

ŞAMDAN Plus

SAYI 854

2 HAZİRAN 2021/11

15 TL (KKTC Fiyatı:20 TL)

TURKUVAZ

Hazal Filiz Küçükköse

Yeteneklerimin sınırlarını görmeyi ve kendimi zorlamayı seviyorum


Dm
DERiN MERMERCi
X
BOYNER

App Store'dan İndirin

Google Play 'DEN ALIN

AppGallery ile KEŞFEDİN



SADECE BOYNER'DE

BOYNER

BOYNER.COM.TR

Natalia's Maxx Moment



MAXX ROYAL

RESORTS



BELEK | KEMER

ŞAMDAN Plus



Sahibi
TURKUVAZ HABERLEŞME VE YAYINCILIK A.Ş.

Tüzel Kişi Temsilcisi ve Genel Müdür
YASEMİN GEBEŞ

Genel Yayın Yönetmeni
BÜLENT CANKURT
bulent.cankurt@sabah.com.tr

Yayın Koordinatörü
ŞERİF ERCAN
serif.ercan@sabah.com.tr

Yazı İşleri Müdürü
ÖZGE ZEKİ
ozge.zeki@sabah.com.tr

Görsel Yönetmen
BAHRİ KESİM
bahri.kesim@sabah.com.tr

Editörler
İREM ORHAN
irem.orhan@sabah.com.tr

MELİH TÜRK
melih.turk@sabah.com.tr

Haber Merkezi
SONER GÖMLEKSİZ
soner.gomleksiz@sabah.com.tr

ERSİN AL
ersin.al@sabah.com.tr

Katkıda bulunanlar
BADE ÇAKAR, GÜLÇİN İŞLER FIRAT

Sayfa Tasarımı
SEMA YILDIRIM
sema.yildirim@sabah.com.tr

BANU AKPARMAK
banu.akparmak@sabah.com.tr

Fotoğraf Editörü
CANAN YETİŞTİ SATKIN
canan.yetisti@turkuvazdergi.com.tr

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü ve İnternet Yayın Sorumlusu
ŞEFİK ÇALIK

Genel Müdür Yardımcıları
YONCA ERTÜRK ÖZEREN, ÖZGÜR ATANUR

Pazarlama Müdürü
FERHAL ŞENCAN

Üretim Takip Müdürü
EYÜP ÇURLU

Pazarlama Yönetmeni
ZEYNEP DOĞAN

Renk Ayrımı
BAKİ KÜÇÜK

Reklam Genel Müdür Yardımcısı
SEMA TUGAN
Reklam Satış Grup Koordinatörü
SİNEM ATAK
Reklam Satış Koordinatörü
SEVGİ SEDA KOÇAK

REZERVASYON TEL: 0 212 354 41 18- 354 33 95
REZERVASYON FAKS: 0 212 354 33 50 - 75

Bölgeler Reklam Satış Grup Koordinatörü **AYNUR GÜKCAN**
Ankara Reklam Satış Grup Koordinatörü **AYŞE ALTUN**
Antalya Reklam Satış Koordinatörü **ŞEYDA YILMAZ**

TURKUVAZ GRUBU HİZMETLERİ
Marka ve Pazarlama Grup Başkanı
SİNAN KÖKSAL

Abone Operasyon Müdürü
UFUK KOCAOĞLU
abone@turkuvazabone.com www.turkuvazabone.com
/TurkuvazMedyaAboneHizmetleri
@TurkuvazAbone
Abone Hattı: **0212 354 36 04–0212 354 36 11**

ŞAMDAN PLUS
Dergisi'nin imtiyaz ve yayın hakkı Turkuvaz Haberleşme ve Yayıncılık Anonim Şirketi'ne aittir.
Yazı ve fotoğrafların tüm hakları ŞAMDAN PLUS dergisine, yayımlanan ilanların sorumluluğu ilan sahiplerine aittir.
Yönetim Yeri: Güzeltepe Mahallesi, Mareşal Fevzi Çakmak Cad. B/ Blok Apt. No:29/1/1
Eyüpsultan İSTANBUL Tel: (0 212) 354 30 00 Fax: (0 212) 354 35 90
Yayının Türü: Yaygın Süreli, FIPP üyesidir
Yayımcı: Turkuvaz Haberleşme ve Yayıncılık Anonim Şirketi
Dağıtım: Turkuvaz Dağıtım Pazarlama A.Ş.
Basımcı: Turkuvaz Haberleşme ve Yayıncılık Anonim Şirketi
Matbaa Genel Müdürü: Mehmet Kamiloğlu
Adresi: Güzeltepe Mah. Mareşal Fevzi Çakmak Cad. B/ Blok Apt. No:29/1/1
Eyüpsultan İSTANBUL, Tel: 0 212 354 30 00
www.turkuvazmatbaacilik.com
İstanbul Matbaa Müdürü: Hakan DEMİRCİ
Bu dergi Basın Meslek İlkeleri'ne uymayı taahhüt eder.







Enjoy Bodrum



MANDARIN ORIENTAL
BODRUM

mo_bodrum MandarinOrientalBodrumTurkey +90 252 311 18 88 | mandarinoriental.com/bodrum | #mandarinorientalbodrum



GENÇ OYUNCU HAZAL FİLİZ KÜÇÜKKÖSE'DEN ÖZEL POZLAR, SAMİMİ AÇIKLAMALAR...

Son yıllarda, televizyon dizileri ve sosyal medyanın etkisiyle genç oyuncular büyük ilgi görüyor. Çok geniş kitlelerce tanınan ve sosyal medyada her adımları takip edilen genç oyunculardan biri de Hazal Filiz Küçükköse. Genç yaşta olmasına rağmen kendi ayakları üzerinde duran, kendine çok güvenen ve çok iddialı bir oyuncu olan Küçükköse ile çok özel fotoğraf çekimi ve ardından da samimi bir röportaj gerçekleştirdik. Güzel oyuncu, işi, hayata bakışı ve özel yaşamıyla ilgili sorularımızı cevapladı.

Cemiyet hayatından girişimci kardeşler de bu sayımızdaki röportaj konukları arasında yer alıyor. İş ve cemiyet hayatının tanınmış simaları Ece-Korhan Kurdoğlu çiftinin kızları Ecehan ve Begümhan Kurdoğlu 'sütçü' oldu. Milgo adıyla çiğ süt üretip sattıkları bir marka kuran kardeşlerle bir araya geldik. Yurtdışında eğitim görüp ülkelerine dönen ve aile şirketinde çalışmanın yanı sıra kendi işlerini kuran Ecehan ve Begümhan bize, nasıl süt işine girdiklerini, neler yaptıklarını ve hedeflerini anlattı.

Doğal cilt bakım ürünleriyle öne çıkan yerel markaları mercek altına aldığımız bir dosya hazırladık. Söz konusu markaların yaratıcıları olan girişimcilerle röportaj yaptık. Fark yaratan vizyonlarını, motivasyonlarını ve ne yaparak sektörde öne çıktıklarını anlattılar.

Moda konusunda da bir dosyamız var. 2021 yazı renklerle ihtiyacınız olan motivasyonu sunuyor. Sarı, mavinin yumuşak hali; pembe, yeşil ve turuncunun enerjik tonu, yaz gardırobunuza pozitivizm katıyor.

Moda demişken, geçen hafta Kapadokya'da gerçekleşen bir moda şovundan da söz edeyim. Dosso Dossi Fashion Show'un 2021 sonbahar-kış sezonu dijital platform defilesi, Kapadokya'nın muhteşem doğası eşliğinde gerçekleşti. 30 mankenin görev aldığı görsel şov 50 ülkede yayınlanacak ve turizm açısından bölgenin tanıtımına da katkı yapacak.

Mücevher modasını incelediğimiz sayfalarımızda bu kez kırmızı halıdaki mücevherleri radarımıza aldık. Yavaş yavaş başlayan fiziki törenlerde yıldızların şıklığını yansıtan mücevherleri bir araya getirdik.

Bodrum'da sezonu erken açan ünlüleri de sayfalarımıza taşıdık. Bodrum'da galeri de açan Murat Pilevneli ve sevgilisi Aslı Pamir'i arkadaşlarıyla birlikte görüntüledik. Osman Merzeci, uzun bir aradan sonra barıştığı sevgilisi Melis Murathanoğlu ve arkadaşlarıyla sosyalleşirken, Tilda Tezman, Semiramis Pekkan ve Emre Eczacıbaşı da yürüyüş yaparken objektifimize yansıdı. Fethi Kamışlı'yı ise, arkadaşlarıyla tatil yaptığı teknesinde görüntüledik.

Bu sayımızda dekorasyon sayfamızda Dilek Hanif'in evi yer alıyor. Dilek Hanım'ın Boğaz hattındaki evi az ve öz ama ruhu olan tasarımlarla döşenmiş. Her tasarımın ayrı bir hikayesi olan evde Fransız stili hakim.

Yazarımız Dr. Mehmet Öz, kalp sağlığı için 10 öneri sıralarken sanat yazarımız Nazlı Keçili de, eserlerinde sadece geri dönüşüm malzemeleri kullanan sanatçıları anlattı.

Hoşçakalın, sağlıkla kalın...

ŞAMDAN PLUS
Genel Yayın Yönetmeni
BÜLENT CANKURT
bulent.cankurt@sabah.com.tr





AYRICALIKLI BİR TATİL SWISSÔTEL RESORT BODRUM BEACHTE!

Masmavi Ege Denizini kucaklayan Swissôtel Resort Bodrum Beach; lüks ve konforlu bir konaklamayı sunarken, deniz kıyısındaki restoranlarıyla unutulmaz anılara tanıklık ediyor.

Swissotel Resort Bodrum Beach | Swissotel Bodrum

Swissotelresortbodrumbeach

swissôtel RESORT
BODRUM BEACH

İÇİNDEKİLER



24

Daha yolun çok başında olmasına rağmen, ayakları yere basan hal ve tavırlarıyla başarılı bir kariyerin sinyallerini veren güzel oyuncu Hazal Filiz Küçükköse yakın çekim alanımızda.



BOĞAZ'DA GEÇMİŞE YOLCULUK

Shangri-La'da lezzet ve keyif dolu bir zaman yolculuğuna davetlisiniz…

Retro dokunuşlar ile dekore edilen ve "Pop-Up Restoran" konseptinde sunulan süitimizin teraslarında, içecek eşleşmeli menüler ile kişiye özel gastronomi deneyiminin ve kutlanmaya değer anların tadını çıkarın.





Detaylı Bilgi ve Rezervasyon: 0212 275 88 88, slib@shangri-la.com

Sinanpaşa Mah. Hayrettin İskelesi Sok. No.1 34353 Beşiktaş, İstanbul
T. 0212 275 8888 F. 0212 275 8889 www.shangri-la.com











14 İstanbul ve Bodrum sokaklarından kareler.

40 2021 yazı rengarenk. Sarı, mavinin yumuşak hali; pembe, yeşil ve turuncunun enerjik tonu, yaz gardırobunuza pozitivizm katıyor.

48 Ecehan Kurdoğlu ve kardeşi Begümhan Kurdoğlu, baştan sona herşeyiyle ilgilendikleri Milgo Çiğ Süt markalarını kısa bir süre önce kurarak sektöre hızlı bir giriş yaptılar.

52 Doğanın gücüyle bizlere daha sağlıklı bir cilt vadeden beş yerel markayı, arkalarındaki isimlerin anlatımıyla mercek altına alıyoruz.

58 Dilek Hanif'in Boğaz hattındaki evi, az ve öz ruhu olan tasarımlarla döşenmiş. Her tasarımın ayrı bir hikayesi olan evde Fransız stili hakim.

64 Dosso Dossi Fashion Show'un 2021 sonbahar-kış sezonu dijital platform defilesi, Kapadokya'nın muhteşem doğası eşliğinde gerçekleşti.

74 Kırmızı halı şıklığını yansıtan ve ışıltısıyla göz kamaştıran mücevherler radarımızda.

80 Dr. Mehmet Öz'ün önerileriyle kalp sağlığınızı koruma altına alın.

94 Grand Hyatt İstanbul'un baş şefi İzzet Ayva, bağışıklık sistemini güçlendiren bir mönü hazırladı.

102 100 milyon kişinin oylarıyla seçilen ve diğer harikaların tersine hepsi ayakta olan dünyanın yeni 7 harikası...

A STAR ALLIANCE MEMBER

TURKISH AIRLINES
Miles&Smiles



Miles&Smiles ayrıcalıkları Miles&Smiles kredi kartlarında sizi bekliyor.

Siz de alışverişlerinizde
Miles&Smiles Garanti Bankası ya da **Miles&Smiles QNB Finansbank**
kredi kartını kullanın, her alışverişten Mil kazanın.
Millerinizle ödül bilet düzenleyebilir, kabin sınıfınızı yükseltebilir ya da
shopandmiles.com'da kendinize ve sevdiklerinize hediyeler alabilirsiniz.
Miles&Smiles ayrıcalıkları her zaman sizinle.

milesandsmiles.com | 0850 333 0 849

PEOPLE

SONER GÖMLEKSİZ, ERSİN AL



Pınar Sabancı

MAX'LE BOĞAZ TURU

Cemiyet hayatının genç kuşak temsilcilerinden Pınar Sabancı, sahilde yürüyüş yaptı. Sabah sporu yapan Pınar Hanım, köpeği Max'i de gezdirdi. Pınar Hanım sabah sporunun ardından evine geri döndü.

Denizde ve karada, Setur Marinas ayrıcalıkları hep yanınızda.

Setur Marinas'ın avantajları saymakla bitmiyor.
Özlediğiniz denizlere açılırken zincir kampanyalarımızdan faydalanın!

O Marina Senin, Bu Marina Benim
Yıllık sözleşmenize her Setur Marinası'nda 30 gün, toplamda 270 gün konaklama ücretsiz.

Gez, Gez, Kazan
30 gün ücretsiz konaklama sonrası 60 gün %50 indirimli. %50 indirimli konaklamalarınızın 30 günü yıllık sözleşmenize hediye.

Bir Sözleşmeyle Üç Marina
Toplamı 12 aya gelen sözleşmelerle 3 ayrı Setur Marina'da konaklama fırsatı.

Sıfır Teknenin Avantajı Bitmiyor
Yıllık bağlama sözleşmesinde sıfır tekne sahiplerine ilk yıl %10, ikinci yıl %5 indirim, ücretsiz kara park, çekme ve atma hizmeti.

Teknenizi Satarken de Kazanın
Yıllık sözleşmeli satılık teknenize ücretsiz 2 lift, satış sonrası ise sözleşme devri ve %50 indirimli konaklama imkânı.

Günlük Sözleşmeleriniz Kumbarada
Günlük sözleşmelere ödediğiniz ücret kadar, yıllık bağlama sözleşmenizde indirim.

Birlikte Nice İndirimli Yıllara
Yıllık bağlama sözleşmenizde her yıl için %2, 10. yıl %20, 11. yıl ve sonrasında %25 indirim.

Arkadaşınızla Kazanın
Setur Marinaları'na yıllık sözleşme yapmak amacıyla getireceğiniz her bir arkadaşınıza ve size 30 gün ücretsiz konaklama.

Bütün Liftler Sizin
Karaya çekemediğimiz teknenize başka bir Setur Marinası'nda ücretsiz kara park, çekme ve atma hizmeti.

Yol Yardımı
Yıllık sözleşmeli teknenize acil durumlarda ücretsiz kara park ve %50 indirimli çekme ve atma hizmeti.



Koç

SeturMarinas
*yeni ufuklara **yelken aç!***

FENERBAHÇE & KALAMIŞ 0 216 346 2346 | YALOVA 0 226 813 1919 | AYVALIK 0 266 312 2696 | MİDİLLİ +30 225 105 4000 | ÇEŞME ALTINYUNUS 0 232 723 1434
KUŞADASI 0 256 618 1460 | MARMARİS NETSEL 0 252 412 2708 | KAŞ 0 242 836 3700 | FİNİKE 0 242 855 5030 | ANTALYA 0 242 259 3259

/seturmarinas / Setur Marinas **seturmarinas.com**



Yasemin Özilhan

TOPLANTIYA KATILDI

Cemiyet hayatının ünlü simalarından Yasemin Özilhan, tam kapanma dönemi ve sonrasını ailesiyle Göcek'te tekne tatili yaparak geçirmişti. Sonrasında kısa bir yurtdışı gezisi yapan Yasemin Hanım İstanbul'a döndü. İş toplantısı için Bebek'e gelen Yasemin Özilhan, görüşme çıkışı objektifimize takıldı.

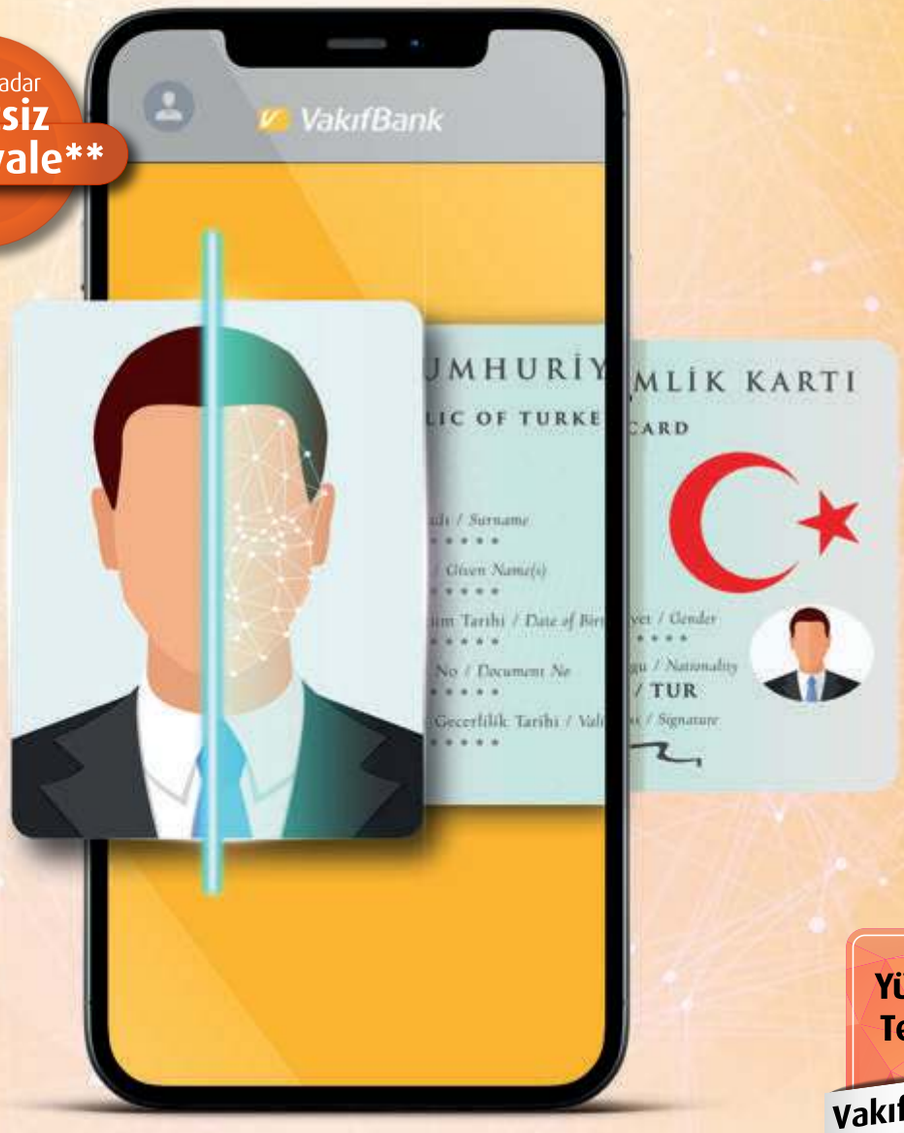
Yüz Tanıma Teknolojisi ile VakıfBanklı olmak çok kolay

Teknolojileriyle hayatı kolaylaştıran VakıfBank'tan bir yenilik daha.
Yüz Tanıma Teknolojisi sayesinde NFC ile kimliğinizi okutun, müşteri temsilcimizle görüntülü görüşmenizi yapın; şubeye gitmeden, evrak imzalamak için kurye beklemeden dilediğiniz yerden kolayca VakıfBanklı olun.*

VakıfBank, daima seninle.

2023'e kadar
ücretsiz
EFT/Havale**

Avantajlı
Mevduat
Tanışma
Faizi**



Yüz Tanıma Teknolojisi
VakıfBank Dijital

*Cihazda NFC desteği olmadığında ya da Nüfus Cüzdanı ile başvuru yapıldığında başvuru süreci kurye ile devam edecektir.
**EFT/Havale masraf muafiyeti 31.12.2022 tarihine kadar sürecektir. Avantajlı Tanışma Hesabı'nı Mobil Bankacılık uygulamamızdan; Hesaplar - Vadeli - Hesap Aç - Avantajlı Vadeli Hesap menüsünden, İnternet Bankacılığı kanalında, Hesaplarım - Vadeli Hesaplarım-Vadeli Hesap Açma - Avantajlı Vadeli Hesap Açma menüsünden açabilirsiniz. Detaylı bilgi www.vakifbank.com.tr'de.

444 0 724 | vakifbank.com.tr

VakıfBank
Burası Sizin Yeriniz

/vakifbank



Gül Gölge

SPOR ZAMANI

Bebek'te spor yapan isimler arasında Gül Gölge de vardı. Cemiyet hayatının güzel kadınlarından Gül Gölge, uzun bir yürüyüş yaptı. Gül Hanım, daha sonra aracına binerek Bebek'ten ayrıldı.

Farklı hobilere özel yüzlerce dergi tek yerde, hepsi e-dergi'de!



▼ HEMEN İNDİR ▼

Google Play 'DEN ALIN

App Store'dan İndirin

e-dergi | Türk Telekom Değerli Hissettirir

Kampanya kapsamında e-dergi kullanım hakkı bulunan mobil müşterileri için geçerlidir.

Türk Telekom Mobil müşterisiyseniz, tarife veya kampanya kapsamında e-dergi kullanım hakkınız bulunuyorsa, Türk Telekom Mobil numaranızla üye olup e-dergi aylık aboneliğinizi ücretsiz başlatabilir, Türk Telekom Mobil internetinizle yurt içinde e-dergi mobil uygulamasından limitsiz ve sınırsız yararlanabilirsiniz. Türk Telekom tarife ve paketleri kapsamında e-dergi kullanım hakkı bulunmayan aboneler için güncel fiyat bilgisi ile diğer ayrıntılar turktelekom.com.tr'de.



Semiramis Pekkan

AKŞAM GEZMESİ
Süperstar Ajda Pekkan'ın kardeşi Semiramis Pekkan, Türkbükü'ndeki Mavi Otel'den çıkarken objektifimize yansıdı. Pandemiden dolayı çok sık dışarıya çıkmayan Semiramis Hanım, Türkbükü'ndeki sakinliği görünce köpeğini gezdirmeye çıkararak yürüyüş yaptı.

Dilediğiniz an, dilediğiniz yerde
DİJİTAL BANKACILIK TEKNOLOJİLERİMİZ SİZİNLE!

KOLAY ADRES İLE
IBAN'SIZ PARA TRANSFERİ

FAST İLE 7/24
PARA TRANSFERİ

QR KODLA
PARA ÇEKME

BARKODLA
VERGİ ÖDEME

FATURA
ÖDEME



Halkbank'ta teknoloji, yine halkın emrinde!

Şubeye gitmeden yapabileceğiniz ve
hayatınızı kolaylaştıracak sayısız bankacılık işlemi
Halkbank Mobil uygulamamız,
İnternet Şubemiz ve **Bank24**'lerimizde!



HALKBANK

halkbank.com.tr | 0850 222 0 400 Dialog



Tilda Tezman

YORGUNLUK ATIYOR

Cemiyet hayatının tanınmış isimlerinden Tilda Tezman, yeni kitabı 'Oyunname II'yi uzun soluklu bir koşturmacanın ardından okuyucuyla buluşturmuştu. Kitap için yoğun çalışan Tilda Hanım, yorgunluğu Bodrum'da atıyor. Tilda Tezman, Türkbükü'nde sahilde tempolu yürüyüş yaparken objektifimize takıldı.



Organizasyon 78 Event tarafından düzenlenmekte olup başvurularla ilgili olarak turkcellgranfondoserisi.com adresini ziyaret edebilirsiniz Turkcell Granfondo İstanbul 2021 organizasyonu kapsamında sunulan tüm hizmet, eğitim, aktivite, yarış programı ve detaylardan 78 Event sorumludur.Turkcell bu kapsamda sorumlu tutulamaz



HAZAL FİLİZ KÜÇÜKKÖSE

BİLDİKLERİNİZİN ÖTESİNDE

Daha yolun çok başında olmasına rağmen, ayakları yere basan hal ve tavırlarıyla başarılı bir kariyerin sinyallerini veren güzel oyuncu Hazal Filiz Küçükköse yakın çekim alanımızda.

RÖPORTAJ **İREM ORHAN** FOTOĞRAF **ERMAN İŞTAHLI** MODA EDİTÖRÜ **EDA İŞBİLİR**
SAÇ **AKIN ÜNAL** MAKYAJ **ALEV KAYA** MEKAN **SWISSOTEL THE BOSPHORUS**





Kendine güvenen, iddialı ama bir o kadar da mütevazı genç bir oyuncu Hazal Filiz Küçükköse. “Kendimi zorlamayı çok seviyorum, ilgi alanlarım sınırsız” diyor ve karşılaştığımız ilk andan daha anlıyoruz bizi nasıl enerjik bir çekim gününün beklediğini. İşine olan bağlılığı ve disipliniyle de şaşırtıyor, hepimize iyi gelen yüksek ruh haliyle baştan sona kendine hayran bırakıyor. Küçükköse ile sıcak bir yaz günü, enerji dozu yüksek bir çekimle bir araya geldik.

Şimdilerde hayatınızın nasıl bir dönemindesiniz? Nasıl gidiyor sizin için her şey?

Hayata ilk defa bu kadar realist baktığım bir dönemdeyim diyebilirim. Pandemi bize biraz da hayatı ciddiye almayı öğretti gibi geliyor. Bazı şeylerin gerçek değerini, varlığını ve yokluğunu sorgulamama neden oldu. Sanırım biraz daha sakinleştik. Gerçekten dolu dolu nefes almayı tekrar hatırlattı bize pandemi. Eski Hazal’dan biraz daha başka bakıyorum. Daha güçlü hissediyorum ve daha sakin. Ayakları yere basan ve nereye bastığına da dikkat eden biri olduğumu artık kesinlikle söyleyebilirim.

Özellikle son dönemlerde kariyerinizle ilgili de güzel gelişmeler var, nasıl bir yoldan yürüyüp bulunduğunuz yere geldiniz?

Oyunculuk, çocukluğumdan itibaren hedeflerimin arasındaydı. Oyunculuk hayatın içinden o kadar gerçek bir an ki, o anları hissetmek tek bir hayatta bambaşka hayatları tecrübe etmek gibi geliyor. Empati yeteneğini fazlasıyla geliştirmiş oluyor. O yüzden de kendimi bulduğum bir nokta oyunculuk. Doğru proje olduğunu hissettiğimde içinde olup, hakkını vermeye ve elimden gelenin en iyisini yapmaya çalışıyorum. İlerleyen dönemlerde kendi filmimi çekebileceğim ve kendi hikayemi yazdığım bir film yapmayı çok istiyorum. Bununla ilgili planlarım da var. O bir tarafta, doğru zaman olduğunu hissettiğimde harekete geçebilecek bir noktada duruyor. Farklı karakterler canlandırmayı sevdiğim gibi farklı projeler ve farklı platformlarda da olmak isterim. Bir ön yargım yok. İyi proje nerede ise orada olmak isterim.

Bugüne kadar yaptığınız işlerde sizin için her şey hep çok yolunda gitmiş diyebilir miyiz yoksa takıldığınız anlar da olmuş mudur?

Aslında tam olarak bunu söyleyemem. Doğru seçimlerimin yanı sıra yanlış seçimlerim de oldu. İnişler, çıkışlar oyunculuk mesleğinin doğasında var. Bunu tecrübeyle ve zamanla deneyimlemiş oluyorum. Genel anlamda bu süreçte psikoloji yönetimi çok önemli. Benim için işin en önemli noktası ise dengelemek. Hiçbir zaman ayaklarımı yerden kesecek kadar duygularıma kapılmadım. Başarının getirdiği şöhretin parlaklığına, hırslara ve kibire yenik düşmedim. Ya da moralimin bozuk olduğunu düşünerek, yeteneklerimi, özgüvenimi yok saymadım. Sanırım bir oyuncuyu besleyen noktalardan biri de başarılı olmak kadar başarısızlığı da bilmek. Her duyguyu tecrübe etmek...





Son dönemlerde içinden geçtiğimiz bu pandemi süreci sizde, hayata bakışınızda değişiklik yarattı mı?
Seçilmiş bir nesil olduk sanırım. Yeni dünya düzeni kurulurken biz de onun sosyal denekleriymişiz gibi geliyor. Tüm bildiklerimiz unutturulup yeniden programlanıyor gibi bir his var. Hayatımız sanki bir bilim kurgu filmi gibi şu an.

Hayatta kendinizi keşfetmek ya da kendi yolunuzu çizmek konusunda nelerden güç aldınız? Yürüdüğünüz yolda en büyük destekçiniz kim oldu?
Sanırım, her şeyi çok merak etmekten... Yeni bilgiler edinmeyi çok seviyorum. Hayatımın her alanında bu durum geçerli. Yeteneklerimin sınırlarını görmeyi ve kendimi zorlamayı seviyorum. Araştırıyorum, okuyorum, geziyorum, deneyimliyorum. İlgi alanlarım sınırsız diyebilirim. O yüzden elimi dokundurduğum her işin üstesinden gelirim.

Yaptığınız işte yetenek mi daha önemli çok çalışmak mı yoksa tek başına güzellik mi, ne dersiniz?
Yetenek doğuştan lutfedilmiş bir varoluş hali. Bunun farkına varılıp onu geliştirmek ve bundan keyif alıp meslek haline dönüştürmenin büyük şans olduğunu düşünüyorum. Hayata bir kere geliyorsunuz. Ömür boyu yapmayı en sevdiğin işle zamanını geçiriyor, üretiyor ve iz bırakıyorsun. Yeteneği olana fazla güç harcamaya gerek yoktur. Bunun üzerine gelecek her şey yeteneği destekler ama bana kalırsa tek başına yeterli değil.

Kariyerinizle ilgili şimdiye kadar aldığınız en önemli öğüt neydi?
Öğüt almaktan çok kendi tecrübelerimden, edindiklerimden örnekleyebilirim; kimseye muhtaç olmadan ayaklarımın üzerinde dimdik durabilmenin hayalini kurdum ve bunu da başarmak için çok çalışmak gerektiğini biliyordum. Her geçen gün başarılı olmak için çalışıyorum. Ve kendi ayaklarımın üzerinde şükürler olsun ki yıllardır duruyorum.

CEKET **BEYMEN COLLECTION**
MAYO **ANAIS & MARGAUX**
PANTOLON **NETWORK**
ŞAPKA **B. CAN**
KÜPELER **JAAGRAVI**

GÖMLEK VE ŞORT **CEREN OCAK**
BOTLAR **JACQUEMUS/BEYMEN**
KOLYE **ESRA DANDİN**
KÜPELER **JAAGRAV**



"Yetenek, doğuştan lutfedilmiş bir varoluş hali. Bunun farkına varıp onu geliştirmek ve bundan keyif alıp meslek haline dönüştürmenin büyük bir şans olduğunu düşünenlerdenim."



ELBİSE, CEKET VE BOTLAR **JACQUEMUS/BEYMEN**
KOLYE **ESRA DANDİN**
KÜPELER **JAAGRAVI**



GÖMLEK **NANUSHKA/BEYMEN**
ETEK **NİSSE**
BOTLAR **JACQUEMUS/BEYMEN**
KÜPELER **JAAGRAVI**

"Yeni tanıştığım birinin doğal ve yalın olması benim en dikkat ettiğim konudur. Bunu her zaman daha özgüvenli ve gerçek buluyorum."

Bir gün tüm dünyadan kitlelerin takip ettiği bir oyuncu olduğunuzu hayal edin; insanlara ne şekilde ilham vermek istersiniz?
Hedeflerimi belirlemiş ve yola çıkmışımdır zaten. Onunla ilgili elimden geleninin en iyisini yapmaya çalışırım, benden ilham almaya çalışanlarla bağlantı kurmaya çalışırım. Galiba insanlara empati yeteneğimle ilham vermek isterim.

Günlük hayatın koşturmacasında stresli anlarda kendinizce uyguladığınız birtakım rahatlama yöntemleri var mı?
Fiziksel olarak çok yorgun ya da zihnimin yoğun olduğu zamanlarda uzun süreli meditasyon müzikleri dinleyerek uyuyorum. Hem gerginliğimi hem yoğunluğumu alıyor. Bu şekilde de galiba zihnimde verdiğim savaşı durduruyorum.

Yeni biriyle tanıştığınızda ilk neye dikkat edersiniz?
Yeni tanıştığım birinin doğal ve yalın olması benim en dikkat ettiğim konudur. Her zaman özgüvenli ve gerçek buluyorum. Öyle insanlara zaman ayırmayı ve tanımayı seviyorum. Bir de herkesin pek tabii bir hayat hikayesi var, merak da ederim açıkçası. İlk tanışmalarım uzun süreli konuşmalarla geçer genelde. Hikayelerini dinlemek ve varoluş amaçlarını fark etmek kısaca hayat amaçlarını dinlemek beni çekiyor.

İnsanlara kendinizi tanıtırken, hakkınızda söyleyebileceğiniz en marjinal şey ne olur?
Benim bir ikizim var.

Genel olarak kendinizle barışık biri misinizdir? Değiştirmeye çalıştığınız, hoşlanmadığınız bir yönünüz var mı mesela?
Genel olarak kendimle barışık biri olsam da iş hayatımda kolay kolay mutlu olmuyorum, titiz ve detaycıyım. Bu da bazen stresli ve mutsuz olmama sebep olabiliyor. Her şey mükemmel olsun derken pek tabii stres oluyorum.

Güzel görünmek de işinizin bir parçası ve güzellik oldukça göreceli bir kavram. Güzelliğin sizdeki karşılığı nedir?
Güzelliğe bir bütün olarak baktığım için tek başına değerlendirmek açıkçası biraz sığ kalıyor. Fiziksel bir algıdan çok bütünlük gibi.





CEKET VE PANTOLON **PUERIL**
GÖMLEK **ELEI**
KÜPELER **JAAGRAVI**



“Biriyle sevgi bağı kurabilmek, sağlam bir ilişkinin temeli olduğu için, aranızdaki bağ kuvvetli ise yoğun iş ya da seyahat temposu güzel giden bir ilişkiyi olumsuz etkilemez.”





MAYO **H&M**
KOLYE **ESRA DANDİN**

Çok fit görünüyorsunuz ve bununla ilgili de sıkça iltifat alıyorsunuzdur. Şimdiye kadar duyduğunuz en güzel şey neydi?
Hiç spor yapmadığım, yapamadığım dönemlerde bile "haftada kaç gün spor yapıyorsun ve bu kadar fitsin" sorusunu sormaları sanırım.

Özel bir beslenme sisteminiz var mı?
Kendi bedenimi tanıdığım andan itibaren dengeli ve düzenli besleniyorum. Dengeli derken de kendi dengemden bahsediyorum. Genel geçer bilgileri hepimiz biliyoruz. Ancak her beden kendine özel bir sistem kurmayı istiyor. Ben bunu çözdüm ve uzun süredir de bunu uygulayarak hem sağlığımı hem kilomu koruyabiliyorum. Spora gelecek olursak çocukluğumdan itibaren hep hayatımda spor vardı. Ama dönem dönem şımarıklık yapıp bırakabiliyorum. Bedenimi dinlemeyi tercih ediyorum.

Biraz da romantizm diyelim ve ilişkilerden bahsedelim. Yoğun iş ve seyahat temposunda aşk hayatınız bundan nasıl etkileniyor?
Biriyle sevgi bağı kurabilmek ilişkinin temeli olduğu için aranızdaki bağ kuvvetli ise yoğun iş ve seyahat temposu bence güzel giden bir ilişkiyi etkilemez.

Son olarak uzak-yakın gelecek için hedefleriniz neler?
Yakın gelecekte görüştüğüm ve içime sinen projelerden birisinin olması. Biraz daha uzak hedefim yurtdışı tatili olabilir.

ERSİN AL

BODRUM SEZONUNU AÇTILAR

İş ve cemiyet hayatının ünlü isimleri, yavaş yavaş Bodrum sezonunu açmaya başladı. Geçen hafta Bodrum sokaklarında, koylarda ve sahillerde ünlü isimleri görüntüledik. İşte Bodrum sezonunu açan ünlülerin renkli kareleri...



Osman Merzeci, Melis Murathanoğlu

İş insanı Osman Merzeci ve sevgilisi Melis Murathanoğlu önceki gün Türkbükü'nde görüntülendi. Bir küs, bir barışık şekilde ilişkilerini yaşayan çift arkadaşlarıyla buluştu. Sevgililerin zaman zaman kahkahalarla sohbet etmeleri ilişkilerine kaldıkları yerden devam ettiklerini gösterdi.



Emre Eczacıbaşı

Aile şirketi Ecbaşı Holding'de yoğun bir tempoda çalışan Emre Eczacıbaşı, Bodrum'a gelerek kısa bir tatil yaptı. Ailesiyle birlikte Bodrum'a gelen Emre Bey'i sokakta yürürken görüntüledik.

Murat Pilevneli, Aslı Pamir

Pilevneli Gallery'nin kurucusu Murat Pilevneli ve sevgilisi Aslı Pamir'i, Bodrum'da arkadaşlarıyla birlikte görüntüledik. Yaz için İstanbul'daki işlerini Bodrum'a taşıyan Murat Bey hem iş hem de tatil yaparken Aslı Pamir ile birlikte tatil yapma fırsatı da buldu. Çit, bir mekanda dostlarıyla da sosyalleşti.





Fethi Kamışlı

Genç iş insanı Fethi Sabancı Kamışlı da Bodrum'da tatildeydi. Teknesiyle tatile çıkan Fethi Bey'e, bir grup arkadaşı da eşlik ediyordu. Fethi Bey ve arkadaşları bir koya demirledikleri teknede tatilin keyfini çıkarırken objektifimize yansıdı.

Renkli bir yaz

2021 yazı renklerle ihtiyacımız olan motivasyonu sunuyor. Sarı, mavinin yumuşak hali; pembe, yeşil ve turuncunun enerjik tonu, yaz gardırobunuza pozitivizm katıyor.

YAZI **BADE ÇAKAR**

VINCE



STAUD





SUZANNE KALAN



ARZU SABANCI

BOTTEGA VENETA





BOTTEGA VENETA

GÖK MAVİSİ

Mavinin en huzurlu tonu, bu yaz sizinle... İster tek renk bir görünüm isterseniz de denimlerle bir arada. Gök mavisini gardırobunuza ekleme zamanı.

LOEWE





LISA MARIE FERNANDEZ



ISABEL MARANT

MIU MIU







FENDI



MELODİ
ELBİRLİLER

YUMUŞAK SARI

Yumuşacık sarı, adeta mutluluğun rengi. Bronz vücudunuzda harika duracak sarı parçaları, özellikle hasırlarla bir arada kullanmanızı öneririz.



JIL SANDER

LOEWE





GUCCI

MELISSA
ODABASH



DIANE VON
FURSTENBERG



ROGER VIVIER





MAX
MARA



MISSONI MARE



DRIES VAN
NOTEN



VALENTINO

Gayrimenkul Alış ve Satışı

TapuTakas'a Emanet

TapuTakas sistemimiz, Tapu ve Kadastro Genel Müdürlüğü işbirliğiyle
güvenli ödeme yönetimi sayesinde gayrimenkulleri yeni sahipleriyle buluşturuyor.
Teknolojik altyapısıyla işlemleriniz üzerinde tam hâkimiyet sağlayarak
tüm alım/satımlarda riskleri sıfıra indiriyor.



www.taputakas.com.tr

TAKAS İSTANBUL

TapuTakas uygulamasını
App Store ve Google Play Store
üzerinden ücretsiz olarak indirebilirsiniz.

DAVID KOMA



LOEWE



BALENCIAGA



SİBİL ÇETİNKAYA



SELF-PORTRAIT





THE ATTICO

ÇARPICI YEŞİL

Yeşilin en canlı tonu, bu yaz neon etkisi sunuyor. Dikkat çekmek isteyenler özellikle plaj giyiminde ya da beyaz bir kombinde bu tonu tercih edebilir.



AMINA MUADDI



CHANEL



VERSACE



MELISSA ODABASH



LOEWE



RACHEL ARAZ
KİRESEPİ

VERSACE





GIVENCHY



ISABEL MARANT



OFF-WHITE



CANLI PEMBE

Pembe enerjisini yükseltiyor, pudra tonlarından vazgeçin. Serin yaz akşamlarında blazer olarak ya da tek parça seçiminde bu rengi kesinlikle kullanın.

THE ATTICO





SAINT LAURENT



CHANEL



LOEWE

JIMMY CHOO





JULIET DUNN

SELF-PORTRAIT



CHLOÉ



DRIES VAN NOTEN



VERSACE





NANUSHKA

MAX MARA





DİLA TARKAN

ERES





VERONICA BEARD



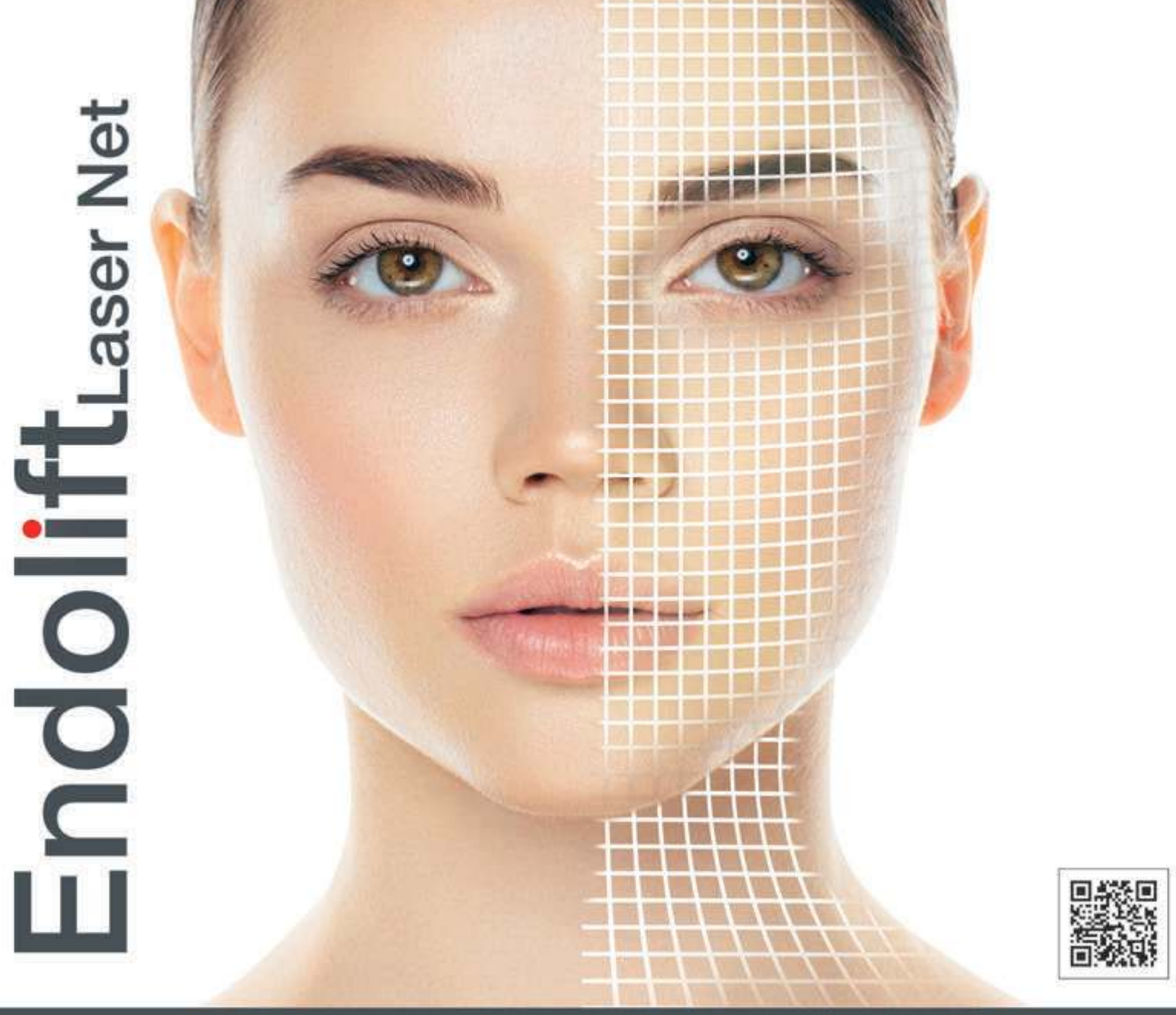
CHRISTIAN LOUBOUTIN

AQUAZURRA



ENERJİK TURUNCU

Yaz güneşinin en güzel temsilcisi kesinlikle canlı turuncu... Eğer bakışları üzerinizde toplamak istiyorsanız diğer canlı tonlarla; sade bir görünüm için ise doğal tonlarla bir araya getirin.



#sende bi güzellik var

Ameliyatsız Gençleştiren Teknolojiler
Non-Surgical Rejevunating Technologies

dr.ht

Dr. Hüseyin TIRMAN

Teşvikiye Mah. Teşvikiye Caddesi Seven Apartmanı No:18 Kat:6 D:6 Nişantaşı / İstanbul
Tel: 0212 232 37 48 Gsm: 0542 232 37 48
www.drhuseyintirman.com

"MAHALLE SÜTÇÜSÜ OLGUSUNU MODERNİZE ETTİK"

İki kız kardeş baştan sona her şeyiyle ilgilendikleri Milgo Çiğ Süt adlı bir marka kurarak sektöre hızlı bir giriş yaptı. Ecehan Kurdoğlu ve Begümhan Kurdoğlu, yeni iş heyecanlarını Şamdan Plus okurlarıyla paylaştı.

RÖPORTAJ **MELİH TÜRK** FOTOĞRAF **KUTUP DALGAKIRAN**

Yeni nesil girişimciler Ecehan Kurdoğlu ve kardeşi Begümhan Kurdoğlu, bu aralar mutlu bir koşuşturmacanın içinde. Cemiyet hayatından Ece-Korhan Kurdoğlu çiftinin kızları olan Ecehan ve Begümhan Kurdoğlu iş hayatlarında yeni bir heyecan yaşıyor. Milgo ismini verdikleri süt markasını birlikte kuran Kurdoğlu kardeşler, markanın kuruluşundan gelecek hedeflerine kadar merak edilen tüm soruları yanıtladı.

Sizi tanımayan okuyucularımız için kısaca kendinizi tanıtabilir misiniz?

ECEHAN KURDOĞLU: Boston Üniversitesi, İşletme ve Pazarlama bölümü mezunuyum. 15 yaşından itibaren medyadan finansa birçok farklı alanda staj yaparak, deneyim kazandım. Şu an Milgo'nun yanı sıra kendi şirketler grubumuz olan Ata Grubu'nun 1990 yılından beri Türkiye'de temsil ettiği Escada'da İş ve Marka Geliştirme Direktörü olarak görev yapıyorum.

BEGÜMHAN KURDOĞLU: Geçtiğimiz senenin mayıs ayında, Columbia Üniversitesi Ekonomi ve Görsel Sanatlar bölümlerinden mezun oldum. Şu anda TFI TAB Gıda Yatırımları çatısı altında faaliyetlerini sürdüren, TAB Gıda'nın dijital pazarlama departmanında performans pazarlama kanadında çalışıyorum. Aynı zamanda, geçtiğimiz günlerde ablam Ecehan'ın girişimiyle yarattığımız Milgo markasını geliştirmeye yönelik çalışmalar yapıyorum.

Markanın çıkış ürünü olarak çiğ sütle başlamanızın özel bir sebebi var mıydı?



"Babamız ve annemiz yılların verdiği iş tecrübeleriyle bugüne kadar attığımız her adımda bizi yönlendirdi ve tüm girişimlerimizi destekledi. Bu açıdan çok şanslıyız. Milgo için yola çıkarken fikrimizi paylaştığımızda, en az bizim kadar heyecanlandılar." B.K

Ecehan Kurdoğlu

Begümhan Kurdoğlu

"Uzun vadede global marka olma hedefiyle yola çıktığımız için İngilizce süt anlamına gelen Milk sözcüğünü barındıran, eğlenceli bir isim aradık ve söylenişi, enerjisi sebebiyle Milgo'yu seçtik." E.K

B.K: Türkiye ve Avrupa'nın en büyük süt üretim çiftliği AtaSancak Çiftlik'te, halihazırda zaten yıllardır en hiyenik koşullarda çiğ süt üretiliyordu. Güvenilirlik, doğallık ve şeffaflık ilkelerimizle de bu ürünü tüketicilerimizle buluşturmak istedik.

İki kardeş ortak bir marka kurdunuz. Birlikte çalışmak, kardeşlerin ortak olması nasıl bir duygu? İş konusunda zaman zaman fikir ayrılığı yaşadığınız oluyor mu?
EK: Çok güzel, çok gurur verici bir duygu. Biz küçüklüğümüzden beri çok uyumluyuz. İş hayatında da böyle oldu. Bunda birbirimizi çok iyi tanımamızın rolü elbette büyük. Sorumluluklarımız değişebiliyor ama genel olarak ben daha iş geliştirme tarafındayım Begümhan ise kreatif tarafta. Birbirimizi mükemmel şekilde tamamlıyoruz.

Marka için haftada kaç saat çalışıyorsunuz? Haftalık iş rutininizi anlatabilir misiniz?
B.K: Milgo henüz bebek olduğu için aslında gece-gündüz demeden çalışıyoruz. Üretimden pazarlamaya, satış kanallarından sosyal medya iletişimine kadar her şeyiyle direkt ilgileniyoruz.

Markanın ismini kim buldu? Marka isminin hikayesini sizden dinleyebilir miyiz?
E.K: Aslında en basit anlatımla Milgo, kültürümüzde yer etmiş mahalle sütçüsü olgusunun modernize edilerek, şişelenmiş hali diyebilirim. Uzun vadede global marka olma hedefiyle yola çıktığımız için İngilizce süt anlamına gelen Milk sözcüğünü barındıran, eğlenceli bir isim aradık ve söylenişi, enerjisi sebebiyle Milgo'yu seçtik.

Ailenizin bu işi yapacağınızı öğrendiğinde tepkisi ne oldu?
B.K: Gıda aile işimiz. Babamız ve annemiz yılların verdiği iş tecrübeleriyle bugüne kadar attığımız her adımda bizi yönlendirdi ve tüm girişimlerimizi destekledi. Bu açıdan çok şanslıyız. Milgo için yola çıkarken fikrimizi paylaştığımızda, en az bizim kadar heyecanlandılar.

Ürünler kısa bir süre önce satışa sunuldu. Milgo ürünleri nasıl bir ilgiyle karşılandı?
E.K: Sütümüze çok güveniyorduk ama açıkçası bu kadar kısa zamanda böyle yoğun ilgiyi biz de beklemiyorduk. Her kesimden çok güzel dönüşler alıyoruz. Anneler yoğurt tariflerini, gençler birbirinden lezzetli tatlı tariflerini paylaşıyor. Bu güzel dönüşler bizi çok motive ediyor.

Milgo'da ürün olarak şimdilik sadece çiğ süt var. İlerleyen zamanda markaya yeni ürünler eklemeyi düşünüyor musunuz?
B.K: Gelecek hedeflerimiz içinde en öncelikli olan, Milgo'yu Türkiye geneline ulaştırmak. Başta çiğ süt olmak üzere markamızı büyütmek, yaygınlaştırmak ve kendimize belirlediğimiz hedef çerçevesinde diğer süt ürünlerine de yönelmek amacımız.

Beş yıl uzun bir zaman dilimi ama markanızı bu sürede nasıl bir noktada olmasını hayal ediyorsunuz?
E.K: Daha gidecek çok yolumuz, yapacak çok şeyimiz var. Milgo'nun önce ülkemizin her yerinde ulaşılabilir olmasını hedefli-





yoruz. Uzun vadede ise Türkiye'den çıkan global bir süt markası olmak istiyoruz. Çok güzel hedeflerimiz var ve bunlara ulaşmak için güçlü adımlarla ilerliyoruz.

Birbirinizi anlatmanızı istesek nasıl anlatırdınız?

E.K: Begümhan'ı birkaç kelime ile tanımlamam gerekirse; akıllı, çalışkan, kafasına koyduğunu yapan, başaran ve bununla birlikte azimli biri diyebilirim.

B.K: Ecehan'ı tanımlamam gerekirse; yenilikçi, kreatif, azimli ve kendini geliştirmekten zevk alan biri derim.

İş dünyasında örnek aldığınız isimler var mı?

E.K: En büyük rol modelimiz dedemiz Merhum Ertuğrul Kurdoğlu. Çok başarılı bir iş insanıydı ve örnek alınacak vizyona sahipti. Bir insanın sahip olabileceği en büyük zenginliğin manevi yanının güçlü olması olduğunu söylerdi. Dedemizin vizyonunu en iyi anlatan ve bizim de yaşam felsefemiz olarak benimsediğimiz şu cümle bence onun en önemli öğretisidir: "Hayaller öğrenilerek kazanılamaz ama korkularımızdan dolayı kaybedilebilir. O nedenle hayallerimizden vazgeçmeden, cesaretle peşinden gitmemiz gerekir"

BİTKİLERİN GÜCÜNDEN İLHAM ALAN

LOKAL MARKALAR

Doğanın gücüyle bizlere daha sağlıklı bir cilt vadeden beş yerel markayı, arkalarındaki isimlerin anlatımıyla mercek altına alıyoruz.

HAZIRLAYAN **İREM ORHAN**

Konu cildimiz olunca bugün pek çoğumuz seçtiğimiz ürünlerin içerikleri konusunda daha seçici hale geldik ve doğal içeriklere sahip olanlar diğerleri arasında birkaç adım öne çıktı. Durum böyle olunca son dönemlerde içeriğiyle farklılaşan ürün ve markaların sayısı da hayli arttı. Bitkilerden aldıkları güçle bizlere daha sağlıklı bir cildin kapılarını aralayan lokal markaların kurucuları ile buluştuk, farkındalık yarattıkları vizyonlarını mercek altına aldık. Yaptıkları işe karşı sürekli üretmeye yönelik motivasyonu kendilerinde nasıl buluyorlar, bu işi yapanlar arasından sıyrılmak için neyi farklı yapıyorlar; bunları konuştuk.



VİLDAN AKAY & SELİN KOYUTÜRK

LYN KOZMETİK KURUCULARI

“Sürekli üretim yapmak iyi bir motivasyon kaynağı”

Biz kendi ürünlerimizi severek kullanan kişileriz ve kendimizi kullanıcılarımızın yerine koyarak ürün geliştiriyoruz. Onları anlamaya çalışıyoruz, en önemlisi kendilerini değerli hissetmelerini istiyoruz. Her yaptığımız yeni üründe yeni bir heyecan başlıyor. Aynı özenle yeniden ve ilk defa gibi başlıyoruz. İşinizi çok severek yaptığınızda daha çok üretiyorsunuz. Üretmek ise sizi her daim daha dinamik tutuyor. Bizim motivasyonumuzun ana kaynağı bu. Başarının da sonu yok. Biz hep daha iyisine odaklanıyoruz. Her detay bizim için çok önemli, bunu da ürünlerimize yansıtmaya çalışıyoruz. Sanırım bu titizliğimiz kullanıcılarımıza da geçiyor. Kullanıcılarımızla iletişimde kalıyor, onların söylediği her şeye çok değer veriyoruz. Ürünlerimizi de onların beklentilerine odaklanarak geliştiriyoruz. Bu da bizi hep dinamik ve üretken tutuyor. Birlikte yapılan her iş daha güzel. Biz ekibimizle, kullanıcılarımızla çok büyük bir aileyiz.

“YARATTIĞINIZ MARKANIN İYİ BİR HİKAYESİ OLMALI”

Öncelikle ne yaparsan yap, severek yapmak çok önemli. Marka yaratmak uzun soluklu bir iş, çok çalışmayı gerektiriyor. Yorulmamanın sırrı severek yapmak, severek çalışmak. Aslında her markanın altında iyi bir hikaye yatmalı. Bu hikayeye sahip çıkmak ise markanın yol haritası için gerekli. Hedef kitleyi iyi tanımaya ve anlamaya çalışmalı. Çünkü marka, hedef kitle ile birlikte büyür. Onların hayatını kolaylaştırmak ve onları düşünen marka olmak çok önemli. Bundan dolayı faydaya ve kullanıcılara odaklanılmalı. İnanmak ise marka yolculuğunun en kilit noktası. Kendine ve markana inanman gerekiyor. Daha da önemlisi marka yaratmak hata yapmayı ama vazgeçmeden inanarak işi sürdürmeyi gerektiriyor.



DEREN ÖZTÜRK MATARACI

COSMED KURUCUSU

“Hayallerimizi hedeflerimize dönüştürüyoruz”

Rekabetin zorlu, oyuncunun çok olduğu bir sektörümüz var... Özellikle yabancı rakiplerimizin yüksek bütçeli pazarlama çalışmaları ile marka bilinirliklerini pekiştirdikleri bir dünyada onlara kıyasla küçük bütçelerle hareket etmeye çalışmak ve dolayısıyla da doğru hamleleri yapmak durumundayız. Cosmed olarak markamızı kurduğumuz ilk günden itibaren ‘farklılaşma’ konusunu stratejimizin merkezine koyduk ve gerek pazarlama gerekse de satış ile ilgili faaliyetlerimizde küçük detaylarla da olsa hep akılda kalacağımız çalışmalar gerçekleştirmeye çalıştık ve devam da ediyoruz. Tüm bu stratejinin arkasında ise bir dünya markası yaratma tutkumuz yatıyor. Hayallerimizi hedeflerimize dönüştürdüğümüz için de doğru adımlar atmak bizim için çok önemli.

“TÜKETİCİ İLE BAĞ KURMAK ÇOK ÖNEMLİ”

En önemli ilk adım empati; “Ben bu ürünü alır mıydım? Bu paket bana gelse saklar mıydım, çöpe atıp unutur muydum?” Ya da “Bu kampanyayı kaçırmaz hemen sipariş verir miydim?” Öncelikli olarak kendimizden yola çıkarak hedef kitlelerinin beklentilerine paralel projeler geliştirmek çok önemli. Bunun yanında biraz duygu katmak, son tüketici ile bir bağ yakalamak gerçekten çok önemli. O bağı yakaladıktan sonra devamını getirmek de tabii mühim.



GÜLŞAH GÜRKAN
GÜLSHA KURUCUSU

“Markalaşma sürecinde odağınızı kaybetmemelisiniz”

Bir başarı var ise bu en başta tutku ile sevdiğin işi yapmak ve bundan haz almak diyebilirim. Gülsha markamız genç ama çok köklü bir geçmişe sahip. 1965’ten beri Isparta gülü özleri üzerine edindiğimiz tecrübeyi en iyi Fransız uzmanlarla çalışarak özel bir cilt bakım serisine dönüştürüyoruz. Doğal içerikli ürünlerimiz ile uluslararası standartları sağlayarak günümüz kadınına en doğal, etkili ve keyifli cilt bakım deneyimini sunmayı amaçlıyoruz. Uzun vadeli markalaşma sürecinde enerjini hep yüksek tutarak çok çalışmak ve odağını kaybetmemek gerekiyor. Burada bana güç veren benden daha büyük amaçlarım var. İlki Türk gülüne dünyada sahip çıkmak, yerel zenginliklerimizi tüm dünyaya tanıtmak. İkincisi de insanları doğadan gelen en eski güzellik sırrı olan gül esansiyel yağı ile en saf şekilde buluşturmak. Yola güçlü nedenler ile çıkıp bunları odağınızda tutmak gerekiyor.

“NASIL DAHA FAZLA FAYDA SAĞLAYABİLİRİM DİYE DÜŞÜNMELİ”

Yaptığımız işte hedeflerinizden taviz vermeden limitlerin üzerine gitmek çok önemli. Kendi markasını kurmak isteyen herkese dünyayı çok iyi araştırmalarını, konularına çok hakim olmalarını ve bir konuda uzmanlaşmalarını tavsiye ederim. Sonra ise “Neyi mevcuttakinden daha iyi yapabilirim, nasıl daha fazla fayda sağlayabilirim” diye düşünmeliler. En önemli diğer bir tavsiyem de içgüdülerini verilerle harmanlasınlar ve yüreklerini dinlesinler. Çok sevdiğim bir söylem; “Nasılınızı taklit edebilirler ama niçininizi taklit edemezler.”



ASLI BİLGİN

HOMEMADE AROMATERAPİ
KURUCUSU

“Yaptığım iş yaşam biçimim oldu”

Aromaterapi benim hayatıma bundan 18 sene önce kendime iyi gelme yolum olarak girdiğinde, ‘aromaterapi’ algısı masaj yağı ile sınırlıydı diyebilirim. Benim içinse beslenme haricinde, ruh-beden-zihin dengemi koruyabilmek için hayatımın her alanına dahil ettiğim bir yaşam yolu oldu. Güncel kalabilmemi sağlayan şeyin gündelik hayatımda gerçekten de bu şekilde yaşıyor olmam olduğunu düşünüyorum. Homemade’in kuruluş hikayesi tamamen kendi ihtiyaçlarım üzerinden hazırladığım ürünler ile başladı ve her geçen gün, her yeni üründe de öyle devam ediyor. Aromaterapi, 360 derece bir sistem. Cildimizin güzelliğinden, vücudumuzun bakımına, ağız sağlığımızı korumaktan, saç bakımına, evimizin enerjisini temizlemekten, çakralarımızı dengelemeye, evimizin fiziksel olarak temizliğini yapmaktan, ortamımızı kokulandırmaya, virüslerden korunmaya yardımcı olmaktan, bitkilerimizin bakımına ve daha onlarcası ile hayatımızın her alanına dahil edebiliriz.

“İNANÇ, TUTKU VE ÇOK ÇALIŞMA İLE HER ŞEY MÜMKÜN”

İnandığın ve tutku duyduğun işi yapmanın çok önemli olduğunu düşünüyorum. Ben aromaterapiye o kadar inandım ki, bunu herkese anlatmalıyım, herkes hayatına dahil etmeli duygusu ile başladım bu işe. Ve hep çok çalıştım. İnanç, tutku ve çok çalışma ile şu hayatta her şey mümkün. Yaptığınız şeyin sevilmesi de çalışma gücü ve adrenalin veriyor. Bir önemli konu da içeriğinden, üretimine, satışından, pazarlamasına, dağıtımından, müşteri ilişkilerine kadar her aşamaya, tek başına yapabilecek kadar hakim olmak. Çünkü bunu en başından itibaren profesyonellere bırakmak aslında bir taraftan da sizi olayın dışında bırakır. Bana göre şu anda yapılan en büyük hatanın kendi kalbinden, aklından, tutkundan doğmuş bir ürün ve marka yaratmak yerine, beğendiği, piyasada da başarılı olduğunu düşündüğünü bir markayı, şişesinden, etiketine, ürün içeriklerinden, fotoğraf çekimine kadar taklit etme kolaylığına gitmek. Böyle olunca her şey daha zor oluyor.

NUR BİLEN YAVUZER

BEAUTY OMELETTE KURUCUSU

“Bir işi severek yapmak ona değer katar”



Bir şeyi severek yapmak ve onun için elinden gelen en iyi şekilde çalışmak sanırım ona en büyük değeri katan. Bir de dışarıdan gelen sesleri değil de içindeki sesi dinlemek. Güzellik bizim aile işimiz, ilk günden beri aranan ya da trend olan ürünleri değil gerçekten ihtiyaç olan ve içerikleri ile fayda sağlayacak ürünleri yapmak hevesindeyiz. Biz diyorum çünkü görünen benim ama çok büyük bir ekiple çalışıyorum. Tüm içerikler ve ürünler Güney Kore’de formülize ediliyor ve üretiliyor. Yetiştiricilik ve şifalı bitkiler açısından dünyanın kalbi bu topraklar. Örneğin sıkça kullandığımız ve Kore kadınlarının pürüzsüz ciltlerini borçlu oldukları kırmızı ginsengin en faydalı haline gelebilmesi için altı yıldan önce toplanmıyor. Probiyotiklerimiz için bilinen 500 bakteri üzerinde gen analizi yapılarak deriye iyi gelen üç bakteri belirlendi, bunların hücre duvarları özel bir teknoloji ile kırılarak aktif içerikler elde edildi. Bu patentli probiyotikler ile hem topikal kullanılan kremler hem de ağız yolu ile içilen takviyeler geliştirdik. Kozmetik çok renkli ve kolay görünen aslında çok zor ve güven isteyen bir alan. Cildimiz çok değerli, amacım onun üstünü örtüp olduğundan güzel göstermek değil, dışarıdan sürebilecek en iyi içerikler ile beslemek ve iyileştirmek.

“ÖZGÜN VE FAYDALI OLMALI”

Bence farklı olmaya çalışırken gelenekselliken de çok kopmamak ve özellikle sağlığa dayalı alanlarda bilimden uzaklaşmamak gerekiyor. Güzellik bütün kadınların peşinden koştuğu bazen hiç sorgulamayacak kadar büyüsüne kapıldığı bir şey, bu duyguyu suistimal etmeden kendim olsam kullanırmıydım sorusunu eksik etmemek önemli. Sıyrılmak endişesinden çok akılda kalma hedefi ve işe yarayacak ürünler geliştirme sorumluluğu ileriye götürecektir. Kozmetik yatırım isteyen bir alan, içerikler, ürün geliştirme, üretim, bunların her biri başka iş kollarında çok daha kolay ve ucuz.

FRANSIZ STİLİNDE BOHEM BİR EV



Dilek Hanif'in Boğaz hattındaki evi, az ve öz ruhu olan tasarımlarla döşenmiş. Her tasarımın ayrı bir hikayesi olan evde Fransız stili hakim.

RÖPORTAJ **ÖZGE ZEKİ** FOTOĞRAF **ŞEREF YILMAZ**



Kamera
arkası için
QR kodu
okutun



Dilek Hanif ve ailesi uzun yıllardır Boğaz hattında oturmayı tercih etmiş. Pandemi zamanından hemen önce evlerine taşınmışlar. Dilek Hanif pandemi de olunca eviyle bizzat ilgilenme fırsatı bulmuş. Seyahatlerinden aldığı büyük parçalar, kitaplar ve sevdiği sanat eserleri evin dekorasyonunun da temelini oluşturuyor. Her eşyanın hikayesi olduğuna inanıyor ve kendi evinde de az ve öz tasarım anlayışını yansıtıyor.

Eve ne zaman taşındınız?
Geçen sene yılbaşı zamanında taşındık buraya, ikinci senemiz. Daha önce Rumelihisarı'nda oturuyorduk. Bu bölgeyi muhit olarak çok seviyorum ve yıllardır bu tarafta olduğum için çok alıştım. Hafta sonu hiç arabaya binme ihtiyacı hissetmeden alışverişimi, işlerimi, yürüyüşümü yapıyorum.

Evi ilk gördüğünüzde ne durumdaydı?
Burası eski Fransız stilinde dekore edilmiş, kapıları ahşap, ciddi işçilik var, ahşabın kenarları mermerden yapılmış. Hoş, kendine ait bir tarzı var evin. Ben de Fransa'ya çok gidip geldiğim ve orada hep eski tarz otellerde kaldığım için burayı çok sevdim. Kendine ait ruhu olan yerleri severim. Ama onun dozunu ayarladım, bazı tarafları modernize ettim. Bundan önceki evlerimde hep mimarlarla çalıştım, o zamanlarda ben de çok yoğundum ancak pandemi döneminde yoğunluk normalin altına düşünce evle ilgilenme fırsatım olabildi. Zaten kendime ait tarzım var. Bugüne kadar alıp biriktirdiğim parçalar da çok severek kullandığım parçalar. Çok fazla değişiklik yapmadım, parçaları yerleştirdim. Eve taşınmadan önce neyi, nereye koyacağım belliydi.

Dekorasyon stilinizi nasıl tarif edersiniz?
Az, öz, ruhu olan evleri seviyorum. Çok modern bir evde yaşayamıyorum, ben sıcak ortam severim. Bu evin kendisine ait bir stili var. Eşyalar da hemen evin ruhunu etkiliyor. Mesela yemek masam İspanya'dan gelmiş, oradan bir şatodan çıkmış yemek masası. Onun başındaki taht koltuklar da aynı şekilde. O eşyaları koyunca zaten odanın havası hemen değişiyor. Her birinin eski bir ağrılığı, hikayesi var. Evde takım takım olan şeyleri sevmiyorum. Ayrı parçalar ama uyum içindeler. Kıyafette de öyledir, komple takım yerine muhakkak arada bir şeyleri bozmak, stile kendi ruhunuzu katmanız gerek diye düşünüyorum. Onun için de kendime ait seçkilerim vardır.

Kendinizi en rahat hissettiğiniz, en keyif aldığınız yer neresi?
Ben evin her yerini çok kullanan bir insanım. Benim evim hep belli bir düzen içindedir. Ben salonda televizyon sevmiyorum, yatak odalarımızda var. Salonda da açılır kapanır bir ekran var. Burada izlememiz gerekiyorsa hep birlikte otururuz. Evde de her tarafı yeşillik, deniz gören bölümler bana huzur veriyor.



“Az, öz, ruhu olan evleri seviyorum. Çok modern bir evde yaşayamıyorum, ben sıcak ortam severim. Evin kendisine ait bir stili var. Eşyalar da evin ruhunu etkiliyor. Mesela yemek masam İspanya’dan gelmiş, oradan bir şatodan çıkmış.”



SONER GÖMLEKSİZ



Serap Sarı



Banu Sağnak-
Çağatay Erten



YAPRAKLAR SANAT ESERİNE DÖNÜŞTÜ



Fisun Kapucuoğlu, Selma Selçukcan

Fisun Kapucuoğlu ve Selma Selçukcan'ın 'Doğaya Dönüş' sergisi Galeri İdil'de sanatseverlerin beğenisine sunuldu.

Doğal yaprak ve ağaç kabuğu ile yapılan tasarım tablolar ilk kez 'Doğaya Dönüş' adıyla Galeri İdil'de görücüye çıktı. 24 eserden oluşan serginin açılışına, iş, sanat ve cemiyet hayatından konuklar katıldı. Eserlerle ilgili olarak ressam Fisun Kapucuoğlu şunları söyledi: "Her mevsimi geldiğinde yere düşen yaprakların yok olmasına izin vermiyoruz, onları sanatla birleştirerek adeta yeniden hayat veriyoruz. Böylece sürdürülebilir doğa, sürdürülebilir sanat anlayışını hayata geçirmiş oluyoruz. Bir diğer önemli husus da Türkiye'de ve dünyada yapraklarla yaptığımız bu çalışmayı gerçekleştiren kimse yok. O nedenle de aslında Türkiye'de ve dünyada bir ilki gerçekleştirdik."


arnica™
YENİ
Mint Serisi ile
Evinize Şık Dokunuşlar
MİNT
arnica
arnica
arnica
MUTLU BİR BAŞLANGICA DOĞRU
3 yıl garanti
facebook.com/Arnica.Senur
twitter.com/ArnicaEvAletler
instagram.com/ArnicaEvAletleri

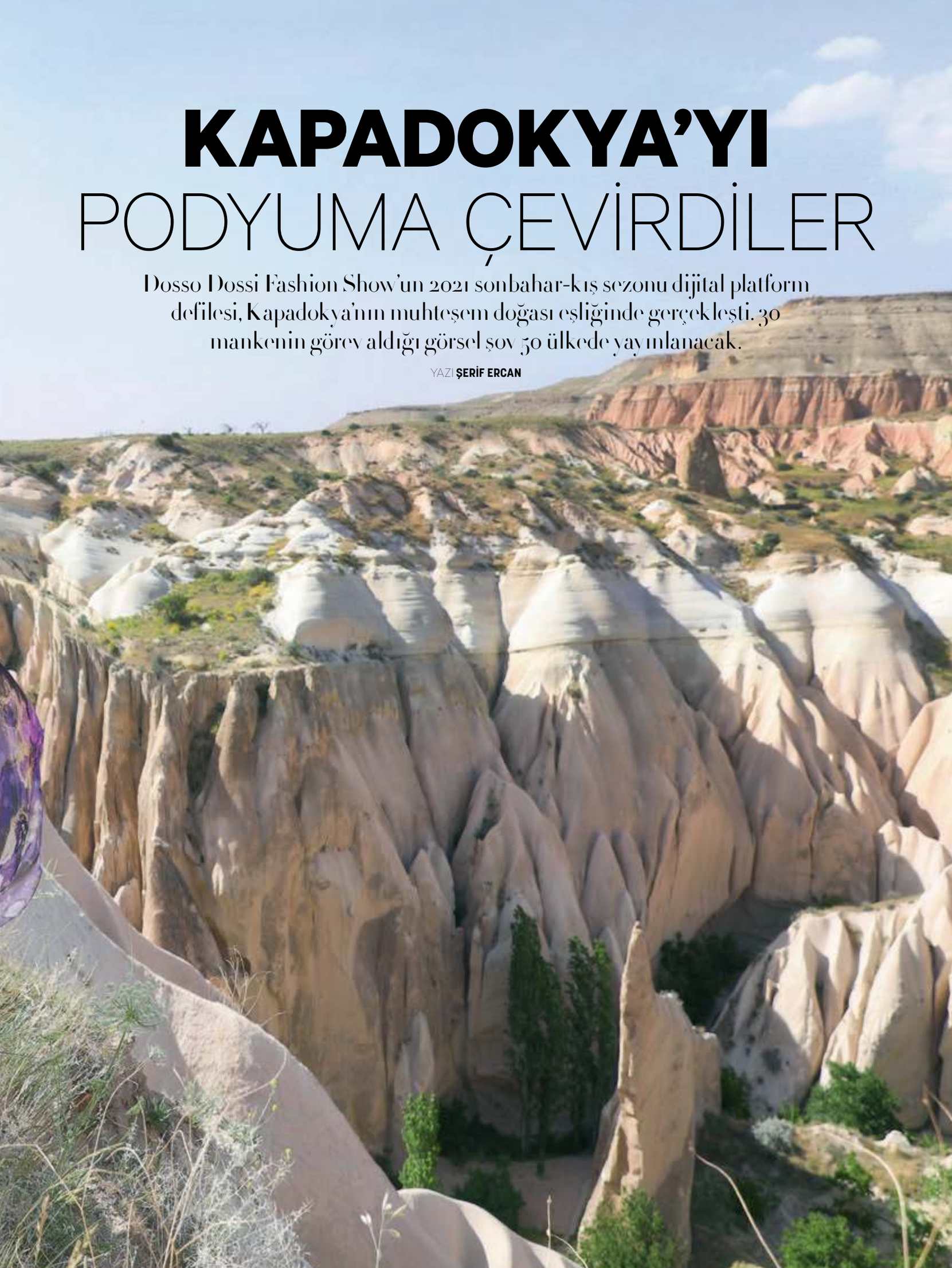


Tülin Şahin, “Kapadokya'ya defalarca geldim ama ilk kez defileye çıkıyorum burada. Çok güzel bir ortamda çok güzel bir organizasyon oldu” dedi.

KAPADOKYA'YI PODYUMA ÇEVİRDİLER

Dosso Dossi Fashion Show'un 2021 sonbahar-kış sezonu dijital platform defilesi, Kapadokya'nın muhteşem doğası eşliğinde gerçekleşti. 30 mankenin görev aldığı görsel şov 30 ülkede yayınlanacak.

YAZI **ŞERİF ERCAN**







İlk kez Kapadokya'ya geldiğini söyleyen Deren Talu, "Bu benim dördüncü defilem. Benim için çok güzel bir deneyim oldu" dedi.



Eşsiz dokusuyla ülkemizin en önemli turizm merkezlerinin arasında yer alan Kapadokya, uluslararası bir moda etkinliğine ev sahipliği yaptı. Türkiye'nin en büyük moda şovlarını gerçekleştiren Dosso Dossi Fashion Show, 2021 sonbahar-kış dijital platform defilesinin çekimlerini Kapadokya'da gerçekleştirdi.

Sabah gün doğumuyla birlikte Kılıçlar Vadisi'nde başlayan çekimler, daha sonra Paşabağı Vadisi'nin peribacaları arasında ve Kızılvadi'de devam etti. Ünlü Koreograf Yasin Soy yönetiminde gerçekleştirilen çekimlerde; Tülin Şahin, Özge Ulusoy, Jessica May, Deren Talu, Ecem Çırpan, Pınar Tartan, Büşra Turan ve Sinem Sülün'ün de aralarında olduğu 30 manken görev aldı. Dijital defile için kamera karşısına geçen mankenler, peribacaları, sıcak hava balonları, doğal oluşumlar ve bölgenin 'Güzel Atlar Diyarı' olarak anılmasını sağlayan atlar eşliğinde görsel bir şölene imza attı.

Çekim arasında ünlü mankenler ile kameraların karşısına geçen Dosso Dossi Holding Yönetim Kurulu Başkanı Hikmet Eraslan, geçtiğimiz yıl Ağrı Doğubayazıt'ta gerçekleştirilen ve büyük ses getiren dijital platform defilelerini sürdürdüklerini söyledi. 50 ülke televizyonlarında büyük bir kampanya eşliğinde gösterilen çekimlerin ülkemiz tanıtımına da büyük katkı sağladığını belirten Hikmet Eraslan, "Doğubayazıt'tan sonra şimdi ülkemizin en güzel noktalarından biri olan Kapadokya'dayız. Bu eşsiz doğada yaptığımız çekimler, Türk tekstiline büyük katkı sağlarken, bölgenin turizm tanıtımına da hizmet ediyor" dedi.





Deren Talu, Özge Ulusoy, Hikmet Eraslan, Tülin Şahin, Jessica May

Dosso Dossi Holding Yönetim Kurulu Başkanı Hikmet Eraslan, “Bu eşsiz doğada yaptığımız çekimler, Türk tekstiline büyük katkı sağlarken, Kapadokya’nın tanıtımına da hizmet edecek” dedi.






Can Sandıkçıoğlu, Emre Tuna


Aleyna Dalveren


Burcu Binici, Merve Sevi



İŞ BİRLİĞİNİ BODRUM'DA DUYURDULAR

Kozmetik markası Farmasi, Miss Turkey 2021'in ana sponsoru oldu. Bu iş birliği, Bodrum'da düzenlenen bir akşam yemeğiyle duyuruldu.

Farmasi, Miss Turkey 2021'in ana sponsoru olarak özel bir iş birliğine imza attı. Farmasi Yönetim Kurulu Üyesi Emre Tuna, Bodrum'da gerçekleştirdiği özel akşam yemeğinde Miss Turkey 2021'in ana sponsorluğunu üstlendiklerini açıkladı. Geceye Miss Turkey Organizasyonu Başkanı Can Sandıkçıoğlu ve çok sayıda davetli katıldı. 8 Eylül 2021 tarihinde gerçekleşecek güzellik yarışmasındaki tüm finalistlerin makyajı ve bakımı Farmasi'ye emanet olacak.

SONER GÖMLEKSİZ





Yelda-Erkan Güral

DÖRDÜNCÜ OTELİ ANTALYA'DA AÇTILAR

Pandemiye rağmen Antalya'da yeni bir otel hizmete girdi. NG Phaselis Bay adlı otelin açılışı için geçen hafta sonu bir davet düzenlendi.

NG Kütahya Seramik Yönetim Kurulu Başkanı Erkan Güral, 1.5 milyar TL'lik yatırımla hayata geçirdikleri NG Phaselis Bay adlı oteli özel bir davetle tanıttı. Antalya Kemer Göynük'te konumlanan NG Phaselis Bay'ın tanıtım toplantısında konuşan NG Kütahya Seramik Yönetim Kurulu Başkanı Erkan Güral, "Turizm sektöründe dördüncü otelimizi hayata geçirmenin mutluluğunu ve gururunu yaşıyoruz. NG Ailesi olarak girdiğimiz hemen her sektörde zoru başarma ve iddialı olanı yapma hedefimiz var. Antalya'daki turizm yatırımımıza da bu heyecan ve bu hedefle yola çıktık" dedi.



Sema Güral Sürmeli



Nafi-Gülsüm Güral

YEDİ ÖDÜL ALDI

İletişim Danışmanlığı Şirketleri Derneği (İDA) tarafından, başarılı iletişim çalışmalarının değerlendirdiği, '2021 Prida İletişim Ödülleri' sahiplerini buldu. Bugüne kadar üst üste dört kez 'Yılın En İtibar Kazandıran Ajansı' ödülünü kazanarak bir rekora imza atan Lobby İletişim, '2021 Prida İletişim Ödülleri' kapsamında verilen 45 ödülden yedisini daha müzesine taşıdı.



Ünal Uzun

RENKLERİN KİTABINI YAZDI

Pelin Gülşen



Sanattan dekorasyona, pazarlamadan iş dünyasına her alanda renklerin kullanımını ve etkisini belirleyen, algılarımızı şekillendiren; aslında renklere tarihten bu yana yüklenen anlamlar. Peki, bu anlamların arkasında yatan öyküler neler? İşte tüm bunların cevapları Pelin Gülşen'in Renkler kitabında okurlarla buluşuyor. Destek Yayınları tarafından piyasaya sunulan Renkler kitabı tarih, sanat, kültür ve psikoloji alanlarını da katarak geniş bir yelpazeden renkleri anlatan ve Türkiye'de bu alanda yayımlanan ilk kaynak kitap olma özelliği taşıyor.



Berrin Pehlivan

50 SORUDA KANSER

Prof. Dr. Berrin Pehlivan, 50 Soruda Kanser adlı yeni kitabını okurların beğenisine sundu. Birkaç ay önce Levent'te kendi adını taşıyan ve "Kişiye özel sağlık" mottosuyla sağlıklı yaşam ve kanser tedavileri başta olmak üzere kronik hastalıklara karma disiplinlerden uzmanlarla hizmet veren Prof. Dr. Berrin Pehlivan yeni kitabında kanser konusunda merak edilen soruları cevaplandırıyor.



Yasemin Develioğlu, Mustafa Ali Yurdupak, Mete, Mert Vardar

YENİ PROJE

Türkiye'nin zengin mirasını korumak ve gelecek nesillere aktarabilmek için sürdürülebilir turizm bilincini yaymayı amaçlayan Jolly ve UNDP Türkiye yeni projelerini birlikte duyurdu. Geçtiğimiz yıllarda Türkiye'nin zengin mirasını gelecek nesillere bırakmak için 'Mirasım Türkiye' kampanyasını başlatan Jolly, duyurduğu bu yeni işbirliği ile sürdürülebilir turizm ile ilgili çalışmalarına devam edeceğini açıkladı.

GUSTO



FASHION
LUXURY
WELLBEING
ART
DECO
BEAUTY
CHEF'S TABLE
TRAVEL
AUTO
NEWS


YASEMİN ÖZİLHAN


PRADA

YENİ KLASİK
Yasemin Özilhan, klasik renk birlikteliği siyah-beyazı stiline yansıtmış. Aksesuar seçiminde ise Prada öne çıkıyor.


PRADA


FULYA GÜNDOĞDU

ONLARIN SEÇİMİ
ŞAPKALAR FORA

Bucket şapkalar, popülerliğini bu yaz da devam ettiriyor. En klasiklerinden renklilerine yazın favori aksesuarlarından.

YAZI **BADE ÇAKAR**


LOEWE



DIOR

YAZ DOĞALI
Denim kombinine hasır dokunuş katan Yasemin Öğün, Dior'un bucket şapkasıyla lüks görünüm elde etmiş. Renk uyumu ise hem doğal hem çabasız hem de çekici olmuş.



YASEMİN ÖĞÜN


MISSONI MARE



JACQUEMUS

HİT PARÇA
Jacquemus'un kumaş şapkası, yaz sezonun hit parçasıydı. Fulya Gündoğdu, bu şapkayı yaz stiline başarıyla ekleyen isimlerden oldu.

BEE GODDESS



GABRIELLE CAUNESIL POZZOLI

BALMAIN



Büstiyerler bu yaza iddialı giriş yapıyor. Şortların, eteklerin üstüne en çok yakışan parçalar olacak.

BEGUM KHAN



SAGAZA



ÇEKİCİ ÜSTLER

Büstiyerler bu yaz, stillere çekicilik katmaya hazır. Feminen üstleri canlı desenlerle bir araya getirin.

CHANEL





RENAUD PELLEGRINO

SIMONE ROCHA





ZIMMERMANN

DOLCE&GABBANA





AQUAZZURA





KISMET BY MILKA



YEPREM

ÖZLEDİĞİMİZ KIRMIZI HALI IŞILTISI

Kırmızı halı şıklığını yansıtan ve ışıltısıyla göz kamaştıran o mücevherler radarımızda.

YAZI **İREM ORHAN**

Her yıl merakla beklediğimiz büyük ödül törenleri bu yıl Covid 19 gölgesinde çoğunlukla çevrimiçi planlanırken, bazı etkinliklerse yavaş yavaş test ve sosyal mesafe önlemleri alınarak yüz yüze gerçekleşiyor. Ve tabii o aradığımız ihtişamlı kırmızı halı şıklığına şimdilik tam olarak ulaşılamıyor. Özlediğimiz tören şıklığını yansıtan mücevherleri bir araya getirdik.

BEE GODDESS





MEVARİS

STATE PROPERTY



SUZANNE KALAN



ULTRA PARILTI

Sofistike görünümlerin olmazsa olmazı mücevherler, gerek farklı tasarım çizgileri gerekse değerli taşları ile kırmızı halı stillerinde fark yaratmak isteyenlerin bir numaralı tercihi oluyor. Gerçek dışı dünyalara götüren masalsı görümleriyle bu cüretkar parçalar nefes kesiyor.



SUZANNE KALAN



GUCCI





BEGUM KHAN

SYLVA & CIE



Kırmızı halı denilince her zaman daha fazlasını vadeden haute couture koleksiyonlar kalıpları yıkan tasarımlarıyla akıllara kazınıyor.

BULGARI





“KRİZ ORTAMLARI İYİ YÖNETİLİRSE KURUMLARA İYİ GELİR”



Yelda İpekli, Türk kahvesinin dünya çapında yaygınlaşmasını misyon edinen Arzum Yönetim Kurulu Başkanı Murat Kolbaşı'yla konuştu.

FOTOĞRAF **KUTUP DALGAKIRAN**

Hayata dair mutlu şeyler olduğunda paylaşırsak çoğalırmış gibi gelen bir umudum var benim. Bu zorlu dönemlerde de "iyi olan" ne varsa paylaşmanın iyi olacağına inanıyorum. New York Times Square'de Türk kahvemizi görünce sanki oradaymışçasına sevindim. Hikayenin arkasında sevgili arkadaşım Murat Kolbaşı ve ekibi olunca ondan detaylarını öğrenmek istedim.

Pandemi yavaşlattı, durdurdu derken senin için sürecin çok yoğun geçtiğinin farkındayım. İFA Tasarım Ödülü, New York'taki Türk kahvesi tanıtımı, şirketin halka arzı ilk aklıma gelenler... Bu dönemi kurumsal olarak ve bireysel olarak nasıl yönettin?

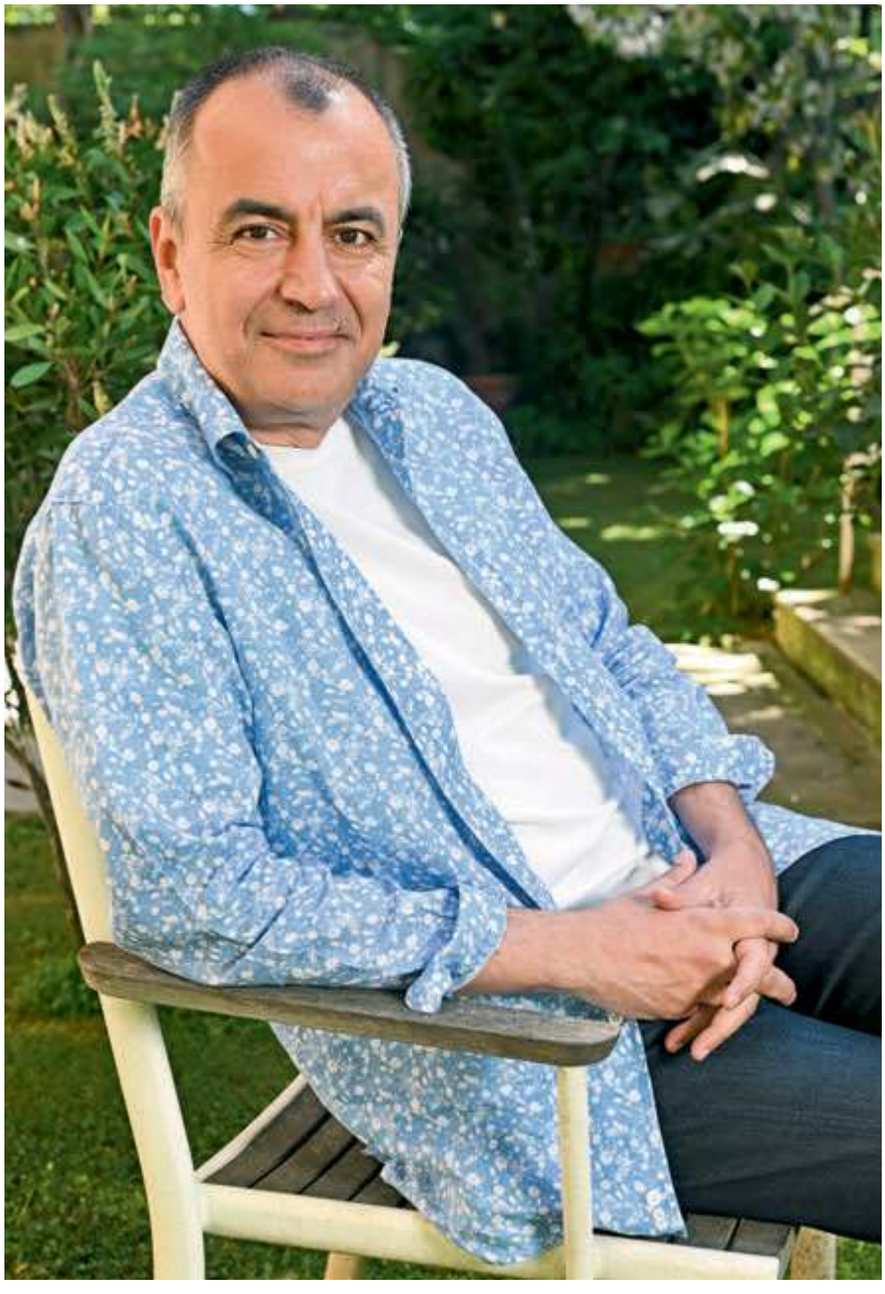
Kriz ortamları ve zor zamanlar iyi yönetilirse kurumlara hep iyi gelir, en azından bizde öyle oldu... İyi gelişinin nedenine gelince birincisi karşılaştığımız zorluğu tüm ekiple göğüslüyoruz. Sadece yönetici kademesi ya da sadece çalışanlar bu zorluğu göğüslemiyor, bizler hep birlikte hareket ediyoruz. İkincisi, bizler daima özellikle her şey yolundayken sürekli olası krizleri kendi aramızda konuşuyoruz. Olası krizlerde nasıl aksiyon alacağımızla ilgili senaryolar geliştiriyoruz. Örneğin satış kanallarımızda yaşayacağımız beklenmedik bir krizde mutlaka alternatif satış kanalları araştırıyor, bu araştırmaları yaparken de çok ciddi bir dokümantasyon çalışması gerçekleştiriyoruz. Pazarın iyi olduğu zamanlarda dahi mevcut network'ümüze ekleyeceğimiz yeni pazarlar ve yapabileceğimiz işbirlikleri neler olabilir, bu yönde de yoğun araştırmalar ve çalışmalar yapıyoruz. Bireysel olarak da, aile yaşamımda da kurallara uyarak ve gerekli korunma yöntemlerine dikkat ederek süreci risksiz hale getirmeye çalışıyorum.

Yakın geleceği nasıl görüyorsun? Sadece iş dünyasında değil, sosyal hayatta da dinamikler değişti ve değişmeye devam edecek...

Pandemi dönemiyle sosyal hayatımızı değiştiren dinamikler bize aslında gelecekteki projeksiyonun nasıl olacağıyla ilgili bir fikir verdi. Özellikle iş yaşamında yepyeni çalışma modelleriyle ve artık normalleştirdiğimiz dijital ara yüzlerle gerçekleştirdiğimiz iletişim kanallarıyla tanıştık. Tabii ki geleneksel alışkanlıklar, iletişim biçimleri tamamen kaybolmayacak, kaybolmasını da istemem açıkçası. İş ziyaretlerimizi gerçekleştirdiğimiz sevdiklerimizle bir araya geldiğimiz buluşmalar, yeni yerler keşfettiğimiz yolculuklar tekrar hayata geçecektir. Ama tabii ki bu yeni dönemin avantajlarından da kolay kolay vazgeçmeyeceğiz. Bir ekran aracılığıyla dünyanın her noktasına tek tuşla bağlanabilme ayrıcalığı hem zaman tasarrufu hem de hız açısından terk etmek istemeyeceğimiz bir iletişim alışkanlığı olacaktır. Yine yakın gelecekte nüfusun fazlalığı hijyen anlamında yeterli özen göstermede pürüzlere yol açabiliyordu, bu konuda artık daha sıkı önlemler alarak farkındalığı yüksek hareket edeceğimiz aşikar. Ekonomik değişimlerle artık sadece Batı'ya değil, Doğu'ya da ilginin artacağını özellikle Asya Pasifik'in bu konuda cazibesinin artacağını düşünüyorum. Asya Pasifik'in farklı bir yönünü keşfettiğimiz şu günlerde bu fırsatı kaçırmayan şirketler kazanımlarıyla öne çıkacaklar diye düşünüyorum.

Türk kahvesini UNESCO kültürel miras listesine sokmanın yanı sıra dünya genelinde bu anlamda çok çalışan bir derneğin üyesisin ve benim gözümde bir Türk kahvesi neferisin. Dernek olarak neler yapıyorsunuz ve hedefleriniz neler?

2018 yılında kurulan derneğimizin yönetim kurulunda olmak benim için büyük mutluluk. Derneğin birçok önemli çalışması var ama tabii ki en önemli eseri Türk kahvesinin UNESCO nezdinde somut olmayan



kültür mirası listesine girerek kabul görmesi. 5 Aralık 2013'ten bugüne Türk kahvemiz dünya üzerindeki kültür miraslarından biri olarak ülkemizi temsil ediyor. Yine derneğimizin takdire şayan bir diğer etkinliği tarihi Topkapı Sarayı'nda gerçekleşen sergimizdi. Kahve kültürümüzü anlatan 700'e yakın objenin ziyaretçilerle paylaşıldığı sergi, kahve kültürümüzün daha yakından tanınmasına katkı sağladı. Onun dışında dernek olarak Türk kahvesinin algısını daha yukarılara taşımak için dünyanın birçok yerinde önemli işbirlikleri yaparak ülkelerin kahve kültürüne sahip çıkan birlik ve derneklerle bir araya geliyoruz. Pandemi sürecinin kısıtlayıcılığına rağmen Kahve Zirvesi'ni gerçekleştirdik. Dernek başkanımız Merve Gürsel'le 40 soruda 40 yıllık hatır konseptinde Türk kahvemizi anlattık. Özetle ülkemizde zaten mevcut olan Türk kahvesi algısını dünya ölçeğine taşımak için önemli çalışmalar yapıyoruz ve yapmaya devam edeceğiz.

550 yıllık milli tadımız, 55 yıllık markamızla New York Times Square'deydi geçtiğimiz günlerde. Orada olamasak da gurur duyduk. Hikayesini anlatır mısın? Nereden çıktı fikir ve size gelen tepkiler nasıldı?

Times Meydanı'nı renklendirmek hem ülkemiz hem de bizim adımıza gurur verici bir gelişmeydi. Bu projenin çok öncesinde Amerika ile flörtümüz zaten başlamıştı. Turkish Coffee Lady'nin kurucusu Gizem Şalcıgil ile süregelen bir işbirliğimiz var. Gizem Hanım özellikle Amerika'nın Washington DC başta olmak üzere kuzeydoğu eyaletlerinde Türk kahvemizi tanıtan bir miğfer gibi bizim gözümüzde. Bu anlamda onun kat etiği yol çok önemli. Bizler de kendisine bu anlamda her zaman destek olmaya çalışıyoruz. Amerika'nın iki önemli reklam mecrası var. Bunlardan biri Amerikan futbolunun final maçının olduğu akşam, bir de Times Square'deki uygun mecralar. Daha önce Turkish Coffee Lady ile bu ünlü meydanda bir etkinliğimiz olmuştu. Yarattığı etkiyi orada görmüştük ve artık bizim de Arzum OKKA'yı bu meydanda sergilememiz gerektiğine karar verdik. Çok iyi bir geri dönüş aldık. Amerika'daki restoran ve mutfaklarda kullanıma uygun NSF (National Sanitation Foundation) belgesini de alarak Arzum OKKA, Arzum Minio ve Arzum OKKA kahve değirmenimizle Amerikan pazarına güçlü bir giriş yaptık. Satışlarımız bu pazarda gayet iyi gidiyor. Bu etkiyi sürdürülebilir kılmak için Amerika merkezli reklam çalışmalarımıza devam edeceğiz.

Hayatla ilgili temel yaşam prensiplerin neler?

Pozitif bir insan olmanın yaşamdaki sorunlarla mücadelede birebir etkili olduğunu düşünüyorum. Kendimin de pozitif bir insan olduğunu söyleyebilirim. Tabii ki bazen gardımın düştüğü kaygılı zamanlar yaşadığım oluyor. Ama bunu derinleştirmeden sorunu minimalize etmeye çalışarak kendimi olumlu yönde motive ederim. Açık bir insanımdır, dolaylı değil direkt iletişimden yanayımdır. Hayatı basit ve şeffaf yaşamaya gayret ediyorum. Hem iş yaşamında hem de aile hayatımda diyaloğu çok önemserim. Monolog yerine diyaloğu seçen herkes gibi paylaşıma, ortak amaca hizmet etme motivasyonuna ve sorunlar konusunda çözümcül yaklaşıma bu şekilde sahip olduğumu da belirtmek isterim.

T.C. ÇEVRE VE ŞEHİRCİLİK BAKANLIĞI

KÜRESEL UMUT FESTİVALİ
SÜRDÜRÜLEBİLİR BİR GELECEK İÇİN HAREKETE GEÇ!

inbusiness

KARBON NÖTR GELECEK
WEBINARI

Küresel Umut Festivali
"Sürdürülebilir Hikayeler Webinar Serisi "
haziran ayında da devam ediyor.
Serinin altıncısı olan **"Karbon Nötr Gelecek"**
webinarına davetlisiniz.

10 HAZİRAN 2021

Detaylar ve İzlemek için:

www.kureselumutfestivali

inbusiness

BORSA İSTANBUL GRUBU 1873 · HALKBANK · KOZA ALTIN İŞLETMELERİ · Türk Telekom Değerli Hissettirir · TURKUVAZ MEDYA GRUBU



Dr. Mehmet Öz Youtube/Dr.ÖzveEkibi

KALP HASTALIĞI HAKKINDA **BİLMENİZ** GEREKENLER

Kalp sağlığı ihmale gelmez. Sağlınızı nasıl korumanız gerektiğini öğrenmek için Dr. Mehmet Öz'ün önerilerini dikkate alın.

Kalp hastalığı hem kadın hem erkeklerde ölüm nedenleri arasında birinci sırada yer alıyor. Kalp krizleri çoğu zaman damarlarda oluşan plağın, kalp kaslarına kan ve oksijen akışını engellemesiyle meydana geliyor. Uyarı semptomlarını mümkün olduğu kadar çabuk tespit etmek daha ileri komplikasyonlar için çok önem taşıyor.

7-8 SAAT UYUYUN

Geceleri 5 saatten az uyuyan insanlar, 7-8 saat uyuyanlara kıyasla iki kat daha fazla kalp hastalığı riski altında. Uyku, insülin aktivitesinin düzenlenmesine yardımcı oluyor; az uyku ise hücrelerinizin insüline karşı daha dirençli olmasına yol açıyor, bu da kan şekerinin yükselmesi, kilo alımı ve kalp hastalığı sonucuna neden oluyor. Yorgunluk, kadınların çoğunlukla görmezden geldiği bir belirti. Eğer iyi bir uykudan sonra bile kendinizi sürekli bitkin hissediyorsanız, doktorunuza danışın.

BİRKAÇ KİLO VERMEK RİSKİ AZALTABİLİR

Kilonuz önemli ama bel ölçünüz kalp sağlığı için daha önemli bir gösterge. Kadınlarda 89-90, erkeklerde 101-102 santimetrenin üzerinde bir bel ölçüsü, kalp hastalığı riski demek. Kilonuzun yüzde 5-10'unu verdiğiniz takdirde bile kalp sağlığınız önemli ölçüde gelişiyor. Haftada en az üç kez, 30-60 dakika yürümek, koşmak, bisiklete binmek, yüzmek gibi aerobik egzersizler yapmak, özellikle de Akdeniz diyeti tarzında sağlıklı diyetlerle birleştirmek, kalbinizi güçlendirmeye, yüksek kolesterol ve tansiyonu düşürmeye yardımcı olur.

ATARDAMARLARINIZ İÇİN KAHKAHA ATIN

Hepimiz biliyoruz ki gülmek, gerçekten en iyi ilaç. Vücudumuz, kahkahaya stres hormonu olan kortizolü azaltarak yanıt veriyor. Stresin ve kortizolün düşük olması, tansiyonu düşürüyor; ruh halini ve bağışıklığı güçlendiriyor. Çalışmalar, depresyonda olan bireylerin yaşam tehdidi oluşturan hastalıklara yakalanma olasılığının iki kat daha fazla olduğunu gösteriyor. Hayatınıza her gün bir doz kahkaha eklemeyi unutmayın!

ASPİRİN HAYATINIZI KURTARABİLİR

Kalp krizi, kalbi besleyen damarlardaki kan dolaşımının kolesterol plakları tarafından



"Özellikle 50 yaşın üzerindeyseniz, sodyum tüketiminize dikkat edin. Yüksek tansiyonunuz varsa günde bir çay kaşığı daha az tuz almak, daha sağlıklı bir kalbe sahip olmanıza yardımcı olur."

engellenmesiyle meydana gelir. Aspirin, kanı pıhtılaştırmak için vücudunuzda doğal olarak üretilen tromboksan gibi belirli kimyasalları bloke eder. Eğer kendinizde veya tanıdığınız birinde kalp krizi belirtileri başladığını hissederseniz, 325 mg normal ya da 4 tane düşük dozlu bebek aspirini çiğnemek (yutmayın), en kısa sürede tıkanıklığı gideriyor ve kalbe giden kan akışının tekrar normale dönmesini sağlıyor.

AİLE SAĞLIK GEÇMİŞİNİZİ ARAŞTIRIN VE ÖĞRENİN

Ailenizin hastalık geçmişini bilmek, kalp sağlığınızı takip edebilmenize yardımcı olur. Yakınlarınızdan birinin kalp sorunuyla karşılaşması, sizde de kardiyovasküler sorunların gelişme riskini artırır. Doktorunuzla aile sağlık geçmişinizi paylaşın.

AFRO-AMERİKALI KADINLAR DAHA YÜKSEK RİSK TAŞIYOR

Afro-Amerikalı kadınlar, yüksek tansiyon ve diyabet gibi kardiyovasküler hastalıklara yol açabilen sağlık sorunları konusunda daha yüksek risk taşıyor. Kandaki aşırı şeker, atar damarlara hasar vererek yüksek tansiyona neden olabilir, bu da kalp krizine yol açabilir.

HORLAMAK TEHLİKE SİNYALİ OLABİLİR

Horlamanızı göz ardı etmeyin. Uyku apnesi, kalp problemleri geliştirme riskinizi artıran yaygın bir hastalıktır. Uyku apnesi, uykuda düzgün nefes almayı zorlaştıran ve horlama ile sonuçlanan kronik bir hastalıktır. Fazla kilolu kişilerde uyku apnesi görülme riski daha fazladır. Tedavi edilmeyen uyku apnesi, yüksek tansiyon, diyabet ve kalp krizi ile ilişkilendiriliyor.

TUZU AZALTIN

Tuz, gıdaların besin değerlerine bakarken en fazla göz ardı edilen maddelerden biridir. Yüksek sodyum tüketimi, yüksek tansiyonun en büyük etkenlerinden biridir ve kalbiniz için ekstra iş yükü oluşturur. Bu da kalp hastalığına yol açabilir. Özellikle 50 yaşın üzerindeyseniz, sodyum tüketiminize dikkat edin. Yüksek tansiyonunuz varsa günde bir çay kaşığı daha az tuz almak, daha sağlıklı bir kalbe sahip olmanıza yardımcı olur.



Glütensiz beslenme bilmecesi



Gittikçe artan bir şekilde duymaya başladığımız glütensiz beslenmenin faydalarını ve bu beslenme şeklini uygularken dikkat etmek gerekenleri mercek altına aldık.

DERLEYEN **İREM ORHAN**

Uzman Diyetisyen Sedef Aksu, son dönemlerde daha da sıklıkla duymaya başladığımız glütensiz beslenmeyi anlattı. "Glüten free ürünler, sağlıklı beslenme konularındaki en popüler başlıklardan biri haline dönüşmüş durumda. Glütensiz besinlere ulaşılmasının kolay olması nedeniyle de glütensiz diyetlere olan ilgi hızla artıp, her geçen gün daha fazla kişi glütensiz beslenmeyi tercih ediyor. Hatta öyle ki; çölyak hastalığı ve geçici glüten intoleransı olanların glütensiz beslenmesi gerekirken, bu rahatsızlıkları olmayan insanlar dahi şimdilerde glütensiz beslenmeye dikkat ediyor" diyen Aksu ile bu beslenme biçimi hakkında başlıca merak edilenleri şöyle anlattı:

GLÜTEN TÜKETİMİ VE GETİRDİKLERİ

Glüten, buğday tanelerinin ana depolama proteinidir ve temelde gliadin ve glütenin olmak üzere yüzlerce farklı ama birbirine benzer proteinin karışımıdır. Özellikle



Türkiye'de temel besin kaynağı olan tahıl grubunun çoğunun içeriğinde gluten bulunuyor. Buğday, arpa ve çavdar, gluten içeren tahıllar olarak bilinirken, kozmetikten gıda boyalarına, şampuanlardan diş macunlarına kadar günlük hayatta kullanılan birçok ürünün içeriğinde bulunuyor. Kinoa, karabuğday, sorgum ve pirinç ise doğal olarak içeriğinde gluten bulunmayan tahıllar olarak belirtiliyor. Gluten tüketimi, bugüne kadar birçok farklı hastalıkla ilişkilendirilmiştir. Glütenin sebep olduğu çölyak hastalığı dışında deri hastalıkları, nörolojik rahatsızlıklar, depresyon, migren, obezite gibi birçok farklı sağlık problemi de gluten tüketimi ile ilişkilendiriliyor. Bu hastalıkların ortak özellikleri ise gluten tüketimi sonucunda bazı semptomların görülebilmesi ve glütensiz diyetin bu semptomları azaltabilmesi oluyor.

GLÜTENSİZ BESLENMENİN DEMİRBAŞLARI

Glütensiz diyet uygulayan kişiler, genellikle fast-food, unlu mamüller ve şekerli tahıl ürünleri gibi yüksek oranda işlenmiş besinlerden uzak dururlar. Sebzeler, meyveler, sağlıklı yağlar ve proteinler gibi daha sağlıklı seçeneklere yönelirler. Bu tip seçici glütensiz beslenme kişide, nispeten daha iyi olma hali sağlayabilir. Ancak uzun vadede birçok kişinin glütensiz beslenmeyi sürdürmek için daha çok hayvansal ürünlere yönelim gösterdiği de görülmektedir. Örnek olarak glütensiz beslenme için bir öğünde, (mısır unu ve pirinç unu serbest olduğundan) mısır unundan yapılmış bir makarna, laktozsuz yoğurt ile rahatlıkla tüketilebilir. Sabah kahvaltılarını daha sağlıklı yapmak için ise glütensiz mısır gevreği tercih edilebilir. Glütensiz diyetlerde sık görülen besin öğesi yetersizliklerini önlemek için gluten içermeyen ve besin öğeleri açısından zengin alternatif tahılların tüketilmesinin yanı sıra, posa ve birçok besin ögesinden zengin sebze, meyve ve kurubaklagil tüketimine de önem göstermeli.

DİKKAT EDİLMESİ GEREKENLER

Glütensiz beslenmede yemek hazırlarken kullanılan araç gereçler glütenli ve glütensiz yiyeceklerde ayrı ayrı kullanılmalıdır. Glütensiz ve glütenli besinler farklı yerlerde bulunmalı ve yan yana saklanmamalıdır. Yemek pişirme ve depolama alanları iyi temizlenmeli ve besinlerin birbiri ile karışması önlenmelidir. Dışarıda yemek yenilecek ise menüler özenle incelenmeli ve yemeğin içeriğine dikkat edilmelidir. Ayrıca paketli gıdalar alınırken etiket iyi okunmalıdır. Glütensiz beslenmede, yaşanan sağlık sorunlarının giderilerek doğru sonuçların alınabilmesi için tüketilen besinlerin içeriğine özen gösterilmelidir.

KİMLER GLÜTENSİZ BESLENME DİYETİ UYGULAMAMALI

Glütensiz beslenme diyeti zayıflama amacı dışında tedavi amaçlı uygulanmalıdır. İshal, şişkinlik, karın ağrısı, kabızlık, baş ağrısı gibi şikayetler çok sık yaşanıyorsa bu semptomların giderilmesi amaçlı glütensiz beslenme planları uygulanabilir. Gluten içeren besinlerin çoğunluğu B grubu vitaminlerinden ve posadan zengindir. Hem

"GLÜTENSİZ DİYETTEN MUCİZEVİ ETKİLER BEKLEMEYİN"

Glütensiz beslenme, doğru şekilde uygulandığında oldukça faydalı olabilecek bir beslenme biçimidir. Burada önemli olan glütensiz yiyecekleri iyi bilmek ve gizli gluten içeren besinleri öğrenmektir. Glütensiz beslenmeyi ancak bu şekilde doğru biçimde devam ettirebilirsiniz. Beslenme şeklinizi sağlığınız açısından en verimli hale getirmek önemlidir. Her popüler diyet yöntemi gibi glütensiz beslenme de mucizevi olmayıp, yaşam biçiminize en uygun, sürdürülebilir bir beslenme modeli seçiminiz daha doğrudur. Hekim tarafından kanıtlanmış gluten ilişkili bir hastalık olmadıkça, zayıflamak ya da daha sağlıklı olmak için glütensiz diyet uygulanmamalı, tıbben gerektiği durumlarda (alerji, çölyak hastalığı, gluten duyarlılığı) ise makro ve mikro besin eksikliğini engellemek amacıyla bu konuda deneyimli diyetisyen gözetiminde uygulanmalıdır. Glütensiz diyet tercih eden kişilerin, dikkatli bir şekilde planlanmış beslenme programlarını uygulaması tavsiye edilir.

bağırsak sağlığı hem de bilişsel fonksiyonlar için bu vitaminler çok önemlidir. Glüten hassasiyeti görülmüyor ise gelişme çağındaki gençler, çocuklar, hamileler, yaşlılar ve çok zayıf bireyler glüten diyeti uygulamamalıdır.

GLÜTENSİZ BESLENMENİN KİLO VERMEYE ETKİSİ

Glütensiz diyetle birlikte hayatımızdan birçok besini çıkarmış oluyoruz. Özellikle de çok sık tükettiğimiz karbonhidrat kaynaklarını... Bu besinleri hayatından çıkaran birey kilo verebilir. Fakat yasaklarla dolu bir hayat yerine sağlıklı, yeterli ve dengeli bir yaşam tarzı daha faydalı olacaktır. Sonuçta glütensiz beslenmenin dozu ayarlanamazsa yine kilo alınacaktır. Çölyak hastası ya da glüten hassasiyeti bulunmasa da kendisini daha iyi hissettiği ve olumlu etkilerini gördüğü için glütensiz beslenmeyi tercih eden de çok fazla kişi bulunuyor. Sağlıklı olan ve herhangi bir glüten hassasiyeti olmayan kişilerin glütensiz beslenmesi uzun ve sürdürülebilir değil. Çünkü glüten içermeyen ürünler besin yönünden son derece zayıf ve uzun süre sadece bu besinlerle beslenmek vücudun gereksinim duyduğu besinlerden yoksun kalmasına neden olabiliyor. Glütensiz diyetler vücut ağırlık kaybı sağlamanın aksine enerji, yağ, karbonhidrat ve posa gibi besin ögelerinin dengesiz alımına bağlı kilo alımına da yol açabiliyor.



GLÜTENSİZ BESİNLER

- Mısır unu, patates unu, kestane unu, pirinç unu, badem unu, nohut unu
- Fasulye, bezelye, barbunya, soya fasulyesi, nohut, mercimek
- Pirinç, kinoa, karabuğday, maş fasulyesi
- Amarant, ararot, keten tohumu, soya, tef
- Meyve ve sebze çeşitleri
- Et, tavuk, balık (Panelenmemiş, una bulanmamış, marine edilmemiş olarak)
- Süt, yumurta, peynir, yoğurt, tereyağı, bal (İçerikleri okunmalı)
- Zeytin, zeytinyağı, ay çiçek, mısır, fındık ve kanola yağları
- Fındık, fıstık, badem, ceviz, leblebi
- Dondurma (Ürün içerikleri okunmalı)

GLÜTEN İÇEREN BESİNLER

- Buğday unu, buğday nişastası, kahverengi un
- Çavdar, arpa, kepek, irmik, bulgur,
- Ekmek, pide ve lavaş
- Pasta, kek ve turta
- Kahvaltılık gevrek
- Kurabiye, bisküvi ve kraker
- Paketli patates kızartması ve cips
- Makarna, erişte, kuskus
- Et suyu, işlenmiş et (salam, sosis gibi şarküteri ürünleri)
- Sirke (tam damıtılmış sirkeler gluten içermez)
- Sakız, şeker (glutensiz sakızlar da mevcuttur)
- Soya sosu, salata sosları
- Ketçap, mayonez hardal
- Soslu kuru yemişler
- Neredeyse tüm paketli ürünler
- Toz baharat karışımları
- Çorbalar
- Un eklenerek yapılmış her türlü yiyecek
- Bazı ilaçlar
- Bazı şekerleme ve jöleler
- Maltlı içecekler


BAŞ BELASI
YAKINDA
atv
ARCFILM



Nazlı Keçili artkolik.net

SADECE AKTİVİST DEĞİL ARTİVİST ONLAR...

Artkolik sanat platformunun kurucusu, yazarımız Nazlı Keçili, eserlerinde sadece geri dönüşüm malzemeleri kullanan sanatçılardan bahsediyor.

geri dönüşüm ve sürdürülebilirlik artık dünyamızın en olmazsa olmaz kavramlarının başında geliyor diyebiliriz. Size bu konuya en önem veren ve eserlerinde sadece geri dönüşüm materyalleri kullanan sanatçılardan bahsetmek istiyorum bu sayımızda. Onlara artivist de deniliyor. Yani hem aktivist hem sanatçı... Buradaki en önemli nokta sanatçıların eserlerini yaratırken amaçlarının sadece materyalleri değerlendirmek değil çevre kirliliği, tüketim çılgınlığı ve dünyayı zehirleyen bu sisteme bir dur demek. Hatırlarsanız son İstanbul Bienali, '7. Kıta' ismini küresel ısınmanın en gözle görülen etkilerinden biri olan Pasifik Okyanusu'ndaki Türkiye'nin iki katı büyüklüğündeki dev plastik atık yığından alıyordu. Bu vesileyle birçok sanatçı dünyanın en büyük problemlerinden biri olan plastik atık konusuna dikkat çekmek için çok enteresan işler yapmışlardı. Bugün ben de size sadece konusunu plastik çöp atık geri dönüşüm ya da sürdürülebilirlikten değil, kullandıkları malzemelerde de sadece geri dönüşüm malzemeleri kullanan sanatçılardan bahsetmek istiyorum.

ÇÖPLERDEN HEYKEL YAPIYOR

Mesela Alman kavramsal sanatçı HA Schult çöplerden ürettiği heykeller ve performans sanatı ile tanınıyor. Sanatçının en bilinen işleri tüm kıtalarda sergilenen 'trash people' yani 'çöp insanlar' ve yine çöplerden yapılmış olan bir bina olan Save the Beach Hotel. Pop art çalışmaları olan, ticari reklam ve tüketimcilik üzerine dikkat çekmeye çalışan sanatçı kendisini yeni ekolojik farkındalığın ateşli bir temsilcisi olarak tarif ederken, Washington Post tarafından da eko sanatın en önemli öncüsü olarak tanımlanıyor. Robert Bradford da ağırlıklı olarak geri dönüştürülmüş oyuncaklardan yaptığı dev insan ve hayvan heykelleri yapan önemli bir sanatçı. İçlerinde az da olsa plastik fırçalar, düğmeler, tokalar gibi ufak plastik parçaları da barındıran bu heykeller sanatçının çocuklarının unutulmuş oyun-



Sanatçılar sadece malzemeler kullanmak ya da farklı işler yapmak için değil, daha çok insana ulaşmak, dikkati geri dönüşümün önemine çekmek, doğayı, dünyayı kurtarmak, kurtarmanın aslında elimizde olduğunu idrak etmemiz ve bizden sonraki nesillere de bunu anlatabilmemiz için çaba gösteriyor.

caklarının anlamlı bir şeylere vesile olmasını düşünmesi ile ortaya çıkmış... Yarattığı eserlerin bazılarında 3000 adet oyuncak bulunabiliyor.

Bir başka büyüleyici işlere imza atan sanatçı da Uzak Doğulu Tan Zi Xi. Sanatçının iğneleyici, komik espriler ile okyanus kirliliğinin gerçeklerini göz önüne süren son işi Plastic Ocean Singapur Sanat Müzesi'nde katılımcıların kendilerini plastik bir havuzda çöpler ile bir arada hissettikleri bir atmosfer şeklindeydi. Daha sonra The White Cube galerisinde de sergilenen ve 26.000 atık plastik kullanılan bu proje hepimizin günlük ne kadar çok ve gereksiz plastik kullandığımıza dikkati çekmeye çalışılıyordu. Yine Uzak Doğulu bir sanatçı olan Kore doğumlu Ji Hong Ko da eserlerinde atık araba lastikleri kullanıyor ve genelde mitolojik yaratıklar ve hayvanlar tasarlayarak genetik oynamalara ve kültürel yozlaşmaya dikkat çekmeye çalışıyor. Başka bir inovatif sanatçı da Steven Rodrick atık elektrik panoları ve aletlerinin birleştirilerek sanatını icra eden sanatçı aslında sanat eğitimi olmayan bir makinist. Eski bilgisayar parçalarından radyolar, telefonlar, videolar gibi içinde eski PCB yani Türkçe adıyla "baskılı devre kartı" bulunan birçok aleti kullanabiliyor. Avustralyalı sanatçı Barefooted Welder (çıplak ayaklı kaynakçı) da oldukça enteresan bir sanatçı. Asıl adı Mickey D. olan sanatçı dağlar bayırlar çıplak ayak dolaşarak içecek kutuları, konserve tenekeleri gibi birçok metal atık toplayıp etkileyici hatta korkutucu yaratıklar yaratarak bu metal atıkların doğaya ne kadar çok zarar verdiğini anlatmaya çalışıyor. Tabii kıyafet çılgınlığı da bu dünyanın tüketiminin artışında büyük rol oynuyor. Kübalı sanatçılar Alain Guerra ve Neraldo dela Paz'dan oluşan sanatçı birlikteliği Gueraa De La Paz da merkezleri Miami'de geri dönüştürülen kıyafetlerden oldukça renkli ve etkileyici heykeller yapıyorlar. 8 milyara yaklaşan dünyada nüfusunda tüketimin, atıkların, çöplerin çeşitliliği gittikçe artıyor. Sanatçılar da doğal olarak bunları kullanarak dünyamıza ne kadar büyük bir kötülük yapıldığına dikkat çekmeye çalışıyorlar. Her ne kadar size birkaçından bahsetmeye çalışsam da daha birçok isim var. Sanatçılar burada sadece malzemeler kullanmak için değil, dikkati geri dönüşümün önemine çekmek, doğayı, dünyayı kurtarmak ve kurtarmanın aslında elimizde olduğunu idrak etmemiz ve nesillere de bunu anlatabilmemiz için çaba gösteriyorlar. Duyarlı insanlara saygım sonsuz. Bu duyarlılık sanat ile birleşince de harika işler ortaya çıkıyor.

BAHÇE VE TERASLARDA YAZ TRENDLERİ



Edda Architecture Kurucusu İç Mimar Eda Tahmaz, bahçe ve teras düzenlemelerindeki son trendleri yazdı.

Dekorasyonda yaz aylarına hazırlık yaptığımız bir dönemdeyiz. Küçük dokunuşlarla yapılacak büyük değişimler, yenilikler özellikle de bahçe ve teras düzenlemelerindeki son trendler şu sıralar herhalde dekorasyonda en çok ön plana çıkan konulardan biri. Pandemi döneminin de buna etkisi büyük tabii. Canlı renklerin kullanımı, organik formların ön plana çıkışı ve doğal malzeme kullanımı son zamanların yükselen trendleri. Doğal ve sürdürülebilir kaynaklardan elde edilen malzemeler yaşam alanlarımızı bütünüyle ele geçiriyor diyebiliriz. Hafifliği ve doğallığı ile tercih edilen hasır ve rattan malzeme kullanılarak üretilen oturma birimleri, doğal malzemelerle biçimlendiril-



miş el yapımı ürünler, tekstil ürünlerinde görülen elle çizilmiş baskılar ve desenler özellikle bahçeler ve teraslar için ideal. Eskitme bakır veya pirinçler ile beraber doğal taş, ahşap ve mermerle zeminde ve duvarlarda bu sene sıklıkla karşılaşacağız. Doğal malzemelerin yanı sıra bahçe mobilyalarında daha yumuşak hatlı, organik formlu, sert ve keskin hatları bulunmayan, içinde bulunduğu atmosferi yumuşatan mobilyalar tercih ediyor olacağız. Tabii oturma gruplarının yanı sıra farklı tasarımlarıyla tek kişilik salıncaklar da hem görsel olarak hem de ergonomi açısından oldukça tercih edilebilir gözüküyor.

"Doğal malzemelerin yanı sıra bahçe mobilyalarında daha yumuşak hatlı, organik formlu, sert ve keskin hatları bulunmayan, içinde bulunduğu atmosferi yumuşatan mobilyalar tercih edeceğiz. Tabii oturma gruplarının yanı sıra farklı tasarımlarıyla tek kişilik salıncaklar da hem görsel olarak hem de ergonomi açısından tercih edilebilir."



AKSESUAR FARKI

Aksesuar olarak farklı boyutlardaki renkli mumlar yaz akşamlarının vazgeçilmezi. Yerde veya sehpa üzerinde sergileyebileceğimiz doğal malzemeden yapılmış hayvan figürleri ve teraryumlar da yine sıklıkla kullanılacak. Şehir içinde küçük bir apartman dairesinde, küçük bir balkona bile sahip olsak bu alanı daha geniş ve ferah gösterebileceğimiz düzenlemeler yapabiliriz. Küçük boyutlu, ahşap bir bank size hem mekandan kazandırabilir hem de balkonunuza bohem bir stil getirebilir. Bankın üzerine atacağınız küçük bir şal ile mekana renk katabilir, zeminde kilim desenli bir paspas ve köşede konumlandıracağınız büyük yapraklı bir saksı bitkisi ile bu alanı karantina dönemlerinde maruz kaldığımız stresten uzak muazzam bir rahatlama köşesine çevirebilirsiniz.

RENK ETKİSİ

Pantone'un 2021 yılı için belirlemiş olduğu Ultimate Gray (dumanlı gri) ve Illuminating (parlak sarı) renkleri dekorasyonda üstünlüğünü korurken yaz aylarında bu renklerin yanına dış atmosferi iç mekanlarda hissettiren gök mavisi (Pantone 15-4020 Cerulean) rengi de ekleniyor. Pastel turuncu ve yeşil gibi sıcak renkler de mevsimin canlılığını yansıtan renkler arasında. Bu yıl ayrıca yaşam mekanlarımızda mobilyalarda yuvarlatılmış hatlar, kalem bacaklar ve kıvrımlı, boğum boğum organik formlar ön plana çıkıyor. Organik ve akıcı formlarda tasarlanan mobilyalarla mekanlarda samimi ve farklı bir atmosfer oluşturmak mümkün. 2021 yılının yaz aylarında da popülerliğini koruyacak olan bu organik formlar kanepelerden, top gibi puf koltuklara, yuvarlatılmış şekilde ve amorf yapıda aydınlatmalara ve aksesuarlara kadar dekorasyonun her alanında karşımıza çıkıyor.



"BİZDE SÜRPRİZLER BİTMEZ"

Son günlerde çiçeği burnunda markası Groovy Things'in heyecanı içindeki Mehmet Davran ile marka yaratma süreci ve yeni planları üzerine keyifli bir sohbeti paylaştık.

RÖPORTAJ **İREM ORHAN** FOTOĞRAF **BETÜL YAZICIOĞLU**



İşletmeci Mehmet Davran'ın kurduğu Groovy Things yani 'Harika Şeyler', günlük hayatın içinde de, renkli ve şık olup, tarzınızdan ödün vermeden geceye devam edebileceğiniz tasarımlar sunuyor. Web sitesi ile kullanıcılara hayatı kolaylaştıracak rahat kombinler oluşturacak güzel fikirler de sunan platformda çok farklı sürprizler de yolda. Davran ile yeni girişimini konuştuk.

Şimdilerde yeni oluşumunuz Groovy Things yani 'Harika Şeyler'in heyecanı içindesiniz. Nasıl ortaya çıktı, bir oluşum hikayesi var mı bu yeni girişiminizin?
Ben normalde de hep kendim için bir şeyler ürettiriyordum zaten arkadaşıma ama bunlar biraz da işimiz gereği hep süslü püslü, pullu, payetli oluyordu. Çok da profesyonelce bir şey değildi yani. Ama artık o kadar çok sıkılmıştım ki insanların şu dönemde giyebileceği hem rahat ve şık hem de ulaşılabilir ama yüksek kalitede bir koleksiyon yapmak istedim ve böylelikle Groovy Things yani 'Harika Şeyler' ortaya çıktı.

Bu fikirle yola çıkarken nelerden ilham aldınız, sizi besleyen şeyler nelerdi?
Aslında ilk başta çanta tasarımlarıyla başladım ve geçen yıl kasım, aralık gibi çıkıyordu. Fakat sonra süreç uzadı ve araya uzun bir seyahat girdi. Derken 8 Nisan'a kısmet oldu çıkışımız ve Miami'den döner dönmez de 'kıyafet de olmalı' diyerek döndüm, çünkü 10 gün diye gidip 45 gün kalınca en çok sweatshirt, tişört ve şort giyildiğini fark ettim. Bu da bana en büyük ilham oldu.

Peki, Groovy Things ile kullanıcılara sunduğunuz hizmetler neler?
Rahatlığın ön planda olduğu tasarımlarla, çanta, sweatshirt, tişört, şort ve çoraplarımız var ama şimdilerde en az çanta satılıyor çünkü insanlar bir yere çıkıp gitmiyor ki, ihtiyaç duymuyor.

Markanızla online'da kullanıcılara editörün önerileri bölümünüz ile farklı stil ilhamları da vermeyi planladığınızı biliyoruz. O bölüm şu an aktif olarak hizmet veriyor mu?
İlk çıkışımız öyleydi evet, fakat bazı ufak aksaklıklarla onu tam anlamıyla gerçekleştiremedik. Oradaki amaç dünya markaları ile Groovy Things'i kombinleyip, meç etmekti. Ama web sitesine yakında öyle bir şey geliyor ki, Türkiye'de ilk olacak. O da sürpriz olsun şimdilik.

İçinde bulunduğunuz sektörde her gün pek çok yeni marka doğuyor. Sizi diğerlerinden farklı kılan özelliğiniz nedir?
Kaliteli malzeme ile ulaşılabilir lüksü uygun fiyata sunmak diyebilirim. Hatta daha çok yeni bir marka olmasına rağmen Dubai ve Amerika'dan dahi talep görüyoruz.

Şu an için gelecekle ilgili sizi en heyecanlandıran şey nedir?
Aslında dünyaya açılmak konusu çok yakın bir konu hem talepten ötürü hem de planlamamızda sanırım ilk durak ve mağaza Londra'da olacak, yani sokak modasının kalbinde. Şimdilerde içinden geçtiğimiz pandemi sürecinden ötürü rahat ve gündelik bir tarzı olan Groovy Things aslında benim için ve beni tanıyanlar için ters köşe bir durum, inşallah bir an evvel normal düzene geçeriz de daha özgür, daha göz alıcı ve iddialı tasarımlar sunabiliriz. Sağlıklı güzel günlerde 'Harika şeyler' hayatımızın bir parçası olsun inşallah...



EL YAPIMI, ÇİÇEKLİ TASARIMLARIYLA FARK YARATIYOR

Mitolojiden esintilerle yarattığı NGG Jewelz markalı taka tasarımlarıyla Ortadoğu'da önemli işbirliklerine imza atan Nil Görgülü'yle tasarım tutkusunu konuştuk.

RÖPORTAJ **ÖZGE ZEKİ** FOTOĞRAF **KUTUP DALGAKIRAN**

Takı tasarımcısı Nil Görgülü, Bilkent Üniversitesi İngiliz Dili Edebiyatı sonrası yine aynı üniversitede Ticaret ve Yönetim okumuş. Uzun yıllar ilaç sektöründe çalıştıktan sonra aksesuarlara ve nakışa hep ilgi duyduğu için hobisini işe dönüştürmeye karar vermiş. "Her dönem Mısır firavunlarından ve kraliyet ailelerinin mücevherlerinden etkilenmişimdir. Mücevher kullanan kişiye güven verir" diyor. Yeni sezonda mineli çiçek takıları Bağdat Caddesi'ndeki mağazası, Harvey Nichols ve Brandroom'larda, dünya çapında ise Doha, Ürdün, Dubai ve Abu Dabi'de satışta. Mağaza ağını genişletirken Ortadoğu'da çiçek denince akla gelen ilk isim olmayı hedefliyor.

Tasarımcılığa nasıl başladınız?

Takıların ve tasarımın benim için anlamı güven ve şaşaa havası. Benim yaş dönemim çok iyi hatırlar; mahallede oynayan çocuklardık biz, daha o zaman kızlarla rengarenk ipliklerimizi alıp bileklik örerdik. Tasarıma daha ilkokuldayken babaannemin öğrettiği nakış işlerini yaparak başladım diyebilirim. Yeni bir şey ürettiğim zaman duyduğum o ilk heyecanı ise hiç kaybetmedim. İşte bugün yaptığım tasarımlarda o etkiler var, evinde bile babaannesinin ördüğü dantelleri halen kullanan bir karakter olarak siz düşününün artık el işi el, emeği olan her şeye ve eskiye olan düşkünlüğümü. Tasarımcı aslında sonradan olunmuyor, o ruh ile doğuyor insan; genlerden gelen bir durum.

Tasarım felsefenizi nasıl özetliyorsunuz?

Felsefe olarak aslında "zıtların dansı" diyebiliriz. Vintage ile moderni, abiye ile sporu, sade ile gösterişi karıştıran parlak, ışıltılı dokunuşlar ön plandadır benim tasarımlarımda. Sade el yapımı ip bilezikleri altın, değerli metal ve taşlarla birleştirmeyi seviyorum. Takıların kişiye güven ve şaşaa havası vermesi önemli.

Takıların materyalleri neler?

Renkli metallerin, renkli ipek kumaşların, iplerin, renkli taşların, büyük ve küçük endüstriyel objelerin, kristallerin kullanıldığı modern ve Osmanlı motifleriyle harmanlanmış malzemeler, ışıltılı parıltılı ürünler.

İlkbahar/yaz koleksiyonunuzdaki mineli çiçek tasarımlarınız nasıl oluştu?

Çiçekleri oldum olası çok sevmişimdir. Mitolojiye de her zaman ayrı bir ilgi duymuşumdur. Her çiçeğin kendine ait bir mitolojik hikayesi de olunca bu ikili benim için vazgeçilmez oldu haliyle. Bu sene pandeminin de etkisi ile zaman daha boldu son teknolojik gelişmelerden de faydalanıp çiçekleri birbirine karıştırıp farklı melez çiçekler ortaya çıkarttık. Örneğin papatyanın hatlarını sivrileştirip biraz daha vahşi bir papatyaya dönüştürdük. Doğada bulunmayan ve benim yarattığım bir çiçek. İşte bu süreç bana inanılmaz keyif veriyor. Sıfırdan var etmek ve insanların bunu keyifle kullandığını ve bunu hiçbir yerde görmediklerini söylemeleri paha biçilemez. Ayrıca çiçekler 7'den 77'ye, her kesime hitap ediyor ve çok enteresandır ki herkes kendi karakterine uygun paralel çiçekler alıyor. Kırılgan yapılı insanlar, lale, gelincik, nergis gibi çiçeklere yönelirken, daha sert mizaçlı insanlar orkide, sümbül, şakayık gibi çiçeklere yöneliyor. Hiç şaşmadı bu. Herkes kendine uygun çiçeği karakterine göre seçiyor.

Bağdat Caddesi'ndeki mağazanız ne zaman açıldı?

Atölye Nuruosmaniye'de. Senelerdir oradan yürüttüğüm işleri artık bir mağaza ile taçlandırma zamanı gelmişti. Bağdat Caddesi Şaşkınbakkal mağazamı Şubat 2020'de açtım. Evime de çok yakın olması sebebi ile tercih ettim. İki katlı bir mağaza, alt katta takı atölyelerimiz oluyor. Şu an kapalı grup az sayıda kişi ile hijyen şartları dahilinde veya online devam ediyoruz.

Dubai ve Abu Dabi'deki satış noktalarınızdan bahseder misiniz?

Orta Doğu'yu çok seviyorum ve burada vakit geçirmekten zevk alıyorum çünkü burası çok sihirli ve modaya uygun bir pazar. Özellikle Dubai ve Suudi Arabistan'dan müşteriler çok düzenli. Bu nedenle varlığımızı Ortadoğu pazarına taşımak doğru bir karar. Markamı sergilemek ve daha geniş bir müşteri tabanına tanıtmak için Dubai'de etkinliklerle başladık ancak şimdi talebi karşılamak için daha geniş bir dağıtım zincirine geçiyoruz. Abu Dabi'de "NGG Jewelz" olarak lokal ortakla kendi mağazamızı açıyoruz. En kısa sürede tamamlamayı düşünüyoruz.





"MUTFAKTA TRENDLERİ takip etmek şart"



Grand Hyatt İstanbul'un baş şefi İzzet Ayva, mutfakta trendleri takip edip hayal gücü ve cesareti birlikte kullanarak sürekli denemeler yapmanın büyük önem taşıdığını söylüyor.

RÖPORTAJ **ÖZGE ZEKİ**
FOTOĞRAF **KORAY IŞIK**

Kamera arkası için QR kodu okutun



İzzet Ayva, ortaokul ve lise eğitimimi Mengen Aşçılık okulunda tamamlamış. Kocaeli Üniversitesi Mutfak Yönetimi bölümünü bitirdikten sonra deneyimine yazlık otellerde staj yaparak başlamış. Sonrasında İstanbul'da Mangerie ve Delicatessen Cafe, Savarona Yat ile Akdeniz'de lüks charter'lar ve belli başlı limanlarda restoran hizmeti ile devam etmiş. Cannes Film Festivali event'inde Savarona ile davet organizasyonunda yer almış. "Bu sayede toplam 8 ülke gezdim ve yemek kültürlerini gözlemledim. Sonrasında İtalyan restoranı İlfaro'da kariyerimi sürdürdüm. Kempinski Sochi Rusya'da 2 sene pre-opening, sonrasında Ajia Otel İstanbul'da mesleki kariyerimi sürdürdüm. Ve Grand Hyatt ailesine katıldım. Mesleki kariyerim boyunca yurtiçinde ve yurtdışında çeşitli yarışmalara katılarak başarılar elde ettim. En değer verdiğim ödüllerim arasında İka Olimpiade (Aşçılık olimpiyatı Almanya) Bronz ve Good Taste Hyatt Gold ve Silver madalyalarını sıralayabilirim" diyor. Mesleğini sevmenin kendisi için en kıymetli ve öncelikli anlam olduğunu söylüyor.

Çekimimizde görüntülediğimiz spesiyallerinizin en önemli özellikleri neler?
Bu spesiyalleri seçmemin nedeni pandemi şartlarını da göz önüne alarak bağışıklık sistemimizin güçlenmesine yardımcı olmaları.

Hangi ülkenin mutfaklarını seversiniz?
Türk, İtalyan, Fransız, İspanya ve Catalunya bölgesi mutfağını severim.

Takip ettiğiniz hatta belki de örnek aldığınız isimler var mı?
Eğitmen Şef Erkan Kıyıcıoğlu ile çalışma fırsatım oldu. Benim gelişimimde çok ayrıcalıklı birisidir. Fatih Tutak çok eskiden beri tanıştığım ve gelişimine şahit olduğum önemli bir şef. Bir de Rafet İnce'yi dahil edebilirim. Yurtdışında ise Alain Ducasse, Mario Batalli, Thomas Keller ve Massimo Botturdo.

Kendi reçetelerinizi oluştururken nelere dikkat ediyorsunuz?
Reçetelerimi yaparken, öncelikle arz talep ilkesine bakarak, otelimizde bulunan misafirlerin profilini göz önünde bulundurarak ve ülkemizin yemek kültüründen bazı detaylar ekleyerek sürdürülebilir ve ülkemizde yetişen işaretli ürünlerden de ekleyerek mevsimsel reçeteler oluşturuyorum.

Pazı yaprağına sarılı, tarçınlı kuzu kol

Ağır ateşte tarçın ile pişmiş kuzu kol zeytinyağlı papaya ile birlikte pazı yaprağına sarılır, zencefilli yer elması püresi ve kuzu glace ile servis edilir.

Burada oluşturduğunuz mutfak, diğerlerinden farkını nasıl ortaya koyuyor?
Trendlere bakarak sağlıklı ve sürekli ulaşılabilen ürünler ile basit ama lezzetli yemekler yapıyoruz. Yemek ne kadar zorlaşırsa o kadar karmaşık oluyor.

Bize bir sanal gurme turu yaptırmanızı istesek, dünyanın hangi şehirlerinde nerelerde, ne yedirirsiniz?
Palermo'da deniz kereviti, Mayorka'da empanada, Mikonos'ta ahtapot, Cannes'da boulabaise.

Yine bir imajinasyon sorusu; bir akşam yemeği organizasyonunuz var. Davetliler kimler ve menüde neler var?
Orta yaş üstü yemekten keyif alan yabancı bir kesime, kendi öz mutfağımızı diğer sevdiğim mutfak kültürleriyle harmanlayarak tanıtmak istediğim bir grup isterdim. Zeytinyağlı enginar yanında tarama ve marine karides, uykuluk ve sarıkız mantarı sotesi ile minik çiğ börek, Ege otları sotesi ve kuzu bonfile, fıstıklı kazandibi sarma çilek şurubu sunardım.

İstanbul'daki lezzet duraklarınız hangileri?
Lider Pide-Tepeüstü, Bayramoğlu Döner-Kavacık, Çiya Sofrası-Kadıköy.

Hayalleriniz, projeleriniz neler?
İleride kendi restoranımı açıp yapmaktan zevk aldığım yemekleri menüye bağlı kalmadan günlük olarak sunmak istiyorum.



MUTFAK SIRLARI

Şef İzzet Ayva, "Mutfakta kaliteli ürünler kullanarak sürekli denemek ve sonucundan korkmamak çok önemli. Birkaç başarısız deneme ile herkes güzel yemekler hazırlayabilir" diyor.



Izgara ahtapot

Ahtapot sous vide tekniği ile pişirilir, tereyağı ile banyolandırılır, kırmızı lahana püresi ve baharatlı humus ile servis edilir



Polka tatlısı

Pataşu hamuruna krem patisseri ve çikolata ganaj doldurup çilek file badem ile kaplanır, mevsim meyveleri, dağ meyveleri sos ve çikolata sos ile servis edilir.





TREND YALIN VE ABARTISIZ TASARIMLAR

Tina Mücevher'in sahibi Esra Moreno ile tasarım trendlerini ve yazın olmazsa olmazlarını konuştuk.

RÖPORTAJ **ÖZGE ZEKİ**

Tina Mücevher'in sahibi Esra Moreno, dünyanın geçirdiği bu zorlu süreçte maddesel değer yerine tasarımın öncelikli olduğunu söylüyor. 2021'de yaz mevsiminin neşesini yansıtmak için günün her anı rahatlıkla kullanabilecek ve bir kasada bekletilmeyecek parçalara öncelik verdiklerini belirten Moreno "Pırlantanın yerine altının daha fazla kullanıldığı iddialı, spor ve şık ürünler tasarladık" diyor.



İlk mücevherinizi nasıl tasarladınız?
Sanırım Tina'ya katıldıktan sekiz veya dokuz ay sonra çok sevdiğim bir arkadaşım için safir modern bir kolye tasarlamıştım. Arkadaşımın bana duyduğu güven sayesinde tasarımımda kendimi çok özgür hissetmiş, hayalimi dilediğim gibi yansıtabilmiştim.

Tina tasarımlarının mesajı nedir?
Benim hep inandığım bir sözüm var: "En değerli sensin." İnsan kendi değerini bilmeli ve kendisini ödüllendirebilmeli. Tina mücevherini kullanan kadın kendine değer veren ve bunu taşıdığı mücevher ile yansıtan kadınlardır.

Mücevherlerinizi kim taksın istersiniz?
Natalie Portman'da Tina mücevherlerini görmeyi çok isterdim. Güçlü, asil ve doğal duruşu beni etkiliyor ve bizim tasarımlarımızı mükemmel taşıyacağına hiç şüphem yok.

Tina'nın klasikleşen tasarımları neler?
Tina's Signature Collection, bizi en belirgin temsil eden koleksiyonumuz. Minik çekiç darbeleri ile şekillenen renkli doğal taşlara pırlanta ve altın ile çalıştığımız patentli ürünlerimiz. Taşlardaki doku size doğanın mucizesini hissettiriyor.

Değerli taşlar sizin için ne ifade ediyor?
Değerli taş bana göre iki şekilde değerlendirilmeli. Bir piyasa değeri yüksek olma değeri, diğeri ise parasal değerin yanı sıra kalite, kesim, rengi, ışığı ve en önemlisi size nasıl hissettirdiği. Onlarca taşın arasından eliniz, kalbiniz önce birini seçer. İşte o sizin taşla kurduğunuz yüksek enerji ilişkisidir. Onu taşıdığınızda size verdiği enerji her şeyden farklıdır bu da bir seçimdir ve bence çok doğru bir seçimdir.

Tina 2021'de yaz mevsimini nasıl yansıtıyor?
Ne yazık ki tüm dünyanın geçirdiği bu zorlu süreçte mücevher seçimleri de değişti. Renklerin hâkim olduğu, insanın içini açıp mutluluk hissi veren abartısız ama eğlenceli parçalar hazırladık. Günün her anı rahatlıkla kullanabilecek, bir kasada bekletilmeyecek. Pırlantanın yerine altının daha fazla kullanıldığı iddialı spor şık ürünler tasarladık.



BOĞAZ'DA YAZ BAŞLIYOR

Yaz mevsimine girerken Four Seasons Hotels Istanbul Yiyecek ve İçecek Direktörü Serap Akkuş'a otelin yeniliklerini sorduk.

RÖPORTAJ **ÖZGE ZEKİ**

Pandemi döneminin bir sonucu olarak hepimiz mekanların tüm güvenlik ve hijyen önlemlerini almış olmalarını birinci öncelik olarak görüyoruz. Bu değişen beklentilere cevap vermek adına azami özen gösteren Four Seasons da Lead With Care ismiyle merkez ofislerinin liderliğinde hazırlanan sağlık ve güvenlik programını hayata geçirdi. Four Seasons Hotels Istanbul Yiyecek ve İçecek Direktörü Serap Akkuş, "Otelin tüm alanlarında olduğu gibi, yiyecek ve içecek birimlerimizde de Four Seasons markasının ve yerel yönetimin kararlarını koşulsuz yerine getiriyoruz. O tarihten bugüne tüm restoranlarımızın oturma düzenleri sosyal mesafe kurallarına göre düzenlendi, büyük büfeler hazırlamak yerine direkt misafire hizmet eden sunumlar geliştirdik, tüm ikram ve servis malzemeleri kişiye özel paketlerde servis ediliyor" diyor.

Four Seasons Hotel Bosphorus olarak bu dönemde restoranlarınızdaki yeniliklerden bahseder misiniz?

Yaz ayları için otelimiz içinde misafirlerimizin farklı beklentilerini karşılayabilecek yiyecek, içecek ve servis seçenekleri olmasını hedefledik. Geçen yaz yenilenen, dinamik atmosferi ile dikkat çeken Aqua'da şeflerimiz balık ve deniz ürünleri, barmenlerimiz ise yaz mevsiminin enerjisine uygun kokteyl reçeteleri geliştirdiler. Yalı Teras'ta servis ettiğimiz sushilerimizin çok beğenildiğini biliyoruz. Salı günleri Sushi N More, sushi ve sashimi tutkunlarını bir araya getirecek. Yasemin'in terasının, Gracebrands'in zarif ve renkli







"Hareketli ve yoğun bir yaz sezonu geçirmeye hazırız. Biliyoruz ki misafirlerimiz kendilerini güvende hissettiklerinde kontrollü sosyalleşmek istiyorlar. Konuklarımızın bize olan güveninden güç alarak ekibimiz ile yaz planlamalarımızı tamamladık."

sunumları ile çay saatlerinin değişmez mekânı olmasını arzu ediyoruz. Yaz mevsiminde terasımızdaki yerini alan, geleneksel kebap ve et seçenekleri konusunda uzman Ocakbaşı'nda konuklarımız, Türk mutfağının lezzetlerini deneyimlemeye devam edecek. Özellikle temmuz ayında her çarşamba akşamı kebap ve et çeşitlerinden oluşan lezzetlerle yöresel mutfak etkinliğini misafirlerimizin beğenisine sunacağız. Pazar sabahları ailelerin güzel bir pazar kahvaltısıyla güne başlamalarını istiyoruz. Şeflerimizin farklı damak tatlarına hitap eden meze çeşitleriyle Anason 34, bu yaz da Boğaz'a nazır güzel bir atmosferde keyifli sohbetlere ev sahipliği yapacak. Ege mutfağının iştah kabartan yöresel lezzetlerini ağustos boyunca misafirlerimizin damak tatlarına sunacağız.

Yaz ayları için ne gibi hazırlıklar yaptınız?

Hareketli ve yoğun bir yaz sezonu geçirmeye hazırız. Biliyoruz ki misafirlerimiz kendilerini güvende hissettiklerinde kontrollü sosyalleşmek istiyorlar. Konuklarımızın bize olan güveninden güç alarak ekibimiz ile yaz planlamalarımızı tamamladık. Yalı Teras, hazırladığımız renkli programlarla yaz akşamlarında adeta şehrin dinamik bir buluşma noktası olacak. Pazartesi akşamı DJ performansı, salı günleri sushi ve sashimi tutkunlarını bir araya getirecek Sushi N More, çarşamba akşamları Best Duo Band'in jazz melodileri yaz akşamlarına eşlik edecek. Perşembe akşamları Küba ritimleri ve Latin ezgileriyle Son de Cuba Orkestrası sahne alırken, cuma ve cumartesi akşamları ise Ayşe Evrim zengin repertuarıyla müzikseverlere güzel saatler yaşatacak. Sıcak atmosferi ile Yasemin'de çay saatlerine, samimi davetlere ve özel kutlamalara ev sahipliği yapacağız. Geleneksel Türk mutfağı lezzetlerini deneyimlemeye davet eden, Ocakbaşı'nda, pazartesi ve salı akşamları Boğaz'ın güzel esintisi eşliğinde canlı klarnet performansı gerçekleştirilecek. Amacımız tüm alanlarımızda hijyen ve sosyal mesafe kurallarının titizlikle uygulandığı bir ortamda, misafirlerimize farklı noktalarda deneyimler sunmak olacak.

Bir yılı aşkın süredir pandeminin etkisi altında yaşıyoruz. Bu uzun zaman diliminde restoran gibi ortak alanlar için aldığınız önlemleri bizimle paylaşır mısınız?

Temas konusunda çok dikkatliyiz. Dijitalleşme çok daha ön plana çıktı. Biz de FS App uygulamamız ve chat hizmetimizle, süreç içindeki temas gereksinimini minimuma indirerek misafirlerimize daha konforlu, güvenli ve hızlı bir deneyim sunmayı amaçlıyoruz. Otellerimizde basılı malzeme hemen hemen hiç yok. Misafirlerimize gazete hizmetini telefonlarına rahatlıkla indirebilecekleri linklerle veya menüleri yine kendi telefonlarından tarayacakları QR kodlar ile sağlıyoruz. Özel olarak oluşturduğumuz sanitasyon ekibimiz, gün boyu otelimizdeki ortak alanları sterilize ediyor.

Misafirlerinizin beklentilerinde nasıl bir değişim gözlemliyorsunuz?

Misafirlerimizin endişe ve kaygılarının yanı sıra hayattan keyif almaya devam etme istekleri, biz otelcilerin hizmet sektörüne farklı bir pencereden bakmamızı sağladı. Konuklarımızın beklentilerinin ilk sırasında temizlik ve hijyen geliyor, bu yüzden sosyalleşme planlarını marka güvenirliği yüksek işletmelere göre yapıyorlar. İşletmelerin Güvenli Turizm sertifikasyonu programına katılmalarını ve bu kriterleri yerine getirip sertifikalaşmalarını sektöre çok kısa sürede elde edilmiş bir kazanç olarak görüyorum. Önceliğimiz, misafiri anlamak ve kendilerini her konuda güvende hissetmelerini sağlamak, bu unsur bizim temel taşımız oldu. Bundan sonra mesleğimiz ile ilgili yapacağımız hizmetler bu gerçeğin üzerine eklenerek tekrar inşa edilecek.



"TATİLCİLER ARTIK OTELDEN DIŞARI ÇIKMAK İSTEMİYOR"

Bodrum Türkbükü'ndeki No:81 Hotel'in genel müdürü Pamir Karakaya ile pandemide tatilcilerin otellerden neler beklediğini ve otellerin bu beklentilere nasıl cevap verdiğini konuştuk.

RÖPORTAJ **ERSİN AL**

Kısıtlamaların azalmaya başladığı haziran ayıyla birlikte turizm sektörü de hareketlendi. Otellerin yeni sezona nasıl hazırlandığını ve tatilcilerin beklentilerini konuşmak üzere Bodrum Türkbükü'ndeki gözde otellerden No:81 Hotel'in genel müdürü ve yönetim kurulu üyesi Pamir Karakaya bir araya geldik.

Önce sizi biraz tanıyabilir miyiz?
No:81 Hotel'in genel müdürü ve yönetim kurulu üyesiyim. 2014 yılından beri turizm sektörünün içindeyim ve turizmin çeşitli

alanlarında faaliyet göstermekteyiz. 2015 yılında devraldığımız otelimizin tadilatıyla birlikte No:81 ve Daze markalarını kurduk. Daze ile grubun yeme-içme operasyonlarını yürütüyoruz. 10 sene önce başlattığımız Değirmen81 projesi ile de ekolojik ve organik tarım faaliyetlerini sürdürmekteyiz.

Sezonu açtınız, yeni sezonu konuşmadan önce pandemi sürecini nasıl geçirdiniz? Oteliniz açık mıydı?
Uyguladığımız tedbirlerle geçtiğimiz sezonu hiç vaka yaşamadan atlattık. Bu sene de Güvenli Turizm Sertifikası ile düzenli denetim süreçlerini başlattık. Bu sezonu da maske mesafe ve hijyen kuralların çerçevesinde vaka yaşamadan geçirmeyi hedefliyoruz.

Yeni sezona nasıl hazırlandınız, aldığınız pandemi önlemlerinden, yeni uygulamalardan ve hayata geçirdiğiniz yeniliklerden söz eder misiniz?
Misafirlerimizin daha geniş ve daha yeşil alanların tadını çıkarabilmeleri için yeni bir güneşlenme alanı yarattık. Bir de ilk defa bu sene otelimize Sushi Bar oluşturduk ve aldığımız dönüşler çok pozitif oldu.

Sizce tatilcilerin pandemiyle birlikte tatil yapacakları otelden beklentilerinde bir değişiklik oldu mu? Siz bu yönde işletme anlayışınızda bir değişikliğe gittiniz mi?
Misafirlerimiz geçen senelere kıyasla otelde daha fazla vakit geçirmeye başladılar. Daha tatile çıkmadan önce nerede, ne yiyeceklerinin, ne zaman, hangi mekana gideceklerinin planını yapan misafirlerimiz pandemi sebebiyle dışarı çıkma alışkanlıklarını minimuma indirdi. Bu yüzden de bizlerden beklentileri daha yüksek olmaya başladı. Onlara kendilerini özel hissettirecek, kişisel hizmetler sunmak adına planlarımız var.





"Uyguladığımız tedbirlerle geçtiğimiz sezonu hiç vaka yaşamadan atlattık. Bu sene de Güvenli Turizm Sertifikası ile düzenli denetim süreçlerini başlattık."

Biraz otelinizi anlatır mısınız?
No:81 Bodrum, butik bir otel. Ege Denizi'nin kıyısındaki otelimiz sahip olduğu geniş yeşil alanlar ve çeşitli bitki türleriyle doğa ile iç içe bir tatil imkanı sunuyor. Otelimizde 7 farklı tipte deniz veya bahçe manzaralı 49 oda bulunuyor. Odalarımızın tamamında doğal malzemeler kullanılarak yaratılmış bir sadelik hakim. Daze markası ile de restoran, plaj ve bar operasyonunu yönetiyoruz. Daze'in varoluşunda iyi yemek, iyi içki ve iyi müzik arayışı yatıyor.

Sezondan beklentileriniz neler, nasıl bir sezon geçireceğinizi öngörüyorsunuz?
Geçen yıl gibi bu sezon da bir yoğunluk beklentimiz var ve bu talebi karşılamak için çeşitli yatırımlar yaptık. Otelimizi pandemi koşullarına daha iyi hazırladık ve sezonun eylül-ekim aylarında da hareketli geçeceğini düşünüyoruz.

Uzun süreli kiralamalar var mı? Sezonluk yazlık evlere büyük bir ilgi olduğunu biliyoruz. Bu oteller için de geçerli ve dolayısıyla sizin otel için de geçerli mi?
Bodrum hem turizm hem de yerleşim için çok popüler bir bölge haline geldi. Misafirlerimizin bir kısmıyla her sene tekrar bir araya geliyoruz ve genelde bu tarz konuklarımız 45-60 günlük konaklamaları tercih ediyor. Özellikle bu sezon için uzun süre konaklamak isteyen çok daha fazla misafirimiz oldu.

Denize sıfır bir konumdasınız ve size ait bir plajınız var. Plajınıza otel dışından müşteriler alacak mısınız?
Ege Denizi'nin kıyısındayız, hem No:81 Hotel hem de Daze'de misafirlerimize bu keyfi yaşatmak istiyoruz. İskelemizde restoran, bar ve plaj olarak hizmet veriyoruz, dışarıdan kabul edebildiğimiz misafir sayısı kısıtlı ve otelin doluluğuna bağlı olarak dışarıdan aldığımız misafir sayısı değişiyor.

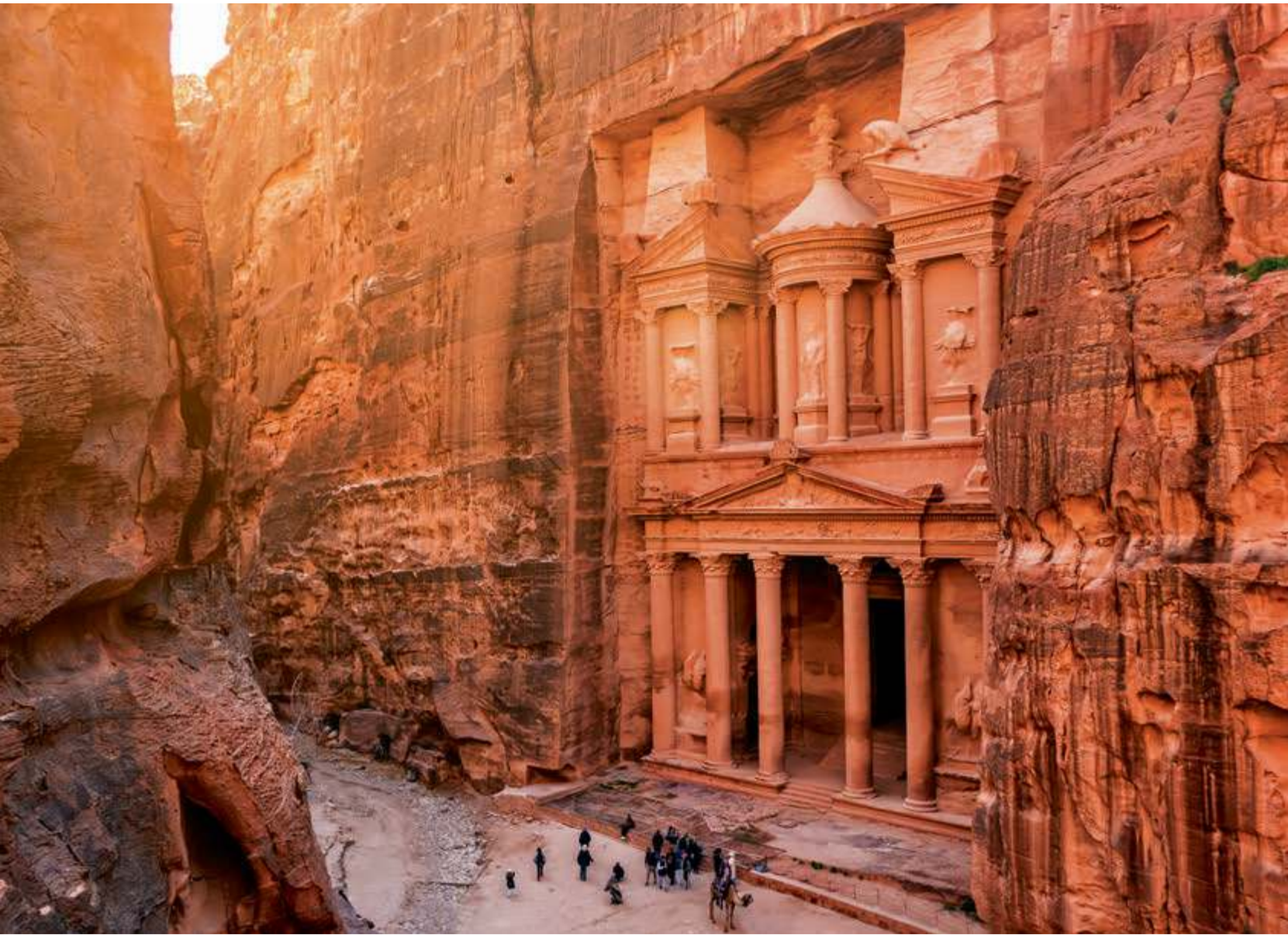
Restoranınızla da iddialısınız, biraz da restoranınızdan bahseder misiniz?
80 kişi kapasiteli butik bir restoranımız var. Sunduğumuz ürün kalitesi ve bu ürünlerin işlenme şekli bizler için en önemli nokta diyebiliriz. Modern Akdeniz mutfağı olarak adlandırdığımız bir mönümüz mevcut. Malzemelerin lokalliğine ve tekniklerin evrenselliğine olan inancımızla yaratıyoruz mönülerimizi. Bir gün içinde üç farklı servisimiz var; öğle, akşam ve bu sene eklediğimiz Sushi Bar'ımız... Konseptimiz ürünlerin kendisi üzerine kurulu.

DÜNYANIN YENİ 7 HARİKASI

Dünyanın 7 Harikası'nı bilmeyen yoktur herhalde. Peki 'Dünyanın Yeni 7 Harikası'nı biliyor musunuz? İşte 100 milyon kişinin oylarıyla seçilen ve diğer harikaların tersine hepsi ayakta olan Dünyanın Yeni 7 Harikası...

YAZI **ŞERİF ERCAN**

Neredeyse herkesin ezbere bildiği 'Dünyanın Yedi Harikası', tamamı insanoğlu tarafından inşa edilmiş, olağanüstü antik yapı ve yapıtlardan oluşur. 'Antik Dönemin 7 Harikası' adıyla da bilinen liste ilk olarak MÖ 5. yüzyılda tarihçi Heredot tarafından ortaya atıldı. Günümüze gelen liste ise, MÖ 2. yüzyılda son şeklini aldı. Dünyanın 7 Harikası şunlar: Keops Piramidi, Babil'in Asma Bahçeleri, Zeus Heykeli, Rodos Heykeli, İskenderiye Feneri, Kral Mausollos'un Mezarı (Halikarnas Mozolesi) ve Artemis Tapınağı. Günümüzde, bu listeden sadece Keops Piramidi ayakta, diğerleri ise yok olmuş durumda. Belki de bu yüzden olsa gerek yıllar önce Dünyanın Yeni 7 Harikası oluşturma fikri ortaya atıldı ve İsviçre merkezli 'New7 Wonders Vakfı' kuruldu ve bu görevi üstlendi. Vakıf, dünyanın yeni harikalarını belirlemek için bir yarış başlattı. Dünyanın dört bir yanından yaklaşık 100 milyon kişinin kullandığı oyla yeni liste belirlendi. İşte Dünyanın Yeni 7 Harikası...



PETRA ANTİK KENTİ

MA'AN, ÜRDÜN

Petra, Ürdün'ün Lut Gölü ile Akabe Körfezi arasındaki toprakları üzerinde yer alan, kayaların içine oyulmuş bir antik kent. M.Ö 4. yüzyılda Mezopotamya'yı tehdit eden Perslerden kaçan Nebatiler, ulaşılması çok zor olan Musa Vadisi'ne sığınıp çölün ortasında kayalara oydukları bu şehri inşa etmiş. Baharat Yolu'nun kuzeyinde, Mısır, Akdeniz ve Suriye kavşağını kontrol eden Nebatilerin başkenti olan Petra, ticaretten kazanılan zenginliği kayalara nakşederek antik kentin bugünkü ihtişamlı görüntüsünü yaratmış. Petra'daki görkemli tapınaklar, tiyatrolar, mezarlar ve yaşam alanları bugün hala hayranlık uyandırıyor.



ÇİN SEDDİ

PEKİN, ÇİN

Çin Seddi, Çin'in kuzeybatısı boyunca uzanan, dünyanın en uzun savunma duvarı. Seddin yıkılmış olan kısımlarıyla birlikte uzunluğu 8851.8 kilometre. Bugün 2.500 kilometrelik kısmı ayakta duruyor. Çin'in ilk imparatoru M.Ö 220 - 206 yılları arasında inşasına başlanan duvarın büyük kısmı, 1368 - 1644 yılları arasında Çin'e hakim olan Ming Hanedanı döneminde inşa edilmiş. Çin Seddi'nde, 200 metre yüksekliğinde gözetleme kulesinden fener kulesine, siperliklerden saray ve tapınaklara kadar yaşam alanları da yer alıyor.



KURTARICI İSA HEYKELİ

RIO DE JANEIRO, BREZİLYA

Kurtarıcı İsa Heykeli, Brezilya'nın Rio de Janeiro şehrinde Corcovado Dağı üzerinde yer alan ve şehrin sembollerinden biri olan bir heykel. 1922 yılında Brezilya'nın kuruluşunun 100. yılı sebebiyle inşasına başlanan heykel, 1931 yılında tamamlanmış. 710 metre yüksekliğindeki Corcovado Dağı üzerinde bulunan heykeli, Heitor Silva Costa tarafından tasarlanmış ve Fransız heykeltraş Paul Landowski tarafından yapılmış. Tijuca Milli Parkı'nda içerisinde bulunan heykel, 30 metre yüksekliğe sahip.



MACHU PICCHU

CUSCO, PERU

Tarihten günümüze uzanan ve en iyi korunmuş İnka antik kenti olan Machu Picchu, Peru'da, Cusco şehrine 88 km uzaklıkta bulunuyor. Kent, And Dağları'nda bir dağın zirvesinde, 2.360 metre yükseklikte, Urubamba Vadisi üzerinde kurulmuş. İnkalı bir hükümdar olan Pachacutec Yupanqui tarafından 1450 yılları civarında inşa ettirilen şehrin günümüze kadar bozulmadan kalmasının sebebi olarak tarihçiler; 1532 yılında ülkeyi işgal eden İspanyolların bu şehri keşfedememiş olmalarına bağlıyor.



CHICHEN ITZA

YUCATAN, MEKSİKA

Meksika'da, Yucatan Yarımadası'nda bulunan Chichen Itza, dünyanın en ünlü arkeolojik sitelerinden biri. Valladolid ve Merida arasında yer alan Chichen Itza, Kristof Kolomb öncesi dönemde kurulmuş bir Maya şehri. Arkeolojik sitede El Castillo adıyla tanınan Kukulkan Tapınağı ya da Kukulkan Piramidi Mayalar tarafından astronomi ve matematik bilgilerini ortaya koyan bir sistemle inşa edilmiş. Sitenin içerisinde aynı zamanda Caracol denilen gözlemevi, başrahibin tapınağı, savaşçılar tapınağı, rahibeler manastırı ve diğer tapınaklar mevcut.



COLOSSEUM

ROMA, İTALYA

İtalya'nın başkenti Roma'da bulunan ve Flavianus Amfitiyatro olarak da bilinen Colosseum; MS 438'a kadar gladyatörlerin dövüşlerine ev sahipliği yapan bir arena. Komutan Vespasianus tarafından MS 72 yılında yapımına başlanan ve MS 80 yılında Titus döneminde tamamlanan arena Roma İmparatorluğu'nun kudretinin bir simgesi olarak kabul edilmiş. Colosseum aynı zamanda; Eski Roma'nın ticari, politik ve dini merkezi olmuş, 900 yıldan fazla bir süre devletin en önemli konularda tartışmalarına ve kararlarına ev sahipliği yapmış.



TAC MAHAL
AGRA, HİNDİSTAN

Hindistan'ın Agra şehrinde, Babür İmparatorluğu'nun 6. hükümdarı Şah Cihan tarafından yaptırılan Tac Mahal Hindistan'ın simgesi halini almış. Özellikle günbatımı saatlerinde apayrı bir güzelliğe bürünen türbeyi, 17. yüzyılda Şah Cihan; doğum sırasında yaşamını yitiren eşi Mümtaz Mahal adına yaptırmış. Yapımı 22 sene süren, çarpıcı tasarımına, mükemmel simetrisine ve zarif kubbelerine hayran kalınan türbenin yapımında parlak, ince mavi damarları olan beyaz mermer kullanılmış.

ŞERİF ERCAN

EŞSİZ BİR TATİL DENEYİMİ

Akdeniz ve Ege'yi buluşturan enfes doğası ve kusursuz konforu ile Hilton Dalaman Sarıgerme Resort & Spa'da tatiliniz eşsiz bir deneyime dönüşüyor. Hilton Dalaman, 650 metre uzunluğundaki özel kum plajı, gün boyunca özel servis almak isteyen misafirler için tasarlanmış sahildeki Gazebo Evleri, açık büfenin yanı sıra sakin bir yemek isteyenler için iddialı lezzetleri ile 7 farklı a'la carte restoranı, aquapark'ı, tenis kortları, çocuk kulübü, mini çiftliği ve 6000 m2 alana yayılan spa'sı ile unutulmaz bir tatil vadediyor.





MASAL TADINDA TATİL

Bodrum'un gözde otellerinden Highlight Hotel Yalıkavak sezona hazır. Hamit Tecer ve oğlu Samet Tecer'in sahibi olduğu, Yusuf Erbaş'ın genel müdürlüğünü yaptığı, 'Güvenli Turizm Sertifikası' bulunan otel, şık odaları, romantik ortamı ve kendi bünyesinde yer alan popüler beach'i ile Yalıkavak Tilkicik Koyu'nda misafirlerine masal tadında bir tatil sunacak. Büyüleyici manzaraya sahip 64 adet lüks odası olan otel, kaliteli mutfağı ve ünlü isimlerin sahne aldığı beach partileri ile radarımızda.

BOĞAZ'DA RETRO YOLCULUK

Shangri-La Bosphorus, Istanbul, zamanda keyifli bir yolculuk yapmak isteyenleri, yeni lüks deneyiminin tadını çıkarmaya davet ediyor. Shangri-La; en lüks süitlerinden birisini, retro dokunuşlar ile 'Pop-Up Restoran' olarak tasarladı. Bu eşsiz restoran deneyimi, Boğaz ve vapur iskelesi manzarasına sahip süitin teraslarında, özel anlarını kutlamak isteyen misafirlerini bekliyor. Romantik bir film sahnesinde hissettiren ambiyansı ve içecek eşleşmeli özel mönüleri ile 'Boğaz'da Retro Yolculuk' başlıyor.





LÜKS BAĞ EVİNE ÖDÜL

Tabiat ve sanatın buluşma noktası Hotel Caeli, bu yıl da TripAdvisor'ın Travellers' Choice ödülüne layık görüldü ve dünyanın en iyi otelleri arasında yüzde 10'luk dilimde gösterildi. Hotel Caeli, Eceabat Milli Parkı içerisinde yer alıyor. 1700 dönümlük bir arazide, üzüm bağları arasında konumlanan Hotel Caeli, doğayla iç içe konumu, country style mimarisi, etkileyici ve dingin atmosferi ile misafirlerine eşsiz bir lüks bağ oteli deneyimi sunuyor. Otelde büyüklükleri 40 ile 100 metrekare arasında 15 deluxe, 5 suite ve 1 tower suite oda bulunuyor.



LÜKS, LEZZET VE SANAT...

Bodrum'un en sakin ve huzurlu koylarından biri olan Küdür'de bulunan Avantgarde Yalıkavak, deniz manzaralı teraslı süitleri ve deluxe konaklama seçenekleriyle lüks bir tatil vadediyor. Avantgarde Yalıkavak, 'Tarladan sofraya' konseptiyle lezzet şöleni yaşatan Ace Restaurant'ı, ailelerin çocuklarıyla keyifli zaman geçireceği Gym Kids alanı, spa'sı, güzellik merkezi ve açık hava sinemasıyla tatilcileri ağırlamaya başlıyor.

TATİLİNİZİ KİŞİSELLEŞTİRİN

Mayıs ayında kapılarını açan Mett Hotel & Beach Resort Bodrum, villa ve loftları ile tamamen kişiselleştirilmiş bir tatil sunuyor. Otel, odalarının yanı sıra, loft daireleri ve özel villaları ile, konuklarına bütünüyle kişiselleştirilmiş ve konforlu bir tatil deneyimi yaşatmayı amaçlıyor.





VIRTUOSO'YA KATILDI

Susona Bodrum LXR Hotels & Resorts, turizm alanında 100 ülkede 1.800'den fazla seçkin ve ayrıcalıklı markalardan oluşan Virtuoso'nun özel lüks seyahat ortakları portföyüne dahil oldu. Kusursuz tatil keyfi yaşamak isteyenlerle buluşturan Virtuoso'nun portföyüne dahil olan Susona, yaşattığı benzersiz lüks tatil deneyimini tescillemiş oldu. 20 binden fazla danışmanı ile lüks ve deneyimsel seyahat konusunda uzmanlaşmış lider bir global turizm ağı olan Virtuoso, Susona Bodrum'un varlığı ile Türkiye'de yaygınlaşıyor.

SUV'LARIN ATASI 80 YAŞINDA

Bir segmente adını verecek kadar güçlü köklere sahip olan Jeep markası 80. yılını kutluyor. 1941 yılından itibaren bir kült haline gelen bu orijinal off-road markası, en başarılı dönemlerinden birini yaşıyor.

YAZI **ŞERİF ERCAN**





Kuruluşunda ismi Willys-Overland olan marka, daha sonra Jeep ismini aldı. Jeep isminin nereden geldiği tam olarak bilinememekle birlikte General-Purpose (Genel maksatlı) ya da G=Government ve ABD'deki 4X4 sınıfını ifade eden P'nin birleşimiyle oluştuğu düşünülüyor.

1941 yılından bu yana orijinal off-road markası olarak kült haline gelen Jeep, bir segmente adını verecek kadar güçlü köklere sahip. "Kullanıcıları tarafından yaratılmış bir marka" ifadesini özümseyen Jeep modelleri, orijinal Willys MA'ya uzanan zengin bir mirasa sahip olmakla birlikte, benzersiz bir hikayenin kahramanı oldu. 80 yıldır özgürlük ve macera duygusundan ilham alan SUV'lar üreten Jeep tarihi boyunca köklerine sadık kaldı.

80 yıldır macera, özgürlük, özgünlük ve tutku kelimelerinin küresel çapta sembolü olan Jeep, Willys MB'nin ardından 1949 yılında dört tekerlekten çekişli Willys Wagon'un yollara çıkmasıyla Sport Utility Vehicle (SUV) sınıfını yarattı. 1963 yılına gelindiğinde ise Wagoneer ile 'Premium SUV' sınıfının yaratıcısı oldu. Tarihi boyunca her zaman yeni segmentlerin ve yeni teknolojilerin öncüsü olan marka, günümüzde ise Renegade, Compass ve Wrangler 4xe modelleriyle yoluna devam ediyor. 80 yıllık macerada son olarak, markanın efsanevi mirasından esinlenerek günümüz maceracıları için Wrangler, Renegade, Compass ve özel serileri üretildi. Jeep'in bu özel modellerinin 80. Yıl özel üretim versiyonları, Türkiye pazarında bu ayın sonuna doğru satışa sunulacak.

Jeep'in 80'inci yıl özel versiyonlarının tamamında yarı parlak granit kristal vurgularla zenginleştirilen '80. Yıl' logosu, tungsten dikişli ve '80. Yıl' logosuna sahip elmas desenli koltuk döşemeleri yer alıyor. Parlak siyah vurgular ve koltuklarla paspaslardaki logo etiketleri gibi özel tasarım ipuçları da iç mekanı süslüyor. Özel alaşım jantlar ise yıl dönümü versiyonlarının dış görünümünü tamamlıyor.





Jeep Renegade, Compass ve Wrangler'ın '80'inci Yıl' özel versiyonları; ilkbahardan itibaren pazarlarda kademeli olarak satışa sunuldu. Türkiye'ye ise öncelikli olarak Compass modelinin 80'inci yıl özel versiyonu gelecek.

NEWS

ÖZGE ZEKİ

1 Fransız havası
Lezzetli tatlılarıyla, çalan müzikten renkli fincanlarına kadar adeta Paris'te bir kafe hissi yaratan La Patisserie Lune, 7 yaşında.

2 Tasarım tutkunlarına
Skyland Hom, yeni markalarla yazı karşılıyor. İzmirli tasarım ve dekorasyon markası Örge Home, İstanbul'daki yeni mağazasını yurtiçi ve yurtdışından 100'ü aşkın markayı bir araya getiren Skyland Hom'da açtı.

3 Sağlıklı öğün
Yazın sağlıklı ve lezzetli öğünlerini hazırlamak için Arnica Diva Trend El Blender Seti yanınızda!

4 Derinlemesine temiz
Head&Shoulders'tan yeni Derinlemesine Temiz Serisi; gözenek temizleme teknolojisi ile saç derisini derinlemesine temizliyor.

5 Plaj modası
Burcu Esmersoy for Ipekyol Beachwear 2021 Koleksiyonu; çarpıcı tasarımlarıyla plaj modasının nabzını tutuyor.

6 Venedik notaları
Valmont Storie Veneziane (Venedik Hikayeleri) parfümler otantik ve seçkin notalarla sunuluyor.

7 Feminen imza
Stil referansını doğadan alan Divarese kadını leopar, krokodil ve yılan derisi desenli terlik, sandalet, sneaker ve loafer tasarımları ile yaza çarpıcı bir imza atıyor.

8 Cilde form kazandırıyor
Foreo'nun microcurrent (mikro akım) teknolojili yüz sıkılaştırma cihazı Bear, hem hamilelik döneminde hem de sonrasında T-Sonic titreşimleriyle cildi eski formuna döndürüyor.

9 Özel butik
Dünyaca ünlü İngiliz moda markası Alexander McQueen'in Zorlu Center butiği açıldı.



1

2





3





4

5

6



7





8



9



D&R MUSIC & BOOK STORE

YÜZ BİNLERCE KİTAPTA

2.'YE %60 İNDİRİM

ON BİNLERCE OYUNCAKTA

%50 İNDİRİM

Belirtilen kampanyalar seçili ürünlerde 5 Temmuz gün sonuna kadar geçerli olup; stoklarla sınırlıdır. Kitap kampanyası kapsamında daha düşük fiyatlı 2.ürüne %60 indirim uygulanacaktır. Kampanyalar D&R Mağazaları'ndan D&R Kart ile yapılacak alışverişlerde geçerlidir ve diğer kampanyalar ile birleştirilemez. Kampanyalar dr.com.tr ve havalimanı mağazalarında geçerli değildir. D&R, kampanya koşullarında değişiklik yapma hakkını saklı tutar.



LION DIAMOND

İSTİNYEPARK | NURUOSMANİYE

liondiamond LionDiamond www.liondiamond.com