

# BİRLEŞİM **DERGİ**

Seyrantepe’de Ayrıcalıklı  
Bir Yaşam Alanı Yükseliyor

## SKYLAND İSTANBUL

Kurumsal Pencere

**İnsan Kaynaklarında  
Sosyal Medya Dönemi**



Türkiye’nin  
Denizkızı  
**Şahika  
Ercümen**

Türk Futbolunun  
En Karizmatik  
İsimlerinden  
**Emre  
Belözoğlu**



**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**



Her gelişim beraberinde yeniliğin heyecanını da getiriyor.

Birleşim Grup olarak Enler ve İlkler listemize eklediğimiz yeni projelerimiz bize bu heyecanı yaşıyor.

Birleşim Dergi olarak yine dikkatinizi çekecek pek çok konu içeren bir sayı hazırladık sizler için. Firmamızın yer aldığı yeni projeleri, Türkiye reel sektörü ile ilgili değerlendirmeleri, kentsel yenilemeden etkilenen gayrimenkul sahiplerine tavsiyeleri, tek nefesle sualtında en fazla derine inebilen bir dünya rekortmeni Şahika Ercümen'i ve bir çok farklı konuk ve konuyu ilerleyen sayfalarda bulabileceksiniz.

Bir sonraki sayımızda yeni haberlerle buluşma dileği ile keyifli okumalar diliyorum.



Sayı 09

# İÇİNDEKİLER



**03 - Bu Sayıda**  
Editörden

**07 - Başkanlardan**  
Teşekkürler...

**08 - Proje**  
Skyland İstanbul

**14 - Haber**  
19 Mart 2016 Birleşim Grup Faaliyet Toplantısı

**15 - Haber**  
Birleşim Grup 2016 Yılında Eğitim Programına Ağırlık Veriyor

**16 - Kurumsal Pencere**  
İnsan Kaynaklarında Sosyal Medya Dönemi

**20 - Uzman Görüşü**  
Dünden Bugüne Proje Dizayn Süreci

**24 - Proje**  
Canpark Alışveriş Merkezi

**28 - Haber**  
XV. Ulusal Mimarlık Sergisi ve Ödülleri, 2016

**30 - Gündem**  
İhracat Pazarına Yönelik Yıldız Savaşları Başlıyor

**32 - Söyleşi**  
Melih Erakman, Entegre Proje Yönetim

**36 - Mevzuat**  
Vergi Hukukunda Zamanlaşımı

**38 - Hukuk**  
Vergi Usul Kanunu'na Göre Ceza Kesilmesini Gerektiren Özel Usulsüzlükler

**40 - Uzman Görüşü**  
Kentsel Dönüşüm Kapsamında Şerefiye Uygulaması

## 42 - Röportaj

Şahika Ercümen

## 48 - Tarih

Yakın Tarihimizde İz Bırakan Gemiler

## 54 - Yaşam

Sil Baştan Başlamak Lazım Bazen

## 56 - Röportaj

Emre Belözoğlu

## 62 - Bu Köşe Sizin

Şehir ve Doğa

## 64 - Bu Köşe Sizin

Şantiye - Ofis

## 66 - Yaşam

Çocukta Özgüven Geliştirme

## 70 - Sağlık

Vücudun Şövalyeleri Antioksidanlarla Zamana Karşı Durun

## 72 - Sağlık

Ameliyatsız Yüz Germe

## 76 - Teknoloji

Sosyal Medyada Nasıl Manipüle Ediliyoruz

## 80 - Bir Mola Ver...

Metin Hara

## 84 - Bir Mola Ver...

Bir Meslek Erbabı - Yani Papayorgiu





plusmax.com

**Her Projemizde  
Çevre ve Enerji Verimliliği Adına  
Duyarlılığımızı Koruyoruz!**

## Teşekkürler...

Çok değil iki sene önce bu zamanlarda Birleşim Dergi olarak ilk sayımızı yayınlamanın heyecanını yaşıyorduk. Zaman o kadar hızlı geçiyor ki bugün 3. yılımızın ilk sayısını ilk günkü heyecanla yayınlıyoruz.

Zaman hızla geçiyor dedim, 2008 yılında 261 metre ile Türkiye'nin en yüksek binası olan İstanbul Sapphire projesinin mekanik tesisat işlerini üstlenmek firmamıza nasip olmuştu. Bugün, tamamlandığında 293 metre ile Türkiye'nin yeni en yüksek binası olacak Skyland'in mekanik tesisat işlerini yapmak yine firmamıza nasip olmuştur. Kurulduğumuz günden bu yana yaptığımız işlerin kalitesi, başarılı şekilde devreye alınıp teslim edilmesi ve sonrasında da sorunsuz bir şekilde çalıştırılmasıyla işverenlerin bizleri tercih etmesinde büyük önem taşımaktadır.

Bütün bu anlattıklarım yaptığı işi seven ve hakkını veren, işini daha iyi yapabilmek için sürekli kendini yenilemeye çalışan başarılı bir kadronun özverili çalışmasıyla ortaya çıkmaktadır.

Gelecekte de arzumuz Türkiye'nin yeni En Yüksek, En Özel, En Prestijli projelerinin içinde olabilmektir. Bu vesileyle, özverili çalışmaları ile başarının en büyük halkasını oluşturan çalışanlarımıza teşekkür ediyorum.

Ülkemizin kalkınmasına büyük katkı sağlayan, Türkiye'nin aydınlık yarınlarında gurur kaynağı olan tüm kadınlarımızın 08 Mart Dünya Kadınlar Gününü kutluyorum.

Ayrıca, sadece Türk tarihi için değil yakın dünya tarihinin de en önemli savaşlarından biri olan ve bizim açımızdan zaferle sonuçlanan 18 Mart Çanakkale Zaferi'ni hatırlatmak isterim. Her satırında insanlık onuru barındıran, milletimizin top yekûn direnişinin gerçek destanı olan bu zaferde verdiğimiz şehitlerimizi burada saygıyla anıyorum.

Saygılarımla,

**İdris ÇAKIR**

Birleşim Grup Yönetim Kurulu Başkanı



Seyrantepe’de Ayrıcalıklı Bir Yaşam Alanı Yükseliyor

# SKYLAND İSTANBUL

**S**kyland İstanbul, dünyaca ünlü yapılara attığı imza ile adından söz ettiren mimari, şehircilik ve tasarım şirketi Broadway Malyan’ın Kapadokya’nın peribacalarından esinlenerek tasarladığı rezidans, ofis ve otel kuleleri ile alışveriş merkezinden oluşuyor. Proje, metro istasyonuna olan 500m mesafesi, havaalanları, köprü ve ana yollara olan yakınlığı sayesinde yaklaşık 12 bin kişiyi buluşturan hareketli bir merkez olmaya hazırlanıyor.

Skyland İstanbul, Türk Telekom Arena’ya komşu olması, bağlantı yollarına yakınlığıyla dikkat çekerken, alışveriş merkezi, ofis ve otel ile yeni sakinlerine karma bir yaşam alanı sunuluyor. Skyland İstanbul, rezidans sakinlerine akıllı ev teknolojileri, concierge hizmetleri, fitness, wellness ve SPA mekânlarının yanı sıra kapalı otopark ve proje alanına iki farklı giriş gibi ince düşünülmüş detaylarla konforlu bir yaşam vadediyor. Teknolojiyle doğallığın, ihtiyaçla huzurun harmanlanarak geleceğin konut projesinin yaratıldığı Skyland İstanbul, yeni sahiplerine bugünden başlayarak yüzde 0,69 faiz oranıyla cazip bir yatırım fırsatı sunuyor.





## Skyland İstanbul'da Teras Keyfi

Her ihtiyaca uygun farklı daire seçenekleri sunan Skyland İstanbul'da ister Belgrad Ormanı'na isterse İstanbul Boğazı'na bakmak isteyenlere göre tasarlanan teraslar sahiplerine huzur ve mutluluğu yakalıyor.

Geniş balkonlarıyla yaşam alanlarını büyüten ve yaz kış sakinlerine yemyeşil manzaraya karşı uyanma imkânı veren teras evler, ince detaylarla döşenmiş daireleri, fitness, SPA ve wellness merkezleri stresten uzak bir hayat sunuyor.







## İstenilen Büyüklükte Tasarlanabilen Ofisler

Skyland İstanbul'un ofis kulesi ise konumu, 360 derece kapanmayan manzarası, teknolojik altyapısı ve benzersiz sosyal olanaklarıyla, çalışmaktan keyif alınacak bir ortam sunuyor. 120.000 m<sup>2</sup> ofis alanı ile 504 ofisten oluşan proje, modern iş dünyasının günlük ihtiyaçlarını en iyi şekilde karşılayacak bölümler ve daha birçok farklı ince detaya sahip. Proje, Büyükdere Caddesi ve Maslak paralelinde merkezi iş alanı üzerinde olması ve TEM otoyolundan tek giriş alarak direkt bağlantı sağlamasıyla trafik sorununa da çözüm buluyor. Skyland İstanbul'un ofis kulesi yüksek yatırım değeri ve birleştirilerek her katta 2.000 m<sup>2</sup>'ye kadar istenilen büyüklükte tasarlanabilen ofisleriyle benzersiz fırsatlar sunuyor.

Tamamlandığında Türkiye'nin en yüksek binası konumunda olacak, mekanik taahhüt işlerini üstlendiğimiz bu projede Eroğlu Gayrimenkul Geliştirme ve Yatırım A.Ş. ile çalışmanın kıvancını yaşıyoruz.



### PROJE BİLGİLERİ

3 kule ve bu kuleleri ortak paydada birleştiren bir baza yapısına sahip projede genel yapı itibarı ile tesisat kısımlarını aşağıdaki gibi özetleyebiliriz.

**Yangın Sistemi:** En alt döşeme kotunda tesis edilen ana yangın makine dairesinde bulunan 1500 GPM'lik pompa gurubundan beslenen hatlar tüm kule çekirdeklerine dağılmakta ve ara tesisat katlarında bulunan yangın suyu depolarını beslemektedir. Alt ve üst zon pompa istasyonları her kulede ara tesisat katlarında bulunmaktadır. Ayrıca duman tahliye sistemi bağımsız olarak duman tahliye fanları ile yapılmakta ve tüm kaçış merdivenleri basınçlandırma fanları ile basınçlandırılmaktadır.

**Isıtma Sistemi:** Her kuleye ait bir ısıtma makine dairesi bulunmakta ve ara tesisat katlarında bulunan eşanjörler vasıtası ile katların ısıtma ihtiyaçları karşılanmaktadır. Rezidans katlarında ısıtma elemanı olarak yer tipi konvektörler kullanılmaktadır.

**Soğutma Sistemi:** Her kuleye ait birer adet soğutma makine dairesi bulunmaktadır. Soğutma suyu temini su soğutmalı chiller üniteleri ile yapılmakta ve ara tesisat katlarında bulunan eşanjörler yardımı ile katların soğutma ihtiyaçları karşılanmakta. Son ekipman olarak fan-coiller kullanılmaktadır.

**Havalandırma Tesisatı:** Katlara ait taze hava ihtiyaçları ara tesisat katlarına monte edilecek ısı geri kazanım ünitelerine sahip klima santralleri yardımı ile sağlanmaktadır. WC ve mutfak egzozları bağımsız fanlar yardımı ile dışarı atılmaktadır.

**Sıhhi Tesisat Sistemi:** En alt döşeme kotunda her blok için ayrı ayrı tesis edilmiş su depolarına gelen şebeke suyu öncelikle bir arıtma tesisinden geçmekte ve ana pompa istasyonu ile ara tesisat katlarında tesis edilen içme suyu depolarını beslemekte ve bu katlarda alt ve üst zon hidrofor grupları tarafından dağıtılmaktadır.

Proje Bilgileri yazısı sahibi: **Kurtuluş ÇETİNKAYA**, Birleşim Mühendislik Proje Müdürü

# 19 Mart 2016 Birleşim Grup Faaliyet Toplantısı

2015 yılının değerlendirmesinin yapıldığı ve 2016 yılı için hedeflerin görüşüldüğü Birleşim Grup Faaliyet Toplantısı tüm çalışanlarımızın katılımı ile Birleşim Grup Merkez Ofisinde 19 Mart 2016 tarihinde gerçekleşti. Toplantıda 2015 yılı Performans Değerlendirme Çalışmasında tam puan alan Quasar İstanbul Projesi Hakediş Teknikeri Ayten Koçak'a, başarı ödülü takdim edildi.



Yönetim Kurulu Başkanı Mesut Altan



Soldan sağa:  
Yön. Kur. Bşk. İdris Çakır, Hakediş Teknikeri Ayten Koçak,  
Genel Md. İbrahim Biner, Yön. Kur. Bşk. Mesut Altan

# Birleşim Grup 2016 Yılında Eğitim Programına Ağırlık Veriyor

Birleşim Grup olarak 2016 yılında da gelişen teknolojileri yakından takip etmek ve yeniliklere uyum sağlamak amacıyla eğitim programımıza ağırlık verdik. 2016 ilk çeyreğinde aldığımız eğitimlerimiz:

Dönem	Ocak 2016
Konu	MagiCAD
Eğitim veren firma	MagiCAD Türkiye
Eğitmenler	Gökhan Torun

Dönem	Mart 2016
Konu	Autocad MEP
Eğitim veren firma	IMO Akademi
Eğitmenler	Mehmet Alperen Karacabey

Dönem	Şubat 2016
Konu	Bina Otomasyon Sistemleri
Eğitim veren firma	Siemens Sanayi ve Ticaret A.Ş.
Eğitmenler	Fahri Cem Uzun, Barış Müftüoğlu, Süleyman Karacan



Dönem	Şubat 2016
Konu	Autodesk Navisworks
Eğitim veren firma	IMO Akademi
Eğitmenler	Ceyhun Hürcan



Dönem	Mart 2016
Konu	Konutlar ve Ticari Binalar İçin Merkezi Isıtma Sistemleri
Eğitim veren firma	Viessmann Isı Teknikleri Ticaret A.Ş.
Eğitmenler	Mevlana Balçık



Dönem	Mart 2016
Konu	Isı ve Pompa Sistemleri
Eğitim veren firma	Viessmann Isı Teknikleri Ticaret A.Ş.
Eğitmenler	Mevlana Balçık

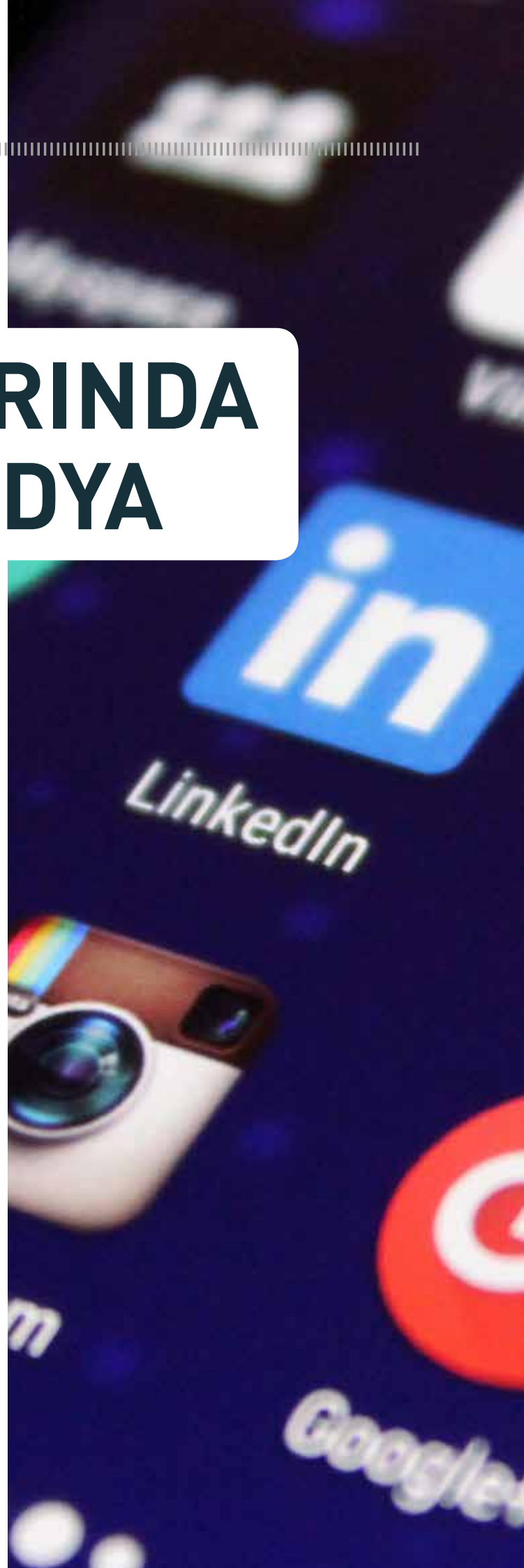
# İNSAN KAYNAKLARINDA SOSYAL MEDYA DÖNEMİ

Artık şirketler işe alım süreçlerinde sosyal medyayı daha efektif kullanıyor.

Günümüzde artık firmaların başarısı sadece rakamsal verilere, yıl sonunda gerçekleştirilen ciro / kâr dengesine göre değil çalışana verilen değer, onların mutluluğu ve şirkette aynı dili konuşmalarına da bağlı olarak değerlendiriliyor.

Kuşakların değişmesiyle, firmaların kendilerine yenilik katması ve günümüzdeki teknolojik değişimlere göre istihdam planlarını ve arayışlarını şekillendirmesi oldukça önem kazandı.

LinkedIn, Twitter, Facebook, Instagram hesapları, bazı sektörel grup sayfaları gibi kişisel özelliklerin de yansıtıldığı sosyal hesaplar sayesinde adaylar mercek altına alınmaya başlandı.







# Kurumsal Pencere



Zamanının çoğunu internet başında ve özellikle sosyal medyada geçiren günümüz nesline ulaşmakta hem alternatif bir yol olması hem de adayları daha iyi gözlemek adına bu uygulamalara ihtiyaç duyar olduk.

Bu bağlamda aday tercihlerinde inceleme yapılan kanallardan özellikle LinkedIn ve Facebook profillerinde kullanılan dil, yayınlanan ve paylaşılan içerikler kişiler hakkında detaylı bilgi sahibi olmamıza olanak sağlıyor.

Bilinçli hesap kullanımları, güncellemeler, takip edilen mesleki sayfaların ve ortak arkadaş gruplarının olması yapılan incelemelerde ilk dikkat çeken noktalar, yer alınan sosyal sorumluluk projeleri de yine ilgi çeken başlıklar arasında.

Beyaz yaka sınıfında LinkedIn kanalı ile gelen başvurular, istenen kriterleri sağlayan ve pozisyona daha uygun adaylardan gelmesine olanak sağlıyor.

LinkedIn kurumsal ağı ile yer alınan projeler ve mesleki çalışmalar daha detaylı olarak incelenebiliyor, referans araştırmalarında da yol gösterici oluyor. Aynı zamanda özgeçmişte belirtilen bilgi tutarsızlıklarını da görme imkânı sağlıyor. Yani bir nevi özgeçmişin tamamlayıcısı olarak kullanılıyor.

“Sosyal medya kanalları adaylar hakkında detaylı bilgi sahibi olmamıza olanak sağlıyor.”

“İnsan kaynakları olarak aynı dili konuşan ve birlikte iyi işler çıkaracak kişileri bir araya getirmek için çalışıyoruz.”

Facebook hesapları da yine adayların özel ilgi alanlarını ortaya koyuyor. Sosyal medya, adayların görevlendirileceği pozisyon, çalışacağı ekip kültürü ile kişilik özelliklerinin örtüşmesi açısından bakıldığında önemli bir kaynak oluşturuyor. Aynı zamanda çalışanların hobileri hakkında da bilgi sahibi olmamızı sağlayarak sosyal aktivite düzenlenmesinde yol gösterici olabiliyor.

Yapılan incelemeler ile adaylar hakkında olumlu izlenim edinilmesinin yanı sıra olumsuzluklarla da karşılaşılabilir. Çalıştığı yer ve iş arkadaşları hakkında olumsuz paylaşımlarda bulunan, uygunsuz içerik ve paylaşımlar yapan adaylar genellikle ön elemeden geçemiyor. Ne kadar iyi bir eğitim almış olursa olsun iç dengelerini sarsacak zihniyeti barındıran kişilere değerlendirmelerde yer verilmiyor. Ayrıca mevcut çalışanlardan bu sosyal sitelerde gerçekleştirdikleri paylaşımlarda kurumu zedeleyecek içeriklere yer vermemelerine dikkat etmesi bekleniyor.

Aynı şekilde adaylar da yer alma ihtimali olacakları firmaların faaliyetleri olduğu alanları incelemek ve çalışma arkadaşları hakkında bilgi edinebilmek

amaçlı bu sitelerde zaman geçiriyorlar. Yeni neslin dikkatini sosyal medyada iletişim halinde kalabileceği ve paylaşımları olan firmalar çekerken mevcut çalışanlar için firmalarının bu ağlarda paylaşımlarının bulunması kendilerini daha iyi ve sosyal hissettiriyor.

**Bizler de Birleşim Grup olarak web sayfamızı, LinkedIn kurumsal sayfalarımızı ve Instagram hesaplarımızı aktif olarak kullanmaya gayret ediyoruz.**

**Böylelikle kendilerine bu sayfalarda yer verildiğini gören çalışanlarımızın hem firmaya hem de mesai arkadaşlarına olan bağlılığının arttığını gözlemliyoruz.**

**Sosyal medyada yer verilen projeler, gerçekleştirilen organizasyonlar, eğitimler, ekip çalışmaları ve toplantılar sıkıcı bir hal olmaktan çıkıp keyifli anılara dönüşüyor.**

İnsan kaynakları olarak aynı dili konuşan ve birlikte iyi işler çıkaracak kişileri bir araya getirmek için çalıştığımızı düşündüğümüzde sosyal medya kanalları bizler için iyi doneler vermekte. Tüm bu kanalları efektif şekilde kullanarak iş alanını çalışanlarımız için huzursuz bir ortamda omuzda yük olmaktan kurtarıp, tüm yoğunluğa rağmen güzel bir arkadaş ortamı ile geçirilen keyifli dakikalara çevirdiğimize inanıyoruz.



**Gamze MUMCUOĞLU**  
İnsan Kaynakları  
Birleşim Mühendislik  
San. ve Tic. A.Ş.

# Uzman Görüşü



# DÜNDEN BUGÜNE PROJE DİZAYN SÜRECİ

**H**er şey bir kalem bir cetvel ve noktanın kâğıt ile buluşmasıyla başladı. Daha sonra pergel, şablon ve gönye gibi çeşitli yardımsever elemanlar devreye girdi. Birbirine paralel doğrular, kesişen çizgiler, hayal gücü yüksek mucitlerin dâhiyane fikirleri ile farklı boyutlar kazanmaya başladı.

Ozalit çekilerek projelerin çoğaltılmasına imkân sağladığı için tercih edilen aydınlar kâğıdının üzerine rapido kalemlerle tasarım yapıldı yıllarca. Eğer çoğaltılması gerekmeyen, örneğin bir sunum yapılacaksa "Schöller karton" tercih edilirdi.



# Uzman Görüşü



Sonra teknik resim çizimlerini elektronik belgeye dönüştüren vektör tabanlı, çözünürlükten bağımsız, 2D ve 3D'li geometrik nesnelerin oluşturulduğu bir veri kümesi olan CAD'in (Computer Aided Design) çizimleri, kavisleri ve daireleri ile tanıştık.

CAD programlarının içerisinde en yaygın olarak kullanılan Autocad, ilk olarak Aralık 1982'de Autocad R1 adı ile DOS tabanlı olarak başladı bilgisayar ile teknik çizim oluşturmaya. Zamanla sektörün gereksinimlerine bağlı olarak sürekli değişime uğrayarak günümüzde mühendisler, mimarlar, teknik ressamlar ve teknikerler tarafından yaygın olarak kullanılan tasarım programı oldu.

Gelinen sürece bakacak olursak, artık tüm disiplinlerin bir arada bütünleşik olarak tasarlanması vazgeçilmez bir yer tutmaktadır.

Günümüzün hassas küresel ekonomisinde dünyanın birçok yerinde, yeni inşaat projelerine yapılan harcamalar aniden düştü. Bilinçli yatırımcılar ve proje sahipleri artık tüm projelerde daha azı için daha fazlasını talep eder oldular. Yenilik ve yatırım geri dönüşünün görülebileceği, maliyet ve zaman tasarrufu endekslili projeler tasarlanması talep edilmeye başlandı.

Rekabet avantajını korumaya ve bu zorlu iş ortamında kârlı kalabilmeye yardımcı olmak için büyük çok uluslulardan, küçük ölçeklilere kadar her boyuttaki yapı mühendisliği şirketi, yeni iş akışları, araçlar ve teknolojileri benimsiyor. Bunların en önemlilerinden biri de **Yapı Bilgi Sistemi** ya da kısaca **BIM** -

**Building Information Modeling** olarak karşımıza çıkıyor.

**BIM**, yapı projelerinin daha hızlı, daha ekonomik ve doğaya daha az olumsuz etkide bulunarak projenin oluşturulması ve yönetilmesine ilişkin bir anlayış sağlayan akıllı, model tabanlı bir süreçtir. Mimari-den mekaniğe, statikten elektriğe uzanan tüm projelerin tasarlanması, yapının sağlığı ve verimlilik esasları nedeniyle hiç olmadığı kadar büyük önem taşır hale geldi.

BIM, hem bütçelerin en doğru şekilde kullanıldığı ve mükerrer işlerin ortadan kalktığı dört dörtlük yapılar ortaya çıkmasını sağlıyor hem de bir yapı projesinin her unsuruyla yönetilebilirliğini artırıyor.

Özellikle son yıllarda Türkiye'de metro, hastane, havalimanı vb. bütün önemli işlerde ve tüm büyük ihalelerde BIM koşulu istenmeye ve şartnamelerde talep edilmeye başlandı.

**Bir kalem, bir cetvel ve noktanın kâğıtla** bulunduğu andan itibaren proje dizayn sürecinin bir modelleme sürecine geldiği ve sektörün de artık zorunluluk haline getirdiği günümüzde, aşağıda belirtilen bazı programlar BIM çözümleri ile işimizin her safhasında daha fazla değer katacak, kapsamlı bir yardımcı araç portföyü sunmaktadır.

- **MagiCAD,**
- **Revit Architecture,**
- **Revit MEP,**
- **Navisworks vb.**

## **BU PROGRAMLARI KISACA TANIYACAK OLURSAK,**

**MagiCAD;** İnşaatın dinamikleri arasında koordinasyonu sağlayarak hatalı tasarımlarda uyarı verir. Tasarım aşamasında imalata yönelik kayıpların önüne geçilmesini sağlayan Yapı Bilgi Modelleri (BIM) verilerinden faydalanarak sizlere doğru ve güvenilir tasarım imkânı sunar.

**Revit Architecture**'ın oluşturduğu Yapı Bilgi Sistemi, proje dokümantasyonunu otomatikleştirir (görünümler, kesitler, paftalar, metraj listeleri, görselleştirmeler vb.) .

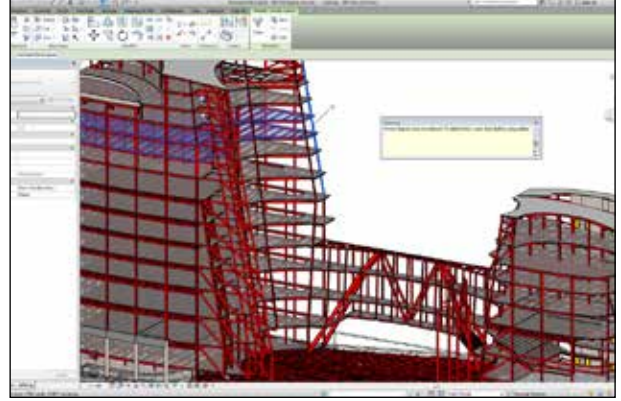
Revit Architecture ile tasarım süreci içerisinde eklenen her veri, sadece bir kere eklenir ve tüm süreç boyunca kullanılır. Yapılan her değişiklik, tüm dokümanlara anında yansır. Revit Architecture, tasarımlarınızda üretkenliği, koordinasyonu ve kaliteyi artırır.

**Autodesk Revit MEP** yazılımı ile BIM entegre tasarım, analiz ve dokümantasyon araçlarıyla makine, elektrik ve tesisat (MEP) mühendislerine destek verir.

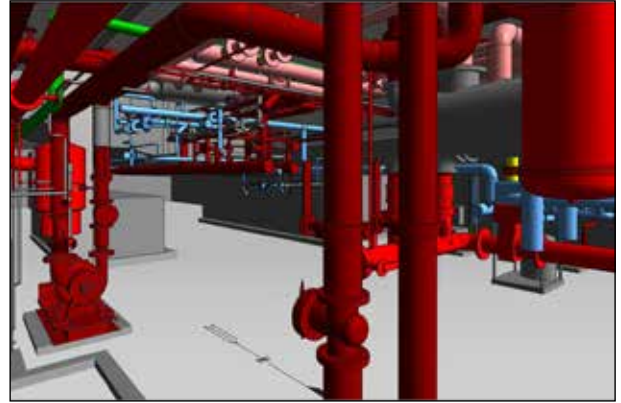
**Autodesk Navisworks** BIM mantığının en büyük multidisipliner tasarım verilerinin birleştiricisidir. Autocad MEP, Revit, MagiCAD, MS Project ve Primavera gibi birçok programdan veri sorunsuzca Navisworks'e aktarılarak üretkenliği, iş akış verimliliğini ve koordinasyonunu aşağıda toplanan yeniliklerle sağlar.

Proje simülasyonu ve koordinasyonuna özel analiz geliştirme,  
4D / Planlama Geliştirmeleri,  
5D / Maliyet Simülasyonları,  
Çakışma Algılama (Clash Detection) Gelişmeleri.

İş hayatımızda bütün bu programları kullanırken, **İŞİN KAYNAĞINDA İNSAN OLDUĞU** ve **BAŞARININ**, yeterli teknik bilgiye sahip, işini seven, profesyonel yaklaşımlarda bulunan, çözüm odaklı, yetenekli, ekip ruhu taşıyan bir takımdan oluştuğunu göz ardı etmemek gerektiğini ayrıca vurgulamakta fayda var.



Revit ile tasarım üretkenliği ve görselleştirme



MagiCAD ile dizayn ve koordinasyon



Autodesk Navisworks ile 4D planlama geliştirmeleri



**Ümit ALBAYRAK**  
Teknik Ofis Şefi  
ERDE Mühendislik  
San. ve Tic. A.Ş.



# CANPARK ALIŞVERİŞ MERKEZİ

**C**anpark Avm Yeni Bir Enerji İle Geliyor! İş ve plaza dünyasına olan yakınlığı, Ümraniye'nin kalbinde yer alan konumu ile müşteri kitlesini her geçen gün geliştiren Canpark, kaliteli ve her kesime hitap eden mağazaları, zengin restoran seçenekleri, estetik mimarisi ve sanatla iç içe etkinlikleriyle vazgeçilmez bir alışveriş ve yaşam merkezi haline geldi. 2016 yılı içerisinde faaliyete

geçmesi planlanan Çekmeköy-Üsküdar Metro hattı Yamanevler Durağı, Canpark AVM direkt bağlantısı ve her iki köprüye 15'er dakikalık mesafesi ile misafirlerine en üst seviyede erişilebilirlik sunmakta ve ulaşım kolaylığı ile zaman tasarrufu sağlamaktadır. Yaşamın tüm renklerini içeren Canpark Alışveriş Merkezi'nin en önemli parçalarından birini oluş-





turan 250 oda 625 yatak kapasiteli Hilton Garden Inn Oteli, konaklama ve alışveriş keyfini bir arada sunan otel-alışveriş merkezi konsepti ile hayatın yeni kalbi olmaya hazırlanıyor. 2016 yılı içerisinde faaliyete geçmesi planlanan Hilton Inn Garden projesi ile bölgede çekim gücünü katlayacağı şimdiden belli.

1.600 araçlık otopark kapasitesi, Air Vale hizmeti, Anadolu yakasının tek Dolby Atmos Ses Sistemine sahip 12 VIP sinema salonu, dünyanın en kaliteli ismi olan AMF markalı 8 hat bowling salonu ve 2.000 m<sup>2</sup> çocuk oyun alanı seçenekleri ile çevresine değer katan prestijli bir buluşma ve sosyalleşme noktası olarak anılıyor.

40.000 m<sup>2</sup> kiralanabilir alanı, 130 mağazası ve geniş bir yelpaze sunan restoran seçenekleri ile Canpark, müşterilerine keyifli yaşam alanı fırsatları sunuyor.



## Proje



### MEKANİK TESİSAT PROJE BİLGİLERİ:

125.000 m<sup>2</sup> AVM kullanım alanı olan projede; ısıtma ve soğutması için bina geneli mekanik çevrimler 500 adet VRV iç ünite, 92 adet VRV dış ünite, 2 adet 1120 kW çelik kazan mevcuttur. 27 adet konfor klima santrali, 46 adet egzoz aspiratörü ve fan, otopark katlarında çift ve tek yönlü olmak üzere 61 adet jet-fan ve 10 adet axial fan kullanılmaktadır. 4 adet kullanma suyu hidroforu ile arıtma sistemiyle yumuşatılmış su bina geneline gönderilmekte olup fastfood alanları için ilave UV kullanılmaktadır.

Proje Bilgileri yazısı sahibi: **Mustafa KORKMAZ**, Birleşim Mühendislik Proje Müdürü



## ELEKTRİK TESİSAT PROJE BİLGİLERİ:

75.000 m<sup>2</sup> AVM, 52.000 m<sup>2</sup> otopark kullanım alanına sahip projede 2 adet 2.000 kVA ve 1 adet 2.500 kVA kuru tip trafo; 1 adet 1.900 kVA, 2 adet 1.430 kVA ve 2 adet 880 kVA generatör bulunmaktadır. Enerji altyapısı tüm kiralık mağazalara ve ortak alanlara %100 generatör enerjisi sağlayacak şekilde planlanmıştır.

Projenin çoğunluğunda LED aydınlatma ürünleri tercih edilmiş olup, KNX aydınlatma otomasyonu, yangın alarm sistemi, acil anons sistemi, otopark gaz algılama sistemi, IPCCTV sistemi, telefon-data (bakır ve fiber optik altyapılı) sistemi, IP SMATV sistemi, kartlı geçiş sistemi, otopark araç yönlendirme ve ödeme yönetim sistemi, uzaktan elektrik ve su sayacı okuma sistemi, enerji izleme sistemi, bekçi tur güvenlik sistemi ve interkom sistemi gibi can ve mal güvenliğini ve yaşam kalitesini artıran sistemler kullanılmıştır.

AVM`nin tüm dış cephesi renkli ışık oyunlarının yapılmasını sağlayacak DMX kontrollü LED armatür sistemi ile donatılmıştır.

Proje Bilgileri yazısı sahibi: **Erdem AVARBEK**, Erde Mühendislik Proje Müdürü



# XV. ULUSAL MİMARLIK SERGİSİ ve ÖDÜLLERİ, 2016

Türkiye'nin Mimarlık Ödüllerinde 15.Dönem, 30. Yıl!

TMMOB MİMARLAR ODASI

15. ULUSAL MİMARLIK SERGİSİ VE ÖDÜLLERİ 2016

1 NİSAN 2016  
16 MAYIS 2016  
13-21 MAYIS 2016

Son Katılım Tarihi  
Ödül Töreni, Akün Sahnesi, Ankara  
Sergi, Çağdaş Sanatlar Merkezi, Ankara

XV. ULUSAL MİMARLIK SERGİSİ VE ÖDÜLLERİ. 2016  
13-21 Mayıs 2016, Sergi ANKARA Çankaya Çağdaş Sanatlar Merkezi, Çankaya, ANKARA  
27 Mayıs-20 Haziran 2016, Sergi İSTANBUL Mimarlar Odası İstanbul BK Şubesi Sergi Salonu, Karaköy, İSTANBUL  
8-30 Kasım 2016, Sergi İZMİR Mimarlar Odası İzmir Mimarlık Merkezi, Alsancak, İZMİR

İlk kez 1988 yılında, Mimar Sinan'ın 400. ölüm yıldönümü anısına düzenlenmeye başlanan Ulusal Mimarlık Sergisi ve Ödülleri Programı bu sene 30 yaşında!

Mimarlar Odası tarafından iki yılda bir düzenlenen ve 1988 yılında Mimar Sinan'ın 400. ölüm yıldönümü anısına başlatılan, Türkiye'de mimarlık mesleğini ve kültürünü geliştirme hedefiyle gündem yaratan ilk kurumsal girişim Ulusal Mimarlık Sergisi ve Ödülleri Programı, 2016 yılında 15. dönemini, 30. yılını kutluyor!

Dönemin Seçici Kurulu Ercan Ağırbaş, Arman Akdoğan, Acar Avunduk, Pelin Derviş ve Cem Soruç'tan oluşuyor. Sergi, belirlenen program çerçevesinde yurt içi ve yurt dışında izleyicisi ile bir araya gelme imkânı bulacak.

Bugüne kadar gerçekleşen 14 dönemde, programa 2129 eser katıldı ve öncü nitelikleri nedeniyle 120 eser ve 44 kişi-kuruluş çeşitli dallarda ödüllendirildi.

Ulusal Mimarlık Sergisi ve Ödülleri, başarılı genç mimarların ortaya çıkmasına katkıda bulunduğu gibi, Türk mimarlarının uluslararası tanınırlığına da olanak sağlıyor. Türkiye mimarlığını uluslararası ortamda temsil etmeye önemli mimarlık ödülü programlarına aday gösterilecek mimar ve eserler, ödül alanlar ve/veya ödül adayları arasından seçiliyor. Ödül alan eserler, Ağa Han Mimarlık Ödülü, Mies van der Rohe Çağdaş Mimarlık Ödülleri gibi uluslararası ödül programlarında doğal ödül adayı oluyorlar. Böylelikle, yurt içinde ve yurt dışında Türkiye mimarlığını başarıyla temsil eden eser ve mimarların farklı platformlarda tanınırlığı amaçlanıyor. Mimarlık eserinin kamusalının artırılması, mimarın hak ve sorumluluklarının tanınması ve mesleki pratiğin ayrıntılarının yaygınlaşması süreçleri destekleniyor.

## YARIŞMADA YER ALAN DALLAR

### 1. MİMAR SİNAN BÜYÜK ÖDÜLÜ

### 2. BAŞARI ÖDÜLLERİ

- MİMARLIĞA KATKI DALI
- YAPI DALI
  - 1.Yapı
  - 2.Yapı/Koruma-Yaşatma
- PROJE DALI
  - 1.Proje
  - 2.Proje/Koruma-Yaşatma
- FİKİR SUNUMU DALI

### TAKVİM

#### 16 Mayıs 2016

Ödül Töreni, Akün Sahnesi, ANKARA

#### 13-21 Mayıs 2016

Çankaya Çağdaş Sanatlar Merkezi, Çankaya, ANKARA

#### 27 Mayıs-20 Haziran 2016

Mimarlar Odası İstanbul BK Şubesi Sergi Salonu, Karaköy, İST.

#### 8-30 Kasım 2016

Mimarlar Odası İzmir Mimarlık Merkezi, Alsancak, İZMİR



2014 YAPI DALI Ödülleri SANCAKLAR CAMİSİ,  
Büyükcemece-İstanbul, EMRE AROLAT



2014 PROJE DALI Ödülleri, ABDULLAH GÜL ÜNİVERSİTESİ MİMAR  
SİNAN KAMPUSU,  
Melikgazi-Kayseri, ALIŞAN ÇIRAKOĞLU, İLGİN AVCI



2014 FİKİR SUNUMU DALI Ödülü TOTEM, AHMET KORFALI



2014 YAPI DALI / Koruma - Yaşatma Ödülü, KONYA YAŞAM MERKEZİ,  
Selçuklu-Konya, MEHMET V. KÜTÜKÇÜOĞLU, H. ERTUĞ UÇAR

### İHRACAT PAZARLARINA YÖNELİK

# YILDIZ SAVAŞLARI

BAŞLIYOR

İstanbul Ticaret Odası Başkanı ( İTO ) Sn. İbrahim Çağlar iç piyasada yaşanan hareketliliği ve Türk reel sektörünü bizim için değerlendirdi.

#### Bizim zenginliğimiz girişimcimiz

Son yıllarda dünyada üretime dayanmayan, suni bir para artışıyla bol likidite dönemi yaşandı. Bu bir nevi ekonomileri sıcak para hastalığıyla karşı karşıya bıraktı.

Ancak 2015’le birlikte bu süreci geride bıraktık. Ülkelerin daha çok ticaret konuşmak zorunda olduğu, daha fazla yeni pazar arayışı içinde olacakları rekabeti yüksek ama dinamik bir yıldayız. Tabiri caizse ihrac pazarlarına yönelik yıldız savaşları başlıyor.

Dünyada düşen petrol ve emtia fiyatları ile artık hiç bir ülke benim doğal kaynağım var düşüncesine güvenemiyor. Bu yeni dengede “ürettiğiniz kadar güçlünüz.”

Türkiye bu açıdan şanslı. Çünkü biz hiç bir zaman petrolümüze, madenimize güvenmedik. Bizim zenginliğimiz girişimcimiz. Üstelik düşen emtia fiyatları bizim gibi bu değerleri ithal eden ülkeler için büyük bir fırsat.



İbrahim ÇAĞLAR

Türk reel sektörü böylesi rekabet süreçlerini hep lehine çevirmeyi başardı. Yeniden yakaladığımız siyasi istikrar ve küresel ekonomideki gelişmelerle birlikte 2015'e göre çok daha kararlı ve net bir yıldayız. Türkiye olarak risklerimizi de, fırsatlarımızı da görüyoruz.

## 2106 yılı Reformlar ve Yeni Pazarlar Yılı olacak

Biz 2016'nın mottosunu Reformlar ve Yeni Pazarlar Yılı olarak belirledik. Hükümetimiz vergi sisteminde, işçi işveren ilişkilerinde, finansmana ulaşımdan, üretimin arttırılmasına kadar pek çok konuda eylem planlarını açıkladı. Biz de reel sektör olarak bu kısır döngü meselelerin üzerine gidilecek olmasından memnuniyet duyuyoruz. Diğer taraftan tüm dünya ihracatında bir düşüş mevcut. Biz bu açığı yeni pazarlarla kapatılabilir peşindeyiz. Var olan iç talebimizi de göz önüne alınca 2016'daki % 4,5 bütüme hedefinin rahatlıkla tutturulacağına inanıyoruz.

## İstanbul'u küresel fuarcılık üssü haline getirmeyi hedefliyoruz.

2016 yılında hazırlıklarını yaptığımız 4 büyük proje için düğmeye bastık. Birincisi; İstanbul Dünya Ticaret Merkezi'nin 700 bin metrekarelik yeni fuar alanı kompleksi. Toplamda 500 milyon dolarlık büyük bir yatırım ile İstanbul'u küresel fuarcılık üssü haline getirmeyi hedefliyoruz.

İkinci büyük projemiz; TOBB-İTO Sirkeci projesi. Temelini bu yıl atmayı planlıyoruz. Tamamlandığında hem şehrimize, hem de ülkemize büyük değer katacak bu projeye tarihi yarımadaya önemli bir ticaret, kongre ve konaklama merkezi kazandıracağız. Üçüncü projemiz, Eminönü'nde kuracağımız Bilgiyi Ticarileştirme Merkezi. Girişimci fikirlerle iş dünyasını aynı çatı altında buluşturmayı hedefliyoruz.

Dördüncü önemli projemiz ise; Teknopark İstanbul'un 83 bin metrekarelik ikinci etabı. Sadece Türkiye'nin değil bölgemizin de en ileri teknoloji merkezlerinden birini inşa etmek için kolları sıvadık. Tamamlandığında ülke ekonomisine yıllık 10 milyar dolarlık katkı hedefliyoruz.

Ayrıca İstanbul Ticaret Odası olarak yeni pazar arayışlarına dönük çalışmalarımıza 2016'da hız verdik. Fuar takvimimiz oldukça yoğun.

Her biri sektörünün en önemli etkinliği haline gelmiş 25'e yakın fuara milli katılım organize edeceğiz. Yine potansiyeli yüksek 5 ülkede Türk Ürünleri Fuarı hazırlığı içindeyiz. İran pazarını da özel mercek altına aldık. Ayrıca inşaatta MIPIM, TV içerik sektöründe de MIPCOM olmak üzere dünyanın en prestijli fuarlarına dev katılım organizasyonları düzenliyoruz.

Türkiye'yi bu fuarlarda hiç olmadığı kadar geniş çapta temsil edeceğiz.





# ENTE GRE PROJE YÖNETİM FİRMASI PROJE KOORDİNATÖRÜ SN. MELİH ERAKMAN İLE SÖYLEŞİ

Sn.Melih Erakman ile inşaat sektörü, elektromekanik projeler ve Birleşim Grup hakkında keyifli bir söyleşi gerçekleştirdik.



**Firmanız hakkında bilgi verebilir misiniz?**

ENTEGRE Proje Yönetim firması 2003 yılında Kemal Okumuş tarafından kurulmuş olup, yatırımcı, geliştirici ve finansör kuruluşlara proje/inşaat yönetimi, tasarım yönetimi, maliyet yönetimi ve teknik değerlendirme-kredi izleme gibi danışmanlık hizmetleri veren, kadrosu sektörde uzun yıllar tecrübeli uzman mühendis ve mimarlardan oluşan bir firmadır.

Son 14 yılda, ENTEGRE, ülkemizin önemli AVM, konut, otel, ofis ve endüstriyel projelerini başarı ile tamamlamıştır. Toplam proje sayısı 140 olup, bu projelerin inşaat alanı 5.000.000 m<sup>2</sup>'ye ulaşmıştır. Mevcut durumda, ENTEGRE kadrosu 116 uzman mühendis ve mimardan oluşmaktadır.

**İnşaat ve gayrimenkul sektörü son yıllarda Türkiye ekonomisinde önemli yer tutmaktadır. 2016 yılında Türkiye'yi nasıl bir gelişme bekliyor sizce?**

İnşaat ve gayrimenkul sektörü, yapılan-yapılacak yatırım kararları ile iç ve dış dinamiklerin değişkenliği ile de birebir ilgilidir. 2016 yılında mevcut gelişme-

“

ENTEGRE, “Proje Yönetimi Hizmetleri” sunduğu projelerde, İşveren hedef ve beklentilerinin gerçekleşmesini sağlamak ve karşılaşılabilecek olası sorunları en optimum şekilde çözmek için gereken tüm çalışmalarını proaktif olarak yürütmeyi temel görevi ve sorumluluğu olarak benimsemektedir. Verdiğimiz hizmetleri özetlemek gerekirse, proje ve inşaat yönetimi yaptığımız projelerde, tüm tasarım, ihale ve inşaat aktivitelerinin koordinasyonunu ve yönetimini sağlıyoruz. Projenin her aşamasında detaylı olarak, tasarım ve uygulama iş programını ve inşaat faaliyet bütçesini hazırlayıp, düzenli olarak takip ediyoruz.

”





ler ışığında finans akışının sağlanması, yatırımların yurt içi ve dışında istenilen düzeyde yapılması için alt yapılarının sağlanması ve bu süreçlerin iyi yönetilmesi durumu, 2016 yılının taahhüt anlamındaki durumunu belirleyecektir.

## **Sizce inşaat sektörünü önümüzdeki 10 yıl içinde nasıl bir gelecek bekliyor?**

Mevcut gelişmeler ışığında finansman ve nakit akışı konusunda gelişme ve iyileştirmelerin olması halinde, sektörde önemli bir daralma yaşanmayacağı ön görmektedirim.

Taahhüt sektörünün son 10 yılda büyük şehirlerde konut-AVM kurgusu küçük illerde ise ağırlıklı olarak AVM kurgusu üzerine kurulmuş olması gerçeği vardı. Önümüzdeki süreçte de bunlardan farklı olarak tüm iller genelinde karma projelerin ortaya çıkarak büyük ölçekli (min. 300-400.000 m<sup>2</sup>) yatırımlara dönüşeceği ve yatırım boyutlarının bu şekli ile devam edeceğini düşünmekteyim.

Sektör ağırlıklı olarak konut üzerine kurulduğu için arz talep dengelerinin buna müsaade ettiği sürece

sıkıntı olmayacağını, fakat iç ve dış politik dengelelerin küçük ve büyük çaplı krizlere yol açması ile bu durumun ciddi anlamda reel krizler nedeni ile öngörülmemen daralma ve durmalar yaşatacağı kaçınılmaz gerçeğimizdir. Zamanı konusunda bir tahminde bulunmak zor olsa da her an gerçekleşme durumu bulunmaktadır.

Ayrıca geçmişte sadece metropollerde konut sektöründe söz sahibi olan firmaların Anadolu'ya göçü de başlamış olup artık hedef aldıkları şehirlerde iş yapmaya başlamışlardır. Bu da Türkiye geneline farklı bir açılım olarak sektörün işleyişinin önümüzdeki 10 yıl için durmayacağını ve arz talep dengeleri ölçüğünde bu süreci devam ettireceklerini görmekteyiz.

Ülke genelinde sanayi yatırımları, tüketilebilir enerji yatırımları ve diğer taahhüt yatırımlarının teşvik edilmesi, geliştirilmesi ve bu sürecin iyi yönetilerek doğru yatırımların hayata geçirilmesi gerekmektedir.

**Hizmet kapsamı geniş ve deneyimli bir firma olarak değerlendirdiğinizde, elektromekanik tesisat**

## **İşlerinin tek bir firma tarafından yüklenilmesinin avantajları nelerdir ?**

Elektrik ve mekanik işlerin geçmiş senelere göre iş m<sup>2</sup>'lerinin büyümesi nedeni, konut dışında sanayi ve diğer yatırım alanlarında bu sürecin artık elektromekanik kavramı içinde tek bir vücut olarak yönetilmesi talebi doğmuştur.

Gerek işleyiş gerekse elektrik ve mekanik anlamda projelerin birbiri ile öncül ve ardıl anlamda ilişkisi sebebi ile tek elden yönetilerek bu sorumluluğun tek bir firma üzerinden takip ediliyor olması özellikle uygulama aşamasında büyük bir avantaj sağlamaktadır. İhale aşamasında, bu işin ayrı ayrı ihale edilmesi yerine tek firmaya verilmesi kesinlikle bir "ucuzlama" avantajı sağlamış bu da yapılan ihalelerde görülmüştür. Yönetim aşamasında özellikle sahada tek bir işleyiş ile muhatap olunması ve elektromekanik işin birbirleri ile ilgili süreç yönetimi ve teknik yönetimi , görev ve sorumluluklar anlamında bu işin bir grup tarafından takip edilmesi, özellikle test devreye alma ve otomasyonel işlemlerinde işverenin işini fazlasıyla kolaylaştırmaktadır.

Ayrıca bu işin tek bir elden yapılması fikri ve uygulaması; bu işi yapabilecek yapıya sahip firmaların artarak "bu kültürün" yayılmasını ve konunun diğer firmalar tarafından "şirket gelişimi ve büyümesi " anlayışını ve algısını tetiklemekte ve geliştirmektedir.

## **Verdiğiniz elektromekanik hizmetler göz önünde bulundurulduğunda size göre Birleşim ve ERDE'in en belirgin özellikleri nedir?**

Proaktif ve işe odaklı olmaları. Küçük veya büyük her iş için aynı ciddiyet , samimiyet ve güveni vermeleri. Buradaki üç madde de bana göre şirket yönetimlerinde piramidin tabanına kadar yayılmış bir işleyişi ve algıyı yansıtmakta. Önemli olan şirketiniz için yazdığınız misyon ve vizyon hedeflerinizin uygulama aşamasında ne kadar gerçekçi ve doğru olduğudur. Bana göre BİRLEŞİM (BİRLEŞİM + ERDE) bu süreci bünyesinde gerek patronları gerekse çalışanları olarak doğru işleten ve süreci devam ettiren nadir firmalardan birisidir. Bu sebeple öncelikle Mesut ve İdris Beyler bu konuda tartışmaksızın bir alkış hak etmektedirler.

## **Birleşim ve ERDE' nin elektromekanik uyumunu nasıl buluyorsunuz?**

Süreç yeni olmasına rağmen piyasa nezdinde alınan

elektromekanik işler bu uyumun olduğunu olacağına işaret etmektedir.

Taahhüt işi olarak benzer gibi gözükse de yapılan iş ve işleyiş olarak birbirinden farklı konulara dayanan bu iki firmanın birleşme anından itibaren uyumu sıkıntı göstermemiştir.

Firmanın kurmaylarının da bu konuda birbirleri ile olan ilişkilerini patronların hedefleri doğrultusunda yönetmeleri her iki grubun da geçmişten gelen kurum kültürlerinin kalitesi bu süreci hem kendi içlerinde hem de ortak olarak yaptıkları işlerde kolaylaştırdı ve müşteri memnuniyetini sağlamış oldu.

## **Melih Bey, Birleşim Grup ve okurlarımız adına verdiğiniz bilgiler için teşekkür ederiz.**

Bu keyifli röportaj için ve özellikle Birleşim Dergi'ye beni konuk ettiğiniz için ayrıca çok teşekkür ederim.

Röportaj: Gökçe AŞKIN



Melih ERAKMAN

# VERGİ HUKUKUNDA ZAMANAŞIMI



Vergi Usul Kanunu'nda yer alan bazı maddelere göre 5 yıl içerisinde mükellefe tarh ve tebliğ edilmeyen vergiler zamanaşımına uğrar. Ancak bu konuda dikkatli davranmakta yarar var!

**Z**amanaşımı nın kelime anlamı; bir işin veya uygulamanın üzerinden belirli bir zaman geçerek onun geçersiz hale gelmesidir. Vergi hukukunda zamanaşımı, tarh zamanaşımı ve tahsil zamanaşımı olarak ikiye ayrılmaktadır.

"Tarh" kelimesi vergi mükelleflerine yabancı gelmekte olduğundan burada anlaşılabilir olması için anlamını izah etmekte fayda görüyorum. "Tarh"; vergi alacağıının kanunda bulunan matrah üzerine, yine kanunla belirlenen oranlar uygulanarak vergi miktarının hesaplanmasıdır.

Zamanaşımı, 6183 sayılı Amme Alacaklarının Tahsil Usulü Hakkındaki Kanunun 102, 103 ve 104. Maddeleri ile Vergi Usul Kanunu'nun 114 maddesi ile düzenlenmiştir. Buna göre 5 yıl içerisinde mükel-



K:2013/1542) vergi idaresinin bu uygulamadan vazgeçmediğini görmekteyiz.

Tahsilatta zamanaşımı; verginin kesinleştiği yılı izleyen yılbaşından itibaren 5 yıl içerisinde tahsil edilemeyen vergilerin zamanaşımına uğrayacağı kanunda belirtilmesine rağmen, vergi idaresi bu yönde de süre uzatıcı mekanizmasını kullanmaktadır. 6183 sayılı kanunun 103. maddesinin ilk bendi; ödeme yapılması tahsilde zamanaşımını keser denmektedir.

Zamanaşımının kesildiği hallerden biri de ödeme emrinin tebliğidir, vergi alacağıın tebliğine imkân bulunmadığı hallerde maliye zamanaşımının son gününde mükellef adına kendi cebinden 1 TL tahsilatla 5 yıl daha kazanmaktadır.

Yargının, bu yöntemle tahsilde zamanaşımının 5 yıl yeniden uzamayacağı yönünde kararı olmasına rağmen vergi idaresinin bu uygulamaya da zaman zaman devam ettiğini görmekteyiz.

Dolayısıyla, vergi idaresinde gerek borçlar gerekse her türlü belgeler hiçbir zaman zamanaşımına uğratılmamakta, vergilendirmeye yönelik 5 yıl öncısından hiçbir sorumluluğun kalmadığını düşünmemek gerekiyor.

Neticede vergi, her vatandaşın vatanına olan borcudur. Vatandaşların vergi borçlarını zorunluluktan değil de gönülden ödemelerini teşvik etmek amacı ile vergi dairelerinin bina veya kapılarının üzerinde Atatürk'ün şu sözü yer alır "Vergilendirilmiş Kazanç Kutsaldır" (zamanaşımına uğramadan ödenmiş ise).

lefe tarh ve tebliğ edilmeyen vergiler zamanaşımına uğrar. Ancak vergi idaresi, verginin zamanaşımına uğramaması için kanundaki bazı maddelerden faydalanarak sürenin uzamasını sağlar.

Örneğin, 2016 yılında olduğumuza göre 2010 yılı ile ilgili herhangi bir inceleme ile vergi tarhiyatına maruz kalmayacağınızı düşünüyorsanız yanılıyor olabilirsiniz. Çünkü zamanaşımı süresi içinde bitirilmeyen incelemeler, bu sürenin son günü de olsa (31.12.2015) takdir komisyonuna sevk etmek sureti ile zamanaşımı süresini bir yıl daha uzatır.

Yargı, bu yönde yapılan vergi tarhiyatlarının hukuka aykırı olduğu yönünde kararı olmasına rağmen (İstanbul 2.Vergi Mah. 26.06.2013 E:2012/3305



**Fahri KÖSE**

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

# VERGİ USUL KANUNU'NA GÖRE CEZA KESİLMESİNİ GEREKTİREN ÖZEL USULSÜZLÜKLER



**2**13 sayılı Vergi Usul Kanunu (VUK)'nun "Vergi Cezaları" başlıklı kısmında, 344 ve devamı maddelerinde yer alan düzenlemelerden önemli bir tanesi de "Özel Usulsüzlük" halleri ve bunların ihlali sebebiyle kesilen "Özel Usulsüzlük Cezalarıdır" .

Vergi Usul Kanunu'nda yer alan tarife göre "usulsüzlük"; "vergi kanunlarının şekle ve usule mütaallik hükümlerine riayet edilmemesidir." Kanunda "usulsüzlük" ve "özel usulsüzlük" ayrımı yapılmış olup özel usulsüzlük cezaları da uygulamada vergi mükelleflerinin en sık karşılaştıkları vergi cezalarındandır. Kanunda yer alan tariftten de anlaşılacağı

üzere usulsüzlük halleri ve usulsüzlük cezalarının konusu şekle ve usule riayet edilmemesidir.

Ceza kesilmesinde sebep, usule, şekle aykırı işlem yapmak ya da belirlenmiş usule, şekle göre yapılması lazım gelen işlemin hiç yapılmamasıdır.

Şekli bir ihlal ve buna bağlı müeyyide söz konusudur. 01.01.2016 tarihinden itibaren geçerli olmak üzere 2016 yılında uygulanacak usulsüzlük ve özel usulsüzlük ceza tutarları ile Vergi Usul Kanunu'na göre uygulanacak had ve miktarlar 2016/3 sayılı sirküler ile belirlenmiştir.

Kanunda yer alan;

- Verilmesi ve alınması icabeden fatura, gider pusulası, müstahsil makbuzu ile serbest meslek makbuzlarının verilmemesi, alınmaması veya düzenlenen bu belgelerde gerçek meblağdan farklı meblağlara yer verilmesi,
- Perakende satış fişi, ödeme kaydedici cihazla verilen fiş, giriş ve yolcu taşıma bileti, sevk irsaliyesi, taşıma irsaliyesi, yolcu listesi, günlük müşteri listesi ile Maliye Bakanlığı'nca düzenlenme zorunluluğu getirilen belgelerin; düzenlenmemesi, kullanılmaması, bulundurulmaması, düzenlenen belgelerin aslı ile örneğinde farklı meblağlara yer verilmesi veya gerçeğe aykırı olarak düzenlenmesi,
- Günlük kasa defteri, günlük perakende satış ve hasılat defteri ile Maliye Bakanlığı'nca tutulma ve günü gününe kayıt edilme mecburiyeti getirilen defterlerin; işyerinde bulundurulmaması, bu defterlere yazılması gereken işlemlerin günü gününe deftere kayıt edilmemesi veya yoklama ve incelemeye yetkili olanlara istendiğinde ibraz edilmemesi, levha bulundurma veya asma zorunluluğu bulunan mükelleflerin bu zorunluluğa uymamaları,
- VUK'ta belirlenen muhasebe standartlarına, tek düzen hesap planına ve mali tablolara ilişkin usul ve esaslar ile muhasebeye yönelik bilgisayar programlarının üretilmesine ve kullanılmasına ilişkin kural ve standartlara uyulmaması,
- Matbaa işletmecilerinin belge basımı ile ilgili bildirim görevini tamamen veya kısmen yerine getirmemesi,
- Maliye Bakanlığı'nın özel işaretli görevlisinin ikazına rağmen durulmaması,
- Mali İdare'ye karşı bilgi ve ibraz ödevinin yerine getirilmesiyle ilgili olarak yapılacak tebliğlerde bilginin verilmesi için tayin olunan sürede cevap verilmemesi, eksik veya yanıltıcı bilgi verilmesi veya defter ve belge ibrazı için tayin olunan süre ile defter ve belgelerin süresinde ibraz edilmemesi,
- Tahsilat ve ödemelerini banka, benzeri finans kurumları veya posta idarelerince düzenlenen belgelerle tevsik etme zorunluluğu bulunanların buna riayet etmemesi,

- Elektronik ortamda beyanname verilmesi mecburiyetine uyulmaması

gibi haller VUK kapsamında özel usulsüzlük olarak kabul edilmekte ve bu hallerin tespit edilmesinde özel usulsüzlük cezası kesilmektedir. Ayrıca tespit edilen usulsüzlükler sonucunda vergi ziyanının da meydana geldiği tespit edilirse bu ziyanı gerektirdiği vergi cezaları ayrıca kesilmektedir.



Dolayısıyla işin esasına, içeriğine bakılmaksızın sadece kanunda yer alan şekle ve usule riayet edilmemesi sebebiyle bu cezaların kesilmesi ve çoğu zaman da şekle ve usule riayet edilmediği tespit edilen her işleme ayrı ceza kesilebilmesi söz konusu olması nedeniyle mükelleflerin yüksek meblağlı cezalarla karşı karşıya kalmaları mümkün olmaktadır.

Kesilen özel usulsüzlük cezalarına karşı yasal yollara başvurularak iptali dava konusu edilebileceği gibi tarhiyat öncesi uzlaşmaya da konu olabilirler.

Ayrıca dava yoluna başvurulmayarak VUK 376. Madde hükmü uyarınca, belirtilen şartlara uyulması halinde indirim uygulanması hakkından faydalanmak da mümkündür.



**Av. Aytaç KARAÖĞLU**  
Birleşim Grup Hukuk Müşaviri



# KENTSEL DÖNÜŞÜM KAPSAMINDA ŞEREFİYE UYGULAMASI

Kentsel dönüşüm kapsamında neden kat maliklerinin bir kısmı mevcut durumlarına göre daha kötü, bir kısmı ise daha iyi şerefiyeye sahip daire elde etmektedirler?

**K**entsel yenileme/dönüşüm kapsamında, arsa malikleri yeni dairelerinin de aynı şerefiye kriterlerine uygun biçimde (m<sup>2</sup>, kat, yön, görüş açıklığı vb.) yenilenmesi halinde sorunsuz dönüşüm mümkün olmaktadır. Ancak böyle bir durum genellikle mümkün olmamaktadır. Bunun nedeni, genellikle güncel imar mevzuatına bağlı yapılanma koşulları ve elde edilen emsal artışıyla daha yüksek katlı projelerin uygulama gerekliliği olmaktadır. Bağlı olarak, kat malikleri-





nin bir kısmı mevcut durumlarına göre daha kötü, bir kısmı ise daha iyi şerefiyeye sahip daire elde etmektedirler.

Uygulamada sıkça karşılaşılan husus, arsa paylarının mevcut durumla uyumsuzluğu olmaktadır. Maliklerin anlaşamaması halinde arsa payı düzeltme davaları gündeme gelebilmekte, bu da sürecin uzamasına neden olmaktadır.

Arsa payının uyumsuzluğu şerefiye çalışması ile belirlenebilir. Ancak bu çalışma, bir gayrimenkul değerlendirme çalışması değildir. Gayrimenkul değerlendirme çalışması ile yasal durum tespitleri yapılabilir. Toplam yapı değerine göre bağımsız bölümlerin değer paylaşım oranları ikinci bir çalışmayı gerektirir. Bu çalışmanın da konusunda yetkin kişiler tarafından yapılması gerekir.

## 1. Arsa Payları Esas Alınarak Şerefiye Çalışması

Arsa payı, bugün dahi yapı ömrü dikkate alınarak kabaca belirlenmektedir. Uygulayıcıların tamamına yakını şerefiye konusunda yeterli bilgi ve uygulama yeterliliğine sahip değildir. Arsa payı ya proje ofisinde ya da kat irtifakı tesis eden kişiler tarafından belirlenmektedir. Ancak her iki uygulama grubu da belirlemeyi gerçek bir şerefiye çalışması ile yapmamaktadır. Genellikle de yapımcının kabaca kabul ettiği değerler ve m<sup>2</sup>'ler üzerinden sonuca ulaşılmaktadır. Bu da yapı ekonomik ömrünü doldurduğunda bugünkü uygulamalar aşamasına geldiğinde sıkıntı yaratmaktadır.

Yapılan şerefiye çalışması ile arsa paylarının uygunluğunun belirlenmesi veya doğrudan uygun olduğu hususunda mutabakat sağlanması halinde, arsa paylarına göre % oranlar belirlenir.

Yeni yapı için şerefiye çalışması yapılarak kat maliklerinin arsa payları için belirlenen bağımsız bölümlerin toplam değeri bulunur. Bu değere arsa payı oranları uygulanarak kat maliklerinin arsa

payı karşılıkları bulunur. Kat maliklerinin dairelerinin belirlenmesinden sonra yeni daire değeri ile arsa payı karşılığı değer arasındaki farklar hususunda mahsuplaşılır.

Yeni dairelerin değerlerinin günün koşullarında oldukça yükselmesi nedeniyle bu mahsuplaşmada sıkıntılar yaşanabilir. Bu durumda, faiz indirimli kentsel yenileme kredisi gündeme gelebileceği gibi, emsal artışından kaynaklanan daire değerleri veya toplam proje değerinin bir kısmı şerefiye fark paylaşımı amacıyla ayrılarak hesaplama yapılabilir.

## 2. Arsa Payı Düzelterek Değerleme

Bu durumda, öncelikle gayrimenkulün, yapılacak bir çalışma ile yasal durumunun tespiti gerekir. Kat maliklerinin kullandıkları bağımsız bölümlerle kat irtifaklı projelerindeki (yasal) bağımsız bölümlerin farklı olduğu sıkça rastlanan bir durumdur. Karşılıklı kapıları olan 2 dairenin yasal duruma göre yer değiştirmesi gerekebilir. Bu düzeltme trampa yoluyla gerçekleşmektedir.

Diğer karşılaşılan durum ise yasal duruma göre projede yapılan revizyonlardır. Bu revizyonlar ilgili bağımsız bölümün değerini artıracak olmakla birlikte yasal olarak böyle bir değer yoktur. Bu gibi değişiklikleri bilmeyen kat malikleri mevcut duruma göre bir paylaşım rıza gösterebilir. Bunun için yapılacak bir gayrimenkul değerlendirme çalışmasıyla mevcut durum ve toplam proje değerinin tespiti uygun olacaktır.

Toplam proje değerine göre de yasal m<sup>2</sup>'ler dikkate alınarak yapılacak bir şerefiye çalışması ile bağımsız bölümlerin toplam değerdeki pay oranları belirlenir.

Bu oranlar hususunda kat maliklerince mutabakat sağlanması halinde yeni proje şerefiye çalışması ile paylaşım aşamasına geçilebilir.

Aksi halde bazı kat maliklerince arsa payı düzeltme davası açılarak süreç uzayabilir.

Arsa payı mutabakatı sağlanması halinde de birinci maddede belirtildiği üzere paylaşım süreci işletilir. Sonuç olarak, kentsel dönüşümde gerek yapımcının gerekse arsa sahiplerinin hakkaniyet ölçüleri içerisindeki uzlaştırılmaları ancak sağlıklı bir şerefiye çalışması ile mümkün olabilmektedir.



**Belgin BİLGİÇ**

Y.Mimar

SPK Lisanslı Gayrimenkul  
Değerleme Uzmanı

# Röportaj





# ŞAHİKA ERCÜMEN

Küçük İmkânlarla Büyük İşler Başaran Kadın

Röportaj: Serkan OCAK  
Hürriyet Seyahat - Yayın Yönetmeni

42.-43.-44.-45. sayfadaki  
fotoğraflar: Tahsin CEYLAN

**O**, tek nefesle su altında en fazla derine ineabilen bir dünya rekortmeni. Çocukken yaşadığı astım rahatsızlığı hayatını değiştirdi. Nefessiz kalmayı çok iyi biliyordu ve nefesini bu kez su altında tuttu. Bir daha da bırakmadı. Gittikçe daha derinlere indi. Şimdiden 6 dünya rekorunun sahibi. Şahika Ercümen, Türkiye’de belki de azmin elinden hiç bir şeyin kurtulamayacağını gösteren en iyi örneklerden biri. Yıllardır süren dostluğumuz sırasında zorlukların üstesinden nasıl geldiğine bizzat tanık oldum. Küçük imkânlarla büyük işler başardı. Yoğun antrenman temposuna rağmen başarılı sporcuya Filipinler’den dönüşünde ulaştık. Birleşim Grup’u kırmadı. Hayatını, rekorlarını ve gelecek hedeflerini Birleşim Dergi okurları için anlattı...

# 6 Dünya Rekorunun Sahibi





**Kısa sürede çok önemli başarılar elde ettiniz. Bunu nasıl başardınız? Nasıl motive oldunuz?**

Çocukluğumda astım hastasıydım ve nefes alamamanın ne demek olduğunu çok iyi biliyorum. Bu spora başladıktan çok kısa bir süre sonra milli takıma seçildim. Diğer arkadaşlarımla 2 katı çalıştım ve her şeyden önemlisi çok inandım ve istedim.

**Branşınız aslında Türkiye’de çok da fazla tanınan, bilinen bir dal değildi. Ancak sizinle birlikte bu spora ilgi de başladı. Bununla ilgili neler söylersiniz?**

Yaptığım sporun çok bilinmemesi dezavantaj fakat aynı zamanda bilinmeyen merak uyandırıyor. Bir kadının tek nefes ile 100 metreye inip çıkması ilgi çekiyor. Sosyal medya kanallarını aktif kullanarak daha büyük kitleler ile sualtı dünyasını paylaşmaya çalışıyoruz.

**Sınırlarınızı çok zorladığınızı düşünüyor musunuz? Kaş’ta başarısız bir denemeniz oldu. Sudan baygın çıktığınızda herkesin yüreği ağzına geldi...**

Kaş’ta 91 metre ile bana ait olan dünya rekorunu, Çanakkale Deniz Zaferi’mizin 100. Yılı’nda 100 metre ile kırmayı hedefledik. Antrenmanlarda 108 metreye kadar defalarca indik fakat o gün son metrelerde baygınlık yaşadım. Rekor denemesinden çok kısa süre önce İtalya’da Dünya Şampiyonası’nda yoğun bir tempoda yarışmıştım ve vücudum çok yorulmuştu. Bunun etkisi olabilir fakat limitlerimde bir dalış değildi. Farklı bir deneyim ve tecrübe oldu diyelim.

**Başka kategorilerde de denemeler yapacak mısınız?**

Tüm derinlik kategorilerinde Türkiye rekorları bana ait. 2 farklı kategoride de dünya rekorumuz 2 yıldır hâlâ kırılmadı. İlk hedefim 91 metre ile ‘paletsiz değişken ağırlık’ kategorisinde bana ait olan dünya rekorunu geliştirmek. Sonrasında diğer kategorileri de deneyebilirim...

**Erkeklerde de kadınlarda da en derin rekor sizde... Bir yerde bırakacak mısınız, çünkü bir sonu yok gibi?**

Şimdilik bırakmayı düşünmüyorum.

# Dünya Rekorları

- **2014 ANTALYA/KAŞ**  
Paletsiz ip destekli serbest dalış kategorisinde 72 metre
- **2014 ANTALYA/KAŞ**  
Değişken ağırlıklı, tüpsüz ip destekli dalışta 91 metre
- **2013 VAN GÖLÜ/VAN/TÜRKİYE**  
Paletsiz değişken ağırlık 61 metre
- **2011 WEISSENSEE/AVUSTURYA**  
Guinness Dünya Rekorları buz altı yatay dalış 110 metre
- **2011 ŞARM EL-ŞEYH/DAHAB/MISIR**  
Sabit ağırlık 70 metre
- **2011 ŞARM EL-ŞEYH/DAHAB/MISIR**  
Paletsiz değişken ağırlık 60 metre

**Aslında lisans eğitiminiz farklı. Bir gün derinleri bırakıp diyetisyenliğe devam edecek misiniz?**

Diyetisyenliği şu anda da yapıyorum. Sporu bırakmamı gerektirmeyen, tam tersine spor ile paralel yürütebildiğim bir meslek diyetisyenlik. Nestle Pure Life ile 'Obeziteye Karşı Hareket Zamanı' projesini ülke genelinde yürütüyoruz. Farklı illerde sağlıklı beslenme seminerleri veriyoruz. Hayatım boyunca tek bir iş yapmak beni tatmin etmeyecek. Şu anda hem profesyonel olarak dalış yapıyorum, dalış eğitimi veriyorum, hem diyetisyenim. Hem belgesel sunuyorum hem de başarı motivasyon seminerleri veriyorum. Tempoyu biraz yavaşlatabilirim ama asla tek bir iş ile sınırlı kalmam. Çünkü üretebildiğince besleniyorum.

**Çok fazla sosyal sorumluluk projelerinin içinde de yer alıyorsunuz. En son neler yaptınız? Bunların size ya da ortak proje yaptığınız kuruma katkıları neler oluyor?**

Eski bir astım hastası olarak, başka yaşamlara dokunabildikçe ve görmek istediğim değişimin bir parçası olabildikçe yaşadığımı hissediyorum. Sosyal sorumluluk projeleri benim için çok değerli. Her rekor denemesini bir sosyal sorumluluk projesi ile birleştiriyoruz. Bunların başında nesli tehlike altında olan canlı türlerinin korunması, denizlerin temizliği ve eğitim gibi konular geliyor.

**Pek çok sporcu sponsorsuzluktan şikâyetçi. Sizin sponsor sıkıntınız oldu mu?**

İlk dünya rekoru denemem sırasında başta sponsor bulamamıştık ve bir yarışma programına katılıp kazanarak antrenman kamplarımı finanse ettim. Fakat şimdiye kadar pek çok değerli, spora önem veren markadan destek gördüm. Sponsorluklar her yıl yenileniyor, dilerim bu sene de destek devam eder.

**Sıradaki hedefleriniz neler, 2016 ajandanızda neler var?**

2016 çok yoğun bir sezon. Hem dünya rekoru denemesi yapacağız hem de Türkiye'de yapılacak dalış dünya şampiyonasına katılacağız. Dolayısı ile tüm yıl antrenman ve kamplarla geçecek.100 metreden derine dalarak ülkemizin adını yeni bir dünya rekoruna yazdırmak istiyorum...

**Bu yoğun temponuzda bize vakit ayırdığınız için çok teşekkür ederiz.**

Asıl ben teşekkür ederim.



Şahika ERCÜMEN  
Serkan OCAK ile birlikte

46.-47. sayfadaki fotoğraflar:  
Emre YUNUSOĞLU

# YAKIN TARİHİMİZDE İZ BIRAKAN GEMİLER

Mustafa Kemal Paşa'yı kurtuluş mücadelesine taşıyan Samsun Vapuru ya da Çanakkale Deniz Savaşları'nın kaderini değiştiren Nusret Mayın Gemisi yakın tarihimize isimlerini kalıcı bir şekilde yazdırmışlardır. Ama denizcilik tarihinde daha nice gemi vardır ki yıldızlarının parladığı o anlarda oynadıkları mühim roller şimdilerde unutulup gitmiş, isimleri bile hatırlanmaz olmuştur. Biz de bu sayımızda denizcilik tarihinin pek bilinmeyen ilginç hikâyelerini sizler için derledik.

## ALEMDAR RÖMORKÖRÜ

Milli mücadeleye katkı vermiş sayısız kahramandan biridir Alemdar Römorkörü. Ankara Hükümeti'nin elinde herhangi bir deniz gücü yokken imdada yetişen bu gemi, Kurtuluş Savaşı sırasında kelimenin tam anlamıyla boyundan büyük işler becermişti. O günlerde Sovyetler Birliği'nden gelen silah yardımları Karadeniz limanlarına küçük takalarla taşınıyordu. 1921 yılında savaş şiddetlenmiş, cephaneye ihtiyacı iyice artmıştı. Bu nedenle de silahların daha büyük gemilerle taşınması gerektiği fikri hâsıl olmuştu. Ankara Hükümeti ise böy-

le bir gemiyi satın alacak maddi kaynaktan yoksundu. Akıllara son çare olarak işgal altındaki İstanbul'dan bir geminin kaçırılması fikri geldi. Plana göre Alemdar Römor-

körü 25 Şubat 1921 gecesine önce Boğaz'a girecek oradan da Karadenize açılacaktı. Deniz Yüzbaşı Adil Bey ve Kaptan İsmail Bey gemiyi işgal İstanbul'undan çıkar-



Alemdar Römorkörü



tıp Mustafa Kemal Paşa'nın emrine vermeye gönüllü oldular. Plan ilk başlarda sorunsuz işledi. Alemdar gece karanlığından da yararlanarak yavaşça Boğaz'dan süzüldü. Kontrol noktasından geçmesinense Türk yetkililer göz yumdu. Ama Alemdar'ın ortadan kaybolduğunun fark edilmesiyle bir Fransız hücumbotu Karadeniz'e açılıp "kaçığı" aramaya koyuldu. Fransız gemisinin teknik üstünlüğü nedeniyle Alemdar Römorkör'ünü yakalaması fazla uzun sürmedi. Alemdar, Karadeniz açıklarında toplarla donatılmış Fransız hücumbotuna esir düştü ve dümenini gerisin geri İstanbul'a çevirmek zorunda kaldı.

Ama Deniz Yüzbaşı Adil Bey ile Kaptan İsmail Bey'in son bir planı daha vardı. Alemdar'a çıkmış Fransız ve Senegalli askerler Ereğli önlerinde mürettebat tarafından etkisiz hale getirildi ve dümen tekrardan ters istikamete kırıldı. Fransız hücumbotu bu duruma hemen ateş ile karşılık verdi. Alemdar'ın yara almadan bu cendereden çıkması pek mümkün değildi. Ama tam o esnada beklenmedik bir olay gerçekleşti. Ereğli ahalisi olan biteni fark ederek Alemdar'ın yardımına koştu. Sahilden Fransız hücumbotuna doğru yoğun bir ateş başlamıştı. O kargaşadan

yararlanan Alemdar kendini güvenli bir limana atmayı başardı. Ve Kurtuluş Savaşı boyunca Karadeniz'in karşı kıyısından tonlarca mühimmatı alıp Ankara Hükümeti'nin emrindeki bağımsızlık ordusuna ulaştırdı. Savaşın sonra İstanbul Boğazı'nda hizmet veren Alemdar Römorkörü, İstanbul halkının minnettar bakışları eşliğinde epey bir süre daha seferlerine devam etti.

## MESUDIYE ZIRHLISI



Mesudiye Zırhlısı

Kırım Savaşı münasebetiyle İstanbul'a gelen İngiliz ve Fransız savaş gemileri Boğaz sularında arzı endam etmişlerdi. İşte o günlerde anlaşılmıştı Osmanlı donanmasının teknolojik olarak geri kaldığı. Sultan Abdülaziz'in emriyle Osmanlı'nın ilk modern savaş gemisi olacak zırhlı, İngiltere'ye sipariş

edildi. 1872 yılında kızağa oturtulan gemi 1874'te denize indirilip Osmanlı Devleti'ne teslim edildi.

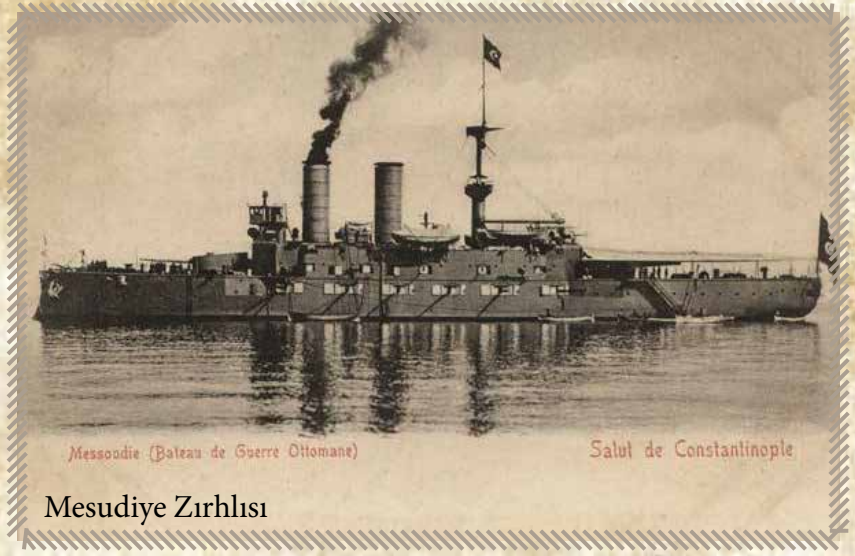
Dünyanın en modern savaş gemilerinden biri olan Mesudiye Zırhlısı böylece İstanbul önlerine geldi. Hem Osmanlı Devleti'ne hem de İstanbul halkına güven vermişti Mesudiye. Geminin ilk önemli

# Tarih

görevi tarihin garip bir cilvesi olarak Sultan Abdülaziz'in hal'edilmesi vakasıydı. Donanma Dolmabahçe Sarayının önüne gelip, namlularını Abdülaziz'in saltanatına çevirdi. Böylece Abdülaziz tahttan indirilmiş 1.Meşrutiyet olarak bilinen tarihsel sürecinin önü açılmıştı.

II. Abdülhamit döneminde ise donanmanın bu tehditvari tutumu hiç unutulmamış ve birçok gemi yıllar boyunca Haliç'te kaderine terk edilmişti. Mesudiye Zırhlısı zaman içinde teknolojinin hızla ilerlemesinin de etkisiyle eski gücünü yitirmiş, bakımsız bir gemi olup çıkmıştı. Ama 20.yüzyılın başında tekrar hatırlanmış, İtalya'ya yenilenmeye gönderilmişti.

Motoru ve silah donanımı güçlendirilmiş bir halde geri dönen Mesudiye yaklaşan 1.Dünya Savaşı için artık hazır sayılırdı. Düşman saldırısının beklendiği o en kritik günlerde Mesudiye'nin görev yeri doğal olarak Çanakkale Boğazı olarak belirlenmişti. 13 Aralık 1914 günü Çanakkale Boğazı sakin görünüyordu. Ve Mesudiye Zırhlısı'nın tüm mürettebatı her zaman olduğu gibi 12:00'da dağıtımını başlayacak öğlen yemeği için geminin alt kısmındaki yemekhaneye inmişti. Saat tam 11:58'i gösterdiğinde gemide



büyük bir patlama oldu. Mesudiye bir düşman denizaltısı tarafından torpillenmişti. Geminin yemekhane bölümünde can pazarı yaşanıyordu. Mesudiye'nin sulara gömülmesi fazla uzun sürmedi. Ama gemi yüzeye çok yakın mesafedeydi. Hatta subay salonu kısmi olarak su üstünde kalmıştı.

Yüzeyden demir çubuklarla geminin zırhına vurulduğunda içerden benzer sesler geliyordu. Bu durum bazı personelin hâlâ hayatta kaldığını gösteriyordu. Hemen İstanbul'dan güçlü kesici aletler istendi. Ama bu aletler 13 saat sonra ulaşabilmişti olay yerine. Çalışmalar sonucunda üç subay kurtarılmış, ama 35 denizcimiz için geç kalmıştı...

Tüm bu yaşananlara rağmen Mesudiye'nin öyküsü bura-

da bitmedi. Geminin topları batıktan sökülüp Çanakkale Boğazı'ndaki savunma bataryalarına yerleştirildi. Mesudiye adı verilen bu bataryadan ateşlenen toplar, 18 Mart 1915 Deniz Zaferi'nin kazanılmasında oldukça önemli bir rol oynadı.





Missouri Zırhlısı

## MISSOURİ ZIRHLISI

1946 yılında Türkiye'nin Washington Büyükelçisi Mehmet Münir Erteğün görevi başındayken hayatını kaybetti. ABD Başkanı Truman ise Türkiye Cumhuriyeti'ne jest yapmak için cenazeyi ABD'nin ünlü gemisi Missouri Zırhlısı ile İstanbul'a gönderdi.

İstanbul, Missouri'yi karşılamak için günler öncesinden hazırlanmaya başlamıştı. Dolmabahçe Camisi'ne "Welcome" mahyası asılmış, Kız Kulesi de bu karşılama için özel olarak hazırlanmıştı. Şehrin duvarlarına badana boya yapılmış, yollar temizlenmiş, bütün esnaf vitrinlerini ABD'li askerlerin ilgisini çekebilecek ürünlerle doldurmuştu. Sinema salonları misafir askerler için günler öncesinden ayrılmış, PTT

Missouri için özel pul bastırılmıştı. O günlerin gazeteleriyse okuyucularına şöyle öğüt veriyordu: "Eğer tramvaya binerken ABD'li konuklarımızla karşılaşırsanız onlara öncelik vermeyi unutmayın."

5 Nisan 1946 günü halk Florya'dan Beşiktaş'a kadar tüm kıyı şeridini doldurup Missouri Zırhlısı'nı karşılamıştı. Geminin taşıdığı cenaze resmi törenler eşliğinde karaya nakledildi. Ve ABD askerlerinin dört gün sürecek İstanbul macerası da böylece başlamış oldu. Öğlenleri Kapalıçarşı'da akşamları da Beyoğlu'nda tam bir curcuna yaşanıyordu. İstanbul halkı da vapurlarla 5 kuruşa Missouri'ye taşınıp gemiyi do-laşmaya başlamıştı. 2. Dünya Savaşı'nı bitiren antlaşmanın imzalandığı ve bir Japon ka-

mikazesinin çarptığı bu güverteye ayak basabilmek için İstanbullular kıyıda upuzun kuyruklar oluşturmuşlardı.

Missouri Zırhlısı birkaç gün sonra yine şaşaalı bir şekilde İstanbul'dan ayrıldı. Peki, neydi bu olan biten? Dünya yeni bir savaşın eşiğindedeydi.



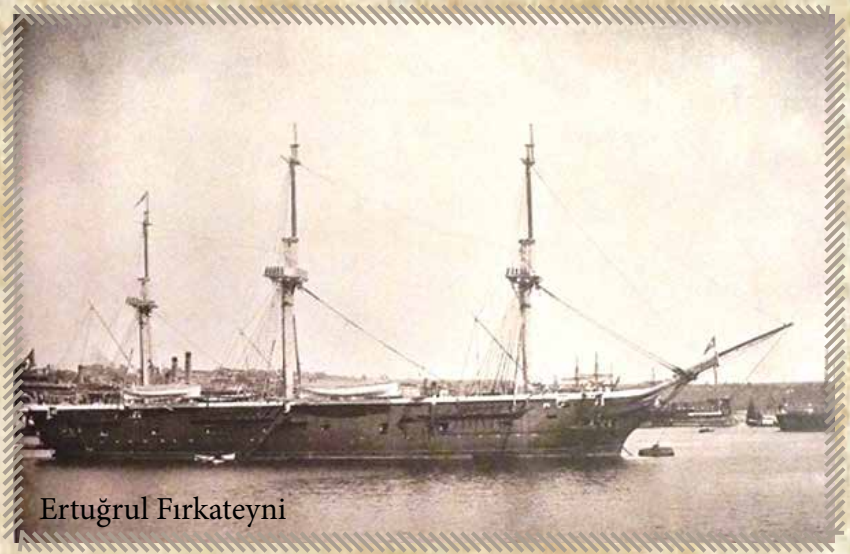
Soğuk Savaş olarak adlandırılacak bu süreç tam da Missouri Zırhlısı'nın İstanbul'a geldiği günlerde başlamaktaydı. Ve Türkiye Cumhuriyeti de yeni oluşan kamplaşmada hangi tarafın yanında olacağını seçmişti. Missouri Zırhlısının İstanbul ziyareti bunun ilk göstergesiydi.



## ERTUĞRUL FIRKATEYİNİ

Şimdilerde popüler filmlere de konu olan Ertuğrul faciası belki de yakın tarihimizin denizcilik alanında yaşanmış en acılı hadisesidir. Ertuğrul Gemisi'ni bizim Titanic'imiz olarak görmek sanırım yanlış olmaz. 1889 yılında Osmanlı Devleti ile Japonya arasında iyi niyet elçisi olarak seçilmişti Ertuğrul Fırkateyni ve Japon İmparatoru'na armağanlar sunmakla görevlendirilmişti. Ama Osmanlı Devleti için tarih boyunca deniz deyince anlaşılan, Akdeniz'di.

Coğrafi konumları gereğince okyanuslar her zaman için bilinmez birer kıta olmuşlardı. Üstelik bu görev için Mesudiye Zırhlısı'nın değil de Ertuğrul Fırkateyni'nin seçilmesi denizciler arasında dedikodular çıkmasına ne-



Ertuğrul Fırkateyni

den olmuştu. Seyahatin en maliyetsiz şekilde gerçekleşmesini istemişti yetkililer. Yeri gelince yelken de açabilen Ertuğrul bu yolculuğu en ekonomik şekilde gerçekleştirecek gemiydi. Ama bakım-sız geminin okyanus dalgalarıyla baş edip edemeyeceği

tam bir muamma idi.

1889 yılının 14 Temmuz günü Ertuğrul'un kaptanı Ali Bey (Cumhuriyetin Milli Eğitim Bakanı olacak Hasan Ali Yücel'in dedesi ve şair Can Yücel'in büyük dedesi) kıyıdakileri selamlayarak yelkenler fora dedi.



Ama gemi daha Süveyş Kanalı'nı geçerken sorunlar baş göstermeye başladı. Dümen mekanizması kırılan Ertuğrul karaya oturmuştu! Kaptan Ali Bey o günlerde karısına yazdığı mektupta gemisi Ertuğrul'u şöyle tarif ediyordu: "Bizim gemi, ek-mekçi sepeti gibi. Her tarafı gıcırıyor..."

Tamirden sonra Singapur'a ulaşan gemi burada kendisini Japonya'ya ulaştıracak haziran rüzgârlarını beklemeye koyuldu. Osmanlı gazeteleri ilk kez gerçekleştirilen böylesi bir yolculuğa övgüler düzüyorlardı. Geminin uğradığı her Müslüman ülkede coşkulu karşılama törenle-

ri düzenlenmişti. Osmanlı Devleti Ertuğrul sayesinde kendini uzak limanlarda yaşayan halklara hatırlatabilmişti. Ertuğrul bata çıka da olsa 11 aylık yolcuğunun sonunda Tokyo Limanı'na ulaştı ve yanında getirdiği armağanları Japon imparatoruna sundu. Görev eksiksiz olarak yerine getirilmişti...

Dönüş yolculuğunun hemen başında ise felakete neden olacak fırtına kendini hissettirmeye başladı.

Aslında Japon yetkililer yolculuğa başlamak için mevsimin hiç de uygun olmadığını söyleyip durmuşlardı. Ama Ertuğrul, Payitaht'tan gelen "dönün" emrini dinle-

mek zorundaydı. Kayalıklara çarpan Ertuğrul bir anda paramparça oldu. Karaya çıkmayı başaran birkaç denizci dil sorununa rağmen Japonlara başlarına gelenleri anlatmayı başardılar. Fırtınalı denizde arama çalışmalarına katılan Kaşino Köyü'nün halkı 69 Türk denizcisinin sağ olarak karaya çıkmasında önemli bir rol oynadı.

Ama Kaptan Ali Bey ve 500'ün üzerinde denizciden bir daha haber alınamadı.



**Emre CANER**  
Yazar

# SİL BAŞTAN BAŞLAMAK LAZIM BAZEN



*Mutlu ve huzurlu yaşamaya erişimimiz ne durumda acaba?*

**Umutsuzluk, karamsarlık, çaresizlik gibi olumsuz duygular,**

**Uyuşukluk, duygusal boşluk hissetme,**

**Kaygı, panik, endişe, suçluluk hissetme,**

**Konsantrasyon güçlüğü,**

**Yaşamın keyfinden, neşesinden uzaklaşma,**

**Enerji düşüklüğü, yorgunluk,**

**Aşırı yeme isteği ya da iştahsızlık,**

**Sinirlilik,**

**Ölüm veya intihar düşünceleri,**

**Baş ağrısı, ağrı ve sindirim bozuklukları gibi fiziksel şikayetler...**

Modern zamanlarda yaşamak, teknolojinin nimetlerini kullanmak sanki insanı daha mutlu hissettirecek, daha kaliteli yaşamasını sağlayacak gibi görünüyor ilk bakışta değil mi?

Düşünsene biz elektriğin olmadığı mum ışığıyla, kandillerle aydınlanan bir devirde yaşamadık, şimdi elektrik sayesinde kullanabildiğimiz aletler, makineler nasıl da hayatımızı kolaylaştırıyor değil mi? Bir kaç düğmeye basmayla işleri halledebiliyoruz, oturduğumuz yerden internet aracılığıyla istediğimiz bilgiye ulaşabiliyoruz. Alışveriş yapmak için evden dışarı çıkmamıza gerek bile yok artık. Tıkla ayağına gelsin modundayız. İsteddiğimiz filmi anında indirip izleyebiliyoruz. İstedğimiz şarkıcının tüm albümlerini istediğimiz an dinleyebiliyoruz. Bir tuşa basarak banka işlemlerini halledebiliyoruz. Dünyanın öbür ucunda olsa bile sevdiklerimizle görüntülü konuşabiliyoruz. Her şeye erişebiliyoruz, her şeyi çok kolaylıkla elde edebiliyoruz.



*Peki ya mutlu, huzurlu, keyifli yaşamaya erişimimiz ne durumda?*

Maalesef teknolojik gelişim insanın duygusal gelişimine aynı oranda etki edemiyor. Maddesel her şey kolaylaşırken içsel, manevi, duygusal ve soyut olan her şey bir o kadar uzaklaşıyor insandan. Bunun sonucunda depresyon, kaygı, panik atak gibi durumlar çıkıyor ortaya. İnsan her geçen gün biraz daha umutsuz, biraz daha geleceğinden endişeli, biraz daha halinden memnuniyetsiz olarak yaşam mücadelesi veriyor.

Bilinçaltı kodlamalarıyla, travmatik anılarla kirlenen zihin sağlıklı düşünce üretmiyor. Düşünceler ya geçmişin pişmanlıklarını hatırlatıyor ya da gelecek endişesi yaşıyor. Aslında bunlara düşünce diyemeyiz. Bunlar artık zihnin kalıpları haline gelmiş virüslerdir. Bu virüsler otomatik çalışıyor. Kişi günden güne yaşam enerjisini kaybediyor çünkü bu virüsler tüm enerjini çekiyor, yorgun, halsiz olmanı sağlıyor. Böylelikle kendini giderek yaşamdan soyutlar hâle geliyor insan. Yaşam enerjin azalırken dep-

resyon çoğalıyor. Bir süre sonra artık hiçbir şeyin seni mutlu edemediğini fark ediyorsun. Yenildiğini düşünüyorsun. Sanki her şeyin sonu gelmiş, hiçbir çözümü yokmuş gibi geliyor. "Hayat böyle, demek ki mutlu olmanın imkânı yok artık" diyorsun. Bunu dediğin anda zihnindeki düşünce virüsleri seni ele geçirmiş oluyor.

Oysa ki yaşam Allah'ın bize bir armağanı. Yaşadığın her ne ise, her ne olduysa oldu ve bitti. Yaşamı şimdi ve şu ana taşıyabilirsen o anın içindeki çıkış yollarını, ışığı, çözümü görmeye başlarsın. "Şimdiden" uzaklaştıkça virüsler devreye girer, sana her şeyi çözümsüz ve karamsar gösterir. Hayatın gölgelerine razı eder seni.

Bir şarkının sözlerinde söylendiği gibi sil baştan başlamak gerek bazen.

O zaman şimdi sil seni mutsuz ve umutsuz eden geçmişin izlerini, şimdi sil gelecek endişeni, şimdi sil seni şu andan ayrı tutan düşünce virüslerini. Şimdi bir adım at tüm bunları hayatına geçirebilmek için. Tek başına yapamıyor musun? Vakit kaybetme şimdi bir destek al.

Şimdi şu an hatırla kendi gerçeğini, sen insanoğlusun. Sen her bir detayınla biricik yaratıldın. Eşsizsin... Tüm yaşamını şimdi şu ana getir. Söyle bu anın içinde ne var? Bu anın içinde nefes alan, seven bir yürek var.

Sev, her anı sev, her anın farkında ol. Farkındalık müthiş bir ayrıcalıktır. Şimdi şu an zihne kaptırdığın tüm o yaşam enerjini geri al. O enerjini sevmeye ver. Varoluşu sev, kendini sev, seni geliştirmek için karşılaştığın tüm olayları, insanları sev. Enerjini sevmeye verdikçe sana daha çok sevgi olarak dönecektir.

Yaşam bir mücadele değil, bir ahenk, bir neşe ve danstır. Haydi şimdi sen de dansa katıl.

Aşkla Anda Kal ☺



**Gülden ÜNER**  
Bilinçaltı Dönüşüm ve  
Enerji Terapisti  
[www.guldenuner.com](http://www.guldenuner.com)

## TÜRK FUTBOLUNUN GELMİŞ GEÇMİŞ EN İYİ FUTBOLCULARINDAN

# EMRE BELÖZOĞLU

Röportaj: Gökçe AŞKIN

Türkiye’de iki büyük takımda şampiyonluk yaşamış, UEFA Kupası kaldırmış, iki kere Süper Kupa kazanmış ve millî formayı en fazla giymiş futbolculardan biri Emre Belözoğlu sorularımızı Birleşim Dergi okurları için yanıtladı.

### **Futbola hangi takımda başladığınızdan bahsedebilir miyiz?**

Ben 87-88 senelerinde Zeytinburnu Spor ’un alt yapısında başladım futbola. O dönemde daha yaşım minik takımda oynamaya bile tutmuyordu. Lisans çıkmadan altyapının antrenmanlarına gidip geliyordum. Babam da eski bir futbolcu olduğu için her ne kadar beni futbola teşvik etmese de ister istemez evin içinde bir futbol sevgisi hâkimdi.

### **Altyapı futbolcusu olarak resmi maçta attığınız ilk golü hatırlıyor musunuz?**

İlk golüm 1997-98 senesinde Galatasaray forması altında derbide Beşiktaş’a attığım goldür. Bu golle de maçı kazanmıştık. Benim için unutulmaz olan bir bu golüm vardır bir de 2000 yılında Milli Takım’da Moldova’ya karşı attığım gol. Bu ilkler unutulmuyor. ©

**Emre Belözoğlu Türkiye’nin en kariyerli futbolcularından. Avrupa’da en uzun süre oynayan Türk futbolcusunuz. İngiltere, İspanya ve İtalya liglerinde oynadınız.**









## **Bunun yanında Türkiye'nin en iyi takımlarında geçmiştiniz var. Sizden Avrupa ve Türk futbolunu arasındaki farkları duyabilir miyiz?**

Kariyerimin hemen hemen yarısını yurt dışında geçirdim. Türkiye ve Avrupa futbolunu saha içi ve saha dışı olarak ikiye ayırdığımızda her ikisinde de çok ciddi farklılıklar görürsünüz. Saha dışı dediğimizde, Avrupa'da benim oynadığım seviyedeki oyunlarda İtalya, İngiltere ya da İspanya olsun dünyanın en güçlü futbol ülkeleri. Sosyoekonomik seviyeleri yüksek, futbolda kurumsal yönetim anlayışının olduğu takımlar. Türkiye'de Başakşehir F. Kulübü ile oluşan bu kurumsal yönetim anlayışının belki yirmi otuz sene önce oluşturulduğu ülkeler.

Saha içine geldiğimizde ise, futbolcuların ve oyunun kalitesinde temposunda çok büyük farklılıklar görürsünüz. İnanıyorum ki Başakşehirimiz örnek olacak bu anlamda.

## **Yani Medipol Başakşehir FK için kurumsal bir kimliğe sahip diyebilirsiniz.**

Tabii ki. Avrupa mantalitesi ile sahip olduğu yönetici kadrosu ile kurduğu kurumsal altyapısı ile bir futbol kulübü olarak bu anlamda Türkiye'nin lider kulübüdür. Burada herkesin örnek alması gereken bir anlayış var.

## **Anlattıklarınıza baktığımızda diğer ülkeler profesyonel anlamda bizden ilerideler ancak Türkiye'de kulüp bazında ya da Milli Takım bazında son on yılda çok fazla başarılarla imza attık. Diğer taraftan kulüp bazında ciddi bir atak yaşanmıyor. Siz ne düşünüyorsunuz?**

Az öncede belirttiğim gibi saydığımız bu ülkeler sosyoekonomik bazda güçlü ve bir sisteme sahip

ülkeler. Bu altyapıların olumlu yansımalarını kulüplerine ve milli takımına baktığımızda görüyoruz. Sistemsizliğin hâkim olduğu ülkelerde bu yansımaları aynı şekilde görmek mümkün olmuyor. Ülkemizde futbol dünyası biraz sabırsızlık üzerine kurulu. Bir sistem inşa edildikten sonra sabırla birlikte harmanladığımızda başarının kaçınılmaz olduğu gerçeği ile karşı karşıya kalacağız.

## **Galatasaray, Fenerbahçe, Inter, Newcastle United, Atletico Madrid'de oynamış bir futbolcu olarak en çok nerede mutlu oynadınız?**

Yurt dışında Inter'i söyleyebilirim. İtalyanları çok sevdim gerçekten. Bize yakın Akdeniz insanları. Bizim gibi duygularını hemen ifade eden, kolay parlayan, çok çabuk sevebilen, kırılabilen insanlar. Onlarla çok iyi dostluklar kurdum.



Yurt içinde ise, Türkiye’de Galatasaray’da uzun yıllar oynadım, çok güzel günlerim geçti. Bu güne gelmemde en büyük rol sahibi Galatasaray camiasıdır. Orada bana sahip çıktılar, Fatih Hoca başta olmak üzere takım içindeki abilerim hepsi bana destek oldular. Daha sonra Fenerbahçe’ye gelmek nasip oldu. Çocukluğumdan beri hayran olduğum futbolcular Fenerbahçeli futbolcuları ve bu takıma hayrandım. Bu camiada ise çok ciddi bir mücadeleye yaşadım. Hem toplumla hem medya ile. Bu nedenle de Fenerbahçe’yi kendime çok daha yakın hissettim. Yani Türkiye için Fenerbahçe diyebilirim. Zorlanmış olmama rağmen. Geriye baktığımda iyi ki Fenerbahçe’de forma giymişim diyorum.

**Altyapı döneminde Galatasaray’dan Fenerbahçe’ye geçme gibi bir durumunuz olmadı mı?**

Olmadı. Zeytinburnu Spor’da oynarken Fenerbahçe beni çok istedi. Galatasaray’da babamın çok sevdiği arkadaşı Salih Hoca’ya verdiğimiz söz nedeniyle Galatasaray altyapısında oynamaya başladım.

**Profesyonel futbol hayatınızda aldığınız ve sizi en çok onurlandıran ödül hangisidir?**

Inter’de oynarken Pele’nin verdiği FIFA’nın “Yaşayan 100 Futbolcu” ödülünü almıştım. Belki de kariyerimin en değerli ödülüdür. Inter’de oynadığım dönemde her şey çok iyi gitmişti benim için.

**Bunun haricinde bir de yine Inter’de Altın Korsan (Pirata d’Oro) ödülünü aldınız.**

Evet dediğim gibi bu dönem kariyerim için çok verimli bir dönemdi. Bu ödül Inter taraftarının çok ender verdiği bir ödüldür. Taraftarınız tarafından sevildiğinizi bilmek inanılmaz güzel bir duygu. Benim oynadığım takımlarda taraftarım beni hep sevdi. Benim bakış açıma göre, üzerinizde taşıdığınız formanın hakkını verirsiniz taraftar da sizi sever.

**Özel yaşantınızda en çok hangi ülkede rahat hareket edebildiniz?**

Atletico Madrid’de oynarken eşimle 7,5 ay kadar İspanya’da yaşama fırsatımız oldu. Avrupa’da eşimle ailemle en rahat yaşadığım dönem oldu benim için.

**Medipol Başakşehirli Emre Belözoğlu eski takımları Fenerbahçe ve Galatasaray’a karşı sahaya çıktığında neler hissetti?**

Aslında ilk defa bu duyguları yaşıyorum, Başakşehir’de bunu tecrübe ediyorum. Ancak duygusal anlamda hayatım boyunca insan Emre Belözoğlu’nu hiçbir zaman sahaya taşımadım. Eğer onu sahaya taşıyaydım daha 13 yaşında Galatasaray forması üzerimde oynayamazdım herhalde. Ben futbola aşıktım ve hâlâ öyle. Sahanın içine girdiğimde biraz amiyane olacak ama babamı bile tanımam. Sahada



meşru yollarla kazanmanın yolunu ararım. Giydiğim formanın, ekmeğini yediğim camianın önceliği ben de her zaman vardır ve öyle de olmalıdır, profesyonel hayat budur.

Mücadele anlamında bakacak olursak, Fenerbahçe, Beşiktaş, Galatasaray Türkiye'nin en köklü kulüpleri. Günümüzün total futbol gerçeklerine baktığımızda ekonomik veya kadro kalitesi anlamında bu takımlarla mücadele etmek kolay değil. Ama biz Başakşehir'de Sayın Başkanımız Göksele Gümüşdağ, Abdullah Hocamız ve yöneticilerimiz sayesinde çok iyi bir ortam yakaladık. Her birinin bu takım için verdiği samimi hizmetler karşılığında belki de büyük takımların çok büyük bütçelerde elde etmiş olduklarını biz daha mütevazı bütçeler ile elde ediyoruz. Son iki seneye baktığımızda bahsettiğimiz büyük takımlarla mücadele edebildiğimizi tüm Türkiye'ye gösterdik diye düşünüyorum.

**Ülkemizde futbolcular, futbolu bıraktıktan sonra genelde teknik direktör ya da antrenör olacaklarını söylüyorlar. Henüz Türkiye'de örneği yok ancak yurt dışında büyük kulüplerde Hierro, Van Der Saar, Maldini gibi birçok isim yönetici pozisyonunda görev almaktadır. Türk futbolunda bu akımı Emre Belözoğlu mu başlatacak?**

Tabii ki bir hedefim var. Özellikle spor yönetimiyle alakalı, bunu eğitimle destekleyecek bir kariyer planlaması yapmam lazım öncelikle çünkü hiç kimse futbol hayatı bittiğinde futbolculuğu ile ne iyi bir teknik direktör ne de iyi bir yönetici olabilir. Bunun da eğitimleri olması gerekiyor. Futbolun içinde kalmak istiyorum çünkü çocukluğumdan beri başka hayalim olmadı ve bu tecrübeleri kolay elde etmediğimden bilgilerimi deneyimlerimi futbola aktarmak istiyorum. Spor yönetimi futbolcuların ülkemizde çok fazla tercih etmediği bir branş, eğitimlerimi tamamladıktan sonra spor yönetimi ile ilgili hedeflerim olacak. Bu arada bildiğim 3 dili de geliştireceğim, bunun için yurt dışında futbol sonrası 1,5 yıllık bir planlamam var.

**Sizin için yapılan iki yorum var; biri saha içinde hırslı kimi zaman hırçın Emre, diğer taraftan da saha dışında özel hayatında dünyanın en iyi insanı olduğunuz. Siz kendinizi nasıl tanımlarsınız?**

Ben buna şöyle katılmıyorum; saha içi ya da saha dışı diye. Ben saha içinde hırslı bir oyuncuyum ama saha dışında evde de çok çabuk olmasa da sinirlenebilen bir insanım. ☺ Sokakta insanlar da bana bunu çok söylüyorlar. Bir tane Emre var. Sahanın içinde gösterdiğim birçok tepkiyi saha dışında da gösterebilirim. Çünkü saha içinde ne yaşadığımı ben biliyorum. Ama saha içinde davranışlarımı bazen öyle bir servis ediyorlar ki olayın merkezinde ben olduğum için insanlar tek taraflı bir yaklaşımla

değerlendiriyorlar. İşin içinden gelen insanlar daha çok beni anlayan insanlar oluyor. Çünkü ben hırslı bir insanım, kaybetmeyi sevmeyen bir insanım. Tavla oynarken bile babam yener beni, yarım saat konuşmam. Tabii ki saha içinde eleştirilebilir bir profilim olduğunu kabul ediyorum. Kaybetmenin vermiş olduğu üzüntüden kendimi çok net bir şekilde ifade ediyorum. Bu nedenle iki farklı Emre demek doğru değil bence, saha dışında da kendime göre hiçbir şekilde yıkılmayacak değerlerim vardır. Saha içinde bir oyun var ve ben takımımı, takım arkadaşlarımı gözetmek, korumak, takımımın menfaati için elimden geleni yapmak zorundayım. Eğer ben kendi takım taraftarlarım tarafından çok seviliyorsam demek ki burada bazı şeyleri doğru yapıyorum. Ama bunu yaparken de rakip taraftarı, rakip takım arkadaşlarımı ya da teknik direktörleri rencide etmek için bir şey yapmıyorum. Sadece olayın gelişi bazen saha içinde bizi bazı diyaloglara itiyor. Kimseye saygısızca itham etmek gibi tavrım yok.

**Türkiye'de hakemler bu sıralar çok eleştiriliyor. Böyle bir ortamda hakemler nasıl maç yönetecek, sizin hakemler hakkındaki görüşlerinizi alabilir miyiz?**

Türkiye'deki futbol sisteminin değiştirilmesi gerektiğine inanıyorum. Kesinlikle futbol sistemi içinden gelmiş insanların, futbolu bıraktıktan sonra da bu



spora bir şey katmak isteyen ahlaklı insanların bu düzenin içinde yer bulması gerektiğine inanıyorum. Yönetici de olabilir, hakem de olabilir bu tür işler bence ancak ve ancak futbol içinden gelmiş insanlar tarafından ele alındığında düzelir diye düşünüyorum. Bunun dışında yapılacak her türlü sistem yıkılacaktır. Hakemlerin de futbol içinden gelmiş sahaya hâkim insanlar olması gerektiğini düşünüyorum. Şu anki gelinen nokta kendilerini sorgulamaları gereken bir nokta. Hakemlerimizin samimiyetlerinden ve iyi niyetlerinden saha içindeki bir futbolcu olarak gram şüphem yok. Hepsisi çok iyi insanlar. Ancak hakemlerin yeterliliği ile alakalı kendilerini denetleyecek bir sistem geliştirilmeli ki bu durum maçların, kulüplerin ya da teknik direktörlerin önüne geçmesin. 2. ya da 3. Ligde istediği konuma gelmedikleri için 23-24 yaşında futbolu bırakan çok fazla sporcularımız var. Federasyon saha içinde yer almış bu kişileri birkaç senelik eğitimlerle hakem yapabilir ve bu gençleri değerlendirebilir ki o zaman futbolcuyu, taraftarı, teknik direktörü anlayabilecek bir zihniyet saha içinde olsun. Bu şekilde maç esnasında yapılacak okuma yanlışları da önlenir.

#### **Bildiğiniz gibi bugün Dünya Kadınlar Günü, bir mesajınız var mı?**

Evet eşime evlenme teklif ettiğim gün aynı zamanda ☺ Kadın deyince aklıma önce annem sonra eşim gelir. Özellikle ülkemizde son dönemde yaşanan nahos hadiseleri hepimiz duyuyoruz, inşallah yeni nesil ile birlikte beraber değişecek gelişecek bir ortam olur kadınlarımız için. Çünkü onlar bizim var olma sebebimiz, bu nahos hadiseler içinde olan insanların da görmesi gereken öncelikli başlık bu olmalı bence.

#### **Emre Belözoğlu futbol haricinde ne yapmaktan hoşlanır?**

Dışarda aileme vakit ayırmayı seviyorum. Özellikle çocuklarımız olduktan sonra daha çok aile olduğumuzu anladım. Oğlum Ömer Akif beş yaşında ve kızım Zeynep Neda bir yaşında. Kızım henüz küçük olduğu için Ömer Akif ile vakit geçirmeyi, eşimle sinemaya tiyatroya gitmeyi seviyorum, kısaca onların mutlu olabileceği aktiviteleri yapmaktan hoşlanıyorum. Futbol dışında çok sevdiğim bazı spor dalları var. Yazın plaj voleybolu oynuyorum, tenis oynamayı seviyorum. Akşamları kitap okumayı severim.

#### **Medipol Başakşehir bir gün şampiyon olacak mı size?**

Bunlar kolay cümleler değil. Türkiye'deki gerçekleri kabul etmek gerekir. Futbol Federasyonu'nun kura çağı, herkesin eşit şartlarda mücadele vereceği bir ortam sağlanırsa, kulübümüzün bu kurumsallığı devam ettiği sürece her zaman Başakşehir'i şampiyonların arasında görebiliriz. Çünkü takımımızda

bu potansiyel var. Bu yönetici kimliği, teknik direktör anlayışı, oyuncuların futbola bakış açısı birleştiğinde ki biz bunu iki senedir yapıyoruz, neden olmasın. Tabii ki kolay olduğunu söylemiyorum, oyuncu kalitesinin artması ve ekonomik anlamda kulübün kazançlarının artması gerekir. Umudun olduğu yerde her zaman başarı olur.

#### **Emre Bey samimiyetiniz için size çok teşekkür ederiz.**

Ben teşekkür ederim, başarılarınızın devamını dilerim.



## Bu Köşe Sizin



44 - BİNNAZ ÇAKIR ▶



◀ 47 - SİNEM ÇAKIR

43 - ADEM TOPÇU ▲



50 - SENCER ARISOY ▶



51 - SEYDİ TONBAK ▲

# Bu Köşe SİZİN

“Şehir ve Doğa”



◀ 56 - ERDİNÇ ÖZALP



57 - İLYAS ÇAKIR ▼



◀ 45 - DURAN ÇİNGİ



46 - EVREN PORTİOĞLU ▲



48 - ÖZGÜR MEREY ▲

49 - SENCER ARISOY ▲



52 - SEYDİ TONBAK ▲



54 - ÜMİT BABATAŞ ▲

55 - ERDİNÇ ÖZALP ▶



53 - HÜSEYİN TORAMAN ▲



◀ 58 - ANIL EMRE BAŞ

## Bu Köşe Sizin



# Bu Köşe SİZİN

“Şantiye - Ofis”







62 - DENİZ ÖZMEN



63 - DENİZ TÜRK



64 - DURAN ÇİNGİ



66 - ENGİN CUGA



67 - ERDİNÇ ÖZALP



68 - EREN ÇAPRI



70 - GÜLAY MOLLA ÇENGİZ



71 - İLYAS ÇAKIR



75 - ÖMER DUMAN



72 - ÜLKÜ KANDİL



77 - MEHMET PAK



78 - SELAHATTİN ÇARTI



82 - KADER ERDOĞAN



83 - UĞUR BOZBEY



84 - YAŞIN ÖZTÜRK



# ÇOCUKTA ÖZGÜVEN GELİŞTİRME

Özgüven kişinin kendisine yönelik iyi duygular geliştirmesi ve buna bağlı olarak kendisini iyi hissetmesidir. Başka bir deyişle kendisi olmaktan memnun olmasıdır. Kendisinden memnun olan insan, kendisiyle ve çevresiyle daha barışıktır.

**Ö**zgüven gelişiminde bebeklikten ergenliğe kadar olan dönem önemli ve belirleyicidir. Bununla birlikte özgüvenin gelişimi, insanın yaşam boyu edindiği deneyimlerin sonucudur. Çocukların kendilerine yönelik iyi duygular geliştirmeleri, öncelikle anne-baba, bakıcı, öğretmen gibi hayatlarındaki önemli yetişkinlerin tutumlarından etkilenir.

Ailesi tarafından sevgi ve ilgi gören, ihtiyaç duyduğunda beklediği yakınlığı bulan, fikirlerine değer verilen, yaşına uygun sorumluluk yüklenen, yaptığı iyi şeyler için övülen, en önemlisi hata yapmaya hakkı olan çocuğun özgüveni yüksek olacaktır.

Kendine güvenen çocuklar, okul çalışmalarında girişimci ve öğrenmeye meraklıdır. Bununla birlikte anne babanın ve öğretmenlerin başarı ve başarısızlığa verdikleri tepkiler de özgüven konusunda etkilidir. Çocuğun herhangi bir faaliyette ustalaşması ve özgüveninin gelişmesi için yetişkinler tarafından yüreklendirilmesi gerekir. Çocuğun çabasının övülmesi, kendine güvenini olumlu yönde etkileyecektir.

Özgüven çocuğun sadece akademik başarısını değil, aynı zamanda iletişimini ve sosyal yaşantısını da etkiler. Kendine güvenen çocuklar, her türlü sosyal ortamda, isteklerini, rahatsızlıklarını ve beklentilerini açıkça ortaya koyabilirler.

Özellikle anne babalar ve eğitimciler, kendine güvenen çocuklar yetiştirmede etkili role sahiptirler.

## ANNE BABALARA VE ÖĞRETMENLERE ÖZGÜVENİ GELİŞTİRMEK İÇİN BAZI İPUÇLARI

### KOŞULSUZ SEVGİ

Bir çocuğun gelişimini etkileyen en önemli şey sevilip sevilmemeye duygusudur. Anne babası tarafından sevilen çocuk öncelikle kendini sevmeyi öğrenir. Anne babası ya da öğretmeni olarak sizin için ne kadar önemli olduğunu ona hissettirin. Ona verdiğiniz sevginin hiçbir koşula bağlı olmadığını bilmesini sağlayın.

Örneğin; odanın dağınıklığına rağmen, okul notların düşük olmasına rağmen "SENİ SEVİYORUM..." bu sevgiyi ona hissettirin.

### ELEŞTİRİDEN KAÇINMAK

Çocuğunuzun zayıf yanlarını görmezden gelmeyin, ona karşı dürüst olun. Bununla birlikte çok sık eleştirmeyin. Çocuğunuza eksiklerini ve kusurlarını kabullenmeyi; iyi ve kuvvetli yanlarıyla da gurur duymayı öğretin.

### DİNLEMİYİ ÖĞRENMEK

Özgüveni oluşturmada aile içi iletişimin rolü büyüktür. İletişimin en önemli öğelerinden birisi dinlemektir. Çocukların hissettikleri, algıladıkları, dinlemeye değerdir ve çocuğu dinlemek özgüven üzerinde olumlu etkiye sahiptir. Gerçek şu ki, her an çocuğunuza aynı derecede ilgi gösteremezsiniz. Size bir şey söylemek istediğinde onu dinlemeye hazır değilseniz, o an için uygun olmadığını belirtin. "Dinliyormuş gibi" yapmanızdan daha doğru olacaktır.

### ÇOCUĞU CİDDİYE ALMAK

Çocuğun olumlu-olumsuz duygularını ya da yaratıklarını ciddiye alın. Örneğin korkuyorsa korkusuyla dalga geçmeyin. Olumsuz duygularıyla baş etmesine ve kendi çözümünü bulmasına izin verin. Herhangi bir konuda düşüncesini sormanız, onun algılarına, gözlemlerine değer verdiğiniz hissettirir. Düşüncesi size çok uygun gelmese de, yanlış olduğunu söylemek yerine başka fikirler üretmesini destekleyecek türde sorular sorarak alternatif düşüncelere yönlendirin.

### ÇOCUKLA VAKİT GEÇİRMEK

Birçoğumuz için zaman çok sınırlıdır. Bunun yanı sıra çocuğumuzla baş başa zaman geçirmenin önemi kaçınılmazdır. Ailece vakit geçirmenin yanı sıra her ebeveynin çocukla bireysel, kısa da olsa nitelikli vakit geçirmesi çocuğun kendisini değerli hissetmesini sağlayacaktır. Birlikte kitap okuma, oyun oynama, spor yapma gibi çocuğunuzla bireysel ilişki kurabileceğiniz etkinlikler çocuğunuzun özgüvenini olumlu etkileyecektir.

### ÇOCUKLA GÖZ SEVİYESİNDE KONUŞMAK

Çocuğun göz seviyesine inmeden konuşmanız, kendisini küçük, sizi ise olduğunuzdan büyük algılamasına neden olacaktır. Bu durum sizinle çocuğunuz arasına mesafe girmesine neden olur. Bu nedenle çocuğunuzla iletişim kurarken, mümkün olduğu kadar onunla göz seviyesinde konuşmaya özen gösterin.





### ÇELİŞKİLİ MESAJLAR VERMEKTEN KAÇININ

Çelişkili mesajlar, sözlerinizle davranışlarınızın birbirine uyumlu olmadığı durumlarda ortaya çıkar. Çocuğunuza öfkeli bir yüz ifadesiyle "Seni seviyorum" demeniz ya da gece korktuğunda yanınıza gelebileceğini söyleyip, gece yanınıza geldiğinde ona kızmanız çelişkili mesaj vermeye örnek olabilir. Sözlerinizle beden dilinizin birbirine uymasına özen göstermelisiniz. Gerçekten hissettiklerinizi dürüstçe çocuğunuzla paylaşmak kendini daha değerli hissetmesini sağlayacaktır.

### SORUMLULUK VERMEK

Anne babalar genellikle çocuklarının yapmakta zorlandıkları işleri kendileri yaparak ona yardımcı olduklarını düşünürler. Oysa çocuğa başarabileceği kadar, yani yaşına ve düzeyine uygun sorumluluk vermek ve zorlandığında mücadele etmesi için onu yüreklendirmek kendine olan saygısını artırır. Çocuğunuza problem çözmek, denemek ve yanılmak için fırsat verin.

### SON SÖZ OLARAK;

Kendine güvenen çocuk yetiştirmek çaba gerektirir. Bununla birlikte özgüven, anne babaların çocukları için arzu ettikleri başarıyı, girişimciliği ve sosyalliği mümkün kılacak ihtiyaç duyulan ilk adımdır. Önerileri uygulamaya başlamak ise atılacak büyük bir adımdır.



**Nida Özşahin TERKURAN**  
Uzman Psikolog / Psikoterapist  
Deha Gelişim Enstitüsü  
[www.dehagelisim.com.tr](http://www.dehagelisim.com.tr)

# VÜCUDUN ŞÖVALYELERİ ANTİOKSİDANLARLA ZAMANA KARŞI DURUN

**S**tres, fast food, kızartma veya tütsülenmiş besinleri tüketmek, açık havada yapılan sporlarda hava kirliliği gibi sebeplerle vücutta açığa çıkan zararlı bileşikler olan serbest radikaller yaşlanmanın ve sağlığın bozulmasının hatta birçok kanser türünün de sebebi olabilmektedir.

Eğer oluşan serbest radikallere karşı vücutta yeterince antioksidan yoksa hücre zarında hasar oluşmaktadır. Bu duruma oksidan stres adı verilir. Yeterli düzeyde antioksidan varsa vücudun şövalyeleri olarak adlandırdığım bu asil savaşçılar hücreleri korumak için birebirdir.

Aynı zamanda antioksidanların varlığı ile yapacağınız egzersizin kalitesi maksimum seviyeye çıkmaktadır. Yani bir diğer değiş ile antioksidanlar kaliteli spor için de olmazsa olmazdır.

Antioksidanlar serbest radikalleri zararlı hâle gelmeden ortadan kaldırır ve hatta vücutta hasar gören başka bir yer varsa onarımına da destek sağlarlar. Peki, kimdir bu antioksidanlar?



### E VİTAMİNİ, SELENYUM VE ÇİNKO

Bu mineraller de yüksek oranda antioksidan içermektedir. Üzümde bulunan resveratrol ve yeşil çayda bulunan kateşinler de çok iyi birer antioksidandır.

### KAHRAMAN C VİTAMİNİ

Sıklıkla bildiğiniz hatta en çok duyduğumuz belki de en sık tükettiğimiz C vitamini antioksidanların başında geliyor. Suda eriyen bu vitamini turuncgillerden yeterince sağlayabiliyoruz. Özellikle kivi, portakal, çilek, greylift gibi meyvelerde bolca bulunan C vitaminin yeterli alınmadığı zamanlarda preparatlarına başvurulabilir. C vitamini antioksidan özelliği ile hastalıklara karşı ciddi direnç kazandıran yanı ile de en vazgeçilmez vitaminimizdir.

### KAFEİN

Hayatımızda bir diğer olmazsa olmaz olan antioksidan ise kahvede bulunan kafeindir. Fakat kafeinin etkilerinden faydalanmak için mutlaka sütsüz tüketmeniz gerekir.

### SON YILLARDA ÜNLENEN BETA KAROTEN

Turuncu, sarı, kırmızı ve koyu yeşil yapraklı sebzeler ve meyvelerde bulunan beta karoten için havuç, domates, dolmalık biber, kayısı, bal kabağı özellikle iyi kaynaklar olarak görülür. Bu antioksidan özellikle güneşin zararlı etkileri ile savaşır. Bazı cilt hastalıklarından korur ve cildi güzelleştirir. Bir diğer çok önemli yanı ise göz sağlığı ve bağışıklığın güçlendirilmesindeki rolüdür.

Antioksidanları doğal yollarla almak tercih edilmektedir. Elbette eksikliği olduğu durumlar göz önüne alınıp doktor-diyetisyen tavsiyesinde ek olarak alınabilir.



**Dyt. Hülya ÇAĞATAY**

Beslenme ve Diyet Uzmanı  
www.hulyacagatay.com

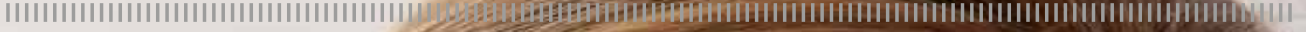
# AMELİYATSIZ YÜZ GERME

**Ultrason** ile cilt germe uygulamaları, estetik operasyonlara alternatif olarak sunulan, Amerika'da son günlerin en "tercih edilen" teknolojilerinden biridir.

**İ**lerleyen yaş ile birlikte cildin elastikiyetini kaybetmesi ve yer çekiminin karşı konulmaz etkisine bağlı olarak yüzümüzde sarkmalar meydana gelmektedir. Yüzdeki bu sarkma ve yaşlılık etkilerini ortadan kaldırmak için biz estetik cerrahların elinde botoks, dolgu, peeling, lazer uygulamaları, yağ enjeksiyonu gibi pek çok yöntem mevcut ancak tüm bu yöntemler arasında sorunu kökten çözen yegâne yaklaşım tabii ki "face lift" olarak adlandırdığımız yüz germe ameliyatlarıdır.

Yüz germe ameliyatlarının sorunu kökten çözücü bu özelliğine karşın özellikle ülkemizde pek çok bireye çeşitli sebeplerden dolayı bu operasyondan kaçınmakta ve daha basit yöntemlerle bu sürecin hafifletilmesi veya düzeltilmesini istemektedirler. İşte bu noktada yüz germe ameliyatlarının bir alternatifi olarak özel geliştirilmiş yöntemler ortaya çıkmıştır. Ultrason ile cilt germe uygulamaları, estetik operasyonlara alternatif olarak sunulan, Amerika'da son günlerin en 'tercih edilen' teknolojilerinden biridir.







Ultrason, en bilinen tanımı ile anne karnındaki fetüsü izlemeye imkân tanıyan bir teknoloji. Şimdi aynı teknoloji ile elastikiyetini kaybetmiş, sarkmış, kırışmış ciltler ve düşük kaşlar ameliyata gerek olmaksızın "gerdiriliyor".

Bu teknoloji ile cildin alt katmanlarındaki taşıyıcı dokularda odaklanmış ses dalgaları kullanılarak kolajen üretiminin harekete geçirilmesi ile ciltte sıkılaşıma ve toparlanma sağlayan bir tıbbi uygulamadır. Ultrason ile cilt germe ses dalgaları kullanılarak cildin alt katmanlarındaki kolajen üretiminin tetiklenmesi ile ciltte sıkılaşıma ve lifting "kaldırma" etkisi sağlayan bir tedavi yöntemidir.

Ultrason ile cilt germe, cilt elastikiyetinin kaybına bağlı olarak oluşan sarkma ; kaş, alın, yanak, ağız kenarı, yüz konturu, çene hattı ve gıdı bölgesi ile göz çevresi kırışıklıklarında cerrahi bir işlem olmadan düzelme ve gençleşme sağlanmaktadır. **Ultraskin cihazı** ile yapılan tedavide, ısı enerjisi oluşturan ses dalgaları istenen doku derinliğine odaklanmakta ve cildin üst tabakasına zarar vermeden deri altındaki bağ dokusunda kolajen üretimini artıran küçük ısı hasarları oluşturulmaktadır.





önce



sonra

### Ultrason ile cilt germe nasıl uygulanır?

Ultrasonik yüz ve boyun germe sırasında cildin 3 mm ve 4,5 mm altına odaklanmış ultrason dalgaları hedeflenen uygulama bölgelerinde, kolajen üretimini uyarıcı ısı hasarları oluşturur. Bu işlem sırasında cilt yüzeyi uygulamadan etkilenmez. Cilt altında taşıyıcı bağ dokusunun bulunduğu derinliğe ulaşan enerji sayesinde dokuda yeni kolajen yapımı uyarılarak güçlü bir sıkılaştırma etkisi meydana gelir ve zaman içinde cerrahi olmadan yüz germe etkisi elde edilir.

### Ultrason ile cilt germe hangi bölgelere uygulanır?

Ultrason ile yüz germe, yüz cildi ve yüz ovalitesinde kaybı olan çene çizgisinde sarkmaları olan hastalarda yanaklara, gıdı bölgesindeki sarkmayı düzeltmek amacıyla boyuna, kaş kaldırmak amacıyla kaş-alın bölgesine, göz dış ve alt kısmındaki kırışıklıkları azaltmak amacı ile göz çevresine, dekolte bölgesindeki kırışıklıkları düzeltmek amacıyla dekolteye uygulanmaktadır.

### Ultrason ile cilt germe işlemi ne kadar zaman alır?

Ultrason ile cilt germe süresi uygulama yapılan bölgeye göre 30-60 dakika arasında değişmekte olup

tüm yüz ve boyuna yapılan uygulama 1 saat kadar sürmektedir.

Ultrason ile cilt germe tek seanslık bir uygulama olup 2 yıl sonrasında tekrarlanabilir.

### Uygulama ağrılı mıdır?

Uygulama sırasında hastalar hissettikleri acıyı genelde "iğne batması" ya da "elektriklenme" olarak tanımlamaktadır. Özel odaklama ultrasona sahip cihazlarla anesteziye ihtiyaç olmadan uygulama yapılabilir.

Tedavi ağrısız kişinin sosyal yaşamını etkilemeyecek bir tedavidir.

### Uygulama sonrasında günlük yaşantıya hemen dönebilir mi?

Uygulamanın ardından kişi günlük aktivitelerine hemen dönebilir. Ultrason ile cilt germe sonrasında ciltte yanık, leke, herhangi bir yan etki oluşmaz. Bazı hastalarda birkaç saat sonra normale dönecek olan hafif kızarıklıklar oluşabilir.

### Ultrason ile cilt germenin sonuçlarını ne zaman ortaya çıkmaktadır?

Uygulama sonrası ilk andan itibaren başlayan etki her geçen gün daha belirginleşir ve 3 ayın sonunda maksimum etkiyi verir. Ultrason ile cilt germe ciltte kolajen üretimini uyardığı için sonuçlar uzun süreli kalıcı olmaktadır.

Boyun ve yüz bölgesine uygulama yapılan kişiler daha sıkı, daha gergin ve daha kaliteli yapıda bir cilde sahip olduklarını ifade etmişlerdir.

### Ultrason ile cilt germe için kimler adaydır?

Yüz ve boyun cildinde elastikiyet kaybı olan tüm kişiler ultrason ile cilt germe için uygun adaydır. Cildini gevşek ve sarkmış hissederek tüm kişiler bu uygulamaya için uygun adaylardır.

Özellikle düşük kaş yapısına sahip kişiler, boyun bölgesinde gıdı oluşumu ve sarkma olan kişiler çene konturunda silinme yaşayanlar ve henüz cerrahi girişim için kendini hazır hissetmeyen herkes bu uygulamadan faydalanabilir.



**Op. Dr. Cem PAYASLI**  
Plastik ve Rekonstrüktif  
Cerrahi Uzmanı  
[www.cempayasli.com](http://www.cempayasli.com)



# SOSYAL MEDYADA NASIL MANİPÜLE EDİLİYORUZ

Siz de sosyal medya bağımlısı mısınız ? “Hayır” yanıtı vermeden önce bu yazıyı okuyunuz.

## Önce ayağınız alışsın

Sabah uyandığınız zaman daha yataktan çıkmadan ilk iş olarak cep telefonunuzdaki sosyal medya uygulamasına mı giriyorsunuz? Telefonunuz “dink” diye o “yeni bir şey var” bildirim sesini çıkartınca heyecanlanıyor ve hemen ne geldiğine bakmak mı istiyorsunuz?

Kendinizi günde birçok kez favori sosyal medya uygulamanıza girerken mi buluyorsunuz?

Bunlardan iki tanesine yanıtınız evet ise siz de sosyal medya bağımlısiniz. Ama kesinlikle yalnız değilsiniz. Aralık 2015 itibariyle her gün 1 milyar kişi Facebook kullanıyor ve bunların milyonlarcası birden çok kez uygulamaya giriyor. Uzmanlar Facebook'un





bu davranışı, yarattığı ağ etkisi sayesinde insanlarda bir kaçırma korkusu oluşturarak tetiklediğini düşünüyorlar.

Yani sosyal ağlar önce ayağınızı alıştırıyor, bu bağımlılığı sağladıktan sonra ise kullanıcılar sömürüye ve manipülasyona son derece açık oluyor.

### Duyularınızı kim kontrol ediyor?

Örneğin elindeki gücün farkına varan Facebook, 2014 yılında ağ etkisini kullanarak insanların duygularının nasıl bulaşıcı olabileceği konusunda 689 bin kullanıcı üzerinde bir deney yaptı. Bir hafta boyunca bazı kullanıcılara daha az pozitif içerik gösterildi, daha sonra neler paylaştıkları incelendi ve iki ana sonuca varıldı:

1. Facebook'ta başkaları tarafından ifade edilen duygular bizim duygularımızı etkiliyor ve sosyal ağlar üzerinden çok büyük kitlelere bulaşabiliyor.
2. Çekilme etkileri (withdrawal effect) gözlemliyor: Daha az duygusal içerik gösterilen kullanıcılar takip eden günlerde daha az dışavurumcu oluyorlar.

Facebook hem bu deneyi kullanıcıların haberi olmadan yaptığı, hem de elindeki güçle geniş kitlelerin duygularını manipüle edebileceğini kanıtlamaya çalıştığı için eleştiri oklarının hedefi olmuştu. Bunun üzerine kullanıcıları 99 gün boyunca Facebook'tan çıkmaya teşvik eden 99daysoffreedom.com gibi girişimler çıktı.

### "Viral" Meselesi

Kullanıcıların sosyal medyada nasıl manipüle edileceğini düşünenler sadece sosyal medya şirketleri değil. Günümüzde LinkedIn dışındaki Facebook, Twitter, Instagram, vb. gibi tüm sosyal ağların ana gelir kaynağı reklam. Dolayısıyla bu şirketler aslında reklam şirketleri. Markalara, kullanıcılarına reklam ile erişim hakkı satıyorlar. Hal böyleyken markalar da sosyal ağlar üzerinde daha çok kullanıcıya daha ucuza ulaşmaya ve onları müşterileri yapmaya çalışıyor. Bunun markalar açısından en güzel yolu ise para vermeden



# Teknoloji

reklamlarının yayılması. Sektörde bu tarz reklamlara “viral reklam” deniyor.

Sosyal reklam pazarı çok büyük olduğu için bu konuda da bolca araştırma yapılıyor. Örneğin University of California Los Angeles (UCLA)’ dan dört psikolog ve bir iletişimci 2013 yılında yayınladıkları bir araştırmada sosyal medyada hangi mesajların viral olarak yayıldığını incelemişler. Bunun için “influencer” olarak tabir edilen fikirleri yayma konusunda nüfuzu olan kişileri MR cihazlarına bağlayıp bir mesajı paylaşıp paylaşmama kararı vermeden önce beyinlerindeki aktiviteye bakmışlar.

Sonuç olarak sizin hür iradenizle paylaştığınızı sandığınız bir mesajın aslında sizin paylaşmanız için tasarlanmış ve optimize edilmiş olabileceğini hatırlamanız lazım. Bir mesajı viral yapan da yayılmasını engelleyen de sizlersiniz.

## İnsani ihtiyaçlar

Bu alanda çalışan uzmanlar mesajlarının paylaşımını arttırmak için insanoğlunun şu ihtiyaçlarına dokunmaya çalışıyorlar:

1. Onaylanmak: Herkes onaylanmak ister. İnsanlar sosyal medyada düşüncelerinin ve davranışlarının toplumun ilerisinde olduğu konusunda başkalarından onay bekliyor. Aynı zamanda bir sosyal medya topluluğuna ait olduklarını hissetmek istiyorlar.
2. İlgi görmek: Onaylandığı hissini aldıktan sonra insanlar başkalarından kendilerine ilgi göstermelerini bekliyorlar. Bunun için bir beğeni ya da kısa bir yorum bile yetiyor. Bu daha uzun vadede sürekli olacak bir dijital ilişkinin temelini atıyor.
3. Tasvip edilmek: Tasvip edilmek etkileşimin temel adımlarından biri... İnsanlar genelde sosyal medya ile yeni tanışınca başkalarıyla nasıl iletişim kurmaları gerektiği konusunda çok az bilgiye sahip oluyor. Paylaşımlarını tasvip edenlerle ise sanal ortamdaki ilişkileri kuvvetleniyor.
4. Beğenilmek: Sosyal medyadan önce ünlüler dışındaki insanlar tanımadıkları kişilerin kendilerini ne kadar beğendiğini bilemezdi. Artık paylaşımlarını tüm dünyadan tanımadıkları birçok kişi beğeniyor ve insanlar beğenilmeyi çok seviyor!
5. İtimat edilmek: İnsanlar sosyal medyada doğru şeyi söyleyip yaptıklarından emin olmak istiyor. Paylaşımlarının doğru ve güvenilir olduğunu hissetmek istiyor.





6. Takdir edilmek: Facebook'da paylaşım, Twitter'da retweet, Instagram'da repost uygulamaları tam da bu duyguya hitap ediyor. İnsanlar başkalarının paylaşımlarında bir değer gördüğünü hissetmek istiyor.
7. Bir gruba ait hissetmek: Nasıl gerçek hayatta birçok insan "ilk" olma konusunda rahatsızsa sanal dünyada da durum çok farklı değil. İnsanlar bir grubun parçası olmayı önemsiyorlar. Bu grupla içeriklerini paylaşma konusunda kendilerini daha rahat hissediyorlar.
8. Rekabet: İnsanoğlunun hayatta kalması için önemli bir yer tutan bu duygu sosyal medyada gizli bir şekilde devam ediyor. "Ayşe'nin fotosu 270 kere beğenilmiş", "Ahmet'in 72 bin takipçisi olmuş" ve benzeri hisler sosyal ağlara geri dönmemizi ve daha fazla paylaşım yapmamızı sağlıyor.
9. Gıpta edilmek: Doğu kültürlerinde Batı'ya nazaran daha da fazla olan bu duygu sosyal medyada da kendini gösteriyor. İnsanların bize sanal dünyada da gıpta etmesini seviyoruz vesselam.

## BİR DENEY YAPALIM

Ne dersiniz? Bir daha sosyal medyada eliniz başkasının ya da bir markanın, bir mesajını paylaşmaya gittiği zaman bu yazıyı hatırlar mısınız?

Eğer aklınıza gelirse ve sizi iki defa düşündürürse @ekincaglar'a bir Tweet ya da ekin@cağlar.com'a bir e-posta atarsanız çok mutlu olurum.



## Ekin ÇAĞLAR

İnternet alanında seri girişimci olan Ekin Çağlar woto.com'un kurucu ortaklarından. Woto herkesin birkaç saniyede internette kendi içeriğini yayınlamasını sağlar.

# METİN HARA

**METİN HARA'NIN TRUST HUMAN ACADEMY'SİNDE SEVGİ VE DÜŞÜNCENİN GÜCÜ BİLİMLE HARMANLANIYOR.**

'Aşkın İstilasası – Yol' kitabıyla bir yıl boyunca en çok satanlar listesinin zirvesinde yer alan Metin Hara, kurucusu olduğu Trust Human Academy ile daha fazla insana dokunmayı hedefliyor.

Ruh, zihin ve beden sağlığına yönelik farklı uzmanlar ve eğitmenlerin olduğu akademide Yoga, Astro Terapi, Ney, Tai Chi, Dans Terapisi, Aile Dizimi Terapisi, Fizyoterapi, Yaratıcılık ve daha pek çok başlık yer alıyor.

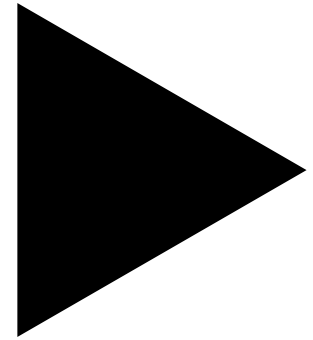


**K**endisini kişisel gelişim uzmanı olarak tanımlamıyor, doktor da değil hatta psikolog da ama bugüne kadar yüz bine yakın insanın hayatına ve kalbine dokundu.

Her zaman "Başka bir dünya mümkün ve bunu biz birlikte mümkün kılacağız" diyen Metin Hara, mucizeyi yaratanın hastanın kendisi olduğunu da söylüyor. Kendi üzerinde çalışmaya ve dünyanın dört bir yerinde farklı eğitimler almaya 12 yaşında başlayan Hara, Çapa Tıp, Fizyoterapi mezunu.

31 yaşında batı tıbbıyla mistisizmi birleştiren Hara önce sadece kendisinin eğitim verdiği İnsana Güven Akademi'yi kurdu. 'İllüzyonu Aşmak' ve 'İç Ben'le tanışmak isimli eğitimler veriyor. Kanseri hastaları, depresyona yakalananlar, sigarayı bırakmak, kilo vermek isteyenler, boyun ağrısı çekenler, panik atak krizlerinden kurtulmak isteyenler seminerlerini takip ediyor ve bu topluluk insanların birbirine de tavsiyesiyle hızla büyüyor.

2014 yılında yayınlanan 'Aşkın İstilasası-Yol' kitabıyla ilk üç ayda 100 binin üzerinde satan ve bir yıl boyunca 'en çok satanlar' listesinin zirvesindeki yerini koruyan Hara, daha sonra 'Trust Human Academy'yi kuruyor. Akademide Metin Hara'nın yanında her biri kendi alanında uzmanların farklı eğitimleri yer alıyor. Akademide fiziksel performansı artıran ve beden sağlığına yönelik eğitimlerin yanında, ruh ve zihin sağlığına dönük eğitimler bilim ve felsefeyle harmanlanarak veriliyor.



# Bir Mola Ver...

## Özlem İncesu Güveli ile 4D Pro Egzersizler ve Pilates

Eklem ve kemikleri hayat boyu korumak için kasları güçlendirip esneten pilates, günümüzün en popüler ve sağlıklı egzersizlerinden. Ancak bilmeden yapılan yanlış hareketler önemli sakatlıklara neden olabiliyor. Trust Human Academy, 15 yıldan fazladır profesyonel eğitmenlik ve antrenörlük yapan Özlem İncesu Güveli ve ekibiyle birlikte 4D Pro egzersiz eğitimleri veriyor. 4D Pro egzersiz çalışmalarıyla birlikte, vücudun denge merkezi güçlendirilip, denge ve koordinasyon yeteneği artırılıyor, stres azaltılıyor, zinde ve dinç bir görünüm kazanılıyor.

## Stresin frekansını Gül Saydam yakalıyor ve azaltıyor

Tıp eğitimi alan ve üzerine alternatif tıp, kişisel gelişim ve rezonans konusunda kendini geliştiren Gül Saydam, kullandığı QXCI SCIO aletiyle stresin etkisini ortadan kaldırıyor. Bir elektro fizyolojik biofeedback cihazı olan QXCI SCIO, 12.000 frekansla vücudu üç boyutlu bir mekânda ölçümlüyor, stresi azaltıyor ve vücudu dengeliyor.

## Arzu Canik'le Astro Terapi 'Hangi olayları neden yaşadığınızı biliyor musunuz?'

Trust Human Academy eğitmenlerinden Arzu Canik'in Astro Terapi çalışmasında insanın evrendeki yeri, geçmiş deneyimlerin gelecekle bağlantısı, astroloji ve bu konulardan hareketle çıkartılacak 'harita' yer alıyor. Arzu Canik ile yapılan çalışma sonucu çıkartılan 'harita'; varılmak istenen noktanın bilinip, kurulan hayallere erişmeye çalışırken zamanın, enerjinin ve paranın israf edilmemesini konu alıyor.



Özlem İncesu Güveli ve Ekibiyle Pilates çalışmaları



Esat Ataç ile Tai Chi dersleri



Uzakdoğulu terapist ile sesle ve Kraniosakral terapi ile bir demo seansı



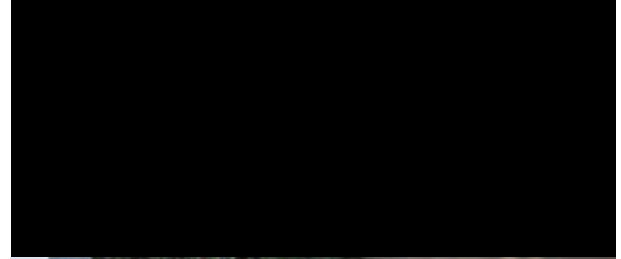
Ateş yürüyüşü. Trusthuman Extreme olarak adlandırılan ve metafor aktivitelerle kişilerin zihinlerindeki kalıpları kırıp dönüştürmelerine yardımcı olan ekip "Fahrenheit 1472" adlı bir gün süren hem fiziksel hem ruhsal bir çalışmada.

## Psikoterapi, hipnoterapi, yoga, ney, felsefe ve daha nice eğitimler

Trust Human Academy'de gelişime, ruh, zihin ve beden sağlığına dönük farklı pek çok çalışma mevcut. Bu çalışmalar arasında Dr. Seda Ülgen'le psikoterapi, neyzen ve felsefeci Cem Çolakoğlu'yla ney ve felsefe, ünlü oyuncu ve tiyatro sanatçısı Esra Akkaya ile yaratıcılık ve drama, Esat Ataç ile Tai Chi, Çağ Rical Gürle ile yoga, Dr. Dt. Sibel Arda'nın hayatımızdaki önemli tarihlerin analizleriyle kaderi deşifre eden Pinkod Analizi gibi eğitimler de gerçekleştiriliyor.

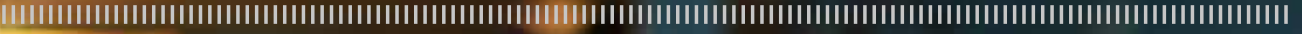
## Blaire Lindsay ile kadınlar daha dişi

Çağımızın maskülen dominant dünyasında, farkına bile varılmadan günden güne kadınlar dişiliklerini kaybedebiliyor. Baskıcı şehir hayatında, zaman geçtikçe kadınsı duruş git gide 'erkekleşiyor'. Oysaki pek çok kadın içinde kendi dişi taraflarıyla daha derin bir bağlantı kurabileceğine yönelik sezgilere sahip. Blair Lindsay hem pratik hem teorik uygulamalarla, müzikle ve dansla bunu öğretmek için çalışmalar serisi sunuyor.



Küçük Prens Etkinliğimizden

Bir Mola Ver...



# BİR MESLEK ERBABI YANI PAPAYORGIU

**T**eknolojinin akıllara durgunluk verecek şekilde geliştiği, yaşam biçimlerimizin, tüketim kalıplarının bundan nasibini aldığı bir dönemde, klasik araba tutkusu bu değişime ve zamana meydan okuyor. Bir zamanlar sokaklarında arz-ı endam eden klasikleri İstanbul sokaklarında görmek pek mümkün olmasa da Yani Usta bu hastalığın tutkununun çok olduğunu söylüyor. Evet, bugün size İstanbul'un eski bir meslek erbabı klasik otomobil ustası Yani Papayorgiu'den bahsedeceğim.



Cadillac, Buick , Oldsmobile , Pontiac , Chevrolet, Ford, Chrysler gibi birçok klasik arabanın bakım ve tamiriyle ilgilenen Yani Usta, 1948 doğumlu. Babasının onu okutmak istemesine rağmen arabalara olan merakından vaz geçmemiş. O dönemde İstanbul'un en büyüğü olan ve hâlâ işletmekte olduğu Pangaltı'daki tamirhanesine çocukluğundan beri gelmekte.

Yani Usta bu erbabı ve meslek ahlakını, o dönemlerde Türkiye'de ilk otomatik şanzımanını tamir eden ustası, babasından öğrenmiş. 50'li yıllarda başladığı mesleği artık 60'lı yıllarda ilerletmeye başlamış. Merhum Süleyman Demirel ve Turgut Özal gibi devlet büyükleri gözü gibi baktıkları arabalarını ona emanet eder olmuş. Gel zaman git zaman Yani Usta'nın mahirliği tüm Türkiye'de duyulmuş. Bununla da kalmamış, bu bilgisini tamirhane dışına taşıyarak klasik araba, özellikle de Amerikan klasikleri konusunda aranan bir bilirkişi olmuş. Düzenlenen müzayedelerde başvuru alan kişi Yani Papayorgiu'muş.

1977'de Sabancı Holding'in makam arabası seçilebilsin diye kendisine danışılan Yani Usta, şu an Buick marka olan bu arabanın sahibi.

Sakıp Ağa, bu arabaya olan aşkını bildiği için 1985'te arabasını yarı fiyatına Yani Usta'ya satmış.



## Bir Mola Ver...

“Çocukken babasıyla bana gelenlerin şimdi to-runları bana arabalarını getiriyor” diyen Yani Usta sadece kaybolmaya yüz tutmuş mesleklerin temsilcilerinden değil, değişime rağmen eskiyi yaşatmaya çalışan bir düşüncenin, zanaatın, inceliğin ve sabrın temsilcisi.

İşine duyduğu aşkla hayata bağlı olan Yani Usta'nın ağzından dökülen her cümlede mesleğine olan sevgisini, emek ile yoğrulmuş sanatını görmeniz mümkün. İster bağlılık, ister aşk deyin, ben Yani Usta'da kendine saygı, alın teri, vefa ve her şeyden önce huzur gördüm. Sevdiği mesleği yapmış olmanın verdiği mutluluğu gördüm. Artık yitirmeye yüz tutmuş olsa da saplantıyla tutunduğu mesleğini büyük bir inançla icra ediyor. “Bir işi yaptığın vakit ne iş olursa olsun önce sevmek lazım. Ben de bu işi çok ama çok sevdim” diyor.

İstanbul'un değişen çehresine rağmen yarım asırdır Baysungur Sokak No:52 Pangaltı'da işlettiği mekânında yüzlerce klasik arabanın ömrünü uzatan Yani Usta, eskinin yeni karşısında direnmesini sağlayan bir avuç zanaatkârdan biri. Günün birinde onunla tanışmak isterseniz İstanbul hatıraları dolu, hoş sohbet, ustalara saygı dedirtecek birisiyle karşılaşacaksınız.



# WESTA MALL AVM

## ZONGULDAK



### WESTA MALL AVM,

Zonguldak şehir merkezinde çağdaş mimarisi ve fonksiyonel tasarımı ile yeni bir çekim merkezi yaratacak.

Bu özel projenin Elektromekanik tesisat işlerini üstlenmiş olmanın mutluluğunu duyuyoruz.



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 bir arabanın  
4.000 kilometrede oluşturduğu  
karbon kirliliğini yok edebilme  
kapasitesindedir.**

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



Geleceğe İZ Bırakıyoruz

