PEOPLE mag

MAYIS 2021

8 YILDIR BİRLİKTEYİZ

SİZLERLE DAHA NİCE YILLARA

























CER

LOFT



Rafine zevklere sahip olanların
yeni nesil yaşam stili;

Bahçeli Şehir Villası!





CER *36* LOFT

LIMITED EDITION

EGEYAPI

444 5 343

ceristanbul.com




KUSURSUZ
Zarafet
Özel tasarım çizgisel desenleri ile bulunduğu mekâna sıra dışı bir perspektif kazandıran **RAUM SERİSİ,** altın rengi dokulu metal kulpları ve detayları ile modern tasarıma cesur bir yorum getiriyor.
enza HOME
en güzel anlara
enzahome.com.tr
EnzaHome
enzahome



İSTANBUL / LEVENT Levent Mahallesi, Ebulula Mardin Caddesi, No:37, Beşiktaş - İstanbul • Tel: 0(533) 141 41 41



VITELLO®
garden concept

www.vitello.com.tr



www.dogtas.com

/dogtas /dogtas /dogtas /dogtas


Çarpıcı detayları
evinize tarz katacak
aksesuarlarıyla
Logan...
Şimdi tarz
DOĞTAŞ®

PEOPLE mag

DERİN MEDYA BASIN YAYIN REKLAM ORGANİZASYON TURİZM
TEKSTİL TİCARET LİMİTED ŞİRKETİ ADINA
İMTİYAZ SAHİBİ VE GENEL YAYIN YÖNETMENİ VE SORUMLU YAZI İŞLERİ MÜDÜRÜ

İnci Koparan
incikoparan@gmail.com
info@peoplemag.com.tr

GÖRSEL YÖNETMEN
Hasan Güdücü
info@peoplemag.com.tr

SANAT YÖNETMENİ
Benay Şahin
info@peoplemag.com.tr

GÜZELLİK EDİTÖRÜ
Beste Paydaş Ertan
besteertan@gmail.com

MODA EDİTÖRÜ
Arzum Kılıç
info@peoplemag.com.tr

KONULAR EDİTÖRÜ
Öyküm Bozkurt
info@peoplemag.com.tr

REKLAM MÜDÜRÜ
Başak Ayay
info@peoplemag.com.tr

SAĞLIK VE YAŞAM EDİTÖRÜ
Tülin Açıkbaş
info@peoplemag.com.tr

FOTOĞRAF EDİTÖRÜ
İdris Can Özcan
info@peoplemag.com.tr

WEB TASARIM
Ersin Bırakır
info@peoplemag.com.tr

STAJYER GRAFİK TASARIM
Feride Sarımehmet
info@peoplemag.com.tr

PEOPLE MAG İLETİŞİM ADRESİ
İhsan Aksoy sok Bebekyokuşu Modern apt No:2/19 Etiler/İstanbul
Tel: 05335771366
www.peoplemag.com.tr

YAYIN TÜRÜ
Yaygın Süreli
Dergide yer alan yazı ve fotoğrafların tüm hakkı PEOPLE MAG DERGİSİ'ne,
yayınlanan ilanların sorumluluğu ise ilan sahiplerine aittir.
Baskı:
Dağıtım: DÜNYA DAĞITIM/ABONE/TURKCELL DERGİLİK

Baskı Tarihi: 01/05/2021 ISSN: 2148-5143


DOĞTAŞ'IN EN YENİSİ
LOGAN
Modern ve Lüks tarzın
Gotik sanatın izleriyle
buluşturan yemek odası...
Şimdi tarz
DOĞTAŞ®
COVID-19
DOĞANLAR
YATIRIM HOLDİNG

Anneler Gününüzü Kutlarım

"Mayıs" ayının ne kadar önemli olduğunu artık tüm "Peoplemag" okuyucuları biliyor. Bu sayı bizim özel kolaj sayımız. Yani yıllar önce ilk çıktığımızda raflarda olduğumuz ayı simgeliyor. Benim en uğurlu ayım, hayatım boyunca birçok ilklerimi hep mayıs ayında yaşadım. Umarım bundan sonra ki her ayım tıpkı mayıs aylarım gibi uğurlu olur. Sizlerle daha nice uzun yıllara 8. Yılımız kutlu olsun.

Dedim ya en özel ay diye çünkü aynı zamanda bizleri bugünlere getiren değerli annelerimizin günü, ben her yıl bu sayıyı sevgili anneme hediye ederim. Anne olunca anlarsın derler ya, gerçekten de onun kıymetini en çok da anne olunca anladım. Şimdi bende anneyim ve çocuk yetiştirmenin zorluğunu çok iyi biliyorum. Bu dünyaya, bizi geleceğe taşıyacak bir birey hazırlamak gerçekten çok zaman ve emek isteyen uzun bir serüven. Bunun okulu da yok maalesef, anne olmanın verdiği iç güdü ile hareket etmek, gerçekten Tanrı'nın bize verdiği mucizevi bir durum. Bir kızım olduğu için kendimi son derece mutlu ve huzurlu hissediyorum. Kızım Enci, aldığım nefes, attığım adımım benim. Eminim annem için de ben öyleyim. Sizler için bir dosya hazırladık ve cemiyetin ünlü annelerinden anneler günü mesajı vermelerini istedik. Hepsi sevgi dolu son derece güzel mesajlar ve fotoğraflar çıktı ortaya, keyifle yavrularımızın büyüdüklerini görmek paha biçilmez. Öncelikle canım annemin, sonrasında tüm emektar annelerin anneler gününü kutlarım.

Bu sayı kapak konuklarımız tüm bir yılın kolajı dolayısı ile varsa kaçırdığınız kapak röportajlarımızdan derlenen özel sayımızı keyifle okumanızı dilerim. Ek "Peoplemag" özel röportaj olarak "RZdesignhome" markasının sahibi sevgili Rengin Örer Zarifoğlu ile Çekmeköy'de ki evinde çok şahane bir röportaj gerçekleştirdik. Özenle hazırlanmış çok şık bir sofraya konuk olduk. Tasarımlarına bayıldık. Detayları kusursuzdu.

M. İmer Özer "T.U.H.A.F" isimli kitabını piyasaya çıkardı. Kitap gerçekten ezber bozucu nitelikte, okurken hem düşündürüyor hem de eğlendiriyor. Adı gibi tuhaf bir kitap olduğunu okuduğunuzda anlayacaksınız. Bu genç yaşına bu denli tecrübeleri sığdırmış olan Özer'i ayakta alkışlıyoruz.

13-16 Nisan tarihleri arasında fashionweek.istanbul dijital platformunda gerçekleşecek olan Fashion Week Istanbul kapsamında, bir çok marka Sonbahar/Kış 2021 koleksiyon filmini ve koleksiyonunu büyük bir heyecanla tanıttı.

Chef Beyza Çevik'ten son derece lezzetli bir tarif daha geldi.

Emine Akkaya'nın astroloji yorumlarını okumadan güne başlamayın.

Bu sene hepimiz için kutsal olan "Ramazan Bayramı" da mayıs ayına denk geliyor dolayısı ile herkesin bayramını şimdiden kutlamış da olmak isterim. Pandemi günlerinden kurtulacağımız, nice sağlıklı, huzurlu ve mutlu günlerimiz olsun. İyi bayramlar.



www.peoplemag.com.tr
peoplemagofficial
turkcell dergilik
TURKCELL
HARVEY NICHOLS
Galeries Lafayette

Uzman hekim kadromuz,
üstün tıbbi teknolojiyle buluşuyor.

SAĞLIĞIN GELECEĞİ VADİSTANBUL'DA YAKINDA HİZMETİNİZDE



liv HOSPITAL

THE FUTURE OF HEALTHCARE

livhospital.com /livhospital 444 4 548



LAV TURKUAZ BAŞARI ÖDÜLLERİ SAHİPLERİNİ BULDU

Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü tarafından düzenlenen, 2020 yılı içerisinde lisansüstü programlardan mezun olan öğrenciler arasında en başarılı yüksek lisans ve doktora tez sahipleri ile bu tezlere danışmanlık yapan öğretim üyelerine ödüllerin verildiği LAV Turkuaz Başarı ödülleri sahiplerini buldu. LAV sponsorluğunda gerçekleşen ödül törenine aralarında vali vekili ve milletvekilinin de bulunduğu önemli isimler katıldı.

Ülkenin gelişmiş akademik araştırmalara ihtiyaç duyduğunu da değinen Baran sözlerine şöyle devam etti: "Yapılan akademik araştırmaların ticari değere dönüşmesi ülkemizin gelişip orta gelir tuzağından çıkması şart. Bunun yanı sıra Birleşmiş Milletler Sürdürülebilir Kalkınma Hedeflerinin 17 kriterinin de ülkemizde uygulanması ve kurumlar ile irtibatının sağlanması için ihtiyaçlar belirlenerek çözümler üzerine araştırmalar yapılması da çok önemli" dedi.







Benzersiz çizgisi ve tasarımlarıyla, **Enza 2021 Koleksiyonu**
şimdi Enza Home'larda.

enzahome.com.tr EnzaHome enzahome

enza HOME



HEDİYE GÜRAL, OTİZM FARKINDALIK GÜNÜ'NDE OTİZMLİ MEHMET AKİF YALÇIN'IN OBJEKTİFİNE GÜLÜMSEDİ

NG Hotels Yönetim Kurulu Başkanı Hediye Güral, 2 Nisan Dünya Otizm Farkındalık Günü'nde, Otizm Gözünden "Fark Yok Sevgi Var" projesi kapsamında otizmli 11 yaşındaki Mehmet Akif Yalçın'ın objektifine gülümsedi. İş dünyasının bir temsilcisi olarak bu projenin bir parçası olmaktan gurur duyduğunu belirten Hediye Güral, "Aramızda hiçbir fark yok, sadece sevgi var" dedi.

TODEV Vakfı tarafından 2 Nisan Dünya Otizm Farkındalık Günü dolayısıyla düzenlenen Otizm Gözünden "Fark Yok Sevgi Var" fotoğraf sergisi; iş, sanat ve medya dünyasının önde gelen isimlerini bir araya getirdi. 30 otizmli çocuğun çektiği fotoğraflardan oluşan sergide, otizmli 11 yaşındaki Mehmet Akif Yalçın'ın objektifine poz veren NG Hotels Yönetim Kurulu Başkanı Hediye Güral, sergi açılışında yaptığı konuşmada duygularını fade etti.



HEDİYE GÜRAL


D'S
damat
Smokin
D'S damat'tan
alınır.
dsdamat. com



‘HER ŞEHRİ ÜNLÜLERLE GEZİYORUZ’ EKİBİ BATI KARADENİZ ROTASIYLA YOLA DEVAM ETTİ

Pervin Ersoy’un yürüttüğü ‘Her Şehri Ünlülerle Geziyoruz’ projesi, Türkiye’nin dört bir yanına yaptıkları seyahatlerle iç turizme dikkati çekmeye devam ediyor. Projenin rotasında bu kez Kastamonu ve Bartın vardı. Türkiye’nin dört bir yanına tarihi ve kültürel turlar düzenleyerek, ülkenin güzelliklerine yeniden dikkati çekmek, iç turizmin önemini vurgulamak amacıyla düzenlenen ‘Her Şehri Ünlülerle Geziyoruz’ projesi kısa bir aranın ardından devam ediyor. Pervin Ersoy’un yürüttüğü ve Rotahane ve projenin iş ortağı Bukla Tur tarafından gerçekleştirilen proje kapsamında önceki gün Kastamonu ve Bartın illerine küçük bir seyahat düzenlendi. Seyahatte Pervin Ersoy ve Bilge Kuru’ya Akasya Aslıtürkmen, Yeliz, Orçun Dalarslan, Murat Dalkılıç, Özgür Özgülgün ve tur katılımcıları eşlik etti.



AKASYA ASLI TÜRKMEN

MiGROS
Kadın Akademisi

Migros Kadın Akademisi Başladı!

Hedef 1 Milyon Kadın!

Eğitimlerimiz

- İYİ TARIM
- PROFESYONEL HAYAT
- SAĞLIK
- KİŞİSEL FARKINDALIK
- AİLE



MiGROS TV

Detaylı bilgi için
migrostv.migros.com.tr/kadin-akademisi
adresini ziyaret edebilirsiniz.



İSTANBUL'UN ETKİLİ SİVİL TOPLUM KURULUŞLARINDAN BİR OLAN NİL EĞİTİM VE YARDIMLAŞMA DERNEĞİ (NEYAD) GENEL KURULU YAPILDI

NEYAD Başkanı Nilgün Diptaş'ın öncülüğünde Üsküdar'da gerçekleşen Genel Kurula katılan Üsküdar Belediye Başkanı Hilmi Türkmen, bir konuşma yaparak dernek başkanı ve yönetimini tebrik etti. Pandemi kurallarına uygun olarak kısıtlı kişi ile yapılan Neyad genel kuruluna üyeleri dışında misafir olarak sanatçımız Aslı Hünel, Ptt Genel müdür yardımcısı Murat Gevrek, Erdemliler platformu Başkanı Emine Özkul katıldı.

Kurultayda yeniden NEYAD Başkanı seçilen Nilgün Diptaş, yeni yönetimine kadın siyasetinde etkili isimleri, sanatçıları, işkadınlarını ve kendi meslekle-rinde başarılı olan birçok ismi kattı.



NİLGÜN DİPTAŞ, HİLMİ TÜRKMEN






NEYAD
EĞİTİM VE YARDIMLAŞMA DERNEĞİ
YAD
www.neyad.org





ERAY KILIÇ, GUPSE OZAY, BİLGE KURU, PERVİN ERSOY, YASEMİN SAKALLIOĞLU, ADEM AKSOY

ROTAHANE EKİBİ KAHKAHA DOLU BİR EKİPLE MARDİN'DE

Pervin Ersoy'un yürüttüğü 'Her Şehri Ünlülerle Geziyoruz' projesi, ünlü konuklarıyla birlikte Mardin'deydi. Mardin seyahatinde konuklar arasında bulunan Gupse Özay ve Yasemin Sakallıoğlu katılanlara kahkaha dolu anlar yaşattı.

İç turizme olan ilgiyi arttırmak için Türkiye'nin illerini özel bir projeyle ziyaret eden Rotahane ekibi, seyahatlerine devam ediyor. Pervin Ersoy'un yürüttüğü ve Rotahane ile projenin iş ortağı Bukla Tur tarafından gerçekleştirilen proje kapsamında 5-7 Nisan tarihleri arasında Mardin ve Batman'a özel bir seyahat düzenlendi. Seyahatte Pervin Ersoy ve Bilge Kuru'ya Gupse Özay, Yasemin Sakallıoğlu, Özgür Özgülgün gibi isimler eşlik etti.



GUPSE OZAY



SONGÜL DURUR ZEVZİR, PERVİN ERSOY, BİLGE KURU



ÖZGÜR ÖZOLGUN



ERAY KILIÇ, ADEM AKSOY, YASEMİN SAKALLIOĞLU, PERVİN ERSOY, BİLGE KURU, GUPSE OZAY



VICTORIA'S SECRET ANNELER GÜNÜ KAMPANYASI İLE ANNELER GÜNÜNÜ KUTLUYOR

Victoria's Secret, anneleri ve her gün aşıladıkları gücü ve sevgiyi ön plana çıkaran son kampanyasıyla tüm annelerin Anneler Gününü kutluyor. Victoria's Secret; her yaştan anneye hitap eden tasarımları ve anneleri bu özel günde kendilerini özel hissettirecek birbirinden farklı hediye seçenekleriyle kutluyor. Dantel ve saten gecelikler, pamuklu pijamalar, sabahlıklar, taytlar, polar takımlar, güzellik ürünleri, aksesuarlar ve daha fazlasıyla her anne için rahat, günlük ve lüks Victoria's Secret ürünleri öne çıkıyor.

Siyah & Beyaz Fotoğraflarla Kutlanan Yeni Kampanya

Ünlü model Grace Elizabeth ve eşi Nicolas Krause, Helena Christensen ve oğlu Mingus Reedus; Mayowa Nicholas ve annesi Temmy; Sabina Karlsson, eşi Ricky Jackson ve oğlu Zion ile yer aldığı siyah beyaz görüntüler, ünlü fotoğrafçı Cass Bird tarafından fotoğraflandı. Kampanyada, anneliğin birçok aşaması vurgulanarak fotoğraflar arasındaki güzelliği, özgünlüğü ve duygusal bağı yakalamak amaçlandı.



KARKAS ÇİFTLİĞİ İLE LEZZET DOLU BAYRAM SOFRALARI

24 senelik karkas et üretimi tecrübesine sahip ailenin yeni jenerasyon temsilcisi Mert Tutak'ın kurduğu Karkas Çiftliği, dana, kuzu etleri, dana ilikli kemik suyu, aromalı ilik suları, pişirmeye hazır gurme kebapları, peynir çeşitleri, tereyağı ile bayram sofralarına lezzet katıyor.

Bayram demek bereketli ve lezzet dolu sofralar demek... Evde geçirdiğimiz ve tedbiri elden bırakmadığımız şu günlerde, bayram geleneğini mevcut şartlar altında ve güvenli bir şekilde devam ettirmek istiyorsanız, çiftlikten sofraya tamamen doğal, yerli, açık besi ürünlerini adrese teslim online alışveriş imkanıyla sunan Karkas Çiftliği imdadınıza yetişiyor.

BUDERUS KOMBİ DEĞİŞİMİNİN FAYDALARINI ANLATIYOR



Yoğuşma teknolojisine sahip olan cihazlar, atık baca gazının içinde bulunan su buharını yoğuşturarak elde edilen ısıyı tesisata aktarmak üzere tasarlanmış cihazlardır. Atık gazın içindeki yoğuşma ısısını da kullandıkları için yoğuşmalı olmayan cihazlara göre daha ve-rimli çalışırlar ve daha az gaz tüketirler. Yani aslında yakıt içinde var olan enerjiyi mümkün olan en yüksek oranlarda çeker ve kullanırlar. Yoğuşmalı kombiler söz konusu yoğuşma suyuna karşı yüksek dayanımlı alaşım malzemeden üretildikleri için her şartta daha fazla enerji almayı ve tesisata aktarmayı mümkün kılarlar. Yüksek radyatör sıcaklığına ihtiyaç duyulan ve yoğuşmanın gerçekleşemeyeceği çok soğuk kış günlerinde dahi nispeten çok düşük baca gazı sıcaklıkları sayesinde enerji tasarrufu sağlamaya devam ederler.


KORDON İSTANBUL'DAN EVİNİZİ ALIN
HAYALLERİNİZE
yelken açın
hemen taşın
SADECE SİZE
ÖZEL TEKNE İLE
TEKNE TATİLİ
hediye
2022'de
ÖDEMEYE
BAŞLA
KORDON
İSTANBUL
www.kordonistanbul.com
EGEYAPI
444 5 343



YENİ HERBAL ESSENCES SÜLFATSIZ ALOE VE AVOKADO SERİSİ İLE SAÇ VE SAÇ DERİN NEME DOYSUN!

Mevsim geçişlerinde saçlarımız oldukça yıpranıyor ve kuruyor. Özellikle yaz mevsimine doğru gittiğimiz bu dönemde ani hava değişimleri, yağmurlar, rüzgarlar saçımızın ve saç derimizin kurumasına ve elektriklenerek şeklinin bozulmasına neden oluyor. Botanik bilimi ile sağlıklı saçlar için gerekli olan antioksidanları birleştiren Herbal Essences, %97 doğal köken içeren yeni Sülfatsız Aloe ve Avokado serisi ile kuruyan saç ve saç derinizi nazikçe temizleyip, nemlendirir. Saç derinizi yatıştırarak, daha canlı ve parlak saçlara kavuşmanızı sağlar.



HAPPY MOON'S LEZZETLERİ İFTAR SOFRALARINA KONUK OLUYOR!

Happy Moon's Grup, pandemi çerçevesince alınan yeni tedbirlerin ardından Ramazan ayı boyunca Happy Moon's şubelerinde paket ve gel-al servis uygulamasına geçti. Bu kapsamda; Lens Yaşam Merkezi, Tuzla, Viaport, Bursa, Çorum, Gaziantep ve İzmit'teki Happy Moon's şubelerinde gel-al servis hizmetine geçilirken, Lens Yaşam Merkezi, Bursa, İzmit, Çorum ve Gaziantep'teki şubelerde paket servis uygulaması da başlatıldı. Konu hakkında açıklamalarda bulunan Happy Moon's Grup Yönetim Kurulu Başkanı Hüseyin Aymutlu, "Happy Moon's Grup olarak; en önemli önceliğimiz her zaman konuklarımızın sağlığı oldu. Pandemi kapsamında alınan son önlemler gereği konuklarımızı Ramazan ayı boyunca şubelerimizde ağırlayamayacağız. Ancak lezzetlerimizi onlara ulaştırmaya devam edeceğiz. Bazı şubelerimizde başlattığımız paket servis ve gel-al hizmeti ile bu kez de konuklarımızın iftar sofralarına Happy Moon's olarak biz konuk olacağız" dedi.

GETİR, 2,6 MİLYAR DOLAR DEĞERLEMEYLE UNİCORN OLDU



Dünyada ilk kez ortalama 10 dakikada market ürünleri teslimat modelini 2015 yılında başlatan Getir, aldığı 300 milyon dolarlık yeni yatırımla 2,6 milyar dolarlık değerlemeye ulaşarak sadece 5,5 yıl gibi kısa bir sürede Unicorn olma başarısını gösterdi.
"Beş harf iki heceli" Getir kelimesini tüm dünyaya sevdirmeyi hedefleyen Getir, Londra'nın yanı sıra yakın zamanda Almanya, Fransa ve Hollanda'da hizmete başlamaya hazırlanıyor.

THE SUPERIOR SUITES
KORDON İSTANBUL

THE SUPERIOR SUITES'TEN

SÜİTİNİZİ ŞİMDİ ALIN
BİZ İŞLETELİM, SİZ KAZANIN!

AYLIK
13.000 TL'YE
VARAN
KİRA GARANTİSİ

EŞYALI
DEKORASYONLU
SÜİTLER

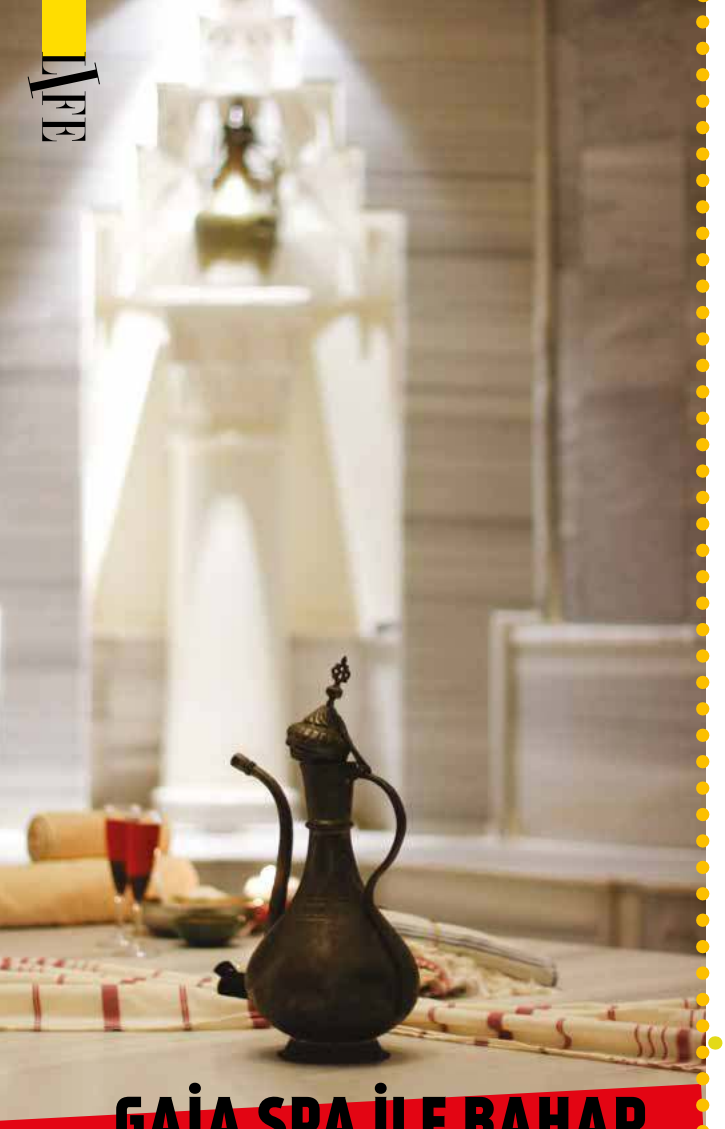
SINIRLI
SAYIDA



444 5 343

EGEYAPI

www.thesuperiorsuites.com



GAİA SPA İLE BAHAR TAZELİĞİ VE YAZA HAZIRLIK

Grand Hyatt Istanbul Gaia Spa, bahar canlılığını ve yazı, ışıltılı ve sağlıklı bir ciltle karşılamak isteyen misafirlerine birbirinden özel tazeleyici masajlarıyla yardımınıza koşuyor.

Grand Hyatt İstanbul içinde yer alan Gaia Spa, baharın enerjisiyle yenilenmek ve yazı karşılamak isteyen misafirlerine özel programlar sunuyor.

Doğu ile Batı'nın, yeni ile eskinin kendi içindeki zıtlığını lüks bir ihtişamla harmanlayan Gaia Spa, kıtaların kesiştiği verimli toprakların bereketini ve yüzyıllar öncesinden gelen banyo geleneğini modern spa ve hamam kavramları ile birleştiriyor.



MANDARIN ORIENTAL, BODRUM 2021 SEZONUNA HEYECAN VERİCİ YENİLİKLERLE MERHABA DİYOR

Bodrum Yarımadası'nın en büyüleyici koylarından Cennet Koyu'nda yer alan Mandarin Oriental, Bodrum, cezbedici yenilikleri ve sürprizleriyle 1 Nisan'da kapılarını açıyor. Havuzlu, yemyeşil bahçeli ve geniş teraslı odaları, tam donanımlı mutfaklarıyla ev konforunu aratmayan rezidans daireleri, barbekü köşelerine ve sonsuzluk havuzuna sahip, asırlık zeytin ve çam ağaçlarının arasında bulunan göz alıcı süit ve villalarıyla Ege kıyılarının vazgeçilmez tatil durağı, birbirinden farklı konaklama paketleriyle misafirlerine unutulmaz bir 2021 sezonu vadediyor.

MARCO TOMASETTA MONTBLANC KREATİF DİREKTÖRÜ OLDU



Montblanc'ın CEO'su Nicolas Baretzki, Marco Tomasetta'nın Montblanc Kreatif Direktörü olduğunu açıkladı.

Milano Instituto Europeo di Design mezunu Marco Tomasetta, deri eşyalar ve aksesuarlar konusunda zengin bir tecrübeye sahip. Kendisi, aralarında Prada, Chloé ve Louis Vuitton gibi isimlerin yer aldığı birçok ünlü moda markası için çalışmış ve son olarak Givenchy'de Erkek ve Kadın Deri Ürünler Kreatif Tasarım Direktörlüğü görevini yürüttü.

DÜNYAGÖZ İZMİR

MAYIS'TA ALSANCAK'TA

HİZMETİNİZDE!

444 4 469



Mimar Sinan Mah. Ali Çetinkaya Bulvarı. No: 79 Konak / İZMİR

Dünyagöz

DÜNYA
GÖRMEYE
DEĞER

SGK ve Özel Sağlık Sigortaları
kapsamında 7/24 hizmetinizdeyiz.



MİS KOKULU BİR MUTLULUK ANI...

Huile Prodigieuse® Florale'nin karşı konulmaz parıltısı ile tanışmamızın ve canlandırıcı kokusuyla mutluluğumuzu artırmasının ardından 2 yıl geçti.
Bu yıl NUXE, 2 yeni rüteli olan Prodigieux® Florale Parfüm ve Duş Jeliyle anında "Pembenin Mutluluğu" etkisi vadediyor ve bu kokuya olan bağımlılığımızı yoğunlaştırıyor.

Huile Prodigieuse® Florale'nin bağımlılık yaratacak, eau de parfüm olarak sunulan kokusu, sizi küçük pembe bir iyimserlik bulutunda kaybolmaya davet eden ve endişeleri geride bıraktıran muzip bir esans!



BALİ DEN GELEN 100 DOĞAL GÜZELLİK; SENSATİA BOTANİCALS ÜRÜNLERİ TÜRKİYE DE

Bilinçli tüketicilerin son yıllarda giderek daha çok tercih ettiği doğal ve egzotik ürünlerin en önemli merkezlerinden Bali'nin 20 yıllık deneyimli markası Sensatia Botanicals, artık Türkiye'de... Ünlü markanın cilt bakım ürünlerinden saç ve vücut ürünlerine kadar geniş ürün yelpazesiyle %100 bitkisel, doğal ve gezegen dostu kozmetik ürünleri, "temiz güzellik" arayan tüketicileri memnun edecek.

Sensatia Botanicals, paraben, sülfat, silicon, ftalat içermeyen tamamen doğal ürünleriyle dünyada "temiz güzellik" isteyen, cilt sağlığına önem veren, genç, sağlıklı ve bakımlı görünmeyi arzu eden duyarlı tüketiciler tarafından tercih ediliyor.






THE BODRUM EDITION 2021 YAZ SEZONUNA HAZIR

Türkiye'nin büyüleyici Turkuaz Kıyısında yer alan Ian Schrager'in Marriott International iş birliği ile açılan ve Türk yeme - içme dünyasına yenilikçi bir bakış açısı getiren The Bodrum EDITION, önümüzdeki sezon için yeni şef ve pop-up restoran işbirliklerini duyurdu.

Yaz mevsiminin en önemli duraklarından biri olan The Bodrum EDITION, 19 Nisan'da bölgede benzeri olmayan, özgün bir yeme - içme ve eğlence programıyla kapılarını yeniden açacak. Otelin tüm yeme-içme alanları otelde konaklayanların yanı sıra dışarıdan gelen misafirlere açık olacak. Otelin restoranları: Osman Sezener şefliğinde modern Ege ve Anadolu mutfağı ile "Kitchen Bodrum", ünlü şef Diego Muñoz'un imzasını taşıyan Peru ve Latin Amerika konseptli "BRAVA" ve Morena içerisine Asya Füzyon spesiyaliteleri ile pop-up olarak dahil olan "İnari Omakase" ile yeni sezonda farklı deneyimler sunacak.


TH
TODAY HEALTHY LIVING
is the day...
Yaza Bizimle Hazırlanın!
Beslenme Paketleri ve Diyetisyen Desteği ile
Sağlıklı Yaşamın Kapılarını Birlikte Aralayalım !
İletişim:+90 533 525 32 88
www.todayhealthyliving.com
todayhealthyliving



DUYGULARINIZI "DO IT YOURSELF" İLE YANSITIN

Annenizin ismini, unutulmaz bir tarihi, uğurlu sembolünüzü ya da en sevdiğiniz simgeyi takılarınıza taşıyabilirsiniz. En gözde mücevher markalarında So CHIC'in Do It Yourself Koleksiyonu ile kalbimizdeki yeri paha biçilemez olan annelerimize özel takılar tasarlayabilirsiniz. Renklendirin, hareketlendirin... Anneler Günü'nde duygunuzu yansıtacak en özel hediyeyi siz verin.

Modern ve zarif koleksiyonlarını takı tutkunlarıyla buluşturmaya devam eden So CHIC, "Do It Yourself" uygulamasıyla Anneler Günü hediyenizi kişiselleştirme seçeneği sunuyor. Uygulama ile tasarlamak istediğiniz takının kaplama ve taş rengini, zincirini, kalınlığını seçebilir, hatta seçtiğiniz harf ve sembolleri takınızda kullanabilirsiniz.



WATSONS TAN YENİ ORİENTAL EL VE VÜCUT KREM SERİSİ

Türkiye'nin sevilen kişisel bakım ve kozmetik zinciri Watsons, kendi markası Watsons ile yeni bir seriye daha imza attı. İki farklı el ve vücut kreminden oluşan yeni Watsons Oriental El & Vücut kremi serisi ile oryantal esintiyi cildinizde hissedin!

Birbirinden güzel kokuları ile Watsons Oriental el ve vücut kremleri, alkol ve paraben içermez.

Watsons Majesty El ve Vücut kremi: İçerdiği gliserin ve panthenol sayesinde cildinize ihtiyacı olan bakımı sağlar. Fresh ve Odunsu notalardaki oryantal kokusu ile gün boyu teninizden oryantal esintiler yayılır.

Watsons Royal El ve Vücut kremi: İçerdiği gliserin ve panthenol sayesinde cildinize ihtiyacı olan bakımı sağlar. Çiçeksi ve Tatlı notalardaki oryantal kokusu ile gün boyu teninizden oryantal esintiler yayılır.



REVOLUTİON İLE MAKYAJINIZA DAMGA VURUN

The Revolution 5D Lash Maskara ile kirpiklerinizi bir sonraki boyuta taşıyın. Revolution'ın en iddialı maskarası olan ve ezber bozan 5D Lash Maskara, tek bir dokunuşla anında uzunluk, kıvrıklık, belirginlik ve hacim elde etmenize yardımcı oluyor. Revolution 5D Lash Maskara, geliştirmesi iki yıldan fazla süren İtalyan imzalı birinci sınıf jet black formülasyonuyla kirpiklerinizde ekstrem uzatma sağlıyor. Ergonomik çift taraflı fiber teknolojili aplikatörü ile her bir kirpiğe ulaşıyor ve kirpiklerinizi belirginleştiriyor. Aynı zamanda zayıf kirpikleri güçlendirmek için içerdiği hyaluronik asit ile kirpiklerinize hacim kazandırıyor.


TANFER
HEALTH & AESTHETIC
Implant
Box Teknik
Bir Günde Diş Estetiği
Estetik ve Plastik Cerrahi
Ameliyatsız Estetik
Medikal Estetik
Bölgesel Zayıflama
Lazer Epilasyon
Ozon Tedavi
Vücut Bakımları
Masaj Hizmetleri
Fonksiyonel Tıp
Glutatyon
Saç, Sakal, Kaş Ekimi
Sağlıklı Yaşam Danışmanı
Tanfer Sağlık Grubu
Tanfer Hastanesi | Tanfer Klinik | Tanfer Health & Aesthetic
Levent Mah. Lilyum Sok. No:6 Levent/İstanbul
T : 444 9 826 (TAN)
WhatsApp : +90 533 703 1103
tanferhealth
tanferhealth
tanferhealth
tanferhealth
tanferhealth
tanfer.com.tr
info@tanfer.com.tr



EZGİ MOLA'DAN YAZA DAMGA VURACAK YEPYENİ BİR MARKA: EZOMOLA

Ezgi Mola'nın uzun zamandır üzerinde çalıştığı yeni giyim markası Ezomola, yazın ruhunu ve romantizmini yansıtan zamansız parçaları moda severlerle buluşturuyor. Sadece Boyner mağazaları ve boyner.com.tr'de satılacak Ezomola koleksiyonu rengarenk yaz renkleri ve sezonun en trend parçalarından oluşuyor…

Ezgi Mola'nın stilinden izler taşıyan Ezomola koleksiyonunda tiril tiril mini ve maxi boy elbiselerden karpuz kollu bluzlara, alt ve üst takımlardan birbirinden rahat şort ve pantolonlara birçok seçenek yer alıyor.



CLIP 4 VE GO 3 HOPARLÖRLERLE OLAĞANÜSTÜ SES DENEYİMİ YAŞAMAYA HAZIR MISIN?

Teknoloji alanında dünyanın en çok tercih edilen markalarından biri olan JBL'in Go 3 ve Clip 4 bluetooth hoparlörleri suya ve toza dayanıklılık özellikleriyle fark yaratıyor. Kompakt boyutlarıyla her yere rahatlıkla taşınabilen Go 3 ve Clip 4 Bluetooth hoparlörler yüksek ses ve güçlü bas teknolojisiyle müzikseverlerin vazgeçilmezi oluyor.

BILIANA DOLL PLAJ KÜLTÜRÜNÜ DEĞİŞTİRECEK YENİ KOLEKSİYONUNU SUNDU: PLAYA DA BILIANA

Biliana Doll, 2021 Koleksiyonu Plajda da Stilinden Ödün Vermeyen Özgür Ruhlu Ve Çarpıcı Kadınlar İçin Tasarlandı.



Biliana Doll 2021 plaj koleksiyonu, göz alıcı renkler, cesur kalıplar ve aksesuarlardan oluşuyor. Türkiye ile aynı anda Avrupada da satışa sunulan Biliana Doll koleksiyonunun tamamı feminenliğe yaptığı güçlü vurgularla yaz sezonunda güneşten daha fazla içimizi ısıtan bir koleksiyon haline geliyor.



YVES ROCHER
FRANCE

BİTKİSEL KOZMETİK LABORATUVARLARI

Yaşlanma karşıtı etkinin hem en iyisi hem en doğalı...

CİLDİ YENİLEME ÖZELLİĞİNE SAHİP
BİTKİ TOMURCUĞU NEKTARI*



CİLDİN ALT KATMANLARINDA
YAŞLANMANIN TÜM ETKİLERİYLE SAVAŞIR

CİLT YÜZEYİNDE PÜRÜZSÜZ
BİR GÖRÜNÜM SAĞLAR

1959'da kurulan Yves Rocher Bitkisel Kozmetik Laboratuvarları'ndan, yaşlanma karşıtı bakım serisi **Anti Age Global**.
Yaşlanmanın 8 etkisiyle savaşır; Kırışık karşıtı, Sıkılaştırıcı, Dolgunlaştırıcı, Ton eşitleyici, Aydınlatıcı, Canlandırıcı, Yenileyici, Güçlendirici.
%95 doğal içerik. Paraben ve Mineral Yağ içermez.

YVES ROCHER
ŞİMDİ
MOBİLDE

App Store
Google Play

#HemEtkiliHemDoğal

www.yvesrocher.com.tr /YvesRocherTurkiye



EAU THERMALE AVÈNE HYDRANCE SERİSİYLE CİLDİNİ NEMLENDİR!

Nemini kaybetmiş hassas ciltler için özel olarak geliştirilen Eau Thermale Avène Hydrance serisi, ciltte oluşan kuruluk ve rahatsızlık hissini azaltmaya, cildin nem dengesini korumaya ve kuruluk kaynaklı ince çizgilerin giderilmesine yardımcı olur.

Hassas ve karma ciltler için geliştirilen Hydrance UV Legere, UV ışınlarına karşı cildi korur ve içeriğindeki Avène Termal Su ile cildi yatıştırmaya yardımcı olur. Cildin doğal su rezervlerini yenileyerek cildi nemlendirmeye destek olurken su bazlı yapısı sayesinde cilt tarafından kolayca emilir.



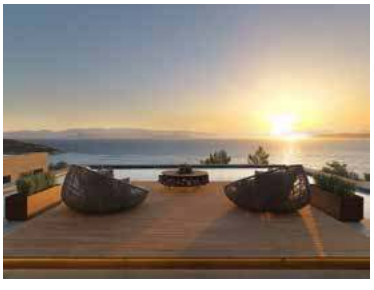
ANTRASİT VE YEŞİLİN HARMONİSİ İLE YATAK ODANIZI ESTETİK BİR MEKÂNA DÖNÜŞTÜRÜN

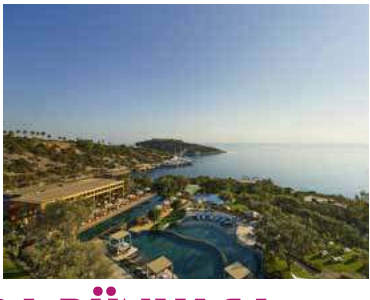
Geleneksel tasarım anlayışını, yenilikçi bir bakış açısıyla yorumlayan Divanev; modern çizgilere, antrasit ile yeşilin renk aurasına ve göz alıcı tasarım detaylarına sahip Greeny Yatak Odası ile hayalinizdeki dingin uyku atmosferini yaşam alanınıza taşıyor.

"İyi ve kaliteli bir ev yaşamı herkesin hakkı" fikrinden yola çıkan Divanev, yeşil ve antrasit renkli Greeny Yatak Odası ile huzur veren bir uyku alanından fazlasını vaat ediyor. Greeny Yatak Odası; altın renkli kulp tasarımına sahip, akordeon mekanizmalı altı kapaklı dolap dahil üç farklı ölçüde dolap alternatifi ile her mekâna uygun, zengin çözümler sunuyor.









MANDARIN ORIENTAL, BODRUM, 2021 SEZONUNDA DÜNYACA ÜNLÜ MODERN ET RESTORANI ATELIER DI CARNE BY DARIO CECCHINI Yİ BÜNYESİNE KATIYOR

Bodrum Yarımadası'nın en büyüleyici koylarından Cennet Koyu'nda yer alan Mandarin Oriental, Bodrum, her yaz olduğu gibi 2021 sezonunda da birbirinden özel mekanlarıyla fark yaratmaya devam ediyor. Açıldığı günden bu yana çok sayıda uluslararası gastronomi ödülüne layık görülen resort, modern et restoranı "Atelier Di Carne" by Dario Cecchini'yi bünyesine katarak misafirlerine dünyanın en leziz etlerini tattırmaya hazırlanıyor!

KE

Katerina

EKŞİOĞLU

Kavacık Mah. Elbistan Sok. Pekiz Plaza Apt. No.5 D.3 Beykoz / İstanbul
0 216 755 96 06
katerinamoda@ekbaholding.com



JUJU'NUN TAKILARIYLA GERDANLAR FORA

Takı alanındaki ustalığını fark yaratan tasarımlarıyla ortaya koyan JUJU, güneşin yüzümüze aksettirdiği, içimizin ısınmaya başladığı bu zamanlarda, gardıroplarda yerini alan v yaka parçalar ve dekoltelerin trendi üst üste kolyelerle modaya meydan okuyor.

Baştan çıkarıcı formları ve incelikli tasarımlarıyla alanında baş yapıt sunan JUJU, üst üste kolye trendinde de gösterişliliğini ortaya koyuyor. JUJU, stillerin favori tamamlayıcıları olan takı zevkini, kolyelerinde yarattığı uyumuyla cool ve özgür bir tarz sunuyor.
Üst üste kolye trendini bir üst seviyeye çıkaran JUJU; ince-kalın, uzun-kısa zincir veya özgün desenlerin yer aldığı kolye tasarımlarıyla kombinlerin en cesur tamamlayıcısı oluyor.



GASTRONOMİ DÜNYASINA YENİ BİR NEFES: POTS AND PENS AÇILDI

Mutfak ve yaratıcılığı aynı çatı altında buluşturan atölye merkezi Pots and Pens, Etiler Alkent'te açıldı. Atölye kavramını yenilikçi bir bakış açısıyla ele alarak küçük-büyük, kurum- birey herkesin keyif alabileceği bir kişisel gelişim ve öğrenme merkezi olan Pots and Pens, alışılagelmiş atölyelerin dışında; yaratıcı bir yaklaşımla, eğlenceli bir öğrenme deneyimi sunuyor.
Mutfak alanının yanı sıra keyifli salonlarında yaratıcı etkinliklerle eğlenceli atölyeler düzenleyen Pots and Pens, çevrim içi ve çevrim dışı seçenekleri ile kişi ve gruplara özel yaratıcı çözümler sunuyor. Çalışmalarının odağında oyun ve eğlencenin yer aldığı, farklı alanları bir araya getiren merkez, kurumların ve grupların ihtiyaçlarına seslenen özelleştirilmiş atölyelerinin yanı sıra yeni atölyeler ve farklı projeler geliştirmeyi amaçlıyor.

ARADIĞINIZ DESTEK, DYNAVİT COENZYME Q-10!



Eczacıbaşı İlaç Pazarlama'nın "Aradığın Destek" sloganıyla girdiği gıda takviyesi alanında tüketicileriyle buluşan Dynavit ailesinden Dynavit Coenzyme Q-10, çözücü bileşen olarak zeytinyağı içeren, koruyucu ve tatlandırıcı içermeyen; 100 mg ve 200 mg'lık iki ayrı formuyla günlük hayatın stresi, yoğunluğu ve koşturmacasında aradığınız desteği sunuyor.

Koenzim Q-10; ubikinon, ubikinol, vitamin Q olarak da bilinir. Vücuttaki her hücrede doğal olarak bulunan Koenzim Q-10 hücrelerin mitokondrilerinde depolanan bir antioksidandır ve enerji dönüşümü, hücresel solunum ve ATP üretimi için gereklidir.

ERMATLINE

"Lüks otomobilde kurumsal kimlik"



www.ermatline.com.tr / ermatline / ermatline / ermatline

doranistreklam.com



ORAL-B, MİGROS VE MAKE-A-WİSH TÜRKİYE DEN ÇOCUKLAR İÇİN ANLAMLI İŞBİRLİĞİ

Oral-B ve Migros, Make-A-Wish® Türkiye (Bir Dilek Tut Derneği) ile birlikte hayati tehlikesi olan hastalıklarla mücadele eden çocuklara yönelik önemli bir sosyal sorumluluk projesini hayata geçiriyor. 1 Paket=2 Gülüş projesi kapsamında 23 Nisan -15 Mayıs tarihleri arasında Migros Mağazalarından alınacak her Oral-B ürünü hayati tehlikesi olan hastalıklarla mücadele eden çocukların hayallerine dönüşecek.

HAMİLELİK İHTİMALİNE KARŞI EVDE TESTLE HIZLI VE DOĞRU SONUÇ

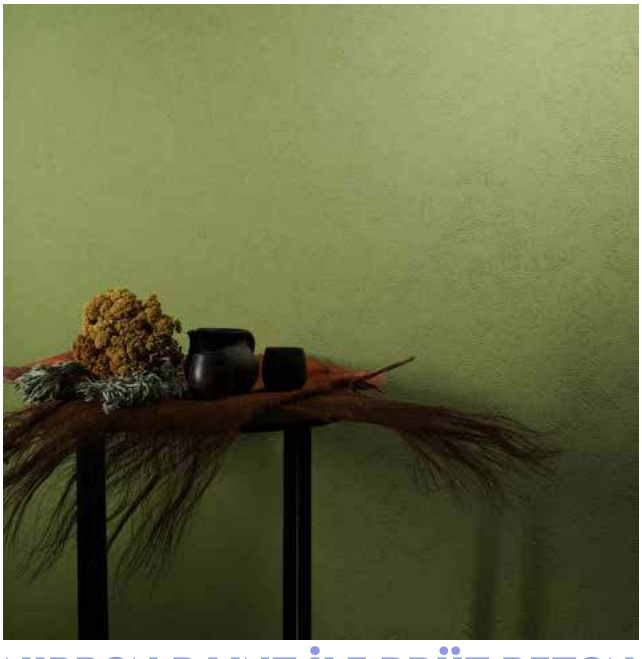


Hamileliğin adet görmemek, halsizlik, mide bulantısı, sık idrara çıkma, uyku isteği gibi birçok belirtisi bulunuyor. Bu belirtiler bazen başka nedenlerle de ortaya çıkabiliyor. Bu nedenle hamilelik ihtimali olan kadınlar, evde uygulanan gebelik testlerine başvuruyor. Bağımsız bir araştırma şirketinin yaptığı araştırmaya göre jinekologların en güvendiği marka olan Predictor, adet gecikmesinden 6 gün önce sonuç veren Predictor Early ve sadece 1 dakikada sonuç veren Predictor Express testleri %99'un üzerinde doğruluk oranına sahip.



RESTORAN DÜNYASININ DEVİ NOVİKOV GRUP, TÜRKİYE DE NOVİKOV RESTORANINI YENİDEN YALIKAVAK MARİNA DA AÇMAYA HAZIRLANIYOR

Novikov Grubu'nun Londra, Miami, Doha, Porte Cervo gibi dünyanın en önemli lokasyonlarından sonra ilk kez geçtiğimiz yaz Türkiye'ye gelen Novikov Bodrum, gördüğü büyük ilgi üzerine bu sezonda Yalıkavak Marina'da tekrar açılıyor.



NIPPON PAINT İLE BRÜT BETON ETKİSİNİ KEŞFEDİN!

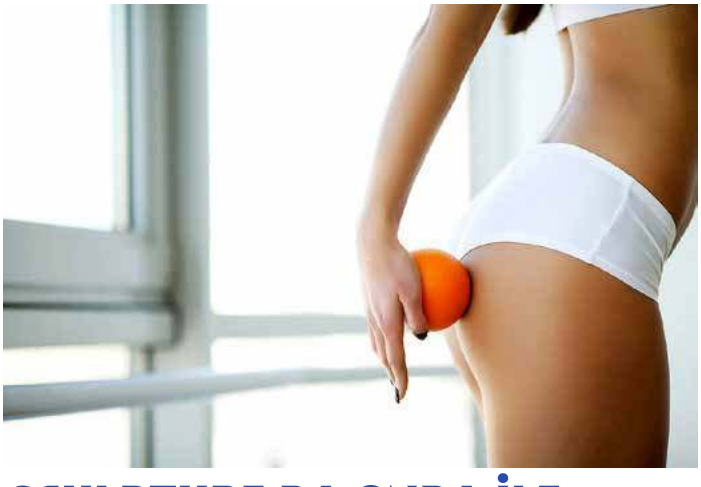
Yaşam alanları için modern dekorasyon trendlerinin izini sürenlerin yolu Nippon Paint ile kesişiyor. Alışılagelmiş kalıpların dışına çıkıp duvarlarında doğal ve estetik bir görünüm yakalamak isteyenler, Nippon Paint'in brüt beton görünümlü dekoratif kaplaması Conkratos'u tercih ediyor. Farklı desen alternatifleri bulunan ve üzeri istenen renge boyanabilen Conkratos ile yüzeylerde hayal gücünün sınırlarını zorlayan tasarımlara imza atılabiliyor.



YATAŞ GRUP TÜKETİCİ MEMNUNİYETİNİ İLKE EDİNEN FİRMA ÖDÜLÜNE LAYIK GÖRÜLDÜ

Yataş Grup, müşteri odaklı hizmet anlayışı, sunduğu hızlı destek ve çözümlerle Ticaret Bakanlığı tarafından düzenlenen 23. Tüketici Ödülleri'nde, "Tüketici Memnuniyetini İlke Edinen Firma" ödülünün sahibi oldu.

Ticaret Bakanlığı Tüketicinin Korunması Ve Piyasa Gözetimi Genel Müdürlüğü tarafından düzenlenen 23. Tüketici Ödülleri'nin kazananları açıklandı. Kalite, güven ve müşteri memnuniyetini kendine ilke edinen Yataş Grup, "2020 Yılı Tüketici Memnuniyetini İlke Edinen Firma" ödülünün sahibi oldu. 17 Mart Çarşamba günü düzenlenen törende ödülü Yataş Grup CEO'su Nuri Öztaşkın, Ticaret Bakanı Ruhsar Pekcan'ın elinden aldı.



SCULPTURE DA ONDA İLE TEK SEANSTA SELÜLİTLERE ELVEDA!

Türkiye'nin ilk ve en kapsamlı Medikal Spa'sı ve Estetik Kliniği olarak öne çıkan Sculpture, Türkiye'de ilklerin öncüsü olan kimliği, adeta bir heykeltıraşın incelikli estetik anlayışını yansıtan bakış açısı ve dünyanın en yenilikçi uygulamalarıyla alanında fark yaratmaya devam ediyor. 1990'lı yılların başında Güray Akar tarafından kurulan ve vücut şekillendirme, medikal estetik, estetik cerrahi, sağlıklı beslenme danışmanlığı alanlarında, kişiye özel hizmetler veren Sculpture, tek seansta dünyanın en hızlı selülit tedavisini sunan, 2. jenerasyon "Onda Coolwaves" ile istenilen vücut ölçülerine kavuşmayı sağlıyor.





SAPANCA DA YEŞİLİN İÇİNDE FARKLI BİR ROTA: UĞURLU DÜKKAN HOME VİLLALARI!

Yemyeşil doğası ve gölü ile büyükşehirlerde yaşayanların adeta kaçış noktası olan Sapanca'da yer alan Uğurlu Dükkan Home Villaları, pandemi döneminde kalabalıktan uzak tatil yapmak isteyenlerin ilgi odağı haline geldi. Her ikisi de müstakil bahçe içinde yer alan Uğurlu Dükkan Home Villaları; şıklığı ve konforu öncelik alan konseptiyle çocuklu aileler ile arkadaş gruplarının yanı sıra küçük eğitim grupları tarafından yoğun ilgi görüyor.



MEHRY MU DA TOPRAĞIN GÜNEŞLE DANSI BAŞLIYOR

İlkbahara veda ederken güneşin toprak ile buluşmasını kutlayan Mehry Mu, toprak tonlarının enerjisini tasarımlarına taşıyor.

Hikâye dolu tasarımları ile Türkiye'de ve dünyada büyük ilgi gören çanta markası Mehry Mu, güneşin toprakla buluşmasını kutluyor. Yazın kokusunu hisseden, toprak renklerinin enerjisiyle yepyeni ve özel modellerini bir araya getiren Mehry Mu, her tasarımında olduğu gibi doğanın özgürlüğünü de tasarımlarına yansıtıyor.

Evrene iyi enerjiler çağıran detayların yer aldığı tasarımlar, yazı zarifliğiyle karşılıyor.



ECCE, ANNELER GÜNÜ'NÜ "MUM" YAZILI TASARIMLARIYLA KUTLUYOR

Birbirinden özel zanaatkar pırlanta ve tasarımlara sahip koleksiyonlar sunan ECCE, en kıymetli varlıklarımız olan annelere özel kişiselleştirilmiş tasarımlar sunuyor.

ECCE, Anneler Günü'ne özel hazırladığı MUM yazılı tasarımlarıyla özel bir hediye alternatifi sunuyor. ECCE, kişiye özel tasarlanan Name Tag Koleksiyonu'na ait "MUM" yazılı kişiselleştirilmiş ürünleriyle; hem annelerin, hem de kızlarının kullanabileceği özel bir sürprize imza atıyor.



VEGAN VE EKOLOJİK HİJYEN ÜRÜNLERİ TERCİH ETMEK İÇİN 3 SEBEP

Vegan ve ekolojik hijyen ürünleri tercih etmek, dünyayı paylaştığımız hayvanların yaşam hakkına ve doğanın sürdürülebilirliğine katkı sağlıyor.

Temizlik ürünleri, içeriklerinden dolayı çevreciler ve hayvanseverlerin en hassas olduğu konuların başında geliyor. Özellikle bazı markaların ürünlerin test aşamalarında hayvanları kullanıyor olması, toplum tarafında ciddi hassasiyete sebep oluyor.



ÜNLÜ OYUNCU EDA ECE, BIODERMA SENSIBIO H2O NUN TÜRKİYE DEKİ İLK REKLAM YÜZÜ OLDU!

Bioderma Laboratuvarları tarafından dermatologlarla birlikte geliştirilen dünyanın ilk misel suyu "Sensibio H2O"nun reklam yüzü başarılı oyuncu Eda Ece oldu. 'Cildin için öncelik, hassas temizlik' diyen Bioderma tarafından en hassas ciltler dahil, tüm cilt tiplerinin kullanımına uygun olarak formüle edilen cilt temizleme suyu "Sensibio H2O" tanıtımlarında genç oyuncu yer alacak!

VAKKO DAN ŞEKER BAYRAMI NA ÖZEL VAKKO BAYRAM KOFRELERİ

Vakko bayram için özel olarak tasarlanan şık ve zarif kofre seçenekleri sunuyor. Vakko imzası taşıyan kofreler, bayramda sevdiklerinize özel bir hediye alternatifi olarak mağazalarda ve www.vakko.com adresinde Vakko Dostları ile buluşuyor.

Hediye denilince akla gelen ilk marka olan Vakko, şıklığın ve zerafetin buluştuğu Vakko Kofreleri ile bayrama özel hediye alternatifleri sunuyor. Vakko Dostları bu bayramda Vakko'nun seçkin, her bir detayı özenle düşünülmüş ve hazırlanmış tasarımlarıyla sevdiklerine onları hatırladıklarını ifade ediyor.









LACOSTE KLASİKLEŞEN CROC CREW EKİBİ KORTLARDAN SOKAĞA İNDİ

Markanın ikonik timsah logosundan aldığı ilhamla kurduğu Croc Crew ekibiyle tanıttığı Game Advance Luxe, performansı ve estetiği yükseltilmiş bir kort spor ayakkabısı. Kontrastlı deri yüzeylerden oluşan üst kısmı ve desenleri bir arada kullanan tasarımıyla modern ve minimal bir görünüm yaratan Game Advance Luxe, Lacoste'un 2021 sezonunda sunduğu en iddialı tasarımlar arasında yerini alıyor.

MY BESTIES



BURBERRY ULTIMATE LIFT MASCARA

Burberry kirpiklere gün boyu hacim, kıvırma ve uzunluk veren Burberry Ultimate Lift Mascara'ı sunar. Ayarlanabilir formül, kişisel cesur bir ifade stili olan doğal görünümlü hacimli kirpikler yaratır. Pürüzsüz ve hafif formül topaklanmayan özelliği ile arzu edilen düzeyde hacim sağlar. Mikro kıllardan oluşan yeni içbükey fırça, her bir kirpiği kolay bir şekilde kökten uca kavrayarak, kıvırır ve kaldırır.

FEMFRESH DIŞ GENİTAL BÖLGE DEODORANTI İLE BAHAR TAZELİĞİ 7/24 SİZİNLE!



Regl dönemlerinde ihtiyaç duyulan tazelik, havaların ısınmasıyla beraber terlemenin yarattığı rahatsızlık hissi ve olası koku değişiklikleri için 7/24 elinizin altında bir kurtarıcınız olduğunu biliyor muydunuz? Dış genital bölgenizde yaşadığınız kötü koku şikayetleriniz için harika bir çözümümüz var! Femfresh Dış Genital Bölge Deodorantı ile çok rahat edecek, kendinizi her daim ferah ve çiçek açmış hissedeceksiniz! Üstelik tam ve seyahat boyları ile her zaman yanınızda!



BALİ'DEN GELEN %100 DOĞAL GÜZELLİK; SENSATİA BOTANİCALS ÜRÜNLERİ TÜRKİYE'DE...

Bilinçli tüketicilerin son yıllarda giderek daha çok tercih ettiği doğal ve egzotik ürünlerin en önemli merkezlerinden Bali'nin 20 yıllık deneyimli markası Sensatia Botanicals, artık Türkiye'de... Ünlü markanın cilt bakım ürünlerinden saç ve vücut ürünlerine kadar geniş ürün yelpazesiyle %100 bitkisel, doğal ve gezegen dostu kozmetik ürünleri, "temiz güzellik" arayan tüketicileri memnun edecek.



Beste Paydaş Ertan
Güzellik-Stil-Yaşam Editörü
besteertan@peoplemag.com.tr



BABE İLE YAŞININ EN İYİSİ OL!

20 yılı aşkın süredir cilde sağlık katan ve daima bilgisini tecrübe ile harmanlayan Laboratorios Babe'nin yaş alma sürecini yenilikçi bir şekilde ele alan yepyeni HealthyAging+ Serisi ile cildinde harikalar yaratmaya hazır mısın?





C-FİRMA™ DAY SERUM

NE İÇİN FORMÜLE EDİLDİ Bu devrim niteliğindeki C vitamini serumu, daha parlak, daha sıkı ve daha pürüzsüz görünen bir teni ortaya çıkarmak için güçlü bir l-askorbik ve ferulik asit antioksidan kompleksi ile doludur. Kabak ferment özü ve sodyum hiyalüronik çapraz polimer ile yoğun bir şekilde formüle edilen C-Firma™ güçlü bir şekilde nemlendirdiği için yüzeydeki ölüderi hücrelerinin enzimatik olarak çözülmesine yardımcı olur. Sonuç, yerini inanılmaz parlaklık ve ışıldamaya bırakan gözle görülür derecede azalmış ışık hasarı ve yaşlanma görünümü.







YÜZÜNÜZDE GÜLLER AÇSIN

Nazik Isparta güllerinden doğan gülsha cilt bakım ailesine yeni bir üye katıldı, "Rose Kiss / Güllü Dudak Bakımı". Asırlardır kadınların vazgeçemediği bakım rutinlerinde yer alan gül mucizesi artık dudaklar ile buluşuyor.

LOVE NATURALLY VEGAN OJE SERİSİ!

%85 bitkisel bazlı içeriklerden oluşan %100 Vegan bir seri olan Love Naturally ilhanımı doğadan alan 6 rengi ile veganların ve vegan kozmetik ürünler tercih edenlerin vazgeçilmezi olacak.Hem de Vegan ürün kullanımında bir farkındalık yaratacak.

M. İMER ÖZER



"Başarmak" kelimesinin "çalışmaktan" ÖNCE GELDİĞİ TEK YER SÖZLÜKTÜR.

#bendenyazması

Sizi tanıyalım dediğimde; "Selda'nın kocası, Serra ve Yiğit'in babası, hikaye anlatmayı seven, okuma sevdalısı, artık yazmaya da gönül vermiş bir iş insanıdır bu İmer Özer denen adam" diyor.

Kitabın yayıncısından da İmer Özer hakkında daha ayrıntılı bilgi aldım.
"Kitabın yazarı İmer Özer kimya mühendisidir. Bakü'de kimya eğitimini Rusça dilinden almıştır. Pazarlama dalında yüksek lisans sahibidir. 2004 yılında ürün yöneticisi olarak katıldığı Koruma Temizlik A.Ş.'nin 2008'den bu yana genel müdürlüğü görevini sürdürmektedir. Onun yönetiminde Koruma Temizlik A.Ş. sabit rakamlarla 10 kat büyümüş, en hızlı büyüyen şirketler sıralamasında en üstlerde yer almıştır.

Serdar Erener'in kitap hakkında ki yorumu şu şekilde; Pazarlama gurularının çoğu, piyasada canı yanmamış tuzu kurulardır. Piyasa gerçekleriyle boğuşan ve başaranların çoğu ise işin teorisini kurmakla ilgilenmezler. İmer Özer, çok nadir rastlanan üçüncü bir gruptan. Yaparak öğrenmiş. Öğrendikçe başarmış. Sonra da başarısının teorisini kurmuş. Hepsini de çok genç bir yaşa sığdırmış. Onun T.U.H.A.F. adını verdiği metodoloji, benim otuz beş senede keşfettiğim doğruların samimi bir dille ele alınmış özeti gibi. Şapka çıkarırım.

İmer Özer, Koruma Temizlik şirketinin Genel Müdürü, Türkiye'de perakende ve hızlı tüketim ürünleri alanının etkili kuruluşu PLAT Özel Markalı Ürün Sanayici ve Tedarikçileri Derneğinin Yönetim Kurulu Başkanı, İKMİB İstanbul Kimyevi Maddeler ve Mamulleri İhracatçılar Birliği Başkan Yardımcısı, GEBZE Kimya Organize Bölgesi Eğitim, Araştırma ve Sağlık Vakfı Yönetim Kurulu Üyesidir.

İmer Özer, iş dünyasında "Kendini değil, işini ciddiye alır" diye bilinen bir yönetici. Yaşamında hep hızlı olacağının ipucunu henüz 9 aylık bir bebekken evlerinin önünde kurulan pazara, kapıyı açık bulup kaçarak vermiş. Aynı aceleciliği 7 yaşında o pazarda su satarak iş hayatına başlarken de gösterdiği biliniyor. Fark edilmek için farklılaşmak gerektiğini ve CRM'nin yani Müşteri İlişkileri Yönetimi'nin ne kadar önemli olduğunun ilk dersini de burada almış. Zaten ona göre, hayatta başarılı olmak için hep biraz "TUHAF" olmak gerekiyor. Pazardaki satıcıların hepsinin adını ve memleketlerini ezberlemiş; çünkü ona göre sadece "Buz gibi soğuk sudan içen" diye bağırmak yetmiyordu, isimleri ile seslenince dikkatleri daha çok üzerine çektiğini fark ettiğinde ismini öğrenmedik pazarcı bırakmadı. 10 yaşında garsonluk yapmaya başladığı Telsiz Sevenler Derneği'nde de hayatının geri kalanında da hep yaptığı işlerde olduğu gibi, fark edilmeye, fark yaratmaya ve en iyi olmaya odaklandı. Yaratıcı işlerin ve fikirlerin peşinde hızla koşarak ilerlediği iş yaşamında başarılı bir kariyer ortaya koydu. Binlerce insan tanıdı, gözlemledi, okudu, öğrendi ve öğrendiklerini paylaştı, paylaşmaya da devam ediyor.

Özellikle belirtmek isterim ki İmer Bey tanışmamızdan bugüne kadar, her daim son derece asil ve zarif bir kişiliktir. O'nu tanıdığım için kendimi çok şanslı hissediyorum. Kaleme aldığı kitabını ilk fırsatta, bir solukta okudum ve bende şok etkisi yarattı. Bir dil ancak bu kadar doğru kullanılabilir. Bilenler bilir kitap okumayı çok severim. Ama bu kitap gerçekten de adı gibi çok "TUHAF". İnsanın elinden bırakası dahi gelmiyor. Geri dönüp, tekrar tekrar okudum. Özellikle biz iş insanlarının resmen başucu kitabı olacak nitelikte, çok değerli. Zaten bunca tecrübeyi, bu derece doğru şekilde ancak o yaşanmışlıklara sahip biri yazabilir. En keyifli kısmı da ne biliyor musunuz? O kadar eğlenceli bir kitap ki hiç sıkılmadan okuyor, aksine her sayfadan ayrı bir keyif alıyorsunuz. Dijitalle birleşmesi de takdire şayan 10 üzerinden milyon puanımı sevgili İmer Beye yürekten gönderiyorum. Özellikle yeni nesil gençlere bu kitabı okumadan işe başlamamaları gerektiğini şiddetle belirtmek isterim. İmer bey, sizi ayakta alkışlıyor, buradan tekrar tebrik ediyor ve başarılarınızın devamını diliyip sizi okuyucularımızla baş başa bırakıyorum.

İnci Koparan



Hayatın her alanında fazladan bir kilometre daha giderseniz ***ORADA HİÇ KİMSENİN OLMADIĞINI GÖRECEKSİNİZ.*** *#bendenyazması*

İmer Özer'e soruyoruz: Neden Bakü? Neden Rusça kimya bölümü?

Samimi olmak gerekirse bizim üniversite giriş zamanımızda öyle çok hayalleri, hedefleri olan gençler yoktu. İlk tercihi tıp olan birinin, son tercihi inşaat mühensiliği olabiliyordu. Puanım neyi tutarsa onu olayım anlayışı ön plandaydı. Bende aldığım puana göre yurtdışı seçeneklerini düşünmüştüm. Bakü benim puanıma ve kimya okumaya uygundu. Ayrıca başka bir ülke ve Rusça ilgimi çekmişti; nasip oldu ve başarıyla bitti. Tekrar olsa aynısını düşünürüm.

Rusça öğrenmek çok zor olmadı mı?

Dünyanın Çince'den sonra en zor ikinci diliymiş. Başlangıçta evet biraz zordu ama başarmanın çalışmaktan önce geldiği tek yer sözlüktür. O yüzden ben de ciddi bir gayret gösterdim ve bundan dolayı da ayrı mutluyum.

Kitap yazma isteği nasıl oluştu? Nereden başladınız? Neden bu konuyu seçtiniz? Sektörde açık olduğunu mu düşünüyorsunuz?

Okumayı çok seven biriyim. Aslında çok okumak yazmak için de bir pratik oluyor. Uzun zamandır Türkiye'de pazarlama kavramının çok iyi anlaşılmadığını ve de çok iyi uygulanmadığını düşünüyordum. Yaklaşık 10 senedir işim gereği en birinci odağım pazarlama oldu. Dünyada yayınlanmış birçok pazarlama kitabını okudum, yetmedi; birçok eğitim aldım yetmedi, bu alanda yüksek lisans yaptım. İşin derinliklerine girince eksikleri çok daha net olarak anlamaya ve bunlara yorum yapmaya başladım. Çeşitli platformlardaki konuşmalarımda da hep bu konu özelinde açıklamalar yaptım. Canım ülkemde İngilizce terimlerle aşırı iç içe geçmiş bir pazarlama disiplini var. Benim başta itirazım buna oldu. Konuya burdan başladım. Çok okuduğumda bazı yazarların kitaplarını hap gibi yutuyor, bazılarının ise elimde resmen süründüğünü farkediyordum. İçimden, "bir gün yazarsam ben de hap gibi yazacağım" diyordum. Bu kitapta da bunu yapmaya çalıştım. Yaptığım her işte iddialı olmayı severim. Tanımayanlara itici gelebiliyor tabiki ama vasat olmaktansa, olmamayı tercih eden biriyim. Bu kitapla ilgili en büyük iddiam ise, en hızlı okuduğunuz

İmer Özer, iş dünyasında "Kendini değil, işini ciddiye alır" diye bilinen bir yönetici. Yaşamında hep hızlı olacağının ipucunu henüz 9 aylık bir bebekken evlerinin önünde kurulan pazara, kapıyı açık bulup kaçarak vermiş.



Biz tesadüflere inanırız ama
TESADÜFLER DEĞERLENDİRİLDİĞİNDE FIRSAT OLUR.

#bendenyazması

kitaplar listesine gireceğini düşünüyorum.

Kesinlikle en hızlı okuduğum hatta hemen bitmesini istemediğim halde hızlıca bitirdiğim ilk kitap diyebilirim. Net. O halde nelere tahammül edemezsiniz? Öğrenmek isterim.

Denemeden, emek vermeden, mücadele etmeden direkt "olmaz" anlayışına hiç tahammül yok diyebilirim.

Kesinlikle katılıyorum.

Sizce her şey kader mi? Yoksa emekle harcanan bir ömürde, kader gayretle değişebilir mi?

Benim çok sevdiğim ve hep kulladığım bir sözle başlayayım bu soruya; Kısmet her zaman hizmet bekler. Oturarak üreten tek canlı tavuktur onun da günümüzde gezeni makbul. O yüzden kaderci olmak yerine kaderimizi biraz da kendimiz yazdığımızı unutmayalım derim.

"PLAT" derneği nasıl oluştu? Dernekte ne gibi faaliyetler yapıyorsunuz? Derneğinizin amacı ne? Derneğin Türkiye açısından önemi nedir? Her şey "Telsiz Sevenler Derneği" ile mi başladı?

Telsiz Sevenler Derneği ile bende bir şey başladı diyebilmem için kendimi zorlarsam, ancak "Ne yapmamak lazım" onu Telsiz Sevenler Derneği'nde gördüm diyebilirim. Bu açıdan, benim yaşam deneyimimde, PLAT Derneği ile Telsiz Sevenler Derneği arasında ilişki kocaman bir sıfırdan ibarettir. Dediğim gibi birinde en fazla o da belki, "Telsiz Sevenler Derneğinde ne yapmamak" gerektiğini gördükten sonra PLAT'ta ne yapmak gerektiği konusunda duyarlı ve ilkeli davranmayı sindirmiş olmamı söyleyebilirim. Düşünebiliyor musunuz, kamu otoritesi derneklerde kumar oynanmasını yasaklıyor ama telsiz sevenlerin bir araya gelebileceğini ve dernek kurabileceğini hiç şerre yormuyor!

Aynı zamanda çok iyi bir eş ve baba olarak görünüyorsunuz dışardan bakınca bile bu çok net anlaşılıyor. Çocuklarınızın ileride meslek seçimine karışır mısınız? Ya da ne yönde ilerlemelerini istersiniz diye sorayım?

Eşim öğretmen. Ülkemizin gurur duyacağı bir eğitimci ve aynı şekilde harika bir anne. Ben de iyi bir baba olmaya özen gösteriyorum. Otorite yerine örnek olma, ufuk açma, içlerinden gelen ilgi alanlarını yaklaşmalarını sağlamak ve her ikisini de çocuk yerine değil, yetişkin insan yerine koyarak kendi yollarını kendilerinin çizebilecekleri yetkinliğini onlara kazandırmak üzere tavrımızı sürdürüyoruz. Hem anne-baba, hem can arkadaşları olmaya özen gösteriyoruz. Serra, sanat konusunda daha yetenekli re-

Bu kitapla ilgili en büyük iddiam ise, en hızlı okuduğunuz kitaplar listesine gireceğini düşünüyorum.


Senin cesaret edemeğin riskleri alanlar,
SENİN GELMEK İSTEDİĞİN YERLERE GELENLERDİR.
#bendenyazması







Gelecekte %1'lik dilimde olmak istiyorsan bugün %99'un YAPMAK İSTEMEDİĞİ ŞEYLERİ YAPMALISIN.
#bendenyazması

sim, müzik, dans onun olmassa olmazları. Yiğit daha spor odaklı ve analitik. Benim çocuklarımın ve bütün çocukların umdukları buldukları olsun inşallah.

İnşallah. Bu kadar tecrübeyi bu genç yaşa sığdırmak nasıl mümkün oldu?

Herkesten çok tecrübem olduğunu düşünmüyorum aslında, sadece beni ben yapan en büyük artım çok küçük yaşta ticaretle uğraşmaya başlamam oldu. İşletme bölümü bitiren gençler daha irsaliye fatura kesmemiş oluyor. Çalıştığım kahvede 10 yaşında kdv ve gelir vergisiyle uğraşıyordum. Bence sahaya erken inmek ve her aşamayı görmek, sindirmek beni bugünlere taşıdı diyebilirim.

"T.U.H.A.F." ismi de çok farklı gerçekten, henüz okumayanlar için bir de sizden dinleyebilir miyiz?

İnsan beyni tembel bir organdır ve birinci görevi bizi hayatta tutmaya çalışmaktır. O yüzden hep güvenli alanları seçeriz, herkesin yaptığını yapmak, herkesin gittiği yöne gitmek gibi.

Ama ben hep sürüden ayrılmayı seven ve isteyen biri oldum. Yaptığım işlerde de hep bu felsefeyi güdüyorum. Özetle tuhaf olmak iyidir. Unutmayın müşteri anladığını değil, fark ettiğini satın alır.

Sizin eklemek istediğiniz bir detay var mı?

Kitabımı okuma nezaketinde bulunan bütün okurlardan iki kelime de olsa yorumlarını bana iletmeleri en büyük ricam olur. Bana instagram adresimden ulaşabilirler.

Bu hayatta bazıları yapmak ister
Bazıları olmasını ister.
Bazıları da oldurur.
Umarım bütün okurlar, olduran olurlar.

Sevgiyle ve dostlukla



İnsan beyni tembel bir organdır ve birinci görevi bizi hayatta tutmaya çalışmaktır. O yüzden hep güvenli alanları seçeriz, herkesin yaptığını yapmak, herkesin gittiği yöne gitmek gibi.



RENGİN ÖRER ZARİFOĞLU

Fotoğraflar: Benay Şahin

Bu ay sizleri modern ve klasiği birleştirerek kendine özgün tasarımlarla en naif kumaşları, en detaylı işçiliği kullanarak, en kaliteli ve en hızlı teslimat konusunda esaslı bir anlayış içinde çalışmayı misyon edinmiş, her türlü ev tekstil ihtiyacınızı karşılayan, koşulsuz müşteri memnuniyeti ilkesi ile çalışan, 7'den 70'e her yaştan tüketiciye kişiye özel tasarlanarak sunan "RZdesignhome" markasının sahibi sevgili Rengin Örer Zarifoğlu ile tanıştırmak istedim. Başarılı, güzel ve en büyük destekçisi kızı Merve ile Rengin, beni ve ekibimi Çekmeköy'de ki evinde ağırladı. Hazırladığı sofra gerçekten çok şıktı. Son derece büyük emeklerle hazırlandığı belli olan peçeteler, servisler, sunumlar gerçekten şahaneydi. Markası ile yurt dışında da adından sıkça söz ettirmeyi başaran bu emeğin arkasında ki güçlü kadını sizlerde tanıyın istedim.

İnci Koparan



Markanı tanıyalım?

"RZdesinghome" modern ve klasiği birleştirerek kendine özgün tasarımlar ile en kaliteli ve en hızlı hizmeti sunma konusunda esaslı bir anlayış içerisinde çalışmayı misyon edinmiştir. Sofradan dekora, dantelden güpüre, aynı zamanda masa örtüleri, peçeteler, kokteyl peçeteleri, Amerikan servisler, ranırlar, nevresim ve pike takımları, yatak örtüleri, banyo setleri gibi her ürünün, koşulsuz müşteri memnuniyeti; ilkesi ile "RZdesinghome" her yaştaki tüketiciye ve onlara farklı bir olanağı kişiye özel olarak tasarlayıp sunmaktadır. Seçkin nakışlar ve danteller ile tasarlanıp üretilen ürünlerde en önemli esas, detay ve kalitedir. Vizyonumuz, kaliteden ve detaylardan ödün vermeden sizlere en kaliteli ürünleri sunabilmektir. Tasarımlarımızdaki temel unsur güzelliğin detaylarda gizli oluşudur.

Seni tanıyalım?

İşletme mezunuyum. Evliyim, bir kızım ve oğlum var. Oğlum Londra'da business management okuyor. Kızım Merve ise Özyeğin üniversitesinde işletme fakültesi son sınıf öğrencisi. Önce bir anneyim ve hayatımın her evresinde ailemi ön planda tuttum. Senelerini ve emeğini tekstile adamış, sanayici bir babanın kızıyım. Tekstil ile iç içe büyüdüm. Hayatımın her karesinde kumaşlar ve tekstil vardı. Davet vermeyi masa süslemeyi çok seviyorum dolayısı ile içimde her zaman ev tekstili ile ilgili bir iş yapma planı vardı. Tekstilin yanı sıra; 23 yıl eşim ve babam ile birlikte otomotiv sektöründe de hizmet verdik. Bundan 3 yıl önce, ev tekstiline ilgimin gittikçe artmaya başladığını fark ettim. Gezdiğim ülkelerde ilk önce aradığım şey ev tekstili ürünleriydi. Yurt içi ya da yurt dışı seyahatlerimde bile önce ev tekstili ürünlerinin satıldığı mağazaları ziyaret ederim. Bir anda karar verdim ve araştırmaya başladım. Ev tekstili fikrine kısa bir araştırma sonucunda karar verdim. Büyük bir azimle ve istekle, inanarak "RZdesinghome" markasını kurdum.

İş hayatına ne zaman başladın?

İş hayatının hep içindeydim. Farklı sektörlerde de olsa çalışmayı seviyorum. Aile işimiz olan otomotiv sektöründe eşim ve babam aktif olarak çalışıyordu. Ben de her zaman destek verdim. Çocuklarım büyüdü artık, kendime ayırabileceğim bolca vaktim kalmıştı ve hayallerimi gerçekleştirebilirdim. Tabii ki kararlıydım. İşe önce büyük bir araştırma sonucunda 2018 yılında büyük bir azim ve inançla, markamı "RZdesinghome"u kurdum. İçimdeki tekstil ruhu ile kumaşlarla iç içe olmayı ve desen seçimlerini hatta renk uyumunu ve her üretime giren ürünü heyecan ile beklemeyi çok seviyorum.

Amerikan servisler, ranırlar, nevresim ve pike takımları, yatak örtüleri, banyo setleri gibi her ürünün, koşulsuz müşteri memnuniyeti; ilkesi ile "RZdesinghome" her yaştaki tüketiciye ve onlara farklı bir olanağı kişiye özel olarak tasarlayıp sunmaktadır.



Bugün bu isteğimi gerçekleştirdiğim ve içimdeki ev tekstili arzusunu hayata geçirdiğim için çok mutluyum yenilikleri ve yaratıcılığı çok seviyorum. Aynı zamanda Türkiye'nin çeşitli illerinde el emeği olan kadınlarımıza istihdam sunabilmek beni çok mutlu ediyor. El yapımı, iğne oyaları, antika nakışlar, göz nuru ve el emeği ile dantel yapan hanımlara ,atölyede emeği geçen herkese ve işlerin başından sonuna kadar emeği geçen , ürünler i itina ve özen ile diken atölye arkadaşıma buradan teşekkür etmek istiyorum . Her işte olduğu gibi bizim işimizde ekip işi. Ekip ne kadar güçlü ve doğru olursa işiniz o kadar iyi olur.

Ev tekstli çok zevkli ama zorlandığın durumlar oluyor mu?

İşimden çok zevk alıyorum. Tabii ki zorlandığım durumlar oldu. En çok zorlandığım şey zaman. Bazen zaman yetmiyor. Her ne kadar planlı çalışsam da elde yapılan ürünlerin bekleme süreleri biraz daha uzun oluyor. Ama zorluklar beni daima ileriye taşıdı. Önemli olan zorlukları aşabilmek için özgüven, cesaret ve inanarak ilerleyebilmek.

Ürünlerinde neler var?

Tamamen Ev tekstiline yönelik çalışıyorum. Sofra tekstili, masa örtüsü, peçeteler, Amerikan servisler, ranırlar, kokteyl peçeteleri, çatal-bıçak kılıfları, yatak odası setleri, nevresim-pike takımları, yatak örtüsü, banyo setleri, el-baş havluları, banyo havlusu, bornoz banyo paspası-ayak paspası gibi aklınıza gelebilecek ürünleri nakış ya da dantel ve iğne oyaları ile tasarlayıp çalışıyorum.

Müşterilerin arasında yabancılar var mı? Müşteriler ürünleri nereden buluyor? Sana nasıl ulaşıyorlar?

Müşterilerimin büyük bir kısmı yurtdışı ağırlıklı. Bahrain, Qatar, Kuveyt, Sanfransisco, Losangeles gibi ülkeler ile çalışıyorum. İç piyasaya da sürekli ürün yapıyoruz. Müşterilerimiz bize web sitemizden, instagram, whatsapp ve e-mail adresimizden ulaşıyorlar. Sürekli site üzerinden reklam veriyoruz. Bu şekilde müşteriler bizim ile rahatça iletişime geçebiliyor. Reklam bu sektörde çok önemli

Tasarımlarını nelerden ilham alarak yapıyorsun?

Yeniliklere ve rekabete açık bir kişiliğim var. Sürekli araştırma içerisindeyim. En büyük ilham kaynağım tabii ki her koşulda yanımda olan ailem. Eşimin ve çocuklarımın desteği ile yaratıcı ruhum ve yeniliklere açık olmam. Aynı zamanda müşterilerimin memnuniyeti. Kokteyl peçeteleri, Amerikan servis ve peçetelerimize

Yeniliklere ve rekabete açık bir kişiliğim var. Sürekli araştırma içerisindeyim. En büyük ilham kaynağım tabii ki her koşulda yanımda olan ailem.



seçeceğimiz iğne oyalarımızın model ve renk konusunda, yılbaşı konsepti ürünlerimizde, tasarım planlama aşamasında kızım Merve'den büyük ölçüde destek alıyorum. Özellikle meyveli iğne oyalarımızın tasarımı kızıma ait. Onunla gurur duyuyorum.

En çok neyi seviyorlar? En çok satan ürünler neler?
Sofra tekstili çok fazla rağbet görüyor. Bilhassa Amerikan servisler, peçeteler ve kahve yanı sunumları, hele birde iğne oyası ise, çok tercih ediliyor. Nakış ile üretime aldığımız ürünler de çok satılıyor.

Misafir ağırlamak için masanın nasıl bir düzende olması gerekiyor? Sunumların şahane…
Canım çok teşekkür ederim. Öncelikle her davetimde çiçek düzenine ve renk uyumuna çok önem veriyorum Masanın konseptine göre çiçeklerin renk seçimini yapıyorum. Mumları da unutmayalım… Bana göre en önemli unsur tabak takımlarına göre uyumlu masa örtüsü, peçete ya da Amerikan servislerinin seçimidir. Aynı zamanda verilecek davetin içeriğine göre alternatif dekoru belirleyerek ahenkli bir sofra hazırlamak.

Masa hazırlarken sunumda olmazsa olmaz detaylar nedir?
Benim için özellikle peçeteler şık bir masanın olmazsa olmazı. Tabii çiçekleri de unutmayalım. Tabak takımlarına uygun konsept olmalı.

Masa hazırlarken kendi beğendiğin tarzın nedir? Şık mı? Spor mu?
Genelde tarzım klasik. Klasik ile moderni birleştirmeyi seviyorum. Spor sunumları da beğeniyorum ama klasikten vazgeçemiyorum. Şık ve sıra dışı sofraları tercih ederim.

Bahçe masalarında nelere dikkat etmek gerekir?
Bahçe masaları daha modern bir konsept olabilir ama kalite ve şıklıktan ödün vermeden doğadaki yeşili yansıtabilecek her rengi kullanabilirim. Önce tabak takımlarına ve mekana uygun, servis-peçete ya da masa örtüsü ve peçete belirlenmeli, o konsepte uygun kır çiçekleri olabilir. Tasarımını yaptığım her üründe hayal gücümü kullanıyor ve önce renk belirliyorum. Sonra sıra süsleme ve dekora geliyor. Mutlaka çiçek olmalı, çiçeksiz olmaz.

Merve'yi tanıyalım?
Özyeğin üniversitesi işletme fakültesi son sınıf öğrencisiyim. Okulum bittikten sonra Londra'da moda üzerine mastır yapmayı düşünüyorum. Modayı yakından takip ediyorum. Görsele önem veriyorum. Yaratıcı ve yeniliklere açık bir kişiliğim var. Bu sebeple anneme ürünlerin tasarım aşamasında destek vermekten çok keyif alıyorum. Yaratıcılık yönümü annemden aldığımı düşünüyorum. Aynı zamanda organizasyonlar planlamaktan ve hayata geçirmekten zevk alıyorum. Yenilikleri çok severim. Anne

Sofra tekstili çok fazla rağbet görüyor. Bilhassa Amerikan servisler, peçeteler ve kahve yanı sunumları, hele birde iğne oyası ise, çok tercih ediliyor.



















FZR DESIGN & HOME







min ürünleri ile çok şık ve güzel organizasyonlar yapmayı çok isterim. Küçüklüğümden beri moda ve sanatla iç içe büyüdüm. Bu sebeple geniş bir vizyona sahip olduğumu düşünüyorum. Aslında bir markanın yüzü olabilmek en büyük hayalim. Hedefim ise kardeşim Mert ile birlikte bir aile projesine imza atabilmek.

Ailece birlikte neler yapıyorsunuz?
Ailem her şeyim. Çocuklarım ve eşim her şeyden ön planda gelir. Onlar ile vakit geçirmek, sohbet etmek, aktivitelerde bulunmak benim için çok önemli ve değerli. Ailece müzikal, tiyatro gibi etkinlikleri birlikte izlemeyi çok severiz. Seyahat etmeyi, yeni yerler keşfetmeyi mutlaka planlarız. Birlikte doğa yürüyüşleri, özellikle hafta sonları yemek programlarını çok sık yaparız. Pandemi döneminde olduğumuz için bunları şu anda yapamıyoruz maalesef. Ailecek birlikte olduğumuz anlarda o saatleri en kaliteli şekilde geçirmeye özen gösteriyoruz.



Bir günün nasıl geçiyor?
Ben yoğun çalışıyorum. Bütün günüm işim ile ilgili sipariş ve tasarım planları ile geçiyor. Bazen kendime de vakit ayırmaya gayret ediyorum. Kendime ait kişisel aktivitelerimi ihmal etmiyorum. Hafta sonlarını aileme ayırmaya özen gösteriyorum. Çoğunlukla hafta sonu da evden çalışıyorum. Ürün siparişleri olabiliyor. Yani telefonum hiç durmuyor. İşimi çok seviyorum, mutluyum.



Spor yapıyor musun?
Yüzmeyi çok severim. Vakit bulabilsem yaz, kış yüzerim. Yürüyüşü çok severim. Doğa yürüyüşlerini özellikle tercih ediyorum.

Son olarak eklemek istediğin detay var mı?
İnciciğim, derginde bana da yer verdiğin için çok teşekkür ederim. Seni ve ekibini ağırlamak büyük keyifti.



Sevgili Demet Şener Küpeli bu ay ki kapak konuğumuz. Kendisi ile 2008 yılında sahibi olduğum "Womanlife" dergisinde röportaj yapmıştık. Yıllar sonra eski arkadaşımla tekrar buluşmanın heyecanını yaşıyorum. Çok keyifli bir röportaj daha yaptık. Demet o zamandan bu zamana bir gram değişmedi o kadar duru bir güzelliği var ki, maşallah demek en doğrusu sanırım. Birlikte yeni evliliğini, çocuklarını ve tabi ki tasarımları kendisine ait olan yeni markasını konuştuk.

İnci Koparan

DEMET ŞENER KÜPELİ

Fotoğraflar: Cengiz Dikbaş

Canım Demet'cim seninle en son 2008'de O zaman ki dergim, "Womanlife" için röportaj ve çekim yapmıştık. Yıllar içerinde bir çok değişti tabii ki, bu süreç zarfında Cenk Küpeli ile evlendin, nasıl tanıştınız?
Evet canım Cenk ile harika bir hayat kurduk. Huzurlu, mutlu, keyifli bir hayatımız var çok şükür. Ortak bir arkadaşımız aracılığıyla tanıştık ve bir kahve içtik, her şey bu buluşmadan sonra başladı. Sanki yıllardan beri tanışıyor gibiydik. İlk andan itibaren birbirimizin kaderi olduğunu anladık.

Evlenme kararı çok hızlı olmuş bu seni korkutmadı mı?
İkimiz de ilk aydan aslında evleneceğimizi biliyorduk. Bir hayat kurmak ve o hayatta beraber olmak en büyük isteğimizdi. Beraberliğimizin ilk zamanlarında akşamları birbirimizden ayrılıp evlerimize gitmek bize azap gibi geliyordu. Kendimizden emin olduğumuz İçin de hiç uzatmadan evlendik.

Nasıl evlenme teklifi aldın?
Özel olduğu İçin bu soruyu cevaplamıyorum.

Çocuklar bu fikre nasıl cevap verdiler? Eşinle çok iyi anlaşıyorlar gibi görünüyorlar.
Bir anne mutluysa çocukları da mutlu olur. Cenk'le ilk andan itibaren çok iyi anlaştılar ve tek emin oldukları şey Cenk'in annelerini mutlu ettiği ve onu el üstünde tuttuğu idi. Cenk'le aramızdaki ilişkiyi, sonrasında evlilik kararımızı, ilk önce çocuklarımla paylaştım. Oturacağımız evi onlarla birlikte seçtik. Yeni hayatımız onları da heyecanlandırdı.

Çok sevindim. Evlilik nasıl gidiyor?
Teşekkür ederim. Evlilik çok güzel gidiyor. Haziran ayında evliliğimizin 1.yılını kutlayacağız. Her şey tam da hayalimdeki gibi... Evimizde hepimiz çok mutlu ve huzurluyuz. Cenk'le hem birbirine aşık bir çiftiz, hem de çok iyi anlaşıyoruz. Her zaman birbirimize karşı saygılıyız ve çok eğleniyoruz.

En çok birlikte neler yaparsınız?
Pandemi döneminden önce çok sık seyahat ederdik. 2 gün de olsa baş başa bir yerlere giderdik. Doyasıya birbirimizi yaşayıp güzel enerjimizle evimize dönerdik. Burada olduğumuz zamanlarda da Cenk iş dışındaki

Evlilik çok güzel gidiyor. Haziran ayında evliliğimizin 1.yılını kutlayacağız. Her şey tam da hayalimdeki gibi... Evimizde hepimiz çok mutlu ve huzurluyuz. Cenk'le hem birbirine aşık bir çiftiz, hem de çok iyi anlaşıyoruz.

tüm vaktini bizimle geçirirdi. Beraber spor yapar, sahilde yürür, kahve içmeye giderdik. Her cuma sinema günümüz vardı. Arada yemeklere çıkar, evde çocuklarla vakit geçirirdik. Çocukları sevdikleri restoranlara götürür, onların antrenmanlarına giderdik. Birbirimize yeten bir çiftiz. Nadir de olsa dostlarımızla bir araya gelirdik.

Evlilikte sence en önemli unsur nedir?
Aşk, sevgi, saygı, anlayış ve aynı değer yargılarına sahip olabilmek.

Şimdi bu karantina günlerinde ailece neler yapıyorsunuz? Bir gününüz nasıl geçerdi? Şimdi nasıl geçiyor?
Cenk'le akşamları genelde evde olduğumuzdan aslında pek bir şey değişmedi. Çocuklar daha çok evdeler bu durumda, online eğitimleri ve antrenmanları var. Onun dışında İrem mutfakta kurabiye ve tatlı yapmayı çok seviyor. Ömer ve Cenk de futbol ya da basket oynuyorlar. Akşam yemeklerimizi hep beraber yeriz. Bazen film izliyoruz. Bahçede köpeklerimizi gezdiriyoruz. Kitap okuyoruz. Çocuklar derslerde iken biz de cenkle işlerimizle ilgileniyoruz. Sakin ve güzel bir hayatımız var.

3. çocuk düşünüyor musun?
Allah nasip ederse, evet istiyoruz.

Evde ne sporu yapıyorsunuz? Nasıl besleniyorsunuz?
Evde tüm vücudumuzu çalıştıran antrenmanlarımızı yapıyoruz. Ben kendi vücut ağırlığımla çalışıyorum, Cenk ağırlık kaldırıyor. Bazen sitede yürüyoruz. Bizim Cenk'le beslenmemiz çok düzenlidir Aynı sistemi koruyoruz. Ayda 1 bozma günlerimiz vardır o günlerde zararlı ne varsa yeriz. Diğer zamanlarda ben sağlıklı tatlılar yapıyorum.

Yoga nasıl gidiyor eğitmen olmayı düşünüyor musun?
Yoga 15 yıldır hayatımın bir parçası, geçen sene de 6 aylık yoğun bir eğitim sürecinden sonra eğitmenlik sertifikamı aldım. Şu anda eğitmenlik yapmayı düşünmüyorum ama ileride şık bir yoga stüdyosu açarsam işte o zaman dersler verebilirim.

Yoga 15 yıldır hayatımın bir parçası, geçen sene de 6 aylık yoğun bir eğitim sürecinden sonra eğitmenlik sertifikamı aldım. Şu anda eğitmenlik yapmayı düşünmüyorum ama ileride şık bir yoga stüdyosu açarsam işte o zaman dersler verebilirim.



Bence hemen açmalısın. Yeni bir marka kurdun biraz ondan bahsedelim mi? Nereden çıktı bu fikir?
25 yıllık modellik kariyerimin sonunda kendi markamı çıkarmak benim için büyük bir gurur. Mart ayının ortasında 8 aylık titiz bir çalışmanın ardından 2020 ilkbahar yaz koleksiyonumla tekstil sektörüne adım attım. Kendi alanlarında profesyonel bir ekiple, en ince ayrıntısına kadar ilgilendiğim markam daha çok yeni olmasına rağmen çok güzel geri dönüşler alıyorum. Yurtdışında bunun çok örneği var. Ülkemizde buna ben öncülük etmek istedim. Markalarla iş birliği yapan ünlüler var fakat benim markam bir girişimcilik örneği bunca yıldır modanın içinde biri olarak bilgi birikimimi kadınlara sunmak ve kalıcı bir marka olmak istiyorum. Markamla yurtdışında güzel başarılar elde etmek için de var gücümle çalışıyorum. Şimdiden sağladığım istihdam ve ekonomiye katkım da üreten bir kadın olarak beni çok mutlu ediyor.

Koleksiyonda ki tarz nasıl?
Ben koleksiyonumla güçlü, ayaklara yere sağlam basan, ne istediğini bilen, klasik giyinen ama fark yaratmak isteyen kadınlara hitap etmek istiyorum. Koleksiyonum da bu yönde olmasına özen gösterdim.

Markanın nerede satışı var? İleride AVM'lere girmeyi düşünüyor musun?
Markamı Nişantaşı showroom mağazamda ve kendi www.demetsener.com internet adresinde bulabilirler. Ayrıca Avm'lerle ilgili şu an görüşmelerimiz devam ediyor. Yakında sürprizlerim olacak.

Markanın diğerlerinden farkı nedir?
Bugünlerde artık bulmakta zorlandığımız klasik tarzı, kaliteli ve modern haliyle sunuyorum.

Tasarımları kim yapıyor?
Koleksiyonundaki tüm tasarımlar bana ait ama tabi ki çizim, kalıp ve kalite kontrol alanında bir ekibim var.

Artık yılda 4 koleksiyon çıkmaya başladı, sende bu kurala uyacak mısın? Yoksa stabil iki sezon mu çıkaracaksın?
Şimdilik ben yılda iki sezon çıkmayı uygun görüyorum.

Satışlar nasıl gidiyor? Bu süreçte çok etkilendin mi?
Online alışveriş tarafımız güçlü olduğu İçin biz bu süreci fırsata çevirdik. Birçok Avrupa ülkesi ve Amerika dahil olmak üzere markamız pek çok yere ulaşıyor. Yurtiçinde de hedefimizi kısa sürede geçmiş bulunuyoruz. Beğenilmek ve ürünüme olan talep beni daha da motive ediyor.

Gelecek projelerin neler?
Kadın giyim konusunda Türkiye'nin ilk 3 markasından biri olmak ve markamı yurtdışına ihraç etmek.

Bugünlerde artık bulmakta zorlandığımız klasik tarzı, kaliteli ve modern haliyle sunuyorum.



DEMET ŞENER KÜPELİ'NİN *Enleri*



En sevdiğin çanta markası? Celine

En sevdiğin ayakkabı markası? Gianvito rossi

En sevdiğin saat markası? Saat kullanmıyorum

En sevdiğin kurtarıcı kombin? Jean ceket

En sevdiğin dolabında olmazsa olmazın? Ceket

En sevdiğin Türk tasarımcı? Hepsine çok saygı duyuyorum, ayırım yapamam.

En sevdiğin yabancı tasarımcı?

Hedi Slimone (Celine markasının tasarımcısı)

En sevdiğin ressam? Ayrım yapmak istemem. Bir kaç kişi var.

En sevdiğin aksesuar markası? Van Cleef Arpels

En sevdiğin restoran? Cipriani

En sevdiğin yemek? Karnıyarık

En sevdiğin araba markası? Volvo (kendi arabam)

En sevdiğin alışveriş arkadaşı? Tek başıma alış veriş yaparım.

En sevdiğin seyahat noktası? Londra

En sevdiğin yazlık tatil bölgesi? Bodrum

En sevdiğin kışlık tatil bölgesi? Kışın sıcak yerlere gitmeyi severim

En sevdiğin kitap? Başucumda müzik

En sevdiğin müzik? Deep House

En sevdiğin film? The Usual Suspect (olağan şüpheliler)

En sevdiğin Netflix dizisi? Peaky Blinders



GAYE DONAY

Sanata olan düşkünlüğüm Gaye Donay'ın sahibi olduğu Maji Sanat Galerisini tanımamı sağladı. Tablo arayışında galerileri gezerken onun galerisine de uğraşmıştım. Müthiş tablolar satın almıştım. Özellikle Gina Nincovitch ve Sinem Demirci'nin bazı eserlerinin bende olmalarından dolayı son derece mutluyum. Onlara baktıkça adeta ruhum dinleniyor. Şahsen Gaye hanımın kendisini tanımam ise Milliyet Gazetesinden sevgili meslektaşım, değerli büyüğüm sevgili Atılay Kandemir sayesinde oldu. İyi ki de olmuş, buradan kendisine tekrar teşekkür ederim. Son derece naif, zarif, işinin ehli, başarılı, ayrıca çok çalışkan, zeki ve muhteşem iyi kalpli, bir dost kazanmama vesile oldu. Gaye hanımla sanat galerisini aratmayacak nitelikteki şık evinde, çok keyifli bir çekim ve röportaj gerçekleştirdik. Benay Şahin'in objektifine çok güzel pozlar verdi. G&Partner reklam ve danışmanlık ticaret A.Ş yönetim kurulu başkanı, İstanbul düşünce ve eğitim derneği başkanı, Maji art gallery kurucusu, Maji decorist kurucusu, Çev-çağdaş eğitim vakfı yönetim kurulu üyesi, Spastik çocuklar vakfı kurucu üyesi, KRT TV ''hayat sanattır'' program yapımcısı ve sunucusu, markalaşma proje danışmanı ve CHP 24. dönem milletvekili aday adayı olan bu çok yönlü kadını sizlerle baş başa bırakıyorum.

İnci Koparan

Fotoğraflar: Benay Şahin

Sizi tanımak istiyoruz? "Kendi Geçmişini bilmeyen kendini tanıyamaz ve anlayamaz dediniz!" Çok iddialı bir söz!

Kendi geçmişini arayan anlamaya çalışan bir insan olmak... Gücünü keşfetmeye çalışmak ve kendini sorgulamak bir insanın hayatının amacı olmalı. Öyle yakın tarih değil, en derinlere inmek… Yüzyıllar öncesinde kendinizi bulmak, kendiniz de olanlar ile yüzleşmek ve mükemmellik arayışının nedenlerini anlamak... İnsana farklı bir haz veriyor! Atalarım; tarihin gördüğü en büyük askeri ve siyasi dehalardan biri olan Timurlenk soyundan geliyor. Bildiğiniz gibi Osmanlı Padişahı Yıldırım Beyazıt'ı mağlup ederek Anadolu'ya sahip olmuş gerçek bir askeri deha. Timur için "yasanın şeriattan önce geldiği" söylenmekte. Bu bana anlamlı bir geçmiş algısıyla birlikte ayrı bir gurur veriyor. Timur; Semerkant yakını Şehr-i Sebz'e bağlı Hoca Ilgar köyünde dünyaya gelmiş. 8 Nisan 1336 (koç burcu) doğmuş. Bunu vurgulamakta fayda var. Ben de bu burcun özelliklerini tam anlamıyla taşıyorum. Siyasi bir deha olduğunu vurgulamıştım. Rakiplerinin rakiplerini destekler, çok değişik savaş taktikleri uygular. Savaş anında kendisine gelen elçilerin karşısında daha önce içtiği yaban domuzu kanını kusarak hasta ve ölmek üzere olduğu izlenimini bırakarak düşmanlarını kandırırmış. Fethetmek istediği ülkelerde önce istihbarat çalışması ve stratejik araştırmalar yaptırırmış. Bunları bilmek ne kazandırıyor diyeceksin… Geçmişin izinde kendimi tanımayı ve göçler, çok sonralarda ise soyumun bir kısmı 500 sene Selanik de Yalı boyunda yaşadıktan sonra, mübadele ile İstanbul'a gelmişler. Daha yakın tarihimiz ise yine asker kökenli olarak Topçu Mehmet Paşa ile devam ediyor… Bazen diyorum yaşam savaş taktiklerim, disiplin ve hükmetme duygularım niye bu kadar gelişmiş diye... Annemin büyük annesi Macide Hanım çok iyi Fransızca bilip özel dadılarla yetişmiş bir kişi olmasından dolayı, küçük yaşlarda annesini kaybeden annemi büyütürken ayrı bir şevkat ve özen göstermiş. Kıymetli annemin varlığıyla, geçmişimi en derinlerimde hissedip ona dokunabiliyorum. Kandilli Kız Lisesinden üstün başarı ile mezun olan annem kadar sorumluluk bilinci ve disiplini gelişmiş bir kişi görmedim, böyle bir insanın kızı olmaktan gurur duyuyorum. Sanıyorum İstanbul da Emniyet Müdürü olan dedemin de bu işte ciddi bir payı var. Baba tarafım ise tam tabiriyle 7 göbek, gerçek bir İstanbul ailesi. Babaannem o dönem de bugünün üniversitesine eş değer olan bir eğitim görmüş. Çağdaş ve gerçek bir İstanbul hanımefendisi. Tam bir Cumhuriyet kadını. Görgü kurallarının hasını bilen ve hakkını veren. Çocukluğumun çoğu babaannemin yanında geçti. Hayatın tüm değerlerini ve insanı anlamayı onun sayesinde öğrendim. Babam ve Amcam GS Lisesi mezunu. Ağır Ceza Profesörü olan amcam Süheyl Donay her zaman gururlandırmıştır beni. Babam ise sevgi ve aşkın peşinde koşmuş bir sanatsever. Güzel günlerdi, asil ve içtenlik dolu. Anlayacağınız üzere Semerkant, Selanik ve İstanbul benim şehirlerim...

Benim geçmişim ve geleceğim...

İçim ve dışım.

"MAJİ irade doğrultusunda değişiklik yaratmanın sanatı ve bilimidir. İnsanlığın en eski öğretisidir. Dinlerin, inançların ve sanatın kökeni MAJİ'dir."

Sizce bir insan yaşamı boyunca üzerinde kaç farklı katman taşıyabilir?

Açıkçası taşıyabildiği ve yakıştırabildiği kadar... Yeter ki bir önceki katman bir sonrakini aratmasın ve bu katmanlar üzerinizde sırıtmasın, üstünden akmasın.

G&Partner Reklam Danışmanlık A.Ş.'nin sahibi olarak iş insanı kimliğim... İstanbul Düşünce ve Eğitim Derneği Başkanı olarak sosyal sorumluluk bilinci arayışım, MAJİ Art Gallery kurucusu olarak sanata anlam ve değer katma isteğim, MAJİ Decorist ile dekorasyona karşı olan ilgim, keşfim ve yaratıcılığım, Çağdaş Eğitim Vakfı Yönetim kurulu üyeliğim ile eğitimin toplum üzerinde ki önemini sorgulayışım, Spastik Çocuklar Vakfı Kurucu Üyesi olarak insan değerini anlama çalışmalarım, "Hayat Sanattır" program yapımcılığı ve sunuculuğu ile sanatın toplum için ne kadar önemli olduğunu anlatma çabalarım katmanlarımdan bazıları. Elbette sağlam bir Atatürkçü ve Cumhuriyet kadını olarak istikrarlı duruşum…

Profesyonel iş hayatınız da kültür, sanat ve buna bağlı olarak dekorasyon sizin için neden bu kadar önemli?

Çünkü, Kültür ve Sanatsız bir dekorasyon asla düşünülemez. Kültür ve sanat bir insanın en önemli 2 temel taşını oluşturur. Bu iki olgu hayatınızda çok küçük yaşlardan beri oluşturulmamış ise profesyonel hayatınız da hep bir yanınız eksik kalacaktır. Dolayısıyla Kültür ve Sanat bizler için vazgeçilmez bir değer olgusudur. MAJİ Art Gallery de bu nedenle hayata geçirdim ve ülkemizin sanat ortamının gelişimine katkı sunmayı hedefledim. "Düşünülmemişi Düşünmek, Söylenmemişi Söylemek ve Yapılmamışı Yapmak" felsefesini de bu nedenle oluşturdum. Bu felsefeyi hayatımın her alanına sindirmeye özen gösteriyorum. MAJİ Art Gallery'nin en önemli argümanı sanata kattığı farklılık ve dürüstlüktür. Markayı kirletecek ve kullandıracak tercihler yapmaz. Daima doğru sanatçılar ile iletişim kurup çalışır. Sanatçıya hak ettiği değeri verip, onu koruyup ve kollamak benim için çok önemlidir. Arkamda bulunan 36 yıllık saygın iş tecrübem kurumsal kimliğe ve oryantasyona verdiğim önemin başlıca da desteğidir. Hiçbir siyasi oluşumun, kurumun veya kişinin desteğine ve varlığına ihtiyaç duymadım. Tek kabul ettiğim hedef ve iz Atatürk'ün Nutku ve asil varlığıdır. Bu bağlam da Kültür ve Sanat, onu görsel bir şölene dönüştürecek ve sanatsevere hayranlık uyandıracak özel bir sunumdan geçer. İş te bu sunumun adı da "Dekorasyon"dur. Çok küçük yaşlardan beri kültür ve sanatın içerisinde büyümenin avantajıyla, dekorasyonun da bir o kadar önemli olduğunu keşfettim. Sanatın değeriyle dekorasyonun görsel birlikteliğini oluşturmak benim için bir keyifli oyun haline geldi. Ve her ne kadar profesyonel iş hayatım farklı yönde ilerlese de ben daima sanat ve dekorasyonu kendim için bir rehabilitasyon ve dinlenme olarak gördüm. Ailem ve birçok yakın dostumun evini dekore ettim. Ancak bir şartım vardı, önce sanat eseri alınacak…

" Her uğraş bir aşkla başlar... Ve biz her işle yeni bir aşkın peşine düşeriz... Geçmişi geleceğe, düşleri surete dönüştürmekte ki sırrımız işte bu "tutkulu aşk" ta gizlidir...

Mobilya ve dekorasyonda tercih ettiğiniz bir kurum var mı?

Elbette var…Yapmış olduğum projeler de gerek yurt içi gerek yurt dışı ve özellikle de Türki Cumhuriyetler ile körfez ülkelerinden verimli ve olumlu geri dönüşler aldım. Bu projelerimi Luxury Line mobilya markası ile hayata geçiriyorum. Geçmişin çizgilerini, bugünün konfor ve estetik anlayışıyla harmanlayıp yeniden yorumlayan tasarımları var. Mesela onların da koleksiyonlarında sanatsal bir estetik dikkat çekiyor. Önümüzdeki dönemde Luxury Line markasıyla yeni iş birlikleri ve farklı projeler gerçekleştirmeyi planlıyoruz. İki taraf için de heyecan verici bir çalışma olacak. Dört farklı dilde yayın yapan Luxury.com.tr siteleri üzerinden dünyanın 70 farklı ülkesine lüks mobilya satışı gerçekleştiriyorlar. Saygın ve üretken bir kurum ile projeler üretmek, çalışmalarım da beni daha güvenli ve güçlü hissettiriyor.

Uzun yıllardır reklam ajansı sahibisiniz, sanıyorum çalışmalarınızda size çok faydası oldu?

Hem de nasıl… G&Partner Reklam ve Danışmanlık A.Ş. olarak çok özel ve kıymetli kurumlarla çalıştım. Çok değerli bir çevrem oldu. Tek sıkıntım yaşımdı…Takdir edersiniz ki bir 'marka' adeta bir evlattır kurum için ve size evlatlarını teslim ederler. Çok küçük yaşta kendi şirketimi kurmanın avantajını yaşarken, bir o kadar gençliğimin ve heyecanımın dezavantajı vardı. Çalışkanlığım, yaratıcılığım, dürüstlüğüm ve süratim ile birçok savaştan galip çıktım. Kendimi kabul ettirdim. Hemen hemen tüm sektörlerde ki kurumlara Kurumsak Kimlik – Oryantasyon - Tanıtım Kampanyaları ile tam hizmet anlayışıyla işler yaptım ve yapmaya devam ediyorum. Özellikle Belediyelerle çok özel projeler gerçekleştirdim. Belediyeciliği çok iyi bilirim ve en önemli arzum İstanbul'u bir kadın başkanın yönetmesi. Çünkü İstanbul dişi bir şehir ve onu ancak bizler anlar ve çözeriz. Hayatımda ki en büyük şansım ise, hep iyi bir ekip yaratmak oldu. Şirketler gurubumda ki tüm kurumlarımda; emek veren ekibim benim en büyük destekçilerim. Onlarsız bu kadar istikrarlı, cesur ve başarılı olamazdım.

Uluslararası boyutta gerçekleştirdiğiniz sosyal sorumluk projeleriniz var. Bunlardan iki tanesini bir anne ve kadın olarak bende yakından takip ediyorum. Detaylarını bizimle paylaşır mısınız?

Sosyal sorumluluk aslında insani bir görev ve yaşı olmayan bir konu. Bu durumu algılamak ve gerçekleştirmek ise bir farkındalık ve yaşam biçimi. Sosyal sorumluluk projelerimden biri "Çocuk Gelin Yoktur, Çocuk Tecavüzü Vardır!" diğeri ise "Kadına Yönelik Şiddete Dur De!"

Farkındalık yaratma ve süreklilik arz etmek kaydı ile oluşturduğum bu projeler dünyanın 64 ülkesinde gündem oluşturdu. Kadınların ve çocukların hayatın her alanında karşı karşıya kaldığı bu acımasız durumu, insanlığın devamlılığını sağlayan biz kadınların en vazgeçilmez görevi olarak görüyorum. Bu sebeple fikir sanatı olan karikatürü kendime özellikle araç edindim. Çünkü karikatür farkındalığı net bir şekilde veren çok önemli bir sanat dalıdır. Çalışmalarımız başarılı bir şekilde devam ediyor. Ödül töreni ve sergi MAJİ Art Gallery de yapılacak.

"İstanbul'un Taşı Toprağı Altın Değil Kültürdür" Diyorsunuz?... Bu nedenle İstanbul Düşünce ve Eğitim Derneğini kurdunuz!

Öncelikle İstanbul Düşünce ve Eğitim Derneğinin kuruluş amacını açıklamak ile başlayayım.

Kültüre, eğitime, ortak bir amaç için birlikte yaşam felsefesi oluşturulmasına, yerel kentli haklarına destek olacak saygın projeler üretmek için 25 Şubat 2011 tarihinde kurdum.

İstanbul'u düşünelim, hissedelim ve anlayalım diye…

Amacım ise İstanbullu olmanın ve İstanbul kültü

"Dur geçme hayat sen ne güzelsin..."





rünün gerçek anlamını topluma doğru şekilde anlatılmasını sağlamak. Bu bağlamda da İstanbul'un taşı toprağı altın değil, Kültür'dür diyorum. Her sivil toplum kuruluşlunun hayal ettiği bir dünya vardır.
Her sivil toplum kuruluşunun iyi yönde değişim yaratma amacı vardır. Bu hayaller ve değiştirme çabaları ile birlikte bizi biz yapan en önemli olgu sorumluluktur. Ben ve dernek üyelerimiz İstanbul'un kaderinden sorumlu tutuyoruz kendimizi.

İstanbul'un diğer dünya şehirlerden farklılığı sizce neresinde?
Tarihin 3000 yıllık görkemine ve insan kültürüne ait ilk izlere burada rastlandığına bakarsak çok sağlam bir başlangıç yapmış oluruz.
Çok tanrıcılıktan tek tanrıcılığa geçişin İstanbul da olgunlaşması bile başlı başına büyük bir farklılık. Ayrıca iki önemli kıtanın İstanbul boğazının varlığıyla buluşması, yalıların hikayeleriyle hayat bulması, birçok farklı kültürü katmanlarında uyutması, tarihin derinliklerini bu kadar yakından hissettirmesi zaten İstanbul'u diğer dünya şehirlerden fazlasıyla farklı kılmıyor mu?

İstanbul ruhu ve İstanbul'un estetiği Nasıldır?
İstanbul'un ruhunu kıyılardan esen rüzgârlar ve sular harekete geçirir. Acılar ve sevinçler burada hayat bulur... İhanet ve aşkın gözyaşlarıyla yıkanır İstanbul! Ruhunda işgaller, kutlamalar, fetihler, şölenler, savaşlar, isyanlar vardır! Değeri bilinmez bu asil ruhun… ancak herkes bu ruhun arayışı içindedir.
İstanbul estetiğine dar anlamda baktığımız da bir güzelliği görürüz. Geniş anlamda baktığımız da ise, yapılara sinmiş karakterini ve fiziki olarak, şehrin kişiliğini sağlayan klasikleşmiş değer yargılarını görürüz. Roma, Bizans, Osmanlı uygarlıkları önemli bir değer katmıştır İstanbul'a. Kent tüm tarihi ile bir bütündür. Bir desendir İstanbul. Bir örgüdür, kendi rengi, deseni ile birbirinin içine girer. İstanbul öyle bir şehirdir ki sanatçıyı, gözlemciyi ve toplumu daha ileriye götürerek daha fazlasını yapmaya zorlar. İşte İstanbul estetiği bu duygu üzerine kurulur.

Gerçek İstanbulluluk kriteri nasıldır? İstanbul insan olsa en önemli vasıfları ne olurdu?
Şehrin tarihini ve kültürünü bilen.
Tarihi dokusuna ve doğasına zarar vermeyen.
Saygılı-hoşgörülü. Şehri ruhu ve kimliği ile anlamaya çalışan. Uzun yıllardır İstanbul'da yaşayan bir aileye sahip olan kişileri gerçek İstanbulluluk kriteri olarak görebiliriz. Tevazuu, hoşgörü, karşılıksız sevmek ve sonsuzluk arayışı ise İstanbul'un en önemli vasıflarıdır.

Yaradana karşı inancınızı büyük bir aşk boyutunda söylediniz. Bunu biraz açar mısınız?
Her şeyi saran ve her şeyi muhafaza eden, seni de beni de korumaya almıyor mu? Altımız da sapasağlam bir toprak durmuyor mu? Yıldızlar, Ay ve Güneş gökyüzünde parlamıyor mu? İlişkilerde tüm varlığımız ve kalbimiz sevdiğimize akmıyor mu? İşte bu duygular ile doluysan, bu hislerle mutluysan, buna; gönül, aşk veya tanrı de. Bunun adı his.... Ve "O" his her şeydir.



GAYE DONAY'IN *Enleri*



En sevdiğiniz film:
The Green Mile ve Havana
En sevdiğiniz kitap:
Faust (Goethe)
En sevdiğiniz müzik:
Chris Botti – Emmanuel
En sevdiğiniz parfüm:
Hermes 24 Faubourg
En sevdiğiniz çanta markası:
Chanel Diamond
En sevdiğiniz ayakkabı:
Givenchy tüm modelleri
En sevdiğiniz saat:
Rolex ve Ice Cube
Dolabınızda ki en kurtarıcı kombin:
Siyah bol pantolon-gold kemer-yakasız gömlek
Dolapta olmazsa olmazınız:
Siyah Ceket
En beğendiğiniz Türk tasarımcı:
Erdem Moralıoğlu
En beğendiğin yabancı tasarımcı:
Alexander Mcqueen
En sevdiğiniz Türk ressam:
Alaettin Aksoy ve Marc Chagall
En sevdiğiniz aksesuar markası:
Graaft ve Piaget
En sevdiğiniz aksesuar tasarımcısı:
Joel Arthur Rosenthal ve Victoire De Castellane
En sevdiğin restoran:
Ulus29 – Sunset
En sevdiğin yemek:
Karnıyarık ve çerkez tavuğu
En sevdiğin araba markası:
Maserati
En sevdiğin alışveriş arkadaşın:
Kendim
En sevdiğin seyahat noktası:
İtalya – İngiltere – Yunanistan
En sevdiğin yazlık tatil bölgesi:
Capri ve Göcek
En sevdiğin kışlık tatil bölgesi:
Kitzbühel Avusturya



MEHMET & FİGEN BAZ

Fotoğraflar: Benay Şahin

Sevgili Figen-Mehmet Baz...
Her ikisi de muhteşem karakterler. İzmir'de böyle bir aile dostumuzun olmasından inanın son derece mutluluk duyuyorum. Sanata ve sanatçıya son derece önem veren bir aile...

Gerek hastanede, gerekse evlerinde her yer muhteşem sanat eseri tablolarla dolu... "Ama eserler camın arkasında değil, ya dokunurlarsa? Bozulursa?" Diye soruyorum, aldığım yanıt muhteşem... "İzmirliler sanata sahip çıkmasını çok iyi bilirler, yaptıkları en keyifli şey eserlerin önünde fotoğraf çekilmeleri ve bu bizim çok hoşumuza gidiyor" cevabı alıyorum. İzmir'de herkes sanata doysun diye kendilerine ait olan Ekol Sanat'ta 2 ayda bir mutlaka değerli bir sanatçının sergisi için lansman yapıyorlar.

Bunlar dışında her zaman o kadar naif ağırlarlar ki beni, inanılmazsınız gerçekten, insanın hayatta en çok istediği şey sizler gibi dostları olması, çok şanslıyım.

Siz de bu aileyi tıpkı benim gibi yakından tanıyın istedim ve sahip oldukları hastanede çok keyifli bir röportaj yaptık. Röportaja öncelikle Mehmet Bey ile başlayıp, Figen hanım ile devam ettik...

İnci Koparan


MEHMET BAZ

Sizi tanıyabilir miyiz?
İstanbul Üniversitesi, Cerrahpaşa Tıp Fakültesi mezunuyum. KBB ihtisası yaptım. Yakın zamanda işletme mastırımı 170 öğrenci arasından birincilikle bitirdim.

İstanbul'da neden kalmadınız?
Daha önce Artvin'in Narlık köyünde mecburi hizmet yaptım. Hatta bizim büyük oğlumuz orada doğdu. Ama İzmirlilere hizmet vermeye devam etmek istedim. Tüm ailem de İzmir'de, dolayısı ile burada kaldık. İstanbul'da şu an 4-5 adet işitme merkezimiz var. Ama hiç bir zaman İstanbul'da yaşamayı düşünmedim. Türkiye'de bizden başka KBB hastanesi yok. Bir kaç tıp merkezi var ama hastane olarak yok. Biz tekiz. Burayı 1997'de kurduk.

Çocukluk hayalinizde var mıydı böyle bir hastane?
Benim babam gırtlak kanserinden vefat etti. O zaman KBB konusunda hiç bir branş hastanesi yoktu. Bu konuda çok mağduriyet vardı. O zaman bende ihtisas olarak KBB'yi seçtim. Tabi ki asistanlığımda böyle bir hayalim oluştu. Sonrasında Hastaneyi kurduk. KBB şikayeti için gelen bir hastanın tüm detaylarına bakabilecek donanıma sahibiz.

İlk KBB olarak başladınız sonrasında diğer branşlara geçtiniz değil mi?
Evet. Talebin fazla olduğunu görünce, eksiklikleri görünce, büyümeye karar verdik. Özellikle bu bölgede çok eksiklik vardı. Gözle başladık, plastik cerrahi, genel cerrahi ekledik, derken birçok bölümle hizmet vermeye başladık. Ama KBB branşında toplam 15 KBB uzmanı, bunun 3'ü profesör,2'si doçent olarak bu alanda tekiz.

Anneniz 84 yaşında emekli bir öğretmen. Kendisini de sizi de çocuk yetiştirme konusunda tebrik ederim. Ben evlatlarınıza yakından tanıyorum. Her ikisi de son derece saygılı, nazik ve kibar... Babaanneye de sevgilerimi iletin lütfen. Konu çocuktan açılmışken, hayata dair tecrübelerinize dayanarak bana iki tane öğüt verin desem, ne söylemek isterdiniz?
"Evlat ayrımı yapmayın" yapıldığı takdirde bütün ailede ki denge sarsılır. Sonrasında mağdur olan çocukta isyana yol açar. Ben bunu etrafta çok gördüm. Asla yapmamaya çalışıyorum. Bir de "çocuklarınızı mutlaka en iyi şekilde eğitim desteği verin" "eğitim için hiç bir masraftan kaçınmayın" "dil öğrenmek en önemli şey" Ben yabancı dil konusunda istediğim gibi değilim. Eşme ortaokulu ve Manisa Lisesi'ni bitirdim. Yurt dışına gittiğimde tabi ki günlük yaşamı ve konferansları idare ediyorum ama benim dilim çocuklarım ki gibi olsaydı; çok daha farklı yerlerde olurdum.

Türkiye'de bizden başka KBB hastanesi yok. Bir kaç tıp merkezi var ama hastane olarak yok. Biz tekiz. Burayı 1997'de kurduk.

Torunlarınızla aranız nasıl? Junior Mehmet Baz ve Figen Arya ?
Torunlarım ailemizin en kıymetlileridir... Benim babam vefat ettiğinde 54 yaşındaydı. Çocukları çok görmedi. Ama hayret ederdim kayınpederime, çocuklarıma aşırı düşkündü. Demek ki torun, çocuktan daha önemli oluyormuş. Haklıymış. Torunlarımız, Figen'in de benimde yaşam sevincimizdir.

Ekol Sanat Galerisi'ni açmaya nasıl karar verdiniz?
Amacımız aslında galeri açmak değildi. Hastaneye gelen hastalarımızın yüzünde güzel bir tebessüm olsun istedik. Buraya gelen insanlar genellikle hüzünlü, gözlerinde acı olan insanlar. Onlara değişik bir bakış açısı getirmek. Kafalarını dağıtmalarını sağlamak istedik. Tabi ki kurum prestiji açısından da düşündük. Biliyorsunuz bu Avrupa'da da böyledir. Birçok sorunu halletmiş kurumlar sanat vasıtası ile kendi müşterileri ile hastaneler hastaları ile sanat vasıtası ile belli bir iletişim kurarlar. Biz de buraya gelen hastaların kendilerini daha iyi hissetmelerini istedik.

Çok da iyi bir şey yaptığımızın farkına vardık. Hatta örnek olduk ve birçok kurumda bizim gibi sanat galerileri açmaya başladı. Dünya Göz, Liv Hospital, Folkart, Türkerler Holding gibi birçok kurum sanata önem vermeye başladı. Hastanemiz müze gibi zaten, heykeller, yağlı boya tablolar. Zarar verilir diye, genelde bu tür kurumlarda yağlı boya tablolar pek asılmaz. Ama biz tablolarımızı İzmirlilerden ayırmak istemedik ki bu arada asla böyle bir zarar verme isteme, söz konusu değil. Tam tersi önünde fotoğraf çekiliyorlar. Hiçbir sıkıntı yaşamıyoruz.

Bugüne kadar Ekol Sanat'ta kimleri ağırladınız?
Bugüne kadar sanatsal organizasyonlarımızda Devrim Erbil, Mustafa Ata, Ergin İnan, Adnan Çoker gibi Türkiye'nin önde gelen sanatçılarını İzmir'de ağırladık. Halen daha ağırlamaya devam ediyoruz. 28 Eylül'de de Mercan Dede'yi ağırladık.

Sergiler konusunda heyecanınız ne durumda?
Biz sergilerimizde her zaman misafirlerimizi çok üst düzey ağırlıyoruz. Sanatçımıza gereken değeri veriyoruz. Kataloglarını bastırıyoruz. Duyurumunu yapıyoruz. Sergi kokteylini yapıyoruz. Yani kısaca galeri olarak hiçbir fedakarlıktan kaçınmıyoruz.

Harika. Sizin sanata yeteneğiniz var mı, çok merak ettim?
Var. Harika çöpten adam çizerim. Resim sanatını çok araştırdım. Özellikle Türk ressamları çok iyi bildiğimi düşünüyorum. Son zamanlarda Türk galericiliğinin duayenlerinden Galeri Baraz'ın "Türkiye'nin 100 önemli koleksiyoner" diye yayınladığı bir kitap var. Ömer Koç'dan, Ali Sabancı'ya işte o kitapta ben de varım.

En çok sevdiğiniz sanatçılar kimler?
Devrim Erbil, Mustafa Ata, Ahmet Güneştekin, Ergin İnan. Güzel bir resmi gördüğüm zaman hiçbir kuvvet, beni almaktan alıkoyamaz.

Amacımız aslında galeri açmak değildi. Hastaneye gelen hastalarımızın yüzünde güzel bir tebessüm olsun istedik. Buraya gelen insanlar genellikle hüzünlü, gözlerinde acı olan insanlar.

Koleksiyonunuzda kimler var?
Devrim Erbil, Mustafa Ata, Ergin İnan, Ahmet Güneştekin, Burhan Doğançay, Adnan Çoker resimleri, gençlerden Bahar Oganer ve Malik Bulut heykellerim var.

Keyifli de bir yatırım aslında sizin için.
Zaman zaman Figen hanımla bu konuda kavga etsek de bizce de o şekilde...

Arkanızda sayısız çerçeve görüyorum. Bunlar nedir?
Bunlar diplomam dışında benim bugüne kadar katıldığım kurslar ve kongreler. Çoğunu da asmıyorum artık yer de kalmadı.

Galeri ne kadar zamanda bir sergi açacak?
2 ayda bir yapacağız.

Estetiğe karşı mısınız?
Hayır. Hiç karşı değilim. Bende botox var. Kaşlarım çok çatıktı. 8 ay kadar oldu. Yakında yineleyeceğim. Daha güzel oluyorsanız. Kendinizi daha iyi hissediyorsanız. Neden olmasın? Yaptırmakta bir sakınca yok.

Eşinize karışır mısınız?
Gerek yoksa gerek yok derim. O zaten çok güzel. Ama istiyorsa tabi ki kendi bilir. O zaman da yanındayım. Her zaman desteklerim.

İstanbul'a hastane düşünüyor musunuz?
Şu anda duraklattık. İleride tekrar göz önüne alacağız.

Son olarak hastanenizde hangi branşlar var?
Özel Ekol Hastanesi'nin Hizmet verdiği branşlar:
Kulak Burun Boğaz Hastalıkları
Estetik ve Plastik Cerrahi
Genel Cerrahi
Beyin ve Sinir Cerrahisi
Gastroenteroloji
Üroloji
Dahiliye (iç hastalıkları)
Göz Hastalıkları
Ortopedi ve Travmatoloji
Endokrin ve Metabolik Hastalıkları
Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları
Nöroloji
Kardiyoloji
Göğüs Hastalıkları
Dermatoloji
Psikiyatri
Radyoloji
Girişimsel Radyoloji
Beslenme ve Diyet

Her eserin bizim bilmediğimiz bir hikayesi var. Sanat bu hikayeyi öğrenmekle başlıyor. Öğrenince de eserle sanatçı arasında ki bağı fark ediyorsunuz.



FİGEN BAZ

Siz doktor değilsiniz ama maaşallah doktor gibi her gün hastanenin başındasınız. Bir gününüz nasıl geçiyor?
Ben her gün sabah kalkarım, yürüyüşümü, kahvaltımı yaparım, işimin başına gelirim. Akşam da işimi bitirip giderim. Ben daha çok yönetim kısmıyla ilgileniyorum. Doktorlarımızın her şeyi ile kendi hekim olduğu için eşim ilgilenir.

Siz yönetimde neler yapıyorsunuz?
Aklınıza gelen her şey benden geçer. Kadın dokunuşu bence her detayda gerekiyor. Finans başta olmak üzere.

Siz sanat konusunda ne düşünüyorsunuz?
Sanat olarak İzmir'e bir şeyler katmış olabiliriz ama, aslında aile olarak kendimize çok şey kattığımızı düşünüyorum. Hem hastalarımız için hem kendi yaşantımız için...

Sanatçılardan bahsedersek?
Her eserin bizim bilmediğimiz bir hikayesi var. Sanat bu hikayeyi öğrenmekle başlıyor. Öğrenince de eserle sanatçı arasında ki bağı fark ediyorsunuz. Bu muhteşem bir duygu. Çok daha anlamlı olmaya başlıyor. Sanatı anlamak için, zamanını ve yöntemini bilmek gerekir. Görsel anlamda değerlendirdiğim bir eseri şimdilerde sanat ve sanatçıyla birleştirip emeğinin karşılığını gördüğümde ki hikaye beni inanılmaz büyülüyor. Manevi anlamda zenginleştiğimi hissediyorum. Bu duygu gerçekten çok keyifli. Bana çok ciddi şeyler kattığını düşünüyorum.

Devrim Erbil'in son aldığınız tablosunu siz mi beğendiniz, Hocam mı hediye etti?
Ben beğendim. Gördüm ve aşık oldum. Bu bambaşka bir durum.



Benim gibi Ergin İnan hayranısınız.
Bütün sanatçılarımızı çok seviyoruz. Biz çalışan insanlarız. Ama işimizin içinde çalışırken böyle bir değer olması, bizi gerçekten çok mutlu ediyor. Ayrıca doktor beyin bu sanat sevdasını bana aşılaması ve tanıtmasından dolayı çok mutluyum. Doktor bey sanat merakına başlamasaydı, benim bunu keşfetmem çok zaman alabilirdi. Ben hayatta her şeyi onunla keşfetmeye alışkınım. 17 yaşındaydım evlendiğimizde...

Muhteşem bir ilişkiniz var. Bayılıyorum size. O halde contemporary'ye dönelim. Bu sene nasıl geçti. Bir değişiklik var mıydı sizce? Bu sene sizi nasıl etkiledi.
Bir at heykeli vardı. Resmen büyüledi. Ayrıca bu sene çok daha fazla düzenliydi. Gezerken çok keyif aldım. Bu emekler görülmeye değer. Çok büyük emeklerle ortaya çıkıyor. Üretmek dünyanın en zor şeyi; ki onun sizin beğeninize sunmak daha ayrı bir zorluk.

İnci Aksoy'la iyi bir dostluğunuz var. EKAVART Galeri ile çalışıyorsunuz.
Evet çalışmalarımız var. İnci hanım çok değerli bir insan. Sanat ve sanatçının değerini bilen biri, onunla tanışmaktan ve birlikte olmaktan dolayı son derece mutluyum. Bana sanatın ve sanatçının değerini öğreten ikinci kişidir. Allah'a şükürler olsun ben çok şanslı bir kadınım. Hayatımda ki her şey için ayrı ayrı şükran duyuyorum.

Harika bir evliliğiniz var. Neye bağlıyorsunuz bu mutluluğu?
Evet. Eşime çok aşığım. Bazı şeyleri gerçekten istemek gerekiyor. Her şeyi görmemek lazım. Benim evimde de 3 maymun var. Her şeyi, duymak, görmek, konuşmak olmaz. Eşim benim hayatıma gelen en engin değerlerin başında, ayaklı ansiklopedi, ben her şeyi ondan öğrendim. Öncelikle saygım sonsuz, sonrasında ise sevgim. Ona çok hayranım.



Çok güzel yürekli bir insandır. Çok iyi bir baba ve eştir. Böyle insanlar kalmadı artık.

EKOL Hastanesi olarak bir basılı mecraya neden ihtiyaç duydunuz?
Ben zaten "EKOL" dergisini çok önceden bu dergiyi çıkarmıştım. Ancak birtakım ihmaller oldu. Şimdi yaptıklarımız duyurmak, kendi aramızda iletişimimizi sağlamak, İzmir ve İzmir dışında konseptleri, sanat etkinliklerini, branş hekimlerimizin neler yaptıklarını, cerrahide ki yeni gelişmeleri, teknikleri, hastalarımızın isteklerini duyurmak gibi birçok detayı bu dergide paylaşıyor olacağız.

Kültürel etkinliklerimizden biri de bu, zaten her şey sanatla başladı, büyüyüp, kollara ayrılarak devam ediyor.

Dergi nerelerde olacak?
Biz satmıyoruz. Ücretsiz dağıtacağız. Hastanenin dışında dağıtılacak yerler çoğunlukla, bizde tedavisini almış olan hastalarımızı, hastanemize yeni gelen hastalarımızı, dışarıda ki hastalarımızı ve doktorlarımızı, bilgilendirme amaçlı bir dergi, neler yeni çıkmış, hastanemizde ve sanat galerimizde neler olacak vs gibi bilgiler olacak. Ailesi, eşi, dostluyla paylaşacak. Kulaktan kulağa yayılacak haberler olacak. Reklam açısından da ticari amaçla yaptığımız hiçbir beklentimiz yok. Ama illa ki dergide olmak isteyen, kendini bize ve bizim hastalarımıza tanıtmak isteyen marka olursa, tabi ki memnuniyetle, konumlayabiliriz.







FİGEN BAZ'IN *Enleri*

En sevdiğiniz film?
"Alyazmalım"
En sevdiğiniz kitap?
"Kızım Olmadan Asla" çok etkilemişti
En sevdiğiniz müzik?
Türk müziğinin Sanat Müziği, Pop, Arabesk her türünü seviyorum.
En sevdiğiniz parfüm?
Narciso Rodriques
En sevdiğiniz çanta markası?
Kullanımı rahat her marka
En sevdiğiniz ayakkabı markası?
Kullanımı rahat her marka
En sevdiğiniz saat markası?
Yıllardır kullandığım hediye edilen Rolex
En beğendiğiniz kurtarıcı kombin?
Siyah /Beyaz kombinler her daim kurtarıcıdır .
En beğendiğiniz Türk tasarımcı?
Ertan Kayıtken
En beğendiğiniz yabancı tasarımcı?
Öyle çok takip ettiğim bir tasarımcı olmadı.
En beğendiğiniz Türk ressam?
Devrim Erbil , Adnan Çoker, Nuri İyem , Fikret Otyam, Neşe Erdok, Burhan Doğançay
En beğendiğiniz yabancı ressam?
Pablo Picasso, Salvador Dali, Frida Kahlo, Leonardo Da Vinci, Vincent Van Gogh, Claude Monet, Gustav Klimt
Dolapta olmazsa olmaz parçalarınız?
Siyah elbise, Pantolon-ceket takım
En sevdiğiniz tatil bölgesi?
Ege, Akdeniz fark etmez hep farklı yerleri gezmeyi severim
En sevdiğiniz alışveriş arkadaşınız?
Benim iki oğlum, iki gelinim (kızlarım) ve iki torumum var. Kızlarım ve Torunlarım ile alışveriş yapmayı seviyorum.
En sevdiğiniz yazlık tatil bölgesi?
Çeşme



EMİN HİTAY

Fotoğraflar: Benay Şahin

Sevgili Emin Hitay'la ilk şirketinin kuruluşunun 40. Yılında çok özel bir çekim ve röportaj gerçekleştirdik. Bizi Hitay Holding binasında ağırladı. Benay Şahin'in objektifine şahane pozlar verdi. Çekimler son derece keyifli oldu. Röportaja geçtiğimizde ise O anlattıkça hayat film şeridi gibi gözümün önünden geçti. Bebek'te ki dillere destan muhteşem yalısını sattı, hayatını küçülmeye karar verdiğinden bahsetti. Gerçekten çok eğlenceli, sosyal hayatı yoğun olan, son derece akıllı, müthiş bir koleksiyoner, iyi ve çok başarılı bir iş adamı, o kadar keyifli sohbeti var ki zaman nasıl geçti anlamıyorsunuz. Sonrasında oğlu Kerim'de bize katılınca ortaya çok keyifli saatler çıktı. Kerim'de tıpkı babası gibi çok mütevazı ve zarif. Tabii Kerim'i de bulmuşken bir kaç soru sormadan olmazdı. Kısaca Emin Hitay'dan öğrenilecek çok şey var, diyor. Beni kırmadığı için bir kez daha teşekkür ediyor ve sizi bu harika iş adamı ile baş başa bırakıyorum.

İnci Koparan

Bundan 40 yıl önceki Emin Hitay'a baktığımızda, 22 yaşında ilk şirketini kuran genç bir adam görüyoruz… Her şey nasıl başladı?

Kabataş Erkek Lisesinden sonra, Ege Üniversitesi İşletme Fakültesi'ni bitirdim. Üniversitede okurken Ege Üniversitesi Hesap Bilimleri Enstitüsü'nde sistem operatörü olarak üç sene devlet memurluğu yaptım. O zaman ana bilgisayarlar vardı. Okul bitince İstanbul'a döndüm. Bir sene bilgisayar programcısı olarak çalıştım. Ardından 22 yaşında, tekstil sektöründeki ilk şirketimi kurdum.

Hitay Holding bünyesinde şu anda kaç şirket var?

Şu an dört şirket var. Teknoser, DORinsight, Exim ve Bilyoner

Bilyoner, iddia oyunlarının oynatıldığı bir platform değil mi?

Online spor şans oyunları oynatıyoruz. Milli Piyango'nun yasal ve ilk bayisiyiz.

Yeni yatırım yapacağınız alanı nasıl seçiyorsunuz? Mesela spor şans oyunlarına yatırım yapma fikri nasıl doğdu?

Genel olarak söylüyorum; dünya bir fırsatlar cennetidir. Görmeyi bilmek lazım. İş fikirleri ihtiyaçtan da doğabilir, önünüze fırsatları değerlendirerek de doğabilir.

Çukurova Holding'le iddaa işini görüşüyorduk. Mehmet Emin Karamehmet bu fikri Turkcell ile birlikte yapmamızı önerdi. Biz de Turkcell ile 2002 yılında İnteltek, ardından da 2004'te Bilyoner'i kurduk.

Daha çok teknoloji yatırımlarıyla tanınan birisiniz… İş hayatınız bilişim sektörüyle başlamış ama ilk girişiminiz bambaşka bir yönde olmuş.

O zamanlar bilişim sektöründe sadece ana bilgisayarlar vardı. Bugün bildiğimiz anlamdaki PC'lerin en basit versiyonlarının çıkması için bile 1-2 sene geçmesi gerekiyordu. Şirketlerde bilgisayarlar yoktu. Evet, sektörün önü açıktı ama o dönemde istihdam olanakları çok sınırlıydı. Dolayısıyla başka bir seçim yapmam gerekiyordu.

Bu tercihin temelinde, para kazanma motivasyonunuz olduğunu düşünüyorum… Doğru mudur?

Tabii ki para kazanmak çok önemli. Nasıl bir hayat yaşayacağınızın kalitesini, ayakta durabilmenizi sağlıyor. İdeallerinizin peşinden koşabilmeniz için önce belirli bir sermaye oluşturmanız gerekiyor. Sonrasında daha fazla büyümek, farklı işler yapmak, daha iyisi olmak için fırsat yakalayabiliyorsunuz.

Belli bir sermaye gücünü elde ettikten sonra amacınız değişti mi?

Doğrusunu isterseniz, amacınız değişmez. Hedefleriniz büyür.

Online spor şans oyunları oynatıyoruz. Milli Piyango'nun yasal ve ilk bayisiyiz.

Biraz hobilerden ve kişisel zevklerden bahsedelim… Ne zaman sanata ve kişisel zevklerinize yatırım yapmaya başladınız?

İlk sanat eserimi 1986'da aldım. Bedri Baykam'ın AKM'deki bir sergisini gezerken 2 tablo satın almıştım. Amacım en başta, sanata yatırım yapmak veya bir koleksiyon oluşturmak değildi. Sanatı takip etmenin, zamanla benim için gündelik hayatın stresinden uzaklaştığım, rahatladığım bir alan olduğunu keşfettim.

Koleksiyonuzda kaç parça eser var?
300 civarı eser var.

Yurt dışındaki sanat etkinliklerini takip etmek için zaman ayırabiliyor musunuz?

Özellikle takip ettiğim birkaç fuar var. Art Basel, Venedik Bienali gibi… Sanat dünyasının trendlerinin sergilendiği, çağdaş sanatın nabzının attığı yerler. Bunun dışında sergileri takip etmek, zamanlamayı yakalamak açısından zor. Ama bir seyahatteysem, çevredeki galerileri takip etmeye çalışıyorum.

Türkiye'de sanat koleksiyonerliği denilince akla gelen birkaç isimden birisiniz. Koleksiyonunuzdaki parçaları bir sergi ile sanat seyircisiyle buluşturmayı düşündünüz mü hiç?

Sergi fikrinin biraz olgunlaşması lazım. Ama Contemporary İstanbul zamanında, koleksiyonu gezmek için yaptırılan turları kabul ediyorum. Rehber eşliğinde koleksiyon gezisi yapılıyor. Onun dışında güzel sanatlar fakültesi öğrencileri gezmek isterlerse onları da gruplar halinde kabul ediyoruz zaman zaman. Senede 3-4 kez böyle etkinlikler yapıyoruz.

Koleksiyonunuz için bir danışmanlık alıyor musunuz?

Bugüne kadar bir danışmanla çalışmadım. Sanat danışmanlarıyla çalışan koleksiyonerlere çok saygım var. Ama ben bir disiplin veya bir ekol takip etmiyorum; tamamen kişisel beğenim üzerine eserleri seçiyorum.

Geçen sene eğitim ve sanat alanındaki faaliyetlerimizi Hitay Vakfı çatısı altında bir araya getirdik. Orada sanat danışmanlarımız var.

Size bakınca, hayatta her istediğini yapmış birini görüyorum. "Hayatta bunu da yapamadım" dediğiniz bir şey var mı?

Olmaz mı? Dünya kadar hem de! İnsan tüm ideallerine kavuşursa, olmaz… Yaşam enerjisi azalır. Bir insandan bunları çıkarınca geriye ne kalır ki? İstediği her şeyi elde eden insanlar mutsuzdur.

"Sıkıntılar insanları güçlendirir" derler. Katılır mısınız bu düşünceye?

Katılıyorum. Sıkıntı olmadan, değişim, gelişim olmaz. Istakoz hikâyesi gibi... Kabuğuna sığamadığında, kabuğunu kıracaksın ki sığabileceğin yeni

Özellikle takip ettiğim birkaç fuar var. Art Basel, Venedik Bienali gibi... Sanat dünyasının trendlerinin sergilendiği, çağdaş sanatın nabzının attığı yerler.



bir kabuk inşa edebilesin. İşte sıkıntılarımız da uğraşıp onlardan kurtulduğumuzda hayatımıza lezzet veriyor. Zaten fazla rahat, insana batar, iyi değildir. Her şeyin kararında olması iyidir. Hayat bu, yılmayacaksın, önemli olan düşmek değil, kaç defa oradan kalkabildiğindir.

Başarı, tesadüfen yolumuza çıkan bir hediye mi yoksa emek vererek tırmanılan bir zirve mi? Başarının bir sırrı var mı?

Tesadüfen başarı diye bir şey yoktur. Buna inanmıyorum. Çok çalışmak, bence başarının tek kuralı. Sebat etmek, sonuna kadar gidecek cesaret ve motivasyonu kendinde bulmak… Bir de tabi, doğru zamanda, doğru sektörde ve doğru yerde olmayı bilmek lazım. Başarının sırrı değil, formülü olabilir: çok çalışmak, sebat etmek ve vizyoner olmak.

Bazen de evdeki hesap çarşıya uymuyor. İşlerin planladığınız gibi gitmediği oluyor mu?

Olmaz mı? Hayatın her alanında geçerli bir kuraldır, evdeki hesap her zaman çarşıya uymaz. İş hayatında örneğin, kağıt üzerinde iyi bir iştir ama uygulamaya geçtiğinizde durumun, düşündüğünüzün tam tersi olduğunu da görebilirsiniz. Vizyoner olmak elbette gerekir ama fikirleri uygulamayı ve gerektiğinde durmayı da bilmeliyiz.

Sanat zevki sizce öğrenilebilir bir şey mi?

Hayatta çok az şeyin öğrenilemez olduğunu düşünüyorum. Sanat zevki ise, evet öğrenilebilir. Göz eğitimi, çok fazla eser görmek, farklı tarzları takip etmek ve okumak bunun anahtarı…

Kerim Hitay

Babanızı bir de sizden dinleyelim, birlikte neler yapıyorsunuz?

Babamla keyifli bir baba oğul ilişkimiz var. Birlikte sosyalleşmeyi seviyoruz. Yemeklere gideriz. Çekişmeli tavla oyunlarımız vardır.

Ne zamandan beri çalışma hayatındasınız?

Üniversiteyi ABD'de okudum. Ardından 1 yıl kadar orada çalıştım. Sonra Türkiye'ye döndüm ve Hitay Holding'te çalışmaya başladım. Yakın zamanda yaptığım askerliğin ardından Holding'teki görevlerime devam ediyorum.

ABD'de kalmayı düşündünüz mü?

Oraya temelli olarak yerleşmek diyorsanız, hayır. Türkiye'de yaşamayı seviyorum.

İş yerinde baba-oğul olmak zor mu?

Genel olarak zor diyemem. Sınırlarımızı biliyoruz. İş yerindeki Emin Hitay, herkes gibi benim de patronum. Ama iş dışında, normal bir baba-oğul ilişkimiz var. Her şey olması gerektiği gibi.

Sizin idealiniz nedir?

Birçok idealim var ama beni en çok motive edeni Hitay Holding'in geldiği noktayı ileriye taşımak…





AYLİN İŞCAN YENER

Fotoğraflar: Benay Şahin

"Ahmet" ve "Acı Çekirdek" gibi best seller romanlarının aranılan yazarı Aylin İşcan Yener Ekim sayımızın kapak konuğu oldu. Kitapları baskı üzerine baskı yapıyor. Aynı zamanda gönlünü sanata vermiş bir koleksiyoner ve bir kadın çiftçi. Nev-i şahsına münhasır bir kadını Aralık 2018'de "Yaratıcı Çocuklar Derneği" için Demet Sabancı ve Didem Çapa ile yaptığımız harika projeye destek olduğunda, yine çok sevdiğim bir dostum olan Selin Saral sayesinde tanımıştım. O zaman bu iyi kalbinden dolayı ona bir söz vermiştim. Bugün sözümü tutmuş oldum. Aylin'le Ulus Savoy'da ki evinde harika bir çekim ve röportaj gerçekleştirdik. Benay Şahin'in objektifine öyle harika pozlar verdi ki, inanın yıllar sonra çok uzun zamandır ilk defa kapak fotoğrafını seçmekte zorlandım. Hepsi bir birinden şahaneydi. Bizi son derece zarif ağırladı. Vakitsizlikten dolayı yapamadığımız, çekim sonrası keyif kahvesini ise en kısa zamanda tekrar gidip yapacağım. O içten, masum, güzel gülüşün hep aynı kalsın güzel kadın diyor, sizleri muhteşem yazarımızla baş başa bırakıyorum.

İnci Koparan

Aylin'cim, bize kendinden bahseder misin?

İncicim öncelikle evime hoş geldiniz. 1977 yılında İstanbul'da doğdum. Rumeli göçmeni bir ailenin kızıyım. Üç çocuğum, iki romanım var ve aynı zamanda kardeşimle beraber aile mesleğimiz olan çiftçiliği devam ettiriyoruz.

Çok mersi tatlım, ben biliyorum tabii ama okuyucularımız için soruyorum, ne kadar zamandır yazıyorsun, ilk kitabın ne zaman basıldı?

Aslında kendimi bildim bileli yazıyorum ama ilk kitabım 'Ahmet' 2017'nin aralık ayında basıldı.

İkinci kitabınla ilk kitabının arası bir buçuk sene kadar, bu süre senin çalışkan bir yazar olduğunu gösteriyor. Bize yazım sürecinizden bahseder misin? Nasıl bir disiplinde yazıyorsun?

Roman yazmaya başladığımda daha önce kendimde hiç rastlamadığım bir özellikle karşılaştım. Disiplin! Gerçekten bu kadar disiplinli bir insan olduğumu bilmiyordum. Her sabah 9'da masaya oturdum. Yemek için bile kalkmadım. Akşam eşim ve çocuklarım gelene kadar aralıksız yazdım. Gece gündüz 24 saatim hikayem ve kahramanlarımla dolu dolu geçti. Sosyal hayatıma ara verdim.

Sinematografik bir yazım tarzın var. Kitaplarını okurken aynı zamanda bir filmi seyrediyormuş gibi hissediyormuş okurlar, bunun için nasıl bir yazım tekniği uyguluyorsun?

Evet. Okurlarım da yorumlarda hep film seyretmiş gibi hissettiklerinden bahsediyorlar. Bunu duymayı seviyorum. Ben yazarken gözümün önünde kareler canlanıyor, ben de sanki film seyreder gibi yazıyorum. Resmen yazdığım satırların içinde yaşıyorum.

Okur olarak merak ediyoruz, kitaplarını yazarken ne kadar gerçeklikten besleniyorsun?

Benim romanlarım kurmaca olduğu kadar da gerçek hayat. Yaşanmamış, daha önce tecrübe edilmemiş hiçbir şeye rastlayamazsın. İlla bir kişinin hikayesi gibi düşünme. Hayatım boyunca konuştuğum insanlar, dinlediğim hikayeler bazen ufacık bir detay bazen de kocaman bir paragraf olarak gelip satırlarıma yerleşiyor.

Turizm otelcilik okuduğunu biliyorum, ama açıkçası bu mesleği seçmek yerine çiftçilik yaptığını öğrenmek benim için sürpriz oldu. Biraz çiftçilikten konuşalım mı?

Evet İncicim haklısın, bunu duyanlar genelde çok şaşırıyor. Benim ailem ticaretin yanı sıra zaten Trakya'da yüzyılı aşkın süredir tarımla uğraşan bir ailedir. Benim tüm çocukluğum çiftlikte geçti. Çeltik, ay çiçek ve buğday üreticisiyiz. Babamı henüz 23 yaşımdayken kaybettiğimizde işlerimize sahip çıkmamız gerekti. Benim bir erkek kardeşim var, o da Boğaziçi mezunudur aslında ama şartlar bizi turizm yapmaktan alıkoydu. Kardeşim tarıma devam etmek istedi. Topraklarımızı satmak istemedik. İlk zamanlar o tek başına yaptı ama sonra desteğime ihtiyacı oldu. Ona yardıma etmeye başladım. Top

Aslında kendimi bildim bileli yazıyorum ama ilk kitabım 'Ahmet' 2017'nin aralık ayında basıldı.

rakla buluşmak, o uçsuz bucaksız tarlalarda doğayla baş başa olmak bana özümü hatırlattı ve ruhuma iyi geldi. Bende bilfiil çalışmaya başladım.

Yani sen böyle gerçekten tarlalara gidip çalışıyor musun? Ne yapıyorsun mesela?

Sen bakma şimdi beni böyle makyajlı çıtı pıtı gördüğüneJ Tarlada çalışan bir çiftçi ne yapıyorsa her şeyi yapıyorum. Ben traktör, biçerdöver bile kullanabiliyorum. Aslında biz şehirde pek rastlamasak da o kadar çok kadın çiftçi var ki… Mesleklerin böyle ayrıştırılmasına karşıyım. Kadın yeter ki istesin her şeyi yapabilir. Ayrıca belirtmeliyim ki bu tecrübeler benim yazar tarafımı çok besliyor.

Seninle sanatla ilgili bir sosyal sorumluluk projesi sayesinde tanışmıştık. Böyle projeleri desteklediğini biliyorum. Tebrik ederim. Sanat merakı nereden geliyor?

Yaşamın içinde meselesi olan insanları ve bunları ifade etme biçimlerini incelemeyi seviyorum. Bunun sonucunda da yolum hep edebiyata, sanata çıkıyor. Aslına bakarsak öyle duvarlarında İbrahim Çallı'lar olan sanatla dolu bir evde filan büyümedim ama insan kendini sürekli geliştiren ve dönüştüren bir varlık olduğu için eğitime ve devinime inanırım. Ben sanatçı tanımayı seviyorum. Onların düşünme ve yaratma süreçlerini izlemeyi seviyorum. Duvardaki bir tablo üzerine düşünmeyi seviyorum. Hal böyle olunca yıllar süren bir sanat tarihi ilgisi ve okumayla kendimi bu konuda geliştirmeye çalıştım. Eşim çok meraklıdır. Sergi gezmeyi severiz. İlgi alanımız aynı olunca zaman içinde birbirimizi de geliştirdik. İyilik için sanat derneği ilk kurulduğunda katılmıştım. Derneğimizin sayesinde de çok şey öğrendim. Her hafta Çarşamba bir sanatçının atölyesine yaptığımız ziyaretler ve sohbetler bende alaylı bir bilgiye vesile oldu. Mehmet Güleryüz gibi bir sanatçıyla saatlerce sohbet etmek ne demek biliyor musun? Düşün ki daha nice sanatçıyla sohbet imkanımız oldu, dostluklar kurduk. Bunların hepsinden çok beslenerek bugüne geldim.

Bir hikayeyi yazma fikri nasıl ortaya çıkıyor? Bir çok hikaye vardır kafanda, ama özellikle bu, bunu yazmam lazım dediğin hikayelere nasıl karar veriyorsun?

Gerçekten bunu ben de bilmiyorum. Konu aklıma düştüğü andan itibaren kafamı kemirmeye başlayıp kendine bir alan açıyor ve sonrasında ondan başka bir şey düşünemez oluyorum.

Bu soruyu hem okur hem yazar kimliğinizle cevaplamanı istiyorum. Nasıl metinler okumaktan hoşlanıyorsun? Sence edebi değeri olan bir romanın olmazsa olmazları nelerdir?

Bu soruyu sorduğun için teşekkür ederim. En önemli şey metnin temiz olması. Doğru Türkçe, tekrara düşmeyen sündürülmemiş metin benim okuma yolculuğum için tercih ettiğim şeyler. Gereksiz kalabalık karakterler, mantık hataları, zorlama ve metni gereksiz uzatmış cümleler, gündemde

Ben sanatçı tanımayı seviyorum. Onların düşünme ve yaratma süreçlerini izlemeyi seviyorum. Duvardaki bir tablo üzerine düşünmeyi seviyorum.



olan konuları yazma telaşı beni okur olarak çok rahatsız ediyor. Bir romanın edebi değeri olması için derinlikli psikolojik analizlerle güçlendirilmiş karakterler, dönemin ruhunu yansıtan sosyoloji, siyaset, günlük hayat, doğru dil kullanımı gibi unsurların satırlara ustalıkla serpiştirilmiş olması gerekiyor."

Sosyal medya hesaplarında okurlarınla iletişim halindesin, şeffafsın. Özel hayatında oldukça yoğunsun, seyahatler, spor, çocukların okulları, kursları, imza günlerin, davetler ve sosyal sorumluluk projeleri…Bir günün nasıl geçiyor, bunca şeye nasıl yetişiyorsun?

Şeffaf olmayı, aracı kullanmadan direk temas kurmayı ve samimiyeti seviyorum. Sosyal medyada da davranışım bu. Hesabım eskiden kapalıydı ama ilk kitabım çıktığından beri açık hesap kullanıyorum. Okurlarımdan gelen mesajlara mutlaka dönüyorum.

Yoğunluğa gelince, zaten başka türlüsünü bilmiyorum. Yaşamın telaşını hissetmeyi, koşturmayı seviyorum. Sürekli iki ayağı bir pabuçta insanlardanım ben. Günü uzun yaşayabilmek için erken yatıp çok erken kalkıyorum. Böylece her şeye vakit bulabiliyorum. Planlı programlı olunca zor olmuyor. Sabah 6'da kalkıyorum, haftada 3 gün spor yapıyorum, her gün yürüyorum. Şehir içinde genellikle elektrikli scooter ve Vespa kullanarak trafik yükümü azaltmaya çalışıyorum. Roman yazma dönemimdeysem zaten spor hariç bunların hiç biri olmuyor; eve kapanıyorum ve tüm sosyal hayatımı durduruyorum."







Aylin İşcan Yener'in Emleri

En sevdiğin film
Rüzgar gibi geçti
En sevdiğin kitap
İnce Memed
En sevdiğin müzik
Ruh halime göre değişir. Bu ara Türkçe caz çok dinliyorum.
En sevdiğin parfüm
Chloe Love
En sevdiğin çanta markası
Chanel
En sevdiğin mücevher markası
Bvlgari
En sevdiğin ayakkabı
Spor ayakkabı
En sevdiğin saat
Frank Muller
Dolabındaki en sevdiğin kombin
Bi kot bi tişört
Dolapta olmazsa olmazın
Siyah elbise
En beğendiğin Türk tasarımcı
Hüseyin Çağlayan
En sevdiğin yabancı tasarımcı
Tom Ford
En sevdiğin Türk ressam
Fikret Mualla
En sevdiğin aksesuar markası
Dior ve Kara takı (benim metal alerjim var ve sadece bunları takabiliyorum.)
En sevdiğin restoran
Sunset
En sevdiğin yemek
Zeytinyağlı fasülye
En sevdiğin alışveriş arkadaşın
Eşim
En sevdiğin seyahat noktası
Cote'dazur
En sevdiğin yazlık tatil bölgesi
Yunan adaları
En sevdiğin kışlık tatil bölgesi
Kış aylarında şehir ve müze gezmeyi seviyorum



ESİN GÜRAL ARGAT

GÜRALLAR GRUP YÖNETİM KURULU BAŞKAN VEKİLİ

Fotoğraflar: Benay Şahin

Kasım sayısı kapak konuğumuz Sevgili Esin Güral Argat oldu. Bizi Kandilli'de ki evinde son derece keyifle ağırladı. Benay Şahin'in objektifine şahane pozlar verdi. Kapak röportajının doğum günü ayına gelmesi ise muhteşem bir tesadüf oldu. Doğum gününü kutlar, kendisi gibi şahane bir yıl geçirmesini dilerim. Ben Esin hanımı "Yaratıcı Çocuklar Derneği" için proje yaptığımız zaman da tanımıştım. O kadar işinin arasında sırf çocuklara destek olmak için çekimlere koşmuştu. O zaman aklıma koymuştum "böyle asil bir kadını muhakkak çekmeliyim ve gelecek nesiller için mutlaka öğretici bir röportaj yapmalıyım" demiştim. Beni kırmadığı için buradan bir kez daha teşekkür etmek istiyorum. Evine gittiğimizde ekip olarak farklı bir Esin Güral Argat göreceğimizi sanmıştık, fakat Esin hanım ev de de aynı ciddiyetini ve prensiplerini koruyor. Tek bir farkla hep güler yüzlü olarak, gülüşü o kadar içten, o kadar doğal ki, iş ciddiyeti ile poz verdi fakat gülmeye ikna etmeyi başardık. O güzel gülen yüzü hayat boyu devam eder umarım. Onun yolundan, onun kadar çalışkan, azimli, güçlü, başarılı ve prensipli olarak devam etmek umarım biz kadınların hepsine nasip olur. İyi ki varsınız, iyi ki tanıdım, umarım hayatımda hep olun...

İnci Koparan

Sizi tanıyalım?
Kütahya'da doğdum. Yüksel lisansımın ardından çalışma hayatım, 1992 yılında ilk girişimim Güven Çini ve Seramik şirketi ile başladı. 1998 yılı itibariyle LAV markamızın oluşturulma aşamasından üretim süreçlerine, konumlandırılmasından tedarik ağına kadar tüm stratejik ve operasyonel süreçlerini üstlendim.2005 yılında grubun perakende sektörünü tanımak için başlattığı Evport girişiminin başında yer aldım. 2008'de Gürallar Grubu'nun turizm yatırımlarının stratejik yapılanmasını gerçekleştirerek, Travelife Collection "Travelife Gold ", TUI Holly ödüllerinin sahibi Alibey Resort Side tesisinin kurulumunda liderlik yaptım. Ardından, grubumuzun global marka yaratma stratejisi çerçevesinde 2016 yılı itibariyle turizm yatırımlarına ağırlık vererek ilk yurtdışı yatırımımız olan Maldivler'deki Joali Maldives lüks segment otelinin kuruluşuna öncülük ettim. 2009 yılından bu yana Türkiye'nin önde gelen son tüketici, sanayi ve turizm markalarını bünyesinde bulunduran Gürallar Cam Ambalaj/LAV, Gürallar Yapı, Turizm, Makine, Kiremit şirketlerinin Yönetim Kurulu Başkan Vekili olarak görev yapıyorum. Evli ve iki çocuk annesiyim.

Ataerkil bir aileden geliyorsunuz, dolayısı ile erkek çocuklara evet ama kadına iş ortamı hazırlanmamış oluyor. Siz iş kadını olmayı nasıl başardınız? Nasıl bir aile yapısına sahipsiniz?
Geleneksel bir Anadolu ailesiyiz. İki kardeşiz. Abim ve ben. Ailemizde her ailede olduğu gibi uyulması gereken kurallar vardı. Bu kurallar ikimiz için de aynı şekilde uygulanırdı. Ben kız çocuk olduğum için farklı kurallara tabi değildim. Ama tabi gelenekler ve yüzyıllardır köklerimize işlemiş olan bazı davranış kalıpları ve o kültürün izleri benim ebeveynlerimde de mevcuttu. Bu kültürün yansımasından doğan beklentiler ,kız ve erkek çocuk için farklılıklar gösterebiliyor. Ailemin de böyle hayalleri, beklentileri benim için çizdikleri bir yol haritası vardı. Bu yol haritasıyla benim hayallerimin çakışmadığı zamanlar oldu tabi. Önemli olan bu çatışmaların sonrasında gösterilen tutum oldu. Kendimden ve istediklerimden emin olduğum her zaman hayallerim konusunda hep desteklendim. O nokta itibariyle önüme engeller konulmadı ve gereken tam desteği aldım. Ben bu fırsata ve böyle bir aileye sahip olmaktan hep mutluluk duydum. Ve tüm kız çocuklarının da öncelikle hayal kurmalarını, hayallerine inanmalarını, kendi istekleri için mücadele etmelerini çok önemli buluyorum. Ebeveynlerinin desteklerini hissetmeleri onların en temel hakkı olmalı.

Güçlü bir aile yapısına sahip olmanızın iş hayatındaki avantaj ve dezavantajları neler oldu?
Güçlü bir ailenin içine doğmuş olmanın sunmuş olduğu şansları farkında olarak yetiştim. Ama ailem bunu, hayatı hafife almak noktasında kullanmamıza kesinlikle izin vermedi. Hayatın önemli olduğu ve ciddiye alınması gerektiği her fırsatta dile getirilir ya da fark ettirilirdi. Patron çocuğu olma lüksünü, konforunu hiç yaşamadık. Yetişirken bunu dezavantaj olarak görüyordum ama sonrasında bunun ne kadar büyük bir avantaj olduğunu gördüm. Sahip olmak ile çalışarak elde etmenin arasındaki farkın ne demek olduğunu gördüm. İlgimi ve

Patron çocuğu olma lüksünü, konforunu hiç yaşamadık. Yetişirken bunu dezavantaj olarak görüyordum ama sonrasında bunun ne kadar büyük bir avantaj olduğunu gördüm.

hayattaki önceliklerimi sahip olduklarıma değil, hayatıma ve geleceğime odakladım. Geleceğim hazır diye hiç düşünmedim çünkü düşündürülmedim. Ailemin şartlarımız ve hayatımızı getirdiği bir nokta var. Ama bu onların emeğiyle, vizyonlarıyla gelinmiş olan nokta, benim aldığım nokta ise benim için sıfır noktası. Ben bu sisteme ne katıyorum nereye getirdim nereye getireceğim soruları çok daha önemli . Onların deneyimleri, öyle bir sistemin içerisinde büyümem, benim tercihlerimle örtüşünce muazzam bir avantaj oldu benim için.

Büyük aile şirketlerinde özellikle 3. Ve 4. Kuşak olmak kendini ispat açısından daha zordur. Sizde aynı fikirde misiniz?
Bu bir bayrak yarışı ve o bayrağı daha ileriye götürmenin sorumlulukları da var tabi.

Aile acırsa hayat acımaz düşüncesi doğru mudur?
Herhangi bir konu için %100 doğru ya da yanlış demekten imtina ediyorum. Bu görüşümü de bir yere park ederek, bugüne kadar ki deneyimlerimin sonuçlarının bu cümlenin doğruluğunu teyit ettiğini söyleyebilirim. Ağladığımızda, başarısız olduğumuzda, hata yaptığımızda o duyguyla baş etmemiz ve kendi kendimize çözüm üretmemiz beklenirdi. Ben böyle yetiştirildim ve çocuklarımı da bu şekilde yetiştirdim. Bu bakış açısı hayattan ne gelirse gelsin mücadele edebilmenizi sağlıyor. Mukavim yetişiyorsunuz. Önemli olan her şartta kişinin kendine inanıp kendi içindeki güce inanması ve bunun için dirençli ve inançlı olması.

Bana herkes çok erkek gibisin diyor, sizce de kadınlar eril iş dünyasında dik durabilmek için erkeksileşmek zorunda mı kalıyor?
İş dünyası belirli kurallarla ilerliyor. O dünyanın bir parçası olmak, bazen sert bazen yumuşak bazen inatçı bazen cesur olmayı gerektiriyor. Bu özelliklerin erkeklere atfedilmesinin dildeki cinsiyetçiliğin bir yansıması olduğunu düşünüyorum. Halbuki her insan hayatın her alanında bulunduğu ortamın şartlarına ve gerekliliklerine göre davranış kalıpları geliştirir. Bunlar kadın erkek olmakla ilgili değil, bu dünyanın kuralları ile ilgili. Biz kadınlar ,aynı oyunun içinde kendimizi tanımladığımız sıfatlar ne ise, onları da yanımıza katarak var olabiliriz, oluyoruz da.

İş dünyasında kadın figürünü erkekler net olarak benimsedi mi sizce?
Karar verici ya da değerlendirici olarak belirli bir kesimi ya da grubu tanımlamaktan ziyade, yaptığımız işte neyi değiştiriyoruz, neleri daha iyiye götürüyoruz, farklı ne katıyoruz gibi, bu soruların cevabını bulmak ve bu soruların cevaplarını verdiğinizde kendinizi iyi hissetmeniz önemlidir. Perspektifimizi bu yöne çevirdiğimizde bizler için kazanım kendimize yaptığımız yatırım ve kişisel yolculuğumuzdur.
Kendimizi başkalarının bakış açısıyla değerlendirmek öncelikle kendi kimliğimize haksızlık olarak görüyorum.

Size göre başarılı kadın tanımı nasıldır?
Başarılı insan tanımı yapmayı yeğliyorum. Hayatında ne yaparsa yapsın, hangi kulvarda nasıl ilerlerse, tercihlerini nerede nasıl kullanırsa kullansın mutlu ve huzurlu olmayı beceren kendiyle barışık insan başarılı insandır. Ve bu pozitif enerjisini de etrafıyla hayatın doğal akışında paylaşabiliyorsa çok daha başarılıdır.

Bu bir bayrak yarışı ve o bayrağı daha ileriye götürmenin sorumlulukları da var tabi.



Sizce eğitimini en iyi şekilde almış her birey iş hayatında da başarılı olabiliyor mu?
Eğitim ve öğrenim hayatını başarıyla tamamlamış olan kişiler oyuna 1-0 önde başlıyorlar. Ancak günümüz dünyasında bu gerek şart olmakla birlikte yeter şart değil. İş dünyası alınan eğitimin yanı sıra farklı yetenekleri ve becerileri de yanında istiyor. Bu yeni dünyada takım çalışması ,sosyal zeka, sezgi kabiliyeti , kültürlerarası yetkinlik gibi beceriler en az diğer yetkinlikler kadar ön plana çıkıyor. İş hayatına yeni girecek olanlar başarılı olmak için kendilerini bu alanlarda da geliştirmeyi önemsemeliler.

Üst düzey birini işe alırken size göre en önemli kriter ne olmalı?
Etik değerler öncelikli. Bunun ardından profesyonel iş hayatındaki dönemeçler, kriz yönetimindeki aksiyonları ve kişinin yol haritasındaki başarılar değerlendirilecek etkenlerden. Her konumdaki yönetici için iyi lider olma özelliklerini taşıması ve aynı zamanda ekip ruhuna ve çeşitliliğine inanmasını çok önemsiyorum.

Kadın olarak bizler genelde önce anne ve ev hanımıyız, sonra iş gelmek zorunda kalıyor. Size göre nasıl? Bence her şeyin bir bedeli var bu hayatta...Bu bedeli bazen çocuklarımızı daha az görerek ödemeye başlıyoruz sanırım?
Soruyu biraz açmak isterim. Hani bir söz vardır "Kadınlar başarılı oluncaya kadar başarısız erkekler başarısız oluncaya kadar başarılıdır." İşte bu yargılarımızla bu konuları değerlendiriyoruz ve farkında olmadan bu bakış açısının yeniden üretilmesine, yayılmasına katkıda bulunuyoruz .
Öncelikle ben bir insanım. Her insan gibi sorumluluklarım, yetkinliklerim, artılarım eksilerim mevcut. İşte bu bütünsellik içinde kendi yol haritamı nasıl çizmek istediğim, neyi önceliklendirdiğim çok önemli oluyor. İçinde bulunduğum duruma ve şartlara göre hangi şapkamı takmam gerektiğine karar veriyorum. Tüm sorumlulukları yalnızca tek bir cinsiyete yüklemek haksızlık, bu noktada her birey tercihlerini istediği gibi kullanmakta özgürdür. Diğer taraftan annelik çok güzel bir şey tabi ama eminim babalık da öyle. Ebeveyn olmak hayatta yaşanan en büyük deneyimlerden biri. Doğru planlama yaptığınız takdirde iyi bir ebeveyn, iyi bir iş insanı, sosyal bir insan olabiliyorsunuz.

Büyük şehirler dışında kadının iş hayatında çok fazla yer alamamasını neye bağlıyorsunuz?
Büyük şehirlerde sektörlerin daha gelişmiş, şehirleşmenin belirli bir düzeye gelmiş ve iş fırsatlarının küçük şehirlere nazaran daha fazla olması fırsatların çokluğuna ,bu da kadının iş hayatında daha çok görünebilmesine olanak sağlıyor. Küçük şehirlerde ise tüm bunların yan ısıra en büyük handikap finansmana erişim oluyor. Deneyimlerin paylaşıldığı platformların olmaması, mentorluk alamamak gibi sorunlar gerek girişim, gerekse profesyonel hayatta yol kat etmek isteyen kadınların destek bulmasını zorlaştırıyor. Yola çıkılsa bile yol boyunca birden çok problemle karşılaşılıyor. Ancak tüm bunlara rağmen bugün Anadolu da çok sayıda girişimci ve de profesyonel kadın var. Küçük kentlerde bu örnekler sayıca çoğaldıkça iş hayatına giren sayısı da katlanarak artıyor. Çünkü cesaret bulaşıcıdır.

Doğru planlama yaptığınız takdirde iyi bir ebeveyn, iyi bir iş insanı, sosyal bir insan olabiliyorsunuz.

Sizce de Türkiye'de yönetim kurullarında üst düzey yönetimlerde kadınların oranı, gelişmiş ülkelere göre üst sıralarda mı?
AB İstatistik Ofisi Eurostat'ın 2019 verilerine göre AB ülkelerinde 3 yöneticiden 1'i kadın. (%36,9) Türkiye'de ise bu rakam %22. Yönetim kurulunda kadın oranı 28 AB ülkesinde ortalama %28,8 iken ülkemizde bu rakam %18,1. Rakamlarda görüleceği üzere bu konuda gidilecek daha çok yolumuz var. Ancak bu rakamların yıldan yıla bir artış içinde olduğunu da göz ardı etmememiz gerekir. Kadın yöneticiler daha esnek ve çeşitliliğin olduğu gruplarla çalışmayı yeğliyorlar, bu çeşitlilikte verimlilik artıyor ve şirketlerin büyümesine ve karlılığına fayda sağlıyor. Aynı zamanda yönetici kadınlar iyi bir rol model oluşturarak alttan gelen insan kaynağını yukarıya çekme konusuna mıknatıs görevi yapıyorlar.
Kişisel olarak Yönetim Kurulunda Kadın derneğinde mentorluk yapıyorum. Deneyimlerim kadın yöneticilerin bu gibi platformlardaki sayılarının artmasının kadın yeteneğini görünür kılmak noktasında da etkili olduğu yönünde.
İlerleyen yıllarda hep birlikte göstereceğimiz çabalarla bu sayının daha da artacağına inanıyorum.

Gençlere iş konusunda nerden ve ne zaman başlamaları gerektiği konusunda ne gibi tavsiyelerde bulunmak istersiniz?
Mutlaka iyi bir eğitim almalarını, kendi dillerine ve en az bir yabancı dile çok iyi hakim olmalarını ve temel bilimler konusunda donanımlı olmalarını öneririm. Uzmanlık alanları ne olursa olsun artık çok disiplinli bir yaklaşımın söz konusu olduğunu unutmamalılar.. Yeni insan kaynağı tipolojisine baktığımızda aranan insan tipinin kendi uzmanlık alanının yanı sıra diğer ilişkili alanlarla bağ kurabilen, farklı disiplinlerle birlikte değerlendirebilen kişiler olduğunu görüyoruz. Ek olarak takım çalışması, kendi doğru ifade edebilme, dinleme becerileri gelişmiş olanlar da fark yaratıyor.

Yeni dijital dünyada kadınları neler bekliyor?
• Makineleşme ve dijitalleşmeyle birlikte kas gücünün öneminin azalması, kadınların çalışma hayatını kolaylaştırıyor.
International Data Corporation (IDC) verilerine göre önümüzdeki dönemde şirketlerin yeni çalışanlar alırken arayacağı yetenekler arasında öne çıkan özellikle, genellikle kadınların güçlü yönlerine işaret ediyor.
o Sosyal zeka : % 40.4
o Tasarım zekası: %16.4
o Sayısal düşünme: %11.5
o Sanal iş birliği: % 8.7
o Bilişsel Yük Yönetimi: % 8.2
o Kültürlerarası yetkinlik: % 7.6
o Sezgi kabiliyeti: % 7.2

İçinden geçtiğimiz pandemi dönemi, zaten hızla yol aldığımız dijitalleşme yolculuğunda daha da büyük bir sıçrama yaratıyor. Bu yeni nesil kalkınmada kadınları yeni teknolojilere ve dijitalleşmeye yönlendirmek önemli.
Bulut, Siber Güvenlik, Yapay Zekâ, Kodlama, Müşteri Deneyimi, Blok Zincir gibi bu yeni dünyanın ana gündemleri kadınları bekleyen potansiyel alanlar arasında.
• Daha teknik rollerde kadınların erkeklere oranı oldukça düşük ve hatta yok denebilecek düzeyde. Oysa kadınların detaylı düşünebilme, aynı anda birçok işi paralelde yürütebilme, hedefine odaklanma ve vazgeçmeme gibi yetenekleri var. Bu

Uzmanlık alanları ne olursa olsun artık çok disiplinli bir yaklaşımın söz konusu olduğunu unutmamalılar..

özellikler teknoloji alanında ilerlemeleri için onlara avantaj sağlayabilecek özellikler.
• Araştırmalar da bu yaklaşımı destekliyor. Deloitte Türkiye'nin Türkiye Bilişim Sanayicileri Derneği ile hazırladığı "Teknoloji Sektöründe Kadın" raporunda yer alan öneriler şöyle:
o Teknoloji sektörünün erkek egemen bir dünya olduğu algısını değiştirmek gerekiyor.
o Daha esnek çalışma koşullarının ve rahat çalışma mekanlarının yaratılması teknoloji sektöründe iş-özel yaşam dengesinin olmadığı algısı ve gerçekliği de değiştirilmeli.
o Kadınlar için esnek, evden/uzaktan çalışma şartları ve konforlu çalışma koşullarının oluşturulabildiği söylem ve eylemlerle gösterilmeli.
o Ki bu konuda pandemi sürecinde tüm iş dünyası önemli bir deneyim yaşadı. Uzaktan çalışma sisteminin gayet iyi işlediği açık olarak görüldü.
o Kadın çalışanları, erkenden teknoloji sektörüne çekmek ,teknoloji sektörünün genç yetenekler ama özellikle yeni bir perspektif yaratma potansiyelleri nedeniyle genç kadınlar için cazip hale getirilmesi görevi çok önemli.
Kadınlarımızın da yeni döneme bu perspektiften bakarak, kendilerini geliştirmesi ve söz sahibi olmalarını çok önemsiyoruz. Umuyorum ki hep birlikte bu hikayeyi başaracağız.

Başarının sırrı sizce nedir?
İyi fikre, planlı olmaya ve doğru zamanlamaya inanıyorum ve tabi çok çalışmaya. Özgüvenli ve özgün olmanın işin anahtarı olduğunu düşünüyorum. Ne yaparsanız yapın içine kendinizden bir şey katın, yenilikçi ve farklı.
Bunların yanı sıra konusunda uzman kişilerle çalışmak ve ortak akla ulaşmaya çalışmak şart. Takım ruhu ekip çalışması olmazsa olmaz diyenlerdenim.

"LAV" konusuna gelmek gerekirse nereden aklınıza geldi cam tarafına eğilmek?
1950 li yıllardan bu yana grubumuzun züccaciye alanında yatırımları ve üretimleri var. Züccaciye ekosisteminin içinde sofranın tamamlayıcısı olan sofra camını üretmek bizim katma değer yaratabileceğimize inandığımız bir alan olarak duruyordu. İş dünyasında her zaman fırsatlar kollanır, bizde o dönemde bu fırsatı cam alanında gördük ve bu alana yatırım yaptık. Üretim ve donanımlı insan kaynağının oluşturulması belirli bir zaman aldı. Bugün geldiğimiz noktada LAV artık bir dünya markası. 130 ülkeye ihracat yapıyor ve dünyanın 5. büyük cam üreticisi konumunda. Dünyada az sayıda üreticinin olduğu bu pazarda daha da iyi noktalara geleceğinden eminim.

Başka yeni projeler var mı?
o Her zaman için projelerimiz var.
o Gürallar Grubu her yıl ortalama 100 milyon TL yatırım yapan bir grup. Ekonomik büyüme için sanayi yatırımlarının artması gerekiyor. Üretmeden büyüyemezsiniz. Biz de bu yaklaşımla hem sanayiye, hem büyümenin bir diğer şartı olan nitelikli insan kaynağına hem de inovasyona sürekli yatırım yapıyoruz. Çok heyecan veren yeni yatırımlarımız mevcut.

Sosyal yardımlaşma konusunda son derece hassasınız hatta bir yardım projesinde tanımıştım sizi, şirket olarak ne gibi destekler veriyorsunuz?
• Gürallar Grubu olarak çalışanlar arasında ayrımcılığın önlenmesi ve çeşitliliğin teşvik edilmesini çok önemsiyoruz. Ancak bu yolla toplumsal gelişime katkı sağlayacağımızı, bunun sonucunda

Ne yaparsanız yapın içine kendinizden bir şey katın, yenilikçi ve farklı.

şirketlerin rekabet gücünü artıracağını ve ülkelerin küresel piyasalarda ekonomik performansını güçlendireceğini biliyoruz.
• Çocuklar ve gençler için STEM eğitimlerini yaygınlaştırmak ve kadının güçlenerek iş hayatına katılımını sağlamak amacıyla birçok çalışmayı destekliyor ve yürütüyoruz.
• Kişisel olarak da hem TÜSİAD ve TİKAD hem farklı kuruluşlar bünyesinde kendi deneyimlerimi de paylaşarak, dijital dönüşüm, eğitim ve kadının toplumsal yaşamda güçlendirilmesine yönelik çalışmalara destek olmak için çalışıyorum. Örneğin;
o İş hayatında liderliğe hazırlanan kadınlara destek veren TurkishWIN'de 4 dönemdir mentor olarak yer alıyorum.
o TİKAD'da yine kadınlarla deneyim paylaşabileceğim her fırsatta orada bulunmaya çalışıyorum.
En son Girişimci Kadın Merkezi projesi kapsamında düzenlenen Başarı Akademisi'nde girişimci adaylarıyla buluştuk.

STEM PROJESİ
• TÜSİAD Yönetim Kurulu Üyesi olduğum dönemde kadınların istihdama katılımı için yaptığımız önemli çalışmalar var.
• STEM (Bilim, Teknoloji, Mühendislik, Matematik) Projesi'ni başlatıp Türkiye'de eğitim sisteminde yaygınlaşması için çalışmalar yürüttük.
• Aynı zamanda LAV ile bu projenin Altın Sponsoru olduk. Çünkü grubumuz adına eğitime ve nitelikli insan kaynağına yatırım, önceliklerimiz arasında geliyor. Özellikle kız çocuklarının STEM eğitimlerinden faydalanmasını önemsiyorum.
• STEM projesi kapsamında 2014'te yılında yaptığımız çalışmaya göre, Türkiye'de 2023 yılında toplam işgücünün 34 milyona ulaşması hedefleniyor ve yüzde 10 civarında STEM alanında yetişmiş işgücüne ihtiyaç olacak. Yani 2016'dan 2023'e kadar Türkiye'de bir milyona yakın yeni STEM mezununa ihtiyaç var; burada da açığımız yüzde 30 seviyesinde.

HAYATA ŞEKİL VEREN KADINLAR KONFERANSI
• LAV markamız, TURKONFED ve ZAFERSİFED iş birliğiyle Aralık 2019'da Kütahya'da "Hayata Şekil Veren Kadınlar" Konferansını gerçekleştirdi.
• Kadının toplumsal kalkınmadaki rolü, cinsiyet eşitsizliğinin giderilmesi yolunda atılacak adımlar, erkek egemen sektörlerde kadınların yeri gibi birçok konuyu ele aldık.
• Etkinlik özel sektörden, medyadan kadın liderleri bir araya getirdi.
• Kütahya'da böyle önemli bir konunun, bu şekilde kapsamlı bir şekilde ele alındığı bir etkinliğin parçası olmaktan büyük mutluluk duyduk.

AĞAÇKÖY PROJESİ
• Gürallar Cam Ambalaj ve LAV olarak Ağaçköy ilk ve ortaokulunda 2018 yazında toplam 92 öğrenciyi robotik kodlama ile tanıştırdık.
• 23 gün süren toplam 92 saatlik eğitim sonucunda öğrencilerimiz Tübitak Bilim Fuarına katıldılar.
• Projenin başarısının ardından güz döneminde de devam kararı aldık. Eylül ayı itibariyle 42 si ilkokul 44 ü ortaokul toplam 86 öğrenci haftada dört gün toplam 17 saat eğitim aldılar.
• COVİD-19 sebebiyle duraklayan projemizi şartlar normale döndüğünde farklı okulları da programa katarak geliştirmeyi hedefliyoruz.
• Amacımız her geçen gün teknolojik gelişmelerin yaşandığı günümüzde öğrencilerin günümüz teknolojilerine hakim olması ve gelecekte bu gelişmelere öncülük edebilmesini sağlamak

Sosyal medya ile aranız nasıl? Sizce herkesin olmalı mı?
Gerekli platformlarda olması gerektiği kadar Sosyal medyayı bugün iletişim çemberimizin içinde yer alan, hayatımızı kolaylaştırıcı bir araç olarak görüyorum. Yeni bir iletişim biçimi olduğu muhakkak sosyal medyayı daha aktif, daha faydalı bir şekilde nasıl kullanabileceğimiz üzerinde durmamız gerekiyor. Bende dijital dengeyi gözeterek sosyal medyada bulunuyorum Nasıl ki hayatımızı kolaylaştıran iletişim olsun ulaşım olsun diğer teknoloji araçlarına hayatımızda yer veriyorsak, sosyal medyaya da hayatımızda yer vermemiz son derece normal, hatta gerekli denebilir. Her şeyde olduğu gibi zamanla sosyal medya ile gerçek yaşam arasındaki dengeyi kurabilir, artılarını lehimize kullanabilir, eksilerinden uzak durabiliriz.



Turizm yatırım işlerinden de biraz bahseder misiniz?
• Turizm sektöründe 30 yıllık deneyimimizin ardından global bir lüks konaklama markası yaratmak üzere yurt dışı yatırıma yöneldik.
• Misafirlerin beklentilerini anlamak ve lüks tesislerin ayrıştırıcı özelliklerini deneyimlemek üzere tüm dünyayı gezdim. Bu deneyimlerimden edindiğim izlenim lüks ağırlama sektöründe harika yemekler ve harika bir hizmet olduğunu ancak eksik bir şey bulunduğunu gördüm: "Ruh".
• Hedeflerimizi de buna göre belirledik. Sadece büyük bir lüks tesis yatırımı yapmadık, yeni bir markaya kimlik ve hikaye kazandırmak üzere yola çıktık.
• JOALI Maldives, bu yoldaki ilk adımımız oldu.
• Misafirlerimizin markamızı deneyimlemesi için otantik, eşsiz ve özel bir yer arıyorduk. Maldivler güzelliği ile büyüleyen bir yer ve aynı zamanda en önemli yanı turizmin 12 ay boyunca devam etmesi.
• 2018 yılında misafirlerimizi ağırlamaya başladığımız ilk yurt dışı yatırımımız JOALI Maldives'in ardından ikinci ada projemizi de 2021 yılında tamamlamayı planlıyoruz.

Bir gününüz nasıl geçiyor?
Sabahları çok erken uyanıyorum. Doğanın seslerini dinleyerek kahvemi içerek güne başlıyorum. Haftada üç gün önce tenis ardından pilates yapıyorum. Diğer günler ise mutlaka yürüyüş. Spor hayatımın vazgeçilmezlerinden. Ailemle yaptığımız kahvaltının ardından iş hayatındaki herkes gibi günlük ajandama ayak uyduruyorum. Toplantılarla devam eden rutinim akşam evde son buluyor.

Boş vakitlerinizde ailenizle neler yapıyorsunuz?
Aile yemeklerimiz çok önemli bizim için. Her türlü konuyu masaya yatırıp, birçok konuda birbirimizden öğrendiğimiz, tartıştığımız, günü paylaştığımız sofralar onlar. Eşim ve büyük oğlum mutfakta vakit geçirmekten yemek yapmaktan çok hoşlanıyorlar. Ben ve küçük oğlum ise onların hazırladıklarını tadıp birlikte olmanın keyfini çıkarıyoruz.

Tutkularınız neler?
Hayatta iki büyük tutkum var. Ailem ve işim. Ailemle hareketli zamanlar geçirmek, planlar yapmak, paylaşmak ve birlikte gelişmek benim için çok değerli. İşimi yaparken duyduğum heyecan ve üretebilmenin getirdiği mutluluk da bir o kadar önemli.
Tutku denilmese de yeni kültürleri tanımayı, seyahat etmeyi, kayak yapmayı, yüzmeyi seviyor, çağdaş sanat eserlerini takip etmekten keyif alıyorum.

Son olarak eklemek istediğiniz bir şey var mı?
Bu güzel sohbet için teşekkür ederim



Esin Güral Argat'ın Enleri



En sevdiğin film
Baba
En sevdiğin kitap
Nutuk
En sevdiğin müzik
Klasik müzik ve jazz
En sevdiğin parfüm
Parfüm kullanmıyorum
En sevdiğin çanta markası
Bir marka tercihim yok. Beğendiğimi almayı tercih ediyorum.
En sevdiğin mücevher markası
Tiffany
En sevdiğin ayakkabı
Todds
En sevdiğin saat
Saat kullanmıyorum
Dolabındaki en sevdiğin kombin
İpek gömlek, rahat pantolon ve düz ayakkabı
Dolapta olmazsa olmazın
İpek gömlek
En beğendiğin Türk tasarımcı
Hepsini severek takip ediyorum.
En sevdiğin yabancı tasarımcı
Marco Paolelli
En sevdiğin Türk ressam
Seçkin Pirim, Nuri İyem
En sevdiğin aksesuar markası
Beğendiğimi almayı tercih ediyorum
En sevdiğin restoran
Balıkçı Abdullah
En sevdiğin yemek
Deniz mahsüllü spagetti, mevsiminde ızgara balık
En sevdiğin seyahat noktası
Maldivler
En sevdiğin yazlık tatil bölgesi
Antalya
En sevdiğin kışlık tatil bölgesi
Vail



PINAR HACIRAİFOĞLU

Fotoğraflar: Benay Şahin

Hem şehrim diye demiyorum inanın ama gerçekten de bu İzmirli kızlarda farklı bir şey var. Memleketim diye bana mı öyle geliyor acaba diyeceğim? Ama hiç sanmıyorum. Herkes son derece iyi eğitim almış, donanımlı, güzel, modern, bakımlı ve ve ve diye devam edebilirim. Pınar'da bu değerlerin başında ki isimlerden diye düşünüyorum. Ailesi de kendisi de çok özel. Ofisine girdiğimde ki o ilk sıcaklığı size anlatamam. Sanki evime geldim. Beni son derece nazik ve sevecen karşıladı. Ekip arkadaşları da aynı şekilde herkes çok güler yüzlü ve zarif. Pınar son yıllarda çok ciddi işlere imzasını attı ve bu sektörde ne kadar başarılı olduğunu artık kanıtladı. Bende hemen röportaj teklif ettim tabii. Çekimleri Bebek'te kendi dekore ettiği evinde yaptık ve Benay Şahin'in objektifine harika pozlar verdi. O halde sizi bu güzel ve başarılı arkadaşımla baş başa bırakıyorum.

İnci Koparan

Pınarcım seni tanıyalım?
23 Aralık 1985 İzmir doğumluyum. İzmir Amerikan Lisesi'ni bitirdikten sonra Koç Üniversitesi İşletme bölümünde üniversite hayatıma başladım. O süreçte iki sene boyunca dekorasyon dergisinde yaptığım asistanlık tecrübesinde iç mimarlık okuma istediğime karar verdim. Mezun olduktan sonra The Arts of London Chelsea üniversitesinde iç mimarlık okumaya gittim. Londra'nın mimari yapısı, okulumun muhteşem eğitimi sayesinde mesleğimi bulduğuma karar verdim. Hızımı alamayıp mezun olduktan sonra Milano'da Domus Academy'e iç mimarlık masterı yapmaya gittim. Benim için Milano apayrı bir tecrübe oldu. Tarihi ve sanatı ilham verici, kültürü ve insanlarının sıcaklığı ise bana ayrı bir vizyon kattı. Orada katıldığım yarışmalar ve kazandığım ödüller sayesinde ise bu büyülü tasarım dünyasının heyecanına kapıldım.
Daha sonra mimari ofislerde tecrübeler kazandıktan sonra, bir dönem aile işine döndüm. İzmir'de iki sene boyunca sanayi sektöründe kurumsal yönetim tecrübesi yaşadıktan sonra, İstanbul'a geri dönüp şirketimi kurdum. İşletme ve yönetim tecrübesi ile iç mimari tecrübeyi birleştirince çok güzel kapılar açıldı.

İşletmeyi bitirip ani bir kararla mimarlık bölümüne geçtin, o kısmı da okuyucularımızla paylaşmak isterim. Radikal bir değişim olmuş.
Evet. İşletmeyi bitirmeden aslında bu kararı almıştım. İzmir Amerikan Lisesi'nde çok yönlü bir hayatım vardı. Okulun komite ve kulüplerinde çok aktif rol alırdım. Bizim okulun özellikleri arasında öğrencilerini çok küçük yaşta organizasyonlara, bir şeyler yönetmeye hazırlarlardı. Her yıl sonunda Bazaar Day, Moods gibi büyük sponsorlar bularak koskoca bir yıl boyunca hazırlandığımız organizasyonlarımız olurdu. Buralarda çok büyük sorumluluklar almıştım. İstanbul'a geldikten sonra bu sorumluluklarımın bitmesi ve daha rutin bir okul hayatımın oluşu beni arayışa yöneltti. İşletme okurken fark ettiğim en önemli ayrıntı benim canlı hareketli bir iş hayatı sevdiğim oldu. Bu noktadan sonra enteresan bir tesadüf ile iç mimarlık dergisinde asistanlık yapmaya başladım ve tasarım dünyasının güzelliği ile tanıştım. O dönem işletme eğitimimi tamamlayıp, iç mimarlık okuyacağıma karar vermiştim.

İç mimarlık eğitimlerimi tamamladıktan sonra İstanbul'a geri döndüm ve iş hayatına atıldım. Fakat 18 yaşından beri yalnız yaşamanın vermiş olduğu yorgunluk beni İzmir'e geri döndürdü. Aile evi çok sıcak geldi. Ben yalnız yaşamayı hiç sevmeyen bir insanım. Hep kalabalık sofraları, kalabalık evleri sevmişimdir. O sebeple İzmir'e de dönünce otomatik olarak aile işinde çalışmaya başladım. Babamla aram çok iyidir. Hayatım boyunca her yapmak istediğime (tabi ki annemin arkadan iknaları sayesinde de :)) destek olmuştur. Fakat her babanın gönlünden geçtiği gibi o da yanımda olmamı istiyordu. O yüzden benim onunla çalışmam ve İzmir'de kalmam için elinden geleni yaptı. 2 sene boyunca onunla birlikte çalıştım, şirketin bir çok alanında faaliyet gösterdim. En son idari işler ve yönetim tarafında rol aldım. Fakat içimde bir şeyin doğru olmadığını hissediyordum. Çok rutinleşmişti hayatım ve yenilikçi ruhum körelmişti. O süreçte birkaç tane freelance iş geldi ve kabul ettim. Çeşme'de o projeleri yaparken fabrikaya geri dönmemem gerektiğine karar verdim. Ve tekrardan İstanbul'a taşındım. Babama ben yine İstanbul'a taşınıyorum dediğimde bir şey demedi çünkü ne yaparsa yapsın beni durduramayacağını çok iyi biliyordu.

Laxmi Interiors markası nasıl ortaya çıktı? Markanın oluşum sürecini anlatır mısın?
İzmir'de aile işinde çalışırken çevremdeki dostlarımdan sürekli açacakları mekanlar, oturacakları evler için fikir vermemi ve onlara yardım etmemi talep ediyorlardı.

Aile evi çok sıcak geldi. Ben yalnız yaşamayı hiç sevmeyen bir insanım. Hep kalabalık sofraları, kalabalık evleri sevmişimdir.

Bende o süreçte sanayi sektöründe çalışıyordum. Fakat tabi ki tasarım yaptığım zamanlarda hissettiğim heyecan ve mutluluk yoktu. Bu süreçte freelance birkaç iş yaptım ve tekrardan geri dönmem gerektiğini anladım. Radikal bir karar verip tekrardan İzmir'den, İstanbul'a taşındım ve firma kuruldu. İlk taşındığımda bir ortağım vardı, hatta İstanbul'a gelip bu işe başlamam için beni o ikna etmiştir. Bir sene boyunca projelere beraber imzalar attık ve başka bir markamız vardı. Ama daha sonra yollarımızı ayırdık ve Laxmi Interiors'ı kuruldu.

Markanı nasıl tanımlarsın?
Laxmi Interiors alışılmış samimi duyguyu kaybetmeden yeni tasarımlar yaratmayı hedefleyen bir markadır. Projelerinde uyuma ve yaşanmışlığa odaklanıp, mekana o tanıdık, samimi, sıcak duyguyu verirken aynı zamanda her baktığınızda yeni bir detay keşfedeceğiniz alanlar yaratmayı amaçlar. Bakan kişinin bir daha baktığı, o tanıdık ama yenilikçi, uyumuyla sade duran ama en ince ayrıntısına kadar detaylandırılmış olması bizim için çok önemlidir.
Ama en önemlisi, yaşayacak kişiyi yansıtması, yaşadığı / çalıştığı yere her girdiğinde ona ayrı bir mutluluk getirmesidir. Her gün heyecanla o kapıdan içeri girip, mekanın ona neler hissettirmesini istiyor ise onları hissettiriyor olması Laxmi Interiors için paha biçilmez noktalardan biri.

Benim için projelerimde öncelikle müşterimle birebir iletişim haline girip, çok iyi bir kalibrasyon yapmak çok önemli. Karakteri, yaşam tarzı, istekleri, hobileri, fobileri, nelerden hoşlandıkları, iş hayatı, günlük hayatı, vb. tüm bu ve benzeri özellikler bir mekanın tasarlanmasında en önem verdiğim noktalardır. İster ev projesi olsun, ister restoran sahibi veya bir ofis proje alanı, hiçbir zaman bu detayların önemini değiştirmiyor. Önemli olan mekan sahibinin ne istediğini inceleyip, anlayıp ve onun isteklerine cevap verecek detayları bilmekten geçiyor. O detayları verebilmemin sırrı ise, kişiyi kalibre ettikten sonra onun karakterinden, onun bakış açısından projeyi sahiplenmekten geçiyor. Projeler karşıma geldiği zaman kalibrasyon aşaması bittikten ve o projeyi sahiplenip, ben böyle bir karakterde ve yaşam tarzında olsam nasıl bir alanda yaşamak isterdim diye düşünüyorum. Bu aşamada, restoran yapıyorsam böyle bir restoran açsam, ofis yapıyor ise böyle bir ofise sahip olsam düşünceleri devreye giriyor. Hedefimi inceleyip, anlayıp, doğru dokunuşları seçiyorum. Buradaki en önemli detay, fırsat ve işaretleri çok iyi yakalayıp, kalite ve iyi ilişkiler yaratmak. Müşterilerle ilişkilerin ve samimiyetin çok önemli olduğunu düşünüyorum. Tüm müşteriler bir şekilde samimi dostum haline geliyor, bu da benim için en değerli şeylerden biri. Hedefim bir nevi, güzel ilişkilerle beni seçen karşıma çıkan her kişiyle, kendi yaşam tarzlarına göre estetik huzurlu yaşam alanları yaratmak. Hayat standartlarını, huzurlarını, bereketlerini arttırmak. Bir açıdan tasarlanan mekanların verdiği yenilik, zevk, kolaylık huzur ve keyif yanında beraber yol aldığımız bu süreç içerisinde güzel ilişkiler, heyecan paylaşıp onların hayatına yeniliklerin getirdiği bolluk bereketi akıtmak.

Burada da firmamın isminin kuvveti devreye giriyor. Laxmi (asıl kökeni Lakshmi) bir Sanskritçe kelimedir ve bolluk yaratma enerjisi, Hinduizm'e ait güçlü bir mantra olan Lakshmi Gayatri mantrasının enerjisini içerir. Tekamül, kişisel erdem ve başarı için çok kuvvetli bir kelimedir. Hem maddi hem manevi açıdan zenginlik ve refah getirdiğine inanılır. "Lakshmi" kelimesi, aynı zamanda "hedef" anlamına gelen "laksme" kelimesinden türetilmiştir. Bu nedenle, Lakshmi hayat hedefini temsil eder. Benim de en büyük hedefim, bu bereketi, bolluğu, başarı, erdem ve refahı tüm yaptığım projelere aktarmak. Onların heyecanlarına heyecan katmak, mutluluklarına mutluluk katmak.

Laxmi Interiors alışılmış samimi duyguyu kaybetmeden yeni tasarımlar yaratmayı hedefleyen bir markadır.



Mimari tasarımlarını yaparken nelerden ilham alıyorsun?
Aslında her şeyden. Günlük hayattan, seyahatlerden, doğadan, renklerden, bazen bir filmden, bazen bir sergiden, bazen yürüyüş yaparken karşıma çıkan bir desenden... Tasarımın bir ekip işi olduğuna inanıyorum. Genç fikirlere de çok açığım. Ekibimde her zaman herkesin fikrini alırım. Ne düşündükleri, onların gözünden nasıl göründüğü de çok önemlidir benim için.

Proje süreci nasıl başlıyor ve devam ediyor? Aşamalarını anlatır mısın?
Proje süreci genellikle şöyle başlıyor. Bizim bu zamana kadar yaptığımız işleri takip eden ve herhangi bir iç mimarlık hizmetine ihtiyacı olan kişiler bizimle irtibata geçiyor. İlk aşamada o kişilere yaklaşık 25-30 sorulu hazırladığımız bir anketimiz oluyor. O anketi yapmamızdaki hedef karşımızdaki müşterimizi en iyi şekilde tanıyabilmek. Bu anketin içerisinde o kadar detaylı sorular var ki sonunda karşımızdaki kişiyi çok iyi kalibre edebilmemizi sağlıyor. Daha sonra bu cevaplara göre mekanı ele alıp ben bu kişi olsam nasıl bir dünyaya sahip olmak isterdim? Onu hayal ediyoruz. Nelere ihtiyaç duyardım, gözümü açtığımda ne görmek isterdim, nasıl bir yerde yemek yerdim, vs. Daha sonra bu bilgilerle malzemeler birleşiyor. Tüm sistemsel istekler çözüldükten sonra ve proje çalışmaya başladıktan sonra dokular, renkler, malzemeler ahengi katıyor. Bu çalışmalarımızı 3 boyutlu render dediğimiz görsellerimize döküyoruz ve müşterimize sunuyoruz. Render ve malzeme mood board onaylarından sonra ise bütçe oluşturulup inşaatımıza başlıyoruz.

Sence son zamanların en önemli trendi nedir?
Aslında ben trendlerden uzak durmayı seven biriyim. Her zaman yeniliği tarih ve yaşanmışlıkla birleştirmeyi tercih ederim. Projelerimize baktığımızda da bunu görebilirsiniz. Birbirinden hep çok farklı projeler yer alır. Bir konseptten veya bir trendden ilerlememeye, her defasında yenilikçi olmaya çalışırız. Önemli olan burada trend yaratmaya çalışmaktır. Ama olmazsa olmazların neler dersen, sanat eserleri diyebilirim. Ama genel olarak değerlendirirsek, temel ihtiyaçları hem fonksiyonel hem doğal malzemelerle çözmek, cilasız mobilyalar, daha sıcak ev ortamları yaratmak günümüzde çok önem veriliyor.. Daha pastel notr renkler, bol bitkili alanlar oluşturmak; betonarme yapılar arasında tekrardan doğallığa dönmek sanırım dekorasyonun ilerlediği yol. Doğal ahşap kaplamalar, mermer dokunuşlar çok tercih ediliyor.

Aksesuarın önemini bir de senden dinlemek isterim. Aksesuarlar işin makyajıdır. Aksesuarsız bitirilmiş bir proje soğuk kalır. Ama burada doğru aksesuarı doğru kombinle kullanmak çok önemlidir. Fazla olduğunda veya yanlış bir tarzda tercih edildiğinde projeyi güzel yapacağına mahvedebilir bile. Projeye yakışan, tamamlayan, sıcaklık veren, anlamı olacak objeler kullanmak gerekir.

Hangi ünlü ressamlarla çalışıyorsun?
Sanat eserlerine projelerimizde çok önem veriyoruz. Mekana değer katan, anlamlaştıran , sıcaklık veren hep son eser dokunuşları oluyor. Bu anlamda çok çalıştığımız sanatçılar var. Seçkin Pirim, Ahmet Oran, Hasan Pehlevan, Emre Namyeter, Ekrem Yalçındağ, Haluk Akakçe, Sedef Gali, Şahin Demir, Ayşe Bezenmiş, Sidar Baki, Ergin İnan, Devrim Erbil bu sanatçılardan birkaçı...

Evin ne zaman yenilenmesi gerekir? Evini yenilemek isteyenlere nasıl bir yol izlemeleri gerektiğini anlatabilir misin?
Böyle bir süre vermek doğru olmaz. Herkesin kendi yaşantısına, ihtiyaçlarına, ruhuna iyi gelmesine göre bu süreç değişiklik gösterir. Ben kendim yenilikçi bir ru

Günlük hayattan, seyahatlerden, doğadan, renklerden, bazen bir filmden, bazen bir sergiden, bazen yürüyüş yaparken karşıma çıkan bir desenden...

humdur. O sebeple sürekli değişiklik yaparım. Ama bazı kişiler vardır ki gelenekçidir. Yenilik sevmez ve yıllarca aynı evde yaşayabilir. Buradaki önem kişinin kendinin ne istediği ile eş orantılıdır. Önemli olan hayata her gün gözünü açtığında yüzünü güldüren detayların seninle olması. Çünkü her gün bizim için çok değerli. Her günü de ruhumuza hitap eden, bizi mutlu eden ayrıntılarla geçirmek hayat kalitemizi arttıracaktır.
Evini yenilemek isteyenlere şunu tavsiye ederim, trendlere bakmayın ruhunuzun derinliklerine konsantre olun. Siz nasıl yaşamak istiyorsunuz onu keşfederseniz gerisi çok kolay hallolur. Neyi izlemek, görmek; nasıl bir oturma odasında vakit geçirmek; nasıl bir yatak odasında güne başlamak sizin hayatınıza mutluluk katar? İşte o yolu izleyin. Bir iç mimarla çalışmak tabi ki hayat kolaylaştıran bir şey, ama öyle bir imkanınız yoksa bile herkesin kendi evine bir iki dokunuşla mutluluk kalabileceğine çok inanıyorum.

Renk tonları ile aran nasıl? Mesela aşk yaşadığın bir renk var mı?
Aslında daha gri, bej, siyah , beyaz nötr tonlarla çalışırdım. Daha az iddialı, yalın dokunuşlar hoşuma giderdi. Ama belki dönemin vermiş olduğu iç karartıcılıktanmıdır? Bilmiyorum bu ara hayata bir canlılık gelmesi gerektiğini düşünüyorum. O sebepten renk çok kullanmaya başladık. Son otel projemizde çok cesaretli renkler kullandık. Bu ara Terracotta rengine aşığım.

Müşteri ile anlaşamadığınız noktalarda onları ikna etmeye mi çalışırsın yoksa kendi kararlarını mı uygularsın?
Müşteriyi anlaşamadığım nokta çok olmaz. Çünkü işe ilk önce onları anlayarak başlamayı tercih ederim. Günün sonunda mekanda yaşayacak onlar olacaktır. O yüzden onların kafalarında ki dünya benim için çok önemlidir. Daha sonra kendi yorumlarımla birleştirir onların onayına sunarım. Burada karşılıklı bir anlaşma olur.

Bugüne kadar yaptığın çalışmalardan örnekler verebilir misin? Restoran mesela?
Bugüne kadar tasarım konusunda anlaşamadığımız bir müşterimiz hiç olmadı. Restoranlarda özellikle. Zaten restoran projelerinde hangi dünyada nasıl bir istekleri olduklarını belirttikten sonra tamamen bize bırakırlar. Mesela The Townhouse Suadiye Projesi. Mükemmel bir çalışma oldu bizim için. Onlar dünyasını neler istediklerini bize aktardılar ve arkalarına yaslandılar. Sonunda açılış günü içeri girip hayalimizin tam kendisi oldu dediler. Bu bizim için çok çok önemli. Bence işin güzelliği burada zaten. Birilerinin hayallerini gerçek yapabilmek ve onların yüzlerindeki gülümsemeyi görmek. Bu paha biçilmez bir his. Sanırım bütün yorgunluğu , gece gündüz çalışmaları unutturan detay teslim günü mekan sahiplerinin yüzlerindeki gülümsemeyi görmek. Ben şöyle bakarım, ne kadar proje yaptım değil ne kadar insanın hayalini gerçekleştirebildim.

Evin muhteşem terzi kendi söküğünü dikemez mantığı burada işlememiş, harikasın, ayrıca ailenin İzmir'de ki evi de muhteşem tebrik ederim, onlar için de gurur kaynağı olmuştur, çocukları tarafından tasarlanan bir ev de yaşamak.
Teşekkür ederim İncicim. Bildiğin gibi ailemin evi benim ilk projem. İç mimariye girişimin sebebi. Ben şuna inanırım, hayat çok kısa, her anını güzel geçirmemiz gerekiyor. Ve aslında en çok vaktini evinde geçiriyorsun. Neden sana hitap eden seni mutlu eden ayrıntılar için bir şeyler bekleyelim ki? Her saniyende onlar olmalı. O sebeple yaşadığım her evi geçici evim bile olsa beni mutlu edecek şekilde tasarlamıştım.

Biraz da sana dönelim, bir günün nasıl geçiyor?
Ben güne sabah 07:00 gibi sahilde yürüyüş yaparak başlarım. Müzik dinlemek, temiz hava almak beni çok daha dinç yapar. Daha sonra evde kahvaltımı yapıp ofisime geçerim. Evimle ofisim arası çok yakın mesafe bunun çok büyük avantajı var tabi ki. Bütün günüm iş ile geçer, toplantılar, çizimler, şantiye kontrolleri vb. İş çıkışı

Aslında daha gri, bej, siyah , beyaz nötr tonlarla çalışırdım. Daha az iddialı, yalın dokunuşlar hoşuma giderdi.

ise genellikle spora giderim, ya da arkadaşlarımla yemeğe. Bir senedir ne yazık ki garip bir dönem yaşıyoruz. O yüzden dışarıdaki aktivitelerimiz yok denecek kadar az. Bu dönemde ise akşamları evimde film izleyerek, müzik dinleyerek veya arkadaşlarımla geçiriyorum.

Özel zevklerin neler?
Spor yapmak ve seyahat etmek en büyük zevklerimdir. Hayat enerjim spor yaptıkça arttığını görüyorum. O sebeple seyahatlerim de sporla birleştirmeyi severim. Kayak yapmak en özel zevklerimden biridir.
Beni besleyen, yeni yerler görmek. Yeni kültürler deneyimlemek, yeni insanlar tanımak, doğada yürüyüş yapmak...

Evde yalnız yaşıyorsun, neler yapıyorsun?
Aslında pandemi zamanına kadar evde çok vakit geçirmezdim.
Sabah çıkardım, bütün günüm işlere koşuşturmak ile geçerdi. Sonra da arkadaşlarımla dışarıda olurdum, neredeyse sadece uyumaya gelirdim. Biraz otel gibi kullanırdım. Ama bu dönem daha fazla vakit geçirmeye başladım. Evde genellikle film dizi izlerim. Müzik dinlerim. Etrafı toparlamayı çok severim, sürekli dolap içleri düzeltirim düzenli olmak benim için çok önemlidir. Dağınık bir yerde rahatsız olurum. Evde spor yapmayı da severim.

Seyahat etmeyi sever misin?
Hayatta en sevdiğim şey seyahat etmek olabilir. Fazla rutinden sıkılırım, hep bir yerler görmek, bir şeyler öğrenmek isterim.

En iyi seyahat arkadaşın kim?
Raisa Vanessa en iyi seyahat arkadaşımdır. Çünkü aynı bakış açısındayız. Onların da işleri için beslenmeleri gerekiyor benim de. Onlar da doğayı çok seviyor ben de. 3müz de seyahatlerimizde bile spor yaparız. Güne yürüyüş yaparak başlarız. Benim için seyahat demek sadece güzel restoranlara gidip yemek yiyip dönmek değildir. Yeni deneyimler tatmaktır. Maksimum vizyon katmaya çalışmaktır.

Hobilerin neler?
Kayak yapmak, müzik dinlemek, spor yapmak, seyahat etmek.

Hep fitsin maşallah, sürekli spor yapıyorsun? Selozi'yi biraz anlatır mısın? Önce senden dinlemek isterim yakında onun da kapısını röportaj için çalacağım, son zamanlarda adını herkesten duyuyorum, gerçekten takdire şayan bir yeteneği var.
Çok teşekkür ederim ama hep fit değilim :) Gerçekten kilo çok nankör bir şey 1 ay hiçbir şey yapma anında bütün emeklerine ihanet ediyor.
Ben sürekli spor yapıyorum. Küçüklüğümden beri öyle büyüdüm. Tenis antrenmanları, voleybol idmanları, kayak takımı çalışmaları, windsurf çalışmaları derken 35 yaşıma gelmişim. Günde iki kere antrenman yaptığım günler olurdu. Bir senedir Selin Sürmeli Koçak canım oldu. Pandemi döneminde kaç kadına mutluluk ilacı oldu bir bilsen. Selin'in özelliği sahiplenmesi, motivasyonu, düştüğünde kaldırması, gerektiğinde kızması ama seni hep daha iyiye ulaştırmaya çalışması. Herkesin kapısını çalmasını tavsiye ederim. Spor herkesle yapılır ama Selin hem dosttur, hem de motivasyondur.

Ve son olarak "aşk" senin için ne ifade ediyor? Evliliği düşünüyor musun?
Aşk uyumdur. Beraber ahenk içinde dans edebilmektir hayatın koşuşturması içerisinde. Ego savaşlarına girmeden birbirine kapılarını açmaktır, her şeyiyle kabul etmektir. Gülmektir, eğlenmektir. Evlilik bunların hepsi olduğunda neden olmasın. Ama evlenmiş olmak için hiçbir zaman evliliği destekleyen bir insan olmadım. Hayatını birlikte geçirmek isteyeceğin, aynı bakış açısında olduğun, aynı şeylerden keyif aldığın kişiyle hayat arkadaşı olmaktır evlilik benim için.

Hayatta en sevdiğim şey seyahat etmek olabilir. Fazla rutinden sıkılırım, hep bir yerler görmek, bir şeyler öğrenmek isterim.



Pınar Hacıraifoğlu'nun *Enleri*



En sevdiğin film?
The Notebook
En sevdiğin kitap?
Serenad, Zülfü Livaneli
En sevdiğin müzik?
Sonata Pacifique -L'imperatrice
En sevdiğin parfüm markası?
Lancome, la vie est belle
En sevdiğin çanta markası?
Hermes
En sevdiğin saat markası?
Iwatch
En sevdiğin Türk sanatçı?
Seçkin Pirim
En sevdiğin yabancı sanatçı?
Basquiat.
En sevdiğin Türk tasarımcı?
Autoban.
En sevdiğin yabancı tasarımcı?
Eames.
En sevdiğin Türk aksesuar tasarımcısı?
Kısmet By Milka.
En sevdiğin yabancı aksesuar markası?
Nikos Koulis.
En sevdiğin ev aksesuar markası?
Fornasetti
En sevdiğin mobilya markası?
B&B
En sevdiğin yemek?
Sushi
En sevdiğin restoran?
La Briciola
En sevdiğin yüz bakım ürünü?
Kullanmam.
En sevdiğin saç bakım ürünü?
Neutrogena Triple Moisture Silk Touch
En sevdiğin kaçış noktası?
Çeşme / İzmir
En sevdiğin alışveriş arkadaşın?
Annem.
En sevdiğin araba markası?
Volvo.
En sevdiğin yazlık ve kışlık seyahat noktası?
Yazlık - Bali / Kışlık - İsviçre Alpler
En sevdiğin kurtarıcı kombin?
Şort, bot, blazer ceket.
En sevdiğin dolapta olmazsa olmazın?
Siyah tayt.



BÜŞRA ORAKÇIOĞLU

Fotoğraflar: Benay Şahin

14 Şubat sevgililer gününe özel Orka Holding Yönetim kurulu eş başkanı Halidun Orakçıoğlu'nun kızları, Damat-Tween markasının Kreatif Direktörü Büşra ve avukat kız kardeşi Hüsna Orakçıoğlu ile şahane bir çekim ve röportaj yaptık. Benay Şahin'in objektifine harika pozlar verdiler. Öncelikle bu iki prensesi yetiştiren muhteşem anne-babayı ayakta alkışlıyorum. Her zaman o kadar saygılı, naif, kibar, mütevazı, asil ve zarifler ki onları anlatacak kelimeler adeta yetersiz kalıyor. Ekip olarak bizi sevgili Büşra evinde çok keyifle ağırladı. Yıllardır markaları için katalog çekimi yaptırıyorlar. O yüzden en iyi bildikleri iş çekim olduğundan kendileri ile çalışmakta bizim için son derece hızlı, eğlenceli ve kolay geçti. Normalde saatler sürmesi gereken koskoca çekim 2 saatte bitti. Biz de ekip olarak inanamadık. Dolayısı ile bize de geriye kalan saatlerde bol bol sohbet etmek kaldı. Gün o kadar çabuk ve keyifli geçti ki, buradan bir kez daha misafirperverliğiniz için çok teşekkür ederim.

İnci Koparan



Seni tanıyalım?

1991 İstanbul doğumluyum, liseyi Saint Beniot Fransız Lisesinde okudum, daha sonra da Koç Üniversitesi İşletme bölümünden mezun oldum. Üniversite döneminde hem okuyup, aynı zamanda yarı zamanla şirkette çalışmaya başladım, bu yüzden de kısa dönemli yurtdışında sertifika programlarına katıldım, Parsons'da design management, UCLA'de Political Science üzerine eğitim aldım. 2016'dan beri Genç Birleşmiş Markalar Derneğinin ve TOBB İstanbul Genç Girişimciler Kurulu üyesiyim. Biz 3 kardeşiz, abim Onur, kız kardeşim Hüsna…

Önce çocukluğundan bu yana hayal ettiğin her şey gerçekleşti mi diye soracağım?

Şu ana kadar hem kendim hayal ettiğim, hem de ailemin benden beklentilerini gerçekleştirdim ama daha babam hep bize hayal ettiklerinle bile yetinme, her zaman bir sonraki adımında daha iyi ne yapabilirim? Diye bizi yetiştirdiği için, hiçbir zaman kendimi yeterli görmedim, bu yüzden hayal ettiğim daha çok şey var.

Şu an Orka Holding'de ki görev tanımın nedir?

2014'den beri aktif bir şekilde, Orka Holding'de çalışıyorum. İlk 1 senemiz diğer ikinci kuşak aile fertleri gibi oryantasyon ve gözlem dönemi olarak geçirdim. İlk olarak Nişantaşı mağazasında sıcak satışı görmek için başladım, daha sonra merkez ofiste bütün departmanlarda 3 ay çalışıp, son olarak, ilgi alanım olan tasarım, grafik, mimari, konsept design departmanlarında çalışıp, şu anda da Holding'in Kreatif Direktörlüğünü üstlendim.

Olduğun yere patron kızı olduğun için gelmediğini çok iyi biliyorum, Bu pozisyona gelene kadar hangi aşamalardan geçtin?

Amcam Süleyman Orakçıoğlu ve babam Halidun Orakçıoğlu, ilk iş günümde toplantı yapıp, bu organizasyonda kariyerini devam ettirmek istiyorsan, her zaman hak ederek ilerleyeceksin dediler, bu yüzden asla "patron kızı" muamelesi görmedim, aksine en çok zorladıkları kişiler genelde biz ikinci kuşak olduk. İlk baştan beri hepimizin kariyer planları vardı ve bununla beraber gelen hedefler, hepimiz bu hedefleri başardıkça yükseldik ve sorumluluk alanlarımız genişledi. Şunu da söylemeyim ki, şirketin organizasyonu öğrenen ve öğreten bir yapıya sahip dolayısıyla, yanlış karalar alıp, başarısız olduğum projelerde oldu ama yine de her zaman ileriye bakmamız öğütlendi. Bu yüzden hem cesur, hem de ayakları yere sağlam bir ikinci kuşak olduğumuzu düşünüyorum.

Gelecek projelerin nedir?

Orka Holding olarak, son 6 senedir globalleşmemiz çok hızlı bir şekilde ilerliyor, 80'den fazla ülkede 200 mağazaya sahibiz, bu hepimizi çok heyecanlandırıyor, bundan sonra da ileriye götürüp, birçok ülke de markamızı temsil etmek istiyorum. Bununla beraber son 5 senedir en önem verdiğimiz bir diğer konuda temiz üretim, doğaya saygılı ürünler geliştirmek ve geçen seneyle beraber, ürün bazında müşterilerimizle de paylaşma fırsatımız oldu, ama gidilecek daha çok yolumuz var, bu yüzden önümüzdeki 5 senemizi tamamen çevre dostu ve sürdürebilir bir yapıya geçmek hem üretimde, hem de üretim sonrasındaki süreçlerimizde.

Aynı zamanda dijitalleşme bizim en önemli gündemimizde, şirketimizde "Dijitalleşme Kültürünü" oluşturduk ve geliştirdiğimiz birçok süreçlerimiz oldu, yeni

80'den fazla ülkede 200 mağazaya sahibiz, bu hepimizi çok heyecanlandırıyor, bundan sonra da ileriye götürüp, birçok ülke de markamızı temsil etmek istiyorum



yapıyla beraber tüketicinin en çok arzuladığı şey "hız", bunu da en çok teknolojik gelişimlerle sağlayabiliyoruz.

Son olarak da kendi bireysel ve amcamın ve babamın melek yatırımcı olduğu start-up'lar var, onların gelişimlerine katkı sağlayıp, küçük girişimlerimizin ilerlemesi bizi çok heyecanlandırıyor.

Sen de kadın tarzına bir el atsan bence şahane olur? Ne dersin" Damat" markasında kadın koleksiyonları da görür müyüz? Ya da farklı bir marka ile çıkış yapmayı düşünüyor musun?

Bu konuda inanılmaz talep alıyoruz, geçmiş dönemde de kapsül koleksiyonlarla birkaç müşterilerimizle buluştuk ve inanılmaz geri dönüşümler aldık, talepleri karşılamak için nerdeyse bütün koleksiyonu 4 sezon üst üste aynı şekilde ürettik. Marka çok güçlü bir marka, bu yüzden talep çok fazla, ilerde de bu konuyla alakalı güzel sürprizlerimiz olacak diyebilirim.

Şahane, çok sevindim. Bence de sürpriz yapmalısın. Modeller nasıl tasarlanıyor vs gibi bize biraz üretim sürecinden bahseder misin?

Tasarım süreçleri şirketin en heyecanlı olduğu bölüm diyebilirim, çok genç, dinamik bir tasarım ekibine sahibiz. Ekip olarak trendleri takip edip, müşterilerimizin beklentileriyle eşleştiriyoruz. Tasarım ekibi olarak koleksiyon hazırlayıp, yönetim kurulumuza sunum yapıp her ürün bazında tartışıp son nihai haline getirip, üretim departmanımıza teslim ediyoruz.

Toplamda kaç mağazanız var?

Yurtiçi ve yurtdışı toplam 431 mağazamız var.

Online satışlar ne durumda?

Biz Covid'den önce de online kanalımızı fazlasıyla önemsiyorduk ve güzel yatırımlar gerçekleştirmiştik, bu dönemde de önemli bir satış kanalı olduğu için çok pozitif geri dönüleri alıyoruz ama sürekli gelişen bir yapı, bizim orda da çok değerli bir ekibimiz var, onlarla beraber çok güzel projeler daha gerçekleştireceğiz, Türkiye'de ilkleri gerçekleştirmeyi hedefliyoruz.

Sektörün geleceğini nasıl görüyorsun?

Covid'le beraber gelecekle alakalı varsayımlarımız tamamen değişti, ama aslında temiz üretime ve teknolojik gelişmelere yaptığımız yatırımların ne kadar doğru yolda oluğumuzu gördük. Artık herkes yasadığı ekosisteme saygı duyan markaları tercih etmeye başlayacak ve Z kuşağıyla beraber, kimse herkesin tükettiği değil, kendine özel üretilmiş ürünleri tercih edecek.

Baban çok göz önünde olmayı sevmeyen biri, bize biraz onu ve onunla ilişkini anlatır mısın?

Çok doğru, hiçbir zaman sevmedi. Babam gerçek bir işkolik ve işine hayran birisidir, bende tam babasına aşık bir kızım, ilişkimiz inişli çıkışlıdır, ama onun en ufak sözü benim için çok kıymetlidir, ona ve işine olan saygısına hayranım. Şirkette bile onun odasına girip saatlerce yanında oturur, izlerim, ne öğrenebilirim? Diye ama iletişimi daha zordur, hep onu ikna etmemizi ve savunduğumuz şeye inandırmamızı ister, o yüzden amcamla iletişimimiz çok daha kolaydır. İşin dışında ise her zaman benim güven kaynağımdır, her zaman ondan akıl alıp, ona danışırım.

Covid'le beraber gelecekle alakalı varsayımlarımız tamamen değişti, ama aslında temiz üretime ve teknolojik gelişmelere yaptığımız yatırımların ne kadar doğru yolda oluğumuzu gördük.





Amcan Süleyman Orakçıoğlu son derece renkli hepimizin çok sevdiği bir isim onu da senin ağzından dinlemek isterim?
Amcam, babama göre çok daha anlayışlı ve bize daha fazla fırsatları sunan kişidir, o karşındakine alanı tanır ve izler. Bu yüzden kararlarda genelde amcama gitmeyi daha çok seviyorum, ama bu aynı zamanda çok daha büyük bir sorumluluk yaratıyor, çünkü acaba hayal kırıklığına uğratır mıyım korkusu, daha çok baskı oluşturuyor. Bunu yansıra kendisin iş takibi ve ilişki yönetimi hep kendime örnek almışımdır. İş dışında ise, amcam çok neşeli, hayattan zevk alan ve size de bunu veren bir amcadır, hafta sonu mangallarımız hepimizin en sevdiği aile buluşma ritüelimizdir. Hem iş hem de özel hayatımızda amcam her zaman çözüm odaklıdır, o yüzden en ufak sıkıntıda, babamın yanı sıra, akıl danıştığım kişi sevgili amcamdır.

Babandan ve amcandan ne gibi nasihatler alıyorsun, gençlere örnek olması açısından paylaşır mısın?
O kadar çok nasihat ve bize öğretileri var ki hepsinin yazılı olduğu defterim bile var, aynı zamanda da şirket ofisimizde duvarlarımızda da hepsi yazılıdır. En önemlisi, amcamdan öğrendiğim, önyargısız, açık görüşlü olup, işin hep takibinde olmak. Babamdan ise, başarını yolu çok çalışmak, ama verimli çok çalışmaktan geçtiğidir.

Sence öğrenciler, iş konusunda staj hayatına ne zaman başlamalı? Zira ben ne kadar erken olursa o kadar iyi olacağını düşünüyorum? Senin fikrin nedir?
Kesinlikle katılıyorum, üniversite giriş döneminde yurtdışından kabullerimin gelmesine rağmen, Türkiye'de okumaya karar vermemin sebebi, şirketten uzak kalmayıp, okurken çalışmak içindi. Üniversite döneminde, bütün derslerimi haftanın 3 gününe sığdırıp, diğer kalan günlerde de çalışıyordum.

Tebrik ederim. Biraz da özel hayata girelim o halde ne dersin? Yeni evlendin, nasıl gidiyor?
Evet, 11 ay oldu, pandeminin son düğünü diyebiliriz. Her şey çok güzel gidiyor.

Her zaman çok fitsin sporla aran nasıl?
Sahilde yürümeyi çok seviyorum, onun haricinde sağlıklı ve daha içeriği temiz şeylerle beslenmeyi tercih ediyorum.

Son olarak senin eklemek istediğin bir şey var mı?
Çok keyifliydi benim için, iyi ki geldiniz.



BÜŞRA ORAKÇIOĞLU

Ender



En sevdiğin film?
The Talented Mr. Ripley

En sevdiğin kitap?
George Orwell 1984

En sevdiğin müzik?
American Jazz

En sevdiğin Türk ressam?
Son dönemlerde Sinan Lodgie

En sevdiğin kaçış noktası?
Floransa

En sevdiğin alışveriş arkadaşın?
Annem

En sevdiğin kurtarıcı kombin?
Siyah güzel kalıba sahip takım

En sevdiğin dolapta olmazsa olmazın?
Ceket



HÜSNA ORAKÇIOĞLU

Seni tanıyalım?

1996 İstanbul doğumluyum. Notre Dame de Sion Fransız Lisesi'ni bitirdikten sonra Galatasaray Üniversitesi Hukuk Fakültesinde okudum. Her yazımı hem aile şirketinde hem de hukuk bürolarında stajlar yaparak geçirdim. 1 senelik yasal stajımı yeni tamamladım ve şimdi iki ortağımla birlikte kendi hukuk büromuzu açıyoruz.

Şahane. Tebrik ederim. Neden hukuk tercih ettin?

Teşekkür ederim. İnsanlarla iletişim becerime ve iş bitiriciliğime çok güveniyorum. Bu özelliklerimi insanların haklarını savunmak için kullanabilme fikri beni her zaman çok onurlandırıyor.

Şu an işinle ilgili neler yapıyorsun?

Şuandaki hedefim hukuk büromuzu oturttuktan sonra aynı zamanda kendi aile şirketimize hukuki danışmanlık vermek. İyi bir yöneticinin her zaman hukuki bilgisinin olmasının fayda sağlayacağını düşünüyorum. Hukuk nosyonuna sahip olmanın olaylara farklı bakış açısıyla bakma imkanı sağladığını düşünüyorum. Bunu da iş hayatımda avantaja çevirmeyi hedefliyorum.

İleri de sen de aile şirketine dönecek misin?

Babam hep her ailede bir avukat, bir doktor olmalı der. Tabi ki ileride aile şirketine dönmek istiyorum ama şirkete fayda sağlayabilmek adına kendi alanımda daha fazla gelişmem gerek. Babam ve amcamın bu kadar emek vererek kurduğu aile şirketimizi ileride onları daha da gururlandıracak yerlere getirmek en büyük hedeflerimden biri.

Damat nasıl kuruldu sıfırdan başlayan bu serüveni bir de senden dinleyebilir miyiz? 90'lı yıllarda Osmanbey Samanyolu Sokakta ilk toptan satış mağazası olarak kuruldu. Daha sonra erkek giyim üzerine organize perakende yaygınlaştığından perakende giyim sektörüne adımlarımızı attık. Şu anda ise Türkiye ve dünya çapında 430 mağazaya ulaştık ve 80 ülkeye ihracat kanallarımız bulunmakta. Türkiye'de erkek giyimde markalı ihracatın en önemli aktörlerinden biriyiz.

Babanla aranız nasıl? Sert mi? Yumuşak bir baba mı?

Babam benim hayatta rol model olarak aldığım insanların

en başındadır. Babamın deneyimlerine çok güvenirim ve benim için babamın ağzından çıkan her kelime servet değerindedir. İş hayatım ve özel hayatımla ilgili attığım her adımda kendisine danışırım. Dışarıdan sert biri olarak görünse de kendisiyle iletişimim çok iyidir. Aynı zamanda çok ileri görüşlü ve vizyoner biridir. Onun aklına, fikirlerine, vicdanına ve vizyonuna çok güvenirim. Babamın kızı olmakla her zaman gurur duyuyorum.

Sizi küçükken işe götürür müydü? Ne gibi öğütler verirdi?

Babam 25 yaşına kadar öğrendiğimiz her şeyin bizim hazinemiz olduğunu söylerdi. Ağaç yaşken eğilir deyip bizi her yaz şirkette mutlaka çalıştırırdı. Özellikle farklı farklı departmanları görmemizi isterdi. Kurumsal bir firmanın nasıl yönetildiğini anlamak için her zaman mutfaktan başlamak gerektiğine inanırdı.

10 sene sonra olmak istediğin yer neresi?

10 sene sonra hem kendi işimde istediğim noktaya gelmiş olmak hem de aile şirketinin 2. nesli olarak markamızın tanınırlığını dünya çapında güçlendirmek istiyorum.

Nişanlınla nasıl tanıştınız?

Nişanlımla ortak tanıdığımız aracılığıyla tanıştık.

Sevgililer günü için mesajın nedir?

Herkese sevdikleriyle birlikte geçirebileceği huzur ve mutluluk dolu bir gün diliyorum.

Muhteşem çocuklar yetiştirmiş bir ailede büyümüşsünüz, ablanla aranızda ki bağ da muhteşem, neler yapıyorsunuz birlikte?

Çok teşekkür ederiz. Ablam benim için hayattaki vazgeçilmezimdir bunu hayatımdaki herkes bilir. Bir ikizler burcu olarak hayatta çok kararsız kaldığım anlar vardır bu anların hepsinde ablama danışırım. Bana her zaman en dürüst ve doğru yorumları yapan kişidir. Ablamla pandemiden önce hep tatillere gidip yeni yerler keşfederdik. Onun dışında ablamla birlikte alışverişe gitmekten, yürüyüş yapmaktan, uzun uzun sohbet etmekten çok keyif alırım.

Abin şirkette hangi bölümde?

Abim şirkette üretim ve e-ticaret bölümlerinde çalışıyor. Aynı zamanda kendisi enerji ve gayrimenkulle uğraşmakta.

Senin bir günün nasıl geçiyor?

Sabahları çok erken kalkarım ve kahvaltı etmeden evden çıkmamaya çalışırım. Annem ve babamla vakit geçirdikten sonra her gün ofisime gidip çalışırım. Akşam yemeklerinde ise ailemle olmaya özen gösteririm.

Spor yapıyor musun?

Pandemi nedeniyle spor salonlarına gitmeyi tercih etmesem de düzenli olarak yürüyüş yapıyorum. Havalar güzel olduğunda ise haftada 3 tenis oynamaya özen gösteriyorum.

Son olarak eklemek istediğin bir şey var mı?

Sizinle çalışmak çok keyifliydi.

Ablam benim için hayattaki vazgeçilmezimdir bunu hayatımdaki herkes bilir.



HÜŞNA ORAKÇIOĞLU *Enleri*

En sevdiğin film?
Fight Club.

En sevdiğin kitap?
Uçurtma Avcısı.

En sevdiğin parfüm markası?
Tom Ford

En sevdiğin Türk ressam?
Kemal Önsoy, Ahmet Oran ve Fikret Mualla.

En sevdiğin yabancı tasarımcı?
Kandinskiyi çok beğeniyorum. Bilindik ressamların yanında son dönemde sokak sanatçılarını da takip etmeye başladım. En çok ilgimi Bansky çekiyor.

En sevdiğin kaçış noktası?
Paris.

En sevdiğin alışveriş arkadaşın?
Ablam ve annem

En sevdiğin yazlık ve kışlık seyahat noktası?
Yazın İtalya sahilleri ve Bodrum kışın Fransa.

En sevdiğin kurtarıcı kombin?
Güzel kumaş kalitesine sahip siyah elbiseler ve ceketler.

En sevdiğin dolapta olmazsa olmazın?
Güzel kalıplı ceketler.



YASMİN GÜLMAN

Fotoğraflar: Benay Şahin
Make-Up By Serhat Şen

Yasmin Gülman pırıl pırıl bir genç kız...

Annesi Reyhan İpekel. Sevgili dostum Begüm Şen'in bana kazandırdığı en özel isimlerden, en eski dostum. Cemiyette hepimizin çok sevdiği bir isim, çok başarılı, çok kültürlü, çok değerli, benim için yeri çok özel.

Anneannesi Monik İpekel tek kelime ile "eşsiz". O hepimizin bir tanesi, sayısız STK desteklemiş, dernek ve vakıf kurmuş, başkanlık yapmış, tek kelime ile kanatsız bir melek. O yeşil gözlerinde öyle bir ışık vardır ki, bakınca saniyede büyülenirsiniz. Size tecrübelerini anlatırken, o hikayeler hiç bitmesin istersiniz. Hayata dair öyle yaşanmışlıkları vardır ki, tabiri caizse ağzından çıkan her kelime servet değerinde önemlidir. Size öyle farkındalıklar katar ki, adeta benzersizdir. Başlı başına, her dakika yeni bir şey öğrenebileceğiniz, müthiş bir ekoldür. Kalbinin güzelliğini anlatmak ise mümkün değil, öyle bir vicdan herkese nasip olamaz. O kadar asil, zarif, şahsına münhasır, hatır naz, vefalı, yardımsever, kısaca muhteşem bir karakterdir. İnanın Monik anneyi anlatmaya kelimeler yetersiz kalıyor. Sayfalarca yazsam doyamam. O hep hayatımızda olsun. Umarım hep birilerinin kalbine, eline dokunsun. Seni çok seviyoruz.

Dönelim bu iki muhteşem kadının yetiştirdiği sevgi dolu Yasmin'ime. Onu bir gün instagramda gördüm. Çok şaşırdım. Sonra Youtube'da gördüm, çok hoşuma gitti. Son derece köklü bir ailenin kızı olmasına rağmen hatta yaşıtları çanta, ayakkabı alışverişi derdine düşmüşken, onun bu yaşta ki profesyonel çabalarını tebrik ediyor, ayakta alkışlıyorum. Reyhan çok eski dostum, hemen aradım. Neler oluyor? Yasmin ne ara bu kadar büyüdü? Dedim. Hemen bir araya geldik. O da nesi? Öyle bir özgüven yok. Yaşına rağmen attığı her adımın ciddi anlamda farkında. Sanki bir 50 yıl yaşamış geri dönmüş gibi, çok zeki, gözlerinde ki o parıltıyı hemen fark ediyorsunuz. Kendi kızım kadar yakın oldu bana Yasmin. İnanın desteğe bile ihtiyacı yok aslan gibi. Ama ben bundan sonra hep bir nefes arkasında ve yanında olacağım. O'nu sizin de daha yakından tanımanızı istedim. Bundan sonra neler yapmak istiyor? Hedefleri, projeleri neler? Yepyeni bir otel olan ve mimari tasarımı Saadet Abdik tarafından yapılan Delta Hotel Marriott'da şahane bir kapak çekimi ve röportajı yaptık. Benay Şahin'in objektifine çok keyifli pozlar verdi. Her şeyi konuştuk. Gençlerle iç içe enerjilerimiz coştu çok keyifli bir gün oldu. Yolun açık olsun sevgili Yasmin.

İnci Koparan

Yasmin Gülman'ı senden dinleyelim mi?

8 Ağustos 1998, İstanbul doğumluyum. Bahçeşehir Üniversitesi Uluslararası İlişkiler ve Siyaset Bilimi mezunuyum. Gerek eğitim gerekse spor geçmişimle ulusal ve uluslararası birçok alanda yer aldım. Performans sporcusu olduğum dönemde katıldığım tenis turnuvalarında ülkemi temsil ettim. Üniversite yıllarımda yurtiçi ve yurtdışında kıymetli temsilciliklerde staj tecrübesi edindim. Tecrübe etmiş olduğum tüm çalışmalar ve eğitimimin sonucu ile kendimi iletişim alanında görmek istediğime karar verip dijital dünyanın da yükselişiyle, dijital medyaya atılmış oldum. Youtube kanalımda farklı içeriklerimle izleyicilerimle buluşuyorum.

Çocukken ne olmayı hayal ederdin?

Çocukken göz önünde iz bırakacak başarılı bir birey olmayı, girişimci ruhumla fark yaratmayı hayal ederdim.

Neden okuduğun bölümün işini yapmadın?

Okuduğum bölüm bana geniş bir vizyon, kültür ve disiplin kazandırdı. Gelecekte hangi yöne ilerleyeceğimi bilemem ancak şimdi yaşım gereği dijital medya dünyasında enerji ve samimiyetimle yer almak istedim.

Nerden çıktı bu influencer olma fikri?

Doğal ve samimi dilimi sosyal medya üstünden hayatımı, farklı kesitleriyle paylaşarak daha geniş kitlelere ulaşmayı hedefledim.

Kimi, neyi etkilemek istiyorsun?

Yaptığım işlerde önce kendimi sonra da genç kitleyi etkilemeye çalışıyorum.

Amacın ne?

Amacım akılda kalıcı, dinamik ve yenilikçi içerikler ile medya da uzun süre var olmak.

Sence sistemde neler yanlış?

Taklit ve tekrara fazlasıyla açık bir sistem olduğundan dolayı orjinal ve özgün içerikler yeterince yerini bulamıyor.

İnsanlar seni takip ediyor, senden ilham alıyor. Sen kimleri takip ediyorsun. Senin beğendiğin influecerlar kimler?

Türk ve yabancı influencerları herkes gibi

Çocukken göz önünde iz bırakacak başarılı bir birey olmayı, girişimci ruhumla fark yaratmayı hayal ederdim.

elbette bende takip ediyorum ama geniş bir yelpazede değerlendiriyorum. Özellikle şu kişiyi şu tarzından dolayı değilde, benim o kişiyle ortak noktalarım neler? Diye bakıyorum.

Sence instagram ve youtube un hayatımızda ki yeri ne?

Meslek olarak içinde yer alan biri olarak rekabeti, hızı, varyasyonu ve sürdürülebilirliği açısından insanı fazlasıyla meraka sürükleyen ve keşfetmeye yönlendiren iki büyük platform oluşlarıyla bana göre birçok iş alanına yön vermekteler.

Bu sosyal mecralar sence kalıcı olacak mı? Yoksa TV'nin yerini kimse alamaz mı?

Her ne kadar sosyal medya ve TV olarak adlandırılan klasik medya ayrıştırılsa da aslında birbirlerinden besleniyorlar. TV'nin hiçbir zaman belli bir kesim izleyiciyi kaybedeceğini düşünmüyorum, sosyal mecralarında kalıcılığından ziyade değişkenlik göstereceğine inanıyorum.

İleride influencer olarak birçok marka iş birliklerine imza atacaksın, heyecanlı mısın?

Vermekte olduğum emeğin karşılığını almak adına heyecanlıyım.

Hayaller insanı ayakta dipdiri tutan bir olgudur, senin geleceğe yönelik hayallerin neler?

Gelecekle ilgili hayalim daha doğrusu hedefim içinde bulunduğumuz pandemi ve belirsizlik süreciyle herkes kadar ertelemelere uğradı. Yakın gelecekte hayalim daha geniş kitlelere ulaşıp kendimi ve yaptıklarımı paylaşabilmek.

Sence Türkiye'de ve dünyada marka kavramı nereye doğru gidiyor?

Şimdiye kadar bilinen ve kabul edilen marka kavramı artık kişiselleşti. Tüketicinin kendini markalaştırdığı bir döneme girdik.

Sosyal medya hesabında, takipçilerinle en sık hangi alanlarda etkileşim halindesin?

Youtube kanalımda izleyicilerimle önerileri, tavsiyeleri, yorumları ve eleştirileri üzerinden etkileşim halindeyim.

Youtube kanalımda izleyicilerimle önerileri, tavsiyeleri, yorumları ve eleştirileri üzerinden etkileşim halindeyim.



10 yıl sonra hangi konumda olmak istiyorsun?

Kendi program formatımı yaratmış ve daha geniş kitlelere ulaşmış olmayı hedefliyorum.

TV programı yapmayı düşünüyor musun?

Teklifler var. Doğru zamanda değerlendirmeyi düşünüyorum.



YASMİN GÜLMAN'IN Erler.



En sevdiğin film?
Babam ve Oğlum
En sevdiğin kitap?
Kardeşimin Hikayesi
En sevdiğin müzik?
Pop
En sevdiğin parfüm markası?
Kilian
En sevdiğin çanta markası?
Chanel
En sevdiğin saat markası?
Rolex
En sevdiğin Türk ressam?
Devrim Erbil
En sevdiğin yabancı ressam?
Claude Monet
En sevdiğin Türk tasarımcı?
Bünyamin Aydın
En sevdiğin yabancı tasarımcı?
Miuccia Prada
En sevdiğin Türk aksesuar tasarımcısı?
Bee Goddess / Ece Şirin
En sevdiğin yabancı takı markası?
Cartier
En sevdiğin ev aksesuar markası?
Christofle
En sevdiğin mobilya markası?
B&B
En sevdiğin mimar?
Zaha Hadid
En sevdiğin yemek?
Zeytinyağlı yaprak sarma
En sevdiğin restoran?
Papermoon
En sevdiğin yüz bakım ürünü?
Dilek Avşar hocam neyi uygun görürse.
En sevdiğin saç bakım ürünü?
Davines
En sevdiğin kaçış noktası?
Araba yolculuğu
En sevdiğin alışveriş arkadaşın?
Annem
En sevdiğin araba markası?
Range Rover
En sevdiğin yazlık ve kışlık seyahat noktası?
Yazın Bodrum / Kışın Uludağ
En sevdiğin kurtarıcı kombin?
Deri ceket, Jean, beyaz tshirt
En sevdiğin dolapta olmazsa olmazın?
Sneakers

THE BEST

MOM

HAPPY MOTHER'S DAY



ANNELERE EŞSİZ HEDİYE SEÇENEĞİ LION DIAMOND'TAN



Kişiye özel butik tasarımlarıyla değerli taşlara hayat veren Lion Diamond, Anneler Günü için annesine eşi benzeri olmayan hediye almak isteyenlere hitap ediyor.

BENİM ANNEM ELLE SHOES GİYER!

Elle Shoes'dan Anneler Günü'nde Ev Konforunda Adımlar...

Bahar koleksiyonunda değişen alışkanlıklar ve tercihlerle "konfor"u başrole taşıyan Elle Shoes, Anneler Günü'nde de birbirinden farklı tasarımlarıyla annenizin kalbini fethedecek!

Rahatlığın hayatımızın merkezinde olduğu şu dönemde, kolay giyilebilen, konforlu ve aynı zamanda da trendi koleksiyonlar tasarlayan Elle Shoes, tüm annelerin adımlarına renk katmak için hazır! 70'lerin vazgeçilmeyen trendi batik, samimi ve sıcak dokusuyla trendi annelerin tarzına eşlik ederken, zımba ve örgü detaylı takunyalar stilize anneler için tasarlandı. Uçuşan elbiselerle feminen bir tarz yaratan takunyalar, farklı topuk boylarıyla da oldukça iddialı...



ANNELER GÜNÜ HEDİYESİ ARMİS YATAK'TAN KEYİFLİ BİR UYKU İÇİN YATAKLAR

Armis Yatak, Anneler Günü'nde annesine en kullanışlı ve hoş hediyeyi almak isteyenlere, birbirinden farklı fonksiyonlara sahip yatak seçeneklerini sunuyor. Bu Anneler Günü'nde annesini şaşırtmak isteyenlere fakat ne alacağına bir türlü karar veremeyenlere Armis Yatak'ın yatak seçeneklerinden birini tercih edebilir. Ergonomik, sağlıklı ve konforlu yatak seçeneklerinden biri ile annenize eşsiz bir uyku keyfi sunarak gönlünü fethedebilirsiniz.

Armis Yatak ürün yelpazesinde; yatak, baza, yatak başı, ayak ucu başlığının yanı sıra uyku konforunu tamamlayacak yorgan, yastık, alez, bebek takımlarından oluşan beyaz grubu da yer alıyor.



ANNELER GÜNÜ'NÜ IŞILDAYAN NEVRESİM TAKIMI İLE TAÇ'LANDIRIN!

İnovatif ürünleriyle ev tekstilinde farklılık yaratan TAÇ, Anneler Günü'ne özel tasarladığı çiçek desenli nevresim takımıyla bahar ayının enerjisini yansıtıyor. Gündüzleri gün ışığını ya da florasan ışığını toplayarak geceleri bu ışığı yansıtan Glow özellikli Nevresim Takımı, özel deseniyle yatak odasında ışıltılı bir görünüm sunuyor.

TAÇ, Anneler Günü için hediye arayışında olanlara, romantik pembe rengi ve çiçek desenleriyle öne çıkan nevresim takımını sunuyor.

TAÇ'ın Glow özellikli yepyeni nevresim takımında yer alan kalp şeklinde çiçek görünümü, özel bir baskı teknolojisi sayesinde gündüzleri gün ışığını topluyor, geceleri ise bu ışığı yansıtarak yatak odalarını büyüleyici bir görünüme kavuşturuyor.



BEE GODDESS' TAN ANNELER GÜNÜ'NE ÖZEL MİRAS KOLEKSİYONU

İlhamını; dünyanın ilk yerleşim merkezi Çatalhöyük'te, M.Ö 7500' de doğmuş "tanrıçaların tanrıçası" olarak bilinen Ana Tanrıça'dan alan Bee Goddess, Miras Koleksiyonu ile yıllar boyunca en sevilen tılsımlarını Anneler Günü için yeniden yorumladı.

Annelerimizin ruhunun ışıltısını yansıtan Miras koleksiyonunda, anneden çocuğa ve diğer nesillere aktarılan sevgi, güzellik, cesaret, zeka, umut, üretkenlik, şefkat ve zarafet ışıklarını ifade eden mücevherler yer alıyor. Bee GoddessMiras Koleksiyonu için seçilmiş 7 sembol ve özel tasarımları anne ve çocuğu arasındaki sonsuz sevgi bağını ebedileştirerek nesilden nesile büyüyen bir ışığa dönüştürüyor.



BİZİ HERKESTEN İYİ TANIYAN ANNELERİMİZE ÖZDİLEK'TEN HEDİYE

Bizi herkesten daha iyi tanıyan annelerimiz için Özdilek Ev Tekstili'nin yüzde yüz pamuklu kumaştan hazırladığı Özdilek Mother's Love Nevresim Takımı, bu kez annelerini çok iyi tanıyan çocuklar için tam da onların zevkine hitap edebilecek bir hediye seçeneği oluşturuyor.

Mayıs ayının en özel gününde, annelerine sıcacık ve sevgi dolu bir hediye vermek isteyenlere Özdilek Ev Tekstili'nin özel günler için hazırladığı konsept ürünlerden olan ve 4 yastık kılıfından oluşan çift kişilik nevresim takımı, güzel bir hediye alternatifi oluyor.

Annelere İlmek İlmek Sevgi Örgüsü...
Yüzeyinde yumak yumak kalpler ve papatya desenleri bulunan Özdilek Mother's Love Nevresim Takımı, anneler ve çocukları arasındaki güçlü sevgi bağının ilmek ilmek örülmesini sembolize ediyor.



KALBİNİZİN PIRLANTASI ANNENİZ İÇİN

Ariş Pırlanta, Anneler Günü'ne özel prenses kesim pırlantalardan hazırladığı yüzük ve kolye modelleriyle, eşsiz hediye seçenekleri sunuyor. Kalbinizin en özel ve değerli pırlantası annenizin zarafetine yakışır bu takılarla, onun yüzüne paha biçilmez bir tebessüm yerleştireceksiniz.

Mücevherde trendleri belirleyen, tasarımlarıyla fark yaratan Ariş Pırlanta, Anneler Günü'ne özel prenses kesim pırlantalardan hazırladığı yüzük ve kolye modelleriyle, eşsiz hediye seçenekleri sunuyor. Kalbinizin en özel ve değerli pırlantası annenizin zarafetine yakışır bu takılarla, onun yüzüne paha biçilmez bir tebessüm yerleştireceksiniz.



C'ND'N, ANNELER GÜNÜ NDE GÖZ KAMAŞTIRIYOR

Tasarımlarında harmanladığı hem klasik hem modern çizgilerle öne çıkan C|ND|N ve kişiye özel mücevherler sunan C|ND|N Jewellery Design, Anneler Günü'nde hem zarif hem de özel mücevherleriyle dikkat çekiyor. Yansıma Koleksiyonu'yla karar vermekte güçlük çektiğimiz yanlarımıza dikkat çeken C|ND|N; değerli, yarı değerli taşlarla kişiselleştirilebilen Artdeko ve kişiye özel tasarıma sahip yüzükleriyle her detayı özel izler taşıyan tasarımlarıyla annenize verebileceğiniz en unutulmaz hediyeler arasında yer almaya hazır.

C|ND|N, hayal gücünüzü zorlayacak tasarımlar sunmaya devam ediyor. "Neyi yansıttığınız değerlidir" mottosunun altını çizen Yansıma Koleksiyonu, ışık oyunları ve geometrik çizgilere sahip tasarımlarıyla bu Anneler Günü'nde de öne çıkıyor.



HER ANNENİN TARZINA UYGUN MUTFAK MODELLERİ BODRUM MUTFAK MOBİLYA DA

Yenilikçi ve kaliteli tasarım anlayışı sayesinde her annenin tarzına uyum sağlayan mutfak modelleri ile ön plana çıkan Bodrum Mutfak Mobilya, Anneler Günü için düşünülen hediye alternatifleri arasında yerini alıyor. Country tarzını seven annelere Topaz mutfak modelini tasarlayan Bodrum Mutfak Mobilya, mavinin enerjisini ve sakinliğini evine taşımak isteyen anneleri ise Turkuaz ve Bodrum Mavisi mutfak modeli ile karşılıyor. Yaşam alanında buram buram doğallığı koklamak isteyen annelere Akik mutfak modelini sunan Bodrum Mutfak Mobilya, misafirlerini açık havada ağırlamak isteyen annelere ise Kameriye mutfak modeli ile keyifli deneyimler yaşatıyor.

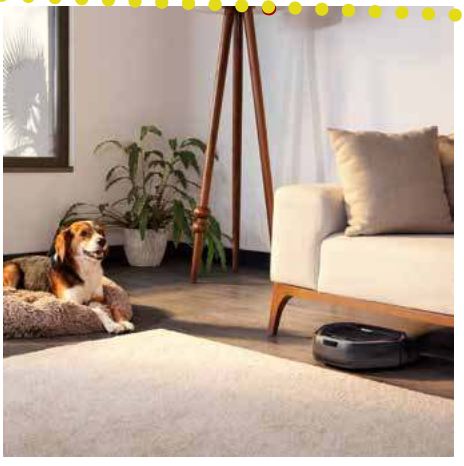
BRAUN DAN ANNELER GÜNÜ İÇİN YILLARA MEYDAN OKUYAN HEDİYELER

Tüketicilerin hayatını kolaylaştırmaya odaklanan Braun, Anneler Günü için en doğru hediyeyi bulma arayışında olanlara kalıcı hediye alternatifleri sunuyor. Braun güzellik porftöyünde yer alan kişisel bakım ürünleri, eşsiz tasarımları ve etkili performansları ile annelerin yıllar boyu kullanabileceği hediyeler arasında yer alıyor.

Mayıs ayının en özel günü olan Anneler Günü'ne sayılı günler kaldı. Her yıl olduğu gibi bu yıl da hayatının en değerli varlığı olan anneleri için doğru ve kalıcı bir hediye arayanlar, Braun'un yıllara meydan okuyan kişisel bakım ürünlerini tercih ediyor.









HER ŞEYİN EN GÜZELİNİ HAK EDEN ANNENİZ İÇİN ÖZEL BİR HEDİYE: HOMEND ALEX ROBOT SÜPÜRGE

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. Çünkü üstün teknolojik özellikleri ve performansının yanında, sıra dışı ve şık köşeli tasarımıyla mükemmel temizlik sağlayan Alex, tüm annelerden tam puan alıyor. Türkçe konuşan Alex ile temizlik keyfe dönüşsün, annenize de bu keyfin tadını çıkarmak kalsın.



DUYGULARINLA TASARLA, SHARPİE İLE RENKLENDİR

Hayallerinizin sınırlarını anneniz için zorlamaya ne dersiniz?.. Sharpie Fine kalemlerle anneniz için bardaktan tişörte, ayakkabıdan çantaya, buzdolabından duvarlara, ahşaptan kumaşa her yüzeye kalıcı çizimler yapıp, onun için en özel anneler günü hediyesini tasarlayabilirsiniz. Solmaya ve suya dayanıklı olan Sharpie kalemlerle boyanan eşyalar, rahatlıkla yıkanabiliyor; uzun yıllar canlılığını koruyor.



EV İŞLERİNİ GOLMASTER YAPSIN, ANNENİZ SİZE KALSIN

Yaşamımızın her alanına dokunan ürünleriyle fark yaratan Goldmaster; hem kullanım kolaylığı hem de zamandan tasarruf sağlayan ürünleri ile annelerin hayatına konfor katıyor, annelere de keyifli zamanlar kalıyor.

Mutfak ürünlerinden, ev bakımına, sağlıktan elektroniğe yüzlerce ürünün yer aldığı Goldmaster Küçük Ev Aletleri dünyası, Anneler Günü'nde hem mutfak hem de ev işlerinde zamandan ve güçten tasarruf sağlamak isteyen annelerin tüm ihtiyaçlarını karşılıyor. Dietist Buharlı Pişirici, Joker Dik Elektrikli Süpürge ve Lokomotif Buhar Kazanlı Ütü ile, annelerimiz çok yorulmuyor ve çocuklarıyla keyifli vakitlere zaman kalıyor.



KELEBEK İLE "MİNİK ELLER ANNELERİ İÇİN ÇİZİYOR"

Cumhuriyet tarihin en önemli markalarından Kelebek Mobilya, 23 Nisan özelinde "Minik Eller Anneleri İçin Çiziyor" adlı bir resim yarışması düzenliyor. 15 yaşını doldurmamış tüm çocukların katılım sağlayabileceği yarışmada ilk beşe girenlere Kelebek Mobilya, Genç Odası armağan ediyor.



ÖZEL GÜNLERİ FARKLI KILAN BİANCA LUNA SOFRA TAKIMLARI LİNENS'TE!

Birbirinden şık sofra grubu ürünlerine imza atan Bianca Luna, 12 kişilik yemek takımıyla özel günlerde sofraları eşsiz bir görünüme kavuşturuyor. Linens mağazalarında ve linens.com.tr'de satışa sunulan Bianca Luna Yemek Takımı Koleksiyonu; Anneler Günü'ne özel ideal bir hediye alternatifi de oluyor!



NİNE WEST İLE ANNELERE EN ŞIK HEDİYE!

Hayatın her alanında kullanabilecek tasarımlara imza atan Nine West, Anneler Günü'ne özel göz alıcı modeller sunuyor. Nine West farklı tasarımları ve rahat taban yapıları ile annelerin adımlarına renk katacak!

Zevkli annelerin tarzlarının tamamlayıcısı Ninewest ayakkabılar her daim şık ve elegan modelleriyle göz dolduruyor. Nine West Anneler Günü için hediye arayışında olanlara en iyi çözümü, 2021 İlkbahar-Yaz Koleksiyonu'yla sunuyor.



ATELIER REBUL DEN ANNENİZE BEREKET, MUTLULUK VE HİJYEN DOLU HEDİYELER

Atelier Rebul'de hediye bir sanattır. Her şeyin en güzelini ve en iyisini hak eden tüm değerli annelere, kendileri gibi eşsiz bir hediye sunan Atelier Rebul, Anneler Günü heyecanını sizinle paylaşıyor. Bu anlamlı güne özel hazırlanan setler, annenizin baş harfi ile kişiselleşiyor ve yazacağınız notunuz ile tamamlanıyor. Anneniz uzakta olsa bile, Atelier Rebul sizin yerinize ona hediyesini özenle ve hızla ulaştırıyor. Online mağazası www.atelierrebul.com.tr adresinde, İstanbul içi* aynı gün teslimat ayrıcalığı da sunan Atelier Rebul, tüm mağazalarında özenle yapılmış bu hediye setlerini anneniz için hazırlıyor.





DOĞANIN ANNELERİNDEN TÜM ANNELERE!

Her dönem, derin anlamları olan hediyeleri, sevdiklerimiz için sunan L'Occitane, bu Anneler Günü'nde doğanın annelerinin ellerinden çıkan içeriklere sahip doğal, organik güzellik ürünlerini hediye kutularına dolduruyor. Doğanın üretici anneleri, hem kendimize tabiattan aldıklarımızı ona geri vermemiz gerektiğini hatırlatıyor hem de annelerimize yürekten bağlılığımızı en güzel haliyle onlara gösterme fırsatını sunuyor.



ANNEMİZE YAKIŞACAK EN ŞIK HEDİYE

Koşulsuz sevgi beslediğimiz annelerimiz için hediye arayışları başladı. El işçiliğini modern ve şık tasarımlarıyla buluşturan Bloomsbury, annelere özel birçok hediye seçeneğiyle online alışveriş imkanı sunuyor. Çantadan telefon kılıflarına, pasaportluktan kartlıklara kadar geniş ürün yelpazesiyle, annenizin yanından ayırmayacağı hediye seçeneklerini bir araya getiriyor. Kullanım kolaylığı açısından her ayrıntısı düşünülmüş kişisel aksesuarlar, şık tasarımlarıyla da annelerimizin tamamlayıcısı oluyor.

Her yıl Mayıs ayının ikinci haftası kutlanan 'Anneler Günü' için hediye arayışları başladı. Bu özel günde annelerimizi mutlu etmek için hediye alternatifleri özenle belirlenirken, birbirinden farklı model ve renk seçeneği ile her zevke hitap eden Bloomsbury, annelerimiz için en iyi hediye alternatiflerini sunuyor. Kadınların hayatını kolaylaştırmak için her ayrıntısı düşünülmüş aksesuarlar, şıklığın da tamamlayıcısı oluyor. Krokodil ve floater derinin buluştuğu tasarımlar el işçiliği ile üretilirken, şık ve fonksiyonel tasarımlar anneniz için unutulmaz hediyelere dönüşüyor. İşlevsel ve şık bir hediye arayışındaysanız bloomsbury.com.tr adresinden tercihinizi yapabilirsiniz.



ECCE, ANNELER GÜNÜ'NÜ "MUM" YAZILI TASARIMLARIYLA KUTLUYOR

Birbirinden özel zanaatkar pırlanta ve tasarımlara sahip koleksiyonlar sunan ECCE, en kıymetli varlıklarımız olan annelere özel kişiselleştirilmiş tasarımlar sunuyor.

ECCE, Anneler Günü'ne özel hazırladığı MUM yazılı tasarımlarıyla özel bir hediye alternatifi sunuyor. ECCE, kişiye özel tasarlanan Name Tag Koleksiyonu'na ait "MUM" yazılı kişiselleştirilmiş ürünleriyle; hem annelerin, hem de kızlarının kullanabileceği özel bir sürprize imza atıyor.



ANNELER GÜNÜ HEDİYENİZLE "İYİLİĞİ PAYLAŞMAK" İSTER MİSİNİZ?

SosyalBen Vakfı, Anneler Günü'nde hem sevdiklerini, hem de çocukları sevindirmek isteyenler için "Sevgi Paketi'' hazırladı.

Türkiye'nin ve dünyanın birçok bölgesinde gerçekleştirdiği saha çalışmalarıyla bugüne kadar 45.000'i aşkın çocuğun hayatına dokunan SosyalBen Vakfı, Anneler Günü'ne özel olarak hazırladığı hediyeler ile iyiliği paylaşmayı hedefliyor. Anneler Günü'nde sevdiklerini mutlu ederken, çocukların da yüzünü güldürmek isteyenler için "Paylaşmak İyidir" sloganı ile www.sosyalbenstore.com da satışa çıkan Sevgi Paketi, kalpli bez çanta, kalpli spiralli defter ve kalpli küçük not defterinden oluşuyor.



YATAŞ BEDDİNG'TEN ANNENİZ KADAR ZARİF BİR KOLEKSİYON

Zengin desen ve renk seçeneğine sahip ev tekstili koleksiyonuyla fark yaratan Yataş Bedding, Anneler Günü için birbirinden özel tasarımlar sunuyor. Mor ve tonlarının hakim olduğu tasarımlar, zarafetleri ve şıklıklarıyla annelerin kalbini çalıyor.

Özgün tasarımları ve kalitesiyle fark yaratan ev tekstili koleksiyonlarına imza atan Yataş Bedding, annesi için bir hediye arayışında olanlara benzersiz alternatifler sunuyor. Şefkati ve koşulsuz sevgiyi temsil eden mor rengin ve tonlarının hakim olduğu tasarımlar, göz alıcı bir zarafete sahip...

ZADE VİTAL'DEN ANNELERE SAĞLIKLI BİR CİLT HEDİYESİ!

Sağlıklı yaşam dostu Zade Vital, 8 Mayıs Anneler Günü'nde hediyesiyle fark yaratmak isteyenlerin yanında... Cildin sağlıklı bir şekilde yaş almasını destekleyen Zade Vital Marine Kollajen, ciltte sağladığı gözle görülür farkla, anneleri gülümsetmeyi başarıyor.

Bu Anneler Günü'nde cildine özen gösteren kadınların tercihi Zade Vital Marine Kollajen oluyor. Cilde sinerjik etki sağlayan eşsiz formül, her yaşta güzelliğe davet ediyor. Marine Kollajen'in özel içeriklerinin klinik araştırmaları sonucunda; katılımcıların %88'inde derin çizgilerde dahi gözle görülür ve hissedilir bir azalma sağlıyor.









ANNELER İÇİN HAZIRLANAN SUNUMLARDA LAV DERİN SERİSİ ŞIKLIĞI

Özgün ve zarif tasarımlarıyla yaşamı güzelleştiren anların sahibi LAV, Anneler Günü'nde herkesi LAV Derin Serisi'nin birbirinden farklı boyuttaki bardaklarıyla annelerine sunum yapmaya davet ediyor. İçecek sunumları için her türlü yaratıcılığa ve tarife hizmet edecek LAV Derin Serisi, bu kez anneler için sofraları süsleyecek. Günün her anında kullanılabilecek modern dizayna sahip bu zarif hediyeler, LAV satış noktalarından ve www.lav.com.tr internet mağazasından satın alınabiliyor.



ANNELERİN TÜRK KAHVESİ KEYFİ ARZUM OKKA'DAN

Annenizle geçireceğiniz zamanların değeri ölçülemez. Hele bir de Arzum OKKA ile yapılmış Türk kahvesi içilerek edilen sohbetler eşliğindeyse paha biçilemez. Hadi bu Anneler Günü'nde ona bir sürpriz yapın ve karşılıklı Türk kahvesi içmenin tadına Arzum OKKA ile varın.

Annenizle karşılıklı içeceğiniz bol köpüklü bir Türk kahvesinin vereceği keyifle yarışacak çok az şey vardır. Türk kahvesi bir yorgunluk kahvesidir ve içtiğiniz her yudumda tüm günün, haftanın ağırlığını üstünüzden attığınızı hissedersiniz. Annenizin en keyifli anlarına eşlik etmek ve birlikte iki lafın belini kırarak geçirdiğiniz değerli zamanları uzatmak sizin elinizde. Bu Anneler Günü'nde Arzum OKKA ailesinden seçeceğiniz bir ürünle onu mutlu etmeye ne dersiniz?



ANNELER GÜNÜNDE ANNENİZİN HAYATINA RENK KATACAK EN GÜZEL HEDİYE VİOMİ IOT'HOME'DAN AKILLI ROBOT SÜPÜRGE

Yenilikçi ve kullanıcı dostu ürünleriyle hayatı kolaylaştıran, nesnelerin internet teknolojisi vizyonuyla geleceğin akıllı evlerini tasarlayan Viomi IoT@Home'un farklı renk ve seçeneklerdeki Akıllı Robot Süpürgeleri, anneler gününde annelerinizi sevindirecek en güzel hediye seçenekleri arasında yer alıyor.

ANNELER GÜNÜ'NDE UNUTULMAZ VE KALICI BİR HEDİYE VERMENİN YOLU ZEN'SİZ OLMAZ



Zen Pırlanta, Anneler Günü'ne özel yüzde 50 indirim fırsatı sunuyor. Üstelik 5.000 TL ve üzeri alışverişlerde pırlantalı saat kolye hediye...

Zen Pırlanta'nın zarif tasarımları arasında her anne için özel bir hediye seçeneği yer alıyor. Zen mağazaları ve www.zenpirlanta.com'dan Anneler Günü için yapacağınız alışverişlerde tektaş, beştaş, tamtur gibi klasik modellerin yanı sıra pırlantalı modern bileklikler, kolyeler ve renkli taşlı tasarımlar, yüzde 50 indirim fırsatıyla sizi bekliyor.



JOTTER ORİGİNAL İLE ANNELER GÜNÜNÜ RENKLENDİRİN

Başımızın tacı annelerimizin eline, İngiliz Kraliyet Ailesi'nin tercihi Parker'ın en popüler serisi olan Jotter Original'ın rengarenk tükenmez kalemleri yakışır. Dünyanın birçok ülkesinde tasarımı, şekli, dayanıklılığı ve hatta sesi ile bir ikon olan Jotter Original'ın tükenmez kalemleri; siyah, mavi, kırmızı gibi klasik renklerin yanı sıra beyaz, turuncu, açık mavi, fuşya, sarı ve yeşil renkleriyle annelerimizin hayatını renklendirecek.

Annelerimiz, hayatımızın gerçek kraliçeleri... Onlar her şeyin en güzeline layıklar... Yılın her gününde olduğu gibi Anneler Günü'nde de 'en özel' olduklarını hissetmeyi hak ediyorlar. Anneler Günü'nde annenize İngiliz Kraliyet Ailesi'nin tercihi olan Parker'ın en gözde serisi Jotter Original'ın renklerinden hediye edebilirsiniz.

ÜTÜ YAPMANIN EN SESSİZ VE EN GÜZEL YOLU: RUSSELL HOBBS QUİET SUPER STEAM PRO BUHAR KAZANLI ÜTÜ

Dünyada milyonlarca ev için hayat kolaylaştıran çözümler sunan elektrikli ev aletleri markası Russell Hobbs, teknolojiyi ve fonksiyonelliği bir arada sunduğu ürünü Quiet Super Steam Pro Buhar Kazanlı Ütü ile ütü yapmayı zahmetsiz kılmaya hazırlanıyor. Quiet Super Steam Pro, kolay kullanımı ve sessiz yapısıyla da bu Anneler Günü'n en dikkat çekici hediye alternatifi oluyor.













ANNELER GÜNÜ HEDİYE DESTİNASYONU: NETWORK

NetWork; farklı renk tonlarının hakimiyetindeki modern ve rafine tasarımlarından minimal stil kodlarına sahip Shoes&Bags seçkisine uzanan geniş ürün yelpazesiyle Anneler Günü için özgün ve şık hediye alternatifleri sunuyor.

NetWork, İlkbahar/Yaz 2021 koleksiyonunda Anneler Günü'ne yönelik birbirinden özel hediye seçeneklerine yer veriyor. Sezon trendlerinin hayat bulduğu koleksiyon temalarından her biri, stilinde şıklığı ve konforu iç içe geçiren annelere hitap ediyor.

HAPPY

Mother's Day

Cemiyetin ünlü annelerinden mesajlar var...



BAHAR ÇETİNSAYA

"Anne" olmak milat gibi; anne olmadan önce ve anne olduktan sonraki hayat arasında muazzam bir fark var. Evinizde pişecek yemeklerden, seçeceğiniz koltuk kumaşından, tatilde gideceğiniz otele kadar her şey mi değişir? Evet, değişiyormuş. Dış dinamiklerin değişmesi bir yana sorumluluklar sizi de değiştiriyor. Hayata bakış açınız, mizacınız şekilleniyor ama en önemlisi güçleniyorsunuz. Güçlendikçe oğullarım Çınar ve Yaman'ın hayatımı ne kadar değiştirdiğini daha iyi anlıyor, onlara sahip olduğum için her gün şükrediyorum. Her Türk kadınının özgür, kendi ayakları üzerinde durabilen ve güçlü olabilmesi dileğiyle, canım annemin ve tüm annelerin anneler günü kutlu olsun.

BEGÜM YÜCEL

Annelik bana göre koşulsuz sevgi ve her daim kalp çarpıntısı demek. Oğullarım Aslan ve Kaplan'dan çok şey öğreniyorum, her günün sonunda da "iyi ki anne oldum" diyorum. Kadına şiddetin bittiği, her kadının huzurla ve mutlulukla yaşadığı, daha özgür ve daha mutlu bir dünya olması dileği ile tüm annelerin gününü kutluyorum!





BESTE YURTTAŞ

Dünyayı çığlık çığlığa selamladıkları gün, kendimden daha çok düşündüğüm iki canım olmuştu. Annelik; tüm zor koşullara ve imkansıza göğüs geren, daha duygusal, daha duyarlı ve güzel düşleri de beraberinde getiren tarifi zor bir mutluluktu. Her anneler günü başımızın tacı tüm annelerimizi saygıyla selamlamayı ve evlatlarının hep gülen yüzlerini görmelerini temenni etmeyi unutmayalım.

Anneler günümüz kutlu olsun.

ENCİ ROCCOGRANDE



Annelik tarif edilemez, yaşanır. Daha önce anne olan arkadaşlarım duygularından bahsederdi anlayamazdım. Hayatınız tamamen değişiyor ve çocuklar için her türlü fedakarlığı yapmak istiyorsunuz, çocuklarınıza sonsuzluktan daha öte bir duyguyla bağlanıyorsunuz. Özellikle her geçen gün uyandığınızda daha da çok sevdiğiniz eşinizin bir parçası olduklarını düşününce daha da mutlu oluyorsunuz. Sadece annelik önemli değil, "anne ve babanın sevgisi" birlikte çocukların mutluluğu için önemli. İyi ki anne olmuşum. Öncelikle sevgili annemin ve tüm annelerin gününü kutlarım.



Anne olmak dünyanın en güzel duygusu. 3 çocuk annesiyim. İlk kez 18 yıl önce büyük kızım İlke'yi kucağıma aldığımda annelik duygusunu yaşadım. O zaman 25 yaşındaydım. 6 yaşında oğlum Ağahan ve 5 yaşında Begümhan'ın doğumlarıyla annelik duygusunu 3 kez tatmış Oldum. Hayatımda geriye dönük baktığımdaki tek iyikim 3 çocuğumun olması, tüm annelerin, anneler gününü kutlarım.

EVRİM BAŞARAN

FATOŞ MİLDON



Annelik benim için sonsuz şükür, eşi, benzeri olmayan bir lütuf, sabır, fedakarlık ve koşulsuz sevgi. Onlarla büyümek, en iyi arkadaşın, sırdaşın, omzuna yaslandığın, sıkı sıkı sarılıp, tek kişi olabilmek demek. İyi ki Alara'nın ve Turhan'ın annesiyim demek. Ben sadece annelerin değil bütün bu eşsiz duyguyu hisseden kadınların gününü kutluyorum.

FİGEN KIRAL



Ben çok genç yaşta iki evlat sahibi oldum. Dolayısı ile onları büyütürken de zorlandığım zamanlar oldu. Allah'a çok şükür ki onları çok güzel yetiştirdiğime eminim. Annelik çok özel bir duygu, ben çocuk sahibi olmadan önce annemin bizleri büyütmek için neler yaşadığını ancak anne olduktan sonra anladım. Ana gibi yar olmaz diye boşuna söylenmemiş. Gerçekten karşılıksız, tarifsiz bir sevgi var. Çocuk sahibi olmak isteyenler için hep dua ederim. Diğer taraftan kadına şiddet her geçen gün artmakta, umarım bu şiddetler artık son bulsun. Bütün evlatlara sesleniyorum, sizden beklediğimiz tek şey bir ömür sevgi ve saygı. Tüm annelerin anneler gününü kutluyorum.



Koşulsuz sevgiyi, fedakarlığı, bir bedende tek yürek olmayı ve daha birçok güzel duyguları anne olunca daha iyi anlıyor insan. Annelik her geçen gün yeni bir şeyler öğrendiğim, keşfettiğim çok keyifli bir yolculuk. İyi ki anneyim. Tüm annelerin anneler gününü kutluyorum

GÜLÇİN DERİNDERE



GÜLŞEN ŞENER

Bana göre dünyanın en büyük keşfi en güzel yolculuğu annelikdir; artık başka bir dünya başlar anne olunca onun Sevinçleri, üzüntüleri, neşesi senindir bir bedende aynı hislerin birleşmesidir..Başka bir aşkdır annelik ona ışık olmak, yol olmak, öğretici olmak dünyanın en büyük mutluluğudur... İyi ki çocuklarım hayatımda, bana verdikleri sevgiyle dünyam çiçek açtı, iyi ki Anneyim.... Buradanda önce kendi annemin ve sonra tüm annelerin anneler günü kutlu olsun...

İPEK TOPLUSOY



Annelik bu hayatta yaşadığım en kutsal his. Canınızdan bir canı yetiştirmek sevgiyle onunda size olan sevgisini, saygısını hissetmek Allah'ın bir insana verebileceği en muhteşem ayrıcalık. Gözünüzün önünde büyüyen kızlarını görmek onlarla büyümek muhteşem bir duygu. Birde şimdi onlara hem anne hem baba oldum. Allah'ımın takdiri, kızlarımı elimden geldiğince bugüne kadar olduğu gibi bundan sonrada en iyi şekilde yetiştirip büyüteceğim. Mutlulukla, sağlıkla inşallah. İyi ki benim kızlarım olmuşlar bir anne olarak çok şanslıyım. Öncelikle annemin ve tüm annelerin gününü kutluyorum.



Kelimelerle anlatılamayan fedakarlık ve karşılıksız sevgiyi yaşattıran melek annelerin anneler gününü kutlarım. Sağlıkla, huzurla, mutlulukla umarım daha nice anneler günlerini birlikte kutlayacağız.

MELEK KALKAVAN

MONİK İPEKEL



Benim çok sevdiğim bir atasözümüz var "ağlarsa anam ağlar gerisi yalan ağlar" ne doğrudur. Birde harika kelimemiz var "Toprak Ana" hiçbir lisanda olmayan biz de Anadolu toprağının annelerini temsil eden hakikatli, koruyan, üreten, çalışkan bizler analarımızdan ve aile büyüklerimizden bunları gördük. Hayat boyu çocuklarımızın da bizlerden görmesi için uğraştık. Yüreğinizden anne sevgisi hiç eksilmesin dileklerimle tüm annelerin, bu özel gününü kutluyorum.

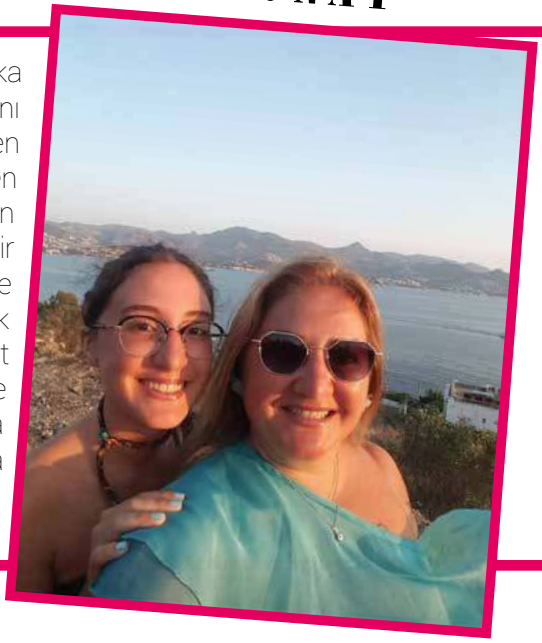


NİLGÜN ALP TELLİ

Onlara sahip olunca hayatımdaki en büyük sabrı, endişeyi, heyecanı, sevgiyi, acıyı, mutluluğu, merhameti yaşadım. Annelik o kadar kutsal ki, kelimelerle tarif edilemez. Tüm annelerin, anne olmak isteyenlerin ve kendini anne hisseden herkesin anneler günü kutlu olsun.

OYA ANLAR ONAT

Annelik neden kutsaldır biliyor musunuz? Çünkü başka hiçbir insan, kendi hayatını hiçe sayarak başkasının hayatını önde tutamaz ve başka hiçbir insan, bir diğerini kendinden daha çok sevemez. Anne herkesin yerini tutabilen ama kimsenin onun yerini tutamadığı kişidir. Babanın yokluğunda bile hem anne hem baba olabilen kişidir anne. Herkes bir kişiyken anne tek başına bin kişidir. Anne olmak için ille de hamile kalmak ve dünyaya getirmek gerekmiyor. Bir çocuğu korumak, kollamak, kol kanat germek, sorumluluğunu üstlenmek, birlikte büyümek te annelik bence. Beden doğurur Yürek büyütür. Hayatımda duyduğum en güzel söz. İlk başta kendi annemin daha sonra da doğurmuş, doğurmamış tüm annelerin gününü gönülden kutluyorum.





PERVİN ERSOY

Anneler günü hepimizin bildiği gibi anneleri anmak ve onurlandırmak amacıyla bütün dünyada kutlanan çok özel bir anma günüdür. Ben de bir anne olarak çocuklarımın hayat yolculuğunun en başından beri onları koruyan, kollayan her anları için endişelenen, sevgiyi onlara aşılayan bir anneyim çok şükür. Çocukları için fedakarlık yapan, onlara rehberlik eden, çocuklarının arkasında duran, sevgiden mahrum bırakmayan tüm annelerin günüdür anneler günü ve tabi bunların değerini bilen çocuklar için de çok özel bir gündür. Tüm annelerin ve anne adaylarının anneler gününü en içten dileklerimle kutluyorum.

SEDA VURAL



Hayat yaşadığımız anlardan ibaret. Bir resim, bir şiir, bir söz, bir fotoğraf; en sevdiklerimizle yaşadığımız en kıymetli anların kaydını tutar, duygularını taşır. Anneler çocuklarının sadece annesi değil, aynı zamanda hayat boyu oyun arkadaşıdır. Benim için anneler aününün en büyük anlamı, hayatımda ki en büyük armağanım, ömür boyu 'Oyun Arkadaşımın' hayatımda ki varlığının kanıtı olmasıdır. Tüm anneleri kutluyorum.



SELİN SARAL

Annelik benim için en kutsal görev. Annemin değerini, tüm annelerin kıymetini her gün daha fazla anlıyorum. Çocuklarım Alya, Arda ve Ayşe hayatımda olduğu için her gün şükrediyorum. Pandemi dönemini tüm dünyada anneler gerek işleri, gerek çocuklarının eğitim, gerek evdeki görevleri ile çok dirayetle karşıladı. Tüm annelerin gününü içtenlikle kutluyor, hepimize sağlıklı günler diliyorum.

SERAP SARI



Dünyanın belki de en güzel duygusu olan annelik; sonsuz sevgi ve hayat boyu birisi için duyulan sonsuz endişe duygusunu beraberce barındıran tek hissiyat. Kızlarım ve oğlum iyi ki varlar. Onlarla beraber "ben "yerine "biz "demeyi öğrendim. İsteyen herkesin vakti geldiğinde bu güzel duyguyu tatması dileğiyle, başta beni dünyaya getiren canım anneciğimin, bütün annelerin ve anne olmak isteyen herkesin bu anlamlı gününü kutluyorum.

SEYCAN TANFER



Anne olmak demek sadece çocuk doğurmak demek değildir. Anne olmak, çocuğun hasta olduğunda başından ayrılmamak, çocuğun sınava girerken ondan daha heyecanlanmak, iş görüşmesine giderken ondan daha tedirgin olmak, çocuğun bir şeyi başardığında ondan daha mutlu olmaktır. Anne olmak dünyanın en güzel sorumluluğu, en değerli duygusudur. İyi ki genç yaşta anne olmuşum da hem çocuğum hem arkadaşım olmuş. İnsan gerçekten de kendi şansını kendi yaratıyor. Oğlum benim en büyük şansım. Tüm annelerin anneler gününü kutlarım.

THE MYTHICAL CREAM



A CREAM INSPIRED BY MYTHOLOGY POWERED BY SCIENCE AND NATURE

Yoğun nemlendirme özelliğiyle cildin genç ve parlak olmasını sağlayan gelişmiş hyalüronik asit bazlı formül. Cildin beslenmesini ve yenilenmesini desteklemek için biraz C Vitamini. Çevresel faktörlerin oluşturduğu olumsuz etkileri azaltmak için bir tutam antik güzelliğin sihirli bitkisi Imparatoria.

cremadea.com @cremadea

FASHION WEEK ISTANBUL

FASHION WEEK ISTANBUL SON GÜNÜNDE DE GÖRKEMLİ ŞOVLARA EV SAHİPLİĞİ YAPTI

Fashion Week Istanbul'un son gününde podyum, Zeynep Erdoğan'ın, 50'li yılların Hollywood aktrislerinin göz kamaştırıcı siluetleri ile oryantal dokunuşun buluşması olan koleksiyonu ile açıldı. Erdoğan'ın ardından, Tuvana Büyükçınar'ın markası olan Tuvanam'ın moda filmi sahnelendi. Tasarımcının yeni trendleri minimal çizgilerle harmanladığı koleksiyon, "kozadan çıkışı" anlatırken, özlediğimiz korunmasız düzeni de hatırlatarak izleyenlere umut verdi. Tasarımcı Hatice Gökçe ise %100 doğal ve saf yün içeren ehram kumaşlarıyla karşımıza çıkardığı koleksiyonunda çevreye duyarlılığını ve sürdürülebilirlik konusundaki hassasiyetini de ön plana çıkarttı.













TUBA ERGİN 2021-2022 SONBAHAR-KIŞ KOLEKSİYONU: “CESUR YENİ DÜNYA”

İnsanoğlunun görünmeyecek kadar küçük bir tehlikeye karşı tarihin en büyük savaşlarından birini verdiği pandemi döneminin sonrasında toplumsal, ekonomik, siyasal, bilimsel ve kültürel değişimler de beraberinde gelecek. Yeni koleksiyonunda bu geçiş döneminin ruh halinden etkilenen Tuba Ergin, daha sorumlu, saygılı, düşünceli ve inovatif bir geleceğe taşınabilecek bir dünya hayalinden ilham alıyor. Tasarımcı Tuba Ergin, son koleksiyonu ile modada sürdürülebilirlik anlayışının sadece kullanılan malzeme ve üretim şekli ile sınırlanmadığını, aynı zamanda moda endüstrisine üretim yapan firmaların kullandığı enerji kaynaklarının da temiz olması gerekliliğine dikkat çekiyor.









CİHAN NACAR ‘IN YENİDEN DOĞUŞA GÖZ KIRPAN KOLEKSİYONU SEZONA DAMGASINI VURDU

Tasarımcı Cihan Nacar, Fashion Week Istanbul kapsamında sunduğu Sonbahar/Kış 21-22 defilesi ile izleyicileri büyüleyici bir zaman yolculuğuna çıkarttı. 15 Nisan Perşembe günü gerçekleşen defile, Nacar’ın rönesans döneminden aldığı ilhamın izlerini taşıyordu. ‘DIVINE’ adını taşıyan koleksiyonda canlı ve parlak renkler kabarık formlu kumaşlarla birleşerek adeta bir sanat eserine dönüştü.













ÇİĞDEM AKIN'DAN GLOBAL BİR KOLEKSİYON VE FASHION FILM...

Usta moda tasarımcısı Çiğdem Akın, Fashion Week Istanbul kapsamında ''Nobody Knows'' adlı Sonbahar/Kış 21-22 koleksiyonunu çok özel bir Fashion Film ile moda severlerin beğenisine sundu. Moda filmi, Hidiv Kasrı'nın büyüleyici atmosferinde tarih ve modanın flörtü ile dikkat çekici bir hal aldı. Başarılı mankenlerden Gunay Musayeva, Gizem Barlak ve Ecenaz Aytemur moda filminde ön plana çıkan oyunculuk yetenekleriyle göz doldurdu.



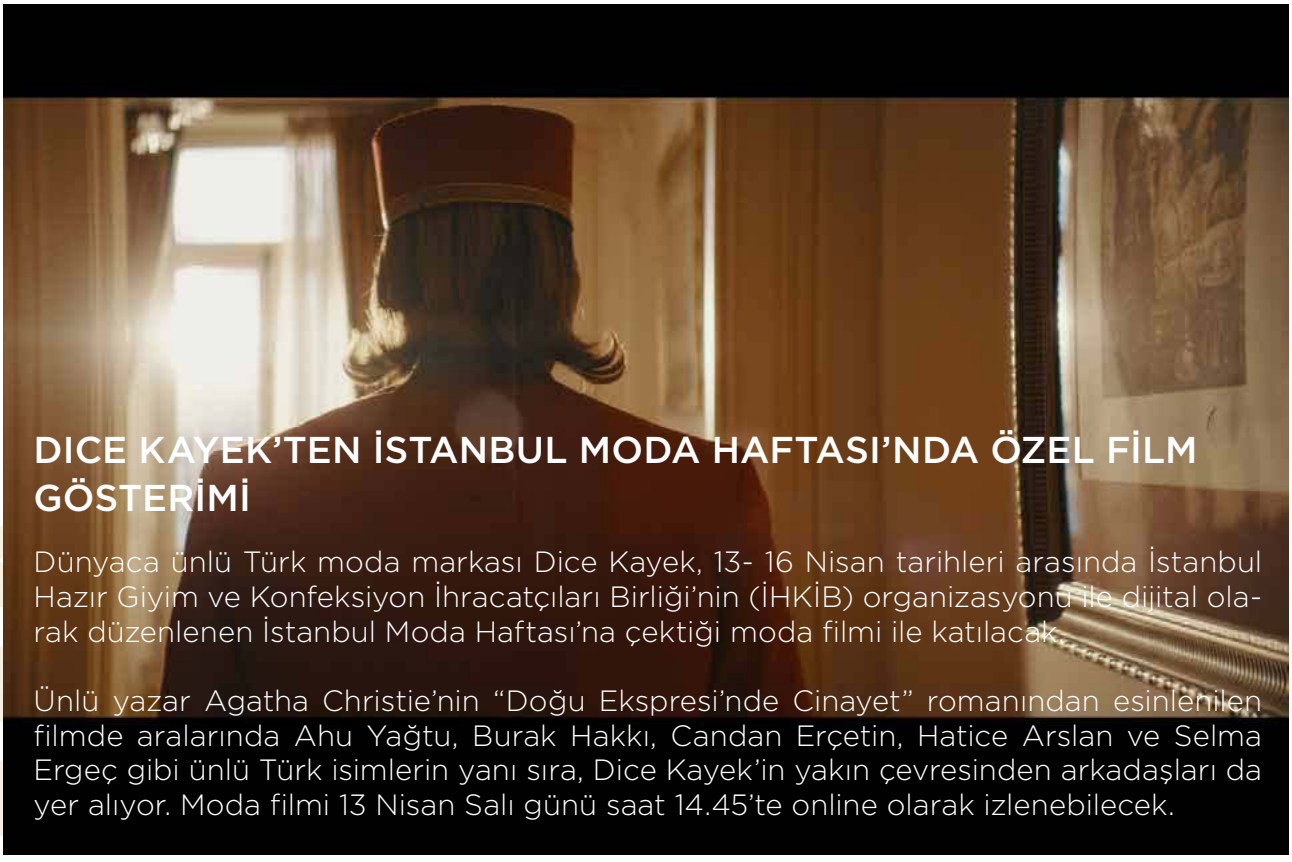












DICE KAYEK'TEN İSTANBUL MODA HAFTASI'NDA ÖZEL FİLM GÖSTERİMİ

Dünyaca ünlü Türk moda markası Dice Kayek, 13- 16 Nisan tarihleri arasında İstanbul Hazır Giyim ve Konfeksiyon İhracatçıları Birliği'nin (İHKİB) organizasyonu ile dijital olarak düzenlenen İstanbul Moda Haftası'na çektiği moda filmi ile katılacak.

Ünlü yazar Agatha Christie'nin "Doğu Ekspresi'nde Cinayet" romanından esinlenilen filmde aralarında Ahu Yağtu, Burak Hakkı, Candan Erçetin, Hatice Arslan ve Selma Ergeç gibi ünlü Türk isimlerin yanı sıra, Dice Kayek'in yakın çevresinden arkadaşları da yer alıyor. Moda filmi 13 Nisan Salı günü saat 14.45'te online olarak izlenebilecek.















LUG VON SİGA SS 2021 KOLEKSİYONUNU, DİJİTAL PLATFORMLAR ÜZERİNDEN GERÇEKLEŞEN FASHİON WEEK ISTANBUL KAPSAMINDA 13 NİSAN SALI GÜNÜ SUNDU.

Lug Von Siga'nın kurucusu ve kreatif direktörü Gül Ağış'ın karantinadan sonraki ilk koleksiyonu; Analog Diaries. Bu nedenle koleksiyon, bu üç aylık dönemde keşfedilen yeni duyguların bir tür özeti olarak karşımıza çıkıyor. Hayatımızda bir belirsizlik olduğunda, korku, umut, minnettarlık, öfke ve hayal kırıklığı duyguları birbirine karışır. Ağış, arka plandaki bu ruh halini ve psikolojik ikilemleri yansıtmak için LVS SS 2021 film ve lookbook görüntüleri için fotoğrafçı ve mimar Can Dağarslanı ile "Identities Series" kitabının devamı niteliğinde bir işbirliği yaptı. Analog Diaries koleksiyon çekimleri, LVS ve sanatçı Can Dağarslanı'nın yalnızca analog kamera kullanarak gerçekleştirdiği, adeta yeni dijital çağa ve arkasındaki hıza karşı muhalefet oluşturan bir işbirliği niteliğinde.















MEHTAP ELAİDİ, FASHİON WEEK ISTANBUL (FWI) KAPSAMINDA 15 NİSAN PERŞEMBE GÜNÜ SONBAHAR/KIŞ 2021 KOLEKSİYON FİLMİNİ HTTP://FASHİONWEEK.İSTANBUL ADRESİNDE SUNDU

Mehtap Elaidi'nin kreatif direktörlüğündeki tasarım ekibi Sonbahar/Kış 2021 koleksiyonu için herkesin içinde barındırdığı ikili kişiliklerden ve farklı kutupları barındırabilen yaşam tarzlarından ilham alarak başladığı koleksiyonda bu zıtlığı desenlere, kullandıkları tasarım detaylarına ve kup detaylarına taşıyor. #inandoutofthecocoon adlı koleksiyon, 2020 yılında tüm dünyayı etkisi altına alan pandemi sebebiyle herkes için değişen ev (koza) ve dışarısı kavramlarını fiziksel ve metaforik açıdan mercek altına alıyor ve bulgularını seyirciye kıyafetler aracılığıyla sunuyor.













MELTEM ÖZBEK SONBAHAR/KIŞ 2021 KOLEKSİYONUNU, DİJİTAL PLATFORMLAR ÜZERİNDEN GERÇEKLEŞEN FASHİON WEEK ISTANBUL KAPSAMINDA 14 NİSAN ÇARŞAMBA GÜNÜ SUNDU.

13-16 Nisan tarihleri arasında tamamen dijital platformlarda gerçekleşen Fashion Week Istanbul kapsamında, Meltem Özbek Sonbahar/Kış 2021 koleksiyon filmi fashionweek.istanbul adresinde yayınlandı.













TASARIMCI MERT ERKAN'DAN FİLM GİBİ DİJİTAL DEFİLE

Tasarımcı Mert Erkan, digitalrunway ve lookbook çekimlerini Sait Halim Paşa Yalısı'nda gerçekleştirdi. Toplam 18 look sergileyen ve adına "Cadılar Meclisi" adını verdiği Sonbahar/Kış 2022 kadın giyim koleksiyonunda sadece siyah renk kullandı. Koleksiyonun temasını Amerikan Korku Hikayeleri dizisindeki Cadılar Meclisi bölümünden ilham aldı. Üzerinde geliştirdiği hikayedefeminizme, zamanında yaşamış olan ve topluma değer katmış önemli kadınlara yer verdi. Bu kadınlar tarafından oluşturulmuş, kendi hikayesini kendi yazan, değerli kadınların meclisine gönderme yaptı. Buradaki silüetleri"cadı" olarak betimleme nedeni; aslında koleksiyona ruh ve şekil veren ana ve ara detaylar, konseyi oluşturan kadınların mistik yönleri, mistik çağrışımlar ve imgesel kavramlar oldu.













BOOK LOOK

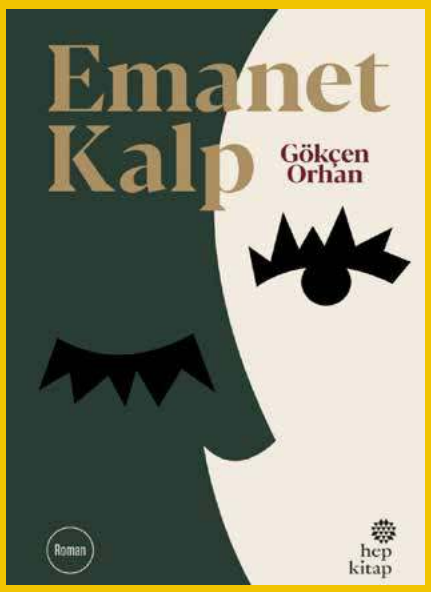
SALİH SEÇKİN SEVİNÇ, GERÇEK VE HAYALİ HARMANLADIĞI YENİ ROMANI RUHANİ İLE ARTIK EPSİLON YAYINEVİ'NDE!



Sıradışı romancı kimliği ve yaratıcı kalemiyle dikkatleri çeken yazar Salih Seçkin Sevinç, edebi kurgu alanındaki ikinci eseri Ruhani ile artık Epsilon Yayınevi çatısı altında! Salih Seçkin Sevinç metaforik anlatımlar ve felsefi öğretilere zenginleştirdiği yeni kitabında; sonsuzluğun içinde var olmaya çalışan ve Ruhani adıyla anılan bir varlığın, yeni tanıştığı duygulara karşı hissettiği heyecanı, kendisini ve aşkı keşfedişini kaleme alıyor. Beklenmedik bir anlatıya unutulmaz bir sonla nokta koyan yazar, "Platon'un ideaları ve Aristo'nun yeryüzü elementleri arasında sıkışmış bir aşk romanı" diyerek nitelendirdiği Ruhani'de gerçekle hayali harmanlayarak ikisini de tanınmaz hâle getiriyor.

PROF. DR. GÖKÇEN ORHAN'IN KALEMİNDEN UMUT DOLU BİR HİKÂYE

Yeni bir kalp? Peki kendi kalbim nerede? Beni yarı yolda bırakan, artık vücuduma yetmeyen kalbim... Ona ne oldu? Şimdi, "uyum sağladı" denilen bu kalp kimin? Kalp ve Damar Cerrahı Profesör Doktor Gökçen Orhan'ın ilk romanı Emanet Kalp, hep kitap logosuyla 26 Mart'ta raflarda.



MİYASE SERTBARUT'UN KALEMİNDEN KARNE HEDİYESİ AT KESTANESİ ÇIKIYOR

Çocuk ve gençlik edebiyatına kazandırdığı özgün eserlerle dikkat çeken, yalın ve akıcı anlatımıyla her yaştan okurun ilgiyle takip ettiği usta yazar Miyase Sertbarut'un yeni kitabı Karne Hediyesi At Kestanesi 1 Nisan'da piyasaya çıkıyor. Haylaz bir çocuk olan Suphi'nin hikayesinin anlatıldığı bu kitapta, hiç çalışmadan yüksek notlar almayı bekleyen, bunun için sınavlardan önce çeşitli hilelere başvurmaktan çekinmeyen ve bu sebeple başı bir türlü beladan kurtulmayan Suphi için bir gün okul müdürünün kendisini odasına çağırmasıyla işler tamamen değişiyor. Miyase Sertbarut, Karne Hediyesi At Kestanesi ile çocukları yine eğlence dolu bir maceraya sürüklüyor.



KİTAPLARI AYLARCA ÇOK SATANLAR LİSTELERİNDEN İNMEYEN M. BARIŞ MUSLU'NUN YENİ KİTABI "GECİKMELİ TESLİMİYET" KİTABI OKURLA BULUŞUYOR

Kitabı bitirdiğinizde artık bambaşka bir hayatınızın olacağını söyleyen Barış Muslu, "Sağlıklı, mutlu bir varoluşun sırrını, bu kitapla ellerinize bırakacağım, garanti ederim! NeuroFormat sistemini kullanan yüzbinlerce okurum kronik rahatsızlıklarını iyileştirdiler, fobilerini ve bağımlılıklarını yendiler, kilo sorunlarından kurtuldular. Geçmez denen alerjilerini, hayatlarını karartan kronik ağrılarını ve daha birçok ciddi rahatsızlığı alt ettiler. Bu güzel şeyler yaşanırken biz de ezber bozan gelişmelere şahit olduk" diyor.





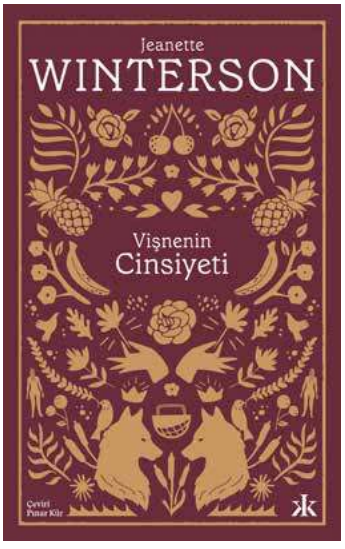
ÖDÜLLÜ İTALYAN YAZAR PAOLO COGNETTI'NİN İKİNCİ OTOBİYOGRAFİK ROMANI BILDIRCIN KARI – DAĞ GÜNLÜKLERİ KAFKA KİTAP LOGOSUYLA ÇIKTI!

İlk otobiyografik romanı Sekiz Dağ ile pek çok ödülü kucaklayan Paolo Cognetti, Kafka Kitap logosuyla raflarda yerini alan Bıldırcın Karı – Dağ Günlükleri'nde öyküsünü anlatmaya devam ediyor! Yelda Gürlek'in İtalyanca aslından dilimize kazandırdığı Bıldırcın Karı, tıpkı ilk kitapta olduğu gibi Cognetti'nin İtalyan Alpleri'nde geçirdiği çocukluğuna bir saygı duruşu niteliğinde... Şehirdeki yaşamının sıradanlığından bunalan ve bir zamanlar olduğu 'vahşi çocuğu' yeniden keşfetmek için kendini yeniden bir dağ evine atan Cognetti, lirik anlatımı ve etkileyici betimlemeleriyle doğanın gücünü, sürekli sorgulayan bir aklın gerekliliğini ve insan ruhunun direncini âdeta anıtlaştırıyor.

KAFKA KİTAP'TA NİSAN AYI

"Kesintiye uğrayan ilkbaharın çiçekler, böcekler ve etrafta gördüğüm kuşlar için bir haksızlık olduğunu düşünerek kendi kendime onlara ne olacağını sorarken Rigoni Stern'in geç gelen karların sınıflandırmasını yaptığı bir öyküsünü buldum. Martta yağan "kırlangıç karı", nisandaki "gugukkuşu karı" ve sonuncusu da "bıldırcın karı" idi. "Kuzeyden gelen bir bulut kümesi, bir esinti, aniden düşen hava sıcaklığı ve işte, mayıs karı. Sadece birkaç saat sürer, ama bu süre yuvalarındaki kuşları ürkütmeye, kovanlarının dışındayken baskına uğrayan arılara ölüm saçmaya ve doğurmayı bekleyen dişi karacaları endişelendirmeye yeter."





ADVERTORIAL

TECHnology

BOSCH VİTAPOWER SERİE 4 BLENDER İLE PÜRÜZSÜZ LEZZETLER



Pürüzsüz ve sağlıklı bir lezzete hazır mısınız? Bosch Ev Aletleri, 1200W'lık güçlü motor, Pro-Performance sistemine ve üç boyutlu cam tasarımlı hazneye sahip yeni VitaPower Serie 4 Blender ile mutfakta hızın, kolaylığın ve pürüzsüzlüğün altını çiziyor. Sağlıklı beslenmeyi odağına alanların mutfakta aradığı teknolojiyi sunan blender ile pürüzsüz içecekler, karışımlar, soslar ve kremalar hazırlamak artık çok kolay ve zahmetsiz.



RED DOT TASARIM ÖDÜLÜ CUPRA FORMENTOR'A

Otomotiv dünyasında henüz üçüncü yılı olmasına rağmen CUPRA Formentor, 2021 Red Dot Ürün Tasarımı Ödülü'nü kazanarak başarılarına bir yenisini daha ekledi. Model, Car of the Year (Yılın Otomobili) seçimlerinde de podyum görmüştü.

Dünya genelinde tasarım alanındaki çeşitliliği ve kaliteyi artırmak amacıyla 1955 yılından bu yana düzenlenen Red Dot ödülleri sahiplerini buldu. SEAT'ın bünyesinde, sportifliğin, performansın ve teknolojinin harmanlandığı bağımsız bir marka olarak faaliyet gösteren CUPRA'nın Formentor modeli 'Ürün Tasarımı' kategorisinde ödüle layık görüldü.







JAGUAR'IN LÜKS PERFORMANS SUV'U YENİ JAGUAR F-PACE TÜRKİYE'DE

Jaguar'ın lüks SUV'u Yeni Jaguar F-PACE, Jaguar performansını ve gelişmiş teknolojileri bir araya getiriyor. Sportif çizgileriyle sınıfında bir adım öne çıkan Yeni Jaguar F-PACE, kesintisiz ön tasarımının yanında, geniş ön ızgarası ve yeniden tasarlanmış hava girişleriyle dinamik görünümünü kuvvetlendiriyor. Yeni çift "J" blade signature farlar dikkat çekerken, entegre egzoz kaplamaları yeniden tasarlanan arka rüzgarlığı tamamlıyor. Tamamen elektrikli Jaguar I-PACE modelini anımsatan yeni stop grubu, aracın genişliğini vurgularken, yeni tampon tasarımı ve yeni bagaj kapağı da Yeni Jaguar F-PACE'e daha güçlü bir görünüm sunuyor. R-Dynamic tasarım seçeneği de sunulan Yeni Jaguar F-PACE, daha performans odaklı bir görünüme kavuşurken, ön tarafta yer alan hava girişleri için kullanılan krom çerçeveler ve tampon altlarında yer alan "Dark Techno" kaplamalar aracın etkileyici duruşuna katkı sunuyor.



SONY ELECTRONİCS, 60'INCI E-MOUNT LENSİ FE 50MM F1.2 G MASTER™ İLE ALPHA SİSTEMİNİN GÜCÜNE GÜÇ KATIYOR

Sony Electronics, büyük beğeni toplayan G Master full-frame lens serisine, kompakt ve hafif bir tasarımıyla olağanüstü çözünürlük sunan muhteşem bokeh ve yüksek otomatik netleme performasına sahip yeni G Master full-frame FE 50mm F1.2 GM'i (model SEL50F12GM) ile genişlettiğini açıkladı.

MUTFAĞIN UZMANINDAN TÜM EVLERE ÖZEL BESLENME UZMANI: THERMOMIX'LE FİT KAL!

Daha bilinçli beslenmek isteyenler, hem dengeli hem de leziz tarif çeşitliliği arayanlar için Mutfağın Uzmanı Thermomix rehber niteliğinde yepyeni kitabı Thermomix'le Fit Kal'ı çıkardı. Kullanıcılarına özel beslenme uzmanı gibi rehberlik edecek olan Thermomix'le Fit Kal kitabı ile bu yaz herkes forma girecek.









PORSCHE, TÜM ELEKTRİKLİ OTOMOBİLLER İÇİN TÜRKİYE'YE ŞARJ AĞI KURDU

Porsche, Türkiye'de tüm elektrikli otomobiller için şarj ağı kuran ilk otomobil markası oldu. Bugüne kadar ülke genelinde 7.8 milyon TL'lik yatırımla 100 adet şarj istasyonunun kurulumunu gerçekleştiren Porsche Türkiye, yıl sonuna kadar yatırım miktarını 10 milyon TL'ye şarj istasyonu sayısını ise 190 adede çıkarmayı hedefliyor.

2020 yılı sonunda Türkiye'de tamamen elektrikli otomobil satışlarında pazar lideri olan Porsche, elektrikli otomobiller için alt yapı yatırımlarına da devam ediyor. Marka geçtiğimiz yıl tamamen elektrikli ilk spor otomobil modeli Taycan'ı Türkiye'de piyasaya sürmesi ile Porsche şarj istasyonları ağını her geçen gün genişletiyor.

BEL FITIĞI SPOR YAPMAYA ENGEL DEĞİL

BEL AĞRISINDAN SONRAKİ BACAK AĞRISINA DİKKAT!

Bel ağrılarının nezle ve gripten sonra en sık görülen rahatsızlık olduğunu vurgulayan uzmanlar, en yaygın nedeninin de bel fıtıkları olduğuna dikkat çekiyor. Uzmanlar, mikrodiskektomi ve endoskopik diskektomi yöntemleri ile yapılan ameliyatlarda hastaların operasyondan sonra aynı gün içinde ayağa kalkabildiğini ve bir gün sonra taburcu olabildiklerini ifade ediyor. Üsküdar Üniversitesi Tıp Fakültesi NPİSTANBUL Beyin Hastanesi Beyin, Sinir ve Omurilik Cerrahı Prof. Dr. Mustafa Bozbuğa, bel fıtığı hakkında önemli bilgiler ve tavsiyelerini paylaştı.

Her hastalık bel ağrısına neden olabilir

"Omurga fonksiyonlarını iki temel üzerine oturtabiliriz" diyen Prof. Dr. Mustafa Bozbuğa, bu fonksiyonlardan birinin hareketi ve esnekliği sağlamak, vücuda binen yükü taşımak, diğerinin ise nöral dokuyu yani sinir dokusunu korumak olduğunu söyledi.

Omurga ve içerisindeki sinir dokusu ele alındığında omurganın lomber birinci omurun alt düzeyine kadar uzanan omurilik ve omurilikte her segmentten çıkan sinirlerden oluşan bir nöral yapıyı taşıdığını kaydeden Prof. Dr. Mustafa Bozbuğa, "Omurganın bir fonksiyonu yükü taşımak, hareketi ve esnekliği sağlamak, diğer fonksiyonu ise nöral dokuyu yani sinir dokusunu korumaktır. Dolayısıyla omurgayı omurilik ve etrafındaki yapılarla birlikte düşünmek gerekiyor. Etrafındaki yapılardan bahsetmek gerekirse boyun, sırt olarak düşünürsek akciğer ve kalp, bel olarak düşündüğümüzde de çeşitli karın organları yer alıyor. Tüm bu yapılara ait ve bunların ötesinde sistemik her hastalık teorik olarak bel ağrısına ya da omurga ağrılarına neden olabilir. Bunları da farklı oranlarda görüyoruz ama en yaygın olanı bel ağrısıdır ve bunun nedenleri de çok sıklıkla yumuşak doku problemleri ve bel fıtıklarıdır" dedi.



Omurgada zamanla bozulmalar oluyor

Üst üste duran bel omurlarının bir bölümünün ara yüzeylerini disk yapılarının kapladığını belirten Prof. Dr. Mustafa Bozbuğa, "Bu disklerin yükü taşımak, esnekliği sağlamak, yükü eşit bir şekilde omurgaya dağıtmak gibi mekanik fonksiyonları, nutrisyonel ve daha başka pek çok fonksiyonu vardır. Diskler son derece sağlam bir yapıdır ama omurga sürekli olarak çalışıyor. Otururken, yürürken, spor yaparken ve daha birçok aktivitede omurga aktif şekilde çalışıyor, sürekli bir yük taşıyor. Zamanla da bozulmalar ve zayıflamalar ortaya çıkıyor. Diskin belirli yerleri daha zayıftır. Oralardan fıtıklaşma yani yapının bozulması ve bulunması gereken alanın dışına taşması ortaya çıkıyor. Bu çok yaygın bir durumdur ve bel ağrıları nezle ve gripten sonra ikinci sıklıkta görülen bir şikayettir. Bel ağrılarının en yaygın nedeni de bel fıtıklarıdır" dedi.

Sinirlerdeki baskı bel fıtığına yol açıyor

Bel fıtıklarının çok farklı tipleri ve dereceleri olduğuna

Prof. Dr. Mustafa Bozbuğa
Beyin, Sinir ve Omurilik Cerrahı
info@peoplemag.com.tr



dikkat çeken Bozbuğa, "Duruma göre çok farklı tedaviler ya da uygulamalar gerekebiliyor. Beyin cerrahları ameliyat için bel fıtıklarında belli koşullar ve belli durumları ararlar. Bu koşullar da bel fıtıklarının yüzde 2-3 oranındaki hastalarda bulunur. Sinirlere baskı olması, fıtığın ve basının başka hiçbir şekilde düzeltilemeyecek derecede olması, klinik yansımaları olarak nörolojik fonksiyon kayıplarının olması, şiddetli ağrıların olması, ağrının başka türlü şekilde geçirilememesi, idrar ya da dışkı kaçırma kusurlarının ortaya çıkması gibi çok çeşitli şartlar vardır. Bu gibi klinik tablolarda ameliyat yapılıyor" ifadelerini kullandı.

Bel ağrısından sonra bacak ağrısı olduysa dikkat!

Prof. Dr. Mustafa Bozbuğa, 'Bel fıtığının tipine ve derecelere göre de ağrının karakteri farklıdır' dedi ve sözlerini şöyle sürdürdü:

"Omurlardaki disklerin etrafını çevreleyen kapsülün gerilmesi durumunda şiddetli bel ağrısı, tutulma ve düzleşme meydana gelir. Kaslarda şiddetli bir spazm olacaktır. Kapsül yırtılıp içindeki kıkırdağımsı dokunun dışarıya taşması durumunda bel ağrısı geçecek ama bu dokunun fıtıklaşması ve hemen yakınındaki sinir köküne baskı yapması sonucu bacak ağrısı ortaya çıkacaktır. Birçok hasta bu durumu karakteristik şekilde anlatırlar. Önce şiddetli bel ağrısından bahsediyorlar ama bel ağrısı geçtikten sonra bacak ağrısı yaşadıklarını ifade ediyorlar. Bacak ağrısı ile gelen hastaya bel fıtığı var dendiğinde ya da yapılacak ameliyatın belden yapılacağı söylendiğinde şaşkınlığa yol açıyor. Ağrı sinir köklerine baskı olduğunun işaretidir ama her bacak ağrısı da bel fıtığından kaynaklanmıyor."

Ameliyattan bir gün sonra hasta taburcu olabiliyor

Bel fıtığı ameliyatı için açık ve kapalı şeklinde adlandırmalar yapıldığını belirten Prof. Dr. Mustafa Bozbuğa, "Bu aslında bilimsel olarak kullanılmayan bir tanımdır. Hiçbir şekilde kapalı bir ameliyat söz konusu değil. Sorunlu alana müdahale için mutlaka bir yerden girilmesi gerekiyor. Yalnızca disk problemi ise geniş bir kesiğe gerek kalmıyor. Mikrodiskektomi ve endoskopik diskektomi bu hastalığın cerrahisinde altın standartlardır. Bu iki yöntemde de küçük bir cilt kesisinden giriliyor. Bu 1-1,5 santimlik kesi de ameliyattan sonra pek iz bırakmıyor. Mümkün olduğu kadar çok küçük bölgede işlem yapılıyor. Dolayısıyla çok az doku travması oluyor. Mikroskopla bakıldığı için üç boyutlu bir şekilde ve bölgenin daha iyi aydınlatılıp yapıların büyütülerek görülmesi mümkün hale geliyor. Disk çıkarılıp sinir yapısı serbestleştiriliyor ve ameliyat bu şekilde sonlandırılıyor. Aynı gün hasta ayağa kalkıyor, yürüyebiliyor ve ertesi sabah da taburcu olabiliyor. Ameliyat sonra bel fıtığında nüks görülme oranı yok denecek kadar az sayıdadır" dedi.

Bel fıtığı spor yapmaya engel değil

Bel fıtığının spor yapmaya engel olmadığını vurgulayan Prof. Dr. Mustafa Bozbuğa, "Tam tersine ameliyattan sonra ya da ameliyat gerektirmeyen bir aşamada ise ve ilaçla tedavi uyguladığımızda hastalara uzun dönemde mutlaka aktif olmalarını, bel ve karın kaslarını güçlendirmelerini istiyoruz. Düzenli, doğru ve bilinçli fiziksel aktiviteler yapmalarını öneriyoruz. Hastalar, kısa dönemde rahatlattığı ve ağrılarını hafiflettiği için korse kullanmayı tercih ediyorlar ama bunu pek istemiyoruz. Bel fıtığının ötesinde çok ağrılı durumlarda çok kısa süreli korse kullanılabilir; ancak, devamlı korse kullanıldığında kasları zayıflattığı için istenmeyen durumlar ortaya çıkabiliyor. Bu hastalıkların karşısında en önemli koruyucu unsur kaslar olduğu için kas yapısının güçlü olmasını istiyoruz" diye konuştu.

ÇOCUKLAR İÇİN EVLİ KALMAK MI?

Elbette herkes çekirdek aile yapısının bozulmamasını, çocukların anne ve babalarıyla bir arada, mutlu yaşamasını tercih eder. Her evlilik şansı hak eder. Ancak tüm çabalara rağmen bir arada olmak mümkün olmuyorsa düşünmek gerekir. Eş olmaktan vazgeçtikleri halde birlikte yaşamayı sürdüren ailelerin çocukları ruhsal olarak sıkışıklık hissi yaşıyorlar. Çocuk için evli kalmak, ailedeki sorunu çözmez. Çocukların boşanmaya gösterdikleri tepkinin asıl sebebi anne ve babalarından ayrılmayı istememeleridir. DBE Davranış Bilimleri Enstitüsü'nden Uzman Klinik Psikolog Ceren Kurtay Doğan anlatıyor...

Pandemi etkisiyle evlilik ve boşanmalarda sürecin ertelenmesine bağlı olarak istatistiklerde azalma görülen 2020 yılında, Türkiye'de 135 bin 22 çiftin boşandığı ve 124 bin 742 çocuğun velayete verildiği görüldü. Dünyanın dört bir yanındaki aileler, iş ve özel hayat dengelerindeki bozulma, ekonomik baskının artması, okulların kapalı olması ve ev işlerinde oluşan dengesiz dağılım sebebiyle büyük bir dayanıklılık sınavı verdiler. 2021 yılı ve devamında karantina önlemlerinin azalmasının boşanma sayılarında küresel bir artışa neden olacağı ise uzmanların öngörüleri arasında yer alıyor.

Boşanmak ve boşanmamak kararı çocukla ilişkilendirilmemeli

Eşler anlaşamadıklarına ikna oldukları durumlarda, bir arada kalmanın zorlayıcı ve yıpratıcı olduğuna karar verdiklerinde yollarını ayırma kararı alabilirler. Ailede müşterek çocukların varlığı ise çiftlerin boşanma kararını ve boşanma sürecini önemli ölçüde etkileyebilir. Çocuklar için yapılabilecek en güzel şey, evlilik içinde eşlerin saygıyı ve sevgiyi yeniden canlandırmak için elinden gelen çabayı samimice göstermesi, bunun için gerekiyorsa destek almayı kabul etmesidir. Her evlilik şansı hak eder. Ancak yine de olmuyorsa bir durup düşünmek gerekir. Çoğu anne-baba, eş olmaktan vazgeçmek istedikleri halde çocuklar için sürdürdükleri evliliklerde ruhsal olarak sıkışıp kalıyor. Halbuki kendini tüketmiş bir evlilikten çıkmak en çok çocukların iyiliği için gereklidir. Çocuklar yaşları kaç olursa olsun devam eden kötü evliliklerde sürekli yara alır. Aileler onlara hissettirsin ya da hissettirmesin, çocuklar hisseder; bazen sevgisizlik ve evliliğe hapsolmanın verdiği kötü enerji evin duvarlarına kadar siner. Böyle bir evlilikte kalmak, çocuklar için kalmak değil, çocukların süreç içinde aldıkları yaralara rağmen evlilikte kalmaktır.



Çocukların kaygıları boşanma değil anne-babadan ayrılık kaynaklı

Çocuklar anne ve babasının boşanmasını tabii ki istemez. Ancak asıl istemedikleri şey, anne ve babalarından ayrılmaktır. Onları bir daha görememek, çok özlemek gibi kaygılar sebebiyle boşanma seçeneğinden korkarlar. Boşanma sonrası çocukların anne

Ceren Kurtay Doğan
Uzman Klinik Psikolog
info@peoplemag.com.tr



ve babalarıyla olan iletişimleri sağlıklı bir şekilde düzenlenirse, anne-baba olma görev ve sorumlulukları aksatılmazsa, çocuklar çok kısa sürede bu yeni duruma adapte olacaklardır. Çocuklar anne ve babalarının mutsuz, kaygılı, güçsüz olmalarını istemez. Bu sebeple süreci iyi yönetmek için kişilerin kendi mutluluklarını önceliklendirmesi gerekir.

Sınırların doğru belirlenmesi önemli

Bazı çiftler ayrılığa alışma sürecinde yine çocukları sebep göstererek, çocuklarla hep beraber bir araya gelme planları yapabiliyor. Bazen çocuklar için yumuşak bir geçişin iyi olabileceğini düşünen anne babalar sınırları çizmekte ve korumakta kararlılık gösteremez. İyi niyetli bir düşünce de olsa bu durum adaptasyon sürecini uzatıp çocuklar için zorlayıcı sonuçlara sebep olabilir. Bazen de boşandığı halde "Haftada bir kez hep beraber yemek yiyoruz. Çocuklar durumdan olumsuz etkilenmesin istiyoruz" diyen çiftlerle karşılaşırız; bu durum aslında kendi adaptasyon süreçleri için çocukları bahane göstermeleri ile ilgili olabilir. Çocuklar için sağlıklı olan boşanmanın sınırlarının sağlıklı bir şekilde çizilmesidir. Boşanmak da bir sınırdır ve kendi içinde bazı kurallarla yaşanmalıdır. Anne ve babasının belli aralıklarla bir araya geldiğine şahit olan çocuklar için durum oldukça kafa karıştırıcı olabilir. Bu durum, anne ve babalarının tekrar bir araya gelebileceklerine, yeniden evlenebileceklerine inanmalarına da sebep olabilir.

Boşanma sonrasında çocukları haftada sadece birkaç gün görebilmek ya da yeni bir ilişki yaşamak çocuklara karşı suçluluk duygusu hissetmeye sebep oluyor gibi görünebilir. Ancak gerçekte olan, ebeveynlerin kendi çocuklukları ile ilgili bazı durumların tetiklenmesi ya da "Beni daha az sevecekler", "Beni unutacaklar" gibi kişisel kaygılarıdır. Boşanan anne – babalar kişisel kaygılardan kaynaklı yaşadıkları vicdan rahatsızlığı sebebiyle mevcut kuralları uygulamakta ve korumakta zorlanabilirler. Esneyen sınırlar ise kalıcı sınır ihlallerine sebep olabilir. Sınırları esnetmek, sevgiyi göstermek için doğru bir yöntem değildir. Kolaylıkla suistimal edilebilecek durumlara yol açabilir. Bu gibi durumlara karşı dikkatli yaklaşmak çocuklar için koruyucu olan bir davranıştır.

PETEK BAL MI SÜZME BAL MI?

Dünya üzerinde en çok Türkiye'de tüketilen bal peteği üzerinde çeşitli iddialar ortaya atıldı. Haliyle vatandaş süzme bal mı petek bal mı daha kalitelidir yanılgısına düştü. "Balda petek olmazsa olmazdır." diyen Bal Uzmanı Ahmet Bağran Aksoy, konu ile ilgili önemli açıklamalarda bulundu.

Bal mumu, arıların ballarını, polenini, arı sütünü depolamak, larvalarını koyarak kovandaki arıların nüfusunu arttırmak, yaşamsal faaliyetlerini geliştirmek için arıların vücudundan çıkarmış olduğu jel kıvamındaki maddenin hava etkileşimi ile yoğunlaştıktan sonra yine arılar tarafından kullanılmak üzere çiğnenerek olgunlaştırılan özel bir maddedir. Son günlerde bal peteğinin zararlı olduğuna dair söylemler ortaya atılıyor. Konuya ilişkin açıklamalarda bulunan 35 yıllık Bal Ve Arı Ürünleri Uzmanı Ahmet Bağran Aksoy: "Petek bal üretiminin meşakkatinden kaçanlar, spekülatif haberler ortaya atıyor. Kan akışını dengeleyen ve kalp hastalıklarına karşı direnç sağlayan petek, hor görülüyor. Petek yoksa arılar yoktur. Dolayısıyla hiçbir sebep ortaya konularak peteğin dışlanması, zararları olduğu söylenmesi doğru değildir." dedi.



Bal Peteğini Yakından Tanıyın

Peteğin, bal için sadece saklama kabı olmadığını dile getiren Ahmet Bağran Aksoy, ifadelerine şu eklemelerde bulundu: "Arılar peteklerini bal mumundan inşa eder. Peteğin içeresindeki bal, bildiğimiz gerçek ham balın ta kendisidir. Balın peteği antioksidanlar bakımından zengindir. Balı peteği ile beraber yemenin sindirim sistemi organlarına ciddi anlamda katkısı vardır."

"Petek Bal Asla Küçük Düşürülemez"

Petek olmadan balın sofralarımıza ulaşabilmesinin mümkün olmadığını dile getiren Etabal Yönetim Kurulu Başkanı Ahmet Bağran Aksoy, "Petekli balın vermiş olduğu doygunluk hissi zayıflamayı kolaylaştırır." açıklamasında bulundu. Petek balın doğanın sürdürülebilirliğine de katkı sunduğunu dile getiren Aksoy, "Süzme balın harmanlanması ve içerisine farklı ballar eklenmesi çok kolaydır. Petek balda bu işlemi yapamazsınız ve muhafazası çok zordur. Hakiki petek bal bulduğunuzda mutlaka edinin, ben 40 senedir petek bal tüketiyorum. Doğanın sürdü-

Ahmet Bağran Aksoy
Bal Uzmanı
info@peoplemag.com.tr



rülebilirliğine çok büyük katkısı olan petekler asla küçük düşürülemez." diye konuştu.



"Devletimiz Parafinle Mücadelede"

Tarım ve Orman Bakanlığı'nın ciddi denetimleri sonucu Türkiye'de üretilen petekli balların mumlarında parafin tarzı kimyasal maddelerin kullanılmadığını belirten Aksoy; "Fenni kovanlarda üretimi artırmak için plaka şeklinde kullanılan bal mumları gayet güvenli, kontrolleri yapılıyor ve hiçbir şekilde parafinli ürünler üreticilere ulaştırılmıyor. Arı kovanlarını güveden uzak tutmak için kullanılan naftalin ve parafin de artık rafa kalktı. Devlet bu konuya da el atarak bal peteklerinin güvenliğini tamamen sağladı. Kendini bilmeyen üreticiler kaçak yollarla bu tür sahtekârlıklar yapabilirler fakat bu tüm arıcılara mal edilemez ve peteğin dışlanması söz konusu olamaz. O zaman bize düşen; Arıların bu saygı duyulacak emeğinin tadını çıkarmaktır." İfadelerini kullanarak önemli eklemelerde bulundu: "Vatandaşlarımız, bal başta olmak üzere tüm arı ürünlerini güvendikleri kişilerden temin etsinler ve petek tüketmekten de vazgeçmesinler" dedi.

TOPLUMSAL RUH SAĞLIĞI İÇİN KADINLAR GÜÇLENDİRİLMELİ...

Pandemi sürecinde kadınların ailedeki yüklerinin çok arttığına dikkat çeken uzmanlar, bu durumun travmalara ve tükenmişlik sendromuna yol açtığını vurguluyor. Uzmanlar, "Kadınlara yüklenen fazla sorumluluklar kaygı düzeyini arttırmakta, strese yol açmakta ve uzun süreli kronik stres ve kaygı hali de psikolojik sorunlara dönüşebilmektedir" uyarısında bulunuyor. Bu dönemde görev ve sorumlulukların paylaşılmasını tavsiye eden uzmanlar, kadınların yaşadığı travmaların toplumu da etkileyerek "Toplumsal radyoaktivite"ye yol açabileceğinin altını çiziyor.

Üsküdar Üniversitesi NP Feneryolu Tıp Merkezi'nden, Uzman Klinik Psikolog Selvinaz Çınar Parlak, 8 Mart Dünya Kadınlar Günü'nde pandemi sürecinde kadın olmayı ve bu dönemin kadınlar üzerindeki etkilerini değerlendirdi.

Pandemi travmatik bir hal aldı

Pandemi sürecinin hayatın doğal akışını bozduğunu aktaran Selvinaz Çınar Parlak, insanların yaşamlarını büyük oranda evlerinde sürdürmek durumunda kaldığını hatırlattı. Bu süreçte aile sisteminin doğal akışının da bozulduğunu söyleyen Selvinaz Çınar Parlak, "Aileler üzerindeki hem psikolojik hem de fiziksel yük artarak strese neden olmaktadır ve bu uzun süreli stres oldukça ciddi travmatik bir süreç haline gelebilmektedir" dedi.



Günlük yaşamın yükü kadınlarda kaldı

Aile sisteminde "bakım verme" rolünün daha çok kadına atfedildiğini anlatan Uzman Klinik Psikolog Selvinaz Çınar Parlak, özellikle ataerkil toplumlarda ailenin bakım vereninin anne olduğunu söyledi. Kadınların yeterince desteklendiklerinde bakım veren rolünde oldukça olumlu deneyimler ve güçlü duygular yaşayabildiğini belirten Selvinaz Çınar Parlak, şöyle devam etti: "Ancak pandemi sürecinde aileler sosyal izolasyon ve desteğin azalması, meslek hayatının olumsuz etkilenmesi, maddi sıkıntılar gibi birçok güçlükle karşı karşıya kaldılar. Çocukların eğitimlerinin aksaması, yaşam tarzı ve alışkanlıklarının büyük ölçüde değişmesi, pek çok ek sorumluluk ve yükleri beraberinde getirdi. Günlük yaşamı organize etmekteki zorluk ve yüklerin, büyük oranda kadınlar ve annelerde kaldığını görmekteyiz."

Kadının yaşadığı travma aileyi etkiler

Taşıyabileceğinden fazla sorumluluk ile karşı karşıya kalmanın kadınların kaygı düzeylerini artırdığını

Selvinaz Çınar Parlak
Uzman Klinik Psikolog
info@peoplemag.com.tr



aktaran Selvinaz Çınar Parlak, bu süreçte çiftlerin iletişiminin ve sorumlulukları eşit paylaşmalarının her zamankinden daha da önemli bir hale geldiğini söyledi.

Uzman Klinik Psikolog Selvinaz Çınar Parlak, şu uyarılarda bulundu: "Kadınlara yüklenen fazla sorumluluklar kaygı düzeyini arttırmakta, strese yol açmakta ve uzun süreli kronik stres ve kaygı hali de psikolojik sorunlara dönüşebilmektedir. Tükenmişlik sendromu, depresyon ve kaygı bozuklukları uzun süreli ve kronik stres sonucu ortaya çıkabilmektedir. Bu süreçte kadınların yüklerinin arttığı ve stres yaşadıkları evlerde pandemi, travmatik bir sürece dönüşmektedir ve kadının yaşadığı travma etkisi tüm aileyi kaçınılmaz olarak etkileyecektir."

Toplumsal radyoaktivite yaşanabilir

Pandemi koşullarının aile üzerinde yarattığı stresin aile içi iletişimi bozduğunu ifade eden Selvinaz Çınar Parlak, ebeveynlerin psikolojik sağlığının da olumsuz etkilendiğini dile getirdi. Bu durumun aile sistemini olumsuz etkileyecek kalıcı sorunlara yol açabildiğini anlatan Selvinaz Çınar Parlak, şöyle devam etti:

"Pandemi sürecinde aile içi şiddetin arttığını, çocuklarda istismar oranlarında artış olduğu ve boşanma oranlarının da hızla artışa geçtiği bildirilmektedir. Anne ruhsal açıdan kötüleştiğinde çocuklara gereken duygusal desteği veremeyecektir, bu zorlu süreçte duygusal destek alamamış çocuklar da travmatize olacaktır. Aile sisteminde özellikle bakım veren anne ya da baba psikolojik olarak hastalandığında diğer aile üyeleri de bu durumdan olumsuz etkilenmekte ve uzun süreli kronik sorunlara yol açabilmektedir. Böylece toplumsal ruh sağlığı da olumsuz etkilenmektedir. Bu durumları Yolanda Gampel, 2009 yılında "radyoaktivite" kavramı ile adlandırmıştır."

Zorlu koşulların travmaları nesiller boyu sürebilir

Annenin yaşadığı stres ve travmatik izlerin çocuğun da ruhsallığında derin yaralara yol açtığını aktaran Selvinaz Çınar Parlak, savaş dönemlerinde ve zorlu koşullarda yaşanan travmaların bıraktığı izlerin nesiller boyu etkili olabildiğini söyledi.

Radyoaktivite kavramının, aile içinde yaşanan travmanın bulaşma ve yayılma gücünü ifade ettiğini söyleyen Selvinaz Çınar Parlak, "Bir anne ruhsal sorunlar yaşadığında çocukları da etkilenir ve bir aile travmatize oluyorsa bundan nesiller boyu kuşaklar etkilenebilir, aynı zamanda toplumsal sorunlara yol



açar. Toplumsal ruh sağlığımızı korumak ve sağlıklı çocuklar yetiştirmek için kadınları ve anneleri güçlendirmek önceliğimiz olmalıdır. Annenin ruh sağlığı son derece önemlidir ve mutlaka dikkate alınmalıdır" dedi.

Çocukların bakımı eşit oranda paylaşılmalı

Çocuklara bakım verme yükünün ebeveynlerce eşit oranda paylaşılması gerektiğini ifade eden Selvinaz Çınar Parlak, kadınlara, kendilerine kişisel zaman ayırabilmeleri konusunda destek olunması gerektiğini de söyledi. Selvinaz Çınar Parlak diğer önerilerini şöyle sıraladı: "Bakım yüklerinin ve ev içi sorumlulukların paylaşılmasına olanak sağlanmalıdır, aile bir bütün olarak sorumlulukları paylaşmalıdır. Pandeminin yarattığı olumsuz durumlarda sosyal destek alabileceği kamu kurum ve kuruluşlardan yardım talep etmelidirler. Aileler, çocuklar ve kadınlar için sosyal hizmet olanakları daha aktif hale gelmelidir. Kadınların ev ve aile içi sorumlukları ile artan yükleri konusunda destek alabilecekleri hizmet olanakları ve yararlanabilecekleri kamu hizmetleri oluşturulmalıdır."

Kadınlara yeni toplumsal sistemler gerekiyor

Annelik ve babalık işlevlerinin de iyi yapılandırılması gerektiğini aktaran Uzman Klinik Psikolog Selvinaz Çınar Parlak, kadınların ve çocukların fiziksel ihtiyaçlarının karşılanması kadar ruhsal ihtiyaçlarının karşılanmasının da önemli olduğunu dile getirerek sözlerini şöyle tamamladı:

"Bu süreçte babaların, çocuklarının ruhsal süreçleri hakkında ciddiyetle bilgilendirilmesi ve süreci destekleme çalışmalarına katılımı için destekleyici çalışmaların yapılması gerekmektedir. Kadınların güçlendirilmesi ailenin sağlığı açısından çok derece önemlidir. Yardıma ihtiyaç duyan kadınların taleplerini karşılayacak toplumsal sistemler gereklidir. Ailelerin farkındalığı için psikoeğitimler ve psikolojik destek mekanizmaları gerekmektedir. Stres altında olan tüm kadınlar ertelemeden psikolojik destek hizmetlerinden yararlanmalıdır. "

BEDİŞ KIZIN Bebişleri

NEW BORN BKB PHOTOGRAPHY

DOĞUM FOTOĞRAFÇILIĞI








BENAY ŞAHİN

İLETİŞİM

0533 498 18 38

www.bediskizinbebisleri.com
www.benaysahin.com

bediskizinbebisleri@gmail.com

benaysahin@gmail.com

instagram/bediskiz

facebook.com/bediskiz

KİLO VERMEK İÇİN KALORİ HESABI YAPARAK

KISIRDÖNGÜYE GİRMEYİN!

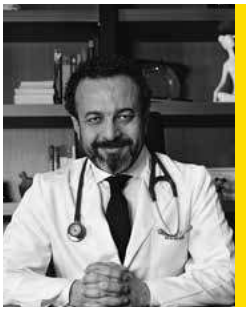
Yazla birlikte zayıflamanın daha fazla gündeme gelmesi nedeniyle önerilerini paylaşan Fitoterapi Uzmanı Dr. Ümit Aktaş, "Zayıflamak isteyenlerin yaptığı en büyük hata işe yaramayan mucize diyetlere başvurmak ve alınan her besinde kalori hesabı yapmak! Eğer sadece rakamlara, tablolara odaklanırsanız kilo veremez bir de sağlığınızdan olursunuz" diye uyarıyor.

Zayıflamada rehberiniz besinlerin "Glisemik indeksi" değeri olsun

Sağlığın en önemli parametrelerinden birinin dengeli seyreden kan şekeri olduğunu söyleyen Dr. Ümit Aktaş, "Kan şekerlerinin düzenli seyretmesini sağlayacak bir referans noktası oluşturmada kullanılan Glisemik indeks modelinden, sağlığını korumak isteyen herkes faydalanmalıdır. Bir yiyeceğin glisemik indeksi ne kadar yüksekse kan şekerini o kadar hızlı yükseltir. Hem glisemik indeksi düşük bir beslenme modeliniz olmalı hem de seçimlerinizi vitamin, mineral ve fitobesinler açısından zengin kaynaklardan yana yapmalısınız. Yani et, tavuk, yumurta gibi glisemik değeri 0 olan besinlere ağırlık verip baharatları, yeşillikleri, sebzeleri unutursanız yine kilo veremezsiniz! Çay şekerinin glisemik indeksi 59, beyaz ekmeğin 69, tam buğday ekmeğinin 72, kan şekerini jet hızıyla fırlatan saf glikozun ise 100'dür. Kilo vermek isteyenler kalori hesabı yapmayıp, besinlerin glisemik indeksi değerini rehber almalı" diye uyarıyor.

Sağlıklı yağ zayıflamaya yardımcıdır!

Zayıflamak isteyenlerin sofralarından yağı eksik etmemesi gerektiğini söyleyen Dr. Ümit Aktaş, "Zeytinyağı, kuyruk yağı, tereyağı gibi sağlıklı yağlar bilinenin aksine zayıflamaya yardımcı olur. Yağ tok tutar, kaliteli ve yüksek enerji verir. Diyetinizden yağı çıkardıkça onun yerine daha çok karbonhidrat tüketmeye başlarsınız. Yağı kısıtladıkça, yağsız beslendikçe bırakın kilo vermeyi daha çok kilo alırsınız. Sağlıklı yağların yanına protein de eklediğinizde saatlerce acıkmaz, açlık atakları yaşamazsınız. Aynı zamanda sağlıklı yağlar birlikte yendikleri yiyeceklerin glisemik indeksini düşürürler. Bir yemeği bol tereyağı ile pişirdiğinizde o yemeğin glisemik yükü de azalır. Aynı yemeği yağsız yaptığınızda ise glisemik indeksi yükselir" diyor.



Dr. Ümit Aktaş
Fitoterapi Uzmanı

Yanlış bilinenler neler?

- Light ürünlerin yağı alındığında glisemik indeksleri yükselir. Herkes light sütün daha sağlıklı olduğuna inanıyor. Bu sütlerin yağı azaldıkça şeker yoğunluğu artar. Dolayısıyla glisemik değerleri de yükselir.
- Portakalı bütün yediğinizde glisemik indeksi daha düşükken, suyunu sıkıp içtiğinizde ciddi oranda yükselir. Çünkü portakaldan lifi çıkardığınızda geriye bol bol şeker kalır.
- Patates püresinin glisemik indeksi haşlanmış patatese göre daha yüksektir. Çünkü patates parçalanıp püre hâline gelince daha çabuk sindirilir. Dolayısıyla da kan şekerini daha hızlı yükseltir.
- Sık sık yemek yiyerek metabolizmanızın hızlandığı doğru bir bilgi değildir. Bilim böyle bir beslenme modelinin kilo vermeye faydası olmadığını gösteriyor. Tam aksine küçük öğünler şeklinde günde altı öğün yiyerek kilo vermez, aksine daha da kilo alırsınız. Böyle bir beslenme modeli olsa olsa vücudun devamlı insülin salgılamasına neden olur. Bu da hem daha çok acıkmanıza neden olur, hem de yağ yakmanızı zorlaştırır. Protein ve sağlıklı yağlar içeren üç öğün, kendinizi saatler boyunca tok hissetmeniz için yeterlidir.



Tabağınızdakilerin ORAC Değeri Kaç?

Antioksidan kapasiteleri yüksek olan besinlerin tüketilmesinin kilo verme sürecinde önemli rol oynadığını belirten Dr. Ümit Aktaş, "Modern yaşamda maruz kaldığımız toksinler hücrelere zarar veren başıboş oksijen moleküllerinin oluşmasına neden olur. Yaşlanmayı hızlandıran, hücresel faaliyetlerin bozulmasına neden olan bu tehdide karşı en iyi savunma hattınız antioksidanlardır. Besinleri antioksidan kapasitelerine göre değerlendirme metodu olan ORAC (Oksijen Radikal Absorbans Kapasitesi) ile kilo verme sürecinizde tükettiğiniz her besinin antioksidan değerini anlayabilirsiniz. Eğer sağlıklı kilo vermek istiyorsanız mutfağınızdan antioksidan değeri yüksek bu baharatları eksik etmeyin" diyor.

Antioksidan kapasitesi (ORAC değeri) en yüksek 10 besin:

- Sumak (706.250)
- Kekik (kuru, 175.295)
- Biberiye (kuru, 165.280)
- Nane (kuru, 160.820)
- Tarçın (toz, 131.420)
- Zerdeçal (toz, 127.068)
- Kuşburnu (96.150)
- Fesleğen (kuru, 61.063)
- Kimyon (50.372)
- Zencefil (toz, 39.041)

Bunlar da Önemli:

• Susuzluğu açlıkla karıştırmayın: Susuz kaldığınızda sistem beyinden gelen sinyali yanlış algılayarak bunu açlıkla karıştırıyor.

• Stres kilo aldırır: Stresli olduğunuz zamanlarda daha çok yediğinizi, özellikle de tatlı, börek, çörek gibi besinler daha çok tüketilir. Kan şekerinin bu kadar uzun süre yüksek seyretmesi açlık atakları ve fazla kilolar anlamına geliyor.

• Tatlandırıcılar iştah açar: Sıfır kalori olduklarına, şeker içermediklerine bakmayın, vücut bunları tatlı olarak algıladığı için sisteme daha fazla insülin hormonu salınır ve açlık atakları kaçınılmaz olur.

Kilo vermek isteyenlerin uyması gereken 7 altın kural;

1. Ekmek ve tüm buğday ürünlerinden uzak durun.
2. Sağlıklı yağları artırın
3. Meyve tüketiminizi sınırlayın
4. Uykunuza özen gösterin
5. Egzersiz yapın
6. Magnezyum eksikliğine dikkat!
7. D vitamini rezervinizi dolu tutun

ÇOCUK ÖZLEMİNE
SON VEREN BESİNLER

Tekrarlayan gebelik kayıpları ya da tüp bebek tedavisinde yaşanan başarısızlıklar sonucunda çiftlerin çocuk özlemi her geçen gün artıyor. Çocuk sahibi olmak isteyen çiftler gebelik oluşmasında yaşanan sorunların önüne geçmek için neler tüketmeli? Sperm ve yumurta kalitesini arttırmak için nelere dikkat etmeli? Üreme Sağlığı ve İmmunolojisi Uzmanı Dr. Murat Berksoy, çocuk özlemine son veren besinleri titizlikle sıraladı.

Tüm dünyada gebelik kaybı yaşanma oranı %2, gebelik sonucu alındıktan sonra kayıp yaşanma oranı %15. Gebelik olduğu anlaşılmadan yaşanan kayıpların oranının ise çok daha fazla olduğu belirtiliyor. Normal yolla ya da tüp bebek tedavisi ile yaşanan gebeliklerde kayıp yaşanmasının önemli nedenlerinden biri de anne ve baba adaylarının bağışıklık sistemleri ile sahip oldukları genetik faktörler oluyor. Bu önemli iki faktör embriyoda DNA hasarına neden olabiliyor.

Üreme Sağlığı ve İmmunolojisi Uzmanı Dr. Murat Berksoy, çocuk özlemi çeken çitflerin hangi besinlerle olası bir DNA hasarının önüne geçebileceklerini ve aynı zamanda sperm ve yumurta kalitesini nasıl artırabileceklerini anlatan önemli bilgiler veriyor.

İşte anne ve baba adayları için sağlıklı bebeğe giden yolun reçetesi şöyle:



Anne adayları ne tüketmeli?

Arı sütü: Hormon dengesinin sağlanması için önemli bir destektir. Karaciğerin kendini temizlemesine yardım eder. Yumurtanın olgunlaşması sırasında genetik açıdan hasar görme ihtimalini azaltır. Vücutta inflamasyon, yani iltihaplanmayı azaltarak bağışıklığı destekler.

Nasıl kullanılır: İçeriği en doğal olan güvenilir bir marka tercih edilmeli ve günde bir çay kaşığı kullanılmalı.

Hayıt otu tohumu: Kadın doğurganlığı için kullanılan, bilinen en eski besin desteğidir. Adet düzensizliğine sebep olan hormon bozuklukları için çok faydalıdır. Adet öncesi gerginlik ve duygu-durum bozukluklarında rahatlatıcıdır. Düşüğü önleyici etkisi vardır. Progesteron hormonu eksikliğine bağlı infertilite tedavisinde kullanılır.

Nasıl kullanılır: Yarım tatlı kaşığı hayıt tohumunu hafifçe ezin. Bir bardak kaynar suya ezilen tohumları ekleyin. 5-10 dakika kadar demlendikten sonra süzün. Bu çayı günde 2 bardak tüketebilirsiniz.

Devedikeni: Vücuda giren toksinlerin etkilerinin temizlenmesine destek olur. Toksinlerin ve kimyasalların yumurtalıklara zarar vermesini önler. İltihap azaltıcı antioksidan etkileri yumurta olgunlaşma sürecinde çok yararlıdır.

Dr. Murat Berksoy
Üreme Sağlığı ve İmmunolojisi Uzmanı

info@peoplemag.com.tr






Nasıl kullanılır: 1 çay kaşığı ezilmiş devedikeni tohumunu 1 bardak sıcak suda 10 dakika demleyin. Günde 4-6 fincan tüketebilirsiniz.

Ananas: İçerdiği doğal kimyasallar ağrıları azaltıcı, kan akışkanlığını artırıcı, yaraları iyileştirici, sindirimi düzenleyici, ödem atıcı, iltihaplanmayı azaltan etkisi ile embriyonun rahme tutunma aşamasında yararlıdır.

Nasıl kullanılır: Özellikle sabahları kahvaltıda 2 dilim ananas yenmesi uygundur.

Baba adayları ne tüketmeli?

Çörekotu yağı: Temel yağ asitlerini içeren çörekotu yağı, en doğal katkısız hali ile fayda sağlayabilir. Sperm DNA hasarını azaltır. Bağışıklık sistemini güçlendirir.

Nasıl kullanılır: Her yemeğe bir kaşık eklenebilir.

Ginseng: Afrodizyak etkisi ile çok tercih edilir. Cinsel işlev bozukluklarında en çok kullandığımız besinlerdendir. Sperm sayısı ve kalitesini artırır. Testisleri zararlı kimyasalların zararlarından korur.

Nasıl kullanılır: Ginseng çayı bitkinin kurutulmuş köklerinden yapılmalı. Kökler rendelenerek veya küçük parçalar halinde kesilerek üzerine kaynatılmış ve 5 dakika soğutulmuş su dökülür. Bu şekilde 6-7 dakika demlenir. Günde 1-2 kez içilebilir.

Arı poleni: Arı poleni A ve B vitaminlerinden zengindir. Yüksek oranda protein içerir. Erkeklerde güç ve dayanıklılığı artırır. Sperm sayısı ve kalitesinin artmasında yararlıdır.

Nasıl kullanılır: Alerjisi olmayan kişilerde yemeklerle birlikte günde 1-2 yemek kaşığı olarak kullanılabilir.

Zerdeçal: İltihaplanmayı azaltıcı antioksidan etkisiyle spermin kalitesini artırarak, dölleme yeteneğinin iyileştirilmesinde yardımcıdır. DNA hasarını azaltır.

Nasıl kullanılır: Baharat olarak kullanılabildiği gibi zerdeçal taze bitkisi çay yapılarak ya da yemeklerin içine 30-40 gram eklenerek kullanılabilir.

Safran: Kaygı giderici olarak özellikle tercih ediyoruz. Cinsel fonksiyonları iyileştirici etkisi ile çocuk sahibi olmak isteyen baba adaylarında sıklıkla kullanılmaktadır.

Nasıl kullanılır: Yiyeceklerde baharat olarak kullanılabildiği gibi günde bir çay kaşığı salatalara eklenerek de kullanılabilir.






Z KUŞAĞI NE İSTER?

Geleceğin yeni oyuncuları Z kuşağı bireyler, sürekli değişen dünyaya damga vurmaya hazırlanıyor.

Sosyal medya ve tüm dijital mecralarda son günlerin öne çıkan konuları arasında Z kuşağı yer alıyor. Uzmanlar, 2000 yılı ve sonrası doğumlu bireylerin jenerasyonu olan Z kuşağını geleceğe damgasını vuracak kuşak olarak tanımlıyor. Z kuşağının hayatı ele alış biçimleri ve değerleriyle öncüllerinden belirgin farklılıklar sergileyeceği öngörülüyor.

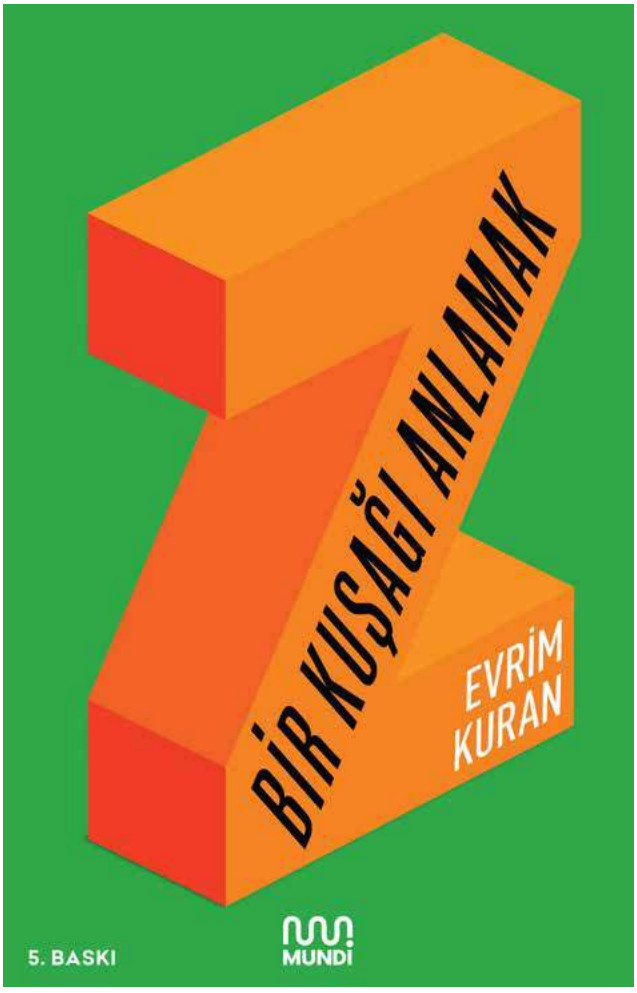
Türkiye'nin çeşitli illerinde, farklı kültürlere ve sosyoekonomik gruplara ait Z kuşağı bireyler ile birebir görüşmeler yaparak, derin bir araştırma neticesinde yazdığı "Z: Bir Kuşağı Anlamak" kitabıyla ses getiren Kuşak Araştırmacısı, Yazar Evrim Kuran, "Milenyum Çağı Gençleri" hakkına şunların altını çiziyor: "Kuşakları anlamak; geçmişi onurlandırmak, geleceği mümkün kılmak için fevkalade bir araç. Bugün dünyada demografik bir devrim gerçekleşiyor. Yaş 35 artık yolun yarısı değil ve bu demografik değişiklik hayatın her alanını etkileyen ve yakın gelecekte daha da etkileyecek olan yeni sosyal sınıfların oluştuğunu, yeni bir değerler setinin, yeni bir yaşam tavrının konuşulması gerektiğini anlatıyor. Dünya nüfusunun %32'si, Türkiye nüfusunun ise %30'u Z kuşağı. Bir başka deyişle ülkemizde 24 milyondan fazla 19 yaş ve altında birey var. Z kuşağı geleceğe damgasını vuracak olan kuşak. Hayatı ele alış biçimleri ve değerleriyle öncüllerinden belirgin farklılıklar sergileyecekler. Onların yetişkin bireyler halini alacağı gelecekte, sadeleşme, sürdürülebilirlik, girişimcilik ve sivil toplum inisiyatiflerinin değer kazanacağına, doğanın, barışın, yaratıcı zekânın her zamankinden daha kıymetli olacağı dönemler yaklaşıyor. Duygusal zekanın en önemli yetkinliklerden biri halini aldığı bu yeni çağın çocukları, dünyaya epeydir unuttuğu kavramları hatırlatacak. Z kuşağı da bir şeyler yaratma ve üretme konusunda becerileriyle geldiler. El işçiliklerini kullanarak bir şeyler yaratmaktan keyif alan, daha fazla eşyaya değil, daha anlamlı deneyime sahip olmak isteyen bir kuşak…



Z jenerasyonu henüz yetişkin değil, kendi içeriklerini yaratma fırsatı isteyen ve bu sebeple artık sunduklarımızın tüketicisi değil türeticisi olmayı talep eden yepyeni bir kuşak. Y kuşağının "tüketici merkezli" döneminden sonra Z kuşağı ile "bağlam merkezli" dönem başlıyor. Bu durum öğretmenleri, fikir liderlerini, markaları, şirketleri, sahnedeki bilge kişilik olmak yerine kolaylaştırıcı bir rehber olmaya zorlayacak. Yani eğitimden tüketime, üretimden iletişime her süreçte hegemonyanın ezberleri bozulacak ve fark yaratmak değil de birlikte değer yaratmaya odaklanılacak."

Evrim Kuran

info@peoplemag.com.tr



Küresel Köyün Kaygılı Çocukları

Z Kuşağını "Küresel Köyün Kaygılı Çocukları" olarak tanımlayan Evrim Kuran, "Bunu hem dünyadaki Z kuşağı araştırmalarına hem de Türkiye'nin Z kuşağı hakkında yaptığım araştırmalara dayanarak söylüyorum. Küresel olarak bakarsak, dünyanın doğal kaynaklarının en hoyratça tüketildiği dönemde dünyaya gelmiş bir nesil olarak çevresel temalara hassasiyetleri yüksek bir kuşak çünkü fiziksel dertleri çok olan bir dünya bıraktık onlara.

Türkiye'ye geldiğimizde ise dünyanın gelişmiş ekonomilerinin tamamından gençlerimizin stres seviyesi daha yüksek. Bu durum hem düşük gelir grubu hem de yüksek gelir grubu hanelerde böyle. Milenyum çağı gençleri ile yaptığımız çalışmalarda uzun zamandır karşımıza çıkan önemli bir temel değer: Adalet. Y kuşağının adalet ve eşitlik söylemlerini öncül kuşaklara göre çok daha fazla ve yüksek sesle talep ettiklerine yakın tarihimizde şahit olmuştuk; ancak Z'ye gelindiğinde bu talep daha da belirgin bir hal alıyor. Araştırmalarımızda çok farklı sosyoekonomik seviyelerden Z kuşağına dünyada tek bir şeyi değiştirebilseydin o şey ne olurdu sorusuna ilk sırada adaletsizlik ve eşitsizlik yanıtı geliyor. Türkiye'de yaşamak denince akıllarına ilk gelen çağrışımları sorduğumuzda birbirine hiç benzemeyen mahallelerden gençler aynı sözcükte buluşuyor: Zor.

Z kuşağı araştırmalarımız gösteriyor ki genç beyin göçünün mayası erken öğrencilik döneminde atılıyor. Gençlerimizin güvenli bir iklime ihtiyacı var. Ve sanırım en çok da gençliklerine yakışır biçimde umuda. Evet, dünyada kaygılı gençler. Ama Türkiye'de daha da kaygılılar." dedi.



YAZ AYLARINDA SIVI KAYBINA DESTEK İÇİN GÜNDE 5 PORSİYON SEBZE VE MEYVE TÜKETİN!

Su, vücudumuz için en önemli yaşam kaynaklarının başında geliyor. Vücudun susuz kalması cilt problemlerinden böbrek rahatsızlıklarına kadar ciddi sağlık sorunlarına neden olabiliyor. Özellikle yaz aylarında su kaybının fazla olması nedeniyle, su tüketiminin artırılması oldukça önemli. Sofra/Compass Group Türkiye Ülke Diyetisyeni Emel Terzioğlu Arslan, su dışında sıvı kaybına en çok destek sağlayan unsurun meyve-sebze olduğunu belirterek, günde 5 porsiyon meyve-sebze tüketilmesini öneriyor.

Su oksijenden sonra insan yaşamı için en önemli yaşam kaynağı. Vücudumuzun yaklaşık %70'i, kanın %83'ü, kemiklerin %22'si, beynin ve kasların ise %75'i sudan oluşuyor. Sağlıklı bir insan haftalarca yemek yemeden yaşamını devam ettirebilir ama susuzluğa dayanma süresi sadece birkaç gündür. Vücut ağırlığının %10'undan fazla sıvı kaybetmesi şiddetli halsizlik ve sıcak çarpmasına neden olurken, %20 kayıpta ise yaşam tehlikeye girer.

Suyun vücudumuzda besin maddelerinin hücrelere taşınması, toksinlerin atılması, kan hacmini oluşturması, vücut ısısını koruması, göz, ağız, burun ve deri yapısının nemliliğini sağlaması gibi birçok önemli fonksiyonu bulunuyor. Bu nedenle de vücudun su ihtiyacını karşılamak oldukça önemli.

Çay, Kahve ve Bitki Çayları Su Yerine Geçmez!

Yetişkin bir insanın günlük ortalama su ihtiyacı 8-10 bardak kadardır. Ancak bu sıcak ve nemli günlerde vücuttan sıvı kaybı artar.



Bu nedenle kaybedilen sıvının mutlaka yerine konması gerekir. Bu noktada bilinmesi gereken en önemli şeylerden biri çay, kahve ve bitki çaylarının sıvı ihtiyacını karşılamadığı ve su yerine geçmediğidir. Aksine bu içecekler idrar söktürücü etkiye sahip oldukları için vücuttan daha fazla sıvı atılmasına neden olurlar.

Sebze ve Meyveler Yüksek Su İçeriğine Sahip

Diğer yandan sıvı ihtiyacını karşılamaya destek olmak adına su içeriği yüksek olan besinleri beslenmenize ekleyebilirsiniz. Özellikle sebze ve meyveler oldukça yüksek bir su içeriğine sahiptir. Örneğin; salatalık, domates, kabak, biber, marul gibi sebzeler ile kavun, karpuz, çilek gibi meyvelere beslenmenizde daha çok yer vererek sıvı ihtiyacınıza destek olabilirsiniz. Bu yüzden günde 5 porsiyon sebze ve meyve tüketimine özen gösterilmeli.

Su Tüketimini Artırma Yöntemleri

- Suların içine salatalık, çilek, nane yaprağı, limon, kabuk tarçın gibi besinleri ekleyerek aroma verilebilir. Bu sayede su içmek daha keyifli bir hale gelecektir.
- Her sabah kalktığınızda mutlaka 1 bardak su için.
- Çalışma masanızda, çantanızda, yatağınızın başında, arabanızda her zaman ulaşılabilecek şekilde su bulundurun.
- Her gece yatmadan önce mutlaka 1 bardak su için.
- Telefonunuza su içmeyi hatırlatacak bir aplikasyon yükleyin.

ÇOCUKLAR neden yalan söyler?

7 yaşından sonra yalan söylemeye devam ediyorsa dikkat! Hayal güçleri gelişmiş olan 6 yaşından küçük çocukların gerçeklik ve fanteziyi ayırt etmekte güçlük çektikleri için hayallerle ilgili ifadeleri gerçek gibi anlatmaları normal karşılanıyor. 5 yaşından itibaren çocukların gerçeklikle yalanı fark etmeye ve kavramaya başladığını söyleyen uzmanlar, 7 yaş sonrası yalan söyleme eyleminin devam etmesi durumunda dikkat edilmesi gerektiğini ifade ediyor. Üsküdar Üniversitesi NPİSTANBUL Beyin Hastanesi Uzman Klinik Psikolog Nuran Günana, çocukların yalan söyleme nedenleri hakkında bilgiler paylaştı ve ebeveynlere önemli tavsiyelerde bulundu.

5 yaşında gerçeklikle yalanı kavramaya başlıyorlar

'Çocuklar neden yalan söyler ve yalan söyleyen çocuğa nasıl davranılması gerekir?' konusu ile sıklıkla karşılaştıklarını belirten Klinik Psikolog Nuran Günana, "6 yaşından küçük çocuklar gerçeklik ve fanteziyi ayırt etmekte güçlük çekerler. Hayal güçleri gelişmiş olduğu için ve gerçeklik duygusu henüz oluşmadığından hayallerle ilgili ifadeleri gerçek gibi anlatmaları normaldir. Çocuklar 5 yaşından itibaren gerçeklikle yalanı fark etmeye ve kavramaya başlar. Eğer 7 yaş sonrası yalan söyleme eylemi hala devam ediyorsa dikkat edilmesi gerekir" dedi.

Baskı çocuğa yalan söyletiyor

Günana, üzerinde oluşan baskı sonucu çocuğun yalan söyleyebileceğine dikkat çekti ve sözlerine şöyle devam etti:

"Çocuklar yanlış yapmaktan korktuğunda, ebeveynlerini hayal kırıklığına uğratmaktan ya da onlar tarafından cezalandırılmaktan korktuğunda yalan söyler. Yalan söylemek çocuğun yanlış bir şey yaptığının farkında olduğunu gösterir. Çocuk ödevini tamamlamadıysa bu sorunu yalan söyleyerek ve yaptığını söyleyerek çözmeye çalışır. Sokağa çıkma izni dolmasına rağmen eve geç gelen bir çocuk da nerede ve kiminle olduğu konusunda yalan söyleyebilir. Yalan söylemek, sonuçlarla yüzleşmek yerine onlardan kaçınmak için kullanılır. Bazen de bir sorunu nasıl çözeceklerini bilmediklerinden kaynaklanır. Eğer ödevini zamanında tamamlamadığı için yalan söylüyorsa, bunun nedeni ödevi zamanında nasıl yapacağını çözemediğidir. Ya da çatışmayla başa çıkmanın başka bir yolunu bulamadıklarında yalana başvurabilirler. Yani yalan söylemek bir tür problem çözme sorunu, beceri eksikliği ve sonuçlardan kaçınma sorunudur."



Nuran Günana
Klinik Psikolog
info@peoplemag.com.tr

Ebeveynler yalanın nedenini öğrenmeli

Ebeveynlerin bu konuda dikkatli olmaları ve çocuklarının neden yalan söylediklerini anlamaya çalışmaları gerektiğini ifade eden Günana, "Ebeveynlerin birçoğu çocuklarının bir şeyi elde etmek için veya yapmak istemedikleri bir şeyden kaçmak için yalan söylediklerini düşünürler. Ancak, çocukların yalan söylemeye dair bu motivasyonunun yanı sıra daha farklı sebepleri de olabilir. Bu sebeplerden biri yeni bir fikri keşfetmeleri ve sonucunda ne olacağını görmek istemeleri olabilir. Yani, 'bu konu hakkında yalan söylersem ne olur, karşımdaki kişi benim için ne yapar veya nasıl hareket eder? Bana ne kazandırır?' gibi varsayımlarla ebeveynlerini veya diğer insanları denemek için yalan söyleyebilirler" dedi.



Özgüveni olmayan çocuk yalana başvuruyor

Yalan söyleyerek başkalarının ne hissettiğini ve ne düşündüğünü bilmenin çocuklar için önemli bir sosyal beceri olduğunu söyleyen Günana, "Ancak, yalan söylemek çocuğun yaşamında süreklilik kazanmışsa ve gündelik yaşam becerilerini etkiliyorsa o zaman sorun teşkil ettiği anlamına gelir. Kendine güveni olmayan çocuklar, kendilerini başkalarının gözünde daha yetenekli ve özel olduğunu gösterebilmek için yalana başvurabilirler. Ayrıca başkalarının onayını alabilmek için de yalana başvurabilirler. Dürtüselliğin belirgin olduğu dikkat eksikliği ve hiperaktivite sorunu yaşayan çocukların ayırt edici özelliklerinden biri düşünmeden önce konuşmalarıdır. Bu sebepten dolayı çoğu zaman yalan söyleme eğiliminde olurlar. Bazen de ebeveynler çocukları iyi bir şey uğruna küçük yalanlar söylemeye teşvik edebilirler fakat bu durumun nasıl bir sonuca varacağını göremeyebilirler" diye konuştu.

Ebeveynler de davranışlarına dikkat etmeli

Klinik Psikolog Nuran Günana, 'Ebeveynlerin önemsemeleri gereken konulardan biri öncelikle kendi tutum ve davranışlarına dikkat etmeleridir' dedi ve sözlerini şöyle sürdürdü:

"Aşırı tepki veren ve aşırı olumsuz olan ebeveynler çocukları yalan söylemeye iterler. Çocuğun ne tür yalanlar söylediği, ne için söylediği ve hangi koşullar altında yalan söylediğine dikkat etmekte fayda vardır. Yani önemli olan şey yalanı gerekli kılan temelde yatan davranışa değinmektir. Eğer temelde yatan davranış değişir ve gelişirse yalan söylemenin nedeni ortadan kalkacaktır. Yalan söylemesini gerektirecek bir sebep bir daha olmayacaktır. Çocuk ev kuralları çok katı olduğunu düşündüğü için yalan söyleyebilir veya ev ödevleriyle ilgili çok baskı yapan anne ve babasına başka bir yol bulamadığı için yalan söyleyebilir. Bunun gibi birçok sebep gösterilebilir. Eğer ebeveynler çocuğa yalan söylediği için öfkelenip kızarsa çocuk daha da içine kapanır ve sebebin ne olduğu asla öğrenilemez. Bu tutum, çocuğun yalan söylemesini gerekli kılan davranışı değiştirmesine yardımcı olmaz."

Çocuğa güven aşılanmalı

Çocukların dikkat çekmek için söylediği yalanlar konusunda ebeveynlerin durumu görmezden gelmelerinde fayda olduğunu belirten Günana, "Sert bir şekilde uyarmak veya kızmak yerine, 'bu bir yalan ve bunun senin başına gelmediğini biliyorum' demelerinde fayda vardır. Çocuğa öfke ile cevap vermek yerine güven aşılanmalıdır. 'Bana gerçekte ne olduğunu anlatabileceğine inanıyorum' gibi cesaret verici geri bildirimler işe yarayacaktır. Çocukları yalan söylemeye iten olayları yeniden çerçevelendirip cesaretlendirerek tekrar denemeleri için fırsat yaratılmalıdır" dedi.

Yalanın altında psikiyatrik sebep olabilir

'Diğer yönden özgüven eksikliğinden dolayı yalan söyleme eğiliminde olan çocuklar için çok fazla o konu hakkında soru sormamakta fayda vardır' diyen Uzman Klinik Psikolog Nuran Günana sözlerine şöyle devam etti:

"Soru soruldukça çocuk dikkat çektiğini anlayarak kendini tatmin edecek ve yalan söyleme davranışı pekişmiş olacaktır. Genellikle çocuklar keyfi olarak yalan söylemezler, ne kadar yanlış olursa olsun bir nedenleri vardır. Ebeveynlerin görevi, çocuklara sorunları çözmenin uygun ve etkili yollarını öğretmek ve onlara yol gösterici olmaktır. Eğer her şeye rağmen çocuk patolojik yalan söyleme davranışı gösteriyorsa altında yatan birçok psikiyatrik sebep olabilir. Bu nedenle destek ve tedavi almak doğru bir yol olacaktır."

TÜKETİMİN SEYRİNİ
FENOMENLER BELİRLİYOR

İnternetin kullanılmaya başlaması ile birlikte geleneksel pazarlama yöntemleri yerini dijital pazarlamaya bırakıyor. Birçok farklı yöntemi barındıran dijital pazarlama popüler hale geliyor. Pandeminin de etkisi ile fiziksel alışverişin yerini sanal alışverişe bıraktığını belirten uzmanlar, sosyal medya fenomenleri tarafından paylaşılan tavsiyelerin alışverişlerde etkili olduğuna dikkat çekiyor. Uzmanlar, geribildirimlerin markalara hedef kitlelerini tanıma fırsatını sunduğunu ve aynı zamanda ürün ya da hizmetlerinde değişikliğe gitmelerine de imkanı tanıdığını ifade ediyor.

Üsküdar Üniversitesi İletişim Fakültesi Reklamcılık Bölümü Dr. Öğretim Üyesi Nihal Toros, son yıllarda geleneksel pazarlamanın yerini alan dijital pazarlama yöntemleri ile ilgili değerlendirmelerde bulundu.

Dijital pazarlama çift yönlü iletişim sağlıyor

Dijital pazarlamayı 'markaların çevrimiçi ortamda ürün ya da hizmetlerini tanıtmalarına imkân veren pazarlama süreci' olarak tanımlayan Dr. Öğretim Üyesi Nihal Toros, "İnternetin hayatımıza girmesiyle birlikte, geleneksel pazarlama yöntemleri önemini kaybetti ve bu yeni pazarlama kanalı hem markaların hem de tüketicilerin dikkatini çekmeye başladı. Geleneksel pazarlamanın tüketici ile kurduğu tek yönlü iletişimin aksine dijital pazarlamada çift yönlü iletişim devreye giriyor. İletişim sürecinin vazgeçilmez unsuru olan geribildirim, markalara hedef kitlelerini tanıma fırsatı sağlarken aynı zamanda ürün ya da hizmetlerin de değişikliğe gitmelerine de imkân tanıyor." dedi.



Fenomen pazarlaması öne çıkıyor

Dijital pazarlama stratejileri denildiğinde akla öncelikle sosyal medya ağlarının geldiğini belirten Dr. Öğretim Üyesi Toros, "Marka farkındalığını artırmak ve satışa destek olmak için Facebook, YouTube, Instagram ve Twitter gibi mecralar ve bu mecralarda sunulan içerikler ön plana çıkıyor. 2018 yılında yayınlanan bir rapora göre markaların en çok tercih ettiği sosyal medya platformları arasında Instagram yüzde 65 ile ilk sırayı, YouTube yüzde 30 ile ikinci sırayı alıyor. Tam da bu noktada influencer marketing/fenomen pazarlaması devreye giriyor. Fenomen pazarlaması, sosyal medya mecralarında belirli bir takipçi sayısına ulaşmış kişilerin ürün ya da marka ile ilgili deneyimlerini paylaştıkları bir pazarlama yöntemi olarak öne çıkıyor." diye konuştu.

Tüketiciler ürün alırken fenomenleri dinliyor

Ağızdan ağıza pazarlamanın öneminin zaten bilindiğini ifade eden Dr. Öğretim Üyesi Nihal Toros, "Tüketicilerin herhangi bir ürün ya da hizmetle ilgili olumlu deneyimlerini 5 kişiyle, memnuniyetsizliklerini ise 9 kişiyle paylaştıklarını düşünürsek tavsiyenin gücünü bir kez daha görmüş oluruz. Fenomen pazarlamasının hedef kitlelerini etkileme gücüne sahip içerik üreticiler vasıtasıyla ürün ya da hizmetleri ile ilgili bilgi ve yorum payla-

Dr. Öğretim Üyesi Nihal Toros
Reklamcılık Bölümü Dr. Öğretim Üyesi

info@peoplemag.com.tr



şımına imkân veren bir yöntem olduğunu söyleyebiliriz. Like Public & Big Cat Research tarafından 2018 yılında yapılan Türkiye Influencer Marketing araştırması; Türkiye'deki instagram kullanıcılarının yüzde 51'inin Instagram fenomenlerinin, YouTube kullanıcılarının da yüzde 26'sının bu alandaki fenomenlerin tavsiyeleri doğrultusunda ürün satın aldıklarını gösterdi." dedi.

Arama sonuçlarında üst sıralarda yer almak önemli

Fenomen pazarlamasının tek yöntem olmadığını vurgulayan Dr. Öğretim Üyesi Nihal Toros, "Dijital pazarlama dediğimizde arama motoru sonuç sayfasında üst sıralarda yer almak büyük önem taşıyor. Bunun için 2 yöntem bulunuyor. İlki organik olan Search Engine Optimization / Arama Motoru Optimizasyonu'dur. Web sitesinin arama motoru sonuç sayfalarında daha yüksek sıralamalarda gözükecek şekilde optimize edilerek siteye trafiği artırmak anlamına geliyor. Bir diğer yöntem ise Arama Motoru Pazarlaması'dır. Görünürlüğü artırmak için kullanılan ücretli çevrimiçi bir yöntem olarak tanımlanıyor. Bu yöntemde CPC (Cost Per Click) / Tıklama Başına Maliyet kullanılıyor yani sadece reklama tıklandığında ücret ödeniyor." ifadelerini kullandı.

Çerezlerle kullanıcılar takip edilebiliyor

"E-mail marketing" olarak bilinen e posta yoluyla pazarlamanın da dijital pazarlama yöntemleri arasında yer aldığını söyleyen Dr. Öğretim Üyesi Nihal Toros, "Tabii burada önemli olan üç nokta, gönderilen e-postaların kişiselleştirilmiş olması, gönderilen kişi tarafından belli bir süredir bekleniyor olması ve gönderilen kişinin ilgi alanının içinde olması şeklinde öne çıkıyor. Son zamanlarda remarketing ya da retargeting yöntemlerini de sıkça duyuyoruz. Daha önce bir web sitesini ziyaret etmiş ve etkileşime geçmiş kullanıcıları yeniden hedeflemeyi sağlıyor. Retargeting, çerezleri kullanıyor. Bu çerezler vasıtasıyla, kullanıcı siteden ayrıldığı andan itibaren takip ediliyor. Böylelikle markalar, tüketiciler diğer siteleri ziyaret ettiklerinde dahi kendi reklamlarını onlara gösterme imkânı yakalamış oluyorlar." diye konuştu.

Pandemi markaları dijitalde daha etkin olmaya yönlendirdi

Dr. Öğretim Üyesi Nihal Toros, dijital pazarlamada yöntemleri çoğaltmanın mümkün olduğunu söyledi ve sözlerine şöyle devam etti:

"Burada önemli olan dünyanın sürekli bir değişim içinde olması ve pazarlama dünyasının da bu duruma ayak uydurarak yeni uygulamalar geliştirmesidir diyebiliriz. Tüketiciler olarak her gün binlerce mesajla karşılaşıyoruz ve bazen bunların farkına bile varmıyoruz ve reddediyoruz. Değişen tüketici davranışları karşısında, pazarlama dünyası da dijitale doğru evriliyor. Hepimizin yanında 7/24 cep telefonlarımız ve internetimiz var. Bu, pazarlama dünyası için inanılmaz bir fırsat. Geleneksel pazarlamanın temel prensiplerinden olan 'hedef kitle ile iletişim', dijital pazarlamada da ortaya çıkıyor. Sadece mecra ve yöntem değişiyor. Ayrıca dijital pazarlamada; tüketici davranışlarını takip etmek, kontrol etmek ve bu davranışlara uygun pazarlama ve satış yöntemleri geliştirmek çok daha kolay. Hedef kitlenin ihtiyaçlarına ayak uydurmak her zaman markaların birincil hedefi oldu. Pandemi döneminde de değişen tüketici ihtiyaçlarının karşılanması gerekliliği, markaları dijital ortamda daha etkin olmaya yönlendirdi."

Fiziksel alışverişin yerini sanal alışveriş aldı

Covid 19 salgınının hem küresel değişikliklere hem de tüketicilerin satın alma davranışlarında değişikliklere neden olduğunu belirten Dr. Öğretim Üyesi Nihal Toros, "Sokağa çıkma yasakları ile karşılaşan ve zamanının çoğunu kapalı ortamlarda izole bir şekilde geçiren tüketiciler, çevrimiçi alışverişe yöneldiler, dolayısıyla e-ticaret hacminde büyük bir artış gözlemlendi. Hali hazırda gelişim göstermiş olan dijitalleşme hareketi, pandemi süreci nedeniyle tetiklendi. Fiziksel alışveriş deneyiminin yerini, sanal alışveriş aldı. Tüketiciler internet ortamında daha fazla zaman geçirmeye ve yeni ürünler keşfetmeye başladılar. Bu durum da markaları dijital pazarlama uygulamalarına yönlendirdi." diye konuştu.

YUMURTA DONDURMAK İÇİN İDEAL YAŞ; 35 VE ÖNCESİ

Üreme fonksiyonları risk altında bulunan kadınların gelecekte çocuk sahibi olabilmeleri için sağlıklı yumurtaları alınarak dondurulabiliyor. Uzmanlar bu işlemin yapılabilmesi için en uygun yaşın 35 ve altı olduğunu ve kadınların adet döngüsü üzerinde bir etkiye yol açmadığını belirtiyor.

Üsküdar Üniversitesi Kadın Hastalıkları ve Doğum Anabilim Dalı Başkanı Prof. Dr. Cem Çelik, kadınlarda uygulanan yumurta dondurma işlemiyle ilgili merak edilen konuları anlattı.

Yumurta dondurma ilerleyen yıllarda sağlıklı kullanmak için yapılır

Kadın doğurganlığının yumurtalık dokusu içerisinde bulunan yumurtalar aracılığıyla gerçekleştiğini hatırlatan Prof. Dr. Cem Çelik, henüz anne olmamış olan kadınların, ilerleyen yıllarda hamile kalabilme şanslarını artırmak için yumurta toplama ve dondurma işlemlerini tercih edebileceğini belirtti.

Yumurta toplama işlemini, "rahimdeki sağlıklı yumurtaların tıbbi müdahaleyle ve cerrahi yöntemler kullanılarak vücuttan çıkarılması" şeklinde tanımlayan Prof. Dr. Cem Çelik, "Yumurta dondurma işlemi ise alınan yumurtaların genetik yapıları bozulmayacak ve ilerleyen yıllarda sağlıklı bir şekilde döllenebilecek şekilde dondurularak bekletilmesine verilen isimdir. Elektif yumurta dondurma, diğer adıyla sosyal yumurta dondurma belirli nedenlerle doğurganlıklarını ertelemek isteyen kadınların üremelerini korumak amacıyla yumurtalarını dondurmasıdır." dedi.



Prof. Dr. Cem Çelik
Kadın Hastalıkları ve Doğum Anabilim Dalı Başkanı

Üç durumda uygulanabiliyor

Prof. Dr. Cem Çelik, Türkiye'de 2014 yılında yayınlanan yönetmeliği göre üç kategorideki kadınlara yumurta dondurma işlemi gerçekleştirebileceğini belirterek şunları söyledi:

"Kemoterapi ve radyoterapi gibi gonad hücrelerine zarar veren tedavilere girecek kadınların öncesinde, üreme fonksiyonlarının kaybedilmesine yol açacak olan ameliyatlara (yumurtalıkların alınması gibi operasyonlar) girecek kadınların

info@peoplemag.com.tr



öncesinde ve düşük over rezervi olup henüz doğurmamış veya aile öyküsünde erken menopoz hikayesini üç uzman tabipten oluşan sağlık kurulu raporu ile belgelendiren kadınlara yapılabilmektedir."

Yumurta dondurma için ideal yaş 35 ve altı

Yumurta toplama işlemi planlanan adayın anestezisi ile tamamen uyutulduğunu anlatan Prof. Dr. Cem Çelik, daha sonra yumurta toplama işleminin ultrason cihazı eşliğinde karından veya vajinal yolla uygulandiği bilgisini verdi. Yumurta toplama sürecinde yumurtaların yerinin ultrason cihazıyla dışarıdan belirlendiğini ifade eden Prof. Dr. Cem Çelik, bu noktalara cerrahi müdahale yapılarak, saptanan yumurtaların anne adayının yumurtalıklarından alındığını kaydetti.

Sosyal nedenlerle yumurta dondurmanın diğer ülkelerdeki sonuçlarına bakıldığında, yumurta dondurma yapılan hasta grubunun yaş ortalamasının 36.7-38 ve yumurta dondurma için önerilen ideal yaşın ise 35 yaş ve altı olduğunu belirten Prof. Dr. Cem Çelik, "36 yaş altı kadınlarda yüzde 50 ihtimalle gebelik elde edebilmek için ortalama 10-12 yumurta, 36 yaş üzerinde ise 20-25 yumurta dondurulması önerilmektedir . Ülkemizde sıklıkla yumurta rezervi düşük olan hastalarda uygulanması nedeniyle dondurulması gereken yumurta sayısının bu sayıların üzerinde olması gerekmektedir." dedi.

Adet döngüsü üzerinde etkiye yol açmıyor

Prof. Dr. Cem Çelik yumurta dondurma işleminin kadınların adet döngüsünü zorlayıcı bir durum olmadığını aktararak sözlerini şöyle tamamladı: "Yumurta toplama işlemi, ağırlıklı olarak adet döngüsü üzerinde herhangi bir etkiye yol açmaz ve yumurta toplama işleminden geçen kadınlar, işlemden sonraki 7. ila 10. günler arasında doğal bir şekilde adet olabilir. Yumurta toplama işleminden sonra adette birkaç günlük gecikmeler yaşanabilir."

Çocuğa ödev yapma SORUMLULUĞU VERİN!

Çocukların ödev yapmasını sağlamak ailelerin en önemli problemlerinden biri. Uzmanlar, çocuğa ödev sorumluluğu verilmesi gerektiğini belirterek ödev yapmaya zorlamak yerine ödev saatinin birlikte planlanmasını tavsiye ediyor. Uzmanlara göre, çocuğa ödevin öğrenmenin pekiştirme aşaması olduğunu anlatmak gerekiyor.

Üsküdar Üniversitesi NPİSTANBUL Beyin Hastanesi Uzman Klinik Psikolog Ayşe Şahin, çocuklara ödev yapma alışkanlığı kazandırılmasıyla ilgili değerlendirmelerde bulundu.

Ödev yapmak öğrenilen bilginin kalıcılığını sağlamak içindir

Ödevin "öğrencilere öğretmenleri tarafından verilen, öğrencinin kendi başına ya da ailesinden destek alarak yapmasının planlandığı öğrenme aktivitesi" olduğunu belirten Ayşe Şahin, ödev yapmanın, çocuğun öğrendiği bilginin kalıcılığını artırarak öğrenmenin sürmesini ve çocuğun öğrendiği konuya farklı boyutlardan bakabilmesini sağladığını söyledi.

Hem öğrencilerin hem de ailelerin ödevin bir öğrenme yöntemi olduğunun bilincinde olması gerektiğinin altını çizen Ayşe Şahin, "Ailelere ve eğitimcilere düşen rol ödev yapmanın çocuk için olan faydalarını çocukla konuşmak olacaktır. Ödev yapmanın, akademik başarıyı artıracağı, bireyin sorumluluk duygusunu geliştireceği, zaman yönetimi, öncelik belirleme, planlama becerilerini destekleyeceği, çocuğun kendi davranışları üzerinde kontrolü olacağı çocuğa anlatılmalıdır" dedi.



Ayşe Şahin
Uzman Klinik Psikolog

Ortak bir kararla ödev saati belirlenmeli

Ailelerin çocuklara ödev bilinci kazandırmaya çalışması gerektiğini ifade eden Ayşe Şahin, çocukla konuşularak ortak alınan bir kararla ödev saati belirlenmesi gerektiğini söyledi. Bu saatin çocuğun yemek yeme, dinlenme gibi fiziksel ihtiyaçlarının karşılandıktan sonraki bir zaman diliminde planlanmasının daha uygun olacağını anlatan Ayşe Şahin "Aileler tutarlı bir biçimde belirlenen saatte çocuğu ödev yapmak için desteklemelidir. Çocuk yaşça küçük ve sorumluluk almakta zorlanıyorsa ailelerin motivasyonel yaklaşımı faydalı olacaktır. Aileler bazı durumlarda sabırsız, suçlayıcı, eleştirel yaklaşmaktadırlar. Bu tutumlar çocuğun ödev alışkanlığı geliştirmesine ket vurmaktadır ve aile içi iletişim problemlerine yol açmaktadır" dedi.

Her çocuğun öğrenme stili farklıdır

Her çocuğun öğrenme stilinin farklı olabileceğini hatırlatan Ayşe Şahin, bazı çocukların sesli bir or-

info@peoplemag.com.tr



tamda çalışmadığını bazılarının da sesiz bir ortamda zorlanabildiğini vurguladı. Çalışma için sese ihtiyaç duyan çocuklarda müzik eşliğinde çalışmanın uygun olabileceğini belirten Ayşe Şahin, "Bunun yanında çalışma ortamının ışığı, çevredeki görseller, odanın ısı seviyesi gibi bazı faktörler de çalışmadaki verimlilik üzerinde etkilidir. Aileler çocuklarını tanıyarak uygun ortamı oluşturma konusunda çocuklarını yönlendirmelidir" tavsiyesinde bulundu.

Davranışlarının sonuçlarını deneyimlemesine izin verin

Ailelerin bu konuda sabırlı olması ve bunun bir süreç olduğunu unutmaması gerektiğini aktaran Ayşe Şahin, ilkokul dönemindeki bir çocuktan ödevlerini sorumluluğunu almasını bekleneceğini ancak bu dönemde olmasına rağmen hala ödev sorumluluğunu almakta güçlük çeken çocuklar bulunabileceğini söyledi.

Ailelerin ödev yapmama sonucunda çocukların ne gibi olumsuzluklar yaşayacağını, onlara anlatması gerektiğini söyleyen Ayşe Şahin, "Bazı ailelerde ödev yapmayan çocuğun ödevlerinin ebeveynler tarafından yapıldığını görebiliyoruz, bu tutumla çocuk kendi davranışlarının sonuçlarını yaşama deneyiminden mahrum kalacaktır ve ödev yapmaması sonucunda öğretmeninin onu uyarması gibi doğal sonucu deneyimlemeyecektir. Oysa çocukların davranışlarının sonucunu yaşaması sonraki durumlarda farklı davranmaları için gereklidir. Çocukların tecrübe ederek öğrenmelerine fırsat verilmelidir" uyarısında bulundu.

Ödev yapmaya motive edin

Ailelerin, ödev yapmayan çocuğu sürekli zorlayarak ya da çocuğun üzerinde baskı kurarak çocuğun davranışını anlık değiştirip ödev yapmasını sağlayabileceğini ifade eden Uzman Klinik Psikolog Ayşe Şahin, bunun uzun vadede işe yarayan bir yöntem olmadığını ifade etti.

Ödev yapma davranışı ile çocukta içsel bir motivasyon oluşturup sorumluluk bilinci geliştirmeyi hedeflemenin doğru olacağını anlatan Ayşe Şahin, sözlerini şöyle tamamladı: "Ancak baskı ile bu davranışı gösteren çocuk dışarıdan bir kontrol olmadığında sorumluluğunu ihmal edebilir. Çocukların ödev yapması için onları motive etmek işe yarayan bir yöntemdir. Ödevden sonra dinlenebileceğini söylemek ya da ödevden sonra çocukla oyun oynamak çok daha etkilidir. Çocuğu suçlamak yerine çocuğun yapabildiklerine odaklanarak bunları pekiştirmek çocukta olumlu davranışları arttıracaktır."

HİPERTANSİYON
ÖMRÜNÜZDEN YILLAR ÇALABİLİR

Ömür boyu süren hipertansiyon tedavisinde yaşam değişikliği şart! Hastaların tıbbi müdahalenin yanı sıra sağlıklı bir hayat tarzı benimseyerek beslenme, egzersiz, uyku ve kilo gibi çevresel faktörlere dikkat etmesi gerekiyor

Kan basıncının sürekli olarak 140/90'ın üzerinde bulunması durumuna hipertansiyon deniyor. Türkiye'de yaklaşık 15 milyon hipertansiyon hastası var. 40 yaşın üzerindeki her 2 kişiden 1'inde rastlanan hastalık, daha çok kadınlarda görülüyor. Hipertansiyon 'sessiz katil' olarak da biliniyor çünkü hastaların büyük kısmı hastalığının farkında değil! Kontrol altına alınmayan hipertansiyon, insan ömründen 10-15 yıl çalıyor. Memorial Şişli Hastanesi'nden Kardiyoloji Uzmanı Prof. Dr. Sabri Demircan ile hipertansiyonu konuştuk.

• **Bir birey kendisinde hipertansiyon sorunu olduğunu nasıl anlar? Belirtileri nelerdir?**

Günlük hayatta kan basıncını ölçmeyen kişilerde, bazı belirtiler hipertansif olduğuna işaret edebilir. Bunlar arasında en sık görüleni baş ağrısıdır. Bu belirti, başta veya ensede ağırlık ve gerginlik hissi gibi ifadelerle tanımlanabilir.

Ayrıca bulanık ve çift görme, baş ağrısıyla beraber bulantı, çabuk yorulma, eforla ateş basması ve göğüs ağrısı, gece sık terleme, çarpıntı hissi, nefes darlığı, kulakta çınlama, gece idrara çıkma, aniden ortaya çıkan burun kanamaları, bacak-yüz ve elde şişme gibi belirtiler hipertansiyonla ilişkili olabilir.



Bu belirtiler kişide mutlaka hipertansiyon olduğu anlamına gelmez. Yakınmaların varlığında, ara ara kan basıncı ölçülmesi hipertansiyon olduğu konusunda bilgi verebilir.

• **Genetik geçiş gösteren bir sorun mu? Risk grubunda kimler var?**

Ailede tansiyon hastalığı olan kişilerin yaşamı boyunca hipertansiyona yakalanma riski yüksektir. Genetik geçiş kendine tamamen dikkat eden kişilerde bile görülebilir. Ancak hastalığa erken veya geç yakalanmada, hipertansiyonun kontrol edilip edilememesi veya kötü ve iyi huylu olmasında çevresel etkenlerin rolü de vardır.

Aile hikayesinin yanında; kilo fazlalığı, hareketsiz yaşam, aşırı tuz ve alkol tüketimi, sigara, uygunsuz beslenme, uyku apnesi sendromu, diyabet, yaş ve bazı ilaçlar hipertansiyon riskini artırmaktadır. Hipertansiyonu bu faktörlerden yalnızca biriyle ilişkilendirmek mümkün değildir çünkü çoğu hasta birçok faktöre sahip olabilir. Risk sayısının fazlalığı hipertansiyona erken maruz kalmada veya kan basıncı kontrolünde etkilidir.

Tulin Açıkbaş
Sağlık ve Yaşam Editörü

info@peoplemag.com.tr





• **Beslenme ve çevresel faktörlerin hipertansiyon gelişimindeki rolü nedir?**

Beslenme alışkanlığının hem hipertansiyon gelişiminde hem de tedavi altında kan basıncının kontrolünde etkisi bulunmaktadır. Ailede hipertansiyon dahil, hiçbir risk faktörü olmasa da kötü beslenme hipertansiyon gelişiminde rol oynar.

Aşırı tuz kullanımıyla hipertansiyon ilişkisi iyi bilinmektedir. Hatta ilaç altında kan basıncı kontrolünün sağlandığı hastalarda, tuz diyetinde anlık bozulma bile kan basıncında yükselme ve yakınmaların ortaya çıkmasına yol açabilmektedir.

Hayvansal yağ oranı ve karbonhidrat içeriği fazla besinlerin kilo alımı (obezite), kan şekeri metabolizmasını ve diyabet kontrolünü bozma gibi etkilerle hipertansiyon gelişiminde net bir rolü bulunmaktadır.

Aşırı stres içeren ortamlar, hareketsiz yaşam biçimi, fiziksel yoğunluğu fazla ve uzun süreli çalışma ortamı, uyku düzeninin bozuk olması, hava kirliliği gibi çevresel faktörler de etkilidir.

• **Her hipertansiyon vakasının ardında somut bir neden var mıdır? Bazen nedeni bulunamayabilir mi?**

Hipertansiyon genellikle belirli bir yaş sonrası, birçok risk faktörünün birlikteliğiyle ortaya çıkan bir hastalıktır. Orta yaş üzeri birçok kişide aile öyküsü de dahil hiçbir etken olmadan da gelişebilmektedir. Haliyle çoğu hastada özel bir nedenin hipertansiyonu ortaya çıkardığını söylemek mümkün olmamaktadır (Esansiyel hipertansiyon).

Hipertansiyonla doktora başvuran bir kişide genetik ve bireysel özellikler değerlendirildikten sonra çoğu zaman tedaviye başlanabilmektedir. Çünkü bu hastalarda özel bir nedene yönelik araştırmalar çoğu zaman sonuçsuz kalmaktadır. Ancak hiçbir risk faktörü olmayan genç hastalara hipertansiyon tanısı konduğunda, özel bazı etkenlere yönelik değerlendirmeler yapılmaktadır.

• **Hipertansiyonun kısa ve uzun vadede vücuda verdiği zararlar nelerdir?**

Hipertansiyon iki şekilde hastaları etkiler. İlki, özellikle ani tansiyon yükselmeleriyle ortaya çıkan baş ağrısı, ateş basması, ensede ağrı, nefes darlığı gibi şikayetler hastayı acile sürükleyebilir. Bilinç kayı, beyin kanaması ve felç gerçekleşebilir.

Hipertansiyonun uzun vadede kalp ve damarlar üzerinde olumsuz etkileri bulunmaktadır. Uzun süreli yüksek kan basıncı, kalp ve damarlara yük bindirmektedir. Kalp kasında kalınlaşma, kalpte genişleme ve büyüme olabilir. En istenmeyen ve geri dönüşümsüz etkisi ise kalp yetersizliğidir. Kontrolsüz hipertansiyonu olan kişilerde ana atar damar olan aortta genişleme ve dolayısıyla yırtılma riski artar.

Kalp damarlarının etkilenmesi sonucu kalp damar hastalığı, beyin damarlarının etkilenmesi sonucu beyin damar hastalığı ve felç, böbrek damarlarının ve böbreğin yapısında bozulmaya bağlı böbrek yetersizliği, göz damarlarının etkilenmesine bağlı görme sorunları, alt taraf damarlarının etkilenmesine bağlı yürüme ile ilişkili yakınmalar ve ileri safhalarda bacaklarda kangren öyküleri hipertansiyonlu hastalarda daha fazladır.

• **Tedavisi konusunda nasıl bir yol izlenir?**

Hipertansiyonun kısa ve uzun vadeli olumsuz etkilerinden kurtulmanın en etkin yolu, kan basıncının normal sınırlarda tutulmasıdır. Geri dönüşümlü ve düzeltilebilir nedenlere bağlı geçici kan basıncı yükselmelerinde amaç, kan basıncında yükselmeye sebep olan durumu düzeltmektir. Düzeltilebilir ve geçici etkenin yokluğunda, kan basıncındaki yükselme devam ediyor veya sık olarak ortaya çıkıyorsa tedaviye başlanmalıdır.

Hipertansiyonun ilaç dışı, ilaçla ve girişimsel olarak farklı tedavi yöntemleri vardır. Hipertansiyonlu hastaların diyet, aktivite ve alışkanlıklarında birtakım değişiklikler yapması gerekir. Diyetinde tuz kısıtlaması çok önemlidir. Bunun yanında kilo aldırıcı, yağlı ve karbonhidrat içeriği fazla besinler kısıtlı tüketmemelidir. Kafein gibi hormonal sistemi uyarıcı içecekler ölçülü alınmalıdır.

Egzersiz ve kilo vermenin ilaç kullanılmasa bile belli düzeye kadar kan basıncında düşmeye sebep olduğu bilinmektedir. Kan basıncında yükselmeye yol açan ilaçlar (özellikle romatizma ve bazı grip ilaçları) mümkünse alınmamalıdır. Eğer sigara kullanıyorsa mutlaka bırakmalıdır.

Kilo verme, egzersiz ve diyete uyum, tek başına belli düzeye kadar kan basıncında düşme sağlayabilir. İlaç kullanılsın veya kullanılmasın hastanın bu konulara dikkat etmesi ve hayat boyu devam edecek bir hastalık olan hipertansiyonla yaşamayı öğrenmesi önem taşımaktadır.



Tedavide en önemli basamaklardan biri ilaçlardır. İlaç tedavisi, hastanın ek hastalıkları, kişisel özellikleri, ilaçların yan etkileri ve kan basıncının cevabına göre değişebilmektedir. Bazı hastalarda tek bir ilaç yeterli olmakla birlikte, bazılarında çok sayıda ilaç gerekebilir.

Burada en önemli nokta, hipertansiyon tedavisi ömür boyudur. Kullanılan ilaçlarla kan basıncı normal sınırlara düşer. Ancak tedavi kesilirse kan basıncı yine eski değerlerine ulaşacaktır. Bu nedenle tedaviye ara verilmemeli, en az yılda bir kez doktor kontrolüne gidilmelidir.

- **İlaç dışında yeni yöntemler var mı?**

Bazı hastalarda yaşamsal değişiklik ve ilaca rağmen hipertansiyon kontrol edilemeyebilir. Bu hastalar, daha çok stres gibi duygusal faktörlerle ataklar yaşayan kişilerdir. Kalp-damar sisteminin hızlı veya aktif çalışması, böbrekler vasıtasıyla salınan hormonlarla sağlanmaktadır. Bu aktivasyonu başlatan böbreğin uyarılmasını sağlayan sinir sisteminin duyarsızlaştırılması amacıyla bir girişimsel tedavi yöntemi geliştirilmiştir.

Renal denervasyon denen bu yöntemde, anjiyo benzeri bir işlemle böbrek atar damarlarının içine doğru gönderilen cihazla damar boyunca seyreden sinirlerin harabiyeti sağlanmaktadır. Bu sayede hastaların kan basıncı kontrolü için gereken ilaç sayısı azaltılabilmekte, hatta az bir kısım ilaç gereksinimi ortadan kalkabilmektedir.

Ancak bu tedavilerin faydalı olabileceği hasta grupları kısıtlı olup, rutinde önerilmemektedir. Bunun dışında, bazı özel durumların tedavisi hipertansiyonun geçici olmasını sağlayabilir. Örneğin morbid obez olarak nitelendiren aşırı kilolu kişilerde diyet, egzersiz veya çok ileri olgularda yapılan kilo verdirici operasyonlarla (bariatrik cerrahi gibi) radikal kilo verme kan basıncı değerlerini düzeltebilir.

Uyku-apne sendromu denen hastalıkta da, yine kilo verme ve diğer önlemlerle uyku kalitesinin düzeltilmesi kan basıncının kontrolünü kolaylaştırabildiği gibi bazı olgularda ilaç gereksinimini azaltabilir.

- **Hipertansiyonu olan bir hasta nasıl beslenmelidir?**

Hipertansiyonu olan kişinin beslenme alışkanlığında belli kurallar çerçevesinde hareket etmesi gerekir. Temelde seyrek ve ağır yemeler yerine, kısa aralıklarla daha hafif yeme alışkanlığının yanında, hayvansal yağ oranı ve karbonhidrat içeriği fazla olan besinler kısıtlanmalıdır. Gerek kilo kontrolü gerekse vücudun lipid ve kan şekeri metabolizmasına uygun oranda yağ, protein ve karbonhidrat tüketimi yapılmalıdır. Hipertansiyonlu kişilerin tuz kısıtlaması yapması önemlidir. Tuzun tamamen kesilmesi gerekli olmayıp, günlük kabaca 2-5 gr tüketilmesi yeterlidir. Endüstriyel tuzların, potasyum tuzlarının ve kaya veya mineral tuzların klasik tuzlara göre daha iyi olduğuna dair veri bulunmamaktadır.

- **Egzersiz yapmanın yüksek tansiyon değerlerini düşürmede etkisi var mıdır?**

Egzersiz alışkanlığının gerek sistolik (büyük tansiyon) gerekse diastolik (küçük tansiyon) kan basıncı değerlerini azaltarak, hipertansiyonun kontrolüne etkisi olduğu gösterilmiştir. Hastalığın damarsal bir uyum sorunu olduğu göz önüne alındığında, kan basıncının kontrolü için hareketli yaşamın önemi göz ardı edilemez.

TOY AKADEMİ

Başarmanın Özgürlüğü

LGS'de başarıyı TOY AKADEMİ yayınları ile yakalayın

2020 Başarı Denemeleri



2020 Soru Bankaları



/toyakademi

toyakademi.com

iletisim@toyakademi.com

TOY AKADEMİ

Hastalıkların Tedavisinde BAĞIRSAKLARINIZDAN BAŞLAYIN!

Kendinize sorular sorun. 'Bir gün boyunca neler tüketirsiniz?' 'Ne sıklıkla bir şeyler yersiniz?' 'Gün içinde enerjiniz düşer mi?' 'Fiziksel aktivite düzeyiniz nedir? Sedanter misiniz?' 'Dışkılama sorunları yaşar mısınız? Dışkınız yağlı ve yapışkan mıdır?'

Tüm bu soruların cevapları bağışıklığınızı nasıl etkiliyor?

Mide Asidini Yerine Koyun

Sindirimin ağızdan sonraki ilk basamağıdır. Mide pH'ı sindirim esnasında 1,5-2 asiditesindedir. Bu hem gıdaların iyi parçalanabilmesi hem de toksinlerin vücuda girişini engellemek için elzemdir.

Eğer mide asidi zamanla beslenme, stres, ilaçlar ile yetersiz hale gelirse; pankreasın sindirim fonksiyonunu da bozarak sindirimi ve florayı dengesizleştirir.

Mide ve pankreatik enzim fonksiyonlarınız için kendinize sorular sorun.

'Dışkınız yapışkan mıdır?' 'Tuvalet sonrası temizlikte fırça kullanmak zorunda kalır mısınız?'

'Cildiniz (kollar ve bacaklar) kuru mudur?' 'Kırmızı pancar tüketimi sonrası idrarınız boyanır mı (pembe-kırmızı bir renk alır mı)?' 'Çiğ sebzeleri (salata gibi) tükettikten sonra gaz ve şişlik yaşar mısınız?' 'Akşam yemeği sonrası şişkinlik yaşar mısınız?'



Bağırsaklarınızı Onarın

Genetik faktörler ile birlikte epigenetik faktörler (toksin, ilaç, stres, besin vb. uyaranlar) Leaky Gut (Sızdıran Bağırsak) tablosunu yaratır.

Geçirgen Bağırsaklarla İlişkilendirilen Hastalıklar

Hipokrat MÖ 3.yüzyılda 'Bütün hastalıklar bağırsaktan başlar. Bağırsak hasta ise vücudun geri kısmı da hastadır.' diyerek hastalıkların kök nedenleri arasında ve tedavisinde bağırsakların rol oynadığını yıllar öncesinden haber vermiş.

Alerji, ankolizan spondilit, astım, otizm, hepatit, kronik yorgunluk sendromu, crohn hastalığı, depresyon, dermatit, diyabet, egzema, haşimoto tiroidi, lupus, multiple skleroz (MS), sedef, romatoid artrit, şizofreni, bazı düşükler, ülseratif kolit, ürtiker, kardiyovasküler hastalıklar, Alzheimer geçirgen bağırsaklarla ilişkilendirilen hastalıklar arasında yer alıyor. Bu hastalıkların tedavisinde bağırsaklarınızın etkin bir rol oynadığını biliyor muydunuz?

Melis Gülbaş
Diyetisyen

info@peoplemag.com.tr



Bağırsakları nasıl güçlendirebiliriz?

Mide asidini güçlendirin; stres, gereksiz ilaç kullanımı, kötü beslenme mide ph'ını bozar. Stres yönetimi için günlük rutininize nefes egzersizleri, meditasyonlar ekleyin. Gereksiz ilaç kullanımının önüne geçin ve dengeli bir beslenme modeline geçin, fazla şeker ve karbonhidrat tüketiminden kaçının.

Çiğneme sindirimin ilk aşaması, iyi çiğnenmemiş besinler sindirimi olumsuz etkiler ve bakteriler için çürükçül besi ortamı oluşturur. Yararlı ve zararlı bakterilerin arasındaki oran bozulursa bağırsak dengesi bozulur ve bağırsak geçirgenliği artar.

Eliminasyon Diyetini Deneyin!

Saldırgan besinleri onarım süresi boyunca elimine edin. Gluten, kazein, lektin içerek besinleri beslenmenizden çıkartın. Onarım için taze et, tavuk, kemik sularını destek alın.

İyi kalite proteinler (yumurta, balık, hindi, tavuk, kuzu eti), karbonhidratlar (sebze ve kök sebzeler), fonksiyonel yağlar (zeytinyağı, ghee, hindistancevizi yağı, avokado) beslenmenize ekleyin.



Hayat güzeldir
Çok sevin temiz beslenin iyi uyuyun

ŞEKERPARE

Merhaba ben Beyza Çevik, Eskişehir üniversitesi maliye bölümü mezunuyum. Sanata ilgimden dolayı, el sanatları üzerine eğitimler aldım. Sonrasında kararım değişti ve çocukluğundan bu yana, yemeğe olan tutkumu meslek haline dönüştürmeye karar verdim. Sayısız yemek akademisinden özel dersler aldım. "Le Cordon Bleu" Fransız şef okulunu birinci bölümünü ileri bir seviye ile tamamladım. Eğitimim hala devam etmektedir. Bu eğitimleri, tüm öğrendiklerimi gelecek nesillere aktardım ve aktarmaya devam edeceğim. Birçok yerde eğitimler veriyorum.

Şu an aktif olarak cafe, patisserie, restoran danışmanlığı ve atölyelerde bunlar üzerine workshoplarım var. Bundan sonra kendi sayfamda özel tariflerimle, her ay "PeopleMag" üzerinden sizlerle buluşacağız.

ŞEKERPARE

250 gr. tereyağı
2 çay bardağı irmik
1,5 çay bardağı pudra şekeri
2 çorba kaşığı badem unu (isteğe bağlı)
1 çorba kaşığı Hindistan cevizi
2 yumurta (birinin sarısı üzerine)
Yarım çay kaşığı karbonat
Yarım çay kaşığı kabartma tozu
1 vanilya
Aldığı kadar un

Şerbeti için;

3,5 su bardağı şeker
3,5 su bardağı su
Birkaç damla limon suyu

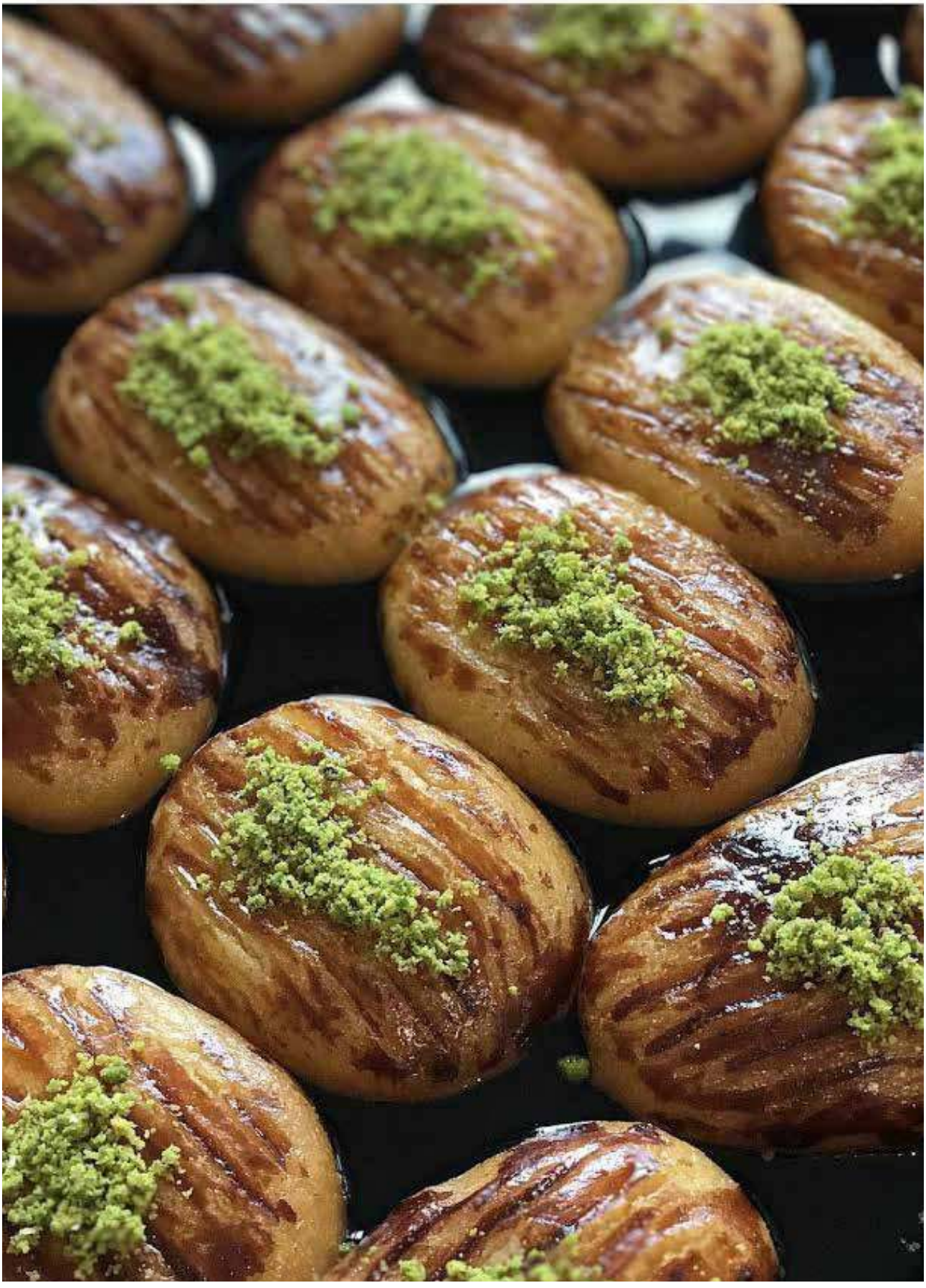
Yapılışı;

Şerbeti yapıp soğumaya bırakıyoruz.

Daha sonra hamuru yapıp istenilen şekiller verilip 175 derecede pişirilir. Fırından çıkarır çıkarmaz soğuk şerbet ile buluşturulur.



Beyza Çevik
info@peoplemag.com.tr



ASTROLOJİ



KOÇ BURCU

Sevgili Koçlar, ticari konularda mayıs ayında çok fevri hareket ederek yeni kararlar alabilirsiniz özellikle ortaklı bazı adımlar atabilirsiniz. Yurt dışından gelebilecek teklifler mevcut işinizi geliştirmek adına da kazançlı olacaktır. Nakit akışında yaşadığınız sorunlar ayın üçüncü haftası alacağınız destek ile toparlayacak. Bekar koçlar bu ay aşk hayatınız biraz karışık, ilişkisi olan koçlar, sizden beklenen adımları geciktirmeniz ilişkinizi olumsuz etkiliyor.



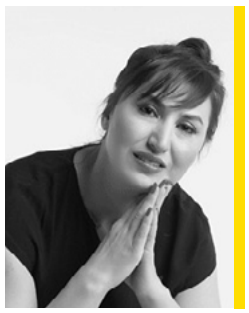
BOĞA BURCU

Sevgili Boğalar İş konularında yeni kararlar gündeminizde ... sizin için mevcut düzeni değiştirmek çok zor olsa da bu artık kaçınılmaz. Çalışkan ve azimli yapınız sayesinde karşılaşacağınız sorunları çözmekte pek de zorlanmayacaksınız. Parasal konularda yaşadığınız sıkıntılar bir süre daha devam edecek olsa da ay sonunda alacağınız destek ile biraz rahatlayacaksınız. Bekar boğalar yeni bir birlikteliğe adıma atabilirsiniz arkadaş çevrenizden bu konuda destek göreceksiniz.



İKİZLER BURCU

Sevgili İkizler hayatınızda pek çok yeni kararlar aldınız ve uygulamaya başladınız. Özellikle iş ve ticari konularda karşınıza çıkacak fırsatları doğru değerlendirmelisiniz. Bu ay banka kredisi ve borçlanma konularında uzak durmanızda fayda var. Gerekli maddi destek ayın ikinci haftası gelebilir. Evli İkizler aile içerisindeki sorunlar yavaş yavaş düzeliyor, eşinizle küçük bir hafta sonu tatili ikinize de iyi gelecektir. Bekar ikizler yeni bir ilişki için biraz daha bekleyeceksiniz. Bu ay diş ve boğaz ağrıları canınızı biraz sıkabilir.



Emine Akkaya
Astroloji Uzmanı
info@peoplemag.com.tr



YENGEÇ BURCU

Sevgili Yengeçler İş ve ticari konularda yoğun bir ay sizi bekliyor. Mevcut düzeninizi geliştirecek yeni teklifleri değerlendirmek isteyebilirsiniz. Uzun süredir devam eden mahkeme sürecinizde beklenmedik gelişmeler yaşayabilirsiniz. İş arkadaşlarınızla yaşadığınız bazı gerginlikler bu ay düzeliyor. Bekar yengeçler bu ay sürpriz tekliflere hazır olun vereceğiniz karar hayatınızı değiştirebilir. Evli yengeçler eşleri ile duygusal olarak yaşadıkları sorunları çözmek için adım atmak isteyebilirler.



ASLAN BURCU

Sevgili Aslanlar mayıs ayında parasal kaynaklarınızda yaşayacağınız genişleme ile yeni yatırım kararları alabilirsiniz. İşinizi geliştirecek yeni bir projeye başlayabilir ve kısa bir süreliğine ortaklı bir sürece başlayabilirsiniz. Özel sektörde çalışan Aslanlar iş arkadaşları ile fikir ayrılıkları nedeni ile bazı gerginlikler yaşayabilir. Bekar Aslanlar yeni bir birliktelik kapıda ancak fazla eleştirel yaklaşımınız karşı tarafın aklını karıştırıyor.



BAŞAK BURCU

Sevgili Başaklar geçmiş dönemlerde yaptığınız bir girişim bu ay tekrar gündeminizde olacak. Yeni bir yatırımcı ile projenizi geliştirecek maddi kaynağa kavuşabilirsiniz. Özel sektörde çalışan başaklar bu ay terfi alabilirsiniz. Akademik kariyer yapan başaklar yurtdışı imkanları değerlendirme kararı alabilirsiniz. Evli Başaklar bu ay yeni bir ev ya da araç almak için araştırmalara başlayabilirsiniz. İlişkisi olmayan başaklar bir süre daha bekarlığın tadını çıkartacaksınız. Aile içinde yaşanılan küskünlükler tatlıya bağlanıyor. Alerjik bünyeniz sizi biraz zorlayabilir dikkat etmenizde fayda var.



TERAZİ BURCU

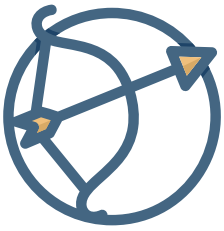
Sevgili Teraziler eğitim ve akademik kariyer planlarınıza yeni düzenlemeler getirebilirsiniz. Ticari konularda karşınıza gelecek sürpriz gelişmeler sizi şaşırtabilir. Parasal konularda yaşadığınız sıkıntı bu ay hafifleyecek ay sonu gelecek nakit akışı ile aklınızdaki projeye kaynak yaratabilirsiniz. Eşleri ile sorun yaşayan teraziler artık bu beraberliği sonlandırmak adına adım atabilirler, bekar teraziler bir süre daha bu durumu sürdürecek gibi görünüyor.



AKREP BURCU

Sevgili Akrepler bu ay iş yerinizde üstlerinizle bazı tartışmalar yaşayabilirsiniz. Kendi işini yapan akrepler geçtiğimiz aylarda başladığınız bir proje ya da sözleşme ile ilgili ufak tefek aksaklıklar yaşayabilirsiniz. Parasal kaynaklarınız ayın üçüncü haftası genişleyecek.

Aile içerisinde kardeşlerle yaşanan tartışmalar devam edebilir sizin biraz alttan almanız durumu toparlayacaktır aksi takdirde mahkemesel süreçler yaşanması muhtemel olacaktır.



YAY BURCU

Sevgili yaylar iş ve ticari konularda oldukça yoğun temponuz bu ay da devam edecek. Geçtiğimiz yıl rafa kaldırdığınız bir proje tekrar gündeminize gelebilir bu defa gerekli desteği de bulacaksınız. Ortaklı bir süreç içerisinde olan yaylar iş alanlarını genişletmek için yeni kararlar alabilirler.

Bekar yaylar bu ay sürpriz bir itiraf ya da teklif ile şaşırabilirsiniz, ilişkisi olan yaylar artık bu durumu resmileştirmek adına kararlar alabilirler. Çocuk sahibi olmak isteyen yaylar için de sürpriz haber yolda...



OĞLAK BURCU

Sevgili Oğlaklar uzun zamandır devam eden bir mahkeme süreci lehinize sonlanabilir. Ticari konularda yeni kararlar alabilir ve mevcut düzeni biraz değiştirmek isteyebilirsiniz. Geçmişte iş birliği yaptığınız birinden yeni bir teklif alabilirsiniz. Nakit dengeniz sürpriz bir gelişme ile düzene girecek. Evli oğlaklar eşleri ile yaşadıkları sorunları aile büyüklerine taşıyabilirler bu sorunları daha da büyütecektir.



KOVA BURCU

Sevgili kovalar geçtiğimiz aylarda aldığınız bazı kararları uygulamaya koyacağınız ve net adımlar atacağınız bir mayıs ayı sizi bekliyor. Özellikle evlilik yolunda ilerleyen bekar kovalar gündeminiz fazlasıyla yoğun. Evli kovalar eşleriniz aile içi bazı problemleri ile ilgilenmek zorunda kalabilirler özellikle kardeşler ile ilgili geçmişten çözülememiş bazı konular tekrar önünüze gelebilir.



BALIK BURCU

Sevgili Balıklar biraz hassas olacağınız bir ay sizi bekliyor özellikle duygusal süreçlerde bazı hayal kırıklıkları yaşayabilir ve içinize kapanmak isteyebilirsiniz. Evli balık burçları aldıkları bazı kararları uygulamak için net adımlar atabilirler. Aile büyükleri ile yaşanacak ufak tefek sağlık problemleri sizi biraz yorabilir.

Akademik kariyer konularında ani kararlar alabilir ve eğitim hayatınızda yeni düzenlemeler yapmak isteyebilirsiniz. İş ve ticari konularda güzel gelişmeler yaşayabilirsiniz verdiğiniz emeklerinizin meyvesini alacağınız bir ay sizi bekliyor sevgili balıklar...

eakkayaofficial

emineakkaya


Paraf Günüm'le dilediğiniz fırsat, dilediğiniz günde!
Her ay kendi belirleyeceğiniz bir günde, birbirinden özel güzellikler sizi bekliyor. Dilediğinizi seçin, Paraf gününüzü dolu dolu yaşayın.
%5 İndirim
+4 Taksit
2 Ay Erteleme
5 Kat ParafPara
Paraf.
Paraf Mobil'i indir, güzelliklere kolayca ulaş!
HALKBANK
Ayrıntılı bilgi için: parafcard.com.tr | 0850 222 0 400 Dialog