEL İŞLER YAPTIK, YAPMAYA DA DEVAM EDİYORUZ

Gönül Belediyeciliği, parolamız. Güzel işler, Sağlam işler, Kalıcı işler yapıyoruz, çocuğun, yaşlının, gencin hizmetine koşuyoruz. Dostun evi gönüllerdir,
gönülden gönüle yollar açtık, açmaya da devam ediyoruz.

Her nefesimizi, dediklerimizi yapmak için harcadık.
Geçtiğimiz 2 yıl boyunca da;
Kadınlarımızın emeklerine gözümüz gibi değer verdik.
Yeni yollar geliştirdik, yeni yollar açtık, eskilerini yeniledik.
Gençlerimizle birlikte heyecanlandık, onlarla birlikte geliştik. Çocuklarımıza ana babalarının baktığı gözlerle baktık. Belediyemizin ekonomik yapısını güçlendirdik.
Mali dengeyi, finansal dengeyi, borç alacak dengesini iyileştirdik. Bir şey satın alırken rekabeti,
harcamalarda tasarrufu artırdık. Hizmet ederken insanımızdan güç aldık.

Parklarımızla, spor alanlarımızla, açtığımız yollarla, sosyal yardımlarla, temizlik çalışmalarımızla,
Bütün canlılara gösterdiğimiz şefkatle, salgına karşı seferberliğimizle,
Sağlam işler yaptık. Kalıcı işler yaptık. Güzel işler yaptık.

Güzel şehrimizi daha güzel yapacak bir hizmet döneminin daha ikinci yılını hep birlikte geride bıraktık.

M.YASİN ÖZLÜ
Başiskele Belediye Başkanı

BAŞİSKELE BELEDİYESİ Güzel İŞLER

basiskele.bel.tr
444 41 10



Okuma Sanatı Basın Kulübü Başkanı Özlem Çelik, kulüp kurucusu Tülay Yanıkoğlu Yazıcı ve proje lideri Ayşegül Babacan

300 BİN KİTAP TOPLADILAR, 61 OKULA KÜTÜPHANE YAPTIRDILAR

OKUMA SANATI KULÜBÜ

4 yılda 300 binin üzerinde kitap toplayan, 61 okula kütüphane kurulmasını sağlayan ve anne kütüphanelerine öncülük eden Okuma Sanatı Kulübü, 5. yaşını kutluyor

RÖPORTAJ: **EYLEM SELVİ ARI** • FOTOĞRAFLAR: **İSMAİL HAKKI TİMUÇİN**

İlimizde geniş bir kesim tarafından tanınan Tülay Yanıkoğlu Yazıcı öncülüğünde kurulan ve 12 kişilik kadrosuyla önemli projelere imza atan Okuma Sanatı Kulübü, 5 yaşında.

Dolu dolu 4 yıl geçiren, pandemi döneminde dahi dur durak bilmeden çalışmalarına devam eden kulüp, şimdiye kadar 300 binin üzerinde kitap topladı, 61 devlet okuluna kütüphane desteği verdi.

Bununla da yetinmeyen kulüp, 200'ün üzerinde aileye erzak ve maddi yardım yaptı, 20'ye yakın çocuğun tablet ihtiyacını karşıladı, Afrika'da 2 su kuyusu açtırdı.

Uluslararası projelere de imza atan Okuma Sanatı Kulübü'nü ve 5. yıla özel olarak hazırladıkları projeleri Tülay Yanıkoğlu Yazıcı ile konuştuk.



Okuma Sanatı Kulübü'nün 5. yaş günü nedeniyle hazırlanan pasta ilgi çekti.

Tülay Hanım, Okuma Sanatı Kulübü'nü kurmaya nasıl karar verdiniz, biraz bahseder misiniz?

Yıllarca radyo ve televizyon programları yaptım. Yerel bir televizyon kanalında 5 yıl boyunca, hafta içi her gün canlı olarak yayınlanan 'Yaşama Dair' isimli programın yapımını ve sunuculuğunu üstlendim. Bu süreç bana çok şey kattı. Pek çok yeni insanla, pek çok proje lideriyle ve büyük kurumların sahipleriyle tanışma şansım oldu. TV programlarına kısa bir ara verdikten sonra hem okuma kültürünü artırmak hem çocukları kitapla tanıştırmak hem de okullara kütüphane desteği sağlamak adına 2017 yılında Okuma Sanatı Kulübü'nün kuruculuğunu üstlendim. 4 yıldır yoğun bir şekilde çalışıyor, okullara kütüphaneler kuruyor, insanları kitaplarla tanıştırıyoruz.

Projelerle dolu 4 yılı geride bıraktınız. Pandemide de dur durak bilmediniz. Bu zorlu süreçte neler yaptınız?

Pandemi sürecinde projelerimizin yavaşlayacağını düşünmüştük fakat hiç düşündüğümüz gibi olmadı. Uzun zaman önce bağlantıya geçtiğimiz firmalardan olumlu dönüşler aldık. Görüştüğümüz bu firmalar bizim için binlerce kitap toplamıştı ancak bizim bundan haberimiz yoktu.

> Pandemi başladığı günden bu yana 10 kütüphanenin sıfırdan kurulmasını sağladık

Bir anda depolarımızda binlerce kitap birikmeye başladı. Hal böyle olunca bizler de evlerimizden çıktık, tüm önlemlerimizi alarak, kitaplarımızı tasnif ettik. Pandemi başladığı günden bu yana 10 kütüphanenin sıfırdan kurulmasını sağladık. Hayırseverlerimizle mail, mesaj ve telefon yoluyla irtibatımızı sürdürdük çünkü bizler 'yarın kıyamet kopacak olsa bile elindeki zeytin fidanını dikin' diyen bir peygamberin ümmetiyiz. Umutsuzluğa yer yok bizim hayatımızda. Evet pandemi bizi zorladı, korku içerisinde evlerimizden çıktık ama toplum için bir şeyler yapmaya devam etmek zorundaydık. Belli ki pandemi uzun sürecek ve bu süreçte çocuklarımız eğitimden uzak kalacak. Biz; çocuklarımız okula döndüklerinde onları kitap okumaya teşvik edecek, derslerini keyifle yapacakları güzel kütüphanelerle karşılaşmalarını istiyoruz.

61 OKULA KÜTÜPHANE

Kulüp olarak kaç okula kütüphane kurulmasına öncülük ettiniz?

Okuma Sanatı Kulübü 4 yılda 61 devlet okuluna kütüphane desteği verdi. Şu anda görüşmelerimizin devam ettiği 4 okulumuz daha var. En kısa sürede bu okullara da kütüphane kurma niyetindeyiz.

Kitap Kumbarası projeniz devam ediyor değil mi?

Evet, şu ana kadar 600 kitap kumbarasını çeşitli firmalara dağıttık ve 300 binin üzerinde kitap topladık. Amerika'da, Los Angeles'ta bizim için kitap toplayan Türk dostlarımız var. Türk Hava Yolları aracılığıyla binlerce kitap Amerika'dan Türkiye'ye ulaştırılıyor. İngiltere'de bizim için kitap toplayan bir Türk dostumuz var. Çalıştığı uluslararası firma aracılığıyla bize binlerce kitap gönderdi ve göndermeye devam ediyor. Almanya'da, Rana Kaplan Akademi aracılığıyla kitap toplayan Türk dostlarımız var. Orada topla- ▸



Okuma Sanatı Kulübü'nün 5. yaş günü kutlaması pandemi kuralları çerçevesinde, mini bir katılımla gerçekleştirildi.

nan kitaplar Almanya'da bulunan Türk çocuklarının okuduğu okullara hediye ediliyor. Kocaeli'de başlayan küçücük bir adımın başka başka ülkelerde yankı bulmuş bir projeye dönüşmesinden mutluluk duyuyorum.

SU KUYULARI AÇTIRDIK

Yurt dışında da çeşitli projeler yaptınız, su kuyuları açtınız.

Bizler sadece devlet okullarına kütüphaneler kurmakla kalmadık. Kendi ekibimiz içerisinde küçük bir havuz oluşturduk, orada para biriktirdik. Bu parayla Afrika ve Asya'da suya ulaşamayan insanlar için su kuyuları açmaya niyet ettik. Yakın dostlarımızla da projemizi paylaşınca, destek büyüdü. İlk su kuyumuzu açtığımızda sosyal medyadan bizi gören pek çok kişi ve firma, su kuyuları açmaya başladı. Böylece 20'nin üzerinde su kuyusunun açılmasına aracılık etmiş olduk. Beni hayatta hiçbir şeyin bu kadar mutlu etmediğini fark ettim. Ömrümün sonuna kadar yüzünü dahi görmeyeceğim, asla tanışmayacağım insanlara destek veriyor olmak büyük bir mutluluk.

Peki, devam eden diğer projeleriniz nelerdir?

İlimizin başarılı eğitimcilerinden Esra Ülçetin öğretmenimizin kaleme aldığı Minik Haritacı kitabını Anadolu'nun çeşitli yerlerinde eğitimden mahrum kalmış çocuklarımıza ulaştırmak için çalışmaya devam ediyoruz. PTT Çalışanları Derneği aracılığıyla kitaplar çocuklara gidiyor.

Amerika'da, İngiltere'de ve Almanya'da bizim için kitap toplayan Türk dostlarımız var

Esra öğretmenimiz kitabının ikinci serisi için çalışmaya başladı. Ayrıca Türkiye'de bir ilki gerçekleştirip Anne Kütüphanesi kurduk. İlki Dilovası'nda, ikincisi Diliskelesi'nde ve üçüncüsü Gebze'de açılıyor. Anne Kütüphanelerini daha da yaygınlaştırmak niyetindeyiz.

5. YILA ÖZEL PROJE

Hayata geçirmek isteyip de yapamadığınız bir proje oldu mu?

Evet, bir süredir şartların olgunlaşmasını beklediğimiz bir projemiz var. Dünyada çok az yapılmış, ülkemizde ise bir örneği olan çok güzel ve anlamlı bir proje. Şimdilik bahsetmek istememe hakkımı kullanmak istiyorum. Bu da sürpriz olsun. Ayrıca 5. yılımıza özel Okuma Sanatı Hatıra Ormanı kurmayı planlıyoruz. Bu dev projeyi hayata geçirmek için çalışmalara başladık. İzmit Orman İşletme Müdürlüğü'nün belirlediği bir yere kuracağız. Bu konuda bir seferberlik başlatılması gerektiğini düşünüyoruz çünkü dünya her geçen gün daha kötü bir yer haline geliyor. Bu akıbeti değiştirebilmek için yapabileceğimiz en büyük adım ağaçlandırmayı artırmak. Okuma Sanatı olarak bu bağlamda farkındalık yaratmak adına projenin startını veriyoruz.

Tülay Hanım, son olarak neler söylemek istersiniz?

Hedefimizden uzaklaşmadan kitaplar ve kütüphane üzerine çalışmaya devam edeceğiz. Ülkemizin ve dünyanın içinde bulunduğu bu zorlu süreçte insanların diğer ihtiyaçlara gözlerini kapatmaması için çalışacağız. ■

İLETİŞİM

Instagram: okuma_sanatii
Tel: 0554 312 68 68

Öz Can®
pişmaniye



“ İzmit’in simgesi, İzmit’in hediyesi “



1957'den geleceğe...

www.ozcanpismaniye.com.tr

ozcanpismaniye | oz_can_pismaniye | @OzCanPismaniye | 0262 349 38 76 (pbx)

ŞİRİN BİR EGE ŞEHRİ
DENİZLİ

'Dünyanın 8. Harikası' olarak anılan Pamukkale'nin yanı sıra antik kentleri, mağaraları, şelaleleri, leblebisi, kebabı ve kumaşlarıyla ünlü Denizli'yi hala görmediyseniz, 'bir hafta sonunuzu mutlaka ayırın' deriz

HAZIRLAYAN: **GAMZE KIR SAPANCI & AKIN SAPANCI** (@GAMZENIKA)



Pamukkale

Denizli, her yaz en az bir kez uğrayıp, detaylı gezemediğimiz rotalarımızdandı. Bir hafta sonunu bu şirin Ege şehrine ayırmaya karar verdik. Tadı damağınızda kalsa da Denizli'yi gördüğümüz için mutluyuz. Denizli için cumadan pazara güzel bir planlama yaparsanız ve vaktinizi iyi değerlendirirseniz, harika bir gezi olabilir.

DENİZLİ ULAŞIM

Denizli'ye ister otobüsle isterseniz Sabiha Gökçen Havalimanı'ndan kalkan uçak seferleriyle ulaşabilirsiniz. Uçuş fiyatları kampanya dönemine göre değişiyor. Denizli Çardak Havalimanı'na indikten sonra Baytur ile merkeze gidebilirsiniz. Baytur servis saatleri havayolu firmalarının uçak saatlerine göre ayarlanmış. Havalimanı, merkeze yaklaşık bir saat uzaklıkta. Hem gidiş hem dönüş için bu otobüsleri kullanacaksanız eğer saatler konusunda önceden bilgi almanızda fayda var. Cuma akşamı Denizli merkezde konaklayıp, ertesi gün vakitlice Pamukkale'yi gezmeyi planlıyoruz. Daha sonra Acıpayam ve çevresinde gideceğiniz yerler olacak.

PAMUKKALE

Denizli'den Pamukkale'ye her an ulaşım sağlayabileceğiniz minibüsler var. Hemen her duraktan geçiyor ve sadece 20/25 sonrasında Pamukkale'ye varıyorsunuz. Minibüsten indikten sonra biraz yürüyerek önce göletin bulunduğu alana gelin ki aşağıdaki bembeyaz manzarayı fotoğraflayabilin. Bulutlarla birleşen pamuk görüntü, gözlerinizi kamaştıracak kadar güzel. Antik çağlardan beri şifalı kaplıcalarıyla ünlü Pamukkale, 'Dünyanın 8. Harikası' olarak adlandırılıyor. 2300 yıllık sağlık ve şifa merkezi Pamukkale'de bulunan Hierapolis Antik Kenti de gezilecek yerler listenizde mutlaka olmalı. Pamukkale'ye giriş kişi başı 80 TL, müze kart da geçerli. Bembeyaz görüntünün korunması için travertenlere ayakkabı ile girmek yasak. Girişte ayakkabılarınızı çıkarıp elinize alıyorsunuz. Dolayısıyla ayakkabılarınız için bir poşet taşımanız faydalı olacaktır. Yukarı doğru çıkarken birçok minik havuza denk geleceksiniz. Havuzlar derin değil, ayaklarınızı sokabilirsiniz. Bu havuzlara mayolarıyla girenler de yok değil. Gezisini mayo ile tamamlayanlar da çok. Travertenlerin bazıları koruma amacıyla kapatılmış, istediğiniz her alana basamıyorsunuz. Sebebi yine pamuk görüntüyü korumak.


Hierapolis Antik Kenti

HİERAPOLİS ANTİK KENTİ

Pamukkale travertenlerinin bitiminde Hierapolis Antik Kenti'ne giriş yapıyor olacaksınız. Burada görmeniz gereken müzeler mevcut. Müzelerde sergilenen eski çağlara ait eserler oldukça ilgi çekici. Müzeye girişlerde de müze kart geçerli. Hierapolis Antik Kenti'nde en dikkat çekici alan antik havuz olsa gerek. M.S. 7. Yüzyıl'da meydana gelen bir depremde sütunların yıkılıp içine termal su dolmasıyla oluşan bu havuzda adeta tarihin içinde yüzüyor olacaksınız. Biz bu konuda hazırlıklı değildik. Fotoğrafları gördükten sonra çok pişmanım diyebilirim. Mutlaka hazırlıklı gidin. Antik sütunların üstünde, binlerce yıllık tarihin eşlik ettiği havuzda yüzmek her zaman yapabileceğiniz bir şey değil. Havuza giriş için ayrıca bir ücret ödemeniz gerekiyor.

Hierapolis Antik Kenti'nde mutlaka görmeniz gereken bir diğer yer ise antik tiyatro. Patika yolları takip ederek antik tiyatroya doğru yola koyuluyoruz. Yol boyunca bize gelincikler, kır çiçekleri eşlik ediyor. Yapımı 150 yıl süren ve Akdeniz Havzası'ndaki en önemli ve özgün Roma tiyatrosu olan bu tiyatro gerçekten görülmeye değer. Görkemli sahne binası ve basamaklarıyla önemli bir yere sahip olan tiyatro gördüğünüz anda sizi büyüleyecek. Sütunlar arası heykellerle süslenmiş, sahne arkası duvarlar ise mermer kabartmalardan oluşuyor. 2010 yılında yapılan yenileme çalışmalarında sahne binasına ait olan 3000'e yakın mermer blok ve mimari süslemeler tek tek incelenmiş, % 95 oranında mevcut olan orijinal ▸


Afyon tarlaları


Babadağlılar İş Hanı

mimari malzemeler kullanılarak yenilenmiş. Türkiye'de sahne binası restore edilen tek tiyatro unvanına sahip olan Pamukkale Antik Tiyatrosu, yapılan yenileme çalışmaları sonrası 12000 kişilik kapasitesiyle kültürel ve sanatsal etkinlikler için faal duruma getirilmiş. Pamukkale Halk Dansları Festivali gibi pek çok gösteriyi burada izleme şansınız var. Sadece etkinlik takvimini çok iyi takip etmek gerekiyor.

Pamukkale'yi adım adım, güzel dokusunu hissederek gezmek çok keyifli. Ayrıca adımlarken keşfettiklerimiz; doğanın uyanışı, çiçekler, böcekler de tarifsiz mutluluk yaşattı bize. Denizli gezisini planlarken Pamukkale için mutlaka iyi vakit ayırın, pişman olmayacaksınız.

BABADAĞLILAR İŞ HANI

Denizli'de mutlaka görülmesi gereken 7 katlı iş hanı. Hatta pek çok kişinin burada fotoğraf çekimi yaptırdığına da anlık şahit olabilirsiniz. En alt katından yukarı doğru baktığınızda, tekstil ürünleri ile birlikte merdivenlerin görüntüsü ve tavanın ışıklı hali güzel bir fotoğraf karesine dönüşüyor.

Tekstil şehri Denizli'de tüm ürünleri bulabileceğiniz harika bir iş hanı. Adım attığınız her dükkânda alacak pek çok şey bulacaksınız. Havlu, nevresim, çeyizlik malzemeler... Ürün yelpazesi oldukça geniş. Özellikle kadınların kendini kaybedeceği bir iş hanı Babadağlılar. Masa örtüsü, havlu, mutfak bezleri gibi pek çok ürünü piyasa fiyatının altında bulabilirsiniz. Taşımak için büyük bavulum olmamasına rağmen epey bir piknik örtüsü ve havlu aldım, elimde yükle dönmeyi göze alıyorum. Şu çok sevdiğimiz pötikare piknik masa örtülerimiz Denizli'den.

Babadağlılar İş Hanı bolca zaman ayırmanız gereken bir alışveriş noktası. Uğrarsanız bizi de hatırlayın.

ACIPAYAM

Acıpayam, Ege Bölgesi'nin güneydoğusunda bulunan, Denizli iline bağlı bir ilçe. Bu bölge tütün ağırlıklı olmakla beraber ismindeki 'payam' sözcüğünü badem üretiminden alıyor. Ayrıca yöre 'goku' isimli yemeğiyle de ismini duyurmuş. Dodurgalar Mağarası, Yazır Camii, Çarşı Camii, Kapuz Deresi Mağarası ve Evkara Çamlığı, Acıpayam'da gezilecek yerler arasında.

UCARI GÖLETİ

Denizli'nin Acıpayam ilçesinde bulunan Ucarı Göleti, Denizli'nin saklı küçük cenneti olarak biliniyor. Ucarı Köyü'nde bulunan bu şirin göl, doğaseverlerin de uğrak yeri haline gelmiş. Hemen yakınında bulunan orman içindeki piknik alanı da çok tercih edilen mekânlar arasında. Uzun bir zaman kirlilikle mücadele eden Ucarı Göleti, temizlendikten sonra gölde yaşayan tatlı su canlıları da kendilerine temiz bir yaşam alanı bulmuş. Şimdilerde fotoğraf severlerin de uğrak yeri olan Ucarı Göleti, Denizli geziniz sırasında keyifli zaman geçirebileceğiniz noktalardan biri.

DODURGA KELOĞLAN MAĞARASI

Keloğlan Mağarası, Acıpayam ilçesine 18 km mesafede bulunan Dodurgalar Mahallesi'nin doğu yamacında, Mallı Dağı'nda yer alıyor. Dodurga Keloğlan Mağarası'na, Denizli-Antalya yolu üzerinden, Acıpayam ilçesinden 14 km devam edip, Dodurgalar Mahallesi yoluna sapılarak gidiliyor. Acıpayam ilçesinden Dodurga'ya giden minibüsler de var, fakat mağaraya çıkmıyor. Tüm


Ucarı Göleti


Dodurga Keloğlan Mağarası

yolcular köylerde indiğinden biz minibüs şoförüyle anlaşıp mağaraya kadar çıktık. Minibüsle giderseniz, pek çok köyden geçiyorsunuz. Biz Gümüş, Kumavşar, Yazır ve Dodurga Köyleri güzergâhını kullandık. Köy düğününe bile denk geldik. Yol boyunca buram buram Anadolu kokacak bu şöleni kaçırmayın. Ayrıca yolda pembe-beyaz çiçekli afyon tarlaları da dikkatlerden kaçmıyor. İmkânınız varsa durup harika fotoğraflar çekebilirsiniz.

Keloğlan Mağarası için oldukça keyifli bir yoldan yukarı doğru tırmanışa geçiyorsunuz. Mağara girişine ulaştığınızda bahçesinde panoramik bir görüntü sizi karşılıyor. Mağara içinde çok fazla sarkıt, dikit ve sütun bulunuyor. Mağaranın bol çatlaklı yapısı sebebiyle içinde birçok damlataşı sütunu mevcut. Mağara içi rengârenk ışıklandırılmış, adeta renk cümbüşü yaşanıyor. Sarkıtlar arasında mağarayı gezerken ıslak zeminlere dikkat etmenizde fayda var.

Peki, Keloğlan Mağarası nasıl keşfedilmiş? Efsaneye göre; Dodurgalar kasabasında yaşayan, astım hastası olan ve nefes darlığı çeken bir genç koyunlarını otlatırken tipiye yakalanır. Kendini korumak için bu mağaraya girer, mağaranın ısı ve nem oranından etkilenerek günlerce burada uyur. Uyandığında nefes darlığı geçtiği için bu mağaraya Keloğlan Mağarası denir. Bir başka efsane ise şöyle: Kel olan ve çobanlık yapan bir gencin, sevdiği kıza bir türlü kavuşamadığı için kendini dağlara vurarak bu mağarada yaşadığı, bir süre sonra saçları çıkmaya başlayan gencin köyüne dönerek sevdiği kızla evlendiği ve mağaranın 'Keloğlan Mağarası' adıyla anıldığı. Keloğlan adını ikinci efsaneden alıyor.

Mağaranın içini gezdikten sonra mutlaka bahçeye de zaman ayırın. Şahane bir manzara var. Hem mağara içinde hem de bahçede güzel fotoğraflar çekebilirsiniz.



Leblebi Çarşısı

LEBLEBİ ÇARŞISI

Denizli ve Çorum arasında tartışmalara yol açan leblebi, Denizli Serinhisar'da oldukça yoğun bir şekilde üretiliyor. Bundan dolayı da Denizli'de bulunan Leblebi Çarşısı'nda, leblebiye dair her çeşit ürünü bulmanız mümkün. Envai çeşit leblebiyi, leblebi kurabiyesini ve çocukluğumuzda çok sevdiğimiz leblebi tozunu buradan alabilirsiniz. Hediyelik almak isteyenler için de güzel bir alternatif olacaktır. Hem nostaljik hem leziz.

Buralara kadar gelmişken leblebi cennetine uğramadan edemiyoruz ve özellikle de leblebi tozunu görünce çocuk gibi mutlu oluyoruz. Kahve molasında yemek için pek çok ürün alıp, bu şirin mekandan ayrılıyoruz.▸


Hacı Şerif


Çınar Meydanı

ÇINAR MEYDANI

Bir diğer adıyla Delikliçınar, her şehirde olan meşhur meydanlardan biri. Denizli'nin simgesi Çınar Meydanı, Merkezefendi ilçesinde bulunan meşhur bir meydan. Rivayete göre adını, gövdesinde büyük bir delik olan çınar ağacından alıyor.

Çınar Meydanı'nda bulunan Denizli Çınar'da kahve keyfi yapıyoruz. Açık havada, yeşillikler arasında kahvemizi yudumlarken, Leblebi Çarşısı'ndan aldığımız ürünler de bize eşlik ediyor.

Meydanın simgesi ise horoz heykeli. Denizli, horozu ile meşhur. Horoz heykeli önünde ciddi bir fotoğraf sırası görebilirsiniz. Tabi horoz ile fotoğraf çektirmeden meydandan ayrılmıyoruz.



İrmik helvası

HACI ŞERİF

Denizli'de lokum, çikolata ve bilumum tatlı çeşitlerinin yapıldığı Hacı Şerif, en çok dondurmalı irmik helvasıyla meşhur. Bayramyeri Meydanı'nın göbeğinde, bir hareketliliktir gidiyor. İçimden 'altı üstü dondurmalı irmik helvası' diye geçirmiyor değilim. Ama yoook, bu irmik helvası başka. Havasından mı suyundan mı bilinmez, yedikçe yediriyor. İçeri girdiğinizde, paketli ürünlerden de almadan çıkamıyorsunuz. Şahane lokumlar, çikolatalar var. Hediyelik almak isterseniz, kaçırmayın. Hacı Şerif, otantik ortamıyla bizden tam not alıyor. 1938 yılından beri Denizli'nin göz bebeği, dondurmalı irmik helvasını herkese sevdiren marka şimdilerde pek çok şehirde yerini almış. Denizli seyahatinizde, molalarınıza yakışır tatlıyı Hacı Şerif'te yiyebilir, otantik ortamında dinlenmenin keyfine varabilirsiniz.

KEBAPÇI BAKİ

Denizli'ye gelmeden önce bir kebabı olduğunu biliyorduk ama bir beklentimiz de yoktu. Her yerin etli bir yemeği oluyor sonuçta. Adını da bulunduğu şehrinden alıyor. Ancak Denizli Kebabı için beklentiye girmenizi önereceğim. Gerçekten çok leziz. 'Denizli Kebabı nerede yenir?' diye bir araştırma yaptığımızda, listemizde yer alan mekânlardan biriydi Kebapçı Baki.

Denizli Kebabı için söylenmesi gerekenler mekanın duvarında açık ve net yazıyor. Duvardaki yazı şöyle;

Akideş ÇATAL yemiyom diye üzülme,
Kebabın yime adedi böyle.
Diyosan;
İlla da istiyom!
Yimem ben öyle!
Nedelim, verivecez gari bi ÇATAL sosyeteye.

Denizli Kebabı, çatal bıçakla yenmiyor, elle yenilmesi şiddetle tavsiye ediliyor. Tabiri caizse 'parmaklarınızı da yiyin' diyorlar. Mekânlarda da bunu belirten nükteli yazılar mevcut.





Kebapçı Baki

Denizli Kebabı yapılırken 1920'li yıllardan bugünlere geleneksel yöntemler kullanılıyor. Henüz bir yaşını geçmemiş kuzu etlerinin kullanıldığı Denizli Kebabı, tandır ateşinde, sakız ağacıyla pişiriliyor. Önce 2'ye, ardından 8 veya 10 parçaya ayrılan kuzu etleri, özenle fırına yerleştiriliyor. Ustasına göre değişiklik gösteren pişme süresinin ardından fırından çıkarılan kebaplar, yine sakız ağacından hazırlanan tahta üzerinde satırlarla doğranıyor. Et, üzerinde yağlı pidesiyle geliyor ve yanında söğüş salatasıyla enfes bir yemek oluyor.



Zafer Gazozu



Leblebi

Denizli Kebabı'nın püf noktası tamamen etinde ve pişirme yönteminde. Kuzu etini, içine herhangi bir baharat koymadan, kara fırında ve sakız ağacıyla pişirmek geleneksel tadın korunması açısından çok önemli.

Denizli'de pek çok kebapçı arasında Kebapçı Baki hem temizliği hem geleneksel lezzetin korunmuş olması açısından tercih edilebilecek mekânlar arasında. Uğrarsanız bizi de hatırlayın.

KEBAPÇI ŞEN KARDEŞLER HACI'NIN YERİ

Denizli'ye gelip meşhur kebabını bir kere yiyeceğimizi düşünmediniz herhâlde. Dönmeden önce, tadı damağımızda kalsın diye soluğu başka bir mekânda alıyoruz. Şen Kardeşler de gezi listemizde olan kebapçılardan biri. Şen Kardeşler, Babadağlılar yolu üzerine. Mis gibi tandırda pişen kuzu eti, bol yağlı lavaş, yanında salatası ve acı biberleriyle servis ediliyor. Geleneksel yöntemlerin benimsendiği, hijyene önem verilen ve güler yüzlü hizmetin sunulduğu mekandan memnun ayrılıyoruz. Pek çok kebapçı da aynı alanda bulunuyor. Bu arada pazar günleri kebapçıların çoğu kapalı maalesef. Sadece hafta sonu gezisi yapıyorsanız, yeme içme işini pazar gününe bırakmamanızı tavsiye ederiz.

YAPMADAN DÖN-ME-YİN!!!

- Zafer Gazozu içmeden,
- Denizli Kebabı'nı elle yemeden,
- Hacı Şerif tatlısı yemeden,
- Babadağlar'ı gezmeden,
- Pamukkale'yi adım adım gezmeden,
- Leblebi ve ürünlerini yemeden, almadan,
- Babadağlılar'da alışveriş keyfi yapmadan DÖNMEYİN! ■



ESİN ALÇIOĞLU

Anlamlı günlerin müjdecisi

Mayıs ayına girdik işte. Nisan ayının 'yarı limoni' diyebileceğimiz, bir soğuk, bir sıcak havalarının aksine, artık baharın geldiğini hissettiren bir aydır mayıs... Mayıs ayı sadece baharın tam müjdecisi değil, bazı anlamlı günlerin de habercisidir. Minik kalplerin en değerli varlıkları olan annelerin günü, bu ılık ayda kutlanır mesela... Gelelim bizim mayıs sayfalarımıza...

Bu ayki kitap ve oyun önerimiz, mayıs ayının ilk haftasında farkındalık yaratmak için kutlanan Trafik ve İlk Yardım Haftası'na dair bir paylaşım olacak.

Minik Gurme köşemizde ise her evin vazgeçilmez lezzeti tarhananın, taze yapılmış halinin tarifi yer alacak. Malum, koca kışı evde geçirdik... Kurutulmuş anneanne tarhanası stoklarımız tükenmiş olabilir. Minikler tarhanasız mı kalsın? Merak etmeyin, evinizdeki malzemelerle yılın her döneminde, hem besleyici ve sağlıklı hem de çok sevilecek bir tarhana çorbası yapabileceksiniz.

Mayıs ayının tarz sahibi minik misafiri, dünyalar tatlısı bir prenses... 3,5 yaşındaki Ayşe Derin Özdemir'in modaya olan ilgisinin giyim stiline nasıl yansıdığını gülümseyerek okuyacağınızdan eminiz.

Çocuğum ve Ben köşemizin bu ayki konuğu ise 9,5 yaşındaki Ömer ve 4,5 yaşındaki Nehir'in annesi Merve Aydoğan. Siyaset bilimi ve uluslararası ilişkiler eğitimi alan Merve Hanım'ın, çocuklarıyla olan başarılı iletişimini ilgiyle okuyacaksınız.

Genç arkadaşlarımızın ve yarının gençleri olan miniklerimizin 19 Mayıs Gençlik ve Spor Bayramı'nı; en kıymetlimiz olan annelerimizin de Anneler Günü'nü sevgiyle kutluyorum... Yaz güneşinin içimizi ısıttığı günlerde buluşmak üzere. Sevgiyle ve huzurla kalın...

BİR OYUN BİR KİTAP

Rush Hour trafik oyunu



Çocukların odaklanma, mantık yürütme, alternatif düşünme, plan yapma ve problem çözme becerilerinin gelişmesine yardımcı olacak çok keyifli bir oyun önerimiz var bu ay. Alanında çok sayıda ödül alan ve çocuklara eğlence dolu saatler vaat eden Thinkfun Rush Hour'da, farklı zorluk seviyelerinde 40 görev kartı ve 16 araç bulunuyor. Oyunda amaç, sıkışıklığa yol açan araba ve kamyonları yalnızca ileri veya geri hareket ettirerek kırmızı arabayı trafikten kurtarmak. Şimdiden iyi eğlenceler dileriz...

Çocuk Sağlığı ve İlk Yardım



Çocuklar, kendi sağlık sorumluluklarını alıncaya kadar, yetişkinlerin desteğine ve bakımına gereksinim duyar. Bu nedenle çocukla yakın ilişki içinde olan ebeveynlerin, öğretmenlerin, çocuk gelişim uzmanlarının ve sağlık çalışanlarının; çocuk sağlığı ve ilk yardım konularında yeterli bilgiye sahip olmaları gerekir. Çocuğun yaşamına dokunan tüm yetişkinlerin, çocukların normal gelişim özelliklerini, sağlıktan sapma durumlarını ve çocukların karşılaşabileceği yardım gerektiren acil durumları bilmesi ve doğru müdahaleleri yapabilmesi son derece önemlidir. 'Çocuk Sağlığı ve İlk Yardım', bilgi gereksinimlerini temel düzeyde karşılayan ve her evde bulunması gereken bir kitap.

KÜÇÜK GURME

TAZE TARHANA ÇORBASI

Malzemeler

- 3 kaşık un
- 1 yemek kaşığı tereyağı
- 1 yemek kaşığı zeytinyağı
- 3 yemek kaşığı yoğurt
- 1 yemek kaşığı salça
- 1 yemek kaşığı nane
- Arzuya göre tuz

Yapılışı

- Unu, yağ eklemeden tencereye alalım, pembeleşinceye kadar kavuralım, soğumaya bırakalım.
- Ayrı bir kapta salça, nane, yoğurt, zeytinyağı ve tuzu çırpalım; soğumuş olan una yine çırparak yedirelim.
- Karışım koyu bir kıvama gelince, 6 su bardağı su ilave edip ocağa alalım; kaynayıncaya kadar topaklaşmaması için karıştıralım.
- Kaynamaya başlayınca 1 yemek kaşığı tereyağı ilave edelim ve en fazla 5 dakika daha kaynadıktan sonra servis yapalım.



SEVGİ DOLU VE DİSİPLİNLİ BİR ANNE

MERVE AYDOĞAN

9.5 yaşındaki Ömer ve 4,5 yaşındaki Nehir'in annesi Merve Aydoğan, her çocuğun farklı olduğunu söylüyor ve ekliyor: "Çocuklarımla, onların karakterlerine uygun şekilde iletişim kuruyorum"



Bu ayki 'Çocuğum ve Ben' köşemizin konuğu, 9.5 yaşındaki Ömer ve 4,5 yaşındaki Nehir'in annesi Merve Aydoğan. Merve Hanım, çocuklarının merhametli ve iyi birer insan olmaları için elinden geleni yapan, sevgi dolu bir anne. Ömer ve Nehir'i yetiştirirken, çocuklarının karakter özelliklerini her zaman göz önünde bulunduran Merve Hanım, "Bunca senenin sonunda, ikisiyle de farklı yöntemlerle iletişime geçmeyi öğrendim" diyor ve ekliyor: "Kitaplarda yazan yöntemlere göre değil, çocuklarımın kişiliğine göre hareket ediyorum."

Merve Hanım, kendinizi nasıl bir anne olarak tanımlarsınız?

Ömer doğmadan önce çoğu anne gibi ben de çocuğun, okuduğumuz kitaplardaki yöntemlerle büyütüleceğini düşünüyordum… Ama başa gelince durumun pek de öyle olmadığını anladım. Karakter olarak birbirinden çok farklı iki çocuk büyütüyorum. Ömer, daha sakin ve kurallara uyan ama inatçı bir çocuk. Nehir ise kabına sığmayan, kurallarla arası pek iyi olmayan, çok neşeli bir çocuk. Bunca senenin sonunda, ikisiyle de farklı yöntemlerle iletişime geçmeyi öğrendim.

Belli kurallarımız var. O konularda esneklik göstermeyeceğimi ikisi de bildiği için diretmezler ama diğer kararları ailece almaya çalışırız. Çocuklarıyla vakit geçirmeyi çok seven, onları iyi insan olarak yetiştirmek için gerçekten uğraşan, başlarına bir şey geldiğinde hep yanlarında olduğunu hissettiren, disiplinli bir anneyim.

Çocuklarınızla nerelere gitmek, neler yapmak size keyif verir?

Son dönemde pandemi nedeniyle neredeyse hiçbir yere gitmiyoruz. Bununla beraber, bu dönem birlikte daha çok vakit geçirmiş olduk. Biz, krizi fırsata çevirdik aslında. Nehir okula da gitmediği için sık sık boyama aktivitesi yaptık, ailece yürüyüş yaptık, bisiklete bindik. Yaşadığımız yer müsait olduğu için bahçede sık sık vakit geçirebildik.

Çocuklarınızı büyütürken nelere dikkat ediyorsunuz?

Öncelikle merhametli olmaları, en büyük isteğim. Sadece insanlara değil hayvanlara, bitkilere de aynı hassasiyetle yaklaşmalarını öğütlüyorum. Sorumluluk sahibi olmaları için onlara her zaman yaşlarıyla orantılı sorumluluklar veriyorum. Ömer, artık yatağını kendisi topluyor mesela.

Eşimle beraber, ikisine de çöplerin nereye atılması gerektiğini küçüklüklerinden beri anlatıyoruz. Yere çöp atan birini görünce onlar da uyarıyor artık. Ailede ne görürse, ne öğrenirse çocuk da aynısını yapıyor hayatın içinde. O yüzden söylediklerimiz, yaptıklarımız çok önemli.

Ömer ve Nehir'in ilgi alanları var mı?

Ömer'in en büyük tutkusu futbol. Evde ya da dışarıda fark etmez, her fırsatta futbol oynuyor. Yeteneği de var... Pandemi öncesi futbol okuluna gidiyordu ama uzun bir ara vermiş oldu. Şu anda tenis dersi alıyor. Nehir'in de abisi gibi spora yatkınlığı var. Geçen yaz ona da tenis dersi aldırdık, gayet iyi performans gösterdi. Çok da severek katılıyor derslere ama malum süreç bittiği zaman jimnastik veya baleye gönderme niyetimiz var. Tabii, kendisi de severse.

Çocuklarınızı büyürken faydalandığınız kaynaklar neler?

Çocuk gelişimi üzerine okuduğum çok kitap, takip ettiğim çok yayın var. Doğan Cüceloğlu, Özgür Bolat ve Haluk Yavuzer'i tavsiye edebilirim ama ben hala çocuk büyütmenin kitaplardaki kalıp yöntemlerle olmayacağını düşünüyorum.

Her çocuk farklı, hepsiyle iletişim farklı yollarla oluyor. Çocuklar için takip ettiğim yayınlar ve kitaplar bana değişik bir bakış açısı kazandırıyor, 'hiç böyle düşünmemiştim' diyebiliyorum. Kitaplar, bir bakıma beni de geliştiriyor çocuklarımı da. Bu dönemde okul öncesi çocuklara, Nehir'le yaptığımız, Çocuk Akademi'nin eğitim setini tavsiye ederim. ■

ONUN TARZI RENGARENK

Ayşe Derin Özdemir

Eğitimci çift Beril ve Mesut Özdemir'in dünyalar güzeli kızları Ayşe Derin, henüz 3,5 yaşında olmasına rağmen çevresinde modaya olan ilgisiyle tanınıyor. Küçük yaşına rağmen tüm kıyafetlerini kendisi seçen Ayşe Derin, özellikle canlı renklere bayılıyor. Gelin, pozitif enerjisini kombinlerine de yansıtan bu minik prensesin gardırobuna birlikte göz atalım.



Bluz: **Zara Kids**
Etek: **Panço**
Çorap: **LC Waikiki**
Toka: **Gratis**
Ayakkabı: **Adidas**



Elbise: **Koton**
Çorap: **Penti**
Ayakkabı: **Zara Kids**



Elbise: **LC Waikiki**
Kot: **Zara Kids**
Ayakkabı: **Hummel**
Toka: **Nurcan Tasarım**



Tişört: **Deno Kids**
Şort: **Koton**
Çanta: **LC Waikiki**
Çorap: **LC Waikiki**
Toka: **Nurcan Tasarım**
Ayakkabı: **Skechers**



Elbise: **LC Waikiki**
Ayakkabı: **Adidas**



"Seyahatin önündeki tek engel kapının eşiğidir" der bir Bosna Atasözü lakin bir yıldır görüyoruz ki tek engel kapı eşiği değilmiş! Hayatımızı altüst eden Covid 19 pandemisinde vakalar azalacağına her geçen gün artıyor. Çember iyice daralmaya başladı! Bu yazıyı yazarken; tedbirleri biraz daha sıkılaştırarak iki hafta kısmi kapanma uygulamasına geçildi. "Tam kapanma tavsiyesi olacak mı, olmayacak mı?", "Seyahat kısıtlaması gelecek mi, gelmeyecek mi?" tartışması sürüyor. Yani değil tatile çıkmak evden adım atmasak yeridir. Umarım siz bu yazıyı okurken gerekli önlemler alınmış ve vaka sayıları düşmeye başlamış olur. Tez zamanda sağlıklı günlere kavuşmayı dileyerek; eşim Ömer Tan'la birlikte önceki yıllarda gerçekleştirdiğimiz Sardegna, Sardinia ya da dilimize yerleşmiş haliyle Sardunya Adası seyahatimizi sizlerle paylaşmak istiyorum.

★ ★ ★

Akdeniz'de bulunan, İtalya'ya bağlı olan Sardunya Adası, en çok ziyaret edilen adalar arasında yer alması sebebiyle ilgimizi çeken lokasyonlardan biriydi. Yine bir iş seminerini fırsat bilerek Sardunya'yı tanımak üzere düştük yollara…

İtalya'nın 120 mil batısında, Tunus'un

Forte Village Resort

kuzeyinde yer alan Sardunya; tarih boyunca Fenikeliler, Kartacalılar, Cenevizliler, Romalılar, Vandallar, Ostrogotlar, Fatımi Devleti, İspanya, Avusturya gibi birçok kavim ve ülke tarafından kuşatılmış ya da hüküm sürülmüş. II. Dünya Savaşı sonrası ise özerk bölge ilan edilmiş ve dört ilçeye bölünmüş.

Yönetim merkezi Cagliari olan Sardunya Adası, İtalya'nın en güzel tatil yerlerinden biri olarak kabul ediliyor. Yıl boyunca çok fazla ziyaretçisi olan adanın, geçmişte bir dağın zirvesi olduğu düşüncesinin de ziyaretçi sayısını artırdığı söyleniyor.

Masmavi ve berrak denizi, bembeyaz kumsallı koyları, birbirinden güzel plajları olan ada, aynı zamanda muhteşem bir doğa zenginliğine sahip. Tarihte birçok medeniyete ev sahipliği yaptığı için kültürel gezileri tercih edenlerin ilgi alanına da giren Sardunya, koruma altına alınan çok sayıdaki tabiat parkına ev sahipliği yapıyor.

Tipik Akdeniz iklim özelliklerini taşıyan Sardunya'da, mayıs- kasım ayları arasında denize rahatlıkla girilebiliyor. Deniz odaklı bir tatil amaçlanıyorsa bu aylar tercih edilmeli ancak tarihi yerler de gezilecekse bahar ya da kış ayları daha uygun olur. Haziran, temmuz ve ağustos, adanın en kalabalık ve en sıcak olduğu aylar. Adayı ayrıntılı bir şekilde gezmek isterseniz iki hafta ayırmak gerekir zira Sardunya, Akdeniz'in en büyük adası olan Sicil-

SARDUNYA ADASI

Masmavi ve berrak denizi, bembeyaz kumsalları, birbirinden güzel plajlarıyla meşhur Sardunya Adası, tarihte birçok medeniyete ev sahipliği yaptığı için kültürel gezileri tercih edenlerin de uğrak yeri

HAZIRLAYAN: **DİŞ HEKİMİ MÜZEYYEN TOPÇU TAN**

Sardinia Adası

ya'dan sonra ikinci büyük ada ve gezilecek görülecek çok yer var. Biz nisan ayının son haftasında 6 günlüğüne gittik. Deniz ve havuzlar bana biraz serin geldi. Adayı keşfetmek için ulaşım aracı olarak otobüs ve treni kullanabileceğiniz gibi motosiklet ya da araba da kiralayabilirsiniz.

Sardunya denilince akla ilk gelen yer Avrupa jet sosyetesinin ve dünya çapında ünlülerin uğrak yeri haline gelen liman şehri Porto Cervo imiş. Zümrüt sahilleriyle (Costa Smeralda) ünlü olan Olbia ve ve Alghero da adanın diğer önemli turistik şehirlerindenmiş ancak bizim Sardunya seyahatimiz seminer odaklı olduğu ve konaklayacağımız Forte Village tatil köyü güneyde olduğu için daha ziyade adanın güney kısmını dolaşabildik.

FORTE VILLAGE RESORT

Adada uluslararası uçak trafiği için 3 uluslararası havaalanı var ancak Türkiye'den direkt uçuş yok. Önce Roma'ya gidip, oradan gideceğiniz şehirlere aktarma yapmanız gerekiyor. İtalya, Fransa, Korsika Adası ve İspanya üzerinden feribotla da gidilebiliyor. Roma'nın Civitavecchia limanından Sardunya Adası'na direkt feribot var. Bizim uçuşumuz özel uçuş olduğu ve gideceğimiz tesis adanın güneyinde olduğu için direkt başkent Cagliari'deki, Cagliari Elmas Havaalanı'na indik. Yaklaşık 40 dakika sonra konaklayacağımız, Sardunya'nın tatil köylerinden biri olan Forte Village Resort'a vardık.

Sardunya'nın en iyi plajlarına sahip olmasıyla tanınan Santa Margherita di Pula'nın kıyısında yer alan Forte Village Resort; yemyeşil tropik bahçeler içerisinde 8 ▸


Gokart yarışı


İs Morus Çiftliğinde yerel müzik yapan müzisyenlerle


Forte Village

otel, 13 villa ve 40 süitten oluşan oldukça büyük bir tesis. Benim en çok hoşuma giden tarafı ise yeşili ve çevreyi koruma konusundaki duyarlılıkları oldu. Doğayı bozmadan inşa edilen binalar, sürdürülebilir enerjiyi bile tasarruflu kullanmaları, geri dönüşüme önem vermeleri, kendilerine ait baraj ile tarım yaptıkları yaklaşık 50 hektarlık bahçeyi sulamaları, atık suları arıtarak tekrar kullanıma sundukları halde suyu idareli kullanmaları, mümkün olan en az deterjanı kullanmaya çalışmaları gibi özellikleri gerçekten takdire şayan. Bir tesisin yerel ekonomiyi ve kültürü desteklemek ve gelecek nesillere iyi bir miras bırakabilmek için bu kadar özverili olması sözle anlatılacak gibi değil…

Gurme mutfaklarında hazırlanan yemeklerde kullanılan deniz ürünleri yerel balıkçılardan, sebzeler ise tesisin sebze bahçelerinden ya da yerel çiftliklerden temin edildiği için son derece taze. Ayrıca kalabalık bir bahçıvan kadrosuna sahip olan tesis, biyoçeşitlilik konusunda koruma projelerine de katkı sunuyor. Yetiştirilen üç bin bitki türüne her yıl yeni bitki çeşitleri ekleniyormuş…

Forte Village, tropik bahçeleri, dağ ve deniz manzaralı odaları, havuzları, plajı, spor tesisleri ile doğaseverlere, ailelere hitap ederken; gece hayatını ve eğlenmeyi sevenler için de açık hava barları, 400 kişinin dans edebileceği gece kulübü, konserlerin, şovların icra edildiği devasa açık hava tiyatrosu mevcut. Yelken, rüzgar sörfü, tüplü dalış gibi su sporları ve etkinliklerle de sporseverler için cazip bir yer olma özelliği taşıyor. Kısacası tesise girdiğinizde başka yere gitme ihtiyacı hissetmiyorsunuz. İlk günümüz devasa tesisi tanımakla ve deniz kenarında geçti. Çevreye duyarlı olması, ekolojik ayak izlerini takip etmesi benim için tek başına yeterliydi ama odamıza yerleştikten sonra tesisi keşfetmek için gezerken rastladığımız


Cagliari


Forte Village


Atlı gösteri yapan Sardunyalılar

flamingolar ve daha önce hiç görmediğimiz bitki örtüsü bizi hem mutlu etti hem de şaşırttı. Bu arada tesise araçla girmek yasak, ulaşım elektrikli araçlarla ya da bisikletlerle gerçekleşiyor. Ne diyeyim; darısı bizim ülkemizdeki tesislerin başına…

Akşam yemeğinden sonra eğlence parkında katıldığımız gokart yarışı ve bowling müsabakaları oldukça eğlenceli geçti.

AGRO TURİZ (KIRSAL TURİZM)

Ertesi günü tesisteki aktivitelere katılarak ve deniz kenarında geçirdik. Akşam yemeği için agro turizm (Agroturismo) adı verilen tarım çiftliklerindeki restoranlardan biri olan Is Morus'a gitmek için hazırlandık. Sardunya mutfağını keşfetmenin en keyifli yolunun, devletin desteklediği, aynı zamanda butik otel hizmeti de veren bu çiftlikleri ziyaret etmek olduğu söyleniyor. Is Morus Çiftliği, Forte Village Resort'tan 5 dakika uzaklıkta, adanın en önemli arkeolojik sit alanları arasında yer alan Pula (Nora) tatil beldesinde. Çok sayıda otel ve plaja sahip muhteşem sahilleri, yemyeşil manzarası ile dikkati çeken Pula, Sardunya'da mutlaka görülmesi gereken yerlerden biri… Antik kentin kalıntılarına uygun bir şekilde inşa edilen konforlu ve otantik bir çiftlik olan Is Morus Çiftliği ise doğanın içinde olmayı, köy hayatını sevenlerin tercihi oluyor.

Sardunya'da akşam yemekleri epey geç saatlerde (dokuz- dokuz buçuk gibi) başlıyor. Yemek başlayana kadar geleneksel Sardunya evlerinin yaşatıldığı adeta küçük bir köy olan çiftliği dolaştık. Her detayın düşünüldüğü, geleneklere atıfta bulunulan evlerde; makarna yapan, dikiş diken, yün eğiren, peynir yapan kadınları; demir ve ahşap işleri yapan, etleri hazırlayıp pişiren erkekleri gördük. Aperitif bir şeyler atıştırırken, yerel müzik yapan müzisyenleri dinledik, geleneksel dans ve atlı gösterileri izledik. Atlıların çarpıcı akrobasi performanslarını izledikten sonra Sardunya mutfağının kokuları ve renkleriyle hazırlanmış masalara geçtik.

Tipik bir Akdeniz adası olan Sardunya'nın mutfağı zeytinyağlılar, sebze ve meyveler, deniz ürünleri ağırlıklı ama


Meşhur sardunya kurabiyeleri


Santa Margherita di Pula Plajı


Cagliari


Sardunya mutfağı


Akşam yemeği

aynı zamanda adanın iç kısmında tarım ve hayvancılık yapıldığı için buna dayalı bir mutfak. Tarihten gelen değişik kültürlerin de etkisiyle, zengin bir yeme içme geleneği oluşmuş. Sosları, peynirleri, makarnaları, pizzaları, tatlıları, kurabiyeleri meşhur... Zengin bir mutfağa sahip olan Sardunya'da akşam yemekleri adeta bir şölen niteliğinde ve uzun saatler sürüyor. Masaya ilk olarak adaya özgü lezzetli peynirler, ev yapımı sucuklar ve mezelerden oluşan başlangıçlar; daha sonra makarna, pizza, peynirli ravioli gibi hamur işleri geliyor. Ana yemekte biz genellikle balık ve deniz mahsulleri tercih ediyoruz ancak deniz mahsulleri sevmiyorsanız çok lezzetli et yemekleri de var, etin menşeini sormayı ihmal etmeyin derim. Zira Sardunya'yı araştırırken bir makalede okumuştum; domuzun yanı sıra at ve eşek eti de rağbet gören etlerdenmiş! Adada et ve balık ürünleri kadar makarna tüketimi de oldukça fazla.

En çok sevilen makarnalardan biri de erişteye benzeyen fettuccine. Bunun yanı sıra hem tatlı hem tuzlu olarak hazırlanan ince, gevrek diskler şeklinde olan pane carasau denilen adaya özgü ekmek, morina balığı ile hazırlanan ricetta baccala alla triestina, fregula cun còciula (istiridyeli irmik), sebzelerle pişirilen dana inciği (osso buco) en çok tercih edilen lezzetler. Sardunya kurabiyeleri de meşhur.


Cagliari limanı

CAGLIARI

Adanın en büyük şehri, turizmin yanı sıra sanayi sektörü de gelişmiş bir liman şehri olan başkent Cagliari'yi daha yakından tanımak, tarihi dokusu hakkında fikir sahibi olmak, yöresel olarak üretilen seramik çanak çömlek, dantel örtü gibi ürünleri satın almak için otobüsle Cagliari'ye hareket ettik. Şehrin merkezine giderken bölgenin doğal güzelliklerini de görmüş, panoramik bir tur yapmış olduk. Tarihi milattan öncesine dayanan bu şehrin tarihi binaları, rengarenk evlerin bulunduğu dar sokakları gezerken, bir nevi tarihte yolculuk yaptık diyebilirim. Mevsim olarak yürümeye elverişli bir hava olduğu için marina, kale, katedral, alışveriş derken yorulduk. Şehrin en önemli meydanlarından biri olan tarihi Yenne Meydanı'nda (Piazza Yenne) bir kafede oturup soluklandık.

Akşam yemeğinde yerel müzisyenlerin yaptığı müziği ve dansçıların gerçekleştirdiği dans gösterilerini izlerken sürpriz doğum günü pastasının gelmesiyle gecemiz eğlenceli bir doğum günü partisine dönüştü.

★ ★ ★

Sayılı gün çabuk geçermiş. Her sabah 07.00'de su aerobiği ile başlayan günler deniz-havuz, yürüyüş-spor, yeme- içme, kokteyl- gala gecesi, dans-eğlence, toplantı, etkinlikler derken göz açıp kapayana kadar geçti. Doğal güzellikleriyle ünlü adada gezeceğimiz, göreceğimiz birçok yer kaldı. Sardunya'ya tekrar gidersek görmek istediğimiz yerler:

- Ünlü plajlarından biri olan Cala Luna Plajı
- Kendine has mimarisi ve ortasından geçen nehirle ilgi çeken gözde yerlerden biri olan Bosa Kasabası
- Zümrüt sahili Costa Smeralda'nın incisi Porto Cervo
- Arkeolojik ve tarihi zenginliği ile ün kazanmış olan Barumini
- İki milyon yıl önce oluşmuş, İtalya'nın en büyük deniz mağaralarından ve Akdeniz'deki en büyüleyici doğa mücevherlerinden biri olarak bilinen Neptün Mağarası

Eski günlerdeki gibi seyahat edebilme dileği ile sağlıcakla kalın… ■

HOŞ GELDİN
ALİNDA SU

GAMZE KIR SAPANCI İLE AKIN SAPANCI'NIN MİNİK KIZLARI ALİNDA SU, ANNE VE BABASINA 1 NİSAN ŞAKASI YAPTI

FOTOĞRAFLAR: **MERYEM TÜRKMEN** @MINIBABYSTUDIO





Sapancı çifti, Alinda Su ile ilk kez objektiflerin karşısına geçti, birbirinden güzel pozlar verdi.





Gamze Kır Sapancı ve Akın Sapancı, minik kızları Alinda Su ile.



Kocaeli Life'ın 'Gurme Kaşif' sayfalarının ve Gurmex'in yazarı, kurumsal firmalarda gıda mühendisliği yapan Gamze Kır Sapancı ile Akın Sapancı, Alinda Su'ya kavuştu. İlk kez anne-baba olmanın heyecanını ve mutluluğunu yaşayan Sapancı çifti, minik kızları ile objektiflerin karşısına geçerek, birbirinden güzel pozlar verdi. Gamze Kır Sapancı, planlanan tarihten 22 gün önce dünyaya gözlerini açarak kendilerine 1 Nisan şakası yapan kızları Alinda Su'nun doğum hikayesini Kocaeli Life okurları için kaleme aldı.

★ ★ ★

"1 Nisan 2021 Perşembe gecesi saat 02:45'te doğum belirtileri başlıyor. Daha 22 gün varken, '1 Nisan şakası mı yapacak acaba bize' diye konuşa konuşa, güle eğlene hastanenin yolunu tutuyoruz. Hem evde, hastaneye gitmek üzere hazırlanırken, hem yolda giderken, hala yapmadığım işlerimi düşünüyorum, yarın yeni bir işe başlayacak arkadaşıma gece yarısı çiçek siparişi veriyorum. Ertesi gün maillerimi planlıyorum. Sanki doğurmayacağım gibi çok rahatım. Akademi Hastanesi'ne ulaştığımızda tüm tetkikler yapılıyor ve doğumun başladığı bilgisi veriliyor. Doktorum Nuri Hüseyinoğlu gerekli kontrolleri yaptıktan sonra normal doğum süreci başlıyor. Diyorum ya ben daha işten izne ayrılmamışım, 'ay sonu kapanışları yapmam lazım' falan derken, açıyorum bilgisayarımı. Beklerken, son son maillerimi yazıyorum. İş aşkımı gören Nuri Bey şaşkın. 'Nasıl bir şey bu' diyor, sonunda dayanamayıp, iş ajandama güzel bir not yazıyor. Doğuma girene kadar oldukça eğlenceli vakit geçiriyoruz hastanede. Tabii sancılar başlayana kadar. Öğleden sonra başlayan sancılarla birlikte artık kızıma kavuşmama çok az kaldığını hissediyorum. Hastane koridorunda sancı sürecini yaşarken, bir yandan da 'nasıl bir yolculuk olacak acaba?' diye düşünüyoruz. Hem çok sancılı, hem sonunda hayatımızın en güzel buluşması olacak. 1 Nisan saat 17.01'de kızım Alinda Su, tahmini doğum tarihinden tam 22 gün önce hayatımızın en güzel şakasını yapıp geliyor."■



Gamze Cihan Kara ve Emre Kara, oğulları Eren Kara ile.

İYİ Kİ DOĞDUN EREN



Gamze Cihan Kara, Eren Kara, Bilsen Kurt

Eğitimci anne-baba, 3 yaşına giren oğulları Eren'in doğum gününü görev yaptıkları kurs binasında, mini bir partiyle kutladı

Evrensel Matematik Köyü Eğitim Kurumları'nda müdür yardımcısı olarak görev yapan Gamze Cihan Kara ile aynı kurumda matematik öğretmeni olan Emre Kara'nın oğulları Eren, 3 yaşına bastı. Kara çiftinin, ele avuca sığmayan oğulları Eren için kurs binasında, mini bir doğum günü partisi düzenlendi. Otomobillere meraklı olan Eren'in doğum günü pastası da tam istediği gibi, otomobil şeklindeydi. Evrensel Matematik Köyü'nün sahipleri Şükran Yusufeli Çelik ve Yavuz Çelik çiftinin katkıları, öğretmenlerin desteği ile oğullarına pandemi kurallarına uygun bir doğum günü partisi düzenleyen Kara çiftinin mutluluğuna diyecek yoktu. Kursun idarecileri ve öğretmenleri tarafından sevgi çemberine alınan Eren de gördüğü ilgiden bir hayli memnundu. Kocaeli Life ailesi olarak biz de Eren'in doğum gününü kutluyor, 'nice senelere' diyoruz. ■


Gamze Cihan Kara, Tuğçe Betül Timuçin, Eren Kara, Zeynep Timuçin


Bensu Kurt, Narin Yükselen, Yağız Yükselen, Gamze Cihan Kara, Emre Kara


Gülsen Gökalp, Eda Gamze Erdağı, Bensu Kurt, Yeşim Alsancak Demir, Gamze Cihan Kara, Emre Kara


Gamze Cihan Kara, Azize Çelik, Şükran Yusufeli Çelik, Emre Kara


Eren Çapraz, Ali Parlak, Gülsen Gökalp, Gamze Cihan Kara, Emre Kara


Tuğçe Betül Timuçin, Gamze Cihan Kara, Sümeyye Borlak, Emre Kara



SERKAN YEŞİLDAĞ
Serkan'ın mutfağı

EVDE KOKOREÇ

Mevsimlerden bahar, aylardan mayıs... En sevdiğim aydayız. Bahar demek; doğanın uyanışı demek, çiçek demek, böcek demek, kuzu demek, oğlak demek...

Biraz gaddarca gelebilir ama bu mevsimde kuzular çok lezzetlidir. Bol kekikli bir kuzu pirzolaya kim hayır diyebilir... Küşlemesi de insanın damağını çatlatacak cinstendir. Hele ki pişirmesini iyi bilen bir yer varsa, tadına doyum olmaz.

★★★

Bu aylarda insanın aklına bir de sakatat gelir. En başta da kokoreç. Sokaklar mis gibi kokoreç kokar. Taze ekmeğin içinde, kekikli, kimyonlu, acı biberli, nar gibi kızarmış kokorecin tadını anlatacak kelime bulmakta zorlanıyorum gerçekten.

Kokoreç, yapıldığı malzeme yüzünden pek çok kişinin özellikle de kadınların biraz uzak durduğu bir yemektir. 'Nedir bu malzeme?' diye soracak olursanız, kuzunun kalın ve ince bağırsağıdır. Önce şişe kalın bağırsak sarılır, üstü gömlek yağı ile örtülür, onun üstüne de ince bağırsak sarılır. Bu ince bağırsak ağzına henüz ot değmemiş kuzudan alınmışsa, lezzet doruklara tırmanır. En lezzetli bağırsaklar 6 aylık kuzulardan elde edilir. Yani tam bu aylardaki kuzulardan.

★★★

Kokoreç, Arnavut mutfağının, Balkan mutfağına armağan ettiği bir yiyecektir. Zaten adı da Arnavutça 'kukureç' sözcüğünden gelir. Bu isim, mısır koçanı anlamını taşır. Zaten nar gibi kızarmış kokoreçe bakarsanız onun gerçekten mısır koçanına benzediğini görürsünüz. Kokoreçle ilgili bu kadar bilgi yeter sanırım, bir de tadına bakalım. Bu ay sizler için evde de rahatlıkla yapabileceğiniz kokoreç tarifi vereceğim. Şimdiden afiyet olsun. ■



KUZU KOKOREÇ

MALZEMELER

- 250 gram kokoreç (yuvarlak)
- 2 adet domates
- 5 adet sivri biber
- 1 tatlı kaşığı kimyon
- 1 tatlı kaşığı kekik
- 1 tatlı kaşığı acı kırmızı pul biber
- 1 tatlı kaşığı tuz

YAPILIŞI

1,5-2 parmak kalınlığında yuvarlaklar halinde aldığınız kokoreçleri orta ateşte ısınmış tavaya atın ve 1-2 dakika sonra ateşi kısın. Her bir yüzü kendi yağında, 6-7 dakika pişsin. Daha sonra kokoreçleri kenara alın. Eğer tavada yağ yoksa bir yemek kaşığı sıvıyağ ekleyin, ısıyı yükseltin ve minik küpler halinde kesilmiş domates ve biberleri soteleyin. Bu sırada bir kesme tahtası üzerinde, büyük bir bıçakla, kokoreçlerinizi kıyın. Domates ve biberler piştikten, suyunu da çektikten sonra kokoreçi ekleyin ve kavurun. Kavurmayı çok uzun tutmayın ki kokoreçler kurumasın. Birkaç dakika sonra baharatları da ekleyip, ateşten alın. Kokoreçleri tavadan aldıktan sonra aynı tavaya bir ekmek koyarak yağını çektirebilir ve sunumu da o ekmekle yapabilirsiniz. Tekrar afiyet olsun.

Kocaeli Life Dergisinin

5. kuruluş yıl dönümünü kutlar, yayın hayatında

başarılar dilerim.



Av. Fatma Kaplan Hürriyet
İzmit Belediye Başkanı

Gülümse İZMİT

T.C.
İZMİT
BELEDİYESİ

KOKPİT
KOLEJİ

"Geleceği Yüksekte Hedefle"

★OKUL ÖNCESİ ★İLKOKUL

★ORTAOKUL ★HAVACILIK LİSESİ

0262 41 343 41
0555 191 34 41

BARBAROS MAH.
MAHMUT ÇAVUŞ CD.
No:13, 41090
BAŞİSKELE/KOCAELİ

KOKPİT
KOLEJİ
.COM