

BİRLEŞİM **DERGİ**



CROWNE PLAZA

Florya'da konforlu bir konaklama
ve başarılı toplantılar için yeni bir adres



15 yıl, iki kelime
ve bir Star
SİMGE
SAĞIN

Proje
ATLSPARK
AVM



Dergi Adı: Birleşim Dergi

İmtiyaz Sahibi:

Birleşim Mühendislik
Isıtma Soğutma Havalandırma San. ve Tic. A.Ş.

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü

Gökçe Aşkın

Yayın Kurulu

Mesut Altan, İdris Çakır, İbrahim Biner,
Mehmet Pak, Evren Portioğlu, Gökçe Aşkın

Yönetim Yeri

Dudullu Organize Sanayi Bölgesi 1. Cadde No: 3
Ümraniye 34776 İSTANBUL
Tel: 0216 - 499 49 59 (Pbx) - Fax: 0216 - 499 49 60
info@birlesimdergi.com - www.birlesimdergi.com

Grafik Tasarım & Görsel Yönetim

Plus International Ltd. Şti.
Yalnız Selvi Caddesi, İşlem Sokak No: 2
Uplife Park E - Blok No: 133, Kat: 16
Soğanlık - Kartal / İstanbul
Tel. / Fax: 0216 - 672 32 82
plus@plus.com.tr - www.plus.com.tr

Basım

Umur Basım Sanayi Ticaret A.Ş.
Tel: 0216 - 645 62 00
www.umur.com.tr

Yayın Türü

Yerel süreli yayındır.
(Tüm Türkiye'de dağıtılmaktadır.
Basın Kanunu'na göre yerel süreli yayındır.)
ISSN 2148-6158

Dergide yer alan görseller ve yazılar,
izin alınmaksızın kısmen veya tamamen
çoğaltılamaz, basılamaz, kullanılamaz.



Editörden

Kurumsal İletişim Uzmanı
Gökçe AŞKIN



Yeni bir sayı ile yeniden bir aradayız.

Gerek firmamız ve sektördeki gelişmeler, gerekse sosyal konularla ilgili dikkatinizi çekecek bir sayı hazırladık sizler için.

İstanbul'un önemli noktalarından Florya'da hayata geçirilen Crowne Plaza Oteli ve Anadolu Yakası'nın gelişmekte olan semtlerinden Sultanbeyli'de açılan AltasPark AVM projelerimiz hizmete girdi.

Bildiğiniz gibi İstanbul Sanayi Odası yaklaşık yarım asırdır Türkiye'nin Büyük Sanayi Kuruluşları listesini açıklamaktadır. Ağustos ayı içerisinde bu listeler kamuoyu ile paylaşıldı ve "Türkiye'nin İkinci 500 Büyük Sanayi Kuruluşu" anketinin 2015 yılı sonuçları açıklandı. Firmamız Birleşim Mühendislik 2014 yılında olduğu gibi 2015 yılında da "Türkiye'nin İkinci 500 Büyük Sanayi Kuruluşu" arasında yer almaktadır. Türkiye'nin gelişimine katkı sağlayan bir firma olarak bu sıralamada yer almaktan mutluluk duyuyoruz.

Birlikte başarıya ulaşacağımız güzel günler olması dileği ile sizi dergimizle baş başa bırakıyorum.



İÇİNDEKİLER



03 - Bu Sayıda
Editörden

07 - Başkanlardan
Merhaba...

08 - Proje
Crowne Plaza

14 - Haber
Su Sproları Festivali Dragon Yarışları İkincisi
Birleşim Kürek Takımı

16 - Haber
Birleşim Mühendislik 2015 Türkiye'nin İkinci 500
Büyük Sanayi Kuruluşu Arasında

18 - Haber
Dragon Festivali'nde Birleşim İmzası

22 - Haber
Dünyanın En Geniş Köprüsü İstanbul'da Açıldı!

24 - Kurumsal Pencere
Şirket Kültürüne Dikkat!

30 - Proje
Atlaspark Alışveriş ve Yaşam Merkezi

34 - Söyleşi
İstanbul Akvaryum Genel Müdürü Sn. Mehmet
Sami Milli ile Söyleşi

38 - Hukuk
Çek Kanunu Değişikliği

40 - Mevzuat
Vergi Barışı

42 - Uzman Görüşü

Gayrimenkul Alımında Faiz İndirimi ve Vadelendirmede Son Durum

44 - Bilim

Nikola Tesla

50 - Röportaj

Simge Sağın

56 - Tarih

İstanbul'un Esaretten Kurtuluşu

62 - Yaşam

Çekingenlik mi? Sosyal Kaygı mı?

66 - Bu Köşe Sizin

Manzara

68 - Bu Köşe Sizin

Şantiye - Ofis

70 - Bir Mola Ver...

Cam Ocağı Vakfı

76 - Yaşam

KAYD - Kansersiz Yaşam Derneği

80 - Spor

Fonksiyonel Antrenman Nedir?

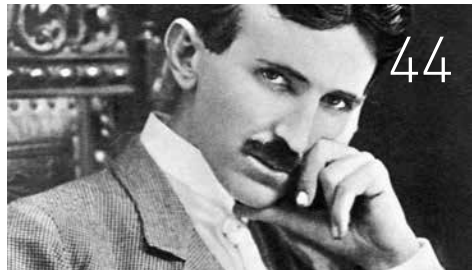
84 - Sağlık

Doğru Nefesle Zayıfla

88 - Lezzet

Bekarevi Can İnelioğlu Tarifler

SAYI 11

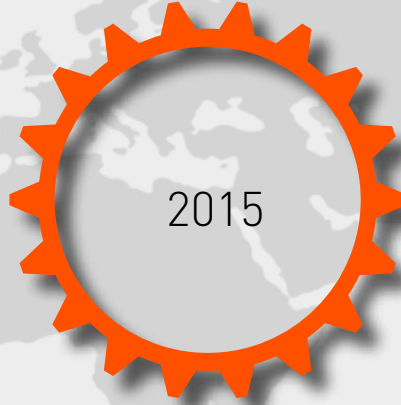


Türkiye 'nin Global Markası

BİRLEŞİM MÜHENDİSLİK

2015 Yılında "İSO İkinci 500 Büyük Sanayi Kuruluşu"
Arasında !

5



2015

2014

2014 yılında olduğu gibi.



BİRLEŞİM MÜHENDİSLİK

Isıtma Soğutma Havalandırma San. ve Tic. A.Ş.

Dudullu Organize Sanayi Bölgesi 1. Cadde No: 3

Ümraniye 34776 İstanbul, TÜRKİYE

Tel.: +90 216 - 499 49 59 - Fax: +90 216 - 499 49 60

info@birlesim.com - www.birlesim.com

Merhaba

15 Temmuz '16 günü Türkiye Cumhuriyeti tarihinin en büyük felaketlerinden birini destansı bir halk direnişiyile atlatmıştır.

Gazi Mustafa Kemal Atatürk 20 Ekim 1927 tarihli Büyük Nutuk'un sonunda yaptığı Gençliğe Hitabesi'nde sanki bugünü görüyormuşçasına konuya ne kadar güzel değinmiştir; " Bütün bu şerâitten daha elîm ve daha vahim olmak üzere, memleketin dâhilinde, iktidara sahip olanlar gaflet ve dalâlet ve hatta hıyanet içinde bulunabilirler " demiştir. Gerçekten de 15 Temmuz'da ülkemiz devlet içine yerleşmiş hainlerin hıyanetine maruz kalmıştır. Geçmişte birçok olayda olduğu gibi halkımız bu olaydan da gerekli tepkiyi anında göstererek destanlara konu direnişle bu olayın da üstesinden başarıyla gelmiş ve vatanını korumayı başarmıştır. Bu vesileyle tüm halkımıza geçmiş olsun dileklerimi iletiyor ve şehitlerimize Allah'tan rahmet diliyorum.

Kurtuluş Savaşı sırasında Türk Ordusu'nun işgalci güçlere karşı son ve kesin darbeyi vurmasını sağlayan ve işgalci güçlerin Anadolu'dan atılmasına neden olan Büyük Taarruz'un 92. yıl dönümünü 30 Ağustos'ta kutladık. Bu vesileyle topraklarımızın kurtarılması sırasında canlarını veren aziz şehitlerimize Allah'tan bir kez daha rahmet diliyorum.

Ağustos ayı içerisinde Türkiye'nin en büyük sanayi kuruluşları açıklandı. Grup şirketlerimizden Birleşim Mühendislik Isıtma, Soğutma, Havalandırma ve San. Ve Tic. A.Ş. 2014 yılında olduğu gibi 2015 yılında da Türkiye'nin İkinci 500 Büyük Sanayi Kuruluşu arasındaki yerini alarak bizleri gururlandırmıştır. Bu büyümenin ileriki yıllarda da artarak devam etmesi ve firmamızın Türkiye'nin 500 Büyük Sanayi Kuruluşu arasında yer alması ve üst sıralara yükselmesi en büyük hedeflerimizden birisidir.



Hedeflerimize ulaşmamızda emeği geçen herkese bir kez daha teşekkür ediyorum.

Saygılarımla,

İdris ÇAKIR

Birleşim Grup Yönetim Kurulu Başkanı



Konforlu bir konaklama ve başarılı toplantılar için Florya 'daki yeni adresiniz...

CROWNE PLAZA



Proje

Marmara Denizi'nin panoramik manzarasına karşı, sınır tanımayan hizmet anlayışıyla benzersiz bir konaklama ve toplantı imkânı Crowne Plaza İstanbul – Florya'da.

Crowne Plaza Atatürk Havalimanı ve Avrupa'nın en büyük kongre merkezi CNR Expo Fuar Merkezine 7 km uzaklıktadır. Atatürk Havaalanı ve şehir merkezine ücretsiz servis otelin sunduğu hizmetlerdendir.

Deniz manzaralı açık yüzme havuzumuz ve kapalı yüzme havuzuna sahip Sağlık Kulübü & SPA merkezi, ayrıca teras restoran ve bar alanları, Marmara Denizi'nin nefes kesen manzarası ile misafirlerini ağırlıyor. Dilerseniz sabahın ilk ışıklarında, dilerse-niz gün batımında denize sıfır yürüyüş alanlarının keyfini çıkarabilirsiniz. 30 dakika içerisinde tarihi yarımadanın güzelliklerine ulaşabilir, 3 dakikalık yürüme mesafesinde bulunan dünyanın en büyük tematik akvaryumu İstanbul Akvaryum 'da ve yüksek kaliteli alışveriş merkezi Aqua Florya Alışveriş Merkezi'nde güzel bir gün geçirebilirsiniz.

Florya'da denizle bütünleşen Crowne Plaza İstanbul projesinin elektromekanik tesisat işlerini üstlenen firmamız ayrıcalıklı bir projede daha yer almanın kıvancını yaşamaktadır.





ELEKTRİK TESİSAT PROJE BİLGİLERİ:

Projede, 2 adet 2000 kVA kuru tip trafo, yedek enerji olarak senkron edilerek tüm sistemi %100 besleyen 2 adet 1675 kVA generatör içermektedir. Otel katlarına ait enerji dağıtımları busbar sistemi ile sağlanmıştır. Ayrıca, 120 kVA kesintisiz güç kaynağı ile zayıf akım sistemleri desteklenmektedir.

Otel genelinde, LED armatür kullanılmış olup, balo salonu, toplantı salonları, restoranlar ve SPA alanlarında aydınlatma otomasyonu ile birlikte, profesyonel ses-görüntü sistemleri ile konsept bütünlüğü sağlanmıştır.

Misafirin konforu ve güvenliği açısından, mekanik otomasyon sistemi, IP CCTV sistemi, IP TV sistemi, yangın algılama sistemi, kartlı geçiş sistemi, data-telefon sistemi, acil anons sistemi ve interkom sistemi gibi zayıf akım sistemlerine ait projelendirme ve uygulamalar yapılmış bulunmaktadır.

Proje Bilgileri yazısı sahibi: **Murat AKGÜRLE**, ERDE Mühendislik Proje Müdürü





MEKANİK TESİSAT PROJE BİLGİLERİ:

Konumu ve mimari detayları ile öne çıkan Crowne Plaza Florya Otel projesinde mekanik tesisat projeleri revize mimarilerden dolayı yeniden çizilmiştir. Revize projeler oluşturulurken mekanik sistem prensibi değiştirilmemiştir.

Enerji merkezinde; 2 adet 1250 kW kapasiteli hava soğutmalı chiller ve toplam kapasitesi 3050 kW olan 2 adet çelik kazan kullanılmıştır.

HVAC sistemlerinde bina genelinde klima santralleri ve dört borulu fancoil sistemi kullanılmıştır. Teraslarda radyant ısıtma sistemi kullanılmıştır.

Yapının çatı katı yeşil alan olarak kullanıldığı için mutfak ve WC egzoz fanları filtreli tip tercih edilmiştir. Sıhhi tesisatta arıtma sistemiyle yumuşatılmış su bina genelinde kullanılmaktadır.

Yangın tesisatında 1 adet 750 GPM elektrikli yangın pompası ile 1 adet 750 GPM dizel yangın pompası kullanılmıştır.

Mekanik tesisatta kullanılan cihazların kontrol ve izlemesi bina otomasyon sistemi üzerinden yapılmaktadır.

Proje Bilgileri yazısı sahibi: **Erdinç ÖZALP**, Birleşim Mühendislik Proje Müdürü



İSTANBUL BÜYÜKŞEHİR BELEDİYESİ
SU SPORLARI FESTİVALI
DRAGON YARIŞLARI İKİNCİSİ

BİRLEŞİM KÜREK TAKIMI

Istanbul Büyükşehir Belediyesi Spor A.Ş. ile İBB Gençlik ve Spor Müdürlüğü'nün organize ettiği İstanbul Su Sporları Festivali Dragon Yarışları 28 Ağustos 2016 tarihinde düzenlendi.

Hem eğlence hem de rekabete ev sahipliği yapan yarışlarda Birleşim Kürek Takımımız Türkiye ikincisi olarak kupa kaldırmaya hak kazandı.

Firmamızda kurulan yeni bir kürek takımı ile disiplinli ve koordine çalışmamız sayesinde kısa sürede hazırlandığımız yarışlarda ekibimiz güzel bir başarıya imza attı.

Maltepe'de bulunan Orhangazi Şehir Parkı içindeki su sporları parkurunda gerçekleştirilen organizasyonda Dragon Kürek Yarışları haricinde yüzme yarışları ve çok sayıda eğlenceli etkinlik düzenlendi.





TÜRKİYE’NİN İKİNCİ



**BÜYÜK SANAYİ KURULUŞU
2015**

BİRLEŞİM MÜHENDİSLİK 2015 TÜRKİYE'NİN İKİNCİ 500 BÜYÜK SANAYİ KURULUŞU ARASINDA

İstanbul Sanayi Odası (İSO), Haziran 2016 başında kamuoyu ile paylaştığı "İSO Türkiye'nin 500 Büyük Sanayi Kuruluşu-2015" araştırmasının ardından, araştırmanın ikinci ayağı olan Türkiye'nin İkinci 500 Büyük Sanayi Kuruluşu Araştırması'nın 2015 yılı sonuçlarını Ağustos ayında açıkladı.

Birleşim Grup firmalarından Birleşim Mühendislik 2014 yılında olduğu gibi 2015 yılında da Türkiye'nin İkinci 500 Büyük Sanayi Kuruluşu listesinde yerini aldı.

Sanayi sektörünün 2015 yılı verilerine dayanılarak gerçekleştirilen bu araştırma, KOBİ niteliğindeki sanayi kuruluşlarımızın üretim ve finansal yapılarıyla ilgili önemli ipuçları vermekte.

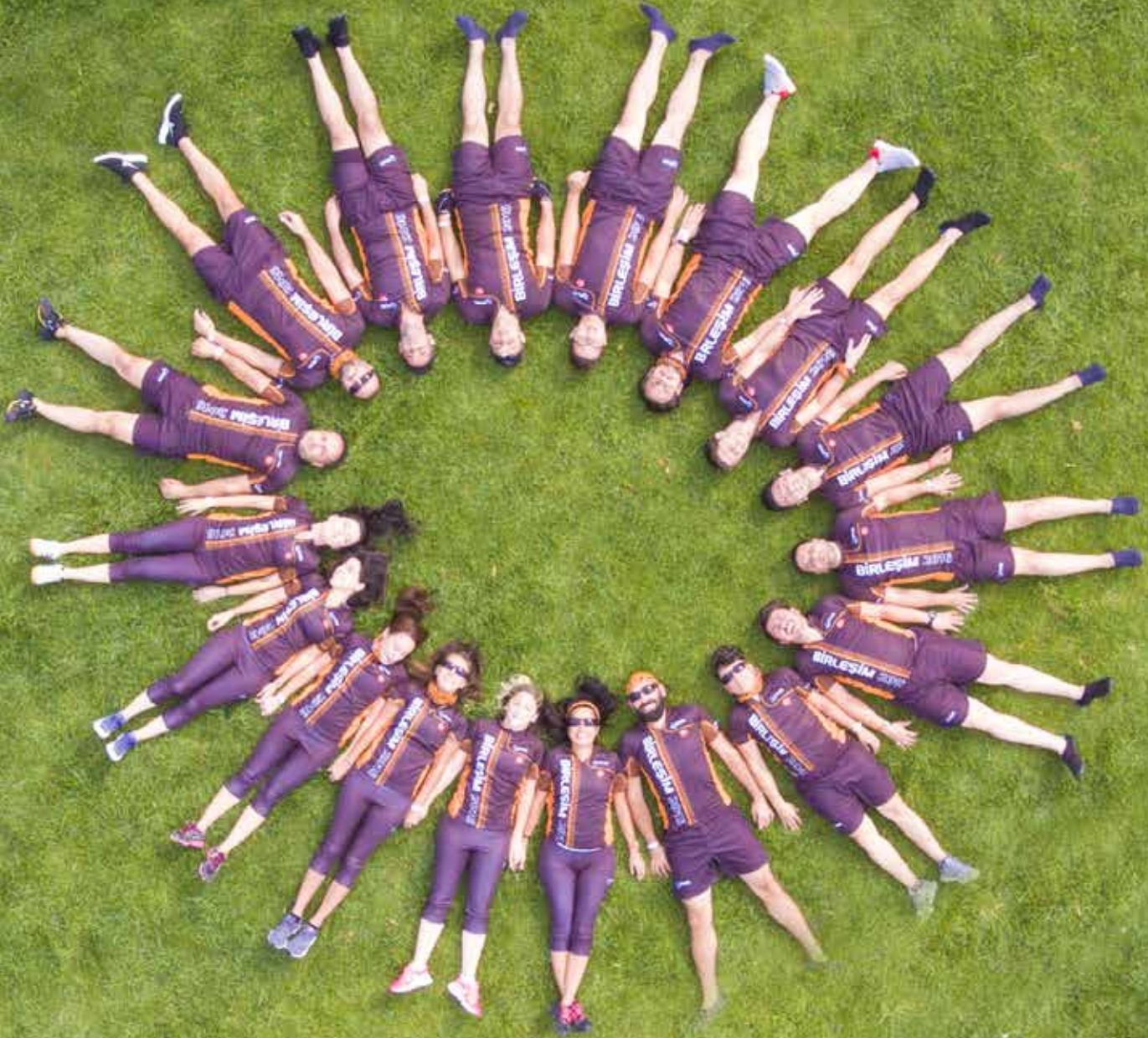
İSO Yönetim Kurulu Başkanı Erdal Bahçivan'nın yaptığı açıklamaya göre, "İSO İkinci 500 verilerinde şirketlerin net satışlara oranla faaliyet kârlarının yüzde 8,5 ile son yılların en yüksek düzeyine ulaşmış olması umut verici bir veridir. Sanayici 2014 yılında 6,2 milyar TL olan faaliyet kârını yüzde 19,9'luk bir artışla 7,4 milyar TL'ye çıkarmayı başarmıştır."

DRAGON FESTİVALİ'NDE BİRLEŞİM İMZASI

24-25 Eylül'16 tarihlerinde Maltepe su sporları parkurunda düzenlenen Dragon Festivali'ne katılan "Birleşim Kürek Takımı Türkiye ikincisi" oldu.

Türkiye'nin önde gelen kurumlarının katılımlarıyla 2008 yılından beri düzenlenen Dragon Festivali 24-25 Eylül'16 tarihlerinde Maltepe'de gerçekleştirildi.

Dragon festivaline son üç yıldır katılan takımımız her sene farklı bir ekiple başarısını katlayarak arttırıyor. Takımımız bu sene elli takım arasında "Sport" kategorisinde en iyi ikinci dereceyi alarak firmamız için gurur kaynağı oldu.



BİRLEŞİM KÜREK TAKIMI

GAMZE MUMCUOĞLU (Davulcu), EVREN PORTİOĞLU, KEREM GÖKDAĞ, DUYGU GÖRMEZ, GÖKÇE AŞKIN, HÜSEYİN KAYA, KENAN AKSU, GÖKHAN ÖZTÜRK, TOLUNAY KARAKELLE, ÜNAL ÖZTÜRK, MUSA KARAYİĞİT, ERDEM KURAL, FIRAT YILDIKO, GÖKHAN ÖZDEMİR, MURAT AKAY, OĞUZHAN ÖZTÜRK, CANSU ÇOLAK, YAĞMUR YILDIZ, MELEK YAVUZER, SERGEN ÖZTÜRK



BİRLEŞİM KÜREK TAKIMI DERECELERİ

Eylül 2014 yılı Dragon Festivali Türkiye 6.sı

Eylül 2015 yılı Dragon Festivali Türkiye 4.sü

Ağustos 2016 yılı Su Sporları Festivali Dragon Yarışları Türkiye 2.si

Eylül 2016 yılı Dragon Festivali Türkiye 2.si



Yarışlara katıldığımız üç sene süresince farklı departman ve şantiyelerden farklı çalışanlarımızla bir kürek takımı oluşturduk. Her sene yeni bir takım ile sıfırdan başladığımız antrenmanlarımızı aksatmadan sistemli bir şekilde gerçekleştirmemiz, takımımıza başarıyı getiren sebeplerdendir. Ancak en önemli etkenin, bir elektromekanik taahhüt firması olarak işlerimizi proje bazlı yürütürken kısa sürede insan hayatı için minimum risk oluşturacak koşullarda organize olabilme kabiliyeti ve esnek koşullara kolay adapte olabilme özelliğimize bağlamak yanlış olmayacaktır.

Eş zamanlı birçok projeyi yürüten bir taahhüt firması olarak gördük ki, ilk kez tekne üzerine çıkan bir takım ile kazandığımız Türkiye ikinciliği sahadaki başarımızın yansımasıdır.



Takımımızdan desteğini esirgemeyen tüm Birleşim Grup Ailesine teşekkür ederiz.



Yarışlara katılan tüm takımları özellikle de yarışma birincisi Kansersiz Yaşam Derneği sporcuları "Sporcu Melekler'i" canı gönülden tebrik ediyoruz. Kanser hastası çocuklarımıza moral olmak, umut olmak, destek olmak için bir araya gelen Sporcu Melekler, sportif olarak gösterdikleri başarının yanında uğruna çalıştıkları amaç ile de herkese örnek oldu.



Yarışma 1.si Sporcu Melekler ve yarışma 2.si Birleşim Kürek Takımı bir arada

DÜNYANIN EN GENİŞ KÖPRÜSÜ İSTANBUL'DA AÇILDI!

Son on yılda ülkemizde yapısal anlamda pek çok yatırım yapıldı ve bu yatırımların önemli bir kısmı ulaşım ağının gelişmesine ayrıldı.

1973 yılında faaliyete geçen Boğaziçi Köprüsü yeni adıyla 15 Temmuz Şehitler Köprüsü'nden ve 1988 yılında tamamlanan Fatih Sultan Mehmet Köprüsü'nden sonra İstanbul Boğazı'nın 3. köprüsü olan Yavuz Sultan Selim Köprüsü, 26 Ağustos 2016 tarihinde Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan ve Başbakan Binali Yıldırım'ın katılımlarıyla hizmete açıldı.



Yavuz Sultan Selim Köprüsü neleri değiştirecek!

Kuzey Çevre Otoyolu projesinin en önemli parçalarından birisi niteliğinde olan köprü hem tekerlekli araç ulaşımını hem de raylı sistem ulaşımını bir arada sağlayarak dünyada öncü olma niteliğinde.

Köprüdeki raylı sistem, Edirne'den İzmit'e uzanıyor. Marmaray ve İstanbul Metrosu ile entegre edilen raylı sistemle Atatürk Havalimanı, Sabiha Gökçen Havalimanı ve yeni yapılacak 3. Havalimanı da birbirine bağlanacak. Projenin devamında 165 kilometrelik Kurtköy-Akyazı ve 88 kilometrelik Kınalı-Odayeri Otoyolları bulunuyor. Toplam uzunluğu 257 kilometrelik otoyollarda çalışmalar devam etmekte ve 2018 yılının sonunda tamamlanarak sisteme katılması planlanıyor.

Yavuz Sultan Selim Köprüsü ve Kuzey Çevre Otoyolu Projesi'nde hem konfor ve kalite hem de trafik ve yol güvenliği açısından teknolojinin son imkânları kullanıldı. Kuzey Çevre Otoyolu güzergâhı üzerinde 5 ayrı bölgede dinlenme ve akaryakıt tesisleri halka hizmet verecek. Ayrıca köprüye, güzergâhta en iyi hizmeti vermek ve olası trafik kazalarını önlemek adına özel sis sensörleri de konuldu.

Maliyeti 3 milyar dolar!

29 Mayıs 2013 tarihinde temeli atılan köprü yaklaşık üç yılda tamamlandı. Yatırım maliyeti 3 milyar dolar olan köprünün gidiş ve geliş istikametlerinde 4'er karayolu şeridi ile ortada 2 demiryolu şeridi olmak üzere toplam 10 ulaşım şeridi bulunuyor. Özellikle büyük araçların zorunlu olarak yönlendirildiği köprünün İstanbul trafiğini rahatlattığı gözlemleniyor.

EN'lerin ve iLK'lerin köprüsü!

- 1408 metre ana açıklığı ile üzerinde raylı sistem olan dünyanın en uzun asma köprüsü.
- 322 metreyle dünyanın en uzun kulesine sahip asma köprüsü.
- 59 metrelik genişliğiyle dünyanın en geniş asma köprüsü.
- Dünyada ilk olarak raylı geçiş sisteminin aynı tabliyede kullanıldığı asma köprü.

3. Köprü'nün Bize Kazandıracakları!

- Yakıt tasarrufu sağlanacak.
- Zaman tasarrufu sağlanacak.
- Araçlar kesintisiz, emniyetli ve konforlu bir şekilde transit geçiş yapacak.
- Ulaşımdan kaynaklı hava kirleticilerin şehir içinde oluşturduğu etki azalacak.
- 3. Boğaz Köprüsü'nü de kapsayan Kuzey Marmara Otoyolu'nun, İstanbul(Kınalı) - Çanakkale - Savaştepe otoyolu ve İstanbul - İzmir otoyolu ile birleşmesiyle komşu şehirlere ulaşım süresi azalacak.
- 3. Havalimanı ve Kanal İstanbul gibi mega projelerin şehir merkezi ile bağlantısı sağlanacak.
- Hem karayolu hem de demiryolu ile taşımacılık alternatifleri ve ticaret kapasitesi artacak.
- Yük taşıyan araçların ulaşım kısıtlamasının kalkmasıyla ithalat ve ihracatımızdaki zaman maliyeti azalacak.
- Marmara Bölgesi'nde oluşacak yeni ticari alanlar ve komşu illerle birlikte tüm bölge ekonomik açıdan daha da canlanacak.

3. Boğaz Köprüsü ve Kuzey Marmara Otoyolu Projesi kapsamında otoyol güzergâhına "Ekolojik Köprüler" yapıldı!

Proje kapsamında Türkiye'de örneğine az rastlanan Ekolojik Köprü çalışmaları ile karaca, domuz ve tilki gibi yaban hayvan türlerinin otoyoldan etkilenmeden hayatlarına devam etmesi amaçlanıyor.

Dünyanın en donanımlı köprülerinden biri olan ve Türkiye ekonomisine büyük katkı sağlayacak bu yatırımın ülkemize uğur getirmesini ve milletimize hayırlı olmasını temenni ediyoruz.



Bilmeniz Gerekenler

- 59 metre: Köprünün toplam uzunluğu
- 10 Şerit: Köprüdeki demiryolu ile birlikte toplam şerit sayısı
- 1408 metre: Köprünün deniz üzerindeki uzunluğu
- 2164 metre: Köprünün toplam uzunluğu
- 322 metre: Garipçe'deki kulenin yüksekliği
- 318 metre: Poyrazköy'deki kulenin yüksekliği

ŞİRKET KÜLTÜRÜNE DİKKAT!



İbrahim Biner

Bir şirketteki performans ve verimliliği geliştirmek, mali, idari, teknik ve bunun gibi birçok dinamiği dengede tutmak için şirket kültürü hayati rol oynamaktadır.

Bu ayki sayımızda, 35 yılı aşkın iş deneyimine sahip Genel Müdürümüz Sayın **İbrahim Biner** ile şirket kültürünün firmalar açısından önemini farklı yönleriyle görüştüğümüz bir röportaj hazırladık.

Şirket kültürünün kurumsallaşma açısından önemi nedir?

Genel anlamda, bir toplulukta yaşayan gelenek durumundaki her türlü düşünce, sanat ve yaşayış varlıklarının tümüne “kültür” dediğimize göre şirketlerin de kuruluş aşamasından başlayıp şirketin yaşadığı sürece gelişen ve biriken bu tür unsurlara şirket kültürü demek yanlış olmaz sanırım.

Ülkemizde belli bir kültür düzeyine ulaştığına inandığımız şirketlerin kuruluş yıllarına baktığımızda bunların çoğunun 1950’li yıllarda kurulmaya başladıklarını, zamanla büyüdüklerini, büyüdükçe kâr merkezlerine bölündüklerini, bu bölümlerin büyüyüp geliştikçe birer bağımsız şirket kimliği kazanarak, ana merkezin bu şirketler topluluğunun hisselerine sahip birer şemsiye kuruluş şeklini aldıklarını ve Holding kimliğine büründüklerini görüyoruz.

Yine geçmişlerine baktığımızda bu şirketlerin önemli bir kısmının ithalat ve ticaretle işe başladıklarını, bir süre sonra gelişen piyasa koşulları karşısında uzmanlık kazandıkları ticari dallarda sanayiciliğe özendiklerini görüyoruz.

İster halka açık olsun, ister birkaç ailenin tekelinde olsun, ister küçükten büyümüş olsun, bir şirketin geleceğinin en büyük güvencesinin, gerçek anlamdaki patronajının olduğunu iyi bilmemiz gerekir. Patronaj; hisse oranı ne olursa olsun şirketle eşleşmiş, geleceğini, şerefini, servetini ve prestijini; şirketinin geleceği, şerefi varlığı ve başarısı ile eşleştirmiş bir kişi veya grubun şirket yönetimine hâkimiyeti anlamına geldiğine göre, bir şirketin kurulma aşamasından sonra oluşan kültürünün, patronajının kültürü ile yakından ilgili olduğuna artık eminim.

Küçükten büyümekte olan tüm işletmelerde devamlı olarak bir yeniden yapılaşma ve kurumsallaşmaya çalışma aşaması yaşandığını gözlüyoruz. Küçük işletmelerde kendi parası ve kişisel riski ile işi yöneten patronun “herşeyi bilmesi” ve “herkesi tanınması” esasına göre oynanan bu oyun, genelde büyük dinamizm getiriyor. Eğer patronun sahip olduğu değer yargıları adil, dürüst ve haklı ise çalışanlar iyi motive oluyor. İleri görüşlü, adil, çalışkan, bilgili, takipçi ve denetleyici işbilir patronlar, kurumsallaşma ile paradoksal gibi

görünen bu serbest hareket sistemini iyi bir şekilde kullandıkça işletmeleri geliyor ve oluşan kültür de bu yönde oluyor. Bir yerde patronun kültürü, şirketin kültürünü yaratıyor.

Fakat işletme büyüdükçe patronun işler ve kişilerle ilgili derin bilgisi ve uzmanlığı ister istemez azalıyor. Bunun dışında da işletmesi kişisel olmaktan çıkıyor, sermaye onun bile olsa kurum artık millileşiyor. Yönetim artık yavaş yavaş profesyonellere geçiyor. İşte bu aşamada yapılan her atılım, her hareket kurallara bağlanmalı ve bunlar yazılı hale getirilmelidir. Kurallara uygun hareket edildiği de sürekli denetlenmelidir.

Özetle kurumsallaşmanın, çok dikkatli geçilmesi gereken bir süreç olduğuna inanıyorum. Bu sürecin başarılı olması ise kurumun kültürü ile direkt ilintilidir. Bu kültür ise şirket sahiplerinin kültürü ile gelişir.

Sizce şirket kültürü Türkiye’de ne zaman ortaya çıktı, nasıl gelişti?

Ben 80 li yılların başında iş hayatıma başladığımdan geçmiş sadece okuduklarımdan ve güvenilir bulduğum tecrübeli büyüklerimin anlatımları kadarıyla biliyorum. Çok değerli patronlarım rahmetli Üzeyir Garih ve İshak Alaton’un yazılarından 80 li yıllara kadar olan tespitlerini altta özetliyorum.

Bu vesile ile İshak Bey’i minnetle anıyor, ailesi başta olmak üzere tüm Alarko camiasına ve sevenlerine başsağlığı diliyorum.

Osmanlı Türkiye’si, XIX. Yüzyılın başından itibaren tam bir ekonomik çöküntü içinde olduğundan, 18. yüzyıl sonlarında İngiltere’de başlayıp, hızla Batı Avrupa’ya yayılan ve dünyanın ekonomik çehresini değiştiren büyük ekonomik hareketin tamamen dışında kalıyor. Bu hareket makinelerin icadı ve sanayiye uygulanması hareketidir. Bu dönemi ıskalayıp, I.Dünya Savaşı’ndan da harap çıkan yeni Türkiye; geri, fakir, sermayesiz ancak artık bağımsızdır.

Lozan’dan sonra ilk ekonomik çabalar İzmir İktisat Kongresi’nde görülüyor. Genel olarak liberal bir ekonomik gelişmenin esasları savunuluyor. Nitekim gelişmeler de o yönde oluyor. 1929’daki küresel

Kurumsal Pencere

ekonomik buhrana kadar liberal eğilimler ve sloganlar yürüyor. Ancak bu devrede milli sermaye birikmesi alanında hiç bir başarı sağlanamıyor. Özel teşebbüs, önemli bir varlık gösteremiyor. 1929 buhranı ise bu alanda liberal yollardan sermaye birikiminin ümit ve hayallerini tamamen silip, süpürüyor.

1930'lu yılların başında Ankara bürokrasisi, Türk ekonomisini, devletin mutlak güdümüne ve tahakkümüne sokan bir kanunu meclisten geçirir. Kanun sadece 3 yıllık yürürlükte kalacaktır ancak bu gücün tadını alan bürokrasi, bu kanunun yarım asır yürürlükte kalmasını gerekli görüyor.

Cumhuriyet'in ilk yıllarında özel girişimcilik varsa bile, devlet politikası olarak kısıtlanmış, güdümlü, merkezîyetçi bir ekonomi tercih edilmiş, özel sektörün ticaretle uğraşmasına ses çıkarılmamış, ancak sanayiye yönelmesine de ihtiyaç duyulmamış, istenmemiş ve teşvik edilmemiş. Bu zihniyetin 1950 yılına kadar geldiği görülüyor. O yıl, kalıbına sığmayan özel girişimcilik zincirlerini kırıyor ve kendisine yirmi yıl boyunca demir gömlek giydirilmiş zihniyete isyan ediyor. Türkiye'de özel sektörü teşvik etme ve sanayi geliştirme zihniyeti rahmetli Adnan Menderes ile başlıyor. 1950'de Türkiye'nin milli geliri kişi başına 200 USD iken aynı sene Japonya'nın 130 USD, Kore'nin 65 USD olduğu görülüyor.

1940-1950 li yıllarda Türkiye'de birçok şirket kuruluyor. Bunlardan bir kısmı süreç içinde büyümüş, gelişmiş ve günümüzde çok büyük holdingler haline gelmiş.

Altmışlı ve yetmişli yıllarda Türk ekonomisinin gelişmesi, ülkemize gelip tesis kurmak isteyen yabancı sermayenin önüne, aşılması olanaksız yakın engeller konulması nedeniyle bir süre aksamış.

Seksenli yıllarda ise Türkiye bir devrim yaşadı. Tabular tekrar tekrar yıkıldı. Sovyetler Birliği'nin yıkılışı, ülkemizde devlet güdümlü ekonomi taraftarlarını gözden düşürdü. Girişimcilik gelişmeye başladı. Genç insanlar, devlet babanın kapısına sığınma yerine, kendi ayakları üzerinde durarak geniş ufuklara bakmanın heyecanını keşfettiler.

Türk toplumu, Ankara yönetiminin önünde koşmaya başladı.

2000'li yıllarda ise artık küreselleşen dünya içinde yerimizi alma çabaları içindeyiz. Birçok sektörde dünya pazarlarında söz sahibi olmaya çalışıyoruz. İnşaat alanında inanılmaz bir noktadayız.

İşte bu son 50-55 yıllık süreç içinde gelişen şirketlerimizin birçoğunun kültürü, bundan sonraki dünya ile entegre olma sürecinin bir garantisi haline geldi. Bence özel girişimciyi parlak bir gelecek bekliyor.

**Önemli olan
şirketin hep en muteber,
en saygın ve en
güvenilir şirket olmayı
hedeflemesidir ve bunu
başarmasıdır.**

Bu anlamda başarılı bir şirketin kültürünün ayırt edici noktaları nelerdir?

Bence Türkiye'de gerçek anlamda kurumsallaşma kültürünü başarmış ve sürdürebilen şirket sayısı çok fazla değil maalesef. Aslında dünyada da böyle. Kurumsallaşma çabası çok uzun, zahmetli ve yıllar alacak bir süreç. Bu sürecin başarısında altta sıraladığım etkenlerin çok önemli olduğuna inanıyorum.

1. Kurumsal şirket, kurucu ortaklarının şirkette hiçbir zaman klasik anlamda patronluk yapmadığı bir şirkettir. Şirketi gerçek anlamda profesyoneller yönetir.
2. Kurumsal şirketin illa çok büyük bir şirket olması gerekmez. Tersten bir deyişle çok büyük şirketler artık kurumsallaşmıştır demek de her zaman doğru olmaz. Önemli olan şirketin hep en muteber, en saygın ve en güvenilir şirket olmayı hedeflemesidir ve bunu başarmasıdır.
3. Kurumsal şirkette çalışanların şirket içinde yaptıkları işleri, kendi inisiyatifleri içinde

yapmaları, yani sorumluluğunu da alarak götürmeleri teşvik edilir. Herkes kendini yaptığı işin patronu gibi hisseder. Günlük işleri sırasında kararlarını kendisi alır, bir üstüne onaylatır. Tüm şirkette “Bağımsız yönetim, merkezi denetim” felsefesi uygulanır. Bu felsefe gerçek anlamda bürokrasiyi azaltan ve karar mekanizmalarını hızlandıran bir etki yapar.

4. Kurumsal bir şirkette mutlaka her birimin bir hedefi olur ve sonra da bu hedeflere ulaşmakla yükümlü kılınır. Buna bütçe diyoruz. Bütçesini tutturan birimlerin belli esaslarda ödüllendirilmeleri esastır.
5. Bütçesini yapan kişi, sonucunu da en ayrıntılı bir şekilde görmek ve karşılaştırmak ister. Dolayısıyla güvenilir ve şeffaf bir mali bilgilendirme sistemine sahip olmalıdır.
6. Şirkette en alttan en üste kadar herkesin açıkça ifade edilebilen bir görev tanımı olur. Ama bunu ISO 9001 in bir angaryası gibi değil, gerçek anlamda yapar ve sürdürür.
7. Kurumsal şirkette personel üstlerinden veya patronlarından korkmaz, onlara güvenir. Üst ve patronlar da emretmez, ikna eder. Çalışanlar şahsi oyun yerine işbirliği içindedir. Bunun heyecanı içinde her gün şirketlerine koşarak gelirler, eşlerinden “Nerede kaldın” telefonu ile ayrılırlar. Yani kısaca mutlu çalışırlar, çökütürler.
8. Kurumsal şirkette liyakat esastır. İşi için gerekli eğitimleri almış her personelin kariyer gelişiminde önü açıktır. Terfide torpil bulunmaz. Ayak oyunları sökmez. Onun bunun şusu busu diye lâyük olmayana masa verilmez.
9. Kısaca kurumsal şirketin yönetim anlayışında, personelde “Şirket Ruhu” yaratmak vardır. Bunun temelinde de çalışkanlık, düzen, hakkaniyet, insan sevgisi, insan ilişkileri, genel yararları kollama, inisiyatif kullanma, teşebbüs cesareti ve sonuç alma heyecanı yatar.
10. Son olarak en farklı noktasını da belirtmeden geçmek istemiyorum. Kurumsal şirkette patronlar “Devir Planı” yaparlar. Yani kurucu ortaklardan biri veya hepsi aynı anda öldüğü anda veya artık çalışamayacak yaşa geldikleri

anda şirketin devamı için neler yapılması gerektiğinin en ince ayrıntılarına kadar düşünüldüğü bir plandır bu. Bazı kurumsal şirketlerin patronları bunu müthiş bir öngörü ile kendi aktif zamanlarında hayata geçirirler ve şirketi sıkı denetlenen profesyoneller ile birlikte yönetirler.

Birleşim Grup olarak şirket kültürünün yerleşmesi ve yaygınlaşması için neler yapıyorsunuz?

Bakın biz 2002 kuruluşlu genç bir şirketiz. Patronlarımız daha kırklı yaşlarının başlarında.



Kurumsal Pencere

Allah uzun ömürler versin daha çok başarılı yılları var ve kendi başlarına bu yolda başarılarını genç yaşta kanıtlamış kişiler. Ama buna rağmen yetkilerinin önemli bir kısmını benimle ve elektrik taahhüt grubumuz Erde Mühendislik'in Genel Müdürü sevgili arkadaşım Mehmet Pak ile paylaşmakta bir an bile tereddüt etmediler. Birlikteliğimiz 5 yılı geçti.

Kendi adıma peki ben kimim? Ömrümü Birleşim Grup öncesinde sadece iki şirkette geçirmiş amatör ruhlu bir profesyonelim. Gururla ifade ediyorum ki Genel Mühendislik ve Alarko Şirketleri'nin bugüne getirdiği şanslı bir mühendisim. Dergimizin ilk sayısında uzun uzun anlattığım gibi Genel Mühendislik şirketinin kurucusu rahmetli Baycan Sunaç Ustamın çırağı olarak başladığım bu yolculukta, Alarko'nun o muhteşem ortamında kalfalaşma sürecini tamamlamış bir yöneticiyim. Kısacası bu ülkede doğru zamanda doğru yerlerde olma şansına erişebilmiş biriyim. Bu şansımın devamını da bana Birleşim Grup sundu. Alarko'da artık genlerime işlediğini hissettiğim doğruları şimdi Birleşim'de uygulamaya çalışıyorum. Bunda da bana destek olan tüm arkadaşlarımla birlikte ciddi bir yol aldığımızı memnuniyetle görüyorum.

Şirket kültürünün yerleşmesi ve yaygınlaşması herşeyden önce çalışanların o şirkete olan güven ve inancı ile doğru orantılıdır diye düşünüyorum. Sonuçta insanlar fâni, şirketler bâkidir. Şirkete yeni katılan bir insan, ister istemez öncelikle ortamı tanır, diğer insanların fikirleri ile etkileşim içine girer ve bir süre sonra şirket hakkında olumlu veya olumsuz bir karara varır.

Önemli olan insandır, insan olmalıdır. Bir şirketin temelde üç kaynağı; yani para, zaman ve insan kaynağını iyi yönetmesi gerekiyor. Zaman, tüm şirketler için eşit bir kaynak. Para ise sonuçta bulunması en kolay kaynak. Ancak insan ise, birçok şirketin politikalarında en çok hata yaptığı kaynak. Küskünler ordusu ile çalıştığını bilmeyen birçok patron gördüm.

Birleşim'de "insan" a verilen önem, bence kültürünün bir parçası olacak. Şirket sahiplerimizin her ikisi de, buna önem veren patron profilinde. Bu belki benim gibi tüm Birleşim çalışanlarının en önemli şansıdır. Bu kültürü ileri kuşaklara taşımak da tüm yöneticilerimizin öncelikli görevi olacaktır.

İşe alacağınız elemanların şirket kültürüne uygunluğunu nasıl ölçüyorsunuz?

Bizim insan kaynakları politikalarımız net ve açıktır. Tüm şirketlerimizin dinamik ve sağlıklı bir gelişme göstermesi ve geleceğe güvenli bakabilmesi için belirli bir sistematik içinde genç kadroların hazırlanması, üst görevlerin bir program ve denge içinde genç kadrolara aktarılması, süre gelen politikamız olmaya devam edecektir.

Bizim politikamızda ve kültürümüzde, işe alınacak personelin seçiminde hiç bir şekilde din, siyaset, ırk, cinsiyet, medeni durum gibi faktörlerin etkisi yoktur. Bir büyüğümün deyişiyle şunu unutmamak gerekir ki, iyi olmayan eleman yoktur, ancak verilen işe uygun olmayan eleman vardır. Bunun için her yıl çalışan her bir elemanımızın profilini güncelleştirmek ve onlara uygun işlerde çalıştırmak arzusunda ve çabasındayız.

İşin gerektirdiği alt yapıya sahip, genç, dinamik, dürüst, iyi huylu, vizyon sahibi her insan, bizim için potansiyel bir Birleşim çalışanıdır. İşe alınmalarda hiç bir şekilde sınav yapılmaz. Sadece iş görüşmesi yapılır.

İşe giren eleman şundan emin olur; Birleşim'de herkes hakettiği saygıyı görür, emeğinin hakkı olan maaşını gecikmeden mutlaka alır. Bu uygulama Birleşim kurulduğu günden bu yana, her türlü kriz ortamı dahil bir ay bile sapmamıştır.

Bu beş yıl içerisinde elektromekanik taahhüt sektöründe yaşadıklarınızdan yola çıkarak neler anlatabilirsiniz?

Gökçe Hanım, bu gerçekten benim için ilginç bir serüven. Ancak müsaade ederseniz bu konuyu dergimizin bir sonraki sayısında anlatmaya çalışayım.

Elbette çok seviniriz. Teşekkürler.

Ben de teşekkür ediyor, tüm okurlarımızın dergimizi keyifle okumalarını diliyorum.

Röportaj: Gökçe AŞKIN

İNSAN!

Nereden baktığınız önemli değildir

İNSAN!

İNSAN'a

verdiğiniz değer **önemlidir**

Proje

Sultanbeyli’de hayata geçirilen Anadolu Yakası’nın yeni eğlence ve buluşma merkezi

ATLASPARK ALIŞVERİŞ VE YAŞAM MERKEZİ

Ziyilan Grup, Ziyilan Gayrimenkul, Uzman Ticaret ve İnşaat, HD Holding, Azim Gayrimenkul, Enoa İnşaat, Sultanbeyli Gayrimenkul firmaları tarafından Sultanbeyli’de hayata geçirilen Anadolu Yakası’nın yeni eğlence ve buluşma merkezi Atlaspark Alışveriş ve Yaşam Merkezi, 2015 yılının Ağustos ayında hizmete açıldı.

55 bin metrekarelik alanda, 147 mağaza, eğlence merkezi, sinema salonları ve Anadolu Yakası’nın ilk ve tek 5M Migros’unu aynı çatı altında buluşturan Atlaspark AVM, ulusal ve uluslararası bir çok markaya ev sahipliği yapıyor.

İstanbul’un yükselen değeri Sultanbeyli’de ulaşım yollarının üzerinde yer alan Atlaspark AVM bölgesinin ilk 5M Migros’u, 1900 metrekarelik alana yayılan JoyPark eğlence alanı ve son teknoloji Dolby Atmos ses sistemine sahip Cineatlas sinema salonlarıyla ziyaretçilerine tüm gün keyifle vakit geçirecekleri alternatifler sunuyor. Farklı yeme içme seçenekleri ve dünyaca ünlü birçok markanın yer aldığı Atlaspark AVM, Sultanbeyli bölgesinin ihtiyaçlarından yola çıkan bir yaşam ve alışveriş merkezi olarak ön plana çıkıyor. Bu projenin elektromekanik tesisat işlerini üstlenen firmamız Sultanbeyli’nin gelişimine katkı sağladığı için mutluluk duymaktadır.





MEKANİK TESİSAT PROJE BİLGİLERİ:

160.000 m² AVM kullanım alanı olan projede; ısıtma, soğutma ve havalandırma sistemleri için bina genelinde 3 adet 2.500 kW kapasiteli su soğutmalı, 1 adet 1.000 kW kapasiteli hava soğutmalı soğutma grubu, 4 adet 2.750 kW kapasiteli açık tip soğutma kulesi, 3 adet 1.500 kW kapasiteli çelik kazan, 57 adet sirkülasyon pompası, 50 adet konfor klima santrali, 80 adet egzoz aspiratörü, 58 adet FCU ve fan, otopark katlarında çift ve tek yönlü olmak üzere 69 adet jet-fan ve 14 adet aksiyel fan kullanılmaktadır. 4 adet kullanma suyu hidroforu ile yumuşatılmış su bina geneline gönderilmekte olup fastfood alanları için ilave UV kullanılmaktadır. Yangın tesisatında ise 2 adet 1.000 GPM elektrikli yangın pompası kullanılmıştır.

Proje Bilgileri yazısı sahibi: **Hasan BİLGİLİ**, Birleşim Mühendislik Proje Müdürü

ELEKTRİK TESİSAT PROJE BİLGİLERİ:

Açık, kapalı ve kiralık alanların toplamı 160.000 m² olup, 4 adet 2000 kVA ve 1 Adet 1600 kVA trafo ile toplam 9,6 mVA kurulu güce sahiptir. Toplam 9,6 mVA kurulu güç, generatör ile tüm alanlar için %100 yedeklenmiştir. Bütün dağıtımlar en uç noktaya kadar busbar hatları ile yapılmıştır. Zayıf akım sistemleri olarak bina otomasyon sistemi, aydınlatma otomasyonu, yangın algılama ve ihbar sistemi, karbonmonoksit algılama sistemi, acil anons ve müzik sistemi, IP CCTV Sistemi, telefon ve data sistemi, SMATV, kartlı geçiş ve güvenlik sistemleri, sayaç otomasyonu sistemleri bulunmaktadır. Aydınlatma sisteminin tamamında LED ürünler tercih edilmiş olup, birçok noktada özel üretim ve ithal armatürler kullanılmıştır. Cephesinde bulunan DMX kontrollü Wallwasher aydınlatmayla geceleri otoyoldan geçenlere güzel bir görüntü sunmaktadır. Ayrıca girişte bulunan ufak süs havuzu ile koordineli olarak çalışan ayrı bir müzik sistemi de bulunmaktadır.

Proje Bilgileri yazısı sahibi: **Aşkın DEMİR**, Şantiyeler Finans Koordinatörü



İLETİŞİM BİLGİLERİ

SULTANBEYLİ GAYRİMENKUL YAT. TUR. VE TAAH. A.Ş.
ABDURRAHMANGAZİ MAH. FATİH BULVARI NO:67/1
SULTANBEYLİ / İSTANBUL

T: 0216 - 398 78 88 PBX F: 0216 - 398 78 82
www.atlasparkavm.com
<https://www.facebook.com/atlasparksultanbeyli/?fref=ts>
<https://twitter.com/atlasparkavm1>
<https://www.instagram.com/atlasparksultanbeyli/>



İSTANBUL AKVARYUM GENEL MÜDÜRÜ SN. MEHMET SAMİ MİLLİ İLE SÖYLEŞİ

Sn. Mehmet Sami Milli İstanbul Akvaryum ve elektromekanik projeler hakkındaki sorularımızı yanıtladı.

Röportaj: Gökçe AŞKIN



Bildiğiniz gibi bu sayımızda kapak projemiz elektromekanik çalışmalarını birlikte yürüttüğümüz Crowne Plaza Oteli. AVM, otel ve akvaryum konseptinde olan bu projenin belki de en dikkat çekici olan bölümü İstanbul Akvaryum hakkında sizden bilgi almak isteriz.

İstanbul Akvaryum Turizm Ltd. Şirketi özel bir teşebbüstür. Aslında arazi İstanbul Büyükşehir Belediyesi'ne aittir. Yap-İşlet-Devret (YİD) modeli olarak hayata geçirdiğimiz alışveriş merkezi, akvaryum ve otel konseptinden oluşan bu projeyi otuz yıllığına işletme hakkına sahibiz. Bu konsept içinde yer alan İstanbul Akvaryum dünyanın en büyük tematik akvaryumudur. Hemen yanında çok büyük ödüller almış yeni nesil diyebileceğimiz alışveriş merkezi Aqua Florya ve bu iki yapıya yakışan, falezlere uygun Crowne Plaza Oteli yer almaktadır.

Akvaryumu çok özel ve güvenilir kılacak titiz bir çalışma yaptığınızı biliyoruz. Bununla ilgili neler söylemek istersiniz?

Bu yapıyı oluşturan konsorsiyumda büyük inşaat firmaları ile çalıştık. Az önce de bahsettiğim gibi özel bir teşebbüsten bahsediyoruz. Bu projeye başlarken çok iddialı olmayı hedefledik ve iş tamamlandığında gerek ziyaretçilerimizden gerekse çevremizden bu hedefimizi gerçekleştirdiğimize dair geri bildirimler aldık ve almaktayız. Projemiz çok iyi bir destinasyonda ve her şeyi ile çok iyi işleyen bir yapı haline geldi.

Dünyadaki diğer örneklerle baktığınız zaman İstanbul Akvaryumu farklı kılan özellikler nelerdir? Dünya geneline baktığımız vakit tekil yapıların çok

uzun ömürlü olmadığını görüyoruz. Yapıların hem bir hikâyesi olmalı hem mimari ve tasarım olarak göze hoş gelmeli hem de birbirinin devamı olmalıdır. Yani tek başına bir akvaryum hiçbir zaman istenildiği kadar büyük bir cazibe merkezi olmaz. Bu prensiple büyüttüğümüz akvaryum projemizin yanında ona uyacak ve onu tamamlayacak Aqua Florya AVM'yi ve Crowne Plaza Oteli'ni hayata geçirmeye karar verdik. Kısaca bakacak olursa, Crowne Plaza ve Aqua Florya'nın yapısı konseptte ve konuma uygun bir tasarımda. Denize yakın bir yerde konumlandığınızda sudan esinlenmemek mümkün değil, dolayısı ile tasarımı da bu etkiyle gerçekleştirdik. Böylece adeta bir geminin içerisinde gidiyormuşsunuz hissini yaşatacak bir mimari yarattık.

Akvaryuma bakacak olursak; Orta Doğu, Azerbaycan, Kazakistan ve Avrupa gibi yakın çevrelerden çok fazla ziyaretçi alan bir projeye sahibiz. Akvaryumun çok fazla fanatikleri var ve projemizi tematik olarak irdeleyen takipçisi oldukça fazla.

Ayrıca akvaryumumuz Dünya Akvaryumlar Birliği üyesi olup akvaryumlar arasında dizayn, tasarım ve işletme anlamında mükemmellik ödülü almıştır.



istanbul
akvaryum

Dünyanın En Büyük Tematik Akvaryumu

Peki, akvaryumu tasarlarken neyi ön planda tuttu- nuz?

İstanbul Akvaryum tasarlanırken "Dünyanın diğer ucuna gitmenize gerek yok, hemen yanı başınızda bu anlamda en iddialı projeye ulaşabilirsiniz" dedirtecek ve aynı zamanda da Türkiye'ye mal olacak bir proje yapmayı hedefledik.

Tematik akvaryumumuzda, salt deniz canlılarını sergilemeyi değil aynı zamanda bir hikâye yaratmaya çalıştık. 14 farklı yapıdan oluşan mimaride 64 farklı tank yer alıyor. Akvaryuma giren ziyaretçi o dünyanın içerisinde kendisini onun bir parçası gibi hissediyor. Karadeniz'de başlayan yolculuğunuz Pasifik Okyanusu'nda sonlanırken, devasa bir yağmur ormanının içinde buluyorsunuz kendinizi. İstanbul Akvaryum 'da 1500 çeşit balık olmak üzere toplamda on beş bin deniz canlısı yer almaktadır. Yağmur ormanlarında tatlı su balıklarımızı görebilirsiniz. 7000 metreküp su alanı içerisinde 14 tane köpek balığı bulunan devasa bir akvaryum mevcuttur.

Bu konsept projeyi oluştururken çalıştığınız firmaları dikkate alırsak nasıl bir çalışma yürüttünüz?

Bu yapıyı oluşturabilmek için on beşe yakın yurtdışı firmasını buraya entegre ederek hassas ve meşakkatli bir çalışma sürdürdük. Bu bina kompleksini inşa ettiğimiz zaman elektromekanik sistemler ve süperpoze proje anlamında özellikli firmalar ile çalışmayı hedefledik. Bu nedenle de konsept projenin otel mimarisinde elektromekanik üzerinde çok deneyimli bir firma aradık ve Birleşim Grup ile çalışmayı tercih ettik.

Crowne Plaza projesinde elektromekanik işlerin tek bir firma tarafından yürütülmesini tercih ettiniz. Bu tercihi yapmanın nedenleri nelerdir?

Öncelikli olarak elektromekanik işlerden yükümlü firmanın nitelikli bir firma, know-how'ı yüksek olan, belli imalatlarını kendisinin yaptığı, sahada süperpoze dediğimiz projeleri yerinde bizatihi çizdi-

ği, alt yapısı ve teknik detayları olan bir mühendislik firması olması çok önemlidir. Elektrik ve mekanik sürecin bir arada olması tabii ki önemlidir ancak bizim projemizde ilgili firmanın otel konusunda deneyimli olması, en az otuz kırk tane otel projesi yapmış olması arayışındaydık. Ve bu konuda bir mühendis olarak biliyorum ki elektromekanik işleri aynı firmaya vermediğinizde çok basit unsurlar yüzünden süreç uzayacak, yanlış yapılanmalar olacak, sistemi entegre edemeyeceksiniz dolayısı ile de çalışan ekibin motivasyonunun azalmasına kadar bir çok olumsuzluğa neden olacak bir durum yaşanacaktı. Bu koşullar kapsamında ihale şartlarımızı hazırladık. Yakın çevremizden aldığımız duyumlarda da karşımıza deneyimiyle ve bilgi birikimiyle Birleşim Grup çıktı.

Bu yapı, saydığım süreçleri başarıyla geçmiş ve elektromekanik anlamda tercih ettiğimiz firmanın doğru bir adres olduğunu kanıtlayan bir proje olmuştur.

Bir işveren olarak proje hazırlık aşamasında işbirliği içinde olacağınız firmalarda dikkat etmeniz gereken özellikler neler olmalıdır?

Çoğunlukla çizdiğimiz ilk proje yola çıktığımız ile aynı olmuyor. Süreçlerde proje değişikliği

oluyor, işte bu aşamada bir mühendislik firması ile ilerlemediğiniz zaman çok ciddi hatalar yapabiliyorsunuz.

Bu tür firmaları tercih etmeyen işverenler için zaman ve para kaybının ne olduğuna bakmak gereklidir. İhale aşamasında sadece orada bulunmak ya da günü kurtarmak için bir taahhüde iştirak eden firmalar ile karşılaşabiliyorsunuz.

Burada daha uygun teklifi tercih etmek adına az önce belirttiğim nitelikli firmalar tercih edilmiyorsa, en başında kâra geçtiğinizi sandığınız miktarların belki de çok daha fazlasını kaybetmenize ya da yapıyı yeniden inşa etmenize bile neden olacak durumlar yaşanabilir.

Belki de bu noktada müşteri memnuniyetini minimumda tutacak bir proje hazırlanması sonucuna gi-





dilebilir. Burada en önemli unsur müşteri memnuniyetidir. Gelen bir ziyaretçinin yapıdaki konfordan, ısıtmadan, soğutmadan, havalandırmadan veya sıcak su sisteminden memnuniyeti yoksa çalışmanız hedefe ulaşmamış veya doğru çalışmayı yapamamışsınız demektir.

İşte bunun parasal bir değeri yoktur. Dolayısı ile işverenlerin proje başında aradaki farklara aldanıp, projeye layık olmayan firmalara çalışmayı emanet etmemeleri gereklidir.

Sami Bey, verdiğiniz tüm bilgiler için çok teşekkür ediyoruz. Türkiye'ye kazandırdığınız bu ayrıcalıklı proje için sizi tebrik ederiz.

ÇEK KANUNU DEĞİŞİKLİĞİ

Karşılıksız çeke 1.500 güne kadar adli para cezası veya hapis cezası verilecektir.

Bir ödeme aracı olan çek ile ilgili yasal düzenleme, 5941 sayılı Çek Kanunu, 2012 yılından sonra bir kez daha önemli değişiklik geçirdi. 6728 sayılı Kanunla Çek Kanununda önemli değişiklik yapılmıştır.

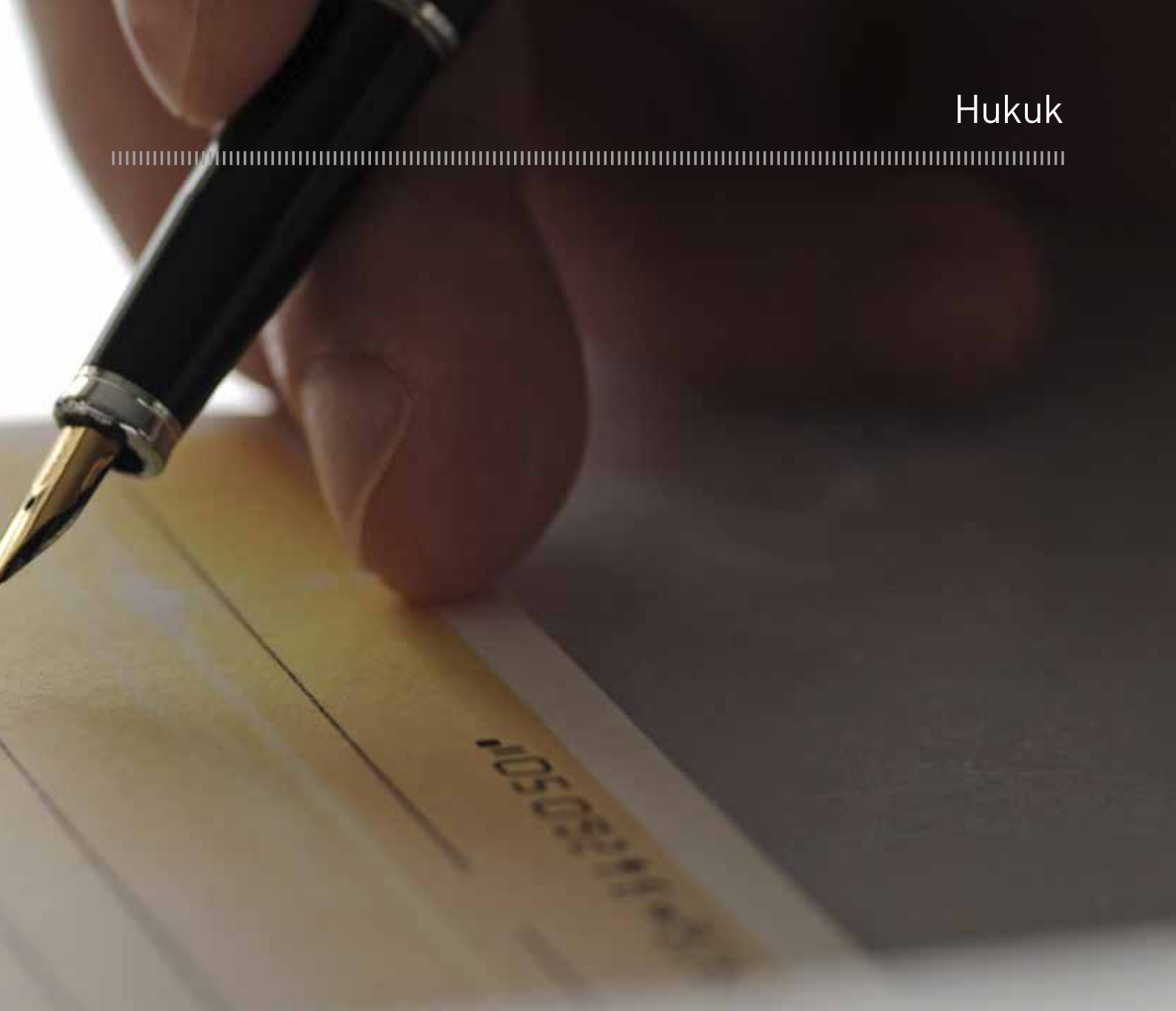
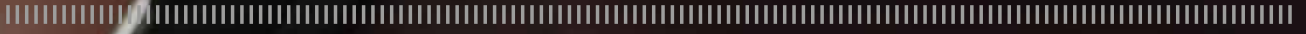
Özellikle karşılıksız çek keşidesinin sonuçları bakımından değişiklik önem arz etmektedir. Zira yeni düzenlemeden önce karşılıksız çek keşidesinin müeyyidesi çek düzenleme ve çek hesabı açma yasağını içeren idari yaptırım kararı ile sınırlı iken yeni düzenleme ile 1.500 güne kadar adli para cezası verilmesi ve bu cezanın ödenmemesi halinde ise hapis cezası müeyyide olarak belirlenmiştir.

Hükmedilecek adli para cezasının çek bedelinin karşılıksız kalan miktarı, çekin üzerinde yazılı bulunan düzenleme tarihine göre kanuni ibraz tarihinden itibaren işleyecek 3095 sayılı Kanuna göre ticari işlerde temerrüt faizi oranı üzerinden hesaplanacak faizi ile takip ve yargılama gideri toplamından az

olamayacağı hükme bağlanmıştır. Bunun yanı sıra mahkeme ayrıca çek düzenleme ve çek hesabı açma yasağına da hükmedecektir.

Karşılıksız çek keşidesi halinde ön ödeme, uzlaşma imkânı bulunmadığı gibi verilecek adli para cezasının ödenmemesi halinde uygulanacak hapis cezası için hükmün açıklanmasının geri bırakılması, kamuya yararlı işte çalışmak gibi alternatif tedbirlerin tatbiki imkânı da bulunmamaktadır.

Bir diğer önemli husus da tüzel kişi tarafından keşide edilen çekin karşılıksız çıkması halidir. Adli para cezası yanında mahkeme tarafından ayrıca hükmedilecek çek düzenleme ve çek hesabı açma yasağı, hem tüzel kişi hem de bu tüzel kişi adına çek keşide edenler ile karşılıksız çekin bir sermaye şirketi adına düzenlenmesi durumunda ayrıca yönetim organı ile ticaret siciline tescil edilen şirket yetkilileri hakkında da uygulanacağı, yeni düzenleme ile getirilmiş bir müeyyidedir. Ayrıca hakkında çek düzenleme ve



çek hesabı açma yasağı kararı verilenler, yasaklılıkları süresince sermaye şirketlerinin yönetim organlarında görev alamayacaktır. Ancak, hakkında yasaklama kararı verilenlerin mevcut organ üyelikleri görev sürelerinin sonuna kadar devam edeceği de yeni bir düzenleme olarak karşımıza çıkmaktadır.

Bunun yanı sıra çek hesabı sahibi gerçek kişilerin kendileri adına çek düzenlemek üzere bir başkasını temsilci veya vekil olarak tayin edemeyeceği, gerçek kişinin temsilcisi veya vekili olarak çek düzenlenmesi hâlinde bu çekten dolayı hukukî ve cezai sorumluluğun çek hesabı sahibine ait olacağı da yine yeni düzenleme ile getirilmiştir.

Çek düzenleme ve çek hesabı açmaktan yasaklananların UYAP (Ulusal Yargı Ağı Bilişim Sistemi) aracılığıyla MERSİS ve Risk Merkezine, bankalara bildirilmesi, bankaların çek hesabı açmak isteyenlerden adli sicil kaydı talep edecek olması ve çeklerde karekod uygulaması da yeni getirilen düzenle-

melerdir. Karekod uygulaması ile çek sahibin rızası olsun olmasın çek hesabı sahibi ile ilgili bilgiler çek muhatabının bilgisine sunulmuş olacaktır.

Netice itibariyle karşılıksız çek keşidesinde, hürriyeti bağlayıcı ceza yaptırımını yerine ekonomik suça ekonomik ceza yaklaşımı ile getirilen idari yaptırım kararı uygulamasının ticari hayatta karşılıksız çekin çoğalmasına sebep olduğu aşikârdır. Hal böyle olunca konu hakkında yeni bir yasal düzenleme yapılması zaruri hale gelmiştir. Buna cevaben yayımlanan yasa ile Çek Kanununda yapılan değişikliklerin yerinde olup olmadığı, ticari hayatı nasıl etkileyeceği süreç içerisinde kendisini gösterecektir.



Av. Aytaç KARAÖĞLU
Birleşim Grup Hukuk Müşaviri

VERGİ BARIŞI

Yeni çok kapsamlı bir vergi barışı ile karşı karşıyayız. Peki bu vergi barışı neleri kapsıyor?

Ülkemizde yaklaşık her 3,5 yılda bir halk arasında vergi affı olarak tabir edilen, vergi barışına yönelik kanunlar çıkmaktadır.

Genel amacının, geçmişte tahsil edilemeyen vergilerin tahsilini gerçekleştirmek ve kayda alınmayan her türlü gelirleri kayıt altına almaktır.

Belli bir kesim tarafından olumsuz yönde eleştirilse de, önemli ölçüde belli bir kesim tarafından da olumlu eleştirileri görmekteyiz.

Son çıkan 6736 sayılı Vergi Barışı Kanunu, bundan önce çıkan 2008 yılındaki 5811 sayılı kanunda bazı varlıkların ekonomiye kazandırılması, 2011 yılında çıkan 6111 sayılı kanunu da içine alan çok kapsamlı bir vergi barışı ile karşı karşıyayız.

Neleri kapsıyor?

- Yurt dışında sahip olunan varlıkların Türkiye'ye getirilmesi,
- Vergi dairelerine olan her türlü borçlar,
- İl özel idarelerine olan borçlar,
- Belediyelerce takip edilen her türlü alacaklar (emlak vergileri, çevre temizlik vergileri, su ve atık su ücretleri ve bunun gibi alacaklar)
- Yıllık kurumlar ve gelir vergisi matrah artırımını,
- Katma değer vergisi matrah artırımını,
- Muhtasar beyanname ile beyan edilen tüm vergi türlerinden matrah artırımını,
- İşletmede mevcut olduğu halde kayıtlarda yer almayan emtia, makine, teçhizat ve makinelerin kayıt altına alınması,
- Kayıtlarda yer aldığı halde işletmede bulunmayan kasa mevcudu ve ortaklardan alacaklar,



Matrah artırımından faydalananlar, artırım yaptıkları türden geriye dönük beş yıl vergi incelemesinde ortaya çıkacak vergi ve cezalara maruz kalmayacaklar.

Burada önemli olan ve daha önce çıkan vergi barışına yönelik kanunlardan ayıran, kasa fazlası ve ortaklar cari hesaplarını kapsayan, ucu açık olan ve kanun metninin içinde geçen "diğer hesaplara" dikkat çekmek istiyorum.

6736 sayılı kanunun 1 nolu tebliğinde, kanunun 6. maddesinin üçüncü fıkrası hükmü ile bilanço esasına göre defter tutan kurumlar vergisi mükelleflerine, 31.12.2015 tarihi itibarıyla düzenledikleri bilançolarında görülmekle birlikte işletmelerinde bulunmayan kasa mevcutları ve işletmenin esas fa-

aliyet konusu dışındaki işlemleri dolayısıyla (ödünç verme ve benzer nedenlerle ortaya çıkan) ortaklarından alacaklı bulunduğu tutarlar ile ortaklara borçlu bulunduğu tutarlar arasındaki net alacak tutarları ile bunlarla ilgili "diğer hesaplarda" yer alan işlemlerini, bu kanunun yayımlandığı tarihi izleyen üçüncü ayın sonuna kadar (30.11.2016) vergi dairelerine beyan etmek suretiyle kayıtlarını düzeltmeleri ve böylece kayıtlarını fiili duruma uygun hale getirmeleri sağlanmıştır. Düzeltme uygulamasında, kasa mevcutları ile ortaklardan net alacak tutarlarıyla ilgili olmakla beraber "başka hesaplarda" takip edilen tutarların da dikkate alınması mümkündür.

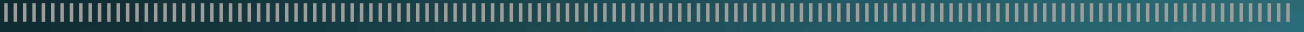
Daha önce çıkan vergi barışı kanunlarında sadece kasa mevcutları ve ortaklar cari hesaplarında bulunan alacakları kapsamakta iken, burada başka hesaplarda telaffuz edilmiş olmakla, bilanço kalemleri içinde ortaklarla ilgili maskelenmiş olanlar yani kısaca şirket ortakları ile ilgili halinin altına süpürdüğünüz ne varsa temizleyn anlamını çıkarabiliriz.

Dikkate değer ve daha önceki vergi barışından diğer bir fark ise, birikmiş vergi borçlarına sağlanan ödeme kolaylığında peşin ödeme yöntemidir. Mesela 1.000 TL vergi aslı ve buna bağlı olarak işlemiş 400 TL de birikmiş gecikme zammı ile birlikte toplam 1.400 TL vergi borcunuz var, gecikme zammı silinerek Yİ-ÜFE oranları ile yeniden hesaplanarak 200 TL'ye kadar düşüyor, eğer bunu peşin ödeme yöntemini seçerseniz yarısı 100 TL daha siliniyor ve 1.000 TL vergi aslı borcunuzu 1100 TL olarak ödeyebiliyorsunuz. Önceki vergi barışı kanunlarında peşin ödemede ikinci bir indirim konusu yokken burada sağlanmış olması büyük bir avantaj görülüyor. Ayrıca mükellefi, borcunu peşin ödemeye teşvik etmeye yönelik olduğunu anlıyoruz. Taksitle ödeme yöntemi seçilirse 1.200 TL'yi, seçtiğiniz 6, 9, 12, 18 eşit taksitler halinde belirlenen katsayıların çarpımı ile hesaplanan tutarlarla ödeme kolaylığı getirilmiştir.

Sonuçta, vergi mükellefi olsun veya olmasın her bir vatandaşı ilgilendiren, her açıdan geniş kapsamlı hazırlanan 6736 sayılı Vergi Barışı Kanunundan, kendilerini ilgilendiren kısımları dikkatle inceleyip tespit ederek müracaat sürelerini kaçırmadan mutlaka faydalanmaları gerektiğini düşünüyor ve bunu büyük bir fırsat olarak görüyorum.



Fahri KÖSE
S.M.Mali Müşavir
Birleşim Grup
Mali Müşaviri
www.fahrikose.com



GAYRİMENKUL ALIMINDA FAİZ İNDİRİMİ VE VADELENDİRMEDE SON DURUM

Gayrimenkul sektörü, gerek bireysel gerekse kurumsal yatırımcı tarafından bulunulan tüm koşulların istikrarından çok fazla etkilenen sektörlerin başında gelir. En önemli malzemesi para olan inşaat, kişisel birikimlerin enflasyona karşı en iyi korunduğu alternatif getiriler içinde yatırımcısına en yüksek getiriyi sağlayan bir yatırım aracı olmaktadır. Bu nedenle de, 2014 yılında ülkemiz, gayrimenkulün değer artışı yaşadığı 52 Dünya ülkesi sıralamasında 9. sırayı almıştır.

Dünyanın hiçbir ülkesinde gayrimenkulün önemi ülkemizde olduğu gibi anlamlı olmamıştır. İnsanımaza "Dünyada mekân, ahirette iman" dedirtecek kadar üzerine atasözleri yazılmıştır. Buna rağmen gayrimenkul alıcıları, gayrimenkul alırken zor karar verirler.

Peki, bu durumun en önemli sebepleri neler;

- Alınan ürünün zor nakde dönmesi,
- Ürünün ağır ve hantal olması,
- Ürünün ortamın her türlü koşulundan etkilenmesidir.

Bütün bunlara rağmen, zaman içerisinde gayrimenkulün kendindeki değer kaybının zor rastlanır olması onu gözde yatırım aracı olmaktan geri bırakmamıştır.

Bu genel bilgilerden sonra, günümüzde durum nasıldır? Gayrimenkul alım satımlarındaki durgunluk hem proje üreten firmaları nakde dönmelerindeki gecikme nedeniyle düşündürmüş, hem de yeni projeler üretme düşüncesini bir süreliğine ertelet-



miştir. Resmi veriler de bunu desteklemekte ve ülkemize yatırım yapan yabancı yatırımcının da geçen senenin bu zamanına göre alımlarda gerilemesine neden olduğunu göstermektedir.

Diğer yandan bittiği anda eskimeye de başlayan gayrimenkulün, tamamlanma süreci öncesinde satılmış olma gereği de göz ardı edilmemesi gereken bir konudur. Ortalama 24 ay da tamamlanan bir inşaatın satışlarının da en geç bu süreçte bitmesi ideal tablodur gerçekte.

Fakat sektörünün kendi içinde devresel ve dönemsel olarak dalgalanmalar yaşaması, zaman zaman gayrimenkul alıcılarını çekimsiz kılmakta bu dönemlerde de alım ve satımlarda bir durgunluk yaşanmaktadır. Son zamanlarda yaşanan durgunluğu da bu dönemlerden biri olarak algılamak yanlış olmayacaktır.

Günümüzdeki gayrimenkul alım satımlarındaki durgunluğa Emlak GYO bir kampanya ile hareketlilik sağlamıştır. Kampanya 15 bin konutu içermekte olup, %80 kadar İstanbul projelerini kapsamaktadır. Bu kampanyanın özeti belirlenen tarihler arasında konut alıcılarına vade uzatımı ve faiz indirimi avantajını getirmiş, böylece alıcıların önlerini göremediklerinden yapmakta korktukları yatırımlar için cesaretlenmelerini sağlamıştır. 120 ay vadede %0,7 faiz oranı ile banka kredilerinin de altına inilmiştir. Bu durumda, Emlak GYO dışındaki proje üreten firma sahipleri de kendi öz kaynaklarından böyle bir model uygulamaya başlamışlar, daha sonra da bankalar faiz oranlarını düşürerek bu hareketliliğe destek vermişlerdir. Tüm bu yaşananlar, gerçekte sektörel

durgunluğa çözüm arayışından kaynaklanmaktadır. Sözü edilen kampanyanın eylül ayı başında tamamlanacağı düşünüldüğünde sonrasını hep birlikte göreceğiz. Zira bu kampanya ile bireysel yatırımcılar birikimlerini değerlendirerek gayrimenkul alımlarında bulunmuşlardır. Bundan sonrasında ise, artık yeni finansman modellerinin yeni konsept projelerin üretilmesi zamanı gelmiştir. Birbirinin tekrarı niteliğindeki projeler, benzer ödeme planları, birbiriyle benzeşen mahal listeleri vb. birbirini tekrarlayan birçok proje.

Proje yapımcısı, konut alıcıları için herhangi bir cazibe içeren proje üretmiyorlarsa, projeyi yapan firmaların düşünme günü de gelmiş demektir.



Belgin BİLGİÇ

Y.Mimar

SPK Lisanslı Gayrimenkul
Değerleme Uzmanı

Bilim

BÜYÜK BİLİM İNSANI VE MUCİT

NIKOLA TESLA



“

Bırakın gerçeği gelecek söylesin, herkesi işlerine ve başarılarına göre değerlendirsin. Bugün onların; uğrunda gerçekten çok çalıştığım gelecek ise benimdir. ”

”

Nikola Tesla

Hakkında çok şey konuşuldu, konuşulmaya da devam edilecektir... Zamanın ötesinde bir bilim adamıydı. Sınırsız hayal gücünü, bilgisi ile harmanlayabilen yetenekli bir dâhiydi.

Bu özelliklerine, birçok icat ve çalışmaya rağmen Tesla'nın adını yeni duymaya başladık. Bunun en büyük nedeni, zamanın büyük firmalarının ekonomik çıkar ve güç arzularının; hem Tesla'yı hem de icatlarını unutturma çabası ya da O'nun ve icatlarının geri plana atılmasına sebebiyet vermesidir.

Bir Dâhi Doğar

Sırp asıllı Tesla, 1856 yılında Hırvatistan'da doğmuştur. Babası rahiptir. Baba Tesla her ne kadar oğlunun da rahip olmasını istese de, Tesla mühendislik fakültesine girer.

Üniversite yıllarında Tesla, kendine asıl başarıyı getirecek bir kavramla tanışır; 'Alternatif Akım (AC)' Bu noktada alternatif akım için basit bir açıklama yapmak doğru olacaktır.

Elektrik akımı doğal durumlarda değişkendir. AC'yi bir örnekle açıklamak gerekirse; bir nehrin saniyede birçok kez akıntı yönünde, sonra akıntıya karşı, sonra tekrar akıntı yönünde akmasına benzetebiliriz.

Tesla daha öğrencilik yıllarında alternatif akım kavramının üzerine gitmeyi kafasına koyar. Üniversitede alternatif akım problemlerine çözümler bulamayışı onu sıkıntıya sokar. Bu safhada kendisini kumara verir ve okulundan kopar. Sonrasında ailesinin desteği ile bu prob-



lemlerini aşmayı başarır ama üniversiteden ayrılır.

Başka bir teknik üniversiteye kaydolar. Burada tanışacağı, beraber çalışacağı hatta ters düşeceği birçok hoca Tesla'nın ufkunu genişletecektir. Eğitimini tamamladığında alternatif akım konusunda teorik ve pratik olarak çok yol kat etmiştir.

Babasının da ölümüyle kendi parasını kazanma vaktinin geldiğini görür ve Budapeşte'ye yerleşir. Amerikan telefon santralinde hemen iş bulur. Bu dönem, Thomas Edison'un icatları ve çalışmalarıyla ilk olarak tanıştığı zamandır.

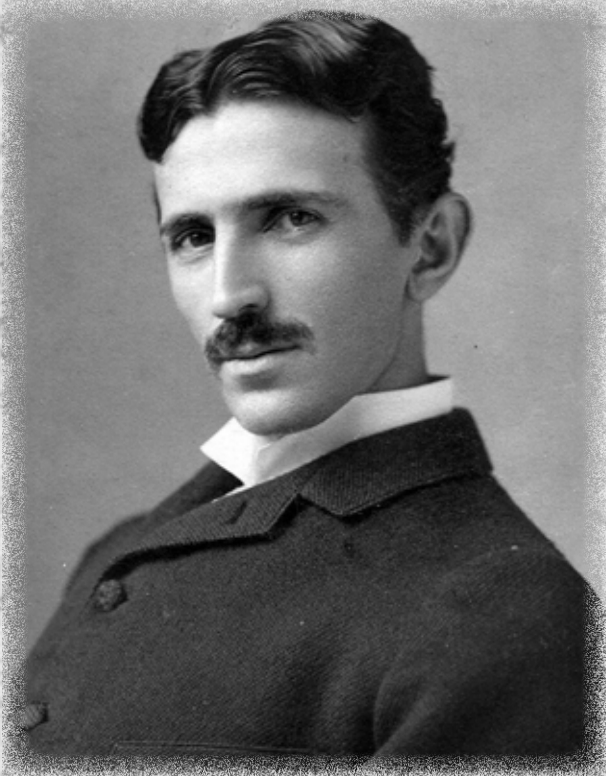
Efsanevi Kariyerin Başlangıcı

28 yaşındayken, kendini geliştirebileceğine ve fikirlerini pratiğe dönüştürebileceğine inandığı ülke olan Amerika'ya gider. İlerleyen günlerde zamanın kahramanı Thomas Edison için birkaç doğru akım cihazında geliştirmeler yapar. Fakat bu katkılarının maddi karşılığını alamayacaktır. Hayal kırıklığıyla asıl ilgi alanı olan alternatif akıma yönelir.

Akım savaşlarının yaşandığı bu karmaşık dönemde yaptığı çalışmalar ile Tesla, yatırımcıların dikkatini çekmeyi başarır. Gerekli desteğin verilmesiyle Tesla ilk çıkışını yapacaktır.

Bu yatırımcıların arasında ön plana çıkan, George Westinghouse olmuştur. Mucit bir aileden gelen Westinghouse, gerekli deneyime ve vizyona sahiptir. Geleceğin elektrikte olduğunu görmüştür.

Westinghouse'un maddi açıdan desteklediği Tesla, sürekli olarak AC motorların geliştirilmesi ve kullanıma uygun hale getirilmesi üzerine çalışır. Tabii bu arada akım savaşları ciddi boyut kazanmıştır.



Tesla Houston Caddesi 'ndeki laboratuvarında

Öyle ki Edison, doğru akımın daha yararlı olduğunu kanıtlamak için akıl almaz yöntemlere başvurur.

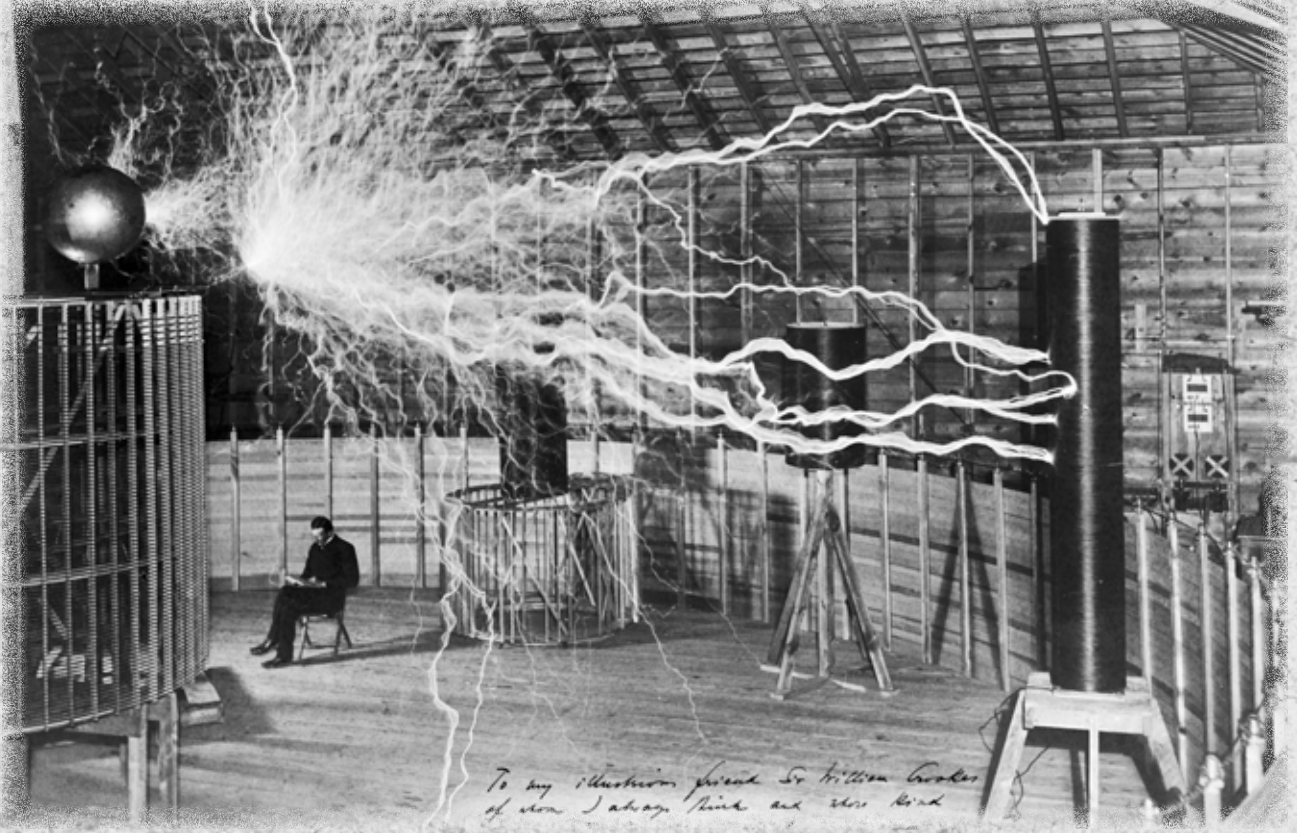
Bunların arasında alternatif akımın insan hayatı için tehlikeli olduğunu kanıtlamaya çalışmak vardır ki, bunun için denek olarak kullandığı birçok hayvanı elektrik vererek öldürmekten çekinmemiştir.

Bu kara propaganda amacına hizmet eder ve AC motorlar üzerine yapılan çalışmaları durma noktasına getirir.

Fakat pes etmeyen Tesla, maddi anlamda bir takım haklarından vazgeçer ve Westinghouse'u, çalışmaların sürmesi konusunda ikna eder.

Bu arada Tesla kendine ait ikinci laboratuvarını açmıştır. Burada telsiz iletimi ve yüksek frekanslı düzenekler üzerine çalışmaya başlamıştır.

Aynı zamanda alternatif akım konusunu ilerletmek için sık sık diğer laboratuvara gidip çalışmalara katılır.



Elektriğin Yeni Sihirbazı

Zamanla Tesla'nın emekleri ve çabaları değerini görmeye başlar. Özellikle elektrik endüstrisinin karmaşa içinde olduğu bu dönemde uzmanlar Tesla'nın buluşlarındaki faydaya yönelir.

Tabii bu durum alternatif akım konusunda çalışan mucitlerin ve bundan çıkar sağlamak isteyen yatırımcıların çoğalmasına da sebep olur. Bu noktada Edison, savunduğu "doğru akımın" artık seçenek olmadığını görerek oyun dışı kalmıştır. Akım savaşları, patent savaşlarına dönüşmüştür.

Bu süreçte Tesla, enerjinin 'bağımsız taşıyıcılar' ile iletilebileceği fikri üzerine odaklanır. Elektromanyetik alan üzerine çalışmalarını artırır. Prestijli dergilere makaleler yazar ve birçok seminere konuşmacı olarak katılır. Bu seminerlerden birinde; ilk defa büyük bir mucit, telsiz iletişimindeki olasılıkları cesurca açıklamıştır ve temel birleşenlerini adım adım anlatmıştır.

Tesla, asıl patlamayı Niagara Şelalesi üzerine kurulan hidroelektrik santrali ile yapar. Sistemi inşa eden Westinghouse Şirketi, patentleri

Tesla'ya ait olan AC jeneratörleri ve motorları kullanmıştır. Bu sistem, enerjinin birçok yere dağıtımının yapılabilmesine imkân tanıyacaktı. Bu başarı Tesla'ya yeni ortaklıklar sağlar ve kendi şirketini kurar. Artık enerjisini; esas ilgi alanı ve tutkusu olan, gücün kablosuz taşınması konusuna yoğunlaştıracaktır.

İlerleyen yıllarda Tesla, çalışmalarının karşılığını almaya başlar. Telsiz iletişim ve uzaktan kumanda üzerine temel patentleri almıştır. Laboratuvarında gerçekleştirdiği ve "o zaman sihir olarak görülebilecek" deneylerle insanları kendine hayran bırakır. Elektriğin yeni sihirbazı olarak anılmaya başlamıştır (Edison'u tahtından etmiştir). Bu başarı onu birçok sanatçıya, akademisyene, yazara ve yatırımcıya yaklaştırır. Edindiği çevre ile amaçlarını gerçekleştirmek adına sağlam adımlar atar. Zengin yatırımcılarla osilatör (basitçe; sinyal üreten bir elektronik düzenek) ve floresan lambaların geliştirilmesi üzerine anlaşmalar yapar. Fakat enerjisinin çoğunu telsiz iletimi ve kablosuz enerji iletimi üzerine harcar.

Bilim

Wardenclyffe Telsiz Kulesi

Tesla çok çalışıyordu. Fikirleri insanlara rahat yaşam sunma hedefi taşıyordu. Edindiği çevre ve ünün yardımı ile hayatını adayacağı WARDENCLYFFE Telsiz Kulesi için zamanın en zengin işadamlarından ve aynı zamanda Wall Street kurdu olan J.P. Morgan ile anlaşarak önemli bir sermaye edinir. Bu kule bugün Tesla denildiğinde ilk akla gelen yapıdır.

İronik olarak Tesla'nın kariyerinde kırılma bu noktadan sonra başlar. Uzun mesafelere telsiz iletimi amacıyla başlatılan proje, kablosuz enerji iletimi hedefine dönüşür. Bu zamanın yatırıma en açık madeni olan bakırı gereksiz kılacaktır. Bu fikir en başta Morgan olmak üzere birçok yatırımcıyı rahatsız eder. Elindeki sermayeyi tüketen Tesla kulesini tamamlayabilmek için yatırımcısından bir daha destek alamaz. Morgan ile arası bozulan Tesla kapı kapı gezerek başka yatırımcılar arar. Projesi için ciddi borçlar altına girmiştir.



Wardenclyffe Telsiz Kulesi



Sencer ARISOY / Bakü - Azerbaycan

Wardencllyffe'den Sonra

Üstüne 1907 ekonomik buhranın da gelmesi, işleri içinden çıkılmaz durumlara sokar. Tesla sonraki yıllar kanatsız türbinler üzerine ciddi çalışmalar yapar. Yine bazı patent ve hak davalarıyla uğraşır.

Motorların geliştirilmesi üzerine çalışmalar yapar ve bazı anlaşmalara imza atar. Ama en büyük eseri ve saplantısı olan telsiz kulesini tamamlayabilmek için gerekli maddi kaynağı elde edemez.

İçinden çıkamadığı finansal darboğaz, özenle tasarladığı ve yapımında birebir bulunduğu kulesinin sökülerek hurda fiyatına satılmasına sebep olur.

75. yaş gününde, Time Dergisi fotoğrafını kapak yapmıştır. Sık sık dostları ile bir araya gelip birikimlerini paylaşır.

Mucit ilerleyen yıllarda halkın gözünden düşer ve ihmal edilir. Psikolojik olarak çöken mucit kendini insanlardan soyutlar.

Tesla 7 Ocak 1943'te, 86 yaşında hayata gözlemini yumar. Cenazesine bilim dünyasının ileri gelenlerinin, sanatçıların ve siyasetçilerin de aralarında olduğu 2000 kişi katılmıştır.

Son Söz

Bugün elektriğin kilometrelerce uzağa ekonomik olarak taşınmasından, kumandalı cihazlara; telsiz iletiminden, floresan lambalara kadar birçok teknolojinin alt yapısında O vardır. Uygun frekanslarla sesin hatta resimlerin taşınabileceğini düşünen ilk kişidir.

O bir bilim adamıydı. Amacı, çabaları ile insan ırkının yönünü değiştirmekti. İstese de ticaret adamı olmayı beceremedi. İşte bu yüzden kişisel ve maddi çıkarların ismini yok etmeye çalışmasına engel olamadı. Ama bugün; geçte olsa bu büyük bilim adamı, hak ettiği değerinde anılmaya başlandı.

Kaynakça:

NIKOLA TESLA Bir Dâhinin Biyografisi
MARC J. SEIFER




Sencer ARISOY
Elektrik ve Elektronik Mühendisi
ERDE Mühendislik



15 YIL, İKİ KELİME VE BİR STAR

SİMGE SAĞIN

Mutlaka bir yerde kulağınıza ilişmiştir şu şarkı; **'Miş Miş'** İki kelime ve büyük bir ün... Simge'den söz ediyorum. Son iki yıldır listelerin en başında yer alıyor.



Geçen yazı damgasını
vurmuştu bu şarkı.
Bu yaz da 'Yankı' hit oldu.

Aslında Simge'nin başarısının
ardında yılların emeği var. Bir
anda yıldızı parladı ama
emin adımlarla çıktı
basamakları. Müzikle
daha doğmadan tanıştı.
Şu anda hayatta olmayan
babası, anne karnında
gitar çalıp dinletiyordu.

Müziyen bir ailenin
kızıydı. Konservatuar
okudu. Çok ünlü isimlerle
çalıştı. Gülşen'den, Serdar
Ortaç'tan sahneyi öğrendi.
Sezen Aksu'nun desteğini aldı.
Ve zamanı gelmişti... Artık
'Türk Pop'un en sevilen,
heyecanlı, güzel kadını
oldu...

**Yaz sonu yoğun
konserlerinin
arasında
yakaladık
Simge'yi.
Birleşim Dergi
okurlarına
başarısının
ardındakileri
anlattı...**

Ara Güler'in bir sözünü hiç unutmuyorum. Yıllar önce bir çekim sırasında kendisine "iki dakikada ne güzel çektiniz" diyen birine "iki dakika artı 40 yıl" demişti. Siz de iki kelimeyle ünlü oldunuz ancak bu bir şans değildi. Büyük başarının ardında neler var? Ara Güler kadar olmasa da benim başarımın ardında da iki kelime artı 15 yıl yatıyor. Büyük bir emek var. Yıllarca birçok değerli sanatçıya vokalistlik yaptıktan sonra bir albüm, 4 single... Çok çalışmak var...

Babanız da bir müzisyen miydi, biraz ondan bahsedebilir misiniz?

Babamı geçen yıl kaybettim. Nurlar içinde yatsın hep inandı bana. Çocukluğum boyunca evde babamın gitar sesleri vardı, zaman zaman biz de eşlik ederdik. Evlenince tabii müzisyenliği profesyonel anlamda bırakmış ama hobi olarak devam etmişti. Bana da "Bu işi yapacaksan okula gidip okumalısın ve profesyonel olarak işine devam etmelisin" demişti. Hâlâ yanımda ve bunu bana hissettiriyor.

Konservatuvar öncesinde müzik sizin için profesyonel bir yaşantı haline gelmiş miydi?

Konservatuvar öncesinde herkes gibi ben de bulunduğum ortamlarda şarkı söylerdim. Evde hep bir neşemiz vardı. Babam gitar çalardı biz de eşlik ederdik ama sahneye çıkma ve vokalistlik dönemim olmadı, konservatuarda okurken çalışmaya başladım.

Biraz konservatuvarı anlatabilir misiniz, kimlerle çalıştınız, o dönem neler yaptınız?

Konservatuvarda okuduğum bir gün okulun kantininde Zeynep Dizdar'ın şarkısını dinlerken telefon geldi ve vokalistlik teklifini ilk Zeynep Dizdar yaptı ve sahne hayatıma bu vesile ile başladım. Daha sonrasında çok değerli Serdar Ortaç, Yaşar ve Gülşen ve birçok sanatçı ile çalıştım.



Röportaj

Hangi müzik aletlerini çalıyorsunuz, ana enstrümanınız nedir, sizi TV'lerde hiç çalarken görmedik?

Gitar çalıyorum ama profesyonel olarak çaldığım bir enstrüman yok.

Çok iyi isimlerle yıllarca çalıştınız? Peki, zamanlama biraz geç mi oldu, Türk Pop tarihine, ünlü şarkıcılara baktığımızda normal bir süreç mi?

Her şeyin zamanında olduğuna inanan birisiyim açıkçası. 15 yıl gibi bir süreçte çok büyük deneyimlerim oldu. İlk albüm sürecimde de bu sektöre karşı stajımı verdim diyebiliriz. Son yaptığım çalışmalarda işlerimin başında Ozan Bayraşa ile beraber prodüktör olmamla birlikte tam olarak istediğim şeyleri yapmaya başladım.

Başarı sizce yavaş yavaş mı geldi 2011'den bugüne... Yoksa birden büyük bir patlama mı oldu?

Tabi ki alt yapısını yapmıştım ama 'Miş Miş' şarkısı ile büyük bir çıkışı yakaladım ve bunu önceden hissetmiştim.

Konservatuarlarda binlerce genç var ve hepsinin isteği bir gün yaptıkları işi milyonlara dinletebilmek ve ünlü olmak... Binlerce kişinin arasından sıyrıldınız... Burada tesadüf olmayan neydi?

Yılmadan sabrederek ve çok çalışarak oldu diyebiliriz. Eğer yaşadığım olumsuz bir olayda vazgeçseydim bugünkü başarıma ulaşamazdım.

"Yankı" ve "Kamera" da izlenme sayıları açısından iyi gidiyor ama muhtemelen 'Miş Miş'in başarısını süre ve izlenme sayısı açısından yakalayamayacak gibi... Yanılıyor muyum?

Miş Miş kült bir şarkı oldu diyebiliriz. Yıllar geçse de bu şarkıda herkes oynayacak gibime geliyor. Her çalışmamızda tabi ki ivmemizi yükseltip bir üst kademeye getirerek dinleyicilere keyifli bir müzik sunmak en büyük amacımız.

Hayalinizde yapmak istediğiniz müziği tam olarak yapıyor musunuz, yoksa daha çok 'tutacak' şarkılar mı yapıyorsunuz?

Hayalimi yaşıyorum ve yaşamaya da devam ediyorum. Açıkçası herkes gibi ben de daha çok başarılı olmak istiyorum. Elimizde çok güzel şarkılar var. Bu şarkıları çıkartmak için sabırsızlanıyorum.

Müzik sektörü her yıl daha kötüye gidiyor, albüm yapılmıyor çünkü satılmıyor, sanatçılar para kazanamıyor, konserler eskisi gibi değil, ülkenin malum durumu vs...

Sizce tüm bunların müzik hayatınıza ve kariyerinize nasıl etkileri oluyor?

Tabi ki zorlanıyoruz bu durumlardan ama ben bu durumları atlatacağımızı ve güzel günlerin geleceğine inananlardanım.

Son olarak başarının formülü sizce nedir? İster müzik, ister spor, ister başka branşlarda, iş hayatında başarılı olmak için ne gibi prensiplere sahip olmak gerekiyor?

Sabretmek, çok çalışmak ve inanmak...

Röportaj:
Serkan OCAK



İlk albümünü 2011'de yaptı.

Simge Sağın, 8 Ağustos 1981 İstanbul doğumlu. 12 yaşında gitar çalıp beste yapmaya başladı. İstanbul Teknik Üniversitesi Devlet Konservatuvarı Ses Eğitimi Bölümünü bitirdi.

Okulda Zeynep Dizdar'ın orkestrasına girdikten sonra Gülşen'le dört, Yaşar ve Serdar Ortaç'la ikişer yıl çalıştı.

İlk albümünü 2011'de çıkardı. Erdem Kınay prodüktörlüğünde hazırlanan 'Yeni Çıktı' albümü Kaya Müzik etiketiyle yayınlandı. 2014'te çıkan ikinci albümünün adını 'Bip Bip' koydu. 'Bayraşa Mix' adlı şarkısına klip çekti. YouTube'da 30 milyon üzerinde izlendi. 2015'te ise Ozan Bayraşa prodüktörlüğünde Riff Cohen'in 'Dans Mon Quartier' şarkısının Türkçe sözlerle cover hali olan 'Miş Miş' adlı ilk teklisini çıkardı. Klipi birkaç ay içinde 100 milyondan fazla izlendi. Uzun süre liste başı oldu.

Bu yıl yaptığı ve söz/müziğinde Sezen Aksu'nun da imzasını taşıyan ikinci teklisi 'Yankı' ise listelerde ikinci sıraya kadar yükseldi.

İSTANBUL'UN ESARETTEN KURTULUŞU

İşgal İstanbul'u yaşadığımız şehrin unutulmuş bir dönemi olarak duruyor ortak geçmişimizde. Belki de pek hatırlanmak istenmiyor o günler. Ama özgürlüğün değerini anlamak, o günleri hiç unutmamaktan geçiyor. Bu sayımızda 6 Ekim İstanbul'un Kurtuluşu dolayısıyla 93 sene önce yaşananlara değinmek istedik.



İngilizler Beyoğlu'nda

1 Dünya Savaşı'nın bitimiyle beraber payitaht, İstanbul'un beka derdine düşmüştü. Şehir binlerce yıllık tarihi boyunca sadece birkaç kere el değiştirmişti. Ve o günlerde, tarihin yeni bir kavşakta olduğuna dair güçlü emareler vardı. Osmanlı yenilmişti, tükenmişti. Başka bir deyişle savunmasızdı. İngiliz gemilerinin 13 Kasım 1918'de

Haydarpaşa önlerine demirlemesiyle İstanbul halkının korktuğu gelişme fiiliyata dönüşmeye başladı. Kısa bir zaman içerisinde İngilizler otuz bine yakın asker çıkardılar İstanbul'a. Fransızlar ise yirmi bin kişiyle adım atmışlardı Osmanlı'nın başkentine. İtalyanlar ve Yunanlılar da cabası idi. Marmara açıkları, Boğaz, hatta Haliç işgal kuvvetlerinin çıkarma ve harp gemileriyle dol-

muştı. 1919 yılına gelindiğinde İstanbul işgalci yükünü tutmuş umutsuz bir şehirdi. Fetih'in ardından geçen 465 yıl sonra şehir düşmüştü. Bu kimsenin tahayyül bile edemeyeceği bir durumdu. Ama birden bire gerçeğe dönüşmüştü.

İşgalle beraber şehre karamsarlık bulutları çöktü. Caddelerde yabancı askerleri gördükçe, "Başımıza bu da mı geldi" diye söyleniyordu İstanbullular. Kahrolanlar, inzivaya çekilenler ve elbette işgalcilerle işbirliği yapanlar vardı. Ama geleceğe dair umutlar yeşerecekse, bunu sağlayacak olan direnenlerin cesareti olacaktı... Osmanlı Meclisi basılıp, üyeleri sürgüne gönderilmişti. Fransız Generali d'Esperey'in atının üzerinde Sirkeci, Şişhane, Beyoğlu güzergâhında yaptığı zafer geçişi ise vatanperver İstanbullular için en kahredici manzaraların yaşanmasına neden olmuştu.

Halk gelişmeler karşısında ilk tepkisini Sultanahtmet'te düzenlediği mitinglerle göstermeye çalıştı. Yüz binlerce insan meydanda toplanıp,

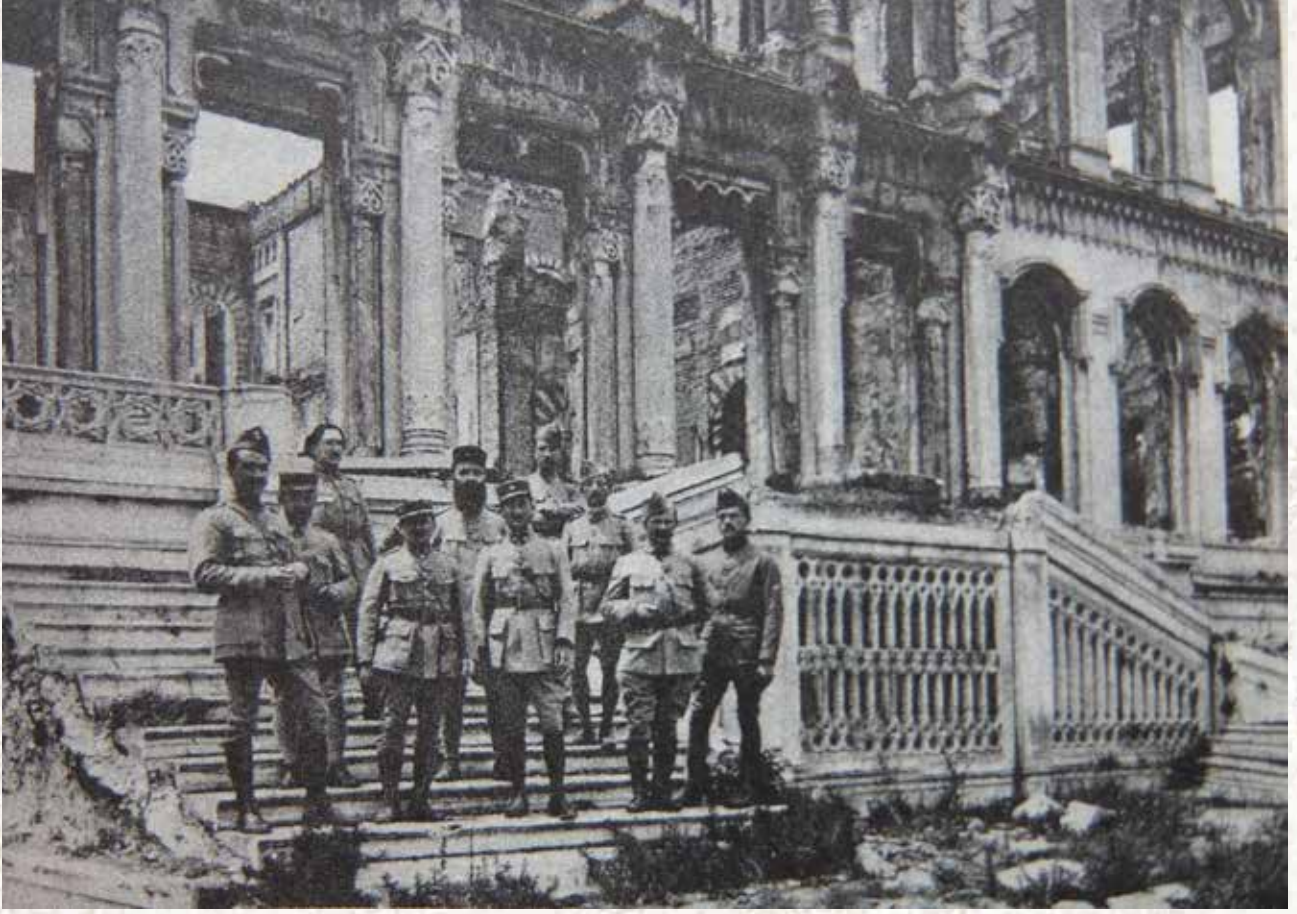
bir olmanın, dayanışma içinde olmanın; en önemlisi de hâlâ var olmanın gücünü hissetmişti. Mitingde konuşan Halide Edip Hanım nutkuna "Kardeşler, vatandaşlar" diye başlayıp şunları söylemişti:

"Ve ben bugünün talihsiz fakat aynı derecede kahraman devrinin anasıyım. Atalarımızın ruhları önünde eğiliyor, onlara bugünkü yeni Türkiye adına hitap ediyorum ki: Silahsız olan bugünkü milletin kalbi de onlarınki gibi yenilmez kudrettedir."

Halide Edip Hanım kurduğu her cümle ile İstanbullular için umut olmuştu. Ama kurtuluşun yolu başka bir şehirdeki direnişten geçiyordu. Ve Ankara ülkenin, dolayısıyla da İstanbul'un kaderinin belirleneceği yer oldu. İstanbullular Kurtuluş Savaşı boyunca gözlerini Anadolu'dan gelecek haberlere dikmişti. Elbette şehirden kaçıp Anadolu'daki direnişe katılanların sayısı da



Fransız General d'Esperey



Hasar görmüş Çırağan Sarayı

az değildi. Belli olmuştu ki bir gün özgürlük ve bağımsızlık geri kazanılacaksa bu ancak ve ancak işgalcilere karşı savaşarak kazanılacaktı. Ve öyle de oldu...

Kurtuluş Savaşı'nın bitmesi üzerinden bir yıldan fazla bir zaman geçmiş Anadolu işgal kuvvetlerinden çoktan temizlenmişti. Ama İstanbul için durum faklıydı. Halk, Mudanya Ateşkes Anlaşması'ndan (11 Ekim 1922) sonra İstanbul'daki işgal güçlerinin kenti boşaltmasını sabırsızlık içinde bekler olmuştu. Ama İngilizler mesele'nin Lozan'da çözülmesi gerektiğini söyleyip işi ağırdan almaktaydı. Türk ordusu ise Gebze'ye kadar gelmiş, İstanbul'a soluğunu hissettirir bir konumda beklemeye başlamıştı. Eğer İngilizler kendi iradeleriyle kenti boşaltmazlarsa çarpışmaların başlaması an meselesi olarak görünüyordu. Moral üstünlüğü artık Türklerin eline geçmişti. Herkes Mustafa Kemal'in İzmir'den sonra İstanbul'u da bağımsızlığına kavuşturacağından emin gibiydi.

Tam da o günlerde İstanbul'da bulunan genç bir savaş muhabiri, gazetesi için şunları yazıyordu:

“Sabah uyanıp Haliç üzerine çökmüş sisten incecik ve tertemiz başlarını uzatan minareleri görüp bir aryayı hatırlatan müezzinin dokunaklı sesini duyduğunuzda doğunun sihrine eriyorsunuz... Mustafa Kemal şehre girinceye kadar İstanbul bir çeşit ölüm dansına dalmış durumda.”

Gazetesine edebi bir dille makaleler yollayan bu kişi Ernest Hemingway idi. İşgal günlerinin şehirde yarattığı belirsizlik halini ve tedirginliği sezinlemişti geleceğin ünlü yazarı. İstanbul'un kaderi konusunda emin cümleler kurmaktan da geri durmadı:

“Batılılar bundan sonra barış dikte ettiremeyecekler, ancak barışı dilenecekler. Mustafa Kemal'in birlikleri istilacıları ülkelerinden sürüp



İstanbululların her gün gördüğü manzara. Boğazda işgal gemileri

dışarı atmakta kararlı vatanseverlerden oluşuyor. Sila hasreti çeken gönülsüz istila ordusu karşısında etkisi ona karşı birdir.”

Bu arada İngiltere Başbakanı Lloyd George'un emriyle İstanbul'daki işgal kuvvetleri muhtemel bir Türk saldırısına karşı savunma pozisyonuna geçmişti. Avrupalılar için 1.Dünya Savaşı yıllar önce bitmiş olduğundan, İngilizler kendi halkına yeni bir savaşın zorunlu olduğunu anlatmakta zorlanıyorlardı. Çanakkale Savaşı'nın baş aktörlerinden olan Winston Churchill bile Türklere karşı İstanbul'da gerçekleşecek yeni bir savaşın çılgınlık olacağı fikrindeydi. Üzerinde güneş batmayan İmparatorluk, belki de tarihinde ilk defa süngü düşürmüştü. Tam anlamıyla hiçbir zaman koloni haline getiremediği İstanbul'dan yakın gelecekte çıkmak zorunda kalacağını anlamaya başlamıştı.

Öte yandan Lozan Anlaşması ise kesintiye uğramıştı. Bu nedenle İstanbululların beklediği



İşgal kuvvetleri Beyoğlu'nda

Tarih

o kurtuluş günü belirsiz bir tarihe ötelenmişti. Türk delegasyonu Ankara'ya dönmüş, diplomasinin tıkandığı o günlerde, tüm işaretler İstanbul savaşının yaklaşmakta olduğunu gösteriyordu. Hatta İstanbul'da bulunan Ankara hükümetinin yetkilileri, Topkapı Sarayı'ndaki kutsal emanetleri zarar görmemeleri için gizlice Konya'ya bile göndermişti. Artık herkes İstanbul'un yazgısı için patlayacak ilk silah sesine kulak kesilmişti. Ankara Hükümeti'nin bağımsızlık ordusu henüz İstanbul'a girmemişti ama şehirdeki temsilcileri Selahattin Adil Bey, Adnan Adıvar ve Esat Bey vilayetin filli yönetimini çoktan ellerine almışlardı. Bu durum İstanbulluları bir nebze olsa rahatlatmıştı. Üstelik devletlerin yönetimine sağduyu hâkim olmuştu ve Lozan görüşmeleri tekrardan başlatılmıştı. Ama diplomasi masasındaki savaş en az sıcak cephe mücadelesi

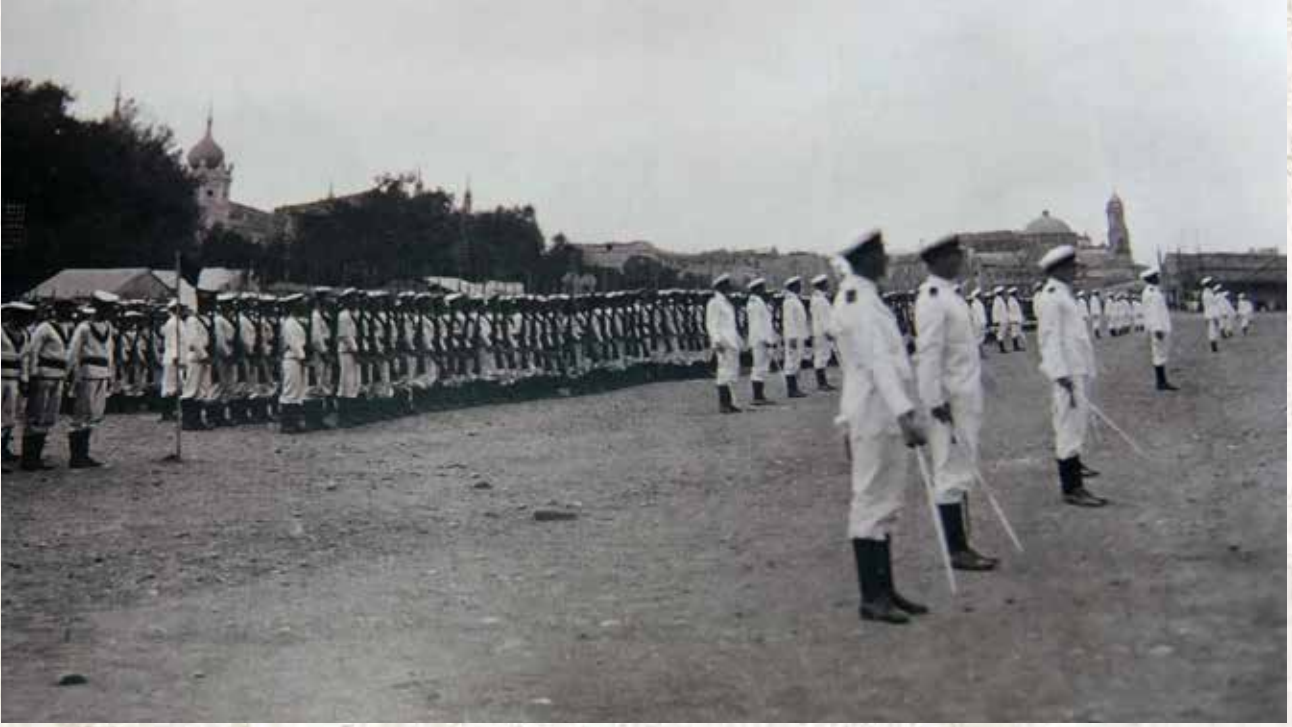
gibi çetin geçiyordu. İsmet Paşa hamlelerini asker adımlarının kararlılığıyla atıyordu ve savaşın galibi olduğunu kurduğu her cümlede vurgulamaktan da çekinmiyordu.

Nihayet Lozan'dan beklenen anlaşma haberi İstanbul'a ulaştı. İngilizler 1,5 ay içerisinde şehri boşaltmayı kabul etmişlerdi. Selahattin Adil Paşa, İstanbulluları iyice rahatlatmak için "İngilizler artık misafir konumundadır," beyanatını verdi. İşgal kuvvetleri yıllar içerisinde birçok binaya el koymuştu. Vakit geçirmeden tüm mülklerin geri alımları tamamlandı.

2 Ekim'de şehirdeki yabancı ülkelere ait tüm sancaklar indirilerek yerlerine Türk bayrakları asıldı. Boğaz yine yabancı gemilerle dolmuştu. Ama İstanbullular bu kez manzaraya gururla bakıyorlardı. Çünkü bu sefer gemiler, işgal askerlerini almaya gelmişti.



İşgalciler Beyoğlu'nda



İngilizler talimhanede

İngiliz İşgal Kuvvetleri Komutanı General Harrington o günü şöyle anlatıyordu:

“İstanbul’dan ayrılırken o ana kadar yaşadığım en gösterişli törene tanık oluyordum. Rihtıma geldiğimde aşırı kalabalık bir Türk topluluğu bekliyordu. Türk bayrağını selamladığım sırada kalabalık birden haykırdı. Daha ne olduğunu anlamadan çevremi binlerce Türk sarmıştı. Sevinç ve neşe içindeydiler. Gemiye bininceye kadar destek kuvvetlerden yardım istedik. Unutulmaz bir andı. Majestelerinin gemisi Marlborough da bize eşlik ediyordu. Sözde düşman olan bir ülkeden harika bir uğurlamayla ayrıldık.”

O sırada Türk kolordusu ise Gebze/Bostancı hattında ilerlemeye başlamıştı bile. Gece Haydarpaşada konaklayan ordu nihayetinde 6 Ekim 1923 günü şehrin merkezine ulaştı. Şükrü Nail Paşa komutasındaki birlikleri halk coşku ile karşılamıştı. Yıllardır beklenen gün en sonunda gelmişti. Ordunun şehirdeki zafer yürüyüşü Galata Köprüsü, Bankalar Caddesi ve Taksim güzergâhındaydı. Galata Köprüsü kalabalık nedeniyle sarsılmaya başlamıştı. Bu arada halk Mehmetçiğe sarılıp, onları alınlarından öpüyordu. Gözyaşları ve çiçek yağmuru altında

ilerliyordu Türk Ordusu. Tam tamına 4 yıl 10 ay 23 gün sonra İstanbul halkı kendini güvende hissetmeye başlamıştı. O anlara kendi gözleriyle tanıklık edenler için 6 Ekim hayatlarının en mutlu günü olmuştu. Çünkü özgürlüğün değerini, esareti yaşayanlar daha iyi biliyorlardı...

1915’te Çanakkale Savaşı’nda boğazdan geçmelerine izin verilmeyen işgal kuvvetleri, üç yıl sonra oradan hiçbir direnişle karşılaşmadan geçmiş ve İstanbul’u çarpışmasız bir şekilde almışlardı. Ama bu durum Çanakkale Savaşı’nın gururunu azaltmamıştı. Çünkü İstanbul’u savaşız alan işgal kuvvetleri, yine birkaç yıl sonra 1923 yılında şehri savaşız terk etmek zorunda kalmışlardı.

Çünkü İstanbul’un kaderi Çanakkale’de zaten çizilmişti.



Emre CANER
Yazar



ÇEKİNGENLİK Mİ? SOSYAL KAYGI Mİ?

Yolda gördüğüm arkadaşşıma selam vermekten çekiniyorum.
Sabah iş yerine ilk girişimde “Günaydın” derken heyecanlanıyorum.
Topluluk önünde projemi anlatmak çok zor.
Amirimle iletişim kurarken sesim titreyecek diye düşünüyorum.

Sosyal fobi ya da diğer adıyla sosyal kaygı bozukluğu, kişinin sosyal ortamlarda diğerleri tarafından olumsuz değerlendirilmekten endişe duyması ve korktuğu durumdan kaçınması şeklinde tanımlanabilir. Daha basit bir anlatımla, sosyal ortama girmekten yoğun şekilde endişelenme ve mümkün olduğu kadar girmeme-ye çalışma durumudur.



Yaşam

Sosyal kaygısı olan kişiler başkalarıyla etkileşim kurma ihtimali olan yerlerde sıklıkla korkarlar ve bazı bedensel tepkiler gösterirler. Korku, endişe ve utanç duygularına ellerin titremesi, yüz kızarması, sesin titremesi vb. bedensel tepkiler eşlik edebileceği gibi, kişiler bu bedensel tepkilerinin dışarıdan görülebileceği endişesini yaşayarak da bir kısır döngünün içine girebilirler. Sosyal fobi bazı insanlarda tüm sosyal ortamlarda görülürken, bazı kişilerde sadece belli ortamlarda görülebilir. Örneğin sadece yemek yerken ya da sadece konuşma yaparken görülebildiği gibi. Sosyal fobide genetik faktörlerden daha çok, yetiştirme tarzının, kişinin içinde bulunduğu sosyal ortamın çeşitliliğinin ve anne baba tutumlarının ön planda olduğu söylenebilir. Genetik alt yapının olduğu bazı durumlarda, kişinin sosyal ortamda yaşadığı olumsuz deneyimlerle sosyal kaygı bozukluğu tetiklenebilir. Örneğin öğretmenin basit sorusuna yanlış cevap verdiği için arkadaşlarının alay konusu olan genç buna bir örnek olabilir. Bununla birlikte ailesinde sosyal fobi olan kişiler için benzer bir durum yaşama olasılığı daha yüksektir.

Topluluk önünde konuşma yapmaktan çekinen ya da sosyal ortamlara girerken endişelenen her ki-

şinin, sosyal kaygısı olduğu söylenemez. Hatta bazı durumlarda örneğin topluluk önünde konuşmaktan çekinme durumu kişinin daha çok hazırlık yapıp daha iyi sonuç elde etmesine neden olabilir. Buradaki kritik belirleyici kişinin yaşadığı endişe duygusundan dolayı kaçınma davranışı göstermesi, sosyal ortama girmemesidir.

Kişinin gösterdiği çekingen ya da kaygılı davranışlarının "sosyal kaygı bozukluğu" olup olmadığına ancak bir uzman karar verebilir. Bazen sadece çekingen bir kişi olmak ya da sosyal beceri eksikliği gibi durumlar, "sosyal fobi" olarak nitelendirilebiliyor. Öncelikle bunun net ayrımı uzman tarafından yapılmalıdır.

NE YAPMALI?

İnsan zihni her durumda sürekli konuşur ve bir problem çözme makinası gibi çalışır. Bu durum pek çok konuda yaşamımızı devam ettirmemize fayda sağlasa da bazı durumlarda bozucu etkiye neden olabilir. Özellikle kaygı durumlarında kişiler zihninden geçen düşüncelere aşırı odaklanırlar. Bu odaklanma ise fark etmeden kişinin kaygı seviyesini artırır. Sosyal kaygı bozukluğu yaşayan kişilerin düşünce-





lerine baktığımızda genellikle kendilerini eleştiren, “güçsüzüm, yetersizim, hata yapmamalıyım, mükemmel olmalıyım, kaygılı olduğum anlaşılmalı, herkes beni beğenmeli gibi düşünceler olduğunu gözlemleriz. Bu düşüncelerle birlikte sosyal kaygı bozukluğu olan kişi ortamdaki uzaklaşma eğilimi gösterir.

Sosyal kaygı ile başetmek konusunda farklı terapi yöntemlerinin ve ilaç tedavilerinin etkili olduğu bilinir. Düşüncelerin içeriğine odaklanıp bu konuda çalışılan terapi yöntemi sosyal kaygıda en etkili yöntemlerden birisidir. Bu terapi yöntemiyle kişinin duygularına ve olumsuz düşüncelerine odaklanılarak ve bunlar olumluya çevrilerek değişim sağlanmaya çalışılır. Bunun yanı sıra gevşeme, sosyal beceri eğitimi, üstüne gitme gibi tekniklerle de kişinin yeni düşüncelerini hayata geçirmesine olanak sağlanır.

Sosyal fobi tedavisinde etkili olan bir diğer yöntemde ise düşüncenin içeriğinden çok, kaygının yaşandığı andaki duyumlara odaklanılır. Kaygı anındaki bedensel duyumlara odaklanılan bu yöntem kişiye düşünceleriyle mücadele etmek ve onları değiştirmeye çalışmaktan çok, içinde bulunduğu andaki duyumlarını yargısızca izlemeyi öğreten teknikler içerir. Sosyal kaygı bozukluğunda kişinin iç sesi ya da bir diğer deyişle onu korumaya çalışan zihni, kaygısının artmasına neden olur. Kişi zihninde söylenlere odaklandıkça kaygısı artar. Terapide amaç

kişinin bu düşüncelerine dışarıdan bakabilmesini sağlamaktır. Böyle bir durumda kişinin yapması gereken ilk şey düşüncelerinin farkında olmak ve zihnine kendisini koruma çabası için teşekkür etmeyi öğrenmektir. Deneyimlerle “teşekkürler zihnim, beni korumaya çalıştığını fark ediyorum” diyerek, içinde bulunduğu durumu yargılamadan deneyimlemeye gönüllü olması amaçlanır. Zihnimize teşekkür etmeyi öğrenmek amacıyla pek çok egzersiz yapmak gerekir 😊.

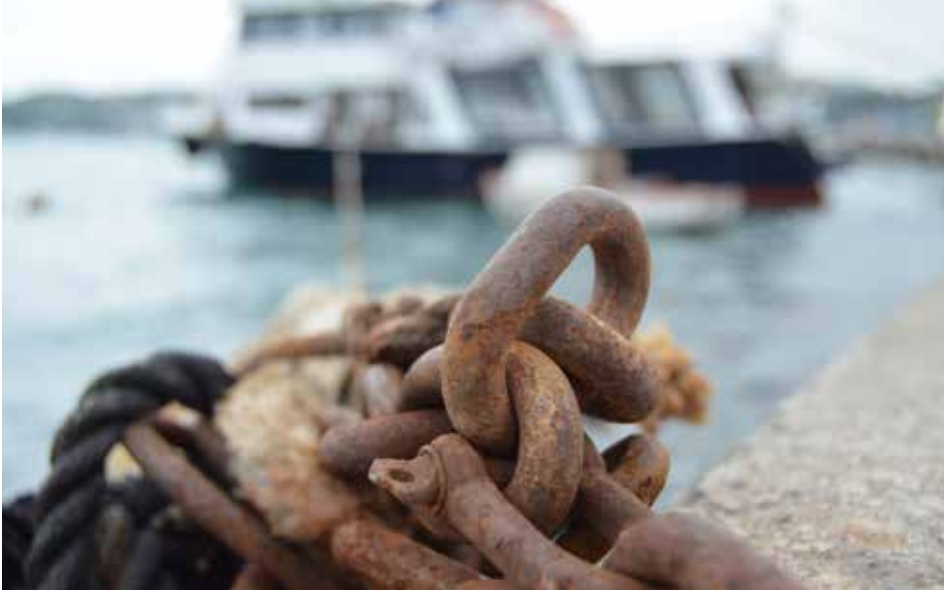
Herhangi bir sosyal kaygı tanısı almamış, sadece çekingenlik yaşayan bir kişi, iletişim becerilerini güçlendirmek ve daha dışadönük bir kişi olmak amacıyla sosyal beceri gruplarına, tiyatro ve drama etkinliklerine aktif şekilde katılarak bu konuda kendisine yardım edebilir.

Kişi yaşadığı sosyal kaygı düzeyine göre bir uzmandan yardım alarak ya da kendine yardım kitapları okuyarak durumla baş etmeye çalışabilir. Terapi konusunda yetkin bir kişi ile çalışmak, hızlı bir şekilde yol alınmasını sağlayacaktır.



Nida Özşahin TERKURAN
Uzman Psikolog / Psikoterapist
Deha Gelişim Enstitüsü
www.dehagelisim.com.tr

Bu Köşe Sizin



▲ 155 - EVREN PORTİOĞLU

152 - ŞEVKET KAPICI ▲



158 - EREN ÇAPRI ▶

Bu Köşe SİZİN

“Manzara”



◀ 156 - MEHMET PAK

154 - BÜŞRA ÖZTÜRK ▶

161 - MUSTAFA KORKMAZ ▼



Bu Köşe Sizin



160 - İLYAS ÇAKIR ▲

▼ 162 - ÖZGÜR MEREY

157 - ERDİNÇ ÖZALP ▲



◀ 159 - BİNNAZ ÇAKIR

▼ 153 - AHMET GİRGİN



Bu Köşe Sizin



132 - DOĞUKAN AKÇAY



133 - DENİZ TÜRK



134 - MEHMET ZEKİ İLKBAHAR



135 - ENGİN CUGA



136 - DUYGU CAN



137 - KAMER ÇİNGİRYAN

Bu Köşe SİZİN

“Şantiye - Ofis”



139 - GÜLAY MOLLA CENGİZ



138 - BERNA AŞA



140 - RASİM BAŞ



141 - SEDAT ÜSTBAŞ



142 - BÜŞRA ÖZTÜRK



147 - ÖZGÜR MEREY



143 - İMRAN AKTAŞ



148 - NECMİ VAROL



149 - YASEMİN AKBOĞAN



144 - SENCER ARISOY



150 - ZAFER AYVAZ



145 - ŞEYMA AYGÜN

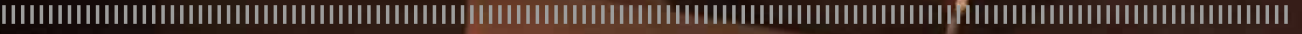


146 - ZİYA KÖRSÜ



151 - ÜLKÜ KANDİL

Bir Mola Ver...



Ondrej Novotny
Çek Cumhuriyeti, Sıcak Cam Şekillendirme

CAM OCAĞI VAKFI

Bu sayımızda sizlere Beykoz'da Riva Nehri'nin kenarında, doğa içinde saklı kalmış, sanat dolu bir mekân Cam Ocağı Vakfı'nı tanıtmak istedim. Avrupa'nın en büyük cam sanat merkezi, Türkiye'nin ilk ve tek "Cam Ocağı" 2002 yılında kurulmuş. Yaptıkları üretimlerle, konumuyla, üzerine aldığı misyon ile alkışı hak eden bir kurum adeta...

Cam Ocağı nasıl kuruldu

Cam Ocağı'nın Kurucusu Yılmaz Yalçınkaya çocukluğundan beri cama hayranlık derecesinde ilgi duyan aslında tekstil mühendisi olan biri. Kendisi yurt dışında farklı yerlerde birkaç okuldan cam konusunda eğitim almış ve kendini oldukça iyi geliştirmiş bir cam tutkunu. Eğitim süreçlerinden

sonra, "Cam Beykoz'un kültüründe çok önemli bir yere sahip neden bizde böyle bir okul yok" diyerek kolları sıvamaya karar vermiş. Bilindiği gibi Beykoz camcılığı Sanayi Devrimi'nin Osmanlı İmparatorluğu üzerinde yaptığı önemli bir değişimin simgesidir. Beykoz cam atölyelerinde üretilen eserler 'Beykoz Camları' adını duyurmuştur.

Bir Mola Ver...



Buradan yola çıkarak Yılmaz Bey 1999'da Paşabahçe'nin elden çıkarttığı bu ocağa talip olur ve hayallerini gerçekleştirmek için çalışmalarına başlar. Civar köylerde cam konusunda el işçiliği kuvvetli ustaların olması Cam Ocağı'nın büyük bir avantajı olmuş tabii. Paşabahçe'den devralınan fabrikayı yenileme çalışmaları bittikten sonra 2002 yılında vakıf hizmet vermeye başlamış.

Cam Ocağı bu tarihten beri yüz altmışa yakın yabancı sanatçıya hem eğitim vermeleri hem de cam gösterileri yapmaları için ev sahipliği yapmış ve yapmaktadır. Yerli yabancı öğrencilerin ve hocaların Cam Ocağı'nda bir araya gelmeleri, cam tasarımı, cam teknikleri hakkında kültürler arası paylaşımlar oluşmasına zemin hazırlamış.

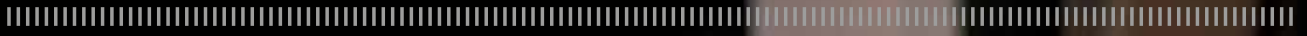
2.500 m²'si kapalı olmak üzere, 20.000 m² alana yayılan mekânıyla ocak, Riva Nehri kıyısında, orman içindeki kampüsünde cam sanatını yaymayı ve cama ilgi duyanları cam sanatçılarıyla buluşturmaya amaçlayan sınırsız bir yer.



CAM OCAĞI



Bir Mola Ver...



Bir Mola Ver...



Agah Barış Can Aksakal
Türkiye, Sıcak Cam Şekillendirme

Bir Mola Ver...

Renkli atmosferi içinde çok özel bir cam ustalığıyla üretilen çeşmibülbüllerden tutun da çağdaş sanatın etkilerini hissettiğiniz birçok özgün eseri görebileceğiniz rengârenk bir yer.

Cam yapmak isteyenlere eğitim vermek kadar çocuklara camı anlatıp sevdirmek de Cam Ocağı'nın en önemli misyonlarından. Bunun için de yılda otuz bine yakın öğrenciyi burada ağırlayarak onlara camı tanıtıyorlar.

Her yaş grubundan çocuğun katılabileceği atölye programlarında çocuklar cam ustalarının gözetiminde camın sihirli dünyasıyla tanışıyorlar. Alevle çalışma kursunda eriyik camın sunduğu sınırsız yaratıcılık olanağıyla kendi sanat eserlerini yaratıp, boncuk atölye çalışmasında boncuk yapımına dair temel bilgileri öğrenerek kendi boncuklarını üretiyorlar. Füzyon çalışmasında ise cam plakalar üzerinde panolarını tasarlayabiliyorlar. Ve atölye sonunda gün boyu yaptıkları çalışmalar Cam Ocağı tarafından adreslerine gönderiliyor.

Bunların haricinde Cam Ocağı'nda neler yapabilirsiniz

Dünya standartlarında bir cam merkezi olarak hizmet veren Cam Ocağı, Türkiye'de cam sanatının güzel sanatlar dallarından biri haline gelmesini destekleyen bir vakıf. Cam Ocağı, Lino Tagliapietra, Dale Chihuly gibi dünya çapında isim yapmış cam sanatçılarına ağırlayarak, iki günlük ve iki haftalık yoğun programlarıyla farklı cam tekniklerini yerli ve yabancı öğrencilerle tanıştırıyor. İki günlük atölye çalışmalarında katılımcılar cam üfleme, füzyon, kalıpla şekillendirme, boncuk yapımı gibi tekniklerle camla ilk tanışma fırsatını yakalıyor. İki haftalık yoğun atölye çalışmalarıyla kendilerini geliştirebiliyorlar.

Türkiye'de cam bölümü olan üniversitelerimizden ve dünyanın dört bir tarafından öğrenciler Cam Ocağı'na gelip pratik yapma imkânı buluyor. Bahsettiğimiz eğitimleri alma imkânı olmayan cam öğrencilerine burslu eğitim şansı sunan Cam Ocağı, sanatçıların gelişmesini sağlamak ve çağdaş Türk cam sanatının ilerlemesi için öğrencilere her türlü desteği sağlayan vizyoner bir vakıf.

Bu arada Cam Ocağı mekânlara uygun enstalasyon (yerleştirme sanatı) yapmakta, aklınızda bulunsun derim.

Sıcak cam üfleme, sıcak cam dökümü, kalıpla cam şekillendirme, füzyon, alevle çalışma, boncuk yapımı, kalıpla şekillendirilmiş cam boyama, gravür, mozaik, Venedik tekniğiyle cam mineleme gibi camın her dalından tekniklerle yapılan atölye çalışmaları, uluslararası cam sanatçılarının liderliğinde her sene mayıs-eylül ayları arasına yayılıyor. Emay, mumla mücevher yapımı ve metal işleme gibi kısa atölye çalışmaları ise tüm yıl devam ediyor. Sanat ve doğayla iç içe bir gün geçirmek üzere Cam Ocağı'na ziyaret edenler butik cam üretimini izleyebiliyor, küçük uygulamalar yapabiliyorlar.

Ziyaretçiler ayrıca dünyaca ünlü sanatçıların eserleri, geleneksel Beykoz camından örnekler ve Cam Ocağı'nda üretim yapan başka markaların ürünlerinin satışa sunulduğu showroomu gezebiliyor.



Mekân enstalasyonu



Eeva Kasper, Estonya, Kalıpla Şekillendirme



Cam Ocağı



Tim Shaw, Avustralya, Sıcak Cam Şekillendirme.
Camekan, Yasemin Sayınsoy, Gamze Araz Eskinazi
Türkiye'nin ilk cam üfleyen kadınlarıdır.
Sıcak Cam Şekillendirme



Elif Yalçınkaya oğlu Kuzey ile boncuk yapıyor.

Yazı: Gökçe AŞKIN



Kanserli Yaşam Derneği



“ Bizi iyileştirebilecek tek güç,
kendi vücudumuzun iyileştirme gücüdür.
Biz Türkiye olarak, iyilik için tek vücut
olduğumuzda, gücümüzün sınırı
olmayacaktır. ”

Sağlıklı ya da kanser hastası olan herkese kansersiz bir dünyanın mümkün olduğunu anlatmak ve bu hastalıkla tanışmamaları için Türkiye'nin her yerinde, 7'den 70'e farkındalık sağlamak adına yola çıktılar. Kansersiz Yaşam Derneği - KAYD 2010 yılından bugüne gönül üyesi dostlarının da desteği ile 215.000 kişiye ulaşip yaşamlarına dokunmayı başardı.

Sağlıklı insanların sağlıklı hayatlarını devam ettirebilmeleri ve kanser hastalarının yaşam kalitesinin artırılması için gerçekleştirmek istedikleri hedeflerin gelecek nesillerin kazancı olacağına inanıyorlar. Onlar hayatın değerini her gün biraz daha güçlü hissederek, hep birlikte sevgi bağlarını gönül üyeleri ve destekçilerinin katkılarıyla tüm Türkiye'ye yaymak için çalışmaya kararlılar...

Bu noktadan hareketle, Kansersiz Yaşam Derneği 2016 yılında, 3194 metrekarelik 5 kattan oluşan "Şişli Etfal Hastanesi Çocuk Onkoloji Bölümü'nün Yapılandırılması Projesi"ni gerçekleştirmeyi hedefliyor.



Kansersiz Yaşam Derneği YaşaTIR Mobil Eğitim Tırı



Türkiye Şampiyonu Sporcu Melekler, Dragon Bot Festivali 2016

Bu projeyi desteklemek için 4381'e atılacak 1 SMS ile yapılacak 10 TL'lik küçük bir katkı, kanser hastası çocuklarımızın hayatında umuda dönüşecek büyük bir değişim yaratacak.

Kansersiz Yaşam Derneği'nin yürüttüğü diğer proje ve etkinliklere bakacak olursak; Barış İçin Bilim Kongresi (<http://www.scienceforpeaceistanbul.org>), Bilim ve Bilinçlendirme Günleri, "Meme ve Rahim Ağzı Kanseri" konusunda eğitim veren Meme Okulu Projesi, Eğitim YaşaTIR, İyilik Sağlık Panelleri, Alışveriş YaşaTIR (www.alisverisyasatir.com), Sporcu Melekler (sporcumelekler.org), yardım toplantıları ve etkinlikleri, Çukurova Hastanesi Balcalı Hastanesi Pediatrik Onkoloji Bölümü'ne destek çalışmaları, Şişli Etfal Çocuk Onkoloji Bölümü Ayakta ve Yataklı Servisi ayrı ayrı olmak üzere ilgili birimlerin yenilenmesi, fiziksel donanım ve ortamda yaşam standartlarını yükseltmek çalışmaları sürdürülmektedir (www.kayd4381.com).

Ayrıca moral ve motivasyon için "Gülümse SEN" Çocuk Panayırı, eğitim ve atölye çalışmaları ve "En An-

lamlı Sayı" projesi ile özel basketbol karşılaşmaları düzenlenerek kanser hastası çocuklarımıza moral desteği vermektedirler.



GülümseSEN Panayırı: Her yıl haziran ayında geleneksel olarak gerçekleştirilen kanser hastası çocuk ve ailelerine yönelik motivasyon etkinliği



En Anlamlı Sayı Etkinliği



Şişli Ayakta Tedavi Merkezi Yeniden Yapılandırma Projesi



Çocuklarımız, Barış Arduç ve KAYD Başkanı Dida Kaymaz Eylül 2015 Dragon Bot Festivali'nde

Adım Adım Yardımseverlik Platformu

Adım Adım, Mart 2008'te, yurtdışında 'charity run' olarak bilinen kolektif yardımseverlik koşusunu Türkiye'de tanıtmak ve yaygınlaştırmak için kurulan ilk sivil toplum oluşumudur. Adım Adım Oluşumu, başta koşu olmak üzere yüzme, bisiklet, dağcılık gibi dayanıklılık gerektiren sporlar aracılığıyla ülkemizin önemli sosyal sorumluluk projelerine maddi kaynak ve tanıtım desteği sağlamaktadır.

2016 itibarıyla 13 bin gönüllü koşucusu ve 111 bin bağışçı aracılığıyla bünyesinde yer alan STK'lara aktarılan kaynak 14,5 milyon TL'ye ulaşmıştır.

"Adım Adım" 13 Kasım'16 tarihinde düzenlenecek olan İstanbul Maratonu'na Kanseriz Yaşam Derneği ile birlikte katılacak ve birlikte 5 Katlı Çocuk Onkoloji Hastanesi projesini hayata geçirmek için koşacaklar.

Facebook: KanserizYaşamDerneği

Instagram: kansersizyasam

Twitter: kansersizyasam

FONKSİYONEL ANTRENMAN NEDİR?

Bu sayımızda sizlere fonksiyonel antrenmanın nasıl bir antrenman türü olduğunu, nasıl işe yaradığını ve kimlerin bu antrenman türünden yararlanabileceğini kısaca anlatmaya çalışacağım.

Biz insanlar hayatımızda yaptığımız rutin görünen bir çok şeyi, örnek vermek gerekirse çekme, bükme, ayakta ve yerde durma, durdurma, sıçrama, yürüyüş, koşu, sprint, atlama, kaldırma, itme gibi hareket genişliği olan bir faaliyet yelpazesi gerçekleştirmekteyiz. Bütün bu etkinlikler hepsi frontal düzlem (vücudu ön ve arka olarak ikiye ayıran düzlemdir) ve sagittal düzlem (vücudu sağ ve sol olarak ikiye ayıran düzlemdir) dâhilinde ritmik hareketleri içermektedir.

Fonksiyonel antrenman günlük yaşamda bireyin yaşamsal faaliyetlerini gerçekleştirmek adına birçok kolaylık sağlayarak, vücudun gelişimi doğrultusunda yapılan hareketler ile kişinin performansını artırarak bir dirence karşı performans gelişimi sağlar.

Basitçe, fonksiyonel antrenmanın ana amacı bir hareketi ya da performansı arttırmak için tüm nöromusküler sistemi etkileyerek, bir hareket genişliğini ve gücü transfer etmektir.

Öyle bir insan düşünün ki hem çok hızlı koşabilsin, hem uzun mesafeler yüzebilsin, hem çok fazla zıplayabilsin, hem de fit bir vücuda sahip olabilsin. İşte tüm bunların hepsi ile sistemli bir fonksiyonel antrenman rutini gerçekleştirebilirsiniz.

Dikkat etmeniz gereken nokta ise bu antrenman sisteminde tekli kas çalışmalarından çok, çoklu kas gruplarının devreye girdiği ve yüksek nabızlı bir sistem oluşturmaktır.

Yüksek nabızlı olması size yüksek dayanıklılık sağlarken MaxVo2 (maksimum oksijen tüketimi) kullanımınızı da arttıracak ve otomatik olarak yağ yakımı sağlayacaktır.

Beslenmenize dikkat edin

Tüm fitness uzmanlarının ortak fikir sahibi olduğu bir konu vardır: "İyi bir vücut önce mutfakta inşa edilir." Bu söz size hemen düşük yağlı ve düşük kalorili diyetleri çağrıştırmasın!

Üzerinde diyet ibaresi bulunan ürünlerden ziyade, doğal içeriklerle beslenmek vücudunuzun gerekeni yapmasını sağlayacaktır. Sebze ve süt ürünleriyle dengelenmiş protein odaklı bir beslenme düzeni kısa sürede kas kütlenizi arttırarak yağ oranınızın düşmesine yardımcı olacaktır.



Swiss Ball Prone Dumbbell Fly: Antrenmanlarınızda dengesiz ekipman kullanımı core bölgenizi güçlendirecek ve daha ileriye seviye egzersizleri doğru formları yapmanızı sağlayacaktır.



Single Leg Box Step Kettlebell Shoulder Press: Fonksiyonel egzersizler aynı anda birden fazla kas gruplarını eş zamanlı çalıştırdığı için fazla yağ yakımı sağlar.



Swiss Ball Seated Dumbbell Biceps Curl: Vücut stabilizasyonu sağlarken izole olarak kollarınızı da çalıştırır.



Kardiyovasküler egzersizlerle güç egzersizlerini doğru kombinleyin

Sürekli kardiyovasküler egzersiz yapmak ya da sadece ağırlık çalışmaktansa, bu iki farklı egzersiz türünü kombinleyerek kısaca fonksiyonel antrenman yaparak çok daha iyi sonuçlar alabilirsiniz.

Kettlebell Sumo Squat: Alt ekstremite kaslarını aktive etmek tüm vücudumuzda önemli değişimler sağlar.



Uyku kalitenizi önemseyin

Yetersiz ya da gereğinden fazla uyku metabolik faaliyetlerin en büyük düşmanıdır. Hormonal sistemin görevini layıkıyla yapamamasına yol açan uyku bozuklukları, ödemlenmeye ve kontrolsüz iştah artışına da neden olabilir.

Bu yüzden saat 23:00 gibi, 8 saat sürecek uykunuza yatmış olmalısınız.

Akın AL kimdir:

- Gedik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi / Antrenörlük Eğitimi
- 3.Kademe VGF Antrenör
- 1.Kademe Boks
- Snergy 360 Functional Training
- Modafen Kondisyonerlik Birimi - Kondisyoner
- Fitness - On Boarding
- Team ICG - Indoor Cycling
- MEB - İlk Yardım Sertifikası

Hem çok eğlenceli hem çok faydalı hem de iş hayatı yoğun olan fakat sporunu da aksatmak istemeyenler için ideal bu antrenman yöntemini sakatlık yaşamamış, kronik rahatsızlığı olmayan ya da atletik performansını yükseltmek isteyen bireyler ile zayıflamayı düşünen ama sıkıcı kardiyo ekipmanlarından kurtulmak isteyen herkes yapabilir.

Tabii tek başınıza asla ama asla yapmamanızı, konusunda eğitim almış işinde uzman kişisel eğitimler ile çalışmanızı ve muhakkak antrenmanlara başlamadan önce doktor kontrolünden geçmenizi tavsiye ederim.

Hepinize sağlık ve spor dolu günler dilerim.

Akın AL

Fitness Eğitmeni

Instagram: @aknall

E-mail: akin.al@wellclub.com.tr

Mekân çekimleri için We'll Club'a teşekkür ederiz.
Fotoğraf: Gökhan TOPEL





DOğRU NEFESLE ZAYIFLA

İnsanoğlu ağlığı her zaman yemek yemek ile ilişkilendirdi. Acıkmak bizim için her zaman bir şeyler yememizi gerektiren ihtiyaç hali olmuştur. Oysa ki asıl ağlığımız nefese duyulan ağlıktır. Hücreler en çok oksijen ile beslenmeye ihtiyaç duyar. Yaşam nefes ile başlayıp nefes ile sona erer, dolayısı ile nefesin doğru alınması yaşamı her anlamda direkt etkiler. Günlük besin alımınızdan daha önemli bir yere sahip olan nefes bedenin ilk besin kaynağıdır.



Doğru nefes alamayan bir kişi tam olarak tokluk hissedemeyecektir. Her ne kadar yerse yesin daima açlık hisseden kişilerin neredeyse tamamında nefes bozuktur. Bedenin doyuma ulaşmasının tek yolu olan doğru nefes öğrenildiğinde, diyet yapmak ya da sağlıklı beslenmek çok daha kolaydır. Bir düşünün yemek yersiniz fakat mideniz tok olsa bile hâlâ aç hissedersiniz, bu duygusal açlık durumu hem hücrelerimizin hem de bedenimizin bütün olarak oksijenden yararlanamaması ve zihnen temiz olunamaması ile alakalıdır.

Nefesin nasılsa yaşamın da öyledir!

Evet nefesiniz tam açık, yeterli düzeyde dolu nefes alıyorsanız yaşamdan da o kadar keyif alıyorsunuz demektir. Nefesin dolu olması, iyi nefes almak açlığı baskılayacağı gibi tekrar tekrar diyet yapan o kısır döngüden çıkmanızı da sağlayacaktır. Kilo alıp verme, tekrar tekrar diyetle başlayıp bırakma veya diyetle başlayıp hayatını değiştirmeye bir türlü karar verememek gibi durumların oluşturduğu dirençlerin tamamen çözüleceği ve zihnen yenik düştüğünüz durumların temizleneceği tek şifa nefestir. Eğer nefes yoksa gerçek bir yaşam da yoktur.

Doğduk, tertemiz verildik dünyaya ve o temizlikte çalışan muhteşem sistemdeki en temel kavram nefestir. Evet, bebeklikte hepimiz harika birer nefes terapistiydik. Bir bebeği izleyin nefes alırken karnının nasıl şiştiğini verirken göğsünün şiştiğini



göreceksiniz. Öyle mucize bir mekanizmayı zamanla bozan korkular, tedirginlikler, endişeler, acılar ve daha birçok duygu durumunda aklımız ermeye başladığında yani 3 yaş civarından itibaren nefes tutmalar ile kısıtlı nefes almaya doğru başlıyor.

Nefesi açılan kişilerde oluşan değişikliklerin başında; hayata daha güçlü tutunma, kendi gerçeğini keşfetme, geçmişten bu güne gelen korku veya tedirginlik gibi duyguların temizlenmesi, ruhsal şifalanma, bedenen şifalanma, başta kanser olmak üzere birçok hastalıktan korunmaya yardımcı olması, inandığını yapabilmek, an'da huzurla mutlu kalabilmek, umutla her anın kıymetini bilerek yaşamak ve daha enerjik daha güçlü hissetmek gelmektedir. Doğru nefes alan kişiler hızla kilo verebilir, kilo vermesi zor olan kişilerin tüm blokajları açılır ve bedende asıl doyması gereken duygusal ve hücreselel doyum sağlandığı için metabolizma doğru işlemeye başlar.

Gerçeklikte tamamen inanarak zayıflamak için mutlaka beslenme tedavileri nefes çalışmalarını ile birlikte sürdürülmelidir.



Çoğunlukta nefesimizin %30'luk bir kısmını kullanıyor olmamız oldukça ürkütücü bir tablodur. Hayattan tam kapasite almak ve bize verilmiş olan bu mucizeyi tam anlamıyla kullanmak varken biz yüzde otuzluk bir kısım ile yaşayarak yaşamı da belki ancak yüzde otuzluk yaşıyoruz. Nefesin kısıtlanması bedende şifayı engellerken metabolizmada bozulmaya da neden oluyor. Eğer yıllardır diyet yapıp yapıp bırakıyorsanız ya da bir türlü başlayamıyorsanız ve artık kilo alıp vermek yaşamınızın bir parçası olduysa bir de nefesinize bakılmasını tavsiye ederim. Diyet tedavilerimde yazdığım beslenme protokolünden daha önemlisi olan nefes çalışmalarında gördüm ki nefes her şeyin başı, varoluşun başlangıcı ve doğru yönde çalıştığında işte o gün gerçekten var oluyoruz. Gerçekten yaşamak için nefes alın. Sadece nefes almak hayat için umuda, sağlığa, mutluluğa, temiz bir ömür geçirmeye, mutlu olup mutlu etmeye ve hayattan alıp hayata vermeye yetiyor.

Unutmayın biz dünyaya mutlu olmak ve mutlu etmek için geldik...

Sevgi ve nefes ile geçsin ömrünüz.



Dyt. Hülya ÇAĞATAY
Beslenme ve Diyet Uzmanı
www.hulyacagatay.com

Lezzet

BEKAREVİ CAN İNELLIOĞLU TARİFLER

FAST FOOD'UN GİREMEDİĞİ "BEKÂR EVİ"
YARATICISI CAN İNELLIOĞLU'NIN LEZİZ
TARİFLERİ SİZLERLE



İNSANI TADIYLA MEST EDEN GRAVLAX

Gravlax İskandinavların şeker, tuz ve dereotu ile taze somon balığını kürleyerek hazırladıkları müthiş bir lezzet. Geleneksel olanı sadece bu üç malzemeyi içerse bile dilediğiniz aromaları balığa işlemeniz mümkün...

Hazırlaması sadece 15 dakika. Zor olan kısmı 48 saat civarı buzdolabında bekletilmesi...

Gravlax' ı Orta Çağ' da balıkçılar kuma gömerek yaparlarmış. "Grav" mezar, "Lax" somon, yani gömülü somon gibi çevirebiliriz.

Kürleme işlemi lezzet arttırma, doku değiştirme ve dayanma süresini uzatmayı mümkün kılar. Bu işlem için tuz en önemli maddelerdendir. Osmoz, mikroorganizmaların sularını azaltır ve üremelerini kısıtlar. İşlenmemiş, rafine edilmemiş, iri taneli deniz tuzu kullanmak çok önemlidir.

Daha fazla detaya girmeden kendi yaptığım tarifi veriyorum. Damak tadınıza göre tarifte bazı oynamalar yapmanız mümkün. İnternette de yüzlerce farklı tarif göreceksiniz. Üç ana malzeme tuz, şeker ve dereotu.

Gerisi size kalmış...



Malzemeler:

- 500 g taze somon (fileto ama derisi üzerinde kalsın)
- 70 g deniz tuzu ve 50 g şeker (bazıları şekeri bir nebze fazla kullanıyor, zevkinize kalmış)
- 80 g dereotu
- 1 pancar rendesi
- Misket limonu kabuğu rendesi
- Yaban turpu rendesi

Sos için gerekli olan malzemeler:

- Hardal
- Dereotu
- Bal

Hazırlanışı:

Öncelike somon mümkün olduğunca taze olmalı. Şeker ve tuzu karıştırın. Varsa kılçıklarını ete zarar vermeden temizleyin. Bir pyrexin ya da cam kabın içine streç film koyun. Streç filmin üzerine derisi altta kalacak şekilde somonu yerleştirin.

Şimdi keyifli kısmı başlıyor..

Somonun üzerine karıştırdığınız şeker ve tuzu serpin. Üzerine pancar ve yaban turpu rendeleyin. Misket limonu kabuğunu rendeleyin ve dereotu ile kaplayın.

Bu kadar basit...

Şimdi streç film ile sıkıca sarın. Ne kadar iyi sarsanız da suyu akacaktır bu nedenle pyrex gibi kenarları yüksek bir kabın içerisinde buzdolabına atın. Bazı tariflerde balığın üzerine ağırlık koymanız öneriliyor. Ben iki türlü de denedim. Dilerseniz üzerine biraz baskı yapacak herhangi bir şey koyabilirsiniz.

Balığın kalınlığı, büyüklüğü ve zevkinize göre kürlleme süresi değişiklik gösterebilir. Ben 500 g somonu 48 saat buzdolabında beklettim.

Kürleme işleminin sonunda balığın üzerinde kalan tabakayı yıkamadan temizleyin. Keskin bir bıçak ile 45'er derecelik açıyla ince dilimleyin. Yanında bal, hardal, dereotu karışımından bir sos yapabilirsiniz.



HAVUÇ PANCAR ÇİPSİ VE EV YAPIMI SRIRACHA SOSU

Sriracha en sevdiğim soslardan biridir. Bunu evde yapmak da çok basit. Hatta evde kendi zevkinize göre sos ile oynama imkânınız olduğu için çok daha lezzetli bir hale getirebilirsiniz.

Pancar ve havuç çipsi ise sağlıklı ve bir o kadar da lezzetli bir atıştırmalık. Önce sosun yapılışını anlatıyorum.

Sos için gerekli olan malzemeler:

- 750 g acı biber (ben Jalapeno ve Habanero biberlerini karışık kullandım)
- 120 ml elma veya üzüm sirkesi
- 80 ml su
- 4 diş sarımsak
- 3 yemek kaşığı esmer şeker
- 1 yemek kaşığı tuz
- Birkaç damla Worcestershire sosu

Hazırlanışı:

Biberleri dilimleyin. Eldiven kullanmanızı tavsiye ediyorum. Yoksa cildiniz yanar. Dilimlediğiniz biberleri, sarımsakları, suyu, tuzu ve şekeri blendera alın. Opsiyonel olarak birkaç damla Worcestershire sosu ekleyebilirsiniz. Karışımı blenderda püre haline getirin. Daha sonra püre haline getirdiğiniz karışımı bir cam kavanoz veya şişeye alın. Üzerini streç filmle kapatın. Yaklaşık 3 gün boyunca fermente olmaya bırakın. Günde 1 defa karıştırın. Üçüncü günün sonunda karışımı tekrar blendera alın. Üzerine sirkeyi ekleyin ve tekrar blenderda karıştırın.

Karışımı bir tencereye süzün. 5-10 dk civarı kaynatın. Daha sonra oda sıcaklığına gelene kadar soğumaya bırakın. Oda sıcaklığına gelince sosunuz artık hazır demektir. Bir kavanoz veya cam şişeye koyabilir ve buzdolabında saklayabilirsiniz.

Şimdi sırada havuç ve pancar çipsleri var...

Malzemeler:

- 2 adet havuç
- 2 adet pancar
- Deniz tuzu
- Zeytinyağı
- Biberiye

Hazırlanışı:

Fırını 190 dereceye ayarlayın. Havuçları soyma aparatıyla ince şeritler haline getirin. Pancarları da çok ince dilimleyin. Fırın kağıdı üzerine dizin. Birbirlerinin üzerine gelmemeliler. Tek bir katman olması önemli. Üzerlerine hafif zeytinyağı, tuz ve biberiye ekleyebilirsiniz. Fırında yaklaşık 20 dakika boyunca pişmesini bekleyin. Şeritlerin kalınlığına göre bu süre uzayabilir veya kısalabilir. Dolayısıyla en iyisi arada bir göz atmak.

Fırından çıkardıktan sonra soğumasını bekleyin. Soğuduktan sonra iyice çıtır çıtır olacak.

Sriracha sosu ile birlikte servis edin.

Ferko Signature



Levent Büyükdere Caddesi'nde yükselen **Ferko Signature**, 2 ofis bloğu ve bunları birbirine bağlayan Kent Bahçe'si ile bölgenin yeni gözdesi olacak.

'Business Center' ı ve 'SignatureLounge' i ile özel toplantılara ferah mekânlar sunan Ferko Signature tasarımı ve mimarisinin yanı sıra teknolojik özellikleriyle de öne çıkan bir proje.

Bu özel projenin Mekanik Tesisat İşlerini gerçekleştirmenin mutluluğunu yaşıyoruz.



Dudullu Organize Sanayi Bölgesi 1. Cadde No: 3
Ümraniye 34776 İstanbul, TÜRKİYE
Tel: +90 216 - 499 49 59 - Fax: +90 216 - 499 49 60
info@birlesimgrup.com - www.birlesimgrup.com

ARZUMUZ

GELECEK NESİLLERE DAHA YEŞİL BİR DÜNYA BIRAKMAK

**Tek bir ağaç
yılda yaklaşık 118 kilogram oksijen üretmektedir.
Yani iki ağaç 4 kişilik bir ailenin bir yıllık
oksijen ihtiyacını karşılamaktadır.**

Birleşim Grup Hatıra Ormanı projesi kapsamında Kasım 2014'te Beykoz İlçesi Rüzgarlıbahçe Mahallesi'nde dikilen fidanlarımız büyümeye devam ediyor.



Geleceğe İZ Bırakıyoruz

