

# MAG®

NISAN 2024

DOĞAN GRUP-TAYRAN AŞ  
ERDOĞAN YILDIRIM

Doç. Dr. İbrahim Sakçak  
Obeziteye Son

Meme Sağlığı  
Doç. Dr. Hale Turnaoğlu

Dt. Aydın Mısıroğlu  
LAVANTA KOKULU GÜLÜŞLER

MAG  
kids

Dekorasyon Sırları  
BARIŞ KÜPÇÜ

Şerif Nadi Varlı  
Yeni Trend: Dubai

MERVE DERYA ATMACA  
BAROQUE FURNITURE

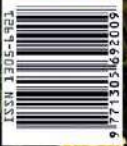
Adam Handling MBE  
Tolga Güleç  
Ece İrtem

Palm Beach'te Yaşam

## Ceyda Ateş Toplusoy

MUTLU, EĞLENCELİ, GEZGİN

YIL 21 SAYI 218 - 120 TL

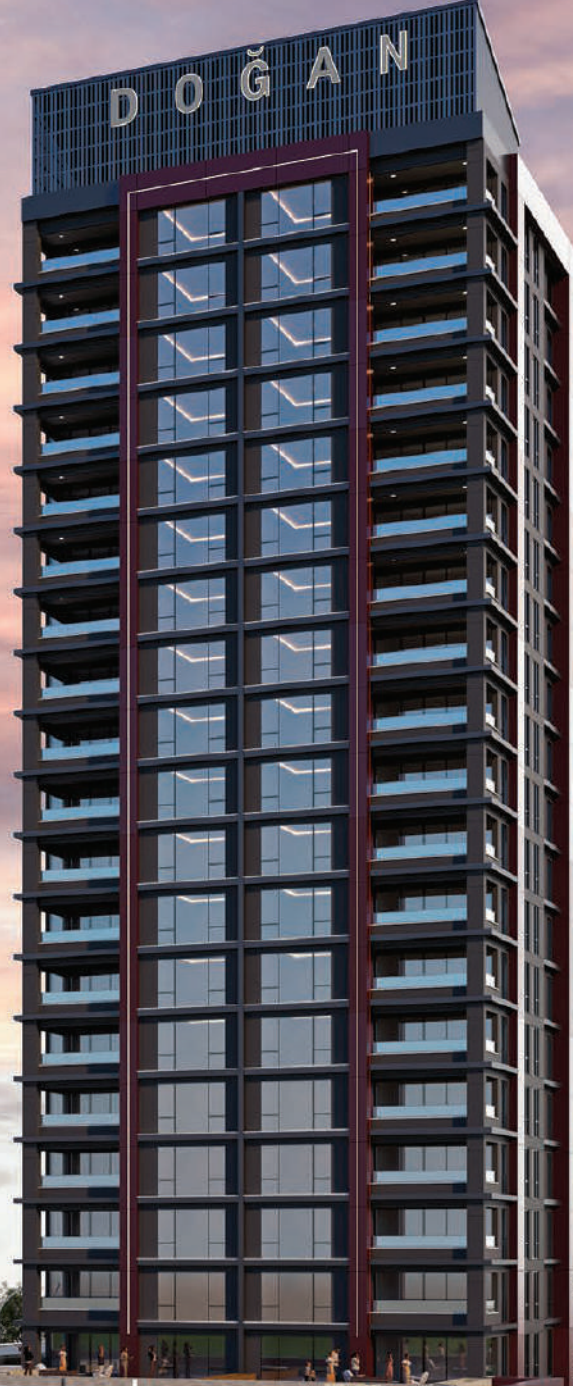


ISSN 1303-692009



[www.dogangrupas.com](http://www.dogangrupas.com)

DOĞAN TOWER  
YENİLİKÇİ  
KONUT PROJESİ



DOĞAN  
GROUP



MERCEDES GLEITZE



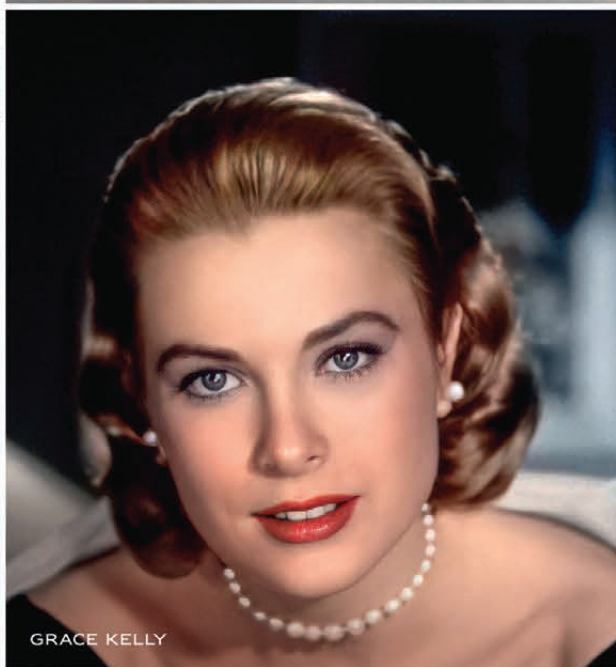
LARA GUT-BEHRAMI



IGA ŚWIĄTEK



SONYA YONCHEVA



GRACE KELLY



SYLVIA EARLE



LEXI THOMPSON



KHOUDIA TOURÉ



YUJA WANG



## “KLASİK” NEDİR?

“Kadınlar için tasarlanmış, klasik bir saat.” Bazıları Oyster Perpetual Lady-Datejust’ı böyle betimleyebilir. Haklı olabilirler. Rolex olarak, 20. yüzyılın başlangıcından beri Rolex efsanesini yaratan tüm modellerle aynı mükemmellik standartları çerçevesinde, tüm kadınların bileklerine göre saatler tasarladık ve ürettik. Hep daha yüksek standartları elde etmeye çalıştık. O yüzden eğer “klasik”ten kasıt, zarafetle doğruluğu, incelikle dayanıklılığı, estetikle performansı buluştururken geleneği de daimi kılmak ise, onun için gerçekten kadınlar için tasarlanmış, klasik bir saat diyebiliriz. **Lady-Datejust.**

*#Perpetual*



OYSTER PERPETUAL  
LADY-DATEJUST

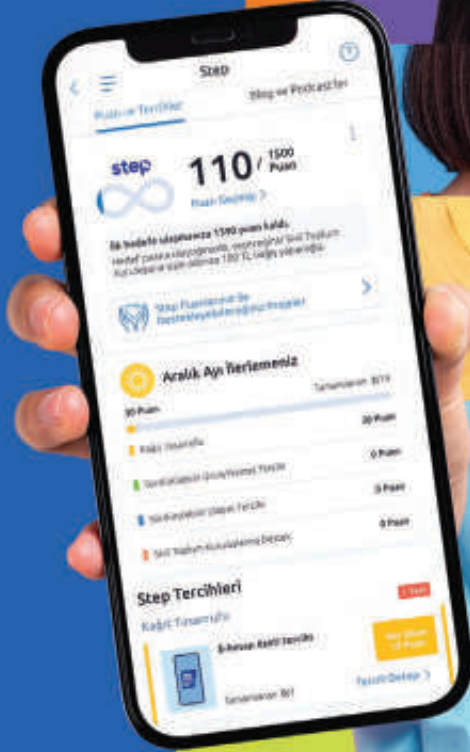
RESMİ ROLEX SATIŞ NOKTASI

**UGUR**  
SAAT  
Feeling Luxury...

ARMADA (0312) 219 12 74  
PANORA (0312) 491 97 47  
NEXT LEVEL (0312) 286 80 37  
TEKNIK SERVİS (0312) 219 61 15

[www.ugur Saat.com.tr](http://www.ugur Saat.com.tr)

  
**ROLEX**



**Step,**  
Yapı Kredi  
Mobil'de!



Sürdürülebilir Tercihler

Yalnızca Yapı Kredi Step kapsamındaki sürdürülebilir tercihlerden puan kazanılır. Detaylı bilgi [yapikredi.com.tr](http://yapikredi.com.tr)'de.

# Bir ben Step'e katılsam ne değişecek ki?

## Çok şey değişir.

Sen de Yapı Kredi Step'e katıl, yaptığın sürdürülebilir tercihlerle daha iyi bir dünyaya adım atarken Step Puan kazan. Üstelik puanların ortak geleceğimiz için eğitime ve çevreye bağışa dönüşsün.

 YapıKredi  
**step**  
SÜRDÜRÜLEBİLİR  
TERCİH  
PROGRAMI

**FRANCK MULLER**  
**GENEVE**



FRANCK MULLER BOUTIQUE +90 212 353 63 47  
GREENWICH ZORLU AVM +90 212 353 63 47  
GREENWICH FLYINN AVM +90 212 663 28 28  
GREENWICH ARMADA AVM +90 312 219 12 89

[www.greenwich.com.tr](http://www.greenwich.com.tr)





330°

NORTH

30°

12  
11  
10  
9  
8  
7  
6  
5  
4  
3  
2  
1

FRANCK MULLER  
GENEVE

VANGUARD

27

SWISS MADE

WEST

EAST

300°

60°

240°

120°

210°

SOUTH

150°

**TREND  
JEAN.  
Mİ.  
DEDİN?**

**YENİSİ  
KOTON'DA**

**KOTON JEANS**

[KOTON.COM](http://KOTON.COM)





# CANGÜL

YATIRIM

**CANGÜL**  
İNŞ. TAAH. NAK. TUR. SAN. ve TİC. A.Ş.



**Petrol Ofisi**



**TotalEnergies**




[www.cangulyatirim.com](http://www.cangulyatirim.com)

YENİLİKÇİ YAPISIYLA,  
İŞ ORTAKLIĞINDA  
**GÜVENİLİR KAYNAK**



1982

Next Level İş Merkezi No:49 Kat:10 06520 Çankaya/ANKARA-TURKİYE  
Tel: +90 312 285 06 00

 cangulyatirim

# MANSIO İNCEK

Doğanın İçinde  
Ayrıcalıklı  
Bir Yaşam Alanı

SATIŞ OFİSİ

Hacılar, 1263. Sk. No:4

06830 Gölbaşı/Ankara

Tel:+ 90 544 154 57 57

[www.mansioincek.com](http://www.mansioincek.com)

 mansioincek

 Mansio İncek





OĞUZHAN  
*İnşaat*

ECE  
Mühendislik

# JEWEL

i n c e k

Rezidans | Ofis | Avm

10%

İNDİRİM

0

FAİZ

12

AY TAKSİT

 ÜNSAL  
GROUP

[jewelincek.com](http://jewelincek.com)

444 0 698





# Yatırıma DEĞER





# GÜLEÇDECOR

		 VERSACE <i>Rosen &amp; Thal</i>		 roberto cavalli
	 EL CASCO SINCE 1920	 HUTSCHENREUTHER 1814 GERMANY		
 CRISTAL D'ARQUES PARIS			 VITELLI DESIGN STUDIO	
 Daída			 LADUREE Paris	 UTTERMOST



VERSACE



I ♥ BAROQUE



## Çamaşır Yıkama ve Kurutma Alışkanlıklarınız için Yenilikçi Kule Tasarımı

Ortak gövdeye sahip çamaşır yıkama ve kurutma makinesi ile alanınızı daha akıllı yönetin.

### LG WashTower™



Life's Good.



[www.kocpazarlama.com](http://www.kocpazarlama.com)



koc\_pazarlama



koc\_pazarlama

TÜM ŞUBELERİMİZE ULAŞMAK İÇİN 0850 420 25 26 arayabilirsiniz  
Koç Pazarlama birçok markada 42 yıldır güven ve kaliteyi sizlerle buluşturuyoruz.



*furnishing  
the dreams*

EMO  
HOME

www.emohome.com.tr  
0312 353 2000

Karacakaya Cad. No: 135 Siteler / Ankara

Ankara | Trabzon | Eskişehir | Samsun | Manavgat  
Kıbrıs | Yunanistan | Almanya | Erbil | Süleymaniye



fuga

Fuga Mobilya Ankara

Önder Mah. Karacakaya Cad. No: 92 Siteler

Telefon: +90 (312) 353 29 29

Email: [siteler@fugamobilya.com](mailto:siteler@fugamobilya.com)







Yenilenen ürün tarzımızı keşfetmek için  
Beytepe Showroomumuza bekliyoruz...

*Beyler Cad. No:36/5 Beytepe - Ankara*  
[www.aydininteriors.com](http://www.aydininteriors.com) |  [aydininteriors](https://www.instagram.com/aydininteriors)



*A* **YDIN** 1  
9  
5  
0  

---

INTERIORS



**COLDWELL  
BANKER** 

— BAŞKENT —

Çankaya Caddesi No:21/8 ANKARA  
T: +90 312 436 0 100

# Söz Konusu Gayrimenkul İse...

**EVREN  
BARUTÇU**  
[www.evrenbarutcu.com.tr](http://www.evrenbarutcu.com.tr)



ÖZEL BİR EĞLENCE DENEYİMİ VE  
**YEMEĞLE MÜZİĞİN UYUMU**  
BİR ARADA HAUSA'DA!

# HAUSA

LUNCH & DINNER

BİLKENT-ANKARA

0 850 822 00 06 | 0312 266 42 00

 hausadinnertheatre



escape to locale

## 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı kutlu olsun!

Pizza Locale'de her gün çocuklara bayram.  
Çocuklara özel şekillerle Kids pizzalar Locale'de.

### ÜMİTKÖY

GALLERIA AVM,  
2432. Cad. A Blok 97/A

**236 27 37**

### MESNEVİ

Mesnevi Cad.  
No: 13/A

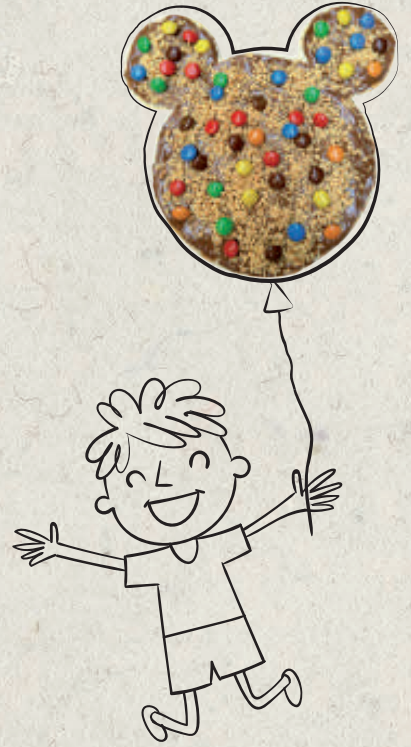
**440 00 20**

### İNCEK

2689 Sokak  
No: 4/C

**461 01 10**





Pizza Locale lezzetlerini keşfetmek için QR kodu okut.





**CIS** WE ARE AN  
**ACCREDITED**  
SCHOOL



## BÜYÜK KOLEJ,

COUNCIL OF INTERNATIONAL SCHOOLS TARAFINDAN  
(CIS-Uluslararası Okullar Birliği)

K12 DÜZEYİNDE AKREDİTE EDİLEN ANKARA'DAKİ İLK OKULDUR.  
BÜNYESİNDEKİ ULUSLARARASI MÜFREDATLARLA  
KÜRESEL VATANDAŞLAR YETİŞTİRİR.



Cambridge Assessment  
International Education

Cambridge International School



**BÜYÜK KOLEJ**

GOP KAMPÜS | 0312 446 66 76 - Bağlar caddesi No:184 GOP - ANKARA

İNCEK KAMPÜS | 0312 446 66 77 - Kızılcaşar Mah. 30 Ağustos Cad. No:61 İncek-Gölbaşı-ANKARA

[www.buyukkolej.k12.tr](http://www.buyukkolej.k12.tr) - [buyukkolej@buyukkolej.k12.tr](mailto:buyukkolej@buyukkolej.k12.tr)



U N R I V A L L E D E X P E R I E N C E

FİLİSTİN MERKEZ | PANORA AVM  
BEYSUPARK | ÇAYYOLU | NEXT LEVEL AVM  
BÉYTEPE | İNCEK

w w w . p a r i s k u a f o r . c o m . t r





Kaliteli, Güvenilir Mücevherat Butiği

# Beril Purlanta

BY FATİH KILIÇ





Her Anınıza Değer Katar

Anafartalar Cad. Kütükçüoğlu İşhanı No: 47 /55 Ulus / ANKARA  
Tel : +90 312 310 6500 - Fax : +90 312 310 6555  
beril@berilpirlanta.com

www.berilpirlanta.com

R E W A Y  
CLUB  
SPA · FITNESS · RESTAURANT

Ayrıcalıklı Bir Spor Deneyimi  
Seni Bekliyor...

+90 312 514 77 70 | [www.reway.com.tr](http://www.reway.com.tr)  
Kuzu Kumru, No: 23 B - 24 B | Yıldızevler - Çankaya, Ankara







**SUIPARKORAN**  
T: 0 534 787 4470

**SUIBEYTEPE**  
T: 0 538 844 7070



Hair ■ Beauty ■ Cosmetics

EMBRACE YOUR EXCELLENCE

ÖZEL TESETTÜR ALANI VE UZMAN KUAFÖR HİZMETİ  
VIP GELİN ODASI

[www.suifamily.com](http://www.suifamily.com)





# DERMA FACT



## GÜNEY KORELİ DERMATOLOGLAR TARAFINDAN GELİŞTİRİLEN DERMA FACTORY ARTIK TÜRKİYE'DE!

**K**ırıışıklık, lekeler, sivilce problemi, elastikiyet kaybı.. her cilt problemi için kısa sürede çözüm artık mümkün! Yüksek oranda aktif içerikler ile, cildinizdeki problemleri direkt olarak hedef alan **Derma Factory**, cilt bakım rutininizi bir üst kademeye çıkartır.

Kore cilt bakımı rutininin popüler ve eşsiz içerikleri, kaliteli hammaddede ve formülasyonlarla birleştğinde, kısa sürede gözle görülür etki sağlar.

Derma Factory, benzersiz patentli bileşenleri sayesinde üst düzey etki göstererek, kısa sürede tüm çevrenizden iltifatlar alacağınız cilt görünümüne kavuşmanızı sağlayacak.

Resmi Türkiye Distribütörü  
garantisi ile, **sadece K-Land'de!**

# TORY

 **K-LAND**  
[www.kland.com.tr](http://www.kland.com.tr)

# güven, yenilen, iyileş...

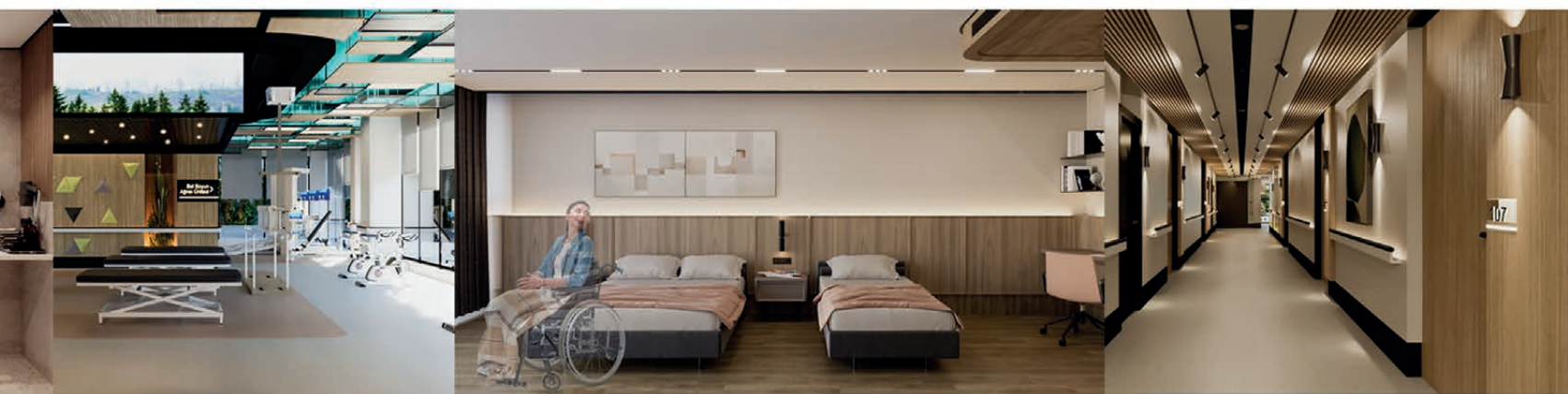
Romatem Sağlık Grubu, yaklaşık 20 yıllık tecrübesiyle, yeni nesil Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Merkezini İstanbul Anadolu yakasında açıyor.

Romatem Move, engelli kullanımına özel, 48 yataklı odası ile konaklamalı, dünyanın her yerinden gelen hastalara, şimdiye dek kurgulanmış en kapsamlı ve konforlu fizik tedavi ve rehabilitasyon hizmeti sunuyor.



#herişinizmanıvar!

Kısıklı Mahallesi, Alemdağ Caddesi No:62 Üsküdar/İstanbul



444 66 83 | [romatem.com](http://romatem.com)

**ROMATEM<sup>®</sup> MOVE**



Beril Çavuşoğlu  
beril@magmedya.com.tr

# Yeni Başlangıçlar

**D**eğerli Okurlarımız,

Nisan ayı; tazelenen umutları, yeni başlangıçları, renklenen doğayı ve hareketlenen yaşamı temsil ediyor... Bu ay biz de yenilik yaparak, sizi uzaklara götürüyoruz. Amerika'nın Florida eyaletindeki Palm Beach'te gerçekleşen çok samimi bir çekimi sizlerle paylaşıyoruz... Kapak konuğumuz Ceyda Ateş Toplusoy, ailesiyle beraber Amerika'daki yaşamını anlatıyor.

Bir de müjde vereyim, gelecek ay da farklı bir ülkede gerçekleştireceğimiz kapak çekimiyle karşınızda olacağız...

Oyuncularla devam edelim... Yayımlandığı dönemin çokça sevilen dizileri "Öyle Bir Geçer Zaman ki" ve "Poyraz Karayel"deki karakterleriyle kendisine hayran bırakan başarılı oyuncu Tolga Güleç, bu yapımların kendisinde uyandırdığı hislere değindi...

"Sandık Kokusu"nun Hande karakterini canlandıran güzel oyuncu Ece İrtem, hayat felsefesini ve yaşamında iz bırakan projelerini anlattı...

23 Nisan köşemizde ise minik oyunculara yer verdik... "Sandık Kokusu"nun oyuncularından Mina Akdin ve Sarp Kaan Altınçapa, "Kardeşlerim" dizisinin Emel'i Aylin Akpınar, "Kod Adı Kırlangıç"ın başrolü Ali Kayra Gürel hem rollerine nasıl hazırlandıklarını ve ileride hangi mesleği seçmek istediklerini hem de Çocuk Bayramı mesajlarını paylaştı...

Bir süre önce "Britanya İmparatorluk Nişanı"yla (MBE) onurlandırılan Michelin Yıldızlı Şef Adam Handling; Birleşik Krallık Türkiye Büyükelçisi Jill Morris CMG katkılarıyla düzenlenen UK GREAT Kampanyası kapsamında Ankara'ya geldi. Biz de, dünya çapında çok özel lüks restoranlar kuran ünlü şef ile bir araya gelerek sıfır atık ve sürdürülebilirlik konularını tartıştık...

MAG PR Solutions olarak; Marisan Properties iş birliğinde Dubai'ye kısa bir yolculuk yaptık. Sheraton Ankara Hotel'de iki gün boyunca süren etkinlikte konuklarımızla Dubai'deki yatırım fırsatlarını ve yaşam şartlarını konuştuk...

Sanat dünyasından moda trendlerine, sağlıklı bir yaşam için ipuçlarından mekânlarınıza renk katacak dekorasyon sırlarına kadar pek çok içerik hazırladık. Çok özel davetlerden renkli kareleri sayfalarımıza taşıdık...

23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı'mızı kutlarken hepimizin, içimizdeki çocuğun canlanmasını ve Ramazan Bayramı'nın da tüm dünyaya iyilik getirmesini diliyorum.

Sevgiler







## Maserati Grecale Her Günü Olağanüstü Kılar

MASERATI GRECALE'Yİ KEŞFEDİN.  
ZARAFET VE GÜÇLE OLAĞANÜSTÜ BİR ŞEKİLDE ÖNE ÇIKIN.

Fer Mas Oto Tic. A.Ş.  
Kuruçeşme Cad. No: 27 Kuruçeşme/İstanbul  
Tel: (0212) 263 30 01

Otokoç Antalya  
Altınova-Sinan Mah. Serik Cad.  
No: 301 07170 Kepez/Antalya  
Tel: (0242) 225 18 18

Otokoç Ankara  
Söğütözü Mah. Söğütözü Cad. No: 2  
Koç Kuleleri C Blok No: 8-9 Çankaya/Ankara  
Tel: (0312) 220 55 02

Mengerler Bursa  
Ovaakça Santral Mah. İstanbul Cad.  
No: 644 Osmangazi/Bursa  
Tel: (0224) 261 11 14



Motor: L4 MHEV, Azami Güç: 300 CV/450 Nm, Azami Hız: 240 km/s, 0-100 km Hızlanma: 5,6 sn, Yakıt Tüketimi (karma) min.-maks.: 8,7-9,2 L/100 km, CO<sub>2</sub> Emisyon Oranları (karma) min.-maks.: 198-208 g/km. İlanda belirtilen veriler versiyona göre değişiklik göstermektedir.

# MAG®

Patent No: 2005 58511

NİSAN 2024  
YIL:21 SAYI:218 FİYAT:120 TL

MAG Medya Ltd. Şti. Adına  
İmtiyaz Sahibi ve Yazı İşleri Müdürü  
CAN ÇAVUŞOĞLU can@magmedya.com.tr

Genel Yayın Yönetmeni  
BERİL ÇAVUŞOĞLU beril@magmedya.com.tr

Tasarım  
ÖZGE AKTAŞ ozge@magmedya.com.tr  
ASLI TİBEY asli@magmedya.com.tr

Kreatif Direktör  
SEDA ÇAVUŞOĞLU seda@magmedya.com.tr

Genel Koordinatör  
FERAY ŞAHİNGÖZ feray@magmedya.com.tr

Reklam Müdürü  
MELTEM ERCAN meltem@magmedya.com.tr

Yazı İşleri  
GÖZDE YILMAZ gozde@magmedya.com.tr

Haber ve Foto Muhabiri  
SEFA AYDOĞDU sefa@magmedya.com.tr

Halkla İlişkiler  
DİLARA AYDOĞDU daydogdu@magmedya.com.tr

Reklam  
İLAYDA ILIKKAN ilayda@magmedya.com.tr

Sosyal Medya  
BAHA BAŞKAL baha@magmedya.com.tr

Mali İşler Koordinatörü  
TARIK DEĞER tarik@magmedya.com.tr

Türü  
BÖLGESEL SÜRELİ YAYIN

MAG isim ve yayın hakkı  
MAG Medya Ltd. Şti.'ne aittir.  
Dergide yayınlanan yazı ve fotoğrafların  
tüm hakkı MAG'a aittir.  
İzin alınmadan kullanılamaz.  
Yayınlanan ilanların sorumluluğu  
ilan sahiplerine aittir.

İdare Merkezi  
Kaptanpaşa Sokak  
No: 33-B G.O.P. ANKARA  
Tel: +90312 428 0 444

Katkıda Bulunanlar  
BARIŞ KÜPÇÜ  
AYŞE DENİZ KARABEY  
SİNEM YILDIRIM

Baskı  
Arkadaş Basım San. Ltd. Şti.  
Macun Mah. 204 Cad. Shira İş Merkezi  
141 - A Blok No:3 Ankara Türkiye  
Tel: +90 312 341 63 10

Basım Tarihi  
29.03.2024  
www.magdergi.com.tr  
facebook.com/magonline  
twitter.com/magdergi  
instagram.com/magdergi  
bilgi@magmedya.com.tr

MAG'a abone olmak çok kolay...  
Telefon ile 0.312 428 04 44  
İnternet ile abone.magdergi.com.tr

YENİDEN KULLANIN GERİ DÖNÜŞTÜRÜN!

Eski dergi, katalog ve gazetelerin geri dönüş-  
türülmesi çevreye yapılabilecek en kolay kat-  
kıdır. Ağaç kesimlerini azaltmak üzere MAG  
Medya, okuyucularını kendi yakın çevrelerin-  
de geri dönüşümü teşvik etmeye çağırıyor.

Download on the  
App Store

Google play





100. yılımızda

# Farkı açıyoruz

Amacımız kurulduğumuz günden bu yana  
hiç değişmedi: Sunduğumuz yeniliklerle ülkemiz için fark yaratmak...  
İstasyonlarımızdaki ürün ve hizmetlerimiz kadar topluma  
değer katan sosyal sorumluluk projelerinde de öncü olmak...  
Cumhuriyetimizin 100. yılında da aynı ilkeyle yola devam ediyoruz.

Hayata geçireceğimiz yeniliklerle  
herkes için, ülkemiz için  
farkı açıyoruz.





58

**58**  
**Begüm Khan'dan**  
**"Non-Bridal, Bridal"**  
koleksiyonuna özel davet...

**66**  
**Michelin Yıldızlı Fransız Şef**  
**David Bizet** ile unutulmaz  
davet...

**74**  
**Mert Özlenir ve Nazlı Selin**  
**Şengel'in** Boğaz'daki görkemli  
düğünü...



92

**90**  
**Lion Diamond'ın yeni**  
koleksiyonuna özel,  
Dubai'deki lansmanı...

**92**  
**Ceyda Ateş ile Amerika'da**  
muhteşem bir kapak çekimi...

**106**  
**Japon mutfağının enfes**  
yemekleri The Bodrum Edition ve  
Inari Piku davetinde...

**120**  
**ArtAnkara 10. Uluslararası**  
Çağdaş Sanat Fuarı...



162

**126**  
**MAG PR Solutions ve**  
**Marisan Properties** tarafından  
gerçekleştirilen Dubai emlak fuarı...

**160**  
**ATO'da**  
"İklim ve İnsan Zirvesi"...

**162**  
**Michelin Yıldızlı İngiliz Şef**  
**Adam Handling** ve  
sürdürülebilirlik üzerine...



268

**218**  
**Ünlü çocuklar,**  
**23 Nisan** köşesinde...

**256**  
**Ressam Serdar Leblebici,**  
eserlerindeki kavramları  
anlatıyor...

**268**  
**Sandık Kokusu'nun Hande'si**  
**Ece İrtəm** ve oyunculuk geçmişi...

**270**  
**"Öyle Bir Geçer Zaman ki"** ile  
akıllara kazınan **Tolga Güleç**...

Available on the  
App Store



Google play

30  
Gün  
Koşulsuz İade

24  
Saatte  
Teslimat

Evde Servis  
Hizmeti

# Arçelik FutureSmart™ Serisi Teknolojinin Ev Hali



Arçelik FutureSmart™ Serisi'nden  
Gurme DuoFry™, farklı hazneleri sayesinde  
2 çeşit yemeği tatlar ve kokular  
karışmadan aynı anda hazırlar.



Aria™ Expert Ütü



Tadı Var®



Gurme DuoFry™



Imperium® Robo 3.0




Imperium Barista®





Gurme Şef™ Pro

 **arçelik**  
iyiliği aşkla tasarlar

 Koç

 arcelik.com.tr

 0850 210 0 888

 0544 444 08 88



Seda Çavuşoğlu  
seda@magmedya.com.tr



CULT GAIA  
Çanta \$348



ZIMMERMANN İLKBAHAR/YAZ-2024

## Tatil Bavulu

Serinletici bir yeşil, doğanın içinden gelen öğeler ve enerji veren püsküller tatil ruhunu ve şıklığını bir arada sunuyor.

STAUD  
Elbise \$595



CHRISTOPHER ESBER  
Bluz \$400

CHRISTOPHER ESBER  
Etek \$550



GUCCI  
Gözlük \$495



AGUA BY AGUA BENDITA  
Bluz \$1.200



CULT GAIA  
Elbise \$858



ANDREA LYAMAH  
Bikini Üstü \$120



ANDREA LYAMAH  
Bikini Altı \$120

AGUA BY AGUA BENDITA  
Etek \$2.200



A EMERY  
Ayakkabı \$150

GIANVITO ROSSI  
Terlik \$1.195



Hayata  
dokunan

E

N

E

R

J

Sagalassos kazılarına  
verdiğimiz destekle  
Anadolu'nun tarihi  
zenginliğine  
ışık tutuyoruz.

#HayataDokunanEnerji

i

BOTTEGA VENETA  
Çanta \$3.300



SAINT LAURENT  
Gözlük \$475



GIVENCHY İLKBAHAR/YAZ 2024

# Transparan

Şeffaf bir tonlamaya sahip transparan elbiseler, etekler ve üstler feminen bir dokunuşla, iddialı ve çarpıcı bir görünüm veriyor.

JACQUEMUS  
Elbise \$1.485



COPERNI  
Elbise \$1290



CUCCULELLI SHAHEEN  
Bluz \$2.495

ZİŞAN JEWELRY  
Bileklik



GABRIELA HEARST  
Pantolon \$1.850



ELIE SAAB  
Etek \$2.790



KHAITE  
Bluz \$2.600



TOM FORD  
Ayakkabı \$1.390



# ALTERNATİF AKIM



%100 ELEKTRİKLİ  
FORD MUSTANG MACH-E



*Ford*

GELECEĞİ  
BUGÜNDEN YAŞA.

Ford Mustang Mach-E'nin CO<sub>2</sub> salımı 0 g/km, elektrik enerjisi tüketimi 16,5-19,5 kWh/km arasındır. Elektrik enerjisi tüketimi ve CO<sub>2</sub> emisyon değerleri, 715/2007/EC güncel mevzuatına göre ölçülmüş WLTP verileridir. Pazara sunulan araçlarda donanım farklılıkları olabilir. Ayrıntılı bilgi [ford.com.tr](http://ford.com.tr)'de.

# Yaşam Başlıyor!

**İskanı Hazır!  
Peyzajı Tamamlanmış!**

*Muhtesem*

**KONAĞINIZDA**

**HEMEN TAPU**

**KEYİFLİ YAŞAM**



**NİVERA İNCEK**  
— KONAKLARI —

*Doğanın içinde,  
yeniden doğun!*

Örnek Villamız Hazır

Son 2 Konak



DİLARA KOÇAK



BEGÜM SALIHOĞLU



BEGÜM KIROĞLU

## Begüm Khan ile Beyaz Davet

**Begüm Khan, “Non-Bridal Bridal”  
koleksiyonuna özel bir davet vererek  
ünlü isimleri ağırladı.**

Farklılık arayan kadınlara adadığı koleksiyonunu Arkestra’da düzenlediği bir davetle kutlayan Begüm Kiroğlu; iş, cemiyet, moda ve sanat dünyasından ünlü isimler ve influencer’lar ile bir araya geldi. Sadelik, saflık ve yeni başlangıçların heyecanını temel aldığı belirten tasarımcının “Non-Bridal Bridal” koleksiyonu konukların beğenisini topladı. ■

# Beko; ev işlerini kolayca halletmek için doğru seçenek o!

Hayata zaman ayırmanızı sağlayan teknolojiler  
Beko Küçük Ev Aletleri Ailesi'nde!



30 Gün  
Koşulsuz  
İade



24 Saatte  
Teslimat



Evde Servis  
Hizmeti





ASMİN YÜKSEL, BERRU COŞKUN



BURAK-NAROD ÇETİNKAYA PEKKÜÇÜKYAN

*Begüm Khan, farklılık arayan kadınlara adanmış "Non-Bridal, Bridal" koleksiyonunu Arkestra'da gerçekleştirdiği bir davetle kutladı.*



DİLA TARKAN



SİMA TARKAN

# koctas

com.tr

*Evinizi  
güzelleştirmek için  
aradığınız her şey  
koctas.com.tr'de!*

## Her evde moda!

- 🏠 Türkiye'nin ilk ve tek ev geliştirme odaklı pazar yeri
- 🏠 Yüzlerce Koçtaş onaylı satıcı & yüz binlerce ürün çeşidi
- 🏠 Koçtaş garantili montaj ve nakliye hizmeti
- 🏠 Yapı Kredi World'e özel 9 taksit fırsatı



koctas.com.tr



CEYLAN ATALIK, ZEYNEP SEDEF EYÜBOĞLU



ZEYNEP TOSUN

*Markanın kurucusu ve tasarımcısı Begüm Kiroğlu ev sahipliğinde gerçekleşen davete; sanat, moda ve cemiyet hayatından ünlü isimler katıldı.*



MERVE ÇETİNDÖĞAN



NESRİN CAVADZADE, AMOR GARIBOVIC



TUBA ÜNSAL



# YENİ DOBLO YİNE DOBLO





RAISA-VANESSA SASON

*Gelinlik kavramına yeni bir bakış açısı getiren koleksiyonun parçalarını yakından inceleme fırsatı bulan konuklar, "Non-Bridal Bridal"a tam not verdi.*



YASEMİN ÖĞÜN



MERİÇ KÜÇÜK



ELISABETH VELA, EMİR UYAR

# GO

GRAND  
SERENITY

# GRAND

## Grand Hyatt İstanbul'da İkonik Bir Yaz

Saklı bahçeleri, büyüleyici havuzu, benzersiz lezzetleri ve huzurlu atmosferi ile hareketli şehir hayatını dinlendirici bir inziva ile harmanlayan Grand Hyatt İstanbul, yaz sezonuna taze bir başlangıç sunuyor.

Detaylı bilgi almak için bizlere +90 212 368 12 34 veya [istanbul.grand@hyatt.com](mailto:istanbul.grand@hyatt.com) üzerinden ulaşabilirsiniz.

Taşkışla Cad. No:1 34367 Şişli/İstanbul

GRAND | HYATT



AYŞEGÜL-HAKAN KODAL

BENĞİ KURTCEBE

AHU ORAKÇIOĞLU

SİNAN DALLI



JONATHAN-BELİZ CROOK

## Unutulmaz Gastronomik Deneyim

**Brothers, özel bir davet düzenleyerek konuklarına unutulmaz bir gastronomi deneyimi yaşattı.**

“Ultimate Experience” isimli davette, Paris’in yaratıcı şeflerinden iki Michelin yıldızlı David Bizet, hazırladığı özel menüyü konuklara sundu. The Peninsula İstanbul’da Pernod Ricard Türkiye ana sponsorluğu ile gerçekleşen etkinliğe iş, moda ve sanat dünyasının önde gelen isimleri katıldı. Manuş-u Ala’nın müzik performansı ile renklenen davet, misafirlerine unutulmaz bir gece yaşattı. Etkileyici bir atmosferde şıklık ve lezzetin uyumunu deneyimleyen konuklar, ünlü şef ile birlikte eşsiz bir gastronomi yolculuğuna çıktı. ■

YENİ

500



%100 ELEKTRİK %500 TARZ  
FIAT 500e

FIAT

KARTAŞ OTOMOTİV ANKARA Tel: (0312) 583 85 85

MAG davet



TÜLAY-İBRAHİM DÖLEN



ZÜMRÜT YEŞDANI KEDİÇ



MORIS KOHEN-PINAR HACIRAİFOĞLU



HAKAN TİFTİK

YELDA TİFTİK



DAVID BIZET



EVİN-SELÇUK TÜMAY

*Brothers, düzenlediği özel bir etkinlik ile Fransa'nın ünlü şefi David Bizet'yi ağırlayarak davetlilerine eşsiz bir gastronomi deneyimi yaşattı.*

2 0 2 4 İ L K B A H A R | Y A Z



# PROVOQ

Özge  
Özacar'ın  
Tercihî



## AYAKKABI DÜNYASI

[ayakkabidunyasi.com.tr](http://ayakkabidunyasi.com.tr)



## Şerif Nadi Varlı Yaşamın Zirvesi Dubai'de

Dubai'nin hukuksal anlamda yatırımcısını, müteahhidini, emlakçısını koruyan bir ülke olduğunu belirten broker ve Vartur'un yönetici ortağı Şerif Nadi Varlı, konut yatırımı ile ilgili merak edilenleri MAG Okurlarıyla paylaşıyor.

Ö

**ncelikle kendinizden biraz bahsederek başlar mısınız?**

Fethiyeliyim. ODTÜ İşletme ve New York Binghamton Üniversitesi İşletme mezunuyum. 2002 yılından bu yana emlak sektörüyle ilgileniyorum.

Dünyanın değişik şehirlerini seyahat ederek emlak araştırmak, pazar araştırması yapmak ve yatırım danışmanlığı yapmak, yaşam şeklim haline geldi. On bir yıllık evliyim ve altı aylık bir bebeğimiz var, doğduğundan bu yana üç defa Dubai'ye, bir defa Miami'ye geldi bizimle. Yaşam serüvenimizden o da nasibini aldı son dönemde.

**Vartur'un geçmişine ve hizmetlerine dair neler söylemek istersiniz?**

Vartur; 1987 yılında, babam Şeref Varlı tarafından Fethiye'de kuruldu. Emlak, turizm, otel ve restoran işletmeciliği gibi

farklı faaliyette devamlı dört beş işletmesi olan bir kuruluştur. Fethiye'nin önde gelen, eski ailelerinden biriyiz. Yaklaşık yirmi yıl önce babamızın işletmelerine abim ve ben destek vermeye başladık ve on yıl kadar önce de sadece emlak sektörüyle devam etme kararı aldık.

Vartur; Türkiye'deki, kendi ülkesi dışında gayrimenkul yatırımı yapan kişilere hizmet vermeye başlayan en eski kuruluşlardan biridir. İlk günden bu yana Fethiye'ye yatırım yapmak isteyen, 90'larda Almanlar, 2000'lerde İngilizler, devamında Avrupa'nın çeşitli ülkelerinden gelen yatırımcılara hizmet verdi.

2000'li yıllarda Türkiye'deki ilk uluslararası dijital emlak pazarlama operasyonunu başlatan Vartur sadece Fethiye'de hizmet vermesine rağmen Alanya'dan İstanbul'a kadar tüm





kıyı şeridinde binlerce gayrimenkul satışına aracılık yaptı. 2015 yılında, verdiğimiz hizmetleri genişletmek amacıyla İstanbul'da Vartur Emlak şirketinin faaliyetlerine başladık. Geçmişten gelen bilgi birikimimiz, çalışma disiplininiz, istikrarımız, İstanbul'da başarılı faaliyetler yapmamızı sağladı. 2021 yılında, faaliyetlerimizi ülke dışına taşıyabilmek ve pazar payımızı arttırabilmek amacıyla Vartur Emlak Dubai şubesini açtık. 2024 yılı itibarıyla Vartur; neredeyse kırk yıldır Fethiye'de hizmet veren, on yıldır İstanbul'da faaliyet gösteren, dört yıldır Dubai'deki ofisiyle başarısını tüm dünyaya kanıtlayan ve devamında Miami ve Londra emlak operasyonlarına da ilk adımlarını atmış, Türkiye'nin nadir uluslararası büyüyen emlak markalarından biri haline geldi.

**Gayrimenkul alım satımında sıkça karşılaşılan hukuki konular hakkında bir broker'ın nasıl bir bilgi birikimine sahip olması gerekir? Bu karşılaşılan konular neler olabilir?** Broker, faaliyette bulunduğu bölgedeki güçlü ve zayıf noktaları, fırsatlarla riskleri iyi analiz edebilmeli. Biz Vartur olarak; bir ülkede faaliyete başlamadan önce, o ülke hukuksal anlamda bazı zeminlere sahip mi çok dikkat ediyoruz. Dubai bu konuda dünyaya örnek öğrenci diyebileceğimiz muhteşem bir yer. Hukuksal anlamda yatırımcısını, müteahhidini, emlakçısını her anlamda o kadar koruyan kollayan bir ülke ki iş yaparken kendinizi her anlamda güvende hissediyorsunuz. ➡➡





### Faaliyet gösterdiğiniz kentlerdeki gayrimenkul piyasasında gözlemediğiniz trendler neler?

Dünya pandemiyle birlikte çok büyük bir değişime şahit oldu. Amerika kıtasında soğuk şehirlerden Miami'ye; Avrupa, Asya ve Orta Doğu'da aynı şekilde Dubai'ye büyük bir göç görmeye başladık. Zirvedeki beş yüz şirketin birçoğunun, çalışanlarıyla uzaktan çalışmaya başlaması; yüksek vergilere sahip şehirlerde hayatlarını yıllardır devam ettiren insanların, vergileri daha düşük olan konumlara taşınma isteği; güvenlik anlamında hâlihazırda bazı riskler barındıran ülkelerde ve şehirlerde yaşayan insanların daha güvenli limanlar aramaları; daha soğuk şehirlerde yaşayan insanların, yılın on iki ayı deniz, kum, güneş yaşayabilecekleri destinasyonları tercih etmesi; pandemi sonrası, insanların daha fazla seyahat etme isteği; Dubai'yi birçok yönden yatırım için trend bir yer haline getirdi. Bu kadar hızlı olmasa da, verdiğimiz sebeplerden dolayı, değişimleri Türkiye içinde de görmeye başladık; Bodrum, Fethiye gibi turistik destinasyonlar daha fazla göç almaya başladı. Şehrini değiştiremeyen insanlar da -bu sefer İstanbul'u örnek verirsek- dikey binalardansa yatay binaları, yoğun yerleşik düzenden Zekeriyaköy, Acarkent, Göktürk gibi yoğunluğun daha düşük olduğu, yeşillığe ve bahçeye temas edebilecekleri evleri tercih etmeye başladılar.

### Dubai'de gayrimenkul sahibi olmakla ilgili, müşterilerinizin sıklıkla hangi konuları merak ediyor?

- Dubai'deki vergi sistemini merak ediyorlar. Vergi olmadığını söyleyince tekrar tekrar soruyorlar. Olmadığı konusunda ikna etmemiz zaman alıyor.
- Gayrimenkullere yüzde yüz tapuyla sahip olup olmadıklarını merak ediyorlar. Bu konu da çok soruluyor. Dubai'de aldığınız gayrimenkulün yüzde yüzüne sahip oluyorsunuz.
- Kiracı bulup bulamama durumunu çok merak ediyorlar. Dubai nüfusu her geçen gün arttığı için ve turizm anlamında





trend olduğu için bu konuda da hiç sıkıntı yaşanmıyor.  
• İnşaatların yarım kalması durumunu veya müteahhitlerin ortadan kaybolması gibi bir risk olup olmadığını çok merak ediyorlar. Burada Dubai'de yer alan escrow banka hesabı sistemi, Dubai'deki inşaat projelerinin devletin kontrolü altında olan banka hesaplarında olması büyük bir güven veriyor.

#### **Dubai gayrimenkul piyasasındaki fiyat değişimlerini ve gayrimenkul değerlemesini etkileyen faktörler neler?**

Dünyanın her yerinde olduğu gibi projenin lokasyonu, binanın boyutu, sosyal imkânlar, üretici müteahhit, projenin markası, teslim süresi, ödeme planı.

#### **Türk yatırımcıların Dubai'deki konut piyasasına ilgisi nedir? Bu ilgi son yıllarda nasıl şekillendi?**

Türkler 2023 yılında, yurt dışında iki milyar doların üstünde gayrimenkul yatırımı yaptı. Yatırım yaptığı en önemli destinasyon da Dubai oldu. 2023 yılında Dubai listelerinde ilk defa, Türk yatırımcılar ilk on gayrimenkul yatırımı yapan milletler arasına girdi. Dubai'de en pahalı konut satışı 2023 yılında, 500.000.000 AED (136.000.000 USD) ile Nakheel'in Como projesinde bir Türk'e yapıldı. Vartur olarak biz de, 2023 yılında nasibini alan en önemli Türk ortaklı emlak ofisi olduk. Yirmi beş kişilik ekibimizle Türk müşterilerin yoğun talebini görüyoruz. Türkler bundan on yıl önce yılda 130.000.000 dolarlık yurt dışında gayrimenkul alımı yaparken, 2024 ocak ayında 133.000.000 dolarlık alımla bunu bir ayda harcamış oldu. İlginin artışı hakkında da bu önemli bir sinyal vermektedir.

#### **Dubai'de yatırım yapmayı düşünen Türk vatandaşlarına hangi hizmetleri sunuyorsunuz?**

İlk alım kararlarındaki yatırım danışmanlarından, müteahhit taksit ödemelerinin takibine, dairenin onlar adına teslim



alınması, kiralanması, yönetilmesi, burada olmadıkları zaman ihtiyaç duyacakları tüm yönetime destek veriyoruz. Bunun yanı sıra, oturma izni alım süreçleri, şirket kurulumları gibi hukuksal ve finansal işlemlerine de destek oluyoruz. Aynı zamanda, uzun yıllardır Vartur olarak kendi ülkesi dışında gayrimenkul alan müşterilere hizmet verdiğimiz ve şirketimizin en önemli özelliği olan, müşterilerimize sonsuza dek satış sonrası desteği veriyoruz. Genellikle gayrimenkul danışmanlarımız ve tüm ekibimizle aile gibi olan müşterilerimiz Dubai'de yaşayabilecekleri her ihtiyaç için bizi çekinmeden arayabiliyor ve çözüm sunuyoruz.

#### **Türk yatırımcılar için Dubai'deki konut yatırımlarının getirisi ile ilgili bilgi verir misiniz?**

Konut yatırımları yıllık %7 ila %8 dolar bazında kira getirisi sağlıyor. 300.000 dolarlık bir daire, aylık 2.000 dolar kira getirisi rahatlıkla sağlıyor. Dubai'de; gelir vergisi, değer artış vergisi, kira vergisi olmaması da büyük avantaj sağlıyor. ■

Nazlı Selin  
&  
Mert

## Boğaz da Muhteşem Düğün

Özlenir Giyim Yönetim Kurulu Başkanı Tahsin Özlenir ve zarif eşi Semra Özlenir'in oğlu Mert Özlenir ile iş insanı Cemal Şengel ve eşi Serpil Şengel'in kızı Nazlı Selin Şengel muhteşem bir düğünle dünyaevine girdi.

Üç yıl önce iş sebebiyle gerçekleşen bir etkinlikte tanışan Özlenir Giyim Yönetim Kurulu Üyesi Mert Özlenir ile Viralgood Yönetici Ortağı Nazlı Selin Şengel, aşka dönüşen birlikteliklerini Four Seasons Hotel Beşiktaş'ta düzenlenen şık bir nikâh töreni ile taçlandırdı. Bu mutluluğa arkadaşlarını da şahit olarak ortak eden çiftin düğün törenine yaklaşık dört yüz elli davetli katıldı. Yeni evli çift, düğünün ardından balayı için Nepal Bhutan'a seyahat etti. ■



**GÖRAL**

# GÖZ ALICI PEUGEOT DÜNYASININ

HYBRID VE %100 ELEKTRİKLİ MODELLERİNİ

**PEUGEOT GÖRAL'DA KEŞFEDİN**



## **PEUGEOT GÖRAL**

**Balgat Plaza:** Konya Yolu No:202 Balgat/ANKARA Tel: (0312) 207 45 45

**Ümitköy Plaza:** Eskişehir Yolu 12.km. Erler Mah. A Blok No:354 Etimesgut/ANKARA Tel: (0312) 236 36 80



DİCLE İPEK-NURİ ÖZTAŞKIN



SEDEF ZAIM



NİKOL-EMRE KOCADAĞ



*Mert Özlenir  
ile Nazlı  
Selin Şengel,  
Boğaz'da  
gerçekleşen  
muhteşem  
bir düğünle  
hayatlarını  
birleştirdi.*

SARPER-SEMRA-TAHSİN ÖZLENİR, NAZLI SELİN ŞENGEL-MERT ÖZLENİR, SERPİL, CEMAL, KAAN ŞENGEL



DAI  
WEDDING



NESRİN CAVAZADE



DEREN TALU



ECEHAN KURDOĞLU



ENGİNCAN-MERVE URAL



HANDE ERÇEL, HAKAN SABANCI



FETHİ SABANCI KAMIŞLI



DAĞHAN DOĞRUER-DİLA TARKAN

*Yeni evli çift, yaklaşık dört yüz elli davetlinin katıldığı düğünün ardından balayı için Nepal'e uçtu.*



# URART



*Serengeti - Zebra - Collection*

[www.urart.com](http://www.urart.com)

Hilton International / Ankara 0312 426 07 00

Bağdat Caddesi / İstanbul 0216 766 28 66 Zorlu AVM / İstanbul 0212 353 66 03



## Ebedi Estetik Urart

Urart; 1972'den bu yana geçmişin göz alıcı tasarımlarını, o günün el işçiliği ile bugünün teknolojilerini bir arada kullanarak günümüze uyarlıyor.

**M**ücevher ve objede kültür, estetik ve sanat karşılıklı etkileşimleriyle anlam kazanır. Yalın ve sofistike çizgiler, kültürel değerlerle harmanlanarak zamansız tasarımlara işlenir. Türkçeye "zamansız" diye çevrilen "timeless" sözcüğü; "başlangıcı ve sonu olmayan, ebedi, sonsuz, ölümsüz" anlamlarını taşır. Değerli olan ve özlem duyulan da budur.

Her çağ ve dönemde var olabilen tasarımlar, günlük yaşamın içinde kişinin özgün tarzı ve yaşam felsefesiyle bütünleşir. Yalın ve sofistike çizgiler; ilkelerini koruyarak sürekli güncellenirken geleneksel hünerlere saygı duyan, nesilden nesle aktarılan tasarımlar... Bir parçayı zamansız

kılan bu özelliklerin tümüdür. Urart; estetik, sanat ve kültürel mirasımıza belirli güncel yaklaşımları uygulayarak geçmişle gelecek arasında bağları zenginleştirir.

Urart için kültürel miras kadar el işçiliği de çok önemlidir. Yıllardan bu yana ustalarıyla birlikte olduğu ve bu sayede genç nesil zanaatkarların eski nesil tarafından yetiştirilmesini sağladığı için de gurur duymaktadır.

Urart; bugüne dek yurt dışında ve yurt içinde birçok farklı projeye imza atmıştır. Kültürleri buluşturma ve geçmişle bugüne uyarlayarak yaşatma misyonunu çok farklı alanlarda sürdürmeyi ilke edinmiştir. Dünden bugüne Roma-Bizans, Dionysos, Yedi Yüzyıl ve Millenium, Nemrut, Halikarnassos,

*Urart; estetik, sanat ve kültürel mirasımıza güncel yaklaşımları uygulayarak geçmişle gelecek arasında bağları zenginleştirir.*

Selçuk, İstanbul Masalı, Sonsuzluk, Göbeklitepe gibi mücevher ve obje koleksiyonları, çağdaş Türk sanatçıların eserlerinden oluşan yayınlar, köklü kurumlara özel projeler URART anlayışıyla üretilmiştir.

Kültürel projeler ve etkinlikler kapsamında, özellikle Ankara Anadolu Medeniyetleri Müzesi ve İstanbul Arkeoloji Müzesi ile ortak çalışmalarla birçok eserin sergilenmesini sağlamıştır. Urart Sanat Galerileri, modern Türk sanatına yeni bir soluk getirmiştir. Urart Sanat Galerileri Yayınları adı altında; Osman Zeki Çakaloz, Sezer Tansuğ, İsmet Doğan, Meriç Hızal, Neşe Erdok gibi önemli Türk sanatçıların özgün eserlerini yayımlamıştır. Bugüne dek pek çok uluslararası tasarım yarışmasında ödül almıştır. Kültürel ve estetik mirası özgün bir dokunuşla sentezleyerek gelecek jenerasyonlara aktarmak ve her koşulda özenle sürdürdüğü bu misyonu her gün yeni bir heyecan ve duyarlılıkla yeni çağa taşımak, Urart'ın "olmazsa olmaz"ıdır...

### **Serengeti**

Urart, doğanın ve yaşamın sunduğu zenginliklere, kutsal öyküleri ile bir güç ve koruyuculuk simgesi olarak hayat verir. Göz alabildiğine uzanan düzlüklerde vahşi hayatın mutlak egemenliği ve insana özüne dönüşü hatırlatan dingin atmosferi ile Serengeti, son koleksiyonun esin kaynağı...

Uçsuz bucaksız Afrika'nın büyümlü güzelliklerinden biri olan zebralar; zarif kolye, yüzük ve küpe tasarımlarıyla Urartseverlerin yeni gözdesi... Ev, ofis, otel veya restoran gibi iç mekânlarda yüksek nitelikli Urart el işçiliği ile işlenmiş zebra heykelli bronz ve mermer çanaklar ise göz kamaştırıyor. Doğaya saygılı, kehanetlere, düşlere ve yıldızlara meraklı yerli halkı ile ünlü Serengeti ruhu, özgün ve çağdaş Urart parçaları ile buluşuyor.

### **Zin-Se ve Zin-Dön**

Mücevher, kültürlerarası bir etkileşim nesnesi olarak yalnızca nesnelerin kendilerini değil, aynı zamanda bedenleri de birbirine görünmez ağlarla bağlıyor. Metalin hayat verdiği zincirler, binlerce yıldır kullanıcısının kişisel stilini güçlendiren, vurgulayan, dönüştüren ve zenginleştiren tasarımlarla var oluyor. Urart Zin-Se ve Zin-Dön koleksiyonu, modern ve dinamik tasarımı, altın ve değerli taşlarla bezeli göz alıcı zincirlerin farklı formları ile günün her anına uygun kombinler oluşturmak için ideal...■





SERA-TARIK AKSU

BANU AKSU, NEVAL ERGENE

İHSAN BOSUM



EROL SAĞMANLI, BEKİR KIRIÇ

## Çağdaş Sanat Buluşması

**Mücevher ve obje tasarımının köklü markası Urart ile, sanatçı Bekir Kırış'ın ExPercepta sergisindeki özgün eserleri sanatın ortak platformunda buluştu.**

Urart Yönetim Kurulu Başkanı ve Kreatif Direktörü Erol Sağmanlı, Platform A Sanat Galerisi sahibi Elif Pehlivanlı Dündarlı ve sanatçı Bekir Kırış çok sayıda sanatsever ve Urart dostunu ağırladı. Davete katılanlar arasında Faruk Pehlivanlı, Nirvana ve Mehmet Aydınler, Saffet Aydınalp, Umur ve Burcu Egel, Güniz ve Serdar Ünsal, Sera Aksu, Tarık ve Banu Aksu, Nihal ve İstemihan Talay, Yonca ve Murat Alover, Altan Palabıyıköğlü, Melis Aydoğmuş, Semin Kalabak ve Orhan Kalabak, Naz Balkan, Serap Ortaç, Zeynep Munzur, Oya Karavelioğlü ile Urart Genel Müdürü İhsan Bosum, Urart Tasarım Şefi Filiz Vural Aran, Urart Ankara Satış Direktörü Neval Ergene ve daha birçok saygın sima bir aradaydı. Bekir Kırış'ın, zaman ve mekân algısını aşarak insanı özülle buluşmaya davet eden imgeleri ve derinlikli eserleri ile Urart'ın, Türkiye'nin zengin kültürel mirasını gelecek nesillere aktaran çağdaş tasarımlarının enerjisi büyük bir uyumla bütünleşti. Konuklar, her ayrıntısı özenle düşünülmüş bir atmosferde sanat, kültür ve estetiği içtenlikle paylaşmanın keyfini çıkardı. ExPercepta sergisi ve Urart ürünlerinin, 27 Nisan 2024 tarihine kadar Platform A'da olacağı belirtildi. ■



ALTAN PALABIYIKOĞLU



SAFFET AYDINALP, UMUT-BURCU EGEL



FİLİZ VURAL ARAN



FARUK PEHLİVANLI



SERKAN-ELİF DÜNDARLI



NİRVANA AYDİNER



MEHMET AYDİNER

*Urart ve Bekir Kıraç, sanatseverler ve cemiyet hayatının ünlü isimleriyle Platform A Sanat Galerisi'nde buluştu.*



MEHMET-AYŞE ARPACI



GÖZDE-BEDRİ DİKER



NEZİH ALLIOĞLU



ÖNDER BÜLBÜLOĞLU



BERKER BÜLBÜLOĞLU

## Panoramik Ankara Manzarası

**Atakule'nin zirvesinde faaliyete başlayan Nakia Restaurant görkemli bir törenle açılışını yaptı.**

İş ve cemiyet hayatından önemli isimlerin katılım gösterdiği açılışta, işletme sahibi Berker Bülbüloğlu misafirleriyle tek tek ilgilendi. Nakia lezzetlerinin ikram edildiği gecede Kerem Görsev ve orkestrası canlı performansıyla konuklara muhteşem anlar yaşattı. Açılışa katılan davetliler, şehrin panoramasının tadını çıkarırken restoranın seçkin menüsüyle de unutulmaz bir gastronomi deneyimi yaşadı. ■



GÜNTEKİN-REFİKA GÜVENSOY



FRED AZİZ



BURCU-MEHMET YÖRÜBULU



HALİL İBRAHİM YILMAZ



BURCU UĞURLUAY



ZEYNEP KARAHAN USLU



BERİL ÇAVUŞOĞLU

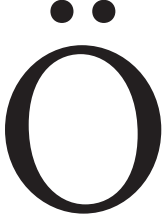
*Atakule'nin zirvesinde yer alan restoranın açılışına başkent iş ve cemiyet hayatının önde gelen isimleri katıldı.*



## Dünyaca Ünlü Markalarla Rotap Saat

Dünyaca ünlü markaların Türkiye distribütörlüğünü ve yetkili satıcılığını yapan Rotap Saat'in Ankara Bölge Yöneticisi Tolga Kutlu; Rotap'ın öyküsünü, ürün çeşitliliğini ve gelecek planlarını MAG Okurlarıyla paylaşıyor.





## Öncelikle kendinizden ve ekibinizden bahsederek başlar mısınız? Rotap ne zaman, nasıl kuruldu; öyküsü nasıl başladı?

Rotap Saat uzun yıllar önce Türkiye'nin köklü perakende şirketlerinden birisi olarak kuruldu.

Ankara'da faaliyetine başlayan Rotap, Türkiye genelinde İstanbul, Ankara ve İzmir'deki mağazalarıyla faaliyet göstermektedir. Montblanc, Cartier, Omega, IWC, Panerai, Blancpain, Longines, Pomellato, Montegrappa ve Serapien gibi dünyaca ünlü markaların Türkiye distribütörlüğünü ve yetkili satıcılığını üstlenerek sektördeki lider konumunu sağlamlaştırmıştır.

Rotap, deneyimli bir ekip tarafından yönetilmektedir. Mağaza çalışanlarımız, Rotap'ın sunduğu satış mükemmeliyeti eğitimlerine katılırken, aynı zamanda çalıştığımız markaların yurt içi ve yurt dışı eğitimlerine de iştirak etmektedirler. "Satış Sonrası Hizmetler" birimimiz ise akademik ve mesleki eğitimlerle geliştirilmiş uzmanlardan oluşur.

## Pek çok lüks markanın Türkiye distribütörlüğünü ve yetkili satıcılığını üstleniyorsunuz. Marka ve ürün çeşitliliğinize değinir misiniz?

Rotap, lüks markaların geniş bir yelpazesini müşterilere sunmaktadır. Mağazalarımızda saat, kalem (yazım gereçleri), deri ve mücevher gibi alanlarda en yeni koleksiyonları bulabilirsiniz. 2023 yılında yenilenen mağazamızla birlikte, Pomellato, Cartier, Omega ve başka birçok ünlü markanın en son mağaza konseptleri ile hizmet vermeye başladık. Montblanc, Blancpain, IWC, Panerai gibi, sektörde adını duyurmuş markalar da ürün çeşitliliğimizi zenginleştiren markalar arasında yer alıyor.

*Rotap'ta saat, kalem (yazım gereçleri), deri ve mücevher gibi alanlarda en yeni koleksiyonları bulabilirsiniz.*

## Peki, verdiğiniz hizmetler neler?

Rotap, müşterilere mağazalarında sunduğu hizmetin yanı sıra online platformda da hizmet vermektan gurur duyar. Rotapsaat.com.tr üzerinden Türkiye'nin her noktasına aynı kaliteyi taşıyoruz. Satış Sonrası Hizmetler birimimiz, uzmanlaşmış ve sürekli eğitim almış profesyonellerden oluşan bir kadro ile müşterilere en iyi hizmeti sunma konusundaki taahhüdümüzü sürdürmektedir. ➡➡



**Müşteri memnuniyetini nasıl koruyorsunuz?**

Müşteri memnuniyeti, Rotap'ın en büyük ilkelerinden biridir. Müşterilerimizden gelen her türlü yorumu ciddiye alıyor ve değerlendiriyoruz. Mağaza çalışanlarımız, düzenli eğitimlerle satış mükemmeliyetini artırmaya ve marka eğitimlerine katılarak müşterilere en iyi hizmeti sunmaya devam ediyor.

**Lüks tüketim alışkanlıkları hakkında güncel ve sürekli gelişmeye dayalı bir tutum sergiliyorsunuz. Bunun size ve müşterilerinize katkılarını anlatır mısınız?**

Rotap, lüks tüketim alışkanlıklarını global olarak analiz eder ve markaların sağladığı verileri etkili bir şekilde kullanır. Türkiye'deki tüketim alışkanlıklarını göz önünde bulundurarak düzenli değerlendirmeler yaparız. Müşterilerimizin taleplerini doğru değerlendirip Türkiye pazarına özel koleksiyonlar oluşturabiliriz. Müşterilerimize sunduğumuz VIP hizmetlerle, onları arzu ettikleri ürünlerle buluşturarak ayrıcalıklı bir alışveriş deneyimi sunuyoruz.

**Gelecek planlarınızda neler var?**

Gelecekte, Rotap olarak sektördeki liderliğimizi sürdürmeyi ve müşterilerimize en üst düzeyde hizmet sunmayı hedefliyoruz. Teknolojik gelişmeleri takip ederek online platformda daha etkili bir şekilde varlık göstermeyi ve müşteri memnuniyetimizi daha da artırmayı amaçlıyoruz. Ayrıca, Türkiye pazarına özel koleksiyonlar ve VIP hizmetlerimizi geliştirmeye devam ederek müşterilere benzersiz bir alışveriş deneyimi yaşatmayı planlıyoruz. ■

*Lüks tüketim alışkanlıklarını global olarak analiz ediyor, markaların sağladığı verileri etkili bir şekilde kullanıyoruz.*







evpoint®

KALİTELİ YAŞAM ALANLARI

[www.evpoint.com.tr](http://www.evpoint.com.tr)

 [info@evpoint.com.tr](mailto:info@evpoint.com.tr)

 [@ev\\_point](https://www.instagram.com/ev_point)

 [@evpoint](https://www.linkedin.com/company/evpoint)



AYLİN GÖZEN



NİLÜFER İPEK BEKTAŞ



JALE BALCI



ESRA ÖZTÜRK



ÖZNR YAKIN, MERT EGE KÖSE

## Yeni Koleksiyona Dubai'de Şık Lansman

Lion Diamond, alışılmışın dışına çıkan yeni koleksiyonu "Monad"ın tanıtımını Dubai'de cemiyet, iş ve sanat dünyasının önde gelen isimlerinin de katılımıyla gerçekleştirdi.

Markanın kurucusu Öznur Yakın ev sahipliğinde Urla Dubai'de şık bir davetle tanıtılan yeni koleksiyon, beğenileri topladı. Sanatçı Mert Ege Köse'nin heykellerinin minyatür hallerinin Lion Diamond mücevherlerinde hayat bulduğu tasarımlar ilgi odağı oldu. Davette bir konuşma yapan Yakın, "Monad koleksiyonu hayatımızın büyük resmine katkıda bulunan anları ve deneyimleri hatırlatmak üzere tasarlanmıştır. Koleksiyonun alıcılarına ilham vereceğini umuyoruz." şeklinde konuştu. ■



EBRU-ENİS ERSAVAŞTI



NURDAN AYĞUN



SEVİL DOLMACI



AYSEL BAŞARAN



AYSUN YILDIZ GÜNGÖR



BURCU HATTAT



EZGİ FINDIK

*Lion Diamond'ın Dubai'de yapılan yeni koleksiyon tanıtım etkinliğine iş, cemiyet ve sanat dünyası yoğun ilgi gösterdi.*

Mutlu, Eğlenceli, Gezgini

# Ceyda Ateş Buğra Toplusoy

“Adını Feriha Koydum” dizisi ile akıllara kazınan ve “Son Dilek” filminde izleyenlere duygu yüklü anlar yaşatan güzel oyuncu Ceyda Ateş ile, lise okumak için Türkiye’den ayrılarak yurt dışında eğitimini tamamlayan mimar ve iş insanı Buğra Toplusoy ilk tanışmalarından Amerika’daki yaşamlarına, Talia’dan kendi çocukluklarına kadar pek çok merak edileni MAG Okurları ile paylaşıyor.

KOORDİNASYON: FERAY ŞAHİNGÖZ RÖPORTAJ: GÖZDE YILMAZ  
RETOUCH: MİRZA KÖK  
STYLING: J’DA PALM BEACH / CEYDA AVUNDUK  
MEKAN: PALM BEACH







# Hayattan keyif alacağımıza, beraber her şeyin üstesinden geleceğimize inanıyoruz.

**i**

**lk karşılaşma ya da tanışma değil ama ilk “date”inizi hatırlıyor musunuz? Neler hissetmişsiniz? Nasıldı?**

*Ceyda Ateş:* Elbette hatırlıyorum! Buğra bana göre heyecanını daha fazla belli ediyordu; bense gizliyordum! Bizi ortak arkadaşımız tanıştırmıştı. İyi ki yollarımızı birleştirdi... Hayattan keyif alacağımıza, beraber her şeyin üstesinden geleceğimize inanmıştım ve öyle oldu. Önemli olan, diğer yanını bulmak; ben de buldum.  
*Buğra Toplusoy:* Tabii ki dün gibi hatırlıyorum. İlk “date”te ikimiz de çok heyecanlıydık ve sanki uzun yıllardır tanışıyor gibi çok hızlı bir şekilde müthiş bir iletişim kurduk. O gün, uzun soluklu bir ilişki olacağını anlamıştım.

**Ortak ilgi alanlarınız neler? Birlikte yapmaktan en çok zevk aldığınız etkinlik nedir?**

*Ceyda Ateş:* Beraber olduğumuz andan beri Buğra ile çok ortak yönümüz oluştu ve birbirimizin hobilerini denemekten keyif alıyorduk, mutluluk duyuyorduk ama en önemlisi, kimseye ihtiyaç duymadan sadece

ikimiz çok eğleniyorduk! Bu durum önemliydi ve biz bunu yapabiliyorduk. Birbirimize daha sıkı bağlandık, hatta bazen arkadaşlarımızla yaptığımız eğlencelerden sıkılıyoruz, “İkimiz olsak daha çok eğlenirdik kesin.” diye konuşma geçiyor aramızda! Birlikte bisiklete binmekten, seyahat etmekten, yemek yapmaktan, hatta ev işi bile yapmaktan keyif alıyoruz. Aslında kısacası, her şeyi beraber deneyimleyip keyif alıyorsak, o yolda ilerliyoruz. Mini golf rekabetimiz hiç bitmeyecek!

*Buğra Toplusoy:* İkimiz olduğumuzda, kalabalık ortamlara göre çok daha iyi vakit geçiriyoruz. Paylaştığımız birçok ortak hobimiz var. Mini golf bunlardan bir tanesi. Aramızda büyük bir rekabet var; ama bu sıralar beraber yapmaktan en keyif aldığımız aktivite, Talia'nın taekwondo antrenmanlarını izlemek. En önemli iş görüşmelerimi bile ona göre ayarlıyorum, her dakikasını ailecek yaşamak için.

**Şu anki en büyük tutkunuz nedir?**

*Ceyda Ateş:* Kızım Talia ve eşim.

*Buğra Toplusoy:* Ailem. ➡➡

# *Birbirimizin hobilerini denemekten keyif alıyoruz; ama en önemlisi, kimseye ihtiyaç duymadan sadece ikimiz çok eğleniyoruz.*

**Youtube videolarınızdan da gördüğümüz üzere sıklıkla seyahat ediyor, yeni yerleri keşfediyorsunuz. Gezileriniz sırasında başınıza gelen en ilginç olay neydi?**

*Ceyda Ateş:* Biz gezmeyi, keşfetmeyi çok seven insanlarız. Şimdi daha çok gezmeye başladık içerik üretmek için. Keyif veriyor bu durum. Henüz enteresan bir şey gelmedi başımıza... Sadece ben hâlâ dışarıda çekim yaparken utaniyorum.

Bize kattığı artısı çok. İnsanlar bizleri mesleğimizle, oradaki karakterimizle bütünleştiriyorlar ama burada ikimiz de kendimiz ve hayatımız bu. Bunu görüp dönüşleri süper oluyor. Bu durum da bizi mutlu ediyor. Tanımadığımız insanlarla sosyal medyada aile oluyoruz.

**En romantik tatiliniz nasıldı?**

*Buğra Toplusoy:* Her tatilimiz eğlenceli ve romantik geçiyor.

*Ceyda Ateş:* Buğra da ben de birbirimize sürpriz yapmayı seviyoruz.

**Aldığınız en ilginç hediye neydi?**

*Ceyda Ateş:* Hayatımda çok ilginç bir hediye almadım. Genelde, beni bilenler hep benim tarzımda hediyeler almışlardır.

**Farklı bir meslek edinmiş olsanız, bu ne olurdu?**

*Ceyda Ateş:* Psikolog veya veteriner olurum.

**Youtube kanalınızda da çoğunlukla paylaşıyorsunuz ancak, izlemeyenler için Amerika'da yaşam nasıl gidiyor anlatır mısınız? Türkiye'yi özleyiyor musunuz? Amerika'ya alışmak kolay oldu mu?**

*Ceyda Ateş:* Amerika'da yaşam benim için çok keyifli. Yaşadığım bölge hep yaz ve güneşli. Bu durum da bana huzur veriyor. Çocukluğumdan beri, setlerden dolayı şehir dışında çalıştığım için bir yere alışmak bana hep kolaydı. Bulduğum yerin kabuğuna hemen bürünebiliyorum, çünkü mutlu olmaya bakıyorum ve bu düşünce de olduğum yere tutunmamı sağlıyor. Amerika benim çocukluk hayalimdi ve oldu. >>>





# *Biz gezmeyi, keşfetmeyi çok seven insanlarız.*

Tabii ki Türkiye'yi özleyorum; ailemi, arkadaşlarımı, alıştığım çevremi, işimi... Her ne kadar işim için gelip gitsem de bazı aktivitelerde bulunamıyorum, aklım kalıyor, günün sonunda huzurlu olmayı seçiyorum ve huzurluyum. Özlemini duyduğum kısımlarda gideriyorum; en azından artık görüntülü konuşma var. Ya olmasaydı?

*Buğra Toplusoy:* Ben Türkiye'den, lise okumak için on beş yaşında ayrılmıştım. Dolayısıyla hayatımın yarısından fazlası ülkemden uzakta geçti. Alışma sorunu yaşamadım, tabii ki çok özlediğim şeyler var ama genel olarak hayatın akışından, yaşadığımız bölgeden çok memnunum.

**Ceyda Hanım, sizi son olarak "Son Dilek" filminde izlemiştik. Film hakkında hisleriniz neler? Yeni projeleriniz var mı, ya da ilerleyen zamanlarda olacak mı?**

"Son Dilek" benim için anlamı ve önemi büyük, çok güzel bir hikâye ve sosyal mesajı çok olan bir proje. Anne ve kızın hikâyesi herkesi ağlatacak ve insanlara kendini sorgulatacak. Ayrıca oyunculuğuma çok katkısı oldu. Dramda gösterdiğim yerlerden biri olacak.

Okuduğum projeler var; hem sinema hem dizi. Umarım kısa zamanda tekrar bir projede olacağım. Genelde Amerika'dayım diye bıraktığımı düşünüyorlar ama öyle bir durum yok. Bu sene biri dijital, üç sinema filmi yaptım. Bırakmış halim buysa, artık bir şey demiyorum! Dizi setlerini çok özledim; en kısa zamanda görüşeceğiz. İşimi o kadar çok seviyorum ki bu yüzden bazen proje konusunda yanlış adımlar attım, yanlış kararlar verdim. Bundan dolayı artık daha sık düşünüyorum, doğru olduğuna inandığımı yapacağım. Eski düşüncede olsaydım, çok projeyi kabul ederdim sette olmak için ama artık yapmıyorum bu hatayı.

**Ceyda Hanım, geçtiğimiz aylarda Miami'de düzenlenen Turkish Drama Gala'ya katılmıştınız. Işıltılı kıyafetinizle de oldukça dikkat çekiciydiniz. Ödülü alırken neler hissettiniz? Etkinlik nasıldı?**

Bu kadar yıllık sahne geçmişime rağmen ödül törenlerinde çok heyecanlanıyorum. Özellikle kendi yaşadığım yerde ve ülkem dışında bir yerde başarıya layık görülmek beni çok mutlu etti. Çok güzel bir geceydi. Orada da mesleğimle ilgili, Miami'de yaşayan birçok kişiyle tanıştım. ➤➤

## “Son Dilek” anlamı ve önemi büyük, çok güzel bir hikâye ve sosyal mesajı çok olan bir proje.

**Ocak ayında, Türkiye'nin ilk astronotu Alper Gezeravcı'nın uzay yolculuğunu izlediniz. O anları anlatır mısınız?**

*Ceyda Ateş:* Bulutsuz günlerde, roket aldığı anda evimizin bahçesinden ışık huzmesini görebiliyoruz. Çok mesafe olmasına rağmen, o bile hayat normalinin dışında bir şey olduğu için heyecan veriyor; fakat yerinde Türk astronotu uzaya uğurlamak harika bir deneyim oldu! Bundan sonraki Türk astronotlarımızın fırlatmaları da buradan olursa mutlaka Talia'yı da götürmek isterim.

*Buğra Toplusoy:* Ülkemiz ve bizler adına unutulmaz bir tarihi ana şahit olduk. Daha önce birçok kez televizyondan roket atışı izlemiştik ama canlı canlı, özellikle de bir Türk astronotun içinde olduğu roketi izlemek inanılmazdı; çok büyük gurur ve heyecan yaşadık.

**Uzay yolculuğu yapmak ister misiniz?**

*Ceyda Ateş:* Uzay bilimlerine hep merakım vardı ve bununla alakalı çok kitap okudum. Her zaman hayalini kurdum, hâlâ da kuruyorum. Keşke gidebilsem... Kesinlikle yapmak isterim, gönüllü bile olabilirim.

*Buğra Toplusoy:* Düşüncesi bile ürpertiyor, hâlâ çok bilinmeyenler olduğu için; ama kesinlikle isterdim.

**Birlikte bir zaman makinesine binebilseydiniz, hangi tarihi olaya tanıklık etmek isterdiniz?**

*Ceyda Ateş:* Hayatımda en çok Atatürk'ü yakından görmek isterdim, cumhuriyetin ilanını mecliste canlı canlı dinlemek isterdim.

*Buğra Toplusoy:* Aynı düşüncededeyiz ve bunu sürekli dile getiririz. Evde “Atatürk'ün döneminde yaşasak keşke...” diye konuşuruz.

**Biraz da çocukluğunuzda gidecek olursak; nasıl bir çocuktunuz? Geleceğe yönelik düşleriniz nelerdi?**

*Ceyda Ateş:* Ben sakin ama bir o kadar da deli dolu bir kızdım. Hâlâ da öyle. Çok güzel bir çocukluk geçirdim hem setlerde hem de özel hayatımda. Ağaçların tepesine çıkmaya bayılırdım ve orada uyurdum. Spor yapmayı, ata binmeyi çok severdim; korkum da yoktu, gözü kara biriydim. Aile bağlarım çok güçlüydü, hâlâ da öyle. Sevgiyle büyüyen bir kızdım, halen babam sırtımı kaşıyarak ve saçımı okşayarak uyutur İstanbul'da olduğum dönemde... ➡➡





2 Via Mizner  
Elevator



# *Evde hep “Keşke Atatürk’ün döneminde yaşasak...” diye konuşuruz.*

Geleceğe yönelik olarak; hep yurt dışında kendi mesleğim ile ilgili, dünyada bir şeyler yapabilmeyi isterdim.

*Buğra Toplusoy:* Ufak yaşlarda çok yaramazmışım; ama gençliğimde çok sakin, sorunsuz bir çocuktum. Kendi kendime okudum, büyüdüm, güzel bir çocukluk dönemi yaşadım kesinlikle. Ufaklığımdan beri “Mimar olacağım,” derdim, öyle de oldu ama işin garip yanı mesleğimi yapmıyorum.

## **Peki, şimdi o hayallerin neresindesiniz?**

*Ceyda Ateş:* Hayaller hiç bitmez... En çok isteğim hayalim, işimde en iyi yere gelmek ve aile hayatımın bozulmaması.

*Buğra Toplusoy:* Hayallerim hiç bitmez. İnsanoğlu, yaşadığına hemen alışıp daha da iyisini ister; ama ben genel olarak hayallerimi yaşıyorum diyebilirim. Her şeyden önce hem evimde hem iş yerimde huzur var. Aslında en büyük hayalim bunun böyle devam etmesi. Huzur olduğu sürece tüm hayallerin gerçekleşmesi daha kolay olur.

## **Talia ile günleriniz nasıl geçiyor? En sevdiğiniz etkinlikler neler?**

*Ceyda Ateş:* Talia ile inanılmaz eğleniyorum. En yakın arkadaşım diyebilirim. Üç yaşında olmasına rağmen inanılmaz sohbetler edip konuşuyoruz. Onun sporlarını izlemeye bayılıyorum. Bu aralar taekwondo yapıyor. En sevdiğimiz aktivitelerden biri oldu; ama onunla restorana gitmeyi, sahilde yürümeyi, kitap okumayı, resim yapmayı, yani her şeyi beraber keşfetmeyi seviyorum, seviyoruz. Anne-kız günlerimiz var şimdiden!

## **23 Nisan için bir planınız var mı?**

*Ceyda Ateş:* İstanbul’da olsaydım Bağdat Caddesi’nde yürüyüşlere katılırdım. En sevdiğim! Bir de annemle klasik olarak her sene Büyükkada’da Aya Yorgi’ye gideriz 23 Nisan günü, çünkü ada hayatına da bayılırım huzur bulurum... Amerika’da ise kendi içimizde kutluyoruz. Bazen Türkler etkinlik düzenliyor, ona katlıyoruz. Şimdi Talia’ya, özel günlerimizi anlatıyoruz, günün anlam ve önemine göre şarkılarını açıp dinletiyoruz. ➡➡

*Modayı takip ederim ama kendime yakıştırmadığım bir şeyi de moda diye gardırobuma dâhil etmem.*

**Hayvanları sevdiğinizi paylaşımlarınızdan anlıyoruz.**

**Peki, Talia'nın hayvanlarla arası nasıl?**

*Ceyda Ateş:* Hayvanlar benim olmazsa olmazım. Hayatımın her noktasında olmalı! Ailem beni hep bu şekilde büyüttü; hayvanlarla, doğayla iç içe. İnanılmaz bir sevgim var. Zaten benim düşüncem, eğer bir insan hayvan sevmiyorsa, o insanda merhamet ve iyilik bulamam. Talia doğduğunda, üçüncü aydan itibaren her hayvanı sevdirdim. Yaşadığımız yer bu konuda cennet zaten. Evimizde köpek, tavşan, balık var. Bahçemizde de her gün değişik hayvanlar görüyoruz. Çocukluğundan beri alışkın olduğum için muhteşem bir sevgi ve merhamet ile büyüyor, onları koruyor.

*Buğra Toplusoy:* Ben, Ceyda kadar hayvan seven birine denk gelmedim. İnanılmaz bir bağı var. Yolda yaralı hayvan bulur, eve getirir, bakar. Talia da annesine benzedi. Bulduğu hayvanı tutup getiriyor. Ceyda gibi, korkusu yok... Bahçemize her gün yaban tavşanı geliyordu. Ceyda da

elinden yemek yesin diye hiç üşenmeden aylarca bekledi, her gün yavaş yavaş yaklaştı ve şu an elinden yemek yiyor. Düşünün sevgisini!

**Son olarak; moda bakışınızı da öğrenebilir miyiz?**

*Ceyda Ateş:* Modayı takip ederim ama kendime yakıştırmadığım bir şeyi de moda diye gardırobuma dâhil etmem. Amerika'da New York'un belirli bölgeleri hariç moda çok geriden geliyor veya hiç uğramıyor diyebilirim. Ben trendlerden uzak kalmamak için Avrupa kaynaklarını takip ediyorum.

*Buğra Toplusoy:* Türkiye'de yaşarken yakından takip ederdim. Özellikle kış aylarını, daha güzel giyinebildiğimiz için daha çok severdim. Amerika beni bu işlerden çok uzaklaştırdı. Hem on iki ay yaz olan bir yerde yaşamamız hem yaşamın rahatlığı beni de kendine benzetti. Renk uyumlarına, ne giydiğime dikkat ederim ama moda artık takip etmiyorum. ■



MAG davet

BEDİRHAN SORAL

BAHAR AKBULUT

AYCAN AKDAĞ, MUSTAFA BULMUŞ

inari  
Kujira  
The Bodrum  
EDITION  
17 Mayıs'ta  
geri  
dönüyor.

inari  
OHAKASE

## İstanbul'da Çok Özel Davet

The Bodrum Edition ve Inari, uzun yıllar süren iş birliklerini kutlamak için, Etiler'de bulunan Inari Piku'da bir davet vererek Japon mutfağının enfes yemeklerini tanıttı.

Cemiyet, sanat, basın ve iş dünyasından ünlü isimlerin yer aldığı gecede konuklara Japon mutfağının menüsünden seçilen yemek ve tatlılar ikram edildi. İstanbul'da ilk kez gerçekleşen Inari Piku ev sahipliğindeki geceye davetliler büyük bir ilgi gösterdi. DJ Berk Büyükkakın'ın müzikleriyle hareketlenen etkinlik, geç saatlere kadar konuklara unutulmaz anlar yaşattı. ■

RÜYA BÜYÜKTETİK



AYSUN YILDIZ, İLYAS GÜNGÖR



CANAN SAVAŞ



MELİSSA GİZEM



GÜLCAN ARSLAN



ASYA HOCAOĞLU, DOĞUŞ ÇABAKÇOR



BATYA KEBUDİ



MEHMET DİNÇERLER



DIDEM SOYDAN

*The Bodrum Edition*'in sevilen restoranlarından biri olan *Inari*'nin, *Etiler*'deki şubesinde düzenlenen etkinlikle iş, cemiyet ve sanat dünyası bir araya geldi.



INCI AKSOY



LEYLA ALATON



MELİS-BURAK HATİPOĞLU



DALIA GARIH



DEMET SABANCI



FERYAL GÜLMAN

## Dolomitler Elgiz'de

**Dolomitler bölgesinin çağdaş sanatı, on bir sanatçının eseriyle Elgiz Müzesi'nde sanatseverleri ağırladı. Lisa Trockner'ın küratörlüğünü üstlendiği sergide cemiyet hayatının ünlü simaları bir araya geldi.**

İtalyan Alpleri'nin milyonlarca yıl öncesinden günümüze kadar olan evrimini gözler önüne seren "Dolomitler Çağdaş Sanatı" sergisinin açılışında bir konuşma yapan Avusturya kökenli sanat tarihçisi Lisa Trockner, "İtalyan Alpleri, yaklaşık yirmi milyon yıldır var olan ve 2009'dan bu yana UNESCO Dünya Mirası Listesi'nde yer alan Dolomitler dağ manzarasını oluşturuyor. Deniz çekilmeye başlayınca, ilk olarak nehirler yollarını açıyor ve böylece vadiler şekilleniyor. Bir zamanların mercan resifleri büyük bir kuvvet tarafından itiliyor. O kuvvet, mercan resiflerini sıkıştırıp bükerek yontuyor. Geriye ise, pembe tonlarında, kule gibi göğe yükselen sarp kaya oluşumlar kalıyor." şeklinde açıklama yaparak eserler hakkında konukları bilgilendirdi. ■

# INPOINT®

İÇ MİMARLIK  
INTERIOR DESIGN



TASARIM | PROJE | UYGULAMA

📍 Kızılırmak Mah. 1450 Sk. No:22/13 Çankaya/Ankara

☎ +90 532 683 33 84 📷 inpoint\_ic\_mimarlik

[www.inpoint.com.tr](http://www.inpoint.com.tr)

# MAG<sup>®</sup>

## *Mimari-Dekorasyon*

Mimarlar, iç mimarlar ve tasarımcıların ilham veren projeleri, yenilikçi fikirleri ve estetikle işlevselliği buluşturan tasarımları, gayrimenkuldeki son trendler, MAG Mimari-Dekorasyon sayfalarında...








**EMBA**<sup>®</sup>  
— PEYZAJ —



**Estetik çözümlerle,  
yaşanabilir alanlar tasarlıyoruz.**

[www.embapeyzaj.com](http://www.embapeyzaj.com)

**Merkez:** Ümit Mah. 2432.Cad. Seralar Bölgesi No: 1/C Çayyolu-Çankaya/Ankara  
**Şube:** Kızılcaşar Mah. Şehit Savcı Mehmet Selim Kiraz Bulvarı No: 95/1 İncek/Ankara  
**Tel: +90 (312) 235 15 18 - Tel: +90 (532) 409 23 36**

 embapeyzaj

# JEWEL

i n c e k



## “Size Değer” JEWEL İNCEK PROJESİ

ÜNSAL GROUP Tarafından Ankara'nın en hızlı değer artışı gösteren ve Ankara'nın en değerli bölgelerinden biri olan İncek'te hayata geçiyor. Gayrimenkul sektöründeki engin tecrübeleri ile bir çok büyük başarılı projeyi hayata geçirmiş olan Ünsal Group, insana ve çevreye duyduğu saygıyla dünü, bugünü ve yarını gelecekle buluşturuyor, yapı sektöründe çığır açan projeleri ile geleceği inşa etmeye devam ediyor...“Gelecek” fikri üzerine geliştirilen gerek mimari, gerekse yatırım değeri olarak üstün nitelikli yeni yaşam ve iş alanlarıyla insanımız ve ülkemiz için, lokasyona ve kente değer kazandırmaya devam ediyor. Ve Ünsal Group, “ Size Değer” JEWEL Projesi' nin tüm detaylarını Mag okurlarına anlatıyor.



# JEWEL

i n c e k

*Size Değer...*



[jewelincek.com](http://jewelincek.com)  
**444 0 698**

# JEWEL

i n c e k

*Yatırıma Değer...*



[jewelincek.com](http://jewelincek.com)  
**444 0 698**



## *Size Değer* Tasarımla, Hayat, Yaşamaya Değer...

Jewel İncek, katta yükseldikçe sizlere sunduğu, Mogan Gölü, Eymir Gölü ve Panoramik Şehir manzarasının yanı sıra, zemine indiğinizde her türlü ihtiyacınızı karşılayabileceğiniz, hayatın tüm dinamiklerini içinde barındıran sosyal ve ticari merkezleri, Cafe, Restoran ve Mağazaları ile günümüzde yaşanabilir mimarinin azami eşiği olan çatı bahçesi tasarımları ile doğanın ve aktif hayatın bir arada olduğu, "Size Değer" Bir Yaşam Sunuyor...



## *İsultanın İncek'teki Merkezi...*

İncek ve Beytepe bölgesinin en önemli iki ana bulvarı olan Yavuz Sultan Selim Bulvarı ve İncek Bulvarı'nın kesişiminde yer alan proje, sizlere prestijli bir yaşam ve değerli bir yatırım fırsatı sunuyor.





Barış Küpçü  
baris@movemimarlik.com.tr



## Lüks ve Şık

Türkiye'nin en ünlü iç mimarlık firmalarından Move Mimarlık, tasarladığı çeşitli alanlarla ön plana çıkıyor. Firmanın kurucusu, Türkiye çapındaki önemli isim Barış Küpçü, yeni tasarladıkları villayı anlatıyor.

**B**

azı projeler kendisi anlatır.. Deniz Hanımların bizden istedikleri şık bir evdi. Tabii fonksiyonlar da olmazsa olmazlardı.

Büyük hacimli bir villa yapıyorsanız eğer, sizi en çok yoracak yer bazen kurtaran yer de olabilir. Görkemli bir merdiven fikri, bizi sonuca götürür diye düşündük ve yanılmadık. Abartı dekor hakkımızı merdivende kullandıktan sonra, bir çalışma ortamı tasarlamamız gerekiyordu ve bu

öyle olmalıydı ki evde olduğunuzu unutmadan, ofiste olduğunuz kadar konsantre olabilmeniz gerekiyordu. Bir ofisin tüm kullanılabilirliğini çalışma odasına yerleştirdik. Kim bilir, belki de orada görüşme yapmak isterler. Bilindiği üzere, mutfaklar artık yaşam alanlarının en çok kullanılan yeri. Haliyle, bir kütüphane kötü olmaz diyerek konuyu biraz özelleştirdik. Gerek aydınlatma seçimleri gerekse kullanılan renklerle oturma odası konforunu burada sağladık.



Benim de en çok sevdiğimdir. Aydınlık salonları, az eşyalı salonların oldukça moda olacağını bilerek tasarladık. Merdivene, görüntüsünü kapıdan girene olduğu kadar içerde oturana da sunabilmek adına güzel bir yerleşim uyguladık. Işık girişlerini engellemek adına tüm eşya yerleşimlerini orantıladık. Modern bir çizgiye dokunmak istediğimiz bu projede, duvardaki serbest dekor alanımızla birlikte belirli bölgelere detaylar gizledik. Gözü yormadan bunu yapmak, ustalık işi olsa gerek. ■





## Sena Aslan Mimarlık Modern Minimalizm

Sena Aslan Mimarlık, modern minimalizmi; her çizgisinde estetik ve işlevselliğin mükemmel uyumunu arayan bir yaklaşımla ele alıyor. Mekânları, sade güzellikler ve akıllı tasarım çözümleriyle dönüştüren firma, minimalist anlayışın sıcak ve davetkâr yönlerini ortaya çıkarıyor. Sena Aslan Şen özgün tasarımlarını, maksimum konfor ve zarafeti minimum detayla sunabilmesinin hikâyesini MAG Okurlarıyla paylaşıyor.

**V**

**erdiğiniz hizmetlere de değinerek kendinizden bahsedebilir misiniz?**

Sena Aslan Mimarlık; konut, ticari ve kurumsal projelerde uzmanlaşmış, yenilikçi ve vizyoner bir mimarlık ve iç mimarlık ofisidir.

Ekibimle birlikte her projeye, müşterilerimizin hayallerini ve kişisel tarzlarını yansıtan, onlara prestij ve konfor

sunan, kusursuz ve zamansız tasarımlar yaratma hedefiyle yaklaşıyoruz. Mekânları alışılmadık dışında yorumlayarak, şıklığı işlevsellik ve ergonomi ile buluşturan bütüncül tasarım çözümleri sunuyoruz.

**Vizyonunuzu ve tasarım tarzınızı anlatır mısınız?**

Vizyonum, mimariyi sadece estetik değerler üzerinden değil; özgünlüğü, işlevselliği ve kullanıcı deneyimini de





bütünleştirerek tasarımlarıma yansıtmaktır. Sena Aslan Mimarlık, modern minimalist yaklaşımları benimserken, temiz çizgileri, işlevsel alan kullanımını, doğal ışığı ve açık planları vurgular. Her tasarımın, bireylerin yaşam tarzını ve kişiliğini yansıtacak şekilde özelleştirilmesi, firmamın öne çıkan özelliklerindedir.

**Müşterilerinizin özgün isteklerini ve hayallerini, modern tasarım anlayışınızla nasıl bütünleştiriyorsunuz? Bu süreçte müşteri ihtiyaçları ile kendi yaratıcı vizyonunuz arasındaki dengeyi nasıl sağlıyorsunuz?**

Müşterilerimizin istekleri, projelerimizin temel taşıdır; bu yüzden onların yaşam tarzlarını, zevklerini ve ihtiyaçlarını derinlemesine anlamaya özen gösteririz. Tasarım sürecimizin başlangıcında, müşterilerimizle kapsamlı görüşmeler yaparak, onların beklentilerini tam anlamıyla kavrarız. Bir yandan müşterilerimizin hayallerini gerçeğe dönüştürürken, diğer yandan kendi tasarım anlayışımızı bu hayallere entegre ederiz. Bu, bir tür yaratıcı alışveriş sürecidir. Sonuç olarak; her proje, müşterilerimizin kişisel damgasını taşıırken aynı zamanda firmamızın da imza stilini taşır.

**Tasarım sürecinizde sizi en çok hangi unsurlar heyecanlandırıyor?**

Her projenin kendine göre bir karakteri vardır ve tasarım süreci bana mekânların ruhunu keşfetme, ona şekil verme ve kullanıcıyla mekânı özdeşleştirme fırsatı sunar. Keşif aşaması ve akabinde çıkan sonuç beni en çok heyecanlandıran kısım.

**Tasarımdan uygulamaya, projelerinizi hayata geçirirken süreklilik ve tutarlılık sağlamak için hangi yöntem ve araçlardan faydalanıyorsunuz?**

Tasarımın uygulama safhasına geçişinde süreklilik ve tutarlılığı korumak için biz, şeffaf iletişim kanalları, düzenli ilerleme raporları ve sıkı kalite kontrol süreçleri kullanıyoruz. Ayrıca, müşteri geribildirimlerini aktif olarak alıp projeye entegre ederken, tasarımın her aşamasında titizlikle hazırlanmış teknik çizimler ve detaylandırmalarla çalışıyoruz. ■





## Azerbaycan'da Baroque Şıklığı Baroque Furniture & Architecture

Baroque Furniture & Architecture kurucusu Merve Derya Atmaca, her noktasında barok tarzını yansıtan tasarımlarını MAG Okurlarıyla paylaşıyor.



R

C Energy Group sahibi değerli iş insanı Reşad Abulhasanov için özel olarak hazırladığımız tasarımlar; aşırı süslemeler, kıvrımlı hatlar, yuvarlak şekiller, kabarık formlar ve zengin renkler ile karakterize olarak öne çıkıyor. Asimetrik formları, hareketi ve dramatik etkisi ile bu ihtişamlı tasarımlar; her detayında barok tarzını yansıtıyor. ■



MAG davet

BEHZAT-HÜSEYİN FEYZULLAH

SEMA ÇETİN

PINAR GARİPAĞAOĞLU

BİLGİN AYĞUL

## Sanatın Kalbi Ankara'da Attı

ArtAnkara Uluslararası Çağdaş  
Sanat Fuarı, bu yıl onuncu kez ATO  
Congressium'da gerçekleşti.

Yurt içi ve yurt dışından bin altı yüz sanatçıyı ağırlayan ArtAnkara'ya binlerce sanatsever katılım sağladı. Fuarın açılışında bir konuşma yapan ArtAnkara Yönetim Kurulu Başkanı Bilgin Aygül, "Bugün istediğimizin yüzde ellisini yakalamış durumdayız. Basınımızla, sponsorlarımızın desteğiyle devam ederken, komşu ve çevre ülkelerin aranani, takvimlerinde yer alan bir çağdaş sanat fuarı olmayı diliyoruz." dedi. Dört gün boyunca süren etkinlikte toplamda on tane ödül, sahiplerini buldu. ■



ERKİN KESKİN



KARİNA EVSTROPOVA



KSENİA GALLER



ECE-SERKAN GÜLEÇ



BLUER HEE, BECCİ KİM



ZEYNEP MUNZUR



ZEYNEP-EMRAH YAYKIRAN

*Bu yıl kardeş ülkesinin Macaristan olarak seçildiği ArtAnkara, binlerce sanatseveri ağırlayarak başkente renk kattı.*



ALP MASARACIOĞLU

## Doktor Villa Villa Köşesi

Doktor Villa kurucu ortakları Can Uğurgel ve Alp Masaracioğlu, tek ve çok katlı villa yapılarında danışanlarının tercihleri doğrultusunda edindikleri deneyimleri paylaşıyor.

**K**at kat villa mı, tek kat villa mı? Söz konusu villa ve müstakil konut olduğunda eskiden pek de önemsenmeyen, hatta belki de arttıkça bir avantajmış gibi görünen kat sayısı; günümüz modern mimarisi ve yaşam motivasyonlarının değişimleri göz önünde bulundurulduğunda artık villa seçiminde en önemli kriterlerden biri haline gelmiş durumda.

Ülkemizde genellikle üç kat mimari ile şekillendirilmiş villa yapıları bulunurken, arazi eğiminin bulunduğu yerlerde dört kat ya da beş kata kadar çıkabiliyor ya da bu sayı yazlık beldelerde kısıtlı zaman kullanımlarında sunulan yazlık villa yapılarında ikiye düşebiliyordu; fakat büyüyen yapıların sürdürülebilir maliyetleri ve sürdürülebilir ihtiyaçlarının da büyüdüğünü fark eden birçok kullanıcı, çok katlı villa yapılarından ziyade olabildiğince az katta müstakil yaşamı

yakalayabildikleri ve toprakla hızlı temas edebildikleri yapıları tercih etmeye başladı. Bu da üreticileri olabildiğince az katta, hatta tek katta tüm yaşam alanlarına ulaşımı planlanmış ve daha yüksek tavanlı ferah alanlarla bezenmiş villalar üretmeye doğru itti. Tabii arazinin imar durumu, metrekaresi, katma değeri ve topografik yapısının da bu üretim modeline uygun olması gerekiyor.

#### **Hangisinin ne avantajı ve dezavantajı var?**

Bizim yedi yıllık villa tecrübemizden çıkardığımız kesin sonuç, tek bir doğru cevabın olmadığı yönünde. Zaten bu, müstakil konut konseptinin ruhuna ters. Hayatınızın sonraki evresinde bir müstakilde yaşamaya karar verdiğinizde bu tercihle beraber gelen sorular sizin de villa alım sürecinde kriterlerinizi oluşturacak, belki deneyimlerinizden belki çevrenizdeki dostlarınızın deneyimlerinden edindiğiniz bazı fikirleri kendi hayatınız ile kesiştirdiğinizde sizin için en ideal kat sayısının ne olduğuna aile yapınıza bakarak karar verebileceksiniz.

Örnek vermek gerekirse; kaç çocuğunuz var, çocuklarınız kaç yaşlarındalar, ne gibi hobileri var, sizin ne gibi hobileriniz, ne gibi alışkanlıklarınız var, tek katlı bir villa yapısında aynı katta tüm hayatların birleşmesi sizin için uygun mu, yoksa çocuklara ayrı bir kat mı ayırmalısınız? Ya da yoğun çalışma saatlerine mi sahipsiniz ve evde muhakkak her yerden uzak bir çalışma odası mı olmalı? Bu sorular, verdiğiniz cevaplar, ailenizle beraber oluşturduğunuz bu kriterler, ihtiyaçlar ve

bunun çevresinde şekillenen yeni yaşam biçiminiz villanızın dili olacak. Sizin oluşturduğunuz bu ruh kaç katlı olmalı? Bu soruya cevap verebilmelisiniz. İşte o zaman bu kararı en doğru şekilde alabilirsiniz.

Tek katlı villaların sunduğu avantajlar arasında; evin tüm alanlarının aktif kullanılabilirliğinin artması ve tüm alanlara aynı katta ulaşım imkânını saymalıyız tabii ki ve bunu önemli kolaylaştırıcı etmenlerden biri olarak görmeliyiz. Bunun yanında bahçe çıkışlarının tüm odalardan mümkün olması cezbedici özellikleri arasında.

Çok katlı villalarda ise yaşam alanlarını birbirinden farklı katlara yerleştirebiliyor olmak, bunun yanında kalabalık ve eşi dostu ile daha da kalabalık olmayı seven aileler için çok büyük bir avantaj getiriyor. Kullanım alanlarını parçalayabiliyor olmak, belki de size özel bir kat yapma şansını doğuruyor.

#### **Piyasada eğilimin az katlı villa yapılarına doğru olduğu görülüyor. Bu konuda neler söyleyebilirsiniz?**

Biz eğilimin son dönemde küçülen aile yapıları da göz önünde bulundurulduğunda tek kata doğru olduğunu görüyoruz ve piyasadan bir geri dönüş olarak alıyoruz. Genellikle evin hanımının karar mekanizması olduğu yuvalarımızda sık kullanılan yaşam alanlarından bahçeye çok hızlı ulaşabiliyor olmak ve kat çıkmadan dinlenme alanlarına geçiş imkânı insanları çekiyor. ■



CAN UĞURGEL



## Nötr Tonlar ve Altın Detaylar Reef Interior

Reef Interior kurucusu  
İç Mimar Mert Beyazağaç, benimsediği  
vizyon ve verdiği hizmetleri de  
anlatarak, ses sanatçısı müşterisi için  
tasarlamış olduğu projesini  
MAG Okurlarıyla paylaşıyor.

**E**ğitim ve çalışmalarınıza değinerek kendinizden bahseder misiniz? Reef Interior olarak hangi hizmetleri veriyorsunuz? Eğitimim ve çalışmalarım, iç mimari projelerde kapsamlı bir deneyime sahip olmamı sağladı. Mimari eğitimim süresince, estetik anlayışımı ve teknik becerilerimi geliştirdim. Ayrıca sektördeki yenilikleri takip ederek kendimi sürekli olarak güncelliyorum.

Reef Interior olarak bu yıl, kuruluşumuzun üçüncü yılını kutluyoruz. İç mimari anahtar teslim proje uygulama hizmeti sunuyoruz. Bu hizmet kapsamında, müşterilerimizin isteklerini ve ihtiyaçlarını dikkate alarak baştan sona iç mekân tasarım projelerini gerçekleştiriyoruz. Bu süreçte, her aşamada müşterilerimizle yakın iş birliği içinde çalışarak onların beklentilerini karşılamayı hedefliyoruz.

İç mimari anahtar teslim proje uygulama hizmetimiz, birçok farklı alanı kapsıyor. İlk olarak, müşterilerimizle yapılan detaylı görüşmeler sonucunda tasarım ihtiyaçlarını anlamak için ön analiz yapıyoruz. Ardından, tasarım sürecine geçerek mekânın fonksiyonel ve estetik gereksinimlerini karşılayacak iç mimari tasarımlar oluşturuyoruz.

Tasarım aşamasının tamamlanmasının ardından, proje uygulama sürecine geçiyoruz. Bu aşamada, tasarımın hayata geçirilmesi için gerekli olan tüm adımları atıyoruz. Bu adımlar arasında malzeme seçimi, inşaat işleri yönetimi, mobilya ve dekorasyon gibi detaylar bulunmaktadır. Müşterilerimizin memnuniyetini sağlamak için titizlikle çalışıyor, projenin her aşamasında kaliteli bir hizmet sunmayı amaçlıyoruz.

Reef Interior olarak iç mimari anahtar teslim proje uygulama hizmetiyle müşterilerimizin iç mekân ihtiyaçlarını karşılamak ve hayallerini gerçeğe dönüştürmek için buradayız. Mimari vizyonumuz, iş birliği ve kalite odaklı yaklaşımımızla, müşterilerimize benzersiz ve tatmin edici bir deneyim sunmakta.

**Projenize bakıldığında daha çok nötr tonlarıyla altın serpiştirmeleri kullandığınız görülüyor. Bu renklere nasıl karar vermiştiniz?**

Renk seçiminde müşteri ile birlikte karar vermek oldukça önemlidir. Projeyi ele alırken, müşterinin tercihlerini ve beklentilerini dikkate aldık ve birlikte renk paletini oluşturduk. Müşteri, nötr tonlarla altın serpiştirmeleri tercih etti ve bu tercihi, ufak dokunuşlarım ve önerilerimle destekledim. Sonuç olarak, birlikte aldığımız kararlarla projenin estetik ve duyu atmosferini oluşturduk.





**İç mekân tasarımlarınızdaki tezgâh, masa, büst gibi alanlarda hangi malzemeleri kullanmayı tercih ediyorsunuz? Bu seçimin önemi nedir?**

Genellikle iç mekân tasarımlarında tezgâh, masa, büst gibi alanlarda mermer, porselen ve traverten gibi doğal taşları tercih ediyorum. Bu malzemelerin dayanıklılığı, estetik çekiciliği ve prestijli bir hava katması benim için seçimdeki önemli faktörler.

**İşlevsellik açısından Amerikan tarzı mutfaklarda hangi özellikler ve düzenlemeler önemli?**

Amerikan tarzı mutfaklarda işlevsellik için açık plan düzenlemeler, geniş tezgâhlar, adanın bulunması ve depolama alanlarının bol olması önemlidir. Bu tarz mutfaklar bizlere genellikle ferah ve şeffaf bir atmosfer sunar; sahil kesimlerindeki projelerde tercih ediyorum.

**Bu projenizde nasıl bir alan yaratmayı hedeflemiştiniz? Müşterinizin isteğiyle kendi fikirlerinizi nasıl birleştirdiniz?**

Bu projede, müşterimin ses sanatçısı olması sebebiyle evinde çok vakit geçirememesinin üzerine mekânın kullanışlı ve fonksiyonel olmasını hedefledim. Müşterimizin istekleriyle kendi fikirlerimi birleştirerek, mekânın hem estetik hem de pratik bir kullanım sunmasını amaçladık. Müşterimle yoğun bir şekilde istişare ederek, onun ihtiyaçlarına ve yaşam tarzına uygun bir tasarım oluşturduk. Sonuç olarak, hem müşterimin isteklerini hem de kendi tasarım fikirlerimi birleştirerek, kullanışlı, fonksiyonel ve estetik bir mekân yaratmayı başardık. ■



MAG davet



EKREM ARSLAN, VALERIA SEVRUK, ALICAN YALÇIN ALI, FIDAN HEYDAROV



ONUR ZEYBEL, CEM DOĞAN



ALPAY ÖZCAN



EMRAH DOĞAN

## Dubai Yatırımcıları Ankara'da

Gayrimenkul alım ve satım ile uzun ve kısa süreli kiralama işlemlerini başarıyla gerçekleştiren Marisan Properties, Dubai'de yatırım yapmak isteyen konuklarını iki gün boyunca Ankara'da ağırladı.

Birleşik Arap Emirlikleri ve özellikle Dubai'de emlak sektörünün en saygın acentelerinden olan Marisan Properties; Sheraton Ankara Hotel'de gerçekleşen etkinlikte yatırımcılarla bir araya geldi. MAG PR Solutions tarafından gerçekleştirilen özel davette Dubai'de yatırım fırsatları, yaşam ve gayrimenkul sektörü hakkında bilgi verildi. "Dubai'de gayrimenkul sahibi olmanın ayrıcalıkları nelerdir?", "Dubai'nin hangi bölgelerine yatırım gerçekleştirilmelidir?", "Mülk satın alırken dikkat edilmesi gereken konular nelerdir?", "Dubai'de gayrimenkul almak için oturum izni gerekli midir?" gibi soruların cevap bulduğu etkinlikte; Marisan Properties kurucu ortağı Emrah Doğan merak edilen pek çok konuya da açıklık getirdi. ■



ARZU KOLOĞLU



BETÜL AKMAN



İPER SABA



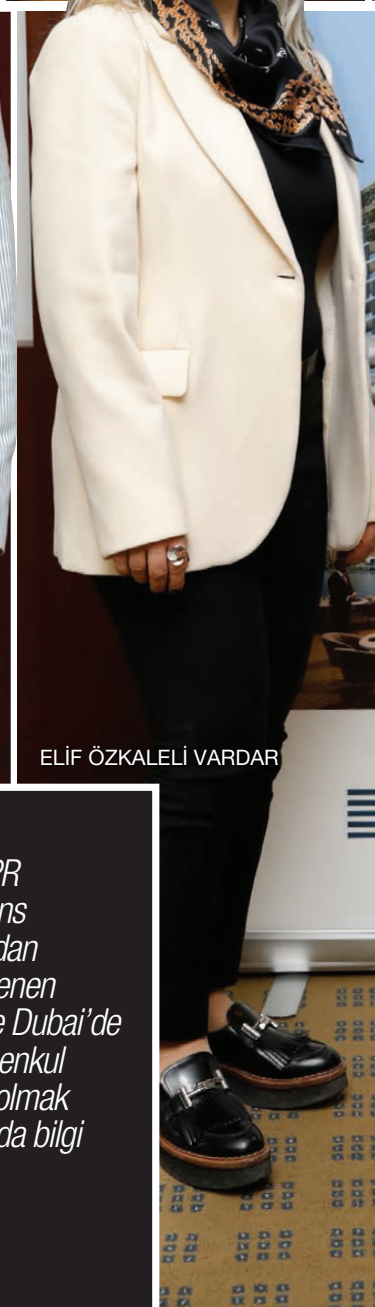
AYŞEL AKÇAY



ELÂ GÜRBÜZ



MUHAMMED ALİ



ELİF ÖZKALELİ VARDAR



ATA GÜMÜŞ

*MAG PR Solutions tarafından düzenlenen davette Dubai'de gayrimenkul sahibi olmak hakkında bilgi verildi.*



CANAN YAKIN



BİLGEHAN-SEDA SÜMER SONBAHAR



MERVE DERYA ATMAÇA



ESRA ARAT



HAKAN KÜTLÜGÜN



SİNEM HACIBALOĞLU



AHMET KUYUMCUOĞLU



BAŞAK AYDOĞANLI



HİLMİ ÖZERDEM-BEHİCE SABUNCU ÖZERDEM



CEMİLE BOLAT,EMRE TERCİYANLI



ALİ VURANOK



GÜLEREN



FİLİZ DAĞ, YILMAZ, NACİ YILMAZ

*Marisan Properties'in BAE'de yaşam ve yatırım fırsatlarını anlattığı özel etkinlik oldukça şık.*

MAG davet

UMURCAN KOTAN

TUĞBA ÖZBAL CEYLAN

NURGÜL DEMİR

ESRA DÖNERTAS

SERKAN KUMDAKÇI

PELİN İPEK

SERKAN GÜLEC

SERKAN VURAL

*Dubai'de yatırım yapmak isteyen iş insanları ve cemiyetin önde gelen isimleri, MAG PR Solutions tarafından düzenlenen etkinlikte bir araya geldi.*

DÜNYANIN EN İYİ  
İŞİNİ YAPIYORSUNUZ  
AMA BUNU KİM BİLİYOR?  
ARTIK HERKES BİLECEK.

MEDIA  
EVENTS  
COMMUNICATIONS

mag  
PR SOLUTIONS

MEDIA • EVENTS • COMMUNICATIONS

bilgi@magpr.com.tr - www.magpr.com.tr



## DMİ Tasarım Mimarlık Çevre Dostu Tasarımlar

DMİ Tasarım Mimarlık kurucusu Damla Pelen, verdikleri hizmetlere de değinerek bahçe mobilyası seçiminde dikkat edilmesi gereken noktalara ışık tutuyor ve sürdürülebilirliğin önemini anlatıyor.

**D**Mİ Tasarım Mimarlık olarak hangi hizmetleri veriyorsunuz?  
Son üç yıldır aktif olarak, iç mekân tasarımları için projelendirme ve uygulama yapmaktayım. Özellikle de projesini kendi çizdiğim ve uygulamasında da birebir yer aldığım işler daha keyif veriyor. DMİ'nin hizmet verdiği alanlar; iç mekân tasarımları, 2D ve 3D mimari, iç mimari proje işleri, mobilya tasarımı, proje uygulama ve inşaat danışmanlık, müşavirlik hizmetleri. Eşim ile birlikte 2016 yılında kurduğumuz Pelen Mühendislik ve Müşavirlik firmamızla ise deprem performans analizleri, riskli yapı tespiti hizmetleri veriyoruz.

**Bir mekânı tasarlarken sizin için en önemli faktör nedir?**

Ev dekorasyonunu; klasik, modern ve contry stil olarak üçe ayırabiliriz. Sadelikten hoşlanıyorsanız modern dekorasyon tercih edilebilir, yaşam alanımız küçük ise daha minimalist eşyalar tercih edilebilir. Ev stili belirlendikten sonraki önemli unsurlardan biri de renk seçimleridir. Renk seçimlerinde birbirleriyle uyumlu renkleri tercih ederiz. Sevdiğimiz renklerin yanı sıra odaya uygunluğu ve psikolojik olarak da daha iyi hissettirecek renk tonları tercih edilmelidir.

**Bahçe mobilyaları ve aksesuar seçimlerinde nelere dikkat ediyorsunuz?**

Dış mekân mobilya seçimlerinde hava koşullarına dayanıklı, yıllar





geçse bile görünümünü ve sağlamlığını koruyan mobilyalar tercih edilmelidir. Sıcak bir iklimde yaşıyorsanız; UV ışınlarına maruz kalması mobilyanızın solmasına, çatlmasına ve kırılgan hale gelmesine neden olabilir. Bu tür durumlardan kaçınmak istenirse rattan mobilyalar tercih edilebilir. Dayanıklı bahçe mobilyası için ahşap harika bir seçenektir. Çam ve sedir gibi yumuşak malzemeler popülerdir. Yüksek doğal yağ içeriği sayesinde suya dayanıklı bir yapısı olan tik, en iyi ahşap türlerinden biridir; ancak basınç altında işlem görmüş olmaları ve düzenli olarak bakımlarının yapılması gerekir.

Aksesuar seçimlerinde ilk olarak uyum etkenine dikkat edilmesi gerekmektedir. Uyumdan kastım yapısı, motifi, ölçüleri ve renkleridir. Aksesuar seçimlerinin doğru yaşam alanlarında kullanılması; hem kullanılan aksesuarın kendisini daha şık göstermesi, yaşam alanına dekoratif anlamda katkı sağlaması hem de mobilya konseptini tamamlamasıyla olur. Geniş ve yüksek tavanlı yaşam alanlarında daha büyük, görkemli aksesuar modelleri tercih edebiliriz.

### **Çevre dostu çağdaş tasarımları müşterilerinizle buluşturuyorsunuz. Bu konudaki çalışmalarınızı genel hatlarıyla anlatır mısınız?**

Küresel nüfus ve tüm alanlardaki tüketim talebi hızla artarken doğanın omuzlarındaki yük de giderek büyümektedir. Ekolojik dengenin bozulmaya başlaması, küresel ısınma, su krizi, enerji kaynaklarının tükenmesi gibi sorunlarla mücadele için sürdürülebilirlik çok önemli bir etkidir. Bunu da sürdürülebilir mimariye çevirmek, yine bizlerin elinde. Yağmur suyunu toprağa ulaştıran geçirgen zeminler, peyzaj tasarımları, yeşil balkonlar, geri dönüştürülmüş ve yeniden kullanılmaya uygun malzemeler tercih edilebilir. Güneş panelleri, yağmur suyu toplama sistemleri gibi aynı yaklaşımda tasarlanmış, yenilenebilir enerji üreten ya da doğal kaynak tasarrufu sağlayan ürünler örnek gösterilebilir. ■

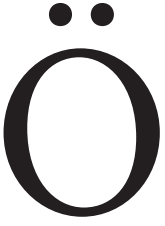




## Mühendislikte İleri Düzey Çözümler Pelen Mühendislik ve Müşavirlik

Yenilikçi bir yaklaşım ve karşılıklı güven ilkeleriyle hareket ederek hem kamu hem de özel sektörde hizmet veren Pelen Mühendislik ve Müşavirlik kurucu ortağı Ali Mert Pelen riskli yapı tespitindeki süreci MAG Okurlarıyla paylaşıyor.

*Pelen Mühendislik ve Müşavirlik'i rakiplerinden ayıran en önemli özellikler; çözüm odaklı, güçlü bir kadroya sahip olması ve işini profesyonelce takip etmesi, devletin önemli kurumlarına hizmet vermesi.*



**Öncelikle firmanızdan bahseder misiniz? Kuruluş hikâyesi nedir ve temel misyonu neyi amaçlamaktadır?**

“Mühendislikte İleri Düzey Çözümler” sloganı ile, yenilikçi yaklaşım, karşılıklı güven, çalışkanlık ilkelerinin ışığında her zaman en iyisini hedefleyerek, sahip olduğumuz değerler ve hayata kazandırdığımız projelerle bugün sektörümüzde emin adımlarla ilerlemekteyiz. 2018 yılında –o zamanki adıyla- Çevre ve Şehircilik Bakanlığı tarafından riskli yapı tespiti lisans belgesi almış olup tüm Türkiye’de kamu ve özel sektöre deprem performans analizleri ve kentsel dönüşüm müşavirlik hizmetleri vermeye başladık. Günümüzde de binin üzerinde yapının yerinde yeniden dönüşmesine destek olduk. Ayrıca birçok kamu binasının deprem güvenliği açısından incelenip güçlendirilme ve nitelikli hale getirilmesine katkı sağladık.

**Deprem ne yazık ki büyük bir sorun ve siz de riskli yapı tespit hizmeti veriyorsunuz. Bu işlemde bahseder misiniz? Riskli yapı tespiti sonrası süreç nasıl işler?**

Binaların depreme karşı durumlarını analiz ederken iki temel yönetmelikten faydalanmaktayız. Bunlardan birisi daha çok kamu binalarının tespitinde kullanılan TBDY 2018, diğeri ise daha çok özel mülkiyetlerin tespitinde kullanılan ve 6306 Sayılı Kentsel Dönüşüm Kanunu kapsamında RYTEİE 2019’dur.

Resmî olarak binalarında risk tespiti yaptırmak isteyenler; kat maliklerinin herhangi birinin e-Devlet üzerinden Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakanlığı sistemini kullanarak firmamıza talepte bulunmasıyla beraber süreci başlatabilirler. Resmî olarak başvurunun kabul edilmesi ile, tespit yetkisi firmamıza geçer. Binalar taşıyıcı sistem olarak genelde yığma ve betonarme olmak üzere iki şekilden oluşmaktadır. Binada saha çalışmalarına giden uzman kadromuz önce yapının taşıyıcı sistemini belirler ve o sistemin gereği saha çalışmalarını gerçekleştirir. Her iki sistemde de jeofizik zemin etütleri yapılarak ve AFAD verileri kullanılarak zeminin yapısı ve deprem olasılığı kapsamlı bir şekilde incelenir. Daha sonra alınan karot numuneleri ile betonun basınç dayanımı

belirlenir. Yapılan sıyırma ve çekilen röntgenler ile binanın demir donatı oranları, cinsleri ve korozyon durumları tespit edilir. Alınan detaylı rölöve ile birlikte saha çalışmaları tamamlanır. Saha çalışmaları ve laboratuvar verilerinden elde edilen sonuçlarla birlikte yapının üç boyutlu statik modeli oluşturulur ve analiz işlemleri sonuçlandırılır. Hazırlanan rapor önce belediyeye sunulur, belediyenin ilgili biriminin kontrol etmesiyle birlikte rapor onaylanır ve resmîyet kazanır. Riskli çıkması durumunda tapu kütüğüne riskli şerhi konular ve yıkılması ya da güçlendirilmesi için süre verilir. Kat maliklerinden herhangi birinin karara itiraz etmesi durumunda, içlerinde üniversiteden öğretim görevlilerinin ve bakanlık temsilcilerinin olduğu itiraz teknik heyeti tarafından riskli yapı tespit raporu tekrar değerlendirilir. Teknik heyet tarafından nihai olarak karara bağlanır.

**Pelen Mühendislik ve Müşavirlik'i rakiplerinden ayıran en önemli özellik nedir?**

Çözüm odaklı, güçlü bir kadroya sahip olması ve işini profesyonelce takip etmesi, devletin önemli kurumlarına hizmet vermesi.

**Yakın zamanda, Oventus Müşavirlik adında yeni bir yapılanmanın yönetim kurulu başkanı oldunuz. Bu şirketin kapsamında ne tarz projeler geliştirmeyi planlıyorsunuz?**

Türkiye genelinde iki yüzün üzerinde müteahhit firma ile çalıştığımızdan, bu firmaların bizden proje geliştirme istemesi ve bölgede olan güvenilirliğimizden dolayı da arsa sahiplerinin bizden projesini uygulayacak müteahhit talep etmesi ile birlikte böyle bir oluşma gitme kararı aldık. Böylece hem hukuki hem de teknik olarak arsa sahiplerine danışmanlık hizmeti veriyor, onlar için en uygun ve kazançlı projeyi birlikte tasarlıyor, en uygun şartlarda müteahhit bulmalarını sağlıyoruz.

Oventus henüz çok yeni. İlerleyen zamanda hızla büyüyerek farklı bölgelerde de şubeleşmeyi ve insanların hızlı bir şekilde en kazançlı yatırımlara sağlam ve güvenilir bir şekilde kavuşmalarını hedeflemekteyiz. ■



ocimum  
H O M E

## Fonksiyonel Mobilyalar Ocimum Home

Müşterilerinin son zamanlarda sıklıkla fonksiyonel tasarımlara yöneldiğini belirten Ocimum Home kurucusu Nejdet Fakçı, bu yılın mobilya tasarım trendlerini anlatıyor.



# M

**obilya tasarımında son trendler neler? Bu trendlere nasıl uyum sağlıyorsunuz?**

2024 yılı mobilya tasarım trendlerinde ağırlıklı olarak, bizim de projelerde ve ürünlerde sıkça kullandığımız, sade tasarımlarla niş ürünler üretilmeye başlandı.

İnsanlar artık standart bir sandalye yerine, kendi isteği ve zevkine göre renk, kumaş ya da tasarımlarda ufak dokunuşlar ile beraber farklı ürünler ortaya çıkarmaya çalışıyorlar. Biz de üretimin ve kullanılabilirliğin izin verdiği sürece bu trendlere ve taleplere destek olmaya çalışıyoruz.

**İnovatif malzeme ve tasarım teknolojilerini kullanmak konusundaki yaklaşımınız nedir?**

Tasarımlarımızda ve projelerde inovatif malzeme ile beraber tasarım teknolojileri artık hayatımıza girmeye başladı. İnsanlar kullandıkları ürünlerin, hayatlarının başka noktalarında da yardımcı olmasını talep etmektedir.

**Müşterilerinizin özel isteklerini karşılamak için nasıl bir esneklik gösteriyorsunuz?**

Aslında Ocimum Home'u bir adım öne çıkaran konulardan bir tanesi de müşterilerin özel isteklerine, ürünün kullanılabilirliğini ve kalitesini bozmadan yapılacak tüm esneklikleri sağlamak.

Müşteriler ürünlerde kumaş, cila ve ölçü dışında da kendilerine özgü tasarımsal dokunuşlar yapmak istiyor ve bu konuda da tüm ürünlerimizde bu esnekliği sağlayabiliyoruz.

**Fonksiyonel mobilyalar sıklıkla hangi alanlarda tercih ediliyor?**

Ağırlıklı olarak; çalıştığımız projeler ve ürünlerle ilgili salon, yemek ve yatak odası bölümlerinde koltuklarda mekanizmalar, sandalyelerde dönme ya da tekerlek gibi fonksiyonların talepleri gelmeye başladı.

**Tasarım mobilya alırken dikkat edilmesi gerekenler nelerdir?**

Tasarım mobilya alırken, ürünlerin tasarımlarının yanında rahatlık ve kalitesine de bakılması gerekiyor. Sadece görüntü olarak değil, işlevsel olarak da o hissiyatı veren mobilyalar hem daha uzun süre hayatımızda kalıyor hem de sevilen bir parçamız oluyor. ■





FATİH-NESRİN YILDIZ



GÖNÜL ERGİN



NERMİN UZEL



CAN-MÜGE ERGİN

## Aydın Interiors'ta Sanat Buluşması

Aydın Interiors, Ankara'daki sanat haftası kapsamında küratör Şebnem Kutal Art Projects ile birlikte bir sergi düzenledi.

Yarım asrı aşkın faaliyet tutkusuyla, endüstriyel malzemeleri sanatla bir araya getiren Aydın Interiors, düzenli olarak yaptığı etkinliklere bir yenisini daha ekledi. Birbirinden ünlü sanatçıların eserlerinin bulunduğu karma sergiyle sanatseverleri bir araya getiren Aydın Interiors'ın davetine iş, cemiyet ve tasarım dünyasından konuklar katıldı. İkramlar eşliğinde sanat sohbeti eden misafirler oldukça keyifli bir akşam geçirdi. ■



DİLEK AKÇAY



ELİF-GENCER DİNÇER



TÜLAY SARACOĞLU



ŞEBNEM KUTAL



EMRE TÜMAY TÜMER



BEYZA ERHAN



ESER GENÇ

*Aydın Interiors,  
yaptığı  
etkinliklere bir  
yenisini daha  
ekleyerek SK  
Art Projects ile  
birlikte bir sergi  
düzenledi.*



Alperen Akşit

## Alperen Akşit Architects Yıllar Boyu Yaşayan Tasarımlar

Edindiği deneyimlerin ardından 2022 yılında kendi firmasını kuran Mimar Alperen Akşit, vizyonunu ve verdiği hizmetleri anlatarak kısaca “tiny house” trendine değiniyor.

**K**endinizden de bahsederek firmanızın kuruluşuna değinir misiniz? Hangi vizyonla yola çıktınız?

1997 yılında Kayseri’de doğdum. Mimarlık eğitimimi European University of Lefke’de tamamladım. Daha sonra Kayseri’ye döndüm ve çeşitli firmalarda çalışarak kendimi geliştirdim. Bu süreç içerisinde freelance olarak yurt içi ve yurt dışına birçok proje ürettim. Çalıştığım firmalardan farklı farklı deneyimler edinerek ayrıldım. 2022 yılında Alperen Akşit Architects’i kurdum. Mimarlık vizyonum bu süreç içerisinde değişti ve gelişti. Vizyonum; sanat ile bilimin buluştuğu bu noktada estetik kaygılar ve dönemin ilerisinde uzun yıllar yaşayabilecek tasarımlar üretmek, gelecekte de topluma hizmet edecek projeler ortaya koyabilmektir.

Mimarlığa olan ilgim ise çocukluk yıllarımda katıldığım bir gezide Mimar Sinan’ı tanımlama başladı. Vizyonum üzerinde bu konunun da etkisi tabii ki var.

### Hangi hizmetleri veriyorsunuz?

Genellikle mimari ve iç mimari alanlarda hizmet veriyoruz; fakat talepler doğrultusunda kişiye özel mobilya, mutfak vb. tasarım hizmetleri, danışmanlık ve uygulama gibi alanlarda da hizmet vermekteyiz.

### Mimaride ilham aldığınız kişi ya da akımlar var mı? Estetik zenginliğinizin nasıl geliştiğini düşünüyorsunuz?

Mimarlık alanında ilham aldığım birçok kişi ve akım var. Özellikle modernizm, postmodernizm ve organik mimarlık gibi



farklı akımların estetik ve felsefi yaklaşımları beni etkilemiştir. Günümüzde, Zaha Hadid gibi mimarların kullandığı organik formlar ve akışkan hatlar da beni etkileyen unsurlar arasındadır. Hadid'in yapıları, mimariyi sanatla birleştirerek dinamik ve çarpıcı mekânlar oluşturur.

Estetik zenginliğim ise mimarlık eğitimim, seyahat deneyimlerim ve sanatla ilgili araştırmalarım sayesinde gelişti. Mimari projelerimde, işlevsellikle estetiği bir araya getirerek insanlar için etkileyici ve kullanışlı mekânlar yaratmaya çalışıyorum.

**“Tiny house” trendi hakkında ne düşünüyorsunuz? Sizce neden bu kadar popüler oldu? Artıları eksileri neler olabilir?**

Tiny house trendi; ekonomik, minimalist ve sürdürülebilir yaşam tarzlarına olan ilginin bir yansımasıdır. Küçük evler, daha az maliyetli, çevre dostu ve minimalist bir yaşam tarzını desteklediği için popülerdir. Artıları arasında uygun maliyet, çevre dostu olma, taşınabilirlik ve minimalist yaşam tarzını destekleme bulunurken, eksileri arasında sınırlı yaşam alanı, depolama eksikliği ve bazı insanlar için yetersiz konfor bulunmaktadır. Konuyla ilgili söyleyebileceklerim bu kadar.

**Küçük mekânların tasarımında yapılan hatalar nelerdir? Fazla mobilya ve eşya kullanımı, mekânın daha da daralmasına neden olabilir.**

- Işıklandırma eksikliği, mekânın boğucu ve kasvetli bir atmosfere sahip olmasına yol açabilir.
- Doğru ölçeklendirme yapılmaması, mobilyaların ve eşyaların mekâna uyumsuz görünmesine neden olabilir.
- Depolama eksikliği, dağınıklığa ve mekânın düzensiz görünmesine yol açabilir.
- Fonksiyonel alanların belirlenmemesi, mekânın kullanımının zorlaşmasına neden olabilir. ■





## Güvenli Yatırım Winners Property & Investment

Winners Property & Investment kurucu ortağı Ferzad Şekerci; firma güvenilirliğini, kendilerini sektörde öne çıkaran satış tekniklerini ve yatırımcıların dikkat etmeleri gereken konuları paylaşıyor.

Ö

**Öncelikle kendinizden ve firmanızın kuruluş hikâyesinden bahsedebilir misiniz? Hangi hizmetleri veriyorsunuz?**

1989 Ankara doğumluyum. Okul arkadaşım Asena Şekerci ile evli ve iki kedi babasıyım. İnşaat mühendisi mükemmel bir baba, ilkokul öğretmenini harika bir anne, muhteşem bir doktor teyze ve Rusya Azeri'si müthiş bir anneanne tarafından yetiştirildim. Öğrencilik yıllarımdan itibaren sürekli bir girişimcilik serüveni içerisindeydim. Organizatörlük yaptım, Tepe Prime'da Waffle Kiosk'u açtım, inşaat malzemesi sattım derken mezun olmamla beraber kurumsal gayrimenkul ofislerinden birinde gayrimenkul sektörüne giriş yaptım. Çalıştığım markadaki birinci ayımda üç milyon dolarlık bir arsa atışı gerçekleştirerek hızlı bir şekilde sektörde adımlarımı duyurmaya başlamıştım. Bu süreçte defalarca ciro, işlem, müşteri memnuniyeti dallarında birincilik ve sıralama ödülleri aldım. Eski markamdan ayrılmadan önce dijital pazarlamada Türkiye üçüncülüğü ünvanına sahiptim. Çalıştığım dönemde benim gibi iyi okullardan mezun olan arkadaşlarımı ekibimde toplamaya başlamış ve Winners Team adında bir gayrimenkul satış ekibi kurmuştum. Ekibimin ilk üyeleri de Budapeşte METU İşletme mezunu kardeşim Ferhat Şekerci ve Bilkent Üniversitesi Turizm mezunu Batuhan Safi olmuştu. Sonradan ekibimize dâhil olan Mesa Koru uzmanımız Kerem Gençosman'ın da tavsiyesi ile kendi markamızı ve ofisimizi kurup sektörde hiçbir ofisin sunmadığı bir hizmet anlayışı ile Winners Property & Investment olarak çalışmaya

başladık. Ankara ve Türkiye genelinde, aynı zamanda da Dubai'de, özellikle lüks konut ve yatırım alanlarında şeffaflık ile gayrimenkul danışmanlığı hizmeti veriyoruz.

**Sektörde güvenilir firma bulmak zorlaşmışken siz bu güveni müşterilerinize nasıl sağlıyorsunuz?**

Satış işinin temel prensiplerinden biri güven duygusunu oluşturabilmektir. Öncelikle ne alırsanız alın -bu bir tişört de olabilir, bir araba da olabilir, ev de olabilir- karşınızdaki danışmana güvenmezseniz alım veya satım kararı almanız gerçekten zorlaşır. Danışmana güvenebilmeniz için de bu kişinin alanında yetkin bilgilere sahip ve doğru eğitimi almış olması gerekir. Biz ekip olarak, bu sektörde hiçbir ofiste görülmemiş nitelikte, danışmanlara sahip bir ekibiz, çünkü diğer markalar gibi her kapıdan gelip danışman olmak isteyen ofise almayız. Ekibimizde herkes iyi okullardan mezun olmuş olmakla beraber, ben ve ortağım Ferhat Şekerci sektörde işimize ve konumuza çok hâkim birer profesyoneliz. Buraya sıfır noktadan geldik ve bu işin mutfağında yetiştik. İşimizi şeffaflık ve titizlik ile yapmaktayız. Danışmanlık verdiğimiz müşterimizin maksimum kazancı ve müşteri memnuniyeti bizim için olmazsa olmazdır. Her işlemimiz, sözleşmeler silsilesi ile gerçekleşir; müşterimizi karanlıkta bırakmayız. Satacağı mülkün de doğru fiyatı nedir net olarak bilir, alacağı mülkün de net olarak fiyatını, artılarını ve eksilerini bilir. Bundan ötürü bizimle bir kere çalışan müşterimiz bir daha başka firma ile çalışmaz.



*Gayrimenkul alırken,  
teklif verirken ve  
pazarlık yaparken  
doğru danışmanla  
çalışmak her zaman  
ama her zaman  
kazandırır.*

**Şirketinizin benzersiz satış önerisi nedir? Müşterilerinizi rakiplerinizden farklı olarak ne çekiyor?**

Pazarlama, pazarlama ve pazarlama! Bugün dünyanın en büyük içecek firması olan Coca Cola bile bütçesinin büyük bir bölümünü marketing departmanına ayırmaktadır. Biz de marketing alanına hem okuduğumuz okullar hem de aldığımız eğitimler neticesinde çok hâkim olan bir ekip olarak, aldığımız her bir portföy için özel olarak oluşturulmuş bir pazarlama planı sunarız. Dijital kanalları çok verimli kullanarak farklı müşteri kitlelerine ulaşip her taşın altına mutlaka bakarız. Pandemi döneminde Instagram üzerinden ilk satış işlemi gerçekleştiren danışman olarak şunu söyleyebilirim, çağımız hızla değişiyor ve teknolojiye en iyi entegre olan markalar büyüyecek, diğer markalar ise piyasadan silinecektir. Hiçbir ofisin veya danışmanın yapmadığı veya bilmediği, tamamen pazarlanan portföye özel rafine pazarlama planları oluşturduğumuz için hem hızlı sonuçlar alıyoruz hem de kitemize sürekli yeni müşteriler eklenmiş oluyor.

**Şirketinizin hizmet verdiği bölgedeki gayrimenkul piyasası hakkında neler söyleyebilirsiniz? Bölgenin yatırımcılar için cazip yönleri nelerdir?**

Birçok bölgeye çalışmakla beraber ofisimizin bulunduğu Çayyolu-Beytepe özelinde konuşmamız gerekirse bu bölgede yaşadığımız en büyük problem, bölgede tükenen stok problemidir. Yeterli stok olmamasından ötürü fiyatlar artmaktadır ve bu faiz oranlarına rağmen alıcı müşteri bulmaya devam edebilmekteyiz. Eğer oturacağınız evinizi alacaksınız vakit kaybetmeden almanızda fayda var diyebilirim. Amaç kira getirili bir yatırımsa, çalıştığımız diğer bir bölge olan Dubai'yi kesinlikle öneriyorum. Dolar bazında kira alıp yaklaşık on senede geri dönecek bir yatırım yapılabilir. Sıfır vergi avantajlarından yararlanabilir ve dünyanın yeni cazibe merkezinde harika bir yatırımı bizim aracılığımızla yapabilirsiniz. ■





ERHAN YALÇIN



PINAR CANALP



SERHAT SABAZ



KAYHAN TORPİL



HİCRAN TORPİL

## Yarım Asırlık Tecrübe

Elli yıl önce Kayhan Torpil tarafından kurulan Kayhan Yapı; yarım asırlık tecrübesini, yenilenen Çayyolu mağazalarında, yapı sektörünün önde gelen isimleriyle birlikte kutladı.

Yerli ve ithal pek çok kaliteli ürünün mekânsal tasarımları ile sunulabildiği showroom hayali sonrasında kurulan Kayhan Yapı, hem tecrübesini kutladı hem de sektörün önde gelen firmaları Geberit, Seranit Vanucci, Hüppe'yi de ağırlayarak, Türk Eğitim Derneği (TED) ile oluşturmuş olduğu burs fonuna kaynak yarattı. TED Genel Başkanı, bağışçılara plaket takdim ederken, bursların depremzede çocukların anaokulundan üniversite bitimine kadar eğitimlerine katkıda bulunmak için kullanılacağı belirtildi. ■



ESRA BOSTANCIOĞLU



FATİH KIVANÇ



İSMET TEKELİ



AHMET GÖNDERMEZ



FİKRET ÖZGÜMÜŞ



SELÇUK PEHLİVANOĞLU



ECE TORPİL



UFUK ALGIER

*Kayhan Yapı  
ellinci yılını,  
yenilenen  
Çayyolu  
mağazalarındaki  
keyifli bir  
etkinlikle kutladı.*



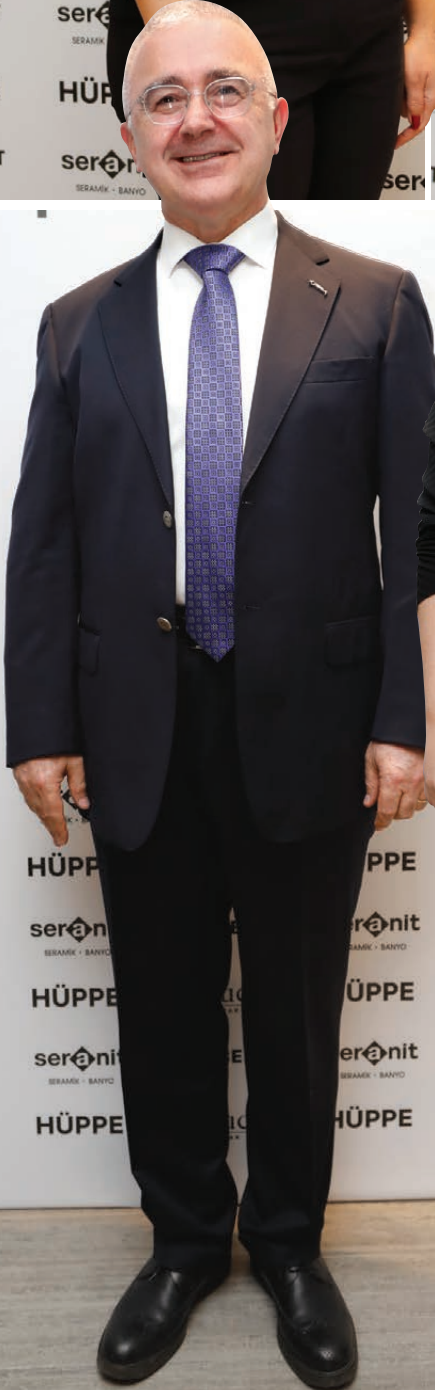
ELİF GÜLŞEN



ZERRİN DERİN



ÖZLEM TUZCU, OSMAN BAYRAKTAR



ÖMER KALENDER



SEDA PIŞKİN EZER



BERKE KAPLAN



ELA EKİM



MUSTAFA ÖZDEMİR



CANSU ENER



CAN TORPİL



ÇAĞLA GÜRLER



ZEYNEP YARATAN



MEHMET ALİ ERTUĞRUL



SEDA ÖZDOĞAN



ÖZGÜR TAŞTANEL

*Gecede firmalar,  
Türk Eğitim  
Derneğinin  
oluşturmuş  
olduğu burs  
fonuna katkıda  
bulundu.*



EMRE ARSLAN

## Yeniliklere Açık Çağdaş Yalın GOOA

Temel vizyonunun, karakteri olan yapılar tasarlamak olduğunu belirten GOOA kurucusu Mimar Emre Arslan; felsefesini, verdiği hizmetleri ve tasarım sürecini MAG Okurlarıyla paylaşırken Bodrum'da tamamladıkları projeye dair detayları veriyor.

# K

### kendinizi tanıtarak başlar mısınız?

2000 yılında İTÜ Mimarlık Fakültesini kazandım. Bir yıllık İngilizce eğitiminin ardından mimarlık eğitimime başladım. 2004-2005 yıllarında İtalya'da, Politecnico di Milano Üniversitesinde mimarlık eğitimime devam ettikten sonra 2006 yılında İTÜ'den mezun oldum. İTÜ'deki son yılımda Prof. Dr. Metin Hepgüler'in ofisinde -yarı zamanlı olarak- ilk profesyonel mimarlık hayatıma başladım. Ardından bir yıl kadar Tabanlıoğlu Mimarlık'ta çalıştıktan sonra News. Coop. Fox TV Türkiye genel merkez ve stüdyo binasının tasarım ve uygulama

süreçlerini proje mimarı olarak yürüttüm. Fox TV projesinin tamamlanması ile birlikte şubat 2011'de GOOA mimarlık ofisini kurdum.

### GOOA'nın vizyonu ve amaçlarından bahsedebilir misiniz?

GOOA olarak; farklı ölçek ve tipolojilerdeki yapıların gelişen teknoloji ve değişen kullanıcı ihtiyaçlarını doğru analiz edip, estetik ve fonksiyonellik bağlamında harmanlayıp, karakteri olan yapılar tasarlamak temel vizyonumuz diyebilirim. Bu perspektifte amacımız; kullanıcısı ile bütünleşik, kimliği olan mekânlar tasarlamak diyebilirim.





### Hangi hizmetleri veriyorsunuz?

GOOA olarak; mimari, iç mimari tasarım, proje yönetimi ve uygulama hizmeti sunmaktayız. Özellikle mimari ve iç mimari proje süreçlerinin bir bütün olduğuna inanırız. Her ne kadar iki farklı uzmanlık alanı olsa da nihayetinde birbirini tamamlayan ve birlikte ele alınması gereken tasarım süreçleri olduğuna inanıyoruz ve tabii ki yapılan tasarımların bir de uygulanabilirliği önemli. Biraz da bu sebepten, 2018 yılından bu yana, alanlarında uzman mimar ve mühendis arkadaşlarımızın kontrolünde uygulama hizmeti de vermekteyiz.

### Tasarım felsefeniz nedir? Projelerinizde hangi değerlere odaklanıyorsunuz?

Tasarım felsefemiz, bireyselliği koruyarak çevresi ile bağ kuran modern tasarıma değer vermektir. Projelerimizde işlevsellik, estetik ve sürdürülebilirlik gibi değerlere odaklanıyoruz. Her proje için özel bir yaklaşım geliştirerek, müşterilerimizin ihtiyaçlarını ve beklentilerini en iyi şekilde karşılamayı hedefliyoruz. Bunların yanında, yapı ekonomisi de bir diğer önemli kriter projelerimizde.

### Peki, tarzınızı nasıl tanımlıyorsunuz?

Tarzımızı yeniliklere açık, çağdaş ve yalın olarak tanımlayabilirim. Temiz çizgiler, doğal malzemeler ve akıllı teknoloji kullanımıyla öne çıkan bir estetik anlayışa sahibiz, ancak her projede, müşterimizin kişisel zevklerini ve gereksinimlerini yansıtacak özgün bir tarz oluşturmayı amaçlıyoruz. Her projenin ayrı bir hikâyesi olduğuna inanıyoruz. Bu nedendir ki kendimizi kalıplara hapsedmeyi doğru bulmuyoruz.

### Tasarım süreciniz nasıl işliyor? Müşterilerinizle nasıl bir iş birliği içerisindesiniz?

Tasarım sürecimiz, öncelikle kullanıcı odaklı bir yaklaşımla başlar. İlk olarak, müşterilerimizin ihtiyaçlarını, beklentilerini ve hayal ettikleri yaşam alanını detaylı bir şekilde anlamaya çalışıyoruz. Ardından, bu bilgileri temel alarak ve çevre



şartlarını, yönetmelikler gibi kriterleri de değerlendirerek özgün tasarım konseptleri geliştiriyoruz. Doğru konseptte ulaştığımızda, mimari projelerde; ruhsat projelerini ve uygulama detay projelerini hazırlayıp tasarım sürecini sonlandırıyoruz.

### Son olarak, Bodrum Türkbükü'nde gerçekleştirmiş olduğunuz Gift Hebil projesini anlatır mısınız?

Gift Hebil projemiz, Bodrum'un en gözde tatil merkezlerinden biri olan Türkbükü'nde yer almaktadır. On adet villadan oluşan Gift Hebil projemizde, her villada dört adet ebeveyn yatak odası, bir adet hizmetli odası, altı adet banyo, Türkbükü'nün eşsiz deniz manzarasını kucaklayan Amerikan mutfağı ve salonu vardır. Ege ve Akdeniz'in izlerini taşıyan, iç mimari tasarımlarda sadeliğin gücü doğal malzemeler ile desteklenerek Gift Hebil Evleri, şıklığı, konforu ve modernliği ile Bodrum'da farklı bir pencere açmaktadır. ■





ZOZAN ALINBAY

## Zozan Alınbay Mimarlık Danışmanlık Rahatlık ve Şıklığın Birleşimi

Kendi ismiyle kurduğu mimarlık ve danışmanlık firmasında mimari proje ve iç dekorasyon tasarımları yapıp bunların uygulamasını gerçekleştiren Zozan Alınbay, tarzını ve projelerinin hayata geçme sürecini MAG Okurlarıyla paylaşıyor.

Ö

**Öncelikle kendinizden ve verdiğiniz hizmetlerden bahsederek başlar mısınız?**

Diyarbakır doğumluyum. Üç kardeşli küçük ama bir o kadar da güçlü bağlara sahip bir ailenin ortanca çocuğu, yaşamı boyunca hayal kurmayı sevip bu hayaller doğrultusunda

ilerleyen, çalışmayı hayatının odağında tutan bir insanım. Dicle Üniversitesi Mimarlık Fakültesi Mimarlık bölümü mezunuyum. On yıllık mesleki serüvenime, Diyarbakır Havalimanı projesinde kontrolör olarak başladım. Daha sonra beş yıl, inşaat malzemeleri sektöründe çalıştım. Ardından iki yıllık müşavirlik serüvenimde restorasyon projesinde çalışma olanağı buldum. Bu süre zarfında proje, iç mekân tasarım danışmanlıkları ve uygulama işleri yapan güzel bir beşli ekibin içinde kendimi buldum. Onların desteklerini alarak yoluma kendi ofisimde devam etmeye karar verdim.

Mimari proje, iç dekorasyon tasarımları yapıp bu tasarımların; uygulama ve kontrollük deneyimimle gerçeğe

dönüştürülmesini sağlıyorum. Aynı zamanda büyüme odaklı çalışan firmaların kurumsal tasarımları konusunda danışmanlık hizmeti vererek marka kimliklerinin oluşmasında destek sağlıyorum. Şu an üç farklı marka ile anlaşmamız bulunmakta olup yurt içi ve yurt dışı tüm şubelerinin tasarım ve uygulama aşamasında onlara destek vermekteyim. Bunlar dışında birçok villa, konut, ofis, fabrika tasarımı yapıp uygulama ekibimle anahtar teslim üstlenerek tasarımda kullandığım aksesuarlarına kadar tamamlıyor, müşteri kullanımına sunuyorum.

**Tarzınızı nasıl tanımlıyorsunuz? İlham aldığınız tasarımcı ya da mimarlardan örnekler verir misiniz?**

Benim tarzım; çizimlerimde de, hayatımın diğer alanlarında da aynı çizgileri bulabileceğiniz, rahat bir uyumluluğa rastlayacağız ve aynı zamanda şık detayların olduğu bir kombinasyondan oluşuyor. Modern çizgileri şık klasik detaylarla kombinlemeyi seviyorum. Pirinç ve "gold" detaylar, tasarımlarımda kullanmayı sevdiğim şık dokunuşlarımı



oluşturuyor. Bütün tasarımlarımda ahengin içinde parlayan bir renk tonu kullanmanın en güzel, canlı yanım olduğunu düşünüyorum.

Sevdiğim ve örnek aldığım tasarımcı ve mimarlar özellikle Karim Rashid ve Zaha Hadid. Kalemlerindeki hareketlilikler, mimariye kattıkları ritim hoşuma gidiyor.

**Proje aşamasında öncelikleriniz neler? Bu aşamada en çok hangi alanlara dikkat ediyorsunuz?**

Önceliğim; mekânın bulunduğu konum, müşterimin istekleri, mekânın doğal havalandırma ve aydınlatmadan en iyi derecede verim alabilme ve benim onlara katabileceğim, uzun soluklu etkisini devam ettirecek deneyim ve bilgilerim, yaptığım her bir projenin özgün olması doğrultusunda işlev ile fonksiyonun bir bütün oluşturabilmesi, yapılan tasarımın doğal malzemelerle minimum enerji sarfıyatı kullanılarak canlılık kazanması.

**Sizce bir projeyi mimari açıdan başarılı kılan özellikler neler?**

Sahip olduğu tüm özellikleri kullanabiliyorsa, olumsuz faktörleri olumluya çeviren tasarım detayları oluşturulabilmişse ve son kullanıcının memnuniyet derecesi yüksek ise o projeyi başarılı sayabiliriz. Aynı zamanda çağın gereklerine göre esnekliği var ise ve estetik açıdan bulunduğu konuma bir kimlik değeri katmışsa bence başarılı bir projedir.

**Projelerinizin hayata geçme sürecinden bahsedebilir misiniz?**

Müşterilerimle öncelikle bir tanışma sürecimiz oluyor. Onlarla hayatlarını sürdürdükleri, rahat oldukları mekânlarda bir araya gelir, onlar hakkında fikirler edinmeye çalışırım. İyi bir sohbet arkadaşı olmamın faydasını kullanıyorum diyebilirim. Bu tanışma sürecinden sonra kendimle bir süre baş başa kalır, eskiz çalışmaları yaparım. Bilmediğim bir alanda yapılacak bir projem varsa öncelikle o alanlar için bir arşiv taraması yapar, mekân gezileri düzenler, dikkatimi vermem gereken nüansları belirleyerek tüm bunları birleştiririm ve projelendirme sürecim başlar. Genelde projelerimi, çok fazla revizeye gerek kalmadan sonlandırmayı severim. ■





## Büyükkelçilikte Tasarım Günü Etkinlikleri

İtalya'nın Ankara Büyükelçiliği'nde  
"Dünyada İtalyan Tasarım Günü"  
etkinliklerinin sekizincisi düzenlendi.

Büyükelçi Giorgio Marrapodi'nin ev sahipliği yaptığı etkinlikte Türk üniversitelerinden genç öğrenciler tasarım ve sürdürülebilirliği birleştirmeyi amaçlayan yenilikçi projelerini sundu. "Sustain-IT" formatıyla üçüncü kez düzenlenen organizasyonun küratörlüğünü İtalya'nın Ankara Tasarım Elçisi Prof. Dr. Bahar Gedikli üstlendi. Açılıшта bir konuşma yapan Büyükelçi Marrapodi; Tasarım Günü'nün, İtalya'ya yaklaşmak için yeni teşviklerle mevcut genç yeteneklere ilham verebilecek ve böylece tasarımda İtalyan "know-how"ının yaygınlaştırılmasına katkıda bulunabilecek entegre bir tanıtım aracı olarak önemini vurguladı. ■

## Zaman Ötesi Zaman "Sır Kapısı"

Heykeltıraş Neslihan Demircioğlu, üçüncü kişisel sergisi "Zaman Ötesi Zaman 'Sır Kapısı'"ı İstanbul'da sanatseverlerle buluşturdu.

İBB Miras ve İBB Kültür ev sahipliğinde gerçekleştirilen serginin küratörlüğünü Derin Demircioğlu üstlendi. Neslihan Demircioğlu'nun 2022 ile 2024 yılları arasında ürettiği altmışa yakın eserden oluşan sergi, sanatseverlerin yoğun ilgisini gördü. İnsanın bilinç ötesi boyutlara geçişini konu alarak soyut bir yol çizen sanatçının sergisini sanat, iş ve cemiyet hayatından ünlü simalar ziyaret etti. ■



# SERHAN İLÇE

Ferforje

## FERFORJE DEMİR KORKULUK SİSTEMLERİ

Ferforje Villa Projelerimiz • Ferforje Salıncak • Ferforje Yatak • Ferforje Sedir • Dekoratif Demir İmalatları  
Pencere Korkuluğu • Bina Giriş Kapısı • Bahçe Duvar Korkuluğu • Raylı Garaj Kapısı • Bahçe Giriş Kapısı  
Merdiven Korkuluğu • Ev Aksesuarları • Panel Çit Sistemleri



@ serhanilceferforje

[www.serhanilce.com.tr](http://www.serhanilce.com.tr) - [www.serhanilce.com](http://www.serhanilce.com)

32. Sokak Numara: 12/F Ostim / Ankara | T: 312 395 44 42 | Gsm: 0533 467 41 42

# Göz Alıcı Etki

Dekorasyonun büyüğü rengi altın ile, çekicilik ve göz kamaştırıcı bir etki yaratın...



**GULECDER**  
Mumluk 9.490 ₺



**MADAME COCO**  
Tabak Seti 3.249,99 ₺



**ENNE**  
Aksesuar



**ROCHE BOBOIS**  
Lamba



**KARACA HOME**  
Şamdan 699,99 ₺



**KARACA HOME**  
Biblo 599,99 ₺



**ENNE**  
Masa



**KARACA HOME**  
Tepsi 299,99 ₺

**NATUZZI**  
Lamba



**TEPE HOME**  
Koltuk



**MADAME COCO**  
Kek Standı 1.800 ₺



**GULECDECOR-RIVADOSSI**  
Pasta Servis Seti 2.500 ₺

**TEPE HOME**  
Dresuar



**ROCHE BOBOIS**  
Vazo



**GULECDECOR-SPODE**  
Demlik 3.652 ₺

**MADAME COCO**  
Organizer 999,99 ₺



**KARACA HOME**  
Tepsi 899,99 ₺

**ENNE**  
Sandalye



**NATUZZI**  
Hali



# Çiçek ve Mavi

Mobilya ve dekorasyonlardaki çiçek detayları ve mavi rengeyle doğayı evinize taşıyın...



**ASHLEY FURNITURE**  
Vazo 49,99 ₺



**MUDO**  
Tablo 3.881,11 ₺



**BEYMEN**  
Objeye 2.799 ₺



**ZARA**  
Amerikan Servis 310 ₺



**VAKKORAMA**  
Mum 919,90 ₺



**TEPE HOME**  
Ayna



**MUDO**  
Lamba 6.788,67 ₺



**ASHLEY FURNITURE**  
Koltuk 199,99 ₺



# Bahar Esintisi

Huzur veren yeşil tonları ile nötr renklerin kombinasyonu, yaşam alanlarında bahar esintisi yaratıyor.



ENNE



TEPE HOME  
Şamdan

YARGICI  
Avize 2.149,95 ₺



ASHLEY FURNITURE  
Çiçek 49.99 ₺

ZARA  
Lamba 3.190 ₺



GULECDECOR-MAJI ATELIER  
Servis Tabağı 995 ₺



ROCHE BOBOIS  
Sandalye

ENNE  
Konsol



EVIDEA  
Puf 799,90 ₺





AV. ALİ KAYAALP

## Kayaalp Hukuk Bürosu Dijitalleşme ve İş Hukuku

Kayaalp Hukuk Bürosu kurucusu Av. Ali Kayaalp, iş hukuku hakkında kamuoyunca doğru olarak bilinen yanlışları, önemli konuları ve iş yaşamında dijitalleşmeyi ele alıyor.

Ö

**Öncelikle eğitim ve faaliyet alanlarınıza da değinerek misyon ve vizyonunuzdan bahsedebilir misiniz?**

Ortaöğretimimi TED Ankara Kolejinde tamamladıktan sonra Başkent Üniversitesi Hukuk Fakültesini kazandım. 2014 yılında lisans eğitimimi tamamladıktan sonra 2015 yılında vakit kaybetmeden aynı üniversitede yüksek lisansa başladım. Yüksek lisansımı bitirmemin akabinde birkaç sene ara verdim ve şu anda yine Başkent Üniversitesinde özel hukuk alanında doktora yapmaktayım. Bu eğitimlerimin yanı sıra enerji hukuku, sanat hukuku, sözleşmeler hukuku gibi spesifik alanlarda da birçok sertifikaya hak kazandım. Yine tabii ki, iş hukuku başlıca uzmanlık alanlarım arasında. Aynı şekilde gayrimenkul

hukuku, kira hukuku ve ticaret hukuku da ağırlıklı çalışma alanlarımdan.

**İş hukuku konusunda kamuoyunca yaygın bilinen bir yanlıştan bahsedebilir misiniz?**

İş hukuku konusunda kamuoyunda yanlış bilinen en büyük husus, çalışanların sürekli mağdur edildiğidir. Ben buna kesinlikle katılmıyorum. Hukukumuzda “işçi lehine yorum” ilkesi benimsenmiş olup işverenler ağır ispat külfetleri altındadırlar. Ülkemizde kurumsallaşmış şirket yapısının çok fazla oturmamasından dolayı da işverenler yetkin personellerle çalışma imkânı bulamadıkları için kanun tarafından kendilerine yüklenen yükümlülükleri tam anlamıyla yerine getirememekteler. Bu sebeple de yargı

kararları incelendiğinde işçilerin işverenlere nazaran çok daha kolay şekilde iddialarını ispat edebildiklerini görmekteyiz.

### **İş hukuku alanında halk arasında yaygın olarak bilinmeyen ancak önemli olan bir konu hakkında bilgi verebilir misiniz?**

Şunu belirtebilirim: İşçilerden çoğunlukla, işten ayrılacakları zaman tazminatları ödeneceği vaadiyle istifa dilekçesi alınmakta. İşçi de bu dilekçeyi imzalayıp işverene teslim ederek, haklarını alacağı günü beklemekte. Maalesef haklı nedeni olmadan işten ayrılan ve bu haklı nedenini yasal süresi içerisinde işverene bildirmeyen işçinin yalnız istifa dilekçesine dayanarak kıdem tazminatı alması neredeyse imkânsız olmaktadır. Hatta böyle durumlarda işverenler işçiden ihbar tazminatı dâhi almaya hak kazanabilmektedirler. Bu sebeple işçiler işten ayrılacakları zaman mutlaka kanunda yazılı haklı sebeplerden birine fesih sebebini dayandırmalıdır. Aksi halde çok uzun yıllardır sahip oldukları kıdemi bir dilekçe ile kaybedebilmektedirler.

### **İş yaşamında dijitalleşme ile alakalı görüşleriniz nelerdir?**

Kas ve makine gücünün yerini akıl ve düşünce gücünün, akıl ve düşünce gücünün yerini ise yapay zekâ ve robotların aldığı bu dönüşümde; görsel öge, ses, kuvvet, hareket ya da titreşim gibi duyuşsal uyaran kullanılarak yaratılan, fiziksel dünyanın daha ötesinde yeni teknolojiler de günbegün hayatımıza katılmaktadır. Her gün bir yenisi eklenen bu ürünlerle dijital dünya yeni bir boyut kazanmaktadır. Dijitalleşen iş yaşamıyla birlikte önümüze dijital bir iş piyasası çıkmaktadır. Bu sektör; hem internet bazlı çağrı yoluyla işin dış kaynaktan sağlandığı platformlar hem de işi belirli bir coğrafi alandaki bireylere özgüleyen yer bazlı uygulamalar üzerinden gelişmekte.

Dijital platformda çalışanlar genellikle işverenleriyle çok az bağlantıya sahip olan belirli görevler için istihdam edilmektedir. Çevrim içi (online) iş bölümünü belirlemek ve kontrol etmekle yetkili olanlar da dâhil olmak üzere işle, işin unsurlarıyla ve işverenle kurulan bağın anlık, değişken ve kırılğan olduğunu ifade etmek mümkündür.

Dijitalleşmenin iş yaşamındaki ve sosyal güvenlikteki yansımalarının güvencesizlik ve belirsizlik temelinde değil, güven ve şeffaflık temelinde şekillenmesi için atılması gereken kurumsal ve hukuki adımlar halen mevcuttur. Dijitalleşen sektörlerde çalışanların mevcut sosyal ve ekonomik haklarını koruyan, kazanımlarını daha ileriye taşıyan bir yaklaşıma ve düzenlemelere gereksinim vardır. Bu yaklaşımın; insan odağında ve sosyal güvenlik temelinde dijital iş yaşamına yön verebilmesi için katılımıcılığı, hesap verebilirliği, ayrımcılık karşıtlığını, eşitliği ve insan hakları hukukuna bağlılığı önemseyen bir anlayışın dijitalleşme sürecine paralel olarak hukuk sistemlerine getirilmesi gerekmektedir.

### **İş hukuku alanında gelecekteki gelişmeler veya değişimler hakkında neleri öngörüyorsunuz?**

İş hukuku alanında öncelikli olarak kanunun yeniden ele alınması gerektiği günlere yaklaştığımızı hissetmekteyim. Nasıl ki; Sanayi Devrimi'nden sonra iş gücü piyasası değiştiyse günümüzde de artık dijitalleşme ve uzaktan çalışma modelleri daha yaygın hale geldiğinden özellikle mesai, meslek hastalığı ve iş kazası gibi kavramların yeni gelişmeler nazara alınarak tekrar düzenlenmesi gerektiği görüşündeyim. Artık biz avukatlar dahi elektronik yolla duruşmalara katılma hakkına sahibiz. Dolayısıyla artık büyük kamu ve şirket binaları önümüzdeki birkaç yıl içerisinde boş

*Dijitalleşen sektörlerde çalışanların mevcut sosyal ve ekonomik haklarını koruyan, kazanımlarını daha ileriye taşıyan bir yaklaşıma ve düzenlemelere gereksinim vardır.*



kalmaya başlayacaklar. Buna uygun hukuki düzenlemelerin de vakit kaybetmeden geçirilmesi şart gözüküyor. Maliyetlerin de ciddi şekilde azalacağı nazara alınırsa; daha verimli ve faydalı bir sisteme geçileceğini de ifade etmek mümkündür. ■

MAG davet



NİLGÜN ENGİN



KADİR SUNGUROĞLU

## ATO'da İklim ve İnsan Zirvesi

Türkiye Vegan ve Sağlıklı Yaşam Turizmi Derneği (TEVSAD) ile Yaşamdan Yana Derneğinin düzenlediği "İklim ve İnsan Zirvesi" büyük ilgi gördü.

T.C. Çevre, Şehir ve İklim Değişikliği Bakanlığı ve Türk Sanayici ve İş Adamları Vakfının desteğiyle Ankara Ticaret Odası ev sahipliğinde gerçekleşen etkinlik, ödül töreni ve sonrasında panellerle devam etti. Toplantıda toprak, gıda, çölleşme ve insan sağlığı gibi konular ele alınarak toplumda farkındalık yaratmak amaçlandı. TEVSAD Başkanı Şule Atalan ve Yaşamdan Yana Derneği Başkanı Nilgün Engin'in açılış konuşmalarıyla başlayan panelde; TÜSİAV Başkanı Veli Sarıtoprak, ATO Başkan Yardımcısı Halil İbrahim Yılmaz ve Çölleşme ve Erozyonla Mücadele Genel Müdürü Nurettin Taş konferansın önemini anlatarak konuklara katılımlarından dolayı teşekkür etti. ■



VELİ SARITOPRAK



ŞULE-ALP ATALAN



HALİL İBRAHİM YILMAZ



NURETTİN TAŞ



İLKEY GÜR

ASLIHAN BARIS

MÜKÜTLÜ TAMAY

NURDAN TÜRECİ

NAZ DEMİRKILIÇ



ESRA ÖZDEMİR

BUĞRA BUYRUKÇU

*Panelde moderatör olarak yer alan MAG Medya Genel Yayın Yönetmeni Beril Çavuşoğlu'na da İklim Elçisi Ödülü takdim edildi.*

AHMET-BERİL ÇAVUŞOĞLU

CAN ÇAVUŞOĞLU



## Adam Handling MBE Sürdürülebilir Lüks Yemek

Kendi ismiyle kurduğu restoran grubunda “sıfır atık” ve “sürdürülebilirlik” odaklarıyla hizmet veren, Michelin Yıldızlı Lüks Yemek Şefi Adam Handling MBE, Birleşik Krallık Türkiye Büyükelçisi Jill Morris CMG katkılarıyla, UK GREAT Kampanyası kapsamında Ankara HiltonSA Otel’de düzenlenen tadım etkinliğinde başkentlilerle buluştu. Kitaplarından da bahsederek gıda atığıyla nasıl mücadele ettiğini anlatan ünlü şef, yemeklerindeki Britanya etkisini ve Ankara’da geçirdiği süre boyunca tattığı lezzetleri MAG Okurlarıyla paylaştı...

# W

hy Waste ve Perfect, Three Cherries gibi kitaplarınızda gıda atığı ve sürdürülebilirlik konularına odaklandınız. Bu kitapların oluşturulma süreci ve okuyucularınıza aktarmak istediğiniz mesajlar hakkında biraz daha bilgi verebilir misiniz?

Üçlememi oluşturma sürecim çok keyifliydi. Koleksiyon; hikâyemi, restoran grubumun yolculuğunu, Michelin yıldızını alışımlı ve sürdürülebilirlik eğitimimizi anlatan üç tane tarif kitabından oluşuyor. Aynı zamanda bu kitaplar; restoranlarım hakkında gerçek bir iç görü ve sürdürülebilirlik konusunda öğrendiğimiz, geliştirdiğimiz her şeyi içeriyor.

Özellikle “Why Waste?”; sürdürülebilirlik tutkumu, genellikle israf edilen malzemeleri nasıl kullanabileceğimizi ve onları inanılmaz yemeklere nasıl dönüştürebileceğimizi anlatıyor. Gıda israfı diye bir şey yok. Bu kitapta; muhteşem ürünler bulmak için toplayıcılık ve mevsimsellik rehberinin yanı sıra sıfır atık tarifleri de yer alıyor. Son on yılda sürdürülebilirlik hakkında öğrendiğim her şey bu kitapta; aynı zamanda, daha sürdürülebilir olmak isteyen herkes için de bir tür kılavuz niteliğinde.

“Mükemmel, Üç Kiraz” (İsmi; favorim olan, üç Maraschino kirazlı mükemmel Manhattan kokteylinden esinlenilmiştir.) bir kokteyl kitabı ve klasik kokteyllerin sürdürülebilir versiyonlarının yanı sıra kokteyllerin tarihi, içme stilleri, bardaklar, teknikler ve laboratuvar ekipmanlarını da içeriyor. Bu, keyfin somut bir örneği ama aynı zamanda restoranlarımdaki Britanya kokteyllerinin en iyilerini ve

*Baş aşçılardan bir tanesi menüye kuzu yemeği koymayı teklif ettiğinde, diğer baş aşçıma dönüyorum ve kuzunun kalan parçalarından bir yemek hazırlayıp hazırlayamayacağını soruyorum.*

sürdürülebilirlik döngüsünü öne çıkarma arzumu da gösteriyor. Barlar, sürdürülebilirlik yolculuğumuzun ayrılmaz bir parçası. Mutfakta kullanılmayan her şey barlarda kullanılıyor ve bunun tam tersi de geçerli.

**Restoranlarınızda gıda atığı ile mücadele konusundaki yaklaşımınızdan bahsedebilir misiniz? Sürdürülebilirlik anlayışınızı restoranlarındaki günlük işleyişe nasıl entegre ediyorsunuz?**

Sürdürülebilir olmak; yiyecektekenden içeceğe ve istihdama kadar, restoranlarımızda yaptığımız her şeyin ayrılmaz bir parçası. Bu -içeride veya dışarıda, ast veya kıdemli-bizimle çalışan herkes için bir felsefe haline geldi. Gerçek sürdürülebilirlik anlayışını konuk ağırlamanın her alanında öğretiyoruz. ➡➡



BERİL ÇAVUŞOĞLU, ADAM HANDLING MBE, BİRLEŞİK KRALLIK TÜRKİYE BÜYÜKELÇİSİ JILL MORRIS



Menülerimiz için her sezon başında şef ekibimle bir araya gelerek listeye neler eklemek istediğimizi konuşuyoruz. Baş aşçılardan bir tanesi menüye kuzu yemeği koymayı teklif ettiğinde, diğer baş aşçıma dönüyorum ve kuzunun kalan parçalarından bir yemek hazırlayıp hazırlamayacağını soruyorum. Eğer her parçasını kullanabiliyorsak, o zaman o ürünü menümüze ekliyoruz; ama eğer kullanılmayacak tek bir kısım bile varsa, bu ürün menüye girmiyor. Her şeyi bir bütün olarak satın alıyoruz ve her parçasını mutfakta ya da barda mutlaka kullanıyoruz. Örneğin muz ele alalım. Bu ürün muzlu ekmekten kokteyl bazına kadar her alanda kullanılabilmesi için harmanlanır, arıtılır, ayrılır veya karamelize edilir. İster Pink Lady elmalarını alkole renk vermesi için kullanmak olsun, ister gazlı kırmızı lahana kokteyli yapmak olsun (tabii ki lahana kokusu olmadan!), her malzemenin sınırları test edilir. Eve Bar'da, tüm şeflerin ve barmenlerin gidip malzemelerle deney yaparak yaratıcılıklarını konuşturabilmeleri için açık olan, son teknoloji ekipmanlarla dolu bir bar laboratuvarımız var. Yerli ürünleri kullanma konusunda da çok dikkatliyiz. Yurt dışından getirdiğimiz tek malzeme, kargo uçuşlarının etkisini sınırlamak amacıyla tekneyle Kosta Rika'daki bir çiftlikten tedarik ettiğimiz çikolata.





### Neden Britanya ürünleri Adam Handling Restaurant Group Ethos üzerinde bu kadar etkiye sahip?

Birleşik Krallık'ta; dünyanın en iyilerinden sayılan, olağanüstü ürünlerimiz bulunuyor. Bir ada olarak; İskoçya ve Cornwall gibi yerlerden inanılmaz deniz ürünlerine erişimimiz var, aynı zamanda hayvan yetiştirmek için mükemmel bir iklime de sahibiz. Yalnızca, hava durumu ile ilgili kötü bir şöhretimiz var ama aslında yağmur, yemyeşil alanların oluşmasını sağlıyor, Britanya kırsalını ot açısından zenginleştiriyor ve otlarla beslenen hayvanları yetiştirmek için mükemmel bir alan yaratıyor; bu da etlerimizin kalitesindeki farkı ortaya koyuyor. Hayvan refahı standartlarımız oldukça yüksek, dolayısıyla en kaliteli eti yediğinizi anlarsınız.

Tamamıyla "Londra'dan ilham alan Britanya yemekleri"ni sunan, Londra'daki amiral gemisi restoranım Frog'dan; "sürdürülebilir, Britanyalı, lüks" odağıyla, klasik Britanya pub kültüründen esinlenen, Old Windsor'daki oda hizmetli bar ve restoranım The Loch & Tyne'a ve "sürdürülebilir, yerel, lüks" ilkesiyle tamamen güney batıda yetiştirilip üretilen hiper-yerel ürünleri kullanan, Cornwall'daki restoranım Ugly Butterfly'a kadar tüm restoranlarımda Britanya ürünleri kullanılıyor.

### Türk mutfağıyla Britanya mutfağını buluşturmanın size ve ekibinize neler katacağını düşünüyorsunuz?

Farklı yiyecekleri birleştirmenin güzel sonuçlar ve lezzetli tabaklar ortaya çıkardığını düşünmüşümdür her zaman. Sıfır atığa olan tutkumu Asya'ya yaptığım bir ziyaretim sırasında geliştirmiştim; orada gerçekten her bir parçayı yemekte

kullanıyorlardı. Ne kadar çok seyahat edersem o kadar çok -yeni lezzetler ve yöntemler deneyimleyerek- sıfır atık hakkında bilgi sahibi olacağıma inanıyorum.

Türk yemekleri Birleşik Krallık'ta hak ettiği değeri almıyor, çünkü bunun yalnızca kebaptan ibaret olduğuna dair yanlış bir kanı var; ama aslında durum böyle değil. Bundan çok daha fazlası olduğunu biliyorum ve bu gezimde daha fazlasını deneyimlemeyi, öğrendiklerimi evime götürmeyi umuyorum.

### Ankara ziyaretiniz sırasında Türk mutfağından deneyimler edinme fırsatınız oldu mu? Bu deneyimler hakkında neler düşünüyorsunuz?

İstediğim kadar çok deneyemedim açıkçası. Geldiğimiz günden bu yana oldukça yoğun bir tempo içerisindeydik. Kısa bir ara bulup dışarı çıkınca da ancak meze yiyebildim. Çok da lezzetliydi! Birçok farklı yemeği deneyebileceğiniz "küçük tabak" konseptinin büyük bir hayranıyım zaten. Tüm restoranlarımda menüsünde, misafirlerimin ana yemekten önce tattıkları bir "atıştırma" bölümü bulunur. Hemen hemen, mezenin Britanya versiyonu gibi...

### Türk kültürüyle ilgili neler keşfettiniz? İnsanları, tarihi yerleri, şehir hayatı hakkındaki ilk izlenimleriniz neler?

Burada istediğim kadar uzun süre kalamadım. Aslında bu kısa bir ziyaretti ama gördüğüm kadarıyla çok güzel bir ülke. Türkiye'nin sunduğu her şeyi iyice keşfetmek ve deneyimlemek için tekrar gelmeyi çok isterim. Açıkçası ben de yerel yemeklerden daha fazlasını tatmak istiyorum! ■





HALİL İBRAHİM YILMAZ, BİRTEN GÖKYAY, MEHMET AKYÜREK, İMREN AYKUT, EMEL USLU ATİK, EDA ERSOY TOMBAKOĞLU

## EUAVAKFI'nda 8 Mart Sempozyumu

Emel Uslu Atik Eğitim, Uygulama ve Araştırma Vakfı (EUAVAKFI) tarafından 8 Mart Dünya Emekçi Kadınlar Günü münasebetiyle ATO Congressium'da düzenlenen "8 Mart 8 Kadın 8 Hikâye" konulu sempozyum büyük ilgi uyandırdı.

**G**irişimci Kadınlar Grubu (GKG) üyesi sekiz kadının, girişimcilik hikâyelerini anlattığı programda moderatörlüğü GKG'nin kurucusu Ülkü Hür üstlendi. Klasik müzik eşliğinde şık bir kokteyllerle karşılanan konuklar, daha sonra kongre salonuna geçerek kadınların mücadele dolu hikâyelerini kimi zaman gülümseyerek kimi zaman gözyaşlarıyla dinledi.

EUAVAKFI Yönetim Kurulu, Devlet Eski Bakanı İmren Aykut, Türkiye'nin ilk sanayici iş insanı Birten Gökyay, Ankara Kent Konseyi Başkanı ve ATO Başkan Yardımcısı Halil İbrahim Yılmaz, STK başkanları, bürokratlar ve seçkin konukların katıldığı, basın kuruluşlarının da yoğun ilgi gösterdiği etkinlik; Cumhuriyetin kurucusu yüce Atatürk'ün manevi huzurunda saygı duruşu ve İstiklal Marşı'yla başladı.

EUAVAKFI Başkanı, mimar, iş insanı, kanaat önderi Emel Uslu Atik, konuklara hitap ettiği konuşmasında; "Kamusal yaşamın içinde varlığını gösterebilen, hayatını bir başkasının merhametine bağlamadan ayakta kalabilen, hayata umutla tutunabilen kadınlardan oluşan bir toplumda kadınlar,

yaşamın her alanında yer alır, onurluca var olur, etkin görevler üstlenir. Toplumsal yaşamda hak ve özgürlüklerini kullanamayan; şiddete, ayrımcılığa, baskılara maruz kalan, sosyal ve ekonomik kaygılar yaşayan kadınlardan oluşan bir toplumun gelişmesinden de söz etmek imkânsızdır. Kadınlara özen göstermek adı altında kadının izole edilmiş bir yapının içinde değersizleştirildiği oluşumların 'insan olma' çatısı altında son bulmasını diliyorum.

8 Mart, kadına karşı eşitsizliğin ortadan kaldırılması yönünde büyük bir mücadeledir. Ben de uzun yıllardır ülkemizin her köşesindeki kadınlarımıza, kızlarımıza, analarımıza el vermeye çalıştım. Onlara bir omuz, bir umut, bir ışık olmak için yollara düştüm. Bu çalışmalarımda sonsuz motivasyon kaynağım ve rol modelim her zaman Türkiye Cumhuriyeti'nin kurucusu Mustafa Kemal Atatürk olmuştur. 8 Mart Dünya Emekçi Kadınlar Günü'nü bu duygu ve düşüncelerle kutluyor, kadınların mutlu olduğu yarınlar diliyor, bütün kadınlarımıza sevgilerimi ve saygılarımı iletiyorum." diyerek günün anlam ve önemini vurguladı. ■



*“8 Mart 8 Kadın 8 Hikâye” adıyla sunulan program yoğun ilgiyle izlendi. Konukların teveccühleriyle son bulan etkinlik basında da yoğun olarak yer buldu.*





*Yaptıkları her işte iyilikle buluşmayı hedefleyen EUAVAKFI Ailesi, kalpten kenetlendiklerini bir kez daha ispatladı ve bu doğrultuda her projede olduğu gibi bu etkinlikte de amaç, farkındalık oluşturmak ve insanları güzelliklerde buluşturmak oldu.*





GAYRİMENKUL | PROJE HİZMETLERİ | DANIŞMANLIK

# Gayrimenkulde Güvenilir Rehber

PROFESYONEL GAYRİMENKUL DANIŞMANLIĞI

Prof. Dr. Ahmet Taner Kışlalı Mahallesi  
2821. Sokak No:3 Çankaya/Ankara  
M: +90 530 412 07 06

[www.office312.com.tr](http://www.office312.com.tr)

 office312



# TUFAN ZAMAN

## Tutankhamun'un Hazineleri

Üç yıllık bir çalışmanın ardından "Tutankhamun, Çocuk Firavunun Hazineleri" sergisini Türkiye'de sanatseverlerle buluşturan Level Group Yönetim Kurulu Başkanı Tufan Zaman, haziran ayına kadar Ankara'da kalacak olan sergi hakkında bilgiler veriyor.

Ö

ncelikle Tufan Zaman kimdir? Kültür ve sanata olan ilginiz nasıl başladı? "Tutankhamun, Çocuk Firavunun Hazineleri" sergisi fikrini biraz anlatabilir misiniz?

Level Uluslararası Lojistik ve Organizasyon Hizmetleri firmasının yönetim kurulu başkanım. Level Lojistik olarak yirmi beş yılı aşkın deneyime sahip kadromuzla uzun yıllardır, aralarında Türkiye'nin büyük iş gruplarının yer aldığı büyük ölçekli şirketlere lojistik servis

ve çözümleri sunuyoruz. Uluslararası nakliye, sevkiyat ve lojistik alanlarında uzmanlaşmış, küresel bir lojistik hizmeti firmasıyız. Ana odak noktamız uluslararası hava, kara ve deniz yolu taşımacılığı ile, fuar, sergi ve etkinlik lojistiği, sanat eserleri lojistiği, havacılık ve savunma sanayisi lojistiği, özel nakliye, ambalajlama ve gümrük lojistik hizmetleridir. Yani aslında sergi ve etkinlik lojistiği ile sanat eserleri lojistiği de uzmanlık alanlarımız arasında. Dolayısıyla sanat sergileri alanında da önemli deneyimlerimiz var. Bu deneyimler

sırasında sergi organizasyonlarının gerçekleştirilmesi süreçlerini de inceleme fırsatımız oldu. Elbette konuyla ilgili uzman ve danışmanlardan da destek alarak bu sergiyi başarıyla gerçekleştirdik.

“Tutankhamun, Çocuk Firavunun Hazinesi” sergisini ilk olarak Kahire’deki Mısır Müzesi’nde gördüğümde çok etkilenmişim. Yirminci yüzyılın en büyük arkeolojik keşfi kabul edilen ve ölümünün üzerinden geçen üç bin üç yüz yıldan sonra tüm dünyada büyük bir üne kavuşan çocuk firavun Tutankhamun’un kral mezarında bulunan hazineler, her yaşta milyonlarca insanın ilgisini de çekmeye devam ediyor. Bu mezar, İngiliz arkeolog Howard Carter tarafından 1922’de “bozulmamış halde bulunan ilk firavun mezarı” özelliğini taşıyor. Tutankhamun’un mezarından çıkarılan eserler aynı zamanda Mısır’daki Krallar Vadisi’nde gün yüzüne çıkarılan en zengin ve görkemli hazine...

### Sergiyi Türkiye’ye getirme sürecinizi anlatır mısınız?

#### Çalışmalarınızın tamamlanması ne kadar sürdü?

Sergi ile ilgili çalışmalara yaklaşık üç yıl önce başladık. Mısır hükümeti bu konuda oldukça hassas. Özel izinlerin alınması, Mısır hükümetinden akredite bir kurumla anlaşmak, replikaların üretilmesi, Akdeniz üzerinden özel bir gemiyle İstanbul’a getirilmesi, gümrük süreçleri... Oldukça yorucu bir çalışmanın ardından bu sergi gerçekleştirilebildi. Bir yıldır Türkiye’deyiz ve İstanbul’un ardından Ankara’daki sanatseverlerle buluştüğümüz için çok mutluyuz.

### Tutankhamun hakkında kısa bir bilgi verir misiniz? Firavun, tarih için neden bu kadar önemli?

Antik Mısır’da tam üç bin üç yüz otuz iki yıl önce (MÖ 1332) dokuz yaşındayken tahta geçen çocuk firavun Tutankhamun, yaklaşık on yıl süren saltanatın ardından beklenmedik şekilde ölmüş, mumyalanan naaşı, günümüzde dünyanın en önemli kazı merkezlerinden biri olan Mısır, Luksor’daki Krallar Vadisi’nde alelacele inşa edilen bir mezar odasına tüm değerli eşyalarıyla birlikte konmuştu. İngiliz arkeolog Howard Carter tarafından 1922’de bozulmamış halde bulunan mezar ve içindeki değerli eşyalar, bugüne kadar Krallar Vadisi’nde gün yüzüne çıkarılan en zengin ve görkemli hazine olma özelliğini taşıyor. Yirminci yüzyılın en büyük arkeolojik keşfi kabul edilen bu gelişme, Antik Mısır tarihi, kültürü, el sanatları ve mumyalama tekniklerine dair mevcut bilgi ve yorumlara bambaşka bir bakış açısı kazandırmış, daha önce Antik Mısır uzmanlarınca pek tanınmayan çocuk firavun Tutankhamun’u, dünyada herkesin bildiği bir isim haline getirmişti. Başta som altın üzerine kobalt mavi lapis lazuli, turkuaz ve akik taşlarla süslü ölüm maskesi olmak üzere mezarda bulunan nesnelere, tam yüz yıldır dünyada kadın, erkek, çocuk, her millettten insanı derinden etkilemeye devam ediyor.

### “Tutankhamun, Çocuk Firavunun Hazinesi Sergisi”

#### Ankara’ya kaç parça olarak geldi? Sergide ne tür parçalar yer alıyor?

Tutankhamun’a ait ihtişamlı hazine dünyada büyük bir yankı uyandırmış ve bulunan eserler Antik Mısır’ın simgesi haline gelmişti. Çocuk firavunun hazineleri, eski Mısır uygarlığı tarihinin birçok yönünün aydınlanmasını sağladı. Mezarında bulunan tüm eşyaları som altından yapıldığı için “Altın Kral” olarak da anılan Tutankhamun için düzenlenen sergide, hazineden özel seçilen dört yüz dokuz eserin birebir replikaları bulunuyor.

*“Altın Kral” olarak da anılan Tutankhamun için düzenlenen sergide, hazineden özel seçilen dört yüz dokuz eserin birebir replikaları bulunuyor.*

Sergide, değerli taşlarla süslenmiş dünyaca ünlü altın ölüm maskesi, üzerinde Mısır tanrıçaları İsis, Nephthys, Neith ve Selket tasvirlerinin bulunduğu tabut, tabutun içindeki mumya, altınla yaldızlanmış ahşaptan yapılan yatak, savaş arabası, Tutankhamun’un eşi Kraliçe Ankhesenamun ile aşkı tasvir eden altın tahtı, çocuk kralı su aygırı avlarken tasvir eden heykeller, çeşitli mobilyalar, at arabası, ok ve yay gibi silahlar, Anadolu’ya düşen bir meteordaki demirden yapıldığı için “uzaydan gelen hançer” olarak adlandırılan silahı gibi ilginç eserler yer alıyor. Tutankhamun’un genç yaşta ölümünde de rol oynadığı ifade edilen genetik kusurlardan biri, onun bir ayağının aksamasına neden oluyordu. O nedenle mezarında bulunduğu büyük hayret uyandıran bastonlarından örnekler ve daha yüzlerce parçanın replikaları bu heyecan verici sergide yer alıyor.

### Ziyaretçileriniz sergi boyunca hangi deneyimleri yaşayabiliyor?

rgimizi ziyaret eden tüm misafirlerimiz üç farklı hikâyeye tanıklık ediyor. Bunlardan birincisi Kral Tutankhamun ve eşi Kraliçe Ankhesenamun’un aşk hikâyesi. İkincisi, hazinenin keşfedilme hikâyesi... Howard Carter’ın yüz iki yıl önce hazineyi nasıl keşfettiği ve dünyaya nasıl sunduğunun hikâyesi... Üçüncü ve son olarak, Tutankhamun’un mezarı ile ilgili. Mezarın dört odası, tümü som altından eşyalar ve hazineler... Buraya gelen insanlar Kral Tutankhamun’un eşyalarını ve hazinelerini sanki Mısır’daki gerçek müzeyi ziyaret etmiş gibi deneyimleme ve görme fırsatına erişecek.

### Sergi, geçtiğimiz yıl ilk kez Türkiye’ye gelmişti. O zamandan bugüne, en ilginç ve ilgi çeken eserler hangileriydi?

En çok ilgi görenleri; mezar odasından çıkan som altın tabut, altın ve değerli taşlardan yapılmış dünyaca ünlü ölüm maskesi, savaş arabası, silahlar, bastonlar diye sıralayabilirim. “Uzaydan gelen hançer” de ilginç eserler arasında yer alıyor.

### Parçaların orijinalleri nerede bulunuyor?

Çocuk firavun Tutankhamun’un hazinesine ait beş bin parçadan oluşan orijinal koleksiyon, 2023 yılında mezarın keşfedilişinin yüzüncü yılı şerefine Kahire’de, piramitlerin karşısına inşa edilen Büyük Mısır Müzesi’nde yer alıyor. ■



SEVCAN BİLGİÇ, KADRIYE OLGAR, BURAK BİLGİÇ



KADRIYE OLGAR

## Kadriye Olgar ile Kadınlar Buluşması

**Olgarlar Grup kurucusu iş kadını Kadriye Olgar, 8 Mart Dünya Emekçi Kadınlar Günü için düzenlenen etkinliğe katıldı.**

Arcadium AVM'de gerçekleştirilen etkinliğe özellikle kadınlar yoğun katılım gösterdi. Aile, kadın ve çocuk üzerine edindiği tecrübelerinden bahseden Kadriye Olgar etkileyici sunumuyla tam not aldı. Dünya Emekçi Kadınlar Günü'nün öneminden de bahseden Olgar medeniyetin inşasında kadının yerini ifade etti. Soru ve cevaplarla katılımcıların merak ettiği konuları yanıtlayan Olgar etkinlik sonunda ise davetlilerle tek tek fotoğraf çekti. ■





*Kadriye Olgar, Dünya Emekçi Kadınlar Günü'ne özel Ankara'da düzenlenen bir etkinlikte aile, kadın ve çocuk üzerine konuşarak tecrübelerini katılımcılarla paylaştı.*



SEVDA AKBAŞOĞLU



ELİF ULUSOY





ELİF İPEK KICIR, AYSUN BİLEN

## Loveit Accessory Kadınlardan Gelen İlham

Hazırladıkları takı ve aksesuar koleksiyonlarını, kurucusu oldukları Loveit Accessory ile kullanıcılarına sunan Elif İpek Kıcı ve Aysun Bilen, prensiplerini de anlatarak markalarını MAG Okurlarına tanıtıyor...

Ö

### **Öncelikle kendinizden ve markanızın kuruluşundan bahsedermisiniz?**

Loveit Accessory kurucuları Aysun Bilen ve Elif İpek Kıcı olarak; birimiz Hacettepe Üniversitesi Okul Öncesi Öğretmenliği bölümünde, diğeri ise TED Üniversitesi İngilizce İşletme bölümünde öğrenim görürken çalışmak üzere girdiğimiz işletmede 2019 senesinde tanıştık. Çalışırken ilerleyen arkadaşlığımız zaman içerisinde dostluğa dönüştü ve her türlü zorluğu, mutluluğu birlikte paylaşmaya başladık.

Üniversite hayatında edindiğimiz mesleki bilgiler doğrultusunda, alanlarımız ile ilgili departmanlarda çalışma hayatına atıldık. Şu anda Aysun Bilen, özel

eğitim alanında hizmet veren bir eğitim kurumunda tecrübelerini, özel gereksinime ihtiyaç duyan çocuklara aktarmakta; Elif İpek Kıcı ise maden ve enerji üretimi gerçekleştiren kurumsal bir firmada yatırım teşvik uzmanlığı yaparak bu firmayı devlet desteklerinden faydalandırmaktadır.

Markamız Loveit Accessory, 2023 senesinde kurulmuş olan, yıllar boyunca hayalini düşlediğimiz bir yolculuk ve dostluğumuzu bu yolculuğa yansıtmaya öykümüz. Bu öyküde eşlerimiz de bize tüm destekleriyle yardımcı oluyorlar. Loveit Accessory bünyesinde tüm kadınlar için çeşitli takı ve aksesuarların, kendi oluşturduğumuz ürün gamımız ile satışını gerçekleştiriyoruz.

Mesleki çalışma hayatımızın paralelinde yürüttüğümüz markamızı büyütmek için olağanüstü bir çaba gösteriyoruz. "You'll Love It!" sloganı ile çıktığımız bu yolculukta hedefimiz, her bir müşterimizin satın aldığı ürünü seyerek kullanması.

#### Ürün yelpazenizde hangi tür takılar bulunuyor?

Tamamen kendi zevkimizle oluşturduğumuz ürün yelpazemizde şimdilik; kolye, bileklik, küpe, yüzük, broş, saç aksesuarı ve gelin aksesuarı olmak üzere yedi çeşit ürün kategorisi yer alıyor. İlerleyen zamanlarda bunlara ek olarak; fular, saat, kemer, eldiven, çanta ve şapka gibi kategorileri de eklemeyi hedefliyoruz.

#### Koleksiyonlarınızı nasıl oluşturuyorsunuz?

Bizim için her ürün ayrı, özel ve anlamlıdır. Bu nedenle koleksiyonlarımızı oluştururken ürünlerin bizim içimizde uyandırdığı duygulara göre hareket ediyoruz. Her bir ürünün anlamının olduğuna kalpten inanıyor ve o şekilde koleksiyonumuzu oluşturuyoruz. Ürünlerimizi müşterilerimizin beğenisine sunarak onlara şans getirmesini diliyoruz.

#### Koleksiyonlarınızı oluştururken nelerden ilham alıyorsunuz, hangi materyalleri tercih ediyorsunuz?

Koleksiyonumuzu oluştururken kadınlardan ilham alıyoruz, çünkü her kadın çok özel, güçlü ve değerlidir. Bunun yanı sıra dünyaca ünlü kadın yıldızlardan, onların kullandığı takı ve aksesuarlardan ilham almaktayız. İlham kaynaklarımızı sürekli geliştirerek, ülkemizde ve dünyada olan yenilikleri takip edip empati yaparak, kendi kullanacağımız ürünleri bulmaya gayret ediyoruz. Ürünlerimizin materyali, herkese hitap ettiği ve uzun ömürlü olduğu için çeliktir; ancak her çelik takı uzun ömürlü kullanıma uygun değildir. Loveit Accessory, çelik ürünleri seçerken kalıcı, sert koşullara dayanımı yüksek, 316L kalitesini tercih etmektedir.

#### Tarzınızı nasıl tanımlıyorsunuz?

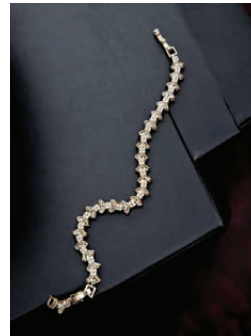
Bizim için tarzımızı kelimelerle sınırlandırmak çok zor olsa da; cesur, yalın, zarif, trend, dinamik ve uyumlu olarak tanımlayabiliriz. Tüm takılar, tarafımızca hem şık hem spor kombinlere uyum sağlayacak şekilde seçilmektedir. Loveit Accessory; aynı takı ile gece ve gündüz size eşlik edip tüm ışıkları üstünüze çekmenize yardım edecektir.

#### Peki, müşteri memnuniyetini nasıl koruyorsunuz?

Müşterilerimizi ailemizin bir parçası olarak görüyoruz, çünkü biliyoruz ki markamız şu an tescilli ve koruma altında olan bir marka ise bunu "Loveit Accessory Girls" diye adlandırdığımız kadınlar sayesinde gerçekleştirebildik. Müşteri memnuniyeti konusunda önder olmak için kârlılıktan önce bu noktaya dikkat ediyoruz. Bizim için kadınların mutlu olması son derece önemli.

Bunun yanında ürün çeşitliliğini sürekli olarak geliştirmekte, her zaman yenilik ve güncellemeyi esas almaktayız. Kadınların isteğine göre hareket ettiğimiz için müşterilerimiz bizden çok keyifle alışveriş yaptıklarını ve ürünlerimizi kullandıkları zaman çok daha mutlu olduklarını ifade ediyorlar.

Ayrıca satış sonrası müşterimizle iletişime geçip ürün hakkında dönüt isteyerek kendimizi geliştirmeyi hedefliyoruz. Bu sayede müşterilerimizin memnun olmasını sağlayabiliyor ve sağladığımız bu memnuniyeti koruyabiliyoruz. ■





## Mısıroğlu Exclusive Dental Studio Lavanta Kokulu Glşler

Ağız hijyeninde dil temizliğinin atlanıyor olmasına dikkat çeken Mısıroğlu Exclusive Dental Studio kurucusu Dt. Aydın Mısıroğlu, ağız ve diş sağlığını korumak için önerilerde bulunuyor.

MİSROĞLU exclusive



MİSROĞLU Exclusive®

Ağız ve Diş Sağlığı Polikliniği

MİSROĞLU exclusive



MİSROĞLU Exclusive®

Ağız ve Diş Sağlığı Polikliniği

*Dilin, ağzın diğer kısımlarına göre daha fazla bakteriye ev sahipliği yaptığını ve ağız kokusunun ana nedeninin bu bakteriler olduğunu biliyor muydunuz? Dil, bine kadar farklı bakteri türünü barındırabilir ve ağızdaki tüm bakterilerin yaklaşık yüzde altmış dil üzerinde bulunur. Bu nedenle biz de hastalarımıza profesyonel dil temizliği hizmetini sunmaya başladık.*

**B**

#### **ahar döneminde ağız ve diş sağlığını korumak için neler önerirsiniz?**

Ağız ve diş sağlığının önemli bir kısmını beslenme oluşturduğu için mevsim meyve ve sebzelerini bolca tüketmek önemli. Günde iki kez diş

fırçalama ve uyumadan önce diş ipi kullanımı zaten ağız hijyenini sağmanın temeli; ama unutulmuş bir kısım var ki o da dil temizliği. Dil temizliğini yapmadan ağız hijyenini tam sağladık diyemeyiz.

#### **Dil temizliği konusu pek bilinmiyor aslında. Bu konuyu biraz açar mısınız?**

Dilin, ağzın diğer kısımlarına göre daha fazla bakteriye ev sahipliği yaptığını ve ağız kokusunun ana nedeninin bu bakteriler olduğunu biliyor muydunuz? Dil, bine kadar farklı bakteri türünü barındırabilir ve ağızdaki tüm bakterilerin yaklaşık yüzde altmış dil üzerinde bulunur. Bu nedenle biz de hastalarımıza profesyonel dil temizliği hizmetini sunmaya başladık.

#### **Kişiler yaz dönemine hazırlıklı girmek ister. Biraz kilo vermek, biraz bakım yapmak... Bu dönemde gülüş estetiğini artırmak için neler önerirsiniz?**

Öncelikle, rutin bir ağız ve diş sağlığı muayenesi önemlidir, çünkü sağlıklı dişlere estetik tedaviler uygulayabiliriz. Gerekli tedaviler tamamlandıktan sonra, gülüş estetiğini

artırmak için çeşitli seçenekler mevcuttur. Diş beyazlatma; dişlerin doğal rengini açmak ve lekeleri gidermek için etkili bir yöntemdir. Ayrıca, porselen lamina veya kompozit lamina gibi tedaviler dişlerin şeklini, boyutunu ve rengini iyileştirerek daha estetik bir gülümseme sağlar. Bu tedaviler sayesinde, hastalarımız daha parlak, düzgün ve öz güvenli bir gülümseme elde ederler.

#### **Mevsim geçişleri duygu durumlarında değişikliğe neden olup stres seviyesini artırabiliyor. Bu durumda diş sıkma ve baş ağrıları gibi problemler ortaya çıkabiliyor. Bu sorunlar için ne önerirsiniz?**

Aslında öncelikle, stres yönetimi tekniklerini uygulamak önemlidir. Derin nefes almak, meditasyon yapmak veya yoga gibi rahatlama teknikleri, stres seviyelerimizi düşürebilir ve diş sıkma gibi fiziksel tepkileri azaltabilir. Eğer bu belirtiler devam eder veya şiddetlenirse de okluzal splint ya da botoks gibi tedaviler uygulayabiliyoruz.

#### **Baharın coşkusu simgeleyen lavantadan diş hekimliğinde faydalanıyor musunuz?**

Antimikrobiyal ve anti-inflamatuar özelliği ile lavanta yağı diş eti iltihaplanması gibi ağız içi inflamasyonlarını azaltabilir, ağız hijyenine katkıda bulunabilir. Stresi azaltmada etkilidir. Bence en güzel yanı ise kokusu ile bize lavanta kokulu gülüşler sağlamasıdır. ■

mag • digital

# Markanızın Büyüme Yolculuğunda Yanınızdayız!

Profesyonel ekibimizce verdiğimiz dijital pazarlama, web tasarımı, sosyal medya yönetimi gibi birçok hizmetle marka değeriniz ve bilinirliğiniz artar; müşteri sayınız yükselişe geçer. MAG Digital, markanıza güvenilirlik katar.



magdijital



magdijital



www.magmedya.com.tr





# MAG<sup>®</sup>

## ***Sağlık-Güzellik***

Sağlıklı yaşam ve bakımlı bir görünüm, kişiye hem pozitif bir değer katar hem de kişinin enerji dolu, öz güvenli bir duruş sergilemesine katkıda bulunur. Alanının önde gelen doktorları ve güzellik uzmanlarından çok değerli bilgiler MAG Sağlık-Güzellik sayfalarında sizlerle...



## Prof. Dr. Uğur Coşkun Çocukluk Alışkanlıklarının Yetişkinliğe Etkisi

Çevresel faktörler ve genetik tarama testlerinden de bahseden İç Hastalıkları ve Tıbbi Onkoloji Uzmanı Prof. Dr. Uğur Coşkun; çocuklukta edinilen beslenme, uyku ve aktivite alışkanlıklarının yetişkinlikteki sağlığa etkilerini ele alıyor...

**Y**etişkinlikte sağlıklı bir bedene sahip olmanın temeli bazen de çocukluk alışkanlıklarına dayanabiliyor. Çocuklukta beslenme alışkanlıklarının kişinin yetişkin sağlığına nasıl etki ettiğini örneklerle anlatır mısınız?

Sağlıklı beslenme, çocuklarda büyüme ve gelişmenin desteklenmesi için en önemli faktörlerden biridir. Yemek yeme alışkanlığının kazanılması çocukların gelişim sürecinin bir parçasıdır. Bu alışkanlık, ebeveynlerin rehberliğinde zamanla kazanılır. Her ne kadar anne ve baba bu konuda titiz davransa da bazen çocuğun bulunduğu çevre de beslenme alışkanlıklarını etkileyebilir. Özellikle okul çağında okul ortamından ve arkadaşlardan etkilenecek abur cubur gibi şekerli gıdalarla tanışılması çocuğun beslenme

alışkanlıklarını değiştirebilir. Çocukluk döneminde edinilen yanlış beslenme alışkanlıkları ise ilerleyen dönemlerde obezite başta olmak üzere kalp hastalıkları, diyabet, hipertansiyon, gibi önemli sağlık sorunlarına yol açabilir. Çocuklarda sağlıklı beslenmenin temelinde; besinlerde çeşitliliğin sağlanması, liften zengin besinlere yer verilmesi, vitamin ve minerallerin yeterli düzeyde alınması ve paketli gıda tüketimine bağlı olarak fazla kalori alımının azaltılması yer alır.

**Çocukluk çağındaki aşırı kilo ya da obezitenin yetişkin sağlığı üzerindeki riskleri nelerdir?**

Son yıllarda yapılan araştırmalar, çocukluk çağı obezitesinde dünya genelinde artış yaşandığını göstermektedir. Son otuz

yılda obezite, iki ila beş yaş ve on iki ila on dokuz yaş arasında iki kat, altı ila on bir yaş arasında ise üç kat artış göstermiş ve tüm yaş gruplarında da hızla yükselmeye devam etmektedir. Toplumdaki sosyoekonomik değişimin etkisiyle yeme içme alışkanlıklarında eskiye göre büyük farklılıklar mevcuttur. Yaygın fast food ürünlerinin, şekerli içeceklerin, besin değeri olmayan paketli ürünlerin tüketimini ve hareketsiz yaşamı, çocuk yaşta görülen fazla kilo ve obezitenin nedenleri arasında sayabiliriz. Gelişme çağında yeterli ve dengeli beslenmenin olmaması, çocukluktan itibaren sağlık açısından olumsuz bir tablo çizmektedir. Tabii bu durum devam ederse yetişkinlikte de sağlık açısından önemli riskler meydana getirebilir. Yapılan bir çalışmadaki veriler, çocukluk çağında obez olanların yüzde otuzunun yetişkinlik döneminde de obez olabileceği yönündedir. Obezite, yani vücuttaki aşırı yağ dokusu birikimi; diyabet, hipertansiyon, hiperkolesterol, koroner kalp hastalıkları gibi kronik rahatsızlıktan tutun da depresyon gibi psikiyatrik sorunlara kadar geniş bir kümeyi kapsayan sağlık riski yaratabilmektedir.

### **Bu konuda sağlıklı uyku alışkanlıklarının önemine de değinir misiniz?**

Yeterli ve kaliteli bir uyku; bebeklikten yetişkinliğe, yaşamın her döneminde kişinin sağlığını koruması için oldukça önemlidir. Uykuda; bilişsel, ruhsal ve zihinsel sağlığın işleyişi ve korunması ile kardiyovasküler ve metabolik işlevlerin çalışması düzenlenir. Çocukluk çağında uyku, hem zihinsel hem de fiziksel gelişim üzerindeki etkisi nedeniyle çok daha fazla önem kazanmaktadır. Çocuklarda uykuyu, bedensel bir yenilenme ve bedeni yeni güne şarj etme zamanı olarak tanımlayabiliriz. Ayrıca çocuğun gün boyunca öğrendiği bilgiler uykuda kalıcı hafızaya aktarılarak öğrenme süreci tamamlanmış olur. Derin uyku dediğimiz non-REM evresinde vücudun enerjisi geri kazanılır; büyüme ve onarım gerçekleşir, önemli büyüme ve gelişme hormonları salgınır. Uyku sorunu yaşayan çocuklarda, bağışıklık sistemi baskılanabilir, ruh hali ve yeme davranışları olumsuz etkilenebilir. Ayrıca okul başarısını da düşürebilir.

Yapılan çalışmalar yetişkinlikte de uykunun önemini vurguluyor: Yeterli ve kaliteli uyuyan bireylerde daha iyi bellek ve bilişsel performans görülüyor. Dahası, iyi bir uyku daha az kalori almaya yardımcı olup kilo kontrolüne de destek sağlıyor. Bunun yanı sıra; fiziksel performansın artması, duygusal ve sosyal zekânın iyileşmesi, depresyonun önlenmesi, inflamasyon riskinin düşmesi, bağışıklık sisteminin desteklenmesi ve kalp hastalıkları riskinin azalması gibi pek çok olumlu durum, uyku ile bağlantılıdır.

### **Peki, fiziksel aktivite ve çevresel faktörlerin kanser üzerindeki etkileri neler?**

Fiziksel olarak aktif bir yaşam şekline sahip olmanın faydaları saymakla bitmez. Düzenli fiziksel aktivite yapmanın kalbi güçlendirdiğini, kalp krizi geçirme riskini azalttığını, kas ve kemik kütlelerini koruduğunu, beyin sağlığını ve gelişimini desteklediğini, ruh sağlığını koruduğunu, olumlu düşünme ve stresle başa çıkabilme yeteneğini geliştirdiğini söyleyebiliriz. Fiziksel aktivitenin kansere karşı koruyucu etkisini de bu özellikler

arasında saymak mümkün. Özellikle, düzenli fiziksel aktivite yaparak oluşma riskini azaltabileceğimiz bazı kanser türleri var. Bu kanserler arasında meme, rahim, kolon, karaciğer ve böbrek kanserlerini sayabiliriz.

Dünya Sağlık Örgütü, kanserlerin yüzde sekseninin mesleki veya çevresel etmenlere bağlı olabileceğini tahmin etmektedir. Çok sayıda çevresel faktör, kanser riskini arttırabilir. Çevresel karsinojenleri mikroorganizmalar, maruz kalınan radyasyonlar veya elektromanyetik alanlar ve kimyasallar olarak gruplandırabiliriz. Her yıl, olası toksik etkileri yeterince incelenmeden yeni kimyasal maddeler sentez edilmektedir. Kimyasalların kanser gelişimindeki zararlı etkileri; kimyasal maddenin dozuna, kimyasal bileşiğin gücüne, o kimyasala ne kadar süre maruz kalındığına ve kişinin genel sağlık durumuna göre de değişmektedir. Uygun ortamda saklanmamış bazı besinlerde oluşan aflatoksinler kansere neden olabilir. Midede görülen helicobakter pilori veya safra kesesinde oluşan bazı parazitler viral kaynaklı çevresel karsinojenlere örnek olarak verilebilir. Tabii tütün kullanımını da kanser açısından önemli bir çevresel faktör olarak sayabiliriz.

### **Giderek yaygınlaşan genetik tarama testleri pek çok soruya cevap buluyor. Bu testlerle hangi tür kanserler tespit edilebiliyor? Testlerin tedavi sürecine katkısı nasıl oluyor?**

Genetik tarama testleri, genetik hastalıkların nedeni ve aileden gelip gelmediğini anlamak için uygulanmaktadır. Organizmaya ilişkin bilgilerin depolanmasını sağlayan her bir genin görevi birbirinden farklıdır. Normal durumlarda her hücrede kırk altı adet kromozom bulunur. Bu kromozomların yirmi üç adedi anneden, yirmi üç adedi babadan gelir. Bazı özel durumlarda genin kopyalanması sırasında düzgün çalışmasını engelleyen mutasyonlar oluşabilir. Ailesel kanser öyküsü olan kişilerde mutlaka genetik danışmanlık alınmalıdır. Ailesel meme kanseri, bağırsak kanseri ya da mide kanseri olan kişilerin genetik analizler sonrası tarama programlarına alınması gerekebilir. BRCA-1 ve BRCA-2 testleri artık günümüzde kolaylıkla yapılabilmektedir. Bu mutasyonu olanlarda meme, yumurtalık, rahim kanseri başta olmak üzere bazı kanserlerde artmış risk bulunmaktadır. Bu durumda olan kişilerde bazen koruyucu amaçlı göğüslerin ya da yumurtalıkların cerrahi olarak çıkarılması önerilebilmektedir.

Özellikle son yıllarda genetik tarama testleri, kanser tedavisinde önemli bir farklılık yaratarak hedefe yönelik spesifik olarak uygulanacak tedavi ajanlarının belirlenmesinde kullanılmaktadır. Genetik testlerle kişinin ilerleyen dönemlerde farklı kanserlere yakalanma riski belirlenerek gerekli önlemler alınabilmektedir. Mutasyon pozitif saptanması durumunda genetik danışmanlık verilerek, riskli hastalar koruyucu cerrahi ya da medikal tedavilere yönlendirilmektedir. Bunun dışında genetik testler kalıtsal olmayan kanser türlerinde, örneğin akciğer tümörü gibi olgularda, biyopsi ya da ameliyatla kitlenin alınması sonrasında gen profillemesi ile hastalığın hızlı, yavaş veya agresif seyrinin önceden bilinerek takip edilmesini kolaylaştırır ve uygun tedavi seçilebilir.■



## Prof. Dr. Aybala Yıldız Kadınlarda Meme Hastalıkları

Meme hastalıklarının kadınların genel sağlığında önemli bir yere sahip olduğunu belirten Genel Cerrahi Uzmanı Prof. Dr. Aybala Yıldız, olası durumları ele alarak tarama ve tetkikin önemine dikkat çekiyor.

**B**u makalemde, kadın sağlığı açısından son derece önemli bir konuya odaklanacağız: Meme hastalıkları. Meme sağlığı, kadınların genel sağlığının ayrılmaz bir parçasıdır ve bu nedenle meme hastalıklarının önlenmesi, taraması ve tedavisi hayati öneme sahiptir. Makalemde, meme hastalıklarını anlamak için tarama metotlarından, tetkik yöntemlerine ve son olarak meme hastalıklarının tedavisine kadar geniş bir yelpazede bilgi paylaşacağım.

Öncelikle, meme hastalıklarının tarama sürecini ele alalım. Meme kanseri gibi önemli hastalıkların erken teşhisi, sağlık açısından kritik öneme sahiptir. Bu nedenle, kadınların düzenli olarak meme taraması yapmaları şiddetle tavsiye edilir. Meme kanserinin taraması için en yaygın kullanılan yöntem mamografi'dir. Mamografi, memedeki potansiyel anormallikleri görselleştirmek için röntgen kullanır. Ayrıca, klinik meme muayenesi de düzenli olarak yapılmalıdır. Bu muayene, doktorun elle meme dokusunu kontrol etmesini içerir ve potansiyel anormallikleri tespit etmeye yardımcı olur.

Tarama yöntemlerinin yanı sıra, meme hastalıklarının tetkik edilmesinde kullanılan çeşitli teknolojiler de bulunmaktadır. Bunlar arasında manyetik rezonans görüntüleme (MRG) ve ultrasonografi yer almaktadır. MRG, detaylı görüntüler elde etmek için manyetik alanlar ve radyo dalgaları kullanır. Ultrasonografi ise yüksek frekanslı ses dalgaları kullanarak memedeki anormallikleri görüntüler. Bu tetkik yöntemleri, meme dokusundaki değişiklikleri daha iyi anlamamıza ve hastalıkları doğru şekilde teşhis etmemize yardımcı olur.

Meme hastalıklarının taraması ve tetkiki önemlidir ancak, tedavi süreci de en az onlar kadar önemlidir. Tedavi; hastalığın tipine, evresine ve hastanın genel sağlık durumuna bağlı olarak değişir. Meme kanseri gibi ciddi hastalıklar genellikle cerrahi müdahale gerektirir. Bu cerrahi müdahale, tümörün çıkarılmasını veya meme dokusunun kısmi veya tamamen alınmasını içerebilir. Cerrahi müdahalenin ardından, radyoterapi veya kemoterapi gibi diğer tedavi yöntemleri genellikle kullanılır. Bu tedaviler, kanser hücrelerini yok etmeye veya büyümelerini kontrol altına almaya yardımcı olur.

Bununla birlikte, meme hastalıklarının tedavisi sadece kanserle sınırlı değildir. Meme fibrokistleri gibi diğer yaygın durumlar da tedavi edilmelidir. Fibrokistler genellikle ağrıya ve şişmeye neden olabilir ve bazen aspirasyon veya cerrahi müdahale gerektirebilir. Kanser dışı meme tümörleri de tedavi edilmesi gereken bir durumdur. Bu tür tümörler, cerrahi müdahale ile çıkarılabilir ve nadiren kansere dönüşürler.

Sonuç olarak, meme hastalıkları kadın sağlığının önemli bir parçasıdır ve erken teşhis, tedavi şansını artırabilir, sonuçları iyileştirebilir. Düzenli meme taraması, meme hastalıklarının erken evrelerinde tespit edilmesine yardımcı olabilir ve bu da tedavi seçeneklerini artırabilir. Ayrıca, meme hastalıklarının tetkiki ve tedavisi için çeşitli teknolojiler ve yöntemler bulunmaktadır ve bu yöntemlerin etkin bir şekilde kullanılması, hastaların sağlığını iyileştirmeye yardımcı olabilir.

*Meme hastalıkları kadın sağlığının önemli bir parçasıdır ve erken teşhis, tedavi şansını artırabilir, sonuçları iyileştirebilir.*

Son olarak, tüm okuyuculara meme sağlığına verdiğimiz önemi vurgulamak istiyorum. Kendi sağlığınızı ve sevdiklerinizin sağlığını gözetmek için düzenli olarak tarama yaptırmayı ve meme hastalıkları hakkında bilgi edinmeyi unutmayın lütfen. ■





MİHRE MUTLU



PELİN KAYA



SİMGE DÖNGEL, MERT VİDİNLİ

## Vichy'den Kırmızı Tanıtım

**Vichy, Binbirdirek Sarnıcı'nda  
görkemli bir lansman düzenleyerek  
yeni göz kremini tanıttı.**

Markanın kırmızı dünyasından ilhamla büyüleyici bir atmosfere bürünen Binbirdirek Sarnıcı'ndaki tanıtıma Vichy Marka Müdürü Simge Döngel ev sahipliği yaptı. Influencer'lar ile iş ve cemiyet hayatının tanınan isimlerinin katıldığı davette konuklar, özel deneyim alanlarında ürünü yakından inceledi. Göz bakımıyla ilgili merak ettikleri konularda da uzmanlardan bilgi alan davetliler oldukça keyifli bir akşam geçirdi. ■



AKASYA ASILTÜRKMEN

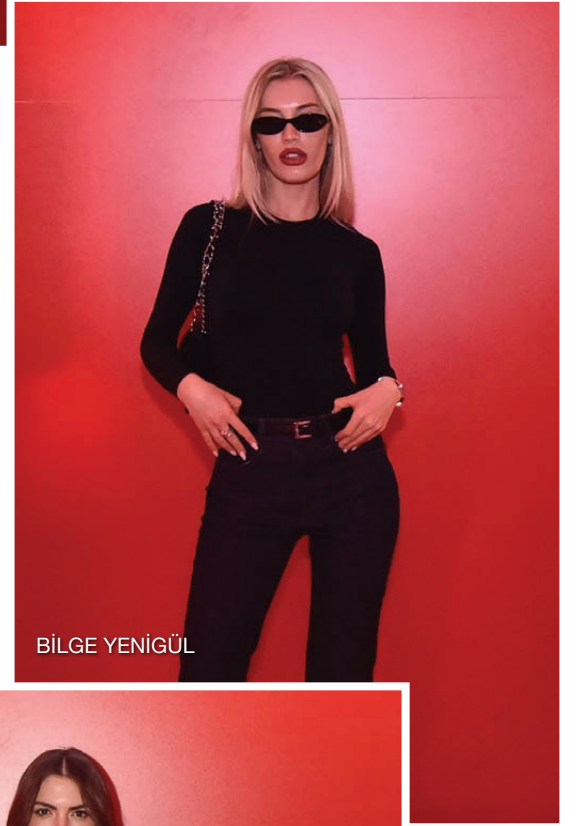


PINAR HOTIÇ



ECENAZ ÜÇER

*Gerçekleştirilen  
tanıtıma  
iş, sanat  
ve cemiyet  
hayatından çok  
sayıda davetli  
kadıldı.*



BİLGE YENİGÜL



KATRE TURAN



MERİÇ KÜÇÜK



## Doç. Dr. İbrahim Sakçak Obeziteye Son

Obezitesi olan bireylerin hem kendilerini sosyal yaşamdan soyutlaması hem de sağlık sorunlarıyla hayatına kalitesiz bir şekilde devam etmesi, ruhsal ve bedensel iyiliklerini olumsuz etkiliyor. “Sağlıklı ve mutlu bir yaşam için obeziteye son!” diyen Doç. Dr. İbrahim Sakçak, obezite cerrahisinin kolaylığından bahsediyor.



**S**ağlıklı ve mutlu yaşam için ruhsal ve bedensel iyilik olması gerekir. Bunun ilk koşullarından birisi ise fazla kilolardan kurtulmaktır. Kilo alındıkça sağlığın da olumsuz etkileneceği bilimsel bir gercektir. Obezite sorunu yaşayan kişilerde sağlıklı bireylere göre daha sık oranda hipertansiyon, tip 2 diabetes mellitus, horlama ve uyku apne sendromu, reflü özofajit, eklem ağrıları ve artroz (kireçlenme), lomber disk hernisi, polikistik over sendromu ve infertilite sorunları yanında ruhsal yönden depresyon görülmektedir. Tüm bu sağlık sorunları fazla kiloları verince ya tamamen ortadan kalkmakta ya da gerilemektedir. Yapılan bilimsel çalışmalar göstermiştir ki obez bireylerde normal kilolu kişilere göre ortalama yaşam süreleri on ila on beş yıl kısalmaktadır. Bir başka gerçek ise; obezite sadece yaşam süresini kısaltmakla kalmamakta, aynı zamanda yaşam kalitesini de düşürmektedir. İsteddiği kıyafeti giyemediği veya giydiği kıyafet bedenine uygun olmayan birey sırf bu yüzden sosyal yaşamdan kendini soyutlayabilmektedir. Evden dışarı çıkmak istemeyen birey adeta bir tecrit hayatı sürebilmektedir. Bu durum bireyin psikolojisini olumsuz etkilemektedir. Çareyi antidepresan ilaç kullanımında bulmaya çalışan kişiler haline gelebilmektedirler.

Toplumda bilinenin aksine obezite sadece kilolu olma hali değil; hastalıkların eşlik ettiği bir sendromdur. Obeziteye otuz iki farklı hastalık eşlik edebilmektedir. Bu hastalıklar zaten büyük sağlık problemi yaşayan kişiyi daha da içinden çıkılması güç problemler yumağına sevk edebilmektedir. Oysaki; tüm bunların günümüzde uzman ellerde çözümü var ve sanıldığından da konforlu bir süreçle birey adeta bütün prangalarından kurtulmuşçasına mutlu, başarılı, öz güvenli ve tam bir sağlıklılık halinde yeni bir yaşama adım atabilmektedir. Bu mucizevi çözümün adı obezite cerrahisidir.

Obezite cerrahisi; yaklaşık yirmi yıldır yaygın olarak uygulanmaya başlandı; ancak, elli yıldır bilinen bir yöntemdir. Gittikçe artan sıklıkta uygulanmasının bir sebebi, obezitenin yaygınlaşması yanında bilgi, tecrübe ve teknolojik gelişmelerin baş döndürücü bir hızla artmasıdır. Önceki yıllarda dört ya da beş saat süren mide küçültme ve mide bypass ameliyatları, günümüzde bir saatten kısa sürede gerçekleştirilmektedir. Ameliyatlarda hastanın konforunu olumsuz etkileyen, burundan sonda ve idrar sondası takılması uzun yıllardır uygulanmamaktadır. Son yıllarda ise dren kullanmadan ameliyatlarımızı yapıyoruz. Üstelik mide etrafına uygulanan blok anestezi ile adeta ağrısız ameliyatlar gerçekleştirilmektedir. Bu gelişmeler, ameliyatlara olan olumsuz bakış açısını büyük oranda azaltmıştır.

Öncelikle obezite ve fazla kiloların sadece bir görüntü sorunu olmayıp ciddi bir sağlık sorunu olduğunun kabul edilmesi gerekir, çünkü tedavinin ilk adımı, sorunu kabul etmekle başlar. Adeta görmezden gelmek veya yok saymakla sorun maalesef yok olmuyor. Geriye kalitesiz geçen yıllar kalıyor.

Obezite tedavisi konusunda büyük bir bilgi birikimi ve tecrübesi olan hekimler var. Bu kliniklerden birine başvurduğunda detaylı olarak bilgilendirme yapılacaktır ve doğru bilinen yanlışları ortadan kaldırmak mümkün olabilecektir.

Sonuç olarak; obezite, ruhsal ve bedensel sağlığı tehdit eden önemli bir sağlık sorunudur. Bu sağlık sorununun en etkili ve kalıcı tedavisi, obezite cerrahisi ile sağlanmaktadır. ■

*Obezite, ruhsal ve bedensel sağlığı tehdit eden önemli bir sağlık sorunudur. Bu sağlık sorununun en etkili ve kalıcı tedavisi, obezite cerrahisi ile sağlanmaktadır.*





## Prof. Dr. Turgay Akgl Yardımcı reme Teknikleri

Üroloji Uzmanı Prof. Dr. Turgay Akgl, doğal yollarla ocuk sahibi olmakta zorlanan kişiler için uygulanan tıbbi işlemleri sıralayarak açıklamalarını yapıyor.

*Yardımcı üreme teknikleri, tipik olarak gebelik elde etmek için diğer yöntemler başarısız olduğunda veya uygulanabilir olmadığına kullanılır.*

**Y**ardımcı üreme teknikleri (YÜT, ART), insanların doğal yollarla çocuk sahibi olmakta zorlandıkları durumlarda çocuk sahibi olmalarına yardımcı olmak için kullanılan bir dizi tıbbi işlemi ifade etmektedir. Bu teknikler tipik olarak gebelik elde etmek için diğer yöntemler başarısız olduğunda veya uygulanabilir olmadığına kullanılır. Bazı yaygın ART işlemleri şunları içerir:

**İn vitro fertilizasyon (IVF):** Bu, bir yumurtanın vücut dışında bir laboratuvar kabında sperm ile döllenmesini içerir. Döllenme gerçekleştiğinde ortaya çıkan embriyo, kadının rahmine transfer edilir.

**İntrasitoplazmik sperm enjeksiyonu (ICSI):** Sperm kalitesi veya miktarının düşük olduğu erkek kısırlığı vakalarında, döllenmeyi kolaylaştırmak için tek bir sperm, doğrudan bir yumurtaya enjekte edilir.

**Gamet intrafallopian transferi (GIFT):** GIFT'te yumurtalar kadının yumurtalıklarından alınır, spermle karıştırılır ve ardından hemen döllenmenin doğal olarak gerçekleşebileceği fallop tüplerine yerleştirilir.

**Zigot intrafallopian transfer (ZIFT):** IVF'ye benzer, ancak embriyo rahim içine transfer edilmek yerine doğrudan fallop tüplerine yerleştirilir.

Erkek destekli üreme teknikleri (MART) öncelikle erkek kısırlığı sorunlarını ele almaya odaklanır. İşte bazı yaygın MART prosedürleri:

**İntrasitoplazmik sperm enjeksiyonu (ICSI):** Bu, en yaygın MART prosedürlerinden biridir. Döllenmeyi kolaylaştırmak için tek bir sperm doğrudan yumurtaya enjekte edilmesini içerir. ICSI genellikle, düşük sperm sayısı, zayıf sperm hareketliliği veya anormal sperm morfolojisi olduğunda kullanılır.

**Testiküler sperm ekstraksiyonu (TESE):** Tıkanıklıklar veya diğer sorunlar nedeniyle ejakülatta sperm bulunmadığı durumlarda, sperm TESE kullanılarak doğrudan testislerden alınabilir. Alınan sperm daha sonra ICSI gibi prosedürler için kullanılabilir.

**Perkütan epididimal sperm aspirasyonu (PESA):** TESE'ye benzer şekilde PESA, sperm depolandığı testislerin yakınında bulunan bir yapı olan epididimden sperm almak için kullanılan bir prosedürdür. Alınan sperm daha sonra ICSI için kullanılabilir.

**Mikrocerrahi epididimal sperm aspirasyonu (MESA):** MESA, PESA'nın daha karmaşık bir versiyonudur ve genellikle PESA başarısız olduğunda veya daha yüksek miktarlarda sperm gerektiğinde kullanılır. Epididimden spermi bulmak ve almak için bir mikroskop kullanılmasını içerir.

**Sperm yıkama:** Bazı durumlarda erkek kısırlığı, yüksek düzeyde DNA hasarı veya bağışıklık sistemi faktörleri gibi sperm kalitesiyle ilgili sorunlardan kaynaklanıyor olabilir. Sperm yıkama, sağlıklı spermleri seminal sıvı ve diğer maddelerden ayıran, IVF gibi ART prosedürleri sırasında başarılı döllenme şansını artıran bir tekniktir. ■

MAG davet



KORAY HEKİMOĞLU



LEVENT-MERİÇ ÇOLAK



MERT-YASEMİN SEYHAN



HALE TURNAOĞLU

## Sağlığa Açılan Kapı

**Radyoloji Uzmanı Doç. Dr. Hale Turnaoğlu,  
Maidan İş ve Yaşam Merkezi'ndeki  
yeni kliniğinin açılışını özel bir davetle  
gerçekleştirdi.**

Sağlık dünyasının önde gelen isimlerinin katıldığı davette bir konuşma yapan Hale Turnaoğlu "Bu kliniği açma fikri aslında değerli hastalarım ve çevrem tarafından doğdu. Ankara çok büyük ve güzel bir şehir. Bu şehirde sağlık hizmetini daha kolay, belirli standartların üzerinde ve azami ilgi ile almak isteyen birçok insan var. Örneğin insanların meme kanseri taraması amacıyla tetkik ve takiplerini kolaylıkla yaptırabileceği özel görüntüleme merkezi sayısı bu büyüklükteki bir şehir için oldukça az. Burayı açmamızdaki nedenlerden biri de bu ihtiyaca karşılık verebilmektir." dedi. ■



EMİNE-DERVİŞ GÜNER



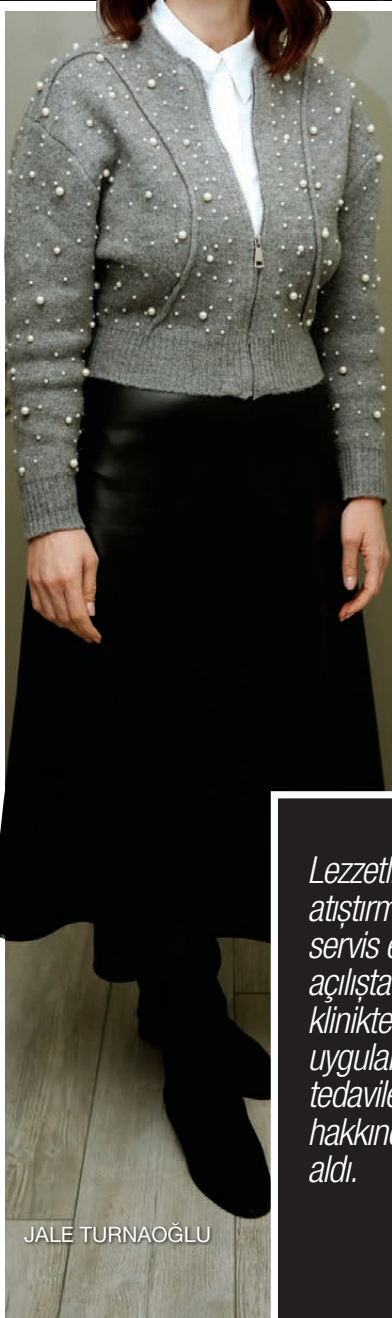
DENİZ USTAOĞLU, BUKET BESTAŞ



ÖZLEM AKSU



NİLÜFER İREM TUNÇER



JALE TURNAOĞLU



ŞEHNAZ BAŞTAŞ



HALDUN KAMBUROĞLU

*Lezzetli  
atıştırmalıkların  
servis edildiği  
açılışta davetliler,  
klinikte  
uygulanan  
tedaviler  
hakkında bilgi  
aldı.*

# MEME KANSERİ

## Taramasında Bilmemiz Gerekenler Nelerdir?



Doç.Dr. Hale Turnaoğlu meme kanseri taraması ile ilgili merak edilenleri anlattı.

### Meme kanseri farkındalığı ve taraması neden bu kadar önemli, açıklar mısınız?

Meme kanseri dünyada kadınlarda en sık görülen kanser türüdür ve erken tanı alındığında tedavi edilebilir. Ne yazık ki dünyada her sekiz kadından biri meme kanserine yakalanıyor. Bu da bize taramanın önemini gösteriyor. Meme kanseri farkındalığı ve taraması, hastalığın erken safhalarında tanı konulabilmesine ve böylece daha etkili tedavi yöntemlerinin uygulanmasına olanak tanır. Erken tanı alamamış meme kanseri, daha agresif bir şekilde dönüşebilir ve tedavisi daha zor hale gelebilir. Çok ilerlemiş vakalar ise bazen tedavi edilemeyebilir. Bu nedenle, düzenli taramaların yapılması hastalığın erken tanısı ve tedavisi için son derece önemlidir. Ayrıca, meme kanseri farkındalığı, kadınları düzenli sağlık kontrollerine teşvik ederek genel sağlık durumlarını korumalarına yardımcı olabilmektedir.

### Meme kanseri taraması nasıl yapılmaktadır?

Meme kanserinde tarama yöntemi mamografi'dir. Mamografi, meme dokusunun röntgen görüntülerini alarak meme kanseri taramasında kullanılan temel yöntemdir. Özellikle meme dokusu yoğunluğu yüksek olan kadınlarda, taramalarda mamografiye eklenen meme ultrasonunun, kanser saptanma oranlarını arttırdığı gösterilmiştir. Ayrıca 40 yaş altında genç kadınlarda, hamilelerde ve emzirenlerde kullanılacak ilk görüntüleme yöntemi meme ultrasonudur. Yüksek riskli hastaların taramasında ise meme manyetik rezonans görüntülemenin de taramaya eklenmesi önerilebilmektedir.



### Meme muayenesi önemli midir?

Öncelikle meme muayenesini klinik meme muayenesi ve kendi kendine meme muayenesi olarak ayırmak gerekir. Klinik meme muayenesi profesyonel bir sağlık uzmanı tarafından yapılan muayenedir ve yılda bir yapılması önerilir.

Kendi kendine meme muayenesi, kadınların kendi kendilerine meme kontrolü yapmasıdır ve meme dokularında herhangi bir değişiklik, kitle veya anormallik fark edebilmelerini sağlayabilir. Ancak erken tanıya katkısı tartışmalı bir konudur. Bu muayenenin kadınlarda gereksiz kaygı yarattığı veya tam tersine memesinde değişiklik görmeyen kadınların görüntüleme kontrollerini aksatmalarına neden olabileceği söylenmektedir. Yine de meme kanseri farkındalığını arttırdığından, kendi kendine meme muayenesi yapılmasını önermek genel kabul gören yaklaşımdır. Adet gören kadınların ayda bir kez adet dönemlerini takip eden hafta, menapozdaki kadınların ise her ay belirledikleri bir gün kendi kendilerine meme muayenesi yapmaları önerilir.

### Meme kanseri taramasına kaç yaşında başlanmalıdır ve ne sıklıkta yapılmalıdır?

Risk grubunda olmayan kadınlarda meme kanseri taramasına ne zaman başlanacağı ve sonlandırılacağı konusunda farklı sağlık kuruluşlarının önerileri farklılık gösterebiliyor. Ülkemizde 40-69 yaş aralığında, 2 yılda bir mamografi ile meme kanseri taraması yapılıyor. Bunun yanında, Amerikan Kanser Derneği ve Amerikan Meme Radyoloji Koleji 40 yaşından itibaren kadınların yılda bir kez mamografi taraması yaptırmalarını öneriyor. Türk Radyoloji Derneği'nin önerisi de bu yönde. Taramanın sonlandırılma yaşına ise hastanın genel sağlık durumu ve yaşam beklentisi gibi bireysel özelliklerine göre karar verilmesi gerekir. Yüksek riskli hastaların tarama protokolleri, risk grubunda olmayan kadınlara göre farklılık gösterebilir. Bu nedenle yüksek riskli hasta grubunu belirlemek önemlidir. Bu hastalarda daha erken yaşlarda taramaya başlamak gerekebilir. Ayrıca rutin incelemelere ek görüntülemelerin de taramaya eklenmesi önerilmektedir. Taramalar daha sıkı bir şekilde ve mutlaka en az yıllık olacak şekilde planlanmalıdır. Tarama planının, kişisel risk faktörleri ve genetik özellikler göz önünde bulundurularak doktorunuzun ve radyoloğunuzun önerilerine göre belirlenmesi gerekir.

### Yüksek riskli hastalar kimlerdir?

Meme kanseri gelişimi açısından yüksek riskli genler olan BRCA 1, BRCA 2 gibi gen mutasyonu taşıyıcısı olanlar, 1. derece yakınlarında BRCA mutasyonu olduğu bilinen ama kendisi test yaptırmamış kişiler, aile hikayesine göre yaşam boyu meme kanseri riski %20 ve üzerinde olanlar, göğüs bölgesine 30 yaşından önce radyasyon terapisi alanlar, birinci derece yakınında menapoz öncesi gelişmiş meme kanseri bulunanlar, yumurtalık kanseri olan hastalar, kendisi özellikle 50 yaşından önce meme kanseri geçirmiş veya biyopsi ile 'lobüler neoplazi' veya 'atipik duktal hiperplazi' gibi riskli patolojik tanılar almış hastalar yüksek riskli hasta grubunda sınıflandırılabilir. Bunun dışında yoğun meme dokusuna sahip olmak da bir risk faktörü olarak sıralanmaktadır.

### Yoğun meme dokusuna sahip olmak ne demektir, sık karşılaşılan bir durum mudur?

Meme dokusu temel olarak iki ana dokudan oluşur. Bunlardan biri yağ dokusu, diğeri ise memenin bez ve bağ dokusunu içeren fibroglandüler dokudur. Meme dokusunun yoğunluğu, meme içinde bulunan yağ ve fibroglandüler dokuların oranına göre belirlenir. Yoğun meme dokusuna sahip kadınlarda, meme daha fazla fibroglandüler doku içerirken, yağ oranı daha düşüktür. Memenin yoğunluğu, mamografi, ultrasonografi veya manyetik rezonans görüntüleme ile değerlendirilebilen bir özelliktir.

Yoğun meme dokusuna sahip olmak, mamografi başta olmak üzere görüntüleme testlerinin doğruluğunu etkileyebilir. Mamografide yoğun doku, kanser ya da diğer anormallikleri gizleyerek tespit etmeyi zorlaştırabilir. Yoğun meme dokusu olan kadınlarda mamografi taramasının doğruluğunu arttırmak için ek görüntüleme yöntemleri kullanılabilir. Bunların başında, ultrasonografi geliyor. Daha önce de belirttiğim gibi, mamografi incelemelerine eklenen ultrason incelemesinin, özellikle yoğun meme dokusuna sahip kadınlarda meme kanseri saptanma oranlarını arttırdığı biliniyor. Ayrıca yüksek riskli hasta grubunda manyetik rezonans görüntüleme taraması da önerilebilir. Yoğun meme dokusu olan kadınlar, doktorları ve radyologları ile görüşerek meme kanseri taraması için en uygun yöntemi ya da yöntemleri belirlemelidir.

Bazı çalışmalara göre, dünya genelinde kadınların yaklaşık %50'sinde yoğun meme dokusu olduğu tahmin edilmektedir. Ancak bu oranlar, farklı araştırma yöntemleri, tanı kriterleri ve popülasyon özelliklerine göre değişebilir. Yoğun meme dokusuna sahip olma oranı genellikle genç ve menapoz öncesi dönemdeki kadınlarda daha yüksektir.

## Mamografi ile Meme Ultrasonu arasındaki fark nedir?

Mamografi incelemesi memenin röntgeni gibi düşünülebilir. X-ışınları kullanılır ve radyasyon maruziyeti söz konusudur. Ancak, hemen belirtmek gerekir ki bu maruziyet dijital teknolojiler ile optimize ve minimize edilmiş durumdadır. Mamografi ile elde edilen kazançlar düşünüldüğünde ihmal edilebilir bir risk yaratmaktadır. Mamografide iki boyutlu görüntüler elde edilir. Her iki memenin asimetriler açısından karşılaştırılmasına ve bütünsel değerlendirilmesine olanak sağlar. Ayrıca özellikle erken evre kanserin bir bulgusu olabilen mikrokalsifikasyonların dağılımı ve yapısını net olarak değerlendirebildiğimiz tek incelemedir.

Ultrason yüksek frekanslı ses dalgalarını kullanarak memenin iç yapısını detaylı bir şekilde görüntüleyebilmemizi sağlayan bir yöntemdir. Ultrasonda radyasyon bulunmamaktadır. Gerçek zamanlı bir incelemedir. Yani radyolog ekrandaki görüntüleri anlık olarak değerlendirir. Görüntüler ile her bir anda, yalnızca cihazın temas ettiği alandaki meme dokusu değerlendirilebilir. Saptanan anormalliklerin ya da kitlelerin ayırıcı özelliklerini ortaya koymak açısından mamografiye üstündür. Ayrıca ultrason incelemesi sırasında, doppler ultrasonografi ile kanlanma özellikleri ve elastografi yöntemi ile de sertlik özellikleri ile ilgili bilgiler de alınabilir. Ancak ultrason yapan kişiye bağımlı bir incelemedir. Ayrıca canlı bir inceleme olduğundan memenin diğer tetkiklerinde olduğu gibi tümünü gösterebilen bir görüntü verisi de bulunmamaktadır. Bu nedenle ultrasonu yapan kişinin özeni, dikkati ve tecrübesi çok önemlidir.

## Meme manyetik rezonans görüntüleme nasıl bir incelemedir?

Meme manyetik rezonans görüntüleme, kısaca MRG veya okunduğu şekliyle emar görüntüleme, meme dokusunun detaylı olarak incelenmesini sağlayan bir diğer meme görüntüleme yöntemidir. Meme hastalıklarının tanısında kullanımı gittikçe yaygınlaşıyor. Genellikle mamografi ve ultrasonografi ile saptanan bulguların ileri incelemesi amacıyla önerdiğimiz bir inceleme. Ancak bunun dışında da pek çok kullanım alanı söz konusu.

Meme MRG incelemesi sırasında hastanın yüzüstü yatar pozisyonda, tüp şeklinde bir cihazın içine girmesi gerekir. Sıklıkla damardan kontrast madde dediğimiz bir ilaç verilir. Bu madde meme dokusundaki anormal alanlar ya da kitleler tarafından tutularak daha iyi görünmelerini sağlar. Gelişen teknoloji ile birlikte meme MRG inceleme süreleri yaklaşık 1 saatten 15-20 dakikaya kadar düşmüş durumdadır. Ancak kapalı alan korkusu olan kişilerde yine de bu süreler sıkıntı yaratabilir. Meme MRG bulgularının değerlendirilmesinin çok önemli olduğu olgularda anestezi eşliğinde de tetkik gerçekleştirilebilir.

## Günümüzde estetik cerrahi uygulamalar giderek yaygınlaşıyor. Meme estetiği geçirmiş hasta sayısı da giderek artıyor. Bu hastalarda, özellikle silikonu bulunan kadınlarda meme kanseri taraması problem yaratıyor mu?

Burada üzerinde durulması gereken en önemli nokta kozmetik amaçlı ameliyat planlanan kadınlarda, öncelikle memenin sağlıklı olduğunun gösterilmesi gerektiğidir. Bu amaçla tüm meme estetiği planlanan hastalarda, 40 yaş ve üzerinde ise mamografi ve ultrasonografi ile, 40 yaş altında ise ultrasonografi ile meme görüntülemelerinin yapılması önemlidir. Ameliyat sonrası 40 yaş üzerindeki hastalarda, estetik meme ameliyatı geçirmemiş diğer kadınlara benzer tarama protokolleri söz konusudur. Yani estetik ameliyat geçirmiş olmak taramanın sıklığını ya da şeklini değiştirmez. Özellikle silikon implantı bulunan hastalar mamografi çekmek istemeyebiliyor. Memenin sıkıştırılması ile silikonun patlaması düşüncesi bundan kaçınmalarına ya da endişe duymalarına neden oluyor. Bu ihtimal gereğinden fazla sıkıştırılan özellikle eskimiş implantlarda teorik olarak mümkün olmakla birlikte yeni tip cihazlarda ve deneyimli ellerde karşılaşılan bir durum değildir. Sonuç olarak silikon implantı olsun ya da olmasın meme estetiği geçirmiş hastaların mamografi, meme ultrasonu ya da meme MR çekmelerinde bir sakınca bulunmamaktadır diyebiliriz. Mamografi çekimi öncesinde, çekimi gerçekleştirecek olan radyoloji teknikerine bu konuda bilgi vermeleri yeterlidir. Pozisyonlamada yapılacak manipülasyonlar ile meme dokusunu yeterli bir şekilde görüntülenebilir. Ultrason ve meme MR incelemelerinde de uygun teknikle yeterli tanılal kalitede görüntüler elde edilebilir.

## Son olarak merak edilen bir diğer soru erkeklerde meme kanseri görülür mü?

Ne yazık ki erkeklerde de meme kanseri görülebilir. Erkek meme kanseri ender görülen, ancak agresif bir hastalıktır. Tüm dünyada görülme sıklığı %1'in altındadır. Ancak özellikle aile hikayesi olan erkeklerin de risk altında olabileceği göz ardı edilmemelidir. Kadın meme kanserinde olduğu gibi erkek meme kanserinde de erken tanı hayati öneme sahip olduğundan herhangi bir şikayette mutlaka fizik muayene ve görüntüleme ile ileri tetkik yapılmalıdır. Ayrıca BRCA gen taşıyıcısı olduğu bilinen erkeklerde de meme kanseri taraması yapılması önerilmektedir.

## MEME KANSERİNDE ERKEN TANI HAYAT KURTARIR. LÜTFEN TARAMALARINIZI DÜZENLİ OLARAK YAPTIRIN.

*Mutlu ve sağlıklı günler diliyorum.*

## DOÇ.DR.HALE TURNAOĞLU HAKKINDA

Doç. Dr. Hale Turnaoğlu yüksek öğrenimini Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde yaparak 2005 yılında mezun oldu. Uzmanlık eğitimini Dışkapı Yıldırım Beyazıt Eğitim ve Araştırma Hastanesi'nde gerçekleştirdi. Aralık 2011'de 'Memenin BI-RADS kategori 4 lezyonlarına dinamik kontrastlı manyetik rezonans görüntülemenin katkısı ve histopatolojik korelasyon' başlıklı tezi ile uzman doktor oldu. Mecburi hizmetini yaparken 2013 yılında Avrupa Radyoloji Yeterlilik Belgesini (European Diploma in Radiology-EDIR) aldı. Mecburi hizmetini tamamladıktan sonra 2014 yılında Başkent Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde uzman doktor olarak göreve başladı. 2015 yılında Öğretim Görevlisi, 2018'de yardımcı doçent unvanlarını aldı. Ocak 2022'de doçent oldu. Meme Radyolojisi, Ultrasonografi, Doppler Ultrasonografi ve Transplantasyon Radyolojisi alanlarında çalıştı. Başkent Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde çalıştığı süre boyunca Türkçe ve İngilizce Tıp Fakültesi öğrencilerine, Sağlık Meslek Yüksekokulu'nda Radyoloji Teknikerliği öğrencilerine ve Radyoloji uzmanlık eğitimi asistanlarına çoğu ultrasonografi ve meme radyolojisi alanında çok sayıda ders verdi ve meme radyolojisi alanında lisansüstü tez danışmanlığı yaptı. Cumhurbaşkanlığı Dijital Dönüşüm Ofisi'nin 'Dijital Göz' projesi kapsamında mamografide yapay zeka uygulamaları ile ilgili çalışmalarda bulundu. Şubat 2024'de Başkent Üniversitesi'nden ayrılarak kendi özel kliniğini açtı.



Uluslararası ve ulusal önde gelen indeks bilimsel dergilerde yayımlanmış birçok eseri bulunan Doç.Dr.Hale Turnaoğlu'nun çok sayıda makalesi, yurt içinde ve yurt dışında sunulmuş çok sayıda bildiri bulunmaktadır. Yayımlanmış makaleleri, yurtdışında 50'den fazla yabancı kitapta ve çeşitli yayınlarda kaynak olarak gösterilmiştir.

Doç.Dr.Hale Turnaoğlu'nun özellikle ilgilendiği konular ultrasonografi ve Doppler ultrasonografi ve meme görüntülemesidir (ultrasonografi, mamografi, manyetik rezonans görüntüleme, girişimsel işlemler). Avrupa Radyoloji Derneği (ESR), Avrupa Meme Görüntüleme Derneği (EUSOBI), Türk Radyoloji Derneği (TRD), Türk Manyetik Rezonans Derneği (TMRD), Tıbbi Ultrasonografi Derneği (TUD), Ankara Meme Hastalıkları Derneği, Ankara Golf Kulübü (AGK) ve Regnum Karya Golf Kulübü üyesidir. Ayrıca Türkiye Klinikleri Dergileri danışma kurulunda görev yapmaktadır. Hobileri arasında golf, yelken ve piyano çalmak vardır. Bir sanatsever olan Hale Turnaoğlu'nun bir kızı vardır.



## Prof. Dr. Hüseyin Borman

### **Estetik Vücut Şekillendirme**

Estetik bir görünüŐ için cerrahi olarak vücut Şekillendirme yöntemlerinin uygulanabildiğini belirten Prof. Dr. Hüseyin Borman; meme, karın, kol ve bacaklara yapılan müdahaleleri detaylandırıyor.



*Kişinin kendi çabasıyla vücut şeklini düzeltemediği noktada plastik ve estetik cerrahi yöntemlerini kullanarak biz devreye giriyoruz.*

V

ücut şekillendirme ve bunun estetik ölçüler içinde yapılması bazı cerrahi yöntemlerle mümkün olmaktadır. Vücut bölümlerinin birbiriyle orantılı bir ilişki içerisinde olması, vücut bütünlüğü ve estetik algısı için oldukça önemlidir. Belli bölgelerde yağ

doku fazlası olması, kas ve doku gevşemesi, sarkması ve kemik yapılarıdaki deformiteler ideal vücut ölçülerinde dengesizlik oluşturarak vücut şeklini bozmaktadır. Bazı deformasyonlar genlerle aktarılmakta ve doğuştan itibaren olmaktadır.

Bazıları puberte döneminde hormonal değişimlerle ortaya çıkmaktadır. Aşırı şişmanlama, sık kilo alıp verme, kadınlarda hamilelik ve menopoz, ayrıca yaşam tarzı; vücut şeklinin oluşmasında rol oynamaktadır. Fiziksel aktiviteler ve yaşam tarzının düzene konulmasıyla bazı sorunlar çözülebilmektedir. Kişinin kendi çabasıyla vücut şeklini düzeltemediği noktada plastik ve estetik cerrahi yöntemlerini kullanarak biz devreye giriyoruz.

Vücut şekillendirme işlemleri açısından en sık dikkat çeken göğüs ve karın bölgesi şekil bozukluklarıdır. Göğüs bölgesi ele alındığında kadınlarda temel olarak meme boyutları, deri içi doku dolgunluğu ve sarkması değerlendirilmektedir. Meme boyutlarını belirlerken vücut genel şekline göre orantı kurabiliriz ama bunu hasta ile detaylı olarak konuşmak gerekiyor. Zayıf ve ince göğüslü birisi iri bir meme isteyebilir veya yapılı bir kişi küçük bir meme ile daha mutlu olabilir. Sonuçta o meme ile yaşayacak kişinin istekleri çok önemlidir. Biz de bu aşamada profesyonel olarak hastayı yönlendirmeye yardımcı oluyoruz. Memelerin sarkmış olmadığı ve iç dolgunluğunun az olduğu durumlarda silikon meme implantları ile meme dolgunluğu sağlanmaktadır. Dolgunluğun ötesinde mevcut memenin boyutları da seçilecek implant boyutlarıyla büyütülebilmektedir. Bunu ayarlamak için implant boyutlarını değiştiriyoruz. Deri ve doku elastikiyeti iyi olan bazı hastalarda -silikon ebatları açısından- istenirse o kadar uygun bir seçim yapılabilir ki dışarıdan meme büyütme ameliyatı yapıldığı anlaşılamayabilir. Demek istediğim; meme

büyütme ameliyatı, istenildiğinde o kadar doğal yapılabilir ki sanki kişinin kendi orijinal memesiymiş gibi düşünülebilir. Bunun yanında implant boyutlarını değiştirerek memelerin değişik oranlarda büyütülmeleri de sağlanabilir. İri veya iddialı boyutlarda implant seçimleri de yapılabilir. Doku elastikiyeti ve vücut ölçüleri değerlendirildiğinde bu aşamada yapay görünüm elde edilebilecek durumlarda hastayı uyarıyoruz ve istemediği bir sonuçla karşılaşmaması için gerekli bilgilendirmeyi yapıyoruz.

İmplant boyutlarını seçerken görüntüleme ve canlı implant boyutu tespit yöntemlerini kullanıyoruz. Bu neden önemli? Bazen hasta çok küçük meme istediğini söylüyor ancak yapılan ölçümlerde oldukça iri bir meme istediği ortaya çıkıyor. Büyük meme isteyen bir hasta da ne kadar büyük istediğini tam olarak anlatamaz. Bu nedenle objektif yöntemlere başvurmamız gerekiyor. Meme büyütme amacıyla yapılan ameliyatlarda meme kıvrımı altından, meme başı çevresinden veya koltuk altından yapılan üç dört santimetre kesi ile implantı yerleştiriyoruz. Yara izi genellikle belli belirsiz bir çizgi şeklinde iyileşmektedir. Hasta arzu ederse ameliyat olduğu gün veya ertesi gün sabah evine gidebilmektedir. Normal ev içi aktivitelerine hemen başlayabilmekte ancak, kol açısını aşırı genişleten hareketlere bir hafta veya ay sonra izin verilmektedir. Meme üzerine yatmak veya basınca maruz kalacak durumlarda bir ay gibi bir süre beklemek genellikle yeterli olmaktadır. Ağır sporlar için üç ay gibi bir süre beklemekte yarar görüyoruz.

Sarkmış olan meme durumlarında meme dolgunluğuna bakıyoruz. Yeterli doku dolgunluğu olan kişilerde sadece kendi dokusunu şekillendirerek dikleştirme yapıyoruz. Eğer dikleştirme esnasında meme boyutlarının büyütülmesi de isteniyorsa implant eklenerek veya hastanın kendi vücudundan alınacak yağ doku enjeksiyonuyla bu istek gerçekleştirilmektedir. Meme doku dolgunluğu yetersiz olan hastalarda da bu iki yöntem uygulanmaktadır. ➡➡

Meme dikleştirme ameliyatlarında memeyi küçültmek de mümkündür. Doku çıkarılarak daha küçük bir meme oluşturabiliyoruz. Meme sarkması olan veya olmayan büyük memelerin küçültülmesinde de dokuyu azaltarak şekillendirme yapıyoruz. Meme küçültme ameliyatlarının, estetik görünümü düzeltmesi yanında fonksiyonel faydaları da vardır. Omuzlardan yük azalması olacağı için, vücut duruş bozuklukları düzelmekte, sırt ağrıları kaybolmakta, fiziksel aktiviteler kolaylaşmakta, spora başlanılabilmekte ve verilemeyen kilolar verilebilmektedir. Meme küçültme ve dikleştirme ameliyatlarında yapılan kesiler meme areola çevresinde ve dik inen bir çizgi şeklinde vertikal kesi olarak yapılmaktadır. Halk arasında "lolipop şeklinde iz" olarak bilinmektedir. Bazı durumlarda meme altından da kısa horizontal bir kesi yapılmaktadır.

Göğüs bölgesinden sonra karın bölgesine dikkatimizi çevirirsek; ideal ölçüler burada sağlanmazsa memeler ne kadar güzel olursa olsun, karın bölgesi deformasyonu olan kişilerde yeterli görsellikte olamazlar. Karın bölgesinde deformasyon genellikle deri gevşemesi, yağ dokusu birikimi, karın kaslarının gevşemesi ve genişlemesi ile ortaya çıkmaktadır. Bikini altı içinde kalacak bir kesi ile deri ve yağ doku fazlası çıkarılmaktadır. Bunu yaparken kalan bölümde liposuctionla yağ dokusu inceltilmekte ve şekillendirme yapılmaktadır. Göbek deliği, zannedilenin aksine yer değiştirmemektedir. Sapı ile birlikte korunarak, gerdirilmiş karın derisi üzerinde olması gereken yerde delik açılarak dikilmektedir. Karın duvarı dediğimiz karın kasları ve zarları dikişlerle sıkılaştırılmakta ve karın bölgesine estetik bir görünüm kazandırılmaktadır. Karın bölgesi arzu edilirse kash ve atletik bir görünümde de oluşturulabilir. Karın ve göğüs bölgesi şekillendirilmesi tamamlandığında vücudun ön tarafının şekillendirilmesi büyük ölçüde tamamlanmış olmaktadır. Karın kasları tahmin ettiğimizden çok daha fazla kullandığımız kaslardır. Yatarken, kalkarken, eğilirken, esnerken etkilenirler. Bu nedenle karın ameliyatlarından sonra hareketlerimiz birkaç gün biraz ağırlı olabilir. Beş ila yedi gün içinde rahatlama ve günlük işlerimizi yapma aşamasına geçeriz. Üç aya kadar, karın kaslarını zorlayıcı spor aktivitelerinden uzak durulması önerilir. Bazı spor dallarına ise altı ay sonra başlanmasını öneriyoruz.

Karın ve göğüs bölgelerine komşu alanlara liposuction uygulaması yaparak bu iki bölge arasında estetik bir geçiş sağlamayı hedefliyoruz. Bu tür cerrahi işlemler kombine ameliyatlar olarak birlikte yapılabildiği gibi, tek tek de yapılabilmektedir. Birlikte yapılması, tüm ameliyatların birlikte iyileşmesi ve bir defada tüm deformasyonlardan kurtulma anlamı taşıyabilir; ancak, bunun yanında daha çok işlem yapılması, iyileşme periyodunun uzaması anlamına da gelmektedir. Bilimsel çalışmalar toplu ameliyatların anestezi risklerini artırabildiğini ve cerrahi sonuçları olumsuz etkileyebileceğini de göstermektedir. Bu yazdıklarımızın her hasta için farklı sonuçlanabileceğini de eklemek isteriz. Her hasta ayrı ayrı değerlendirilmekte ve risk faktörleri ortaya konarak karar verilmektedir. Kombine ameliyatlara uygun olan hastalar ayrı bir şekilde planlanmalıdır.

Bir diğer önemli konu ise kolların ve bacakların sarkmasıdır. Sarkmış dokular sıkılaştırılırken, inceltme veya kalınlaştırma da mümkün olmaktadır. İnceltme, kollara yapılacak

*Bu tür cerrahi işlemler kombine ameliyatlar olarak birlikte yapılabildiği gibi, tek tek de yapılabilmektedir.*



liposuction ve yağ dokusunun cerrahi olarak çıkarılması ile yapılmaktadır. Cerrahi kesi, kol içi veya arkasına yerleştirilerek görünürlüğü azaltılmaktadır. Bir iki hafta kol hareketlerine dikkat etmek gerekmektedir. Kalınlaştırmada ise karından alınan fazla yağ dokusunun kollara dağıtılması yöntemleri uygulanmaktadır. Yine diz altı bölgelerin ince olmasından yakınan hastalarda da bacak kalınlaştırma amacıyla yağ enjeksiyonunu kullanıyoruz. Özellikle bacakların iç tarafında parantez bacak görüntüsü olan kişilerde oldukça yararlı olan bir yöntemdir.

Uyluk dediğimiz üst bacak bölgesi sarkmaları özellikle iç tarafta kasıktan itibaren başlamaktadır. Bu bölge kasık kıvrımı içine yerleştirdiğimiz kesi ile gerilmekte ve sarkmış alan düzeltilmektedir. Yine liposuction yöntemi kullanılarak çevre deformasyonlara neden olan yağ doku fazlası alınmaktadır. ■

Her gün, medya verilerini çeşitli filtrelerden geçirip, anlamlı ve kullanılabilir bilgilere dönüştürüyoruz.

Medyanın mükemmel bir bilgi kaynağı olduğunu biliyoruz.

SADECE TAKİP ETMİYORUZ,  
FARK EDİYORUZ.

“akıllı  
medya  
bilgisi,”



MTM

**medya takip merkezi**  
media monitoring center



Facebook.com/MTM.MedyaTakipMerkezi



Twitter.com/MTM\_MedyaTakip



LinkedIn.com/company/mtm-medya-takip-merkezi

[www.medyatakip.com](http://www.medyatakip.com)



## Dr. Özge Banu ztrk Plaj Vücudu Kıştan Hazırlanır

Kış mevsiminde kişinin yağlanma ve kilo almaya eğiliminin arttığını belirten Uzman Dermatolog zge Banu ztrk, yazın istenilen görünüme kavuşmak için neler yapmak gerektiğini ve ozon saunanın bedene faydalarını anlatıyor.

**G**erek hareketin kısıtlanması gerek de güneş maruziyetinin azalması sonucu hormonal ritmin değişmesi ile kış aylarında herkeste yağlanmaya, kilo artışına eğilim oluyor. Bir de psikolojik olarak eğilim varsa, sonuç bölgesel veya genel yağ birikimi ve kas kütlesinin azalması... Her kış sezonu yaşadığımız bu kilo artışı döngüsü, belki genç yaşlarda bahar sonunda bir iki aylık spor ve beslenme düzeltilmesiyle kırılırken, kırk yaş üstünde metabolik yavaşlama ile istenilen sonuçlar elde edilemiyor. Sellitsiz bacaklar, yağsız karınlar, sarkmamış kollara ne yaparsak

yapalım kavuşulamıyor. Benim danışanlarımda sıklıkla gözlemediğim davranış; tatilden bir iki ay önce selülit, bölgesel zayıflama ve diyet programlarına başvurmaları oluyor. Bir aylık hızlandırılmış programlar ile alınan sonuçlar beklentileri karşılamadığı zaman da kişiler başlanan tedavileri tamamen bırakabiliyor.

Aslında bilmeliyiz ki metabolik problemler hızlı dzelemez. Selülit ve bölgesel yağlanma metabolik problemlerdir; en az üç ila altı aylık yoğun uğraşlara ihtiyaç duyar. İşte bu yüzden plaj vücuduna hazırlık, kış aylarında başlar.

## Bölgesel Zayıflama ve Selülit

Bölgesel yağ depolanması; kadınlarda özellikle basen, kalça, iç bacak gibi alt ekstremitelerde yoğun iken, erkeklerde karın ve bel bölgesinde sık görülür. Hemen hemen tüm kadınlar östrojenik etki altında olduğundan, selülit olarak bilinen portakal kabuğu görünümlü bölgesel yağlanmaya yatkındır. Erkekler bacak kasları daha güçlü olduğundan ve testosteron hormonunun koruyucu etkisiyle selülit problemi yaşamazlar. Kadınların, doğumlardan sonra ve karbonhidrattan zengin beslenmeye bağlı olarak otuzlu yaşlardan itibaren karın çevresi genişleyebilir ve karın sarkmaları da başlayabilir.

Bölgesel zayıflama amaçlı kullanılan cihazlardan biri, zayıflama robotudur. D-finitive EVO; İspanya menşeli bir cihaz olup vakum, rotasyon, radyofrekans, endodermi, infrared dalgalarının üç ayrı başlık ile problemlili bölgeye peş peşe uygulandığı bir yağ parçalama cihazıdır. Seanslar, bölge başına yaklaşık bir saat sürmektedir. Zayıflama robotu uygulandıktan sonra yirmi dakika lenf direnaj yapılır ve kan dolaşımının artışı ile sıvılaştıran yağların lenfatik dolaşıma geçişi sağlanır. Zayıflama robotu, beş ila on dört gün arayla, ihtiyaca göre dört ila on iki seansa kadar uygulanabilir. İşlem sırasında vakum ve rotasyona bağlı hafif hassasiyet hissedilebilir ve iki ila beş gün içinde geçen morarma olabilir. Her seansta bir ila dört santimetreye kadar, bölgesel değişkenlik gösteren, ölçülebilir inceleme elde edilir.

Radyo dalgaları, cildin ısınarak yeni kolajen yapmasını da uyardığı için, tedavi sonunda cilt sıkılaşması ve selülit, çatlak görünümünde belirgin azalma görülür. Zayıflama robotu, yağ aldırma ameliyatlarından sonra oluşan çekiniklik, cilt düzensizliğini ve vücut şeklini düzeltmek amacıyla da kullanılabilir. Selülit ve cilt sıkılaşması amacıyla yine dört ila on iki seansa kadar uygulanabilir.

Bedenin toksinlerden temizlenmesi, vücuttaki kronik yangının azaltılması, sağlıklı beslenme, doğru vitamin ve mineral takviyesi zayıflama programlarında önem arz eder. Özellikle detoks yapmak vücudu temizler. Detoks yaptığınız zaman bağışıklık sisteminizin üzerindeki baskı azalır ve sizi her türlü hastalığa karşı savunabilir.

## Ozon Sauna

Ozon Sauna, boyundan aşağı kapalı bir kabin içinde su buharından faydalanılarak ozon gazının cildin genişleyen gözeneklerinden geçişi ile, kan ozonlama tedavisi benzeri etkilerin görüldüğü bir tedavidir. Peki, ozon sauna nasıl etki eder?

Hücre ve dokulara giden kan dolaşımını artırır. Kan dolaşımı ile birlikte cilt ve organlar yenilenir, sıkı ve pürüzsüz görünüm kazanır. Daha temiz, daha yumuşak ve daha gençleşmiş bir cilt görülür. Bağışıklık sistemini güçlendirir. Kan ve lenf sistemi temizlenir. Derinin üçüncü bir böbrek ya da ikinci bir akciğer sistemi gibi çalışması sağlanır. Canlanan bağışıklık sistemi ve sıcaklığın etkisi ile mikropları öldürerek enfeksiyon hastalıklarına karşı direnci artırır. Laktik asidi okside ederek kasları gevşetir ve yumuşatır, esnekliğini artırır. Eklem ağrılarında ve kas rahatsızlıklarında iyileşme olur. Hormon ve enzim üretimi normale döner. Beyin fonksiyonlarını ve hafızayı kuvvetlendirir. Ferahlatıcı

*Bedenin toksinlerden temizlenmesi,  
vücuttaki kronik yangının azaltılması,  
sağlıklı beslenme, doğru vitamin  
ve mineral takviyesi zayıflama  
programlarında önem arz eder.*

etkisiyle depresyon ve anksiyete üzerinde olumlu etki vardır. Depresyon kaynaklı gerginliği gidermeye yardımcı olur. Uykuyu düzenler.

## Ozon Sauna Yararları

*Detoks Etkisi:* Vücudumuzda biriken toksinlerin hızlı bir şekilde atılmasına terleme yöntemiyle yardımcı olur.

*Dolaşımın Hızlanması:* Isı ve gazların etkisiyle kan dolaşımı hızlanır. Dokular daha iyi oksijenlendiği için tansiyon üzerine olumlu etkileri vardır.

*Zayıflama:* Artan beden ısısı, dolaşımın hızlanması ve ozon oksijen gazlarının etkisiyle vücutta kalori yakılmasına yol açar. Bir seans ozon sauna iki yüz elli ila beş yüz kilokalori harcanmasına neden olur. Yakılan kalori; çıkan ısı ve kişinin beden özelliklerine, yaşına göre değişmektedir. Sadece ter yoluyla beş yüz gram civarında bir eksilme olur.

*Selülit Giderme:* Cilt altında sıkışan yağ hücrelerinin parçalanması ve dolaşımın hızlandırılması etkisiyle selülit görüntüsünün kaybolmasını sağlar.

*Vücut Direncini Artırma:* Bağışıklık sistemimiz olan immün sistemini güçlendirerek hastalıklara karşı direnç oluşturur.

*Yorgunluk Giderme:* Kas dokusunda artan kan dolaşımı sayesinde yorgunluk hissi ve ağrıya neden olan laktik asit gibi maddelerin vücuttan uzaklaştırılmasını sağlar.

*Ağrı Giderme:* Ağrıya neden olan; temelde, dokularda bazı zararlı toksinlerin birikmesi, çeşitli nedenlere bağlı ödemler, dolaşım bozuklukları ve yetersizlikleridir. Isı, nem ve ozon oksijen yardımıyla artan dolaşım, azalan ödem ve toksinlerin ortamdaki uzaklaştırılması ağrı hissini yok olmasını sağlar.

*Yaşlanma Etkilerinin Azaltılması:* Geçen yıllar ve çeşitli etkilerle cildimiz her geçen gün biraz daha yaşlanır. Zararlı ışınlar, toksik maddeler derinin hücrelerinin yaşlanmasına, kurumasına ve buruşmasına neden olur. Uygun nem ve ozon oksijenin yardımıyla deri hücreleri daha sağlıklı hale gelirler. Yeni hücreler gelişir. Üst yüzeyde bulunan ölü ve yaşlı hücreler dökülerek alttan genç, sağlıklı hücrelerin gelmesi sağlanır. Tüm bunların dışında oksijen, beyin dokusunun beslenmesini sağladığından zihin daha iyi çalışır ve uykusuzluk, depresyon gibi şikayetlerin azalmasına da yardımcı olur. Ozon sauna uygulamasında dikkat edilmesi gereken nokta; uygulama sonrası çok fazla sıvı kaybı olacağı ve mineral eksikliği yaşamamak için bol sıvı tüketilmesidir. Gerekirse, takviye mineral içeren ürünler kullanılmalıdır. ■



MERVE ERTÜRK, ÖZGE ULUSOY, DOĞAN KOPAL



SELEN TÜTÜNCÜOĞLU

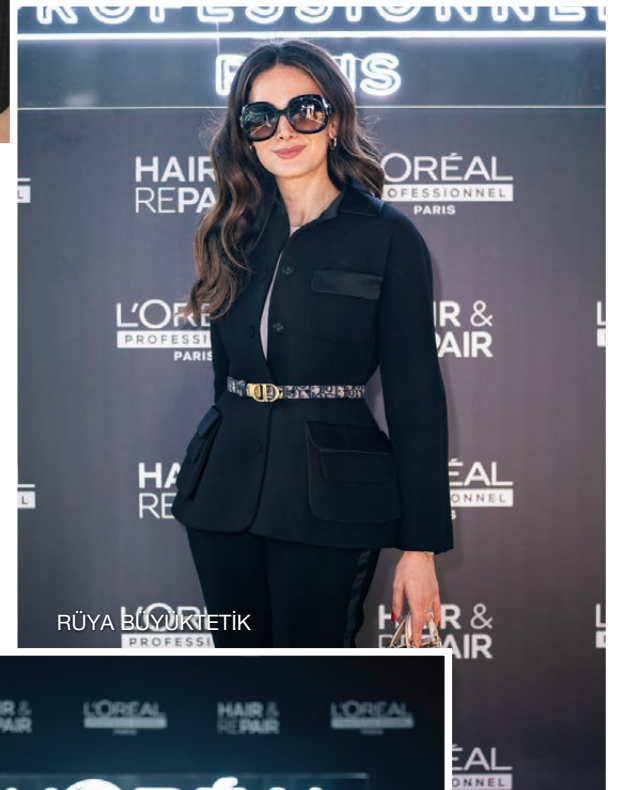
## L'Oréal ile Özel Bir Deneyim

L'Oréal Professionnel, saç bakımı kategorisinde çıkardığı yeni ürünlerini, Zorlu PSM Sky Lounge'da düzenlenen "Hair&Repair" etkinliğiyle tanıttı.

İki ayrı seans olarak gerçekleştirilen etkinlikte ilk olarak, sektör profesyonelleri bir araya geldi. Marka sunumu ve yeni ürünlerin tanıtımının ardından, konukların merak ettiği sorular yanıtlandı. İkinci bölümde ise "yıpranmış saçların ihtiyaçları" konulu bir söyleşi gerçekleşti. Etkinliğe, influencer ve cemiyet hayatının ünlü isimleriyle çok sayıda davetli katıldı. Markanın eğitmenleri eşliğinde özel alanlarda ürünleri yakından inceleyen konuklar, kişiye özel saç analizi yaptırarak eşsiz bir deneyim yaşadı. ■



*Güzellik tutkunlarının yoğun ilgi gösterdiği etkinlikte konuklar kişiye özel saç analizi yaptırarak eşsiz bir deneyim yaşama fırsatı buldu.*





## Beyin Tümörlerinde Mikrocerrahi Yöntemiyle Hassas ve Etkili Tedavi

Beyin tümörlerinin, insan sağlığı üzerindeki en karmaşık ve tehlikeli sorunlardan biri olduğunu söyleyen Medicana International Ankara Hastanesi Beyin ve Sinir Cerrahisi Uzmanı Doç. Dr. H. Can Kyildiz, beyin dokusunun hassasiyeti ve karmaşıklığı nedeniyle bu tür tümörlerin tedavisi zor olsa da, son dönemde tıp teknolojisinde yaşanan gelişmelerin, tedavinin daha risksiz ve etkin bir şekilde gerçekleştirilebilmesine olanak sağladığını belirtiyor ve mikrocerrahi yönteminde “nöronavigasyon” ile “nöromonitörizasyon” teknolojilerini anlatıyor.



# B

## iraz kendinizden bahsedebilir misiniz?

Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Tıp Fakültesi mezunuyum. Beyin ve sinir cerrahisi ihtisasımı Ankara Atatürk Eğitim ve Araştırma Hastanesinde tamamladım. Prag Charles Üniversitesi Tıp Fakültesi

Beyin ve Sinir Cerrahisi Kliniğinde beyin tümör ve beyin damar cerrahisi eğitimimi güçlendirmek ve bilimsel çalışmalar yapmak üzere Çekya'da bulundum. 2020 yılı mart ayı itibarıyla Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Beyin Cerrahi Anabilim Dalında öğretim görevlisi olarak göreve başladım. Bu süreçte kranial cerrahinin yanı sıra omurga deformitesi ameliyatlarındaki deneyimimi artırmak amacıyla çeşitli eğitimlere katıldım. 2022 yılında nöroşirurji doçenti unvanını aldım. Beyin damar patolojilerinin endovasküler tedavisi ve beyin damar anjiyografisi konusunda yetkinlik kazanmak amacıyla eğitim sürecime devam ettim ve sertifikasyonumu tamamladım. Halen aktif olarak Medicana International Ankara Hastanesinde çalışmaktayım. Beyin tümör, beyin damar cerrahisi, omurga-omurilik patolojilerinin tedavisi konularında hizmet vermekteyim.

## Beyin tümörü nedir? Hangi belirtiler beyin tümörüne işaret eder?

Beyin tümörü, beynin herhangi bir bölgesinde, hücrelerin kontrolsüz bir şekilde büyümesi sonucu oluşan kitledir. Bu tümörler iyi huylu veya kötü huylu olabilir. İyi huylu tümörler genellikle çevredeki dokulara yayılmazken, kötü huylu tümörler hızlı bir şekilde büyüyerek, çevre dokuları etkileyebilir. Beyin tümörlerinin belirtileri, tümörün boyutu, yeri ve etkilediği beyin dokusunun fonksiyonuyla ilişkilidir. Beyin tümöründe ortaya çıkabilecek belirtiler şu şekilde sıralanabilir:

- Baş ağrısı
- Bulantı ve kusma
- Bilinç değişiklikleri
- Nörolojik belirtiler: Felç, güçsüzlük, dengesizlik, görme problemleri gibi
- Koordinasyon sorunları: El ve ayakların kontrolünde zorlanma, denge kaybı gibi
- Konuşma zorlukları: Anlama, konuşma ve dil kullanımında güçlükler
- Beklenmedik nöbetler
- Kişilik veya davranış değişiklikleri: Ani duygudurum değişiklikleri, depresyon, irritabilite gibi

Bu belirtiler genellikle beyin tümörü ile ilişkilendirilebilecek diğer birçok durumda da ortaya çıkabilir. Bu nedenle bu belirtileri deneyimliyorsanız, bir doktora başvurmak önemlidir.

## Beyin tümörleri daha çok kimlerde görülür? Beyin tümörünün risk faktörleri nelerdir?

Beyin tümörleri herkesi etkileyebilir ancak, bazı faktörler beyin tümörü riskini artırabilir veya azaltabilir. Yaş, bu risk faktörlerinin başında gelir. Bazı beyin tümörleri özellikle çocukluk veya erişkinlik döneminde daha yaygın görülür. Örneğin; medulloblastoma gibi tümörler genellikle çocukluk döneminde ortaya çıkarken, glioblastoma gibi diğer türlere ise yetişkinlerde daha sık rastlanır.

Meningiomların kadınlarda daha yaygın izlenmesi gibi bazı tümör tipleri cinsiyete göre de farklılık gösterebilir. Aile öyküsü, özellikle çocukluk döneminde baş ve boyun bölgesine yapılan radyasyon tedavisi ve bazı genetik sendromlar, özellikle

## Nöronavigasyon ve nöromonitörizasyon, mikrocerrahi yöntemiyle gerçekleştirilen beyin tümörü cerrahisinde kullanılan önemli teknolojik araçlardır.

nörofibromatozis tip 1 ve tip 2 gibi, beyin tümörü riskini artırabilir. Beyin tümörlerinin belirli coğrafi bölgelerde daha yaygın olduğuna dair kesin bir kanıt bulunmamakla beraber genel olarak beyin tümörlerinin karmaşık bir etyolojisi vardır ve tek bir risk faktörüne bağlanamazlar.

## Beyin tümörlerinin tedavi yöntemleri nelerdir?

Beyin tümörlerinin tedavi yöntemleri tümörün türü, boyutu, konumu, yayılma derecesi ve hastanın genel sağlık durumu gibi faktörlere bağlı olarak değişebilir. Genellikle birden fazla tedavi yöntemi bir arada kullanılır. Beyin tümörlerinin tedavi yöntemleri cerrahi, radyoterapi, kemoterapi ve radyocerrahi olarak sıralanabilir. Beyin tümörlerinin çıkarılması için cerrahi müdahale sıkça kullanılan bir tedavi yöntemi olmaktadır. Cerrahi, tümörün mümkün olduğunca tamamen çıkarılmasını hedefler ancak, tümörün konumu ve boyutu nedeniyle tam çıkarım her zaman mümkün olmayabilir. Cerrahi işlem sırasında, tümörün çevredeki sağlıklı beyin dokusuna zarar vermeden çıkarılması önemlidir.

## Nöronavigasyon ve nöromonitörizasyon eşliğindeki mikrocerrahi yöntem, beyin tümörü cerrahisinde nasıl kullanılır ve ne gibi avantajlar sağlar?

Nöronavigasyon ve nöromonitörizasyon, mikrocerrahi yöntemiyle gerçekleştirilen beyin tümörü cerrahisinde kullanılan önemli teknolojik araçlardır. İşlevsel olarak, bu teknolojiler cerrahi müdahalenin daha hassas ve etkili olmasını sağlar.

Nöronavigasyon, cerrahi sırasında cerraha gerçek zamanlı olarak hastanın beyninin detaylı haritasını sunan bir görüntüleme teknolojisidir. Bu sistem, MRI veya CT gibi görüntüleme yöntemlerinden elde edilen verileri kullanarak cerraha tümörün konumunu, yakındaki önemli yapıları ve optimal cerrahi yolunu gösterir. Bu, cerrahin daha az invaziv bir şekilde çalışmasını ve sağlıklı dokuları korumasını sağlar. Nöromonitörizasyon, cerrahi sırasında hastanın nörolojik fonksiyonlarını gerçek zamanlı olarak izlemek için kullanılan bir tekniktir. Bu sistem; beyin aktivitesini, sinir iletişimini ve motor fonksiyonları izleyen elektrofizyolojik yöntemleri içerir. Operasyon sırasında, nöromonitörizasyon sayesinde cerrah, tümörü çıkarırken önemli sinirleri veya beyin bölgelerini zarar vermeden koruyabilir.

Hemen herkeste uygulanabilen bu teknolojilerin kullanımı, mikrocerrahi yöntemiyle yapılan beyin tümörü ameliyatlarında hastaya daha hassas ve güvenli cerrahi, daha az invaziv cerrahi, tam ve etkin tümör çıkarımı gibi bir dizi avantajlar sağlamaktadır. ■



## Uzm. Dt. Nurgül Demir rk önleyici ve Koruyucu Kaplamalar

Çürük nleyici sızdırmazlık ve koruyucu kaplamaların ocuk diş sağlığında bir devrim yaratıp yaratmayacağı sorusunu soran Uzm. Dt. Nurgül Demir, rk tedavisinde kullanılan yöntemleri MAG Okurlarıyla paylaşıyor.

# Ç

ocuklarda çürük dişler için tedavi planlaması yaparken, tedavinin başarı oranını öngörebilmek ve doğru zamanda, doğru materyal seçimi ile ideal tedaviyi uygulayabilmek; hem çocuk hastanın diş hekimi koltuğundaki sınırlı kooperasyonunu kaybetmememiz hem de süt dişlerinin düşme

zamanını da göz önünde bulundurarak minimum tedavi maliyeti ile işlemleri tamamlayabilmemiz için önem taşıyor. Pediatrik kaplamalar; prefabrik olarak farklı boyalarda üretilmiş ve kullanıma hazır olarak satılan, işlem sırasında yaptığımız provalarla dişe uygun boyutta olanını seçerek, dişe adaptasyonunu sağladığımız uygulamalardır. Pediatrik kaplamaların dişe bağlanmasında kullanılan biyoyumlu ajanlar ise, temasta buldukları diş yüzeylerini diş çürüklerine karşı koruyarak, güçlendirir.

Pediatrik kaplamalar (kronlar), hem süt hem de kalıcı dişler için sıklıkla tercih ettiğimiz uygulamalardır. Dişlerin birden çok yüzeyini kaplayan veya kök yüzeyine ilerleyen çürüklerde, dişlerde doğuştan yapı bozukluğunun olduğu durumlarda, estetik dolgularla yapılan tedavilerin başarısızlıkla sonuçlandığı bölgelerde kullanılabilirliği gibi; kalp hastalıkları, diyabet gibi farklı sistemik hastalıklar sebebiyle düzenli ilaç kullanması gereken, ağız hijyeni alışkanlıklarının idame ettirilmesinde sorun olan yüksek çürük riskli hastalarda uzun dönemde başarılı sonuçlar elde etmemizi sağlamaktadır. Özellikle kanal tedavisi yapılan süt dişlerinin tedavisinde kullanılacak en iyi üst yapı materyalinin, diş çipe çevre sararak ikincil çürük oluşumuna ve doku sıvısı sızıntılarına karşı koruyan, prefabrik metal kaplamalar olduğu bilimsel araştırmalarla gösterilmiş ve klinik takiplerle kanıtlanmıştır. Tıbbi çelikten imal edilmiş olmaları nedeniyle eskiden “paslanmaz çelik kron” olarak bilinen ve halen bu klasik isimle de anıldığına zaman zaman tanık olduğumuz biyolojik alaşımlı prefabrik metal kaplamalar, Amerikan Çocuk Diş Hekimliği Akademisinin de altın standardı konumundadır.

Prefabrik kaplamaların başarısında rol oynayan en temel faktör, sızdırmazlık özelliğidir. Uygulandığı bölgede sızdırmazlığı sağlayabilen kaplamalar, ikincil bir çürük oluşumuna karşı dişleri korur. Çiğneme, kırılma kuvvetlerine karşı dayanıklı olması ve uygulandıktan sonra diş eti bütünlüğüne zarar vermeden dişleri korumaya devam etmesi; göz önünde bulundurulması gereken önemli özelliklerdendir.

Prefabrik metal kaplamaların üstünde durmamız gereken bir diğer kullanım alanı, çürüyen süt azı dişlerinde, uyuşturma, çürük temizleme ve diş küçültmesine ihtiyaç duyulmaksızın, minimal invaziv bir işlemle dişin tedavisine olanak sağlamasıdır. Doğru hasta seçiminin önem taşıdığı bu tedavi seçeneğinde, çürüğün ilerlemesi kontrol altına alınarak; özellikle kooperasyon problemi olan ve koltukta uzun süre uyum gösteremeyen birçok hastanın uyutulmasına gerek kalmadan işlem tamamlanabilir. Tedavi başarısının arttırılmasında, işlemlerden sonra hastanın ağız hijyeni alışkanlıklarına özen gösterilmesi ve rutin kontrollerin aksatılmaması büyük önem taşır.

*Uygulandığı bölgede sızdırmazlığı sağlayabilen prefabrik kaplamalar, ikincil bir çürük oluşumuna karşı dişleri korur.*

### **Çocuklarda Zirkonyum Kaplamalar**

Son yıllarda sıklıkla kullanmaya başladığımız zirkonyum kaplamalar ise, diş rengi ve şekline çok yakın olan estetik özellikleri ile ön plana çıkıyor. Dişte daha fazla küçültme gerektirmesi ve kırılabilirliği, prefabrik metal kaplamalara göre dezavantaj olarak değerlendirilebilir; ancak, diş eti sağlığını korumadaki özellikleri ve üstün temizlenebilirlikleri de zirkonyum kaplamaların önemli avantajları olarak karşımıza çıkıyor. Özellikle uyutarak diş tedavilerinin yapılması planlanan hastalarda, süt veya daimi azı dişlerinin tedavi planlaması yapılırken, hastanın çürük riskinin doğru değerlendirilmesi ve materyal seçimi sırasında asıl önemli olan kriterin “işlemin uzun dönem başarısı” olması gerektiği unutulmamalıdır.

Ön bölgede bulunan keser dişleri etkileyen diş çürüklerinde önceliğimiz, dişleri düşme yaşlarına kadar ağızda tutabilmek iken; estetik görüntü de materyal seçimi için önem taşıyor. Süt keser dişlerin, süt azı dişlerine göre daha erken yaşlarda değişiyor olması, tedaviye gerek var mı sorusunu akıllara getirebilir; ancak hem akran zorbalığı dediğimiz ve maalesef çok küçük yaşlara gerileyen sosyal çevre baskısının önüne geçebilmek, hem de düzgün konuşmanın geliştirilebilmesi ve seslerin doğru çıkarılabilmesinde ön dişlerin ağızda olması çok önemlidir. Özellikle erken çocukluk çağı çürükleri nedeniyle tedavi planladığımız hastalarda, en az diş kaybıyla tedaviyi tamamlamak; hastamızın estetik görüntüsünü, çiğneme ve konuşma fonksiyonunu, daimi dişlerin yerleşebilmesi için gereken boşlukları kendi dişleri ile korumasını sağlarken; aynı zamanda dişli protez, yer tutucu gibi daha maliyetli tedavilere olan gereksinimi ortadan kaldırır. Ön bölgedeki süt dişlerin estetik olarak tedavi edilmesinde zirkonyum kronlar; temizlenebilirliği, diş eti sağlığını idame ettirebilmesi ve madde kaybının fazla olduğu kanal tedavili dişlerin ağızda tutulmasına olan etkisi ile günümüzde beyaz kompozit kronlar kadar popüler hale gelmiş estetik kaplama materyalleridir. ■



EBRU KAPLAN ŞAHİN



NAZLI SEDA VURAL



TÜLİN DALOĞLU



FİLİZ EROL



CANAN YAKIN, ELİF ÖZKALELİ VARDAR

## Fonksiyon Terapi ile Danışan Toplantısı

Fonksiyon Fizyoterapi ve Manuel Terapi Merkezi yeni adresinde, aylık buluşmalarının ilkinin gerçekleşti.

Otuz üç yıldır manuel terapi ve fizik tedavi konusunda binlerce danışanın problemine çözüm ortağı olmaya devam eden merkezin kurucusu Manuel Terapist Elif Özkaleli Vardar, sağlığı korumak ve geliştirmek için dünyada etkinliği kanıtlanmış, bilimsel verilerle desteklenen yöntemleri, danışanları ile paylaştı. Scio-biofeedback, kuantum sistemi ve stres konularının konuşulduğu etkinlikte Scio Uzmanı Tülin Daloğlu, bir sunum yaparak katılımcıların sorularını yanıtladı. Kuantum fiziğiyle donatılmış bir bilgisayar yazılımı olan Scio'nun tanıtımını da yapan Daloğlu seanslarla ilgili bilgilendirmeler yaptı. ■



*ARANJMAN: ERGİN YAMAN*

Alacaatlı Mah. Şehit Eren Bülbül Cad.

No: 42/B Çankaya/Ankara

T: 0532 667 41 22

 [ergyacicekcilik](https://www.instagram.com/ergyacicekcilik)



## Güven Çayyolu Sağlıklı Yaşam Kampüsü Sağlıklı Uzun Ömrün Sırları

Güven Çayyolu Sağlıklı Yaşam Kampüsü'nden Uzm. Dr. Murat Keklikoğlu, yaşlanma bilimini anlatarak uzun ömre katkı sağlayacak ipuçlarını MAG Okurlarıyla paylaşıyor.

**G**ünlük rutininize küçük değişiklikler ekleyerek canlı ve sağlıklı bir yaşama doğru yolculuğunuza bugün başlayın. İster yürüyüşe çıkmak, ister yeni bir sağlıklı tarif denemek veya sevdiğiniz biriyle iyi vakit geçirmek olsun, atacağınız her adım önemlidir. Unutmayın, gençliğinizi korumak, uzun ve enerjik bir yaşamın sırlarını keşfetmek için asla geç değildir.

Herkesin sonsuz gençliğin sırrını aradığı bir dünyada uzun ömür arayışı, modası geçmeyen bir sağlıklı yaşam hedefidir. Hepimiz hastalık ve yaşlanmanın getirdiği sorunlardan arınmış, uzun ve enerjik hayatlar yaşamak istiyoruz. Peki, canlı ve sağlıklı bir yaşamın sırları neler ve onları nasıl keşfedebiliriz?

### Yaşlanma ve Uzun Ömür Bilimi

Yaşlanma bir yandan doğal bir süreç, bir yandan da geciktirebilen ve mümkün olduğunca hastaliksız yaşanabilecek bir zaman dilimidir. O nedenle yaşlılık, bilim insanları için de bir inceleme konusu olmaktadır. Yaşlılık bilimi, neden

yaşlandığımızı ve yaşlanma sürecini nasıl yavaşlatabileceğimizi anlamaya çalışan karmaşık bir alandır. Araştırmacılar, yaşlanmanın sadece zamanın geçmesinin bir sonucu olmadığını bulmuşlar. Yaşlanma; genetik, yaşam tarzı ve çevresel faktörlerin bir kombinasyonudur. Hücrelerimiz yaşlanır ve vücudumuzun işlevleri zamanla bozulur, bu da fiziksel ve bilişsel yeteneklerimizde düşüşe yol açar.

### Uzun Yaşamda Genetiğin Rolü

Genetik, yaşam süremizi belirlemede rol oynasa da tek belirleyici faktör değildir. Araştırmalar, uzun ömürlü olmanın sadece yüzde yirmi beşinin genlerimizden etkilendiğini, kalan yüzde yetmiş beşinin ise kontrolümüz altında olduğunu göstermiştir. Bu, ailemizde hastalık öyküsü veya belirli sağlık koşullarına yatkınlığımız olsa bile, uzun ve sağlıklı bir yaşam sürme şansımızı artırmak için adımlar atabileceğimiz anlamına gelir.

### Uzun Ömürlülüğe Katkıda Bulunan Yaşam Tarzı Faktörleri

Yaşam tarzı seçimlerimizin genel sağlığımız ve uzun ömürlülük

üzerinde yaşamsal bir etkisi vardır. Sağlıklı alışkanlıklar edinerek ve günlük rutinlerimizde olumlu değişiklikler yaparak, uzun ve canlı bir yaşam sürme şansımızı büyük ölçüde artırabiliriz. Düzenli egzersiz, sağlıklı bir kiloyu korumak, tütün ve alkol tüketimini sınırlamak, uzun ömürlülüğe katkıda bulunduğu gösterilen yaşam tarzı faktörleri arasındadır.

### **Sağlıklı ve Uzun Bir Yaşam İçin Diyet ve Beslenmenin Önemi**

Sağlıklı beslenme, canlı ve sağlıklı bir yaşamın temel taşlarından biridir. Meyveler, sebzeler, kepekli tahıllar, yağsız proteinler ve sağlıklı yağlar gibi besin açısından zengin çeşitli gıdalar tüketmek, uzun ömürlülüğü desteklemek için vücudumuza gerekli vitaminleri, mineralleri ve antioksidanları sağlayabilir. Ek olarak, dengeli bir diyet sürdürmek; kronik hastalıkları önlemeye ve vücudumuzun en iyi şekilde çalışmasını sağlamaya yardımcı olabilir. Çin'de, sakinleri uzun yaşayan köylerde yapılan araştırmaların sonuçları gösteriyor ki, birçok insan yüzyıllardır sade bir beslenme tarzı uyguluyor. Bu köylerde et az miktarda tüketiliyor. Köylülerin diyetlerinde işlenmiş gıda ve rafine şeker zaten yok. Çoğu Çinlinin laktoz intoleransı olması nedeniyle süt ürünleri hiç tüketmezler. Bol miktarda kök ve yumru tüketilir. Diyetlerinde meyve, bahçe sebzeleri, yeşillik ve baklagiller bulunur. Kepekli tahıllar, asla rafine edilmemiş olarak ve az tüketilir. Yüzyıllardır bu gıdalar; sakinleri rahatlıkla yüz yaşını gören bu köylerde tüketilenlerin büyük çoğunluğunu oluşturur. Bu da bize yalnızca sağlıklı beslenmenin bile uzun ömür sürmedeki önemini göstermek için yeterli olabilir. Yukarıdaki önerilerle beraber diyetimize; Akdeniz'de bulunan zeytin yağını, balığı, ayrıca mantarları, yaban mersini gibi fitokimyasallardan zengin meyveleri ve her renkten sebze ve meyveleri de ekleyebiliriz. Ayrıca bol miktarda çeşitli baharat tüketmek, Hindistan'dan alacağımız bir uzun ömür dersi olabilir.

### **Uzun Ömür İçin Egzersiz ve Fiziksel Aktivite**

Düzenli egzersiz ve fiziksel aktivite, sürekli olarak daha uzun ve sağlıklı bir yaşamla ilişkilendirilmiştir. Haftada en az yüz eli dakika tempolu yürüyüş, yüzme veya bisiklete binme gibi orta yoğunlukta aktivitelerde bulunmak, kardiyovasküler sağlığı iyileştirmeye, kasları ve kemikleri güçlendirmeye ve kronik hastalık riskini azaltmaya yardımcı olur. Kuvvet egzersizlerini ve esneklik antrenmanını rutinlerimize dâhil etmek, fiziksel sağlığımızı daha da artırır. Yaşlandıkça hedefimiz kas kütleimizi ve kemiklerin sağlamlığını korumak olmalıdır. Özellikle ağırlık egzersizleri bunun için iyi bir seçimdir. Kemik kütlelerini korumak için yeterli kalsiyum ve magnezyum alımına dikkat edilmelidir. Kemikler için kalsiyumu süt ürünleri veya takviyeler yerine organik tahinden sağlayabilirsiniz.

### **Uzun Bir Yaşam İçin Stres Yönetimi ve Zihinsel Esenlik**

Stres; yaşamın doğal bir parçasıdır ancak, kronik stresin sağlığımız ve uzun ömür üzerinde zararlı etkileri olabilir. Farkındalık ve gevşeme teknikleri uygulamak veya sevdiğinizlerden duygusal destek almak gibi, stresi yönetmenin sağlıklı yollarını bulmak, zihinsel sağlığı korumak ve uzun ömürlülüğü teşvik etmek için çok önemlidir. Ruh sağlığımıza dikkat etmek, genel yaşam kalitemizi olumsuz yönde etkileyebilecek depresyon ve anksiyete gibi durumların önlenmesine de yardımcı olabilir.

### **Uzun Yaşamda Sosyal Bağlantıların ve Topluluğun Rolü**

İnsanlar sosyal yaratıklardır ve başkalarıyla olan ilişkilerimiz ve bağlantılarımız sağlığımız ve esenliğimizi sürdürmede önemli bir rol oynar. Araştırmalar, güçlü sosyal bağlantılara sahip bireylerin daha uzun yaşama eğiliminde olduğunu ve daha iyi fiziksel ve zihinsel sağlığa sahip olduğunu göstermiştir. Sosyal faaliyetlerde bulunmak, anlamlı ilişkiler geliştirmek ve destekleyici bir topluluğun parçası olmak, canlı ve tatmin edici bir yaşama katkıda bulunabilir. Buna karşılık yalnızlık ve izole bir yaşam sürmek beden ve ruh sağlığı üzerinde olumsuz etki yapmaktadır.

### **Uzun Ömürlülüğü Teşvik Etmek İçin Takviyeler**

Ebedi gençlik için sihirli bir hap olmasa da, bazı doğal takviyeler, uzun ömürlülüğü teşvik etmede umut verici sonuçlar göstermiştir. Ginseng ve zerdeçal gibi şifalı birçok baharat, yaşlanma karşıtı özellikleri nedeniyle geleneksel tıpta yüzyıllardır kullanılmaktadır. Ek olarak, Omega-3 yağ asitleri ve antioksidanlar gibi takviyeler ömür uzamasıyla ilişkilendirilmiştir. Vitamin ve minerallerle ilgili takviyeler bağlamında önemli olan husus, bunların kronik noksanlığını yaşamamak için test sonuçlarına göre doktor kontrolünde bilinçli bir takviye kullanımı planı uygulamak olabilir. D vitamini, A vitamini, selenyum, çinko ve magnezyum gibi vitamin ve mineraller, bunlarla sınırlı olmamak üzere, kronik hastalıklardan ve yaşlanmadan korunmada önemlidir. Takviyelerin doğru formlarının uygun dozda kullanılması ve aşırıktan kaçınmak gerekir. Takviye kullanmaya başlamadan önce mutlaka doktorunuza danışmalısınız.

### **Dünyanın Her Yerinden Uzun Ömür Uygulamaları**

Tarih boyunca, dünyadaki farklı kültürler kendi uzun ömür uygulamalarını ve ritüellerini doğal bir şekilde geliştirmişlerdir. Dünyadaki en yüksek yaşam beklentilerinden birine sahip olan Japonya'daki Okinawalılarından, daha düşük kalp hastalığı oranları ve daha uzun yaşam süreleri ile ilişkili olan Akdeniz diyetine kadar, bu farklı geleneklerden öğrenilecek değerli dersler var. Dünyanın "Mavi Zon" denilen Sardunya, Ege adaları ve Himalayalar gibi; sakinlerinin uzun yaşamlarıyla ünlü bölgelerin alışkanlıklarını incelemek de bize uzun ömürle ilgili ipuçları verebilir. Bu uygulamalardan bazılarını keşfetmek ve kendi yaşamlarımıza dâhil etmek, uzun ve canlı bir yaşamın sırlarını çözmemize yardımcı olabilir.

### **Kendi Uzun Ömür Planınızı Oluşturma**

Uzun ömürlülüğe katkıda bulunan çeşitli faktörleri öğrendikten sonra en doğrusu kendi uzun ömür planınızı oluşturmaktır. Bu, mevcut yaşam tarzınızı değerlendirmeyi, iyileştirme alanlarını belirlemeyi ve kendimiz için gerçekçi hedefler koymayı içerir. Sağlıklı alışkanlıkları entegre ederek, dengeli bir diyet benimseyerek, düzenli egzersiz yaparak, stresi yöneterek, sosyal bağlantıları besleyerek ve bazı doğal takviyeleri günlük rutininize dâhil ederek, gelecek yıllar boyunca canlı ve sağlıklı bir yaşamı teşvik eden kişiselleştirilmiş bir plan oluşturabiliriz.

### **Canlı ve Sağlıklı Bir Yaşama Kavuşmak**

Sonuç olarak, canlı ve sağlıklı bir yaşamın sırlarını keşfetmek bizim elimizde. Yaşlanma bilimini anlayarak, sağlıklı ve uzun bir ömür sürmenize katkıda bulunan yaşam tarzı faktörlerini benimseyerek sağlığınızı ve esenliğinizi uzun vadede korumanız mümkün. Canlılık ve neşe dolu bir yaşam sürmek için fiziksel, zihinsel ve duygusal sağlık önceliğiniz olsun. ■



## Özlem Kılıç Ramazan Sonrasında Beslenme

Fonksiyonel ve Bütüncül Beslenme Uzmanı Diyetisyen zlem Kılıç, ramazan ayı boyunca değişmiş olan beslenme düzenini eski haline getirmek için neler yapılması gerektiğini MAG Okurlarıyla paylaşıyor.



**R**amazan dolayısıyla öğün sayısı düşmüş, tek öğündeki gıda çeşitliliği ise artmıştı; ayrıca yeme saatleri de değişmişti. Ramazan bitti ve şimdi artık normal düzene dönmek için ilk başta ne yapılmalı?

Ramazan bitimiyle beraber gün içerisindeki beslenme şeklimiz de değişmektedir. Vücudumuzun buna en sağlıklı ve doğru şekilde uyum sağlaması için, bu süreçte dikkat etmemiz gereken bazı hususlar vardır. Normal beslenme dönemine geçerken ilk dikkat etmemiz gereken unsurlardan birisi porsiyon kontrolüdür. Büyük porsiyonlarda besin tüketmek, mide rahatsızlıklarına sebebiyet verebilir. Ramazan ayında vücudumuz gün içerisinde uzun süreli açlık yaşadığı için metabolizma çalışma hızı da yavaşlamaktadır. Metabolizma hızımızı arttırmak için az az ve sık sık beslenmeye özen gösterebiliriz. Buna örnek olarak üç ana öğün üç ara öğünden oluşan Akdeniz diyetini verebiliriz. Aynı zamanda Ramazan ayında iftar ve sahur arasında yeterli miktarda su tüketemediysek, bu ay bitiminde su tüketimi çok önemlidir. Vücudumuzda oluşan bu su kaybını tekrar yerine koyabilmek için günde iki ila iki buçuk litre su tüketimine özen göstermeliyiz.

#### **Bu süreçte, kişide oluşabilecek sindirim problemlerinden kaçınmak için neler önerirsiniz?**

Ramazan ayındaki bir aylık oruç sürecinde metabolizma hızının yavaşlamasıyla beraber, Ramazan ayı bitiminde kontrolsüz beslenme bazı mide ve bağırsak rahatsızlıklarına sebebiyet verebilir. Özellikle kabızlık ve gastrit bu süreçte görülen yaygın hastalıklar arasında yer almaktadır. Bu rahatsızlıklara sebebiyet vermemek için bol sebze ve meyve tüketimi çok önemlidir; fakat posalı besinleri tek başına tüketmek, bağırsak hareketini yeteri kadar arttırmaz, bununla beraber su tüketimi de çok önemlidir. Aşırı ve ağır yağlı yemekler, ağır baharatlar ve çok şekerli tatlılar bu rahatsızlıkları tetiklemektedir. Bu sindirim problemlerini yaşamamak için probiyotik takviyesi, probiyotik etkisi olan besinler, bakliyat ve meyve ile sebze grubundaki besinler, bağırsak sağlığının korunmasına yardımcı olur.

#### **Normal düzene dönerken, kişi hızlı ya da yavaş yemek yediğinde ne gibi etkiler meydana gelir?**

Sadece Ramazan sonrası değil normal yaşantımızda da sağlıklı beslenme sürecinde dikkat etmemiz gereken bir konudur. Midedeki doyma hissinin beyin tarafından algılanması, beyne iletilmesi yaklaşık yirmi dakika sürmektedir. Yani hızlı yemek yediğimiz zaman beyin bu sinyali hemen alamamış olduğu için doydüğümüzü anlamamıza engel olacak ve bir öğünde tüketmemiz gerekenden daha fazlasını tüketmemize sebep olacaktır. Hızlı yemek yemek; yemek sonrası şişkinlik, gaz gibi problemlere yol açar. Bunun sebebi ise lokmalarımızı hızlı bir şekilde ağıza götürürken yutmuş olduğumuz bir miktar havadır. Bu durumu kontrol altına alabilmek için, yemek tüketimine başlamadan önce yiyeceklerinizi küçük parçalara ayırarak, taneli olan besinleri ise tane tane şeklinde tüketmek bizlere yardımcı olacaktır.

#### **Kişi, eski düzenine dönerken iştah artışı yaşadığında bunun kontrolünü sağlamak için neler yapabilir?**

Bu süreçte iştah kontrolünü sağlamak ve kan şekeri seviyesinin uzun süre sabit kalması için, dengeli ve

*Posalı besinleri tek başına tüketmek, bağırsak hareketini yeteri kadar arttırmaz; bununla beraber su tüketimi de çok önemlidir.*



dönüşümlü bir beslenme şekli benimsemelidir. Basit şekerler insülin seviyesini aniden yükselterek açlık hissi yaratır, bu sebeple basit şekerlerden olabildiğince uzak durmak önemlidir. Gün içerisinde alınması gereken karbonhidrat, yağ ve protein dengeli bir şekilde alınmalıdır. Bununla beraber, beslenme programımıza lifli besinleri eklemeliyiz. Yeterli lif alımı, iştah kontrolü sürecinde önemlidir ve oldukça büyük bir rol oynar. Doğru beslenme programıyla birlikte gün içerisindeki fiziksel aktiviteyi arttırmak, iştah kontrolünü koruma sürecinde de yardımcı olacaktır. ■



PROF. DR. ALPER MURAT ULAŞLI

## Yalancı Siyatik Olabilir

“Bel ve kalçanıza yayılan yalancı siyatik ya da bel ağrılarının kaynağı sakroiliak eklem olabilir.” uyarısında bulunan Romatem Ankara Medikal Direktörü Prof. Dr. Alper Murat Ulaşlı, bunun siyatik ağrısı veya bel fıtığı ile karıştırılabileceğine dikkat çekti.

# S

### akroiliak eklem ağrısı nedir?

Omurgamızın alt ucunda, sakrum kemiği ile leğen kemiklerimizi yani pelvisi birleştiren güçlü bağlar ile çevrili “sakroiliak eklem” dediğimiz bölgede, bele ve kalçaya vuran yoğun ve geçmeyen ağrılar söz konusu olabilir. Bu eklemin ağrıları çoğu zaman bele ve kalçaya yayılır ve bel fıtığı ağrısı ile karışabilir.

### Sakroiliak eklem ağrısı neden olur?

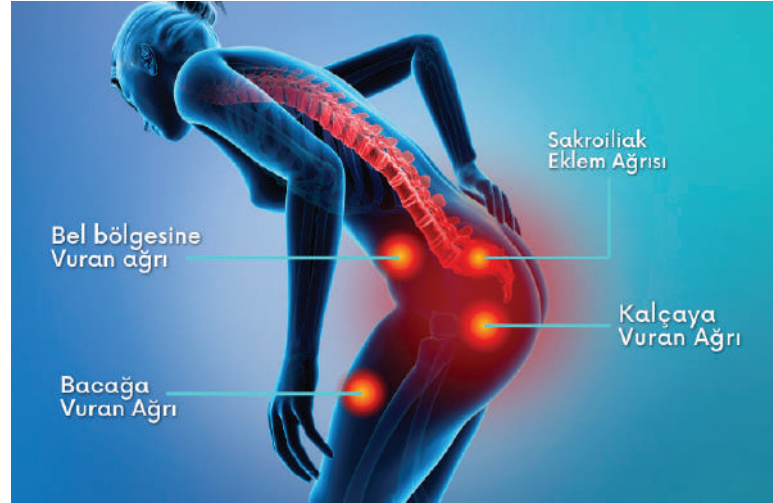
Düşme, yaralanma, kazalar ve kırıklar, bacak boyu eşitsizliği, hamilelik ve doğum, uzun süre oturmak veya ayakta durmak, skolyoz gibi omurga eğrilikleri, eklem üzerinde dengesiz yük dağılımına neden olan yürüyüş ve duruş bozuklukları, temas sporları, ağır kaldırma veya güç gerektiren işler gibi eklem üzerinde stres yaratan aktiviteler, sakroiliak eklemi tutan ankilozan spondilit gibi romatizmal hastalıklar, eklem kıkırdağının aşınması sonucu meydana gelen kireçlenme, hızlı kilo artışı, obezite, daha önce geçirilen kalça veya omurga ameliyatları bu ağrılara neden olabilir.

### Belirtileri nedir?

Gün içinde uzun süre oturunca veya ayakta durunca, merdiven çıkınca, uzun süren yolculuklarda, bacak bacak üstüne oturunca ağrılarınız artıyorsa “sakroiliak eklem” bunun kaynağı olabilir. Bel ağrısı yaşayanların yüzde on beş ila yüzde otuzunun sakroiliak eklemle ilişkili olduğunu tahmin ediyoruz. Sakroiliak eklem ağrısına, bazı hastalarda bu eklem tutunan kalçadaki priformis kası spazmı da eklenirse siyatik sinir boyunca kalçadan baldırlara kadar uzanan ağrılar yoğunlaşabilir. Bu duruma yalancı siyatik de denir. Bel fıtığı ile bu tablo birbirine çok benzer, bu nedenle karışabilir.

### Bu tür ağrılarda hangi uzmana başvurmak gerekiyor?

Bu tür ağrılarınız var ise bir fiziksel tıp ve rehabilitasyon



uzmanına başvurmanızı öneriyoruz. Kapsamlı bir öykü, fizik muayene ve gerektiğinde yapılacak görüntüleme yöntemleriyle ağrınızın kaynağını ortaya çıkarıyoruz. Ağrılar, yatarak istirahat ederken de devam ediyor veya artıyorsa ağrı kaynağı romatizmal veya daha nadir bir hastalık da olabilir. Bu nedenle mutlaka konunun uzmanına başvurmanız sağlığınız için önemlidir.

### Sakroiliak eklem ağrılarının tedavisi nedir?

Sakroiliak eklem ağrılarının tedavisinde, ağrı kaynağı mekanik nedenler ise öncelikle duruş ve oturuş şekillerini inceliyoruz. Hastaya özel egzersiz reçetesini çıkarıyoruz. Fizik tedavi ajanları, manuel yöntemler ile ağrı dindirilebileceği gibi gerekli durumlarda görüntüleme kılavuzluğunda eklem içine ve/veya priformis kasına yaptığımız enjeksiyonlar da bu ağrılarının tedavisinde kullandığımız yöntemler arasında yer alıyor. ■



**ROYAL TENİS  
AKADEMİ**

 0505 764 63 96 - 0537 895 53 49



HÜLYA KULA



ÖZTUR TÜRKER



ÜLKÜ TÜRKER



YEŞİM ÇAKMAK



HASAN-FUNDA MEŞELİ TÜRKER

## Güzellik Sektörüne Yeni Soluk

**İstanbul'da yaptığı çalışmalarla yerli ve yabancı birçok hastaya sağlıklı yaşamın kapılarını açan Uzman Doktor Funda Meşeli Türker, yeni kliniğinin açılışını gerçekleştirdi.**

Kök hücre destekli medikal estetik işlemleri ve sağlıklı, uzun yaşam protokolleriyle adından söz ettiren Funda Meşeli Türker'in Ankara'daki kliniğinin açılışına birçok davetli katıldı. Protokol Plaza'daki etkinlikte bir konuşma yapan Türker, vereceği hizmetleri de anlatarak güzellik sektörüne yeni bir soluk getireceğini ifade etti. Dünyaca ünlü aktör Gerard Depardieu'ya uyguladığı kök hücre tedavisiyle uluslararası çapta üne kavuşan Funda Meşeli Türker, Ankara'da henüz bir ilk olan yenileyici sağlık (rejeneratif tıp) hizmetleriyle sektöre giriş yapmış oldu. ■



SÜMEYYE KAYMAKÇI, ASLI ULUCA



MEHMET ALİ TÜRKER

AYNUR TÜRKER



REİS ŞAHİNLİ



DOĞA TÜRKER



MERVE KARAOĞLAN



İPEK GÜLER

*Uluslararası  
çapta ünlü  
Uzm. Dr. Funda  
Meşeli Türker,  
yeni kliniğini  
muhteşem bir  
davetle açtı.*



ELİF-FUAT MEŞELİ



SEHER SEYHAN, SELMA AÇIKALIN



HAKAN TEZER



SILA USTA, ZEYNEP KAPTAN



MEHMET BAŞ

*İş ve cemiyet hayatından isimlerin katıldığı açılışta Funda Meşeli Türker, rejeneratif tıp hizmetleriyle ün kazandı.*

# 5 NİSAN'DA BİLKENT SİNEMA MAX'TE



**Godzilla ve Kong:  
Yeni İmparatorluk**



**Kung Fu  
Panda 4**

Biletler [biletiva.com](http://biletiva.com)'da.

# MAG<sup>®</sup> kids

Türkiye Cumhuriyeti'nin kurucusu Ulu Önder Mustafa Kemal Atatürk'ün dünya çocuklarına armağan ettiği 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı için modadan alışverişe, çocuk oyuncularından eğitimcilerin röportajlarına kadar hazırladığımız sayfalarımız sizlerle...





ÇOCUĞUNUZUN GELECEĞİ  
SİZİN İÇİN **NE KADAR**  
**ÖNEMLİ**



STUDYLON

moniconeofficial

# BLACK & WHITE DAILY





MONICONE

LUXURY KIDS BRAND

[www.monicone.com.tr](http://www.monicone.com.tr)

# WE ARE AN IB PYP WORLD SCHOOL



WE ARE AN  
**IB PYP**  
WORLD SCHOOL



Önokul ve ilkokulumuz,  
“**Dünya Okulu**”  
olarak yetkilendirildi.



40 yıl

ÖZEL ARI OKULLARI

[www.ariokullari.k12.tr](http://www.ariokullari.k12.tr)



# ARI OKULLARI ULUSLARARASI BAKALORYA İLK YILLAR PROGRAMI (IB PYP) VE DİPLOMA PROGRAMI (IB DP) İLE “DÜNYA OKULU”

Arı Okullarında dünya çapında sürekli büyüyen bir eğitim topluluğunun paydaş olduğu “Uluslararası Bakalorya Programları” uygulanmaktadır. Bu programların amacı öğrencilerin; araştıran-sorgulayan, bilgili, duyarlı ve gelişime açık olmalarını sağlayıp kültürlerarası anlayış ve saygı ile daha iyi ve huzurlu bir dünya oluşturmaktır. Önokul ve ilkokul öğrencilerinin tamamına yönelik olan ve anadolu lisesindeki öğrencilerimizin eğitiminin son iki yılını kapsayan IB DP; vizyonu “daha iyi bir dünya” olan güçlü bir eğitim-öğretim programıdır. Bu programlar öğrencilerin;

- Yüksek akademik standartlar çerçevesinde öğrenim görmelerine,
- IB öğrenen profil özelliklerini içselleştirmelerine,
- Disiplinlerüstü bakış açısı geliştirmelerine,
- Uluslararası geçerlilikte sertifika/diplomaya sahip olmalarına,
- Çok yönlü gelişmelerine,
- Ulusal değerlerini özümsemiş ve uluslararası bilince sahip bireyler olarak yetişmelerine olanak sağlar.

## Liselerimizde Uygulanan Oxford AQA International GCSE Programı ile Uluslararası Sertifika

Uluslararası standartlar çerçevesinde düzenlenen ve dünya genelinde geçerliliği olan Oxford AQA International GCSE programına akredite olmuş bir kurum olarak anadolu ve fen lisesi 9 ve 10. sınıf öğrencilerimiz İngilizceden uluslararası geçerliliği olan sertifikayı almaya hak kazanacaklar.



**Araştıran-Sorgulayan**  
Inquirers

**Bilgili**  
Knowledgeable

**İletişim Kuran**  
Communicators

**Düşünen**  
Thinkers

**Riski Göze Alan**  
Risk-Takers

**Açık Görüşlü**  
Open-Minded

**İlkeli**  
Principled

**Dönüşümlü Düşünen**  
Reflective

**Duyarlı**  
Caring

**Dengeli**  
Balanced



40 yıl

## ÖZEL ARI OKULLARI

ARI ÖNOKUL (IB PYP) - ARI İLKOKULU (IB PYP) - ARI ORTAOKULU - ARI ANADOLU LİSESİ (IB DP) - ARI FEN LİSESİ

Çukurambar Mah. Öğretmenler Cad. No: 16/A Çankaya - ANKARA  
Tel: 0 312 286 85 85 (pbx) Fax: 0 312 286 85 94 [f /ariokullari](#) [x /AriOkullari](#) [@ /ariokullari](#)

[www.ariokullari.k12.tr](http://www.ariokullari.k12.tr)



ÖZLEM KARATAY

## Özlem Karatay Çocuk Modasında Yüksek Kalite

Amerika Birleşik Devletleri, Birleşik Arap Emirlikleri ve Avrupa'daki firmalara özel koleksiyonlar hazırlayarak ihracatına da devam eden Moda Tasarımcısı Özlem Karatay, çocuk modasına yönelişindeki ilhamına değinerek, kendi ismiyle kurduğu markasının prensiplerini ve üretim sürecini MAG Okurlarıyla paylaşıyor.

# K

## endinizden biraz bahseder misiniz?

Moda ve tasarıma ilgim çok küçük yaşlarda, tekstilci bir ailenin kızı olarak dünyaya gelmem ile başladı. 2014 yılında, özel dikim ve tasarım üzerine ilk markamı kurdum. Sıfır ila on dört yaş kız ve erkek çocukları için

Türkiye ve dünyanın birçok ülkesine özel dikim ve üretim yaptım. Bunun yanı sıra hâlihazırda başta Amerika olmak üzere Birleşik Arap Emirlikleri ve Avrupa'ya ihracat yapmakta ve yurt dışı firmalara özel koleksiyon hazırlamaktayım.

Sürekli gelişen ve değişen sektörün de içinde var olurken 2022 yılında, kendi adıma verdiğim yeni bir marka kurarak özel dikim yerine koleksiyon bazlı üretim yapmaya başladım. Ürünlerimi daha geniş kitlelere ulaştırmak amacıyla yurt içi ve yurt dışı mağazalar zincirinde yer almaktayım.

## Çocuk modasına yönelişinizdeki ilhamınız nasıl oluşmuştu?

Uzun yıllar özel sektörde üst düzey yöneticilik yaptıktan sonra büyük oğlumun dördüncü yaş gününde giymeyi hayal ettiği bir kıyafeti tasarlayarak yolculuğuma ilk adımlarımı attım. Çocukluk anılarının, hayatın en güzel ve unutulmaz yılları olduğuna inanırım. Eski albümlere bakarken, aile büyüklerinize, çocukluk arkadaşlarınızla yıllar sonra bir araya geldiğiniz zaman aranızda geçen diyalogların içinde hep var olandır özel günleriniz, mutlaka bir tebessüme yer vardır o anlarda. Albümlerin sayfalarını karıştırırken karşınıza çıkan bir doğum günü fotoğrafınızı, o güne dair hatıralarınızı, elbisenizi, koşup oynarkenki mutluluğunuzu hayal edin. Ben bu mutluluğun bir parçasında yer alabilmenin verdiği keyifle tasarımlarımı yapmaktayım.

*Şubatta gerçekleşen New York Moda Haftası'na Türkiye'den katılan ilk ve tek çocuk giyim markası olmak, benim için çok heyecan ve gurur vericiydi.*

## Yalnızca Türkiye'de değil, dünya genelindeki moda defilelerinde de yer alıyorsunuz. Uluslararası başarınızın sırrı nedir?

Her sene New York'ta düzenlenen, dünyanın farklı ülkelerinden katılım sağlanan moda haftası kapsamında şubat 2024'te New York'ta çocuk magazin dergisinin düzenlediği defile organizasyonuna katılmam için kendilerinden bir teklif geldi. New York Moda Haftası'na Türkiye'den katılan ilk ve tek çocuk giyim markası olacak olmak benim için çok heyecan ve gurur verici oldu. Defile hazırlıklarından, planlama ve podyum yürüyüşüne kadarki tüm süreç, benim için çok büyük bir deneyimdi. Defile kapsamında katılımcılar ve izleyiciler tarafından tasarımlarımın övgü ve beğeni toplaması inanılmaz bir mutluluktur. ➡➡





Tasarımlarımın dünyaya hitap edebilen, özgün ve kaliteli ürünler olduğuna inandığım için markamın yurt dışında doğru yerlerde doğru zamanlarda bulunması gerektiğini düşünüyorum ve iş planımın büyük çoğunluğunda bu hedefte ilerliyorum.

**Tasarım ve üretim sürecinizden bahsedebilir misiniz? Çocukların konforunu ve tarzını bir araya getirirken nelere dikkat ediyorsunuz?**

Tasarım; işimin en keyif aldığım bölümü, üretim ise en sancılı kısmı oluyor. Sene içerisinde kendi marka koleksiyonum haricinde yurt dışında markalara kapalı koleksiyon hazırladığım için sürekli yenilikleri takip etmem gerekiyor. Farklı kumaş ve aksesuarları bulup onları çocukların konfor alanını engellemeyecek düzeyde hazırlamak titiz bir işçilik gerektiriyor. Tasarımlarımı kaliteli kumaş ve üretimle birleştirmeye özen gösterirken tüm elbiselerimizde pamuk astar kullanarak çocukların tenine değecek kısımların onları rahatsız etmemesine özen gösteriyorum.

Koleksiyonlarımı kendi bünyemde olan atölyemde hazırlıyorum. Çoğunluğu kadın olan on kişilik bir ekibim var. Kalıp, kesim, dikim, aksesuar, işleme, kontrol ve paketlenme en ince ayrıntısına kadar titizlikle yapılıyor. Seri imalat, üretim ve depolama için çalıştığım atölyelerim mevcut. Stoklarımızı sürekli güncel tutup gelen talebi karşılayabilmemiz gerekiyor.

**Koleksiyonlarınızı oluştururken renk, tema ve desen seçimini nasıl yapıyorsunuz? Öne çıkan materyaller var mı?**

Sürekli sahada olarak, kumaş ve aksesuar seçeneklerini sıklıkla takip ediyorum. Aksesuar, elbiselerimin bitiş noktasına gelmesinde önemli bir rol oynuyor. Bazen sadece bir aksesuardan







*Çocuklar için yaptığım tasarımlarda en önemli unsur, şıklığın konforla birleşmesini sağlamak.*

bile yola çıkarak elbiseyi ona göre tasarlıyorum. Kumaş seçimlerimi yaparken çocukların sevdiği renkleri, parlıtyı ve sezonun trendlerini yakalamak çok önemli bir yer teşkil ediyor.

**Çocuk giyim tasarımında önem verdiğiniz değerler neler? Bu değerleri markanıza nasıl yansıtıyorsunuz?**

Çocuklar için yaptığım tasarımlarda en önemli unsur, şıklığın konforla birleşmesini sağlamaktır. Kişilik olarak detaycı, özenli ve mükemmeliyetçi bir insanım. Modelin başlangıcından bitimine kadarki tüm süreci titizlikle takip eder ve her kademesinde başında olurum. Koleksiyon tamamlandıktan sonra askıya asıldığında, detayları ile içime sinmiş, bir anne olarak çocuklarının rahatlıkla giyebileceği kalite ve konforda olduğundan emin olmam gerekiyor.

**Gelecek dönem planlarınızda neler yer alıyor?**

En büyük hayallerimden biri, çocuk modasını şekillendirecek kaliteli ve özgün tasarımlarımın daha geniş kitlelere ulaşması için yurt içi ve yurt dışında kendi mağaza zincirimi oluşturmak. ■





# MİNA AKDİN

Sevilen dizi "Sandık Kokusu"nun Tılsım karakterine hayat veren başarılı oyuncu Mina Akdin; kariyer hedefini, deneyimlerini, hobilerini ve 23 Nisan mesajını MAG Okurlarıyla paylaşıyor.

**S**andık Kokusu dizisinde, Tılsım karakterini canlandırıyorsun. Rolüne nasıl hazırladığını anlatır mısın?  
Tılsım karakteri bana ilk geldiğinde genel özelliklerini ve hocalarımın neler istediğini dinledim. Daha sonra sete çıkmadan oyuncu koçumla hazırlık sürecim oldu. Böylece yavaş yavaş karakterin özellikleri netleşmeye başladı. Setle birlikte, evde senaryo ezberi, sette yine oyuncu koçum ve pedagoğ ile sahne çalışmalarımız oluyor. Bu şekilde hazırlanıyorum.

**İlk kamera önü deneyimini yaşarken neler hissetmiştin?**  
İlk deneyimim; sekiz yaşındayken oynadığım TRT Çocuk Kitaplık reklam filmiydi. Tabii ki çok büyük heyecan hissettim

ve çok merak hissi vardı. İlk defa yaşadığım bu deneyimle birlikte setler artık benim için, bulunmak istediğim yer oldu. Benim için çok özel bir projeydi.

**Oynamayı çok istediğin bir rol ya da karakter var mı?**  
Aslında her rolün beni geliştirdiğinin farkındayım ama gönlümde tabii ki var bir şeyler. Güzel bir aksiyon işinde, dövüş teknikleri bilen, hareketli bir kadın kahraman olmak isterim.

**Sektörde en çok kiminle çalışmaktan keyif alıyorsun? Nedeni nedir?**

Bu konuda çok şanslıyım bence. Yer aldığım bütün projelerde hep keyifle çalıştım. Büyüklerim bana hep abi ve abla oldu;

ama tabii Sandık Kokusu çok çok özel. Çok uzun vakit geçirdiğimiz için artık aile gibi olduk, hiçbirini ayırt edemem. Demet ablam bana çok güzel nasihatler veriyor setin dışında da ve özellikle domates soslu makarnasına bayılıyorum. Özge ablamla çok iyi anlaşıyorum; anne-kız gibiyiz, her sıkıntıda bana yardım ediyor, acayip eğleniyoruz, o benim sır arkadaşım. Ece ablamla aşırı eğleniyorum, en iyi arkadaşım diyebilirim. Seda ablam aşırı komik, çok güzel anlaşıyoruz ve hep beni güldürüyor. Hepsini çok seviyorum.

**İlerisi için kendine hangi kariyer hedefini seçtin? Oyunculuga devam mı etmek istiyorsun, yoksa aklında bir başka meslek mi var?**

Cevabını bildiğim ama zor bir soru bu benim için, çünkü gönlümde iki meslek var. Oyunculuk benim için çok özel, sanırım ömür boyu bu işi yapmak istiyorum; kendimi farklı rollerde bulmak, bambaşka karakterlerin içinde olmak bence herkesin tadamayacağı özel bir his. Bir taraftan hukuk okumak ve avukat olmak istiyorum. İçimdeki adalet duygusu da beni hayallere sokuyor. Çok çalışmam gerekiyor farkındayım ama hedeflerim böyle, bence avukat bir oyuncu olmak güzel olur.

**Peki, biraz da hobilerinden bahsedebilir misin? Okul ve set dışında neler yapıyorsun?**

Aslında set ve okul dışında çok kısıtlı bir zaman bize kalıyor. O zamanlarda da oyunculuk eğitimi alıyorum; kitap okumak, film izlemek, resim yapmak, dans etmek, bunları çok seviyorum. Gün aralarında beni rahatlatıyor, iyi hissediyorum kendimi. En sevdiğim spor basketbol, yüzme; vakit buldukça yapıyorum.

**Mustafa Kemal Atatürk'ün çocuklara armağan ettiği 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı'nın öneminden biraz bahsedebilir misin? Bu kutlu gün senin için ne anlam ifade ediyor?**

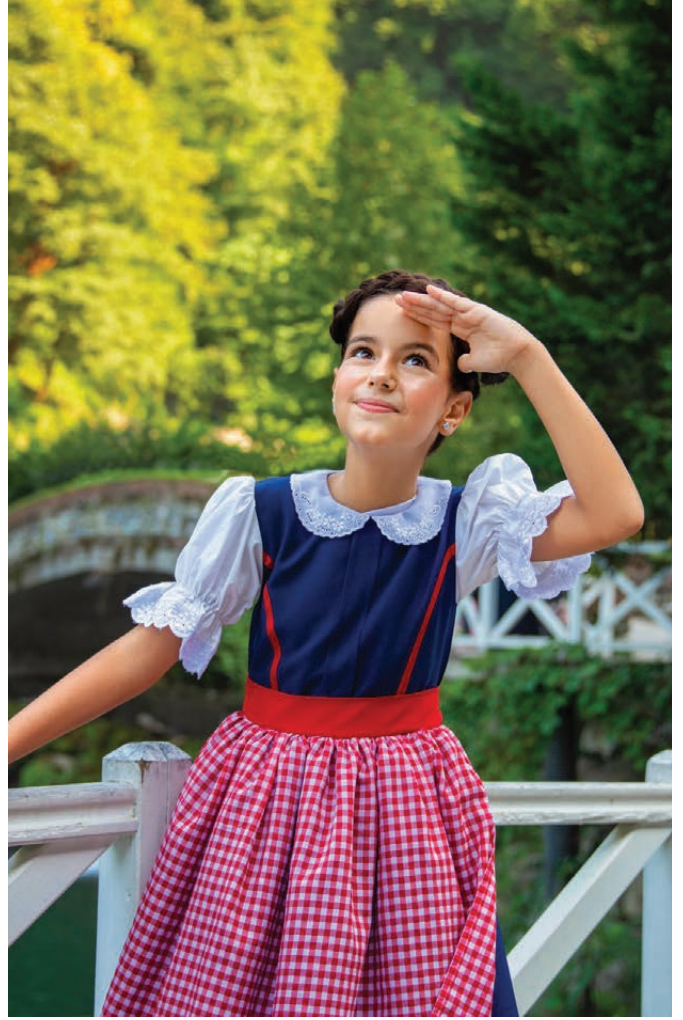
Canım Ata'mın, çocukların kalbini, aklını, cesaretini, karşılıksız sevgisini taçlandırdığı bayramımız, tüm dünya için çok önemli bir gün ve ben de Mustafa Kemal Atatürk'ün kurduğu bu cumhuriyetin çocuğu olmaktan gurur duyuyorum. Büyük küçük herkesin coşkuyla kutlaması gereken bayram bu bayram. Kıymetini bilmeliyiz. Ne şanslıyız ki çocuklara bu kadar güzel bakan bir liderimiz var.

**23 Nisan'ı nasıl kutlamak istersin?**

Tüm çocuklara armağan edilmiş bu bayramı dünya üzerindeki her çocuk, hakkı ile, coşkuyla kutlasın isterdim. Çocukların mutlu olduğu, bayramlarla coştığı bir dünya olsun. Onun dışında kendi ülkemde, okulumda gösteriler düzenleyerek o güne özel sokaklarda, caddelerde, gösterilerle, bayraklarla, neşe içinde kutlamak isterim.

**Tüm dünya çocuklarına vermek istediğin bir mesaj var mı?**

Hepimizin bildiği gibi dünya üzerindeki her çocuk aynı mutlu zamanlara sahip değil ne yazık ki. Ülkemdeki arkadaşlarıma ne kadar şanslı olduğumuzu hatırlatmak isterim. Umuyorum ki çocukların güldüğü, eğlendiği, eşit haklara sahip olduğu bir dünyamız olur. Büyüklere de söylemek isterim ki; bizler geleceğin mimarlarıyız. Lütfen çocukları sevgi ile büyütün. Sevgi her çocuğun hakkıdır. Tüm çocukların bayramı kutlu olsun. ■





BÜŞRANUR MURAT, ECE ÖZER

## Ümitköy British Culture Fine Arts Kids

Ümitköy İngiliz Kültür Güzel Sanatlar Anaokulu yöneticileri Çocuk Gelişimci Büşranur Murat ve Psikolog Ece Özer; kurum olarak hedeflerini, atölyelerini ve çocuklar için sanatla öğrenmenin önemini MAG Okurlarıyla paylaşıyor.

Ö

**Öncelikle kendinizden biraz bahsederek başlar mısınız?**

Biz birbirinin hayattaki ilk arkadaşı olan iki arkadaşız. Hikâyemiz bebekliğimize dayanıyor.

Büyüme serüvenimiz ortaktı, şimdi işimizde de ortağız. İnsanlara rehberlik etmeyi çok seven, işine tutkuyla bağlı olan kadınlarız. Mezun olduktan sonra çalıştığımız yerlerde fark ettik ki okul öncesi eğitimde ciddi eksikler var ve ebeveynler çocuk yetiştirme sanatında yeterli bilgiye sahip değiller. Çalıştığımız yerlerde kendimizi gerçekleştirecek bir alan bulamayınca elimizi taşın altına koyup genç yaşta girişimde bulduk ve yedi sene önce kendi okul öncesi eğitim

kurumumuzu açtık. Bugün yüzlerce ebeveyne rehberlik ediyor, çocuklarımızın kalplerine dokunuyor ve tıpkı bizler gibi işine aşkla bağlı olan, genellikle kadınlardan oluşan ekibimize öncülük ediyoruz.

**Ümitköy İngiliz Kültür Güzel Sanatlar Anaokulu olarak hangi hedeflerle yola çıktınız?**

İnsan gelişimi bir bütündür ve gelişim alanlarına bütüncül yaklaşılmalıdır. Çocuklarımızın eğitimine önem vermek, onlara sevgiyle rehberlik etmek ve onların yarınlarnı aydınlatmak bize düşen en kutsal görevdir. Eğitimin ilk basamağını oluşturan okul öncesi eğitimi, gömleğin ilk

düğmesi gibidir ve bu gömleğin doğru iliklenmesi gerekir. Bu dönem, çocuğun yaşamsal becerilerinin gelişmesi açısından büyük önem taşımaktadır, çünkü bu dönemde edinilen bilgiler çok kolay öğrenilmekte ve kalıcı olmaktadır. Ankara'nın çift dil temelli ilk güzel sanatlar anaokulu olmanın gururunu yaşarken, şeffaflığımız ve sunduğumuz standartlarla çocuklarımıza ve ebeveynlerimize üst düzey memnuniyet sağlıyoruz. Çocuğun gelişim sürecine bütüncül yaklaşıyor; yaşamdan keyif alan, öz güveni yüksek, etik değerleri olan, İngilizce konuşabilen, sanatsal bakış açısına sahip ve sportif nesiller yetiştiriyoruz. Yönettiğimiz Ümitköy İngiliz Kültür Güzel Sanatlar Anaokulu ekibimizle birlikte, okul öncesi eğitime çok disiplinli bir bakış açısı geliştiren eğitimciler olmayı, bununla beraber "sanat, oyun, eğitim, gelişim" dörtlüsünün birleştirici dramatik yapısını okul öncesi programının her alanında aktif hale getirmeyi ve okul öncesi eğitiminde bir bütünlük kurmayı hedef almaktayız.

**Çocukların temel eğitimlerine başladıkları güne kadar, hem ikinci bir dil hem de güzel sanatlar ile eğitimin ilk basamağı olarak hareket ediyorsunuz. Eğitim ve öğretim sisteminizi anlatır mısınız?**

Kurumumuzda "proje tabanlı, bütüncül yaklaşımli ve çift dilli" alternatif bir eğitim modeli uygulanmaktadır. Bu eğitim modelinde öncelik, çocuğun kendinde var olan malzemeyi açığa çıkartarak bunun ışığında harekete geçmesidir. Bu; hikâye içinde sanatsal olanın ortaya çıktığı ve oyunla öğrenimi destekleyen, hem eğlenceli hem de işlevsel bir eğitim modelidir. Programda, etkinliklerin hatları kabaca belirlenir ve o doğrultuda zengin içerikte eğitim ortamı hazırlanır. Etkinliğin sürecinin nasıl ilerleyeceğini belirleyen ise çocuklardır. O etkinliği nasıl yapmak istediğini çocuk seçer; bizler ise ortamı ve materyali hazırlar, konuyla ilgili merak uyandırır ve rehberlik ederiz. Bu eğitim modeliyle eğitimci, basmakalıp eğitim modellerini rafa kaldıracak, çocuğun potansiyelinin birçok yönde ortaya çıkması sanat aracılığıyla desteklenmiş olacak ve çocuk farkında olmadan sadece oyun oynayarak ikinci bir dili ana dili gibi edinmiş olacaktır. Çocuklarımız mezun olduklarında, Avrupa Birliği Konseyi tarafından akredite edilmiş ve uluslararası geçerliliği olan Avrupa Dil Portfolyosu'nu da almaya hak kazanacaklardır.

**Sanat ile öğrenmenin öneminden bahsedebilir misiniz?**

Okul öncesi eğitimi, çocukların yaşamı keşfetmelerine yardımcı olan sihirli bir anahtar ve onların ruhunu ömür boyu besleyecek olan bir seyahattir. Sanat ise bu keşif yolculuğunun en güzel rehberidir. Güzel sanatlar ile öğrenme, bir çocuğun estetik algısının gelişmesinde ve var olan yeteneklerinin keşfedilip geliştirilmesinde büyük öneme sahiptir. Belki geleceğin ressamı, müzisyeni ya da dansçısı bu alanlarla ilk kez tanışacaklardır. İleride bu alanlarda çalışmayacak olsalar bile zengin bir estetik görüş kazanacak, sanat duyarlılığını yaşamlarının en önemli yıllarında kalıcı bir biçimde kazanacaklardır. Böylece; sanatın kendilerini ifade etmenin farklı bir yolu olduğunu fark edeceklerdir. Sanatla bütünleşmiş bir okul öncesi eğitimi; onların meraklarını, yaratıcılıklarını, öz güvenlerini, düşünme ve kendini ifade edebilme becerilerini besleyerek hayat boyu ihtiyaç hissedecekleri öz potansiyellerini açığa çıkaracaktır.

**Kurumunuzda ne tür atölyeler düzenleniyor? Bunların çocuklara sağladığı katkidan da bahsedebilir misiniz?**

Kurumumuzda altı farklı atölye bulunmaktadır. Her atölyemiz, kendi alanına göre zengin bir donanıma sahiptir. Çocuklar gün



boyu bir odanın içinde değil, rotasyon ile farklı atölyelerde gün akışını tamamlarlar. Bu uygulama; çocukların atölyelerde vakit geçirirken yalnızca tek bir alana odaklanmasını, gün akışı içerisinde de sıkılmamasını sağlar. Uyguladığımız atölyelerde en önemli nokta sonuç değil, süreçtir. Bu süreçlerde çocuklara keşfetmeleri, incelemeleri, tekrar tekrar denemeleri için yeterince zaman ve fırsat verilir. Atölyelerimizde çocukların özgür çalışmalarına olanak tanınır ve ortaya çıkan problemleri avantaja çevirerek çocukların problem çözme ve esnek düşünebilme becerilerine katkıda bulunulur. ■



# SARP KAAN ALTINÇAPA

Bebekliğinden bu yana reklam ve diziler için kamera karşısına geçen, “Sandık Kokusu”nun Deniz’i Sarp Kaan Altınçapa; oyunculuk hakkındaki duygularını ve 23 Nisan mesajını MAG Okurlarıyla paylaşıyor.

FOTOĞRAFLAR: MÜRSEL ÇOBAN

**S**andık Kokusu dizisindeki karakterin Kuzey ile oldukça dikkat çekiyorsun. Peki rolüne nasıl hazırlanıyorsun? Artık adım Kuzey değil. Dizide kaybolurken Kuzey’dim, şimdi Deniz oldum... Senaryo bize ulaştığı zaman annem, hangi sahnelerde oynayacaksam onları bana senaryodan okuyor ve anlatıyor. O okurken ben hem gözümde sahneyi canlandırıyorum hem de diyeceklerimi tekrar ediyorum. O anları yaşamaya çalışıyorum. Sonra karavanda oyuncu koçum Hüseyin abim ile prova yapıyoruz.

Sahneye geçince de o sahnede hangi oyuncular varsa, onlarla toplu bir prova daha yapıp kayda giriyoruz.

**Sence oyunculuk nasıl bir duygu? Neler hissediyorsun?** Oyunculuk çok güzel bir duygu. Dizide rolümü oynarken mutlu hissediyorum. Biraz da heyecanlanıyorum. Evimde oyuncaklarla oynarken hayal kurarak oynamayı çok seviyorum. Oyunculuk yaparken de sette hayal kuruyorum, çünkü Deniz’in yaşadığı çoğu şeyi ben hiç yaşamadım. Hayal kurduğum zaman daha güzel oynuyorum.

*Sette değilken sette olmayı  
çok özleyorum artık.*

**Oynamayı çok istediğin bir rol ya da karakter var mı?**

Çağatay Ulusoy ile birlikte bir dizide oynamak çok isterdim, çünkü annem bana hamile iken "İçerde" dizisini çok izlemiş. Çağatay abinin canlandığı karakterden benim ismimi seçmiş ailem.

**Sektörde en çok kiminle çalışırken keyif aldın?**

Hepsi ile oynamayı çok seviyorum ama en çok Özge ablam ile! Beni çok güldürüyor, bana hep şakalar yapıyor.

**İlerisi için kendine hangi kariyer hedefini seçtin?**

**Oyunculuğa devam mı etmek istiyorsun yoksa aklında bir başka meslek mi var?**

Bebekliğimden beri reklam ve dizilerde rol alıyorum; ama daha yeni yeni sevmeye başladım. Sette değilken sette olmayı çok özleyorum artık. Eğitim yaşına gelince, oyunculuk eğitimi almak çok istiyorum ve de daha iyi bir oyuncu olmak istiyorum.

**Peki, biraz da hobilerinden bahsedebilir misin?**

Taekwondo kursuna gidiyorum. Yüzmeye de gidiyordum ama set yoğunluğundan ona ara verdik. Arkadaşlarımla tabletimden birbirimize bağlanıp Roblox oynamayı çok seviyorum. Satranç ve kutu oyunları oynamaya da bayılırım. Fırsat buldukça arkadaşlarımla evlerine gidip birlikte oyun oynuyoruz. En sevdiğimiz oyun ise "oyunculuk" oyunu.

**Mustafa Kemal Atatürk'ün çocuklara armağan ettiği**

**23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı'nın öneminden biraz bahsedebilir misin? Bu kutlu günün için ne anlam ifade ediyor?**

Gazi Mustafa Kemal Atatürk'ün biz çocuklara armağan ettiği ve dünyada çocukların olan tek bayram. Bizler için bir sürü eğlence, kutlama düzenlendiği için 23 Nisan'da çok mutlu oluyorum ve çok eğleniyorum.

**23 Nisan'ı nasıl kutlamak istersin?**

En yakın arkadaşlarımla evde oyun oynayarak ve sahildeki havai fişek gösterilerini izleyerek kutlamak isterim.

**Tüm dünya çocuklarına vermek istediğin bir mesaj var mı?**

Çok çalışkan olsunlar. Yaptıkları ne olursa olsun; spor, ders, hobi, her zaman en iyisini yapmaya çabalsınlar ve büyüklerine, çevreye, diğer canlılara saygılı ve sevgi dolu olsunlar. ■





## Mutlu ve Başarılı Çocukların Okulu Nesibe Aydın Çankaya İlkokulu

Eğitim hayatının ilk basamağı olan ana sınıfı ve ilkokul döneminde uyguladığı IB-PYP (Uluslararası Bakalorya İlk Yıllar Programı) modeliyle dünya standartlarında eğitimin Ankara'daki adresi olan Nesibe Aydın Okulları, öğrencilerinin son dönemde elde ettiği akademik, sanatsal ve sportif başarılarla dikkatleri üzerine çekiyor. Ebeveynlerin, okul seçimi konusunda yoğun bir arayışta olduğu dönemde ana sınıfı ve ilkokul eğitiminde ilk tercih edilen okullar arasında yer alan Nesibe Aydın Çankaya İlkokulunun Müdürü Burçin Orçan Özkösem, başarılarının sırrını anlatıyor.

Ö

**Öncelikle, IB-PYP eğitim modeli hakkında bilgi verir misiniz?**

IB-PYP (Uluslararası Bakalorya İlk Yıllar Programı), ana sınıfı ve ilkokul düzeyinde dünya üzerinde sayılı okulda uygulanan uluslararası bir eğitim programıdır. Programın amacı; uluslararası akreditasyona sahip eğitim kurumlarının

çatısı altında evrensel değerleri benimsemiş, duyarlı, yaratıcı, sorgulayan ve özyönetim becerisi gelişmiş bireyler yetiştirmektir.

**Nesibe Aydın Okullarının, özellikle ana sınıfı ve ilkokul eğitiminde oldukça başarılı olduğu biliniyor. Okulunuzu ve öğrencilerinizi başarıya götüren uygulamalarınız nelerdir?**

Öğrencilerimizin elde ettiği başarılarında, ana sınıfı ve ilkokul kademesinde uyguladığımız IB-PYP eğitim modeli büyük rol oynuyor fakat başarının temelinde, Nesibe Aydın Okullarının otuz dokuz yıllık tecrübesiyle oluşturduğumuz eğitim felsefemiz var. Nesibe Aydın'da her öğrencimizi birey olarak görüyor; onları sadece akademik olarak değil, ilgi alanlarına göre değerlendirerek yetenekleri doğrultusunda bilim, sanat ve spor programlarına yönlendiriyoruz. Ana sınıftan itibaren uyguladığımız çift dilli eğitim modelinde, her sınıfımızda ana dili İngilizce ve Türkçe olan iki öğretmenimiz bulunuyor. Günlük hayatlarını İngilizce ve Türkçe olmak üzere iki dili aktif kullanarak sürdüren öğrencilerimiz, ilkokula geçerken başlangıç düzeyinde İngilizce dil becerisine sahip oluyorlar. İkinci sınıftan itibaren tercihlerine göre Almanca, İspanyolca ya da Fransızca eğitimi almaya başlıyorlar. Bu sayede İngilizceyi ana dil

seviyesinde, ikinci yabancı dillerini ise kendilerini rahatlıkla ifade edebilecek düzeyde kullanabilen dünya vatandaşları olarak ilkokuldan mezun oluyorlar.

**Özellikle küçük yaş grubu öğrencilerin spor, oyun ve hareket ihtiyacını karşılamaları için okulunuz ne gibi imkânlar sağlıyor?**

Okulumuzun ana sınıfı ve ilkokul öğrencilerine yönelik olarak tasarlanmış olması, öğrencilerimizin eğitim serüvenine büyük katkı sağlıyor. Bu sayede okulun her bir köşesini öğrenme alanı olarak kullanabiliyor, oyun ve hareket ihtiyaçlarını güvenli alanlarda karşılayabiliyorlar. Yine, küçük yaş grubu öğrenciler için özel olarak tasarlanmış yüzme havuzu, jimnastik salonu vb. alanlarda spor yaparak, yeteneklerini keşfediyorlar. Ayrıca okulumuzun Ankara'nın merkez noktası, Çankaya'da bulunması da velilerimize büyük avantaj sağlıyor. Merkezi konumda olmamız sayesinde hem ulaşım maliyetleri azalıyor hem de trafikte kaybedilen vakit, ailecek birlikte geçirilen zamanlara dönüşüyor.

**Yabancı dil eğitimindeki başarınızda uzman öğretmen kadronuzun büyük rol oynadığından bahsettiniz. Öğretmen seçiminde nelere dikkat ediyorsunuz?**

Tüm sınıf kademelerinde alanının en iyisi öğretmen kadrosuna sahibiz. Özellikle küçük yaş grubu öğrencilerin hayatında rol model olarak benimsedikleri öğretmen seçiminde çok hassas davranıyor, en az beş yıllık deneyimi olan uzman öğretmen kadromuzla eğitim veriyoruz. ■





## Doç. Dr. Cüneyt Atabek

### Sünnet: Erkek Genital Estetik

Sünnetin tarihçesini de ele alan Liv Hospital Ankara Çocuk Cerrahi Uzmanı Doç. Dr. Cüneyt Atabek, bu işlemin hangi yöntemlerle ve nasıl hazırlıkların ardından yapılması gerektiğine değiniyor.

**S**ünnet, erkeklerde penis başını örten ve koruyan üst derinin bir kısmının kesilip atılması, böylece glansın (penis başı) açıkta kalmasını sağlamaktır. Sünnet, dini veya kültürel gerekçelerle pek çok din ve kültürde küçük yaşlardaki erkeklere uygulanmaktadır.

Sünnet tarihçesi ile ilgili pek çok teori bulunsa da tam olarak nerede, ne zaman ve nasıl ortaya çıktığı bilinmemektedir. Sünnete dair en eski illüstrasyondan yola çıkıldığında Antik Mısır medeniyetinde uygulandığı bilinmektedir (MÖ 2400). Erkeklerin sünneti Yahudi inancında mecburidir, pek çok Müslüman topluluğu ve bazı Hristiyan topluluklarında ise gelenekleştirilmiştir. Sünnet, bu geleneğin yaygın olduğu bazı ataerkil toplumlarda erkeklığın bir gerekliliği olarak görülür.

Sünnetin erkeklerde penis, kadınlarda rahim kanserini, bebeklerde idrar yolları enfeksiyonunu, bazı cinsel yolla bulaşan hastalıkları ve son olarak da AIDS'i önlediği ileri sürülmektedir. AIDS hariç, diğer teoriler ilk ortaya atıldıklarında ilgi çektiyseler de, hastalık riskinin sünnetin kendi riskinden düşük olması nedeni ile bugün yaygın sünnet için yeterli gerekçe olarak görülmemektedir. AIDS konusundaki tartışma sürmektedir.

Sünnet önemli bir cerrahi girişimdir. Her cerrahi işlem gibi, en uygun koşulların olduğu ameliyathanelerde, deneyimli cerrahlar tarafından yapılmalıdır. Çocuğa yapılacak cerrahi işlemin mümkün olduğunca psikolojik travma oluşturmaması

için; altı yaşından büyük her çocuk, yapılacak işlem hakkında bilgilendirilmelidir ve sünnetin çocuk tarafından kabullenilmiş olması önemlidir. Yenidoğan dönemi ve iki yaş öncesi yaptığımız sünnetlerde aile bilgilendirilmesi önemlidir. İki yaş ve altı yaş arası çocuklarda tıbbi bir gerekçe yok ise sünnet önerilmemektedir. Yenidoğan sünneti yapılması için en önemli koşul, çocuğun ek bir sağlık sorununun olmaması ve cinsel organın bu işleme uygun olmasıdır. Yenidoğan sünneti yapılan bebeklerde idrar yolu enfeksiyonu riski azalır, sünnet sonrası iyileşme hızlıdır. Psikolojik bir etkilenme olmaz.

Sünnet günümüzde birkaç yöntemle yapılabilmektedir. Koter ve lazer gibi ısıl işlemler, tehlikeli ve komplikasyonları fazla olan yöntemlerdir. Her penisin standart olmaması, gömük olması/ olmaması, eğrilik olması/ olmaması gibi nedenlerden dolayı, en iyi yöntem klasik cerrahi yöntemdir. İyileşme süreci yaklaşık bir hafta kadardır. Özenli ve düzgün yapılmış sünnet sonrası komplikasyon olasılığı yok denecek kadar azdır. Sünnetli doğma inancı -halk arasında peygamber sünneti olarak bilinen hipospadias- aslında doğuştan bir penis bozukluğudur. Normal bir peniste idrar kanalı penisin ucunda sonlanırken hipospadiaslı çocuklarda idrar kanalı penisin alt yüzünde ve daha geride sonlanır. Altı ay ila on sekiz ay arasında cerrahi tedavi gerektirir.

Sonuç olarak; tıbbi bir gereklilik yoksa ve doktorunuz size sünnet gerekli demediği sürece, yukarıdaki kriterler göz önünde bulundurularak, tamamen aile inisiyatifinde bir operasyondur; ama sünnet yapılacak ise, bu operasyon bir erkek genital estetik operasyonudur ve profesyonelce yapılmalıdır. ■



# DAĞHAN YILMAZ

Buz pateninde kupa ve madalyalar kazanarak Türkiye'yi yurt dışında temsil eden Dağhan Yılmaz; okulunu, çalışmalarını, spora olan sevgisini ve 23 Nisan mesajını MAG Okurlarıyla paylaşıyor.

**B**uz pateninde güzel başarılar elde eden milli bir sporcusun. Peki, bu spora başlamaya nasıl karar vermiştin?  
Okulum Nesibe Aydın'da hep sporla ilgili kulüplerdeydim. İkinci sınıfta okurken evimizin yanında Kent Paten açılmıştı. Anneannemle birlikte gittik ve kaymayı çok sevdim. Kent Paten'deki hobi kursuna kaydoldum ve buz pateni hayatım başladı. Antrenörüm Umur Öztaşdelen benim çok çalışıp hızlı ilerlediğimi görünce Vizyon Buz Sporları Kulübüne geçirdi ve böylece testleri geçip müsabık sporcu oldum.

**Yurt dışında da yarışmalara katılıyor musun? Yarışmalara hazırlanırken özel olarak takip ettiğin bir rutinin var mı?**  
Bu sezon, Bulgaristan'ın başkenti Sofya'da düzenlenen Denkova-Staviski Cup'ta birinci olup kupa kazandım. Sırbistan'ın başkenti Belgrad'da düzenlenen Skate Helena'da birinci oldum. Macaristan'ın başkenti Budapeşte'de düzenlenen Santa Claus Cup'a katıldım ve altın madalya kazandım. Özel olarak takip ettiğim rutinim, düzenli olarak antrenmanlarıma katılmak, dengeli beslenmek ve sağlıklı yaşamak.

### Şimdilerde hazırlandığın yeni bir yarışma var mı?

23 Nisan kupasına hazırlanıyorum. Antrenmanlarım yoğun şekilde devam ediyor. Bahar tatilinde Bursa'da, yurt dışından antrenörlerin gelip gerçekleştireceği kampa katılıyorum. Gelişimimde faydalı olacağına inanıyorum.

### İleride spor kariyerine devam etmeyi düşünüyor musun?

Çok istiyorum. Ailem, okulum beni bu yönde destekliyor.

**Nesibe Aydın Eğitim Kurumlarında okuduğunu belirtmiştin. Okulunun "Bilim, Sanat, Sporda Gelecek Biziz" sloganını nasıl değerlendiriyorsun? Bu yönde yapılan etkinliklere katılmak senin için ne ifade ediyor? Okulun seni buz pateni ve matematikte nasıl destekliyor?**

Üç yaşından beri Nesibe Aydınlıyım. Okulum beni analiz edip yeteneklerim doğrultusunda yönlendiriyor. Birinci sınıfta, esnekliğimden dolayı jimnastik kulübüne yönlendirdiler. İkinci sınıfta buz patenine başladım. Beşinci sınıfta sınava girdim ve matematik olimpiyatlarını kazandım. Okuldaki ders saatleri dışında, bilim olimpiyatlarına hazırlık olarak okulda matematik eğitimi alıyorum. Yıl içinde ulusal ve uluslararası matematik yarışmalarına giriyorum, yıl sonunda TÜBİTAK'ın yapacağı matematik sınavına hazırlanıyorum.

Çok yoğun bir antrenman programım var. Sabah beşte kalkıyorum, altı ile sekiz arası buzda antrenmanda oluyorum. Okuldan sonra yine antrenmana gidiyorum. Yoğun antrenman ve yarışma dönemlerinde kaçırdığım dersleri öğretmenlerim takip edip okulda bana etüt veriyor. Gerekliyse, hafta içi veya cumartesi günleri okulumun bana sunduğu etütler ile eksiklerimi telafi ediyorum. Bu sayede okulumda başarılı bir öğrenci, buz üzerinde başarılı bir milli sporcuym. Okulum yetenekli olduğum her branşta beni destekliyor. İyi ki Nesibe Aydınlıyım.

### Rubik küpe ilgin nasıl başladı? En hızlı çözdüğün küpü ne kadar sürede tamamlamıştın?

Küpe olan ilgim okulda başladı. Okulun matematik olimpiyatları sınıfındayım; oradaki bir arkadaşımın görünce çözmeye başladım. Sonrasında daha kısa sürede çözebilmek için algoritmalarını öğrendim ve boş vakitlerimde devamlı küp çözdüm. Sonrasında küp çözme yarışmalarına katıldım. 3x3, 2x2, 4x4, 5x5, 6x6, piramit, skewb küp çözüyorum. En hızlı çözdüğüm küp 2x2 rekorum iki saniye kırk sekiz salise. Okulumda da matematik zümresi benim gibi küp çözmeye meraklı arkadaş grubumuza yarışmalar düzenliyor.

### Okul dışında neler yapmaktan hoşlanıyorsun?

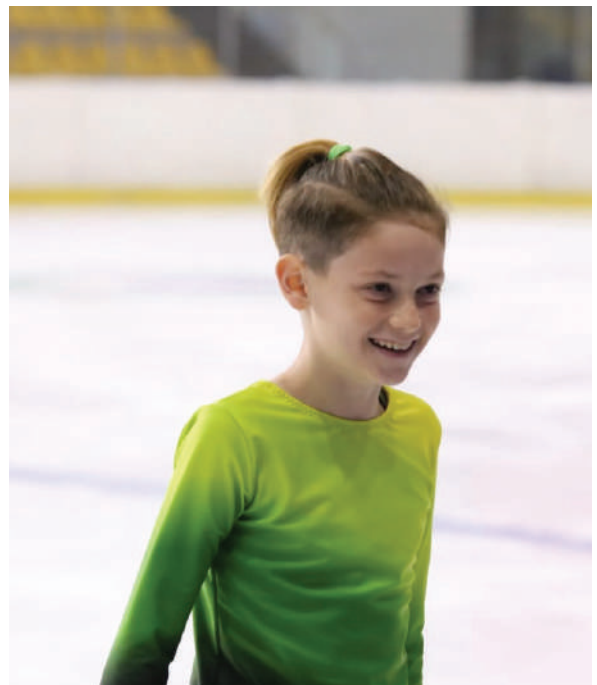
Buzda kaymayı seviyorum. Oyun oynamayı, masa tenisi oynamayı, küp çevirmeyi, arkadaşlarımla futbol oynamayı seviyorum.

### Mustafa Kemal Atatürk'ün çocuklara armağan ettiği 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı'nın öneminden biraz bahseder misin? Bu kutlu gün senin için ne anlam ifade ediyor?

Ben bugünün çocuğu yarının yetişkiniyim, geleceğim. Çocuklara gereken önem verilirse ülke olarak geleceğimize önem vermiş oluruz. Bunun farkında olan Ulu Önderimiz Mustafa Kemal Atatürk, 23 Nisan'ı biz çocuklara bayram olarak hediye etmiştir. Çok mutluyum, çünkü dünyada çocuklara bayram hediye eden ilk ve tek ülke Türkiye'dir.

### 23 Nisan'ı nasıl kutlamak istersin?

23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı'nı her yıl olduğu gibi okulumda, arkadaşlarımla birlikte, Ata'mızı anarak, düzenlenen gösteriler eşliğinde, coşku içinde kutlamak isterim. ■





Esra Özge Aktürk

**T**ürkiye'nin ilk çizgi deneyim ve eğlence parkı olarak tanımladığınız tema parkınız Kral Şakir Macera Dünyası'nda çocuklar neler yapabiliyor? Etkinlikler ve oyunlarınızdan kısaca bahsedermisiniz?

Kral Şakir Macera Dünyası; çocukların ve ailelerinin altı farklı odada Kral Şakir çizgi filminin mekânlarına girerek zamana karşı yarıştığı ve dünyayı kurtarmaya çalıştığı bir eğlence merkezi. Çocuklar, parkımıza girdiklerinde ekranlarda Kral Şakir ve arkadaşlarından görevlerini dinliyor ve maceraya başlıyor. Oyunlarımız haftalık olarak değişiyor. Biz üç yaşa da, on beş yaşa da, hatta şirketlere de, özel maceralar ile eğlenceyi farklı bir boyutta taşıyoruz diyebilirim. Parkımızın girişinde bir de sağlıklı fastfood konsepti ile bir restoranımız var. Fil Necati'nin Yeri muhteşem; lezzetli yemeklerimizi de kesinlikle tatmanızı öneririm.

Kapıdan çıkan herkesin yüzünde aynı gülümseme ve mutluluğu görmek muhteşem. İlkini Ankara'da One Tower AVM'de açtık. Mayıs ayında İstanbul'da farklı bir konseptle "Kral Şakir Gizemli Orman"ı açıyoruz. Şu sıralar Kral Şakir Macera Dünyası'nı Türkiye'nin pek çok noktasına yaymak için bir anlaşma yapmak üzereyiz.

**Kral Şakir Macera Dünyası'nda kaç çeşit parkur bulunuyor? Bu parkurların, çocuklara neler katması hedefleniyor?**

Altı adet parkurumuz var. Birinci parkurumuzda korsanlar tarafından ele geçirilen gemiden dökülen malzemeleri doğru sandıklara en kısa sürede yerleştirmeye çalışıyorlar. İkinci parkurumuz Fil Necati'nin Youtube odası. Bu odada çocuklar dünyayı kurtarmak için planlarını hazırlıyor, saklı şifreleri ve gizli anahtarı buluyor. Üçüncü parkurumuz Mirket'in laboratuvarı. Bu parkurda canavarın bulunduğu harita ve canavarı yerleştireceğimiz kafesi yapıyoruz. Balon kapıyı şişirip bir sonraki parkura geçiyoruz. Dördüncü parkurumuz Kral Şakir Sokağı. Bu parkurda da sokak oyunları oynuyoruz.

## Kral Şakir Macera Dünyası

Parkurlarla bilmece çözdürerek eğlendiren Kral Şakir Macera Dünyası'nın kurucusu Esra Özge Aktürk, oyun parkının çocuklara ve hatta büyüklere sunduklarını anlatıyor.

Beşinci parkurumuz Korsanlar Adası. Burada artık korsanları yeniyoruz, canavarı küçültüyoruz, kafese koyuyoruz, altınları kurtarıyoruz ve süper güç rozetleri kazanarak çıkış yapıyoruz. Altıncı parkurumuz da "Kahramanlar Partisi" alanı. Bu alanda dans ediyoruz ve kahramanlığımızı kutluyoruz.

Doğum günü partileri için doğum günü çocuğuna özel oyun yazıyoruz ve macera çıkılı mor burger ya da dürüdüüm menü ile çocukları karşılıyor. Oyunlarımız her hafta değişiyor. Instagram hesabımız üzerinden haftanın oyununu takip edebilirsiniz. ■



# ÇOCUK FAKÜLTESİ



## ÇOCUK PROFESÖRLER ARANIYOR!

Çocukların büyümeden önce meslek seçimlerine yardımcı olan Çocuk Fakültesinin kurucusu Esra Özge Aktürk, gayelerini ve vizyonunu MAG Okurlarıyla paylaşıyor.

Ç

ocukların büyüünce değil, büyümeden ne olacaklarına karar vermelerinde yardımcı olan bir eğitim platformunuz bulunuyor: Çocuk Fakültesi. Bunun hakkında bilgi verir misiniz? Gayeniz, vizyonunuz nedir?

Ben mesleğimi on iki yaşında buldum. Tanışıp hayat hikâyesini dinlediğim birçok farklı insan için de on iki yaş; aslında mesleğinin ne olacağını, içindeki potansiyeli çıkarmak için uğraşmış oldukları yaşmış. Benim bir teorim var ki, on iki yaşına kadar hepimizin potansiyel mesleği kendini gösterir fakat bu konuda herhangi bir eğitim şansımız olmadığı için eğitimlerimiz; okul ve sınav başarılarımız, çevremiz bizi nereye sürüklerse oraya doğru evriliyor ve üniversiteden mezun oluyoruz. Benim gibi az sayıda insan ise bir şekilde sevdiği mesleği keşfetmiş ve seçmiş oluyor. Düşünürseniz pek çok insan mezun olduğu bölümün işini yapmıyor. İşte bu yüzden bizim misyonumuz; çocukların meslek eğitimleri olarak sevdikleri meslekleri bulmaları ve deneyimlemeleri, çocukların yönettiği bir iş dünyası kurmak. Hayalimiz de, eğitim sistemine yeni bir bakış açısı kazandırmak ve her çocuğun içindeki potansiyeli bulabilmesini sağlayacak farklı alanları meslekler üzerinden anlatmak. Her çocuk aynı değil diyoruz ama nihayetinde çocuklara eğitim alanında hep aynı şıkları sunuyoruz. O zaman bu kadar farklı çocuğun, içindeki farklı potansiyeli nasıl keşfedeceğiz? Biz diyoruz ki, çocuklar; bilgiyi ihtiyaç duyarsa özümser ve çocuğunuz matematiği sevmiyorsa, matematiği nerede kullanacağını öğrensiz ve matematikle ilişkisini de düzeltsin. Örneğin; Mimarlık Fakültesi eğitimlerimizde çocuklar sanatla matematiği birleştirerek binalar, yaşam alanları tasarlıyor. Uzay Bilimleri Fakültemizde yörüngelerin hesaplamasını yaparken, yıldızların konumunu bulurken ya da daha ileri gidip hangi yıldızı hangi tarihte göreceğimizi matematiği kullanarak hesaplıyorlar. Bunları yaparken sadece bir öğrenci konumunda kalmıyorlar, bu bilgileri o mesleği yapmak için öğreniyorlar. Bu da çocukların gelecekte ne olmak istediklerine deneyerek karar vermelerine ve sevdikleri mesleği küçük yaşta bulmalarına destek oluyor.

Çocuk Fakültesinde hangi bölümlerinizi bulunuyor?

Yedi fakültemiz var. Yeni fakülteler ve içerikler de eklenmeye devam ediyor. Üye olup aboneliğinizi başlattıktan sonra tüm içeriklerimizden faydalanabilirsiniz. Şu an için fakültelerimiz: Avukatlar Fakültesi, Animasyon ve Çizgi Film Fakültesi, Mimarlar Fakültesi, Uzay Bilimleri Fakültesi, Sinema ve Televizyon Fakültesi, Girişimcilik Fakültesi, Bilgisayar Fakültesi...

Aileler fakültelerimizin kazanımlarını da [www.cocukfakultesi.com](http://www.cocukfakultesi.com) sitemiz üzerinden inceleyebilirler. Dekanlarımız, Türkiye'de alanında çok başarılı, tanınmış isimler. Uzay Bilimleri Fakültesi dekanımız Astrofizikçi Dr. Umut Yıldız; Animasyon ve Çizgi Film Fakültesi dekanımız Kral Şakir çizgi filmi yapımcısı Varol Yaşaroğlu; Mimarlar Fakültesi dekanı Yüksek Mimar Ayşegül Akgül; Avukatlar Fakültesi dekanı Ucim Türkiye Hukuk Koordinatörü Av. Yeşim Aydın; Sinema ve Televizyon Fakültesi dekanı Esra Özge Aktürk; Girişimcilik Fakültesi dekanımız Türkiye'den dünyaya başarıları ile ün salmış sevgili Şöhret Pakiç; Bilgisayar Fakültesi dekanımız da Cem Say.

Çocuk Fakültesinde kayıttan mezuniyete süreç nasıl işliyor?

Çocuklar sitemiz üzerinden abone olduktan sonra diledikleri meslek fakültesine ait videoları izliyor. Her fakülte dört kurdan oluşuyor ve her bir kuru sonunda eğlenceli vize sorularını cevaplayarak bir sonraki kura geçiş yapıyorlar. Her kuru tamamladıklarında farklı ünvanlar kazanıyorlar. Ünvanlarımız; öğretim görevlisi, master class, doçent, profesör olarak ilerliyor. Meslek fakültelerinin tüm videolarını izleyip görevleri tamamlayan çocuklar her meslek için ayrı çocuk profesör ünvanını kazanıyor ve iş dünyası bölümümüzde çalışmaya başlıyorlar. Planlarımız arasında, yakın zamanda profesör çocuklarımızla buluşmalar düzenlemek de var. ■



# AYLİN AKPINAR

“Kardeşlerim” dizisi ile adından sıkça söz ettiren Aylin Akpınar, sektörde çalışmaktan keyif aldığı isimleri de paylaşarak 23 Nisan mesajını veriyor.

# U

**zun süredir “Kardeşlerim” dizisinde Emel karakterine hayat veriyorsun. Rolüne nasıl hazırlanıyorsun?**

Dört sezondur Emel karakteriyle ekrandayım.

Emel’in hangi duruma nasıl tepki vereceğini,

nasıl konuşacağını bildiğim için zorlanmıyorum. Senaryo geldiğinde okuyorum, daha sonra da sahneye geçmeden önce oyuncu koçumla sahneyi çalışıyorum.

**Kardeşlerim dizisinin setinde en çok kiminle vakit geçiriyorsun?**

Sahnelerimiz birlikte olduğu için şu an en çok Yiğit (Bilal Yiğit Koçak) abiyle, onun dışında Cihan (Cihan Şimşek) abi, Melis (Melis Minkari) abla ve Cüneyt (Cüneyt Mete) abiyle vakit geçiriyorum. Hepsini çok seviyorum ama Cüneyt abinin yeri bende ayrı, çünkü onunla set dışında da görüşüyorum. Onu çok seviyorum.

**“Keşke Hiç Büyümeseydik” dizisi ile oyunculuk çıkışını yaptın. Oyunculuk yapmaya nasıl ve ne zaman karar vermiştin? İleride de oyuncu mu olmak istiyorsun, yoksa aklında başka bir meslek var mı?**

Dizilerden önce, beş yaşındayken reklamlarda rol alarak oyunculuğa başladım. Birçok reklam filmim var. Şu an yaptığım işi çok seviyorum ve çok zevk alıyorum. İleride başka bir konuyla ilgili de eğitim alabilirim fakat oyunculuğa devam etmek istiyorum.

**Oynamayı çok istediğin bir rol ya da karakter var mı?**  
Fantastik bir filmde rol almayı isterim.

**Sektörde en çok kiminle çalışmaktan keyif almıştın?**

Uzun bir zamandır bu işi yapıyorum. O yüzden çok fazla oyuncuyla çalışma şansım oldu. “Keşke Hiç Büyümeseydik”te Ege Aydan’la, “İstanbullu Gelin”de sahnelerim çoğunlukla Neslihan Arslan ve Anıl İlter’leydi. “Aşk Ağlatır”da Durul Bazan ve Hafsanur Sancaktutan ile, “Kardeşlerim” dizisinde de Cüneyt Mete, Bilal Yiğit Koçak, Su Burcu Yazgı Coşkun, Cihan Şimşek, Halit Özgür Sarı, Melis Minkari, Fadik Sevin Atasoy ve Celil Nalçakan ile çalıştım. Hepsinden öğrendiğim çok şey oldu. Hepsini çok seviyorum!

**2021 yılındaki Altın Kelebek Ödüllerinde “En İyi Çocuk Oyuncu Ödülü”nü aldın. Çok da güzel bir konuşma yaptın. O an ne hissettin?**

Öncelikle teşekkür ederim. Bu benim ilk ödülüm. Küçük yaşta bu ödülü almak çok güzel bir duygu... Çok heyecanlıydım sahneye çıktığımda. Birce Akalay’a bana desteği için teşekkür ediyorum. Konuşmamı ve mesajımı çok beğendi izleyenler. Sonrasında alkışlanmak tarifsiz bir duygu.

**Peki, biraz da hobilerinden bahsedebilir misin? Okul dışında neler yapıyorsun?**

Okul dışında, bir senedir lisanslı voleybol oynuyorum. Resim yapmayı ve örgü örmeyi çok seviyorum.

**Mustafa Kemal Atatürk’ün çocuklara armağan ettiği**

**23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı’nın**

**öneminden biraz bahsedebilir misin? Bu kutlu gün senin için ne anlam ifade ediyor?**

Bu bayram dünyada çocuklara armağan edilmiş tek bayram, Atatürk de bunu yapan tek liderdir. Bu ülkede yaşayan

*Dizilerden önce, beş yaşındayken reklamlarda rol alarak oyunculuğa başladım. Birçok reklam filmim var. Şu an yaptığım işi çok seviyorum ve çok zevk alıyorum.*



her çocuk gibi ben de bu bayramı coşkuyla kutluyorum. Atatürk’ün açtığı yolda ilerleyen çocuklar olduğumuz için gurur duyuyorum.

**23 Nisan’ı nasıl kutlamak istersin?**

Okulda düzenlenen etkinliklerle 23 Nisan’ı kutluyoruz. Her zaman özgürce ve coşkuyla kutlanmasını isterim.

**Tüm dünya çocuklarına vermek istediğin bir mesaj var mı?**

Hayallerinden asla vazgeçmeden, bunun için çalışarak özgür ve mutlu olsunlar... ■



## Esra Arat

### Çocuklar Anaokulunda Neler Hissediyor?

Mutlu Adımlar Anaokulunun kurucusu Psikolog Esra Arat, çocukları anaokuluna giden ailelerin beklentilerine de değinerek onlarla nasıl bir iletişim kurmak gerektiğini anlatıyor.

**A**naokuluna Uyum  
 Anaokuluna yeni başlayan çocuğun, anne ve babasına bağımlılığı büyük ölçüde devam etmektedir. Çocuk, aile ortamında tüm ilgiyi üzerine toplamıştır; koruyucu, sıcak ve sevgi dolu, kendini güvende hissettiği ev ortamından çıkıp hiç tanımadığı ve bilmediği anaokuluna geçerken bazı zorluklar yaşamaktadır. Anaokulundaki çocuklarla eşit haklara sahip olması, burada iletişim içinde olacağı kişilerin sayısının birden artması çocuğu etkilemektedir. Anne ve babadan ayrılma, çocuklarda “ayrılık kaygısı” ya da “ayrılık stresi” olarak adlandırılan duyguların yaşanmasına neden olmaktadır. Bu duygular anaokuluna uyum sürecini güçleştirebilir.

Çocukların anaokuluna uyum sürecinde gösterdikleri tepkiler farklı farklıdır ve her çocuğun anaokuluna tam anlamıyla uyum sağlama süresi değişmektedir. Bazı çocuklar hiçbir kaygı duymadan anaokuluna oldukça uyumlu bir başlangıç

yaparken, bu süreç pek çok anaokulu çocuğu için sancılı bir süreçtir. Bazı çocuklara iki ya da üç gün, bazılarında iki ya da üç hafta veya daha uzun bir süre, uyum sağlaması için gerekmektedir. Bunun en önemli etkeni çocuğun ailesi ile kurduğu ilişkinin niteliğidir. Anaokuluna başladıktan sonraki iki haftalık süreçte uyum problemlerinin yaşanması doğal karşılanmalıdır. İki haftayı geçen uyum problemleri aileden ya da okuldan kaynaklanan ciddi sorunların göstergesi olabilir. Uzun süreli ve yoğun yaşanan “ayrılık kaygısı” giderilmezse bu, sonraki yıllarda okula devamı olanaksız kılacak olan “okul korkusu”nun temellerini oluşturabilir.

#### Ailelerin Beklentileri

Anaokuluna başlamak, çocuk ve ailesi için yepyeni heyecanlar ve fırsatlar olduğu kadar endişe ve korkuları da beraberinde getirebilir. Aileler, çocukları anaokuluna başlar başlamaz birdenbire olumlu değişimler ve gelişmeler görmek isteyebilirler. Çocuklarını anaokuluna götürdükleri ilk



günlerde hiçbir sorun yaşamadan ve ağlamadan kendilerinden ayrılmasını ve okula uyumlu bir şekilde başlamasını bekleyebilirler.

#### **Uyumsuzluk Çeken Anaokulu Çocuğu Nasıl Davranır?**

- Utangaçtır. Aile üyeleri ve tanıdığı yakın çevresi dışındaki yabancı kişilerle iletişim kurmakta güçlük çeker.
- Ailesine bağımlıdır. Yakınlarında anne ya da baba olmadan, anaokuluna ya da sınıfa girmek istemez.
- Anne ve babasından ayrıldığında ağlar. Bazen çığlıklar atarak ağlayabilir, çünkü çocuk o ana kadar alışık olmadığı bir ortama girmektedir, ortam değişmektedir.
- Çocuk, okula gitmeyi evde kaldığı sürece mutludur.
- Çocuğun tüm problemleri o ana kadar ailesi tarafından çözülmüştür. Bu durum çocuğun sorumluluk duygusu ve yaşam problemlerini çözme yetisi kazanmasını engeller. Bu nedenle anne ya da babası olmadan yabancı bir ortamda kendi başına yetmekte zorluk çeker.

#### **“Çocuğum Anaokuluna Başlıyor. Ne Yapmalıyım?”**

Çocuklarımızın anaokuluna uyumlu başlayabilmesi için en temel gereksinim onların, sevgi ve güven ihtiyacını sağlamaktır. Beden dilimizle, tatlı sözlerle, sıcak ve destekleyici tavırlarla, bazen öpücük ve sarılmayla çocuklarımıza desteğimizi hissettirmek gereklidir.

#### **Çocuğunuz anaokuluna başlıyor. Bu süreçte o neler hissediyor? Siz onun anaokuluna uyum sürecini kolaylaştırmak istiyorsunuz. Neler yapabilirsiniz?**

- Çocuğunuzla anaokulu hakkında konuşun. Neden okula gideceğini, okulda neler yapacağını basit bir dille anlatın. Çocuğunuzun da düşüncelerini dinleyin.
- Kendi “ilk okul günü” öykülerinizi anlatarak hislerini paylaşın. İlk okul gününe ait herkesin olumsuz hatıraları olabilir; ancak, bu süreçte özendirici olmaya çalışın. Olumsuzluklar varsa dürüstçe bu olumsuzlukları nasıl yendiğinizi de anlatın.
- Çocuğunuzun çevrenizde anaokuluna giden yaşlılarını gözlemesini, etkileşime girmesini sağlayın.
- Çocuğunuzun anaokuluna başladığını akraba ya da dost sohbetlerinde belirtin ve bu nedenle övünmesini sağlayın.
- Anaokuluna başladığı için çocuğunuza küçük bir kutlama partisi düzenleyin.
- Anaokulunda kullanılan boya, makas, karton vb. malzemelerin alverişini çocuğunuzla yapın ve onu teşvik edin.
- Yakın çevrenizden insanların, çocuğunuzun okula başlama durumuna yönelik olası kaygılarını yansıtmamaları için çabalayın.
- Öğretmeniyle, çocuğunuzun okulun ilk gününden önce tanışmasını, iletişim kurmasını sağlayın.
- Okula uyum sürecinde çocuğunuza dürüst davranın, verdiğiniz sözleri mutlaka yerine getirin. Onu alacağınız saatleri geçirmeyin ve ayrılma sürecini sistematik hale getirin. Böylece güven duygusunun gelişmesini ve ayrılık kaygısının azalmasını sağlayın.
- Çocuğunuzun anaokuluna başladığı günlerden itibaren, evdeki rutinlerinizi aynen devam ettirin, çocuğunuz okula başladığı için ani kural değişikliklerine gitmeyin.
- Anaokulu ile etkin bir iş birliği ve iletişim halinde olun.
- Çocuğunuzun anaokuluna gitmesinin sizi ne kadar mutlu ettiğini ona ifade edin.
- Anaokuluna gitmesinin gerekliliğine inandığınızı belli edin; bu konuda kararlı ve istekli olduğunuzu çocuğunuza hissettirin.
- Çocuğunuz anaokulundan eve geldiğinde anaokulu yaşantısını önemseyin ve bu sürece ait ayrıntıları dinleyin. Siz de o



anaokulundayken neler yaptığınızı ona anlatın.

- Çocuğunuzun sizin için ne kadar önemli olduğunu sarılarak, öperek, sözlerinizle anlatın. Aileden ayrılarak yeni bir ortama alışma sürecinde çocuğunuzun böyle bir desteğe ihtiyacı olacaktır. ■



# ALİ KAYRA GÜREL

Teknoloji meraklısı çocukların hikâyelerini anlatan “Kod Adı Kırlangıç” dizisinin başrol oyuncusu Ali Kayra Gürel, hobilerinden de bahsederek 23 Nisan mesajını paylaşıyor.

*Sualtı hokeyi yapıyorum, karting ve su kayağı gibi ekstrem sporları seviyorum.*

**K**

**od Adı Kırlangıç dizisinde başarılı bir performans sergiliyorsun. Başrol oyuncusu olarak diziye nasıl hazırlık yapıyorsun?**

Çekime gitmeden önce ezberlerimi yapıyorum. Rolümü daha iyi anlamak ve kendimi, oynadığım

karaktere ait hissetmek için senaryonun tamamını okuyorum. Uykuma, sporuma, beslenmeme ve sağlığıma dikkat ediyorum.

**Dizinin en çok nesi hoşuna gidiyor?**

Öğretici bir dizi ve eğlenceli olması hoşuma gidiyor. Ben ve yaşlıtlarım genelde mahalle kültürünü ve mahalle arkadaşlıklarını dinleyerek büyüdük. Dizinin de mahalle kültürünü hatırlatması ve insan ilişkilerine dair güzel mesajlar vermesini seviyorum. Dijitalleşmeye çocukların dikkatini çekiyor ve dijitali; üretmek, keşfetmek, öğrenmek üzerine kullanmaya teşvik ediyor.

**Senin de teknolojiye ilgin var mı? Canlandırdığın karakterle ortak noktaların bulunuyor mu sence?**

Teknolojiyle pek aram yok, oyun oynamayı seviyorum. İkimiz de lider ruhluymuz, haksızlıklara tahammül edemiyoruz, arkadaşlarımıza çok değer veriyoruz.

**En sevdiğin süper kahraman hangisi? Neden bu kahramanı bu kadar çok seviyorsun?**

Spiderman, çünkü insanları kurtarıyor ve örümcek ağı fırlatması çok havalı.

**Sektörde en çok kiminle çalışmak istersin?**

Kıvanç Tatlıtuğ ile çalışmak isterim.

**Peki, biraz da hobilerinden bahsedebilir misin? Okul ve set dışında neler yapıyorsun?**

Sualtı hokeyi yapıyorum, ekstrem sporları seviyorum; karting, su kayağı gibi. Kampa gitmeyi ve doğayı çok seviyorum.

**Mustafa Kemal Atatürk'ün çocuklara armağan ettiği 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı'nın öneminden biraz bahsedebilir misin? Bu kutlu günün için ne anlam ifade ediyor?**

Ata'mızın çocukları önemsemesi, bizleri gelecek olarak



görmesi beni çok duygulandırıyor. Egemenlik, özgürlük ve demokrasi; çocukların vazgeçilmezi. 23 Nisan'da her yer bayraklarla donatılıyor ve şenlikle geçiyor.

**23 Nisan'ı nasıl kutlamak istersin?**

Ailemle etkinliklere katılarak, beraber sevdiğimiz şeyleri yaparak geçirmek isterim.

**Tüm dünya çocuklarına vermek istediğin bir mesaj var mı?**

Hepimizin Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı kutlu olsun. Ata'mız sayesinde dünyada çocuk bayramı kutlayan tek ülkeyiz, bunun kıymetini bilmeli ve coşkuyla kutlamalıyız. ■



## Yasemin Türkoğlu TEV Ankara Şube Başkanı Türk Eğitim Vakfından Öğrencilere Eğitim Desteği

Türkiye'nin dört bir yanında faaliyetlerini sürdüren ve eğitim gönüllülerinin desteğiyle öğrencilere maddi ve manevi destek sağlayan Türk Eğitim Vakfının Ankara Şube Başkanı Yasemin Türkoğlu, vakfın geçmişinden de bahsederek projelerini anlatıyor ve MAG Okurlarını bilgilendiriyor.

**T**

**ürk Eğitim Vakfının (TEV) köklü hikâyesinden bahseder misiniz? Bugünkü vizyonunuz neleri kapsıyor?**

Türk Eğitim Vakfının (TEV) 1967 yılından günümüze kadar süregelen köklü mirası; eğitimde fırsat eşitliği sağlamak amacıyla; iki yüz beş iş insanı, öğretim üyesi ve entelektüel ile merhum Vehbi Koç'un önderliğinde atılan bir dayanışma ruhuyla başladı. Yola çıktığımız günden bu yana, değerli öncülerimizi temsil ederek Türkiye'nin her köşesinden, başarılı ancak maddi imkânları kısıtlı gençlerin eğitimlerini tamamlamalarına ve potansiyellerini gerçekleştirmelerine yardımcı oluyoruz. Eğitimin bir ayrıcalık olmaktan çıkıp her bireyin hakkı haline gelmesi için her geçen gün daha

da büyüyen ve güçlenen destekçilerimiz ile gençlerimizin geleceğine ışık tutmaya devam ediyoruz.

**TEV olarak hangi alanlarda faaliyet gösteriyorsunuz ve burs programlarınız nasıl işliyor? Bursiyer seçimlerinizde nasıl bir yol izliyorsunuz?**

Türkiye'nin eğitime gönül veren en köklü vakıflarından biri olarak yalnızca burs vermekle kalmıyor, aynı zamanda eğitim alanında çeşitli projeler yürüterek geniş bir yelpazede faaliyet gösteriyoruz. Kuruluşumuzdan bu yana yaklaşık iki yüz seksen binden fazla yurt içi ve iki binden fazla yurt dışı bursu sağlamanın yanı sıra eğitime olan katkılarımızı bugüne kadar inşa ettiğimiz otuz iki eğitim tesisi ile desteklemeye devam

ediyoruz. Üstün başarılı ve yüksek potansiyele sahip öğrencilere lise düzeyinde eğitim imkânı sunmak amacıyla kurulan ve 2021 yılında devraldığımız İnanç Lisesi, Türk Eğitim Vakfı İnanç Türkeş Özel Lisesi (TEVİTÖL) adı altında eğitim çalışmalarını sürdürüyor. İzmir’de, Trabzon’da ve Ankara’da açtığımız yurtlar, Türk Eğitim Vakfı Öğrenci Yurtları İktisadi İşletmesi çatısı altında kız öğrencilerin barınma ihtiyacını karşılamak amacıyla faaliyet göstermeye devam ediyor.

Eğitimde cinsiyet eşitliğinin sağlanması ayrıca üzerine eğildiğimiz bir konu. Eğitim hakkından yararlanamayan veya çeşitli zorluklarla karşı karşıya kalan kız öğrencilere sağladığımız maddi desteğin yanı sıra mentorluk programları, liderlik ve kariyer gelişimi fırsatları gibi çeşitli destekler sunuyor; onların eğitim süreçlerine katkıda bulunuyoruz.

Bugüne kadar gerçekleştirdiğimiz ve planladığımız tüm burs programlarımız, eğitimde fırsat eşitliği sağlama misyonumuzdan besleniyor. Bu noktada bursiyer seçimi bizim için umut veren ancak zorlu bir süreç. Bursiyerlerimizi belirlerken izlediğimiz yol şeffaf, adil ve kapsayıcı bir süreç üzerine kurulu. Adayların akademik başarıları, maddi durumları, sosyal etkileşimleri ve gelecek hedefleri gibi faktörleri dikkate alarak başvuru sahipleriyle yaptığımız mülakatlar sonucunda onların kişisel hikâyeleri, motivasyonları ve hedefleri hakkında daha detaylı bilgi ediniyoruz. Onlarla kurduğumuz bu yakın ve derin bağ, burs programlarımızın yalnızca burs desteği sağlamakla sınırlı kalmasını engelliyor, aynı zamanda geleceğin aydınlık neslini desteklememize imkân veriyor.

#### **Türk Eğitim Vakfı (TEV) Ankara şubesinin açılışı ve bugünkü konumu hakkında bilgi verebilir misiniz?**

Türkiye’nin dört bir yanında faaliyetlerini sürdüren bir vakıf olan Türk Eğitim Vakfının (TEV), benim de başkanlığını sürdürdüğüm Ankara şubesi 1973 yılında kuruldu. Bugün, hibe ve vasiyet bağışçılarına hizmet veren bağışçı ilişkileri yetkilileri, çelenk ve mutlu gün saha hizmetleri ile ilgilenen saha operasyon kadrosu ve emlak ile muhasebeden sorumlu ekibimizle beraber; yeni destek kanalları oluşturmak ve ihtiyaç sahibi öğrencilerimize ulaşmak için aralıksız çalışmalarımızı sürdürüyoruz. Gönüllülerimizden aldığımız güç ile sorumluluk alanımızdaki bölgede toplam üç bin yüz seksen yedi bursiyerimize, eğitim önündeki engelleri aşmaları için destek sağlıyoruz.

#### **Bağış kaynaklarımız nelerdir ve TEV Ankara şubesine bağış yapmak isteyen biri, size hangi kanallardan ulaşabilir?**

Bağış kaynaklarımızın çeşitliliği, eğitimde fırsat eşitliğini sağlama hedefimize ulaşmamızda kritik bir rol oynuyor. Şehrimizin önde gelen iş insanlarından oluşan on bir kişilik Yürütme Kurulumuz, bizimle kaynak yaratma ve tanıtma faaliyetlerinde kararlılıkla çalışıyorlar.

Maddi desteğe ihtiyaç duyan öğrencilerimizin eğitim hayallerine ulaşmaları için, gönüllü olanların destekleri çok kıymetli. Bağış yapmak isteyenler, yapacakları genel bağışlarla destek olabilirler. Ayrıca, düzenli bağış, taziye bağışı, burs fonlarına bağış, kart bağışı, Bir Dünya Çiçek bağışı, hibe ve vasiyet bağışı, kurumsal ve bireysel bağış gibi çeşitli seçeneklerle de katkı sağlayabilirler.

TEV Ankara şubesine bağış yapmak isteyen eğitim dostları, bizimle iletişime geçmek için 0312 417 41 90 telefon numarasını

*Bağış kaynaklarımızın çeşitliliği, eğitimde fırsat eşitliğini sağlama hedefimize ulaşmamızda kritik bir rol oynuyor.*

arayabilir ve bağışlarını gerçekleştirebilirler. Her bir destek, bizim için bir öğrencinin eğitim yolculuğunu aydınlık bir geleceğe taşıyan, önemli bir adım.

#### **TEV Ankara şubesindeki faaliyetlerinizden bahsedebilir misiniz?**

TEV Ankara Şubesi olarak; sorumlu olduğumuz bölge içerisinde gençlerin eğitim yolculuğunda maddi ve manevi destek sağlayarak eğitim hayatlarını sürdürebilmelerini ve potansiyellerini maksimum düzeyde gerçekleştirebilmelerini amaçlıyoruz. Ankara Büyükşehir Belediyesi ile imzaladığımız iş birliği protokolü kapsamında, eğitimde fırsat eşitliği yaratmayı amaçlayarak üniversiteli gençlerimizin eğitimlerine devam edebilmeleri için 2023 yılında Okutan Ankara ve Okutan Yenimahalle projesini hayata geçirdik. Ankara’nın dört bir yanındaki gönüllülerin destekleriyle gerçekleştirdiğimiz bu projeler ile bölgedeki apartman sakinleri, maddi zorluklar nedeniyle eğitimlerine devam etmekte güçlük çeken üniversite öğrencilerine yardımcı olmak amacıyla Türk Eğitim Vakfında burs fonu oluşturuyorlar. Bu burs fonu ile gençlere dokuz ay boyunca eğitim desteği sağlıyoruz. Ankara halkının desteğiyle atılan bu dayanışma adımı, üniversiteli gençlerimizin eğitimlerine devam etmeleri için önemli bir umut kaynağı.

#### **İnşaatına başlanan kız yurdundan da biraz bahsedebilir misiniz?**

Öğrencilerin barınma sorunu, eğitim hakkının önündeki temel engellerden bir tanesi olarak karşımıza çıkıyor. Onların eğitim hayatlarını kolaylaştırarak onlara güvenli barınma imkânları sunmak, eğitim hayatlarını sürdürebilmelerini desteklemek amacıyla 2024 yılında inşaatına başlanan ve devam eden kız yurdumuzda, üç yüz yirmi dört genç kadın ve kız öğrenciye barınma imkânı sağlanacak.

Projemiz tamamlandığında, özellikle depremden etkilenen öğrencilere öncelik vermeyi planlıyoruz. Yenimahalle semtinde yer alacak olan yurt, içerisinde bulunan laboratuvar, çalışma ve etüt odaları, tasarım atölyesi ile baştan sona öğrencilerin ihtiyaç duyduğu her türlü modern olanaklara sahip olacak. Bunun yanında değerli bağışçılarımızın cömert katkılarını temsil etmek ve yaşatmak için yurt odalarına ve ortak kullanım alanlarına bağışçıların adlarının verilmesini planlıyoruz.

Projelerimizi desteklemek isteyen eğitim gönüllüleri, www.tev.org.tr sayfası üzerinden ilgili projeyi seçerek bağış yapabilirler. Gerçekleştirilen her bir destek, öğrencilerin eğitim hayatlarında karşılaştıkları engelleri aşmalarına yardımcı olacak birer anahtar olma özelliği taşıyor. ■

# Hayale Yolculuk

Miniklerin hayal dünyasını yansıtan renkli mobilyalarla çocuk odaları daha eğlenceli bir alana dönüşüyor...

BEYMEN-BOULE DE PETITE  
Koltuk 1.899 ₺



BEYMEN-BBLÜV  
Gece Lambası 1.099 ₺



CAPLOONBA  
Aydınlatma 1.390 ₺

BEYMEN-UNIGO  
Koltuk 4.249 ₺



BEYMEN-SHURI KIDS  
Kitaplık 33.600 ₺



BEYMEN-SHURI KIDS  
Gardırop 51.100 ₺



ÇİLEK MOBİLYA  
Karyola 17.000 ₺



KELEBEK MOBİLYA  
Oyuncak 699 ₺

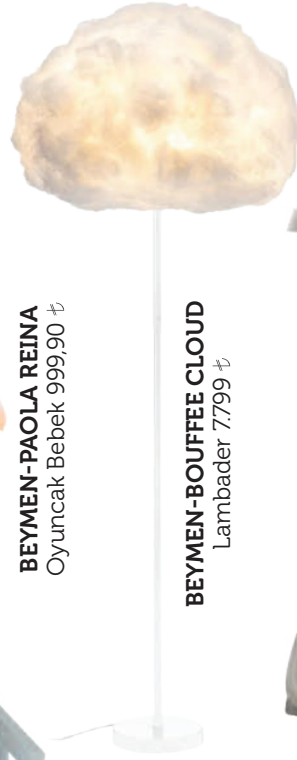
**BEYMEN-YET DESIGN STUDIO**  
Komodin 26.400 ₺



**BEYMEN-INGLESINA**  
Mama Sandalyesi 22.990 ₺



**BEYMEN-PAOLA REINA**  
Oyuncak Bebek 999,90 ₺



**BEYMEN-BOUFFEE CLOUD**  
Lambader 7.799 ₺

**E-BEBEK-PIERRE CARDIN**  
Uyku Seti 4.340 ₺



**BEYMEN-WILD&SOFT**  
Duvar Aksesuarı 2.950 ₺



**BEYMEN-WELGRO**  
Minder 899,90 ₺



**ZARA**  
Mini Koltuk 4.690 ₺



**ALMİLA**  
Halı 1.183 ₺

**CAPLOONBA**  
Karyola 16.800 ₺





## Beliz Acıpayamoğlu Yılın Çocuk Moda Trendleri

Moda Tasarımcısı Beliz Acıpayamoğlu, 2024'ün çocuk moda trendlerini ele alarak sürdürülebilirliğe değiniyor.

**S**on dönemlerde büyük moda markaları çizgi film karakterleriyle koleksiyonlar çıkartıyor. İş birliği yaparak bu koleksiyonları çocukların beğenisine sunuyor. Oldukça fazla hayran kitlesine sahip bu karakterler sayesinde markalar çocuklar tarafından tercih ediliyor. Bu tarz tasarımlar en kolay kombinleme ve çocuklara kabul ettirme şeklidir. Eğer “Ben çocuğumu kendim gibi modaaya uygun, stil giydirmek istiyorum.” diyorsanız, bu bilgilere kulak verin.

Yaz aylarında çocukların plajda oynadıkları deniz topunu gözünüzün önüne getirin. O topun üzerindeki kareler ve minimum düzeydeki baskılar bu sene ilkbahar-yaz aylarının koleksiyonlarında yoğun olacak. Özellikle kız çocuklarının tercih edeceği bu renkler, çocuklarımıza pozitif ruhu ve neşeli görsel efekti sunacak. Örne hırkalar, takımlar,

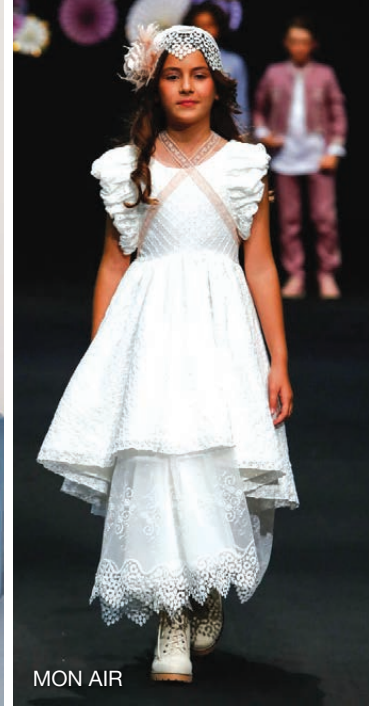
elbiseler, bluz ve gömlekler “babydoll” yakalarla bütünlük sağlayarak tatlı bir görünüm sunacak.

Çocuk giyim trendinde ilmekler, giysilerin yapısı ve stiliyle son derece kaynaşmış durumda. Sevimliliği ortaya çıkarmak için birleşim yerlerinde farklı boyutlarda fiyonklar kullanılmış. Farklı konumlardaki fırfırlar; tatlı, sevimli, havalı ve hatta romantik tarzlar yaratabilir.

### Sürdürülebilir Çocuk Şıklığı

Moda endüstrisi sürdürülebilirliğe yönelik adımlar atarken, çocuk modasını da es geçmiyor. Çevre dostu malzemeler, organik kumaşlar ve daha uzun süre dayanacak şekilde tasarlanmış giysiler tercih edilmeye başlandı. Günümüz çocukları teknolojiye meraklı bir dünyada büyüyor ve akıllı tekstiller, interaktif tasarımlar giderek daha popüler hale geliyor. Nemi uzaklaştıran, sıcaklık ayarlı ve UV korumasına





sahip teknoloji içeren giysiler, çocuk giyiminde giderek daha fazla kullanılıyor. Bu, hava koşulları ne olursa olsun, çocuğunuzun rahat kalmasını ve korunmasını sağlar. Müjde! Ebeveynlerle ve kardeşlerle takım kıyafetler geri dönüyor! Markalar tüm aileye yönelik koleksiyonlar sunarak birlik ve stil duygusunu teşvik ediyor. Herkesin yüzünde gülümseme olacağı kesin!

Bu sene havalı spor ayakkabılarından, atletik ilham alan kıyafetlere kadar sportif tarzlara ilgi büyük olacak. Bu trend hem işlevselliğin hem de modanın önemini vurgulayarak çocukların hareket etmesine, oynamasına ve kendilerini kolaylıkla ifade etmesine olanak sağlayacak.

#### Etkileyici Renkler ve Baskılar

Cesur, canlı renkler ve eğlenceli baskılar 2024'te çocuk modasına hâkim olmaya devam ediyor. Gökkuşağı renklerinden hayvanlar, yıldızlar, soyut şekiller gibi desenler görmek mümkün. Küçüklerinizin, giydikleri renkler ve baskılarla kişiliklerini sergilemelerine izin verin. Tarafsız, cinsiyet ayırımı gözetmeyen, bağımsız, tüm çocuklara hitap eden stiller sunan markalarda daha kapsayıcı tasarımlar görmeyi bekleyebilirsiniz. Bu yıl bireyselliğin, sürdürülebilirliğin ve yaratıcılığın kutlandığı bir yıl. Günümüz küçük trend belirleyicileri, benzersiz ve şık kombinleriyle ilgi odağı olacak!

Peki, size geçmiş yılların retro stillerini ve kendi çocukluk moda anılarınızı çocuklarınızla paylaşmanıza, nesiller arasında güzel bir bağ kurmanıza olanak tanıyan bir trend geliyor desem? İlkbahar-yaz çocuk koleksiyonlarındaki renk paletine, dinlendirici yeşiller ve sıcak kahverengiler gibi toprak tonları hâkimken, orman motifleri ve çiçek desenli baskılar huzur duygusu ve dış mekânla bağlantı sağlıyor. Çocuğunuza doğadan ilham alan kıyafetler giydirmek sadece şık görünmesini sağlamaz, aynı zamanda küçük yaşlardan itibaren çevre sevgisini de aşılar.



#### Çocuklarda İfade Aksesuarları

Aksesuarlar, çocuklar için kıyafetlerine kişilik katmak açısından çok önemlidir. Şık şapkalar, eşarplar, havalı güneş gözlükleri ve eğlenceli saç aksesuarları çocukların görünümünü güzelleştirmenin anahtarıdır. Bu aksesuarlarla çocuğunuzun yaratıcılığının parlamasına izin verin. 2024, çocuklara yaratıcılığı ve sonsuz eğlenceyi teşvik eden bir trend yılı. Kız çocuklarında elbiseler, etekler, kazaklar ve tulumlar; erkek çocuk modasında da büyük beden kıyafetler, sportif stiller ve doğal kumaşlar öne çıkıyor. Bol pantolonlar, bol kazaklar, rahat takımlar ve örgü jogger'lar ön planda. Sonuçta moda sadece iyi görünmekle ilgili değil, kim olduğunuzu ifade etmek ve bunu yaparken eğlenmekle ilgilidir. ■

# Minik Şıklığı

Modern, rahat ve şık kıyafet seçenekleriyle çocuklarınızın her anını trend kombinlerle taçlandırın.

ZARA  
Şapka 5.499 ₺



ATASAY  
Bileklik 10.000 ₺



GAP  
Kot Ceket 1.999,95 ₺



ZARA  
Gözlük 420 ₺

ZARA  
Hırka 890 ₺



BEYMEN-DOLCE&GABBANA  
Gömek 12.950 ₺



ZARA  
Kemer 260 ₺

BEYMEN-BALENCIAGA  
Ayakkabı 11.195 ₺



B&G  
Pantolon 749,50 ₺





**ATASAY**  
Küpe 3.225 ₺

**VAKKORAMA**  
Süveter 748 ₺

**VAKKORAMA**  
Gözlük 2.797 ₺



**VAKKORAMA**  
Bluz 1.295 ₺



**B&G**  
Elbise 1.999,50 ₺



**VAKKORAMA**  
Gömlek 648 ₺



**BEYMEN-DOLCE&GABBANA**  
Etek 17.750 ₺



**GAP**  
Pantolon 499,99 ₺



**GUCCI**  
Ayakkabı 14.800 ₺



**B&G**  
Çanta 1.199 ₺



BEGÜM MUTUŞ, ASLIHAN KORUYAN SABANCI, BETÜL GÜLBAHAR, BENGÜ ARSLAN ESİN



## Işık Saçan Kadınlar Buluşması

Routine+ bir panel düzenleyerek kadının iş yaşamındaki rolü, kariyer hedefleri, geleceği ve toplumsal cinsiyet eşitsizliği konularını ele aldı.

Cemiyet, sanat ve iş dünyasından Türkiye'nin önde gelen isimlerinin bir araya geldiği "Routine+ Işık Saçan Kadınlar" panelinde moderatörlüğü Routine+ Marka Elçisi Bengü Arslan Esin üstlendi. Gerek Türkiye'de gerek uluslararası arenada birçok önemli başarıya imza atmış olan iş insanlarından Uluslararası Ödüllü Yazar, Sedes Holding Yönetim Kurulu Başkan Yardımcısı Aslıhan Koruyan Sabancı; Tables & Settings ve Haan markalarının kurucusu Neslihan Torun Kaya; Yıldız Holding Global Kamu İlişkileri Genel Müdürü Begüm Mutuş ilham veren konuşmaları ile izleyicilerden büyük ilgi gördü. Güçlü kadınların hikâyeleri; katılımcılara kadınların kendi potansiyellerini keşfetmeleri ve topluma faydalı olmaları için ilham verici bir perspektif sunarak beğeni toplandı. ■



SEREN ERDOĞAN

# Seren Erdoğan ArtAnkara'da

Seren Erdoğan, ATO Congressium'da gerçekleşen ArtAnkara kapsamında başkentli sanatseverlerle buluştu.

Akademisyen moda tasarımcısı Seren Erdoğan tarafından yaratılan "Fashion or Art" vitrin tasarımı, 10. ArtAnkara Uluslararası Çağdaş Sanat Fuarı'nda sergilendi. Vitrin tasarımı, ilhamını 18. yüzyıl Elisabeth Louise Vigée ve John S. Sargent tarafından çizilen tablolarından alırken; Seren Erdoğan, fuara moda tasarımının sanatla beslendiğine vurgu yaparak katılan tek moda tasarımcısı olarak farkındalık yarattı. Proje tarafındaki eserler, ArtAnkara kurucusu Bilgin Aygül tarafından seçilerek hayata geçirildi. Aksesuar detayları ve objeler, canlı modeller üzerinde titizlikle hazırlandı. John S. Sargent'in resmettiği koltuk tasarımı, detaylarıyla benzetilmeye çalışıldı. ■





## “Resim Benim Hayatım” Serdar Leblebici

Sulu boya tekniği ile resme başlayan ve ardından yağlı boya ile çalışmalarına devam eden Ressam Serdar Leblebici, kelimeleri renkleriyle canlandırarak hikâyesini anlatıyor. Yaratıcılığındaki dönüm noktalarına da değinen Serdar Leblebici, sanatını MAG Okurlarıyla paylaşıyor.

**E**serlerinizde soyut ve renkçi bir ifadeniz var. Hangi deneyimler ve etkiler sonrasında bu şekilde çalışmaya başlamıştınız? İlk tekniğim sulu boyadır. Teknikler arasında en zor olan teknikle bu yolculuğumun başlamış olması, pentür tekniklerine geçtikten sonraki süreçte bana çok önemli katkı ve avantaj sağlamıştır. Takdir edersiniz ki sulu boyada; aynı anda boyaya, suya ve konuya hakimiyet zordur. Resmi oluşturma ve sonuçlandırmada çabuk karar verebilme ve hız, belirleyicidir. Bu deneyimimden aldığım güç ile yağlı boya dönemime geçişim zor olmadı. Ele aldığım konuları seriler halinde çalışmaya başladım. Düşünsel ve dokusal anlamda çok katmanlı resim dilimi, zaman içinde hem ele aldığım konularımı hem de pentürel zenginlik anlamında geliştirme, yarışımla kendimle sürdürme gayretindeyim. Renk tercihleriniz, aslında

sizin karakterinizi de otaya koyuyor. Paletimde renk sınırlaması olmamasına rağmen, vurgu yaptığım, başrol verdiğim renklerin gücünü arttırmak adına grillerle, yani nötr renklerle denge kuruyorum. Elbette kullandığım bu renklerin; yorumladığım temanın duygusunun önüne geçen değil, tam tersi o duyguyu öne çıkaran, pekiştiren rolünü önemsiyorum. Kendime ait soyutlama dilimi kullanarak, resim yapıyorum gerçeğini ıskalamadan kompozisyondaki tüm dengeleri kuruyorum. Işık olgusu bana heyecan verir, en az renk kadar. Güçlü kontrast ışıkların, hele koyu planlar içindeki varlığı kompozisyonun dinamizmini artırır. Önce ben heyecanlanmalıyım. Resmi ölümsüz kılan, içinde barındırdığı duygu ve düşüncedir. Bu da ressamım samimi üretiminin sonucudur. Sonrasında, paylaştığımızda da izleyene geçebiliyorsa o duygu ve heyecan, üreten için tarifi imkânsız hazdır, maneviyatınızı yükseltir.

Yaşadığımız sürece, her an yeni bir şeyler öğreniyoruz. Hayatın akışı bize yeni deneyimler sunuyor. İnişli çıkışlı ruh halleri, görsel ve işitsel bombardıman, okuduklarımız, tanıştığımız; yerdiğimiz ya da övdüğümüz insan ilişkileri, duygu dalgalanmaları... Bu izler, anı parçacıkları; üretimime yansıyor. İçsel yolculuklarımın özünü oluşturan birikimlere dönüşüyor ve sonrasında dışa vuruluyor duygular, düşünceler serilerimle: "Gövdeler", "Peyzaj", "Portre", "Lotus", "Gizemli Nü", "Şehrin Kıyısında", "Mitoloji".

#### **Peki, bu renkliliğin arkasındaki düşünce nedir?**

Işığın adeta aktığı alanlar, duyguyla harmanlanan desen gücü ve ifadenin araştırıldığı sancılı alanlar. Yani kendinize döndüğünüz anlar. Her resimde kendinizi açılıyorsunuz aslında. Kelimeler renkleriniz oluyor, kendi hikâyenizi yazıyorsunuz samimiyetle.

#### **"Gizemli Nü"deki kadınlar hangi rolleri üstleniyor?**

Kadın imgesi... Kusursuzluğun bendeki tanımıdır. Üstlendiği rol, resmederken bende uyandırdığı heyecandır.

#### **"Portre" serinizdeki tek göz detayı sizin için ne anlama geliyor? İzleyicilere vermek istediğiniz mesaj nedir?**

Tek göze odakladığım, çoğunlukla uç duyguları araştırdığım bir alanım. İfadenin sadece tek gözle verilebileceği güçlü anlatımı önemsiyorum. Model kullanmaksızın, kendi soyutlama dilimi kullanarak, portre detaylarını en aza indirip, baş anatomisini yer yer deformasyona uğratarak tüm ilgiyi gözde toplamaya çalışıyorum. O göz de, barındırdığı duyguyla izleyene, benim iç dünyamı keşfetmek için bir davet sunuyor. Bir temas kuruyorum içsel yolculuklarıma ortak olmak isteyenlerle. Bunu bir mesaj kaygısıyla yapmıyorum.

#### **Çalışmalarınızdaki zaman kavramını nasıl yaratıyorsunuz? Zamanın geçişini ve değişimini nasıl ifade ediyorsunuz?**

"Her resmim benim yeniden doğuşumdur." özdeyişimle, kendi çapımda zaman olgusuna üretimimi önemseyen bir karşılık vermiş oluyorum. Çalışıp üretirken zamanı lehimize çeviriyoruz aslen. Üretirken zamanı nasıl yaşıyorum? Emin olun bilmiyorum. Zaman ve mekân olgusunu yitirdiğim anlar... Üretim süreci astar aşamasıyla başlar. Resmin direnme

süreciyle devam eder. Direndikçe direnir. Sizin sinirinizin limitlerini sınırlar hatta. Burada zaman önemini kaybetmiştir. Sadece siz ve yüzeyle savaşınız vardır... ve teslim alırsınız. Biten resmin hazzı da kısa sürer, yeni resminizin sancılılarıyla baş başa kalırsınız. Ebat da, yüzey farkı da, çizer-boyar malzeme de önemsizdir bu akan zamanda. Mabedinizdir atölyeniz, yaşadıklarınızın tek tanığıdır. Evet, zaman akıyor, değişiyor, bizi de değiştiriyor... Eksiltiyor, çoğaltıyor. Bana kattıklarıyla hayat ve üretim tempomun sürekliliği beni hep çoğaltıyor.

#### **Geçmişten bugüne sanatınızdaki değişim ve gelişim süreciniz hakkında neler söyleyebilirsiniz? Yaratıcı yolculuğunuzda önemli dönüm noktaları oldu mu?**

Gelişme var olduğu müddetçe süreç anlamlıdır ve değerlidir. Risk almaktan gelişme kaydedemezsiniz. O riskler ki kendinize tattıracağınız heyecan ve hazlardır, yan yollardır. Yeri geldiğinde mutsuzluğunuzun kaynağıdır. Yılmak yok. İnanarak gücünüzün, neler yapabileceğinizin aynasını kendinize tutarak yol almalı... Yaratıcı yolculuğumun dönüm noktaları; sevgili eşimle hayatı paylaşma kararımız ve canım kızımın dünyaya gelmesidir. Aynı çatı altında aynı dünyayı, sanatı soluyor olmamızdır... Dokuz Eylül Üniversitesi Güzel Sanatlar Fakültesine girişim... Annemin, babamın, kardeşimin desteği; değerli hocam ile tanışmamdır. Yol aldığım sanatçı dostlarımla gücü, sanatıma inananların varlığıdır... Paris'tir. Galerie L'Amour de L'Art'tır.

Çalışmayı ve üretmeyi öncelikli kılan yaklaşımım, sevgi ve saygıyı, duyarlı olmayı ve dostluğu önemseyen değerlerim, beni var eden değerlerdir. Tümü bu akışta zincirin birer halkalarıdır. Bir dünyamız var, bir hayatımız var. Bu nedenle, tüm dünya barış içinde, tüm canlılar uyum içinde yaşasın dileğimin karşılık bulmasını istiyorum ve bunu şiddetle talep ediyorum.

#### **Son olarak; sanatınızı yaptığınız ortam nasıl olmalı?**

Sanatımı sürdürebildiğim alanım atölyem, atölyemse benim dünyamın yansımasıdır. İçinde olma hali ve duygusunu tarif edemem. İçinde olmaktan mutlu olduğum, sancılandığım, heyecanlandığım, kendime döndüğüm, iki boyutun yetersiz kaldığı anlarda üç boyutu deneyimlediğim; kısacası ürettiğim, ürettikçe var olduğum, çoğaldığım bir alandır. Resim benim işim değil, beni hayata bağlayan ana damardır. ■





## Grup Ofis Marka Patent “Zaferin Rengi”nde

Grup Ofis Marka Patent ekibi mesai sonrası aileleri ile birlikte Zaferin Rengi filmi için sinemada buluştu.

İşgal altındaki İstanbul'da; Harington Kupası kapsamında, Birleşik Krallık işgal kuvvetleri karma futbol takımına karşı zafer elde eden Fenerbahçe'yi, istiklâl mücadelesinde yer alan dönemin önemli isimleri eşliğinde anlatan “Zaferin Rengi” filmi için buluşan Grup Ofis Marka Patent ekibi ve aileleri ile birlikte keyifli bir akşam geçirerek duygulu anlar yaşadı. ■





MARKA, PATENT, TASARIM  
TESCİL HİZMETLERİMİZLE  
“FİKİRLERİNİZİN ARKASINDAYIZ”



ANKARA / İSTANBUL / İZMİR / GAZİANTEP

0 850 226 62 63  
[www.grupofis.com](http://www.grupofis.com)



GÜÇLÜ-SAVAŞ GELGEL



## Water Rain Su Arıtma Sistemleri

Sudaki minerallerin insan sağlığı üzerindeki etkisine de değinen Water Rain kurucuları Güçlü ve Savaş Gelgel; su arıtma sistemi kullanmanın önemini ve avantajlarını MAG Okurlarıyla paylaşıyor.

# W

**Water Rain'in kuruluşuna değinir misiniz?**  
1991 senesinden beri aktif satışın içindeyiz.  
Bir dönem gıda sektöründe çalıştık. Firmamız  
2015 yılında ticari faaliyetine başladı.

## **Verdiğiniz hizmetler ve faaliyet alanlarınız neler?**

Evsel ve endüstriyel su arıtma sistemlerinin satış ve teknik servis hizmetini vermekteyiz. Bireysel kullanıcıların yaşam alanlarına, bina ve sitelere, iş yerlerine sistemlerimizi kurmaktayız. Suyun olduğu her yerde kullanıcılara ulaşarak sağlıklı su üretimine katkıda bulunuyoruz.

## **Su arıtma sistemleri, sağlık açısından ne gibi faydalar sağlıyor?**

- Su arıtma sistemleri, içinde bulundurduğu ters ozmos sayesinde sudaki kötü kokuyu, kloru, ağır metalleri, mikroorganizmaları arıtarak sağlıklı su içmemizi sağlar.
- Arıttığı suda mikroplastiklerin bulunmaması, sağlık açısından çok önemlidir.
- İçerdiği düşük potasyum ve sodyum oranıyla, yüksek tansiyon hastaları için idealdir.
- Hızlı emilmeyi sağlayarak böbrek ve bağırsağa daha az iş bırakır.
- Kanda dolaşım hızı diğer sulara göre çok daha hızlıdır, vücuda dinçlik verir.
- Cildinizin ve saçlarınızın sağlığını iyileştirir.
- Yaşam kalitenizi artırır.

## **Sudaki minerallerin, sağlık açısından pek çok faydası bulunuyor. Bunlara da değinerek su arıtma sisteminin, mineralleri nasıl koruduğunu anlatır mısınız?**

Ürünlerimizde ekstra mineral filtre mevcuttur. Mineral filtrenin faydası çok büyüktür. Suyun içine kalsiyum, magnezyum ve sodyum katarak insan sağlığı için daha yararlı hale gelmektedir. Bu mineraller; diş ve kemik sağlığımıza önemli ölçüde katkı sağlar. Bağışıklık sistemimizin düzenlenmesine yardımcı olur ve vücudun elektrolit dengesini sağlar.

## **Water Rain su arıtma sistemini kullanmanın avantajları nelerdir? Kurulum sürecinden de bahsedir misiniz?**

Bütçe ve zaman açısından katkı sağlar. Ph seviyesi yüksek su tüketmiş oluruz. Arıttığımız su birinci kalite yumuşak bir su olduğu için meyve ve sebzeleri bu suyla yıkamak sağlığımız için de çok önemlidir.

Sistemlerin kurulumu kolay ve hızlıdır. Kurulum aşamasından önce keşif yapılır. Doğru yere, sorunsuzca, en ideal biçimde montaj tamamlanır.

## **Su arıtma sistemlerinin yanlış bilinenleri nelerdir? Hangi konuda yaygın yanlışlar bulunmaktadır?**

Su arıtma sistemlerinde en çok yanlış bilinen bilgi, sudaki yararlı mineralleri yok etme konusudur. Kaliteli filtrelerin takılı olduğu cihazları alırsanız, bu sıkıntıyı yaşamazsınız. Mineral filtrelerin takılı olduğu cihazları tercih etmelisiniz.

## **Bir su arıtma cihazının filtrelerinin ne kadar sürede bir değiştirilmesi gerekir? Bu süre filtre türüne göre değişir mi?**

Cihazlarda standart olarak beş aşamalı filtre mevcuttur. İlk üç filtre ön filtrelerdir. On iki ayda bir kere değişmesi gerekir.

*Su arıtma sistemlerinde en çok yanlış bilinen bilgi, sudaki yararlı mineralleri yok etme konusudur. Kaliteli filtrelerin takılı olduğu cihazları alırsanız, bu sorunu yaşamazsınız.*



Tabii burada cihaza giren suyun kalitesi ve tüketim süresine göre bu değişim süreci değişkenlik gösterebilir. Son iki filtre, on beş ila yirmi dört ay arasında, tüketim süresine göre değişir. Filtrelerin zamanında değişmesi, kaliteli su içmemizde büyük etkindir.

## **Su arıtma sistemleriyle ilgili teknolojik gelişmeler neler? Bu gelişmeler doğrultusunda yeni hedefleriniz ve planlarınız var mı?**

Su arıtma sistemlerinde filtre teknolojisi sürekli kendini yenilemektedir. Arıtılacak suyun yapısına göre filtreler üretilmektedir. En verimli, ekonomik ve sağlıklı su üretimi için sektör, AR-GE çalışmalarına önem veriyor. Dünyadaki iklim değişikliği suyun ne kadar önemli olduğunu bize gösteriyor. Bu gelişen teknoloji su kaynaklarımızın doğru kullanılmasına yardımcı oluyor. Yenilikçi teknolojiyle üretilen bu sistemlerin kullanıcı sayısını arttırarak, sağlıklı suyu insanlara ulaştırmak istiyoruz. ■



ADAM HANDLING



## Sıfır Atık Şefi Adam Handling Ankara'da

Sıfır atık ve sürdürülebilirlik odaklarıyla ünlenen Michelin Yıldızlı Lüks Yemek Şefi Adam Handling MBE, Ankara'ya gelerek çalışmalarını anlattı.

Birleşik Krallık Türkiye Büyükelçisi Jill Morris CMG katkılarıyla, UK GREAT Kampanyası kapsamında Ankara HiltonSA Otel'e gelen Handling, düzenlenen tadım etkinliğinde başkentlilerle buluştu. Britanya yemeklerini, gıda atığıyla mücadele konusunda yaptığı çalışmaları ve sürdürülebilirlik konularını paylaşan ünlü şef, Ankara'da bulunduğu süre boyunca özel lezzetlerini misafirlerine sundu. ■



# Maxfm95.8

m a x i m u m m u s i c



MURAT ŞAHİN ARSLAN

## Benzersiz Bir Restoran Deneyimi Le Porte Restaurant & Cocktail Bar

Le Porte Restaurant & Cocktail Bar kurucu ortaklarından Murat Şahin Arslan, Şahaner AŞ'den de bahsederek restoranlarının hikâyesini ve verdikleri hizmetleri MAG Okurlarıyla paylaşıyor.

Ö

**ncelikle Şahaner AŞ hakkında biraz bilgi verir misiniz? Hangi alanlarda hizmetler veriyorsunuz?**

Şahaner AŞ, 1994'ten günümüze çeşitli sektörlerde faaliyet gösteren köklü bir şirkettir. Akaryakıt, inşaat, madencilik, otomotiv ve turizm alanlarında hizmet vererek, geniş bir yelpazede operasyonlarını sürdüren firmamız, sektörler arasında entegre bir yaklaşım benimseyerek, kaliteli ve yenilikçi hizmetler sunmayı hedefler. Her biri alanında uzmanlaşmış ekipleriyle, müşteri memnuniyetini ön planda tutan kuruluşumuz, sürdürülebilir büyüme ve gelişim politikalarıyla, dâhil olduğu sektörlerde güçlü ve yenilikçi konumunu korumayı sürdürmektedir.

**Peki, Le Porte'nin hikâyesi nasıl başladı?**

Restoranımızı açma fikri, yıllar boyunca farklı şehirlerde ve ülkelerde pek çok restorani ziyaret ederken kendi gözlemlerimiz ve deneyimlerimizin sonucunda şekillendi. Her bir ziyaretimizde, mekânların sunduğu hizmetlerde ve atmosferde gözlemlediğimiz eksiklikler ve olumsuzluklar bizim için birer öğrenme fırsatı oldu. Bu deneyimler, kendi işletmemizi açma konusundaki tutkumuzu ateşledi ve bize neyin önemli olduğunu, neyin işe yaradığını ve en önemlisi ne tür hatalardan kaçınmamız gerektiğini gösterdi. Özellikle, fine dining konseptine odaklanmak istedik, çünkü yemek sanatını, lezzetlerin zenginliğini ve yemek sunumunun

inceliğini her zaman büyük bir tutkuyla takdir etmişizdir. Aynı zamanda, misafirlerimize sadece lezzetli yemekler sunmanın ötesinde, onlara unutulmaz bir deneyim yaşatmayı hedefledik. Bu nedenle, restoranımızın tasarımında ve konseptinde, ziyaretçilerin hem gözlerine hem de damaklarına hitap edecek bir ortam yaratmaya özen gösterdik. Terasımızdaki kokteyl imkânı ise, misafirlerimize yemek sonrası rahatlama ve şehrin manzarasının tadını çıkarırken özel içkilerimizden deneyimleme fırsatı sunuyor.

Sonuç olarak, bu restoranı açma kararı, kişisel tutkularımızın ve yıllar içinde edindiğimiz deneyimlerin bir ürünü. Her bir detayı özenle düşündük ve misafirlerimize sadece yemek yedikleri bir yer değil, aynı zamanda kendilerini özel hissedebilecekleri, her ziyarette yeni bir şeyler keşfedecekleri bir mekân sunmayı hedefledik. Bu restoran, bizim için bir hayalin gerçekleşmesi ve yemek sanatına olan sevgimizin bir ifadesidir.

#### **Misafirlerinizi nasıl bir konsept ve ambiyansa davet ediyorsunuz?**

Mekânımız, özgün mimarisi ve sıra dışı bar tasarımıyla misafirlerimizi yeni bir konsept ve ambiyansa davet ediyor. Restoran bölümümüz Akdeniz mutfağından suşiye kadar geniş bir dünya mutfağı yelpazesi sunarak, damak zevklerine hitap eden bir menü çeşitliliği ile karşılaşmanızı sağlıyor. Rooftop alanımız da ada barımız ile şehir manzarasına karşı benzersiz bir deneyim sunarken, DJ performanslarımız ile canlı ve dinamik bir müzik ortamı sağlıyor.

#### **Mutfak ve yemeklere yaklaşımınızı biraz açar mısınız?**

Mutfak yaklaşımımız, en sade üründen en komplike ürüne

kadar benzersiz standartlara sahiptir ve suşi çeşitliliğinden Akdeniz mutfağına kadar farklı dünya lezzetlerini kapsar. Her yemeğimiz, ürün kalitesi ön planda tutularak, sanatsal bir yaklaşımla hazırlanır. Amacımız misafirlerimize eşsiz tatların yanı sıra farklı lezzetler sunmaktır. Alkol seçeneklerimizde çeşitliliğe önem veririz; dünya çapından seçilmiş ürünler ve özel kokteyller ile yemeklerimizi tamamlarız.

#### **Servis anlayışınız ve müşteri memnuniyetine verdiğiniz önem hakkında neler söyleyebilirsiniz?**

Servis anlayışımızda müşteri memnuniyeti temel önceliğimizdir. Müşterilerimizin restoranımızdan memnun ayrılması ve onları tekrar ağırlamak bizim için büyük bir onur. Bu yüzden, her biriyle kurduğumuz ilişkide, onları ailemizin bir parçası olarak görmekteyiz. Müşteri memnuniyetini her şeyin üstünde tutarak, kaliteli hizmet anlayışımızı sürekli geliştirmek temel yaklaşımlarımızdan biri.

#### **Le Porte'de özel etkinlikler veya tema geceleri de düzenleniyor mu?**

Restoranımızda özel etkinlikler ve tema geceleri düzenliyoruz. DJ etkinlikleri, ürün tadımları ve çeşitli müzik tarzlarında düzenlenen performanslarla misafirlerimize keyifli anlar sunmayı amaçlıyoruz. Kokteyl workshop'ları gibi interaktif etkinliklerle, misafirlerimizin kendi içeceklerini yaratmalarına olanak tanıyoruz, böylece eğlenmenin yanı sıra yeni beceriler edinme imkânı tanıyoruz. VIP alanımız ise, özel müşteri kullanımı için tasarlandı; burada misafirlerimiz, daha özel ve kişiselleştirilmiş bir deneyim yaşayabilirler. Bu etkinlikler ve özel geceler, restoranımızı sadece yemek yenecek bir yer olmanın ötesine taşıyarak, misafirlerimize yeni ve benzersiz deneyimler sağlıyor. ■



MAG davet

DİĞDEM ŞENTÜRK ÜSTÜNKAYA - ÜSTÜN ÜSTÜNKAYA

BANU KAVAK

EMİR ERESİN, DENİZ YAVUZ



SERKAN ÇAYOĞLU

## Fendi İstanbul'da İlk Kez Kutlama Yaptı

Fendi Roma, İlkbahar-Yaz 2024 erkek giyim koleksiyonunun kutlamasını ilk kez İstinyepark butiğinde düzenlediği bir davet ile yaptı.

Aksesuardan hazır giyime geniş bir ürün yelpazesi sunan yeni koleksiyonun tanıtım davetine modaseverler ile cemiyet hayatının ünlü simaları katıldı. Aksesuar ve Erkek Giyim Sanat Yönetmeni Silvia Venturini Fendi tarafından tasarlanan Fendi Erkek İlkbahar-Yaz 2024 koleksiyonu, davetlilerin beğenisini topladı. Markanın fabrikasında sergilenen koleksiyon ve defilenin ardından ilk kez İstanbul'da yapılan kutlaması oldukça renkli geçti. ■





# TARİHİ CİHAN PALAS OTELİ 1938



Ankara tarihine  
şahitlik etmiş  
olan Cihan Palas  
yine yeniden bizlerle...



# ECE İRTEM

## “Benim Olan Bana Gelir”

Kariyeri boyunca çok çeşitli yapımlarda rol alan Ece İrtem, şimdilerde “Sandık Kokusu” dizisindeki Hande karakteriyle öne çıkıyor. Opera Şan Ana Sanat Dalı mezunu olan başarılı oyuncu hobilerinden de bahsederek hayat felsefesini paylaşıyor.

**Y**

ayımlandığı dönemlerde popüler olmuş, adını duyurmuş birçok dizide rol aldınız. Sizin için en anlamlısı, hayatınızda iz bırakan proje hangisiydi?

İlk sete çıktığım proje olan “Bir Zamanlar Osmanlı Kıyam”, çünkü ben gözümü Yeşilçam’la açtım diyebilirim. Memur ailede bir oraya bir buraya tayin derken imkânsızlıklarla büyüdüğümü ancak ilk büyük şehre taşındığımızda anladım. Liseyi İzmir’de kazanınca ancak sinemaya, tiyatroya, operaya, hayalimde olan imkânlarla

kavuştum. O zamana kadar da, izleyebildiğim kadar Yeşilçam filmi izledim. Dolayısıyla Gülşen Bubikoğlu, Türkan Şoray ve birçok üstat en büyük idollerim oldu. Ben ilk işimde, çok büyük hayranı olduğum Türkan Şoray’la tanıştım. O gerçekten anlatılmaz yaşanır dediğimiz türden bir insan. Onunla bir an geçirince, gerçek ve samimi nezaketi bir saniyeden bile kısa anda çözüyor(muş)sunuz. Kamera önü, arkası ayırt etmeden hayatımda gördüğüm en naif insanlardan biri. İlk işimde böylesine büyük bir şansa sahip olduğum için çok mutluyum.

**“Sandık Kokusu” dizisinde Hande karakterine hayat veriyorsunuz. Bilmeyenler için Hande hakkında bilgiler verir misiniz?**

Hande benim için; her bölüm daha da yoğun keşfetmeye fırsat bulduğum bir karakter. Kabaca özetlemem gerekirse; içsel eksikliklerini dışsal ilişkilerle telafi etme yanlıgısının içinde olan bir karakter. Korkarsak empati kuramayacağımız, gerçekten “kötü” deyip kolaylıkla hayatımızdan kovabileceğimiz bir karakter. Anın paniğiyle, travmalarıyla, cehaletiyle yolunu şaşırıp tekrar her şeyi yoluna sokmanın kendince yollarını deneyen bir kadın. Umarım bir gün iç yolculuğunda kendini bulma cesaretini gösterebilecek. Eminim bu sadece benim değil, hepimizin ortak nokta bulabileceği bir empati konusu.

**Kariyeriniz boyunca değişik türlerdeki projelerde yer aldınız ama yine de “İlerde şunu da denemek istiyorum.” dediğiniz bir kategori var mı?**

Evet, birçok farklı türden projede oynama şansı buldum. Sanırım şu dönemde, biraz daha gerçekçi, hayatın içinden drama işlerinde oynamak istiyorum; ama komedi işlerini de çok seviyorum. Yani komediyi de bırakabileceğimi zannetmiyorum.

**Gülşen Bubikoğlu’na olan hayranlığınızdan bahsetmişsiniz. Onun hayatını canlandırmak ister miydiniz?**

Gülşen Bubikoğlu’nun tüm filmlerini izledim diyebilirim. Hayranlığım hem oyunculuğuna hem hayattaki duruşuna. Onun için tabii ki büyük bir zevkle, şevkle, heyecanla ve aşkla hayatını oynamayı çok isterim.

**Opera Şan Ana Sanat Dalı mezununuzuz. Hedefleriniz arasında bu bölümle alakalı bir projede de yer almak var mı? Yakın zamanda sizi görebilecek miyiz?**

Opera eserlerinde oynamam biraz zor. Bu kadar ara verdikten sonra birden alacağım bir kararla pat diye hazırlanıp “oynayacağım” diyebileceğiniz bir iş değil opera. Çok disiplin isteyen, hatta hayatınızın genelini ona göre şekillendirmeniz gereken bir dal; ama kesinlikle bir resital verme planım var. Hatta mümkün olduğunca çabuk gerçekleştirmek istiyorum bunu. İsteğim Zarzuela ya da Barok resitali olacak. Ayrıca müzikli oyunlarda oynamayı tabii çok istiyorum. Hatta dahil olduğum işlerde de mümkün olduğunca, o işin uygunluğuna göre şarkı söyleme fikrimi hep belirtiyorum.

**Daha önce kabul etmediğiniz ama sonradan “Keşke etseymişim!” dediğiniz projeler oldu mu?**

Önceleri böyle keşkelere oluyordu; ama artık “kısmet” demeyi çok iyi becerebiliyorum. Hayat kısa ve keşkelere daldığınız zaman elinizde olanlardan da keyif alamaz hale geliyorsunuz. Bir de benim gerçekten mottomdur; “Benim olan bana gelir.”, gelmeyende de vardır bir hayır.

**Müzik ve at binmek dışındaki hobileriniz neler?**

Yemek yapmayı çok seviyorum. Değişik mutfaklardan denediğim lezzetleri bir de kendi yorumumla hazırlamaya bayılıyorum. Aynı şekilde sağlıklı, detoks içeceklerle de meraklıyım. Küçükken 1500 metre lisanslı profesyonel koşucuydum, hatta 3.46 rekorum var, kimse bilmez. Koşmayı ve köpeğimle yürüyüş yapmayı da çok seviyorum.

**Geçmişte belirttiğiniz üzere yurt dışında yaşamayı istiyordunuz. Hâlâ aynı fikirde misiniz?**

Yurt dışında yaşamayı, oraya yerleşmek olarak istemiyordum. Bir süre vakit geçirip kültürünü deneyimlemek hâlâ çok heyecan verici geliyor. Yaşamak istediğim birçok ülke var. ■





“Oyunculuk Tutkusuyla Doğdum”

# TOLGA GÜLEÇ

“Öyle Bir Geçer Zaman ki” ve “Poyraz Karayel” dizileri ile akıllara kazınan ve sonrasında yer aldığı yapımlarla geniş bir hayran kitlesi edinen Tolga Güleç, proje seçimlerindeki titizliğini anlatarak yeni projelerinin müjdesini veriyor.

**O**yunculuğa olan tutkunuz nasıl gelişmişti? Bu tutkuyu biraz anlatır mısınız?

Bu bir tutkuydu çocukluğumdan beri ve sonra mesleğe dönüştü. Öncelikle insanın tutkusunun mesleğine dönüşmesi, işini yaparken yorulmamasına yarıyor ve özellikle gelişen

“Dur, ben bir de oyunculğu deneyeyim.” diyebileceğiniz bir şey değil bu. Tamamen içinizde olması gerekiyor, belki de bununla doğmuş olmanız gerekli. Şahsen bende böyle

gelişti ve çocukluğumdan gençlik yıllarıma geldiğimde de profesyonel eğitimli bir oyuncu olmanın yolunu aradım, buldum. Hani derler ya “Bu tutku anlatılmaz, yaşanır.” diye, gerçekten benim de kelime ya da cümle haznem bunu anlatmaya yetmeyebilir, çünkü bunu ifade edebileceğim bir cümlem yok. Kısaca şunu söyleyebilirim; kalbinizin istediği gibi yaşamalı ve bunu hayatınız haline getirmelisiniz. Bu tutku da, hırs da, azim de sizi doğru yerlere götürecektir zaten.

**Yer alacağınız yapımları seçerken her detayına dikkat ediyorsunuz. Bir senaryoyu hangi durumlarda kesinlikle elersiniz?**

Samimi olmasına dikkat ediyorum özellikle. İçselleştirebilmem, içime sinmesi benim için çok önemli. İzleyicinin nasıl kendinden bir şey bulması gerekiyorsa, benim de mantığım ve kalbimin o senaryoya bir bağ kurması gerekiyor. Asla tercih etmeyeceğim bir senaryoya gelirsek; hiçbir şeye hizmet etmeyip sadece sabun köpüğü tadında olan ve toplumumuzun ahlaki değerlerini farklılaştıran işlerde oynamayı pek tercih etmiyorum ama elbette ki emeğe saygım var, oynayanlara saygım var. Ben tercih etmiyorum, böyle senaryoları eliyorum.

**O dönemlerde izleyenleri ekrana kilitleyen “Öyle Bir Geçer Zaman ki” ile büyük bir etki bırakmıştınız. Sizin bu proje ile ilgili duygularınız neler? Ekip, senaryo, dönem dizisi, tepkiler nasıldı o zamanlar?**

İlk ciddi ve uzun soluklu, profesyonel deneyimimdi “Öyle Bir Geçer Zaman ki”. Sete, kameraya, açılara, kurguya, set hayatına dair hiçbir deneyimim olmadığı gibi, bir bilgi birikimim de yoktu ve özellikle ilk sezon çok zorlanmıştım. İstedigimi, içimde olan biteni kameraya yansıtamıyorum gibi hissediyordum ve şu an bunu düşündükçe oldukça normalmiş gibi hissediyorum. Orası bir okul gibiydi. Başta ilk yönetmenim Zeynep Günay olmak üzere birçok isme büyük teşekkür borçluyuz bence, çünkü o okuldan mezun olmak kolay değildi. Basit bir iş yapmıyorduk. Hem senaryo açısından hem o dönemleri yaşamamış bireyler olarak bu bizi zorluyordu. Karakteri bulmam ve bir yerlere getirmem çok zamanımı almıştı. Zeynep hoca ve ekibe sabırları için sonsuz teşekkür ederim. Aynı zamanda seyircide karşılığını bulan bir iş olduğu ve akıllarda yer ettiği için de şanslı bir oyuncu olarak hissediyorum kendimi.

**“Poyraz Karayel”deki Neşet karakterinin sizde özel bir yeri olduğunu söylüyordunuz. Bundan bahseder misiniz biraz?**

Poyraz Karayel, sonradan dâhil olmama rağmen hep içinde yer almışım hissi uyandıran bir set ortamına sahipti. Karakter çok eğlenceliydi ve bana oyun anlamında alan açıyordu. Hem keyif alıp hem işimi keyifle yapmam sebebiyle Poyraz Karayel’in ayrı bir yeri vardır bende; tıpkı Öyle Bir Geçer Zaman ki gibi...

**Yeni projelerinizle, sevenlerinize müjdeleriniz var mı?**

Yeni projeler var tabii ki. En son yeni bir reklam filminde oynadım, çok keyifliydi. İki tane dijital çektim ve girmesini beklediğimiz dizi var: “Yedinin Kraliçesi” ve “Dünyayı Değiştiren Ayten”. Onun dışında geçtiğimiz ay “Güneşi Beklerken Simitçi” ve “Filme Gel” isimli projelerim vizyona girdi, çok yakında dijital kanallarda da gösterilecek. Yine, bir dijital kanalda yayımlanmaya başlayan filmimiz “Beni Sev” var. Onun dışında da tiyatro oyunum “Sır” üçüncü sezonunda devam ediyor. Bu süreçte dizi ve sinema görüşmelerimiz devam ediyor. Dediğim gibi, bugüne kadar hep kaliteli işlerde yer aldım. Bundan sonrasında da aynı şekilde kaliteli olmasını istiyorum, çünkü iyi bir senaryo, iyi bir yönetmen ve iyi bir ekip başarı demektir. Ben de gelen projeleri buna göre değerlendiriyorum. Ekranlarda olmayı çok özledim; en kısa zamanda güzel, içime sinen, sağlam bir projeye dönüş sağlayacağım.

**Sizce huzur nedir? Çok bunaldığımız zamanlarda huzur bulmak için ne yaparsınız?**

Huzur bence insanın kendi kendini telkin edip sağlayabileceği bir şeydir. Huzursuz olmak çok kolay; her şeyi dert edersek, en incesine kadar kurcalarsak asla mutlu olamayız. Bazı şeyleri kusurlu sevmek, kusurlu kabullenmek gerekir. Benim için huzur tek başıma içtiğim bir kahve, arkadaşlarımla ya da ailemle yediğim bir yemek veya güzel bir kitap okurken içinde kaybolmaktır. Dediğim gibi, insanlar kendi iç dinginliğini sağlayabilmesi; yoksa mutsuz olmak, huzursuz olmak çok kolay.

**Doğanın korunması ve hayvan refahı konusundaki tutumunuz nedir?**

En hassas noktama dokundunuz, çünkü bu dünyayı bana göre güzelleştiren en önemli şey tabiat ve can dostlarımız hayvanlar. Bugünümüze baktığımda ikisinin de kıymetinin bilinmediğini görüyorum ve bu beni çok üzüyor. Elimden geldiğince hayvanlara karşı yardım etmeye ve yanlarında olmaya çalışıyorum; hatta kendi sahiplendiğim, Black adında, sokaktan bir kedim ve Paşam adında bir köpeğim var. Onları es geçemeyeceğim. Benim için en büyük huzur kaynağı onlarla geçirdiğim vakit. Hayvan haklarına ve doğaya sahip çıkmamız gerektiğini düşünüyorum, yoksa gerçekten dünya yaşanmaz bir hâl alır. Temiz çevre ve can dostlarımızla her şey daha keyifli. Eskilerin dediği gibi herkes kendi kapısının önünü süpürse, herkes kendi kapısının önüne bir kap su ve mama koysa, imkân dahilinde onlara da evini açsa, her şey daha çok güzel olacak. ■





# DERYA PINAR ŞARLAK

## Slow ve Klasik

On beş yaşından beri profesyonel olarak sahne alan ses sanatçısı Derya Pinar Şarlak, “Yakmaz mı Sandın” isimli teklisi hakkında duygularını da dile getirerek müziğini anlatıyor...

# Ö

## **Öncelikle kendinizden biraz bahseder misiniz?**

Çocukluğumda “Gelecekte şarkıcı olacak bu kız!” sözlerini çok duyardım. Elimde klasik parfüm şişesiyle kendimce konserler verip kostümler giyer, klipler çeker, dans ederdim. On

beş yaşımdan beri profesyonel olarak çeşitli mekânlarda konser, proje ve organizasyonlarda sahne aldım. Memur bir ailede yetiştim. Abim bandocu astsubay olduğundan, kendisinden çok şey öğrendim ve birlikte de sahne hayatımız oldu. İzmirliyim. Dokuz Eylül Üniversitesi Turizm ve Otel İşletmeciliği mezunuyum. Bu nedenle İzmir ve çevresinde sahne hayatım uzunca bir süre sürdü. Daha sonra Türkiye'nin birçok yerinde sahne almaya devam ettim. Şu an Ankara'dayım ve çok mutluyum. Hayatta en iyi yaptığım şey sahnede olmak ve şarkı söylemek. Dinleyicilerim mutluyorsa ben de mutluyum.

## **Son parçanız “Yakmaz mı Sandın” nasıl ortaya çıktı?**

“Yakmaz mı Sandın”ın bestecisi Sinan Özşeker ve sözleri de Didem Meram'a ait. Aranörüm Fırat Özbaylar iş birliğiyle güzel bir teklî oldu. Slow ve kalbe dokunan şarkılar her zaman tercihim. Ruhuma dokunduğu için zevkle seslendirdim.

## **Örnek aldığınız, müziğinden etkilendiğiniz veya düet yapmak istediğiniz sanatçılar var mı?**

Çocukken yabancı pop şarkılar dinler ve söyledim. Aslında Batıcıyım ancak, dinleyicilerimin isteklerine de yer vererek hem yabancı hem de Türkçe olarak geniş bir repertuara sahibim.

Düet yapmak istediğim kişi hâlâ Funda Arar olurdu; çok güçlü ve tarzı olan bir ses, hayranıyım.

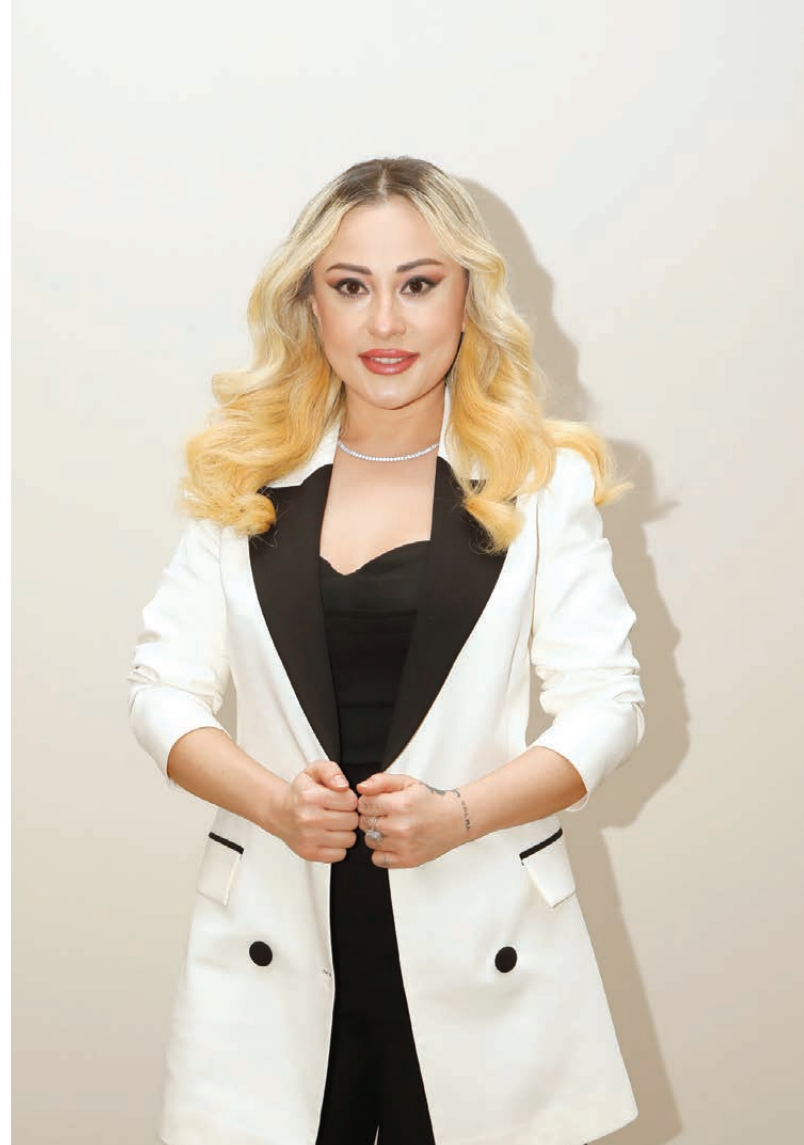
## **Sanatınızın amacı nedir? İzleyiciye veya topluma ne tür bir mesaj iletmek istiyorsunuz?**

Şarkı söylemek ilahi bir yetenek. Herkesin kulak zevki, tarzı farklıdır ancak, esas olan, güzel bir ruha da sahip olmaktır. Dünyada her şey ses ve frekanstan oluşur. Yüreğimdeki güzellikleri birlik, bütünlük çağrısını sesimle yansıtır şifa olmasını diliyorum. En büyük iletmek istediğim mesaj merhamet ve sevgidir. Eski Foça'da birçok kediye ev sahipliği yapıyorum; elimden geldiğince rehabilite edilmelerini sağlıyorum. Doğadaki tüm canlılara eşit yaşam hakkı ve merhamet diliyorum. Hayvanlar, çocuklar ve kadınlar hassas noktam. Onlar için daha güçlü durmaya çalışıyorum.

## **Ufukta yeni projeler var mı?**

Ufuktaki yeni projemiz, akustik olarak stüdyo kayıtlarımız ve mini klipler olacak. Son günlerde, dinleyenlerimin özellikle benden duymak istedikleri şarkıları seslendireceğiz. Umarım keyifle dinlerler. ■

*Hayatta en iyi yaptığım şey sahnede olmak ve şarkı söylemek. Dinleyicilerim mutluyorsa ben de mutluyum.*



MAG davet



CEYLAN ADANALI KABADAYIOĞLU



PELİN-MEHMET SALİH ERHAN



NAZ-AHMET ÖZTÜRK



BETÜL AKMAN

## Cumhuriyet Kadınları Buluşması

8 Mart Dünya Emekçi Kadınlar Günü münasebetiyle Tüm Kadın Lobisi Derneği (TÜKAL) "Cumhuriyetin Yeni Yüzyılında Mimoza Kadınları" başlıklı bir etkinlik düzenledi.

Cumhuriyet Gazetesi yazarı ve TEDx konuşmacısı Ceylan Adanalı Kabadayıoğlu'nun da katıldığı toplantının öncesinde davetlilere mimoza çiçeği hediye edildi. Açılış konuşmasında Dünya Emekçi Kadınlar Günü'nün önemine dikkat çeken TÜKAL Yönetim Kurulu Başkanı Betül Akman: "Cumhuriyetin kurulması ile birlikte, kadınların eşit haklara sahip olması gerektiği gibi bir aydınlık düşünceyle, dünyanın pek çok ülkesinden önce kadınlara sosyal, siyasal haklar verilmiş olsa da, günümüzde bunlar sadece yasal düzeyde kalmış ve sosyal alanda da aynı hızla ilerleme sağlanamamıştır." şeklinde konuştu. Türk Japon Vakfında düzenlenen etkinlik, günün ilerleyen saatlerine kadar devam etti. ■





AJDA ZAIM



MELİKE SEYFİ



BİROL-KEMAL AKMAN



İŞİK ÇETİN



HALİL İBRAHİM YILMAZ



DERYA MUTLU



EBRU VARNALI

*TÜKAL, Türk Japon Vakfında "Cumhuriyetin Yeni Yüzyılında Mimoza Kadınları" başlıklı bir toplantı düzenleyerek davetlilerini ağırladı.*



Sinem Yıldırım  
sinemmyildirim@gmail.com



CENK DAĞCI, SİNEM YILDIRIM

## Cenk Dağcı ve Leaders CXO “Kafama Bir Şeyi Koydum mu Kesin Olarak Yaparım”

Çok çeşitli iş birlikleri ile büyük ve kapsamlı ağlar oluşturulur, bilgiler paylaşılır ve hepsi öğrenilir, iş fırsatları ve gelişim süreçleri detaylarıyla aktif takip edilir, kültüre, bilime ve sanata her daim tam destek sağlanır. “Leaders” önderlik demek. Leaders üyeleri, her zaman nezaket ve cömertlik ilkelerini benimserler, kurulan dostluklar yılları ve zamanı aşar; ticari ilişkileri ve iş birlikleri gün geçtikçe büyüyerek, güçlenerek artmakta... Üyelerin yoğun iş tempolarına rağmen dostluklara, güzel paylaşımlara, kaliteli anlara ayıracak zamanları hep var.

**O** nlar ülkelerine bağlı, var olan herkes için bir şeyler yapılabileceğine inanan, güvenilirliğe her şeyden çok önem veren, dürüst, başarı odaklı, yeniliklere ve teknolojiye her daim açık, geçmişleri ile gurur duyan, yarınlara sevgiyle kucak açan, çevreye ve çevreciliğe çok değer veren, insanları sadece bir kaynak olarak görmeyen, onları önemseyen, değer veren, girişimci ruhlu, çok çalışkan insanlar.

İnsanlar pandeminin negatif ortamında sıkıntı içindelerken Cenk Dağcı, o dönemler için aşılabilir zannedilen o boğucu günlerinde muazzam bir sistem yarattı. Aslında büyük adada mini bir butik otel sahibi ancak, o son derece çok yönlü, zorluklardan yılmayan, umut dolu, insanları birleştirmeyi, buluşturmayı seven, çok çalışkan bir insan. Cenk Dağcı, insanların dayanışma içinde olmaları halinde her türlü ama her türlü zorluğu yenebileceklerine inanan bir iş insanı. Bu nedenle, organize ettiği onlarca toplantısında, kendi konularında aktif ve başarılı insanları bir araya getirip aralarında iş birlikleri, dostluklar, büyük projeler gerçekleştirmelerine önyak oluyor.

Ertan Özyiğit'le birlikte dört yıl önce kurdukları Leaders CXO ile yaptıkları toplantılarda; aynı zamanda, konusunda lider ilim, bilim insanları, sanatçılar, iş insanları bir arada doyum olmaz sohbetler gerçekleştiriyorlar. Bu içi dolu konuşmalardan aldığım keyfin tarifi yok, çünkü kültüre, bilme, sanata ve iş dünyasına, yani insana bütünsel bir yaklaşımları var. İstihdama ve gelişmeye değer katabilecek her türlü çalışmaları

destekliyorlar. Her çeşit toplumsal soruna duyarlılık gösteren sosyal projelere büyük katkılarda bulunarak topluma fayda sağlama amaçlarını, çevre dostu uygulamaları teşvik eden sürdürülebilir projelerle sürekli aktif ve dinamik tutuyorlar. Bu denli yoğun ve hareketli iş hayatlarının yanı sıra dostluk ve dostlarla geçirilen, keyifle paylaşılan değerli anlar biriktirmeyi asla ihmal etmiyorlar. Sizlere kısaca bahsetmeye çalıştığım Leaders CXO'nun kurucusu olan Cenk Dağcı'yla yaptığım röportajda, bu değerli insanın yaşam detayları hakkında bilgiye sahip olacaksınız.

#### **Öncelikler kendinizden bahsediniz lütfen. Çocukluğunuz, aileniz nasıldı; aldığınız eğitimler nelerdi?**

Aslen ailecek Büyükdalılıyız. Yüz yirmi yıl; dededen üçüncü kuşak. Öncesi Selanik... Bağdat Caddesi Çatalçeşme sahilinde doğup büyüdüm. Aynı zamanda, Türkiye'nin en önemli hafızlarından birinin torunuyum: Hafız Hüseyin Sebirci (Mehmet Okurlar). 5 Ocak 1975 doğumluyum. Marmara Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi İşletme ve Yeditepe Üniversitesinde Marketing MBA mezunuyum.

#### **Şu ana kadar yaptığımız işlerden ve iş hayatınızdan bahsedebilir misiniz?**

Yirmi üç yıllık kurumsal hayatım var. Yarısı, ulusal ve uluslararası firmalarda üst düzey yönetici olarak geçti. Son on yıldır da kendi işlerimle uğraşıyorum. Büyükdada bir butik otelim var: AS Butik Hotel. Baş harfleri dedemin (Arif) ve anneannemin (Saime) isimlerinden geliyor. ➡➡





Başkanı olduğum Leaders CXO, Ertan Özyiğit ile dört yıl önce kurduğumuz; cemiyet, iş dünyası, akademisyen ve sanat hayatının önemli ve değerli isimlerini buluşturduğumuz kapalı grup bir platform. Fine dining buluşmalar, balolar, vakıf geceleri, müzayedeler, galeri açılışları, kutlamalar vb. olmak üzere kırk yedi etkinlik gerçekleştirdik.

**Çok yönlü ve yoğun bir insanısınız. Bir gününüz nasıl başlar, nasıl geçer?**

Aslında yirmi dört saat cidden yetmiyor diyebilirim. Sabahlarım erkenden kendi ofislerimizde ya da dışarıda, sürekli toplantılar ile geçiyor. Malum İstanbul trafiği çok vakit alıyor; o arada bile telefon üzerinden sürekli görüşmeleri sürdürüyoruz. Bazen telefonda günde elli kişi ile bile konuştuğum oluyor. Ağırlıklı olarak sanat, bilim, kültür üzerine çok proje var önümüzde.

**İnsanları bir araya getirmenin manevi yönden sizde yansımaları nasıl oluyor?**

Zaten hayattaki en önemli şey maneviyat. Bu haz tarif edilemez. Çevremize de bunu aşılmalıyız. Doğru insanları doğru zamanda, doğru yerde buluşturup tanıştırmak o kadar kolay değil. Bunu başarmanın keyfi bambaşka. Başka zaten kimseden bir beklentimiz yok. Karşılık beklemiyoruz.

**Hayattaki en büyük hayalinizden ya da hayallerinizden bahsediniz...**

Defalarca hayallerimi gerçekleştirmiş biriyim aslında... Kafama bir şeyi koydum mu kesin olarak yaparım.





*Hayattaki en önemli şey maneviyat. Bu haz tarif edilemez. Çevremize de bunu aşılmalıyız.*

Vazgeçmem. Hayaller sınırsızdır her zaman; bitmez, bitmemeliler... Hedeflerimiz her zaman yüksek.

En çok istediğim -ve iki sene içinde de yaparım diye tahmin ediyorum- yurt dışından bir ev alıp altı ay yaz dönemi boyunca orada yaşamak. Roma ilk tercihim. İtalya her açıdan bana çok uygun.

#### **Yakın gelecekteki planlarınız neler?**

Uzun vadeli plan yapmam ve inanmam. O ancak hayal olur. Ben de hayallerimi her zaman üç vakte kadar gerçekleştirmişimdir. Kısa vadeli, yani üç aylık planlar yaparım her zaman. Uzun vade zaten bir yılı geçerse gerçekçi olmaz. Planım genel olarak süreklilik ve istikrar sağlamak.

#### **Sizce İstanbul'da sosyal yaşam nasıl, insanlar mutlu mu, aktif mi? Sosyal yaşamda sizi mutlu eden şeyler neler?**

İstanbul, dünyada çoğu konuda ilk beşte zaten. Tabii ki doğup yaşadığım şehri seviyorum ve doyasıya yaşıyorum. Sağlıktan ötesi yok; o yüzden İstanbul'da yaşarken ve sağlıklı iken ne kadar çok fazla yurt içi ve yurt dışı farklı, görmediğim şehirler görürsem bu beni o kadar mutlu eder.

#### **Çok belirgin bir moda anlayışınız var. Modada sizi yönlendiren, etkileyen akımlar, kişiler nelerdir, kimlerdir?**

Tabii ki annem. Markalarımızın isimlerini vermek istemiyorum ama sevgili annem yılların ünlü modacısı idi. Onun mağazalarında küçük yaşta satış yapardım, onu izlerdim. Babam da tabii Fransız kültüründen gelmiş; yirmi yılı aşkın Paris'te yaşamış. Galatasaray Lisesinden mezun, çok şık ve yakışıklı biri idi. Lakabı zaten mösüydü. İnsan ailesinden ne görürse onu yansıtır. Sonradan yaparsanız zaten sırtır ve belli eder. Yaşadığınız aile çevresi, kültürü en önemli etken.

#### **Mutlu bir insan mısınız?**

Pozitif bir insanım. Kendi kendimi motive edebiliyorum. Tabii çevremi de. Negatif her şeyden, herkesten kaçırım,

uzak dururum. Bu yönlerimden dolayı zaten mutlu olmamak mümkün değil!

#### **Rol modeliniz ya da modelleriniz var mı, kimlerdir, neden?**

Sadece ailem... Annem ve babam. Zaten tek çocuğum; aileme çok düşkünüm; ama tabii ki çevremde takip ettiğim, beğendiğim, örnek aldığım büyüklerim var.

#### **Tutkularınızdan bahsediniz...**

İşkoliğim. İşime tutkuluyum. Hobim gibi. Zevk ararak yaşıyorum. Leaders dışında Cuban Cigar Club diye özel ve ayrı bir grubumuz da var ama buradaki amaç sadece dostlarımız ile güzel vakit geçirmek ve anılar biriktirmek.

#### **Gizliliğin gücüne inanır mısınız?**

Gizli, gizemli biri olamadım maalesef. Açık biriyimdir. İçim dışım birdir. Bana göre değil sanırım gizlilik; ama özel hayatım ayrı tabii...

#### **Şu anda Emirgan'daki Lale Müzesi'nde aktif bir göreve sahipsiniz. Bundan biraz bahseder misiniz, neler yapıyorsunuz?**

Lale Vakfı, Türkiye genelinde lalelerin yaygınlaştırılması, türlerinin araştırılması ve çoğaltılması, uluslararası ve yerel platformlarda tanıtılması, üretimlerinin artırılması, lalenin Türk kültür ve sanatındaki yerinin araştırılıp bu konudaki bilimsel çalışmaları tanıtmak ve sergilemek amacıyla 2016 yılında kuruldu. Emirgan Korusu'nda yer almakta. Vakıf binası; 1871 ila 1878 yılları arasında Emirgan Korusu'nda inşa edilen köşkların müstemilatı olan tarihi binada yer almakta. On dokuzuncu yüzyılın ikinci yarısında Sultan Abdülaziz, bugün Emirgan Korusu olarak bilinen bu alanı, Mısır Hidivi İsmail Paşa'ya vermiş. Köşkların alt tarafında kalan yapının; at ahır, hizmetlilerin ve lojistik ihtiyaçlarının içinde karşılandığı bir yapı olduğu düşünülmektedir. Vakıfta lale çiçeklerinin yanı sıra desen olarak da örneklerini görmek mümkün. Ben Lale Müzesi'nin danışma kurulunda görevliyim. Sanat, bilim, kültür konularında ve vakıfta gönüllü olarak destek veriyorum. ■



FULYA NAYMAN FİGEN KIRAL

DEREN TALU

REVNA DEMİRÖREN

SEDA BAKAN



ECE NAYMAN

## Ace Nayman Sezona Renk Katıyor

Ace Nayman, 2024 ilkbahar-yaz koleksiyonu "Soft-Morphe"u keyifli bir davet ile tanıttı.

Alex Katz'ın realist ve pop-art tarzı eserleriyle, 3D printing sanatçısı Audrey Large'in eserlerinden ilham alınarak tasarlanan koleksiyonun lansmanına moda, iş ve cemiyet dünyasından ünlü simalar katıldı. Markanın kurucusu Ece Nayman ev sahipliğinde gerçekleşen davette konuklar, koleksiyon parçalarını yakından keşfetme fırsatı buldu. Soft Morphe'un renk paletini Katz'ın Guggenheim'daki sergisinden yola çıkarak oluşturduğunu belirten Kreatif Direktör Ece Nayman, davette bir konuşma yaparak koleksiyon hakkında bilgi verdi. ■

# *Bilkent Otel ve Pia Sera*

*ihtişamlı davetleriniz için sizleri bekliyor...*

*Masalsı davetleriniz akıllardan silinmeyecek...*



 BİLKENT OTEL VE  
KONFERANS MERKEZİ  
ANKARA

[www.bilkentotel.com.tr](http://www.bilkentotel.com.tr)

  
*Pia Sera*  
BİLKENT OTEL VE  
KONFERANS MERKEZİ  
ANKARA

[www.piasera.com](http://www.piasera.com)

# YENİ ARSANIZDA GÜLE GÜLE OTURUN



**KONUT  
İMARLI**

**HEMEN  
ARSA  
TAPUSU**

**XRE AIRPORT  
Projesi / Kıbrıs**

**Proje detaylarıyla ilgili bilgi  
almak için şimdi iletişime geçin.**



[www.xrearsa.com.tr](http://www.xrearsa.com.tr)



444 5 973



[info@xrearsa.com.tr](mailto:info@xrearsa.com.tr)



Beştepe Mahallesi, Nergiz Sokak, No: 7/A VIA TOWER PLAZA  
Kat: 19 Daire: 46 Yenimahalle / Ankara



Ağaoğlu My Newwork Barbaros Mahallesi, İhlamur Bulvarı,  
No: 3 D: 162 Ataşehir / İstanbul



**XRE GEÇİTKALE  
Projesi / Kıbrıs**

