

BUFETTE Nescafé by Milano



Bufette Nescafé Milano Torium'da müşterileri ile buluştu.

Nestle Professional Nescafé'nin ev dışı tüketim Premium markası Nescafé Milano'yu Avrupa ve ABD'den sonra

Tema A.Ş. ile 1 Ağustos 2012'de yaptığı anlaşma ile Türkiye'de dağıtımına başladı. Distribütörlüğünü Tema'nın yaptığı Nescafé Milano birçok cafe'de kahve yeni kalite, yeni anlayışlar ve işletme kolaylıkları getiriyor.

s.6

MARKA - T



DESIGN STUDIO

Eğer sizde markanız için yeni bakış açıları, güçlü fikirler ve sektörünüzde sizi hep bir adım öne çıkartacak fikirlerle ihtiyaç duyuyorsanız sizinle de tanışalım...

s.4

hementeslimal.com



İnternette ilk kez sipariş vermeyi düşünenlerin kafasına en çok takılan soruların başında "e-ticaret güvenlimi" sorusu geliyor. Bizde sizin için hementeslimal.com ile bir kaç soruya cevap verdik.

s.5



GAZETE

TETAŞ
GAZETE
06 SAYI

Yıl: 2 Sayı: 6 Raf ömrü 3 aydır

EKİM - ARALIK 2012



**SEN DAİMA
KALBİMİZDE OLACAKSIN...**



Saygı Değer Ortaklarım,
Değerli Çalışma Arkadaşlarım,

Sevgili oğlumuz Adnan'ın, aramızdan ayrılışı ile tarifi mümkün olmayan, üzüntü içerisindeyiz. Adnan'ımız, yaşamı boyunca dürüstlüğü, doğruluğu, bağlılığı ve paylaşıma çok büyük önem verdi. O, hep ailesine bağlı, tüm değerlere sahip çıkan, insan ayırmaksızın herkesi seven ve sayan sahip olduğu özelliklerini her an paylaştan bir evlat oldu. Belki kısa ama büyük bir ömür sığdırdı, 27 yılına. Biz Adnan'ımız ile hep gurur duyduk, onu hep gururla ve sevgiyle anıyor olacağız. Oğlumuzu bu son yolculuğuna uğurlarken, derin üzüntümüzü bizlerle paylaşarak, TETAŞ Şirketler Grubu'nun, her bir üyesi ile ne kadar büyük bir aile olduğunu tekrar göstermiş oldunuz.

Şahsım ve ailem adına, en içten duygularıyla hepimize teşekkür ediyorum.

Halil İbrahim İPEK

8. ULUSLARARASI TARIM, SERA VE HAYVANCILIK FUARI



AGRI EXPO s.4

18. ULUSLARARASI AMBALAJ ENDÜSTRİSİ FUARI



TEC PRINT AMBALAJ PACKAGING s.4

cyclops® KÖPRÜ VE OTOYOL GİŞELERİNDE BEKLEMEK TARİH OLUYOR...



Hızlı Geçiş Sistemi Açıldı!

Ulaştırma, Denizcilik ve Haberleşme Bakanlığı'na bağlı PTT ve Karayolları Genel Müdürlüğü tarafından projelendirilen HGS; Bakan Binali Yıldırım'ın katıldığı toplantı ile tanıtıldı. Rixos Otel'de düzenlenen tanıtım toplantısına Yıldırım'ın yanı sıra PTT Genel Müdürü Osman Tural, Karayolları Genel Müdürü Cahit Turhan, projenin yüklenici firma yetkilisi Erhan Ark, bürokratlar, davetliler ve basın mensupları katıldı. **Detaylar...**

s.5



**SIRADIŞI VE PARLAK DİZİLERİN
SENARİSTİ Nevin CANGÜR İLE
KEYİFLİ BİR SOHBET YAPTIK...**

Hayatı dolu dolu yaşayan, özgürlüğüne tutkun, coşkulu, kendi dünya görüşünün doğrularından ödün vermeyen bir kadın.

s.9



TEŞEKKÜR

DEĞERLİ DOSTLARIMIZ

Sevgili Oğlumuz, Canımız,

ADNAN İPER'i

12 Ağustos 2012 Pazar günü gönlümüze yatırken;
Adnan'ımızın bundan sonra da bizler gibi,
sevenlerinin gönüllerinde de yaşayacağını gördük.

Oğlumuzu, bu son yolculuğuna uğurlarken,
camiye, mezarlığa, evimize ve mevlûdümüze gelerek, telefon ve mail
yoluyla arayarak, çiçek göndererek, vakıf/yardım kuruluşlarına
bağışta bulunarak zor günümüzde acımızı paylaştığınız için
siz dostlarımıza teşekkür ederiz.

FERDA - İBRAHİM - ONGAN
İPER AİLESİ

Dear Mr. Masahiro Shima

I can hardly express how grateful I am for your support through letter for our beloved son

ADNAN İPER's

sudden loss on 12.08.2012. It was timely and very,very helpful to me during
difficult days. On behalf of my family, I would like to thank you very much
for sharing our grief. We also thank you very much
in your presence to Shima Seiki staff who shared our grief:

Mr. NAKASHIMA, Mr. NAKAMURA, Mr. NAKANISHI, Ms. TOMITA

Mrs.FERDA - Mr.İBRAHİM - Mr.ONGAN
İPER FAMILY



TETAŞ ve VENÜS GRUP ŞİRKETLERİNİN desteği ile kurulmuş olan
KAYTAZDERE Tekstil İlköğretim Okulu'na
gönül vermiş olan tüm çalışanlarına ve bu okulda burs alarak kariyerlerini
belirterek bizi mutlu etmiş olan aydın öğrencilerine,

Süleyman KARACA: Uçak Müh.
Nuryah FİDAN: İşletmeci
E. Tuğçe YAZICI: Çevre Müh.
S.Serhat YILMAZ: Kocaeli Üniv. Çevre Müh.
Pınar ŞAHİN: Tokat Gaziosmanpaşa Üniv. Ziraat Müh.
Duygu BAHAR: Karamürşel Sağlık Meslek Lisesi
Sefa ARAZ: İnşaat Öğretmeni Lisesi
Elif TEPEGÖZ: Yerleştirme Bekliyor
Aybuke AYDEMİR: Karamürşel Alp Anadolu Lisesi
Neşe TARANACI: Çiftlikköy Atatürk Anadolu Lisesi
Pınar SAĞLAM: Çiftlikköy Atatürk Anadolu Lisesi
Hakan AYDEMİR: Yerleştirme Bekliyor

Aysu ERDOĞAN: Karamürşel Alp Anadolu Lisesi
Hakan GÜNEY: Karamürşel Alp Anadolu Lisesi
Melik DURAK: Karamürşel Anadolu Lisesi
Yasin AYDIN: Yerleştirme Bekliyor
Kevser ÖZBEK: Selçuk Üniv. İletişim Fak.
Melike ÜSTÜNYER: Yalova Üniv. Halkla İlişkiler
Ahmet AKMAN: Bursa Öğretmen Lisesi
Sefa OLGUN: İzmir Endüstri Meslek Lisesi - Makina
Burak KÜÇÜK: 100.Yıl Endüstri Meslek Lisesi - Elektrik
Havva TEPEGÖZ: Karamürşel Anadolu Lisesi
Zeliha DARICI: Şehit Osman Altınokçu Anadolu Lisesi
Didem SARICANOĞLU: Yerleştirme Bekliyor

Bu acılı günümüzde bizi dualarınız ve taziyeleriniz ile yalnız bırakmayıp,
acımızı paylaştığınız için şahsım ve ailem adına en içten ve en samimi
duygularımı hepinize ayrı ayrı teşekkür ederim.

Aynı zamanda TETAŞ ve VENÜS GRUP ŞİRKET çalışanlarına da
öğrencilerimizin bugünkü kariyerlerine ulaşmalarında yüksek sorumluluk
bilinci ile destek oldukları için ayrıca teşekkür ederim.

FERDA - İBRAHİM - ONGAN
İPER AİLESİ




Dear Mr. Kunihiro Murata
and PEGASUS Family

I can hardly express how grateful I am
for your support through letter for our beloved son

ADNAN İPER's

sudden loss on 12.08.2012. It was timely and
very,very helpful to me during difficult days.
On behalf of my family, I would like to
thank you very much for sharing our grief.

Mrs.FERDA - Mr.İBRAHİM - Mr.ONGAN
İPER FAMILY



Dear Mr. Yuan Yongfu
and CHERY Heavy
Industry Family

I can hardly express how grateful I am
for your support through letter for our beloved son

ADNAN İPER's

sudden loss on 12.08.2012. It was timely and
very,very helpful to me during difficult days.
On behalf of my family, I would like to
thank you very much for sharing our grief.

Mrs.FERDA - Mr.İBRAHİM - Mr.ONGAN
İPER FAMILY



Dear Mr. Douglas Zou
and ZOJE Family

I can hardly express how grateful I am
for your support through letter for our beloved son

ADNAN İPER's

sudden loss on 12.08.2012. It was timely and
very,very helpful to me during difficult days.
On behalf of my family, I would like to
thank you very much for sharing our grief.

Mrs.FERDA - Mr.İBRAHİM - Mr.ONGAN
İPER FAMILY



Dear Mr. Mr. Ming Jang;
Mr. Steve Lin
and MEGASEW Family

I can hardly express how grateful I am
for your support through letter for our beloved son

ADNAN İPER's

sudden loss on 12.08.2012. It was timely and
very,very helpful to me during difficult days.
On behalf of my family, I would like to
thank you very much for sharing our grief.

Mrs.FERDA - Mr.İBRAHİM - Mr.ONGAN
İPER FAMILY



Dear Mr. Ms. Elyn and GAMMA Family

I can hardly express how grateful I am for your support through letter for our beloved son

ADNAN İPER's

sudden loss on 12.08.2012. It was timely and very,very helpful to me during difficult days.
On behalf of my family, I would like to thank you very much for sharing our grief.

Mrs.FERDA - Mr.İBRAHİM - Mr.ONGAN
İPER FAMILY



SAYGIDEĞER UNKAPANI TÜCCARIMIZ

Sevgili Oğlumuz, Canımız,
ADNAN İPER'in

12 Ağustos 2012 Pazar günü vefatı nedeniyle; bu zor günlerimizde bizi yalnız bırakmayıp, camiye, mezarlığa,
evimize ve mevlûdümüze gelerek, telefon ve mail yoluyla arayarak, çiçek göndererek, vakıf/yardım
kuruluşlarına bağışta bulunarak acımızı paylaştığınız için yüreğinizi teşekkür ederiz.

FERDA - İBRAHİM - ONGAN
İPER AİLESİ

SAYGIDEĞER DOST MÜŞTERİLERİMİZ

Sevgili Oğlumuz, Canımız,
ADNAN İPER'in

12 Ağustos 2012 Pazar günü vefatı nedeniyle; bu zor günlerimizde bizi yalnız bırakmayıp, camiye, mezarlığa,
evimize ve mevlûdümüze gelerek, telefon ve mail yoluyla arayarak, çiçek göndererek, vakıf/yardım
kuruluşlarına bağışta bulunarak acımızı paylaştığınız için yüreğinizi teşekkür ederiz.

FERDA - İBRAHİM - ONGAN
İPER AİLESİ

AVRASYA / EURASIA AMBALAJ PACKAGING

18. ULUSLARARASI AMBALAJ ENDÜSTRİSİ FUARI

TETAŞ İç ve Dış Ticaret A.Ş., 20-23 Eylül 2012 tarihleri arasında düzenlenen 18. Uluslararası Ambalaj Endüstrisi Fuarına her sene olduğu gibi bu sene de katıldı.



8. ULUSLARARASI TARIM, SERA VE HAYVANCILIK FUARI

Tarım sektörünün önde gelen organizasyonları arasında yer alan AGROEXPO EURASIA 2012 İzmir 8. Uluslararası Tarım Sera ve Hayvancılık Fuarı'na katılan Tetaş A.Ş., Sunward mini ekskavatör ve yükleyicilerini çiftçilerin beğenisine sundu.

Bir süre önce distribütörlüğünü aldığı Chery marka depolama ekipmanları ile iş makineleri sektörüne adım atan Tetaş A.Ş., bünyesine yeni kattığı Sunward kompakt iş makinelerini de ilk kez İzmir'deki fuarda sergiledi.

Mini ekskavatör ve mini yükleyicilerden oluşan Türkiye kompakt iş makineleri pazarının yüzde 45'inin Ege Bölgesinde çalıştığını belirten Tetaş A.Ş. İş Makinaları Satış ve Pazarlama Müdürü Hakan Murteza, bu tarz bölgesel fuarlara katılarak nihai tüketicilere doğrudan ulaşmayı hedeflediklerini vurguluyor.

Temmuz ayı itibarı ile Türkiye pazarına sundukları Sunward iş makinelerinde; Yanmar, Bosch-Rexroth, Nachi gibi kalitesi dünyaca kabul gören ana bileşenler kullanıldığını ifade eden Murteza, müşterilerine sadece daha cazip fiyatlar değil, etkin satış sonrası hizmetler de sunduklarını sözlerine ekliyor.

Tetaş A.Ş. fuarda; Sunward SWE08B mini ekskavatör, SWE30UB (sıfır kuyruk) mini ekskavatör, SWL282 mini yükleyici ile birlikte CHERY FD25 dizel forklift ve FD35 dizel forkliftlerini sergiledi.



AGROEXPO EURASIA 2012



TEC PRINT

Tekstil Dokuma Baskı Matbaa Etiket San.ve Tic. A.Ş.

TECPRINT, 3 YILIN ARDINDAN YENİDEN AVRASYA AMBALAJ İSTANBUL-2012 FUARINDAYDI...



20-23 Eylül 2012 tarihlerinde TÜYAP Fuar ve Kongre Merkezi'nde 18. kez kapılarını açan Avrasya Ambalaj 2012 İstanbul Fuarı, İstanbul Gıda Tek Fuarı ile birlikte 11 salonunda 90.000m²'de düzenlenerek Avrupa'da konusunda 3. büyük fuar oldu.

Sektörün nabzını tutan, geçen yıla göre % 17 oranında büyüyen fuar, yurtiçinde ve yurtdışında sektörün gelişimine etkisi olan en güçlü organizasyondur.

Çeşitli ambalajlama, barkodlama, etiketleme, baskı öncesi, baskı, poşetleme, shrinkleme makineleri gibi pek çok farklı kategoride 1081 firma ve firma temsilcisinin katılımıyla bu yılda zengin bir katılımcı yelpazesiyle ziyaretçilerini ağırladı.

Her geçen gün kendini, ekibi ve müşteri potansiyeli ile sürekli olarak olumlu yönde

geliştirmekte olan TEC Print olarak biz de 3 yıl aradan sonra yeniden Ambalaj Fuarı'ndaydık. 48 m²'lik standımızda 4 gün boyunca ziyaretçilerimizle birliktedik. gıda, kimya, ilaç, kozmetik gibi sektörlerin, yurtiçi ve yurtdışı temsilcileri olan misafirlerimiz; etiket ve ofset baskı işlerinden örneklerin yer aldığı standımızda pazara sunulan tüm hizmetlerimiz hakkında bilgi alma şansına sahip oldular.

Standımızı ziyaret eden değerli misafirlerimizin gösterdikleri ilgiden büyük bir memnuniyet duyarak elde ettiğimiz potansiyel fırsatları değerlendirmek adına çalışmalarımıza hız verdik.

Fuar süresince standımıza ilgi gösteren ve ziyaretimize gelen tüm konuklarımıza gönülden teşekkür ederiz.

TEC PRINT



MARKA DESIGN STUDIO

Bizim için küçük proje, büyük proje diye bir ayrım yok. Her proje için büyük fikirler var. Ucuz reklam, pahalı reklam da yok. Her zaman etkili reklam var. Küçük başarı ve büyük başarı hiç yok. Sadece büyük başarılar, büyük sonuçlar var.

Hadimköy Yolu 50. Sok. No:2 Kırca - Büyükdere / İSTANBUL
Tel.: 0(212) 866 96 62 Gsm: 0(530) 767 40 03



2013 YILINA GECİKMEYİN!

LOGO Tasarımları
KURUMSAL MARKA KİMLİĞİ
AMBALAJ Tasarımı
Davetiye Tasarımları
WEB, BANNER TASARIMLARI
Billboard, Afis
BİNA, ARAÇ GIYDIRME
Föy, El İlanı DERGI İLANI

cyclops®

HIZLI GEÇİŞ SİSTEMİ AÇILDI



Ulaştırma, Denizcilik ve Haberleşme Bakanlığı'na bağlı PTT ve Karayolları Genel Müdür'lüğü tarafından projelendirilen HGS; Bakan Binali Yıldırım'ın katıldığı toplantı ile tanıtıldı.

Rixos Otel'de düzenlenen tanıtım toplantısına Yıldırım, PTT Genel Müdürü Osman Tural, Karayolları Genel Müdürü Cahit Turhan, projenin yüklenici firma yetkilisi Erhan Ark, bürokratlar, davetliler ve basın mensupları katıldı.

Törende, HGS etiketi ile ilgili teknik sunum yapan Erhan Ark, 8 milyon KGS kullanıcısının HGS sistemine geçmesi ile birlikte yaklaşık 440 milyon TL tasarruf edileceğini belirtti. Bariyerlerin kaldırılması ile birlikte araç geçişinde üç kat artış hedeflendiğini söyleyen Ark, bu projeye Avru-



pa'daki ilk referans uygulamanın Türkiye'de gerçekleştirildiğini de vurguladı.

Daha sonra, Ulaştırma, Denizcilik ve Haberleşme Bakanı Sayın Binali Yıldırım bir konuşma yaptı. Bakan Yıldırım, bugüne kadar köprülerde ve otoyollarda Otomatik Geçiş Sistemi (OGS) ve KGS'nin uygulandığını belirterek, OGS'nin daha seri geçiş imkanı sağladığını ancak KGS'nin yoğun zamanlarda tıkanmalara neden olduğunu dile getiren Yıldırım, vatandaşların bu durumdan mağdur olduklarına işaret etti. Yıldırım, HGS'nin güzel bir başlangıç yaptığını belirterek, ilk günden vatandaşlardan ilgi gördüğünü söyledi.

HGS etiketlerinin, tüm PTT şubeleri ile otoyollar üzerinde 29 noktada bulunan PTT gişelerinde satışa sunulduğunu belirten Yıldırım, Hızlı Geçiş Sistemi etiketlerinin bir hafta önce satışa sunulduğunu ve sistemin devreye alındığı gün itibarı ile 7 bin 218 adet Hızlı Geçiş Sistemi etiketi satın alındığını, ilk on gün sonunda bu sayının 45.420 adete çıktığını kaydetti.

HGS uygulamasının ilk gününde 6 bin 811 kez, ilk on günün sonunda ise 102.580 kez HGS etiketlerini kullanarak köprü ve otoyollardan geçiş yaptığını ifade eden Bakan Yıldırım, HGS'nin, Kartlı Geçiş Sistemi'ne (KGS) göre yüzde 20 daha avantajlı olduğunu vurguladı. HGS'nin devreye girmesiyle kısa bir süre içinde KGS'nin tamamen ortadan kalkacağını belirterek, yaklaşık 8 milyon KGS kartı sahibinin bu kartlardaki paraları harcadıktan sonra HGS'ye geçeceklerini söyledi. "Bizim amacımız, 2013 yılına kadar KGS'nin yerini HGS'nin alması" dedi.

HGS'nin otoyollar ve köprülerde seyreden taşıtların ödeme noktalarında durmadan

geçmelerini ve geçiş ücretlerini de pasif RFID etiket üzerinden ödemelerini sağlayan sistem olduğunu anlatan Yıldırım, şöyle devam etti: "OGS'yi almak için nüfus kağıdı, ikametgah senedi, kefil, depozite, bankaya hesap açma ve 60 TL para veriyorsunuz. HGS her yerde rahatlıkla ulaşılabilir bir sistem. PTT şubesi olan her yerden 5 TL'ye rahatlıkla alabileceksiniz. Araç ruhsatını vereceksiniz hemen kayda girecek ve alabileceksiniz. Kullanımı kadar temini de çok kolay."



94 alım gişesi, 387 müstakil gişe de HGS geçişlerinin yerleştirildiğini vurgulayan Yıldırım, "Bu sistem sayesinde trafik akışında artış olacak. Dur-kalk kalkıyor. Temin etme imkanı fevkalade geniş. PTT olan her yerde bunu alabileceksiniz. Yollardaki benzin istasyonlarında konaklama tesislerinde de bu kartlara ulaşabileceksiniz. HGS alan KGS'ye göre yüzde 20 daha az ödeme yapacak. Hem hızlı geçecek hem az ödeyecek hem de daha kolay temin edecek bundan iyisi can sağlığı. Nakit olarak veya kartla alınabiliyor. KGS kredilerini HGS'ye aktarma imkanı da var. PTT bonus kart sahipleri karta ücretsiz sahip olabilecek." HGS'de plaka tanıma sistemi sayesinde kaçak veya suça karışmış araçların kolaylıkla tespit edileceğini hatırlatan Yıldırım,

"bu tür araçların takibi ve tespitinde güvenlik güçlerine çok ciddi kolaylık getiriyor."

İkinci adım tek sisteme indirmek. Öyle zannediyorum vatandaşlarımız zamanla OGS'yi de terk edecek. Tek geçiş sistemi olarak HGS devreye girmiş olacak. Böylece kartlı sistemlerin doğurduğu olumsuzlukları da ortadan kaldıracak. Yazılımların büyük bir kısmı da Türkiye'de yazıldı. "Büyük bir önemi var. Herhangi bir aksaklık çıkarsa müdahale daha kolay. Bu durum güvenlik açısından önemli" şeklinde konuştu. Yıldırım HGS tanıtımının ardından ilk kartı kendi makam aracına yapıştırdı.

HGS'de kart bakiyesinde 30 lira bulundurma zorunluluğu kaldırıldı. Kart bakiyesinin geçiş ücretini karşılamadığı durumlarda HGS abonelerine, geçişten sonra 7 gün içerisinde hesaplarına para yatırmaları durumunda cezai işlem uygulanmayacak. Ayrıca HGS aboneli olmadığı halde HGS gişelerinden geçiş yapan sürücüler de 7 gün içerisinde abone oldukları takdirde herhangi bir cezai işleme tabi tutulmayacaklar.

Ayrıntılı bilgi için:

www.ptt.gov.tr

444 17 88 PTT Çağrı Merkezi



E-Ticaret Güvenli mi?

İnternette ilk kez sipariş vermeyi düşünenlerin kafasına en çok takılan soruların başında bu soru geliyor. Bizde hementeslimal.com olarak sizin için bir kaç soruyu cevaplandırdık.

Alışveriş yapacağımız, siteye nasıl güveniliriz?
Kredi kartı bilgilerinizi vermekten çekiniyor olabilirsiniz ancak sorun çıkma ihtimali en düşük olan kısım alışverişinizin ödeme kısmıdır. Müşteri odaklı çalışan online alışveriş siteleri bu bilgileri doğrudan bankaya iletmektedir; bir diğer deyişle, bu bilgiler tüzel kişilikleri bankalar tarafından onaylanmış olan firmalar aracılığı ile bankaya iletilmektedir.

Ürün özellikleri, ulaşım vb. konularda mağduriyet yaşamamak için ne yapmak gerekir?

Sipariş esnasında ödediğiniz ücretin ürünün değeri olduğunu, ödeme kolaylıklarını ve ürün değişim, iade gibi özelliklerle satış satılmadığını arzu ettiğiniz takdirde teyit edebilirsiniz. Ancak, bu detaylara dikkat ederek aldığınız ürünü iyi analiz ederek mağdur olmamanızı sağlayabilirsiniz.

Kredi kartı bilgilerinizi vermeyiz doğru mu?

a) SSL Güvenliği Nedir?
İnternette bilgilerin karşı tarafa güvenli iletilmesi SSL (Secure Socket Layer) ve SET adı verilen bağlantı protokolleri kullanılarak sağlanır. Biz SET yaygın olmadığı için sadece yaygın olarak kullanılan SSL ve 3D şifreleme protokolünden bahsedeceğiz.

Netscape tarafından geliştirilen bu şifreleme yöntemi hemen hemen bütün tarayıcılarda standart olarak bulunmaktadır. SSL en basit anlatımıyla,

yazmış olduğunuz bilginin sadece karşı tarafta (bu durumda söz konusu taraf banka) deşifre edilebilecek şekilde şifrelenerek gönderilmesidir. SSL kullanımı ile hangi iki adres arasında bilgi iletişimi yapılacağı sabittir. Bilgi firmanın web alanından bankanın adresine iletilmektedir. SSL şifreleme ile Sanal Pos kullanımının birlikte olması, maksimum alışveriş güvenliğinin sağlanması için kesinlikle şarttır.

b) 3D Secure Güvenliği Nedir ?

3D Secure, online alışverişlerin güvenliğini sağlamak amacıyla kart kuruluşları tarafından geliştirilmiş bir kimlik bilgi doğrulama sistemidir. İnternet sitelerinden yapılan alışverişlerde kişiye özel şifreyle kredi kartının kişiye ait olduğunu onaylama işlemi olarak bilinir. Visa Kredi Kartı için kullanılan uygulamasına da "Verified by Visa" adı verilir. MasterCard için kullanıma ise "SecureCode" adı verilmektedir.

Sorulara vermiş olduğumuz yanıtlarımızda da görüldüğü üzere, İnternette alışveriş yapmak, doğru alışveriş kanallarını seçebildikten sonra, son derece güvenlidir.

Bizler de hementeslimal.com ekibi olarak, geniş ürün yelpazesi, hızlı teslimat ve uygun fiyat avantajlarını güvenli bir ortamda sunarak, siz değerli müşterilerimize alışveriş keyfini yaşatmayı kendimize ilke edinmiş olup, sizlerden gördüğümüz ilgiyle, emin adımlarla yolumuza devam etmekteyiz.

Saygılarımızla,

hementeslimal.com Ailesi

MADE IN ITALY



AVRUPA KALİTESİYLE

**ŞOK
KAMPANYA
FİYATLARI**



STİPİT - HATİ: 0312 866 9130

BUFETTE by NESCAFÉ Milano

Bufette Nescafe Milano Torium'da Müşterileri ile buluştu

Nestle Professional Nescafenin ev dışı tüketim Premium markası Nescafe Milano'yu Avrupa ve ABD'den sonra Tema A.Ş. ile 1 Ağustos 2012'de yaptığı anlaşma ile Türkiye'de dağıtımına başladı. Distribütörlüğünü Tema'nın yaptığı Nescafe Milano birçok cafeye kahve yeni bir kalite yeni anlayışlar ve işletme kolaylıkları getiriyor.

Torium Bufette Nestle ile yapılan anlaşma çerçevesinde 26 Temmuz 2012 tarihinde 4'üncü katta açık çatıda komşuları D&R, Tifany'nin yanında hizmete girdi. Türkiye'deki ilk Nescafe Milano olan cafe; İtalyan Milano Cafe konsepti ve içki satışıyla müşterileri ile buluştu. Bufette halihazırda Torium'un en iyi ve şık restorantı olma özelliğini taşımaktadır.



Açılışını takiben öncelikle Yatırım Leasing ardından Nestle'nin toplantılar düzenlediği Bufette'de ramazanda iftar menüleri verildi.



Bufette'de sabah kahvaltıları açık havada ve Torium'un açık çatı ambiyansında verilmektedir.

6 Eylül 2012'de Bufette Nescafe Milano'da yapılan Nestle Professional toplantısı ile Tüm Türkiye sahilinde Nestle çalışanlarına Bufette'nin ve Nescafe Milano'nun tanıtımı hedefleri anlatılmıştır.

Bufette'nin menüleri Maslak Tetaş Plaza ve Torium'da tanınırken Tema Mutfak Eylül ayından itibaren yeni müşterilerine Merter ve Tetaş Plaza Kırca'ta günlük ortalama 1750 adet tabldot üretimini yapmaya başlamış, butik catering hizmetinin birçok müşteride memnuniyet yarattığı görülmüştür.



Özel tatlı ve Nescafe Milano marka kahveleri beğenilmektedir.



Fesleğen tek yıllık bir bitkidir. Yaprak rengi açık yeşilden koyu yeşile doğru değişir. Bitkinin kullanılan kısımları, taze çiçekli dalları ve tohumlarıdır. Fesleğen bitkisi, bir yerli Anadolu bitkisi değildir. Akşamları açıkta yenilen yemeklerde masaların fesleğen ile süslenmesi, bebeklerin yanına fesleğen konulması, yaz aylarında evlerin açık camlarının önünde fesleğen saksıların olması sebebi yaydığı güzel kokunun yanında sinekleri kovucu özelliği olmasıdır. Hem taze, hem de kurutulmuş olarak kullanılan fesleğen, yemeklerde ve salatalarda yaygın olarak kullanılır. Kendisi pişirildiğinde tadını çabuk yitirdiği için, genellikle yemeklere son anda katılır. Türk ve özellikle İtalyan yemeklerinde ve salatalarda baharat olarak yaygın bir şekilde kullanılan fesleğen, diğer Akdeniz ülkelerinin ve kökeninin dayandığı güney, güney doğu Asya ülkelerinin yemeklerinde de önemli yer tutar. Bir çok şarkıya da esin kaynağı olan fesleğen, yemeklerde aroma artırıcı olarak ve hoş kokusuyla süs bitkisi olmak üzere iki türdedir. Sağlık açısından mucizevi bir bitki olan fesleğen birçok derde deva olacak faydalara sahiptir. Benimde bizzat soslarda ve yemeklerde kullandığım fesleğen mutfak şeflerinin olmazsa olmazı arasında yer almaktadır... Şimdi size fesleğen denince akla gelen ilk sos olan pesto sosun tarifini ve pesto soslu penne makarnası tarifini vereceğim.

Şefin Tarifi

PESTO SOSLU PENNE

Pesto sosu:

50 gram fesleğen
10 gram dolmalık fıstık
20 gram parmesan
1 diş sarımsak
150 gram sızma zeytinyağı

Yapılışı: Öncelikle fesleğenin yapraklarını dallarından ayırın. Bir kaba tüm malzemeleri ve zeytinyağını koyup blenderdan çekip, püre haline getirin yemyeşil bir sos elde etmiş olacaksınız.

Pesto Soslu Penne

Bir paket penne makarnasını aldante (az haşlanmış) yada isteğe göre çok haşlanmış olarak tuzlu ve yağlı kaynar suda haşlayın ve süzüp beklemeye alın. Diğer tarafta bir tavaya 100 gram pesto sos, 100 gram kremayı bir tavaya alın tuz, karabiber ekip kaynamaya yakın makarnanızın 4/1 ni ilave ederek sos ile birlikte kaynatın sos hafif çekince ocaktan alın, çok kaynatmayın çünkü krema yağın salıp makarnanız lezzetini kaybedebilir. Sonra servis yapacağınız tabağınızı alın ve üstüne toz parmesan peyniri ekleyin.

Afiyet olsun..



Yılmaz ALMAZ
Executive Chef



Yılmaz Almaz

BİZDEN BİR YETENEK



Derya Duman PALA

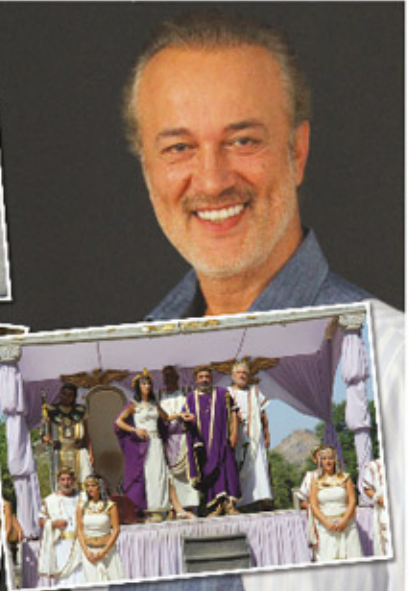
1990 yılında medya sektöründe politika ve siyaset muhabiri olarak göreve başladım, görsel ve yazılı medyanın bitmek bilmeyen ufkuyla bu sayede tanıştım. Savaş muhabirliği yaptığım dönem elimde Minolta AF7000 makineyle savaş görüntüleri yakalamaya çalışıyordum. O dönem çektiğim fotoğraflardan bazıları Hürriyet Gazetesi'nde ödül hakkı kazandı bana. Çok gurur vericiydi. Hobi olarak devam ettirdiğim fotoğraf çekimlerini büyük bir keyifle yapıyorum.

Hafta sonları için plan yaparken sürekli aklımda gideceğim yerlerde nasıl fotoğraf kareleri yakalayacağımı hayal ediyordum.

programımı buna göre yapıyorum.

Medya sektöründe 1990 ve 2004 yılları arasında çalıştıktan sonra, çeşitli yerlerden ve konulardan insanlar tanıdım. Bir kısım tiyatrocu arkadaşların genel fotoğraflarını çektim. Portre fotoğrafları çekmek benim için en keyiflisi. Karşınızdaki insanın yüz hatları, sevinci, öfkeyi, hüznü o kadar derin bir şekilde veriyor ki o anı yakalamak anlatılmaz bir duygu haline geliyor benim için. Snapshot tadında moda fotoğraflarına bayılıyorum. Fresh fotoğrafları ve görsellikteki yalınlığı sevdiğim için çektiğim fotoğraflara yansıtmaya çalışıyorum.

Şuan Canon EOS 60D makinem var. Elinizdeki makinenin iyi olması önemli tabi ama bu yalnızca bir ayrıntı. Fotoğraf çekmek resim yapmak gibi, yeteneğiniz varsa ortaya iyi sonuçlar çıkar.



PEGASUS SANAYİ DİKİŞ MAKİNALARI İTH. İHR. VE TİC. LTD. ŞTİ.



Müşterilerimiz bizi Pegasus gönüllüleri olarak tanır. 20 yıldır Pegasus ile iş yapıyoruz ve böyle anılmak hoşumuza gidiyor.

1. Bize biraz kendinizi anlatır mısınız, nasıl başladınız bu işe?

Bu işe ilk olarak 20 yıl önce Karakaş firmasında adım attık. Üç ortak olarak teknik servis kadrosunda başladığımız yolculuğumuzda servis, satış ve yedek parça departmanlarında yönetici olarak görev yaptık. Karakaş firması kapanınca da kendi işimizi kurmaya karar verdik. Yaklaşık 4 senedir kendi firmamızda yoğun bir şekilde yine müşteri memnuniyetinden ödün vermeden satış, servis, yedek parça ve elektronik bölümlerimizle hizmet veriyoruz. Müşterilerimiz bizleri Pegasus gönüllüleri olarak tanır. 20 yıldır Pegasus ile iş yapıyoruz ve böyle anılmak hoşumuza gidiyor.

lülere olarak tanır. 20 yıldır Pegasus ile iş yapıyoruz ve böyle anılmak hoşumuza gidiyor.

Şirket olarak hedefimiz her geçen yıl öz sermaye ile istikrarlı bir şekilde daha da büyümek, daha da çok müşteriye ulaşış birliği yapmak.

2. Şirket olarak büyük satış grafiğiniz var bunu nasıl başarıyorsunuz? Başarınızı neye borçlusunuz?

Biz yerel olmak yerine global olmayı seçtik. Türkiye'nin bir çok ilinde müşterilerimiz var. Yurt dışında da; Rusya, Türkmenistan, Özbekistan, Bulgaristan, Mısır, Moldova gibi ülkelerde müşterilerimizin taleplerini karşılıyoruz. Müşterilerimiz bize her zaman güvenir. Çünkü tecrübemiz ile önerdiğimiz çözümlerle daha verimli olabilmek adına yaptığımız çalışmalarla müşterilerimizin üretimini arttırıyoruz, bu da bize satış olarak geri dönüyor. İşin en güzel tarafı da müşterilerimizin bizleri başka firmalara tavsiye etmesi. Yurt dışından ve yurt içinden ilk görüşmemizi müşteri tavsiyesi ile yaptığımız ve bizi öneri üzerine arayan yeni firmalar var. Bunlarla karşılaştıkça işimizi iyi yaptığımızı düşünüyoruz. Tabii temel unsur elbette ki maliyet, biz taşın altına elimizi sokup müşterilerimizle büyümeyi de seviyoruz.

3. Şirket olarak hedefleriniz nelerdir? Düünden bugüne şirketinizi bize anlatır mısınız?

Şirket olarak hedefimiz her geçen yıl öz sermaye ile istikrarlı bir şekilde daha da büyümek, daha da çok müşteriye ulaşış birliği yapmak. Az zamanda çok iş başarıldığımız farkındayız. Ama ilk günkü heyecanla yolumuza devam ediyoruz. Firmamızın 4 yıllık bir geçmişi olmasına rağmen, 20 yıllık tecrübemiz yolumuza ışık tutuyor.

4. Son olarak okuyucularımıza ve TETAŞ ailesine söylemek istediğiniz bir şey var mı?

Tekstil ve konfeksiyon ciddi bir sektör ve artık ülkeler birbirine uzak değil. Biz ülke olarak tekstil ve konfeksiyon ihracatında çok iyi rakamlara ulaştık ama daha fazlasını başarabiliriz. Bunun için de nitelikli iş gücünü daha üst seviyelere çekmemiz ve sektöre yatırım yapılmasını sağlamamız gerekiyor. Son olarak geçtiğimiz ay hayatını kaybeden Adnan İper'e Allah'tan rahmet Sayın İbrahim İper ve ailesine Allah'tan sabırlar dileriz. Sektörde önemli bir yer tutan TETAŞ Gazetesi'ne bizlere bu fırsatı verdiği için teşekkür ederiz.

KAYHAN AÇIKGÜN, MAHMUT DEMİR ve ERTUĞRUL KARATAŞ

TETAŞ, müşterileri ile geleneksel iftar yemeğinde buluştu.



Tetaş İç ve Dış Tic. A.Ş., 8 Ağustos 2012 Çarşamba akşamı, Hadımköy yerleşkesinde, geleneksel iftar davetinin dördüncüsünü düzenledi. Triko, nakış, yuvarlak örgü, konfeksiyon toptan ve perakende, kağıt-matbaa, ayakkabı ve etiket sektörü toptan ve perakende sektörlerinden yaklaşık 700 müşterinin katıldığı davete gösterilen ilgi büyüktü. Yemekte konuşan Tetaş İç ve Dış Tic. A.Ş. Genel Müdürü Sezgin Bingöl; tüm müşterilere katılımlarından dolayı teşekkür ederken, bu vesile ile bayramlarını da tebrik etti. Firma yetkilileri, artık geleneksel hale gelen bu daveti gelecek yıl da düzenleyeceklerini, Ramazan geleneklerini müşterileri ile paylaşmanın ayrıca bir mutluluk olduğunu belirttiler.

BODRUM



Gazetemizin bu sayısında Strateji Factoring Bodrum temsilcimiz olan Sn. İsmail Savaşan'dan bize Bodrum'u tanıtmaları rica ettik.

BODRUM ANLATILMAZ, YAŞANIR...



Halikarnasos'ta (Bodrum'un eski adı) M.Ö. 484'te doğan ve tarihin babası olarak bilinen Herodot'a göre Bodrum'un Dor'lar tarafından kurulduğu ifade edilmektedir. M.Ö. 650 yılında gelen Megaralı'lar tarafından şehrin genişletilerek adını da Halikarnasos olarak değiştirilmiştir. Daha önce bir kaç defa Türklerin eline geçmiş ve son olarak 1522 yılında Kanuni Sultan Süleyman tarafından Osmanlı İmparatorluğu'na katılmıştır. Cumhuriyetin ilanından sonra adı Bodrum olarak değiştirilmiştir.

1970'li yıllar ve öncesinde Bodrum ev pansiyonculuğu olan sessiz, sakin bir sahil kasabası görünümündeydi. Yeni Milas Bodrum karayolunun 1978 yılında açılması ile birlikte 1980 sonrası Dünya'nın tanıdığı ve talep ettiği büyük bir turizm merkezi haline gelmiştir. Son yılların en gözde tatil ve yerleşim yerlerinden biri haline gelen Bodrum aynı zamanda tarihi ve kültürel bir zenginliğe sahiptir.

Gezelim Görelim



Yokuş bağından Bodrum'a inerken büyük ihtişam ile sizi karşılayan Bodrum Kalesi Rodos Şövalyeleri tarafından 1402-1522 yılları arasında yapılmıştır. II. Abdülhamit zamanında hapisane olarak kullanılmıştır. En ünlü hükümlüsü Halikarnas Balıkcısı olarak bilinen ve Bodrum'un tanıtımında çok büyük katkıları olan Cevat Şakir Kabaağaçlı'dır. Bodrum kalesi 1964 yılında Müze Müdürlüğü olmuştur. Bodrum Kalesi bünyesinde bulunan Bodrum Sualtı Arkeoloji Müzesi Dünya'nın sayılı müzelerindendir. Helen döneminden kalan ve 1973 yılında yapılan kazılarda açığa çıkarılan 13 bin kişilik Antik Tiyatro'da yaz aylarında çeşitli etkinlikler ve konserler düzenlenmektedir. Ayrıca Büyük İskender'in M.Ö. 333 yılında şehri kuşatmaya girdiği Myndos Kapısı ve Yarımada'da bulunan 12 antik kent Bodrum'un tarihi ve kültürel zenginlikleri arasındadır.



Bodrum şehir merkezinde genellikle ufak çaplı otel ve pansiyonlar bulunmakla birlikte daha ziyade eğlence mekanları restoranlar ve turistik eşya satan alışveriş mekanları ağırlıklıdır. Denizin, kumun, güneşin ve gıbnatının doyasıya yaşandığı Torba, Gümbet, Akvaryum Koyu, Bitez,

Ortakent, Kargı Koyu, Bağla, Aspat, Karaincir, Akyarlar, Turgutreis ve daha bir çok koyda her kesime hitap edebilecek konaklama yerleri restoranlar ve Bodrum mimarisine has beyaz badanalı evleri ve evlerin bahçesinde genellikle duvarlara sarılı rengarenk begonvilleri ile tasvirî çok zor olan, ancak yaşanılarak görülmesi gereken yerlerdir.



Bodrum karşısındaki Karaada'da mağaralarda bulunan çamurun cilt hastalıklarına iyi geldiği bilinir. Ayrıca Kleopatra'nın güzelliğinin de bu çamurdan geldiği rivayet edilir. Başta; Bitez, Gümbet olmak üzere koyların pek çoğunda windsurf ve yelken sporları yapılır. Dalış kursları verilip, dalış turları düzenlenir. Bodrum turizminin gözde unsurlarından olan yat ve teknelerin çekildiği D-Marin Turgutreis Marina, Bodrum Milta Marin, Palmarine Bodrum tüm yat ve teknelerin dinlenme ihtiyaçları ile birlikte alışveriş, eğlence ve yeme-içme imkanları ile Türkiye'nin ilk 10 marinası arasında yer almaktadır. Özellikle içmeler bölgesindeki tersanelerde yat ve tekne imalatı yapılmakta olup, burada yapılan Bodrum Guletleri dünyaca ünlüdür.



Bodrum akşamlarında günün yorgunluğunu, yöreye has kabak çiçeği dolması, deniz börülçesi, hardal otu salatası, turp otu salatası gibi mezelerle, dil balığı, barbun, lağos, sinarit, çipura, levrek, kalamar ve ahtapot gibi deniz mahsullerini her koyda bulabileceğiniz restoranlarda yiyecek çıkarabilirsiniz.



Bu arada her tür müzik yanında; Çökertme Zeybeği, Bodrum Hakimî Mefaret Hanım gibi zengin Bodrum türküleri ve ezgilerini de dinleyebilirsiniz.

Halikarnas Balıkcısı'nın da söylediği gibi; Yokuşbaşı'na geldiğinde Bodrum'u göreceksin, Sanma ki sen geldiğin gibi gideceksin, Senden öncüklerde söylediler, Akıllarını hep Bodrum'da bırakıp gittiler.

STRATEJİ FACTORİNG



Bodrum Temsilcimiz; Sn. İsmail SAVAŞAN iş hayatına 1970 yılında Akbank'ta Müfettiş olarak başladı. Yaklaşık 10 yıl müfettişlik görevinden sonra 2000 yılına kadar 20 yıl süresince, Kuzeydoğu Anadolu, Orta Anadolu, Trakya ve İstanbul'un üç bölgesinde Bölge Müdürlüğü yaptı. 1.5 yıl Torakbank'ta Genel Müdür Yardımcısı olarak çalıştı. 2007 yılından bu yana Strateji Factoring'in Bodrum Temsilcisi olarak çalışmaktadır. Kendisi evli ve iki çocukludur.

SUYUN ÖNEMİ



Su gerçekten hayattır. Bedenimizin % 65'i sudan oluşur. Su yaşamımızın sürdürülmesi için temel besinlerdendir. Bedenimizin ısı dengesi, hücre içi yaşamın devamı için, besinlerin yakılması, sindirilmesi suya bağlıdır. Suyun az alınması halinde ciddi sağlık sorunlarına kapı açılmış olur.

Su az tüketildiğinde bedenimizdeki yağ oranı yükselir, böbrekler yeterli su alamayınca karaciğerin görevi ağırlaşır ve böbreği ikame etmeye çalışır. Yağ deposunu enerjiye çevirmesi gereken karaciğer işini aksatır ve yağların eritilmesi yavaşlar. Su aynı zamanda bedenimizdeki toksinlerin temizlenmesinde etkilidir. Soğuk içildiğinde kana daha hızlı karışır. Bir yetişkin günde yaklaşık 10 bardak su kaybeder. Bu sebeple kaybedilen suyun yerine yenisinin konulması gerekir. Her ne kadar diğer içeceklerden su ihtiyacımızı karşıladığımızı düşünsük de kahve, çay ya da colalı içecekler aslında idrar söktürücüdür ve bedenimizin ihtiyacı olan suyu kaybetmemize sebep olurlar.

Su kalori içermez. Bu sebeple diyetlerde öne çıkan bir içecektir. Bununla birlikte suyun yağı yakmaya yardım etmesi, toksinleri temizlemesi özellikle diyet ve egzersizlerde abartılmaması gereken bir durumdur. Zira aşırı su tüketimin de bedenimiz ihtiyaç duyduğu vitaminleri de kaybedebilir. Sudaki kristal maddeler ise aşırı tüketim halinde böbreklerde birikerek taşsal kalıntılara sebebiyet verebilir.

Diyet ya da sağlık amaçlı yapılan egzersizlerde suyun egzersizden yarım saat sonra ve egzersiz bittikten on beş dakika sonra içilmesi daha uygun olacaktır.

Su yaşamımızda vazgeçilmez olmasına karşın temel problem, su içme kültürünü geliştirememişimizdir. Hem kendimiz hem de çocuklarımız için su içme kültürünü kazanmalıyız. İşte ya da evde mutlaka suyu yakınlarımızda tutmalıyız. Hatta su içmeyi kendimize hatırlatmalıyız. Günlük içeceklerden su almak yerine suyu olduğu gibi karıştırmış içmeliyiz.

Suyun İnsan Sağlığına Faydaları

Günlük hayatta ihmal ettiklerimizin başında su içmek gelir. Özellikle kimimiz için eziyetli sanki o bir bardak suyu bitirmek. Ancak sağlığın korunması ve canlılığın sürdürülebilmesi için gerekli bir numaralı mad-

desi de sudur. Vücudumuzun % 55-75'lik kısmını oluşturur.

Su; metabolizmanın düzenlenmesinde ve vücudumuzdaki tüm reaksiyonlarda görevlidir. Gün boyu içeceğimiz 2 lt su, enerji oluşumunu artırır ve zayıflamaya yardımcı olur, besin maddeleri, oksijeni taşıyarak organ ve dokuları korur. Aç karına içtiğimiz su; organizmayı zararlı toksin maddelerden arındırır.

İmmün sisteminin, görevini yapabilmesi için su gereklidir. Bu özelliği ile zinde ve dinç kalmamızda yardımcıdır.

Çilde Faydaları

Cildimizin; nem ve elastikiyetinin düzenlenmesinde su rol oynar. Günümüzde bayanların korkulu rüyası haline gelen selülit oluşumunun önlenmesinde de su yine ilk sırayı alır.

Hamile Kadına Faydaları

Hamilelikte; suyun önemi daha da artar. Bebeğin içinde bulunduğu amnion sıvısı her üç saatte bir kendini yeniler. Yetersiz sıvı alımı ile amnion miktarı azalacağından, suya gereksinim artar.

Sporculara Faydaları

Sporcularda; su kaybeden vücut, yeterli sıvıyı yerine koyamıyorsa; buna tepki göstererek metabolizmamızı yavaşlatır. Suyun atımını engellemeye çalışır.

Özellikle spor sonrası, ter ile atılan suyun yerine gelmesi için; egzersiz ve yarıştan 15 dk önce 1-1.5 bardak, egzersiz ve yarış sırasında her 10-15 dakikada bir 1/2 bardak su içilmesi gereklidir. Nasıl her şeyin fazlası zararlıysa; aşırı su içtiğimizde de beden atmakta zorlandığı su tutularak ödemler oluşur.

Bir seferde çok fazla su içilmesi ile böbrekler zarar görebilir...

Suyun Kısaca Yararları

10 bardak suyu, gün içine dağıtarak için. Su içmek için susamayı beklemeyin. Unutmayın; vücudumuzun, hissettiğimizden çok daha fazla suya ihtiyacı var.

Hiçbir sıvı içeceğin suyun yerini tam anlamıyla tutmadığını unutmayın...

BİL BAKALIM SEN KİMSİN?



"YAĞMURA YAKALANMAK"

Hayatta her şeyi öngörmek mümkün değildir. Daima kendimizi ruhen hazırlama şansını bulamadığımız sürprizler, acil durumlar ve beklenmedik felaketlerle karşılaşırız. Her tür sürpriz stres yaratabilir (beklenmedik bir evlenme teklifi de, ani bir ayrılık da). Kontrol edemediğimiz ya da öngöremediğimiz çok fazla şey vardır. Birtakım huyalar geliştirmemizin ve hayatımızı bazı kalıplara göre düzenlememizin nedenlerinden biri de budur.

Fırtına çıktı. Aniden bastıran sağanakta yürüyorsunuz. Son sürat koşmanız bile gideceğiniz yere beş dakika uzaklıktasınız.

Aşağıdakilerden hangisi yapacaklarınızı en güzel tanımlayabilir?

1. "Büyük bir ağaç bulup yağmur dinene kadar altında beklerim."
2. "Yağmurun ne kadar süreceğini bilmiyorum, bu yüzden gideceğim yere kadar koşarım."
3. "Şemsiyesini paylaşabileceğim biri ya da şemsiye alabileceğim bir dükkân olup olmadığına bakarım."
4. "Çantamda daima katlanabilir bir şemsiye taşıyorum, onu kullanırım."

"YAĞMURA YAKALANMAK" İÇİN ANAHTAR

Ani sağanağa nasıl tepki gösterdiniz? Fırtına hayattaki beklenmedik ve kontrol edilemeyen güçleri temsil eder. Cevabınız sizinle sevdiğiniz ya da bir arkadaşınız arasında bir kavga çıktığında nasıl davranacağınızı betimler.

1. "Büyük bir ağaç bulup yağmur dinene kadar altında beklerim."

Siz aranızdaki sorunları halletmeye geçmeden önce karşı tarafın öfkesinin dinmesini bekleyebilirsiniz. Onların istedikleri kadar bağırıp çağırarak içlerini boşaltmalarını seyredersiniz ve sonra kendi bakış açınızı soğukkanlılıkla ve tarafsız olarak sunarınız. Bazıları buna akıllıca bir yaklaşım derken diğerleri sinsice olduğunu söyler.

2. "Yağmurun ne kadar süreceğini bilmiyorum, gideceğim yere kadar koşarım."

İçerindekilerin hepsini döktüğünüz sürece tartışmanın sonunun ne olacağı umrunuzda değil. Sizce siz haklısınız ve tartışacak hiçbir şey yok. Eğer karşınızdaki size öfkeyle davranıyorsa sizde öfkeyle karşılık veriyorsunuz. Bağırıyorsa sizde bağırıyorsunuz. Bu sizi tartışmak için pek eğlenceli biri yapmasa da en azından nerede durduğunuzu anlamamız çok kolay.

3. "Şemsiyesini paylaşabileceğim ya da alabileceğim bir dükkân olup olmadığına bakarım."

Karşıtlıklar ve tartışmalar size göre değil. Bu nedenle kavga çıktığında bile siz daima karşı tarafı sakinleştirmeye çalışıyorsunuz. Ama ne yazık ki bu davranış bazen işleri daha da kötüleştirir. Zaman zaman durup fırtınayı gözlemselersiniz.

4. "Çantamda daima katlanabilir bir şemsiye taşıyorum, onu kullanırım."

Her suçlamaya verecek bir cevabınız, her yanlışınıza bir özrünüz olduğunu düşünüyorsunuz. Size göre bir tartışma atışma yeteneğinizi bildiğiniz bir gösteri, bu tavrınız başkalarına bunalıcı gelebilir. Ama büyük olasılıkla bunun için de bir açıklamanız vardır.

SONBAHAR DETOKS ZAMANIDIR



Sonbahar bedenini yazdan kalma yorgunluklarını temizlemek ve onu kışa hazırlamak için mükemmel bir fırsattır. Tatil boyunca biriktirdiğiniz fazla kiloları vermek, alkol, kafein ve şeker artıklarını temizlemek, karaciğerinize ve böbreğinize destek olup beden ve ruhunuza yeniden nefes aldırarak istiyorsanız bu günlerde kısa süreli bir sonbahar detoks planlayın.

Her zaman her yerde uygulayabileceğiniz yedi günlük bir "kolay detoks" programının ipuçları şunlar olabilir: 7 gün kahve, siyah çay, kolalı içecek, kafeinli içecekleri kullanmayın. Bol bol maden suyu veya mineralden zengin su tüketin. Patlaya, ıhlamur, melisa, çarçın çaylarını deneyebilirsiniz. Yeşil çay da günde 3-4 fincan geçmemek şartıyla mükemmel bir seçim olabilir. Detoks kürü süresinde şeker eklenmiş içecekleri unuttun! Sofranızdan şekeri tümüyle kaldırın. Ağır bedensel aktivitelerden uzak durun. Sık ve az yiye. Zeytinyağından başka yağ kullanmayın ve

onu da ölçülü, sınırlı tüketin. Deniz ürünleri (balık, karides, istiridyeye), yağsız kuzu eti, derisi alınmış tavuk veya hindi eti yiyebilirsiniz. Bamya, lahan, domates, enginar, ıspanak, karnabahar, havuç, kereviz öncelikli sebze seçimleriniz olsun. Tavsiye edilen detoks meyve sebzeleri ise şunlar: elma, armut, erik, kivi, nar, şeftali.

Yeşil Detoks İçeceği İçin Malzemeler;

- 1 tane salatalık
- 1 tane yeşil elma
- 1 tane limon suyu
- 2 kereviz sapı
- Yarım demet maydanoz
- 2 ceviz büyüklüğünde taze zencefil
- 1 avuç ıspanak yaprağı
- 2 bardak su

Hazırlanışı: Tüm malzemeleri kuvvetli bir blendera koyup 2 dakika kadar çekiyorsunuz ve detoks yapan yeşil bir sıvı elde etmiş olacaksınız. İçeceğimiz hazır, sağlıklı günler...





Televizyonun uyuşturucu bir yanı var. Çocuk oyalayıcı gibi, halkı 90 dakika uyutabilen diyorlar. Bir de milleti ajite etmek için sabah programları, kadın programları yapıyorlar. Sordurduğunuz vakit, "halk bunu istiyor" diyorlar. Yok canım! Kim araştırmış bunu? İçin bu yönde hiçbir zaman açıklanmıyor.

Türkiye'nin en iyi senaristlerinden biri. Bağımsız, özgür ve tutkulu bir hayatın kadın yüzü. Bir dönem oyunculuk kariyeri de yapan Nevin Cangür, 1989 tarihli TRT yapımı "Geçmiş Zaman Mimosaları" ile 2004'te Show TV'de ekrana gelen "Kasirga İnsanları" adlı dizilerle ünlendi. Okan Uysal'ın yönettiği, Rutkay Aziz, Müflik Kenter, Filiz Akın gibi usta oyuncuların rol aldığı "Geçmiş Bahar Mimosaları", değer yargıları nedeniyle ailesiyle çatışan ve gelecekte yüzleşmek zorunda kalan kararı bir kadının çevresinde 1980'ler Türkiye'sine ayna tutuyordu. Psikolojik türden olmasına karşın Nevin Cangür'ün sağlam senaryosu, diziyi büyük izleyici kitlelerine sevdirdi. Ege sahillerinin şirin kasabası Alaçatı'da çekilen "Kasirga İnsanları" da, Cangür'ün parlak senaryolarından biriydi. Bu dizî sayesinde Alaçatı, bütün Türkiye'de ün kazandı. Bir grup insanın sarsıcı hikayesini Cangür, müthiş bir sıcaklıkla anlatıyordu "Kasirga İnsanları"nda. Yaşamı ve dünyaya bakışıyla "sıradışı" bir insan. Üç oğul annesi. Oğullarından Ulaş İnanç, "Türev" filmiyle 'En İyi Film' dalında Altın Portakal kazanmış bir yönetmen ve senarist. Bir dönem Kafkasya'da müthiş bir belgesele de imza atan ünlü senaristle; yaşam çizgisini, imza attığı projeleri, geçmişi ve geleceği konuştuk.

Nevin Hanım, klasik bir soruyla başlayalım. Nasıl bir ailede büyüdünüz?

1946 doğumluyum. Kırklareli'de doğmuşum ama o kente bir bağımız yok, babam memur olduğu için orada dünyaya gelmişim. Benim iki tarafımda Kafkas kökenli. Anne tarafım Çerkez, baba tarafımda Gürcü. Farklı etnik grupları olan, renkli ve çok sesli bir ailede büyüdüm. Anadolu'nun kültür zenginliğini fark ederek yaşamış oldum. Bu benim için bir kazanç oldu. Daha çok Ankara'da bulundum, öğrenciliğim orada geçti. İlkokulu, Ayşe Abila'da okudum. Benim hayatımda çok önemli bir dönemeçtir o.

Kimdir Ayşe Abila? Neden "dönemeç" oldu yaşamınızda?

Ayşe Abila dediğim, asıl adıyla Neriman Hızır, 1930'lu yıllarda Atatürk tarafından Amerika'ya gönderilmiş. Orada Colombia Üniversitesi'nde pedagoji eğitimi almış. Suna Kan, İdil Biret, Azra Çaplı, Erdoğan Çaplı, Kartal Tibet, her Ayşe Abila'nın "Çocuk Saati"nden geçmişlerdir. Fakat Türkiye entresan bir ülke. 40'lı yılların sonunda solcu olduğu için Ayşe

SIRADIŞI VE PARLAK DİZİLERİN SENARİSTİ

Hayatı dolu dolu yaşayan, özgürlüğüne tutkun, coşkulu, kendi dünya görüşünün doğrularından ödün vermemiş bir kadın. Fırtınalarla sızanmış bir hayatın insanı. Türkiye'nin travmaları dolu politik dönemleri ve insan gerçeğinden sarsıcı hikâyeler çıkaran gerçek bir senarist. Ötünümünde kadınlık durumunu sosyal gerçeklerin içinde gören bir karakter. Nem-i diğer, "Geçmiş Bahar Mimosaları"nın yaratıcısı... Adı, NEVİN CANGÜR. Dünyanın deha iyi olabileceğini anlatmaya çalışıyor insanlara. Ona göre televizyon, halkı düşünmemeye sevk eden, uyuşturucu bir sektör. Ye aşk?... O aşkı, günümüzün ucuz "ten" ilişkilerinde değil, Balzac'ın bir hikâyesinde buluyor.

Abla'nın işine son verilmiş. Eşi de, Dünya çapında önemli bir felsefe profesörü olan Nusret Hızır'dı. Şu işe bakın ki, solcu bir çocuk programı yapıyor diye sakıncalı bulunan Ayşe Abila'ya, Türkiye'nin ilk özel anaokul ve ilkökulu açma hakkı tanınıyor. Ankara'da Bakanlıklar'da Olgunlar Sokağı'nın köşesinde, küçük bir okulu vardı. Ethem Menderes'in oğlu, Demokrat Parti'nin bütün milletvekillerinin çocukları, Osman Bölükbaşı'nın çocuğu, Hasan Polatkan'ın kızları da orada okudu. Yanılmıyorsa Türkiye'nin kızları da bu okulda okuyordu. Bir insanı önce solcu diye işten atıyorsunuz sonra da küçük çocuklarınızı ona teslim ediyorsunuz. Ben enfasyonu ilkökulu dörtteyken Nusret Hızır'dan öğrendim. 2. Dünya Savaşı sırasında, Hitler Almanya'sında paranın nasıl bir anda değer kaybettiğini çok güzel anlatırdı bize."Fileye paraları dolduruyorsunuz, fırına gidip ekmek alıyorsunuz, ama ertesi sabah aynı fileyle aynı fırına gidince aynı ekmeği alamıyorsunuz" demişti. Ayşe Abila ilkökulu, bende güzelliğiyle yaratmış bir okuldur. Zevkle hatırlarım hep.

Özel yaşamınızdan kısaca söz eder misiniz?

Ben iki kez evlendim. Üç oğlum var. İlk oğlum ilk evliliğimden, diğer ikisi ikinci evliliğimden. İkinci evliliğim Türkiye'nin çalkantılı bir dönemine denk geldi, 12 Mart'a. Hem o dönem, hem 12 Eylül'ü sıkıntıya yaşadık. Onların yansımaları oldu hayatımda. Yazmama da katkısı oldu bir yandan. Mesela ilk çekilen senaryom o dönemin ürünüydü. Zeki Alasya'ya vermişler, bana ait olduğumu çıkartamamışlar, fakat hikâyemi çok sevdiği için "yahu biz bunu çekelim, nasıl olsa sahibi gelir bizle kavgaya etmeye, bu benim senaryom diye ortaya çıkar" demiş. Öyle de oldu. Hülya Koçyiğit'le çok yakınız, bir gün telefon etti. "Ablam" dedi, yeni bir filme başladım. "A ne iyi, ne oynuyorsun?" dedim. "Valla, 12 Mart'la ilgili bir hikâyeymiş" dedi. "Çok güzel" dedim bende... Sonra bir gün gazetede bir yazı okudum. Allah Allah, hikâye benim hikâyeme çok benziyor, yani bu kadar denk gelemez. Bir de baktım, Hülya da benim yazdığım öykünün bölümünde oynuyor. Hemen gittim Zeki Alasya'nın kapısına dayandım "Siz benim öykümü bana haber vermeden nasıl çekersiniz?" dedim. Tabii çok şeker bir adam. "Nevin Hanım" dedi, "ben böyle olacağını biliyordum, gelmenizi bekliyorduk." İlk sinemaya uygulanan öykümü böyle çekildi. 1986'da Zeki Alasya, "Dikenli Yol" adını vermişti. Sinemayla ilişkimi onunla başladı.

Geçmiş Bahar Mimosaları'nın senaryosunun esin kaynağı ne oldu?

Bu dizide beni etkileyen, 80 sonrası aydın kesimin hikayesinden ziyade Maral'ın oynadığı Şehbal Hanımdır. Ben kalabalık bir ailede büyüdüm ve yağlılarla iletişimin çok iyiydi. Yağlılar da çocukları çok sever ve adam yerine koyarlardı onları. Yağın ortadan kalktığı, her uçtan insanın birbirini anlamaya çalıştığı bir dünya vardı. 1980 yılı başlarında Boğaz'da çok sevdiğim bir büyüğüm gittim ve çok etkilendim. "Geçmiş Bahar Mimosaları"ndaki Şehbal Hanım oradan çıkmıştır. Oturdukları evin bahçesinin tepesinden Boğaz Köprüsü geçiyordu. Sohbet ederken "Pa-

disahımız, efendimiz hal oldular mı?" dedi. Ben çok şaşırdım, bir şey diyemedim. İleri yaştaki beyin, insana ihanet etmesinin ne kadar acıklı bir şey olduğunu içimde hissettim. Bence dizinin en vurucu yanı Şehbal Hanım'la, Mehmet Günsur'un oynadığı Sabih'tir. İkisnin dostluğu beni kendi yazdığım dizide en çok etkileyen noktadır. Herkes o yaşlı kadının bunadığını biliyordu ama Filiz Akın gidip ona akıl danışıyordu.

12 Mart döneminde yaşamış olmanız bu diziyi yazmanızda etkili olmuştur mu?

Tabii, tabii. Çünkü orada da Türkiye'nin başka bir gerçeğidir yaşanan. Rahmetli Osman Yağmurdereli benden bir proje istemişti. Düşünce olarak farklıydık ama Türkiye çok entresan bir ülke, kendi zenginliğini nedense hep görmüyor. Ben 12 Mart'ı Türkiye'de tutuklu olarak yaşamış, 12 Eylül'ü de mülteci olarak yaşamış, 68 ve 78 kuşağının günümüzdeki hayatını yazdım. O kuşağın hayatı bence Türkiye'de özel bir önem taşır. Ama Osman Bey'in ömrü vefa etmedi. "Nevin Hanım, yazın ben sizinle çalışmayı çok istiyorum" dedi. Sol diye tanınan bir kesimin sıkıntılarının anlatıldığı bir diziyi sıcak bakmıştı ve o kesimin hikâyesi yok. 17.000 tane failli meçhul olan bir ülkede siz iki kez darbe yapmışsınız. Bu insanların hikâyesini bu ülkenin insanları merak etmez mi? Ne oldu bu insanlara şimdi ne yapıyorlar? Çok garip bir şey... Garcia Márquez'in "Yüzyıllık Yanlışlık"ından anlatıyorum. Orada da bilirsiniz istasyon taranır. Rus trenlerinde ölüler götürülür. Adamın biri kurtulur, atlar gelir. "Üç bin kişi öldürüldü, denize döktü" der. "Nereden çıkartıyorsunuz bunu?" derler. O fantazyaya içerisinde bunu anlayabiliyor ama Türkiye'de belleklerin bu kadar dumura uğramasını anlayamıyorum.

Sizce bunun nedenini neye bağlayabiliriz? İletişimimizde bir sorun var. Batı insanı daha açık, daha korkusuz. Kendisini size sunarken, şahsına zarar gelmez mi gibi bir kaygı yaşamıyor. Biz genellikle tedirgin bir halkız. Politik olarak da öyle olabiliriz. Mesela geçenlerde telefonuma yağ günün mesajı geldi. Allah Allah deyip şaşırdım. Derken Beğtaş Belediye Başkanı yağ günümü kutladı. Bende ne oluyor diye şaşırdım. Demek ki dedim, gözlenip takip ediliyoruz, telefonla. Travmatik bir geçmişimiz olduğu için insanlar birbirine çok açık olamıyor.

Türkiye'de şu an sinema televizyon bölümlerinden mezun olan onca genç var, durumlarını nasıl buluyorsunuz?

O çocuklara yazık, hepsi gelip bu sektörde dizi üretmek yaşamaya çalışıyorlar. Oysa içlerinden çok iyi programcılar, belgeselciler çıkabilir. Ama hangi televizyonda belgesel var.

Aşkın besit ve sıradan anlatıldığı dizilerin topluma yansımaları nasıl oluyor sizce?

Şu anda aşk var mı? Yaşanıyor mu? bunu gençlere sormak istiyorum gerçekten. Yaşanan aşk mı gerçekten, bilmek istiyorum. Aşk denildiği vakit Balzac'ın bir hikâyesini düşünüyorum. Fransa'da aristokrat bir kadın var, kocası başka kadınlarla olan bir kadın. Dindar, Katolik bir kadıncağıdır. Fransa'nın günaydın bir şatoda yaşamaktadır. O sıra-

da İspanya ile Fransa savaşı vardır. Şatonun kenarından bir nehir geçmektedir. Karşıda bir İspanyol asker ve esirler vardır. Orada bir İspanyol subayla kadın arasında bir aşk başlar. Subay geceleri yüzerek şatoya gelir, beraber olurlar. Kadın Katoliktir ama aşka dayanmaz. Adam bir gün kadına bir haç verir. "Biz İspanyollar sevdiklerimize o kadar özen gösteririz ki onları asla ele vermez ölse dahi asla ifşa etmeyiz" der. Bu arada ilişkileri duyulur. Kadının Paris'teki kocası haber alır ve gelir. Kadın sevgisini gizlemek için dolaba kapatır. Koca odaya aniden girer ve aristokrat adamlar içinde koltuğa oturur. "Madam size tek bir şey soracağım, Bu odada iki kişi miyiz?" der. Kadın elindeki haça "Evet" der. "Tamam size inanıyorum" der. Uşaqları çağırır ve dolabın önüne bir duvar ördürür. Üç gün boyunca ikisi de koltukta otururlar. Üçüncü günün sonunda duvarın arkasından bir inilti ve düğme sesi gelir. Koca hiçbir şey söylemeden şatoyu terk eder. Kadın da odada kalır ve sonra ölür, elinde haça. Şimdi böyle aşklar yaşıyor mu gerçekten? Bir günde üç kişiyle birlikte olup bunun adına aşk diyorlar. O zaman Balzac'ın hikâyesindeki kişilerin duyguları neydi? Bir adam vurulma riskini göze alarak her gece nehri geçip geliyor, kadın da kocasına yalan söylüyor, o koca da duvar ördürüyor, gidip dolaba açıp bakmıyor. Bu çok başka bir ruh halidir, böyle bir ruh hali yaşıyor mu günümüzde?

Türk sinemasını geçmişten bu yana değerlendirdiğinizde bugün geldiği noktayı nasıl buluyorsunuz?

Sinemamızın bugün çok film üretmesi, çok iyi şeyler ürettiği anlamına gelmiyor. Çok sevinç verici başarılar var. Nuri Bilge Ceylan gibi bir arkadaşımız var, ödülleriyle konuşuluyor ama öte yandan, sinemada bu sene çok film ürettik demenin de bir anlamı yok; çünkü biz illele-nenler bile 10 tanesinin ismini sayamıyoruz. Demek ki kalıcı bir şeyler üretilmiyor.

Türkiye'de yaşayan, üreten ve yazan bir kadınsınız. Kadın olmak ağır bir sorumluluk mudur sizce?

Bunun kadın olmak ile bir ilişkisi yok. Yaşadığınız sürece size mademki böyle bir görev verilmiş, eskilerin deyimiyle bu emaneti taşıyacaksınız. Eğer yaşadığınız dünyayı algılamakta ısrarla ret tavı gösteriyorsanız, hangi nedene otursanız oturun, bunun günah olduğunu düşünürüm. İnançlı biri olmasam da öyle düşünürüm. Çünkü size verilmiş bir hakkı, bir görevi yapmadığınızı gösteriyor. Bunun kadınlıkla hiçbir ilişkisi yok. Madem ki buradasınız, bu Dünya'nın daha iyi olabileceği yolunda herkesin bir görevi olmalı. Kadınlara şöyle bir görev düşüyor bence. Şayet erkeklerden bu kadar şikayetçiyseniz, o erkekleri yetiştirenlerin kadınlar olduğunu unutmayacaksınız. Unutursanız, o zaman görevlerimizi iyi yapmıyoruz demektir. Mesela ben oğullarıma baktığım vakit, eşlerine ya da kız arkadaşlarına olan tavırlarını beğenmiyorsam. "Yahu sizi kim yetiştirdi, anneniz sizi iyi eğitememiş, ileride iyi para kazanırsanız gidin kendinize yeni bir anne edinin, sizi o eğitsin" diyorum. Sonuç olarak erkekleri biçimleyen anneledir.

Son olarak, genç senarist adaylarına neler tavsiye edersiniz?

Bertrand Russell'in bir lafı var. "Yazmak için kendinizi hiç zorlamayın" diyor. "İster bir ocakta maden iççisi olun, ister bir dokuma tezgahında çalışıyor olun, nerede yaşırsanız yaşayın, eğer yaşıyorsanız bir gün mutlaka yazarsınız" diyor. Yaşamışlık çok önemli. Taksim, Ortaköy neyse, o üçgenden çıkıp hayatı tanımlarını tavsiye ederim.



2012 Londra Paralimpik Oyunları'nda "Türkiye Rüzgarı"



Nazmiye MUSLU

20 yıllık oyunlar tarihindeki en başarılı organizasyonunu tamamlayan Türkiye, hem katılımla, hem de madalya bazında rekorları alt üst etti.

Oyunların son gününde kadınlar 6-10 kategorisinde Masa Tenisi Milli Takımımız gümüş madalya kazanarak büyük bir başarıya imza atarken, Türkiye, oyunları; 1 altın, 5 gümüş ve 4 bronz olmak üzere toplam 10 madalyayla tamamladı. 16 sporcuyla katıldığımız ve toplamda 2 madalya kazandığımız Pekin 2008'den sonra Londra 2012 Paralimpik Oyunları'nda mücadele eden 69 sporcumuzun, büyük mücadeleleri alkış aldı. 20 yıllık Paralimpik macerası boyunca Londra 2012 öncesinde toplamda 4 madalya kazanan Türkiye'nin Londra'daki bu destansı başarısı, uzun yıllar boyunca hafızalardan silinmeyecek.

LONDRA 2012 "İLK"LERE DE SAHNE OLDU

2012 Londra Paralimpik Oyunları, ülkemiz adına madalya konusundaki başarıların yanı sıra birçok farklı konuda da ilklere sahne oldu. Paralimpik Oyunları tarihinde ilk kez takım sporlarında temsil edildiğimiz Londra'da, Goalball Milli Takımımız, kazandığı bronz madalyayla tarihe geçti. Millilerimizin elde ettiği bu büyük başarı takım sporlarında da kazandığımız ilk bronz madalya olarak tarih sayfalarındaki yerini aldı. Paralimpik Oyunları tarihinde takım sporlarındaki ilk gümüş madalyamızı ise Kadın Masa Tenisi Milli Takımımız kazandı.

BAKAN KILIÇ: "BU BİR DEVRİM"

Gençlik ve Spor Bakanı Suat Kılıç, 2012 Londra Paralimpik Oyunları'nda elde edilen dereceleri, "Bu başarılar, Türk sporu adına bir devrimdir" şeklinde niteledi. Paralimpik Oyunları boyunca sporcularımızı bir an olsun yalnız bırakmayan Bakan Kılıç, "Skora değil sporcuya bakıyoruz. Paralimpik sporcularımız mucizelere imza atıyor. Başarı, hepimizin. Herkes itiraf etsin; Türkiye 'Paralimpik' kavramının varlığını Londra 2012 ile fark etti" dedi. Bakan Kılıç, sözlerine şöyle devam etti: "Tekerlekli Sandalye Basketbol Milli Takımı ve Görme engelli Goalball Milli Takımı'nın varlığı Londra'da fark edildi. Halterci Nazmiye, Judocu Duygu ve Nazan, Atıcı Korhan, Okçu Doğan, Masa Tenisçi Neslihan Londra'da fark edildi. Londra 2012 öncesi ve sonrasında oluşturduğumuz heyecan sayesinde hayal ötesi bir milli heyecan oluştu.

2012 Londra Paralimpik Oyunları'nda mücadele eden Tekerlekli Sandalye Basketbol Milli Takımımız, 7. oldu.

Londra Paralimpik Oyunları'nda mücadele eden Tekerlekli Sandalye Basketbol Milli Takımı, Polonya'yı 76-74 yenerek oyunlarda 7'nci oldu.

North Greenwich Arena'da oynanan maça milli takım, Özgür Gürbulak, İsmail Ar, Cem Gezinci, Ferit Gümüş ve Bestami Boz ilk beşiyle başladı.

Milliler, ilk periyodu 14-12, devreyi de 35-34 geride kapadı. 55-55 berabere girilen son periyot büyük çekişmeye sahne olurken, milli takım son saniyelerde bulduğu basketlerle mücadeleyi 76-74 kazandı.

Karşılaşmada 30 sayı üreten Ferit Gümüş takımın en skorer ismi oldu. Özgür Gürbulak 10 sayı, 13 asist, İsmail Ar'da 10 sayıyla oynadı.



Tekerlekli Sandalye Basketbol Milli Takımı, A Grubu'ndaki ilk maçında ABD'yi 59-50 yendi.

2012 Londra Paralimpik Oyunları'nda madalya kazanma başarısı gösteren sporcularımız;

Altın Madalya -Nazmiye Muslu (Halter - 40 kg)
Gümüş Madalya -Çiğdem Dede: (Halter - 44 kg)
Korhan Yamaç: (Atıcılık - 10 metre havalı tabanca)
Nazan Akın: (Judo - 70 kg)
Neslihan Kavas (Masa Tenisi)
Kadınlar Masa Tenisi Milli Takımı
Bronz Madalya
Duygu Çete: (Judo - 57 kg)
Özlem Becerikli: (Halter - 56 kg)
Doğan Hancı: (Okçuluk - Makaralı Yay Bireysel Açık sınıf)
Goalball Milli Takımı

Hayatta Hep Hedefiniz Olsun



Bir çoğumuz iyi bir iş, güzel bir ev maddi açıdan rahat bir yaşamın hayalini kurarız. Fakat bunlardan başka o kadar fazla hayalimiz vardır ki düşündükçe bunların içinde kaybolur ve bir türlü hayata odaklanamayız.

Bu olumsuz durumdan kurtulabilmek, kişisel ve mesleki hayatımızda daha iyi bir yere gelmek için hedef belirleme süreci son derece önemlidir. Hedef belirleme süreci sizlere hayatın neresinde olduğunuzu belirlemenize ve daha yükseklere çıkmanıza yardımcı olacaktır. Tam olarak neyi başarmak istediğinizi ve nereye gitmek istediğinizi bilerseniz hayatınızı daha etkili bir şekilde planlayabilir ve enerjinizi daha ekonomik bir şekilde kullanabilirsiniz. Bundan daha önemlisi, hakkıyla be-

lirlenmiş bir hedef sizi başarıya motive edecek ve hedef belirleme alışkanlığı kazanıp hedeflere ulaştıkça özgüveninizin arttığını hissedeceksiniz.

Aristo'nun tabiriyle; öncelikle kesin, açık ve pratik bir hedef, fikir ya da amaç. İkincil olarak, sizi başarıya götürecek olan imkân, bilgi, para, malzeme ve yöntemler. Son olarak tüm bu kaynakları sizi başarıya götürmesi için ayarlamak.

Hedef belirleme tekniklerine egemen olduktan sonra, kendinize güveniniz artacak ve hedeflerinize ulaşmak için sahip olduğunuz yeterlilik ve yeteneğiniz artacaktır. Bu ister kişisel, ister iş hayatınızdaki hedefiniz olsun, hedef belirleme her zaman eğlenceli bir uğraştır. Plan yapmaya başladığınızda ne istediğinizi gözden geçirmek ve analiz etmek, ne için böyle bir şey istediğiniz ve hayattan nasıl talep ettiğinizi görmek çok güzel bir uğraştır.

Gözden geçirme ve planlama, profesyonel hedef belirleme sürecinde kilit noktalar olduğundan dolayı son derece önemlidir. Stratejik eylem planımız ve hedeflerimizi etkileyen farklı birçok etken vardır.

Hedef belirlerken bazı kriterleri göz önünde bulundurmalıyız;

Hedefinizi belirleyin ve ona yoğunlaşın
Hedefe ulaşmak için bir iştiaak belirleyin
Kendinize güvenin
Hedefiniz için termin belirleyin
Hedefinizin ulaşılabilirliğini kontrol edin
Hedefinizi aşamalara ayırın
Kaynaklarınızı belirleyin
Aşamaları belirleyin
Bir sonraki aşama için yapılacakları belirleyin
Pozitif olmayı da unutmayın.

TETAŞ GAZETESİ, TETAŞ ŞİRKETLER GRUBU'na
TETAŞ İÇ ve DİĞ. TİCARİET A.Ş. hizmetleri tarafından
T.C. yasalarına uygun olarak yayımlanmaktadır.
TETAŞ Gazetesi'nin sim ve yayın hakkı TETAŞ İÇ ve
DİĞ. TİCARİET A.Ş. ye aittir. Dergide yayımlanan yazı,
fotoğraf ve illüstrasyonları her hakkı saklıdır, alınıp
yapılamaz. Bu yayının tamamı ya da bir bölümü
yayınların izni olmaksızın çoğaltılamaz
veya yayımlanamaz. Yazıların sorumluluğu yazarına,
yayınların ilanımlar sorumluluğu ise sahiplerine aittir.

KONSER ETKİNLİK FESTİVAL

Sting: Back To Bass 2012 Sonbahar Turnesi

Sting En Sevilen Şarkılarını, 5 Enstrümanlı Orkestra ile Çaldığı Turnesi İle İstanbul'da!

Sting büyük başarı kazanan 2011-2012 Dünya Turnesi'nin ardından, sevilen şarkılarını sadece 5 enstrüman eşliğinde seslendirdiği Back to Bass turnesi ile yeniden Avrupa'da Bir Live Nation organizasyonu olan İstanbul konseri ise BKM-GNL ortaklığı ile gerçekleşecek.

1. Kategori - 380.00 TL (Sahne Önü Ayakta)
2. Kategori - 200.00 TL (Tribün)
3. Kategori - 150.00 TL (Tribün)
4. Kategori - 125.00 TL (Saha İçi Ayakta)

biletix



SİNEMA - TİYATRO



Uzun Hikaye

Yapım : 2012 - Türkiye
Tür : Dram, Macera, Romantik
Yönetmen : Osman Sınay

Oyuncular : Kenan İmralıoğlu, Altan Erkekli, Erkan Avcı, Kürşat Alınacı, İsmail Hakkı Ürün, Bora Koçak, Şener Kökkaya, Berk Buğra
Konu : 1940'lı yıllardan başlayarak 70'li yıllara kadar uzanan öyküsü ile hem hüzünlü, hem negeli ve coşkulu kimi zamansa heyecanlı ve romantik bir film olan Uzun Hikaye, senarist Yigit Güralp'in tanımıyla çok ama çok iyi insanların saf ve ölümsüz aşklarını adalet ve doğruluk üzerine inşa etme mücadelelerini anlatıyor.

12 Ekim 2012



Çanakkale 1915

Yapım : 2012 - Türkiye
Tür : Tarihî, Savaş filmi
Yönetmen : Yeşim Sezgin

Oyuncular : Şevket Çoruh, Barış Çakmak, İlker Kızmaz, Bülent Alkış, Serkan Ercan, Ufuk Bayraktar, Emre Özcan
Konu : Çekimlerin tamamı Çanakkale'de gerçekleştirilen film, Balkan savaşının sonrasında yorğun olan halkın, dilrili tekrar kendine gelip ve Çanakkale'de onlar için hazırlanmış koskocaman bir ordu karşısında kazandıkları zafer filminde olabildiğince gerçekçi bir şekilde gözler önüne serilmeye çalışılıyor.

18 Ekim 2012



Paranormal Activity 4

Yapım : 2012 - ABD
Tür : Korku
Yönetmen : Henry Joost, Ariel Schulman

Oyuncular : Katie Featherston, Matt Shively, Kathryn Newton
Konu : Gerilimin dozunu yüksek olduğu filmde Kalte ve Hunter'ın ikinci filminden sonra başladığı yeni hayata gidiyoruz. Olayların çokunu henüz üzerlerinden atamayan ikili yeni bir eve taşınmış ve bir sayfa açmayı diliyorlar. Ancak lanetli geçmişleri burada da peşlerini bırakmıyor. Kalte ve Hunter'ı ziyaret eden yeni kompuları da bu evde yaşanan kimi gerçeküstü olaylardan nasiplerini almaya başlıyorlar.

19 Ekim 2012



Çakallarla Dans: Hastasıyz Dede

Yapım : 2012 - Türkiye
Tür : Komedi
Yönetmen : Murat Şeker

Oyuncular : Şevket Çoruh, İlker Ayrik, Timur Acar, Murat Akkoyunlu, Didem Balçın, Doğa Rutkay, Ceyhan Yılmaz, Nihat Sırdar
Konu : Çakallık yapan kahramanlarımız hapse girmiş ve orada zor günler geçirmektedir. Mahallelerinden, ve futboldan uzak kalmak onlar için çok zordur. Suçlular üzerinde yapılacak tıbbi bir deney için kobby arandığını öğrenen kahramanlarımız, bunun ucuunda parti tahlili olduğunu duyunca kobby olmaya karar verirler.

21 Aralık 2012



Tolga Çevik K.D - Arkadaşım Hoşgeldin

Yer : Bostancı Gösteri Merkezi, İstanbul
Tarih : 12 Ekim 2012 - 21:00
Tür : Komedi
Oyuncular : Tolga Çevik

Konu : Tolga Çevik yoğun istek üzerine "Arkadaşım" ve tüm kadrosuyla yeniden sahnede! Sadece sahne üzerinde sergilecek gösteriler hiçbir yerde yayınlanmayacak. Tolga Çevik "Arkadaşım Hoşgeldin" ile, son yıllara damgasını vuran gösterisinin turnesini gerçekleştirecek, kış sezonuna hazırlık yapacak.
Bilet Fiyatları : 1. Kategori - 66.00 TL - 2. Kategori - 56.00 TL
3. Kategori - 45.00 TL - 4. Kategori - 33.50 TL

12 Ekim 2012

KİTAP



Adı: Yedinci Gün
Yazar: İhsan Oktay Anar
Kapakteki Çizim: İhsan Oktay Anar
Yayınevi: İletişim Yayıncılık
Sayfa Sayısı: 240
Dili: Türkçe
Liste Fiyatı: 12,49 TL

Özet:
Çizgilerin kürelere, zamanın sonsuzluğa, sonsuzlukların da hayallere dönüştüğü bir hikâyedir bu. Sıradan insanların sıra dışılığı, bilinen hikâyelerin düğlere dönüşümü, zaafıların asileşmesi, erdemlerin arındıkları günahkârlık tüm içtenliğiyle akacak zihinlere. İnsan olmanın en zayıf ve en yüce yanırları, bir hikâyenin dokunmasıyla bir kez daha bilinebilir olacak.

İhsan Oktay Anar, bu yeni düşünle sizleri bir kez daha şaşırtacak. Çizgilerde değil kürelerde gezilecek, bilinen zamanların bilinmeyen anlarına yolculuk edeceksiniz. Alışık olmadığınız bu dünyanın kapısından girdiğinizde aşinalık hissedecek, sadeliğin ihtişamına teslim olmanın rahatlığıyla kendinizi ağıştı yolculuk ederken bulacaksınız.



İhsan Oktay ANAR

AKTİVİTELER



Paintball

Arkadaşlarınızla gerçek bir savaşın içine girmeye ne dersiniz? Türkiye'de artık çok bilinen ve insanların birbirlerini boyalı tabancayla vurarak oynadığı bu oyunu sizlerde İstanbul'da kolaylıkla oynayabilirsiniz. Adrenalin ve heyecan yüklü bu eğlenceli oyun aslında çok komplice ve taktiksel olmakla birlikte çeşitli senaryolar içermektedir. Savaş alanı sizleri bekliyor...

EVO PAINTBALL
Adres: Caferağa Mahallesi Şair Nefi Sok.
No:4 Daire:1-3 Kadıköy / İSTANBUL
Tel: 0216 330 28 91 - 95
Web: www.istanbuldapaıntballaoyuna.com
Fiyat: Sorunuz.



ATV Safari Turu

İster adrenalin, ister huzur, ister doğanın kucagında macera, ister genelde köy ürünleri ile hazırlanmış yiyecek ve içecekler ve istersen ateş başında yeni ve eski arkadaşlarınızın samimiyeti yada sakın ve yalnız bir haftasonu. Hepsi burada...

Bütün bunları yaşarken Yeşilvadi'de evinizdeki kadar huzurlu ve güven içinde olacaksınız.

YEŞİLVADI
Adres: Yeşilvadi Köyü, Şile / İSTANBUL
Tel: 0216 734 21 25
Web: www.gercekmacera.com
Fiyat: 80 TL + KDV (1 Kişilik)



SALSA

Türkiye'nin ve Dünyanın en iyi eğitmenleriyle dans etmek ister misiniz?

Bende doğuştan dans yeteneği var veya ben hiç anlamam bu işlerden dersiniz bile hiç farketmez bu okula gidip de dans öğrenemeyen hiç kimse yok. Salsa dışında tango, modern dans, samba ve benzeri bir çok dansın eğitimlerini alabilir aktivitelere katılabilirsiniz.

VIVA DANS OKULU
Adres: İstiklal Caddesi, Meşelik Sokak, Dünya İş Hanı, No:10 Beyoğlu / İSTANBUL
Tel: 0212 249 52 69
Web: www.latindansokulu.com
Fiyat: Sorunuz.