

TÜRKİYE

marie claire

256
PARÇAYLA
SON TRENDLER
+
İDDİALI AYAKKABI
MODELLERİ

DİLAN
Çiçek Deniz

YAZIN ARTAN
CİNSELLİK

Kısa
Sürede
Forma
Girin

Işıltılı
SEZON

MAYIS 2021 MARIE CLAIRE
17 TL/ KKTC 21 TL
ISSN 977-1305422002-2
GROUPMEDYA

ISTINYE PARK, ZORLU CENTER - ISTANBUL - DIOR.COM





DIOR


İSTİNYEPARK BOUTIQUE
ZORLU CENTER BOUTIQUE
ve BEYMEN'LERDE
DOLCE & GABBANA
DOLCEGABBANA.COM




MANGO COMMITTED
Mango.com/sustainability'de daha fazlasını keşfet


Sevgili
Gezegenimiz,
Ürünlerimizin %79'u
sürdürülebilir özelliklere sahip.
2022'de bu oran %100 olacak.
MANGO



NetWork.com.tr



Social NetWork





MEVÁRİS

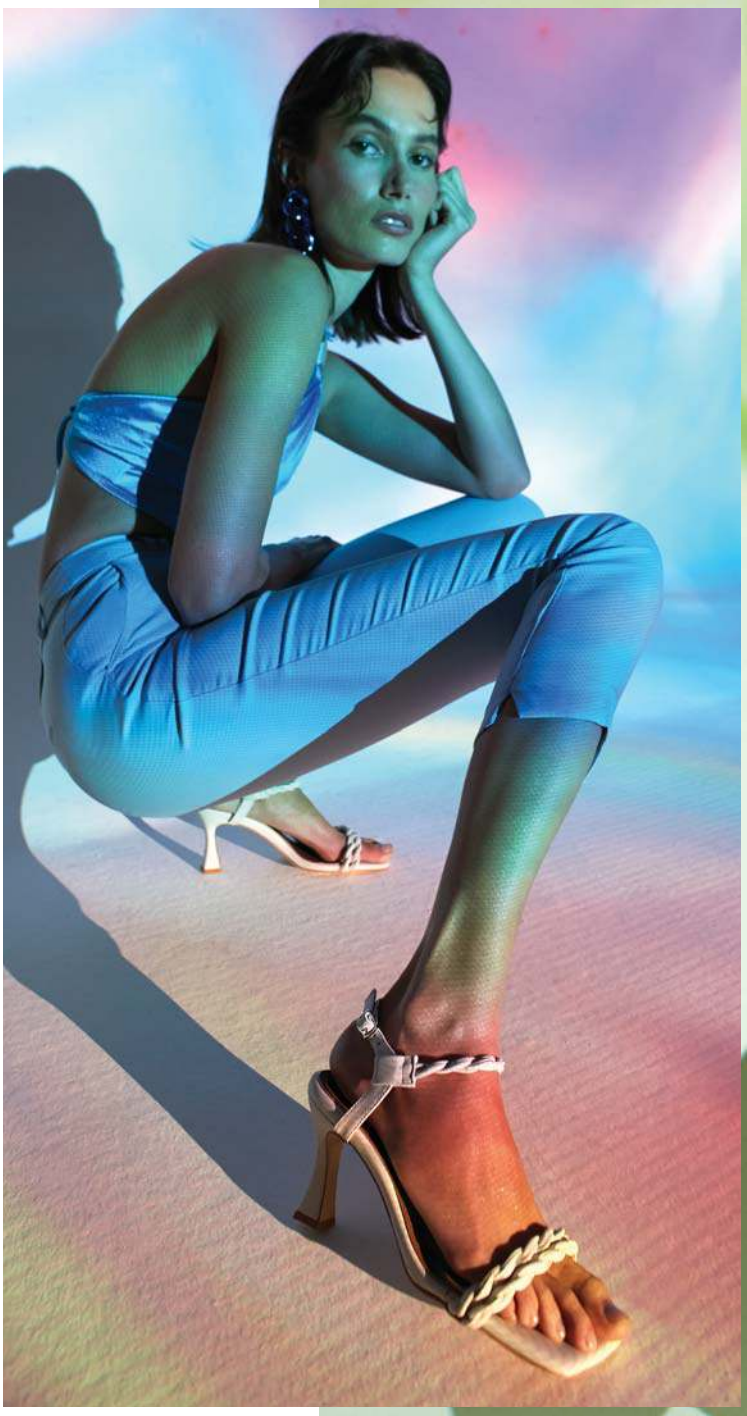
BY

FATOŞ ALTINBAŞ

26 Burlington Arcade, London, W1J 0PU

www.mevaris.com | mevaris.jewellery

HOTIC



WWW.HOTIC.COM.TR



PAULINA KUBE STYLED BY AYDAN SIVACI, PHOTOGRAPHED BY ERGİN TURUNÇ, MARCH 2021 İSTANBUL





VOYAGE

KAPAK KONULARI

39
YAZ ADIMLARI
2021 İlkbahar – Yaz sezonunun yükselişe geçen ayakkabı modellerine göz atın.

94
SEKS MEVSİMİ
Cinsel aktiviteler yaz geldiği zaman gerçekten artıyor mu? Peki, bunun sebebi nedir? Araştırdık.

98
KAPAK YILDIZI
Dilan Çiçek Deniz ile projeleri, aşk hayatı ve güzelliğe dair...



TÜM KIYAFETLER VE AKSESUARLAR: **LOUIS VUITTON**

MAYIS
İçindekiler

STYLE
32
CESUR DEKOLTE
Kıyafetlerde minik pencereler olan cut-out dekolteler dikkat çekiyor.

44
ÖNE ÇIKAN TASARIMCI
Assemblage Studios adlı markasıyla adından söz ettiren Beril Gülcan'ın ilham kaynakları arasında doğa yer alıyor.

MÜCEVHER
60
İHTİŞAMLI TASARIMLAR
Cartier'nin ikonik koleksiyonlarının yeni edisyonları Watches & Wonders 2021'de sunuldu.

GAZETE
78
POZİTİF ALANLAR
Deja Botanic keyifli alanlar yaratmak için bitki alternatifleri sunuyor.

AJANDA
86
İNSANLAR VE SİLÜETLER
Bu ay sanat dünyasında birbirinden zengin insan figürleri ve renkli hayvan silüetleri yer alıyor...

MODA
110
BİR RİVİERA HİKÂYESİ
Louis Vuitton ile riviera seyahatine çıkıyoruz...

GÜZELLİK
122
YAZA HAZIR BİR VÜCUT
Yaza sayılı günler kala cildinizi plaja hazırlayın.

SAĞLIK
138
YAZA FORMDA BİR BAŞLANGIÇ
Hareketsizliğimize bir son veriyor ve kalça, bacak, karın ve kol egzersizleri için kendimize vakit ayırıyoruz.

HER AY
16
EDİTO

67
GAZETE

146
ASTROLOJİ



Yaz Renkleri
Capcanlı, kırmızı bir çanta ile yazın coşkusunu gardıroplarımızda hissediyoruz.
Çanta: ***HERMÈS***

KAPAKTA

Fotograf: **KORAY PARLAK**
Moda Editörü: **TUĞÇE ÜLKÜMEN**
Saç: **İBRAHİM ZENGİN**
Makyaj: **ECE BİRSEN**
Trenckot ve Aksesuarlar: **LOUIS VUITTON**
Çanta: **LOUIS VUITTON**



EDİTÖRÜN NOTU

BAHAR KEYFİ

Güneş nihayet yüzünü gösterdi. Üşüten rüzgârlar yerini tatlı esintilere bıraktı. Ağaçlar ve çiçekler de açmaya başladığına göre yaz geldi demektir. Koyu renkli ve kalın kıyafetlerden kurtulduğumuza göre, gardırobunuza rengârenk ve uçuşan parçalar eklemeye eminim ki çoktan başladınız. Görünümlerimizin vazgeçilmez parçası maskeler ise bizimle olmaya devam ediyor, edecek de... Peki, o hâlde en can alıcı soruyu soruyorum. Gardırobunuz yaza, vücudunuzsa plaja hazır mı?

Bu sorudan yola çıkarak bu aya damgasını vuracak tüm trendleri mercek altına aldık. Bu sezon 'cut-out' dekolte trendi dikkat çekiyor. Kıyafetlerin farklı yerlerinde açılmış minik pencerelerden teninizi göstermek son derece revaçta. Hem romantik hem de nostaljik görünmenizi sağlayacak dantel ise bu sezon eteklerden elbiselere, ayakkabıdan çantaya her yerde olacak. Görmezden gelemeyeceğimiz bir diğer trend ise yatay ya da dikey çizgiler. Özellikle de rengârenk olanlar.

Benim için bir kadının en önemli aksesuarı ayakkabısıdır. 2021 İlkbahar - Yaz sezonu boyunca ayakkabılarda göreceğimiz renkler, desen ve tasarımlar neler olacak? Hepsi ve daha fazlasını sizler için hazırladığımız ayakkabı dosyamızda bulacaksınız.

Mayıs kapağımızı son günlerde en beğendiğim oyunculardan Dilan Çiçek Deniz süslüyor. Modelleri andıran fiziği, egzotik güzelliği ve mütevazi tavırlarıyla herkesi kendine hayran bırakıyor. Bugünlerde Alev Alev dizisiyle gündemde olan Dilan'ı daha yakından tanımak isterseniz sayfa 98'de yer alan röportajına buyurun.

İlginizi çekeceğini düşündüğüm konulardan biri cinsellik üzerine. Yaz aylarında cinsellikte yaşanan artışı ve nedenlerini mercek altına alıyoruz. Bir diğer "Okumadan geçmeyin" diyeceğim konu ise çiçeği burnunda yeni fobimiz 'FOMU' üzerine. Buluşma korkusu da diyebileceğimiz FOMU, pandemiyle birlikle hayatımıza giren yeni hastalıklardan.

Güzellik sayfalarımızda ise vücut bakımı tüyoları, bakımlı eller için ihtiyacınız olan ürünler, su bazlı ürünlerin cildimize faydalarını bulacaksınız. Yaza formda bir başlangıç yapmayı kim istemez ki? Pandemi önlemleri kapsamında kapalı olan spor salonlarının yerini evlerimiz aldı. Kendinizin de kolaylıkla yapabileceği egzersiz dosyamıza bakmadan geçmeyin.

Sağlık, barış, özgürlüklerle dolu ve her güne aşkla uyandığınız harika bir mayıs ayı geçirmeniz dileğiyle...

Hande T.

HANDE TOKMAK AKGERMAN
GENEL YAYIN YÖNETMENİ



EN SEVDİKLERİM

1) Bu Sea elbiseyi görene dek, ne kadar seyahate çıkmaya ihtiyacım olduğunu fark etmemiştim. **2**) Bu yazın şapkasını Valentino'dan seçtim. **3**) Gucci'nin bu kocaman çerçeveli gözlüğü plaj görünümlerini tamamlamak için harika bir seçenek. **4**) Bu Carrie Forbes terliklerle bütün yazı geçirebilirim. **5**) Bottega Veneta'dan nefis bir clutch daha.

PORTRE FOTOĞRAFI: KORAY BİRAND

Publicis EtNous



marie claire TÜRKİYE

İmtiyaz Sahibi
GROUP MEDYA VE BİLGİ TEKNOLOJİLERİ A.Ş. ADINA
BİGE DARUGA ÇALIŞKAN
Yayıncı
NEVZAT ÇALIŞKAN (Sorumlu)

Genel Yayın Yönetmeni
HANDE TOKMAK AKGERMAN (handet@groupmedya.com)

Editoryal Direktör
GÖZDE EYİBİLİR (gozdee@groupmedya.com)

Moda Editörü
TUĞÇE ÜLKÜMEN (tugceu@groupmedya.com)
Alışveriş ve Mücevher Editörü
NİRVANA DERYA (nirvanad@groupmedya.com)
Güzellik ve Sağlık Editörü
DAMLA SUAY LÜ (damlas@groupmedya.com)

Kreatif Direktör
MELTEM ERYILMAZ (melteme@groupmedya.com)
Görsel Yönetmen
ÇAĞLA KAÇMAZ (caglak@groupmedya.com)

www.marieclaire.com.tr

İnternet
DİJİTAL DİREKTÖR Seda ÖZCAN/ sedao@groupmedya.com
DİJİTAL İÇERİKLER DİREKTÖRÜ Nurdan GÜNDOĞDU/ nurdang@groupmedya.com
İÇERİK EDİTÖRLERİ Müşra DEMİR/ musrad@groupmedya.com, Kübra ELMALI/ kubrae@groupmedya.com

Katkıda Bulunanlar
Atahan KÜÇÜKATALAY, Burak ÜÇPINAR, Dinçer GÜNER, Koray PARLAK
Melike Müge ŞAHİN, Memet EROL, Olgun YOLÇINAR, Selin ÇETİN

REKLAM SATIŞ VE PAZARLAMA GROUP MEDYA VE BİLGİ TEKNOLOJİLERİ A.Ş.
REKLAM GRUP BAŞKANI Gürhan GEZER / gurhang@groupmedya.com
REKLAM GRUP BAŞKAN YARDIMCILARI Funda GÖKGÜNDÜZ/ fundag@groupmedya.com
İsmail KÜÇÜK (Bölgeler)/ ismailk@groupmedya.com
REKLAM GRUP DİREKTÖRLERİ Nurol CEYLAN/ nurolc@groupmedya.com
Deniz TOZ/ denizt@groupmedya.com, Göktuğ Bedri EVREN/ goktuge@groupmedya.com
REKLAM DİREKTÖRLERİ Nilüfer ARAÇ/ nilufera@groupmedya.com
Yeşim AKSOY/ yesima@groupmedya.com, Deniz EROĞLU/ denize@groupmedya.com
REKLAM KOORDİNATÖRLERİ Eren ENES (Bölgeler)/ erene@groupmedya.com
Seyhan ERAT/ seyhane@groupmedya.com
EVENT VE PROJELER SATIŞ KOORDİNATÖRÜ Gökhan GÜLSOY/ gokhang@groupmedya.com
EVENT VE PROJELER OPERASYON DİREKTÖRÜ Ebru DÖNER/ ebrud@groupmedya.com
DERGİ REZERVASYON MÜDÜRÜ Ender PARLAR/ enderp@groupmedya.com
REKLAM TEKNİK MÜDÜRÜ Mesut ÖZTÜRK/ mesuto@groupmedya.com
ABONE VE ESKİ SAYILAR Betül GÖKÇE / betulg@groupmedya.com
DERGİ ABONELİĞİ HESABI Hesap Adı: Group Medya Bilgi ve Teknolojileri Tic .A.Ş
TEB Kağıthane Şubesi TR96 0003 2000 0000 0023 5443 61
KURUMSAL ABONELİK FİYATI 26 TL
BASKI Turkuvaz Haberleşme ve Yayıncılık A.Ş. / Tel: 0212 354 39 00 / www.turkuvazmatbaacilik.com
DAĞITIM Turkuaz Dağıtım Pazarlama A.Ş. **YAYIN TÜRÜ** Yerel Süreli
BASKI YERİ İstanbul **BASKI TARİHİ** NİSAN 2021
YÖNETİM YERİ VE YAZIŞMA ADRESİ Balmumcu Mahallesi Mustafa İzzet Efendi Sk.
No: 9 Kat: 3 Beşiktaş/ İstanbul Tel: 0212 224 9330 /pbx - Faks: 0212 224 8646

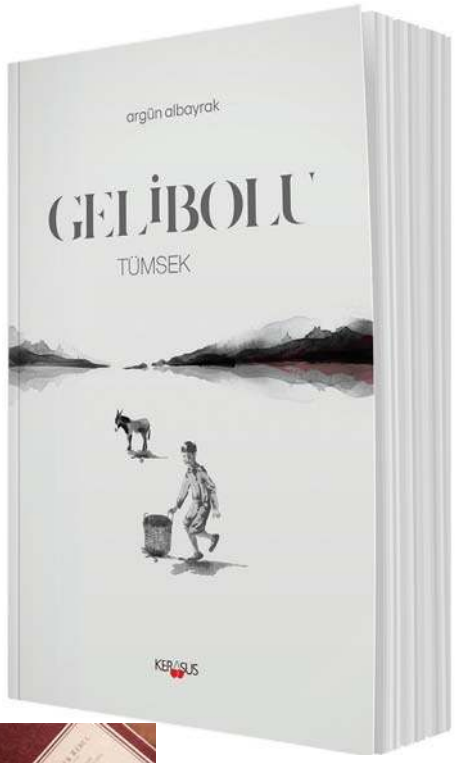
MARIE CLAIRE INTERNATIONAL
Jean De BOISDEFFRE (Executive Director International Editions), Felix DROISSART (Deputy Director)
YAZI İŞLERİ
Florence du LUART (International Editorial Director), Séverine HARZO (International Chief Editor),
Sylvie HALIC (International Fashion and Beauty Chief Editor)
ULUSLARARASI REKLAM DEPARTMANI
Véronique DEPERY (France&International Commercial Director), Elisabeth BARBIER (France&International Deputy Commercial Director)

Marie Claire dergisinin isim hakkı Marie Claire Album S.A. (Fransa)ya aittir. Marie Claire Album S.A. ile yapılan lisans sözleşmesi uyarınca lisans alan Group Medya ve Bilgi Teknolojileri A.Ş tarafından yayınlanmaktadır. Yazılı izin olmaksızın hiçbir şekilde yazı ve fotoğraflardan alıntı yapılamaz. Basılan ilanların sorumluluğu ilan sahiplerine aittir. BU DERGİ BASIN MESLEK İLKELERİNE UYMAYI TAAHHÜT EDER.


İSTİNYE PARK
İSTANBUL
TEL. 212.345.57.31
AKASYA
İSTANBUL
TEL. 216.629.51.63
FRANCHISEE MAX&Co.
MAXANDCO.COM
#andSMILE
MAX&Co.

MAYISTA EN SEVDİKLERİMİZ

Bu ay görmeniz, bilmeniz, duymanız ve hakkında fikir sahibi olmanız gerekenleri sizin için seçtim! GÖZDE EYİBİLİR



1 GELİBOLU TÜMSEK
İçinde yüz binlerce hikâyenin yaşandığı; mucizelerin, dramların, hasretlerin ve hayallerin birbiri içinde yitip gittiği son yüzyılın en dehşet savaşı ve akıllara durgunluk veren bir vatan savunması... Gelibolu Tümsek, bu dehşet savaşın tarihi örgüsü içinde Argün Albayrak tarafından kaleme alınmış, destansı bir kurgu hikâye.

2 BEREKET
Atelier Rebul, Anneler Günü hediyenizin anneniz kadar özel olması için özenle seçilmiş, kişiselleştirilebilir setler sunuyor. Her şeyin en güzelini ve en iyisini hak eden tüm değerli annelere, kendileri gibi eşsiz bir hediye sunan marka, Anneler Günü heyecanını sizinle paylaşıyor. Bu anlamlı güne özel hazırlanan setler, annenizin baş harfi ile kişiselleşiyor ve yazacağınız not ile tamamlanıyor.

3 80'LER EFSANESİ
Dünyaca ünlü Avustralyalı Impala, 2021 Yaz sezonu için hazırladığı yepyeni modelleri ile neşe katmaya geliyor. Dünya rollerskates modasının öncü markası, yeni koleksiyonu ile yaşamayı seven patenciler için birbirinden keyifli ve renkli modeller sunuyor. Nostaljik tasarımı ile 70'lere, 80'lere ve 90'lara alıp götürecek patenler, o yılların özgür ruhlu sokak modasını geri getiriyor.

4 SİNEMA MÜZESİ
İstanbul Sinema Müzesi, 'Atlas Binası'nda kapılarını sanat severlere açtı. Kültür ve Turizm Bakanlığı tarafından yaklaşık iki yıl süren restorasyon sürecinin ardından geçtiğimiz ay açılan müze; tarihi dokusu ve kapsamlı sinema arşiviyle ziyaretçilerini eşsiz bir yolculuğa çıkarıyor.

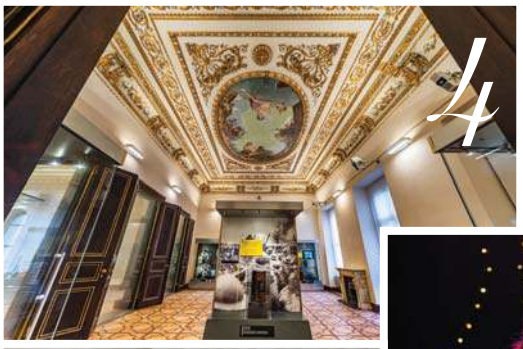
5 YEPYENİ YAZ KOLEKSİYONU
Elli2 yaz koleksiyonu farklı desenleri ile gardırobunuzdaki en özel parça olacak. 'Yataktan sokağa' mottosu ile ev giyimi anlayışına farklılık getiren Elli2 Nightwear koleksiyonunda, ana kumaş olarak kullanılan tencel kumaşları, konfor ve lüksü arayan kadınların vazgeçilmezi olmaya aday.

6 BENİ DİNLER MİSİN?
Işık, 17 şarkılık bir repertuvarı canlı olarak kaydettiği albümün ilk teklisi "Beni dinler misin" ile karşımızda. Sözleri merhum söz yazarı Sadık Atay'a, müziği Can Algeç'e ait olan eser, albümdeki diğer tüm parçalar gibi Can Barış Özbilgin'in piyanosu eşliğinde canlı olarak kaydedildi.

7 KİŞİSEL SERGİ
Kezban Arca Batıbeki; 'Senin Annen bir Melekti Yavrum' isimli kişisel sergisiyle sanat severlerle bir kez daha buluşmaya hazırlanıyor. Annesinin sinema fotoğraflarından yola çıkarak hazırladığı sergi 6 Mayıs'ta Merdiven Art Space'de açılıyor. mc

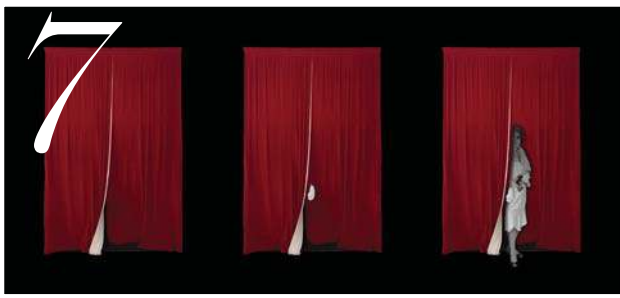














ULYSSE NARDIN
SINCE 1846 LE LOCLE ▪ SUISSE

ŞARK
SAATÇiLiK
Cie. Montres d’Orient

MARIECLAIRE.COM.TR

facebook.com/marieclairetr twitter/marieclairetr instagram/marieclairetr



KAPAK ÇEKİMİ

Kapak yıldızımız Dilan Çiçek Deniz'in çekim hikâyesi için YouTube Marie Claire Türkiye kanalını takipte kalın. Yeni yüklenen videolardan hemen haberdar olmak içinse kanala abone olun.

INSTA-BİZ

Marie Claire ekibinin Instagram hesapları da hâyli renkli. Geçtiğimiz ay neler yaptığımızı merak ediyorsanız, şahsi hesaplarımızdan bizi takip edebilirsiniz.
@mltmeryilmaz
@caglakacmaz
@marieclaire.com.tr


1


2


3

Ezomola koleksiyonunu keşfetmek için QR kodu okutun!

App Store'dan İndirin

Google Play 'DEN ALIN

AppGallery ile KEŞFEDİN

ezomola



SADECE BOYNER'DE

BOYNER

BOYNER.COM.TR





1. Bluz, ***JOHANNA ORTIZ***
2. Yüzük, ***MONAN***
3. Çanta, ***BOTTEGA VENETA***
4. Saat, ***BULGARI***
5. Pantolon, ***MAGDA BUTRYM***
6. Elbise, ***NEW ARRIVALS***
7. Bilezik, ***DIOR***
8. Ayakkabı, ***CHRISTIAN LOUBOUTIN***
9. Şort, ***ZEYNEP ARCAY***



KAMERA ARKASI: MODA

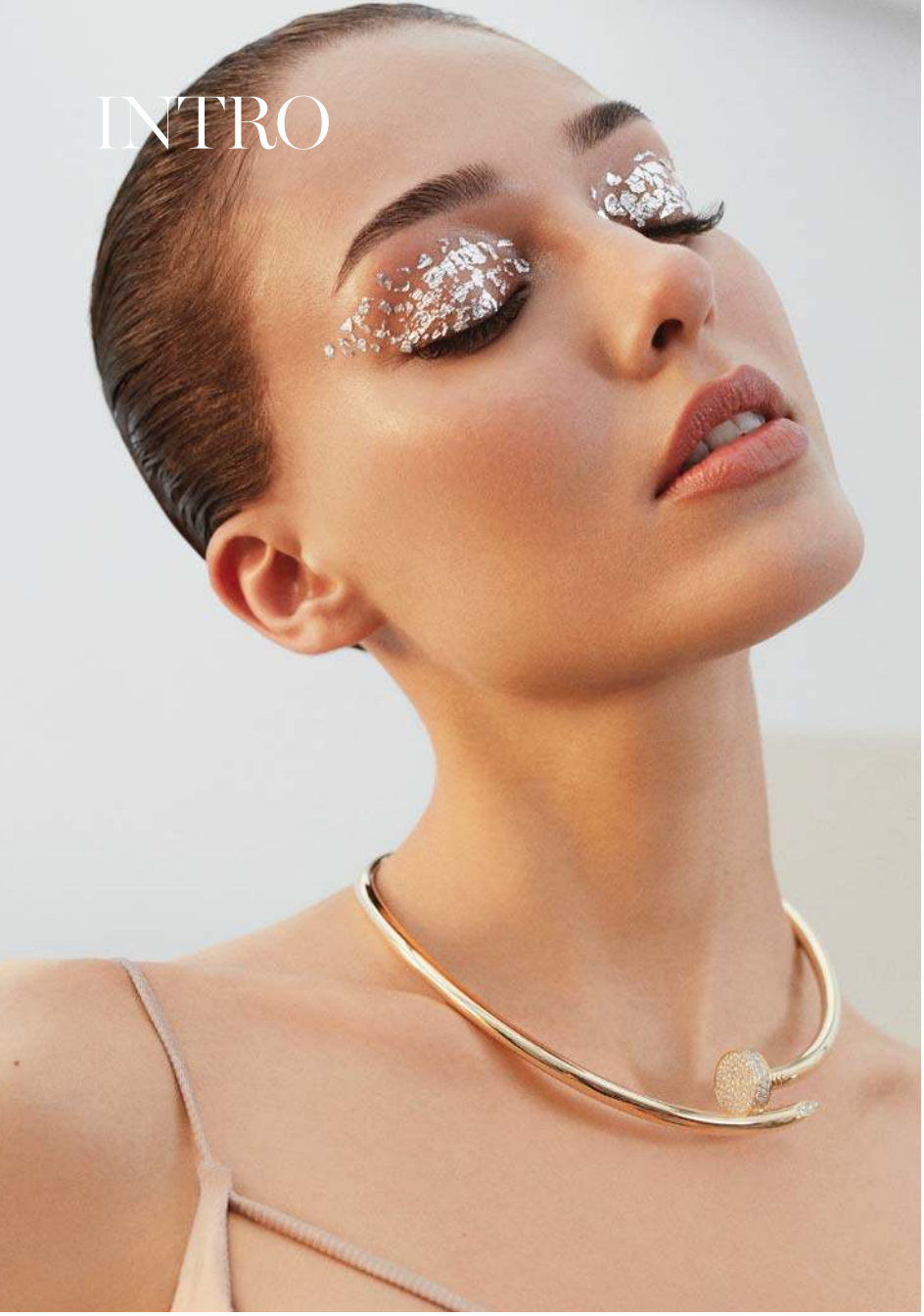
DİLAN ÇİÇEK DENİZ

STYLING: "Bu ay sizler için yaz ruhuna uygun konsepte sahip bir çekim gerçekleştirdik. Bu ruha uygun bej ve ekru tonlarının hâkim olduğu parçaların ağırlıkta olduğu bir styling hazırladık. Çekimde seksilik ön plandaydı ama bunu modern ve minimal dokunuşlarla gerçekleştirdik."
NE GİYMİŞTİ: "Dilan sete uçuk yeşil tonlarda pantolon ve pelüş kürkle geldi. Ayağında da spor ayakkabı vardı."
AYRINTI: "Çekimde saç ve makyajın biraz farklı olmasını istedik. Dilan'ın saçı ve makyajına çok özen gösterdik. Makyajında göz kapağına gümüş bir parlaklık, saçta da ıslak ve geriye taranıp toplanmış bir model tercih ettik." **TUĞÇE ÜLKÜMEN mc**

nu



www.nu.com.tr





1. ***ORIBE,*** Thick Dry Finishing Spray
2. ***BOBBI BROWN,*** Dudak Kalemi
3. ***GIORGIO ARMANI,*** A-Blush Likit Allık
4. ***INSIGHT,*** Styling Oil
5. ***RICH,*** Yaprak Varak
6. ***TRISH MCEVOY,*** Classic Lip Color Ruj
7. ***TANGLE TEEZER,*** Saç Fırçası
8. ***TOM FORD,*** Soleil Flawless Glow Fondöten SPF 30

KAMERA ARKASI: GÜZELLİK

DİLAN ÇİÇEK DENİZ

SAÇ: Dilan'ın saçları sağlıklı, uzun ve gür. Gözlerini ortaya çıkaran bu makyaja uygun saç yapıldı. Bunun için öncelikle saçları düzleştirildi. Islak görünüm yaratan sprey yardımıyla tüm tutamlar bir araya getirildi ve saçları arkaya doğru taranarak ense hizasında toplandı. At kuyruğu olan saçları kendi saç renginde bir ip ile bağlandı. Böylece zarif bir görünüm elde edildi.
MAKYAJ: "Dilan'ın cildi gerçekten çok güzel. Önce nemlendirdik, ardından ince yapılı bir fondöten uyguladık. Ancak bütün olay gözlerdeydi. Dilan'ın göz aralığı da çok müsait olduğu için bütün vurguyu oraya yapmak istedik. Onun için de varak kâğıtlardan kullandık. Sağlıklı bir görünüm vermek için Giorgio Armani'nin iki farklı likit allığını karıştırdık. Dudaklarda pembe tonlarında bir dudak kalemi kullandık ve üzerine yine aynı tonlarda ruj sürdük. Son olarak da bacaklarına nemlendirici sürerek makyajımızı tamamladık."
Makyaj Artisti – **ECE BİRSEN mc**


LEVI'S®
KIYAFETLERİN SENİ ANLATIR
Karşınızda su tasarruflu, ağaç dostu,
atık azaltan modellerden oluşan yeni serimiz.
→ Daha fazla bilgi için
@ levis.com.tr/degerlerimiz/surdurulebilirlik
©2021 LEVI STRAUSS & CO.

watsons

WATSONS GÜZELLİK VE KİŞİSEL BAKIM ÖDÜLLERİ



ÖDÜL HEYECANI YENİDEN BAŞLADI!

Favori ürününü seç, hemen oy ver.
Sürpriz hediyeleri ve geceye katılma şansını kaçırma!



EN İYİ MASKARA ADAYI



EN İYİ FAR PALETİ ADAYI



EN İYİ BİTKİSEL İÇERİKLİ SAÇ BAKIM ÜRÜNÜ ADAYI



EN İYİ ANTI-AGING ÜRÜNÜ ADAYI



EN İYİ ANTI-AGING ÜRÜNÜ ADAYI



EN İYİ AĞIZ BAKIM ÜRÜNÜ ADAYI



EN İYİ AĞIZ BAKIM ÜRÜNÜ ADAYI



EN İYİ AĞIZ BAKIM ÜRÜNÜ ADAYI



EN İYİ ŞAMPUAN ADAYI



EN İYİ SAÇ BOYASI ADAYI



EN İYİ SAÇ BAKIM ÜRÜNÜ ADAYI



EN İYİ SÜRDÜRÜLEBİLİR YAŞAM ÜRÜNÜ ADAYI

WATSONS GÜZELLİK VE KİŞİSEL BAKIM ÖDÜLLERİ KATEGORİLERİ

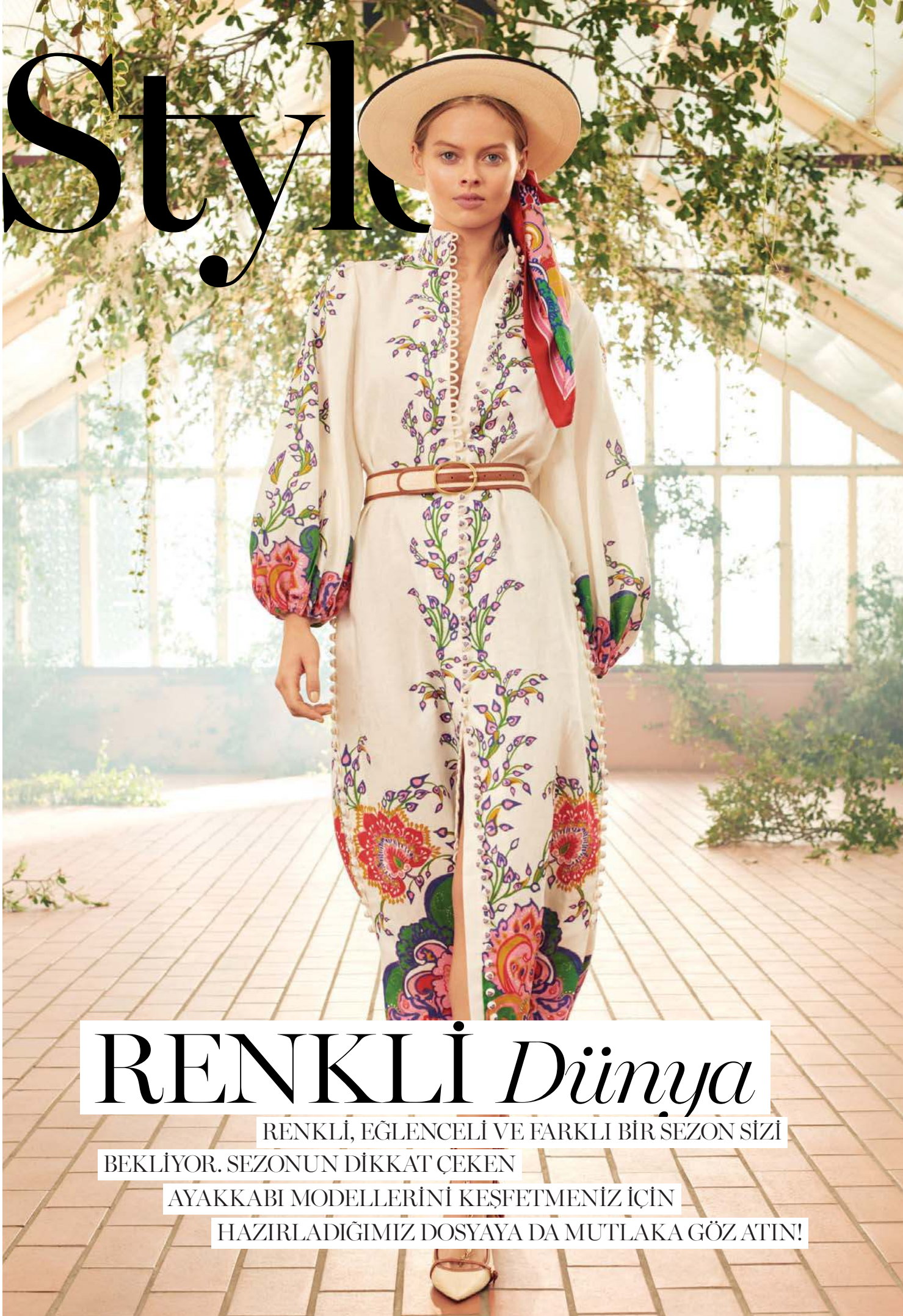
- EN İYİ **MASKARA**
- EN İYİ **FAR PALETİ**
- EN İYİ **FONDÖTEN**
- EN İYİ **DUDAK ÜRÜNÜ**
- EN İYİ **KAŞ ÜRÜNÜ**
- EN İYİ **YÜZ BAKIM ÜRÜNÜ**
- EN İYİ **YÜZ MASKESİ**
- EN İYİ **ANTI-AGING ÜRÜNÜ**
- EN İYİ **KORE GÜZELLİK ÜRÜNÜ**
- EN İYİ **DERMO KOZMETİK ÜRÜNÜ**
- EN İYİ **VÜCUT BAKIM ÜRÜNÜ**
- EN İYİ **ERKEK BAKIM ÜRÜNÜ**
- EN İYİ **DUŞ JELİ**
- EN İYİ **DEODORANT**
- EN İYİ **AĞIZ BAKIM ÜRÜNÜ**
- EN İYİ **BİTKİSEL İÇERİKLİ SAÇ BAKIM ÜRÜNÜ**
- EN İYİ **ŞAMPUAN**
- EN İYİ **SAÇ BOYASI**
- EN İYİ **SAÇ BAKIM ÜRÜNÜ**
- EN İYİ **ERKEK ŞAMPUAN**
- EN İYİ **WATSONS'A ÖZEL ÜRÜN**
- EN İYİ **WATSONS MARKALI ÜRÜN**
- EN İYİ **SAĞLIKLI YAŞAM ÜRÜNÜ**
- EN **YENİLİKÇİ ÜRÜN**
- EN İYİ **SÜRDÜRÜLEBİLİR YAŞAM ÜRÜNÜ**

Tüm adaylar için:
odul.watsons.com.tr

Online alışveriş için:
watsons.com.tr ve WATSONS UYGULAMASI

A member of A.S. Watson Group
(Turkey Retail) Holdings

Style



RENKLİ *Dünya*

RENKLİ, EĞLENCELİ VE FARKLI BİR SEZON SİZİ BEKLİYOR. SEZONUN DİKKAT ÇEKEN AYAKKABI MODELLERİNİ KEŞFETMENİZ İÇİN HAZIRLADIĞIMIZ DOSYAYA DA MUTLAKA GÖZ ATIN!

ZIMMERMANN

RENKLERİN GÜCÜ

Yatay ya da dikey renkli çizgiler her yanımızı sarmış durumda. Bu sezon vazgeçilmezimiz olmaya adaylar. *NİRVANA DERYA*



1



5



6

VERSACE







2



3

7



8



9



4

Görünüm

Çizgili pantolonunuzu tek renk bir tişörtle tamamlayarak hem sportif olun hem de karmaşık görünümden kaçının.

1. Etek, ***AMBUSH/ BEYMEN,*** ₺5.100
2. Pantolon, ***MISSONI,*** ₺9.650 **3.** Saat, ***GUCCI,*** 1.150€ **4.** Şapka, ***LORENZO SARAFINI,*** 180€
5. Bilezik, ***ROXANNE ASSOULIN,*** 280€
6. Elbise, ***TWIST,*** ₺399 **7.** Elbise, ***SARA ROKA,*** 457€ **8.** Çanta, ***BY FAR,*** 387€ **9.** Ayakkabı, ***SALVATORE FERRAGAMO,*** ₺5.800


SARAR
SARAR.COM | SHOP.SARAR.COM





CESUR DEKOLTE

Bu sezon parçalarda 'cut-out' dekolte trendi göze çarpıyor. Kıyafetlerde minik bir pencereden teninizin görünmesi bu yaz son derece revaçta.

















Görünüm
Dekolteli elbisenizi topuklu ayakkabıyla tamamlayarak seksi görünebilirsiniz.





1. Gözlük, ***VOGUE,*** ₺420 **2.** Yüzük, ***MORENO,*** ₺174 **3.** Elbise, ***NEWARRIVALS,*** ₺1.590 **4.** Pantolon, ***CULT GAIA,*** 435€ **5.** Küpe, ***LOUIS VUITTON,*** ₺5.000 **6.** Çanta, ***LOUIS VUITTON,*** ₺30.500 **7.** Bluz, ***MAGDA BUTRYM/ BEYMEN,*** ₺8.250 **8.** Elbise, ***NANUSHKA,*** ₺5.500 **9.** Yüzük, ***SWAROVSKI,*** ₺319,89 **10.** Terlik, ***WANDLER/ BEYMEN,*** ₺3.250


EXPECT INNOVATION
Samsonite
Visitor Parking Zone
PROXIS
INNOVATIVE DESIGN
FOR A RESILIENT FUTURE.
SHOP ONLINE | samsonite.com.tr

NOSTALJİK HAVA

Dantelleri bu sezon eteklerden elbiselere, ayakkabıdan çantaya kadar her yerde görmek mümkün. Hem romantik hem de nostaljik görünmeye hazır olun!



1



2



3



4



5



6



7



8



9



10



Görünüm

Sade elbisenizi şık bir kıyafete çeviren dantel; günlük hayattan özel günlere kadar, birçok şekilde kombinleme imkânı yaratıyor.

1. Küpe, ***DIOR***, ₺5.000 **2.** Bluz, ***ALICE + OLIVIA/ BEYMEN***, ₺3.500 **3.** Etek, ***AMEN***, 319€ **4.** Çanta, ***ERMANNO SCERVINO***, ₺3.200 **5.** Gözlük, ***LOUIS VUITTON***, ₺4.250 **6.** Ayakkabı, ***DOLCE & GABBANA***, ₺8.650 **7.** Vizör, ***MONCLER***, ₺1.650 **8.** Elbise, ***SELF PORTRAIT***, ₺3.500 **9.** Bluz, ***IPEKYOL***, ₺299 **10.** Çanta, ***WEEKEND MAXMARA***, Fiyatı henüz belli değil



TÜRK HAVA YOLLARI'NDAN SICAK HABER: ÖDÜLLÜ LEZZETLER GERİ DÖNDÜ

Uluslararası Business Class ve Economy Class uçuşlarındaki ödüllü sıcak ikramlarımız ve sıcak içeceklerimiz yeniden sizlerle.*

Uçuşunuz boyunca zengin ikram çeşitlerimizin keyfine varın.

TURKISH AIRLINES

*Sıcak ikramlarımız 2 saat üzeri uluslararası Business Class ve 2 saat 15 dakika üzeri uluslararası Economy Class uçuşlarımızda servis edilir.

PASTEL RÜYA

Yaz mevsiminin canlılığı ve enerjisinin hayat bulduğu pastel tonlara 'Merhaba' deyin. Bu soft renkler zarif görünmenizi sağlayacak.


5


1




6


2


VALENTINO


7


3

Görünüm
Pastel renkleri ton farkı olmak kaydıyla bir arada kullanarak şık görünün.


8


9


4


10

1. Elbise, ***MAX&CO.***, ₺2.449 **2.** Elbise, ***KNITSS***, ₺950 **3.** Pantolon, ***IPEKYOL***, ₺559
4. Gömlek, ***SPORTMAX***, ₺179 **5.** Çanta, ***LOUIS VUITTON***, ₺41.500 **6.** Küpe, ***ALICE CICOLINI***, 2.340€ **7.** Bluz, ***TWIST***, ₺179
8. Yüzük, ***SUZANNE KALAN***, 5.375€
9. Pantolon, ***LES BENJAMINS***, ₺1.249
10. Ayakkabı, ***HOTİÇ***, ₺239

CAUDALİE

PARIS

Cilt lekeleri üzerinde doğal olarak etkili.

Koyu leke görünümünde azalma

-63% **



Öncesi
İlk gün

Sonrası
56. gün



N°1
Fransız eczanelerinde*

YETKİLİ ECZANELERDE VE CAUDALIE.COM ADRESİNDE.

* IQVIA - PharmaOne – Fransa'daki satış noktalarında leke karşıtı ürünler kategorisinde (82B4 sınıfı)- CMA Haziran 2020 – ciro bakımından. ** Klinik çalışma, dermatolojik değerlendirme, 56 gün, 65 kadının %91'i.

RENKLİ TERCİHLER

Bu sezon güneş gözlükleri renkleniyor. İddialı ve farklı modeller arıyorsanız sayfamıza mutlaka bir göz atın!



1. ***CHIARA FERRAGNI,*** ₺720 **2.** ***BOTTEGA VENETA,*** ₺2.849 **3.** ***MIUMIU,*** ₺3.300 **4.** ***LOUIS VUITTON,*** ₺7.050 **5.** ***BALENCIAGA,*** ₺2.450 **6.** ***PRADA,*** ₺2.400 **7.** ***RAY-BAN,*** ₺1.100 **8.** ***VOGUE,*** ₺500 **9.** ***CHIMI,*** 141€ **10.** ***VICTORIA BECKHAM,*** 271€

Yaz ADIMLARI

YENİ SEZON AYAKKABI ALIŞVERİŞİNE HÂLÂ ÇIKMADINIZ MI? O ZAMAN 2021 İLKBAHAR - YAZ SEZONUNUN YÜKSELİŞE GEÇEN MODELLERİNDEN OLUŞAN DOSYAMIZA BİR GÖZ ATIN! *NİRVANA DERYA*



AQUAZZURA

SİVRİ BURUNLAR

Sivri burun ayakkabılar aramıza geri döndü. Gardırobunuzda bu tarz bir ayakkabı mutlaka bulundurun.


PRADA



1. Ayakkabı, ***MANGO,*** ₺299,99
2. Terlik, ***AYAKKABI DÜNYASI,*** ₺359,99
3. Terlik, ***LOUIS VUITTON,*** ₺6.850
4. Ayakkabı, ***SANTONI/ BEYMEN,*** ₺4.400
5. Ayakkabı, ***ALDO,*** Fiyatı henüz belli değil
6. Ayakkabı, ***ELLE,*** ₺329,9

ŞIK TERLİKLER

Topuklu terlikler sezonun yükselen yıldızlarından. Bu terlikleri spor veya klasik kombinlerinizde kullanabilirsiniz.



1. ***AQUAZZURA/ BEYMEN,*** ₺5.280
2. ***BOTTEGA VENETA/ BEYMEN,*** ₺9.750
3. ***LOUIS VUITTON,*** ₺5.650
4. ***ELLE,*** ₺349,9
5. ***HOTİÇ,*** ₺239,4


VERSACE

YUNAN ESİNTİSİ

Gladyatör stili sandaletleri bu yaz ayağınızdan çıkarmak istemeyeceksiniz.





1. ***ANCIENT GREEK,*** 218€
2. ***STUART WEITZMAN,*** 3.250
3. ***NINE WEST,*** ₺259
4. ***GIANVITO ROSSI/ BEYMEN,*** ₺7.250
5. ***ETRO/ BEYMEN,*** ₺7.559

MİNİK TOPUKLAR

Minik yani 'kitten' topuklu ayakkabılar yeniden popüler. Bu ayakkabılar hem rahat hem de oldukça şık.



1. ***DOLCE & GABBANA,*** ₺9.500
2. ***ELLE,*** ₺370,9
3. ***MANU ATELIER,*** ₺2.655
4. ***PROENZA SCHOULER,*** ₺5.250
5. ***PRADA,*** 706€



MASKÜLEN DOKUNUŞ

Maskülen loafer'lar popülaritesini kaybetmiyor. Özellikle jean'lerinizi tamamlayacağınız bu ayakkabılarla cool görünün.



CHANEL



1. ***DIVARESE,*** ₺899
2. ***HOTİÇ,*** ₺449
3. ***CHURCH'S,*** 620€
4. ***LOUIS VUITTON,*** Fiyatı henüz belli değil
5. ***POLLINI,*** 283€
6. ***CHANEL,*** ₺8.680

RAHAT ADIMLAR

Spor ayakkabılar yine çok havalı. Bu ayakkabılar artık neredeyse tüm kombinlerimizin tamamlayıcısı oldu.



1. ***DOLCE&GABBANA,*** ₺5.750 **2.** ***GUCCI,*** Fiyatı henüz belli değil **3.** ***PACIOTTI 4US/ VETRINA,*** Fiyatı henüz belli değil **4.** ***MONCLER,*** ₺4.950 **5.** ***TIMBERLAND,*** ₺1.1999 **6.** ***ADIDAS,*** ₺969


MIU MIU

DÜZ PLATFORMLAR

Yüksek düz tabanlı sandaletlerle hem boyunuz uzun görünsün hem de rahatlıktan taviz vermeyin.


VERSACE


2


1


3


4


5

1. ***ALDO,*** ₺899 **2.** ***DR. MARTENS,*** 112€ **3.** ***TOD'S,*** ₺5.100 **4.** ***ISABEL MARANT/ BEYMEN,*** ₺3.900 **5.** ***SEE BY CHLOÉ/ BEYMEN,*** ₺3.600

ZİNCİR DETAY

Zincir detaylara sahip modellere mutlaka bir göz atın! Çünkü artık ayakkabıların en favori aksesuarı zincirler olacak.


1


2


4


3


5

1. ***MAGDA BUTRYM/ BEYMEN,*** ₺7.100
2. ***MOSCHINO/ BEYMEN,*** Fiyatı henüz belli değil
3. ***THE ATTICO/ BEYMEN,*** ₺8.450
4. Babet, ***DESA,*** ₺859
5. Babet, ***ELLE,*** ₺379,9


TOM FORD



Markanın yaratıcısı Beril Gülcan.









ÖNE ÇIKAN TASARIMCI

BERİL GÜLCAN

Beril Gülcan, son zamanlarda markası ***Assemblage Studios*** ile dikkat çekiyor. Marka sanat dolu tasarımlarıyla fark yaratırken ilhamını doğadan alıyor. *NİRVANA DERYA*

BİYOGRAFİ: Beril Gülcan 1981 yılında İstanbul'da doğdu. Portre fotoğrafçılığı yapan Gülcan, son zamanlarda analog kolajları ile tanınıyor. Gülcan, New York International Center of Photography'de fotoğraf eğitimini tamamladıktan sonra, Brooklyn'de bir fotoğraf stüdyosu olan Mica Studios'u kurdu. Mica Studios her türlü fotoğraf ve video çekimleri için kiralanan bir stüdyo olmasının yanı sıra birçok başarılı sanatçıyı temsil etmesiyle de tanınıyor. Sekiz sene New York'ta yaşadıktan sonra Türkiye'ye döndü. Hem Türkiye'de hem de yurt dışında fotoğraf/kolaj sergilerine katıldı.

TANINMASI: Gülcan, Covid 19'un başlaması ile İstanbul'daki sokak kısıtlamaları zamanında Assemblage Studios'u yarattı. Bu pandemi süresince kendi ürettiği el yapımı kolajlarını, her biri kendine özgü giyilebilir parçalar hâlinde üretti. Sanatın her zaman hayatında ve hayatımızda yer alması gerektiğini düşünen Gülcan, yarattığı tekstil ürünlerinde de sanata yer veriyor. Markanın mottosu da 'Powered by Art'.

ÇİZGİSİ: Assemblage Studios'un her koleksiyonu, kendi içinde temalardan oluşuyor. Bu temalarla da dünyamızda neler olduğu anlatılıyor. Markanın ilk koleksiyonu 'Lockdown' (Kısıtlama), Gülcan'ın kolajları ile pandemi döneminde global olarak yaşanılan hisleri ve hâlleri anlatıyor. Assemblage Studios'un amacı bir sanatçı komünitesi oluşturup, diğer sanatçılar ile iş birliği içerisinde üretimine devam etmek.



İLHAM KAYNAĞI: Markanın ilham kaynağı bu zamana kadar şehir hayatı, galeriler, müzeler, sinemalar ve sosyalleşmeydi. Bunların hepsi Beril Gülcan için birer ilham kaynağıydı. Fakat yaşadığımız bu pandemi dönemi ile ve bunun daha uzun bir süre devam edeceği gerçeği ile tasarımcı, son zamanlarda şehir hayatından hiçbir ilham alamıyor. Bu zamanlarda sık sık doğada vakit geçirilmesi gerektiğine inanıyor. Bu yüzden de şu anki ilham kaynağı doğa, müzik ve her zaman insanlar. **mc**

NESPRESSO®



BİR FİNCAN YARATICILIK

Nespresso olarak farklı düşünen, sınırları zorlayan ve yaptığı her işe yaratıcılık katanların yanında olmaya devam ediyoruz.
Genç Ustalar Tema Sponsoru olarak
40. İstanbul Film Festivali'ni desteklemekten mutluluk duyuyoruz.

what else?

İKSV FİLM İSTANBUL FİLM FESTİVALİ 2021 TEMA SPONSORU NESPRESSO

Nespresso Boutique: Nişantaşı • Bağdat Caddesi • İstinyePark • Zorlu Center • Vadistanbul • Kanyon • Akasya
tr.buynespresso.com nespresso.tr | 0800 211 01 00 (ücretsiz hat) / 444 20 21



GÜÇLÜ STİLLER

__NetWork__ kadınının güçlü duruşunu yansıtan yeni koleksiyon, günün her saati, her okazyona cevap veren dinamik __parçalar sunuyor.__ NetWork Kadın Koleksiyonu Baş Tasarımcısı __Elif Cığızoğlu,__ yeni koleksiyonu ve kendisi hakkında merak edilenleri yanıtlıyor. NİRVANA DERYA







Bugünlerde neler yapıyorsunuz?
Hayatım uzun zamandır koşuşturma ve bir yerlere yetişme telaşıyla geçiyordu. Durmak benim için lükstü. O yüzden bu dönemde biraz yavaşlayıp, kendimle ilgili şeyleri yapıyorum. Aileme zaman ayırıyor, yeni projelerimi gerçekleştirme yolunda adımlar atıyor, bol bol kitap okuyorum. Özetle kendimi keşfediyorum diyebilirim.

Moda sektörü içinde bulunan biri olarak işinizin sevdiğiniz yanları neler?
İşin mutfağında olmak, özel anlarında müşterilerimin yanında bulunmak, heyecanlarını ve mutluluklarını paylaşıp, hayallerini gerçeğe dönüştürmeye çalışmak... Onların hayatlarına dokunmak, beni her gün yeniden motive eden ve besleyen sebeplerin başında geliyor.


NetWork Kadın Koleksiyonu Baş Tasarımcısı Elif Cığızoğlu.

NetWork ile yollarınız nasıl kesişti?
2013 yılında, kadın koleksiyonu baş tasarımcısı olarak markayla çalışmaya başladım. NetWork'ün tasarıma, tasarımcıya verdiği değer ve kendini sürekli ileriye taşıyan yenilikçi yapısı, her sezon büyük bir mutluluk ve motivasyonla çalışmamı sağlıyor. Modayı, trendleri, güncel tasarım anlayışını ve kumaş teknolojilerini NetWork kadınına en uygun şekilde yeniden yorumluyoruz. Bu yolculukta her gün birbirimize bir şeyler katıyor, yenilikleri birlikte takip ediyoruz.



NetWork 2021 İlkbahar - Yaz kadın koleksiyonunda çıkış noktanız ne oldu?
Bu dönem, yaşayan mekânlarda geçirdiğimiz keyifli vakitlere büyük bir özlem duyuyoruz. Bu kolektif duygu yoğunluğundan yola çıkarak hikâyemizi 'Social NetWork' mottosu üzerine kurguladık. Şehir hayatının özlenen ritmini güçlü bir stil ve birliktelik ruhuyla yansıtmayı amaçladık diyebilirim.

Bu koleksiyonda bizi neler bekliyor?
NetWork kadını, bu sezon dinamik, eğlenceli, modern ve renkli bir kimliğe bürünüyor. Günün her anına uygun farklı temaları içinde barındıran koleksiyonda; fuşya, saks mavisi, narçiçeği gibi canlı renklerin yanı sıra natürel tonları, hayvan desenlerini ve etnik motifleri kullandık. Yüksek kaliteli kumaşlara ve kusursuz kalıplara sahip ceket-pantolon takımları, ışıltılı trikolar ve renk bloklarının hâkimiyetindeki elbiselerle rafine bir şıklık sunduk. Keten gömlek ve bluzları renkli denim pantolonlarla tamamlarken; büstiyer, etek ve şortları leopar deseninin modern yorumuyla farklılaştırdık. Artan konfor ihtiyacını göz önünde bulundurarak tasarladığımız Loungewear seçkimizle, rahat ev görünümlerine lüks bir dokunuş kattık. Renk ve model çeşitliliğiyle öne çıkan ayakkabı ve çanta koleksiyonumuzda ise minimal tasarım kodlarından referans aldık. Gold zincirler ve inci detaylarının başrol oynadığı kolye, küpe ve bileklik tasarımlarımızla da yarattığımız güçlü silüetlerin etkisini pekiştirmeyi hedefledik.



Sürekli bir şeyler üretiyor, yaratıyorsunuz. Motivasyonunuz gittikçe artıyor mu yoksa baştaki heyecan bambaşka bir şey miydi?
Üretmek ve yaratmak benim için kendimi ifade etme şekli. Dolayısıyla her sezon yepyeni bir dünya kurmak, bambaşka kadınlar yaratmak beni çok heyecanlandırıyor. NetWork'ün temsil ettiği modern, dinamik, yenilikçi ve özgün yaşam stili de bakış açımla çok örtüştüğünden, her koleksiyonumu ilk günkü heyecanla hazırlıyorum.

Peki, moda dünyasındaki başarınızın sırrı nedir?
Samimiyet ve çok çalışmak...

NetWork'ü ilerleyen yıllarda nerelerde görebiliriz sizce?
Gündüzden geceye, hafta sonundan tatile, en özel günler de dâhil müşterilerimiz tarafından tercih edilmek, hep başlıca hedefimiz oldu. Her sezon yenileyip geliştirdiğimiz koleksiyonlarımızda, doğa dostu materyallere sahip tasarımlarımızın çeşitliliğini genişletmeyi amaçlıyoruz. Sürdürülebilir moda alanında gerçekleştirdiğimiz çalışmalarla ekosistemin sağlıklı işleyişini desteklemeye devam edeceğiz. **mc**















DİKKATİMİZİ ÇEKEN

ÖZGÜN ÇANTALAR

Allbyb

2018 yılında ***Ayfer Zeybekoğlu*** tarafından kurulan ***ALLBYB*** yüksek kalitede, sürdürülebilir şekilde üretilmiş ***el yapımı çantalarıyla*** dikkat çekiyor.

2018 YILINDA Ayfer Zeybekoğlu tarafından Philadelphia'da kurulan ALLBYB, zanaatkâr kadınları ve yerel ticareti destekleyerek yüksek kalitede, sürdürülebilir şekilde üretilen el yapımı çantalar yaratıyor. Marka, çevreye ve insana saygılı üretim anlayışını benimsiyor. Tasarımdan paketlemeye tüm aşamalarda büyük ölçüde geri dönüştürülmüş ve doğal malzemeler kullanılıyor. Sürdürülebilirlik kavramını 360 derecelik bir bakış açısıyla ele alan ALLBYB, 2021 İlkbahar - Yaz Scent of the Sea Koleksiyonu ile suyun iyileştirici gücünü çanta tasarımlarına yansıtıyor. Doğa dostu materyalleri lüks ve zamansız çantalara dönüştüren ALLBYB, tasarımlarını renklerin büyülü dünyasına konuk ediyor. Marka, 19 parçalık Scent of the Sea Koleksiyonu'yla bizi denizaşırı bir yolculuğa çıkarıyor. Rafya, makrome, etamin ipleri gibi natürel malzemeler ve lacivertten sarıya, mercandan yeşile çok sayıda canlı rengi harmanlayan modeller, geleneksel üretim tekniklerini modern silüetlerle buluşturuyor. Rafine bir zevki yansıtan omuz, el ve plaj çantaları ile portföyler ve mikro çantaların yer aldığı geniş ürün seçkisi, çok yönlü kullanım olanakları sunuyor. İddialı formları, grafik desenleri, püskül detayları ve çarpıcı renk kombinasyonlarıyla ayrıcalık kazanan modellerin her biri, hem gündüz hem de gece şıklığını bohem, dinamik bir tavırla destekliyor. Ürünleri Allbyb.com.tr, Hipicon.com, Lidyana.com, Wolfandbadger.com, Vakkorama.com.tr ve Vakkorama mağazalarında inceleyebilirsiniz. **mc**

AYRICALIKLAR DÜNYASINA HOŞ GELDİNİZ

TURKISH AIRLINES
Miles&Smiles

Hayatınızın her alanında ayrıcalıklı hissettirecek Miles&Smiles dünyası şimdi sizleri bekliyor.



milesandsmiles.com | 0850 333 0 849

RAHAT VE ŞIK GÖRÜNÜM

Artık günümüzde rahat ve şık olabilmek çok önemli. İşte bunun için, adı üstünde ***Groovy Things*** *yani* ***'Harika Şeyler'*** *geliyor. Bu rahat, şık ve kullanışlı koleksiyonda, her yerde cool olabileceğiniz, kurtarıcı tasarımlar bulabilirsiniz.* BURAK ÜÇPINAR







DÜNYA BİR YILI aşkın süredir amansız bir salgınla mücadele ediyor. Salgının başladığı ilk günden bu yana, gıda alışkanlıklarımızdan giyim zevklerimize kadar birçok şey değişime uğradı. Çalışma koşullarımız değişti ve evlerimizde neredeyse dijital dünyaya bağımlı hâle geldik. Fakat yaşadığımız alanların kısıtlanması ve değişen alışkanlıklarımız elbette rahat ve şık görünmemize engel olmadı. Pandemi döneminde belki de hayalini kurduğumuz birçok kıyafeti giyemedik. Fakat uzun yıllar üzerimizden çıkartmak istemeyeceğiz 'rahat kıyafet' anlayışını benimsedik.

İşletmeci Mehmet Davran'ın kurduğu Groovy Things, günlük hayatın içinde de renkli ve şık olup tarzınızdan asla ödün vermeyeceğiniz tasarımlar sunuyor. Tabii Groovy Things'i sadece bir tasarım markası olarak düşünmemek gerek. Çünkü web sitesi ile farklı bir kapı da aralıyor. Editörün seçtikleriyle hayatınız daha da kolaylaşacak ve daha rahat kombinler oluşturacaksınız.

Günümüzde herkes stiline uygun kombin hazırlama konusunda farklı fikirlere sahip. Çoğu stil sahibi modasever, kendi kombinlerini bir başkasının üzerinde görmek istemiyor. Nasıl ki insanların bir karakteri varsa, artık tarzların da kendine özgü farklı kimlikleri bulunuyor.

Bu noktada Groovy Things, tarzınızı konuşturabilmek ve buna bir isim koyabilmek için size oldukça yardımcı oluyor. Kıyafet mi ruh hâlini yansıtır? Ruh hâli mi kıyafete yansır? İşte bu sorular zaman zaman aklımızı kurcalayabiliyor. Groovy Things ürünleri ise tüm bu soruları bir kenara bırakıp gün boyunca değişen ruh hâllerine ayak uyduracak kombinleri bizimle paylaşıyor. Sabah katıldığınız bir toplantıdan, akşam gideceğiniz bir davete kadar her ortama ayak uydurabilen kombinler, gün boyu en büyük yardımcınız oluyor.

Pandemi öncesinden kendini hissettirmeye başlayan rahat ve şık görünüm anlayışı, artık hepimizin hayatında kalıcılığını garantiledi. Daha öncesinde yan yana gelmesi imkânsız olarak düşünülen bu iki gusto, artık hayatlarımızın ayrılmaz bir ikilisi. İçinde bulunduğumuz ve yoğun stres altında olduğumuz bugünlerde Groovy Things, bizim için harika kombinleri bir araya getiriyor. Tasarımlarıyla hem zamandan kazanmamızı hem de şıklıktan ödün vermememizi sağlıyor. Birbirinden rahat ve şık kombinleri siz de Groovy Things sayesinde deneyimleyip 'Bugün ne giyeceğim?' derdine artık son verebilirsiniz. Şimdi yapmanız gereken tek şey kendinize 'Harika Şeyler' edinmek! mc



Shopper Çanta, ₺469,95



Keten Elbise, ₺499,95



Wide Leg Chino Pantolon, ₺399,95



Keten Gömlek, ₺699,95



Tencel® Tişört, ₺299,95



Dolgu Topuklu Espadril, ₺399,95

İLHAMIM ANNEMDEN

SONSUZ SEVGİLERİ VE ŞIK GÖRÜNÜMLERİYLE İLHAM VEREN ANNELERİMİZİ MUTLU EDECEK EN ÖZEL HEDİYELER MARKS & SPENCER'DA!

Doğadan ilham alınan renkler, nefes alan yumuşacık pamuklu dokular ve farklı kombin seçeneklerine sahip alternatifleriyle Marks & Spencer 2021 İlkbahar/ Yaz Koleksiyonu ile karşımızda! Marks & Spencer'da farklı tarz ve vücut tiplerine uygun hediye alternatifleri bulmak mümkün.

Tek parça şıklığı sunan elbiseler, %100 keten gömlek ve pantolonlar ve stil görünümlerine son dokunuşu sağlayan aksesuarlar, hediye alışverişlerinizde dikkat çekici alternatifler sunuyor. Annenizi şımartacak ve onun kendisini daha iyi hissetmesini sağlayacak hediye seçenekleri de oldukça dikkat çekici. Floral notalara sahip bitkisel içerikli kişisel bakım koleksiyonu da annelerimizin günlük hayatlarının vazgeçilmezi olmaya aday. Anneler Günü'ne özel kampanya ve ayrıcalıklardan faydalanmak, Anneler Günü hediye önerilerini keşfetmek için Marks & Spencer Mağazalarına ve marksandspencer.com.tr'ye davetlisiniz!

marksandspencer.com.tr



Keten Şort, ₺369,95

MARKS & SPENCER
LONDON



Pileli Midi Elbise, ₺369,95

Discover Serisi
Water Jasmine
Fresh Lychee
White Coconut
30ml, ₺69,95
100ml, ₺99,95



/marksandspencerturkiye



STİL PEŞİNDE

*'Sarah Made Me Do It' blog'u ile tanıdığımız **Sarah Deniz Coleman** ile moda ve trendler üzerine konuştuk. Aynı zamanda **bir piyanist olan Sarah, kadınların** neler başarabileceğinin en güzel örneklerinden.* SELİN ÇETİN

Modaya olan ilginizi ne tetikledi? Influencer olma yolculuğunuzdan bahsedebilir misiniz?
Kendimi bildim bileli modaya karşı ilgim vardı. 15-16 yaşındayken bile saatlerce yeni gelen şeylere bakıp kendimce kombinler yapardım. Mimar Sinan Üniversitesi Konservatuvar Piyano Bölümü mezunuyum. Daha sonra Coventry Üniversitesi'nde dijital medya master'ı yaptım. Blogger ya da şimdiki adıyla influencer olma fikri birdenbire oluşmadı. Cesaret edip karar verdiğim nokta, Instagram hesabı açıp kıyafetlerimi paylaşmakla başladı. Bu adımdan sonrası hep yavaş yavaş gelişen bir süreç. Fakat bu, çok çalışma ve efor gerektiren bir iş.

Trendlere göre hareket etmek sizce önemli mi?
Hem evet hem hayır... Bence modayı seven herkes için trendler önemli. Ben gerçekten her yeni sezonu ve trendleri dört gözle bekliyorum. Ama bir de kişisel tarz ve stil denen bir kavram var. Eğer trendler stilime uygun değilse, hiç denememeyi tercih ederim. Son zamanlarda ünlülerin ve influencer'ların sadece 'trend' diye aynı markaları ve aksesuarları giymesini ilham verici bulmuyorum. Kendi öz stiline uygun ama trend parçaları da kullanmayı seven kişilerin, her zaman daha etkileyici ve ilham verici olduğunu düşünüyorum.



Çalıştığınız markaları neye göre ve nasıl seçiyorsunuz?
Her markaya saygım var. Özellikle genç girişimci markalarla elimden geldiğince iş birliği yapmaya çalışıyorum. Londra'da yaşayan ve çalışan bir Türk kadını olarak, mümkün olduğunca Türk markalarla çalışmaya özen gösteriyorum. Bu zamana kadar Guerlain, Dior, Roland Mauret, Iro Paris, Fusalp, Amanda Wakeley, Harvey Nichols, Revolve gibi birçok global marka ile çalışma fırsatım oldu. Doğal ve otantik bir platform oluşturmak benim için çok önemliydi. 'Asla' dediğim markalar arasında kürk tasarımları olan ve hayvanlar üzerinde test yapan kozmetik markaları var.

Dünyadaki influencer'lardan en beğendiğiniz ve ileride birlikte iş birliği yapmak istediğiniz isimler var mı?
Severek takip ettiğim, stilini ve duruşunu beğendiğim birçok isim var. Bunların başında Pernille Teisbaek,







Rachel Araz, çok sevdiğim arkadaşım Zeynab El-Helw geliyor. Kendi stillerine sadık kalarak, birçok başarılı iş birliği yapan, tanışıp çalışmak istediğim daha çok fazla isim var.

Dergimize özel bir çekim gerçekleştirdiniz. Çekimde Dice Kayek'in son koleksiyonunu taşıdınız. Çekim nasıl geçti ve koleksiyon size neler hissettirdi?

Çekim gerçekten çok eğlenceli geçti. Bahar olmasına rağmen Londra, güneş altında bile hâlâ soğuktu. Ama kıyafetler o kadar renkli ve neşeli ki, hepimizin içi ısındı. Koleksiyonun sunduğu sarı, turuncu, pembe, mavi ve yeşil renk paleti çok güzel bir enerji yaratıyor. Büyük yakalar, fiyonklar, fırfır detaylar koleksiyona bir oyun hissi veriyor. Dikkat çekici ve oversized silüetlerin yer aldığı, oldukça başarılı ve şık bir ilkbahar - yaz koleksiyonu olduğunu düşünüyorum. mc





2



1

1 ŞANS GETİRSİN

Günümüzde en çok ihtiyacımız olan şey sanıyorum ki, şans. Ucunda 14 ayar altın uğurböceği sembolü olan bu Sydney Evan bileziği ben çok sevdim. Şans getirsin!

2 YAZ GELİYOR

Celine'in yeni kampanya görselleri yazın yaklaştığını bize hissettiriyor. Hedi Slimane'in objektifine poz veren Kaia Gerber, sportif bir stille karşımızda.

3 TAM ZAMANI

Jean ceketleri gardıroplardan çıkarmanın şimdi tam zamanı. Ben L'Agence'nin Janelle modeline bayıldım.

4 GÖZLÜKSÜZ OLMAZ

Güneş gözlüğünün bir mevsimi olmasa da yaz yaklaşırken koleksiyona yenilerini eklemekten vazgeçemeyiz. Çoğu gözlüğüne bayıldığım Le Specs'in bu Hidden Treasure modeli bu yaz benim favorim.

5 KURTARICI PARÇA

Daha da sadeleştiğimiz bahar aylarında clutch'lar en büyük yardımcımız. Valentino'nun bu modeli, hem gündüz hem de gece için harika bir seçim.



3



4



5



6

6 ŞAPKALAR HAZIR MI?

Yaz aylarının vazgeçilmez parçalarından biri de tabii ki şapkalar. Ben özellikle hasır olanlarını çok seviyorum. Tommy Hilfiger'ın bu modeli bizi âdeta tatile davet ediyor.



7

7 ŞIKLIĞA ÖZLEM

Rahatlığımızın ön plana geçtiği bugünlerde, şık ve göz alıcı olmayı da özledik. Bu konudaki en büyük tamamlayıcımız topuklu ayakkabılar. Aquazzura'nın bu Cece modelini ben çok sevdim.

MODA ALARMI

MC EDİTORYAL DİREKTÖRÜ ***GÖZDE EYİBİLİR***'DEN
'SON' MODA HABERLERİ...





SÜRDÜRÜLEBİLİR MODA

MANGO ÜRÜNLERİNİN YÜZDE 79'U SÜRDÜRÜLEBİLİR ÖZELLİKTE… MANGO, 'POSIDONIA LAB' ADLI PROJEDE KORUMA, İNOVASYON VE DENİZ EĞİTİMİ İÇİN ÖNERİLERİNİ GÜÇLENDİREREK VELLMARÍ DERNEĞİ'NE DESTEK OLACAK.

Mango, sürdürülebilirlik konusunda ilerleme kaydetmeye devam ediyor. Marka, daha etik ve sürdürülebilir bir moda endüstrisine katkıda bulunmak gibi büyük ve zorlu bir hedefi gerçekleştirmek için çevre üzerindeki etkisini azaltan girişimlerde bulunuyor. 2019'da Moda Paktı'nın (Fashion Pact) imzalanmasından bu yana Mango, emisyonların ve atıkların azaltılması, döngüsel ekonomi, biyolojik çeşitlilik, şeffaflık ve izlenebilirlik gibi alanlarda verdiği sözler doğrultusunda sağlam adımlar atıyor. Mango'nun Committed Koleksiyonu, markanın farklı koleksiyonlarının sürdürülebilir özelliğe sahip tüm ürünlerini kapsayan, kalıcı bir koleksiyon haline geldi. Bu sezon, Mango ürünlerinin %79'u bu koleksiyonunun bir parçası ve marka 2022'de bu oranın %100'e ulaşmasını bekliyor. Sürdürülebilir elyafların kullanımı ve süreçlerin uygulanması, çevre üzerindeki etkiyi azaltıyor ve döngüsel bir ekonomiye katkıda bulunuyor. Sürdürülebilir elyafların kullanımıyla ilgili olarak Mango, 2025 yılına kadar koleksiyonlarında %100 sürdürülebilir pamuk ve % 50 geri dönüştürülmüş polyester bulunmasını hedefliyor. 2030'da ise selülozik liflerin %100'ünün kontrollü bir menşeye sahip olmasını (liyosel, viskon ve modal vb.) ve bunun izlenebilir olmasını amaçlıyor. Biyoçeşitlilik konusuyla ilgili Moda Paktı'nın imzalanması ile verdiği sözlerin bir parçası olarak marka, önümüzdeki Nisan ayından itibaren, Manu San Félix öncülük ettiği Vellmarí Derneği ile bir iş birliğine başlayacak. Biyolog, dalgıç, fotoğrafçı ve National Geographic kâşifi olan Manu San Félix'in amacı; insanları doğaya yaklaştırmak, onları büyülemek ve onlara okyanusların hayatımızdaki önemini anlamaları için ilham kaynağı olmak. Mango; derneğin, Akdeniz'de endemik bir tür olan Posidonia'nın korunması için yenilik, araştırma, deniz eğitimi ve farkındalığı birleştiren öncü koruma projesi olan Posidonia Lab'ı destekleyecek. Bunun dığında Mango, tedarik zincirindeki plastik ambalajları kâğıt ambalajlarla değiştirme projesine de devam ediyor. Yeni mağazaların tasarımında enerji verimliliğini artırmak ise şirketin üzerinde çalıştığı başka bir proje… Bunun gerçekleştirmek için, yeni mağaza konseptinde daha eko-verimli bir aydınlatma sistemi kullanacak. Ayrıca doğal boyalar, geri dönüştürülebilen materyaller gibi sürdürülebilir malzemeleri içeren bir tasarıma önem veriyor. 2020 yılında Moda Re ile birlikte yürüttüğü geri dönüşüm projesiyle de 42 ton kullanılmış kıyafet topladı.

marie claire MAN

TÜRKİYE



MARIE CLAIRE MAN YENİ SAYISIYLA BAYİLERDE!

Mücevher & saat



POMELLATO/ SABBIA KOLEKSİYONU



1

Yalın Sıklık
Pomellato Nudo kolye gündüzden geceye stilinizi tamamlayacak en şık seçenek.

2

3

4

5

ZARİF IŞILTI

Akuamarin taşlı tasarımlar, her zaman zarif ve şık. Bu taşların süslediği tasarımlar size farklı bir hava katacak.

NİRVANA DERYA

6

7

8

9

1. Kolye, ***POMELLATO,*** Fiyatı istek üzerine **2.** Küpe, ***KARUN,*** Fiyatı istek üzerine **3.** Saat, ***HARRY WINSTON,*** Fiyatı istek üzerine
4. Yüzük, ***SELDA JEWELLERY,*** ₺14.250 **5.** Küpe, ***MATEO,*** 4.320€ **6.** Kolye, ***BULGARI,*** Fiyatı istek üzerine **7.** Kolye, ***IRÈNE NEUWIRTH,*** 13.380€
8. Küpe, ***GILAN,*** Fiyatı istek üzerine **9.** Yüzük, ***ATASAY;*** ₺1.290

FOTOĞRAF: DE GRISOGONO



METT
HOTEL & BEACH RESORT
BODRUM

Book your stay at METT Bodrum, the newest lifestyle destination of the Turkish riviera.
T. +90 252 316 48 48
mettsocialliving.com/bodrum



İHTİŞAMLI TASARIMLAR

Cartier,** ikonik koleksiyonlarının yeni edisyonlarını, Watches & Wonders 2021 kapsamında sundu. Tanıtılan tüm tasarımlar, Maison'un yaratıcılığını yansıtan, çok yönlü, çeşitli ve birbirini tamamlayan parçalar. Bu koleksiyonlara ait saat modelleri **farklı, iddialı ve göz kamaştırıcı.

CARTIER'NİN WATCH & WONDERS 2021 kapsamında sunduğu yeni mücevher saatleri Reptilis, Rosary ve Panthère Songeuse ve bunların dışında Libre ve Ballon Bleu de Cartier modelleri oldukça dikkat çekici. Cartier'nin yüksek standartları ve tasarım vizyonu, Maison'un kusursuz form ve şekil arayışını tutkuyla sürdürmesini sağlıyor. Markanın tasarım ekipleri kreatif sınırlarını sürekli zorluyor. Forma yönelik eksiksiz ustalığa ulaşma gayreti, zaman içerisinde markanın âdeta imzası hâline geldi.



Yılan Figürü
Cartier Libre Tortue Snake saat, dikkat çekici kasa tasarımıyla oldukça farklı ve şık.

LIBRE KOLEKSİYONU

Cartier Libre Koleksiyonu her sene Maison'un repertuarına imza şeklinde saatler ekliyor. Cartier Libre Baignoire Tortoise ve Cartier Libre Tortue Snake saatler, koleksiyonun en yeni parçaları. Kaplumbağadan ilham alan Tortoise, dönüşmek için sıra dışı ve imza niteliğinde bir Cartier tasarımı yaratıyor. Cartier, bir kabuğu andıran materyaller kullanarak buff-top kesim taşların pürüzsüzlüğü ve pırlanta diziliminin taneli yapısı arasında kontrast oluşturuyor. 1912'de tasarlanan Tortue'nun yeni versiyonu için ise yılan derisinden ilham alındı. Saat, pul motifleri ve mavimsi veya açık gri tonların hüküm sürdüğü, açık bir arka planda süzülen halkalı kıvrımlarla bezendi. Her iki saat de sadece 50 adet olarak, sınırlı sayıda üretildi.



Tamamı pırlanta bezeli bu saat Panthère figürü ile âdeta göz kamaştırıyor.

Bu modelin mine kaplaması da oldukça şık ve gösterişli.

Pırlanta bezeli bu saat deri kayışı ile zarif bir tercih.

Panthère Gücü

Markanın ikonik Panthère figürü bu koleksiyonda da oldukça iddialı tasarımlarla bir araya geliyor.

PANTHÈRE SONGEUSE

Cartier, ikonik Panthère kıymetli saatlerinin muhafızı hâline getirdi. Panthère'in yeni yorumunu, üç sıra dışı saat ile bize sundu. Pırlantalar, akiklerle dolu benekli ve kürk formunda bir kol saatinde ilk kez görüldüğü 1914'ten bu yana Panthère, Cartier'nin özel imzası oldu. Marka bugün her zamankinden daha çok Panthère'le ilişkilendiriliyor. Mücevher bir saat mi, yoksa saati gösteren bir mücevher mi? Cartier'nin el becerisini gerektiren bu tasarımlar, her biri gerçekçi biçimde yorumlanan üç edisyonla karşımızda. Pırlanta bezeli iki saatin mücevherdeki ustalığı ve üçüncü saatin mine kaplaması. Zanaatkâr elinden çıkan bu mineleme tekniği, La Chaux-de-Fonds'daki Maison des Métiers'nin sayısız uzmanlık alanlarından bir tanesi. Maison des Métiers, 2014'ten bu yana Cartier'nin uzmanlık, beceri gelişimi ve sürekliliğine yönelik taahhütlerini destekliyor. Saat yapımında az görülen uygulamaların ortaya çıktığı bu sıra dışı mekânda; Cartier'nin uzun yıllara yayılan çalışmaları, beklenmedik olanı ortaya çıkarmak üzere devam ediyor. Önceki nesillerden yadigâr teknik bilgiler burada inovasyonun itici gücü oluyor.

BALLON BLEU DE CARTIER SAAT TANITILDIĞI İLK GÜNDEN BU YANA BÜYÜK İLGİ GÖREN BİR MODEL.



Bordo timsah derisi kayışa sahip bu saat oldukça zarif.



Pembe altın bu modelin bezelinde 52 adet pırlanta bulunuyor.



Ballon Bleu de Cartier'nin çelik modeli oldukça şık.

Ballon Blanc de Cartier, bezelindeki 36 adet pırlantası ile göz kamaştırıyor.



BALLON BLEU DE CARTIER

Ballon Bleu de Cartier, tanıtıldığı ilk günden bu yana saat severlerden büyük ilgi görmeye devam ediyor. Gerçek bir Cartier imzası olan Ballon Bleu de Cartier, Maison'un âdeta tasarım simgesi. Saf çizgiler, kesin oranlar, değerli ayrıntılar ve şekli... Bu saat her yönüyle bir uyum içinde diyebiliriz. Marka, hem erkek hem de kadın bileklerini aynı zarafetle süsleyen yeni 40 mm boyutuyla koleksiyonunu tamamlıyor. Ayrıca bu yeni sürüm, altın veya çelik bileziği herhangi bir alet kullanmadan kendi başınıza alternatif bir kayışla değiştirmenize olanak tanıyan, yeni bir özellik sunuyor. Yani istediğiniz ve sıkıldığınız an metal bileklikten deri kayışlara geçiş imkânınız olacak. Bu yenilik, mevcut modellerin çoğuna uyarlanabiliyor ve koleksiyonun tamamına da uygulanacak. Modelin kasası, 18 ayar pembe altın ve paslanmaz çelik malzeme seçenekleri ile sunuluyor. Modeller gücünü, in-house tasarlanıp üretilen, Caliber 1847 MC mekanizmadan alıyor. Bunun dışında Ballon Blanc de Cartier modeli ise bezelinde konumlanan 36 adet ve saat dört yönündeki bir adet büyük pırlantasıyla dikkat çekiyor.



ROSARY SAAT

İşte karşınızda çizgileri belirsiz hâle getiren, saat işçiliği ve mücevherat kurallarını alt üst eden bir saat; Cartier Rosary... Saat âdeta bir mücevher gibi ışıl ışıl parlıyor ve göz kamaştırıyor. Bu saatle sınırlar kalkıyor. Geometrideki zarafet, kadranın kalbine kadar rastgele dizilimlerin zenginliğiyle ön planda. Her şeyin grafik olarak işlendiği bu zarif tasarım, yuvarlak ve kare arasındaki uç noktalara ulaşıyor. Biçimlerin temposu, Art Deco etkisini andıran küçük siyah karelerle bezenmiş kıvrımlı disklerin ritmik ilerleyişiyle ortaya çıkıyor. Saatin 12 konumunda ise yine siyah ve kare şeklindeki tek saat markacı yer alıyor.



Geometrik Görünüm
Geometrik yoruma sahip bu saat yuvarlak ve karenin uyumunu gözler önüne seriyor.





Işıltılı Duruş
Saatin merkezinde bulunan dikdörtgen kadran dört pırlanta saat markacıyla dikkat çekiyor.



REPTILIS SAAT

Büyük mücevher geleneğine ait Reptilis gece saati, zarafeti, tasarımındaki ustalığı ve parıldayan taşlarıyla öne çıkıyor. Değerli bir brokar işlemeli kumaş misali, pırlantalarla bezeli şevron motifler birbirine geçerken, prenses kesim pırlanta köşelere kavuşuyor. Bu hareketli parçalar, kıymetli pullar gibi bileği esnek ve açılıp kapanabilen bir kurdeleymişçesine kavrıyor. Merkezde bulunan dikdörtgen kadran, dört pırlanta saat markacıyla öne çıkıyor. Işık gözleri kamaştırıyor, her yere yansıyor ve yayılıyor. Sürüngen bir hayvandan esinlenen yeni yorumuyla karşımıza çıkan ve oldukça kıymetli bu parça, hareket hâlindeki çekiciliğiyle çok şık. **mc**



Markanın kurucusu Ebru Demirci.









DİKKATİMİZİ ÇEKEN

MODÜLER TASARIMLAR

Ebru Demirci, *markası* ***Pavo Design****'ın sıra dışı ve minimal tasarımlarıyla dikkat çekiyor.*





BİOGRAFİ: Kuyumcu bir aileden gelen Ebru Demirci, grafik tasarımı eğitimi ile zanaatı bir marka altında birleştiriyor. Zamansız tasarım ve yenilikçi hayal gücü fikriyle yola çıkan Pavo Design, sıra dışı ve minimal mücevherleriyle tasarımda işlevselliği, günlük şıklığı ön plana çıkarıyor. Kapalıçarşı'daki atölyelerde kuyumculuk zanaatını ustalarından öğrenen Demirci; el çiziminden, bilgisayarda modellemeye, sadekârlıktan mıhlamaya, mine işçiliğine her ürünü, atölyesinde kendisi tasarlıyor.

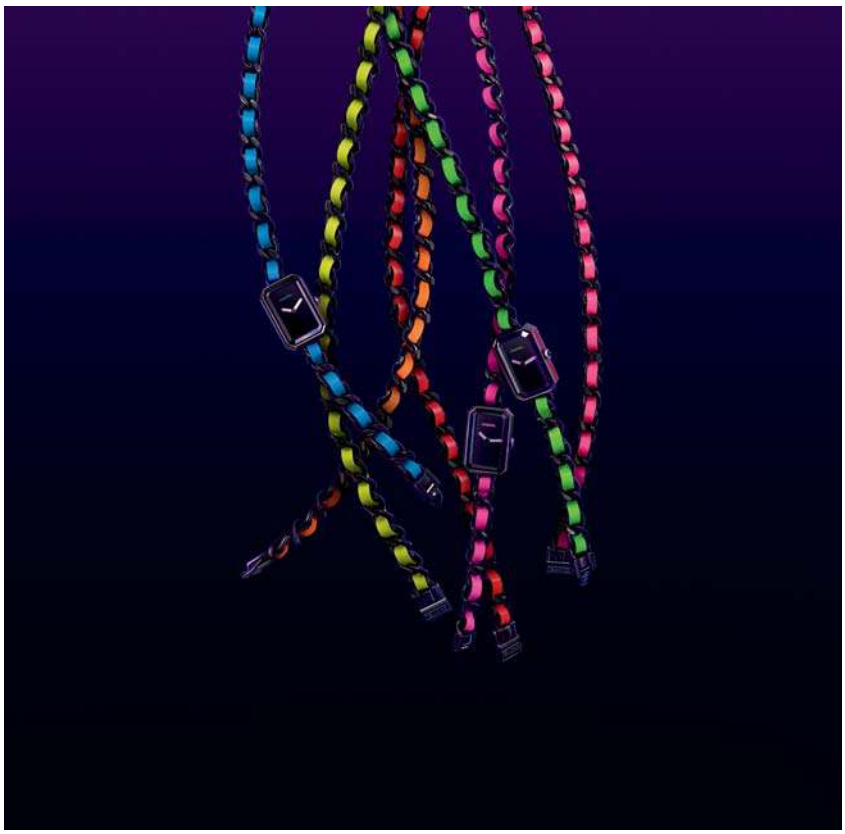
TANINMASI: Pavo Design'ın bilinirliği, Ball Koleksiyonu ve Beymen'e özel hazırlanan koleksiyon sayesinde arttı. Markanın ürünlerini Nuruosmaniye'deki mağazasında ve Pavodesign.com.tr'de incelenebilir. Beymen için hazırlanan P-Coin Koleksiyonu da Beymen Zorlu'da ve online olarak sergileniyor. Sadeliği ve hikâye anlatımını sevenlere hitap eden Pavo Design, güvenilir ve sevilen bir marka olma yolunda emin adımlarla ilerliyor.

ÇİZGİSİ: Karmaşık olmayan silüetlere ve zarif çizgilere sahip marka, modüler mücevher konseptine bağlı kalarak çok yönlü bir hikâye anlatmayı amaçlıyor. Zarif, şık, sade ve her zaman kullanılabilen tasarımlar, gündüz şıklık, geceleri ise ışıltı arayanlara hitap ediyor. Tasarımların tamamı 14 ayar altından, Swarowski taşlardan, Demirci'nin bizzat yaptığı el işi minelerden ve eskitme sikkelerden oluşuyor.

İLHAM KAYNAĞI: Gündüzden geceye stilinizi en iyi yansıtan, duruma göre abartıya veya hafife kaçmayan mücevheri bulmak, klasik bir gardırop ikilemidir. Pavo Design tam olarak bu ikilemi ortadan kaldırmak amacıyla doğan, ilhamını şehirli kadınların günlük hayatından alan bir marka. Zamansız tasarımlarıyla hem geçmişe hem de geleceğe göz kırpıyor. Beymen için tasarlanan P-Coin Koleksiyonu, paranın ilk bulunduğu bu topraklara ve altının zarafetine bir gönderme olarak, sikkelerden ilham alıyor. mc

IŞILTIDAN NE HABER?

MC ALIŞVERİŞ VE MÜCEVHER EDİTÖRÜ ***NİRVANA DERYA***, YÜKSEK IŞILTININ NABZINI TUTUYOR.



NEON ŞIKLIK

CHANEL **YENİ KAPSÜL KOLEKSİYONU** CHANEL ELEKTRO İLE KARŞIMIZDA! GRAFİK TASARIMA SAHİP BU KOLEKSİYONA AİT SAATLER CANLI RENKLERİYLE DİKKAT ÇEKİYOR. BİLEĞİ ÇEVRELEYEN KAYIŞLAR, SİYAH İLE BİRLİKTE NEON RENKLERDEN OLUŞUYOR.



Yeni Koleksiyon

Melis Goral Jewelry'nin Guardian Koleksiyonu'na eklediği yeni kapsül koleksiyonu, incelikle işlenmiş ve her detayı ile çarpıcı göz tılsımlarıyla büyülüyor. Tasarımcı bu sefer de alışılagelmiş göz formunu kendi çizgisiyle yorumluyor.



İNCİ ZARAFETİ

Bonchikas ilhamını, 'Pearl& Gold Story'den alıyor. Tasarımlarda incinin zarafeti ön planda. Altın kaplama detaylar ve doğal taşlar bu zarafeti şıklığa dönüştürüyor. Taşlarla renklendirilen koleksiyon sezonun renkleri ön planda tutularak güncelleniyor.



Zamansız Hediyeler

Altınbaş stil sahibi annelerin zevklerine hitap eden tasarımları ile dikkat çekiyor. Markanın Anneler Günü için hazırladığı özel koleksiyonda, elmas yüzüklerden, pırlanta kolyelere; altın küpelerden, renkli taşlı bileklikler kadar her yaş ve zevke uygun takılar yer alıyor.



KIRMIZI TASARIM

YENİ PANERAI PICCOLO DUE MADREPERLA SAAT KIRMIZI RENGİYLE DİKKAT ÇEKİYOR. İTALYAN ZEVKİNİN ÇOK YÖNLÜ VE EKLEKTİK İFADESİ, SOFİSTİKE ESTETİK ÖZELLİKLERLE DENGELENEN GELİŞMİŞ MATERYAL KULLANIMI İLE FARKLI BİR MODEL.

MÜCEVHER



UNUTULMAZ BİR GÜN

Bu Anneler Günü'nü unutulmaz kılmak adına neden annenize zamansız olduğunu hatırlatmayasınız? Altın bir OMEGA Constellation veya saatten ilham alan zarif bir mücevher... Seçiminizi yapın!



DOĞAL TAŞLAR

BONJOUK STUDIO, DOĞAL TAŞLARI KULLANARAK **TASARLADIĞI KOLEKSİYONLARIYLA** MODERN BİR MASAL ANLATIYOR. TASARIMA VE EL EMEĞİNE VERDİĞİ DEĞERLE ÖNE ÇIKAN MARKA ŞIK PARÇALARIYLA DİKKAT ÇEKMEYİ BAŞARIYOR.



BAŞTAN ÇIKARICI

Rado, güç ve baştan çıkarıcı gizeme sahip, zamansız malzemeleri yıllarca keşfettikten sonra, yeni bir serisini tanıtıyor. Olağandışı maddelerin ustası, Fransız-Avusturyalı özgün tasarımcı Marina Hoermanseder ile birlikte Captain Cook modelinin yepyeni bir versiyonu karşınızda!



İKONİK SEMBOLLER

Pandora'nın Anneler Günü Koleksiyonu, annenize şık hediye alternatifleri sunuyor. Bu yeni koleksiyonu; sevgiyi ve minnettarlığı temsil eden kalp, sonsuzluk ve aile ağacı gibi ikonik semboller oluşturuyor.



Ezber BOZAN

Ezberleri bozan simgesel kenarları ile bileğe takılan ilk sanat eserlerini yaratan Richard Orlinski, 2017'den bu yana sanatsal dokunuşlar ile İsviçre saatçiliğini birleştirerek Hublot Classic Fusion Orlinski'yi yaratıyor.



ANNELERE ÖZEL

Ariş Pırlanta, Anneler Günü'ne özel prenses kesim pırlantalardan hazırladığı modelleriyle, şık hediye seçenekleri sunuyor. Bu parçalarla annenize olan sevginizi en güzel şekilde ifade etmeye ne dersiniz?



Nazar Değmesin

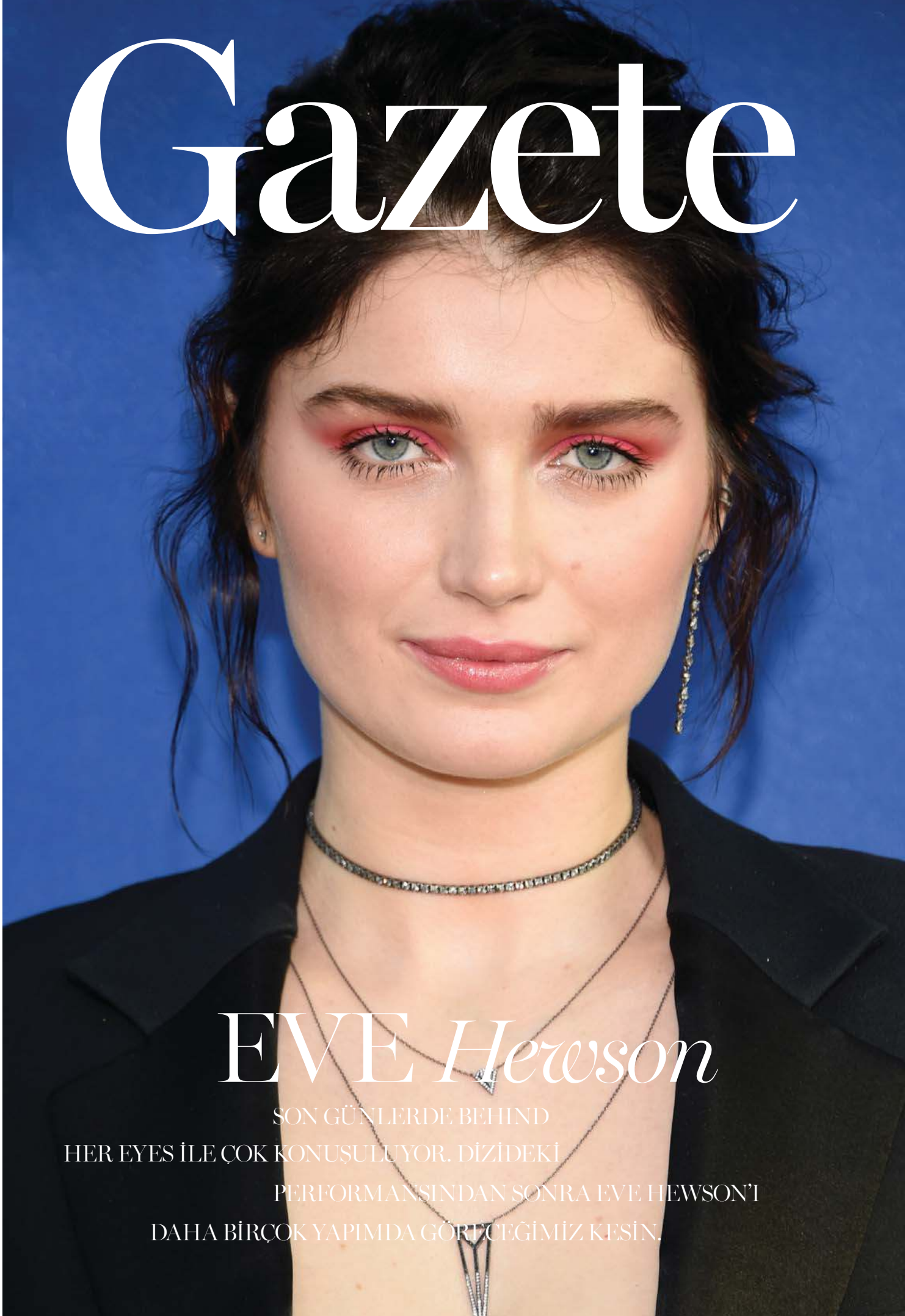
Ayşe Rodoslu, Anneler Günü'nde Nazar Koleksiyonu'ndan tasarımlarıyla karşımızda. 14 ayar altın üzerine mercan ve turkuazlarla hayat bulan tasarımlar oldukça şık.



DİKKAT ÇEKİCİ TASARIMLAR

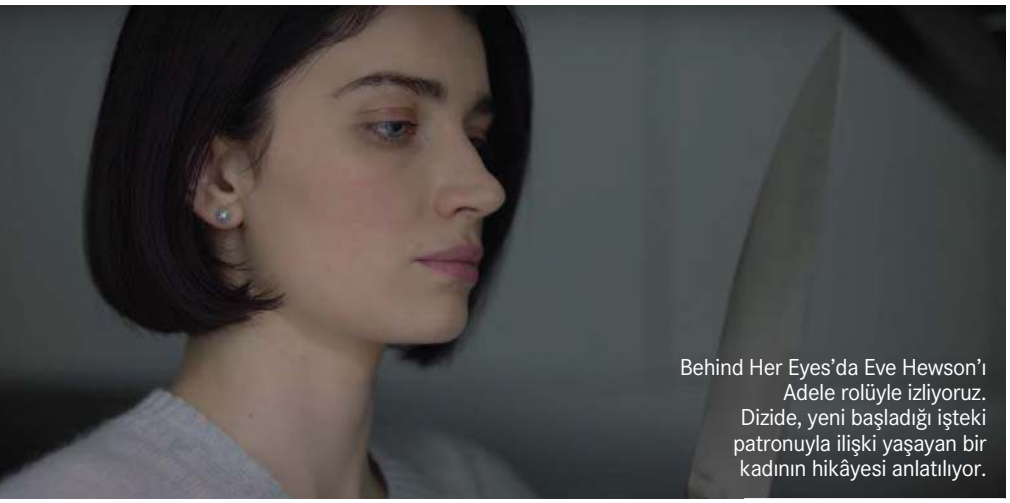
Begüm Khan'ın kendine özgü küpeleri ve şık çantaları, Hollywood yıldızları tarafından kullanılmasıyla dikkat çekiyor.

Gazete



EVE *Hewson*

SON GÜNLERDE BEHIND HER EYES İLE ÇOK KONUŞULUYOR. DİZİDEKİ PERFORMANSINDAN SONRA EVE HEWSON'I DAHA BİRÇOK YAPIMDA GÖRECEĞİMİZ KESİN.



Behind Her Eyes'da Eve Hewson'ı Adele rolüyle izliyoruz. Dizide, yeni başladığı işteki patronuyla ilişki yaşayan bir kadının hikâyesi anlatılıyor.

YÜKSELEN YILDIZ

İrlandalı oyuncu ***Eve Hewson*** kariyer merdivenlerini hızla tırmanmaya devam ediyor. Başarılı ismi daha yakından tanıyoruz. *SELİN ÇETİN*





"İsminizi sosyal medyadan aratmak gerçekten kendinize olan saygınız ve akıl sağlınız için çok kötü. Aslında yapmamam gerekiyordu ancak ben de ismimi arattım. Öncelikle komik paylaşımları gördüm; çok eğlenceliydi. Olumsuz tepkilerle karşılaşacağımı biliyordum. Ama hayal ettiğim gibi olmadı. Çok olumlu geri dönüşler aldım ve bu benim için harika bir geri bildirim oldu."

"Enough Said filminde James Gandolfini'nin kızını oynamak, böyle bir usta ile çalışmak benim için çok önemliydi. Kendimi çok şanslı hissettim. O zamanlar 20 yaşındaydım. Hem onunla hem Julia Louis-Dreyfus ile birlikte rol almak inanılmazdı. Her zaman yeni bir şeyler denemem için beni yüreklendirdiler. Filmden kısa süre sonra James Gandolfini'yi kaybetmek. Hepimiz için çok üzücü oldu. Bu yolculukta çok iyi bir dostluğumuz olmuştu."

"Annem küçükken sessiz, utangaç ve ilginç olduğumu söylerdi. Ama komedi konusundaki zamanlamam her zaman iyiymiş. Çok sessiz olurdum ve sonra birden şaka yapar; herkesi güldürürdüm. Saçlarımı hep kısa kestim çünkü ET'ye takıntılıydım ve Elliott olmak istiyordum. Üç yıl boyunca herkesin bana Elliott demesini istedim. Artık acı çekecek kadar utangaç değilim ama evet, gençken biraz münzevi biriydim."

"Behind Her Eyes dizisindeki karakterimi çok sevdim. Bir karakteri oynarken hiç bu kadar eğlenmemiştim. Çok eğlenceliydi çünkü tiyatral olan yüksek bir dram unsuru vardı. Ters köşeleri nedeniyle, Adele'i nasıl yorumlayabileceğime dair pek çok olasılık vardı. Çok keyif aldım."

ROL ALDIĞI YAPIMLAR

GENÇ OYUNCUNUN YER ALDIĞI DİZİ VE FİLMLERE BİRLİKTE GÖZ ATIYORUZ.



PAPER YEAR

Romantik drama türündeki filmde, birbirini çok seven ve yeni evli iki gencin evlendikten sonra karşılaştığı problemler anlatılıyor.



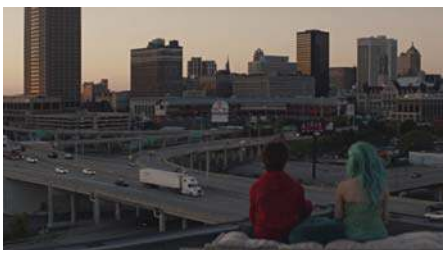
TESLA

2020 yılında vizyona giren film bilim insanı Tesla ve J.P. Morgan'ın kızı Anna ile yollarının kesişmesini konu alıyor.



THE LUMINARIES

1860'lı yıllarda geçen dizi, yeni bir hayata başlamak için Lonra'dan Yeni Zellanda'ya gelen iki gencin hikâyesini anlatıyor.



THE TRUE ADVENTURES OF WOLFBOY

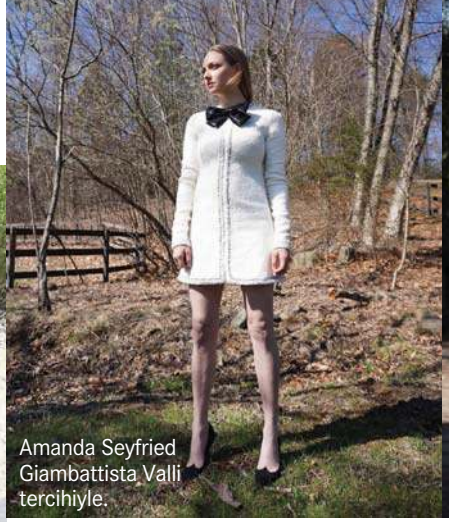
Hipertrikozis rahatsızlığı nedeniyle dışlanan Paul, 13 yaşında aldığı hediyeyle hiç görmediği annesini bulmaya karar verir. **mc**



MISIRLI
1951

www.misirli1951.com


Rosie Huntington-Whiteley Bazilika takımıyla.


Amanda Seyfried Giambattista Valli tercihiyle.


Regina King Christopher John Rogers elbisesiyle.

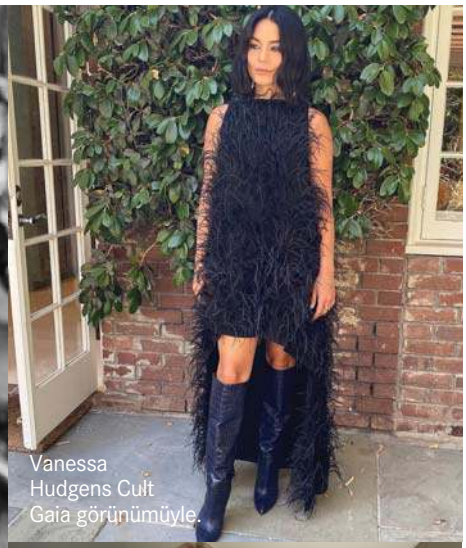
GÖZÜM ÜZERİNDE

ZARİF SEÇİMLER

Hızla başlayan ödül törenlerinin ardından BAFTA ve 2021 Costume Designers Guild Awards sahiplerini buldu. Yalnızca ödül sahipleri değil, kırmızı halı görünümleri de çok konuşuldu. Alıştığımız gibi bir kırmızı halı olmasa da törene dijital olarak katılan Regina King, Christopher John Rogers elbisesi ve Bulgari mücevherleriyle beğenileri topladı. Aynı ödül töreni için Amanda Seyfried Giambattista Valli mini elbisesi ve Roger Vivier topuklu ayakkabılarıyla zarif bir görünüm tercih etti. BAFTA için Felicity Jones, Giambattista Valli elbiseyi tercih etti. Bu heyecanlı etkinliklerin yanı sıra ısınan havaların tadını çıkarmak isteyen Kendall Jenner, Rodarte elbisesiyle neşeli hâllerini sosyal medyada paylaştı. Instagram hesabından kendi tarzını paylaşmaya ara veren Beyoncè, Alessandra Rich denim görünümü ve Chanel çantasıyla geri döndü. **mc**


Beyoncé Alessandra Rich takımıyla.


Felicity Jones Valentino tercihiyle.


Vanessa Hudgens Cult Gaia görünümüyle.


Kendall Jenner Rodarte elbisesiyle.


Emily Blunt Self-Portrait görünümüyle.

EGE'NİN KALBİNDE
SIRA DIŞI BİR
DENEYİM İÇİN

YEPYENİ BİR RIXOS PREMIUM BODRUM



RIXOS
PREMIUM BODRUM

rixos.com

#rixosmoments



KODLAR BULUŞMASI

MODA DEVİ **GUCCI, YÜZÜNCÜ YILINI ARIA İSMİNİ VERDİĞİ** BİR KOLEKSİYONLA KUTLADI. BU ÖZEL KOLEKSİYONUN EN BÜYÜK ÖZELLİĞİ İSE, BALENCIAGA İLE BİRLİKTE HAZIRLANMIŞ OLMASI. TASARIMLARDA 'HACKING' ADI VERİLEN ÇİFT MONOGRAM VE ÇİFT LOGOLARA YER VERİLİYOR. TASARIMLAR TEK PARÇA HÂLİNE GETİRİLDİ.



İKONİK KARAKTERLER

adidas Originals'ın yeni ve daha sürdürülebilir Stan Smith modelinde Kurbağa Kermit karşımıza çıkıyor. İkonik Kurbağa Kermit'i, stan Smith ile tanıştıran eğlenceli görünüm, silüetin tipik üç çizgisini, delikli 'K' ile değiştiriyor.

NE VAR NE YOK?

COVID-19 PANDEMİSİNİN DEVAM ETTİĞİ BUGÜNLERDE, MARKALAR VE MODA DÜNYASINDAKİ FARKLI GELİŞMELERE GÖZ ATIYORUZ. *SELİN ÇETİN*

İtalyan SANATI

Fendi 'Hand in Hand' Koleksiyonu'yla ikonik çantasını İtalyan zanaatıyla buluşturuyor. İtalyan işçiliğinin çeşitliliğini ve benzersiz kalitesini onurlandıran modaevi İtalya'daki 20 yerel zanaatkârla iş birliği yapıyor. Fendi'nin özel Baguette çantası ülkenin 20 farklı bölgesindeki atölyelerinde yeniden dokunuyor.





EV ŞIKLIĞI

Geçen yıl Dior'un 'Chez Moi' giyim koleksiyonunu kaçıranlar için, modaevi 2021 İlkbahar - Yaz sezonunda da yeni stiller sunmaya hazırlanıyor. Koleksiyon evde kaldığımız zamanlarda hem şık hem de rahat kalıplardan oluşan parçalar içeriyor.

AKDENİZ KOKUSU

Elie Saab'ın ilk kokusu Le Parfum, onuncu yılını kutluyor. Lübnanlı tasarımcı, parfümün yıl dönümünü yardım kampanyasıyla kutluyor. Saab elde ettiği gelirleri Lübnan'daki kız çocuklarının eğitim masrafları için UNICEF'e bağışlayacak.





ÇEVRECİ OYUN

Sürdürülebilir modanın öncülerinden H&M, dünya çapında bir girişime öncülük etmesi için Maisie Williams ile güçlerini birleştiriyor. Yıl boyuncu marka ile kadınların güçlenmesi, çevrecilik ve çeşitlilik için harekete geçecek Maisie ve dijital ikizi Avatar Maisie bu harekete teşvik edecek. Popüler oyun Animal Crossing'de ise H&M Looop Island tanıtılacak ve oyunu oynayanlar Maisie ile tanışabilecek.



YENİ GÖZLÜK

Sosyal medyada son zamanlarda birçok ünlü ismin tercihi olan Cult Gaia, ilk kez bir gözlük koleksiyonu piyasaya sürdü. Los Angeles merkezli marka, üç stil asetat güneş gözlüğü içeriyor. Ek olarak marka, gözlüklere eşlik edecek iki adet çıkarılabilir gözlük askısı çıkardı.

İLGİNÇ ORTAKLIK

VETEMENTS, RUS KONSEPT MARKASI KM20 İLE VEJETARYEN BURGER VE PATATES KIZARTMASI MENÜSÜ İŞ BİRLİĞİNE İMZA ATTI. BEKLENMEDİK PAZARLAMA TAKTİKLERİNE YABANCI OLMAYAN MARKA, FAST FOOD ÜRÜNLERİNİN SÜRDÜRÜLEBİLİR AMBALAJLARDA PAKETLENECEĞİNİ BELİRTTİ. MENÜLER MOSKOVA'DA KM20 RESTAURANT'TA ÖZEL OLARAK SATIŞA SUNULDU.





KADİM FELSEFE

Six Senses Kocataş Mansions, İstanbul, sürdürülebilirlik felsefesini Earth Lab atölye çalışmaları ile misafirlerine sunuyor. Pek çoğu Six Senses Kocataş Mansions, İstanbul'un kendi organik bahçesinden elde ettiği bitkilerden yaratılan esanslar, sabunlar, mumlar ve kişisel bakım ürünleri ile insanlığın binlerce yılda biriktirdiği kadim öğretiler misafirlerle buluşturuluyor.

GAZETE



ÜÇ SORUDA

MICHAEL KORS

Markanın kreatif direktörü.

Paris'te çalışmayı özlediniz mi?

Paris'te vakit geçirmeyi çok seviyorum, çünkü bu özel şehir modanın merkezi. New York Moda Haftası'nda bir taksi şoförünün "Michael Kors defilesini izlediniz mi? Efsaneydi" dediğini asla duyamazsınız. Ama Paris'te bir garsonla moda üzerine tez bile yazabilirsiniz. Bu nedenle özlüyorum, beni her zaman besliyordu. Sanırım Paris ile ilgili özlemediğim tek şey her sezon iki koleksiyon çıkarmak.





Geçtiğimiz yıllarda #InstaKors isimli yeni bir online alışveriş yöntemi başlattınız. Online alışverişin geleceği olduğuna inanıyor musunuz? Değişim perakende sektörünü uzun vadede etkiler mi?

Bunun tek bir cevabı olduğunu sanmıyorum. Ancak önümüzdeki yıllarda nasıl alışveriş yaptığımızın bir parçası olacağını düşünüyorum. Sosyal medya, moda dünyasının ve genel olarak hayatımızın o kadar ayrılmaz bir parçası hâline geldi ki; hayranlarımıza kolayca alışveriş yapmanın bir yolunu göstermek bizim için doğal bir adım. Bence bu fırsatlar ortaya çıkmaya ve gelişmeye devam edecek. Çünkü moda, özünde yaşadığımız dünyanın bir yansıması ve bu dünya artık her zamankinden daha fazla birbiriyle bağlantılı.

Tasarımcı olmak isteyenler için bir tavsiyeniz var mı? Moda dünyasına adım atmak isteyen gençlere ne söylersiniz?

Defilelere hazır olun. Ancak harika bir moda şovu yapmaktan daha fazlası var. Gerçekten kıyafet üretebiliyor musun? Ürettiğin kıyafetler müşterilerine uyuyor mu? Onları zamanında teslim edebilir misin? Fiyat, kalite dengesi var mı? Ayrıca kimsenin cevap veremediği bir soruyu yanıtlayabiliyor musun? Çünkü diğerlerinin cevaplayamadığı bir soruyu siz de cevaplayamıyorsanız, onlardan biri gibi olursunuz.



BİLİM & TEKNOLOJİ LİDERİ

Cartier Women's Initiative, 2006'dan bu yana, kadınların gerçek potansiyellerine ulaşmaları, başarılarına ışık tutarak işlerini büyütmeleri ve liderlik vasıflarını geliştirmeleri için gerekli finansal ve sosyal desteği sunuyor. Bu yıl ise, programa ilk kez 'Bilim & Teknoloji Lideri' alanı da eklendi. Her ülkeden ve her sektörden kadın girişimcilere açık olan bu alan; benzersiz, koruma altında ya da yaygınlaştırılması zor teknolojik, bilimsel ilerlemelere dayalı ezber bozan çözümleri öne çıkartacak. Eklenen yeni alanın üç finalisti arasında Türk Bilim İnsanı Rana Sanyal yer alıyor. Programın kazananı 26 Mayıs 2021'de, online bir törenle açıklanacak.



FARKINDA

Yaşa

44
ÖDÜL
2020

SAFE TOURISM
CERTIFICATE OF
TURKEY

444 96 00
baruthotels.com

BARUT
HOTELS

50

PARLAK ÇANTALAR



2021 İLKBAHAR-YAZ AYAKKABI KOLEKSİYONUNUN LANSMANININ ARDINDAN MANSUR GAVRIEL, AKSESUAR TASARIMLARINA YEPYENİ BİR ÇANTA SERİSİ EKLEMEYE HAZIRLANIYOR. ÇANTALAR, YÜKSEK PARLAKLIK EFEKTİNE SAHİP SPAZZOLATO DERİDEN ÜRETİLİYOR. SİYAH, MAVİ, KREM, ALTIN SARISI, KREM VE GÖKYÜZÜ GİBİ ALTI FARKLI RENK SEÇENEĞİ BULUNUYOR.



SPORTİF İŞ BİRLİĞİ

Daha önce spor ayakkabı iş birlikleri yapan Cardi B, bu kez 'Summertime Fine' isimli spor giyim serisi çıkarmaya hazırlanıyor. Koleksiyon için Reebok ile ortaklığa imza atan şarkıcı, destinasyonlarından biri olan Coney Island'dan ilham alıyor. Ürün yelpazesi 90'ların modasını günümüze taşıyor.



İBİZA RÜZGÂRI

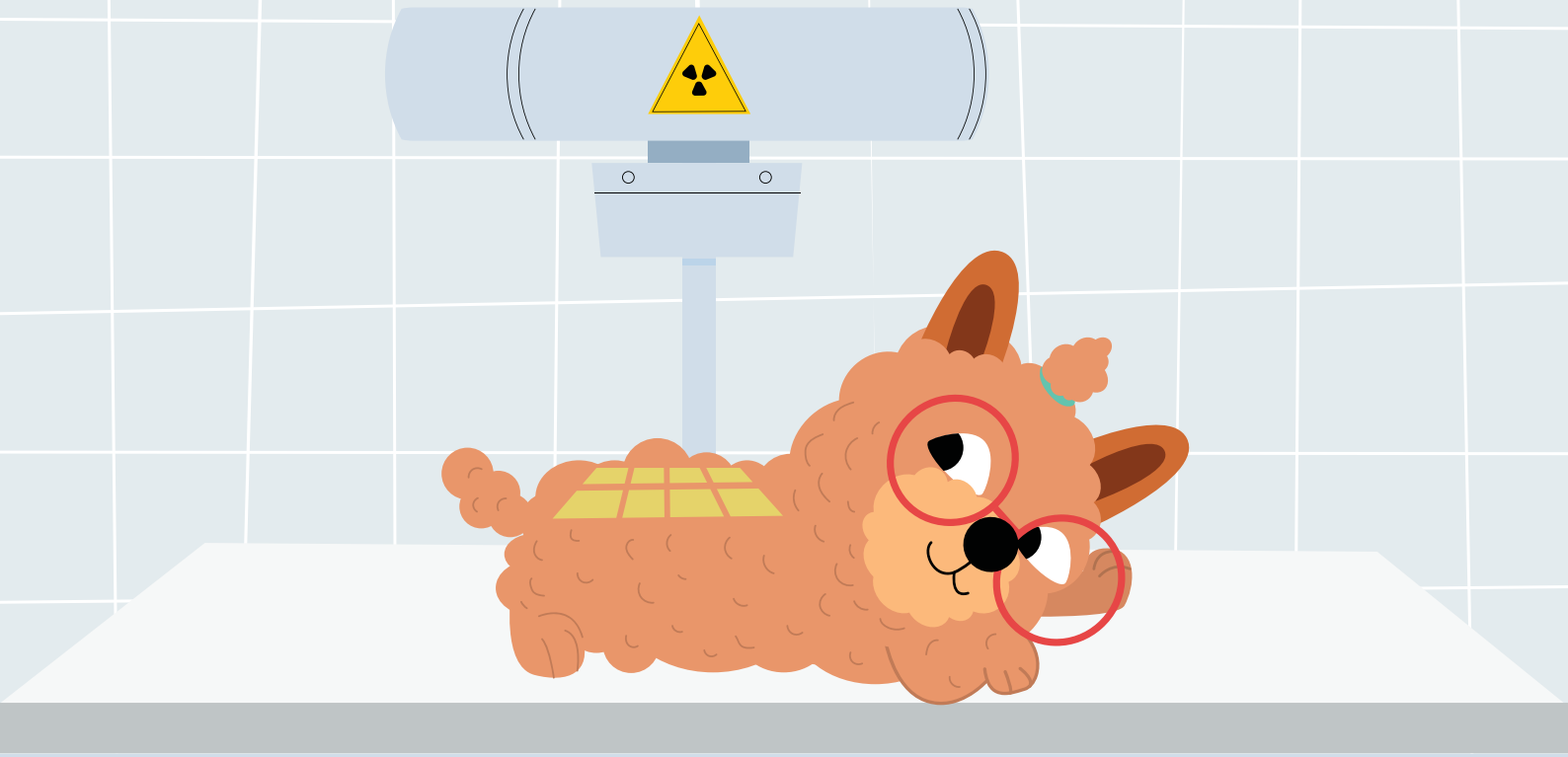
Loewe'dan yaz sezonuna renkli bir başlangıç geliyor. Loewe x Paula's İbiza kapsül serisi, pandemi sonrası tatilleri hayal etmemizi sağlayan bir dizi yaza hazır giysi ve aksesuar içeriyor. Kadın ve erkek tasarımlarının bulunduğu koleksiyonda, blazer ceketlerden canlı renkler ve grafiklerle vurgulanan bol kesimli elbiselere kadar rahat parçalar yer alıyor.



EVLİLİK DÜNYASI

Sirmaison, tüm düğün ve evlilik hazırlıklarında ışıltılı dokunuşlarda bulunuyor. 'Wedding Concierge' yaklaşımı ile her müşteriye özel olarak hizmet veren evlilik danışmanı ile tüm süreçleri yönetiyor.

BU İLK DEĞİL!



AMA BİZ İLKİZ

Minik dostunuzu Türkiye'nin ilk geniş kapsamlı kedi ve köpek sigortası Neşeli Patiler Evcil Hayvan Sağlık Sigortası ile Zurich Sigorta güvencesi altına alın.

ZURICH SİGORTA

Neşeli PATİLER

Detaylı bilgi: **www.neselipatiler.com.tr / 0850 250 75 00**









POZİTİF ALANLAR

Huzurlu ve pozitif bir alan yaratmak, pandemi döneminde hepimizin en büyük ihtiyacı oldu. Evinde, ofisinde yemyeşil ve pozitif köşeler yaratmak isteyenlere Deja Botanic, özel seçenekler sunuyor.

Yaşam alanlarımız aslında içe dönüşün başladığı nokta. Ancak özellikle pandemi döneminde en çok vakit geçirdiğimiz yerler evlerimiz oldu. Evde uzun süre kalmak, ister istemez ev dekorasyonuna olan merakımızı artırdı. Böyle olumsuz bir dönemden geçerken, hayatımızı daha da renklendirmek için birçok değişiklik yapmaya başladık. Bu değişikliklerin en çok tercih edileni ise çiçekler oldu. Çiçekler psikolojik hastalıklara karşı iyileştirici etkileriyle biliniyor. Ruha kazandırdığı neşe, mutluluk ve rahatlık duygularıyla, zihnin genç kalmasını sağlıyor. Dekorasyonda ise evlere renk ve huzurlu bir ambiyans oluşturuyor. Huzurlu ve pozitif alan yaratmak mottosu ile yola çıkan Deja Botanic, kişiye özel bir botanik hizmeti sunuyor. Botanikler Hollanda'dan, hasır sepetler ise Endonezya'dan getiriliyor. Yaşam alanlarınızın metrekaresi, güneş alma açıları ve sıcaklık seviyesine göre size en uygun bitkileri öğrenebilirsiniz. Yaşam alanlarınıza eşlik edecek botanikleri ailenize katabilirsiniz. Suadiye'de bulunan showroom mağazasında botanikleri ziyaret edip seçimler yapabilir veya internet sitesi ve Instagram adresi üzerinden de bitkilere göz atabilirsiniz. mc









KÂĞITTAN ÇİÇEKLER

Origami ile sınırsız tasarımlar ortaya çıkabilir ancak bu çiçekleri gerçeklerinden ayırmak oldukça zor. Kâğıt sanatçısı Gürat Öztürk, tasarımları ve sanatı hakkındaki sorularımızı cevapladı. *SELİN ÇETİN*

Kendinizden bahsedebilir misiniz?
Uludağ Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Çalışma Ekonomisi ve Endüstriyel İlişkiler Bölümü'nden mezun oldum. Mezuniyetimin ardından, öğrencilik yıllarımda da yaptığım radyo programcılığı ve televizyon sunuculuğuna devam ettim. On yıl yurt dışında yaşadıktan sonra İstanbul'a döndüm. Yurt dışında yaşadığım yıllarda resim dersleri aldım. Çeşitli sanat dalları ile uğraştım, Origami Sanatı ve Kâğıt Sanatları son durağım oldu. Mayıs 2014'te ilk kişisel sergimi açtım.

Origami sanatına ilginizi ne zaman fark ettiniz?
Origami Sanatı ile TRT ekranlarında tanışan kuşaktanım. Sonrasında hobi olarak devam ettim. Kâğıt çeşitlerini tanımaya başladıkça da farklı kağıtlardan modeller ve tasarımlar yapmaya başladım. Bunlar içerisinde en çok talep gören çiçekler oldu.

Neden çiçek yapmaya başladınız?
Gerçek hayatta da olduğu gibi çiçekler evimizin renkleri. Sadece evimizi değil, özel günlerimizde de sahibi olduğumuz, iş yerlerimizde de mekânları güzelleştirmek adına hep çiçekleri kullanıyoruz. Kâğıdın dokusundan kaynaklı olarak plastik ya da kumaş çiçeklerden daha gerçekçi bir görüntüsü oluyor. Özellikle büyük mekânlarda kullanılan 50-60 santim çiçekler oldukça gösterişli duruyor. Mümkün olduğunca da gerçeğine yakın çiçekler yapmaya çalışıyorum.

Bu zamana kadar yaptığınız işlerden sizin için en değerlisi hangisi oldu?
Bu zamana kadar yaptığım tüm tasarımlar benim için de yaptığım insanlar için de çok kıymetli.
Her biri için yoğun bir emek sarf ediyorum. Ancak 25 Kasım 2020 Dünya Kadına Şiddetle Mücadele Günü'nde başlayıp, 08 Mart 2021 Dünya Kadınlar Günü'nde finalize ettiğim; sosyal sorumluluk projesi için yapmış olduğum 1.000 Turna kuşundan oluşan dilek ağacı, taşıdığı anlam ve içerdiği mesaj açısından benim gönlümde başka bir yerde duruyor. 104 gün boyunca Instagram hesabımdan her akşam 21.00'de ve bir konuk ağırlayarak kadına yönelik şiddeti konuştuk. Ben her akşam dilek ağacına on turna yapıştırarak kadına yönelik şiddetin son bulmasını diledim. Yüzüncü günün sonunda aslında hep beraber bin turnaya ulaşmış olduk. Japon inanışında bin turna katladığınızda, bir dileğinizin gerçek olduğuna inanılır.

Çalışmalarınızda nelerden ilham alıyorsunuz?
En çok çiçek yaptığım için ilham kaynağım da normal olarak doğa oluyor. Gördüğüm çiçekleri inceleyip, bazen fotoğraflarını çekip, uygun malzeme ile elimden geldiğince çiçekleri yapmaya çalışıyorum. mc



Güzellik sektöründe 30 yıllık deneyime sahip International Altier Academy, profesyonel eğitmen kadrosu, uluslararası standarttaki eğitim müfredatı, en son teknolojik cihazlar ve dünyaca ünlü markaların ürünleri ile donatılmış sınıflarıyla tam donanımlı estetisyenleri sektöre kazandırıyor. Kozmetik Bölüm Başkanı Miray Gündoğdu ve bölüm eğitmenleri Didem Doğan, Buket Tangüler ve Tülay Küçük ile eğitimler hakkında görüştük.

Güzellik Sektörünün Uluslararası Profesyonelleri

INTERNATIONAL ALTIER ACADEMY İLE YETİŞİYOR

Miray Hanım, güzellik alanında hangi eğitim bölümleri yer alıyor?

12 ile 24 hafta olarak düzenlenen Güzellik Uzmanlığı, Kuaförlük, Makyaj, Kalıcı Makyaj akademik programlarımız bulunmaktadır. Bunların haricinde 12 ile 64 saat arasında düzenlenen Masterclass programlarımız olan Protez Tırnak & Tırnak Süsleme, Plazma Pen, Pro Lash Artist (Kirpik, Lifting ve Laminasyon), Fibroblast, Salon Yöneticiliği, Wellness & SPA Terapistliği bölümler yer alıyor.

Güçlü bir akademik kadroya sahipsiniz, profesyonel eğitmenleriniz ile sektör için ne gibi çalışmalar gerçekleştiriyor-sunuz?

Akademi olarak en son teknoloji, kaliteli ürün ve sektör dinamiklerini çok yakından takip ediyoruz. Sektörün talebi bizler için önemli. Güzellik ile ilgili dernekler, profesyonel salonlar, klinikler, hastanelerin beklentilerini analiz edip bu doğrultuda sektörün tam olarak aradığı kriterlere sahip uzmanlar yetiştiriyoruz. Dünyadaki güzellik trendlerini takip ederek müfredatımızı sürekli güncel tutuyoruz. Şu an dünyanın en iyi güzellik akademileri arasında yer alıyoruz.

Akademide öğrenci olma koşulları nelerdir?

Genç, dinamik ve yenilikçi özelliklere sahip kişilerin akademiyi tercih etmesini amaçlıyoruz. Bu sebepten dolayı bölümlerimize kayıtlarda yaş ve mezuniyet durumu kriterlerimiz bulunuyor. Yaş olarak 19 – 40, mezuniyet durumu olarak minimum lise mezunu olması ön koşulu bulunuyor.



Miray Gündoğdu
Kozmetik Bölüm Başkanı



Didem Doğan
Bölüm Eğitmeni

“Deneyim Odaklı Eğitim Modeli ile Fark Yaratıyoruz.”

Didem Hanım, güzellik uzmanlığı öğrencilerini akademide nasıl bir eğitim süreci bekliyor?

Öğrencileri detaylı bir teorik eğitim sonrası çok yoğun uygulamalar bekliyor. Çünkü, eğitim modelimizi tamamen deneyim kazandıran bir sistem olarak kurguladık ve bölüm olarak “Biz Bir Deneyim Merkeziyiz” misyonuyla ilerliyoruz.

Güzellik sektöründe el becerisi kadar teknik bilgide çok önemlidir. Başarılı bir estetisyen danışanına yapacağı işlemlerin teorisini de çok iyi anlatmalıdır, bu uzman ve danışan arasındaki güveni daha da arttıracaktır. Özellikle teknik bilgi ve ürün bilgisine çok önem veriyoruz. Akademik müfredatımız haricinde Altier Beauty Days olarak adlandırdığımız cilt bakım günleri yapıyoruz, dışarıdan yabancı konukları ağırlıyoruz, öğrencilerimiz için profeysonel bir salon deneyimi sunmuş oluyoruz. Burada hepsi özgüven kazanıyor, “ben yapabiliyorum” diyebiliyor.

“En Son Teknolojiye Sahibiz”

Buket Hanım, diode lazer epilasyon ve G5 masaj teknolojisi şu sıralar çok popüler, akademinizdeki eğitimde bu bölümlere eğilim nasıl?

Evet, şu sıralar Diode Buz Başlık Lazer Epilasyon ve G5 Vücud Bakım uygulamaları çok popüler, biz International Altier Academy olarak tabii ki sektördeki gelişmeleri yakından takip ediyoruz, akademinin bu konuda çok yüksek miktarda yatırımları bulunuyor, en son çıkan cihazı ilk biz inceliyoruz ve eğer öğrencilerimize ve sektöre faydalı olacağını ön görüyorsak bunu eğitimlerimize entegre ediyoruz. Sadece cihaz değil, ürünlerinde teknolojileri sürekli gelişiyor ve cihaz ile birlikte ürün teknolojilerine de akademimizde yer veriyoruz. Öğrenciler akademimiz sayesinde dünyanın en iyi markalı ürünlerini ve cihazlarını uygulayarak deneyimleme şansı buluyorlar, bu sonraki mesleki çalışmalarında onlar için önemli bir kılavuz oluyor.



Buket Tangüler
Bölüm Eğitmeni

“Sosyal Medyadaki Güzellik Popülaritesini Takip Ediyoruz”



Tülay Küçük
Bölüm Eğitmeni

Tülay Hanım, güzellik sektörünün baş döndüren hızını ve popüler akımları eğitimlere nasıl ekliyorsunuz? Özellikle sosyal medyada güzellik trendleri inceleyen çok ciddi bir kitle var, onlar için neler yapıyorsunuz?

Sosyal medyanın güzellik sektörünün gelişimine etkisi kaçınılmaz. Son zamanlarda, protez tırnak, ipek kirpik, plazma pen, kaş laminasyon, makyaj gibi alanların paylaşımları sosyal medyada çığ gibi büyüyor. Tabii ki, bu süreçte eğitimlere olan ilgide artıyor. Bizde bu süreci yakından takip edip, sosyal medyadaki güzellik akımlarından beklenti analizleri oluşturuyoruz ve Masterclass programlarımızın içeriklerini buradaki akımlara paralel konu başlıklarıyla güncelliyoruz.



90'ların feminizm ön figürleri hâline gelen Spice Girls, parıltılı ve renkli parçaları tüm dünyaya kabul ettirdi.



JACQUEMUS



GUCCI



BYREDO



LAPIMA



MIU MIU

MIU MIU

ONLARA DAİR HER ŞEY

90'lara DÖNÜŞ

Nostaljinin modanın bir parçası olduğu sır değil. 90'larda giymekten çok hoşlandığımız ancak bir daha giyeceğimizi hayal etmediğimiz parçalar yeniden gün yüzüne çıkıyor



MUSTARD



CHLOE

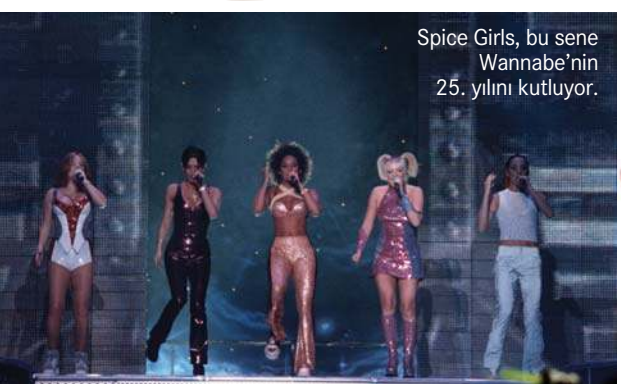
Kasvetli ve belirsiz bir dönemin içindeyken, geçmiş dönemleri hepimiz özlemle hatırlıyoruz. Değişen trendler sayesinde ise geçmişi hatırlamak daha kolay oluyor. Moda dünyasında genellikle kötü bir üne sahip 90'lar, bazı koleksiyonlarda kendisini gösterdi. Aslında popüler kültürün en fazla hızı yakaladığı 1990'lı yıllarda, moda dünyası da hızlı bir atılım gerçekleştirdi. Sinema ve müzik sektöründe öne çıkan isimler zamanla moda ikonu hâline geldi. Tüm bu sektörler birbirini karşılıklı olarak beslemeye başladı. 90'ların feminizm ön figürleri hâline gelen Spice Girls, parıltılı ve renkli parçaları tüm dünyaya kabul ettirdi. İlk single parçaları Wannabe'nin 25. yılını kutlayan grupla birlikte, bu kutlamaya âdeta markalar da eşlik ediyor. Dönemin minik çantaları ilkbahar - yaz sezonunda da çok popüler. Jacquemus ile özdeşleşen bu mikro çantalar birçok ünlü ismin favorisi oldu. 90'ların topuklu terlikleri, gözlükleri, halter yakaları ve düşük bel etekleri yeniden kalpleri çalmaya aday. **mc**



GAUGE 81



EMILA CASA



Spice Girls, bu sene Wannabe'nin 25. yılını kutluyor.



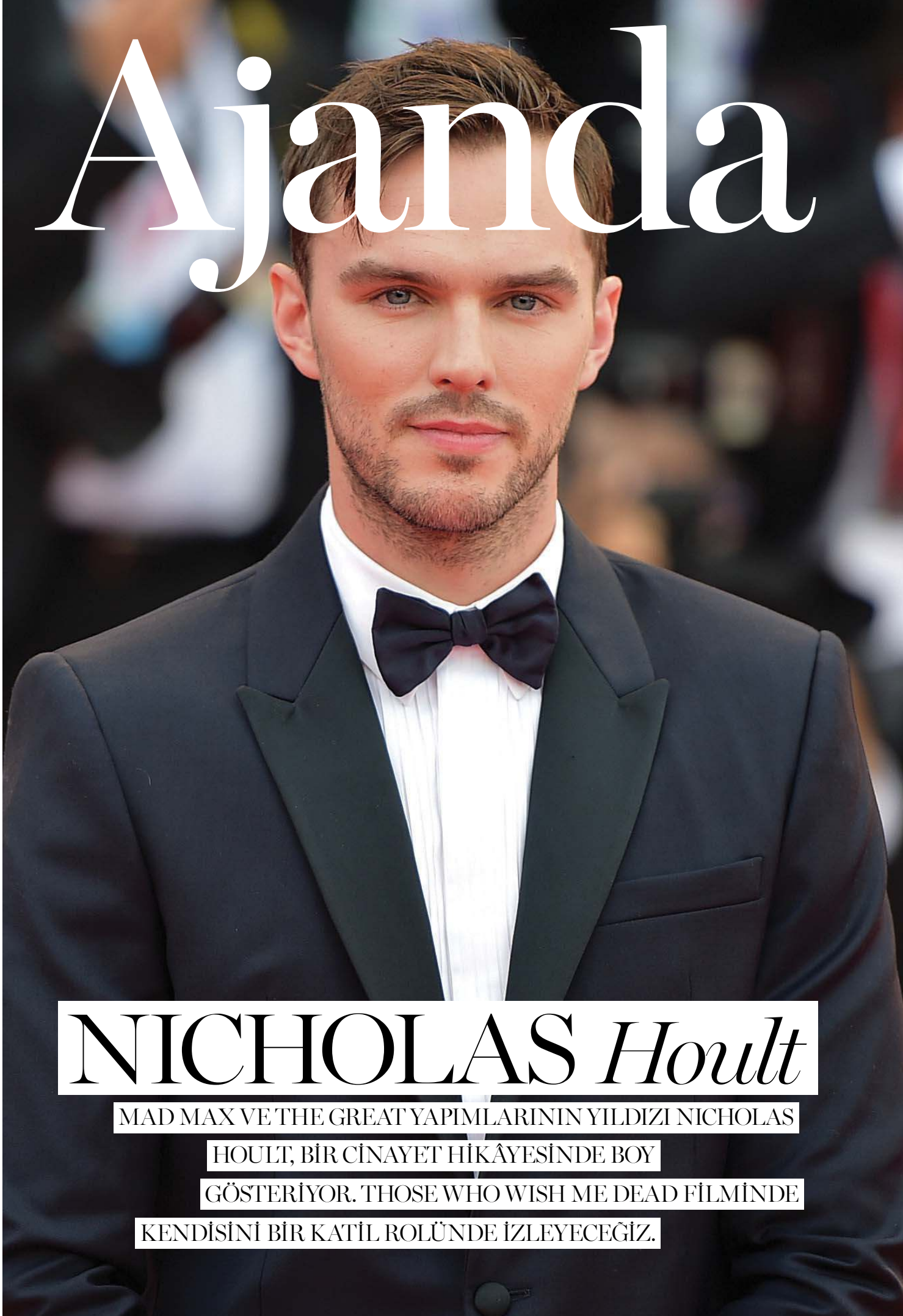
REFLECTION COPENHAGEN





BOTTEGA VENETA

Ajanda



NICHOLAS *Hoult*

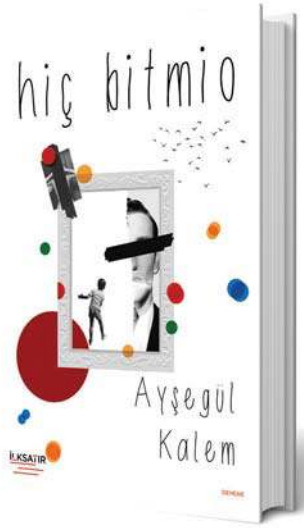
MAD MAX VE THE GREAT YAPIMLARININ YILDIZI NICHOLAS HOULT, BİR CİNAYET HİKÂYESİNDE BOY GÖSTERİYOR. THOSE WHO WISH ME DEAD FİLMİNDE KENDİSİNİ BİR KATİL ROLÜNDE İZLEYECEĞİZ.

HAYATIMIN KİTAPLARI

Hiç Bitmio adlı yeni kitabı raflarda yerini alan ***Ayşegül Kalem*** hayatının kitaplarını sıralıyor.

BURAK ÜÇPINAR





HÜZÜN ŞARKILARI

Ümit Yaşar Oğuzcan

"Düz yazının da şiir olabileceğini, hatta bazı cümlelerin tek başlarına şiir olduğunu fark ettikçe büyülendiğim sarı kitap."

PERİ GAZOZU

Ercan Kesal

"Satırları arasında yazarla beraber dolaşırsınız. Yazarın kendi deyimiyle 'hemhal' olursunuz. Bugünü anlatırken, geçmiş ve geleceği farklı detaylarla harmanlar..."

SIDIKA ÖPÜCÜK BALIĞI FABRİGA

Atilla Atalay

"Sıdıka muazzam bir dünyadır; yeri ayrıdır. Sonundaki kısa öyküler mizah ve hüznün birbirine nasıl yakıştığının kanıtı."

ÖĞRETMENİM MORİ'YLE SALI BULUŞMALARI

Mitch Albom

"Hayata dair, kocaman olduğunu düşündüğümüz birçok şey sohbet arasında eriyip gider..."

OKUMA ZAMANI



GENÇLİK HATASI

Lisa Brennan- Jobs
Mundi Yayınları, ₺47,50

Kitap, yazarın çocukluğuna dair dokunaklı bir anlatı niteliği taşıyor.



İSTANBUL'UN GEÇMİŞ GÜNLERİNDE YEME İÇME

Sermet Muhtar Alus
Can Yayınları, ₺42,50

Alus'un, İstanbul'un geçmişteki yemek kültürüne dair yazıları bu kitapta.



KARANLIKTAKİ IŞIK

Seda Ulu
Yazardan Direkt, ₺38

Karanlığın ve aydınlığın orta yerinde kalan ve bir seçim yapmaya zorlanan, tek başına bir kadının hikâyesi.



SONSUZ AYRINTI

Tim Maughan
The Roman Yayınları, ₺49

Kitap, internetin tamamen çöküşünün öncesi ve sonrasının anlatıldığı ilginç bir hikâyeye sahip.

DÜNYA NE OKUYOR?

YENİ ÇIKAN VE ÇOK SATAN KİTAPLAR



FIREKEEPER'S DAUGHTER

ANGELINE BOULLEY

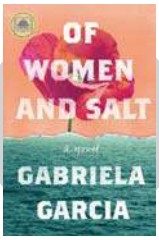
On sekiz yaşındaki Daunis'in bağlı olduğu topluluktaki yozlaşmayı çözmeye çalışması...



GOOD COMPANY

CYNTHIA D'APRIX SWEENEY

Kalıcı evlilik ve dostluk bağları hakkında okuyucunun kalbine işleyen hikâyeler...



OF WOMEN AND SALT

GABRIELA GARCIA

Kitap, Kübalı bir göçmen kızın annesinden gelen miraslarla mücadelesini anlatıyor.



THE WOMEN OF THE BIBLE SPEAK

SHANNON BREAM

16 kutsal kadının inançları, ümitleri ve cesaretleri... mc


Özdilek ev tekstili
Bizi herkesten
iyi tanıyan
bütün
annelerimizin
Anneler Günü
kutlu olsun.
Canım Annem
#canımannem
#beniherkesteniyitanır
Özdilekteyim.com
444 44 16 ozdilekevtekstili.com.tr
ozdilekevtekstili
ozdilekevteks
ozdilekevtekstili
Özdilek Ev Tekstili

İNSANLAR VE SİLÜETLER

Bu ay sanat dünyasını, birbirinden zengin insan figürleri ve bilinçaltının bir yansıması olarak doğanın ev sahipliği yaptığı renkli hayvan silüetleri karşılıyor.



Delta isimli kişisel sergi 20 Mayıs tarihine kadar Evin Sanat Galerisi'nde görülebilir.



BİLİNÇDIŞI KAPISI

Emin Turan eserlerini, ifadeci resmin çok aşamalı yapısını görünür kılmak üzerine kuruyor. Bunu yaparken hem yerçekimi etkisiyle belirlenen boyanın akışından yararlanıyor, hem de resmin çok aşamalı yapısı içinde, ışığın piramidal yapısını ters yüz ederek yapıtlarını kurguluyor. Resimlerinde kullandığı figürler, su ve karanın belirsizce ayrıldığı bir hat üzerinde karşımıza çıkıyor. Kuşlar, balıklar ve meyveler insan figürlerine eşlik ediyor. Delta coğrafi bir kavram olmanın ötesinde bilinçdışına açılan bir kapı aynı zamanda. Turan'ın deltası tuvale hafıza kazandıran bir hareketle oluşuyor. Delta isimli kişisel sergi 20 Mayıs 2021 tarihine kadar Evin Sanat Galerisi'nde görülebilir.



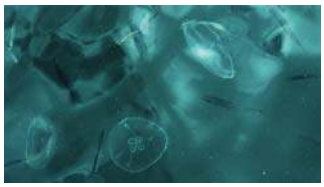
RESMİN ŞAİRİ

Devrim Erbil, tamamen izole olmuş bir şekilde yedi aydan fazla bir süre çalışarak eserlerini ortaya koyuyor. Öğrencilik yıllarından başlayarak bugüne kadar geliştirdiği sanat anlayışını yansıtan sergide, özgün baskıdan fildişi kompozisyona, metal üzerine baskıdan sedef kakmaya kadar farklı tekniklerle oluşturulmuş eserler yer alıyor. Next Level Ziraat Bankası Çukurambar Sanat Galerisi'nde, Başkentli sanatseverlerin ilgisine sunulan 'Resmin Şairi' Devrim Erbil'in 'Yeni Resimler – Yeni Dokunuşlar' adlı eşsiz resimlerine yer veriyor. Sanatçının çeşitli malzemelerden ürettiği halıların da yer aldığı sergi, 31 Mayıs tarihine kadar görülebilecek.



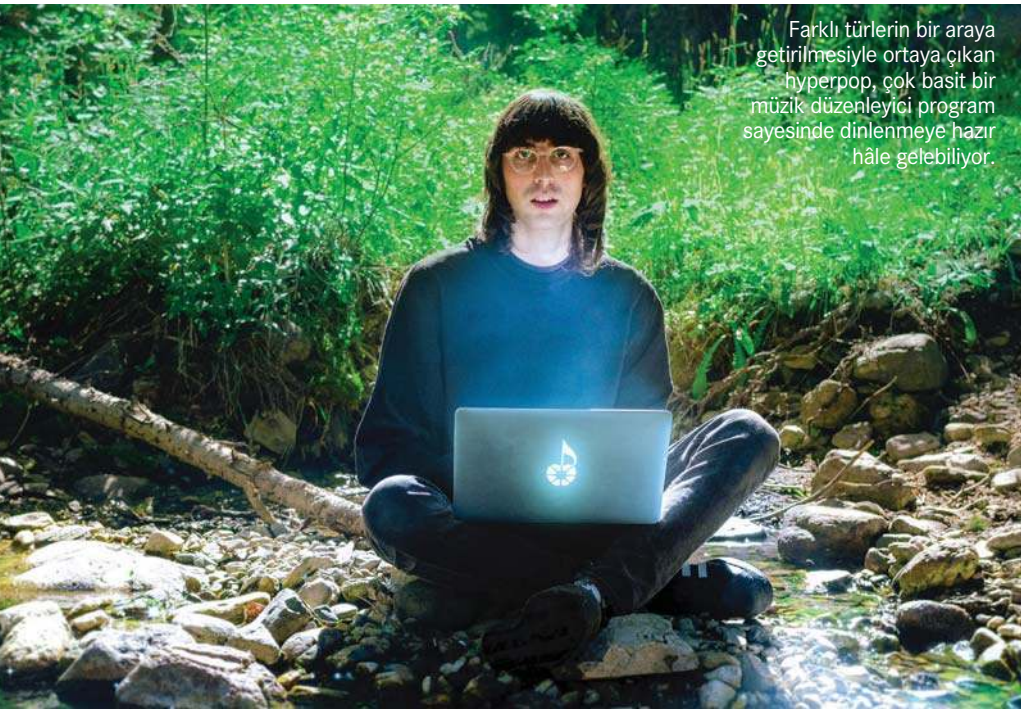
RETROSPEKTİF

Suna ve İnan Kıraç Vakfı Pera Müzesi'nin merakla beklenen yeni sergisi İmkânsız Eve Dönüş 6 Nisan'da ziyarete açıldı. Küratörlüğünü Serhan Ada ile Simone Fattal'in üstlendiği sergi, 1925 yılında Beyrut'ta çok dilli, çok dinli, çok kültürlü bir ailede ve coğrafyada dünyaya gelen Etel Adnan'ın, bu zengin kimliği yansıtan eserlerini İstanbul'a taşıyor. Sanatçı, üretimlerinde iki temel ifade aracını; yazıyı ve resmi, bazen birbirinden ayrı bazen birbirinin içinde kullanıyor. Retrospektif niteliğindeki İmkânsız Eve Dönüş, birden fazla alanda ustalaşmış sanatçının duvar seramiği, duvar halısı, leporello, yağlı boya gibi çok farklı alanlarda ürettiği eserleri bir araya getiriyor.



SINIR TANIMAZ

Borusan Contemporary, Yeni Medya'nın gücüyle sınırları aşan Düş Suda başlıklı yeni koleksiyon sergisinde, güncel sanat sahnesinin uluslararası temsilcilerini bir araya getiriyor. 7 Nisan'da açılan sergi, AR ve VR teknolojilerini izleyici deneyimine dâhil eden kurgusu ve kamusal alana yayılan seçkisiyle sanatseverlere özel bir deneyim yaşatıyor. Sanatı dijital teknolojilerle kamusal alana taşıma stratejisi doğrultusunda, Perili Köşk'ün dışına taşınan sergi, sanat severlerin eserlerle kişisel olarak interaktif ilişki kurmasına olanak tanıyor. Bebek-Rumeli Hisarı hattında bulan Perili Köşk'teki sergiyi 6 Mart 2022 tarihine kadar ziyaret edebilirsiniz.



Farklı türlerin bir araya getirilmesiyle ortaya çıkan hyperpop, çok basit bir müzik düzenleyici program sayesinde dinlenmeye hazır hâle gelebiliyor.

DİNLEMEK CESARET İSTER

Elektronik, hip hop ve avangart tarzların karışımından doğan Hyperpop türünü bu ay mercek altına alıyoruz. Sizin dinlemeye cesaretiniz var mı?

Hyperpop, PC Müzik tarafından yapılan 'cloud rap, trap, trance' gibi türlerin birbiriyle birleştirilmesi sonucu ortaya çıkmaya başladı. Bugünlerde popüler olmasının da aslında birçok nedeni var. Bunlardan birincisi uzun süre stüdyoya girip üzerinde oynamalar gerektirmemesi. Çünkü farklı türlerin bir araya getirilmesiyle ortaya çıkan hyperpop, çok basit bir müzik düzenleyici program sayesinde dinlenmeye hazır hâle gelebiliyor. İkinci temel sebebi ise elbette yaygınlaşan sosyal medya platformları. Özellikle Tiktok videolarının background müziği olarak sıkça karşımıza gelir oldu.

Muhtemelen hyperpop sahnesinde kendini gösteren en büyük isimler 100 Gecs grubundan Dylan Brady ve Laura Les. 2019'un en büyük müzik grupları arasında gösterilen 100 Gecs, çıkarmış olduğu ilk albümü 1000 Gecs ile aylarca listelerin başında kaldı. Spotify da bu yeni müzik türünün üzerinde oldukça durdu. Kullandığı farklı etiketlerle bu uyumsuz estetikten doğan şarkıları iki milyondan fazla kullanıcıya taşıdı. Hyperpop'un bir ilginç özelliği de dinleyenlerinin birçoğunun kendini non-binary ya da LGBTİQ+ birey olarak tanımlaması. Bununla ilgili çoğu hayran, çocukluklarından beri dinledikleri birçok şarkının kendilerini bazı kalıpların içine soktuğunu ve bu müzik türü ile bunun dışına çıkabildiklerini dile getiriyor. Öyle ki, geçtiğimiz aylarda hayatını kaybeden ve bu türün selefilerinden biri olarak gösterilen Sophie Xeon, birçok sevenini yasa boğmuştu. İlk kez dinleyenlerin kulağını tırmalayan, fakat sonrasında bağımlılık yapan bu uyumsuz notaların hayatımıza girişine şaşırmamak gerekir aslında. Çünkü pandeminin bir getirisi olarak evlere kapandığımız bir yıl içinde hepimiz psikolojimizi yükseltmek adına yeni arayışlar içine girdik. Hyperpop'un da bu kadar yükselişe geçmesi bu arayışlar ile paralellik gösteriyor. Z kuşağının bu türü daha da yükseklere çıkartacağı âşikar. Kimine göre cinsiyet politikalarını yerle bir eden, kimilerine göre toplumsal hayatın karmaşasını notalara taşıyan bu müzik türünü pandemi sonrasında da görecek gibiyiz. Bunu, geçen yıl çıkan AG Cook'un Apple, Charli XCX'in Mercury albümleri kesinleştirdi gibi. Eğer sizin de dinlemeye cesaretiniz varsa Spotify'dan Hyperpop çalma listesini favorilerinize ekleyebilirsiniz. **mc**

AY'IN ALBÜMÜ

BAEKHYUN- BAMBI

Koreli sanatçı Baekhyun'un altı parçadan oluşan mini albümü, kadife tonlar ve gitar melodileri ile desteklenmiş romantik R&B parçalardan oluşuyor.



AY'IN ETKİNLİĞİ

MODA KAYIKHANE- WOLFHEART KONSERİ

Wolfheart, Wolves of Karelia albümü turnesi kapsamında 23 Mayıs'ta Duality Productions ile Moda Kayıkhane'de!



YENİ SINGLE

O sahneye çıkıp sadece şarkı söyleyen bir sanatçı değil; aynı zamanda sahneyi yaşayabilen bir insan. Yalanmış adlı son single'ıyla Mert Davran, yaşayıp, yaşayamadığı tüm aşkları bize anlatıyor. Biz de kendisiyle müzik dolu, keyifli bir sohbet gerçekleştiriyoruz. *BURAK ÜÇPINAR*



Öncelikle sizi tanıyalım. Biraz kendinizden bahseder misiniz? Müzik sektörüne girişiniz nasıl oldu?
7 Mayıs 1987 İzmir doğumluyum. 2009 yılında İstanbul'a yerleştim. O dönem mağazacılık yapıyordum, ama müziğe ve sahnede olmaya ilgim hep vardı. Yıllarca yaratıcı drama eğitimi aldım. İlk olarak abim Mehmet Davran'ın işlettiği gece kulübünde sahneye çıkmaya başladım. Hatta tamamen şov amaçlı bir programdı. O dönem 'Galactic Brothers' olarak abimle birlikte sahneye çıkıyorduk. O kadar sevildi ki program, İzmir'e ekstraya gitmeye başladık. Ajda Pekkan'ından Nur Yerlitaş'a, Bengü'den Süreyya Yalçın'a bir sürü insan izlemişti programımızı. Daha sonrasında yoluma bireysel olarak daha profesyonel bir şekilde devam ettim. Yaklaşık on yılı aşkındır da aralıksız, haftanın dört günü sahnedeyim. İlk single çalışmam 2016 yılında, söz müziği Zeki Güner'e ait olan 'İkimize Benzer' adlı çalışmaydı. Ardından 2019 yılında, sözleri Onur Özdemir'e ait 'Şölen' adlı parçayı çıkardım. Şimdi de Ayla Çelik ve Şebnem Sungur'un yazdığı 'Yalanmış' parçasıyla karşınızdayım.

Pandemi dönemi bir single çıkartmadan önce eminim yoğun bir hazırlık süreci yaşamışsınızdır. Biraz Yalanmış'ın hikâyesinden bahseder misiniz?
Bu süreçte sahne alamadığımız için gönül rahatlığıyla, bol bol şarkı dinleme fırsatım oldu. Ayla Çelik'in bana uygun olduğunu düşünüp attığı demoyu ilk dinlediğimde, tüylerim diken diken olmuştu. Ve dedim ki; "Evet böyle bir şarkıyı kaçırmamalıyım!" Fakat ikimiz de aşırı mükemmeliyetçi olduğumuzdan "Şurası böyle mi olsa? Bunu çıkaralım, şunu ekleyelim" diye süreç biraz uzadı tabii. Ama sonuç ikimizin de içine sindi. Ortaya kalbe dokunan bir iş çıktı.

Son bir sene içinde birçok alışkanlığımız değişime uğradı. Sizin değişime uğrayan alışkanlıklarınız oldu mu?
Şüphesiz karantinada bol bol yemekler yendi, kilolar alındı. Bir Boğa burcu olarak boğazıma düşkün biriyimdir. Açıkçası çok yoğun tempoda çalışan biriydim. Böyle bir boşluğa düşünce evden çıkmadım. Hatta evi değiştirdim. Evde kendimi mutlu etmeye çalıştım ve kendimi yemeğe verdim. Zaten Covid de atlattığım için evde izole bir şekilde zorunlu bir karantina dönemi yaşadım.

Sahneye çıkmak ve sahneyi yaşamak arasında kırmızı bir çizgi olduğunu düşünüyorum. Siz sahneyi yaşayabilen sanatçılardan birisisiniz. Bunun sırrı nedir?
Çok teşekkür ederim böyle düşündüğünüz için. Bizim belli bir repertuarımız bile yok. Her şey canlı ve orada gelişiyor. İnteraktif bir program olması da bu gerçekçiliği diğerlerinden farklı kılıyor bence. Sahneyi yaşamanın sırrı da sanırım aşağıda her ne yaşarsan yaşa, sahneye çıktığında bunu geride bırakıp oranın keyfini en doğru şekilde çıkarmak. En çok senin eğlenmen ve keyif alman gerektiğini düşünüyorum. Bazen iletişim kurmak, herkesi aynı anda yakalamak zor olmuyor mu? Tabii ki, oluyor. İşte bahsettiğiniz kırmızı çizgi tam olarak orada devreye giriyor.

Hepimizin hayatında kariyeriyle ilgili önemli kırılma noktaları olmuştur. Sizin yaşadığınız bir kırılma noktanız var mı? Eğer varsa sonrasında neler değişti hayatınızda?
Benim kırılma noktam sanırım İstanbul'a yerleşmemdi. Bu durum, kendi kanatlarımla uçabilmeme vesile oldu. Tabii benden iki yıl önce abimin İstanbul'a yerleşmesi ve düzenini kurmasının da bunda etkisi çok. Belki tek başıma buna cesaret edemezdim. İyi ki de hayatımı tamamen değiştiren bu büyük adımı atmışım ki, şu an hayallerimi yaşayabiliyorum.

Kariyer hayatınıza yönelik hiç keşkeleriniz oldu mu? Bir şeyi değiştirmek isteseydiniz bu ne olurdu mesela?
Aslında keşke diyebileceğim hiçbir şey olmadı. Bir sonraki işimde neyi yapmamam gerektiğini ya da neleri eksik yapmışım bana onu öğretmiş oldu. Ben olaylara hep bu şekilde bakarım. Bir şeyleri değiştirme şansım olsaydı; önce bu oluşturulan listelerde bir numara olmak ya da en çok tıklanan yalanına bir son vermek isterdim. Çünkü hepimiz biliyoruz ki, bunlar satın alınabilen şeyler. Kim bu işe daha çok bütçe ayırırsa, o insanı aylarca listelerde bir numara görebiliriz ya da bilmem kaç milyon tıklanmış olarak...

Pandemi sonrası nasıl bir Mert Davran bekliyor bizi? Gelecekle ilgili planlarınız var mı? Yoksa akışta kalmayı mı tercih ediyorsunuz?
Şişman... (Gülüyor) Akışta kalabilmemiz gerektiğini son bir senede öğrendik. Umarım yine böyle zor sınavlarla karşılaşmayız. Ama pandemi sürecinde herkesin mutlaka kendine çıkardığı bir ders olmuştur. Mesela önceden kafama taktığım tüm dertlerin, kuruntuların boş olduğunu ve bazen ne yaparsak yapalım, bazı şeylerin bizim elimizde olmadığını öğrendim. Ayrıca hepimiz sarılmanın ve temas hâlinde olmanın ne kadar da önemli olduğunu ve daha bir sürü şeyin kıymetini fark ettik bu süreçte. Planlarımız tabii ki yine olacaktır, ama bundan sonra biraz daha esnek ve akışta kalabilmeyi deneyeceğim.

Abiniz Mehmet Davran yepyeni bir giyim markasıyla karşımıza çıktı. Sizin modayla aranız nasıl? Sizin de gelecekte kendi markanızı kurmaya yönelik bir girişim planınız olur mu?
Evet, Groovy Things (Harika Şeyler) adında bir marka çıkardı. Gerçekten de şu evde oturduğumuz süreçte sweatshirt ve şort işi yapmak çok mantıklı. Markayı da Memo'nun küçük yaştan beri modaya olan ilgisini de çok destekliyorum. Zaten hazır giyim bölümünden mezun. İlk mesleğimde de moda sektöründeydim. Mağazacılık yaptığım ve birçok tasarımcıyla çalıştığım için moda bizde ayrı bir tutku. Benim öyle bir girişimim olacağını sanmıyorum. Çünkü ben giydirmekten çok giymeyi seviyorum.

"Yalanmış ile âşıkların gönlünde taht kurmaya geliyorum" diyorsunuz. Peki, aşk sizin hayatınızın neresinde? Âşık olduğunuz zaman nasıl bir insan olursunuz? "Yalanmış" dediğiniz aşklar oldu mu?
Açıkçası aşkla beslenen ya da âşık olduğunda ayakları yerden kesilen, kalbinde kelebekler uçuşan biri değilim. O yüzden hep ayakları yere basan ve daha çok mantıkla hareket eden biriyim. İşime duyduğum aşkım ayrı tabii... Yaşadığım, yaşayamadığım bütün aşkları bu şarkıda topladım. Baktım ki, o da 'Yalanmış!' Benim için tek gerçek aşk var, o da ilahi olan!

> *"Yaşadığım, yaşayamadığım bütün aşkları bu şarkıda topladım. Baktım ki, o da 'Yalanmış!' Benim için tek gerçek aşk var, o da ilahi olan!"*

Alaçatı ve yaz akşamları denilince akla gelen ilk isimlerden birisi oluyorsunuz. Bu yaz için pandemi izin verirse şayet, bize başka sürprizleriniz olacak mı? Neler bekliyor sevenlerinizi?
Meftun ile bu yaz da yola devam ediyoruz. Haftanın beş, altı gecesi yine Alaçatı'da, sahnedeyiz. Eğer her şey yolunda giderse, belki haftada bir gece de Bodrum'da sahne olacak. **mc**



Çiçeği Burnunda Korkumuz: FOMU

Pandemi Özel yayınımıza bu ay yepyeni bir terimle devam ediyoruz. Buluşma korkusu da diyebileceğimiz FOMU nedir? Dahası genel olarak bu korkularımızın temeli ne? OLGUN YOLÇINAR

KORKU, SAHİP olduğumuz en kuvvetli duygu. Kendimizi korumamız için tüm gelişmiş organizmalarla birlikte, evrimsel süreçte sahip olduğumuz bir mekanizma. Her ne kadar rahatsızlık verse de hayatta kalmamızı sağlayan ve bu sayede genlerimizi aktarmamıza yarayan bir emniyet supabı.

Tabii bir grup omurgalı canlı olarak korku mekanizmasını geliştirirken, konunun buralara geleceğini tahmin etmiyorduk. Ancak korkularımız ve onun küçük kardeşi endişelerimiz de bizimle birlikte gelişti; aslan-kaplan ekseninde kalmadı.

Korku-Ecel Diyalektiği

Korkunun dönüm noktası insan olarak geliştirdiğimiz soyut düşünebilme yetisi oldu. Böylelikle sadece görebildiğimiz aslan ve kaplanları değil, ejderhaları ve canavarları da hayal edebildik.

Edindiğimiz bu soyut düşünme yetisiyle karmaşık sosyal yapılar ve kurallar oluşturduk. Bunlar şu kabileydi, böyle tanrılar vardı, şu gün bu yapılmazdı, kıyametti, gazaptı... Belki bu yarattığımız soyut kavramların pençeleri ve dişleri yoktu ancak ortaya koydukları tehditler en az onlar kadar gerçekti. Nihayetinde gözlerimizle göremeyeceğimiz, kulaklarımızla duyamayacağımız soyut korkular edindik.

İnsanlar gelişmeyi sürdürdükçe ve sosyal yapılarımız karmaşıklaştıkça bu korkulara yenilerini ekledik: Dışlanmak, kovulmak, ifşa edilmek, ayıplanmak, borçlanmak, iflas etmek, terk edilmek, alay edilmek... Hayati tehlikesi olmasa da bu korkulara karşı verdiğimiz tepkiler; evriminin hızı, insanlığın toplumsal gelişim hızına adapte olamayan naçiz bedenlerimizin milyonlarca yıldır verdiği tepkilerle aynı idi. Neticede tüm bu soyut etkiler bizi hayatımıza kast edilmişçesine korkuttu. Gitgide karmaşıklaşan hayatımızın sürekli yenilerini ekleyip yutturduğu bu korkulara, 'anksiyete' diyerek geçiştirdik.

Bu sebepten her geçen yıl daha da artan bir korku ve endişe yumağına dönüşüyoruz. Çünkü hayatımıza atılan her yeni ilmek, kendi endişesini de yanında getiriyor. Akıllı telefonlarımız düşüp kırılma ya da çaldırılma korkusuyla, edindiğimiz her yeni hesap şifreyi unutma endişesiyle, her yeni ilişki bir ayrılık çekincesiyle geliyor. Hem de fiyat farkı ödemeden...

"Bilinmeyen Bir Güç Bizi Kendisinden İtiyor!"

Sahip olduğumuz bu soyut korkunun en önemli etmenlerinden biri de bilinmeyene duyulan korku. Ne olacağını bilemediğimiz zaman, ne gibi bir tehditle karşılaşacağımızı da bilemiyoruz. Değişimden, beklenmedik gelişmelerden bu sebepten korkuyoruz. Hukuk, sözleşmeler, antlaşmalar, sigortalar, fallar ve tahminler hep bilinmeyene karşı korkumuzu dindirme çabamızın bir tezahürü. Kendimizi bilinmeyene karşı bir garantiye alma isteği...

Yaşanan pandemi sürecinin yarattığı korkunun en kuvvetli etmeni de bu bilinmezlikti. Kestiremediğimiz bir şey yaşanmış ve sonuçlarını bilemediğimiz bir değişim başlamıştı. Dolayısıyla soyut bazı değerlerimizi yitirme korkusu içimizi sardı. Hatta kimisi bu bilinmezlik korkusundan komplo teorilerine sığındı. Onlara göre tüm salgın planlanmış ve kontrollüydü. Ancak bu insanların da aslında farkında olmadan yapmak istedikleri, bir şekilde kontrolün insanlıkta olduğu sanrısıyla kendilerini avutmaktı. Yani bilinmezlik ve belirsizlik korkusu o kadar kuvvetliydi ki; bunun yerine mutlak kötücül, fakat kesin bir ihtimal (Dünyayı ele geçirmek için insanları öldüren ve kalanlara çip takan güçler) daha huzur vericiydi.

Soyut korkuların (ve buna bağlı olarak belirsizlik korkusunun) yumuşak karnı da bu... Aslında yıpratıcı olan korkunun ta kendisi. Korktuğumuz şeyle karşılaştığımızda ise o kadar da kötü olmadığını görüyoruz. Örneğin; kovulmak bize korkunç geliyor ancak gerçekleştiğinde rahatlamış hissedebiliyoruz. Ya da en azından korkarak kendimize ettiğimiz eziyete değmediğini anlıyoruz. Yani çekindiğimiz olumsuzluk yaşandığında, kendimizi toparlayıp yolumuza devam ediyoruz. Ancak ufak bir belirsizlikte ya da olumsuzluk



tehdidinde apışıp kalıyoruz. Korku, yaşanacak olumsuzluğu olduğundan daha büyük ya da daha yıkıcı gösteriyor. Bedenimiz hâlâ korku karşısında canımıza kast edilmiş gibi tepkiler verdiği için, fiziksel zarar yaşanmayan her olumsuzlukta "O kadar da kötü değilmiş" diyebiliyoruz.

Yeni Bir Korku

Pandemi ve akabinde gelen kısıtlamaların; dahası bu kısıtlamaların bir seneyi aşıp bizi yavaş yavaş dönüştürmesinin etkilerinden biri de ilk kez Badoo dating app'inin ortaya attığı bir terim olan FOMU (Fear of Meeting Up). Kısaca "Buluşma, sosyal etkileşim çekincesi" diyebileceğimiz FOMU, şu zamana kadar yaygın olduğu söylenen FOMO

(Fear of Missing Out), yani 'kaçırma, eksik kalma' korkusunun karşıtı. Görece taze bir terim olduğundan hakkında yapılan kapsamlı ve güvenilir araştırmalar yok. Ancak görüntülü görüşmelere, evde kalmaya ve sosyal mesafeye alışan insanlarda artan bir sosyalleşme çekincesi olduğu da aşikâr.

FOMU'nun katmanlı bir terim olduğunu iddia edebiliriz. Sadece pandemi ve hastalık ürküntüsünden bağımsız, nüansları olan bir hâl.

> *"Yaşadığımız değişimler zaten her türlü yaşanacaktı. Ancak bunlar yıllara dağılarak, kendini hissettirmeden gerçekleşecekti. İlla ki, bir noktada evden çalışmaya geçecektik."*

Bunlardan ilki FOMU'nun aslında içten içe istediğimiz bir duruma kılıf oluşturması. Pandemi öncesinde de kimimiz sosyal endişelere ve fobilere sahipti. Yalnız kalmayı veya mümkün olduğunca az sosyalleşmeyi tercih ediyordu. Bu insanlar için kısıtlamalar aslında rahatlatıcı bir bahane oluşturdu. Ertelenen ya da iptal edilen programlar için bahane yaratma gerekliliği ortadan kalktı. Tabii her sosyal fobiye sahip insanın bunu bilinçli olarak kullandığını söyleyemeyiz. Ancak pek çok çekingen, içe dönük insanın farkında olmadan pandeminin getirdiği bu değişiklikten faydalandığını öne sürebiliriz.

İkinci katman ise pandemi ve hastalık endişesinin yarattığı gerçek korku ve endişeler. Burada kimi insanların, haklı olarak, sağlıklarını mümkün olduğunca etkili bir biçimde korumak adına, sosyalleşmeden uzak kaldığını görüyoruz. Bu oldukça normal ve sağlıklı bir tepki. Ancak yaratılan korku ortamı burada da kantarın topuzunu kaçırabiliyor. Evham ve sağlık anksiyetesine yatkın olanlarımız acillerde gereksiz iş gücü kaybına neden olabiliyor. Alınan önlemler aşırıya kaçarak, uzun vadede psikolojik etkisi daha büyük olacak kimi kişilik problemlerine sebebiyet veriyor. Obsesif kompulsif bozukluklar şahlanırken internette belirti arama seansları sıklaşıyor.

FOMU'nun son katmanı ise biraz daha masum. Buradaki çekincelerin temelini değişim ve değişim karşısındaki ataletimiz oluşturuyor. Pandemi boyunca dünyanın alıştığımızdan da hızlı değiştiğini hissediyor ve kendimizi yerimizde saymış ve belki de paslanmış hissediyoruz. Uzun süredir insanlarla yakınlaşmadığımızdan etkileşimleri garipsiyor ve önceden bize çok doğal gelen şeylerin artık o kadar da normal gelmediğini fark ederek, kendimize yabancılaşıyoruz. Eski ahbaplıklardan o kadar zevk almadığımızı, sosyal anlamda aynı heyecanlara sahip olmadığımızı görmek bizi ürkütüyor. Etrafımızdaki yeni dünyayla ilgili belirsizlik hissimiz, kendimize karşı yaşadığımız yabancılaşma ile perçinleniyor. Artık kim olduğumuzu bilmeyerek endişelenebiliyoruz. Sonuçta, her belirsizlik bir tekinsizlik. Ve kendimizi tam olarak bilememek, belirsizliklerin en büyüğü.

Değişimi Kucaklamak

Yaşadığımız değişimler zaten her türlü yaşanacaktı. Ancak bunlar yıllara dağılarak, kendini hissettirmeden gerçekleşecekti. İlla ki, bir noktada evden çalışmaya geçecektik. Online alışveriş esnafın belini kıracaktı. Sinema salonlarına olan talep azalacak ve eskisine nazaran az bir etkileşimle yaşayacaktık. Her kriz dönemi gibi bu dönem de yalnızca tarihin akışını hızlandırmış oldu. Bu nedenle belki de yıllardır ilk defa kendimize dönerek, yeni dünya düzenini ve buradaki yerimizi sorguladık. Yıllardır sorgulamadan kullandığımız çoğu teknolojiyi, dostluklarımızı ve dahası iş yaşantımızı inceledik. İçe dönmemiz belki de dünyanın geçtiği sürecin bizi değiştirdiğinden daha çok değiştirdi ve de dönüştürdü.

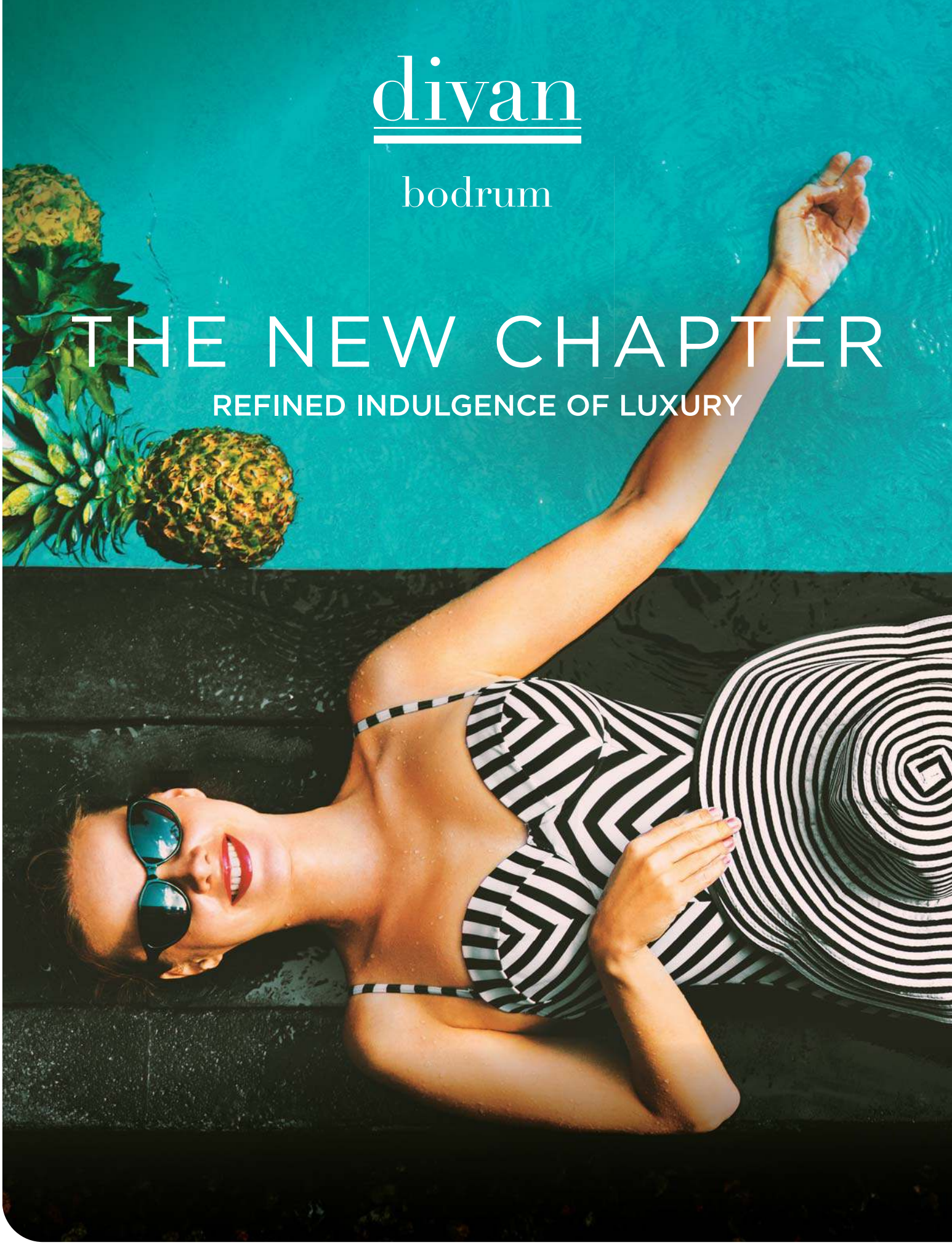
O nedenle değişim ve dönüşümden korkmamıza gerek yok. Değişim, alıştığımız, güven veren şeyleri bırakmamız kadar yeniye kavuşmamız anlamına da geliyor. Her geçiş gibi belirsizlikle çevrili olduğundan ürkütücü, fakat gerekli.

Yitirdiğimiz her sosyal bağ yeni arkadaşlıklar, kaybedilen her heyecan, bulunacak yeni tutkular demek. Sonuçta çoğumuz belki de bir buçuk sene öncesine kadar hayatımızın monotonluğundan, sokağa çıkma yasaklarının arttığı günlerde de eve kapanmaktan şikâyet ediyorduk. Özetle, aslında kolayca adapte olan ancak her adaptasyonda gereksiz miktarda nazlanan canlılarız.

Zaten her gelişmeyle kendisine yepyeni endişeler yükleyen bireyler olarak, bir de bu FOMU'yu üstlenmemize gerek yok.

Korku ve endişelerin nereden, nasıl kaynaklandığını bildiğimiz sürece, yeni terimler ve isimlerden etkilenmeden hayatlarımıza devam edebiliriz.

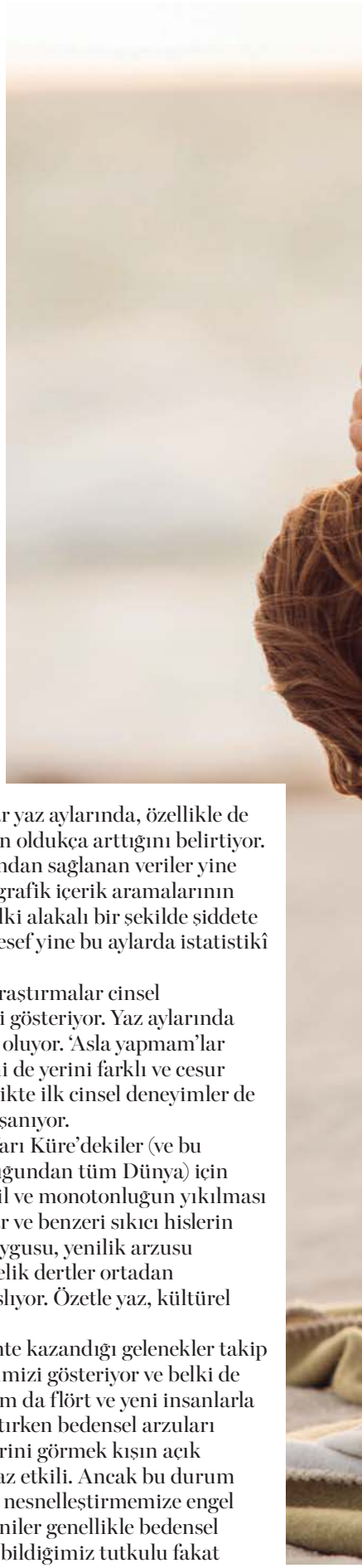
Sonuç olarak; gerekli sağlık önlemlerini aldığımız ve gerçekten dikkat ettiğimiz sürece, buluşmamız da buluşmak istememiz de aslında gayet doğal ve normal. Uymadığımız yeni bir kalıp bulduk diye, yeni endişelere yelken açmayalım. Yoksa yarın FOMU gider yerine bir başkası gelir. Kendinizi bilin, yeter! mc



Koç www.divan.com.tr www.divanpastaneleri.com.tr /divandayiz /divanotelleri /divanrestoranlari /divanpastaneleri /divandayiz

SEKS MEVSİMİ

Bu ay *"DENİZ! KUM! GÜNEŞ!"* diyor ve *Coco Jambo eşliğinde* yaza ve yazın artan cinselliğe bakıyoruz. Yaz gerçekten BİR SEKS MEVSİMİ mi? Öyleyse neden? *OLGUN YOLÇINAR*



İNSANLARIN EN SEVDİĞİ aktivitelerden biri, hayatlarını etkileyen ve kontrol edemedikleri güçler hakkında yakınmak. Müthiş keyifli bir sorumsuzluk sağlayan bu eylem, aynı zamanda bahanelerle de yakın akraba. Bizi etken durumdan alıp edilgenliğin şefkatli kollarına bırakan bir teslimiyet.

Bize engel olan gizemli güç geri giden Merkür, kapalı hava ya da önümüzdeki işi yapmamak için taklalar atarken yaptığımız engin araştırmalar sonucunda; kendimize yakıştırdığımız nadir bir rahatsızlık ya da medikal durum olabilir. Fakat alt metni ortaktır... Bu belki de istemediğimiz, bize zül gelen bir şeye verdiğimiz bilinçsiz tepkidir. Kendimizi affetmenin bir yoludur.

Tabii bu oldukça gerekli bir refleks. Çünkü yıllardır uğradığımız beklenti bombardımanı fazlasıyla yorucu. Bu nedenle sürekli bizi 'x olmak için, y kadar çalışmak lazım' mesajlarına boğan 'ilham verici' TED talk'ların yerini yavaş yavaş kendini affedip, kabul etme mesajı veren içeriklerin alması gayet doğal. Ayrıca bu sızlanmalarımızın haklılık payı da var. Burada pek çok kez değindiğimiz üzere, kontrolümüz dışında kimi kimyasal etkilere maruz kalan organizmalarız. Dahası bu sefer beklenmedik ve yıpratıcı bir sene geçirdik. Kış da tam tabiriyle 'pisti.' Ancak önümüz yaz ve birazdan değineceğimiz gibi üzerimizde oyunlar oynayan bu gizemli güçlerden birkaçı ortadan kalkıyor.

"GELDİ YAZ AYLARI, GEVŞER GÖNÜL YAYLARI!"

Yazın sizin de bildiğiniz gibi flört ve cinsellik artıyor. Fakat bu yalnız atasözlerine mal olan bir söylence değil. Bilim de bu savı destekliyor. Araştırmalar yaz aylarında, özellikle de temmuzda yapılan seks sayısının oldukça arttığını belirtiyor. Aynı şekilde internet aramalarından sağlanan veriler yine bu aylarda seksle ilgili ve pornografik içerik aramalarının bir hâyli arttığını gösteriyor. Belki alakalı bir şekilde şiddete dayalı ve plansız suçlar da maalesef yine bu aylarda istatistikî olarak artıyor.

Seks özeline indiğimizde de araştırmalar cinsel aktivitelerin yazın çeşitlendiğini gösteriyor. Yaz aylarında insanlar yatakta daha maceracı oluyor. 'Asla yapmam'lar yerini yeni ilklere; yatak düzlemi de yerini farklı ve cesur alanlara bırakıyor. Bununla birlikte ilk cinsel deneyimler de ağırlıklı olarak yaz aylarında yaşanıyor.

Bunun ilk nedeni biz Kuzey Yarı Küre'dekiler (ve bu yarı kürenin etkisi ağırlıklı olduğundan tüm Dünya) için kültürel. Yani yaz bizim için tatil ve monotonluğun yıkılması demek. Böylelikle sorumluluklar ve benzeri sıkıcı hislerin yoğunluğu azalırken macera duygusu, yenilik arzusu yükseliyor. Bizi kısıtlayan gündelik dertler ortadan kalkınca da yeni deneyimler başlıyor. Özetle yaz, kültürel anlamda bir özgürlük.

Bunu yazın görece yakın tarihte kazandığı gelenekler takip ediyor. Daha açık giyiniyor, tenimizi gösteriyor ve belki de daha çok 'dağıtıyoruz!' Bu durum da flört ve yeni insanlarla tanışmak için ideal ortamı yaratırken bedensel arzuları tetikliyor. Tabii yazın mayolu birini görmek kışın açık giyinen birini görmekten daha az etkili. Ancak bu durum karşımızdakini bedensel olarak nesnelleştirmemize engel olmuyor. Bu nedenle yazın beğeniler genellikle bedensel oluyor ve belki de 'yaz aşkı' diye bildiğimiz tutkulu fakat



sönücü fenomeni açıklıyor. Kültürel faktörleri, çok sevdiğimiz biyolojik faktörler takip ediyor. Yaz, tüm doğa için bir serpilme dönemi. Doğanın hareketi, bizde tam açıklayamadığımız estetik algıları tetikliyor. Böcek vızıltılı, dalga sesli, bitkilerin canlandığı bir ortamda biz de farkında olmadan uyarılıyoruz. Dahası kış, enerji tasarrufu ve soğuğa karşı kendimizi koruma niyetiyle, bizde depresif bir hâl yaratıyor.

Karşıtı olarak yaz sıcağı ve güneşli hava serotonin salgımızı artırıyor. Araştırmalar ekvatora yakın yaşayan insanların mutluluk anketlerinde daha olumlu cevaplar verdiklerini; ayrıca daha sık ve daha özgürce seks yaptığını gösteriyor.

Yazın getirdiği tatil çağrışımı da mutluluk hormonlarını olumlu etkiliyor. Aynı zamanda D vitamini artışı, libidoyu ve cinsel sağlığı da yükseltiyor. Stres ve soğuğa bağlı bağışıklık problemleri azalıp güneş etkisiyle sağlığımız iyileştikçe, bedenimiz de haklı bir çağrıda bulunuyor. Sağlığımız arttıkça çiftleşmek için hazır olduğumuzu söyleyerek bizi tetikliyor.

Sevgili yıldızımız Güneş de burada önemli. Daha uzun süre güneş ışınlarına maruz kaldığımızda melatonin seviyemiz düşüyor. Melatonin düştükçe dengelediği hormonlarımız baskılanmaktan kurtuluyor. Güneş bu açıdan çikolata ve istiridyeye denk bir afrodizyak diyebiliriz. Tabii bir de işin estetik boyutu var. Yüzyıllardır süregelen 'mavi kan' fetişizmi güç kaybederken, bronzlaşmak genel güzellik algısına uygun bulunuyor.

Buna yaza özel diyet, spor yapan, su kaybederek derisi incelip sıkılaşanlarımızı eklediğimizde de biraz daha çekici ve daha da önemlisi, sağlıklı görünüyoruz. Özellikle kıyıya yakın yerlerde kozmetik kullanımı azalıyor; parfüm kokuları yerini deniz tuzuna bırakıyor. Böylelikle farkında olmadan arzuladığımız bu doğallıkla içgüdülerimiz de harekete geçiyor. Ancak her şeyin fazlası zarar. Sıcaklık artıp develer bayılmaya ve sarılmak suç sayılmaya başladığı anda cinsellik de olumsuz etkileniyor. Aşırı sıcaklarda tartışmalar, kavgalar ve değindiğimiz şiddete dayalı, plansız suçlar artıyor.

Özellikle nemle birleşip bunaltıcı havaya geçtiğimizde yazın getirdiği dinçlik hissi de biçim değiştiriyor. Hormonlarımız zirvede olsa da bu konuda bir şey yapabilecek hâlde olmuyoruz. Bu arada kalmışlık da öfkeli çıkışlara neden olabiliyor. Bu bilgiyle bunaltıcı havada tartışan çift fenomenini de aradan çıkarıyoruz.

Talihsiz bir biçimde yazın cinsel yollarla bulaşan hastalıklar da zirve yapıyor. Bu duruma artan seks miktarı kadar sıcağın daha uygun bir bulaşma ortamı yaratması da sebep oluyor.

Sıcak, ter, mayo, fazla alkol tüketimi gibi etkenler; özellikle ciltte lezyon veren hastalıkların yaz aylarında daha kolay belirti vermesine ya da tetiklenmesine neden oluyor.

"YAZIN YANMAYAN, KIŞIN ISINMAZ"

Hâlsizliğimizi ve isteksizliğimizi yorduğumuz ekstra tatsız bir kışın ardından (meteorolojik bir felaket yaşanmazsa) yaza kavuşuyoruz. Tabii bu sefer olumlu bir etki altında olduğumuzdan "Lanet olsun, çok enerjiğim" diye hayıflanmayacağız. Güneşe bağlı enerji seviyesi sızlanmalarımızı kışlıklarımızla birlikte kaldıracağız. Ancak ne kadar alışkın olduğumuz bir yaz yaşayacağımız muallak. Mevcut ahval-i şerait nedeniyle burada sayılan etkilerden muaf olmamız da muhtemel. Tatiller tekrardan bir hayal olarak kalabilir ve o serotonin hiç yükselmeyebilir. Yine de fırsatı olup, yazı yaz gibi yaşayacakların tadını çıkarmasını ve küplerini doldurmasını temenni ediyorum. Zira önümüzdeki kışın neler getireceğini bilemiyorum ancak ihtiyacınız olabilir. mc







Hatun İstanbul markasının kurucusu Arzu Niziplioğlu.

KÜLTÜREL *Miraslar*

Binlerce yıllık tecrübe ve ustalığı bir araya getiren Hatun İstanbul'un kurucusu Arzu Niziplioğlu ile keyif dolu bir röportaj gerçekleştirdik. *BURAK ÜÇPINAR*

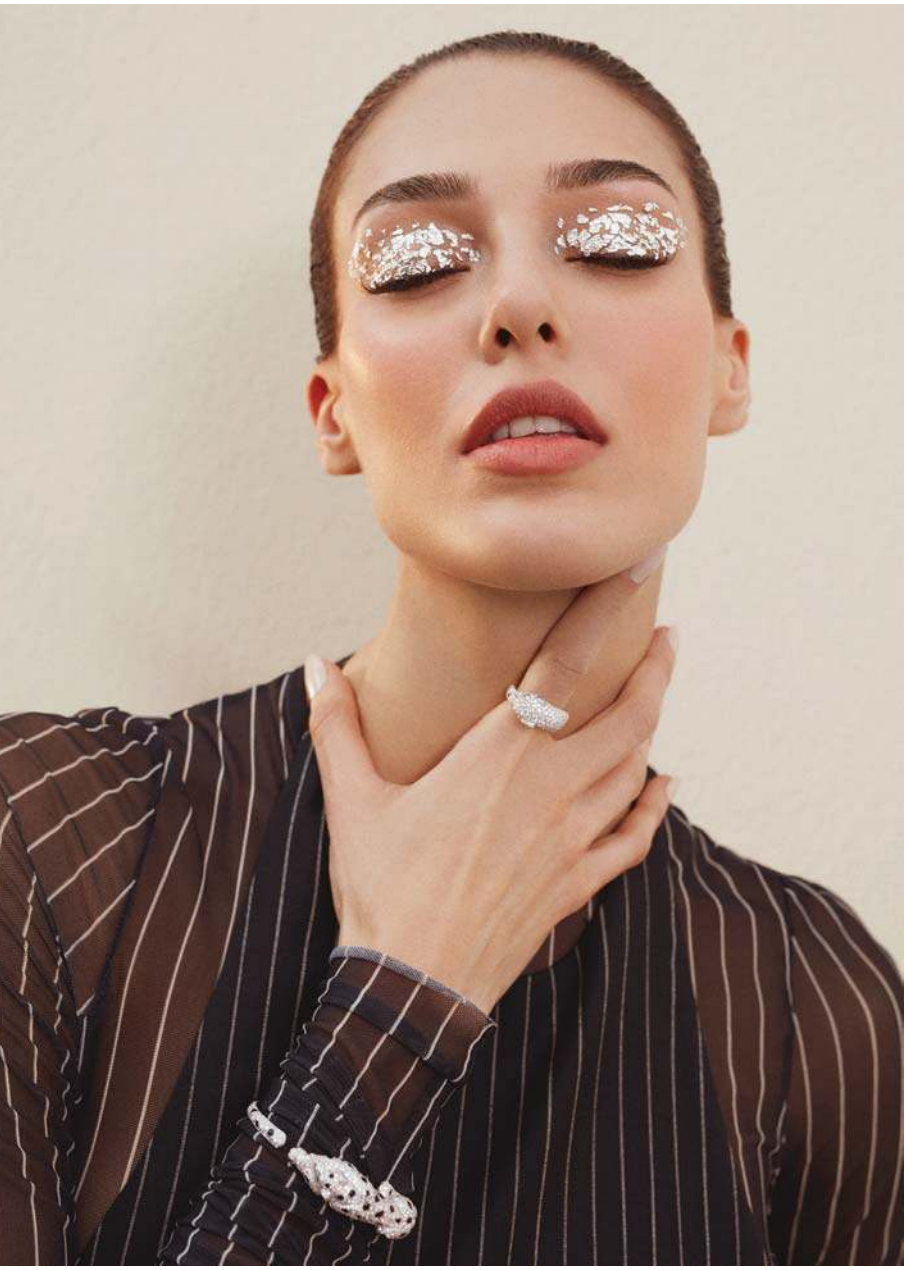
Bütün ürünleriniz sanki İstanbul'un bir silüeti gibi. Bu tarih kokan markanın ortaya çıkış hikâyesi nedir?
Hatun İstanbul'da, geçmiş zamanın İstanbul'a kattığı olağanüstü esanslar, lezzetler ve ikramlar günümüzde yeniden kıymet bulsun diyerek yola çıktık. İkram geleneğimizde unutulmaya yüz tutmuş değerleri yeniden yorumlamayı ve günlük hayatımızın parçası hâline getirmeyi hedefledik. Aile kültürümden edindiğim bilgi ve tecrübeyi günümüzün ruhu ile harmanlayarak geleneksel ve moderni bir araya getirmeyi amaçladım.

Koleksiyonlarınızı belirlerken İstanbul'un özellikle hangi noktalarından ilham aldınız?
Hatun İstanbul koleksiyonunu oluştururken İstanbul'un çok sesli, renkli ve zengin yapısı bizim için en büyük ilham kaynağı oldu. Binlerce yıllık kültürel bir miras, aynı coğrafyayı paylaşan çok farklı topluluklar ve medeniyetler, birbirinden beslenerek zenginleşen gelenek ve görenek; nihayetinde tüm dünyada ün salmış bir ikram kültürü... Bu zenginlik bizim için çok değerli. İstanbul'un neredeyse her köşesinde bunun izlerini görmek mümkün.

Burada yer alan ürün gruplarını neye göre belirleyip seçim yaptınız?
Ürün gruplarımızı oluştururken farklı dönemlerin ruhunu yansıtan kokular ve lezzetlerle yola çıktık. Kültürümüze bakınca Türk kahvesi ve lokumun yeri çok özel. Bu lezzetleri lüks ve kaliteli bir şekilde sunmak istedik. Koku karışımlarımızı hazırlarken, bu kokuları günlük hayatımızda nerede ve nasıl yaşatabileceğimizi düşündük. Böylece kokulu sabunlarımız, kolonyalarımız, oda parfümlerimiz ve mumlarımızı geliştirdik.

Ürünlerinizi hazırlarken en çok hangi noktalara dikkat ediyorsunuz?
Üretimimizin öncesi detaylı ve incelikli bir araştırma sürecine dayanıyor. Her çıkardığımız ürünün bir hikâyesi ve bu ürünün kendi markamız ile bir tutarlılığının olmasına özen gösteriyoruz. Her ince ayrıntı bizim için çok önemlidir. Kolonyalarımızda, oda kokularımızda, sabunlarımızda, kremlerimizde ve mumlarımızda yüksek oranda esans kullanıyoruz. Ürünün kalıcılığı bizim için çok önemli. Bununla birlikte en kaliteli ve güvenli içerikleri seçiyoruz. Lokumlarımız ise Hatun İstanbul'a özel olarak üretiliyor. Markamıza özel lokum tarifleri ve ebatları kullanıyoruz. Özellikle gül mayalı fındıklı lokumumuz Hatun İstanbul'a özel bir tariftir ve sadece markamız için üretiliyor. Kahvelerimiz çok köklü ve eski bir firma tarafından İstanbul'da üretiliyor. Tüm koku harmanlarımız, lokum çeşitlerimiz ve kahvelerimiz en iyi malzemelerin seçilmesiyle, işin ustalarının mutfak hünerlerini göstermesiyle ortaya çıkıyor.

Yakın ve uzun vadede ne gibi hedefleriniz var?
Kendi mağaza konseptimiz ile yurt dışında mağazalaşarak büyüme hedefimiz var. Bununla ilgili olarak görüşmelerimiz devam ediyor. Yavaş yavaş, emin adımlarla ilerliyoruz. Hatun İstanbul butik ve çok özel bir marka. Bu markaya inanacak ve tutku ile sarılacak partnerler ile yola çıkmak istiyoruz. Bir Türk markası olarak ülkemizi yurt dışında en iyi şekilde temsil etmek istiyoruz. **mc**





DİLAN
Çiçek Deniz

Enerjik, güzel ve yetenekli... Son olarak Alev Alev dizisinde Rüya olarak karşımıza çıkan Dilan'ı daha yakından tanımaya hazır olun!

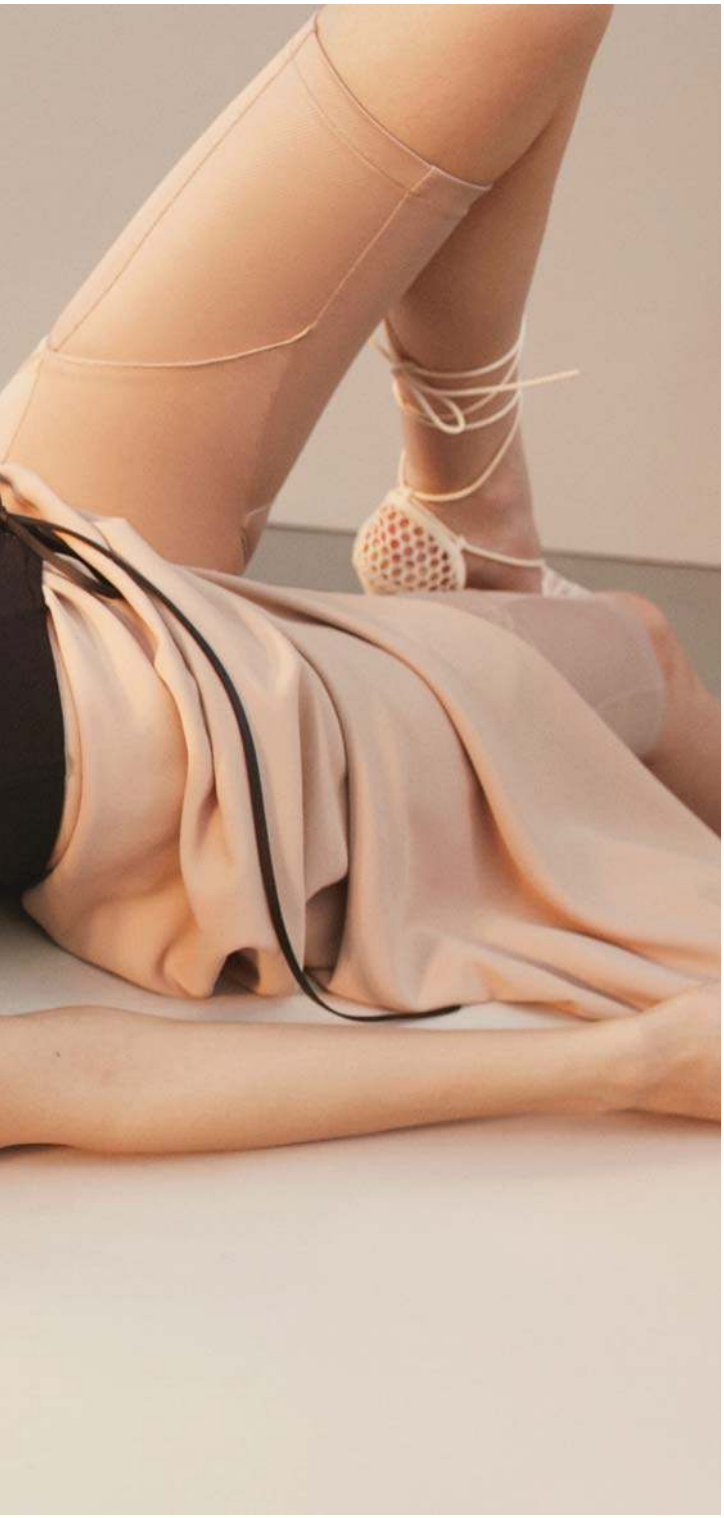
Röportaj: GÖZDE EYİBİLİR Fotoğraflar: KORAY PARLAK Moda Editörü: TUĞÇE ÜLKÜMEN

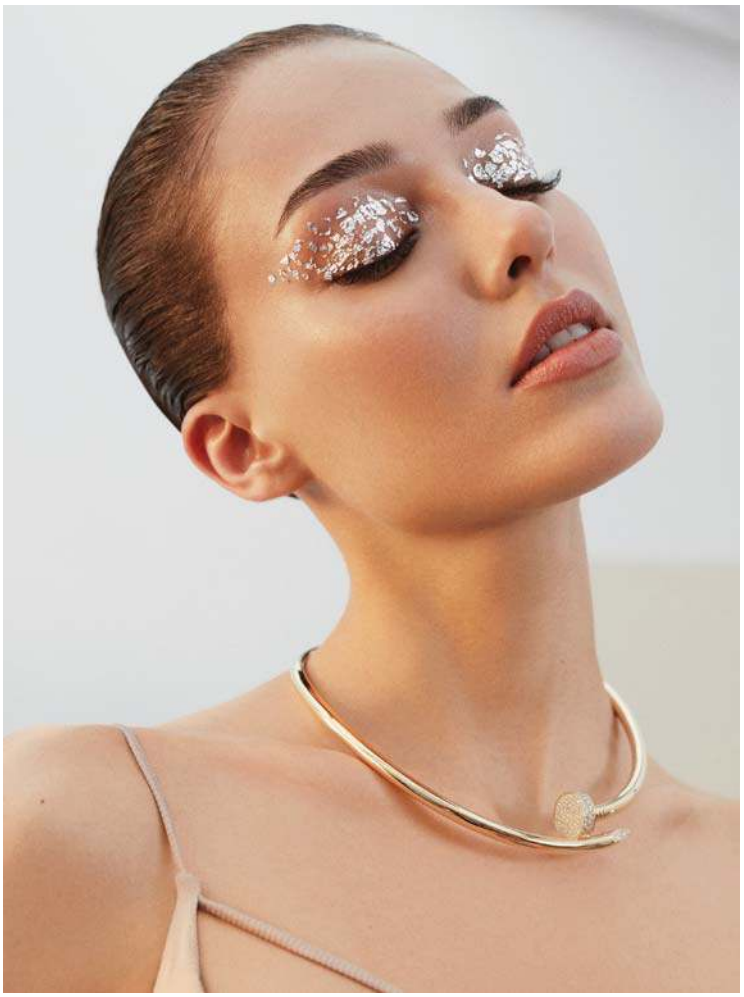


TÜM KIYAFETLER:
SPORTMAX
BİLEZİK VE YÜZÜK:
PANTHÈRE DE CARTIER
BOT: **SPORTMAX**



TULUM: **TAYFUN KABA**
KORSE: **CEREN OCAK**
ETEK: **MUSE FOR ALL**
KOLYE: **CARTIER JUSTE UN CLOU**
AYAKKABI: **BOTTEGA VENETA/ BEYMEN**









TÜM KIYAFETLER: **LOUIS VUITTON**
KÜPE: **MELIS GORAL**
SANDALYE: **ATÖLYE BAŞKA**

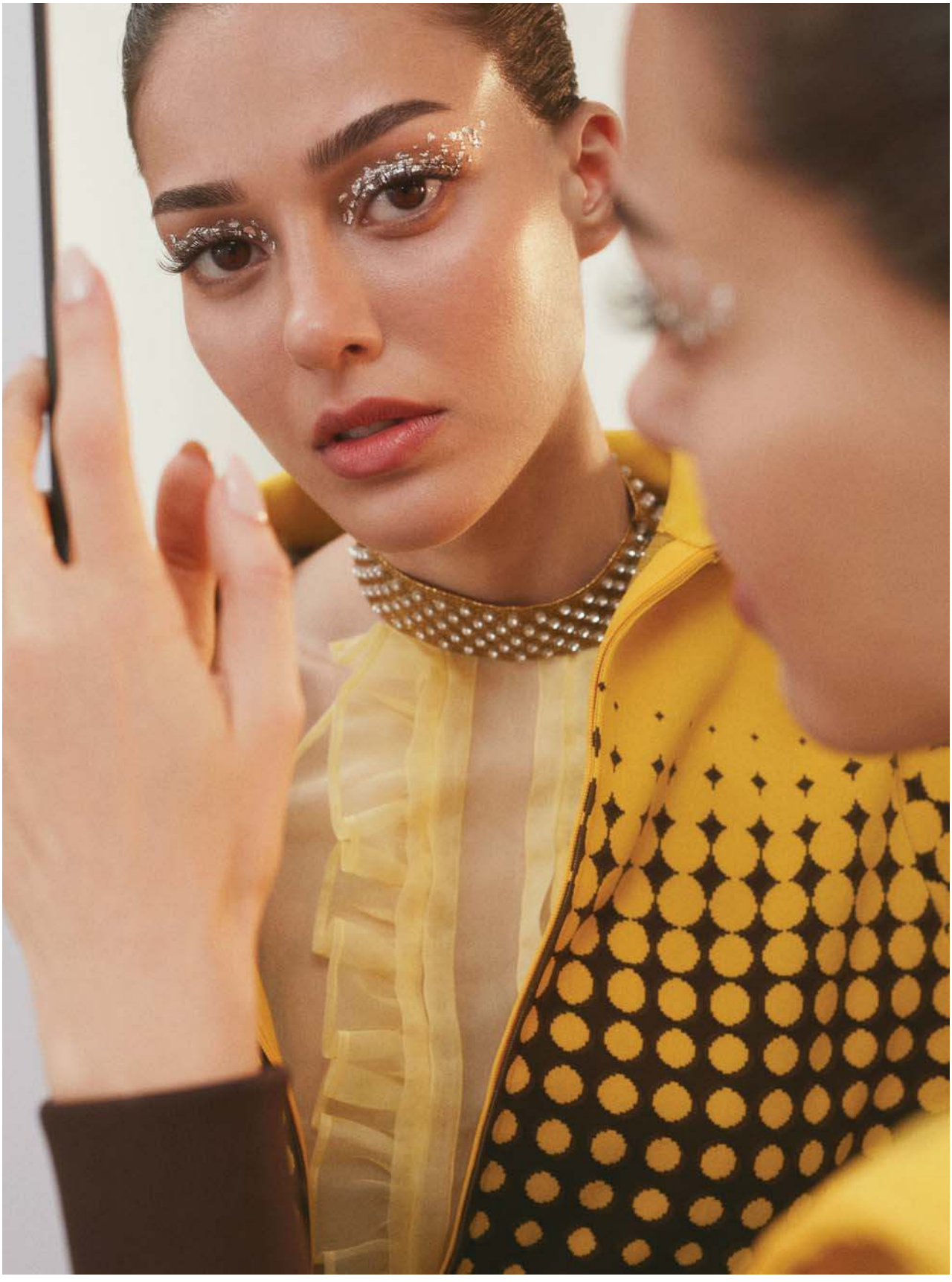


KORSE: **SUDI ETUZ**
PANTOLON: **MYBESTFRIENDS**
KEMER: **EDİTÖRE AİT**
KÜPE: **MELIS GORAL**
ELDİVEN: **ELI PEACOCKS**
TERLİK: **BOTTEGA VENETA/ BEYMEN**





BODY: **MAISON MARGIELA/ BEYMEN**
ETEK: **ALEXANDER MCQUEEN/ BEYMEN**
KÜPE VE YÜZÜK: **MELIS GORAL**
BOT: **SPORTMAX**





TÜM KIYAFETLER: **MIU MIU**
SNEAKER: **MIU MIU/ BEYMEN**

Saç: İbrahim Zengin
Makyaj: Ece Birsen
Fotoğraf Asistanı: Okan Altın
Moda Editörü Asistanı: Yasemin Yıldırım
Video: Melike Müge Şahin

Öncelikle çekim nasıl geçti?
Çok sevdiğim, her biri ayrı ayrı yetenekli, güzel ruhlu insanlarla çalışınca çekim şahane geçti tabii. Hepsine çok teşekkür ediyorum bu güzel anı için.
Seninle son röportajımızda henüz pandeminin başlarında gibiydik. Bu geçen zamanda neler değişti sende?
Çok zor bir süreçten geçiyoruz. Herkesin değişip dönüştüğü bu zamanların bende değiştirmediği tek şey aileme ve sevdiklerime duyduğum özlem oldu.
Bugünlerde neler hissediyorsun hayatınla ilgili? Nasıl bir dönemdesin?
Farkındalığımın yüksek olduğu bir dönemdeyim. O yüzden nasıl bir zorlukla karşılaşırsam karşılaşayım yeni bir şey öğrenerek ve en az hasarla atlatmayı başararak ilerlediğimi düşünüyorum. İyi hissettiğim, sevdiğim, sevildiğim, duygularımı ve hayatımı yönettiğim zamanlar...
Alev Alev'den bahsedelim biraz... Proje sana nasıl geldi? Biraz hikâyeden, karakterinden ve ekipten bahseder misin?
Le Bazar de la Charité'yi izlediğim zaman çok sevmiştim. En sevdiğim karakteri oynamak çok keyifli. Adaletli, güçlü, ne istediğini ve istemediğini bilen karakterler her zaman göz bebeğim olmuştur. İyi bir ekiple, çok emek verdiğimiz bir işin içindeyim. Bu işte bana ve hayatıma dokunan herkese teşekkür ediyorum.
Dizide iki farklı dünyadan gelen ve birbirine âşık olan bir çifti izliyoruz. Sence bu günümüzde mümkün mü? İki farklı dünya bir noktada birleşebilir mi dersin?
Birleşebilir, fakat çok fazla emek ve çabayla olabileceğini düşünüyorum. Nasıl bir hayat yaşarsa yaşasın, sağlıklı birer bireye dönüşmüş insanların altından kalkabileceği bir şey bu.
Çok klişe belki ama Rüya ile benzer yönlerin var mı?
Ben seviyorum bu soruyu... Stoacı bir tarafı var; en çok onu seviyorum. Çok kısa süre içinde arka arkaya bu kadar travma yaşayıp, karakterinden ödün vermeyip, hatta yaşadıklarından daha da güçlenerek çıkması ortak özelliğimiz.
Sinemayla ilgili ne düşünüyorsun? Var mı bizi bekleyen yeni projeler?
Daha çok hissetmek ve deneyimlemek için sabırsızlanıyorum. Sevdiği işi yapan insanlar bir gün bile çalışmış sayılmazmış. O yüzden şanslıyım. Tanımadığım insanlarla sinema aracılığıyla iletişim kurmak beni çok mutlu ediyor. Sinemanın insanlar üzerindeki etkisini görmeyi seviyorum. Bir kişiye bile dokunursam, ne mutlu bana. Aslında gelen projeler var, ama henüz okuma aşamasındayız. Umarım beni çok heyecanlandıran bir işle karşınızda olurum.
Malum bu dönemde birçok sektör değişti ve maalesef kötüye giden durumlar da oldu. Sen dizi, sinema sektörünü bu algıdan bakınca nasıl değerlendiriyorsun?
"Show must go on!" Özellikle son zamanlarda başka bir görevle, bambaşka bir sorumlulukla çalıştığımızı hissediyorum. İnsanlar onlara yakın gelen bir şeyler izlediğinde, daha az yalnız ve daha iyi hissediyor. Setlerde maske, test, gibi her türlü önlem alınıyor. Kontroller yapılıyor ve bizler de ekstra dikkatli olmaya çalışıyoruz.
Eminim her yeni işte oyunculuğunla ilgili kendinde farklı ve yeni yönler görüyorsundur? Şimdiye kadar olan deneyimleme sürecinde nasıl bir noktaya geldiğini düşünüyorsun?
Bunu sonu olan bir şey olarak değil, bir süreç olarak görüyorum. Benim hayatımda daha çok virgüller var. Öğrenmenin, deneyimlemenin sonu yok. Umarım kendime daha çok şey katabilirim.
Oyunculukla ilgili yapabileceğin en uç şey nedir?
Kendinden bambaşka birini oynamak bile farklı bir deneyim. Herhangi bir ucu bucağı olduğunu düşünmüyorum. Hayatta ne varsa sahnede de o var aslında.
Setlerde en çok neye ihtiyacın oluyor çalışırken ya da beklerken?
Sessiz bir ortama ve kesinlikle masaja. Bu sadece benim değil, çoğu kişinin isteğidir diye tahmin ediyorum.
Sette beklerken kendini oyalamak için neler yaparsın?
Açıkçası her boşlukta uyumayı deniyorum diyebilirim. Çok uzun saatler çalıştığımız için kısa da olsa uyumak bana iyi geliyor.
En ilginç set hikâyen nedir?
Hepsinde bambaşka şeyler yaşadım. Ama en ilginç olanı hangisi bilmiyorum açıkçası. Alev Alev'deki on gün süren yangın sahneleri, fiziksel ve mental olarak en zorlayan ve keyifli olanlardan biriydi. Her gün hatırı sayılır bir vakit boyunca, gerçek bir yangının ortasında, hem her şeyin farkında olarak kendini korumaya çalışmak hem de bunu o an deneyimliyormuşçasına yaşamak benim için zordu. Onun dışında Çukur'daki son günüm, son sahnem bir o

KISA KISA DİLAN

En sevdiğin parfüm? Memo Marfa uzun zamandır kullandığım bir parfüm. Son zamanlarda onunla beraber Tiziana Terenzi Orza da kullanmaya başladım.
Vazgeçemediğin güzellik ürünün? Atölye patikadan aldığım, bir doğa perisinin elinin değdiği allığım. En güzel tarafı; silmeyi unutup uyuya kalsam bile cildime faydası oluyor.
En son izlediğin film? Sen Hiç Ateş Böceği Gördün Mü?
Bugünlerde en çok dinlediğin şarkı? Moriarty - Za Milena J.
Gardırobunda en çok hangi renk var? Siyah.
Yalnız kalınca ne yapmaktan hoşlanırsın? Sessizlik kâfi.
Uykusuz bir günde seni ne ayıltır? Birkaç galon kahve.
İstanbul dışında nerede yaşamak isterdin? Antalya'da büyüdüğüm için orada yaşamayı tercih ederim. Fakat Kapadokya'nın yeri de çok ayrı bende. Annemin memleketi; güzel atlar ülkesi.
Bitter mi, sütlü mü? Bitter.
Sürekli başa sarıp izlediğin dizi? Friends.
Şimdiye kadar aldığın en güzel hediye? Adını bulamadık ama uzun zaman önce kullanılan ve kilden yapılan üflemeli bir müzik aleti. Doğum günümde annem hediye etti. Likya yolunu yürürken ona da bir yabancı hediye etmiş.
Zaman yolculuğu olsa nereye, hangi döneme gitmek isterdin? Woodstock 69'a...

kadar ilginçti. Burada da soğuk suyun içinde 16 saat kalarak sahneyi çektim. Fiziksel olarak sınırlarımı zorlamak, kendimi test etmek büyülü bir süreç.

14-15 yaşında bir şiir kitabının yayınlandığını konuşmuştuk daha önce. Şiir yazmaya devam ediyor musun? Var mı gelecekte yine bir kitap projesi?

Okumak ve yazmak beni besleyen ırmaklarım. Çocukluğumdan beri böyleydi. Hayatı ve deneyimleri biriktiriyorum. Kitap yazamıyorsam, yazacağım kitabın sözleri birikiyordur. Neden olmasın?

Ailen bugünlerde nasıl? Görüşebiliyor musunuz?

Çok özledim ailemi. En yakın zamanda yanlarına gitmek istiyorum. Aile büyülü bir evren. Hepsi yakın zamanda covid atlattı. Zor bir süreçten geçtik ama herkes şu anda gayet iyi. Yanlarında olamamanın verdiği üzüntüyü derin bir şekilde yaşadım.

Bu pandemi döneminde en çok neleri özledin?

Özgürce gezmeyi, sarılmayı, ellerin sıcaklığını... En çok sevdiklerimle olmayı özledim.

Bir Balık kadınısın. Burcunun özelliklerini taşıyor musun? Balık kadını dışarıdan çok uysal ve mutlu görünür ama bazen içinde fırtınalar kopar...

O hâlde yaşasın Balık kadınları! Burcumun özelliklerini taşıdığımı düşünüyorum. Ama Balık'a İkizler olmak biraz yoruyor sadece.

Kadına şiddet konusuna değinmek istiyorum biraz. Neler söylemek istersin?

Hâlâ bu konuları konuşuyor olmaktan o kadar utanıyorum ki... Bu şiddetin failleri adına utanç duyup onların kendi adına utanç duymamasını anlayamıyorum. Nasıl bir insan bu yola başvurur; bu kadar cahil ve yitik bir hayat sürebilir? En temel hakkımız olan yaşam ve özgürlük hakkımızı nasıl elimizden alabilir? Ataerkil toplum düzeni bana göre değil. Kimseye göre de olmamalı.

Yaz yaklaşıyor. Şimdiden bir planın var mı yazla ilgili?

Planım yok ama hayalim var. Her şeyin değerini daha çok anladığımız bu dönem bana "Dur" dedi. Biraz durmaya, sevdiklerimle olmaya, onlarla keyifli anılar yaratmaya ihtiyacım var. Nerede olduğum önemli değil. Sevdiklerim, benim evim, güvenli alanım, benim insanlarım...

Hayalindeki tatili biraz anlatabilir misin?

Şehirden, zaman mevhumundan, toksik insanlardan, kaostan uzak... Doğanın içinde, güneşin doğuşuna göre hareket ettiğim, anda kalabildiğim, sevdiklerimle beraber olduğum, tanımadığım bir kediyi sevdiğim... Defalarca okuduğum bir kitabı dönüştüğüm insan olarak tekrar okuduğum, bir yıldız kaysın diye uzun uzun geceleri gökyüzüne baktığım... Gün içinde yorgun düştüğüm zamanlar bir yerde şekerleme yaptığım, bol huzurlu, bol sevgili tatillerin hayalini kuruyorum.

Âşık olunca nasıl bir Dilan oluyorsun? Ve sence ideal aşk nasıl olmalı?

Çok ama çok mutlu bir versiyonum oluyor. Aşkı ideal olarak tanımlayıp mükemmelize etme fikri bile iki tarafı da strese sokan bir şey. İdealar dünyasında her bireyin algıladığı ve deneyimlediği dünya ile gerçek arasında çok fark var. Bu iki bambaşka dünyayı ortak bir dünya hâline getirmek ve bunu karşındakinin sınırlarını ihlal etmeden, kendi sınırlarını da korumaya çalışarak yapmak; bunu da sağlıklı bir şekilde yapmak epey zahmetli fakat bir o kadar da kıymetli. O yüzden güzel ve ince ruhlarla karşılaşınca, gerçekten yaşanan bir his olduğunu söyleyebilirim.

Bir ilişkinin olmazsa olmazları nelerdir?

Bu sadece kadın-erkek ilişkisinde değil, benim için her canlıyla kurduğumuz ilişkinin başında geliyor; o da saygı. Kimsenin ilişki kurduğu insanların özel alanlarına girmeye, sınırlarını tanımamaya, rahatsız etmeye hakkı yok. Bir diğeri empati. Empati kuramayan insanlarla denk gelmek ve bunun sık yaşanması beni epey üzüyor. Bu kısacık hayatımızda bunu öğrenemediysek lütfen toplum içine karışmayalım. Ve salt sevgi... Karşındakinden karşılığında bir şey beklemeden, sadece onunla olmayı deneyimlemek ve derin bir bağ kurma hâli...

Bugünlerde beslenme ve spor rutinin nasıl?

Maalesef son zamanlarda spor rutinim yok. Yoğun tempo nedeniyle, her boş anımda bol bol dinlenmeye çalışıyorum. Güçten düşmemek için de sağlıklı bir şekilde beslenmeye çalışıyorum. Ama mental sağlığım için de beni mutlu edecek yiyeceklerden kaçınmıyorum.

Peki, cilt ve saç bakım rutinin?

Benim hiçbir zaman bununla ilgili bir rutinim olmadı açıkçası. Cildimi ve saçlarımı günün yorgunluğuyla beraber arındırıyorum genelde. Arada bir aklıma gelirse annemin hazırladığı doğal kremleri kullanmaya çalışıyorum.

Modayla ilgileniyor musun? Alışveriş konusunda nasılsın? Neler aldın mesela en son?

Son birkaç aydır hiç ilgilenemiyorum. Uzun zamandır kendime yeni bir şey almadım ve almamaya çalışıyorum. Bilinçli bir tüketici olmaya çalışmak ne kadar zor onu anladım. Gardırobumu da sadeleştirmeye başladım. Sahip olduğumuz kıyafetlerin üçte birini giyiyoruz aslında. Sadece sık giydiğiniz ve sizi mutlu eden parçalarınız olunca, hem ne giyeceğinizi o kadar çok düşünmemiş oluyorsunuz hem de kenara ayırdığınız parayı eşyalara değil, deneyimlere harcama fırsatınız oluyor.

Enerjini yükseltmek için neler yaparsın?

Tek başıma dans etmek bana çocukluğumdan beri en iyi gelen şeylerden biri. Enerjimin düşük olduğu günlerde annemin de bana ilk tavsiyesi oluyor. Çocuk merakım da baki olduğu için bu hayatla ilgili, kendimle ilgili yeni bir şey öğrenmek, bana çok iyi gelen bir diğer şey. Bilgi açlığımı doyurmaya başladığım vakit, enerjim de yerine geliyor.

Seni en çok mutlu eden ve en sinirlendiren şeyler neler?

En çok mutlu eden; beni, öğrenilmiş kalıpları dışında gören, gerçekten gören insanlarla tanışmam. En sinirlendiren; yaşamının hakkını verememiş olan insanlar. Bize bahşedilen bu biricik ve güzel hayatta, başkasının yaşam hakkını alanlar... İnsanların kendi hayattaki tercihlerine hakaret edip, mobbing uygulayanlar... Küçücük çocuklarda hayat boyu travma yaratanlar... Salt kötülük ve şiddetten güç alıp bunu seven insanlar...

Son olarak bize söylemek istediğin bir şey var?

Bu keyifli çekim ve röportaj için çok teşekkür ederim. İyi ki varsınız ve umarım yollarımız tekrar kesişir. **mc**

Louis Vuitton'dan Bir Riviera Hikâyesi

PASTELDEN PARLAK GEÇİŞLERE, MALİBU GÜNEŞİNİN CANLI SARI TONLARI İLE RİVİERA MAVİSİNİN FERAHLATICI ETKİSİ, BU KOLEKSİYONDA SORBE TONLARIYLA BULUŞUYOR.

Fotoğraflar: **STEVEN MEISEL**
Moda Editörü: **MARIE-AMÉLIE SAUVÉ**



TÜM KIYAFETLER VE AKSESUARLAR:
LOUIS VUITTON



TÜM KIYAFETLER VE AKSESUARLAR:
LOUIS VUITTON



TÜM KIYAFETLER VE AKSESUARLAR:
LOUIS VUITTON



TÜM KIYAFETLER VE AKSESUARLAR:
LOUIS VUITTON



TÜM KIYAFETLER VE AKSESUARLAR:
LOUIS VUITTON



TÜM KIYAFETLER VE AKSESUARLAR:
LOUIS VUITTON



TÜM KIYAFETLER VE AKSESUARLAR:
LOUIS VUITTON



TÜM KIYAFETLER VE AKSESUARLAR:
LOUIS VUITTON



TÜM KIYAFETLER VE AKSESUARLAR: **LOUIS VUITTON**

Saç: Duffy Duffy
Makyaj: Pat McGrath
Modeller: Akon Changkou, Ida Heiner,
Ashley Radjarame, Rianne Van Rompaey, Jade Nguyen

NATIONAL GEOGRAPHIC TRAVELER'A

BAHAR GELDİ!

BAYİLERDE



KİMSE BU DÜNYAYI BİZDEN DAHA İYİ TANIMIYOR.

NATIONAL GEOGRAPHIC TRAVELER

nationalgeographic.com.tr
facebook.com/NatGeoMagazineTurkiye
twitter.com/NatGeoMagTR
instagram.com/natgeomagturkiye

Güzellik



YAZ *Canlılığı*

YAZA SON BİR KALA VÜCUDUNUZ PLAJLARDA BOY GÖSTERMEYE NE KADAR HAZIR? VÜCUT BAKIMINIZI VE EGZERSİZ PROGRAMINIZI GÖZDEN GEÇİRMEYİ UNUTMAYIN.



YAZA *Hazır Bir Vücut*

Hepimiz yüzümüze, **vücudumuza baktığımızdan** daha çok özen gösteriyoruz; *itiraf edelim*. Neyse ki, yaza az kalan bu süre içerisinde iyi hissetmenin yolları var. **Pürüzsüz, canlı bir cilt** için yapmanız gerekenler burada.

Bugünler geçecek, her şey sona erecek ve biz yazın tadını doyasıya çıkaracağız! Evet, buna inancım sonsuz (umarım mahçup olmam). Plajlarda boy göstermeden önce cilt bakımınızı tamamlamak için son birkaç haftanız kaldı. Selülitlerden arınmış, neme doymuş, canlanmış bir cilt ile sizi kimse durduramaz. Işıltılı ve renkli yağlarla güneşe çıkmadan da parlak ve hafif bronz bir görüntüye sahip olabilirsiniz. Yazın ruhunu içimizde hissetmeye başladığımız bugünlerde, kıpır kıpır ve heyecanlı günler bizi bekliyor! İşte son günlerde dikkatimizi çeken ve size tavsiye edebileceğimiz cilt bakımı rutinleri.

CİLT BAKIMI YENİLİKLERİ
Selülitle Başa Çıkın

Konuya biraz sarkastik yaklaşacağım; bence insanların kalçalarını ayna olmadan görememelerinin bir sebebi var. Orada olup biteni görmememiz gerek sanki. Görüş hizamızda olmasa da bir şeyleri fark etmemek elde değil; selülit gibi! Kalça ve üst bacaklarımızda karşımıza çıkan bu çukurlukları en olabilecek şekilde düzeltmeye çalışabiliriz. Veya bu klişelere uymayıp 'Olduğunuz gibi güzelsiniz' felsefesini de benimseyebilirsiniz. "Selülitler, kadınların yüzde 80 ila 98'ini etkiliyor" diyor uzmanlar. Vücudun nemli kalması ve düzenli bakım uygulamak oldukça önemli. Günlük nemlendiricinizi ya da vücut sıkılaştırıcı kreminizi, kuru vücut fırçası ile birlikte kullanın. Cildinizin sağlıklı olmasına yardımcı olacaktır. Ayaklarınızdan başlayın, yukarı doğru saat yönünde fırçalayın. Bu işlem gözeneklerinizi açarak, kan dolaşımını hızlandırmayı sağlayacak ve toksinlerin atılmasına yardımcı olacak.



DR. BARBARA STURM, Body Brush Anti-Selülit Vücut Fırçası, ₺360
THE ORGANIC PHARMACY, Detox Cellulite Body Oil, ₺629
THE BODY SHOP, Fresh Raspberry Vücut Peeling'i, ₺89,9
CAUDALİE, Vinosculpt Sarkma Karşıtı Vücut Kremi, ₺240
NUXE, Merveillance Expert Sıkılaştırıcı Krem, ₺280



LA MER, The Glowing Body Oil, ₺550
YVES ROCHER, Monoï Işıltı Verici Yağ, ₺104,9
NARS, Monoï Body Glow, ₺610
NUXE, Huile Prodigieuse Or, ₺215

PARLAMAYA HAZIRSINIZ!
Işıltılı Yağlar

Yağları raflara kaldırmayın. Kuru yağlar, yaz boyu cildinizi yumuşacık hissettirmeye yardımcı olur. En güzel kısmı ise içerisindeki ışıltılar sayesinde cilt tonunu eşitliyor olması, kusurları görünmez kılması ve vücudunuzu (özellikle bacakları) kusursuz kadifelikte, pürüzsüzlükte gösteriyor olması. Dilerseniz nemlendirici losyonla birlikte karıştırarak da kullanabilirsiniz. Bu vücut yağlarını aynı zamanda saçlarınızda da kullanabilirsiniz. Saçları da beslemeye yardımcı oluyorlar. Aynı zamanda etkileyici kokularıyla yazı çağrıştırıyorlar.



YEPYENİ BİR CİLT *Peeling*

Yaza girmeden önce mutlaka cildinize peeling yapın. Yaz boyunca ise haftada bir ya da iki kez vücudunuza peeling yapın. Bunun sebebi ve en önemlisi; cildinizin temizlendiğini hissetmek size iyi gelecek. Üstelik cildinizi yenilemenize yardımcı olacak. Cildiniz parlayacak. Böylece lekelenmenin önüne geçebileceksiniz. Şayet sırtınızda oluşan akneler varsa ki - buna 'bacne' de diyebiliriz - sebebi stres, hava değişimi ve hormonal bozukluklar olabilir. Sırtı açık bir elbise giymenin tam sırası ancak öncesinde gözeneklerinizi açmak ve iyi bir temizleme yapmak gerekiyor. Cildi nemlendiren temizleyicilerden faydalanabilirsiniz. İçerisinde AHA olması da sizin için avantaj sağlayacak.



AVÈNE, Vücut Peeling'i, 200 ml, ₺129
BABE, Çok Kuru ve Atopik Ciltler İçin Nemlendirici, ₺299
CERAVE, Nemlendiren Temizleyici, ₺99,9



ATELIER REBUL, De-Stress Vücut Yağı, ₺160

PALMER'S, Coconut Oil Vücut Yağı, ₺185

EMBRYOLISSE, Beauty Oil Güzellik Yağı, ₺259

L'OCCITANE, Badem Vücut Yağı, ₺360

DENEYİN:
Vücut Yağları

Tahmin edilenin aksine, vücut yağları söylendiği gibi ciltte yağlı bir his bırakmaz. Aslında hafif yapılı, yüksek derecede nemlendiren ve cilt bariyerini koruyan ürünlerdir. Cildin en üst tabakalarında emilerek, kalitesini artırır ve cilt tonunun eşitlenmesini sağlar. Peeling yaptıktan ve temizledikten sonra uygulamayı unutmayın, sürdükten sonra birkaç dakika bekleyin ardından giyinin. Cildinizin daha fazla nemlendirilmeye ihtiyacı varsa; banyo yaparken duştan çıkmadan vücudunuza sürebilirsiniz. Bitkisel içerikli yağlar, cildin korunmasını ve güçlenmesine yardımcı olur. Badem ve Hindistan cevizi yağları da nemi cilde hapsediyor.



BU KONUYA ODAKLANIN
Kolajen

Herkes kolajenden bahseder oldu. Peki, bu tam olarak nedir? Aslında vücudun ürettiği bir proteindir. Temel görevi bağ dokusunu güçlendirmek ve vücut bütünlüğünü korumaktır. Sürekli cildin ihtiyacı olarak bahsedilse de kemik, eklem, tendon ve kaslar için oldukça önemlidir. Cilt için önemli olan kısmı; elastikiyetini sağlaması ve su tutma kapasitesini etkilemesidir. Özellikle 30 yaşından itibaren üretimi azalmaya başlar. Kuruma, sarkma, kırışıklık, güneş lekesi gibi sorunlara yol açar. Bunun için de kolajen takviyesine başvurulabilir. Düzenli kullanıldığında etkilerinin görüldüğü ortaya çıkmış. Ancak doktorunuza danışmadan kullanmamanızı tavsiye ederiz. **mc**



NATURAGEN, Collagen Peptides 7 x 10 g Saşe, ₺79
ZADE VİTAL, Marine Collagen + Hyaluronic Acid 28 Saşe, ₺499
COLLAGEN LIFT PARIS, Detox, ₺400
DYNAVİT, Collagen & Hyaluronic Acid, ₺197,5
VOONKA, Collagen Shake Drink Mix 15'li, ₺399,5





Markanın kurucusu Mathilde Thomas



Leke Karşıtı Formül

***Caudalie Vinoperfect Leke Karşıtı Bakım Serisi**'ni bilmeyen yoktur. Markanın kurucusu **Mathilde Thomas** ile seride yer alan **yepyeni bir içerik olan Viniferine**'e ve güzelliğe dair konuştuk.* DAMLA SUAYLÜ

Temiz güzellik size ne ifade ediyor?
Yalnızca içeriklerin temiz olması demek değil, şirket etiğini de kapsıyor. Ürünler cilt için toksik olmayan (kanserojen olmayan, hormonları etkilemeyen) içeriklerden formüle edilmeli... Aynı şekilde şirket de karbon ayak izini minimalize etmeli, çevre dostu ve geri dönüştürülebilir ambalajlarla gezegene ve ağaçlara, aldığını geri vermeli.

Yenilenen Vinoperfect Serisi'nden bahseder misiniz?
Yeni Caudalie devrimiyle, ikonikleşen Vinoperfect Serumu'muzu daha temiz içeriklerden oluşturarak, daha etkili ve daha doğal yapmak istedik. Vinoperfect daima etkiliydi ancak bunu formüllerimizde daha da güçlendirmek istedik. Bu doğrultuda duyusal olarak bir değişiklik yapmadan yeniden formüle ettik. Bunun için patentli yenilikçi içeriğimiz olan Viniferine'in daha iyi nüfuz etmesini sağladık. En büyük farkın; yalnızca tek bir şişe Vinoperfect Serum'u bitirdikten sonra koyu lekelerin yüzde 63 oranda azalması olduğunu söyleyebiliriz.

Serinin favori ürünü hangisi?
Vinoperfect Serum bizim bir numaralı ürünümüz. Yüksek oranda (1000 ppm) saf Viniferine içeriyor. Dünyada her 30 saniyede bir satıldığını söyleyebilirim. Yüzde 98 doğal içeriklerden oluşturuldu.

Her cilt tipi için uygun mudur?
Bu serum, yağsız bir formüle sahip ve tüm cilt tipleri (yağlı ve hassas ciltler de dâhil) kullanabilir. Hamile ve emziren kadınlar da kullanabilir.

Ambalajlar çevreye duyarlı mı?
Vinoperfect esans, serum, gündüz ve gece kremi şişeleri ve kavanozları yüzde yüz geri dönüştürülebilen camdan üretildi. Serinin dış kutuları ise FSC (yüzde yüz geri dönüştürülebilen) kâğıdından üretildi. Leke Karşıtı El Bakım Kremi ve glikolik maske ise mağazalarımızdaki TerraCycle hizmetini kullanabildiğinizde yüzde yüz geri dönüştürülebiliyor.

Bu ürünleri yaz aylarında da kullanabilir miyiz?
Tabii ki. Kusursuz, ışıltılı cilt görünümü için yansanız bile Vinoperfect Serum'u güneş kreminizi sürmeden kullanabilirsiniz. Vinoperfect Gündüz Kremi; jel dokuda formüle edildi ve gün boyu kullanabilirsiniz. Caudalie Güneş Kremi SPF 50'yi gündüz kreminden sonra uygulamanızı ve şayet güneş ışınlarına çok maruz kalıyorsanız iki saatte bir yenilemenizi öneriyoruz.

Sizin güzellik rutininiz nasıl?
Sabah cildimi iki aşamalı temizliyorum. Doğal temizleyici yağ kullandıktan sonra, yüzüme serum sürmeden önce Beauty Elixir'i sıkıyorum. Ardından göz çevresi kremini sürüyorum. Akşam makyajımı çıkarıyorum ve gece kremine uygun bir serum kullanıyorum. Ardından Vinoperfect Leke Karşıtı Glikolik Gece Bakım Kremi'ni uyguluyorum. mc

ADVERTORIAL

CAUDALIE

Vinoperfect

Leke karşıtı serum
yeniden keşfedildi.
Daha etkili, daha doğal.

Kültleşmiş leke karşıtı serum

%98 oranında doğal içerikle birlikte Vinoperfect Leke Karşıtı ve Işıltı Verici Serum tüm leke tiplerini düzeltir ve lekelerin oluşmasını önler, sebebi ne olursa olsun:



- ✓ Güneş
- ✓ Akne
- ✓ Hormonel düzensizlik
- ✓ Koyu lekeler

Işığa karşı hassasiyet yaratmaz. Hamile ve emziren kadınlar için uygundur.



1 şişe kullanımdan sonra leke karşıtı etki(4)

Koyu leke görünümünde azalma

-63%(5)

Tüm cilt tipleri üzerinde etkili(5)



Rötuşsuz fotoğraflar.

Leke karşıtı yaz ikilisi

Işıltılı, uzun süre kalıcı ve lekesiz bir bronzluk için Vinoperfect serumun ardından uygulanacak 25 ml Kırışıklık Karşıtı Güneş Koruyucu Krem SPF 50 hediye ediyoruz![1]



%98 DOĞAL TÜREVLİ İÇERİKLER

vegan

0% PARABEN • FENOKSİETANOL
FİTALAT • MİNERAL YAĞ
SODYUM LARÜL SÜLFAT
HAYVANSAL İÇERİK

1% FOR THE PLANET MEMBER

YETKİLİ ECZANELERDE VE CAUDALIE.COM ADRESİNDE

(1) tr.caudalie.com ve seçili eczanelerde geçerli, stoklarla sınırlı bir kampanyadır. Başka kampanyalarla birleştirilemez. (2) Kasım 2020. (3) IQVIA - PharmaOne – Fransa'daki satış noktalarında leke karşıtı ürünler kategorisinde (82B4 sınıfı)- CMA Haziran 2020 – ciro bakımından. (4) Klinik çalışma, kişisel değerlendirme, 56 gün, 65 kadın. (5) Klinik çalışma, dermatolojik değerlendirme, 56 gün, 65 kadının %91'i.

ARZU EDİLEN VÜCUT

KIŞ DÖNEMİNDE VÜCUTTA YAĞLANMA OLDUKÇA YAYGINDIR. SON İKİ YILDA EVE KAPANMAMIZA SEBEP OLAN PANDEMİ SÜRECİYLE BİRLİKTE HAREKETSİZLİK ORANI YÜKSEK BİR SEVİYEYE ULAŞTI. HAREKETSİZLİK, BESLENME BOZUKLUĞU GİBİ DURUMLAR ELBETTE SAĞLIKSIZ KİLO ALIMINI VE YAĞLANMAYI BERABERİNDE GETİRDİ. DERMATOLOG UZM. DR. AKİF MEHMETOĞLU, YAZ ÖNCESİ EN ÇOK TALEP EDİLEN ESTETİK İŞLEMLERİ ANLATIYOR.



Yaz ayları yaklaşırken en çok talep gören estetik işlemlerden bahsetmek ister misiniz?
Yaz öncesi estetik uygulamalardan en sık talep gören işlem, vücut şekillendirme işlemi oluyor. Kışın kalın kıyafetler giymenin verdiği rahatlıkla aldığımız kilolar her ne kadar gözümüze batmıyor olsa da kimi zaman ipin ucunu kaçırdığımız vakitlerde yaz için hazır olmadığımızı hissedebiliyoruz. Bu gibi durumlarda ise birçok insan vücut şekillendirme işlemine yöneliyor.
Neden spor ya da diyet yerine bu işlem tercih ediliyor?
Öncelikle vücuttaki yağ dağılımının kişinin yapısına bağlı olarak her insanda farklı olabileceğini bilmekte fayda var. Bazı kişilerde yağlanmanın yoğun olduğu bölge kol bölgesi olurken, bazılarında ise basen ya da karın bölgesinde daha fazla yağlanma olabiliyor. Bu durumda kişiler ne kadar spor yapıyor olsa da, ne kadar diyete başvursa da biriken yağların gitmesi ne yazık ki kolay olmuyor. Evet, doğru spor ve diyetle yağ oranında ciddi bir azalma gözlemlenmesi elbette mümkün. Ancak lazer liposuction işlemiyle tek seferde istenen görüntüye ulaşmak birçok insan için daha cezbedici ve faydalı olabiliyor.
Bize biraz yağlanmanın ana etkenleri ve lazer liposuction işleminin

faydalarından bahseder misiniz?
Başta da belirttiğim gibi özellikle kış dönemlerinde yağlanmada olan artış oldukça yaygınken son iki yılda eve kapanmamıza sebep olan pandemi süreciyle birlikte hareketsizlik oranı yüksek bir seviyeye ulaştı. Üstelik sadece hareketsizlik de değil, evin tüm bireylerinin sokağa çıkma yasağıyla karşı karşıya kalması bir noktada birçok insanı mutfağa yönlendirdi ve beslenme alışkanlıklarımızda da değişiklik meydana geldi. Hareketsizlik, beslenme bozukluğu gibi durumlar elbette sağlıksız kilo alımını ve yağlanmayı beraberinde getirdi. Hâl böyle olunca da fazla yağlarından muzdarip olan kişi sayısı dikkat çekici ölçüde artmış durumda. Lazer liposuction yani yağ aldırma işlemi ile birlikte kişinin öncelikle kendine güveninin artması, motive olması sağlanırken aynı zamanda hareket etmesi de kolaylaştırılmış oluyor. Bu işlemin en önemli avantajı ise insülin direncine iyi gelerek kişinin kilo vermeye devam etmesi için uygun bir zemin oluşturması diyebilirim. Ancak unutulmaması gereken bir nokta var ki o da yağ aldırma işleminin bir kilo verme yöntemi olmadığıdır. Kilo vermeye her ne kadar katkı sağlıyor olsa da işlemin amacı vücuda şekil vermektir.

Vücut şekillendirme tam olarak nedir ve diğer uygulamalarla lazer liposuction arasında nasıl bir fark var?
Vücut şekillendirmeden bahsedildiği noktada çoğu insanın aklına fazla yağların alınıp vücudun farklı bölgelerine eklemeler yapılarak yeni bir görünüş ekleniyor olması gelir. Özellikle fazla yağların toplanıp popo bölgesini şekillendirecek bir yöntemle transfer edilmesi oldukça yaygın. Ancak şekillendirme işleminden bahsettiğimizde birçok alt başlık olduğunu da göz ardı edemeyiz. Dışarıdan yapılan soğuk veya sıcak lipoliz işlemleri, iğneli lipoliz işlemleri ve birçok invazif olmayan işlemin mevcut olduğunu da eklemek isterim. Ancak bu uygulamalarda hastanın belli aralıklarla birçok seansa girmesi gerekir ve ne yazık ki kesin bir sonuç alınacağının garantisi yok. Lazer liposuction işleminde ise yağlar tek seansta istenmeyen bölgeden alınarak gözle görülür bir farkın ortaya çıkması sağlanır.

Lazer liposuction genel anestezi altında yapılan bir işlem mi?
Bu işlemin sadece genel anesteziyle yapılıyor olduğunu düşünen birçok kişi özellikle pandemi döneminde hastanede kalmak istemedikleri için korkuyor olsa da işlemin bölgesel uyuşturma yöntemi olan tümesan anestezi yöntemiyle de yapılabildiğini belirtmek isterim. Lazer liposuction işleminde genel anestezi yapılması zorunlu olmamakla birlikte özellikle Amerika'da sıklıkla tümesan anestezi yöntemi tercih edilir. Bu yöntemle birlikte bölgesel uyuşturma sağlanarak yağ alma işlemi yapılır ve hatta hasta koşullar uygunsa aynı gün taburcu edilebilir. Ülkemizde çok bilinmeyen ve nadir uygulanan bu yöntemle aslında hastanede yatmaya gerek kalmadan gözle görülür bir değişime kucak açmak mümkün.

Liposuction işlemlerinde hastaları en çok ne tedirgin ediyor?
Genel anestezi adı altında yapılan liposuction işlemlerinde meydana gelen ölümlerle ilgili birçok haber yapıldığı için insanlar bu işleme tedirgin yaklaşıyor olsa da tümesan anestezi yöntemiyle yapılan liposuction işlemlerinde kaydedilen bir ölüm olmadığını ve tümesan anestezi yönteminin güvenli olduğunu belirterek bu işlemi düşünen herkesin içini rahatlatmak isterim.

Yağ alma işlemi sonrasında deride sarkma meydana gelir mi?
İşlem sırasında lazer uygulaması yapıldığı için deride sıkılaştırma sağlanmış olur ve sonrasında herhangi bir dalgalanma ya da sarkmayla karşılaşma oranınız diğer işlemlerle kıyaslanınca ciddi miktarda azalır.

İşlem sonrası ağrı olur mu?
İşlem sonrası karşılaşacağınız ağrı ve ödem oranının minimalde seyredeceğini temin etmek mümkün, aynı zamanda işlemin ardından iki gün evde istirahat öneriyoruz. Ödemin daha çabuk inmesi için sigara içilmemesi büyük önem arz ediyor. Bu sebeple hastalarımıza kesinlikle sigara içmemelerini öneriyoruz. Aynı zamanda hastayı rahatsız etmeyecek çok ince korseler kullanması da önerimiz. İşlemin tam sonucunun oturması üç ayı alırken bunun bir ayında hastanın korse takması ve işlemden 10 gün sonra kontrole gelmesi gerekiyor. Kontrol tarihi geldiğinde ödem ve morlukların belirgin bir şekilde gerilemiş olduğunu gözlemlemek mümkün.

> "Yağ aldırma işlemi ile birlikte kişinin kendine güveninin artması ve motive olması sağlanırken, hareket etmesi de kolaylaştırılmış oluyor."



Dr. Akif Mehmetoğlu

** Sayfa içeriği sadece bilgilendirme amaçlıdır, tanı ve tedavi için mutlaka doktorunuza başvurunuz.*





İLHAM
Tırnak bazı olarak doğal tonlar kullanabilirsiniz.

DIOR, Oje, ₺289



SEPHORA COLLECTION, Express Drying Oil Tırnak Bakımı, ₺49,9



FLORMAR, Oje, ₺9,99







CHANEL, Le Vernis Oje, ₺245





INGLOT, Natural Origin Oje, ₺140



MİSBAHÇE, Aktif Tırnak Serumu, ₺115

Renkli TIRNAKLAR

Süslü, renkli, cesur ve göz alıcı tırnaklar 'nail art' ile taçlandırılmaya devam ediyor. En ince ayrıntısına dikkat edilerek tırnaklara yapılan bu 'sanat', yaza girerken cıvıl cıvıl bir görüntü yaratıyor.



SAĞLIKLI VE PÜRÜZSÜZ BİR CİLDE SAHİP OL

IŞIL IŞIL, TEK RENK, DAHA AZ GÖZENEKLİ SAĞLIKLA PARLAYAN GERGİN BİR CİLT. HEMEN HEMEN HER KADIN, UZMANA GİTTİĞİNDE CİLDİNDEKİ BEKLENTİYİ BU ŞEKİLDE TANIMLIYOR. ANCAK TABİİ Kİ AMAÇ GÜZELLİK GİBİ GÖRÜNSE DE ÖNCELİK CİLT SAĞLIĞININ KORUNMASI OLMALIDIR. DR. CEM HAMİDİ CİLDE PARLAKLIK VE GERGİNLEŞME SAĞLAYAN GENÇLİK SERUMU'NU ANLATIYOR.

Covid-19 salgını nedeniyle maskenin hayatımıza girmesiyle birlikte çeşitli cilt hastalıklarının görülme sıklığı da arttı. Kişilerin cilt tipi ne olursa olsun maskenin temas ettiği alanlarda cilt kalitesinde bozulmayı artık pek çok kişi yaşıyor. Maske kullanımına ek olarak bu kişi makyaj yapmak zorunda olan biriyse cilt kalitesindeki bozulma daha da fena olabiliyor. Çünkü uzun saatler boyunca yoğun makyaj ve maskeye maruz kalan cildin yağ dengesi kesinlikle olumsuz etkilenerek cilt kalitesi hızla bozuluyor.

CİLT SAĞLIĞININ KORUNMASINDA VE ONARILMASINDA ETKİN

Yaz mevsimine yaklaştığımız bu günlerde hem pandeminin ciltteki olumsuz etkilerini yok etmek, hem yaz mevsimine yani güneşin zararlı etkilerine hazırlamak ve mevcut cilt sağlığını yani kalitesini artırmak adına en sık yapılan uygulama mezoterapi oluyor. Mezoterapi uygulamalarının en başında ise Amino Asit Replasman Terapisi [ART] olarak da tanımlanan Gençlik Serumu yer alıyor. Çünkü Gençlik Serumu güvenlik profilleri oldukça yüksek olan bir uygulamadır. Yüksek konsantrasyonda hyalüronik asit ve gerekli amino asitleri birlikte içeren bir üründür. Uzun soluklu bir kolajen üretiminin yani gençleşmenin olabilmesi için dört temel amino asidi uygun oranlarda bulunduran spesifik bir terapidir. Glycine, L-proline, L-lysine, L-leucine amino asitlerinin varlığı ile kusursuz cilt gençleştirmesi sağlıyor.

GENÇLİK SERUMU'NUN ETKİLERİ

Gençlik Serumu terapisinde cilt için gerekli olan hyalüronik asit ve amino asit replase ediliyor. Yani gençlik molekülleri enjeksiyon yöntemi ile cilde geri veriliyor. İlk seansta ciltte parlama ve gerginleşme hızla gözlemleniyor. Cilt tonunda dengelenme, gözeneklerde daralma, göz altında bulunan ince çizgilerde ve koyu halkalarda azalma görülüyor. Olumlu etkilerin görülme hızı ve seans sayıları, kişilerde cildin yıpranma bulgularının yoğunluğuna göre farklılık gösterebiliyor.

KONFORLU UYGULAMA VE HIZLI SONUÇ

Gençlik Serumu uygulaması hem hasta hem hekim açısından oldukça konforlu uygulamaların başında geliyor. Hastayı yarım saat kadar lokal anestezik kremde beklettikten sonra ortalama 5 - 10 dakika arası sürüyor. Çoğu hastada işlem sonrası, ertesi gün belirti kalmıyor. Ortalama ikişer hafta arayla üç seans yapılan bu uygulamalar arasında yer alan Gençlik Serumu, yılda iki kür şeklinde uygulanabiliyor. Sadece yüz değil, kişinin ihtiyacına göre boyun, dekolte, el sırtı, dirsek gibi kıvrımlı bölgeler günlük pratiğimizde sıklıkla tedavi ettiğimiz alanlar oluyor. 20'li yaşlardan itibaren tüm cilt tiplerinde hem kadın hem de erkeklerde etkili ve yüz güldürücü sonuçlar veriyor. Cildin sağlığını korumayı ve onarmayı amaçladığımız vb. uygulamalarda dikkat edilmesi gereken en önemli nokta; enjekte edilecek hyalüronik asit ve amino asit içeriğinin patentli ve güvenilir bir üründe yer alarak hekim tarafından uygulanmasıdır. Ehil olmayan ellerde Gençlik Serumu adı altında yapılan uygulamalar geri dönüşü olmayan sonuçlara yol açabilir.



Dr. Cem Hamidi

** Sayfa içeriği sadece bilgilendirme amaçlıdır, tanı ve tedavi için mutlaka doktorunuza başvurunuz.*



İLHAM KAYNAĞI

SU

SU İÇMENİN ezelden beri genç, canlı ve temiz bir cilde sahip olmanın anahtarı olduğu söylenir. Bu söylenti gerçek mi, yoksa bir efsane mi? Dermatologlara ve doktorlara göre kafeinli ve şekerli içecekler yerine su içmek genel sağlık için çok önemli. Organların en ideal şekilde işleyişi için gerekli... Besinlerin cilde ulaşması için doğru kan akışını sağlamasına yardımcı oluyor. Su içmenin yanı sıra, cildinizi nemli tutmak için; sabun yerine nazik temizleyicileri tercih edebilirsiniz. Örneğin; Bioderma Sensibio H2O Misel Su; cildi nazikçe ve derinlemesine temizliyor. Aşırı sıcak duş almaktan kaçının. Eldivensiz bulaşık yıkamayın. Ellerinizi yıkadıktan sonra el kremi kullanın ve banyodan sonra vücut losyonu sürün. Hyalüronik asiti, cilt bakım rutininizin bir parçası hâline getirin. Günlük su tüketiminizi maksimum seviyede tutmaya çalışın ve gerekirse su içmenizi hatırlatan uygulamaları telefonunuza indirin. **mc**

1. ***DRUNK ELEPHANT,*** B-Hydra Intensive Hydration Serum, ₺579
2. ***BIODERMA,*** Sensibio H2O Miseller Su, ₺79,5
3. ***BELIF,*** Aqua Bomb Sleeping Mask, ₺399
4. ***CAUDALÍE,*** Vinoperfect Leke Karşıtı ve Işıltı Verici Esans, ₺259
5. ***MAISON FRANCIS KURKDJIAN,*** Aqua Celestia Cologne, 70 ml, ₺1.920
6. ***ISSEY MIYAKE,*** A Drop d'Issey EDP, 90 ml, ₺1.029
7. ***BENEFIT,*** The Porefessional Makyaj Sabitleme Spreyi, ₺359
8. ***SEPHORA COLLECTION,*** Pocket Palette Göz Farı, ₺89,9
9. ***VERSACE,*** Dylan Turquoise EDT, 50 ml, ₺747
10. ***AVÈNE,*** Nemlendirici Vücut Balsamı, ₺189
11. ***L'OCCITANE,*** Aqua Réotier Nemlendirici Krem, ₺290
12. ***THE ORGANIC PHARMACY,*** Peppermint Yüz Temizleyici, ₺549
13. ***JOWAÉ,*** Nemlendirici Yüz Misti, ₺129
14. ***CHANEL,*** Les Beiges Water-Fresh Tint Fondöten, ₺560
15. ***NUXE,*** Bio Temizleme Suyu, ₺160
16. ***LIERAC,*** Hydragenist Maske, ₺289
17. ***SHISEIDO,*** Waso Beauty Smart Water, ₺290

JALUPRO®

ART
AMİNO ASİT REPLASMAN TERAPİSİ

Yaşlanmayan Ciltlerin Sırrı



JALUPRO® Gençlik Serumu Nedir?

Hem kadın hem de erkeklerde kollajen üretimini uyararak cilt kalitesini geri kazandırmak amacıyla İsviçreli bilim adamları tarafından geliştirilmiş tüm dünyada 15 yıldır sadece hekimler tarafından uygulanan bir gençleştirme ürünüdür.

Kuruluk, matlık, ince çizgi, kırışıklık, elastikiyet ve direnç kaybına karşı JALUPRO® Gençlik Serumu' nu ***deneyimlemek ister misiniz?***

İçeriğindeki patentli amino asit kombinasyonu ve doğal kaynaklı hyalüronik asidin cilde enjekte edilmesi ile uygulanan JALUPRO® Gençlik Serumu' nu deneyimlemek için hekiminize danışmayı unutmayın.



Class III Medical Device

CE

40 ÜLKE

1.000.000'DAN FAZLA UYGULAMA

15YILLIK TECRÜBE

genotekpharma.com/jalupro

/jaluproturkey

made in switzerland



Hayran Bırakıyor

Dior Makeup Kreatif ve İmaj Direktörü Peter Philips, mono farı yeni Mono Couleur Couture olarak yeniden yorumluyor. Kadife görünümlü derin ve parlak kırmızı Rouge Trafalgar, Christian Dior'un kalabalıkta dikkat çekmek için kullandığı ve defilelerini aydınlatan kırmızı elbiselerini hatırlatıyor.

Mono Couleur Couture Far, ₺369

GÜZELLİK RAPORU

MAKYAJ, SAÇ VE CİLT BAKIMINDA EN YENİLER. *DAMLA SUAYLÜ*

Ferah KOKU



Penhaligon's Quercus Cologne; limon, mandalina ve bergamot notalarının yanı sıra meşe yosunu, sandal, kasnı, misk ve amber notaları ile tatlı ve dikkat çekici bir koku yaratıyor. Modern ve canlı bir koku arayanlara...

Quercus Cologne, 100 ml, ₺1.100



Çiçek Bahçesi

Susuz kalmış ciltleri nemlendiren The Body Shop Cool Daisy Body Yogurt, jel krem yapısıyla hemen emilme özelliğine sahip. Vücutta 48 saate kadar nem sağlayarak cildi daha yumuşak ve pürüzsüz hâle getirir.

Cool Daisy Body Yogurt, ₺89,9



BAKIM ZAMANI

Igora Royal'in yeni geliştirilmiş portföyü, gerçeğe uygun, güvenilir, eşit ve parlak renk sonuçları ortaya koyuyor. Aynı zamanda trend tonlarda yüzde 70'e kadar beyaz kapama; doğal tonlarda ise yüzde yüz beyaz kapama sağlıyor. Üstün renk koruma özelliği de fark yaratıyor.

Fashion Lights Saç Boyası, ₺28



YENİ FORMÜL

CHANEL YENİ ROUGE COCO BLOOM, DAHA YOĞUN, PARLAK VE DOLGUN DUDAKLAR VADEDİYOR. KULLANIMI OLDUKÇA RAHAT OLAN FORMÜLÜ SAYESİNDE RENKLER DUDAKLARINIZA UYUM SAĞLIYOR VE ARDINDAN PARLAK, DOLGUN BİR BİTİŞ YARATIYOR.

Rouge Coco Bloom Ruj, ₺365

RAHATLATICI ETKİ

Gülsha Tam Gül Suyu, gül yağı ayrıştırılmadan üretildiği için aktif maddelerce zengin, gerçek bir hidrolat. Tüm cilt tiplerine uygun multifonksiyonel bir ürün olan Gülsha Tam Gül Suyu; cildinizi tazeler, yatıştırır ve güçlü antioksidan içeriği ile korur. Gözeneklerin sıkılaşmasına yardımcı olur.

Tam Gül Suyu, 100 ml, ₺89





Besleyici Seri

Yüzde yüz vegan Arko Nem Prebiyotik Krem Serisi, alkol, silikon ve paraben içermiyor. Bitkisel sütler ve prebiyotiklerle cildi nemlendiriyor. Hızlı emilerek yağlılık hissi bırakmıyor. Serinin, badem sütü, yulaf sütü ve pirinç sütü olmak üzere üç çeşidi bulunuyor.

Prebiyotik Krem Serisi, Badem Sütü, ₺15,95

Sarı Saçlar İçin EŞSİZ BAKIM

Kérastase'ın sarı saçlara özel Blond Absolu serisinin yeni üyesi Serum Cicanuit Gece Bakım Serumu ile ertesi güne daha parlak, daha güçlü ve yenilenmiş saçlarla uyanın. İçerisindeki hyalüronik asit ile bu kremsi yapıdaki saç bakım serumu, tıpkı zengin bir yüz kremi gibi saçı derinlemesine nemlendiriyor. Yoğun işlem görmüş, incelmiş saç tellerini besliyor. Ombre, röfle, balyaj gibi işlemler sonucu oluşan farklı sarı tonlarını dengeliyor.

Serum Cicanuit Gece Bakım Serumu, ₺390



SİYAH NOKTA VE SİVİLCE KARŞITI

Polaar Nothern Light Micro-Peeling Foam 30 saniyede yeni bir cilt dokusu ve ışıltılı bir cilt sunuyor. Cildi nazikçe temizliyor ve arındırıyor. İçeriğindeki C vitamini sayesinde cildin ışıltısını ortaya çıkarıyor. Gözenekleri sıkıştırarak cilt dokusunu iyileştiriyor ve sebum dengesini sağlıyor.

Noterhn Light Micro-Peeling Foam, ₺365



DAHA CANLI GÖRÜNMEK

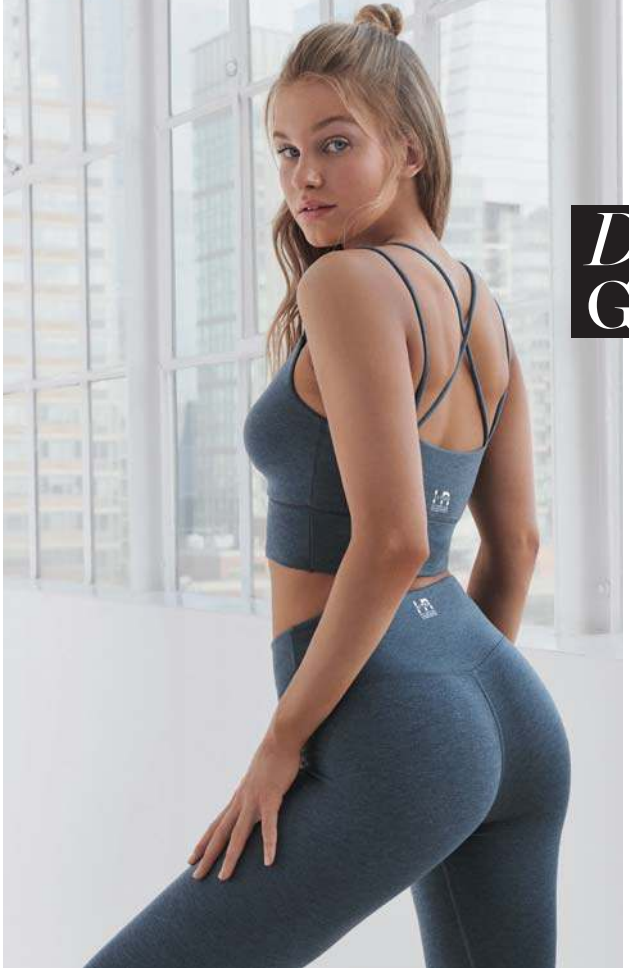
Harvard Üniversitesi'nin yayınladığı bir makaleye göre; geçtiğimiz yıldan bu yana yaşananlardan dolayı stres ve günlük rutin değişimleri uykusuzluğa sebep olmuş. Bu da neden yorgun göründüğümüzü açıklıyor. Gözler, yorgunluğu ilk hissettiren bölge. Dolayısıyla göz çevresi bakımınızı atlamayın. Nemlendirici göz maskesi, aydınlatıcı göz çevresi kremi kullanın. Cildinize haftada bir peeling yapın ve cilt bakımı rutininizden şaşmayın.

Nasıl Yapılır?



Migrene Son

Migren için henüz kesin sonuç verilen bir tedavi yöntemi bulunmasa da uçucu yağların migrene olan katkısı artık kabul görmüş durumda. Radika Aromaterapi ENTache Migre Roll, agrı kesici ilaçların yanında doğal tedavi yöntemleriyle şifa bulmak isteyenlere hitap ediyor.



Dinamik GÖRÜNÜM

In-Action, sürekli hareket hâlinde olan kadınlar için pozitif enerji vermeyi hedefleyen ve her ana ayak uydurmayı başaran bir Intimissimi koleksiyonu olarak öne çıkıyor. Rahatlığın esas alındığı koleksiyonun en önemli özelliklerinden biri de ekolojik ve çevre dostu materyallerden üretilmiş olması. Çift taraflı materyeller tüm vücut tiplerine uygun. İçerisinde Supima® marka yumuşak pamuk kullanılırken, cilde yumuşak bir hissiyat veriyor ve dış kısmında mikro elyaf kullanılıyor.

SAĞLIKTAN NE HABER?

DAHA SAĞLIKLI BİR YAŞAM İÇİN AYLIK REÇETENİZİ ALMAYI UNUTMAYIN.



Alkol & Alüminyum Yok

Alkol, metal türevleri veya kimyasal katkı maddeleri içermeyen Sebamed Deo Serisi, içeriğinde yer alan etkin koku giderici trietil sitrat, vücut kokusuna yol açan bakterilerin çoğalmasını engelliyor. Cildin doğal koruyucu asit örtüsünü destekliyor. Tahriş etmeden koruma sağlıyor.



Bembeyaz Dişler İçin

Karbonat diğer beyazlatıcı etken maddelerin aksine diş minesini aşındırmadan dişlerinizde kahve, çay, sigara gibi besinlerin oluşturduğu sararmayı engelliyor. Lekelenmeleri azaltarak dişlerinizin daha beyaz ve parlak görünmesine, temizlenmesine yardımcı oluyor. Arm&Hammer Natural Clean+White, formülündeki karbonat ve doğal kökenli içerikleriyle diş yüzeyinizi hassas bir şekilde temizleyerek, dişlerinizin daha beyaz görünmesini sağlıyor. İçeriğinde Hindistan cevizi yağı ve limon kabuğu yağı sayesinde nefesinizi tazelemeye yardımcı oluyor.



TAZE BİR HİS

Femfresh Dış Genital Bölge Deodorantı formülündeki nergis özleri ve hassas kokusuyla dış genital bölgedeki kötü koku oluşumunu azaltmayı destekliyor. Deodorantın pH'ı dış genital bölgenize özel olarak geliştirilmiş ve jinekolojik olarak test edilmiştir. Tam ve seyahat boyları ile her zaman yanınızda.



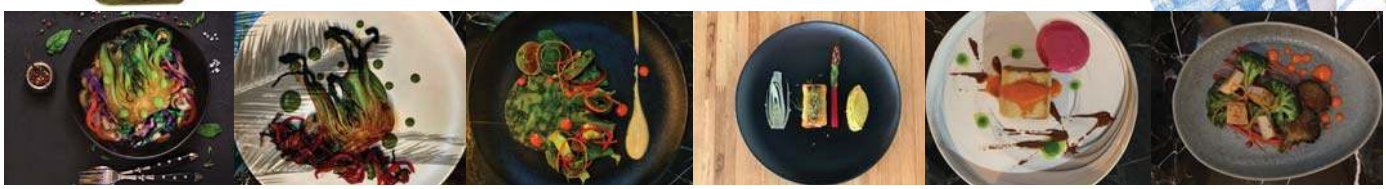




Bitkisel Bazlı Beslenme

Vitalica Wellness sağlıklı beslenme kararı alan ve yenilenmek isteyenlere özel bir beslenme paketi hazırladı. Kahvaltı, öğle ve akşam yemekleri, dört farklı özel çay, wellness içeceği, sağlıklı bar ve diğer atıştırmalıklardan oluşan beslenme paketi; uzman doktorlar ve beslenme uzmanları tarafından tasarlandı. Paketler, temel besin ögelerinin yanı sıra antioksidanlar, vitaminler, mineraller ve eser elementlerle aktive edilmiş; sağlığı geliştiren organik malzemelerle hazırlanıyor. Yüzde yüz bitkisel bazlı ve yüzde 80 bitkisel bazlı olmak üzere iki seçeneği olan paket içerigindeki yemeklerde; mevsimlik, yerel, taze ve organik besinler, tahıllar, kuruyemişler, tohumlar, sebzeler, meyveler ve deniz ürünleri kullanılıyor. Bağırsak florasını iyileştiren ve metabolizmayı hızlandıran yemekler, aç kalmadan fazla kilolardan kurtulmayı da sağlıyor. İçeriği kişiye özel olarak düzenlenen paketler adrese teslim ediliyor.





LEZZET DOLU

Ekinazyanın çiçeksi kokusunun yoğun limon ve aromatik portakal tadıyla harmanlandığı Lipton C Vitaminli ve Çinkolu Bitki ve Meyve Çayı; içerdiği vitamin ve mineraller ile ortalama bir yetişkin kişinin günlük ihtiyacının yüzde 15'ini karşılamaya yetiyor.





Kalp Dostu

Zade Vital Üzüm Çekirdeği Ekstresi, formülündeki güçlü bileşenlerle kolesterolün düşürülmesine yardımcı olarak, kalp hastalığı riskine karşı vücudun koruma altına alınmasına destek veriyor. Formülünde bulunan karabiber ekstresi bağırsaklardan emilimini artırırken, içerdiği prebiyotik bileşenler, probiyotik mikroorganizmaların bağırsakta gelişimini ve yaşamını destekliyor.



Doğal Temizlik

Yüksek kalitede malzemelerle, parabensiz ve sülfatsız hazırlanan Mana Mîla ile dönüşümü başlatın. Mana Mîla; duş jeli, sıvı sabun, el ve vücut losyonları, vücut peeling'i, ayak kremi, el ve tırnak kremi gibi ürünlerden oluşuyor. Coconut Lime Duş Jeli; gliserin, panthenol ve aloe vera özü ile geliştirilmiş özel formülü sayesinde cildinizi nazikçe temizleyerek cildinizin nem dengesini korumaya yardımcı oluyor.



YAZA FORMDA BİR BAŞLANGIÇ

Pandemi önlemleri kapsamında spor salonları bir açılıp bir kapanıyor. ***Hareketsizliğe yeteri kadar doyduğumuza göre artık*** *evde ya da dışarıda kendimiz de birtakım egzersizler yaparak enerjimizi atabiliriz.* **HAVALAR DA BUNA** *yeteri kadar imkân sunduğu sürece, bizi kimse durduramaz! Geçen yazdan kalma elbiseler, şortlar, etekleri giymek ve sıkı bir vücutla boy göstermek için vakit az ama yeterli...*

KOŞUN

Uzun zamandır hareketsiz kaldık. Dışarı çıkıp koşmanın tam sırası. Veya eve alacağınız koşu bandıyla bunu gerçekleştirebilirsiniz. Ancak koşarken kendinizi sakatlamamak için üç tane strateji uygulayabilirsiniz. İlki; koşu hızınızı ve yoğunluğunuzu takip etmek. Yeni bir hedef ya da rekor kırmak için kendinizi yormayın. Bunun için hızınızı ve temponuzu hemen artırmayın. Yoğunluğu her hafta, bir öncekine göre yüzde on artırın. Ardından vücudunuzu kuvvetlendirmek üzerine çalışın. Vücudun en zayıf bölgesi kalçalar ve core bölgesidir. Burayı kuvvetlendirmek için lateral walk, walking lunge, tek bacak deadlift ya da plank yapabilirsiniz. Bu hareketleri yaparken kalçanızı sıkmayı unutmayın. Son olarak da dinlenmeye özen gösterin. Antrenmanlarınızı periyodlara bölün. Her beş haftadan üçünde hafif antrenmanlar yapın. Minimum altı, yedi saat uyumaya çalışın. Bol su için ve antrenman sonrası esnemeyi aksatmayın.

ANTRENMANLARI PERİYODLARA BÖLÜN. HER BEŞ HAFTADAN ÜÇÜNDE HAFİF ANTRENMANLAR YAPIN. MİNİMUM ALTI, YEDİ SAAT UYUMAYA ÇALIŞIN. BOL SU İÇİN VE ANTRENMAN SONRASI ESNEMEYİ AKSATMAYIN.



KALÇANIZI SIKILAŞTIRIN

Dermatologlara göre; hormonlar, yer çekimi ve kilo alıp vermedeki belirgin dalgalanmalar, egzersiz yapmama ve genetik faktörlerin her biri zamanla kalçadaki şekil bozukluklarına yol açabiliyor. 30 yaşından itibaren kas kütlesi ve cilt sıkılığında kayıplar meydana geliyor. Kolajen üretimi ve hücre yenilenmesi yavaşlıyor. Östrojen seviyesi yaşla azalırken, ciltte çökme ve düzleşme oluşabiliyor. Sonucunda 'tepsi' kıvamında kalçalara sahip olabiliyoruz. Poponuzun şekli ne olursa olsun, güçlü kalçalar sayesinde daha sıkı görüneceği kesin. Birazdan okuyacağınız egzersizleri üç set 12 tekrar, haftada üç defa yapın. Yaptıkça yorgunluğunuz azalacak ve kendinizi daha zinde hissedeceksiniz. Donkey Kicks; bu hareket, kalçadaki büyük kasları harekete geçiriyor. Öncelikle dört ayak üzerinde durarak başlayın. Bacaklarınızdan birini 90 derecelik bir açı yapacak şekilde havaya kaldırın. Kıvırdığınız bacağınızla yukarı doğru, 90 derecelik açıyı bozmadan havaya tekme atmaya başlayın. Sonra diğer





bacağa geçin. Clamshells; bu hareket kalçanın yanlarını çalıştırmayı sağlar. Direnç bandıyla da yapabilirsiniz. Yan yatın, sırtınız dik, dizleriniz 90 derece açıyla kırık ve birbirine değsin. Karnınız sıkı, göbek deliğiniz içeride. Direnç bandını dizlerinizin üst kısmına takın. Üstteki dizinizi, kalçanızın açısını bozmadan, kaldırabildiğiniz kadar yukarı kaldırın. Diğer bacağınızı yerden kaldırmayın. Ayaklarınızı hareketi tekrar ederken birbirinden ayırmayın. Glute Bridge; bu hareket arka bacaklarınızı ve kalçanızı çalıştıracak. Kalça dikleştirmede olan etkisi oldukça büyük. Sırt üstü yatın, dizlerinizi bükün, ayaklarınız birbiriyle aynı hizada olsun ve kalçanızı sıkmaya başlayın. Kalçayı yukarı kaldırın, tepede biraz durun ve aşağıya doğru indirin. Bu hareketi yaparken kalçanızı her zaman hissedin.

SPINNING YAPIN

Covid-19'dan dolayı spor salonları önlemler kapsamında kapanıyor ve açılıyor. Dolayısıyla bu egzersizi, spin bike alarak evde de yapabilirsiniz. Endorfin ve adrenalin birleşimi hormonlar salgılamayı sağlayan spinning egzersizleri, modunuzu yükseltmeye yardımcı olurken, zihin sağlığı ve kalbiniz için de faydalıdır. Spinning antrenmanı kardiyo egzersizidir. Antrenman süresini 30 - 80 dakika arasında ayarlayabilirsiniz. Sakatlanma yaşamamak için ilk beş dakikasında ısının, son beş dakikasını da soğuma için kullanın. Yüksek tempolu müzikler sizi motive eder. Spin bike'larda pedal sertliği, pedal hızı, direnci ve oturma kalkma hareketleri için daha önce deneyimli değilseniz, bir antrenörle çalışmanızı tavsiye ederiz. Spinning, hızlı ve etkili kilo vermeye yardımcı olur. Kalça, basen ve bacak kaslarının çalışmasını sağlar. Düzenli yapıldığında solunum kapasitesini artırır ve stres atmayı sağlar. Tıpkı diğer egzersizlerden sonra olduğu gibi spinning sonrasında da muhakkak beden esnetme hareketlerine başvurmanızı öneririz. **mc**

MOTİVE EDİCİ NOKTALAR

SAĞLAM BİR PLAYLIST OLUŞTURUN
Antrenman sırasında dinlediğiniz yüksek tempolu müzikler, sizi movite etmeye yardımcı olur. Bu nedenle doğru bir playlist oluşturduğunuzdan emin olun. Dilerseniz ısınırken yavaş ama neşeli şarkılarla başlayın. Antrenman esnasında daha hızlı ve hareketlere uyum sağlayan parçalar seçin. Bitirirken de rahatlatıcı şarkılara geçin. Şarkı geçişlerinin birbiriyle uyumlu olmasına dikkat edin ve şimdi hazırsınız!

AKILLI SAAT EDİNİN ÇÜNKÜ...
Yalnızca saati söylemekle kalmıyorlar. Bileğinizdeki bir seyahat arkadaşınız gibi... Telefonunuzu, anahtarınızı ya da bir cihazınızı bulmaya yardımcı oluyor. İyi bir fitness takipçisi. Sosyal medya bildirimlerinizi gösteriyor, mesajlarınızı okuyabiliyorsunuz. Telefonlara yanıt verebiliyorsunuz. Uykunuzu, stres seviyenizi ve kalp atış hızınızı takip edebiliyorsunuz. Herhangi bir fitness aletinde egzersiz yapıyorsanız, onunla bağlantı kurulabiliyor. Bazısı waterproof özelliğe de sahip olmasıyla suda bile kullanılabiliyor.

DİNLENME GÜNÜ BELİRLEYİN
Kaslarınızın iyileşmesi için egzersizlere ara vermeniz ve dinlenme günleri belirlemeniz önemli. Zihinsel bakımdan da duygusal tükenmişliği engellemeye yardımcı olur. Dinlenme günlerinizde yürüyebilir, yüzebilir ya da hafif dozda yoga yapabilirsiniz.



APPLE, Watch Series 6, ₺3.799



HUAWEI, Watch Fit, ₺1.078



SAMSUNG, Galaxy Watch 3, ₺2.349







ÖZENLİ *Sunumlar*

Göz alıcı davet ve organizasyonların imza sahibi aynı zamanda 7Catering'in kurucusu Ebru Erberdi ile keyifli bir röportaj gerçekleştirdik.

BURAK ÜÇPINAR

Sağlıklı yemek ilkesi ile hareket eden 7Catering'in hikâyesi ile başlayalım. Nasıl başladı bu yolculuk?
Ben çalışma hayatıma 2000 senesinde otelcilik kariyeri ile başladım. Daha sonrasında 2010 senesinde kendi işimi yapmaya karar verdim. Girişimcilik ruhum ve otelcilik sektöründe kazandığım tecrübe ile Catering işine girmeye karar verdim. 7Catering, 2006 yılında kuruldu. Başta iki kol olarak '7Light Forever' ve '7Catering' adıyla hizmet veriyorduk. 2018 yılı itibariyle sadece 7Catering olarak devam etmeye karar verdik. Şirketimizde organizasyon anlamında yemeğinden çiçeğine, müziğinden fotoğrafına her türlü hizmeti kişiye özel vermekteyiz.

Hazırladığınız organizasyonlardan yaptığınız yemeklere nasıl bir çizgide ilerliyorsunuz?
Şirketimiz butik yemek servis ve organizasyon hizmeti veriyor. Deneyimli, dinamik güler yüzlü ekibimiz ile, iki kişiye de 1.500 kişiye de aynı nizam ve özenle yaklaşıyoruz. Müşteri memnuniyetini esas alarak, lezzetimiz kadar rüya gibi organizasyonlarımızla da hafızalarda yer edinmeyi ilke edindik.

Pandemiyle birlikte toplumsal alanda olduğu kadar gıda sektöründe de birçok yenilik deneyimledik. Geleneksel alışkanlıklarımızı değiştirdik. Siz de bu sektörün içinde olan bir insan olarak, ne gibi geleneksel alışkanlıklarınızı değiştirdiniz?
7Catering Organizasyon olarak çalışmalarımız elbette ki değişti. Pandemi dolayısıyla kalabalık davetlerin yerini, kısıtlı sayıda insanla bir arada olmak isteyen kitleler aldı. Aynı zamanda özel yemek yiyip, özenli sofralarda vakit geçirmek isteyen müşteri kitlemize hizmet eder olduk. Ev davetlerinde sunulan yemeklerimiz, senelerdir gittiğimiz yurt dışı fuarlarından özenle seçip aldığımız sunum malzemelerimizle büyük bir farklılık yarattık.

Bu dönemde ürünlerinizi nasıl bir süreç içerisinde hazırlıyorsunuz? Bu lezzetli yemekler hangi serüvenlerden geçerek masamıza ulaşıyor?
Yiyecek içecekte hijyen çok önemli. Özellikle pandemi sonrasında önlemleri fazlasıyla artırdık. Mutfaklarımız düzenli olarak sterilize ediliyor. Çift maske ve eldivenlerle çalışmaya özen gösteriyoruz.

Sizin mutfakta yapmaktan en çok zevk aldığınız lezzetler neler? Bu aralar denemek istediğiniz lezzetler var mı?
En çok zevk aldığım yemek Boşnak olduğum için Boşnak böreği.

Catering sektöründe pandemi sonrası nasıl yenilikler ve ne gibi trendler bizi bekliyor olacak?
Pandemi sonrasında organizasyonların çok artacağını düşünüyorum. İnsanlar birlikte ve bir arada olmayı çok özledi. Hepimiz çok özledik. Pandemi her anlamıyla insanlık için çok yeni ve ötesi kestirilemiyor. Hep birlikte yeni düzeni görüyor olacağız. **mc**



AMANRUYA

Doğaya duyduğu saygı ile hiçbir ağaca dokunmadan Osmanlı mimarisi, büyüleyici avlusu, manzaralı terasları ve lüks konsepti ile Amanruya kusursuz bir tatilin kapılarını aralıyor. Amanruya, misafirlerine; yüksek tavanlı yemek ve yatak odaları, hamam tarzı geniş banyoları ve Türk kömür şöminelerini sunuyor. Ayrıca kekik kokulu terasları, kendilerine ait havuzları, kabanaları ve köy manzarası ile tüm tatil ihtiyaçlarının en iyi şekilde karşılandığı bir yaşam alanı vadediyor.

Adres: Göltürkbükü, Demir Mevkii, Bülent Ecevit Cad, Bodrum/ Mugla
Telefon: 252 311 12 12



FOUR SEASONS HOTEL BOSPHORUS

Four Seasons Hotel Bosphorus bu yıl Ramazan ayını farklı içeriklerle hazırladığı konaklama paketleriyle karşılıyor. Boğaz'ın kıyısında konumlanan AQUA, misafirlerini iftara özel hazırladığı set menü ile ağırlıyor. Otelin sevilen restoranlarından Ocakbaşı, Anadolu'nun yöresel lezzetleri, meze ve kebaplarıyla cazip bir seçenek oluşturuyor.

Adres: No: 28, Çırağan Cad, Beşiktaş/ İstanbul
Telefon: 212 381 40 00

HOTSPOT

Bu yaz yeni olan her ne varsa...

ŞEHRE YENİLİKLER KAZANDIRAN EN ÖZEL YEME-İÇME MEKÂNLARI...

SELİN ÇETİN



THE BODRUM EDITION

The Bodrum Edition, bölgede benzeri olmayan, özgün bir yeme-içme ve eğlence programıyla kapılarını yeniden açıyor. Otelde, Osman Sezener şefliğinde, modern Ege ve Anadolu mutfağı ile Kitchen Bodrum yer alıyor. Ayrıca ünlü Şef Diego Muñoz'un imzasını taşıyan Brava ve Morena içerisine pop-up olarak dâhil olan İnari Omakase ile otel, yeni sezonda farklı deneyimler sunacak.

Adres: Dirmil Mahallesi, Balyek Cad, No: 5A, Bodrum/ Mugla
Telefon: 252 311 31 31



METT HOTELS & RESORTS

Essiz Ege manzarası, bohem-şık dekorasyonuyla METT Hotel & Beach Resort Bodrum, Haremtan Koyu'nda konumlanıyor. Otelde ayrıca, retro stilde tasarlanmış bir sonsuzluk havuzu, Türk hamamı, MOI SPA ve kişisel hizmet alınabilen geniş kabanalar bulunuyor.

Adres: Eskiçeşme Mahallesi, Haremtan Sokak, Değirmenler Mevkii, Bodrum/ Mugla
Tel: 252 316 48 48







MANDARIN ORIENTAL

Cennet Koyu'nda yer alan Mandarin Oriental, Bodrum, cezbedici yenilikleri ve sürprizleriyle misafirlerini karşılıyor. Lucca, bu yaz Lucca by the Sea ismiyle İstanbul, Bebek'ten sonra şimdi de Cennet Koyu'nda müdavimlerini ağırlamaya hazırlanıyor. Otel ayrıca 'Inner & Outer Strength' paketiyle zihin, ruh ve bedeni güçlendirmenin bütünsel formülünü ortaya koyuyor.

Adres: Göltürkbükü Mahallesi, 314. Sok, No: 12, Bodrum/ Mugla
Telefon: 252 311 18 88





FAIRMONT QUASAR

Fairmont Quasar Istanbul, Anneler Günü'nde annesine dinlendirici bir tatil hediye etmek isteyenler için 'Şehirde Tatil Keyfi Paketi'ni keşfetmeye davet ediyor. Annenizle birlikte unutulmaz anılar biriktirebileceğiniz bu özel pakette; şehir veya Boğaz manzarasını gözler önüne seren zarif tasarımlı odalarda konaklama yer alıyor. Ayrıca Stations'da muhteşem bir kahvaltı veya odanızda sahur menüsü; Türk mutfağından lezzetlerin çağdaş yorumlarla sunulduğu Aila'da akşam yemeği veya iftar menüsünü içeriyor.

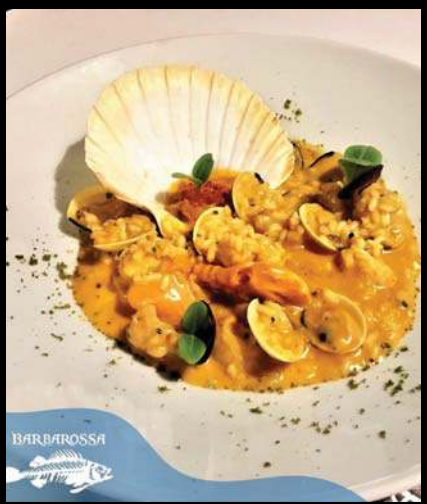
Adres: Mecidiyeköy, Büyükdere Cad, No: 76, Şişli/ İstanbul
Telefon: 212 403 85 00



BARBAROSSA

Caresse, a Luxury Collection Resort & SPA Bodrum ve Yunanistan'ın Paros adasının ikonik deniz ürünleri restorantı Barbarossa iş birliği, Bodrum severlere farklı bir lezzet deneyimi yaşatacak. Barbarossa, Yunan müzikleri eşliğinde yengeç tartar, deniz ürünleriyle zenginleştirilmiş balkabaklı risotto gibi lezzetli seçenekleri Caresse Bodrum'da sunuyor.

Adres: Adnan Menderes Caddesi, No: 89, Asarlık Mevkii, Bodrum/ Mugla
Tel: 252 11 36 36





SUSONA BODRUM

Hilton'un lüks koleksiyon markası LXR Hotels&Resorts ailesinin dünyadaki dördüncü oteli Susona Bodrum'da yeni sezon başladı. Suit Exclusive paketi ile ısıtmalı özel havuzlu süitlerde gün boyu keyif yapıp, Spa Soul'ün 25 dakikalık birbirinden dinlendirici ve arındırıcı masajları ile her gün kendinizi yenileyebilirsiniz.

Adres: Susona Bodrum, LXR Hotels & Resorts, Kaynar Sok, No: 15, Torba, Bodrum/ Mugla
Tel: 252 211 27 00



CEVİZ MUCİZESİ

CHA Kanseri Önleme Araştırma Merkezi, ceviz bakımından zengin bir diyetin H. pilori enfeksiyonuna karşı koruma sağlayabileceğine yönelik bazı bulgular elde etti. Bu araştırma, California Walnut Commission tarafından da destekleniyor.

RÖNESANS İLHAMI

Cihan Nacar, 2021 - 2022 Sonbahar/Kış defilesi ile izleyicileri büyüleyici bir zaman yolculuğuna çıkardı. 'DIVINE' adlı koleksiyonda canlı ve parlak renkli kumaşlar dikkat çekti.



DOĞAYLA İÇİÇE

Sarıgerme'de benzersiz bir sahilde konumlanmış Göl Evleri'nde, mutluluğunuz için her şey düşünülüyor. Sarıgerme Göl Evleri'nde, ailenizle birlikte kusursuz ve rahat bir tatil sizi bekliyor.



GELİŞMİŞ KONFOR

Salomon, merakla beklenen Sonic 4 ürün ailesini tanıttı. Sonic 4 ailesi, dış tasarımı ve Opti-Vibe teknolojisi ile en uzun mesafeleri konforlu şekilde koşma fırsatı sağlıyor.



RENKLİ DÜNYALAR

Polar Star JR. geleceğin yol gösterici yıldızları olarak gördüğü çocuklara yönelik bir marka olarak tasarlandı. Marka, miniklerin renkli dünyalarına katkı sağlamak, daha çok hayal kurmalarını teşvik etmek ve onların dünyalarındaki renkleri yaşatmayı amaçlıyor.



YENİ DUYULAR

Bulgari Splendida bizleri rakipsiz, baştan çıkarıcı bir dünyaya doğru yola çıkarıyor. Kokusu ile duyularınızı uyandıran ve feminenliği ortaya çıkaran paçuli, yeni Eau de Parfum: Patchouli Tentation'ın kalp notasını oluşturuyor.



SAĞLIKLI ÖĞÜNLER

Kyani FIT20, kilo kontrolüne yardımcı, diyetlere destek bir ara öğün, sağlıklı bir atıştırmalık. Yorgunluğun azalmasını sağlıyor; sağlıklı kas gelişimi ve yağ yakımını artırıyor. Ayrıca saç, cilt, diş, eklem ve kemiklerin korunmasına yardım ediyor.





HAREKETLİ ADIMLAR

TT Dance Shoes Latin dans ayakkabıları ile yıllardır hayalini kurduğunuz dansa başlamanın ilk adımını atabilirsiniz. Yüzde yüz el yapımı olan dans ayakkabıları, en üst seviyede konfor, kontrol ve denge yaratarak danstan aldığınız hazzı artırıyor.



KUSURSUZ MAKYAJ

Rihanna'nın ikonik makyaj markası Fenty Beauty'nin yeni geliştirilen fondöteni Eaze Drop, cildinizi nemlendirirken pürüzsüzleştirmeye de yardımcı oluyor.



ASYA ESİNTİLERİ

Retro tarzına yenilikçi çizgiler getiren Mozu, geçmişle Asya tarzını birleştiriyor. Yüksek belli bikini altları tasarımlarda dikkat çekiyor. Plajlarda farklılığınızla öne çıkmak istiyorsanız Mozu'nun tasarımlarına göz atın.



VALİZİNİ HAZIRLA

Tatilde hafifçe seyahat etmek istiyorsanız Samsonite'in birbirinden farklı modelleri arasında ihtiyacınızı rahatça bulabileceksiniz.

TEMİZLİK ÖNCÜSÜ

Anneler Günü'nde biricik annenizin gözlerini sevinçle ışıldatmak için Karcher'deki hediye alternatiflerine göz atın. Karcher, hijyen ve temizliği tüm annelerin evlerine kadar getiriyor.



AKDENİZ KİMLİĞİ

METT Hotel & Beach Resort Bodrum, mayıs ayında kapılarını açıyor. Akdeniz hayatından ilham alan otel; sosyalleşme ve eğlence merkezli bir yaşam tarzı sunuyor.



LEZZETLİ TARİFLER

İclal Aydın Kitap Kulübü sizleri bu kez Mutfak Sırları ile buluşturuyor. Şef Nilay Tulum bu kitapta tariflerini, tüyolarını yani mutfaktaki sırlarını paylaşıyor.





GÜVENLİ BAKIM

Hamilelik dönemi boyunca gerilen cilt esnekliğini kaybeder ve bakıma ihtiyaç duyar. HiPP Mamasanft Çatlak Önleyici Krem, hamilelerin ihtiyaçlarına göre özel olarak formüle ediliyor. Cildi yumuşatarak çatlak oluşumunu önlüyor.

YAZ SEZONU

Hilton'un lüks koleksiyon markası LXR Hotels & Resorts ailesinin dünyadaki dördüncü oteli Susona Bodrum'da yeni sezon başladı. Otel mayıs ayına özel sunduğu üç farklı konaklama paketi ile Ege kıyılarını bu yıl da eşsiz bir tatil deneyimi ile buluşturuyor.



SİHİRLİ FORMÜL

Her şey aromatik, botanik bir nota ile başladı. Hermès H24'ün içgüdüleriyle yönünü bulan azimli bir araştırmacı olan yaratıcısı, kendine has bir ürün yaratmak için sık kullanılan materyallere başvurmadı. Misk ve adaçayını tercih etti.



FARKLI TARZ

Hello, Rebel! Lifestyle Essentials renkli ve minimal yeni sezonuyla bahar mevsiminin eğlenceli ve keyifli ruhunu yansıtıyor. Günlük rutininize ayak uyduran renkli çanta ve laptop kılıfları hızlı şehir hayatında, stilinizi de yanınızda taşıyor.



YENİLİKLER TANITILDI

İsviçreli saat markası Longines, 2021 yeniliklerini 7 Nisan Çarşamba günü gerçekleştirdiği online bir davet ile marka dostlarına tanıttı!



ÖZEL BİR DENEYİM

Güzellik ve sağlığı Nutriway kaynaklı bileşenlerle harmanlayan Artistry Signature Select Vücut Bakım Ürünleri Koleksiyonu, her vücut için özel bir deneyim yaratıyor. Beş yüksek performanslı vücut ürününden oluşan bu koleksiyon, günlük rutininin bir parçası oluyor.



CEZBEDİCİ KOKU

Burberry, modern güç ve doğanın tazeliğini bir araya getiren yeni parfümü Mr. Burberry Element'i sunuyor. Mr. Burberry, bozulmamış zarafeti, geleneksel fakat mağrur olan yapısı ile Londra'nın özünü içinde barındırıyor.





AKILLI HEDİYE

Bu Anneler Günü'nde annenizi mutlu edecek bir hediye arıyorsanız, en doğru seçim Homend Alex 1280H Robot Süpürge olacak. Anneniz temizlikte en yakın dostu Alex'e evini gözü kapalı emanet edecek. Türkçe konuşan Alex ile temizlik keyfe dönüşüyor.



GÖZ KAMAŞTIRICI

Desa, basit kesimleri klasik çizgilerle buluşturarak yeni ve modern bir çizgi oluşturuyor. Derinin yeniden yorumlandığı bu yeni koleksiyon, maksimum konfor ve hareket özgürlüğü sağlıyor.



HASSAS TEMİZLİK

Bioderma Laboratuvarları tarafından dermatologlarla birlikte geliştirilen misel suyun mucidi Sensibio H2O'nun reklam yüzü başarılı oyuncu Eda Ece oldu. Ürün, misel teknolojisi ile cilde zarar vermeden cildi derinlemesine temizliyor.



TERLEMEKTEN KORKMA

Emotion'ın doğal kaynaklardan elde edilen özler içeren yeni serisi; alüminyum, paraben ve silikon içermiyor. Doğal terleme dengesini etkilemeden ter kokusunu önlüyor.

YENİ ALBÜM

Uygar Çağlı, birçok uluslararası festival ve projede, hem Türkiye hem de Avusturya'yı temsil ediyor. Uzun yıllardır Avusturya'da yaşayan Çağlı yeni solo albümü Ting'i mayıs ayında müzikseverlerle buluşturmaya hazırlanıyor.



SANATSAL DENEYİM

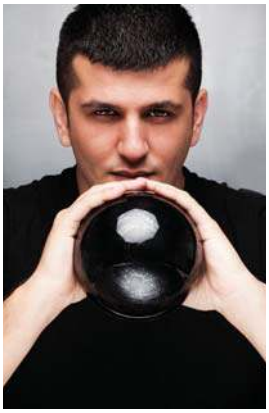
Nespresso, yeni ve sınırlı sayıda Master Origin La Cumplida Refinada ile kahve tutkunlarını mutlu ediyor. Bu yeni kahve, marka ailesine geçici bir süre misafir oluyor.



YIKARIM BİLİRSİN

Peros'un yeni reklam filmi yayınlandı. Reklamda Esra Erol, Yıkarım Bilirsin şarkısıyla karşımıza çıkarak Peros'un ezber bozan performansından bahsediyor.





Mayıs 2021 ASTROLOJİ

Bu ay, Venüs'ün İkizler burcuna geçmesiyle özel hayat ve iletişim konularında gelişmeler yaşanacak. Boğa burcundaki yeniay, kariyer hayatınızı etkileyecek. *ASTROLOG DİNÇER GÜNER*

İKİZLER
(21 Mayıs – 20 Haziran)
Bu ay kişisel zevkleriniz ön plana çıkabilir. Venüs'ün İkizler burcuna geçmesiyle beraber estetik değerleriniz, hoş ve bakımlı görünme isteğiniz artabilir. Boğa burcundaki yeniay ile gizli düşmanlıklar ve dedikodular gözle görülür hâle gelebilir. Yay burcundaki Ay tutulmasının etkisi ise ilişkilerde tutkuyu beraberinde getirebilir.

BAŞAK
(23 Ağustos – 22 Eylül)
Bu dönem toplum önünde olabilir, statü kazanabilirsiniz. Terfi veya ödül gibi destekleyici teşvikler elde edebilirsiniz. Yeniay ile sürpriz eğitim fırsatları karşınıza çıkabilir. 26 Mayıs'ta Yay burcundaki Ay tutulmasıyla kişisel istekleriniz önem kazanabilir. Ev ve iş hayatı arasındaki dengeyi sağlayamayabilirsiniz.

YAY
(22 Kasım – 21 Aralık)
Venüs'ün İkizler burcuna geçmesiyle ilişkilerde daha flörtöz davranabilirsiniz. Partnerle sohbet etmek ve beraber zaman geçirmek sizi her zamankinden daha mutlu edebilir. Yeniay ile hayatınızda olumlu değişiklikler yapmak üzere adım atabilirsiniz. Ay tutulmasıyla inandığınız değerleri sorgulayabilirsiniz. Küçük şeylerle mutlu olabilir, iyimser davranabilirsiniz.

BALIK
(19 Şubat – 20 Mart)
9 Mayıs tarihinde Venüs'ün İkizler burcuna geçmesiyle evinizde dekorasyon ve yeni düzenlemeler yapabilirsiniz. Ev ve aile teması daha önem kazanabilir. 11 Mayıs'ta Boğa burcunda gerçekleşecek yeniay ile iş fırsatları karşınıza çıkabilir. 26 Mayıs günü Yay burcunda gerçekleşecek Ay tutulmasıyla da kariyer hayatınızda önemli kararların eşiğine gelebilirsiniz.

YENGEÇ
(21 Haziran – 23 Temmuz)
Venüs'ün İkizler burcuna geçmesiyle beraber platonik aşklar, geride bırakılması gereken ilişkiler Yengeç burçlarına sancılı bir dönem yaşatabilir. Boğa burcunda gerçekleşecek yeniay ile arkadaşlarınızdan bilgi ve iletişim konularında destek alabilirsiniz. Ay tutulmasıyla birlikte sağlığınıza dikkat etmenizde fayda var.

TERAZİ
(23 Eylül – 22 Ekim)
Venüs'ün İkizler burcuna geçmesiyle yurt dışı ve bununla ilgili konular gündeminize gelebilir. Çok uluslu firmalarla görüşebilirsiniz. Yeniay ile finansal anlamda rahata kavuşacağınız gelirler kazanabilirsiniz. Ay tutulmasıyla iletişim konularında dikkatli davranmanızda fayda var.

OĞLAK
(22 Aralık – 19 Ocak)
Bu ay finansal konularla ilgili aksiyon alabilirsiniz. Gündeminiz ve ekseriyetle konuştuğunuz konular para odaklı olabilir. 27 Şubat günü gerçekleşecek dolunay ile yurt dışı bağlantılı yürüttüğünüz işlerde bazı pürüzler ortaya çıkabilir. Beklenmedik, sürpriz fırsatlar da kapınızı çalabilir ve rahatlamanızı sağlayabilir.

KOÇ
(21 Mart – 19 Nisan)
Bu dönem bilgiye, öğrenmeye, zihinsel uyuma daha çok önem verebilirsiniz. Yakın akrabalar, kardeşler veya komşularınızla keyifli zamanlar geçirebilirsiniz. Yeniay ile gelirlerinizde artış gözlemleyebilirsiniz. Ay tutulmasıyla planlanmayan yolculuklara çıkabilir; ülke değişimi yapabileceğiniz fırsatlarla karşılaşabilirsiniz.

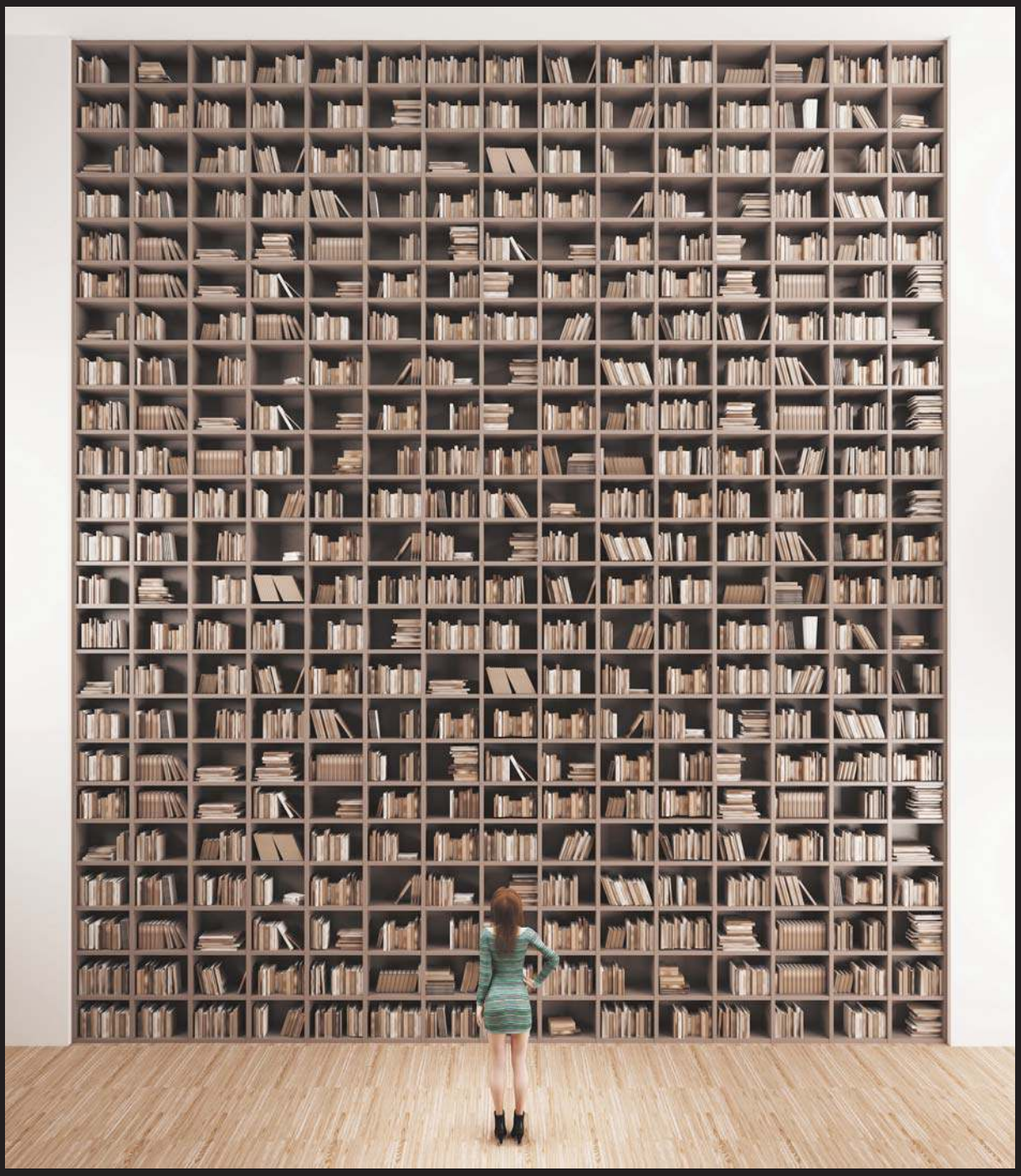
ASLAN
(23 Temmuz – 22 Ağustos)
Bu ay arkadaşlarınızla zaman geçirmekten keyif alabilir; sıklıkla program yapabilirsiniz. 11 Mayıs'ta Boğa burcundaki yeniay ile iş yöneticileriniz, toplum önünde olmanızı sağlayabilir. Fikirler üretebilir, ilgileri üstünüze çekebilirsiniz. Yay burcundaki Ay tutulmasıyla eğlenceye ve rahatınıza daha da düşkün olabilirsiniz.

AKREP
(23 Ekim – 21 Kasım)
Venüs'ün İkizler burcuna geçmesiyle beraber sürüncemede kalmış konular netlik kazanabilir. Davalar, nafaka, miras, prim gibi konularda olumlu sonuçlar elde edebilirsiniz. Yeniay ile ilişkiler ve ortaklı yürütülen işlerde ağırkanlı hareket etmekte fayda var. Maddi konularda kendinize yeni hedefler belirleyebilirsiniz.

KOVA
(22 Ocak – 18 Şubat)
Bu ay çalışma ortamınızda ve gündelik hayatınızda kendinizi mercek altına alabilirsiniz. Boğa burcunda gerçekleşecek yeniay ile yeni kişilerle tanışabilir; flört edebilirsiniz. Yay burcunda gerçekleşen Ay tutulmasıyla olaylara bakış açınız karamsar ve negatif olabilir. Zihinsel ve ruhsal olarak kendinizi yorgun hissedebilirsiniz.

BOĞA
(20 Nisan – 20 Mayıs)
Venüs'ün İkizler burcuna geçmesiyle maddi konularla ilgili beklentileriniz yükselebilir. İş anlaşmaları, sözleşmeler imzalayabilir; başarılar elde edebilirsiniz. Yeniay yaşam amacınızı, isteklerinizi elde etme konusunda size motivasyon sunacak. Ay tutulmasıyla miras konularında birtakım sonuçlanmalar olabilir. **mc**

BAKMA OKU!



marie claire TÜRKİYE

Ünlü Filozof **Montesquieu**'nün de söylediği gibi
okumak dünyanızı güzelleştirir.

#BAKMAOKU

marieclairetr marieclairetr marieclairetr TURK TELEKOM E-DERGİ TURKCELL DERGİLİK



LONGINES



Longines PrimaLuna