

zed
life

ISSN:

2149-2093

Sayı:31 Yıl: 6

Fiyatı: 25 TL

ŞEHİR DERGİSİ

NEKADAR SOSYALSİN?



Hayatın Her Anında Yanınızdayız



BÖLÜM VE HİZMETLERİMİZ

- ✓ Acil Servis ve Ambulans Hizmetleri
- ✓ Ağız ve Diş Sağlığı
- ✓ Ağrı (Algoloji)
- ✓ Anesteziyoloji ve Reanimasyon
- ✓ Beslenme ve Diyet
- ✓ Beyin ve Sinir Cerrahisi
- ✓ Biyokimya
- ✓ Çocuk Kardiyoloji
- ✓ Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları
- ✓ Dahiliye (İç Hastalıkları)
- ✓ Dermatoloji & Kozmetoloji
- ✓ Endokrinoloji ve Metabolizma Hastalıkları
- ✓ Enfeksiyon Hastalıkları ve Klinik Mikrobiyoloji
- ✓ Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon
- ✓ Gastroenteroloji
- ✓ Genel Cerrahi
- ✓ Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Ünitesi
- ✓ Göğüs Cerrahisi
- ✓ Göğüs Hastalıkları
- ✓ Göz Hastalıkları
- ✓ Hematoloji
- ✓ Kadın Hastalıkları ve Doğum
- ✓ Kalp ve Damar Cerrahisi
- ✓ Kardiyoloji
- ✓ Kulak Burun Boğaz
- ✓ Laboratuvar
- ✓ Nöroloji
- ✓ Ortopedi ve Travmatoloji
- ✓ Omurga ve Omurilik Cerrahisi
- ✓ Plastik, Rekonstrüktif ve Estetik Cerrahi
- ✓ Psikiyatri
- ✓ Psikoloji
- ✓ Radyoloji
- ✓ Tüp Bebek Merkezi
- ✓ Tıbbi Onkoloji
- ✓ Uyku Laboratuvarı
- ✓ Üroloji
- ✓ Yenidoğan
- ✓ Yenidoğan Yoğun Bakım

MEDOVA
H A S T A N E S İ

444 86 82 | medova.com.tr

SGK
SOSYAL GÜVENLİK KURUMU

ZilverenKruis
achmea

ÖZEL SAĞLIK SİGORTALARI İLE ANLAŞMAMIZ VARDIR

Şeyh Şamil Mahallesi Dosteli Cad. No: 52/1
Selçuklu - KONYA | F > 0850 502 19 51



MEDOVA DERMATOLOJİ VE KOZMETOLOJİ BİRİMİ

SAĞLIKLI GÜZELLİĞİN HİZMETİNDE!

Medikal estetikte yenilikçi uygulamaları gerçekleştiren Medova Dermatoloji ve Kozmetoloji Birimi, sağlıklı güzellikle tamamlıyor.

Lokal anestezi altında uygulanan ameliyatsız yöntemlerinden medikal estetik uygulamalarına kadar pek çok alanda hizmet veren birimde, hastalara yıllara meydan okuma şansı veriliyor.

Uzm. Dr. Dilek Peker öncülüğünde hizmet veren Dermatoloji ve Kozmetoloji Birimi, işlemlerinde en kaliteli malzemeleri kullanarak alanında uzman hekim kadrosuyla hastalarına profesyonel dokunuşlar yapıyor. Dermatoloji ve Kozmetoloji alanında en güncel yaklaşımları benimseyen birim, hastalarının estetik kaygılarını gidermesinin yanı sıra görünümülerinden kaynaklanan psikolojik sorunları da iyileştiriyor.

HİZMETLERİMİZ

- ✓ Karbon Peeling
- ✓ Sıcak Lazer Lipoliz
- ✓ Dövme Silme
- ✓ Kılcal Damar Tedavisi
- ✓ Çil Tedavisi
- ✓ Altın İğneli RF
- ✓ Fraksiyonel Lazer
- ✓ İple Yüz Germe
- ✓ Dolgu
- ✓ Botoks
- ✓ Mezoterapi
- ✓ Gençlik Aşısı
- ✓ Thulium Lazer (Baby Face Uygulaması)
- ✓ Ben Tedavisi
- ✓ Tırnak Çekimi
- ✓ Aqua Peeling
- ✓ PRP
- ✓ Dermaloller
- ✓ Dermapen
- ✓ Vasküler Lazer
- ✓ Kriyoterapi
- ✓ Göz Altı Işık Dolgusu
- ✓ Lazer Epilasyon
- ✓ Podoloji (Medikal Ayak Bakımı)



İmtiyaz Sahibi
Zedhaber Ajansı Adına
Zeki Dursun

Genel Yayın Yönetmeni:
Muhammed Dursun

Yazı İşler Müdürü:
Zeki Dursun

Yayın Editörü:
Osman Sarı

Reklam Direktörü:
Ömer Fatih Dursun

Kurumsal İletişim:
Sümeyye Dursun

Grafik Tasarım:
Seyit Demir

Baskı:
Erman Ofset
Fevzi Çakmak Mh Büsan O.S.B.
Özlem Cd. No:33/G Karatay / KONYA

Sertifika No: 15409

Dağıtım:
Ekin Dağıtım Kurye
Feritpaşa, Hayat Sk, No:6 42060
Selçuklu

Basım Tarihi: Şubat 2020
Yayın Türü: Yerel Süreli Yayın

Adres:
Işıklar Mah. Raufdenktaş Cad.
Naz Sit.
C Blok No:36 4/8 Selçuklu / KONYA
Cep:0505 775 24 97

zedhaber@gmail.com
www.zedhaber.com
www.zedlife.net

Dergimiz tarafsız ve bağımsız bir yayım olup, basın meslek ilkelerine uymaya söz vermiştir. Dergimizde çıkan haber, resim vs. Her türlü materyallerin izinsiz kullanılması yasaktır.

Kullanıcılar hakkında yasal takip uygulanacaktır.

Dergi içeriğindeki yazı, haber, metin vb. verilerin tamamen adı geçen yazarlara ait olup, herhangi bir konuda dergi ekibi sorumlu tutulamaz.



....▶11



....▶15

- 4 Hayatım Bir Roman-16
- 6 Ne Kadar Sosyalsin?
- 8 Sosyal Medyada Olmak Ya Da Olmamak/Bütün Mesele Bu Değil
- 10 Sosyal Medyanın Hayatımıza Ekonomiye Eğitime Olan Katkısı
- 11 Genç Askon'da Hedefler Büyük
- 12 Sosyal Medya
- 14 Bilinçaltı Denizi
- 15 Konya Özel İdeal Koleji Robtik Kodlama Kursunu Açtı
- 16 Balık Burcu
- 17 Konya Gıad, Şehir Ekonomisine Katkı Sağlayacak
- 18 Sosyal Medya Hiçde Umurumda Değil !...
- 20 Sosyal Medya Yaşamımızı Nasıl Etkiliyor?
- 22 Sosyal Medya
- 24 Sosyal Medya Yaşamı Nasıl Etkiler? Mutlu Mu, Mutsuz Mu?
- 26 Yetiştirdiğimiz Çocuklar Gerçekten Özgüvenli Mi?
- 28 Sosyal Medya Yaşamımızı Nasıl Etkiliyor? Mutlumu, Mutsuzmu?
- 30 Gerçekliğin Sanal Düşüşü
- 32 Yapay Zekâ İnsanlığın Sonunu Mu Getirecek?
- 33 Skolyoz Nedir?
- 34 Sosyal Medya Yaşamımızı Nasıl Etkiliyor?
- 35 Sosyal Medyanın Gücü



- 36 Sanal Dünyanın Yerlileri
- 38 Nerde Ne Yenir
- 39 Yuntas Makine Çalışanları Yemekte Buluştu
- 40 Eyvah Like' Larım Çok Az
- 41 Dahası...
- 42 Sosyal Medya Kullanımı Göz Sağlığımızı Etkiler Mi?
- 43 Sosyal Medya "Eğitim"İN Neresinde?
- 44 Sosyal Medya İle Mutlu Muyuz?
- 45 Teknoloji Bağımlılığı Ve Sosyal Medya Ahlakı
- 46 Ekosistemden Egosisteme: Bir Sosyal Medya Analizi
- 50 Konyalı Beşizler Herkesin İlgi Odağı Oldu
- 52 Sosyal Medya, Vatandaşımın Bana...
- 54 Yalancı Ebeveyn Televizyon
- 56 Sosyal Medya Alarmı...!
- 58 Yeni Koronavirüs Salgını Ne Kadar Tehlikeli?
- 60 Sosyal Medya Akıl Sağlığımızı Nasıl Etkiliyor?
- 62 Suriye'ye Gidecek Özel Harekat Polislerimiz Dualarla Uğurlandı
- 63 Konya Valisi, Özel Gündoğdu Kolejini Ziyaret Etti
- 64 10 Ocak Basın Bayramı
- 66 Mağazin
- 69 Şehir Rehberi



HAYATIM BİR ROMAN-16

Zeki Dursun
Zed Haber
Ajansı

Geçen ki yazımda bir aileye yardımcı olduğumdan bahsetmiştim. Ailenin fertleri gariban ve yoksuldu. Baba Reşat Çamurcu işsiz, günlük çalışıp günlük yiyenlerdendi. Ailesinde iki tane hasta vardı. Bir tanesi yatağa bağlı Doğuştan

Allah razı olsun o yardımcı oluyordu. Reşat Bey'e: "İlaçları al saat birde Mevlana'nın önünde buluşalım demiştin". Ben Mevlana önüne yarım saat önceden gittim. Baktım ki o benden önce gelmişti. Hava yağmurluydu. Reşat abinin ayakkabıları yırtıktı ve su çekiyordu. Hemen onla bir yardım kuruluşuna gittik.

Ona yiyecek içecek verdiler. Ben orda ayakkabı gördüm ve görevliye ayakkabı vermesini söyledim. Hemen ayakkabı verdiler. Eskileri bir poşete aldı. "Belki bunları diktirip tekrar giyerim" diyordu.

Evine geldiğimizde o getirdiğimiz malzemeleri düzeltmeye başlamışlardı. Hanımının yüzünde tatlı bir hüznü vardı. "Nasılsınız" diye sordum. "Allah sizden de bu yardımları edenlerden de razı olsun. Bugün bunları bulduk yarın tekrar açız" dediler. "Ben vedalaşmadan önce sizinle röportaj yapmak, durumunuzu kameraya anlatmanızı ve fotoğraflarınızı çekmek istiyorum. Belki sizi habere taşırsam gazeteler de size yer verirse size bir yardım eli uzanır" dedim.

Baba Çamurcu, mevsimlik olarak çalıştığı, Belediye Park ve Bahçeler Müdürlüğü'nden çıkarıldıktan sonra çaresizliğini gözyaşları içinde şu sözlerle dile getirdi: "Devletten ve hayırseverlerden çocuğumun tedavisinin yaptırılmasını istiyorum. Hamallık yaparak evime bir ekmek götürüyorum.

Evimizde yakacak namına bir şey yok ve çocuklarım hasta."

"Doğuştan gelen ve ömür boyu devam eden fenilketonüri hastalığıyla 14 yıl önce oğulları Nizamettin'in rahatsızlığı ile tanışan Reşat Çamurcu, ekonomik yetersizlik nedeniyle 2 çocuğunun gözlerinin önünde ölüme daha da yaklaşmasını seyrediyor. Şu anda Reşat ve Raziye Çamurcu'nun 14 yaşındaki Nizamettin ve 4 yaşındaki Damla Nur adındaki çocukları bu hastalıkla ölüm kalım savaşı veriyor. Yurt dışından ithal özel mamalarla beslenmesi gereken çocuklarının ihtiyaçlarını ekonomik nedenlerden dolayı karşılayamayan Reşat Çamurcu çaresizlik içinde kendisine uzanacak yardım elini bekliyor.,

Reşat Çamurcu yurt dışından gelecek mamaları temin edememesinden dolayı çocuklarından 14 yaşındaki Nizamettin'in bitkisel hayata girdiğini, %100 sakatlık raporu bulunan çocuğunun artık ölüme daha da yaklaştığını dile getirdi. Çamurcu, 4 yaşındaki Damla Nur için ise gerekli olan 35 bin TL'yi bulamazsa abisi gibi ölüme doğru ilerleyecek.

Çamurcu ailesi ise çaresizlik içinde ne yapacaklarını şaşırılmış durumda..." diye haberi yazdım, gazete ve televizyonlara geçtim. İnşallah onların seslerini birileri duyar dedim. Bir gün sonra gazetelerde çıktı. Vatandaşlar gazeteleri arayıp yardım etmek istediklerini belirttiler ve benden telefon ve hesap numarası istediler. Ben de Reşat beyin numarasını veriyordum. Ertesi gün Kanal A da haberi çıkınca Şenol abi beni arayıp Reşat Çamurcu'nun telefonunu kendisine vermemi istedi. Yalova'dan vatandaşlar ona para göndereceklermiş. Numarayı hemen verdim. Bir iş adamı Reşat Bey'e 8 bin TL yatırmıştı ve çok sevinmiştik; ama yine de hüznüydü sebebini sorduğumda: "hazıra para

gelen ve ömür boyu devam eden fenilketonüri rahatsızlığıyla oğlu, diğeri de 4 yaşındaki kızıydı. Onlara Allah rızası için yardımcı olmam lazımdı ve kızı sadece makarna yemekteydi.

Makarna bildiğimiz makarnadan değildi. Eczanelerde yarım kiloluk paketlerde satılıyordu ve fiyatları da pahalıydı. Reşat beyi arkadaşım Aydoğan Deveci'ye yönlendirmiştim.



dayanmaz bana iş” diyordu. İşinin de olacağını söyleyerek yanından ayrıldıktan bir saat sonra beni aradı; kendisini Saraçoğlu Spor Tesislerine bekçi olarak alacaklarını üstelik ev de vereceklerini söyleyince dünyalar benim olmuştu, çok sevinmiştim. İnsanlara yardımcı olmak, üzüntülerine, mutluluklarına ortak olmak ve bunu gerçekten hissederek yapmak kadar güzel bir şey yoktu. İşte bir haber böyle yapılıyordu. Önemli olan haberi güzel yapmak ve işlemekti. Benim şimdiye kadar 100 bine yakın haberim çıkmıştır.

Bu haberden sonra iş yerimde otururken telefonum çaldı. İsmimin Fatma Ak olduğunu, Şeker Tekke Mahallesi’nde oturduğunu ve yardıma muhtaç olduğunu söylüyordu. Ben adresi yazdıktan sonra hemen motoruma binip adrese doğru yola çıktım. Şeker Tekke ve Balıkesir sokakta Fatma Ak’ın evini sordum, bana gösterdiler. Kapıyı çaldığımda 6yaşlarında bir erkek çocuğu kapıyı açtı. İsmimin Muhammed olduğunu öğrendiğim çocuğa annesini sordum annesinin isminin Fatma Ak olduğunu söyledi ve beni içeri davet etti. Ben içeriye girdiğim zaman yatakta hasta yattığını gördüm. Bana “hoşgeldin” dedi. Ben ona: “sizin neyiniz var” diye sordum.

Kendisi: Bir oğlum var onun da kalbi delik, eşim %90 özürlü. Ben ise felçliyim, ellerim tutmuyor. Bana yemekte eşim veya oğlum yardımcı oluyor” dedi. Neye ihtiyacı olduğunu sorduğumda; buzdolabı ve bulaşık makinesinin lazım olduğunu söyledi. Ben kendisine yardımcı olacağımı söyledim ve kameramla fotoğraf makinesini çıkarıp sorular sormaya başladım. “Bir sabah

kalktığın zaman neler yapıyorsun?” diye anlatmasını istedim. Fatma Ak: “Bana eşim bazen de oğlum yardımcı oluyor, kocam bazen bana kızıyor ve bağırıyor dedi. Nedenini sorduğumda: “Bana kahvaltı getiriyor, yediriyor ama gel gelelim bulaşık yıkama olduğu zaman ben yıkamam sen yıka diye bana bağırıyor bazen de dövüyor. Eğer bulaşık makinesi olursa daha rahat olacak” dedi. Önce Fatma Ak’ın bu durumunu haber yaptım ve gerçekten de ses getirici bir haber olmuştu. Aynı Reşat Çamurcu’nun haberi gibi gazeteden bazı arkadaşlar beni arayarak bu bayanın hesap numarasını veya ona ulaşabilecekleri telefon numaralarını sordular.

Ben de gazetedeki arkadaşlara telefonlarını verdim. Artık Fatma ak’ın yüzü gülüyordu ve bana dua ediyordu. Çünkü memnun olmuştu. Önce buzdolabını daha sonra bulaşık makinesini almıştı ve artık yemekten sonra bulaşıkları makineye koyup elleri felç olan Fatma Ak, diliyle bulaşık makinesini çalıştırıyor ardından da kalbi delik oğlu Muhammed, durulanmış tabakları bulaşık makinesinden çıkararak raflara yerleştiriyordu ve çok mutlulardı. O mutluluğu beraber yaşamıştık, görülmeye değerdi. Sanki benim elim ayağım yoktu, o mutluluğu yaşamak; insanların gözlerindeki bir ışığı, yüzlerindeki bir tebessümü görmek insana hayat vermiş gibi oluyordu. Tabi ki böyle insanlara yardım etmek çok güzel bir duyguydu. Yıllar sonra da olsa



yine bu insanlarla konuşuyorum. Bir bayramda bir kandilde veya bir ihtiyaçları olduğunda aramaları beni sevindiriyor ve ben yine onlara yardım ediyorum...

HABERE ATILAN İMZA

www.zedhaber.com

www.zedhaber.tv

www.zedlife.net

Ne Kadar SOSYALsin?



Sema KAVAK
Psikolog

İnsan sosyal bir varlıktır... varlığını sürdürebilmek için birine, birilerine ihtiyaç duyar!

AMA bu ihtiyacı gidermenin alternatif yeni yolları bize sunuldukça, doğamıza aykırı olan bu çeşitlilik içinde var olmaya çalışıyoruz.

İlk zamanlarda bu çeşitliliğin dayatılmaz cazibesine kapılırken, süreçle birlikte sırtımızda bir kambur haline gelen bu durumu da o kadar normalleştiriyoruz ki yaşadığımız sorunların hiçbir yerinde rutinimize giren bu yanlış seçimler olduğu da maalesef aklımıza gelmiyor.

Rutinimize giren yanlışların başında da internet kullanımı geliyor. Teknoloji çağında **internet kullanımı yanlış mı olur diyorsanız, haklısınız. Burada bahsettiğim bilgi ve gelişim için kullanımından ziyade internetin sosyal, psikolojik ve fizyolojik ihtiyaçlarımızın giderilmesinde kullanımı.**

Nasıl mı?

Eşinle vakit geçirmek gelmiyor içinden ama başkalarının eşleriyle yaptıklarını öğrenmek için büyük bir heves içindesin... akrabalarından da zaten çokook oldu uzaklaşalı... komşuluk mu, o zaten hiç başlamadı ki... mesai arkadaşların ise tahammül sınırlarını zorluyor, o yüzden yüz yüze iletişim minimal düzeyde ama ne yaptıklarının merakıyla iyi bir stalker oldun... ve hala diyorsun ki, ben şöyle sosyalim ben böyle sosyalim...

oyşa ki; ne takipçi sayın, ne de ne kadar uzun süre online olduğun değildir, seni sosyal kılan...

Ve seni sosyal yaptığını düşündüğün şey aksine seni sen yapan fiziksel, kişisel ve birçok unsurdan uzaklaştıran, tıpkı sen gibi tıpkı ben gibi yapan benzerleştiren yani yok eden bir durum.

Duygusal ya da fiziksel temasın yok olduğu, sağlıklı cinsel ya da sosyal partner ilişkisi yerine online

sevgili / arkadaşlık sitelerinin tercih edildiği, ekran karşısında sporsal faaliyetlerin gerçekleştiği, oyun konsolu ile bağ kurularak online oyun arkadaşlarının popüler olduğu, fiziksel olarak popüler insanlara benzemek adına herkesin benzer ameliyatları geçirdiği, aynı tip kıyafetlerin giyildiği, aynı tarz konuşmaların gerçekleştiği bir ortamda **senin sosyalliğinin gerçek ölçüsü, bunlardan ne kadar uzak olduğundur.**





hanaykonya

SOSYAL MEDYADA OLMAK YA DA OLMAMAK/BÜTÜN MESELE BU DEĞİL



N. Yıldız
ERDAL

Sosyal medya nedir, ne değildir? İletişim yöntemi olarak mı nedir? Yaşam alanı olarak mı nedir? Araç olarak mı nedir? Ya da ne değildir?

Yayın platformu olarak mı? Sektör olarak mı nedir? Bir çok tanımı ve kapsama alanı var sosyal medya denen şeyin.

Önemli olan hangi kısmını ele alıp, neye dokunduğunuz.

Biz bugün konunun sorunlu tarafına dokunacağız BİR MİKTAR. Türkiye’de sosyal medya diyince ilk akla gelen Facebook, instagram, twitter, TIK TOK. Daha çok. Ve alışveriş siteleri.

Hatta insanlar yüz yüze konuşurken bile “Facebook kullanıyor musun, instagram’ın var mı” diye soruyorlar birbirlerine. Sosyal medyadan, yeni bir yaşam ve iletişim alanı yaratanlar var. Gerçek hayatını, sosyal medyadaki hayatının paraleli haline getirenler. Karşılarında bu mecraları kullanmayan biri varsa, ona, mağara adamı gözüyle bakabilme hakkına sahip olduklarını düşünenler var.

Günümüzde, insanların algılarında, sosyal medya artık sanal dünya değil, gerçek olan dünya ile eşdeğer. Gerçek dünya renksiz, sıradan, sönük. Onu renklendirmek, parlatmak bizim elimizde. Paylaşmak, bir ‘anlam’ üretmek, mutlu olmak. **Küçük dünyasında büyük ambiyanslar yaratmak.. Değersizlik ve yalnızlık hissinden kurtulmak.**

Günümüz dünyasında sosyal medya kullanımı ile yaygınlaşan ve hızla büyümeye devam eden asıl problem bu: **“Değerli hissedebilmem için sosyal medya.”** NOKTA.

Ya, kendini değerli hissederken, diğerlerine kendini değersiz hissettirenler?!

Yaşadığı bir anı fotoğraflayamayan, instagrama atamayan insanlar kendilerini rahatsız ve eksik hissediyor bugün. Ya da bazı insanlar, instagram’da gittiği oteli, ülkeyi, alışveriş yaptığı mağazayı; yaşadığı her –süper güzel- anı paylaşanları (takipçileri, takip edilenleri) gördükçe kendi hayatlarında bir boşluk, bir eksiklik hissetmekle kalmıyor depresyona giriyorlar. **“Sosyal medya depresyonu”** gibi kavramlar böylece giriyor literatüre. **Ayin karanlık yüzü!** Facebook ve instagram gibi sosyal ağları kullanmanın hayatlarını daha da kötüleştirdiğini, özsaygısını zedelediğini düşünenler, paylaşımları ve orada geçirdikleri sürelerden dolayı suçluluk ve pişmanlık duyanlar, tüm sosyal paylaşım hesaplarını kapatmak istediğini söyleyenler var.

Sosyal medya’nın yanlış kullanıldığında insan psikolojisine verdiği zarara işaret etmek için bu kavrama **“günümüzün vebasası”** diyen psikologlar var. Sosyal medya insan psikolojisini benzeri görülmemiş yollarla etkileyip, beyindeki ödüllendirme merkezlerini, dopamin konantrasyonunu, doğrudan etkileyerek aktive ediyormuş. Dopamin, beyinde zevk ve arzulama duygularını yaratan kimyasalın adı. Dopaminin çekimi o kadar güçlü ki insanların sigara ve alkole karşı direncinin düşme sebeplerinden biri de bu. Bir araştırmaya göre de insanların kendilerini sosyal medyaya kıyasla, bütün ve alkolden uzak tutmaları daha kolay..

Olumsuz etkilerinden kurtulmak için kullanım-

larını sınırlayan, bağımlılığını gözden geçirip bir uzmandan yardım almaya karar verenler, hayatına daha çok üretkenlik katanlar veya işi sosyal medya detoksuna götürenler var. AMATEM’e başvurular da.

Tüm bu anlattıklarımızın dışında sosyal medyayı haber almak, dünya-daki değişimleri takip etmek, bilgi ve araştırma seviyesini arttırmak, karlı alışverişler yapmak için, doğru ve yerinde kullanan akıllı başında insanlar da var. Ki bu insanlar için sosyal medya- bir anlamda- dünyayı ayaklarının altına getiren mecra. Tıbbi, tarihi, ekonomiyi, sanatı, dili, dostluğu, iletişimi, gerçeği ayaklarına getiren bir sihirli halı.

“Kültürlü olmanın ilk koşulu tedbirdir.” diye bir söz vardır.

Yani kültürünü hangi konuda, nasıl, niçin, ne kadar arttıracığını, nasıl kullanacağını bilmenin önemini bilmek anlamına gelir bu söz.

İnternet ve sosyal medya kullanımı için de kültür çok önemlidir. Her şey için önemli olduğu gibi.

Ve tedbir.

Sağlıkla kalın.



Geleceğin yıldızları Yuvamız'da parlıyor

Uzman eğitim kadrosuyla çocuklarınızın zihinsel, fiziksel, sosyal ve duygusal gelişimi için modern bir eğitim hizmeti sunan Yuvamız Kreş yenilikçi bakış açısıyla geleceğin nesillerini yetiştiriyor.



yuvamiz
EĞİTİM KURUMLARI

www.yuvamizegitim.com

[f](#) [t](#) [i](#) /Yuvamizegitim

[☎](#) 0552 352 57 37
Kreş

SOSYAL MEDYANIN HAYATIMIZA EKONOMİYE EĞİTİME OLAN KATKISI

Tülay YILDIRIM

Sosyal medyanın yaşamımızda önemli bir yeri vardır.

Bu yüzden bu konuda bir çok araştırmalar da yapılmaktadır.

Yapılan araştırmalar sosyal medyada insanların zamanları kadar ruh sağlıklıklarını da yitirdikleri üzerinedir.

Kırmızı kısım yerine "Seslerinin daha yüksek çıkmalarını sağlamakta ve bunun sayesinde yardımın ulaşmasını kolaylaştırmaktadır. "Dünya nüfusunun yüzde 40'ı sosyal medya kullanıyor. Günde yaklaşık iki saatimizi sosyal medyada geçiriyoruz.

Olumlu ve toplumsal paylaşımların yayılma etkisi daha fazla oluyor. Bu anlamda toplumsal birliktelik de insanı memnun ve mutlu ediyor.

Herhangi bir yardım kampanyasında insanların sosyal medyada birlik ve beraberlik örneği göstererek mümkün olmayan şeyleri başarması herkesi çok mutlu ettiği bir gerçektir.

Bunun yanında anlık yaşadığımız mutlulukları sosyal medyada bir çok sevdiğimiz kişilerle paylaşmak adına yapılan paylaşımlara yapılan pozitif yorumlar da insanı mutlu ediyor.

Ayrıca sosyal medyanın ekonomi üzerinde de çok büyük etkisi vardır.

Son yıllarda ekonominin her alanında üretimden pazarlamaya kadar sosyal medya etkisi görülmektedir.

Şirketler artık oturdukları yerden ürünlerini deniz aşırı ülkelere pazarlayabiliyorlar.

Bu yüzden e-ihracat çok gelişmiştir.

Toplulun büyük bir kesimi artık marketlerde vakit kaybetmek yerine sosyal medya üzerinden bütün isteklerini karşılamaktadırlar.

Son yıllarda sosyal medya eğitimde de büyük rol oynamaktadır.

Üniversitelerde öğrencilerle akademisyenler arasındaki bağlantı facebook ya da bloglar sayesinde kurulmaktadır.

Sosyal medya ile öğretmen, öğrenci ve veli arasındaki bağlarda kuvvetlendi.

Veli ile öğretmen arasındaki iletişim sağlanarak öğrencilerin eğitim öğretim hayatlarında veli de etkili olmaya başladı.

Öğrencilerin her türlü ödevleri öğretmen ya da arkadaşları ile iletişimi sosyal medya üzerinden yapılmaya başlandı.

Bu da hızlı ve zamandan tasarruf ederek işlerini yoluna koyma biçimi olmuştur.



Birçok servis kazasından sonra son yıllarda çocuklarımız çok daha güvenli bir şekilde yolculuk yapmaktadırlar.

Evden alındığında okula bırakıldığında okuldan alındığında her an sosyal medya sayesinde takip etmekteyiz.

Bizler ihracatla uğraşan kişiler olarak bu çerçevede sosyal medyanın çok büyük etkisini görmüş bulunmaktayız.

Pazarlama ve marka tanıtımlarını sosyal medya ekipleri tarafından yaparak kullanıcılar üzerinde direk etkiler yaratmış bulunmaktayız.

Böylece marka bilinirliğini arttırıp satışlarımızı bu yönde yapmaktayız.

Ayrıca pazarlama maliyetlerini de düşürdüğümüzden bizler sosyal medyanın olumlu yönlerinden kazanımlar sağladığımızı ve her şirketin de bundan faydalanmasını isteriz.

GENÇ ASKON'DA HEDEFLER BÜYÜK

Genç ASKON Konya Şubesi Başkanı Ferhat Bozkurt ve yönetim kurulu üyeleri basın mensupları ile bir araya geldi.



Anadolu Aslanları İşadamları Derneği Gençlik Kurulu (Genç ASKON) Konya Şube Yönetimi, yeni dönem hedeflerini anlatmak üzere basın mensuplarıyla bir araya geldi. ASKON Konya Şubesi'nde düzenlenen basın toplantısına Genç ASKON Konya Şube Başkanı Ferhat Bozkurt, yönetim kurulu ve gazeteciler katıldı.

Toplantıda konuşan Başkan Ferhat Bozkurt, Genç ASKON'un iş dünyasına, sivil toplum kuruluşlarına ve siyasete genç işadamlarını hazırlama vazifesi gören bir okul görevinde olduğunu ifade etti. Bozkurt, "3. dönem olarak bu görevi ve misyonu layıkıyla yerine getirmek için var gücümüzle çalışacağız. Bu hususta belirlediğimiz 2020 yılı içinde yapacağımız projelerimiz var. Genç ASKON olarak Konya ticaretine katkı sağlamak istiyoruz. Konya'nın ortalama yıllık ihracatı 2 milyar dolar. Türkiye ortalamasının üstünde ama yetersiz. Bunu çok yukarıya çekmek istiyoruz. Bunun için de inşallah Teknokent, Innopark ve üniversiteler işbirliğinde burada girişim vadisi kurma projemiz var. Burada katma değer üreten projeleri çok daha yukarıya çekmek için kuluçka merkezi kuracağız. İstanbul'da çok fazla kuluçka merkezi,

teknoloji ofisi, yatırım ofisi var. Bunun 2 tanesini Konya'ya kazandırmak için çalışma yapacağız. ASKON bunlara yatırımcı olacak. ASKON'un 6 bin üyesi var. Buradan inşallah 100 tane proje bekliyoruz. Bunun yanı sıra Türkiye'de savunma sanayine parça üreten birçok firma var. Türkiye'nin otomobil girişim grubu kuruldu. Bunların CEO'larını, başkanlarını Konya'ya davet edeceğiz. Burada tedarikçi modelini uygulayacağız. Konya'da yedek parça üretimine ASKON olarak ciddi destek vereceğiz" dedi.

Genç ASKON olarak kişisel gelişime önem verdiklerini ifade eden Bozkurt, "Türkiye genelinde 40 temsilci ve şubeyle hizmet veriyoruz. Konya şubesi olarak tarih sohbetleri başlattık. Finansal okuryazarlık üzerine de bir program başlattık. Konya'mızı tanıtmak için kültür turları başlatıyoruz. Çatalhöyük ve Mevlana ilk ziyaret yerlerimiz. Rehber eşliğinde Konya'yı baştan aşağı gzeceğiz. Üniversite-sanayi işbirliği ve Genç ASKON'la üniversite işbirliğini artırmak için birçok çalışma var. Geçen hafta genel merkez toplantısına katıldım ve 40 şubeye 10 bin staj sözü aldık. Konya'da okuyan ama farklı şehirlerde ikamet eden öğrencilere yazın

staj imkânı sağlayacağız. Üniversitede uygulamalı ticaret eğitimi vereceğiz. Öğrencilere şirket kuruluşundan muhasebesinin tutulması ve finansının yönetilmesine kadar birçok eğitim vereceğiz. Birçok sosyal sorumluluk projemiz var. 20 köy okuluna kütüphane kurmayı hedefliyoruz. Bu kapsamda Türkiye'de Genç ASKON olarak 800 kütüphane açmayı hedefliyoruz" diye konuştu.

Genç ASKON Konya Şubesi'nin 3'üncü dönem yönetimi şu isimlerden oluşuyor: Başkan Ferhat Bozkurt, Genel Sekreter Murat İnce, Teşkilatlanma Komisyonu Başkanı Raşit Okatan, Dış İlişkiler Komisyonu Başkanı Emre Toker, Dış İlişkiler Komisyonu Başkan Yardımcıları Ethem Şeflek, Murat Altıntaş, Eğitim Komisyonu Başkanı Samet Aslan, Eğitim Komisyonu Başkan Yardımcısı Recep Tayyip Acar, Basın Komisyonu Başkanı Yakup Öz, Mali İşler Komisyonu Başkanı Yasin Oğuztürk, Mali İşler Komisyonu Başkan Yardımcısı Ebubekir Say, Sosyal İşler Komisyonu Başkanı Serdar Çökük, Sosyal İşler Komisyonu Başkan Yardımcısı Murat Tekin.

SOSYAL MEDYA

Elif
DOLAPOĞLU

Sosyal medya; bilgisayar veya akıllı telefon kullanan kişilerin, internet üzerinden oluşturabilecekleri her türlü yazılı , sesli ve görüntülü iletişimi içermektedir. Dünya üzerinde her 5 kişiden 2si internet kullanırken, ülkemizde her 2 kişiden 1 kişi internet kullanmaktadır.

İlk olarak sosyal medya hayatımıza facebook ile girdi. Günümüzde ise facebook yanı sıra twitter, instagram, whatsapp, snapchat, youtube, swarm gibi ağlar da bulunmaktadır.



Sosyal medya çocukları ve gençleri hem olumlu hem olumsuz etkilemektedir. Özellikle gelişim çağındaki çocuklar popüler olma isteği dolayısıyla asosyal bireyler haline gelip sadece sosyal medya üzerinden kendilerini kanıtlama çabasına girebilir. Burada biz ebeveynlere yine iş düşmekte. İnternet kullanımını çocuklarımıza muhakkak sınırlandırmalıyız. Girdikleri siteleri ara ara kontrol etmeliyiz.

- Sosyal medyanın olumsuz yanlarından biri de aynı ortamda oturup eskisi gibi sohbetler muhabbetler olmamasıdır. Aynı masada oturan iki kişinin bile ortamı paylaşmak yerine

akıllı telefon ile meşgul olduğu bir gerçektir.

Sosyal medyayı nerde ne zaman kullanacağımızı bilmek gerekir. Her şeyde olduğu gibi sosyal medyanın fazlası da insan ilişkileri anlamında zararlıdır. İletişim kopukluklarına sebep olabilir.

Benim gördüğüm kadarıyla insanlar sosyal medyayı insanların yüzüne söyleyemedikleri sözleri paylaşarak kim üzerine alınırsa mantığıyla kullanılıyor. Aslında sorunu oldukları kişiyle beraber iletişime geçseler belki beden dilini de kullanacakları için sorunlara bir çözüm üretecekken, sos-

yal medya yoluyla paylaştıkları sitem dolu sözler sorunların büyümesine neden olacaktır . Yazı ile iletişim bir iletişim şekli olsa da sözel ve beden- sel iletişim ile desteklenmesi gerektiği kanaatindeyim.

Sosyal medyanın farklı yerler görme, farklı kültür tanıma , oturduğun yerden güvenilir firmalardan alış- veriş yapma, reklam gibi çok çeşitli güzel yanları da var tabi ki. Sosyal medya doğru ve zamanında kullanılırsa olumlu özellikleri bizlere fayda sağlar. Sosyal medyası da her hizmeti olduğu gibi bilinçli ve duyarlı bir şekilde kullanmaya özen gösterelim.





Karacaoğlu Kuyumculuk'tan yeni bir kampanya!

Sevgililer Gününe özel çok konuşulacak İddialı İndirimler.

Pırlanta ve Elmas ürünlerinde %60 net indirim, Altın, fantasti ve 14 ayar ürünlerde %20 net indirim.

Biz daha iyisini yapıncaya kadar en iyisi bu.



BİLİNÇALTI DENİZİ

Teknoloji akıl almaz bir şekilde ilerliyor.
Gün geçtikçe baş döndürücü bir hal alıyor.



Sevgi
KAYA

“SOSYAL MEDYA” denilen uçsuz bucaksız sanal ağ hayatımızın tam ortasına yerleşti.

Başımızı kaldırıp hayata bakamaz hale geldik. Kimse kimseyle göz göze gelmiyor, yüzlerimiz o küçük küçük telefon ekranlarına gömülmüş durumda.

Gün geçtikçe samimi sohbetler azaldı, bir alo deyip hal hatır sormak azaldı, like lar yüzünden sahte kimlikler ortaya çıktı, insanların bilinçaltı ön plana çıktı, sosyal medya en yakınınızın bile ruhsal durumunu gözler önüne serdi.

na kendi hayatımızdan daha çok ilgileniyoruz. Hepimiz anı yaşamak yerine önce paylaşma derdindeyiz böylelikle de asıl hayatı kaçıyoruz peki bu durum umurumuzda mı?

Yaşanmayan an'lerden oluşmaya başlayan ve devam eden hayatlarımıza bakıyoruz hepimiz belki de kim bilir...

İşin garibi herkes o kıymetli vaktinin sosyal medyada yanlış bir şekilde harcadığının farkında ama buna engel olamıyor. Bir veba gibi, bir virüs gibi etrafımızı hayatımızı sarmış durumda adeta sosyal medya bağımlılığı!

olmasını hayal ettiği o bilinmeyen kimlikle kendini tanıtıyor ne yazık ki. Chat sitelerinde artışların meydana geldiği, kimsenin hiçbir şeyden mutlu olmadığı, hep her şeyin daha fazlasını istediği, insanları bile bir kalemde tanıyıp bir kalemde tükettikleri (engelledikleri) bir mecra sosyal medya. Buradan yola çıkarak genç nesili farkında olmadan yalnızlığa itiyor ve depresyona girmesine neden oluyor.

Bu durumda kişilik bozukluğu, davranış ve düşünce bozukluğu baş gösteriyor.

Sosyal medya da, dedikodu ve çekememezlikte hat safha da! Yüz yüze söylemediğimiz tüm her şeyi sosyal medya üzerinden yazıp bir tıkla asıl kişisine (üzerine alınıyor zaten, o kendini biliyor) rahatlıkla söyleyebiliyoruz.

Nerede ne yaptığımız, ne yediğimiz içtiğimiz, ne satın aldığımız, ne yazıp çizdiğimiz çok yakından takip ediliyor bu sebeple iyi niyetle yazdığınız yazılar, iyi niyetle çektiğiniz videolar ya da fotoğrafları paylaşırken takipçileriniz arasından düşmanlarınızın pusuda yattığını ya da ekranın öteki tarafında kimler kimler olduğunu sakın unutmayın!

Sosyal medya yaşamımıza girdi evet, pekte çıkacak gibi durmuyor. Gelişimden uzak kalmamanız ve sosyal medyayı doğru, aynı zamanda kontrollü kullanmanız dilerim...



Hepimiz gezdiğimiz yerlerin atmosferini koklamak yerine önce paylaşma derdindeyiz, gittiğimiz restaurantta yiyeceğimizin kokusuna-tadına bakmak yerine önce paylaşma derdindeyiz, kırk yılda bir okuduğumuz kitabın ya da yıllarca bitiremediğimiz kitabın bir sayfasını paylaşıyoruz (çok okurmuşuzcasına), takip ettiğimiz kişilerin ne yediğinden tutunda, nereye gittiğine, kimlerle olduğu-

Sosyal medya yalnızlaştırıyor!

Bir başka ayrıntı ise o kadar çok sosyal medya araçlarına üyeyiz ki o kadar çok takipçimiz var ki, birçok arkadaş, birçok like ancak buna rağmen herkes çok **YALNIZ!**

Medeni durumu ne olursa olsun sanal mecralarda herkes **BEKÂR!** Sanal mecrada herkes lüks yaşıyor, kimse kendi kimliği ile tanışmıyor,

KONYA ÖZEL İDEAL KOLEJİ ROBTİK KODLAMA KURSUNU AÇTI

Konya'nın 31 yıllık bir özel okulu olan Özel İdeal Koleji 31 yıllık tecrübesini geçtiğimiz yıl içerisinde Bil VIP Özel Öğretim Kursu ve Yalçın Eğitim Kurumları ile güçlerini birleştirmişlerdi. Şimdi Özel İdeal Koleji nitelikli iş gücünü destekleyen Konya Teknik Üniversitesi Sürekli Eğitim Uygulama ve Araştırma merkezi ile sömestir tatilinde işbirliği yaparak geleceğe ufuklar açan "ROBTİK KODLAMA" kursunu açtılar.

Kursa Özel İdeal Kolejinin İlkokul, Ortaokul, Lise Öğrencilerinin yanı sıra Kolej öğretmenleride katıldı. İdeal Koleji yetkilileri sürekli gelişim ve yaşam boyu öğrenme prensibiyle kurulan ve çeşitli alanlarda eğitim vermeyi hedefleyen Konya Teknik Üniversitesi (KTÜN) Sürekli Eğitim Uygulama ve Araştırma Merkezi (SEM) ile ve ülkemizin diğer köklü üniversiteleri ile de okul olarak daha fazla konuda iş birliği yapmayı planladıklarını dile getirdiler.

Geleceğin dili: Robotik Kodlama Eğitimi için hafta sonu kursları için şimdiden ön kayıtları toplamaya başladıklarını dile getirdiler.



BALIK BURCU

(19 Şubat-20 Mart)



Tülay Yıldırım
Regards

Grubu:

Su

Uğurlu sayısı:

3,9

Uğurlu günü:

Perşembe

Uğurlu renkleri:

Yeşil, mor, leylak

Uğurlu taşı:

Ay taşı, Ametist

Olumlu özellikleri:

Yaratıcı, sabırlı, eli açık, romantik, yardımsever, merhametli, fedakar

Olumsuz özellikleri:

Gerçeklikten uzak, dış etkenlerden etkilenmek ve kendilerine zarar vermek

En sevdiği şeyler:

Yazmak, yürümek, yalnız kalmak

En iyi anlaştığı burçlar:

Kova, Oğlak, Boğa

Anlaşamadığı burçlar:

İkizler, Başak

Uygun meslekler:

Doktorluk, Öğretmenlik,

Müziyen, Yazar

Burcun Ünlüleri:

Recep Tayip Erdoğan,

Albert Einstein, Victor Hugo, Justin

Bieber, Steve Jobs

Güçlü yanları:

Şefkatli, başkalarına karşı ilgili

Gizli tutkuları:

Koşulsuz aşkı bulmak

BALIK BURCU KADINI

Balık burcu kadınları hayal güçleri çok kuvvetli kişilerdir. Yaşamlarında hayal kırıklıkları eksik olmaz. Tecrübe sahibi oldukça olgunlaşırlar. Duyguları sürekli karışıktır bu yüzden kendilerini bazen yanlış ilişkiler içinde bulurlar. Çok şefkatlidirler karşısındakini sürekli şımartırlar. Balık burcu kadını sürekli sorunları olan kişilerle birlikte olurlar. Konuşmayı değil dinlemeyi severler. Sezgileri çok kuvvetli olduğundan ideal eşi gördüklerinde yaşıntılarının merkezine oturturlar. Mantıkla değil duyguyla hareket ederler.

Anneleri hayatlarında çok önemlidir. Ağlamak onlar için doğaldır. Balık burcu kadınının kalbini bir demet çiçek ve üzerine iliştilmiş bir şiirle çok rahat kazanabilirsiniz.

BALIK BURCU ERKEĞİ

Balık burcu erkeğinin en belirgin özelliği hayalperest olmasıdır. Çok nazik ve beyefendidir. Romantik ve empati gücü yüksektir. Cömert sevecen ve sadıktır. Karşılarındaki kişilerin sorunlarını çözmeyi çok severler. Balık burcu erkeği kendi sularında yüzmeyi, yalnız kalmayı çok sever. Sakindirler duygularını derinden yaşarlar belli etmezler. Kendi değer yargılarına göre yaşarlar bu yüzden gizemlidirler.

Güven içinde yaşamayı sevdikleri için hayatlarında her zaman yaslanacak biri olsun isterler. Zaman zaman dengesizdirler bu yüzden sürekli incinirler. Derin konuları konuşmayı severler havadan sudan konuşmayı istemezler. Çok titiz kişilerdir güzel kokmayı çok severler bu yüzden balık burcu erkeğine alabileceğiniz en iyi hediye parfümdür.

BURCUN GENEL ÖZELLİKLERİ

Bu burçta olanlar duygusal yapıları ve şefkatli tavırlarıyla ön plana çıkarlar. Empati yetenekleri çok fazladır. Kendilerinden çok başkalarına önem verirler yardımseverdirler. Bu da onlara manevi olarak haz verir. Estetiğe çok önem verirler evleri, masaları bulundukları ortam göze hitap etmelidir. Balık burcu çalışmaya çok yatkın değildir. Daha çok güzel sanatlar ilgilerini çeker. Bu burçta olanların ayakları çok hassastır. Hastalığa çok fazla açık değiller ama duygusal olarak çöküşe geçtiklerinde her hastalık görülebilir.



KONYA GİAD, ŞEHİR EKONOMİSİNE KATKI SAĞLAYACAK



Konya Genç İş İnsanları Derneği Başkanı Gülvezir Korkmaz, üyeleri için değer oluşturan, özelde Konya, genelde ülkemizin gelişimine katkı sağlayan bir sivil toplum kuruluşu olarak, ekonomik ve sosyal hayattaki sinerjiye katkı sunmak amacıyla yola çıktıklarını söyledi.

Konya Genç İş İnsanları Derneği Başkanı Gülvezir Korkmaz, yönetim kurulu üyeleriyle birlikte habercilerin karşısına geçti, kent yeni sivil toplum kurulu hakkında bilgi verdi.

İlk olarak, toplantıya katılan habercilerin 10 Ocak Çalışan Gazeteciler Gününü kutlayan Başkan Korkmaz, daha sonra kısa adı GİAD olan Konya Genç İş İnsanları Derneğini anlattı.

Korkmaz, “1990’lı yılların başlarında İstanbul, Ankara ve İzmir’de vücut bulan derneğimiz, genç, dinamik, ülkesini seven, vatanına ve milletine sevdalı genç iş insanlarını bir araya getirerek; şehirlerimizin ve ülkemizin ekonomisine katkıda bulunmak, iş hayatında yaşanan sorunların çözümü noktasında aktif rol almak, sosyal, kültürel ve ekonomik faaliyetler gerçekleştirerek birlik ve beraberliğimizi daha da güçlendirmek amacıyla Anadolu’da da bir teşkilatlanma sürecine girmiştir. Genel Başkanlığını Sayın Erkan Gural’ın yaptığı ve kısa adı TUGİK olan Türkiye Genç İş İnsanları Konfederasyonu çatısı altında Konya’da faaliyetlerine başlayan derneğimiz, üyeleri için değer yaratan, güzel şehrimiz ve ülkemizin gelişimine katkı sağlayan bir sivil toplum kuruluşu olmayı temel misyon edinerek, ekonomik ve sosyal hayattaki sinerjiye katkı sunmayı hedeflemektedir. Üyelerimiz arasında etkin iletişim, etkileşim ve iş birliğini artırarak, onların çeşitli ortak hedefler için birlikte hareket etmelerini sağlamak amaçlarımız arasındadır.” dedi.

“ŞEHİRİMİZİN VE ÜLKEMİZİN KALKINMASI İÇİN KONYADA BİR FİLİZİN TOHUMLARINI ATTIK”

“Gençlik hızdır, harekettir ve hareketin getirdiği berekettir. Gençlik hayal kurmanın sınırsız olduğu noktadır. Dolayısıyla biz Genç İş İnsanları olarak öncelikle şehrimizin ve ülkemizin kalkınması için Konya’da bir filizin tohumlarını attık.” diyen Korkmaz, ekonomiye, üretime, kalkınmaya yeni bir soluk olmak için bir araya geldiklerini dile getirdi.

Konya GİAD Başkanı Gülvezir Korkmaz sözlerini şöyle sürdürdü:

“Çok şükür ki yaşadığımız topraklar çok bereketlidir. Ancak bu coğrafya bir o kadar da zorluğu barındırmaktadır. Biz genç iş insanları olarak, enerjimizi ve gençlik tecrübemizi bu zorlukları kolaylıkla aşmak, ülkemizin refah seviyesinin daha da yükselterek hedeflerine ulaşma yolunda enerji olmak arzusundayız. Konya, köklü geçmişinden gelen tarihi ve kültürel değerleri, ekonomik potansiyeli, genç ve dinamik işgücü ile ülkemizin en önemli şehirlerinden birisidir. Bizler Konya GİAD olarak, Konya ekonomisine yön veren firmalarımızın genç kuşaklarının bir araya gelmesi ile köklü bir oluşumun temellerini attık. Çok şükür ki, derneğimiz çok kısa sürede ciddi bir teveccühe mazhar olmuş ve yoğun bir üye kayıt talebi ile karşılaşmıştır. Bu durum bizim sorumluluğumuzu daha da artırmıştır. Bu sebeple öncelikle üyelerimize en iyi şekilde hizmet etmeye, onların taleplerini en iyi şekilde cevaplamaya çalışacağız. Üyelerimizin iş hayatındaki değişikliklerden en kısa zamanda bilgi sahibi olması amacı ile eğitim çalışmaları, konferanslar, seminerler düzenlemeye hız vereceğiz. Tabi ki bunun yanında sosyal faaliyetleri ve sosyal sorumluluklarımızı da ihmal etmeyeceğiz.”

SOSYAL MEDYA

HİÇDE UMURUMDA DEĞİL !...



Uğur Özteke

Değerli okurlarımız
yeni bir yazı konusu
ile yine sizlerle
birlikteyim.
Bu ay ki yayın
konumuz için bana
dediler ki;

-YAZ ÖZTEKE...

Neyi yazayım?

-Sosyal Medya Yaşamımızı
Nasıl Etkiliyor? Mutlu mu?
Mutsuz mu?

Alın size en samimi cevap
"Benim mutluluğum eğer sos-
yal medyaya bağlı ise yandım
demektir."

Evet sadece ben değil sizlerde
farkında olmadan millet ola-
rak kendimize yeni bir oyun-
cak bulduk.

Nedir onun adı

SOSYAL MEDYA

Yine bana darılmayın kızma-
yın, gücenmeyin ancak şöyle
geriye bakıp hiç düşünüyor
musunuz?

Bizim elimize bir oyuncak
veriyorlar biz onlarla oyna-
yıp onlarla mutlu olup ya da
onlarla kafa patlatırken bu
oyuncağı elimize tutuşturan
ülkelerin insanları huzurlular.
Onlar gülebiliyorlar. Onların
açlık nedir, yokluk nedir diye
bir kavramları dahi yok.

Yani bizim gibi gelişmekte
olan ülke insanların kader-
leri, dünyayı yöneten ülkelerin
bizim elimize verdikleri oyun-
cak ile oynamamızdan daha
da kötüsü bizlerin kendimizi o
oyuncaklara kaptırmamızdan
kaynaklanıyor.

Şimdi kimseyi suçlamadan
kendi üzerimden örnekler ve-
reyim. Bu çok kızdığım sosyal
medyayı bende kullanıyo-
rum.

Zaman zaman bazı şeyler de
paylaşıyorum. Sürekli kullan-
dığım ve paylaşımlarım sa-
dece meselğim gereği ekibi-
mizle çalışma arkadaşlarımla
yaptığımız haberler ve haber
sayfaları.

Diğer paylaşımlarım ise hep
hayatta görüp mutlu olduğum
şeyler. Bunları paylaşırken de
son derece titiz davranıyo-
rum. Tıpkı haber yazarken
köşe yazıları yazarken olduğu
gibi.

Niye peki?

Çünkü altına imzama atıyo-
rum. Kendi adımla soyadımı
yazıyorum. Üstelik de fotoğ-
rafımı koyuyorum.

Peki sosyal medyada arena-
sında kaç kişi ya da şöyle so-
ralım yüzde kaçtır doğru ve
gerçek kimliğini ortaya ko-
yan?

Benim tahminim yüzde 10.

Sosyal medya kahramanları-
nın, sosyal medya silahşöh-
lerinin yüzde doksan dokuzu
sehte kimle yazıyorlar, sahte
fotoğraflar koyuyorlar. Yani
salla sallayabildiğin kadar.
Çünkü aslı sen değilsin ki.

Bunu bildiğim ve buna inandı-
ğım içindir ki sosyal medyanın
beni mutsuz etme ihtimali sı-
fırdır.

Nasıl ki yakın tarihte bu gü-
zel ülkenin temiz insanları o
günkü oyuncakları olan tele-
vizyon dizilerine kaptırmışlar
ise bugünde sosyal medyaya
yüreklilerini ve beyinlerini kap-
tırmış durumdalar.

Sorarım size nerede şimdi o
anlı şanlı Kurtlar Vadisi'nin
kahramanları gibi yaşayıp on-
lara özenenler?

Biz gerek yaşıyoruz, gerekse
meselğimiz gereği bu oyun-
cakları o kadar çok gördük
ki. Bu oyuncaklar bizleri ve
insanlarımızı o kadar yanlış
sokaklara caddelerde süre-
kledi ki.

Şimdi hiç kimsenin Allah'ın
izni ile hele hele sosyal medya
denilen iğrenç arena ile beni
mutsuz etme şansı yoktur. Ve
şükürler olsun o iğrenç arena-
ya bu fırsatı vermedim verme-
yeceğim.

Herif olan kendine güvenen
koyar gerçek ismini gerçek
kimliğini ve fotoğrafını yazar.
Hadi görelim o zaman yazsın-
da beni mutsuz etsin. Ya da
mutlu. Hiç farketmez.
Adı üstünde sosyal medya
bana görede sanal medya.





DDK®

İŞ GÜVENLİĞİ



ÇİZME GRUBU
AYAKKABI GRUBU
MEDİKAL TERLİK GRUBU
KAFA KORUYUCULARI
KULAK KORUYUCULARI
GÖZ KORUYUCULARI
SOLUNUM KORUYUCULARI
EL KORUYUCULARI
DÜŞÜŞ TUTUCULARI
AĞIR YAĞ SÖKÜCÜLER
İŞ KİYAFETLERİ
İLK YARDIM MALZEMELERİ
YANGINLA MÜCADELE EKİPMANLARI
TRAFİK İKAZ VE UYARI EKİPMANLARI
İKAZ UYARI BANTLARI VE ETİKETLERİ
İKAZ VE UYARI LEVHALARI

“Önce İş Güvenliği”



Büsan Organize Sanayi Fevzi
Çakmak Mah. 10765 Sk. No:1-A
Karatay/KONYA

T : (+90.332) 346 4 490
F : (+90.332) 346 4 490
E : info@ddkisguvenligi.com
W : www.ddkisguvenligi.com



www.ddkisguvenligi.com



SOSYAL MEDYA YAŞAMIMIZI NASIL ETKİLİYOR? MUTLUMUYUZ YOKSA MUTSUZ MU?

TUĞBA KAYA

SOSYAL MEDYA DANIŞMANI
Özel Üçboyut Özel Eğitim ve
Rehabilitasyon Merkezi Konya

Sosyal hayatımızı dijital ortamlarda yaşamanın, gün geçtikçe çoğalarak bulunduğumuz ortamda insanlarla iletişim kurmamızı ve insanlara olan iletişim yakınlığımızı azalttığı gözle görülüyor. Çağımızın en büyük yardımcısı teknoloji, yine çağımızın en büyük sorunu iletişim problemini doğuruyor. Bugün hemen hemen hiç birimiz bir kafede arkadaşlarımız ile otururken asla “telefonum ile ilgilenmem” diyemiyoruz, bunun sebebini gelişen teknolojinin insan üzerindeki etkisiyle yorumlayabiliriz. Kaldı ki, günümüzde sosyal bir faaliyette bulunabilmemiz için, oynadığımız oyun bile bir mobil uygulama olarak telefonlarımıza, parmaklarımızın ucuna geldi.



Peki sosyal medyanın hayatımıza kattıkları olumlu yönleri neler ?

Kullanıcılarına sınırsız iletişimin kapılarını açan sosyal medya, mesafeleri ortadan kaldırırken, Dünyanın öbür ucunda yaşayan birine saat farkı gözetmeksizin ulaşabilme imkanı sağlıyor. Home office (ev ofisi) çalışan veya freelance (serbest) çalışmak isteyenlere yeni iş alanları yaratıyor. Yine sınırsız iletişimden bahsederken müşteriler, müşterileri oldukları herhangi bir firmaya sosyal medya hesapları üzerinden

kolayca ulaşma imkanına sahipler. İş başvurusu , Şikayet başvurusu yapıp beklemektense, sosyal medya üzerinden problemlerimizi dile getirerek daha hızlı geri dönüşler alabiliyoruz.

Sosyal medya ve sanal ağlar bilinçli ellerle kontrollü olarak kullanıldığı zaman bireylerin hayatlarında amaçlarına ulaşmaları için mükemmel bir araç olabilmektedir. Bireylerin dünyayı ve ülkelerini daha yakından takip edebilmeleri, yaşanan gelişmeler karşısında farklı yönleri

ve görüşleri kavrayarak doğruya en yakın fikri benimsemeleri açısından sosyal medya önemli bir mecraadır.

Market alışverişleri , çiçekçiye gitmeden çiçek siparişi vermek , mak-yaj , kıyafet gibi bir çok alışverişini sadece dakikalar içinde almaya sahip olduğumuz bu teknoloji en güzel şekilde kullanmak bizlerin elinde .



SAĞLIKLI NESİLLER İÇİN

doğal süt keyfi...



www.pusular.eklamavi.com.tr

www.enkasut.com

SOSYAL MEDYA



Psikolog
Sevgi Doğan

Sosyal medya gelişen teknolojinin bir parçası olarak 2004 yılında hayatımızı girmiş ve gün geçtikçe hayatımızda önemli bir yer edinmiştir. Her yıl Ocak ayında yayınlanan We Are Social araştırmasında hangi sosyal medya mecrasını daha çok kullanıyoruz, internette ortalama kaç saatimizi geçiriyoruz, bu saat dilimlerinde nelerle ilgileniyoruz bir rapor halinde sunulur. 2019 Ocak ayında sunulan rapora göre Türkiye'de aktif sosyal medya kullanıcı oranı %63 ile 52 milyon kişidir. Sosyal medya kullanıcılarının %53 ü sosyal medyaya mobil üzerinden erişim sağlamaktadır. Bu da demek oluyor ki sosyal medyaya ulaşmak elimizi cebimize atmak kadar kolay. Peki biz toplum olarak interneti nasıl kullanıyoruz? Verilere göre ortalama olarak 24 saatin 7 saat 15 dakikasını internete harcıyoruz. Bu süre zarfında ortalama 2 saat 46 dakika boyunca sosyal medyada dolaşıyoruz. 3 saat 9 dakika boyunca You Tube haricindeki online TV kanallarını, Netflix vb. platformları kullanıyoruz. Günde 1 saat 15 dakikamızı internetten müzik dinlemeye ayırıyoruz. Hayatımıza dahil ettiğimiz küçük şeyler bile bizi etkilerken, hayatımızda bu kadar yer kaplayan bir durumun etkilememesini düşünmek mümkün değildir. Peki internet kullanımı özellikle de sosyal medya hayatımızı nasıl etkiliyor?

Öncelikle sosyal medyaya ulaşmak için kullandığımız mobil cihazlarımızın yaydığı mavi ışık ekrandaki yazıları okuyabilmemiz için güneş ışığını taklit etmektedir. Bedenimizin bir biyolojik döngüsü vardır; gündüz uyanık ve aktif gece ise dinlenme modundadır. Halbuki bizler gece yatağa yattığımızda son bir kez telefonumuza bakmak istediğimizde telefonda yayılan mavi ışık beynimizi çelişkiye düşürerek melatonin hormonunun salgılanmasını azaltır. Bu durumun sebep olduğu uyku problemi pek çok sağlık problemine de kapı aralar. Çünkü melatonin vücudun tamir mekanizmasında etkin rol oynayan hormonlardan biridir.

Sosyal medyada kendimizi iyi hissettirecek bir şeyler ararız. Ancak burası öyle bir dünya ki önümüze neler çıkacağını tam olarak sınırlandıramayız. Gülümsemek için açtığınız sosyal medyada sizi ağlatacak bir görüntü ile karşılaşabilirsiniz ya da aşırı sinir-

lenebilirsiniz, okuduğunuz bir haberle ilgili endişeye kapılıp korkabilirsiniz, çok güzel bir mekan görüp orada olamadığınız için hayıflanabilirsiniz. Bu işin bir çok yönü var ama kötü yönlerinden bir tanesi yaşadığımız bütün bu duyguları işlemeyen bir diğere geçiyor olmamız. Bir haber görüyoruz kızmamız maximum 1 dk sürüyor çünkü aşağıda neler var onu merak ederek ekranı kaydırmaya devam ediyoruz. Duygudan duyguya atlıyoruz. Beynimiz böyle çalışmaz. Beyin gördüğü şeyi anlamlandırmak, yorumlamak, üzülme ise teselli edilmek ister. Yani önüne bir dosya açıldıysa bunu her açıdan değerlendirerek dosyayı kapatmak ister. Ama biz yarım saat içinde beynimizde onlarca dosya açar ve bunları kapatmadan öylece bırakırız. Sizin açtığınız bu dosyalar beyni sürekli meşgul eder. Odaklanmanızı zorlaştırır, anda kalmanıza engel olur, sebepsiz iç sıkıntıları ve gerginlik yaşamınıza yol açar.

Bedenimizin çok etkili bir stres mekanizması vardır. Bizi üzen, kızdıran, heyecanlandıran hemen her şeyi beynimiz stres olarak algılar. Bedenimiz için stres onu tehlikeye atan dolayısıyla savaşması ya da kaçması gereken bir durumdur. Savaşmak ya da kaçmak için kendisini hazırlar, stres hormonu dediğimiz kortizol ve adrenalin gibi hormonlar salgılatarak bedenin işleyişini o an için kendini korumaya uygun hale getirir. Ancak günümüz stres faktörleri duygusal nitelikli olduğundan savaşmak ya da kaçmak gibi bir efor harcamamıza gerek yoktur. Dolayısıyla bedenin yaptığı hazırlık bir nevi boşa gider. Bu durum ara ara yaşadığında bedenimize bir zarar vermez. Ama çok sık yaşanırsa bağışıklık sistemimizi baskılar, bir çok oto-immün hastalığa sebep olur. Yapılan çalışmalarda sosyal medyanın stresi arttırdığı bulunmuştur. Yani sosyal medya kullanımı hayatımızdaki stres faktörlerini arttırarak daha çok strese maruz kalmamızı sağlar bu da bedenin stres mekanizmasını aktif ederek uzun vadede bedenin işleyişini bozar.

Sosyal medyada paylaşılan fotoğraflar anlaktır. Öncesi ve ya sonrası hakkında bilgi vermez. Bizler sosyal medyada gezerken insanların başkalarına göstermek istedikleri o anlarını görürüz sadece ve hep böyleler

gibi bir algı oluşur. Kıskançlık, imrenme, sahip olduklarımızı beğenmeme gibi duygular yaşarız. Ya da hep böyle mutlular algısı yerine, sözde kendimizi teselli etmek için gördüğümüz fotoğrafa, kim bilir ne dertleri var, hava atıyor gibi değerlendirmeler yaparak şüphecilik, gördüğüne inanmama, başkasının kötü olduğunu düşünerek kendini iyi hissetme gibi hoş olmayan durumlar yaşarız. Yani bir fotoğrafa bakıp ya hep böyle mutlu olduklarını düşünerek kendi halimizi beğenmiyor kıskançlık yaşıyoruz ya da aslında onların mutsuz olduğu ama bunu sakladıkları düşüncesine kapılarak başkalarının mutsuzluğundan mutluluk çıkarmaya çalışıyoruz.

Şimdiye kadar anlattıklarım herkes için geçerli olan düşünce ve duygular mı tabii ki hayır. Olayları yaşama, anlamlandırma, değerlendirme şeklimiz kişilik yapımızla alakalıdır. Birini mutlu eden bir paylaşım birinde kıskançlık duygularını tetikleyebilir. Birisi kıskançlık duygusunu o an geçiştirebilir ama bir başkası bunu eşine ya da ailesine yansıtarak aralarındaki ilişkiyi zedeleyebilir. Birileri sosyal medyadan geçimini sağlarken başka birileri aşırı para harcayarak maddi sıkıntı yaşayabilir. Birileri sağlıklı beslenmekle ilgili sayfalar takip edip hayatına sağlıklı dokunurken bir başkası yanlış bilgilendirmelerin yapıldığı paylaşım ve reklamlarla kendisine zarar verebilir. Birileri okuduğu anne-çocuk ilişkisiyle ilgili bir paylaşımdan bir ders çıkararak çocuğuna güzel bir dönüş yaparken bir diğeri bu paylaşımlar karşısında kendisini yetersiz hissederek daha da öfkelenebilir. O yüzden kendinizi tanımanız çok önemlidir. Kendinizi tanırsanız olayların sizi etkileme şekli değişir, duygularınızı kontrol etmeniz kolaylaşır.

Sosyal medya faydalı mıdır zararlı mıdır diye soracak olursanız derim ki sizce ateş faydalı mıdır zararlı mıdır? Eğer ateşi yemek yapmak, ısınmak için kullanıyorsak faydalıdır; ama bir ormanı, bir evi yakmak için kullanıyorsak o zaman zararlıdır deriz. Ama zararlı ya da faydalı olan ateş değildir, bizim onu nasıl kullandığımızdır. Yani sosyal medyayı ne kadar, ne için ve nasıl kullandığınıza bağlı olarak fayda ve zararı değişir.



final

AKADEMİ

anadolu lisesi

2019-2020 eğitim-öğretim yılında
Meram Yeniyol'dayız

17 Kişilik Sınıflarıyla Konya'nın İlk ve Tek Özel  Lisesi

321 23 23

"hem yaşam hem sınav başarısı için"

SOSYAL MEDYA YAŞAMI NASIL ETKİLER? MUTLU MU, MUTSUZ MU?



Nuran KARACA
ÖNAT

Sosyal medyayı kısaca yazılı, sesli ve görüntülü içeriklerin interaktif ortamda paylaşılmasıyla sağlanan iletişim ortamı olarak tanımlayabiliriz. Burada temel amaç, geleneksel medyada sağlanamayan insanlar arası karşılıklı iletişiminin sosyal medya ile sağlanması olarak karşımıza çıkmaktadır. Zira geleneksel medya tek taraflı iletişim aracı iken sosyal medya ise insanların karşılıklı iletişimini sağlayarak internet ortamında yazışabilmelerine, resim ve videolarını paylaşabilmelerine ve yorum yapabilmelerine imkan tanımaktadır. Bu nedenle teknolojinin ve teknolojik ürünlerin de gelişimiyle birlikte dünyada ve özellikle ülkemizde sosyal medya kullanımının çok hızlı bir şekilde arttığı görülmektedir. Dünyada yaklaşık üç milyar insanın, yani toplam nüfusun yüzde 40'ının sosyal medya kullandığını ve günde ortalama iki saatimizi de sosyal medyada geçirdiğimizi yapılan araştırmalardan görüyoruz. Bu nedenle günümüzde sosyal medyanın yaşamımızda önemli bir yeri olduğunu ve sosyal medyada sürekli bir akışa maruz kaldığımızı söyleyebiliriz. Resimler, videolar, paylaşımlar, haber ve bilgi içerikleri, fenomenler...

Sosyal medya kullanıcıları, sosyal medyanın olumlu etkilerinden yararlanmak, arkadaşları ve meslektaşları ile iletişim halinde kalmak, eğlenceli ve komik paylaşımlar görmek ve kendilerini iyi hissetmek adına sosyal medyayı ziyaret ediyor. Diğer taraftan, sosyal medya kanallarından yapılan paylaşımlara bakıldığında rahatlıkla şunları görebiliyoruz: Herkes mutlu, herkes kusursuz, herkes başarılı... Her şey tamam ve mükemmel. Dünya renkli, ışıltılı ve harikulade. Olunmayı istemekten çok görünmeyi isteyenlerin profilleri böyle olsa da acaba gerçekten böyle mi? Mesela herkes mutlu mu? Sosyal medya

kullanıcıları da gerçekten kendilerini iyi hissedip mutlu olabiliyorlar mı?

Sosyal medyada hayat olduğu gibi değil, olmasını arzu ettiğimiz gibidir. Sana, kurgulanmıştır, gerçeğin tamamı değil, çok az bir kısımdır. Bir an'dır. Son dönemlerde yapılan araştırmalarda sosyal medya kullananların, kendilerini giderek daha mutsuz ve yalnız hissettiklerini ortaya koymaktadır.

İnsanlar sosyal medyadaki etkileşimleri sonucunda, arkadaşlarının tatil, hobi ve eğlenceli etkinliklerle ilgili mutlu paylaşımlarını görünce, kendilerinin bunları gerektiğinde yapamadıkları ve hayatın tadını yeterince çıkaramadıklarını düşünüp kendilerini kötü hissediyorlar. Bir araştırma sonucuna göre; insanların %57'si, davet edildikleri bir partiden arkadaşlarının paylaştığı bir içeriği görünce mutsuz olduklarını; %53'ü de arkadaşlarının mutlu tatil fotoğraflarının kendileri üzerinde olumsuz bir etkisi olduğunu düşünmektedir. Ayrıca %40'lık bir kesim de, geçmişte paylaştıkları mutlu içeriklere bakmanın, eski yaşamlarının şimdikinden daha iyi olduğunu düşünmelerine sebep olduğunu belirtmektedir.

Daha önceki bir takım araştırmalarda ise sosyal medya ile kurulan sıkıntılı ilişkiler gözler önüne serilmiş ve insanların %78'inin sosyal medya kullanımını tamamen bırakmak istediği itirafı ortaya koyulmuştu. Ancak Sosyal medya kullanmaya devam etmek için tek sebebin ise fotoğraflar ve diğer dijital anıların kaybedilmesinin yanı sıra arkadaşlarla irtibatın kopmasından korkmak olduğu görülmektedir.

Yazar Daniel Gulati, bir yazısında facebook'un insanları mutsuz ettiğini belirtmekte ve bu durumu sosyal med-

yada herkesin çok mutlu görünmesiyle ilişkilendirmektedir. Haksız da sayılmaz bana göre. Çünkü insanlar psikolojilerinin gereği olarak bilinçaltında sürekli olarak bir hayat mukayesesi yapmaktadırlar ve yeterince hayatın tadına varamadıkları hissine kapılmaktadırlar. Bu durumda başkalarının mutluluğu bizi mutsuz edebilmektedir. Ayrıca mutsuzluğa sebep olan diğer faktörler arasında geçmişte kalma, gelecek endişesi, kusursuzluk peşinde koşma, özentili ve karşılaştırma yapma sayılabilir. Sanal dünya olarak da adlandırabileceğimiz sosyal medyada sevgi bağları oluşup derinleşmediği için özentili ve karşılaştırma başlar, kıskançlık devreye girer ve bu durumda insanlar mutsuz olurlar.

Sonuç olarak, sosyal medyayı dengersiz sosyalleşme ve her anını paylaşmaktan daha çok iletişim kurma, habere ve bilgiye ulaşım ve bunların paylaşımı ile amaçlarımız doğrultusunda yeteri kadar kullanmak gerekmektedir. Böyle bir kullanımda ise sosyal medyanın mutsuzluğa neden olmayacağı söylenebilir.



DOĞAL KURU TEMİZLEME

 EVİNİZDEN ALIP
EVİNİZE TESLİM EDİYORUZ.



☎ 0537 396 40 80

☎ 0332 247 21 21

📍 Şefikcan Cad. No: 47/B Selçuklu / KONYA

✉ yunusorhan_44@hotmail.com

 **natura dry**
organik kuru temizleme

YETİŞTİRDİĞİMİZ ÇOCUKLAR GERÇEKTEN ÖZGÜVENLİ Mİ? YOKSA İMKANLARINA GÜVENEN Mİ?

Peren Koleji
Pdr. Şerife Gündüz

Hayatta çok sık kullandığımız ancak tam olarak açıklayamadığımız bir kavramdır özgüven. Kimileri bir ortama girip aklına geleni rahatça söyleyebilmeyi özgüven olarak tanımlar. Kimileri lüks kıyafetler, arabalar içinde gezebilmek zanneder. Bazıları ise ortamdaki tavırları ile dik-katleri üzerine çekmek gibi algılar. Oysa bunların hiçbirisi özgüven değildir.

Özgüven anlamını içinde barındıran bir kelimedir. ÖZÜNE GÜVENEN! Bir insanın özüne güvenmesi demek, çevresindekilerin ona sunduğu imkanlara değil, sahip olduklarına değil, kendisine güvenmesidir. İnsan ancak özüne güvendiğinde yetişmiş olur.

Bu hayatta insan isteklerini iki şekilde karşılar. Kendisinden ya da başkalarından .Beklentisi ya iç dünyasındandır yada dış dünyadakilerden.. Anne-babasından, kardeşlerinden, öğretmenlerinden yani kendisi dışındaki herkesten.. Bizler sorumluluğumuzda olan evlatlarımızı yetiştirirken dışarıdan değil kendinden bekleyen olmalarını öğretmemiz gerekir.

Peki ama ..

Gözlerinin içine baktığımız, üzülmesinler, içine kapanık olmasın, özgüvenli ve mutlu olsun diye üzerine titrediğimiz, bir dediklerini iki yapmadığımız çocuklarımıza imkanlarımızı sunmayacaksa ne anlamı var. Her şey onlar için değil mi?

Yaşadığımız problemler yani asıl öykü tam da burada başlıyor. Nasıl oluyor da mutlu olmaları, kendine güvenen güçlü bireyler olmaları için verdiğimiz her imkan sonunda onları mutsuz edebiliyor?

**PEKİ EN KIYMET VERDİKLERİMİZİ
MUTLU ETMEKLE MUTSUZ ETMEK
ARASINDAKİ FARK NEYDİ!!**

Her insan mutlu ve başarılı olmak ister. Bu ihtiyacını dış dünyadan karşılamaya çalışmaksa insanı mutsuz olmaya mahkum eder. İnsan dış dünyadan beledikçe kendisinden beklentisi düşer. Sorumluluklarını üstlenmeyen ve sürekli şikayet eden biri haline gelir. Mutlu olacağı marifetler edinmeye çabalamaz. Başarılı olmak için kendini geliştirmeye uğraşmaz. Kendi hayatının sorumluluğunu üstlenmez.

Unuttuğu ders kitabını annesinin getireceğini bilen çocuk çantasını kontrol etmeye ihtiyaç duymaz. Paraya ihtiyacı olduğunda birilerinden kolayca alabiliyorsa harcamalarını kontrol etmez. Çalışmadığı bir dersten iyi not alabilen bir öğrenci eksiklerini güçlendirmekle ilgili sorumluluk almaz. Yaptığı hata aile üyeleri tarafından çözülün yada üzeri örtülen bir çocuk o hata ile ilgili düşünemez ve hatasını telafi etmekle ilgili çabası olmaz. Özü, pişmanlığı olmaz. Yapması gerekenler bir başkası tarafından yapıldıkça da rahatlık tuzağına düşer. Rahatlık tuzağına düştükçe ,birilerinin bir şeyleri kendi adına halletmesini bekler ve acizleşir. İstedikleri yapılmadığında ise karşındakine karşı tepkisel ve öfkeli olur. Çünkü o güne kadar herkes onun sponsoru olmuş, herkes onun için var olmuştur.

Bırakalım çocuklarımız kendi hayatlarını figüranı değil, baş rolü olsunlar..

Bir anne-baba çocuğundan rol çalıp onun yapması gerekenleri üstlendikçe o çocuk yetişmez. Odası sürekli anne tarafından toplanan çocuk düzenli olmayı öğrenemez. Hak etmediği halde notu yükseltilen öğrenci çalışmasını iyileştirmez. İyi puanı öğretmeninden bekler.



Hayatlarını daha konforlu hale getirmek için iyi niyetle yapılmış her davranışımız sorumluluğumuzdaki insana verdiğimiz en büyük zarardır aslında. Onun marifetlenmesi ve güçlenmesi için alması gereken her sorumluluğu bizler üstlendikçe onu daha güçsüz, her şeyden şikayet eden, tatminsiz ve mutsuz olmaya mecbur bırakıyoruz.

Ve insan dışarıdan bekleyerek öğrenemez ,gelişemez, mutlu olamaz ve dahası yetişemez. İnsan yalnızca kendinden bekleyen birey olabilirse güçlenir. Dolayısıyla mesele problemlerin çözülmesi değil. Mesele yaşına, gücüne uygun sorumluluklar vererek problemi çözebilen olmayı öğretebilmektir.

ONUN HAYATINDA ONA YER AÇMAK.. BUNUN DA TEK YOLU ÇOCUKLARIMIZA SORUMLULUKLARINI YERİNE GETİRMELERİ İÇİN FIRSAT VERMEK...

TÜRKİYE'NİN TÜBİTAK DESTEKLİ İLK

Bilim Merkezi

Pazartesi Hariç Hafta İçi: 09.00 - 17.00

Hafta Sonu: 10.00 - 18.00



**BENİM
ŞEHİRİM**




**KONYA
BİLİM MERKEZİ**
SCIENCE CENTER

www.kbm.org.tr | 0332 221 66 96 | #BenimŞehirim

SOSYAL MEDYA YAŞAMIMIZI NASIL ETKİLİYOR? MUTLUMU, MUTSUZMU?

Op. Dr.
Şenay Uysal Sürücü

Sosyal medya kullanımıyla daha mı mutlu daha mı mutsuzuz,bu cevabı gerçekten zor bir soru

Günümüzde sosyal medyayı 7 den 70 e hepimiz kullanmaya başladık,hatta boş vakitlerimizin çoğunu sosyal medyada geçirir olduk.Tabi iyi yönleri de var ,kötü yönleri de.Sanırım işin özü sosyal medyayı ne amaçla kullandığımız.

Paylaşımlar yaparken amacınız, güzel manzaralar paylaşmak ,mutluluğunuzu paylaşmak ,sosyal sorumluluk duyulması gereken konularda birlik sağlamak,haksızlıklara ve yanlışlara sessiz kalmamak,yardıma ihtiyacı olan birilerinin sesini duyurmaksa ,halkı çeşitli konularda bilinçlendirmekse bu kullanım şeklinin çok da faydalı olduğunu düşünüyorum.

Ancak gezdiğiniz yerleri ,yediklerini ,içtiklerini ,maddi anlamı yüksek içerikli olan sahip olduklarını paylaşmaktaki amaç bazen o kadar da masum olmuyor ,maksat gösteriş yapmaktan öteye geçmiyor maalesef.

Böyle paylaşımlar ,bunlara ulaşamayacak insanları mutsuz ettiği gibi aile içi huzuru da azaltıyor.

Günlük ihtiyaçlarımızı ,mutluluklarımızı ,üzüntülerimizi dile getirip sohbet edeceğimiz sınırlı sürelerde konumuz başkalarının sahip oldukları şeyler oluyor.

Aslında çoğu zaman paylaşımların tümüyle gerçeği yansıttığına inanmıyorum ,çünkü insanlar en mutlu ,en güzel anlarını paylaşmayı tercih ediyor .Bir de bu paylaşım çılgınlığı ,gerçekten mutlu olduğunuz bir anı paylaşım yapma kaygısıyla bölebiliyor ,mutluluk anınızı unutuyor fotoğraf çekmeye yoğunlaşıyorsunuz .

O kadar aktif ki sosyal medya bazen çoğu yakınımızın hayatındaki önemli gelişmeleri burdan öğreniyoruz .Haberler ,sağlık ,siyaset ,özel günler hepsi sosyal medyada var ,yani hayatı buradan takip ediyoruz .Bilinçleniyoruz ,yeni şeyler öğreniyoruz ,bunlar mutlu edici yönleri elbette.

Hayatta çoğu şeyde olduğu gibi bu konuda da herşeyin fazlası zarar diye düşünüyorum,sosyal medya kullanımının ,maksadına uygun ve doğru kullanıldığında mutlu olacağımız çok yönü olduğu kesin.Ancak unutmamalıyız ki hislerimizi ,mutluluklarımızı sevdiklerimizle beraberce geçirilen zamanlarda paylaşmak en değerlisi.





Saf Mangal

Çorba, Ciğer, ızgara, Yemek

Aynı Saf'tayız...!

Büyük Sinan Mahallesi Ankara Caddesi Samancılar Plaza 130/B Karatay/Konya



0332 350 40 30



/safmangal



@safmangal

GERÇEKLIĞİN SANAL DÜŞÜŞÜ



Danyal SÜZGÜN
Özel Konya Şehir Koleji Genel Müdürü

Zamanımızın ge-
reği olarak sürekli
gelişen her alanda
ve her anlamda
insanlığın hayatını
etkileyen tekno-
lojinin değişken
kollarından biri
olan sosyal medya,
hem en kullanışlı
hem de en tehlikeli
bilgi aracı olma yo-
lundaki ilerleyişine
devam ediyor.
Özünde iletişimi ve
etkileşimi geliştirmek için ortaya
çıkan ve hızla eski-
nin dokusuna yeni
eklemeler yaparak
bilinmez bir yere
doğru evrilen bu
sanal hayat için ger-
çek bedeller ödüyo-
ruz. Ödediğimiz en
kıymetli bedel ise
zaman. Doğru kul-
lanılmayan sosyal
medya zamanımı-
zın en büyük hırsızı
oluyor. Hâl böyle
olunca insanlar
sosyal medyayı
değil sosyal medya
insanları kullanıyor.
Bundan dolayı ge-
leceğimizin kuru-
cusu gençliğimizi,
gerçekliğin sanal
düşüşüne sebep
olmadan bilinçli bir
şekilde yetiştirip
onların bağımlı-
lıklar yüzünden
hayatla olan bağ-
larını koparmala-
rına engel olmak
durumundayız.

Tüm bu gerçekliğin ışığında,
elbette ki gençlerimizin, dün-
yada olup biteni görmek, kendi
gibi beğenileri ve hobileri olan
insanlarla karşılaşmak, arka-
daşlarıyla daha çabuk iletişim
kurmak, kendini ifade etmek,
dersler/ödevler hakkında bilgi
sahibi olmak, iş olanaklarına
erişmek, bilgiye kolay ulaşmak
gibi imkânları ve yararları olan
sosyal medyayı kullanmaları
gayet olumlu fakat bu yarar-
ların yanı sıra sosyal medya-
nın mahremiyet duygusunun
gelişmesine engel olduğu, özel
hayatı ve aile hayatını olumsuz
etkilediği, kimlik oluşumuna
zarar verdiği, kıskançlığı-öz-
zentiliği-kıyaslamayı artırdığı,
popüler olma isteğini yükselttiği,
kişileri yalnızlaştırdığı gibi
olumsuz taraflarının olduğu da
unutulmamalıdır.

Çağımızın en büyük yardımcısı
teknoloji, yine çağımızın en
büyük sorunu iletişim prob-
lemine doğuruyor. Dolayısıyla
gelişim çağındaki insanlar,
sohbet etme kültürünü terk
edip parmaklarının ucundaki
yalnızlığa koşuyorlar. Böylece
konuşamayan ama yazan kit-
leler çoğalıyor. Emegi, mücade-
leyi, fedakârlığı ve çalışkanlığı
vurgulayan hayatlar, kitaplar,
dizeler... Paylaşıyor ama ör-
nek alınmıyor. Herkes mutlu,
herkes her şeye sahip herkes
her şeyi biliyor... Fakat hepimiz
böyle olmadığına acı bir şekilde
vâkıfız. Yani ben kimim, yara-
tılış gayem nedir? Gibi temel
sorulara yanıt sunmayan, doğ-
ruluğu-yanlılığı sorgulanma-
yan üstelik gösterilen her şeyin

gerçekliğine inanılan sosyal
dünya, sınırlı kullanılmazsa git-
gide sınırsız bir boşluğun bü-
yümesine sebep olacaktır.

Teknolojinin insanlığı en üst
bilis noktasına taşıdığı gerçe-
ğini kabul ediyor fakat bunun
yanında sosyal medya kulla-
nıcılarını tembelleştirdiğini de
özellikle vurgulamak istiyorum.
Tarihe baktığımızda; Avrupa-
lılara İlham Veren Farabi'yi,
Çağları Aşan Deha Biruni'yi,
Astronomi Bilgini Ali Kuşçu'yu,
Mekanik Bilimlerin Kurucusu
El-Cezeri'yi, Matematiğin Hâ-
kimi Cahit Arf'i, Astrofizikçi
Feryal Özel'i, Kimyager Oktay
Sinanoğlu'nu, 'Güneşi Soğut-
tan Adam' Ahmet Lokurlu'yu,
Nobel Ödüllü Bilim Adamı Aziz
Sancar'ı ve daha nice eski-yeni
bilim insanını görürüz. Çünkü
bu insanlar, sosyal medyanın
sağladığı hazır bilgiyle değil
azimleriyle, emekleriyle, me-
raklarıyla gece gündüz çalışa-
rak unutulmaz başarılar elde
ettiler. Yani "Hayatı yaşamak
için, yaşamak gerekir." diyerek
zamanı, zamanında değerlen-
dirdiler. Şüphesiz sosyal med-
ya sayesinde başarılı olanlarda
vardır. Ama sayısı ne kadar!!!

Sosyal Medya hayatımıza gir-
dikten sonra yaşam tarzımız,
hayata bakışımız, bilgiye ula-
şımımız ve iş hayatımız fark-
lılaşmış olabilir fakat "Azı ka-
rar, çoğu zarar." atasözünün
gerçek hayatta olduğu gibi
sosyal medya kullanımında da
yol gösterici olacağını düşünüy-
yorum. Bu alanı kullanmakla
birlikte; kitap okumaya, hobi-

ler edinmeye, gezmeye, yeni
yerler ve insanlar keşfetmeye,
araştırmaya, tefekküre, yeni
aktivitelere, doğaya, sohbe-
te, yürüyüşe ve daha pek çok
ruhu yenileyecek alana da va-
kit ayırmalıyız ki yaşadığımız
hayattan keyif alabilelim. An,
ansızın bitmeden bütün öm-
rümüzü sosyal olmayan sosyal
medyada tüketmeyelim.

Gülüşlerimizi güzel-
leştiren küçük mutlulukları,
anları sanal üzünlüklere terk
etmeyerek yaşayacağımız va-
kitler, maddi ve manevi kazan-
cımızı artıracak, bizlere yeni
dünyaların kapılarını aralaya-
caktır. Ya bizlere bahsedilen
özgürlüğümüzü özgürce kulla-
nacağız ya da tutsak olduğum-
uz bir dünyada özgürmüşüz
gibi yaşamaya devam edece-
ğiz. Buna karar vermeden önce
sosyal medyada "Yaşadığımızı
mı gösteriyoruz, gösterdiğimizi
mi yaşıyoruz?" sorusuna cevap
vermemiz yeterli olacaktır.

Umarım cevaplaya-
cağımız sorular, yeni başlan-
gıçlar yapmamıza vesile olur.
İyi olanı alıp kötü olanı bırakıp
doğruyu eğriden ayıran bir öl-
çüyle hareket ettiğimiz sürece
sosyal medyayı yararlı kullanır
ve mutlu oluruz. Fakat hare-
ket eksenimiz değişirse sonu
olmayan bir tartışma sürüp gi-
der:

Sosyal medya; "Yarar mı sağlı-
yor, zarar mı veriyor? Mutlu mu
ediyor, mutsuz mu ediyor?"

KONYA'DA 50 YAŞINDAKİ GÖRME ENGELLİ EĞİTİM AŞKIYLA ÖRNEK OLUYOR

Konya'da, maddi imkansızlıklar yüzünden 40 yaşından sonra üniversite bitiren şimdi de hukuk fakültesinde master yapan 50 yaşındaki Aşır Özcan, mücadelesi ve eğitim aşkıyla gençlere örnek oluyor.

Doğuştan yüzde 90 görme engelli Özcan, ailesinin maddi durumunun iyi olmaması nedeniyle ortaokuldan sonra çalışmak zorunda kaldı.

Küçük bir bakkal dükkanıyla ticaret hayatına atılan, liseyi açık öğretimden tamamlayan Özcan, 20 yıl esnaf-lık yaptıktan sonra, üniversite kazanan oğluna özenip girdiği üniversite sınavlarını kazandı.

Önce adalet yüksekokulunu bitiren ancak bununla yetinmeyen Özcan, iktisat fakültesi maliye bölümünde lisansını tamamladıktan sonra şimdi de Selçuk Üniversitesi Hukuk Fakültesinde Kamu Hukuku dalında yüksek lisans yapmaya başladı.

Özcan, yaptığı açıklamada, yaşama, hiçbir engel tanımayarak tutunduğunu, eğitimin yaş ve engel tanımadığını söyledi.

En büyük çocukluk hayalinin üniversite bitirmek olduğunu vurgulayan Özcan, "Büyük oğlum üniversiteye benden önce başladı. Ben de heveslendim sonra başladım. Küçük oğlum da benden sonra başladı. Benim içimde çocukluktan gelen böyle bir heves vardı. Ailemin maddi imkansızlıkları nedeniyle okuyamadım. Ancak 40 yaşında fırsat bulabildim." dedi.

Eğitim hayatının insanı genç tuttuğunu belirten Özcan, şöyle devam etti: "Sınavlara hazırlık sürecimde internette bulunan, görme engellilere yönelik materyalleri kullandım.

Biraz zorlanıyoruz ama yine de temin etmeye çalışıyoruz. Telefonum, bilgisayarım ve sesli materyallerle ders çalışıyorum. Şu anda kamu hukukunda yüksek lisans yapıyorum. Anayasa'da engelli hakları üzerine bir proje yazacağım inşallah. Yüksek lisans yaptıktan sonra da siyasete atılmak istiyorum. Engellilere verilmiş birçok yasal hak var ama uygulamaya geçmiyor. Bu uygulamaya geçmemiş haklarımızın hayata geçirilmesine katkıda bulunmak istiyorum."

"Her Türk vatandaşının üniversite bitirmesini istiyorum"

Sınıf arkadaşlarına ve hocalarına kendisine verdikleri destekten ötürü teşekkür eden Özcan, gençlerin ellerindeki imkanları doğru değerlendirmeleri gerektiğini söyledi.

Özcan, "Gençler okusun. Tekrar okusunlar, bir daha okusunlar. Okumak çok güzel bir şey. Cümlelere sığdıramıyorum ama her Türk vatandaşının üniversite bitirmesini istiyorum. Eğitim seviyemizin kaliteli bir şekilde yükselmesini istiyorum. Gençlerimizin Avrupa standartlarında eğitim alarak ülkemizi muassır medeniyetler seviyesine yükseltmelerini canı gönülden istiyorum." dedi.

Görmeyenleri Koruma Derneği Konya Şubesi Danışma Kurulu başkanlığı görevini de yürüten Özcan, boş zamanlarında şiir okuyarak motive olduğunu dile getirdi.

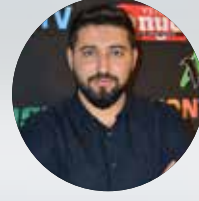
Edebiyata ilgisinin çevresindekiler tarafından takdir edildiğine işaret eden Özcan, "Şiir okumayı çok seviyorum ve ruhuma iyi geldiğini hissediyorum." ifadelerini kullandı.



YAPAY ZEKÂ İNSANLIĞIN SONUNU MU GETİRECEK?

BİLİM KURGU FİMLERİ GERÇEK Mİ OLUYOR?

ÜLKELERİN 'MİLLİ YAPAY ZEKÂ' STRATEJİLERİ NELER?



Kemal SAYIN
Gazeteci Yazar

Yapay Zekâ: İnsana özgü hareketlerin ve davranışların, yazılımlar ve de algoritmalar tarafından taklit edilmesi. 2020 yılı, 2019 yılı gibi yapay zekâ-yı çokça tartışacağımız, birçok yeni örneğini göreceğimiz bir yıl olacağı benziyor. Yapay zekâ, son yıllarda baş döndürücü bir hızla gelişirken, kamuoyu 'endişeliler' ve 'umutlular' olarak ikiye ayrılıyor. Yapay zekâ, gündelik hayatımızın pek çok alanına sirayet etmiş durumda. Yapay zekâ denilince pek çok insanın gözünde filmlerden de aşına olduğumuz robotlar canlanıyor. Terminatör, Avatar, Star Wars, Yenilmezler, vb. birçok filmde güçsüz insanoğluna karşı yapay zekâyla yönetilen düşmanlar karşı karşıya getirilmiş ya da insan neslini sona erdirmeyi amaçlayan deha (yapay zekâ), süper kahramanlarla savaştırılmıştır. Aslında tüm bunlar şeytani (küresel) aklın kirliliğini topluma önce filmler üzerinden adapte etme projesidir. Kısacası yeni teknolojilere insanlığın alışması için önce filmler devreye sokuluyor. Daha sonra filmlerdeki gelişmelerin imkânsız olmayacağı yapılan bilimsel çalışmalarla destekleniyor

Yani yapay zekânın hafife alınmayacak bir güç olduğu vurgulanıyor.

Günümüz dünyasında makineler yavaş ama emin şekilde insanlardan daha akıllı hale geliyor, insanların en iyi oldukları uğraşlar ise gün geçtikçe azalıyor. Uzmanlar, yapay zekânın bize nasıl bir gelecek sunacağıyla ilgili farklı görüşlere sahip. Ünlü Fizikçi Stephen Hawking, "yapay zekâ insanlığın sonunu getirebilir." derken, Elon Musk, Yapay Zekâ'nın Kuzey Kore'den çok daha büyük bir tehdit olduğunu, 3. Dünya Savaşının en muhtemel tetikleyicisi olabileceğini savundu. Google yöneticisi Ray Kurzweil, "2054 yılında insan zihni bilgisayarlara aktarılacak

anılar ve bilinç korunacaktır" açıklamasında bulundu. Amerika merkezli danışmanlık şirketi McKinsey, robotların 2030 yılına kadar 400 ila 800 milyon arasında kişiyi işsiz bırakacağını öne sürdü. Yapay zekâ, ülkeler arasında da ciddi bir rekabet alanı oluşturdu. ABD ve Çin, bu alana en çok yatırım yapan ülkelerin başında geliyor

Çin, 2030 yılına kadar dünyanın en büyük yapay zekâ gücü olmayı hedeflediğini duyurdu.

Çin başkent Pekin'de bulunan Haidian Park'ta kurulan yapay zekâ parkında sürücüsüz servis araçları, insan verisini kaydedebilen akıllı lambalar ve insanlara cevap verebilecek akıllı hoparlörlerle donatıldı.

Çin, dünyanın ilk yapay zekâyı sahip robot spikerini ekran karşısına çıkarttı.

Putin: "Yapay Zekâ sadece Rusya değil bütün insanlığın geleceği... Dev imkânlar getirdiği gibi öngörmesi zor tehditler de yaratıyor. Bu alanda liderliği alan, dünyayı da yönetecektir" dedi. Bunun yanı sıra, Kanada başta olmak üzere çok sayıda ülke "milli yapay zekâ stratejileri" açıkladı. Suudi Arabistan, bir robota vatandaşlık veren ilk ülke olarak tarihe geçti! Birleşik Arap Emirlikleri dünyada ilk kez yapay zekâ bakanlığını kurdu. Dubai'de emniyet yetkilileri, kentte görev yapacak ilk robot polisleri kamuoyuna tanıttı. Hükümet, 2030'a kadar polis gücünün yüzde 25'ini robotlaştırmayı planlıyor. İngiliz bilim adamları yapay zekâ teknolojisi ile 'robot yargıç' geliştirdi. Yapay zekânın son ürünü, Avrupa İnsan Hakları Mahkemesi'nde görülen davalardan yüzde 79'unun hükmünü doğru tahmin etti. Yine İngiltere'de 'Robot Avukat' göçmenlere hukuki destek

vermek amacıyla kullanılmaya başlandı. BM, yapay zekâyı ilgili gelişmeleri ve oluşturacağı tehditleri incelemek için Hollanda'nın Lahey kentinde bir merkez kurdu. Dünyanın önde gelen 100 robot uzmanı, Birleşmiş Milletlere bir mektup yazarak öldürme yeteneği olan robotların geliştirilmesinin ve kullanılmasının yasaklanmasını talep etti ve bu robotların yeni bir silahlanma yarışı çıkarabileceği konusunda uyardı.

Uzmanlar, Türkiye'de endüstride, kamuda ve girişimcilik alanında yapay zekâ konusunda önemli bir farkındalık olduğunu belirtiyor.

Ancak, bir 'yapay zekâ Stratejisi'nin gerekliliğinin de altı çiziliyor.

Şu anda görülen ya da gelecekte görülebileceğimiz yapay zekâlar tehlikeli olabilir.

Ülke olarak muhtemel riskleri sezmek ve ileriye dönük adımlar atmak için daha fazla çalışmamız gerekiyor.

Bu risklere karşı yedekli ve aşamalı önlemler geliştirmek için elimizden geleni yapmamız gerekiyor.

Aksi takdirde Yeni Dünya (Dijital) Düzenindeki yerimizi alamaz ve gelişmeleri yakinen takip etmezsek. Tüm alanlarda (ekonomik, eğitim, kültürel, sosyal) ciddi kayıplar vermemiz kaçınılmaz olacaktır.

SKOLYOZ NEDİR?

Sağlıklı bir omurgaya arkadan bakıldığında düz bir hat şeklinde uzanır. Skolyoz omurganın boyun, sırt ve bel bölgesinde görülen yana doğru eğriliğidir. SRS (Skolyoz Araştırma Derneği)' e göre 10° den büyük eğrilikler skolyoz olarak isimlendirilir. Skolyoz bir veya birkaç bölgede görülebilir. Tek, çift veya üçlü eğrilikler gelişebilir.

Dr. Ahmet Özcan Kızılkaya
Schroth Fizyoterapist Eyşan Vera Turcan
 Özel Akademi Meram Hastanesi
 Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon



Skolyozun Görülme Sıklığı

Ülkemizde yapılan araştırmalarda %1,5 oranında skolyoz saptanmıştır.

Skolyoz 0-3 yaş aralığında daha çok erkeklerde, 4-9 yaş aralığında erkeklerde ve kızlar eşit oranda, 9 yaşından sonra kız çocuklarında erkek çocuklarından daha sık görülür. Çünkü kızlar daha erken ve daha hızlı bir büyüme gösterirler. Ayrıca erkek çocuklarına göre daha zayıf bir kemik yapısına sahiptirler.

Skolyozun Nedenleri

Genetik yatkınlık: Ailesinde skolyoz hastası olanlar skolyoza daha yatkındırlar.

Kas ve sinir hastalıkları: Omurgayı saran kaslarda kuvvet dengesizliği olduğu için skolyoza sebep olabilir. Doğuştan gelen omurga ve yumuşak doku anomalileri

Omurgada oluşan asimetrik yüklenmeler

Bunlarla birlikte skolyozlu hastaların yaklaşık %80' inin sebebi bilinmemektedir.

Skolyozun Belirtileri

Omuz seviyelerindeki eşitsizlik, bir kürek kemiğinin daha belirgin olması, kalça seviyelerinin eşitsizliği, bir bacağın daha uzun görünmesi, sırtın yana doğru eğik durması, bel kıvrımlarının asimetrisi, giysilerin vücuda tam oturmaması, boynun bir tarafa eğik durması, öne

doğru eğilince sırtın bir tarafındaki kamburıntı, göğüs kafesinin asimetrik duruşu, nadiren de olsa sırtta oluşan ağrılar.

Skolyoz tanısı röntgen filmi ile konur. Cobb denilen özel bir yöntemle skolyozun derecesi ölçülür. 25 dereceye kadar olan eğrilikler yalnızca egzersizle tedavi edilir. 25 ile 45 derece arası eğriliklerde egzersiz ve korse tedavisi uygulanır. 45 derece ve daha büyük eğrilikler ameliyat gerektirir.

Skolyozda Ağrı

Skolyozun ileri döneminde deformitenin artması ve çevre dokuların etkilenmesi, kas zayıflığı ve yorgunluğa bağlı gelişebilir. Skolyozun erken döneminde ağrı çok sık görülen bir bulgu değildir.

Skolyozun Tedavisi

Skolyoz için üç boyutlu bir tedavi yöntemi olan Schroth tedavisi, 1921 yılında Almanya' da geliştirilmiştir. Bu yöntemde amaç; eğriliği düzeltmek, vücut farkındalığını arttırmak, günlük yaşam aktivitelerinde duruşu düzeltmek ve skolyozun ilerlemesini durdurmaktır.

Schroth üç boyutlu skolyoz tedavisi; düzeltici omuz ve kalça hareketlerini, elongasyon dediğimiz uzatma hareketini, düzeltici solunumu, duruşu düzeltmeyi ve günlük yaşam aktivitelerini düzenlemeyi içerir.

Schroth yöntemi skolyoz tedavisinde dünya çapında kanıtlanmış en etkili yöntemdir.

Schroth üç boyutlu skolyoz tedavisi bu konuda eğitim alan fizyoterapist tarafından uygulanmalıdır.

Schroth prensibine göre skolyozlu hastalar kapsamlı bir değerlendirmeye alınır. Eğriliklerinin çeşidine göre terapistin uyguladığı omurgayı hareketlendirici egzersizler ve düzeltici hareketler ile tedavi programlanır. Bu yöntem hastanın egzersizlerini gün içinde düzenli olarak uygulamasını gerektirir.

Tedaviye dahil edilen hastaların çoğunda 2-3 haftalık bir programda dahi duruşlarında anlamlı farklar elde edilir. Bu fark hastaları egzersizlerini sürdürmeleri konusunda motive eder.

Hastanın tedavi programına egzersiz tedavisi ile birlikte korse tedavisi dahil edilmesi gerekirse en kısa zamanda protez ortez teknikerine yönlendirilmelidir.

Çevrenize dikkatli bakın. Eğri oturan çocuklar, ders çalışırken masaya gömülerek çalışan öğrenciler, kıyafetlerinin üzerine oturmadığından yakınlardan, arka ceplerindeki cüzdanla oturan erkekler ve daha niceleri skolyoz için risk altındadır. Çevrenizde bu tarz kişiler varsa en kısa zamanda bir fizik tedavi hekimine muayene olunmalı ve gerekli görülürse Schroth terapistine yönlendirilmelidir.

SOSYAL MEDYA YAŞAMIMIZI NASIL ETKİLİYOR? MUTLU MU MUTSUZ MU?



PSİKOLOJİK DANIŞMAN
DAMLA ERSÖZ

Özel Üçboyut Özel Eğitim ve
Rehabilitasyon Merkezi

Gelişen teknoloji ile son yıllarda internet kullanımı oldukça artmış ve yaygınlaşmıştır. Neredeyse internetsiz geçen bir günümüz dahi kalmamıştır. Hem yetişkinleri hem de çocukları teknoloji bağımlısı haline getiren internetin en sık ziyaret edilen siteleri ise sosyal medya siteleridir. Yapılan araştırmalar sonucu sosyal medyanın hayatımızda ki yeri oldukça büyük ve hayatımızı önemli ölçüde etkilediği saptanmıştır. Milyonlarca aktif kullanıcısı bulunan sosyal medyanın, hayatımıza olumlu ve olumsuz birçok etkisi vardır.

Öncelikle kısaca olumlu etkilerinden bahsedelim. Sosyal medya sürekli güncel ve dinamik. Bu sayede bilgiye daha kolay ulaşma, sürekli olarak öğrenme, sorgulama ve merak duyma, planlama ve problem çözme süreçlerini hızlandırır. Geleneksel medya araçlarına göre düşük maliyetli reklam olanağı sunduğu için kurum ve şirketlerin, küçük işletmelerin, genç girişimcilerin reklamlarını bir tık ile saniyeler içinde milyonlarca kişiye ulaştırır. Bu sayede sınırsız iletişim sağlayan sosyal medya mesafeleri ortadan kaldırır.

Sosyal medyanın hayatımıza olumlu etkileri olduğu gibi yanlış ve bilinçsiz kullanımı sonucu oluşabilecek

olumsuz etkileri de vardır. Örneğin; gerçek hayatların yerini sanal hayatların alması... Yüz yüze görüşmenin önemini yitirdiği bu günlerde sosyal medya insanları gerçek hayatta yalnız bırakmıştır. Araştırmalar sonucuna göre; sosyal medyanın aşırı kullanımı söz konusu olduğunda, ilişki sorunları, eğitimde akademik başarısızlık, yalnızlık, stres, depresyon, endişe, uykusuzluk gibi birçok alanda kişilik özelliklerine bağlı olarak olumsuz etkilerinin olduğu saptanmıştır.

Sosyal medyanın hayatımıza olumlu ve olumsuz yanlarının incelenmesinin ardından unutulmamalıdır ki; Bence bu sosyal platformlardan fayda ve ya za-

rar görmek ya da mutlu ve ya mutsuz olmak bizim elimizdedir. Bilinçli ve doğru kullanıldığında vizyonumuz ve yaptığımız işi geliştirmeye yardımcı olduğundan dolayı mutlu, sahte bir yaşamın, bir anlık mutluluk görüntüsünün insanların tüm hayatlarına yayılan bir mutluluk olduğu şeklinde yanlış bir algının zihnimize yerleşmesinden yani sürekli harika haberlere maruz kaldığımızdan kendi hayatımızı sıkıcı, sıradan olarak değerlendirebileceğimizden dolayı da mutsuz hissetmemize yol açar. Birçok konuda olduğu gibi sosyal medya kullanımında da bilinçli ve kontrollü olmamızda fayda var.



SOSYAL MEDYANIN GÜCÜ



Yunus DEREBAĞ
İş Adanı

Sosyal medyanın günümüzdeki önemi ve değeri nedir konusuyla ilgili olarak sizlere 24 yıllık tecrübelerimle bilgi vereceğim. Bizler uzun süredir pazarlama sektöründe hizmet vermekteyiz. Seneler geçtikçe her şeyde değişim gerçekleştiği gibi bizim sektörümüzde de pazarlamanın teknikleri değişmeye başladı. Bizler de bu değişime ayak uyduramayanların geride kalacağını görerek yeni nesil pazarlama taktikleriyle ilgili çalışmalar yapmaya başladık.

Eskiden pazarlamayı birebir ziyaretler ile gerçekleştiriyorduk. Bu halen devam ediyor, çünkü dünyanın her yerinde duygusallık vardır. Ama reklam konusuyla alakalı değişimler oldu. Eskiden tabelalar, gazeteler, dergiler, tv, fuarlar vb. üzerinden reklam yapıyorduk. Bunların haricinde ise işlerinin olumlu yönde ilerlemesi için bazı bilinen altın kuralları vardı, bunlardan bazıları köşe başında, yol üzerinde iş yerinin olması, tabelanın büyük olması, iş yerlerinin önünde satmış olduğu mamulün kendini göstermesi gibiydi. Biz o zamanlarda bu konular hakkında çok bilinçliydik ve Türkiye'nin en büyük makine marketini, showroomunu açarak bunun meyvesini de çok verimli bir şekilde yemiştik.

Günümüzde teknoloji tamamen değişti, artık internet hayatımıza girdi. Herkesin elinde, cebinde, karşısında sosyal medya var. Anında reklamınızı yapabilmeniz için artık köşe başında dükkanınızın olmasına, tabelanızın çok büyük olmasına veya iş yerinizin çok gösterişli olmasına eskisi kadar gerek kalmadı. Şimdi bulunduğumuz çağda bunlar yerine sosyal medyadaki görünümlünüz artık açabileceğiniz en güzel dükkanın yerini aldı. Sosyal medyadaki facebook, instagram gibi sitelerde verilen reklamlarda burada vermiş olduğumuz hizmeti yansıttığımız zaman daha etkili bir reklam ile daha çok müşteri kazanmamız söz konusu oldu. Daha çok etkileşim kazandık ve iletişimi-

mize sosyal medya sayesinde rahatlıkla geçebildik. Bu sebepten sosyal medya günümüzdeki pazarlamada oldukça önemli bir yer alıyor ve eski yöntemlere göre hem daha ucuz hem daha etkili bir hal alıyor.

Bizim pazar alanımız daha çok teknik ve mühendislik gerektiren bir konu olduğundan bizim sektörümüzde sabit fiyat üzerinden E-ticaret gerçekleştirmemiz pek mümkün olmuyor. Fakat müşterilerimiz sosyal medya ve internet sitemiz üzerinden ürünlerimiz hakkında detaylı bilgiye bir tık ile dünyanın her yerinden rahatlıkla ulaşabiliyorlar. Diğer sektörlerde ise bu konu direk alışveriş olarak gerçekleşebiliyor. Özellikle de giyim konusunda son yıllarda E-ticaret olarak adlandırdığımız internet pazarlamacılığı çok öne çıkıyor ve bu sektör çok daha da öne çıkmaya devam edecektir. Bu süreçte dünya genelinde çoğu ürün satışı internet üzerinden gerçekleşecek ve lojistiğini en iyi şekilde koordine edecek olan dolayısıyla ürün teslimatını en hızlı, en iyi şekilde gerçekleştirebilecek olan firma ya da ülke kimse o bu noktada öncü olacak ve dünyaya mal satacaktır.

Bu kadar iyi özelliklerinden bahsetmişken zararsız olduğunu da söyleyemeyiz ve bu konuya da değinmek istiyorum. Öncelikli olarak elimizin altındaki gücün ne kadar büyük olduğundan ve anından binlerce kişiye ulaşabildiğimizden bahsettik. Bu yüzden yapılacak olan her hangi bir hatalı reklam

veya paylaşım çok kısa sürede binlerce kişiye ulaşmış olacak ve bu yüzden de işletmenizi olumsuz yönde etkileyecektir. Bunun haricinde ise işten ziyade orada kaybedilen vakte baktığımızda çoğu zaman boş işlerle uğraşıldığından dolayı, çok ciddi bir zaman kaybı yaşadığını görüyoruz. Burada hem işte verimsizlik hem de zaman kaybı oluyor. Sosyal medya kullanıcılarına sesleniyorum, çok dikkatli ve düzgün kullanıldığında çok faydası olduğu gibi zararlı ve gereksiz sitelerde zaman kaybederek hem iş verimliliğini düşürüyor hem de farklı amaçlarla kullanıldığından olumsuz sonuçlar doğuruyor, lütfen dikkatli olalım. Enteresan bir şekilde bağımlılık yaptığını unutmayalım.

İnsanlar iletişimini, yan yana otururken bile whatsapp'tan gerçekleştirmeye başlayacak noktaya geldi. Bu da bizleri, kültürel anlamda ciddi bir şekilde zayıflatmaya ve dolayısıyla insanlığa zarar verme noktasına getirdi. Çağın da hastalığı bence bu durum. Buna mutlaka devlet bazında veya uluslararası bazda bir engel konulmalı ya da bir yasa çıkarılmalı. Çünkü aileler dağılıyor. İnsanların el sıkışması, kucaklaşması gibi şeylerin yaşattığı duygular ortadan kalkıyor. Evet, sosyal medya tabii ki ulaşım, pazarlama vs. anlamında çok önemli bir nimet fakat bunların yanında çok fazla handikapı da içinde barındırmakta, bu handikaplarına da çok dikkat etmek gerekiyor.

SANAL DÜNYANIN YERLİLERİ



Tuğba BATMAZ

Ünlü iletişim kuramcısı McLuhan 1960'larda dünyayı "küresel bir köy" olarak tanımladı. Küresel köy dijital teknolojinin, insanlığın geleneksel bağlarını farklı bir boyutta yeniden güçlendireceği anlamındaydı. Diğer bir ifadeyle modernitenin kent yaşamı, bireyselleşme ve endüstriyelleşme gibi faktörleriyle sarsılan insan ilişkilerindeki birincil biçimi yeni ve sanal bir boyutta şekillendirebileceğini ifade eder. Kırsal yaşam, genellikle samimi insan ilişkileriyle, tanıdık yüzlerle çevrilmiş mekânlarla ve zaman akışının olabildiğince dingin olduğu bir yapıyla özdeşleştirilir. Kent yaşamıyla sosyal organizasyon farklılaşmış ve birey bu dingin yaşamdan alınıp modern keşmekeşin ortasına fırlatılmıştır.

Peki, modern birey, evinden edilen bir köylü olarak, pek çok sorumluluğu ve aynı zamanda pek çok fırsatı ve imkânı içeren kent yaşamında tekrar nasıl kendini evinde hissedebilir? Bu noktada bireye sanal bir dünyanın kapıları açılmaktadır. İnternet başta olmak üzere dijital teknolojinin getirileri bireyi, zaman ve mekân kavramlarından soyutlayarak daha doğrusu zaman ve mekânı insan yönetimine alarak evinden edilen bireyi sanal bir dünyanın yerlisi yapar. Üstelik bu sanal dünya ne mekâna bağlıdır ne zamana. Birey, metropolün orta yerinde, ofisinde işinden artakalan zamanda çocukluğunu geçirdiği kırsaldaki günlük rutinlerinden ekip biçme, hayvan besleme gibi faaliyetleri yapabilir, çiftlik oyunları sayesinde... Yahut büyük ebeveynlerinin hasretini çeken bir genç dakikasında onların canlı görüntüsüne ulaşabilir, kendi yaşlılığının onlara benzeyip benzemeyeceğini merak ederken anında kendi yaşlılık fotoğrafını oluşturabilir, videokasetler ve çeşitli fotoğraf düzenleme programları sayesinde...

Sanal dünyanın yerlisi olmak; dünyalı olmaktır. Yaşama dair her şey sanal ortamda yeniden üretime tabi tutulur. Gündelik yaşama dair her şeyi artık internet aracılığıyla gerçekleştirebilen birey duygularını da sanal ortamda yaşayabilir. Günümüzde buna imkân veren yegâne dijital mecra sosyal medyadır. Sosyal medya ismiyle hâsıl, sosyalleşebileceğimiz, realitede sosyal bir ortamda

bulunmaya gerek kalmadan bir tıkla bu sosyal ortama sanal kimliğimizle dâhil olabileceğimiz bir dünyadır. Öfkemizi, tepkimizi, sevdamızı, başarılarımızı ve kimi zaman yenilgimizi paylaşabiliriz sosyal medyada. Üstelik bu çeşitli duygu durumları toplumsal gerçeklikten farklı olarak daha geniş bir sahnede gösterime sunulur. Başka bir deyişle acılarımız, mutluluklarımız ve tüm hislerimiz kamusallaşmıştır. Sosyal medya ile mahremiyet dönüşüme uğramıştır. "Paylaşma" furusu tüm insanlığı kaplamıştır. Peki sebep? Yani en mahrem duygularımızı bile sanal dünyada paylaşmamızı sağlayan itici güç nedir?

Vizontele'nin, çağdaşlaşmanın yer küreyi yakından takip etmek olduğuna vurgu yapan o meşhur repliğinde, "Hanim bak bu vizontele, dünyayı evimize getirecek" cümlesine karşılık, yerel ve pragmatist bir fevranla "Sebep?" sorusunun anlık bir yanılsamaya götürmesi gibi... Hemen hemen herkes kısa süreli de olsa bu yanılsamaya kapılmıştır. Sosyal medyada "takip ederken", "like"lerken veya "retweet"lerken "neden senin yediğin yemeği görüyorum?", neden seyahatine tanıklık ediyorum?, neden senin düşüncene katılıyorum?" sorularını sorar ve "story"leri hızlı hızlı geçeriz. Ta ki bu izlemlerin kişisel bir arınma seansına benzediğini, geçici ve kısa süreli de olsa haz ve mutluluk verdiğini fark edene kadar.

Sosyal medya çoğunlukla yüz yüze ilişkileri askıya almasıyla eleştirilir. Ancak aslen günlük yaşama dair tüm aktivitelerin sosyal medyada yapılabilmesi yüz yüze ilişkilerin kaybedilmesi değil farklı bir mecraya transfer edilmesini ifade eder. Üstelik kimi zaman yüz yüze ilişkilerden daha hızlı, daha kolay ve daha rahat olması sana dünyanın bireye daha cazip gelmesini sağlar. Sosyal medya, yitirilen ya da yitirme ihtimali olan, geride kalan ama geçmiş olmayan duyguların dahi yeniden üretimine imkân verir. Duygular bireysel, kolektif, toplumsal ve evrenselidir. Günümüzde ise duygular aynı zamanda sosyal medya ile sanaldır. Sanal dünyanın yerlileri için duygular küreseldir. Sosyal medya bu işleviyle bireyin duygu tatminini gerçekleştirir.

Bu yazının muhatabında yarattığı etki gibidir sosyal medyada paylaşımda bulunmak. Konuşuyorum, ama kime? Hem herkese hem hiç kimseye. İşte sosyal medyada fütursuzca ve amansızca paylaşım yapmanın itici gücü de bu özgürlükte saklıdır. Kendinleyim ve aynı zamanda herkesleyim. Ve bu belirsizlik, modern çağın büyük anlatıları ve kesin kurallarından sakınan postmodern birey için mutluluğun ta kendisidir.



**INTERNATIONAL
IDEALKENT
AWARDS**

**PARIS
2019**

SEDEP,

uluslararası düzeyde
prestij çalışmalar gerçekleştiren
Kent Araştırma Enstitüsü tarafından
**Birleşmiş Milletler Eğitim,
Bilim ve Kültür Kurumu**
UNESCO'da düzenlenen törende
Uluslararası İdealkent Kent Ödülleri
Çocuk Dostu Kent ödülü'ne
layık görüldü.

Emeği geçen tüm paydaşlarımıza,
öğrencilerimize ve ailelerine
teşekkür ediyorum.



Ahmet PEKYATIRMACI

Selçuklu Belediye Başkanı

NERDE NE YENİR

TÜRKİYEİN BİR NUMARALI PİDE SALONU. KISMET PİDE



1975 yılından beri Nazilli’de pide fırını olarak faaliyet göstermektedir.

Organik yerli ürünlerle hazırladığı lezzetli pidelerle ülkenin her tarafından misafirlerini ağırlamaktadır. Tur Şirketlerinin uğrak yerlerinden olan Kısmet pide tüm çalışan kadrosunun güler yüzüyle her zaman ziyaret edeceğiniz mekânlardandır.

Pidenin her çeşidini bulabileceğiniz ve tadabileceğiniz bir mekân.

Sebzeli pidesi mutlaka denenmeli kıymalı pidesinin tadını hiçbir yerde bulamayacağınızı tahinli pidesinin çıtırlığını ve kaymakla bütünleşmiş tadını ayrıca

kendilerine özgü nar ekşili salatalarının hiçbir yerde bulamayacağınızı okurlar olarak bilmenizi isterim.

Nazilli’ye giden bütün ünlülerin iş insanlarının siyaset adamlarının da uğramadan geçemediği bir mekândır.



YUNTES MAKİNE ÇALIŞANLARI YEMEKTE BULUŞTU

YUNTES Makine çalışanları personel gecesinde bir araya geldiler. Dedeman Otel'de gerçekleşen personel gecesinde çalışanlar doyusıya eğlenirken Yunteş Başkanı Yunus Derebağ, birlik ve beraberlik mesajı verdi.



EYVAH LİKE' LARIM ÇOK AZ



MİNE GÜLER
Özel Gündoğdu Koleji

Sosyal Medyanın etkileri hayatımıza giderek daha fazla dokunuyor. Bugün insanlar her gün saatlerini sosyal medyada geçiriyor, Türkiye'de 59 milyon internet kullanıcısı varken 52 milyon aktif sosyal medya kullanıcısı var. Bugün çocukların ve gençlerin neredeyse tamamı, sosyal medyayı aktif olarak kullanmaktadır. Çoğu zaman bu durumun zararları üzerinde konuşulmaktadır. Ancak şu bir gerçektir ki; artık sosyal medyayı reddetmek olası gözükmemektedir. Bunu tehlikesiz bir hale getirmek gerekir. Çocukları ve gençleri sosyal medyada bekleyen tehlikeler şöyle sıralanabilir:

1. Kimlik oluşumuna olumsuz etkisi: Çocukların ve gençlerin kimlik gelişim dönemlerinde, kendilerinden memnun olmadıkları birçok özellikleri vardır. Sosyal medyada oluşturdukları sahte hesaplarla kendilerini kolayca bambaşka birisi olarak tanıtabilirler. 2. Mahremiyet duygusunun gelişmesini engelleme: Ergenlikle birlikte, mahremiyet duygusu gelişir. Ancak özel ilişkiler dâhil, her türlü mahrem konuşmalar sosyal medya aracılığı ile yapılmaktadır. 3. Kandırılma, suiistimal: Gençler ergenlik dönemlerinde, artık bir yetişkin gibi kabul görmek isterler. Onaylanmayan gençlerin; sosyal medyada uygun olmayan ilişkilerin içinde, suiistimal edilmeleri sık görülen bir durum haline gelmiştir. 4. Yasal sorunlar: Sosyal medya olumsuz ve kötü niyetliler için de kullanılan bir alan olmuştur. Ekonomik alanda sömürülme, yasa dışı davranışa zorlanma gibi durumlar, hukuki sorunlara neden olmaktadır. 5. Popüler olma isteği: Gençler arasında popüler olma isteği oldukça yükündür. Bunu isteyen genç, yalana bulaşabilir. Kendisiyle örtüşmeyen davranışlar sergileyebilir. 6. Paylaşılan fotoğraflar: Gençler bazen beğenilmek veya farklı olmak isteyebilir. Bunun karşılığı olarak; açık, çıplak ya da bedenini sergi-

leyen fotoğraflar paylaşabilir. Bu durumun sakıncalarını görmek sanırım çok zor değildir. 7. Toplumdan uzaklaştırır, yalnızlaştırır: Sosyal medya; her ne kadar ismi sosyal olsa da, gençleri yalnızlaştırır. Dışarıda arkadaşlarıyla geçireceği zamanı kısıtlar. Ailesinden uzaklaştırır. 8. Kilo alımı, hareketsizlik: Sosyal medya başında geçirilen zamanın fazlalığı, kişiyi hareketsiz kılar. Böylece kilo alımı, sağlıksız bir yaşantı için zemin oluşturur. 9. Konuşamayan ama yazan gençlik: Sosyal medya kullanımı birçok gençte, sohbet etme yerine yazışmayı tercih etmelerine neden olmaktadır.

Sosyal medyanın zararlarının yanı sıra faydalarını da söylemeliyim elbette:

1. Dünyada olup biteni görmek: Gençler sosyal medya sayesinde dünyada ve ülkesinde olup biten değişiklikleri daha erken fark edebilir. 2. Kendi gibi beğenileri ve hobileri olan insanlarla karşılaşmak: Büyük şehirlerde, gençlerin ortak zevk ve hobi alanları olan kişilerle karşılaşması ve paylaşımında bulunmaları zaman açısından zorluk yaratabilir. Oysa sosyal medyada paylaşım grupları, bunu kolaylaştırmaktadır. 3. Arkadaşlarıyla daha

çabuk iletişim kurma: Grup arkadaşlarıyla herhangi bir konuda daha çabuk iletişim kurabilirler. 4. Dersler ödevler hakkında bilgi sahibi olma: Okul ve sınıf grupları sayesinde okulda kaçırdığı herhangi bir konuda bilgi sahibi olması daha kolaylaşır. 5. İş olanakları: Bazı sosyal paylaşım siteleri iş olanakları ve seçenekleri sunmaktadır. 6. Bilgiye kolay ulaşma: Gençler aradıkları bilgilere daha kolay ulaşım aracı olarak sosyal medyayı kullanmaktadırlar. 7. Kolay ulaşım: Sosyal medya sayesinde gençler, politikacılara, yazar ve sanatçılarla daha kolay iletişim kurabilmektedirler. 8. Kendini ifade etmek: Birçok sosyal alanlarda kendini yetersiz hissedilen genç, sosyal medya sayesinde kendini ifade etme, yeteneklerini sergileme olanağı bulmuştur." Esasen sosyal medya, yarar ve sakıncalar içeren bir alandır. Aslında yaşamın her alanı böyledir. Burada dikkat edilmesi gereken konu; gencin sosyal medyada geçirdiği süre ve bunun yaşamına olumlu ve olumsuz etkilerini gözlemlemektir. Nasıl ki gençlerimizi ve çocuklarımızı sokakta, dışarıda evde koruyor ve kolluyorsak, sosyal medyada da bunu yapmalıyız.

DAHASI...



Gülşen ÖĞÜT
gulsenogut8@gmail.com

Dünya tarihi açısından baktığımızda her toplum kendi içinde pek çok olguyu tez veya anti tez gibi ikircikler kümesi şeklinde barındırır. Sosyal medya içerisinde de ele alınacak her konu kendi antitezini içinde barındıracaktır. Yoluca bu ön kabulde başlarsak sosyal medya gündelik yaşantımızı hem mutlu hem de mutsuz etkileyen bir olgu olarak belirir. Bu mecra da vakit geçirirken nerede ve hangi zaman diliminde olduğumuz önemini yitirir. Uzakları yakın etsin, herkes bir 'alo' desin diye Graham Bell'in yoğun uğraşlarının sonucu kocaman bir sektöre dönüşüp, boyutundan ufala eksile küçülerek cebimize kadar giren telefonlarımız artık bizim gözümüz, kulağımız gibi bir parçamızdır.

Telefonlarımızın sunduğu hizmetler ile sağlanan doyum, öyle ki sabah gazeteyi(Twitter'da gündemi) okuyup dünyanın ve ülkenin ahvalini anlamamızı sağlar. Bu ritüel tamamlanınca devamı gereği dış dünyaya adım atmamız illaki icap eder ki bu sayede eş-dost kimlerle, nerede sosyalleşmiş merakı anasayfayı güncellememiz ile birlikte bir gazete gibi çarşaf çarşaf önümüzdedir artık. Herkes kendi hikâyesini, kendi rızasıyla ve kendi söylemlerine paralel bizlere sunmaktadır.

Bu mecra, yaşantımızı kullanıcılarının yarattığı imajlar sayesinde gerçekliklerle doldurur. Örneğin önceleri yani sosyal medyanın var olmadığı zamanlarda bir insanı tanımak istediğimizde öncelikle onunla ve onun yakın çevresiyle iletişime geçmek, eşraftan onu sorup soruşturmak bir adetti. "Bu kimdir?", "Necidir?", "Nerelidir, nerede oturur?" cevapları ise; "Bu falanca işi yapan adamın, falanca işi yapan falanca evladındır, aslen şuralıdır ama burada otururlar." Artık buna gerek yoktur, birinin bizi değil bizim kendimizi nasıl tanımladığımız önemlidir. Önceleri bir futbol maçında olmak, o ünlü futbolcunun golünü izlemek bir ayrıcalıktı; çünkü sende gördün herkes sevinçten birbirine sarılmıştı, artık o maçta olduğunu kanıtlamalısın. Bir sanatçının konserinde sözlerine eşlik etmek, kulaklarını açıp sesinin ve enstrümanların harmonisinde o anları zihnine kaydetmek yeterliydi, şimdi o hazzı tekrar yaşamak için hashtag açıp #tbt yazmalısın, çünkü sen o hazzı yaşamadın sadece o anda orada olduğunu kanıtladın bunu hatırlatmak zorundasın. Önceleri evde ya da dışarıda kırk yıl hatırı sayılan kahvenin sohbeti pek hoştu, bazen kahkahalar bazen dertli anlar doldururdu sohbetin koyuluğunu, şimdi falan kahve zincirinin falan ısıda harmanlanarak leziz kokusuna sahip kahvesini yudumlamadan işe gidemez, uykunu açamaz oldun, adında çok şık duruyor karton bardakta. Sen düşününde falan firmanın kıyafetlerini tercih ettin, ayrıca firmayla ortak iş yapan sanatçısı herkesi çok eğlendirdi, yemekleri ve mekânda bir harikaydı doğrusu düşün teaserında bunu hepimiz gördük.

Sosyal medya artık birinin sizi etrafınıza sormadan ve sizin söylemlerinizi yani bir aracı olmadan sizi tanıtır. Her sosyal medya mecraasına kaydolmadan önce bazı temel bilgiler alındıktan sonra sayfanızı şekillendirmeye başlarsınız. Mezun olduğunuz okuldan, icra ettiğiniz mesleğe; aile yaşantınızdan, sosyalleşme alanlarınızdan; hayatınızı en çok hangi mekânlarda geçirdiğinizden, en çok hangi aktivitelerle uğraştığınız kadar kendinizin ilmek ilmek dokuduğu bir portfolyodur. Bu portfolyonun dış dünyaya yani diğerlerine açılması günümüz dünyasında artık daha da önemli hale gelmiştir. Sosyal medya da ötekilere çizdiğiniz imajın, "kalite, prestij, güvenilirlik" gibi profesyonel beklentiler içermesi gibi aynı zamanda duygusal anlamda "mutlu, huzurlu, keyifli" biri olduğunuza dair bir imaj çizmesi de beklenir. Bu beklentiler ile sanal ve gerçek olan arasındaki sınır silikleşmeye, imajlar birer gerçeklik gibi benimsenmeye başlanır.

İnsan bilincinin hangi alanı, hangi boyutu bilinmez fakat artık hepimiz ayrıcalıklı olmak istiyor, bunu arzuluyoruz. Falancanın bizden nasıl bahsettiği çokta umurumuzda değil; çünkü bizler kendi portfolyolarımızı kendimiz doldurduk hem de kanıtlarımızla. Bu kanıtlar bizi kimi zaman duygusal bir insan, kimi zaman gerçek bir dost, kimi zaman başarılı bir öğrenci, kimi zaman çok güzel bir kadın-yakışıklı bir adam yaptı. Fark etmeyen tek şey vardı gerçek yaşantımızda nasıl olursak olalım pek çoğumuz yığınların arasından sıyrılıp kendi imajını yarattı. Yarattığımız imajımız gündelik hayattaki gerçek sağduyu bilgimizle ne kadar örtüşmektedir bilinmez; ama kıyas, başta da söylediğim gibi her toplumda esastır. İnsanlar ise kıyasları yalnızca başarılı, yakışıklı, eğlenceli gibi sıfatlara sığdırmazlar. Her sıfatın bir de dahası vardır: daha başarılı, daha yakışıklı, daha eğlenceli... Biz o "daha" olduğumuzu kanıtlamak için sosyal medya da çırpınıyoruz. Sosyal medya da herkesin oluşturduğu paylaştığı hikâyelerle bilgi topluyor. Onların içinde ise kendimizi daha olarak konumlandırıyoruz. Gerçekle ile sanalın silikleşen sınırlarında bizler sosyal medyanın dahasıyız belki daha mutlu belki daha mutsuz.

SOSYAL MEDYA KULLANIMI GÖZ SAĞLIĞIMIZI ETKİLER Mİ?

Teknoloji harika bir şey. Dijital ekranlarımızın en yakın arkadaşlarımızdan biri haline geldiği bir dünyada yaşıyoruz. Teknoloji sürekli değişen ihtiyaçlarımızı karşılar, başkalarıyla bağlantı kurmamıza yardımcı olur ve hayatımızı daha kolay ve daha rahat hale getirir. Ancak bağımlılık yapar, özellikle söz konusu sosyal medya ise. Bilimsel veriler “gençlerin günlerinin üçte birinden fazlasını sosyal medya kullanarak harcadıklarını” belirtmektedir. Milyonlarca insan her gün sosyal ağ web sitelerini kullanıyor. Milyonlarca insan her gün kullanıyorsa, iyi olmalı, değil mi? Bu kadar masum mu gerçekten.

Sosyal medya eğlenceli olsa da, sık sık kullanılmasından kaynaklanan ve gelebilecek çok fazla sorun var. Sosyal medyanın ve sadece elektronik cihazların ilk olumsuz etkisi, gözlerimizle ilgili sorunlara neden olabilmeleridir. “Küçük Ekranlar Büyük Görme Sorunlarına Neden Olabilir”, normalde, dakikada yaklaşık 15 kez göz kırpmıyor, ancak akıllı telefonumuza bakarken bu oran yarı yarıya azalıyor. Bu minyatür ekranları okumak için gözlerimizi kısırkarken, yüz, boyun ve omuz kaslarımız gerilir, gözler yorulur ve görme bulanıklaşabilir. Siz de saatlerce bilgisayar veya cep telefonu ekranına bakarak aşağıdakileri hiç yaşadınız mı? Bulanık görme, odaklanmamış görüş, baş ağrısı ve kuru gözler, uyku güçlüğü, yanan gözler. Eğer varsa, yalnız değilsiniz. Bu bulgular tıbbi literatüre yeni bir tanım “Bilgisayar Görme Sendromu”nu kazandırdı.

İş ve oyun için elektronik cihazlara daha fazla bağımlı olan göz yorgunluğu giderek artan bir sorun haline geliyor. Anketler, insanların cep telefonlarına günde 4 saatten fazla zaman harcadığını, metin gönderdiğini, e-posta okuduğunu, video izlediğini,

sosyal medyayı kullandığını ve internette sörf yaptığını gösterdi. Harcanan zaman son birkaç yılda sürekli artış gösterdi. Araştırmalar, mavi ışık emisyonlarından göz yorgunluğunun % 50 arttığını ve ana suçlu olarak bilgisayarlar, tabletler ve akıllı telefonları işaret etmektedir.

Maalesef, teknolojik cihazlar bebek bakıcılarının yerini aldılar, anneler çocuklarını akıllı telefon veya tabletler ile avutuyorlar. Doğumdan itibaren ilk 8 yıl gözün duyuşal ve fiziksel gelişimi için oldukça önemlidir. Bu dönemde yakın mesafeden dijital cihaz kullanımı gözümüzün uyum yeteneğini sürekli aktif halde tutmasına neden olacaktır. Bu ileri yaşlarda kırma kusurları veya gözlerde kaymaların ortaya çıkmasını zeminini oluşturabilir. Erişkinlerde ise LED cihazların yaydığı mavi ışığa doğrudan maruz kalmak retinaya gerçekten zarar verebilir erken yaşlarda katarakt oluşumunu hızlandırabilir.

Gözlerimize ne kadar ihtiyaç duyduğumuzu biliyoruz ve gözlerimizi olabildiğince korumak için yapabileceğimiz şeyler var. Ekranlar ve dijital cihazlar işimize, okularımıza ve hatta erken çocukluk bakımımıza nüfuz etmiş olsa da - gözlerimizi korumak ve bakım yapmak için elimizden gelen her şeyi yaptığımızdan emin olmak için birçok uygulama var. Hangi yaşam evresinde olursak olalım, gözlerimize net görüş, uzun ömür ve genel sağlık için en uygun desteği vermek önemlidir. Özellikle bilgisayar işleri için üretilen gözlükler, yine bilgisayara özgü lenslerin kullanılması daha net görüş sağlar ve sonuçta daha sağlıklı, daha az stresli ve yorgun gözlere yol açar. Çoğu insan böyle bir çözümünden habersiz olsa da, bu koruyucu lensler, günün herhangi bir bölümünde ekranın önünde olması gereken modern bireyin günlük yaşa-

**Prof.Dr.
Ahmet Özkağınacı**
Necmettin Erbakan Üniversitesi
Meram Tıp Fakültesi

masını ve genel göz sağlığını önemli ölçüde etkileyebilir.

Gençlerin yapabileceği en iyi şey, ekran zamanlarına ara vermeyi öğrenmek. İyi bir oran genellikle 20-20-20 kuralı olarak adlandırılır. Her 20 dakikada bir, 6 metre (20 fit) uzaklıktaki bir şeye 20 saniye kadar bakmaktır. Bilgisayarda daha tutarlı olmanız gerekiyorsa, her 50-60 dakikada bir 5-10 dakikalık bir mola verin. Yapılacak basit bir şey tek-



rar tekrar göz kırpmaktır. Ekran zamanı ve göz sağlığı söz konusu olduğunda, çocuklarınıza mola vermenin önemini öğretin. Ayrıca, öngörülen süreleri ve cihazların kullanımını uygulayan bir aile medyası kullanım planı getirilmesi tavsiye edilir. Ebeveyn olarak belirlediğiniz kurallara sadık kalın.

Bütün bunlar teknolojinin sağlıklı bir şekilde kullanılmasını kolaylaştırır, böylece gözlerimizi ve sağlığımızı koruyabiliriz!

SOSYAL MEDYA

“EĞİTİM”İN NERESİNDE?

Yaşadığımız çağın beraberinde getirdiği her türlü yenilik, eğitim sürecini doğrudan etkileyen, bu sürecin gidişatında belirleyici roller üstlenen bir mahiyet taşır.

Bugün hem dünya genelinde hem de ülkemizde internetin, bir sonuç olarak da sosyal medyanın hayatımızda kuşattığı alanın büyüklüğü herkesçe malumdur.

Yeni bir iletişim yöntemi olan ve sürekli kendini güncelleyen sosyal medya platformlarının gücünden mümkün mertebe faydalanmak, dünyayı tanıma ve kendimizi dünyaya anlatma noktasında büyük bir gerekliliktir.

Nitekim eğitimin nihai amaçlarından biri de kişileri, içerisinde bulunan çağa ve topluma uyumlu birer fert olarak yetiştirmektir.

Bu noktadan hareketle, sosyal medyayı eğitim sürecinden ayrı kılmanın, topyekûn kötüdür diyerek bu gücü yok saymanın, sürece bir katkısı olmayacağı gibi aksine süreci akamete uğratacak bir yaklaşım olacağı da nettir. Bilinen benzetmeyle ifade edecek olursak ‘kendi gözünü kapatan, sadece kendine karanlık oluşturur’; nitekim güneş kendi seyrinde devam edecektir.

Bu aşamada, her yerde ve her zaman olduğu gibi, anne-babalara ve eğitimcilere çok büyük sorumluluklar düşmektedir. Bugünün çocukları, daha okul çağına gelmeden sosyal medya platformlarıyla tanışmakta, az ya da çok onlardan etkilenmektedirler. Özellikle lise çağlarından itibaren gençlerimizin dünyalarında bu platformların büyük bir karşılığı bulunmaktadır.

Ebeveyn ve öğretmenlerimizin üzerine düşen görev, gerekli kontrolü ve rehberliği yapmak suretiyle, sosyal medyanın

faydalarından istifade edilmesine imkân tanımadır. Yasaklayıcı ve engelleyici yaklaşımlar, bir noktadan sonra pek çok faydalı husustan mahrum edeceği gibi yanlış ve zararlı olanlara da ilgiyi artıracaktır. Bu anlamda yukarıda vurguladığımız “kontrol ve rehberlik etme” mekanizmaları, çok iyi idrak edilmesi ve hayata geçirilmesi gereken konulardır.

İçerisinde bulunduğumuz dönem, milli kimliğimizden ve medeniyetimizin esaslarından taviz vermeden, bütün dünya ile etkileşim ve iletişimde bulunmayı gerekli kılan bir dönemdir. Milli varlığımızı hissettirmenin, millet olarak sözümüzü daha çok ve daha yüksek sesle dile getirmenin yolu da buradan geçmektedir.

Tarihin hiçbir döneminde görülmemiş bir oranda ve hızla vuku bulan kültürel etkileşim ve iletişimin perde arkasındaki belirleyici gücü (sosyal medyayı), doğru ve yerinde kullanmak/kullandırmak gibi bir mecburiyetimiz vardır. Nitekim bu alan, bugün sadece bilgi akışında ve paylaşımında değil, bilginin yönetilmesinde de etkin bir role sahiptir.

Ezcümle; sosyal medyayı eğitim sürecinin bir parçası yapıp bu alandan en yüksek maddada faydalanmaktan başka bir yolumuz da yoktur.



Seyit Ali BÜYÜK
Konya İl Milli Eğitim Müdürü

SOSYAL MEDYA İLE MUTLU MUYUZ?



BEYZA BAKIM
MİS KOLEJİ REHBER ÖĞRETMENİ

Değerli okuyucular öncelikle hepimizi bir eğitimci olarak saygı, sevgi ve muhabbetle selamlıyorum. Bu yazımda sizlere sosyal medyanın insanlar üzerindeki etkisinden bahsetmek istiyorum. Sosyal medya insanları mutlu ediyor mu? Etmiyor mu? Günümüzün en önemli platformlarının başında sosyal medya geliyor. Evet, hayatımız için neredeyse 'vazgeçilmez' olan sosyal medyayı 7'den 70'e herkes kullanıyor.

Nedir bu sosyal medya?

Sosyal medya: "İnsanların yaş fark etmeksizin, internet üzerinde birbirleriyle yaptığı diyaloglar ve paylaşımların bütünüdür" Sosyal medya platformlarından birkaç örnek verecek olursak, Facebook, Twitter, Whatsapp, Youtube, Instagram, Snapchat, Tiktok, Periscope gibi birçok ağdan bahsedebiliriz. Dünyada milyarlarca insan bu uygulamaları gündelik hayatta zaman ve mekân sınırlaması olmadan (mobil tabanlı) bir şekilde kullanıyor. Özellikle günümüzün teknolojisiyle sosyal medyayı kullanmamak neredeyse imkânsız hale geldi. Bir eğitimciden öte, bir vatandaş olarak bazı konuları bende gözlemledim ve konu ile ilgili değerlendirmeler yapıp bazı sonuçlara vardım. Sizlere önce, sosyal medyanın faydalarından, daha sonra ise zararlarından bahsetmek istiyorum.

Ne gibi faydaları olabilir?

Sosyal medyanın insan hayatına faydası olup olmadığı tartışılan konuların başında gelmektedir. Doğru yer ve zamana göre kullanıldığı takdirde faydaları olabilir. Peki, ne gibi faydaları olabilir? Örnek verecek olursak, sosyal medya üzerinden insanlar gereksinimleri doğrultusunda alışveriş yapabiliyor. Bu yüzden de günümüzde birçok kurum ve kuruluş, ticarette sosyal medya ağını kullanmayı tercih ediyor. Konuyu biraz açacak olursak, küçük ya da büyük fark etmeksizin firmalar ürününü tanıtıp, sosyal medya aracılığı ile bunu Türkiye ve hatta dünya piyasasına pazarlayabiliyor. Ticarette sosyal medyayı sponsorlu reklam ile desteklediğiniz zaman, önemli bir ekonomik ivme kazanabiliyorsunuz. Bu sektörden ekmek yiyen milyonlarca insan var. Özellikle kurum ve kuruluştan da öte kişilerin de ticaret yapabildiği bir platform

olan sosyal medyanın ekonomiye ciddi faydaları olduğu görülmektedir. Ben sosyal medya üzerinden ticaret yapıp zarar edeni bugüne kadar hiç görmedim ... Tabi doğru ürün, doğru Pazar ile ticaret yapıldığı takdirde zarar değil yarar sağlandığı sonucuna varılmaktadır.

Akıllı telefonlar sayesinde artık herkes birbiri ile daha rahat iletişime geçebiliyor. Eskiden insanlarla iletişime geçmek daha zordu... Ama şimdi telefonlarda şebeke olmadığı takdirde bile internet üzerinden iletişime geçebiliyoruz. Görüntülü konuşabiliyoruz, hasret giderebiliyoruz. Şöyle bir düşünün! Şehir dışında ya da yurt dışında sevdiğimiz insanlar yok mu? Mutlaka vardır! Onlarla mesafeleri aşarak rahat rahat sosyal medya aracılığı ile iletişime geçebiliyoruz. Görüntülü konuşmak en güzel örneklerden biri diye düşünüyorum. İlimiz başta olmak üzere, ülkemizdeki, hatta dünyadaki önemli gelişmeleri 'sosyal medya' aracılığı ile rahatlıkla öğrenebiliyoruz. Bu örnekleri daha da artırabiliriz ama gelin isterseniz biraz da zararlarından bahsedelim...

Ne gibi zararları var?

Yukarıda dikkat ederseniz uzaktan iletişim konusunda sosyal medyanın ciddi bir faydası olduğunu söylemiştim. Ama insanlar uzaktan konuşup, dertleştiği kadar, gerçek hayatta 'akıllı telefonlar' yüzünden neredeyse konuşmuyor. Bir topluluğa girdiğimiz zaman, çocukların elinde bile telefon olduğunu görüyoruz. Yetişkin insanlarda maalesef toplumda kaynaşmak, sohbet etmek yerine, telefonla sosyal medya platformlarında dolaşmayı tercih etmiyor mu? Yani tabiri caizse sosyal medyada boşa zaman geçirdiğine şahit oluyoruz insanların... Özellikle 90'lı yıllarda eskiler nasılda kaynaşıyor, yokluk

dahi olsa nasıl mutlu oluyorlardı ne çabuk unuttuk? Çünkü o zamanlar teknoloji daha tam olarak gelişmemişti. Ne telefon vardı ne facebook, ne de Twitter...Sosyal medyanın, kişinin uluslararası dolaşımını kolaylaştırdığı düşünüldüğünde, olumsuz örnek teşkil edecek paylaşımlara da sansürsüz olarak erişim sağlanması sebebiyle çocuklarımızın ve gençlerimizin ahlaki yozlaşmaya sürüklendiği acı bir gerçektir. Sürekli buna maruz kalan neslimizin kültür ve değerlerimize bağlı bireyler olarak hayatlarına devam etmelerini sağlamada biz eğitimcilere ve anne babalara önemli görev düşmektedir.

Diğer bir konu ise paylaşımların beğen butonuna basılması ve yorum atılması ihtiyacı sadece 'PSİKOLOJİK' mutluluktur. Geçici mutluluktur. Bizim gerçek hayatta MUTLU olmamız lazım. Asıl mutluluk sosyal medya değildir. Bana göre mutluluk kavramı, iyi kötü günde yanımızda bizi yalnız bırakmayan bir ailemizin, dostlarımızın olmasıdır. Üzüntülü anımızda ailemizle paylaşırsınız tüm üzüntümüz geçer. Sosyal medya sadece işin sanal tarafıdır. Bu yüzden gerçekçi düşünelim.

Oyuna gelmeyelim.

Konuyu toparlayacak olursak: Her şeyden önce bizler dini ve milli değerlerimizi unutmayalım. Batının hayatımızı maruz bıraktığı birtakım oyunlara alet olmayalım. Eğer bu girdaba kendimizi kaptırırsak bunun geri dönüşü çok zor olur. Bizler manevi değerlerimizi unutursak, insanlığımızı da maalesef kaybederiz. O yüzden özümüz de sözümüz de bir olsun ya olduğumuz gibi görünelim ya da göründüğümüz gibi olalım. Sosyal medyayı da lütfen 'BİLİNCİLİ' kullanalım...

TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI VE SOSYAL MEDYA AHLAKI

Yüce dinimiz İslam'ın ana gayesi, yer-yüzünün en şerefli varlığı olarak yaratılan insanın can, mal, akıl, ırz ve inancını korumaktır. İslam, bu beş temel değeri dokunulmaz kabul eder. Hangi sebeple olursa olsun bu değerlerin zarar görmesine rıza göstermez. Hayatın bütünü için geçerli olan bu durum teknolojiyi kullanırken de, internet ve sanal âlemde gezinirken de aynıdır.

Teknolojiyi dinin güzel saydığı, ahlakın onayladığı ve aklı selimin doğru bulduğu şekilde kullanmak mümince bir duruşun gereğidir. Bu alanı amaçsız, verimsiz ve kontrolsüz bir mecra olarak görmek ise İslam'ın korunmasını emrettiği beş temel değeri ihlal etme anlamı taşır. Zira teknolojinin bilinçsiz kullanımı, kişinin sağlığını tehdit ederek canına, maddi kayba uğramasına neden olarak malına zarar vermektedir. Gayr-i ahlâkî yönelimlerle iffetini, aşırı ve sapkın ideolojilerle inancını zedelemektedir. Düşünme ve idrak etme kabiliyetini bozmakta, akli melekelerini zayıflatmaktadır.

Allah'ın verdiği akı ve hammaddeyi kullanarak teknoloji üreten insan, bunu iyilik yolunda kullanmakla sorumludur. Eğer teknolojiyi kullanarak helal kazancın yerine kumara, tasarrufun yerine israfa, iffetin yerine ahlaksızlığa, merhametin yerine şiddete yöneliyorsa, büyük bir yanlışın içerisinde. Kendi eliyle fesadı yaygınlaştırıyor, geleceğini tehlikeye atıyor demektir. Diğer yandan telefon, televizyon ya da bilgisayar ekranının önünde vaktini heba ediyorsa, kendisine, ailesine ve Rabbine karşı vebal altına girmektedir. Maalesef aynı çatı altında ama birbirinden habersiz yaşayan ailelerin sayısı her geçen gün artıyor. İnsanoğluna zaman kazandırması gereken teknoloji, günümüzde zaman kaybetmenin ve vakit öldürmenin en aldatıcı tuzağı haline geldi. Hâlbuki Peygamber Efendimiz (s.a.s) bu hususta bizleri şöyle uyarmaktadır: "İki nimet

vardır ki insanların çoğu onları değerlendirmeye hususunda aldanmıştır: Sağlık ve boş vakit."

[1]-Hepimizin hayatında yerini alan internet ve sosyal medya, başıboş, ilkesiz ve sorumsuz bir alan olmamalıdır. Müslümana yakışan daima sorumluluk bilinciyle hareket etmek, Rabbinin koyduğu sınırlara uymaktır. Her durumda gerçeğin ve doğrunun yanında yer almaktır. Unutmayalım ki normal hayatta olduğu gibi internet ve sosyal medyada da insanların haklarını ve özel hayatlarını ihlal etmek haramdır. Mahremiyete saygı göstermeyen her adım Kur'an'ın, "Birbirinizin kusurlarını ve mahremiğini araştırmayın."

[2]- Emri ile çelişir. Günlük hayatta yapılan söylemek, insanları karalamak, iftira atmak nasıl günahsa, yayın dünyasında ve sosyal medyada da aynı şekilde günahıdır. Âlemlerin rabbi olan Allah, sanal âlemde de bizleri görmektedir. Oradaki söz ve davranışlarımızdan da bizi hesaba çekecektir. Hutbeme başlarken okuduğum ayet-i kerimde Yüce Rab-bimiz şöyle buyurmaktadır: "Hakkında kesin bilgi sahibi olmadığın şeyin peşine düşme. Çünkü kulak, göz ve kalp, bunların hepsi ondan sorumludur." Bugün bizler için teknolojiye tamamen uzak bir hayat sürmek elbette mümkün değildir. Zaten İslam'ın da böyle bir talebi yoktur. Ancak teknolojiyi helal-haram hassasiyeti taşıyarak, ahlaki ilkeleri koruyarak, insan hak ve özgürlüklerini ihlal etmeden kullanmak öncelikli sorumluluğumuzdur. Böylece vaktimizi daha verimli ve emeğimizi daha anlamlı hale getirebiliriz. Yeryüzünü iyilikten ve huzurdan yana imar edebiliriz. Yeter ki her nimet gibi teknolojiyi de Cenâb-ı Hakk'ın koyduğu ölçü ve sınırlara riayet ederek kullanalım.

[3]-Hutbemi bitirirken önemli bir hususu sizlerle paylaşmak istiyorum. Malumunuz ilk ve orta dereceli okullarımız



bugün yarıyıl tatiline giriyor. Başkanlığımız, yarıyıl tatilinde yavrularımızın ibadet alışkanlığını pekiştirmek için tüm camilerimizde "Camiyi Seviyoruz, Namazla Buluşuyoruz" şiarıyla bir program uygulayacaktır. Bu vesileyle çocuklarımızı ve gençlerimizi aileleriyle birlikte camilerimize bekliyoruz. Başta velilerimiz olmak üzere bütün cemaatimizin bu konuda duyarlı davranacağına inanıyoruz. Rabbim bizlere göz aydınlığımız olacak nesiller ihsan eylesin ve bizi muttakilere önder kılsın!



EKOSİSTEMDEN EGOSİSTEME: BİR SOSYAL MEDYA ANALİZİ

PAYLAŞMIYORSAN YAŞAMAMIŞSIN DEMEKTİR.



Sosyal medyada varız.

Kadın-erkek, genç-yaşlı, çoluk çocuk, memur-esnaf, akraba-yabancı, dost-düşman oradayız.

Öğrencisi-hocası, eltisi-görümcesi-kayınvalidesi, gelin-damat, operatör doktor-kepçe operatörü sosyal medyada arkadaşız.

Sosyal hayattan daha çok sosyal medyadayız. Sosyal olmayan yaşamımıza yeni tatlar, yeni soslar arıyoruz.

Arabamızı satıyoruz, evleniyoruz, geziyoruz, eğleniyoruz, ağlıyoruz, şikayet ediyoruz, hakkımızı arıyoruz, yatıyoruz-kalkıyoruz ve hatta ölüyoruz sosyal medyada.

Kolumuzda serum, elimizde çiçek, ayağımızda parmak arası terliğimiz, yüzük parmağımızda tektaş, çatalımızda bifték, omzumuzda yılan dövmesi, burnumuzda hızma, saçımızın boyası, elimizin kınası hep sosyal medyada.

Anlık, durum, hikaye, geçen perşembe fotoğrafı, gittiğimiz ziyaret, yaptığımız davet, bi de beni tek çek, bi de toplu alalım. Instagrama koyalım, whatsapp profilini de gören olur,

twitter öksüz kalmasin, facebook'u unut-mayalım. Orada paylaş, burada paylaş, şurada paylaş.

Görmüş mü, görmemiş mi, kimler beğenmiş, niye öyle yorum yapmış, düşünelim, taşınalım, tartışalım, yeni kararlar alalım, cevap yazalım, beğenelim ve sosyalleşelim. Bizim geline bak amma da mutlu, bize mi nispet yapıyor bu?

Peki sosyal medya bizi mutlu ediyor mu?

En çok paylaşımlar evden yapılıyor, bu sizce ne kadar mahremiyet ilkesine uygun?

Tatilde yapılan paylaşımlar başkalarında farklı duygular uyandırıyor olabilir mi acaba? Mesela özentî veya öfke gibi?

Ev ve tatilden sonra en çok paylaşım TV izlerken, yatmadan önce ve sabah kalktıktan hemen sonra yapılıyor. Tamam ben yatıyorum herkese iyi geceler, sabah kalktım herkese güneydin.

Paylaşmıyorsan, yaşamamışsın demektir.

Çabuk ulaşır ve ulaşılır olmak sizin için ne kadar önemli? Randevu alamayacağınız veya hiç ulaşamayacağınız bir yönetici, hayatını merak ettiğiniz bir sanatçı ya da sporcu hemen yanibaşınızda.

O'nun paylaşımına kapak yapabilir, onu eleştirebilir, taparcasına övgüler yağdırabilirsiniz. Fotoğrafınızı beğenen biri size mesaj kutusundan yazabilir, size taciz edebilir ya da duygusal bir ilişkiyi başlatabilirsiniz.

Sosyal medya çabuk ulaşmayı, çabuk ulaşmayı sağlıyor. Hatta buluşması, görüşmesi mümkün görünmeyen insanları birbirine bağlıyor. Aynı ağda buluşturuyor. Kayınpederiniz ile milyon dolarlık iş yaptığınız bir CEO aynı arkadaş listesinde buluşuyor.

Sosyal medya paylaşımları yalnızca sizin duygularınıza hitap etmekle kalmıyor, paylaşımınızı gören her insanda bir duygu uyandırıyor. Sizi kendisi ile kıyaslıyor, tatilinizi, evinizi, eşinizi hatta evde beslediğiniz kedinizi kıskanıyor, yaşantınıza özeniyor, günlük olaylara yaptığınız yorumlar nedeniyle hayat felsefenize öfke duyuyor.

Yaşarken bunu nasıl paylaşırım diye yaşamaya başlıyorsunuz. Yalnızca paylaşmak için tatil yapıyorsunuz, yemek masasının üzerindeki eşyaları düzelterip yemeğe başlamadan önce fotoğrafını paylaşıyorsunuz. Başkasının paylaşımlarından esinlenip onlar gibi yaşamaya çalışıyor ve siz de başkalarını paylaşımlarınızla etkiliyorsunuz.

Bilinmek istiyorsunuz, beni bilsinler ve yaptıklarımı görsünler diye düşünüyorsunuz Görüneyim, göstereyim. Dikkatleri üzerime çekeyim. Takdir edileyim, kusurlarımı gizleyeyim. Bir yandan da merak ediyorsunuz, onlar ne yapıyor şu anda? Şimdi neredeler, bu paylaşımı nereden yapmışlar?

İşte sosyal medya bu görünme ve gösterme isteğini çok iyi yönetiyor. Hatta en iyi ve en çok yönettiği duygu ve davranış bu: Görünmek ve göstermek. Böylece daha abartılı, dramatik ve duygusal kişilikler ortaya çıkıyor.

Davranışlarda ve yorumlarda abartı üstüne abartı görülüyor. İlişkiler artık daha yüzeysel hale geliyor. En sorunlu durumlardan biri ise çabuk kaybolan duygular. Bir saldırıda öldürülen çocuklara duyduğunuz üzüntü, bir sonraki düğün fotoğrafı ile yerini sevince bırakıyor. Bu duygu da uzun sürmüyor, sönüyor ve başka bir görsel ile başka bir duygunuz ortaya çıkıyor. Bunların hepsi çok kısa sürüyor.

Düşünebiliyor musunuz? Duygularınızla oynanıyor. Siz de herhangi bir duyguyu uzun süre yaşayamıyorsu-

nuz. Bir ölüm, bir savaş, bir haksızlık mücadele edilmesi gereken bir durum değil hızlıca önünüzden geçen bir görsel ve bir kaç saniyelik üzüntü, o kadar.

Sosyal medya paylaşımlarından en çok etkilenenler ise telkine yatkın kişilik yapısına sahip olanlar. Bu sadece kişilik ile değil aynı zamanda analitik düşünme yeteneğine sahip olamama ile de ilgili.

“Sen her paylaşılanı, yazılana, habere inanıyorsun, yapma işte saf mısın? Biraz eleştirmeyi, analiz etmeyi öğren” Buna biz sosyal medya okur yazarlığı diyoruz. Çünkü bunu öğrenemezsen kolay etkilenirsin, seni yönetmelerine izin verirsın, algıladığın şeylerin gerçek mi sahte mi olduğunu anlayamazsın. Yolunu değiştirirler, altını oyarlar, kafana vurup ekmeğini alırlar sen bir de üstüne teşekkür edersin. Sosyal medya böyle bir yer, düşünmüyorsun ve takip ettiklerin bir de bakmışsın senin zihnini çalmış.

Sosyal medya destekçi veya taraftar toplamak için muhteşem bir ortam. Manipülasyona giden kral yolu. Bir fikrin en çok desteğe ve taraftara ihtiyacı vardır. Kitleleri yönetmenin kuralı budur. Algıları yönetmek ve taraftarın hararetini artırmak. Sözel ve psikolojik şiddet, beğenmek ya da bir kaç kelime yorum ile de mümkün olabiliyor, bunu bize sosyal medya gösteriyor sağolsun.

Bir siyasi düşüncenin taraftarı arttıkça diğeri ötekileştiriliyor ve hatta linç ediliyor. Böylece siz de basit bir takipçi konumundan çıkıp karşınıza taş atan bir holigan oluyorsunuz.

Görünmek ve göstermek için ne yapmalı? Normal bir insan neden takip edilsin veya beğenilsin ki? Gazetecilikte kuraldır, köpek adamı ısırsırsa haber olmaz, adam köpeği ısırsırsa haber değeri vardır. Bu nedenle sosyal medyada sıklıkla aşırılıklar sergilenir, teşhircilik yapılır,

konuşmalar küfürle biter, kutsallara saldırılır, pervasızca davranışlar vardır ve başkasının paylaşımı çalınır. İftira, ayrıntılardan büyük genellemeler çıkarmak, konunun uzmanı gibi yorum yapmak, engeli olanla veya zayıfla dalga geçmek... Sosyal medyada kuraldır, ne kadar çok beğeni alırsan o kadar varsın. Bu yüzden bir de takma isimle hesap açılmalı ve gizli kimliklerle savaşa devam edilmelidir.

Peki sosyal medya hep böyle kirli mi? Faydası yok mu? Sayısız faydası var. Artık köylü ile şehirli, emekli ile öğrenci arasında bilgiye ve habere ulaşma açısından fark kalmadı ya da azaldı. Nerede ne yenir, nerede tatil yapılır, hangi okul kaliteli, hava durumu nasıl sorularımızın cevapları olaylara farklı bakış açıları, fırsatlar, tavsiyeler, ipuçları, davetiyeler hep dostlarımızın paylaşımlarında. Sosyal medya paylaşımlarından görerek ev alanlar, evlenip yuva kurulanlar, dolandırıcılıktan korunananlar, kitap okuyanlar, alışverişini ucuza getirenler, güzel davranışları örnek alanlar, hayatına yön çizenler de var. Şu bir gerçek ki sosyal medyayı küçük bir grup dışında pek çok insan ihtiyacına ve keyfine göre kullanıyor. Sosyal medyadan faydalaniyor ve kullandıkça daha doğru kullanmayı öğreniyor.

Biz bu yazımızda sosyal medya kullanımına dair örnekler sunmaya çalıştık. Gerçek şu ki bir olayın kendisinden daha çok nasıl gösterildiği veya ne kadar çok paylaşıldığı önemli hale geldi. Kendi duygusunu ve düşüncesini ifade etmeyi öğrenmemiş, sınırlarını belirleyememiş bir insanın sınırsızca ve sorumsuzca sosyal medya kullanımı artık sorunlu sosyal medya kullanımı halini almıştır. Post-truth çağında kritik analitik düşünce ve sosyal medya okur yazarlığını öğrenmek ve öğretmek atılacak ilk adımdır. Hoşça kalın...



ONELTEKSTİL

HOME DESIGN
COFFE TABLE
MIRROR
CHAIR
STOOL
TABLE

S SANDALYE DÜNYASI

ONELCONCEPT

Horozluhan Mahallesi Saraycık Sokak No:140

KONYA / Selçuklu



SANDALYE DÜNYASI

www.onelsandalyedunyasi.com

0 332 350 51 18 - 0 530 359 31 11

KONYALI BEŞİZLER HERKEŞİN İLGİ ODAGI OLDU

Konya'da yaşayan Tuğba ve Ahmet Dür çiftinin 8 yaşındaki beşiz kızları ile 15 yaşındaki abla-ları, birbirinden bir an olsun ayrılmadan büyüyor ve en çok annelerini zorlasalar da mutlu bir hayat yaşıyor.



Tuğba (34) ve Ahmet Dür (39) çiftinin beşizleri Feyza Nur İkra, Beyza Nur Azra, Saliha Nur Erva, Fatma Nur Nilda ve Meryem Nur Esma, 8 yıl önce Avusturya'nın başkenti Viyana'da erken doğumla dünyaya geldi. Viyana Belediyesinde ulaşım koordinatörlüğü yapan baba Ahmet Dür, beşizlerin doğmasının ardından memleketi Konya'nın Selçuklu ilçesine yerleşti. Üç yıl önce okula başlayan beşizler, birbirlerinden hiç ayrılmıyor, evde aynı odayı paylaşıyor, aynı sınıfta eğitim görüp, aynı kıyafet ve ayakkabılar giyor. Öğretmenlerinin bile isimlerini karıştırdığı beşizler, hem okulda hem de oturdukları mahallede görenlerin ilgisini çekiyor.



Tuğba ve Ahmet Dür çifti de zaman zaman birbirini kıskanan beşizlerin ve 15 yaşındaki abla Ayşe Nur Nisa'nın ihtiyaçlarını karşılamak için yoğun çaba sarf ediyor.

Çocukların elbise ve diğer ihtiyaçlarını birbirlerini kıskanmaması için aynı renk ve özellikte almaya özen gösteren çift, alacağı şeyden beş tane olmaması durumunda ise alışverişten vazgeçiyor.

Anne Tuğba Dür yaptığı açıklamada, zorlu bir hamilelik süreci geçirdiğini söyledi.

Yaşadığı zorluklara rağmen çok mutlu olduklarını dile getiren Dür, şöyle konuştu:

"Kontrolde gittiğimizde ikiz olacağını söylediler. İki hafta sonra gittiğimizde ise üçüz dediler ama 9. haftada beşiz olduğunu öğrendik. Çok sevindim ama bir o kadar da şok oldum. Doktorlar riskli olacağını düşünerek 2-3 tanesini dünyaya getirmeyi teklif etti ama ben hepsinin dünyaya gelmesini istedim. Sonrasında çocuklarımız sağlıklı bir şekilde dünyaya geldi. Banyoları, mamaları, temizlikleri zordu ama ayrı bir heyecanı vardı. Öğretmenleri

isimlerini karıştırdığı için gözlüklerini renkli almıştık. Sonradan öğretmenlerine şaka yapmak için kendi aralarında gözlüklerini değiştirmişler, öğretmenleri de bunun üzerine isimlerini karıştırmış.”

“Çevredekiler dönüp dönüp tekrar bakıyor”

Anne Dür, “Kızlar dışarıda insanların dikkatini çekiyor. Çevredekiler dönüp dönüp tekrar bakıyor. ‘Gerçekten beşiz mi bunlar?’ deyip sayıyorlar. Aynı kıyafeti giydikleri için dışarıda görenler ‘okul gezisinden mi geliyorsunuz’ diyor. Kızlarımı çok seviyorum. Doktor ve öğretmen olmayı çok istiyorlar. İnşallah okuyup başarılı bir şekilde meslek sahibi olurlar.” dedi.

“Bez ve mamayı paletle almak durumunda kalıyorduk”

Baba Ahmet Dür de doğumdan sonra zor bir süreç atlattıklarını belirterek, şunları kaydetti:

“Gerek bakımları gerekse masrafları bizi ciddi anlamda zorladı. İlk doğduklarında uyumadığımız çok gece oldu. Birini uyuttuğumuzda diğer uyanıyordu, çok zorlanıyorduk. Bez ve mamayı paletle almak durumunda kalıyorduk. Günde 1,5 paket mama bitiyordu ama çok şükür sağlıklı bir şekilde çocuklarımızı büyüttük. Alışveriş yaparken seçeneği kızlarımıza bırakıyoruz. Ancak sonrasında herkes kardeşinin de aldıklarını istediği için anlaşmazlık çıkıyor ve sonrasında her kardeşin aldığını diğerlerine de alıyoruz. Haliyle 5’erden toplam 25 kıyafet almış oluyoruz. Bu da doğal olarak masraf anlamına geliyor.”

“Ablaları evin küçük annesiymi”

Beşizlerin dışarıdan hiçbir arkadaşına ihtiyaç duymadığını anlatan Dür, “İlk gören insanlar şaşırıp ‘Allah sabır versin’ diyor. Sağ olsun ablaları evin küçük annesiymi. Çok küçük yaşta sorumluluk aldı. Kızlar yurt dışında ilk doğduğunda reklam için zaman zaman teklifler geldi ama biz kabul etmedik.” ifadelerini kullandı.



SOSYAL MEDYA, VATANDAŞIMIN BANA, BENİM VATANDAŞIMA ULAŞABİLDİĞİM YERİN ADIDIR

Meram Belediye Başkanı Mustafa Kavuş ile sosyal medya üzerine bir söyleşi gerçekleştirdik. Başkan Kavuş, kendisinin ve başında bulunduğu Meram Belediyesinin sosyal medyayı nasıl algıladığından ne derece etkin kullandığına kadar geniş bir yelpazede sorduğumuz soruları samimiyetle yanıtladı. İşte Başkan Kavuş'un hizmetlerini yönlendirmesi ve vatandaşlarla iletişimde sosyal medyanın etkisi üzerine gerçekleştirdiğimiz söyleşi;

Sosyal mecralar sizin ya da belediye-niz için ne ifade ediyor?

Bu konu ile ilgili olarak öncelikle şunu belirtmek isterim; Yeni bilgi ve telekomünikasyon teknolojilerinin baş döndüren gelişiminin bir sonucu olan sosyal medya, gerek bireysel, gerek siyasal gerekse toplumsal alanda muazzam bir dönüşümü ve etkileşimi ortaya koymuştur. Günümüz, sosyal, siyasal, ticari, akademik ya da sivil toplum ağlarıyla örülü hal almıştır. Bireylerin kendi aralarında ve kurumlarla olan iletişim ve etkileşimi hızla artmıştır. Bu sebeplerle sosyal medya benim için de, belediyemiz için de vatandaşlarımızla kurduğumuz iletişimin ve etkileşimin en önemli parçalarından biridir. Sosyal Medya bizim hemşerilerimize, hemşerilerimizin bize ulaşmasında, onun istek, talep ve beklentilerini öğrenmemiz adına çok şeydir evet. Ama her şey değildir. Bu mecra vatandaşlarımızla aramızda çok güçlü bir köprüdür belki ama bizim için asıl olan vatandaşımıza dokunabilmektir. Sosyal medya ve dijital dünya hemşerilerimize ve onların beklentilerine dokunabildiğimiz yerlerden sadece biridir. Görevde olduğum süre boyunca ben halkla iletişim bağlamında var olan bütün kanalları sonuna kadar kullandım, kullanmaya da devam ediyorum.

Sosyal medyayı belediyeniz ne derece etkin kullanmaktadır?

Belediyeler, halkın içinden doğan ve halkın bir parçası olan yönetim birimleridir. Belediyelerin doğasında bu

var. Hizmet ve hemşerilik ilişkileri birbirleriyle adeta özleşmiştir. Bu sebeple halkla ilişkiler konusu diğer tüm kurumlardan çok daha önemli ve değerli bir hal alıyor. Bizim Meram Belediyesi olarak genel ve uzun soluklu bir hizmet politikamız ve stratejimiz var. Bunu çeşitli vesilelerle kamuoyuna sık sık duyuruyoruz. Kurumumuzun bunun yanında vatandaşlarımızla karşılıklı, derin, hızlı, sıcak, samimi bir iletişim kurmasını, talep, öneri ve şikayetlerini öğrenerek bu bilgiler ışığında kurumsal stratejilerini belirlemesini de genel hizmet politikamızın en önemli parçası olarak görüyoruz. Sosyal Medya bu stratejimiz için biçilmiş kaftan. Etkin, yaygın ve hızlı... Vatandaşlarımızı önemsiyoruz, onun için sosyal medyayı da önemsiyoruz. Yaşanan bir olumsuzluktan bir sıkıntıdan anında haberdar olup anında müdahale edebiliyor ve vatandaşın yüzünü güldürüyorsunuz. Halka hizmeti önemseyen ve onların mutluluğunu önceleyen biri olarak benim ve kurumum için bu harika bir fırsat değil mi? Bu nedenle bu fırsatı sonuna kadar değerlendirmek bizim içinde hemşerilerim içinde bulunmaz bir fırsat olarak görüyorum sosyal medyayı. Bizim için asolan halkla ilişkilerdir. Bunun için göreve başladıktan sonra 'Bizim Meram Masası'nı devreye soktuk. Vatandaşlarımızın istek ve şikayetlerini çözmede büyük yol kat ettik. Bizim Meram Masası sorunları çözmede ve beklentileri karşılamada sosyal medyayı önemli enstrümanlardan biri olarak görüyor. Birim, sosyal medyanın yanısıra vatandaşlarla aramızda köprü vazifesi kuracak tek-

nolojinin tüm kanallarını kullanıyor. Bugüne kadar sosyal medya aracılığı ile bize ulaşan vatandaşlarımızın sayısı 298. Bunun yanısıra başkan ve başkanlığa mesaj yoluyla ulaşanların sayısı 749, e-posta ile 438, WhatsApp yolu ile ulaşan hemşehrilerimin sayısı 114. Ulaşım sayısına baktığınızda bunun vatandaşlarımızla aramızda önemli kanallardan biri olduğu açıkça görülecektir. Bize bu yollardan ulaşan kişilerin yüzde 97'sine dönüş yapıldığı düşünüldüğünde ise belediyecilik hizmetinde bu kanalların önemi bir kez daha ortaya çıkar.

Sosyal medya kullanımı hizmetlerini-zi ne yönde ve aslında az önce biraz yanıtını verdiniz ama ayrı bir başlık açmak adına soruyorum ne derecede belirliyor?

Sosyal medya vatandaşla aramızdaki tüm araçları, eşik bekçilerini, yönlendiricileri kaldıran bir mecra. Ancak sosyal medya bizim için en etkin olsa da araçlardan sadece biri. Bizim hizmetlerimizde asıl yapmak istediğimiz ve 9 aylık kısa dönemimizde bunu birçok yönüyle başardığımız konu şu; teknolojiyi, telekomünikasyon teknolojilerini, interneti ve sanal dünyayı hizmetlerimize hizmet eder şekilde kullanabilmek. Etkin ve verimli kamu hizmeti sunumu, demokrasinin ve katılımın geliştirilmesi, vatandaşın süreçler hakkında bilgi sahibi olması gerekliliği gibi konular tüm belediyeleri buna zorluyor elbet. Ama biz bu zorlamanın sonucu olarak değil, vatandaşlarımızla daha iyi ve daha hızlı bir hizmet sunabilmek, verimliliğimizi

ve hizmet kalitemizi artırabilmek adına buna talibiz. Bu hem benim hem de vatandaşların işine yarıyor. Vatandaşın oturduğu yerden başvurusunu yapması hatta işlemlerini halletmesi, bizi birçok evrak kalabalığından, kargaşadan, karmaşadan ve arşivlemenin risklerinden kurtarıyor. Hız kazandırıyor. İşlerinin ve işlemlerinin hızlı halledilmesinden hem vatandaş mutlu hem biz. Mesela teknolojiyi hizmetlerimize aracı kılma faaliyetlerimizden birisi MEPKAS oldu. Meram'da mimari projeler artık dijital ortamda hizmet veriyor. MEPKAS, ruhsat işlemlerinden proje inceleme ve arşivleme noktasına kadar birçok yarar sağladı. Projelerin dijital platformda işlem görüyor olmasıyla vatandaşlarımız işlemlerini, artık çok daha kolay çok daha rahat ve çok daha hızlı yapabiliyorlar.

Özelde sosyal medyanın genel de de dijital dünyanın hep olumlu yönlerinden bahsettik. Sizce kötü yönleri ya da zararlı tarafları nedir bu dünyanın?

Tabi konumuz hizmet olunca dijital dünyanın, bireylerin hayat tarzlarını kökten değiştirmesi gibi hususlar noktasında bir açıklama yapmam anlamsız olacak. O biraz da sosyolog ve psikologların işi hatta ilerleyen zamanlarda da tarihçilerin işi olacak. Benim ve Meram Belediyesi için önemli olan soru şu; Benim hizmet üretmeme, vatandaşımın yüzünü güldürmeme aracılık ediyor mu etmiyor mu? Tabi bazı amaç dışında kullananlar, yanlış bilgilendirenler ve sizi manipüle etmeye çalışanlar olmuyor mu? Oluyor. Siyasi rant peşinde koşanlar, kendi menfaati için kullanmaya çalışanlar olmuyor mu? Elbet oluyor. Ama bunlar azınlıkta. Her ilacın bir yan etkisi var. Bir hasta için ilaç kar zarar ilişkisinde yaşadığı paradokstur. Yan etkileri olmasına rağmen hastalığa deva oluyorsa ilaç kullanmak şarttır. Bizim sosyal medya üzerinde yaşadığımız yan etki o kadar az ki, yararının yanında zararının lafı bile olmaz. Ben sosyal medya ile vatandaşımın bir sıkıntısını ivedilikle çözebiliyorsa, onun dertlerine derman olabiliyorsa, bana ulaşmak istediğinde anında ulaşabiliyorsa, dijital platformlar sayesinde hizmetini en hızlı şekilde alabili-



yorsa biz o kanalların tümünü sonuna kadar kullanır, zararlı taraflarını da sineye çekirim. Ve biz bu az önce saydığım şeyleri yapabiliyoruz.

İsteğimizi kırmayarak bizlerle dijital dünya ve sosyal medya hakkında görüşlerinizi paylaştığınız için teşekkür ediyorum. Konu ile ilgili son söyleyeceklerinizi de merak ediyor ve röportajımı tamamlamak istiyorum.

Bende görüşlerime değer verdiğiniz için teşekkür ediyorum. Son olarak ta şunları söylemek istiyorum; sosyal medya bütün geleneksel mecralardan farklı olarak yaşayan bir platformdur. Bunun bir üstü her bir vatandaşınızla tek tek yüz yüze görüşmektir. Bu tabi ki bugünkü şartlarla hatta hiçbir zaman mümkün olmayacak belki. 350 bin vatandaşınıza aynı anda ulaşabilmeniz teknik olarak mümkün değil. Ama işte sosyal medya bana bu imkanı veriyor. 350 bin kişinin bana ulaşabilme imkanı ve ihtimali var. Ben sosyal medyadan gelen soruları ve şikayetleri kendim yanıtlarım. İşte bu vatandaşın bir başkana, randevusuz, halk günü beklemeden, fırsatını kollamadan, araya araçlar koymadan ulaşması anlamı taşıyor ki biz de bu saydıklarımıza zaten ihtiyaç yoktur. Kapımız herdaim açıktır.

Bununla birlikte sosyal medya aracılığı ile hemşerilerimin her bir isteğini görebiliyorum. Böylelikle ilçemin neresinde hangi sorun olduğu malumatımda. Bu bir belediye başkanı için müthiş bir nimet. Bundan 1400 yıl önce Hz. Ömer'in geceleri Medine sokaklarında dertlileri aramak için gezmesinin bugünkü karşılıklarından biri de sosyal medya. Zaman zaman akşamları yalnız çıkıp mahallelerimde dolaşıyorum ancak şehirler büyüdü. Her sıkıntılı insanı bilemiyoruz. Bu ilçenin Şehr-i Emin'i olarak herkesten sorumluyum biliyorum. Allah, verdiği bu makamın hesabını bir gün soracak elbet. Ve ben o büyük hesap günü 'Haberim olmadı' diyemeyeceğimi de biliyorum. Bu bilinç sorumluluğumu hep taze tutuyor. İşte sosyal medya bana tam da burada büyük bir imkan sunuyor. Vatandaşlarımın bana, benim vatandaşlarıma ulaşabildiğim yerlerden biri orası. Yapmam gerekenleri yapmam için bana fırsat sunuyor. Bu nedenle hem benim hem Meram Belediyesi için önemli, kullandığımız ve kullanmaya devam edeceğimiz bir mecradır. Tüm hemşerilerimin bunu bilmesini istiyorum.

YALANCI EBEVEYN TELEVİZYON

Değerli okuyucular bu sayımızda televizyonun çocuklar üzerindeki etkileri üzerinde çalışma yapmak istedim.



Televizyon, doğru kullanılırsa çocuğun zihinsel gelişimine katkıda bulunabilir. Bunun için onunla birlikte televizyon izlenmeli, izleyeceği programları birlikte seçmeli ve televizyon izleyeceği süreyi sınırlı tutmak gerekir. Özellikle tatillerde çocuklar daha fazla televizyon izlerler. Tatil günlerinde yayınlanan, çocuklar için eğitici, öğretici ve eğlendirici programları seyretmelerini sağlayarak ya da teşvik ederek televizyon kullanımını olumlu hale getirilebilir. Çocuklar televizyonla kendilerini daha iyi değerlendirebilir, televizyonlardan aldıkları bilgileri kendi mantıklarıyla biçimlendirebilirler. Bu durumda televizyon ideal bir iletişim aracı haline gelebilir.(Temur, 2007)

Televizyonda söz ve görüntü bir arada verildiği için çocuklar çok kolay etkilenebilir. İyi seçilmiş programlar izletildiğinde çocukların bilgisini, hayal gücünü artırabilir. İlk yıllarda özellikle reklamlar bebeklerin ve çocukların ilgisini daha fazla çeker. Müzik kanalları da aynı şekilde müzik-ritim ve renkli görüntülerin eşlik ettiği klipler nedeniyle ilgi çekici olur. Bu dönemde fazla televizyon karşısında tutulan çocukların televizyon izleme alışkanlıklarının gelişmeye başladığı bilinmektedir. Özellikle de çocuğa rahat yemek yedirmek veya onun sakince oturmasını sağlamak amacıyla televizyon seyrettirmek, çocukların okul yıllarında

da televizyon izleme alışkanlığı gelişmektedir. Ayrıca anne-babası çok televizyon izleyen çocukların da yine model alma yoluyla zaman geçirme ve eğlenme aracı olarak televizyonu tercih etmeleri söz konusudur. Küçük yaşlardan itibaren televizyon izleme saatleri sınırlandırılmayan çocuklar okul yaşlarında televizyon bağımlısı olmaya aday olmaktadır. Kontrolsüz şekilde televizyon izlettirilen çocukların yorum yapma, muhakeme etme yeteneklerinin olumsuz etkilendiği bilinmektedir. Çünkü televizyon izlemek tek yönlü, pasif bir etkinliktir. Oysa en etkin öğrenme yolu deneyerek yaşayarak öğrenmedir. Fazla tele-

vizyon karşısında kalan çocuk direkt bilgi almaya alışır ve etkileşim içine giremez. Bu nedenle televizyonun olumlu etkileri ancak sınırlı ve seçilmiş programların izlenmesiyle sağlanabilir. (Temur, 2007)

TV İzlemenin Yararları

Bazı eğitimsel programların özellikle yetersiz çevresel koşullarda yaşayan çocuklar için yararlı olabileceği düşünülmektedir. Burada yine bu programların belli bir pedagojik sansürden geçmiş olması gerekliliği söz konusudur. Bunun yanı sıra çocukların gerçek hayatta karşılaşma fırsatı bulamadık-

ları doğa ve çevre ile ilgili bazı görüntüleri örneğin belgeseller aracılığı ile izlemeleri okul bilgisinin görsel bir malzemeyle eşleştirilmesi anlamında kalıcılık sağlamaktadır. Belgeseller hem çocukların ilgisini çekmekte hem de yeni bilgiler öğrenme konusunda teşvik edici ve merak uyandırıcı olmaktadır. (Dereobalı, 2005).

TV İzlemenin Zararları

-Başkalarına ve kendilerine karşı saldırganlık davranışı sergilemeye ve çok yönlü korkular oluşturmaya neden olabilir.

- Öfkenin yanlış ve yıkıcı olarak ifade edilmesine örnek oluşturur.

- Anne-Baba-Çocuk arasındaki iletişimin kalitesinin bozulmasına yol açar.

- Oyun oynama, kitap okuma gibi alışkanlıkların bozulmasına yol açar.

-Özellikle 0-3 yaş arasında uzun süre televizyon karşısında kalan çocuklarda başka nedenler de eklenerek bazı psikiyatrik tablolar gelişebilir.

Bu Tür Çocuklarda:

- Etrafa karşı ilgisizlik.
- Seslenince bakmama.
- Göz kontağı kurmama
- İnsanlara ve yaşlılarına ilgisizlik.
- Onlarla sosyal ve duygusal iletişime geçmemek.
- Kendi halinde olmaya çalışmak.
- Kendi etrafında dönmek.
- Sallanma.
- Cansız nesnelerle aşırı derecede ilgilenmek.
- Konuşmamak.
- Cümle kurmamak.
- İletişim ve etkileşimde problemler.
- Duygusal olarak karşılık vermemek. (Aydın, 2003)

Anne-Babalara Öneriler

3 yaş civarında çocukların çizgi film, belgesel ve eğitimsel programları izlemeleri onların yaratıcılıklarını geliştirir ve hoşça vakit geçirmelerini sağlar. Ancak bu yaşlardan itibaren televizyon başında geçirecekleri vakit sınırlandırılmalıdır. Bebeklik çağlarından itibaren fazla televizyon izlettirilen çocukların özellikle iletişim ve konuşma becerilerinin gecikmesi riski oluşmaktadır.

- Bazı çizgi filmlerin aşırı şiddet ve korku öğesi içerdikleri ve bu nedenle çocuklar üzerinde birçok olumsuz etkiye yol açtıkları bilinmektedir. Oyun çağı çocuğu henüz hayal ile gerçeği ayırt edemeyeceğinden şiddet ve saldırganlık içeren görüntülerden daha çok etkilenir. Bu nedenle çocuğunun izlediği çizgi filmlerin denetimini siz yapmalısınız.

- Okula giden çocukların, dinlenme, yemek yeme, oyun oynama, uyku ve ders zamanları çıkarıldığında eğer vakitleri kalıyorsa televizyon seyretmelerine izin verilmelidir. Bu saat de genellikle derslerin bitmesinin ardından planlanmalıdır.

- Çocukların günlük televizyon izlemeleri gereken saatler konusunda değişik görüşler olmakla beraber özellikle okul çocuklarının günde bir saatten fazla televizyon izlememeleri önerilmektedir.

- Çocuğun yaşına uygun programlar izlemesi sağlanmalıdır. Yetişkinler için hazırlanmış dizi, film, magazin türü programların mümkün olduğunca çocuklara izlettirilmesi gerekmektedir.

-Çocuklar genellikle evde kendilerini yalnız hissettiklerinde ve uygun aktivite bulamadıklarında televizyonu tercih etmektedirler. Çocuğunuzun yaşına ve ilgi alanına uygun oyunlar bulup onunla oynayabilirsiniz ve televizyon dışında birlikte eğlenebileceğiniz aktiviteler bulabilirsiniz çocuğunuz televizyon izlemek yerine sizinle oynamayı tercih edecektir.

Tv nin küçük yaşlardaki çocuklarda etkisi çok daha fazla olmaktadır. Özellikle televizyonu yalancı ebeveyn olarak kullanan anneler çocuklarında televizyon bağımlılığının etkilerini çocuklarında gelişimsel anlamda gerilikler oluştuğunda anlamaktadırlar. Bu açıdan bakıldığında aşırı tv izleyen çocuklarda konuşma gecikmesi öfke krizleri aşırı sakın ya da aşırı hareketli olma dikkatle ilgili sorunlar ortaya çıkabilmektedir. Unutmayalım ki çocukların alışkanlıkları ebeveyn ve bakıcıları tarafından oluşturulmaktadır. Çocuklarınızın televizyon bağımlısı olmaması için çocuklarınızın günlük rutinlerini oyunla zenginleştirmek gerekmektedir.

Sosyal Medya alarmı...!

Teknolojinin hayatımızı kolaylaştırıp kolaylaştırmadığı tartışma konusu.



Teknolojinin hayatımızı kolaylaştırmadığı aksine zorlaştırdığını savunanlar, 'eğer teknoloji hayatımızı kolaylaştırmış olsaydı daha fazla çalışmak zorunda olmazdık' diyorlar.

Pek haksız sayılmazlar. Teknolojinin imkânlarından yararlanabilmek için öncelikle o teknolojiyi satın almak gerekiyor. Satın almak hiç de kolay değil. En ucuz akıllı telefonun bin liradan satıldığı, asgari ücretin ise 2 bin lira olduğu bir dünyada yaşıyoruz.

Sosyal Medya'nın günlük hayatımıza girdiği günden bu yana rahat yüzü görmedik. Dünya rahat yüzü görmedi. Sosyal Medya sonuç itibarıyla küçülüp ceplerimize kadar girebilen akıllı telefonlar üzerinden etkili oluyor. Yani, teknolojinin ürünü, teknolojinin yeni yavrusu... Kuzey Afrika ülkelerinde başlayan twitter fırtınasının önüne kattığı birçok devlet tarihte silinme tehlikesi ile karşı karşıya kaldı. Tunus, Libya, Mısır, Suriye, Yemen.... Daha önce bazı eski 'Demirperde' ülkelerinde uygulanan 'turuncu devrim' için de aynı şeyler söylenebilir.

Artık ne teknolojiyi kendimizden uzaklaştırabiliriz ne de sosyal medyadan soyutlanabiliriz. Hayatın bir gidiş noktası var. Bizim kuşak, Hoca Efendilerin televizyona ne kadar karşı çıktıklarını bilir. Keza baba ve dedelerimizin de... Hoca efendilerin de, baba ve dedelerimizin de gücü televizyonu günlük hayatımızdan uzaklaştırmaya yetmedi.

Şimdi artık ne gazete okunuyor, ne radyo dinleniyor, ne de televizyon izleniyor. Varsa yoksa internet medyası, sosyal medya...

Bizim kuşak ısrarla sosyal medyanın zararlarını anlatıp duruyor.

Sonuç ne?

Kocaman bir hiç.

Çocuklarımızı odalarından dışarıya çıkarmak dahi mümkün olmuyor. Elllerinde akıllı telefonlar, odalarında, okulda ders aralarında, okula gelip giderken servis araçlarında, yürürken sokak ve caddelerde, belediye otobüslerinde, minibüslerde, köy meydanında, kıraathanede, koyun otlatırken... her yerde, kendi dünyalarında yaşıyorlar.

Bu bizi ürkütüyor tabii...

Hem de nasıl ürkütüyor.

Avuç içine girecek kadar küçük o ekranlardan ne izliyorlar, ne dinliyorlar, hangi adreslere takılıyorlar, ne yazıyorlar, kiminle mesajlaşıyorlar? Belli değil.

Evet, hakikat bu.

Peki çözüm.

Çözüm belli.

Nasıl ki bizden öncekiler bizim televizyon izlememize engel olamadılar, biz de onların sosyal medyayı takip etmelerine engel olamayız.

O zaman ne yapmalıyız?

Vakit kaybetmeden şu üç ilacın yazıldığı reçeteyi tatbik etmemiz gerekiyor. Aksi halde daha çok canımız yanacak.

1-Devletin de desteği ile kendi sosyal mecralarımızı kurabilmeliyiz.

2-Ne şekilde olursa olsun içerik oluşturmalıyız.

3-Çocuklarımıza 'medya okur-yazarlığını' öğretmeliyiz.

Birinci maddeden başlayalım. Sosyal Medya adreslerinin hangi ülkeye ait olduğu belli. Dünyayı yöneten güç o yolla 80 milyon ülke evladının röntgenini istediği zaman istediği açıdan çekebiliyor. Tabiri yerindeyse 'kimin kaç paralık olduğu, kimin ateşinin ne kadar yer yakacağı, kimin ne yaptığı' bu yolla malum istihbarat birimlerinin elinde. Son on yılda kaç ülkede darbe yaptıklarını, kaç ülkede iç savaş başlattıklarını artık herkes biliyor. Devletin kendi sosyal medyalarını oluşturma yönünde yaptığı çalışmalarda başarı elde edilemedi. Pes edilmemeli, devam edilmeli.

Devlet artık pek de takip edilmeyen Geleneksel Medya (Gazete-radio-tv) oluşumlarına verdiği önemden daha fazlasını internet medyasına ve sosyal medyaya vermelidir. Bu işi ciddi yapan internet haber ve bilgi siteleri ekonomik olarak desteklenmeli, doğru ve faydalı bilgi üreten siteler ödüllendirilmeli, bu alana yönelenecek gençlerin önü açılmalı ve onlara cesaret verilmelidir. Yine aynı şekilde kendi sosyal medya mecraları oluşturma yönünde gayret eden teknik kabiliyeti olan gençler desteklenmeli, ödüllendirilerek cesaretlendirilmelidir. Sosyal Medya içerikleri oluşturan kurumsal yapılar oluşturulmalı, Cumhurbaşkanlığı İletişim Başkanlığı ve Kültür Bakanlığı bu yönde çaba gösterenleri teşvik etmelidir. Bu yönde yapılacak olan tüm çalışmaların "Düşmanlara karşı gücünüz yettiği kadar kuvvet hazırlayın. Savaş atları yetiştirin ki bu hazırlıkla Allah'ın düşmanlarını, sizin düşmanlarınızı ve onların ötesinde sizin bilemeyip de ancak Allah'ın bildiği diğer düşmanları korkutup yıldırıyorsunuz. Allah yolunda her ne harcarsanız, onun karşılığı size eksiksiz ödenir, size asla haksızlık yapılmaz."(Enfal, 8/60) ayeti kerimesinin gereği olduğu unutulmamalıdır

Sosyal Medya'ya girişleri durduramıyorsak, sosyal medya içeriklerini

bizim oluşturmamız gerekiyor. Ciddi bir bilgi kirliliği var. Wikipedia'ya alternatif bir internet bilgi havuzu oluşturmamış. Tebliğ ve cihat sadece savaş alanlarında yapılmaz. Hazreti Peygamberin bir savaş dönüğü 'şimdi küçük cihattan büyük cihada dönüyoruz' hadisi şerifini güncel konjonktür çerçevesinde hayatımıza uygulayabilmeliyiz. Peygamberimizin büyük cihat olarak değerlendirdiği 'nefis cihadının' günümüzdeki en önemli versiyonlarından birinin sosyal medya ile mücadele olduğu unutulmamalı. Sosyal Medya ile savaşmak yerine onunla barışmayı denemeliyiz. Sosyal Medya ile barışmak doğru, kaliteli ve eğitici içerikler oluşturmakla mümkün olabilir. Bu eğitici içerikleri 'vaaz, nasihat, konferans,' gibi düşünmemeliyiz. Biz Müslümanlar anasından yeni doğan bir bebekten hayatının son dönemlerini yaşayan bir yaşlıya kadar herkese doğru, kaliteli ve faydalı bilgiyi sosyal medyanın eğlenceli dili ile verebilmeyi başarabilmeliyiz. Bunu televizyonda başaramadık, sosyal medyada başarabilmeliyiz. Ben kamu kuruluşları, belediyeler, sivil toplum kuruluşları ve imkânı olan her kurum ve her kişinin bu konuya eğilmesini farz mesabesinde önemli görüyorum. Televizyonun, günlük hayatımızı kasıp kavurduğu dönemlerde imkânı olan kurum, kuruluş, STK ve özel firmalara 'kitaba evet ama televizyon içerikleri de üretmelisiniz, çizgi film, çocuk programları, bel-

gesel, film, dizi...' çağrısında bulunmuştum. Ama bu çağrım sonuçsuz kaldı. 50 yaşındayım. Bunun 35'ini medyanın içerisinde geçirmiş biri olarak feryad-figan haykırıyorum; 'ne olursunuz sosyal medya içerikleri oluşturun...!'

Üçüncü madde bir devlet politikası olmalı. RTÜK'ün kendi çabaları ile hayata geçirdiği 'Medya Okur-Yazarlığı' dersi tutmadı. Ne öğretmenler, ne veliler ne de öğrenciler konuyu önemsediler. Zaten ders seçmeli olunca seçen de olmadı. Doğrusu bu değildi. Doğrusu, 'Medya Okur-Yazarlığı' dersinin bağımsız bir ders olarak okutulması değil, Sosyal Bilgiler Dersi'nde zorunlu okutulan bir ünite olmasıydı. Her yılın müfredatında bulunmalıydı. Sosyal Bilgiler Öğretmenlerine de bu konu lisans eğitimlerinde iyi anlatılmalıydı. Sadece Sosyal Bilgiler öğretmenleri değil diğer öğretmenlerin de uygun zamanda bu konuyu çocuklara kendi derslerinin dili ile anlatmaları gerekmektedir. Bir neslin hebası veya ihyası olarak nitelendirilebilecek bu konu Milli Savunma kadar büyük önem arz etmektedir.

Artık sosyal medyanın faydası veya zararını anlatacak vakit geçmiştir. Buna harcanacak her dakika boşa vakit öldürmektir. Vakit harekete geçme vaktidir.



YENİ KORONAVİRÜS SALGINI NE KADAR TEHLİKELİ?

Koronavirüsler, zarflı RNA virüsleridir. RNA virüsü olması nedeni ile sık değişime (mutasyona) uğrar. Koronavirüsler, soğuk algınlığı veya nezle olarak bilinen üst solunum yolu enfeksiyonuna en sık neden olan virüslerden biridir. Sıklıkla kış ve ilkbahar aylarında görülen üst solunum yolu enfeksiyonlarında %15-25 oranında bu etken sorumludur.



İlk defa 1937 yılında keşfedildi ve kuşlarda salgın yaptı. Daha sonra Yarasa, domuz, kedi, köpek ve kemirgenlerde de enfeksiyon yaptığı fark edildi. Bazen hayvanlar arasında gözlenen Koronavirüsler genetik olarak değişim gösterebilir ve insanlarda enfeksiyon oluşturma özelliği kazanabilirler. Buna benzer bir olay insanlarda 1960 yılında rastlandı. 2002 yılına kadar sadece iki Koronavirüs tipi (229E, OC43) insanlarda solunum yolu enfeksiyonuna neden olurken, 2002 yılı sonunda Çin'in Guangdong şehrinde diğer tiplerden daha ağır enfeksiyona neden olan yeni bir Koronavirüs tipi SARS-CoV (Ağır Akut Solunumsal sendrom)a neden oldu.

Yine 2012 yılının ortalarında, Suudi Arabistan'da bu kez başka bir Koronavirüs tipi- MERS-CoV (Ortadoğu Solunumsal Sendrom) tanımlandı. SARS-CoV mink kedilerinden, MERS-CoV ise develerden insanlara bulaşması sonucu salgınlara neden oldu. Hayvanlardan köken alan ve değişim (mutasyon) geçirerek insandan insana bulaşma özelliği kazanan bu virüsler ağır zatürre tablosuyla ölümlere yol açtı.

2019 yılının Aralık ayının son haftasında ise, Çin'in merkezindeki 11 milyon kişinin yaşadığı büyük bir şehir olan Wuhan'da 4 hastada aynı zamanlarda Akciğer enfeksiyonu kliniği gelişti. Deniz ürünleri ve canlı hayvanların satıldığı pazar ile teması olan bu dört hastadan sonra 31 Aralık 2019'da, 44 kişide akciğer semptomlarının gelişmesiyle ilgili olarak yeni bir solunum virüsünden şüphelenildi. Çin'deki ulu-

sal yetkililer tarafından 3 Ocak 2020'de yeni bir virüsle salgın olasılığı Dünya Sağlık Örgütüne bildirildi. Hastalardan alınan solunum yolu örneklerinin incelenmesiyle virüsün daha önceki SARS-CoV ile %80 oranında benzer olduğu anlaşıldı ve 7 Ocak 2020'de Çin'de yeni bir Koronavirüs bulunduğu açıklandı. Bu yeni virüse, Yeni Koronavirüs adı verildi.

Bulaş:

Wuhan'daki salgında Güney Çin Deniz Ürünleri Şehir Pazarı (farklı hayvan türleri satan bir toptan balık ve canlı hayvan pazarı) çalışanlarında kümeleme olduğu belirtildi. Doğrulanmış hastaların sadece %15'inin salgının başladığı yer olarak tahmin edilen canlı hayvan pazarı ile temasları olduğu bildirildi. Diğer olgulardaki bulaşların insandan-insana olduğu düşünülmektedir. Bu tarihten sonra vaka sayılarında artış bildirilmekte olup, sağlık çalışanlarında hastalığın ortaya çıkması, insandan insana bulaş olduğunu gösterdi. Hasta kişilerin öksürmesi, hapşırması veya konuşması ile çevreye yayılan solunum salgılarının solunması yoluyla ya da yüzeylere bulaşmış olan virüsün eller aracılığı ile alınıp burun veya ağza temas edilmesiyle bulaştığı düşünülüyor. Mide asidine nispeten dayanıklı olması nedeniyle ağız-dışkı teması ile de bulaşabileceği öngörülmektedir.

Klinik Özellikler:

Hastalarda ani bir başlangıç görülmektedir. Temas sonrası 14 gün içinde

semptomlar başlayabilir. Enfeksiyonun yaygın belirtileri solunum semptomları, ateş, öksürük, nefes darlığıdır. Kas ağrısı, bilinç bulanıklığı, baş ağrısı, boğaz ağrısı, burun akıntısı, göğüs ağrısı, ishal, bulantı ve kusma daha nadir görülen bulgulardır.

Daha ciddi vakalarda, zatürre, ağır akut solunum yolu enfeksiyonu, böbrek yetmezliği ve hatta ölüm gelişebilir. Özellikle başışıklığı baskılanmış hastalarda, gebelerde, 65 yaş üstü yaşlı hastalarda, Kronik obstruktif akciğer hastalığı bulunanlarda, kanser hastalarında, kronik kalp, böbrek, akciğer hastalarında ve şeker hastalarında ağır seyredebilir. Ancak belirtisiz olgular olabileceği unutulmamalıdır. Son verilere bakılarak SARS-CoV ve MERS-CoV enfeksiyonlarına göre ölüm hızı düşüktür denilebilir.

Tanı:

Yeni Koronavirüs tanısı için gerekli moleküler testler ülkemizde mevcuttur. Solunum yolu örnekleri (Burun ve Boğaz) ile tanı testi sadece Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Ulusal Viroloji Referans Laboratuvarında yapılmaktadır. Şimdiye kadar ülkemizde Yeni Koronavirüs hastalığı saptanmamıştır. Dünyada aşı geliştirme çalışmalarına başlanılmıştır ancak henüz geliştirilmiş bir aşısı bulunmamaktadır.

Tedavi:

Hastalığa özel bilinen bir tedavisi yoktur, hastanın genel durumuna göre gerekli destek tedavisi uygulanmaktadır. Antibiyotikler ise virüslere etki etmez, sadece bakterilere etkilidir. Yeni Koronavirüs (2019-nCoV) bir virüs olduğundan enfeksiyonu önlemek veya tedavi etmek amacıyla antibiyotikler kullanılmamalıdır. Bazı antiviral ilaçlar tedavide olumlu sonuçlar vermiştir. Spesifik bir tedavisi henüz kesin olarak uygulanamadığından korunma önem kazanmaktadır.

Korunma:

El hijyenine dikkat edilmelidir. Eller en az 20 saniye boyunca sabun ve suyla yıkanmalı, sabun ve suyun olmadığı durumlarda alkol bazlı el dezenfektanı kullanılmalıdır. Antiseptik içeren sabun



kullanmaya gerek yoktur, normal sabun yeterlidir.

Eller yıkanmadan ağız, burun ve gözlerle temas edilmemelidir.

Hasta insanlarla temastan kaçınılmalıdır (mümkün ise en az 1 metre uzakta bulunulmalı).

Hastalarla tokalaşmaktan kaçınılmalıdır.

Kapalı ortamlar sık sık havalandırılmalıdır.

Özellikle hasta insanlarla veya çevreleriyle doğrudan temas ettikten sonra eller sık sık yıkanmalıdır.

Hastaların yoğun olarak bulunması nedeniyle mümkün ise sağlık merkezlerine gidilmemeli, sağlık kuruluşuna gidilmesi gereken durumlarda diğer hastalarla temas en aza indirilmelidir.

Öksürme veya hapşırma sırasında burun ve ağızın tek kullanımlık kağıt mendil ile örtülmeli, solunum hijyen önerilerine dikkat edilmeli, mendil kullanıldıysa hemen çöpe atılmalıdır, mümkünse kalabalık yerlere girilmemesi, eğer girmek zorunda kalınıyorsa ağız ve yüzün kapatılması, mümkünse tıbbi maske kullanması önerilmektedir.

Çiğ veya az pişmiş hayvan ürünleri yemekten kaçınılmalıdır. İyi pişmiş yiyecekler tercih edilmelidir.

Ülkemizde, son günlerde Çin'e seyahat etmiş olan veya seyahat etmiş biriyle yakın teması olan kişiler; ateş, öksürük, solunum sıkıntısı gibi belirtileri olursa mutlaka en yakın sağlık kuruluşuna başvurmalarıdır.

Seyahat sonrası herhangi bir solunum yolu belirtiniz olursa doktorunuza seyahat öykünüz hakkında bilgi veriniz.



SOSYAL MEDYA AKIL SAĞLIĞIMIZI NASIL ETKİLİYOR?

Dünya nüfusunun yüzde 40'ı, 3 milyar kişi sosyal medya kullanıyor ve günün ortalama iki saatini bu platformlarda paylaşım yapma, beğenme, tweet atma, durum güncelleme ile geçiriyor. Buna göre her dakika yarım milyon tweet atılıyor, snapchat fotoğrafı paylaşıyor. Peki, bilim bu platformların akıl sağlığımız üzerindeki etkileri hakkında ne diyor? Araştırmalara göre "Instagram'a bakmak öz saygıyı azaltıyor, yetersiz hissettiriyor"; "Twitter stresi artırıyor"; yolculuk fotoğrafları ise "kıskançlık" yaratıyor... Araştırmaların ortaya koyduğu pek çok detay var. Peki sosyal medyada sadece zaman kaybetmekle kalmayıp, akıl sağlığımızı da tehlikeye atıyor olabilir miyiz?

Sosyal medya bizim için nispeten yeni olduğu için kesin bilimsel sonuçlara erişebilmiş çalışma sayısı sınırlı. Olan çalışmalar temelde insanların kendileri hakkında görüşlerine dayanıyor ki bunlar sıklıkla aldatıcı olabilir ve çoğunluğu Facebook'a odaklanmış durumda. BBC Future'dan Jessica Brown, şimdiye kadar yapılan araştırmalarda elde edilen ilk ipuçlarını derledi:

STRES

İnsanlar sosyal medyayı müşteri hizmetlerinden politikaya her konuda içini boşatmak için kullanıyor. Diğer yandan sosyal medya haber kaynakları da genellikle ekstra stres kaynağı oluyor. 2015'te Washington DC'deki Pew Research Center'in araştırmacıları, sosyal medyanın yarattığı stresin giderdiğinden fazla olup olmadığını araştırdı.

1800 kişiyle yapılan bir ankette kadınlar erkeklerden daha fazla stresli olduklarını bildirdiler. Twitter, diğer insanların stresleriyle ilgili farkındalıklarını arttırdığı için "strese önemli bir katkı kaynağı" olarak bulundu.

Fakat Twitter aynı zamanda da bir başka çıkma yöntemi olarak ortaya çıktı. Kadınların Twitter kullanımı arttıkça, stres seviyelerinde düşüş görüldü. Aynı etki araştırmacıların sosyal medya ile daha mesafeli bir ilişkisi olduğunu söyleyen erkeklerde gözlemlenmedi. Özetle, araştırmacılar sosyal medya kullanımının nispeten düşük stres seviyeleri ile bağlantılı olduğu sonucuna vardı.



RUH HALİ

2014'te Avusturya'daki araştırmacılar 20 dakika Facebook kullanan katılımcıların internette sörf yapmış katılımcılara kıyasla daha keyifsiz ruh haline büründüklerini raporladı. Çalışmaya göre insanların kötü hissetme sebepleri, zamanlarını boşa harcadıklarını düşünmeleri.

Ayrıca, 2009 ile 2012 yılları arasında 100 milyon Facebook kullanıcısının yaptığı bir milyarı aşkın durum güncellemesinin





duygusal içeriğini inceleyen California Üniversitesi araştırmacıları, iyi ya da kötü ruh hallerinin yayılabildiğini tespit etti.

Kötü hava olumsuz güncellemeleri yüzde bir artırırken, araştırmacılar yağmurlu bir şehirdeki bir kişinin olumsuz her bir güncellemesinin, yağmur yağmayan şehirlerde yaşayan arkadaşlarının 1.3 olumsuz güncellemesine sebep olduğunu buldular. İyi haber, olumlu güncellemeler daha kuvvetli etkiye sahipler; her biri 1.75 başka olumlu post'a sebep oluyor. Ancak, mutlu bir güncellemenin ruh halini gerçekten olumluya çevirip çeviremediği hala bilinmiyor.

KAYGI

Araştırmacılar huzursuzluk ve endişe duyguları, konsantrasyon ve uyku bozuklukları ile kendini gösteren, sosyal medya kaynaklı genel kaygı seviyesini incelediler. Computers and Human Behaviour bilimsel dergisinde yayınlanan bir araştırmaya göre

yedi ve üzeri sayıda sosyal medya kullanan kişiler, sıfır iki arası kullananlara göre daha yüksek genel kaygı belirtilerine sahip olduklarını bildirdiler.

Buna rağmen sosyal medyanın kaygıya nasıl yol açtığı hala açıklanabilmiş değil. Romanya'daki Babes-Bolyai Üniversitesi araştırmacıları 2016 yılında yaptıkları çalışmada sosyal kaygı seviyesi ve ağ üzerinde sosyalleşme arasındaki ilişki incelediler ve sonuçların karma olduğunu, daha fazla araştırma yapılması gerektiğini söylediler.

DEPRESYON

Bazı çalışmaların sosyal medya kullanımı ve depresyon arasında bağlantı saptamış olmasına rağmen sosyal medyanın nasıl yararımıza kullanılabileceğine dair de araştırmalar var.

700 öğrenciyi aşkın öğrenciyi dahil eden iki çalışma düşük ruh hali, değersiz ve ümitsiz hissetme gibi depresif belirtilerin çevrimiçi etkileşimlerin kalitesiyle doğrudan bağlantılı olduğunu buldu. Araştırmacılar daha fazla olumsuz etkileşime giren öğrencilerde daha üst seviye depresif belirtilerin gözlemlendiğini saptadı.

2016 yılında, bin 700 kişiyle yapılan benzer bir çalışma, sosyal medya platformlarının birçoğunu kullanan kişilerin depresyon ve kaygı bozukluğu riskinin üç kat daha fazla olduğunu buldu. Araştırmacılar bunun sebeplerinin siber zorbalık, diğer insanların yaşantısının çarpık algılanması ve sosyal

medyada harcanan zamanın kayıp zaman olduğu hissi olduğunu öne sürdüler.

Ancak, BBC Future'a göre, bilim insanları aynı zamanda sosyal medyanın depresyonu eken teşhis ederek, insanların daha erken tedavi edilebilmelerini sağlamak amacıyla kullanıma yöntemlerini de araştırıyor. Microsoft için çalışan araştırmacılar 476 kişiyle bir anket yaptılar ve Twitter profillerini depresif dil, sözel kullanım, bağlantı kurma ve duygusal açılardan incelediler. Bu çalışma ile, on vakadan yedisinde belirtileri görünmeden evvel depresyonu tespit eden bir sınıflandırıcı geliştirdiler.

Harvard ve Vermont Üniversiteleri'nden araştırmacılar da geçen sene aynı başarı oranına sahip benzer bir sınıflandırıcı yaratmak için 166 kişinin Instagram fotoğraflarını analiz ettiler.

UYKU

İnsanlar eskiden akşamlarını karanlıkta geçirirlerdi fakat şimdi hem gün hem gece suni ışıklandırmayla çevrililer. Araştırmalar bunun vücudun uykuyu düzenleyen melatonin hormonu üretimini engellediğini ve akıllı telefon ve bilgisayarlardan yayılan mavi ışığın en büyük suçlu olduğunu buldu. Başka deyişle, gece Facebook ve Twitter'ı kontrol ederken başınızı yastığa koyduğunuzda dinlenmediğiniz bir uyuklamaya sürükleniyorsunuz.

Geçen sene, Pittsburgh Üniversitesinden araştırmacılar 18 ile 30 yaşları arasında bin 700 kişiye sosyal medya kullanım ve uyku alışkanlıklarını sordular. Uyku düzensizlikleriyle bir bağlantı buldular ve mavi ışığın bir rolü olduğu sonucuna vardılar. Sosyal medya sitelerinde geçirdikleri zamandan çok bağlanma sıklıkları uyku bozukluğu için belirteç olarak ortaya çıktı ve araştırmacılar bunun takıntılı kontrol davranışını gösterdiğini öne sürdü.

Araştırmacılar bunun uyku öncesi psikolojik uyarılma ve araçlarımızın parlak ışıklarının 'Circadian' ritminin oluşmasını geciktirmesi yüzünden olabileceğini söylüyor. Fakat sosyal medyanın mı uyku bozukluğuna sebep olduğunu, yoksa uyku bozukluğu olanların mı sosyal medyada daha fazla vakit geçirdiğini netleştiremediler.

www.cnnturk.com



Suriye'ye Gidecek Özel Harekat Polislerimiz Dualarla Uğurlandı

Konya Valisi Sayın Cüneyit Orhan Toprak, Ülkemizin güney sınırında başlatılan “Barış Pınarı Harekâtı” kapsamında, Suriye'ye gidecek Özel Harekat Bölge Müdürlüğü Polisleri için düzenlenen programa katıldı.

“Ülkemizin bekası, milletin gururu ve gözbebeği Özel Harekât Polislerimizin ayaklarına taş değmesin Allah yar ve yardımcısı olsun” diyen Sayın Valimiz, Suriye'ye gidecek polisleri dualarla uğurladı



Konya Valisi, Özel Gündoğdu Kolejini Ziyaret Etti

Vali Cüneyit Orhan Toprak, ilimizde eğitim-öğretim faaliyeti yürüten Özel Gündoğdu Kolejini ziyaret ederek incelemelerde bulundu.

Ziyaret sırasında Sayın Valimize, Vali Yardımcısı Mehmet Aydın ve İl Milli Eğitim Müdürü Seyit Ali Büyük eşlik etti. Okulda incelemelerde bulunan Vali Toprak, okul yöneticileri ile bir araya gelerek yürüttükleri eğitim-öğretim faaliyetleri hakkında bilgi aldı. Okul Yönetimi Sayın Valimize ziyaretlerinden duydukları memnuniyeti belirttiler.



10 OCAK BASIN BAYRAMI





Okullarımız Çiçek Açmaya Devam Ediyor

Konya İnsan Mektebi Kültür Davamız kapsamında yürütülen “Okullarımız Çiçek Açıyor” Projesinin uygulandığı okullarımızdaki öğrencilerimiz, yetiştirdikleri çiçeklerden birer tanesini İl Milli Eğitim Müdürümüz Seyit Ali Büyüke hediye etti.



Türkiye Polis Emeklileri Sosyal Yardımlaşma Derneği Müzik Gecesi



Erken teşhis hayat kurtarır

Umut ve Yaşam Derneği Konya Temsilciği, 'İnsana Dokunan Dünyaya Dokunur' temasıyla ve kansere multidisipliner bakış açısıyla program düzenledi. Ramada Otel'de gerçekleşen programa Umut ve Yaşam Derneği Başkanı Dr. Nimet Baki, Konya İl Temsilcisi Nuran Akgül, Onkoloji Uzmanı Doç. Dr. Mustafa Karaağaç, Fizyoterapist Sümeyye Kaynarca, Psikiyatrist Sevgi Doğan, Diyetisyen Tuğba Beldede ve çok sayıda vatandaş katıldı.



Melda ve Lokman evlendi

Konya'da Nurşen ve Şahin Yücedağ çiftinin kızı Melda ile Fatma ve Orhan Seyfi Yeten çiftinin oğlu Lokman evlenerek mutluluğa ilk adımı attı. Melda ve Lokman çiftini kutluyoruz. ZED Medya olarak evli çiftlere mutluluklar diliyoruz



Duygu ve Nezirhan evlendi

Konya'da Fatma ve Engin Doğan çiftinin kızı Duygu ile Ayşe ve Rıza Altuntaş çiftinin oğlu Nezirhan evlenerek mutluluğa ilk adımı attı. Duygu ve Nezirhan çiftini kutluyoruz. ZED Medya olarak evli çiftlere mutluluklar diliyoruz





ÖZEL OKULLAR

ÖZEL GÜNDOĞDU KOLEJİ Adres: Aşkan Mahallesi, Yeni Meram Cd. No:180, 42090 Meram/Konya Telefon: (0332) 323 67 86	ESENTEPE KOLEJİ Adres: Akademi Mahallesi, Yeni İstanbul Cd. No:247, 42250 Selçuklu Konya Telefon: 444 8 833	ÖZEL SELÇUKLU FORM KAMPÜS KOLEJİ Adres: Selçuklu, İsmail Kaya caddesi, Silile parsana Mah. Şehit Celal Koçak Sk. No : 2, 42130 Konya: (0332) 246 12 12
ÖZEL ELMAS KOLEJİ Adres: Kılınçarslan Mahallesi, Denizli Sk. No:76, 42080 Selçuklu/Konya Telefon: (0332) 247 17 54	KONYA ŞEHİR KOLEJİ Adres: Hanaybaşı Mahallesi, Parlıt Sk. No:36, 42080 Selçuklu/Konya Telefon: (0332) 221 96 60	İDEAL KOLEJİ Adres: Feritpaşa Mahallesi, telgrafçı Hamdibey Cad, Badem Sk. No:3, 42090 Telefon: (0332) 235 25 20
ÖZEL SELÇUKLU ENVAR KOLEJİ Adres: Yazır Mh., Gülsoylu Sk, 42000 Selçuklu (0332) 261 00 06	SİSTEM KOLEJİ Adres: Yazır Mahallesi, No:, Batıhan Sk. No:23, 42000 Selçuklu Telefon: (0332) 261 18 18	PEMA KOLEJİ Adres: Parsana Mahallesi, Yazma Sk. No:3, 42130 Selçuklu/Konya Telefon: 444 0 403
NESİBE AYDIN OKULLARI Adres: 1 Darülhilafet Sk Beyhekim Mh, Selçuklu/Konya Telefon: (0332) 320 85 11	ANADOLU GELİŞİM OKULLARI Adres: Selahaddin Eyyubi Göktürk Sk. No:9 Telefon: (0332) 224 22 22 Kelebekler Vadisi Cıvarı	KONYA FİNAL AKADEMİ ANADOLU LİSESİ Adres: Mlişşah Mallesi, Müdafı Sk. no:23, 42090 Meram/Konya Telefon: (0332) 323 63 64
MİS KOLEJİ Adres: Selahaddin Eyyubi, Atılğan Sk. No:18, 42280 Selçuklu/Konya Telefon: 444 7 694	ÖZEL TÜRMAK KOLEJİ Adres: Yazır Mahallesi, Merinos Sk. No:10, 42100 Horozluhan Osb/Selçuklu/Konya 0332- 265 07 00	SINAV KOLEJİ Adres: Gülbahçe, Son Umut Sk. No 22, 42140 Meram/Konya Telefon: 444 4 768

ŞEHİRDEN

Konya Dolapoğlu Kreş ve Anaokulu Adres: Çandır Mahallesi, Eski Meram Caddesi. No:251, 42030 Meram/Konya Telefon: 0332 -325 01 33	Melekler Kreşi Adres: Buhara Mahallesi, No: B Selçuklu/KONYA, Edipoğlu Cd. No:82 Konya Telefon: 0332- 248 49 42	Elele Çocuk Kreşi Aşkan Mahallesi Padişah Sok.Irmak Sitesi No:4 -Meram/Konya Tel-0332.3230503 www.elelecocuk.com
Meram Masal Diyarı Kreşi Adres: Yaka, Sarami Sk. No:26, 42090 Meram/Konya Telefon: 0553 625 96 03	Psikolog Psikoterapist Sema Kavak Adres: Şemsi tebrizi Mahallesi, Şerafettin Cad. Hekimoğlu İş Mrkz. Kat:1 No:112 Konya Telefon: 0532 714 60 14	Üç Boyut Özel Eğitim ve Reh. Merkezi Adres: Rauf Denktaş Cad., Kılınçarslan Mah., Haydar Bey Sok. No:15/A Selçuklu- Konya Telefon: 0332- 235 00 35
Önem Özel Eğitim Ve Reh. Merkezi Adres: Buhara Mahallesi, Barış Cd. No:5, 42070 Selçuklu/Konya Telefon: 0332 -201 00 02	Özel Savaş Özel Eğitim Merkezi Adres: Yazır Mahallesi, No:8/10, Emircan Sk., 42250 Selçuklu/Konya Telefon: 0506 362 58 32	Özel Konya Melekler Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi Buhara Mah. Elekler Sk. No:36 Selçuklu/Konya Tel-0332.244 0 244
DDK İş Güvenliği Malzemeleri Adres: Büsan Organize Sanayi Fevzi Çakmak Mah. 10631 Sk. No:8-A, Konya Telefon: (0332) 346 44 90	Canmar Market Ferit Paşa Mahallesi Kerkük Caddesi Aktaş Sitesi Altı No:16 -Selçuklu-Konya 0 332 233 43 70 0 -332 233 53 47	Çetinler Alışveriş Merkezi Aydınlık Evler Şubesi Fatih Mah. Yeni İstanbul Cad. No:24 Selçuklu-Konya Telefon: 0332 238 23 83
Özel Kenan Doğan Anaokulu Adres: Yaka Mh, Yaka Sk. No:2, 42090 Meram/Konya Telefon: (0332) 323 23 05 Cep: 0546.6562060	Mihoğlu Halı Yıkama Tel: 0332 238 39 60 Adres: Fevziçakmak Mah. 10659.sk 18/A KARATAY/KONYA	Prof Saraçoğlu Konya Selçuklu Bayi Adres: Ferhuniye Mahallesi, Daruşıfa Sok Alemdar İş Hanı, D:No:8/BKaratay Telefon: (0332) 350 70 66-0553.2360794



ŞEHİRDEN

Fodul Şelale Balık Izgara Öğretmenevleri, Söylemez Sk. No:2, 42040 Meram/Konya Telefon-0332 352 44 00	Adıyaman Çiğköfte İhsaniye Mah. Vatan. Cad. Adallhan İş Hanı Altı No: 15/6 Konya 0332 320 95 96	Sevda Kuruyemiş Toptancılar Çarşısı 6.Blok No: 21/A Konya Telefon-0332 233 46 73-0533 6317070
Kahvehan Yeni Meram Cad. Hamamlı Sk. No :2 Meram / Konya Telefon-0332 325 10 10	Yıldız Köşkü Adres: Yaka Mahallesi, Yaka Mh. Huzure- vi Yanı, Köyceğiz Cd. Meram/Konya Telefon-0332 325 10 32	Karacaoğlu Mücevherat Adres: Musalla Bağları, Kule Cad. Kulesite Alışveriş Merkezi No:8 D:14, Selçuklu/Konya Telefon: (0332) 236 36 77
Chic Sille Lounge Cafe Adres: Subaşı Mahallesi, Baraj Cd. No: 11/A, Selçuklu/Konya Telefon: (0332) 234 24 42	Saf Mangal Izgara Çorba Ciğer Adres: Büyük Sinan, Ankara Cd. 130 / B Karatay/Konya Telefon: (0332) 350 40 30	Mabeyn Köşkü Konya Adres: Hacıkaymak mah, Şefik Can Cd. Selçuklu/Konya Telefon: 0545 646 71 42
Arabica Meram Adres: Armağan, Melikşah Cd. No:95 Meram/Konya	Hüseyin Keleş Kuaför Adres: Seker Mah Cevreyolu Cad, No 38 Nov-Otel Selçuklu KONYA Telefon: (0332) 223 42 00	Gül bebe Adres: Tekstil Pazarı Gür Sk. C blok No: 20 KONYA Telefon: 0332- 238 76 75
Seyit DEMİR Grafik Tasarım & Fotoğraf Cep-0554 540 82 84	8 K Medya Feritpaşa Mh. Nalçacı Cd. No:49/B KONYA Şube Fetih Mh. İnkişaf Sk. No: 1/ A KONYA Tel : 0332 248 9194	Gazyağcı Furun Kebapçısı Adres: Aşkan Mahallesi Yeni Meram Caddesi D:No 222/A Meram/Konya Telefon: (0332) 321 18 91

EMLAK İNŞAAT

Özkumak Gayrimenkul Fevzi Çakmak Mah. 10437 Sk. No 36 Karatay / Konya Tel: 0332 342 72 64	Okkalar İnşaat A.Ş. Adres: Musalla Bağları Mahallesi, Babür Sk. No:7 Selçuklu/Konya Telefon: (0332) 236 50 60	Adem Bulut İnşaat Adres: Yazır Mah. Tuğçe Sk. No:7/A, 42250 Selçuklu/Konya Telefon: (0332) 444 65 40
Atabey Grup Buhara Mahallesi Barış Caddesi No: 39 B Selçuklu / Konya Tel:0 332 251 5 257-0 507 131 88 16	Binsa Yapı İnşaat Özlem mah. Çevreyolu caddesi No : 76 /a Selçuklu / Konya Tel:0332 247 50 00	Can İnşaat Adres: Gazanfer Mahallesi, Dr. Ahmet Özcan Cd. 128/B Meram/Konya Telefon: (0332) 357 74 01
Binko Yapı Adres: Parsana Mahallesi, Barış Cd. 105/A, 42250 Selçuklu/Konya Telefon: 444 6 815	Uğur İnşaat Sarı Yakup Mah. Karaman Cad.No.47. Karatay/Konya Tel: 0534.5030279	Bitim Peyzaj inş. San. Adres: Bedir Mahallesi, Hadimi Cd. No:60, 42100 Horozluhan Osb Selçuklu/ Konya Telefon: 0532 721 23 29
Hicretim İnşaat Adres: Kurtuluş, Çoban Mehmet Sk. No:84, 42010 Meram/Konya Tel:0 332 320 14 11 - F: 0 332 320 14 22	MİS GROUP Mis Yapı Özkanlar İnşaat Musalla Bağları Mh. Ahmet Hilmi Na- lçacı Cd. No: 122 Selçuklu/KONYA Tel:0 332 246 62 37 - 265 28 06	Yansan Yangın Söndürme Sanayi Eski Sanayi Çarşısı Sefa Sok.No:10 Selçuklu/Konya Tel: 0332.2331913- 0332.2355414
Cevher Emlak-Mehmet Özdemir Gayrimenkul Brokeri Aydınlık Mah. Ziya Ülhak Caddesi No:69 Selçuklu/Konya 0532 4375676-0332.2379237	Tasaş Aliminyum-Radia Therm Ali Ünlü-Fabrika Müdürü Büsan Özel Organize Sanayi Bölgesi 0541.3453113-0332.3453113-14	İtimat Gayrimenkul Yazır Mah . Sayılan Sok. No . 2 / b Selçuklu / Konya Tel:0532 173 4209 -0332 265 0007



HASTANELER

Özel Medova Hastanesi Adres: Şeyh Şamil Mahallesi, Dosteli Cd. 52/1, Horozluhan Osb/Konya Telefon: 444 8 682	Özel Büyükşehir Hastanesi Adres: Ferhuniye Mahallesi, Hastane Cd. No:6, Selçuklu/Konya Telefon: (0332) 236 54 07	Özel Konya Anıt Hastanesi Adres: Pirebi Mah., Kemha Sk. No:1, Meram/Konya Telefon: (0332) 353 04 05
Özel Akademi Konya Hastanesi Adres: Aksinne Mahallesi, Furgan Dede Cd No:12, Meram/Konya Telefon: (0332) 353 88 03	Kızılay Derneği Özel Ticaret Borsası Hastanesi Adres: Şükran Mahallesi, Şükran Mah Taşkapı Medrese Sk. No No:15, Konya Telefon: (0332) 351 41 00	Konya Hospital Adres: Şemsi Tebrizi Mahallesi, Şerafetin Cd. No:95, Merkez/Karatay/ Konya Telefon: (0332) 350 37 77
Akademi Meram Hastanesi Adres: Süleyman Şah Mahallesi, Beyşehir Cd. No:181, Meram/Konya Telefon: (0332) 221 37 37	Özel Konya Farabi Hastanesi Adres: Kosova Mahallesi, Ebru Sk. No:14, Büyükkayacık Osb/Konya Telefon: (0332) 221 44 44	Fizikon Tıp Merkezi Adres: Sancak Mahallesi, Sevenler Sk. No:4, Selçuklu/Konya Telefon: (0332) 353 69 00
Başkent Üniversitesi Hastanesi Adres: Hocacihan Saray, Saray Cd. No:1, Selçuklu/Konya Telefon: (0332) 257 06 06	Özel Eylül Tıp Merkezi Adres: Malazgirt Mahallesi, Tatlıcak Sk. No:7, Selçuklu/Konya Telefon: (0332) 246 06 64	Medicana Konya Hastanesi Adres: Feritpaşa Mahallesi, Gürz Sk. No:1, Selçuklu/Konya Telefon: (0332) 221 80 80
Dr. Arazı Tıp Merkezi Adres: Ferhuniye Mahallesi, Kocatepe SOk. No No:11, Selçuklu Konya Telefon: (0332) 351 86 86	Prof. Dr. Ali ACAR Muayenehane Adres: Selçuk Mahallesi, Beyşehir Cd. No:76/A, Selçuklu/Konya Telefon: (0332) 353 90 65	Fizik Tedavi Uzmanı Uzm. Dr. Ahmet Özcan Kızılkaya Adres: Süleyman Şah Mahallesi, Beyşehir Cd. No:181, Meram/Konya Cep: 0554.4619744

OTELLER

Bayır Diamond Hotel Convention Center Adres: Musalla Bağları Mahallesi, Ahmet Hilmi Nalçacı Cd. No:100, 42060 Konya Telefon: (0332) 224 12 00	Nov Otel Konya Adres: Seker Mah. Çevreyolu Cad. No 36 Selçuklu, 42080, KONYA Telefon: (0332) 223 03 00	Anemon Konya Otel Adres: Işıklar Mh., Akif Bey Sk. No:3, 42110 Selçuklu/Konya Telefon: (0332) 235 14 14
Dedeman Konya Hotel Convention Center Adres: Esenler Mahallesi, Yeni Sille Cd. No:1, 42080 Selçuklu/Konya Telefon: (0332) 221 66 00	Bera Konya Otel Adres: Küçük İhsaniye Mah. Dr. Hulusi Baybal Cad., No:9, 42060 Telefon: (0332) 238 10 90	Rumi Hotel Adres: Aziziye Mahallesi, Fakih Sk. No:3, 42030 Karatay/Konya Telefon: (0332) 353 11 21
Hich Hotel Konya Adres: Aziziye Mahallesi, Celal Sk. No:6, 42030 Karatay/Konya Telefon: (0332) 353 44 24	Grand Hotel Konya Adres: Akademi mahallesi Yeni İstanbul caddesi No : 231, 42250 Selçuklu Telefon: (0332) 221 50 00	Özkaymak Hotel Adres: Nalçacı Caddesi Selçuklu No:92, 42060 Selçuklu/Konya Telefon: 444 4 206
Paşapark Hotel Selçuklu Rezidans Adres: Feritpaşa Mahallesi, Demiryolu Cd. No:108, 42110 Selçuklu/Konya Telefon: 444 5 705	Dündar Otel Adres: Feritpaşa Mahallesi, Kerkük Cd. No:30, 42060 Selçuklu/Konya Telefon: (0332) 236 10 52	Hilton Garden Inn Konya Adres: Aziziye, Kışlaönü Sk No:4, 42030 Karatay/Konya Telefon: (0332) 221 60 00
Gherdan Otel Adres: Şeyh Şamil Mah., Doktor Halil Ürün Cad. Konya Park Avm 27/F, 42000 Selçuklu/Konya Telefon: 0506 639 27 83	Selçuk Otel Şems-i Tebrizi Adres: Şemsitebrizi Mahallesi, Şems-i Tebrizi Mah, Kazanlı Sk. No:6, 42050 Karatay/Konya Telefon: (0332) 352 70 70	Hotel Balıkçılar Adres: Aziziye Mahallesi, Mimar Sinan Sk. No:1, 42030 Karatay/Konya Telefon: (0332) 350 94 70





Haskahve Ailesi

"Ömürlük Hatırlara"

1952 'den beri...



KVK VERBİS

VERİ GÜVENLİĞİ ve YÖNETİM DANIŞMANLIĞI

Kişisel Verilerin Korunması Kanunu ve mevzuatı standartlarına uyumlulukta uzman ve öncü çözümleriyle **KVK VERBİS** Veri Güvenliği ve Yönetim Danışmanlığı, ticari işletmelerin ve kurumların **KVKK** uyumluluğu ve zorunlu sürdürülebilirlik denetimi hizmetlerini vermektedir.



Referanslarımız için:



mtra.

www.mtraco.com - security compatibilities



27001:2013
9001:2015
accr. company



+ 90 332 324 0343

www.kvkverbis.com



iletisim@kvkverbis.com