

# Sunuş



## Mustafa Nurullah ALBAYRAK

Türkiye Kamu-Sen Genel Başkan Yardımcısı  
Türk Ulaşım-Sen Genel Başkanı

### Kıymetli KAMUTÜRK okuyucuları...

Yeni bir sayı ile huzurlarınızdayız.

Evvela yaklaşan mübarek Ramazan Bayramınızı en kalbi duygularımla tebrik ediyor, Türk-İslam Alemine ve insanlığa Hayırlar getirmesini Yüce Rab'bimizden niyaz ediyorum.

Pandemiye ve dolayısıyla kullanmaktan usandığımız maskeye veda edip, baharın mis gibi kokusunu solukladığımız şu günlerde, siz değerli okuyucularımızla buluşmanın da ayrı heyecanını yaşıyoruz.

### Kıymetli dostlar.

Ülkemizin etrafı adeta yangın yeri. İki komşu ülke olan Suriye ve Irak'ta iç savaş, hemen ötemizdeki komşularımız Ukrayna ve Rusya ise acımasız bir çatışmanın içinde. Tüm savaşlar korkunçtur ve Ulu Önderimiz Gazi Mustafa Kemal Atatürk'ün dediği gibi, **"Bir zaruret değilse savaş bir cinayettir."**

Yüce Rab'bimiz Türkiye'mizi emperyalislerin, kötülerin hain ve sinsî tuzaklarından korusun. Ülkemize birlik-dirlik versin.

Bu nedenle her birimiz de bu ülkenin evlatları olarak ülkemize sınıksız sarılmamız, devleti-

mize her zamankinden daha fazla sahip çıkmalıyız.

Bütün farklılıklarımızı bir tarafa bırakıp, **'Başka Türkiye başka vatan yok'** düsturuyla şehit kanlarıyla sulanmış bu mukaddes topraklar için el ele, gönül gönüle vermeliyiz. Allah cc ülkemizi korusun ve yüceltsin.

### Değerli Okuyucularımız

Memur sendikacılığının amiral gemisi Türkiye Kamu-Sen'in yayın organı olan KamuTürk dergimiz bu sayı da dopdoludur.

Bu sayımızda memur ve Türkiye gündemi gibi dergimizin gündemi de oldukça yoğun... Bu sayıda çalışma hayatına dair haberlerimizin yanı sıra yine Türk tarihi, Türk edebiyatı ve İslam tarihinden önemli sayfaları aralıyoruz. Hazırladığımız haber ve dosyalar ile yaptığımız röportajları zevkle okuyacağınızı temenni ediyorum. Köşe yazarlarımız sizler için yine her zaman ki gibi birbirinden çarpıcı konuları kaleme aldı. Sözü daha fazla uzatmadan siz değerli okuyucularımızı dergimizin yeni sayısıyla baş başa bırakırken, sevgi ve saygılarımızı sunuyoruz.

Sağlıcakla kalın... Allah'a (cc) emanet olun.  
Ne Mutlu Türküm Diyene.

# içindekiler



04

%2.5 Oranındaki Farkın Yansıtılması İçin  
**Maliye Bakanlığına Yazı Gönderdik**



05

**Enflasyonda** Aylık  
Mahsuplaşma Şart  
Oldu



07

**3600 Ek Gösterge**  
Çalışmaları Başladı

09

Başımız Sağolsun **Ordu İl Temsilcimiz vefat etti**



Çalışma Hayatında  
Kadının Rolü Çalıştayı

18



ITUC Genel Sekreter Yardımcısı  
Owen Tudor'dan Ziyaret

23

26

**Kadın Komisyonumuz** Kanser  
Haftası Nedeni ile Konferans  
Düzenledi

Türkiye Kamu-Sen **Mart Ayı**  
Asgari Geçim Sonuçları

30

KÜNYE



SAYI:34

NİSAN 2022

**TÜRKİYE KAMU ÇALIŞANLARI  
KONFEDERASYONU  
TÜRKİYE KAMU-SEN YAYINIDIR**

İMTİYAZ SAHİBİ

Türkiye Kamu-Sen Adına Sahibi  
**Önder KAHVECİ** (Genel Başkan)

SORUMLU YAZI İŞLERİ MÜDÜRÜ

Mustafa Nurullah ALBAYRAK  
(Basından Sorumlu Genel Başkan Yardımcısı)

**TÜRKİYE KAMU-SEN YÖNETİM KURULU:**

Türkiye Kamu-Sen Genel Başkanı **Önder KAHVECİ**  
Genel Sekreter **Talip GEYLAN**

Genel Başkan Yardımcısı **Osman EKSERT**

Genel Başkan Yardımcısı **Yücel KAZANCIOĞLU**

Genel Başkan Yardımcısı **Nuri ÜNAL**

Genel Başkan Yardımcısı **Mustafa TÜMER**

Genel Başkan Yardımcısı **Mustafa YORULMAZ**

Genel Başkan Yardımcısı **Mustafa Nurullah ALBAYRAK**

Genel Başkan Yardımcısı **Ahmet DEMİRCİ**

Genel Başkan Yardımcısı **Salih DEMİR**

Editörler:

Gökhan ALTUNKAŞ  
Esra Ocaklı YÜCE

BASKI TARİHİ

Nisan 2021

AR-GE Koordinatörü:

Ercan HAN

YÖNETİM YERİ

Talatpaşa Bulvarı No:160  
Cebeci / Çankaya /Ankara  
Tel : (0312) 424 22 00 (6 hat)  
Faks : (0312) 424 22 08

Genel Yayın Yönetmeni:

Yusuf Ziya ERARSLAN

Hukuk Danışmanı:

Av. İlhan KARA

TASARIM

YZE Medya Ajans  
0530 363 5591  
www.yzemedya.com.tr

YAYIN SÜRESİ

3 ayda bir yayınlanır

BASKI

Semih Ofset

Bu dergi Basın Ahlak İlkelerine uymayı taahhüt eder.  
Yazıların hukuki sorumluluğu yazara aittir.

# ENFLASYONDA AYLIK MAHSUPLAŞMA ŞART OLDU

Türkiye Kamu-Sen Araştırma Geliştirme Merkezi'nin yapmış olduğu 2022 Şubat ayına ait asgari geçim endeksi sonuçları açıklandı.



Türkiye İstatistik Kurumu'ndan alınan Şubat 2022 fiyatlarına göre yapılan araştırmada çalışan tek kişinin yoksulluk sınırı 5.878,17 TL olarak hesaplandı. Dört kişilik bir ailenin asgari geçim haddi ise 12.671,58 lira olarak belirlendi.

Sonuçlar, dört kişilik bir ailenin asgari geçim haddinin bir önceki aya göre 773,58 TL, %6,5 oranında arttığını gösterdi.

Çalışan tek kişinin açlık sınırı ise bir önceki aya göre 248,97 TL, %5,62 oranında yükseldi ve 4.682,37 lira olarak hesaplandı.

Türkiye'de 4 kişilik bir ailenin ortalama gıda ve barınma harcamaları toplamı ise şubat ayında 4.4479,69 lira ola-

rak tahmin edildi.

Yapılan araştırmada, 4 kişilik bir ailenin sağlık kuruluşlarının belirlediği gibi sağlıklı bir biçimde beslenebilmesi için gerekli harcamanın Şubat 2022 verilerine göre günlük 104,266 lira olduğu belirlendi.

Ailenin aylık gıda harcaması toplamı ise 3.127,98 lira oldu. Şubat 2022 itibari ile ortalama 6.285,60 TL ücret alan bir memurun ailesi için yaptığı gıda harcaması, maaşının %49,76'sını oluşturdu.

Türkiye İstatistik Kurumu verilerinde 1.351,71 lira olarak belirlenen kira gideri ise Şubat 2022 ortalama maaşının %21,60'ına denk geldi.

## %2.5 ORANINDAKİ FARKIN YANSITILMASI İÇİN MALİYE BAKANLIĞINA YAZI GÖNDERDİK



Ocak 2022 tarihinden itibaren 6. Dönem toplu sözleşmede bağtlanan %5'lik zam üzerine %2,5 eklenerek %7.5 oranında yansıtılması gereken tutarın ödenmesi gerektiği hususu Maliye Bakanlığı'na gönderilen yazı ile talep edilmiştir.

Genel Başkanımız Önder Kahveci imzasıyla gönderilen yazıda, Maliye Bakanlığının KBS sisteminde yaşanan aksaklık nedeniyle mali olarak yaşanan hak kayıplarının düzeltilmesi talep edilerek çeşitli kamu kurum ve kuruluşlarındaki personelin almaları gereken ücretin hesaplanarak ödenmesi gerektiği önemle belirtilmiştir.

Buna göre bir memur, ortalama maaşının %71,36'sını yalnızca gıda ve barınma harcamalarına ayırmak zorunda kaldı.

Diğer ihtiyaçlarını karşılamak için ise maaşının %28,64'ü kalmıştır. Ortalama ücretle geçinen bir memur ailesinin ulaşım, sağlık, eğitim, haberleşme, giyim gibi diğer zorunlu ihtiyaçlarını karşılaması için Şubat 2022 maaşından geriye yalnızca 1.800,20 TL kaldı.

### **KAHVECİ: ENFLASYON FARKI AYLIK OLARAK MAAŞLARA YANSITILMALIDIR**

Şubat ayı asgari geçim sonuçlarını değerlendiren Türkiye Kamu-Sen Genel Başkanı Önder Kahveci; şunları kaydetti:

“Şubat ayı asgari geçim endeksi rakamlarına bakıldığında bir önceki aya göre dört kişilik bir ailenin asgari geçim haddinin %6,5 çalışan tek kişinin açlık sınırının ise bir önceki aya göre %5,62 oranında ciddi bir yükseliş yaşadığını görmekteyiz.

Bir ailenin aylık harcamaları yalnızca geçtiğimiz ay 773,5 lira arttı. Kamu görevlilerimize yapılacak yıllık zam oranını dahi aşan bir enflasyonla karşı karşıya kaldığımız bir

dönemde uzun süreden beridir ısrarla vurguladığımız ek zam ve refah payı talebimizi bir kez daha dile getiriyoruz.

Ne yazık ki artık yüksek enflasyon hayatımızın bir parçası haline gelmeye başladı. Bu şartlar altında aylık gerçekleşen enflasyon rakamları yıllık olarak yapılması planlanan maaş artışlarından bile fazla olabiliyor. Bu yılın tamamı için memur ve emekli maaşlarına kümülatif olarak %15 zam yapılması kararlaştırıldı ama iki ayda gerçekleşen enflasyon %16,4 oldu. Yani daha maaş zammına 4 ay varken memur ve emekliler henüz almadığı zammın bile gerisine düştü.

Bu durum mutlak surette telafi edilmelidir. Enflasyonun ciddi artış yaşadığı bu dönemde mağduriyeti gidermek için yılın altıncı ayını beklemeden her ay ortaya çıkan enflasyon farkının maaşlara yansıtılması ve aylık olarak mahsuplaşılması yönündeki talebimizi bir kez daha ifade ediyoruz.

Yılın ikinci ayında maaşlarımızdaki erime devam ederken, Türkiye Kamu-Sen olarak ek zam, refah payı ve aylık mahsuplaşmanın yaşanan bu erimeye bir nebze olsun dur diyeceğine inanıyor, taleplerimizin acilen hayata geçirilmesi için gerekli adımların atılması çağrımızı yineliyorum.”



# **3600 EK GÖSTERGE ÇALIŞMALARI BAŞLADI**

Türkiye Kamu-Sen Genel Başkanı Önder Kahveci, bugün itibari ile Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanı Prof. Dr. Vedat Bilgin başkanlığında başlayan 3600 ek gösterge konusuna ilişkin sosyal medya hesabından değerlendirmelerde bulundu.

Genel Başkan Kahveci; “2018 yılında sayın Cumhurbaşkanımızın ifade ettiği bazı unvanların ek gösterge rakamlarının 3600'e yükseltilmesine ilişkin çalışmalar bugün başlıyor. Türkiye Kamu-Sen olarak başından beri, ek gösterge sorununun yalnızca belli unvanlarla sınırlı olmadığını, bütün kamu görevlilerini doğrudan ilgilendirdiğini belirtiyor, ayırım yapılmaksızın tüm kamu görevlilerinin ek gösterge rakamlarının yükseltilmesi gerektiğine vurgu yapıyoruz.

Yapılacak ek gösterge düzenlemesinde öğretmen, din görevlisi, hemşire ve polisler yanında müdürler, müdür yardımcılar, şefler, merkez taşra ayırımına tabi tutulanlarla, kurum içi yükselme sınavıyla gelen uzmanlar, idareci konumundaki kamu görevlileri, teknikerler, denetmenler, avukatlar, ek gösterge uygulamasından hiç faydalanamayan teknisyen yardımcısı, şoför gibi Yardımcı Hizmetler Sınıfına dahil olan personel unutulmamalıdır.

İdareciler ile üniversite genel sekreterleri ve yardımcılar açısından da var olan ek gösterge adaletsizliği mutlaka düzeltilmelidir. Benzer durumların birçok unvanla olduğu da bilinmektedir. Uzmanlıklarda, taşra ve merkez uzmanları arasında ek gösterge bakımından farklılıklar yaşanmakta, uzman kadrosunda bulunan kamu görevlileri kariyer uzmanlar ve diğer uzmanlar olarak farklı kategorilerde değerlendirmeye tabi tutulmaktadır.



Ek gösterge uygulamasının belirli bir standardı da bulunmamakta farklı hizmet sınıflarında farklı ek gösterge çizelgesi uygulanmakta, kadroları Yardımcı Hizmetler Sınıfında bulunan personel ek gösterge uygulamasından faydalanamamaktadır.

657 sayılı Devlet Memurları Kanunu derece ve kademe yükselmesini üst derecelerdeki boş kadronun varlığına bağladığı için birçok kamu görevlisi gerekli şartları taşıdığı halde üst derecelerde boş kadro bulunmaması nedeniyle hak ettikleri derecelere yükselememektedir.

Bu sorunlar, ek gösterge uygulamasının bütüncül bir biçimde ele alınması ve yalnızca belli unvanları değil tüm kamu görevlilerini içeren kapsamlı bir biçimde değişikliğe tabi tutulması zorunluluğunu ortaya koymaktadır.

Kamu görevlilerinin emekli maaşı ve emekli ikramiyesi hesaplamasında en önemli unsurların başında kamu görevlilerinin hizmet sınıfı ve derecelerine göre belirlenen ek gösterge rakamlarına endeksli olarak belirlenen özel

hizmet tazminatı yansıtma oranı gelmektedir.

Ek gösterge uygulamasının yanında ek göstergeye bağlı olarak belirlenen özel hizmet tazminatı oranlarından kaynaklı bu adaletsizliğin de giderilmesi ve ek göstergesi 3600'ün altında olan kamu görevlilerinin emekli maaşlarına yansıtılacak tazminat oranlarının makul ölçülere çekilmesi gerekmektedir.

Türkiye Kamu-Sen, yıllardan beri ortaya koyduğu bu sorunlara çözüm üretmek adına elini taşın altına koymuş ve memurlarımızın emekli aylıklarına doğrudan etki eden ek gösterge cetvelleri, özel hizmet tazminatı yansıtma oranları ve diğer konular üzerinde detaylı ve titiz bir çalışma gerçekleştirmiş, kanun taslağı hazırlamıştır.

Yapılacak çalışmalarda Konfederasyonumuz Ar-Ge Merkezince hazırlanan bu taslak metinden faydalanılması, ileride ortaya çıkması muhtemel sorunları önleyecektir. Aksi halde yapılacak her uygulama yeni adaletsizlikler ve mağduriyetler yaratacaktır”



**Türkiye Kamu-Sen Ordu İl Temsilcimiz ve Türk Eğitim-Sen Ordu Şube Başkanı Ömer Okumuş vefat etti.**

Ordu İl Temsilcimiz Ömer Okumuş'a yüce Allah'tan rahmet dileyen Genel Başkanımız Önder Kahveci; "Türkiye Kamu-Sen Ordu İl temsilcimiz ve Türk Eğitim-Sen şube başkanı güzel insan Ömer Okumuş yakalandığı amansız hastalığa yenik düştü. Ömer Başkanımıza yüce Allah'tan rahmet, kederli ailesine ve yakınlarına başsağlığı diliyorum. Mekanı cennet olsun inşallah" dedi.

Türkiye Kamu-Sen camiası olarak, Ömer Okumuş Başkanımıza Allah'tan rahmet, ailesi ve sevenlerine baş sağlığı diliyoruz.

# KADIN KOMİSYON ÜYELERİMİZ ŞEHİTLERİMİZİ ANDI

18 Mart Çanakkale Zaferi'nin 107. Yıldönümü nedeniyle Türkiye Kamu-Sen Kadın Komisyonu Cebeci Askeri Mezarlığı'nı ziyaret ederek, şehitlerimiz için kabir başında hatim duası ettiler.



Türk Eğitim-Sen Kadın Komisyon Başkanı Firdes Işık, Türk Haber-Sen Komisyon Başkanı Arzu Günay Yılmaz ile komisyon üyelerimiz, umudun tükendiği yerde iman ve bağımsızlık azminin devreye girdiğini dünya aleme ilan eden ecdadımızı anmak için gittikleri Cebeci Askeri Mezarlığında duygu dolu anlar yaşadılar.

Bugünün anlam ve öneminin altını çizen Firdes Işık, "18 Mart Şehitler Günü'nde bu toprakları bize vatan yapan ve

bizlere bağımsızlığımızı armağan eden tüm şehitlerimizi, başta Gazi Mustafa Kemal Atatürk olmak üzere rahmetle ve şükranla anıyoruz. Tüm Şehitlerimizin ruhları şad, mekânları cennet olsun. Asil ecdadımıza layık bir nesil yetiştirmek boynumuzun borcudur" şeklinde açıklamada bulundu.

Ziyarette, eller semaya dua için kalkarken bir kez daha tüm şehitlerimiz rahmetle anıldı.



## ÇANAKKALE RUHUNA SAHİP ÇIKARAK HER ALANDA ZAFERE ULAŞACAĞIZ

Türkiye Kamu-Sen Genel Başkanı Önder Kahveci Çanakkale Zaferi'nin 107. Yıl dönümü münasebetiyle bir mesaj yayınladı.

"Çanakkale'nin kahramanları, umudun bittiği yerde iman, gücün tükendiği yerde azmin, silahın olmadığı yerde yüreğin her türlü olumsuzluğu yenebileceğini ispat ettiler" diyen Genel Başkan Kahveci, "İnsanlığı hayrete düşüren bir cesaret ve kahramanlık örneği göstererek, birkaç dakika içinde öleceğini bile en ufak bir tereddüt dahi göstermeden ileri atılan ve bugün sahip olduğumuz devletimizin, milli birlik ve beraberliğimizin temellerini oluşturan kahramanlarımıza minnet borçluyuz" dedi.

Genel Başkan Önder Kahveci mesajında şu satırlara yer verdi;

"107. yılında; insanlık tarihinin en çetin ve en kanlı savaşlarından birine sahne olan, toprağın her zerresinin şehit kanıyla sulandığı, metrekareye 6 bin merminin düştüğü büyük Çanakkale Zaferi'ni milletçe büyük bir gurur ve he-

yecanla idrak ediyoruz.

Bugün dünyanın pek çok ülkesinde yaşanan işgali ve felaketleri dikkate aldığımızda ecdadımızın canları pahasına kazanıp bizlere emanet bıraktığı bağımsızlığımızın ve özgürlüğümüzün değerini daha iyi kavlıyor, ne mukaddes bir mücadele verildiğini daha iyi idrak ediyoruz. Tarih boyunca esaret altına alınamamış yüce bir milletin ferdi olmaktan gurur duyuyoruz.

Bu ülkenin insanı, binlerce yıldır kanlarıyla yoğurduğu toprağı vatan yapmış, vatanın her bir evladı bir diğeriyle kan bağı kurmuştur. Milletimizin bütünlüğünü ve gelecekte de birlikte yaşama istek ve arzusunu ortaya koyduğu en önemli olaylardan biri de Çanakkale Savaşı'dır. Bundan 107 yıl önce ülkemizi işgal etmek üzere dünyanın çeşitli ülkelerinden ufacak bir kara parçasına akın

eden düşmanlar, Anadolu'nun yiğit evlatlarının kanlarında boğulmuşlardır.

Çanakkale'nin kahramanları, umudun bittiği yerde iman, gücün tükendiği yerde azmin, silahın olmadığı yerde yüreğin her türlü olumsuzluğu yenebileceğini ispat ettiler. İnsanlığı hayrete düşüren bir cesaret ve kahramanlık örneği göstererek, birkaç dakika içinde öleceğini bile bile en ufak bir tereddüt dahi göstermeden ileri atılan ve bugün sahip olduğumuz devletimizin, milli birlik ve beraberliğimizin temellerini oluşturan kahramanlarımıza minnet borçluyuz.

107 yıl önce, döneminin en teknolojik silahlarıyla donatılmış ordularına karşı tüm imkansızlıklara ve yokluklara rağmen elde ettiğimiz bu büyük zafer, bugün milletimiz ve devletimiz için karanlık hesaplar içinde olanlara tarihimizden alınacak ibret dolu bir ders, bizlere umut kaynağı olmaktadır.

Vatanın bağımsızlığı, milletin geleceği ve mukaddes değerleri için verdiği her mücadelede şartlar ne denli elverişsiz olsa da asla yılmayarak daima zafere koşan Türk milleti olarak bugün de birliğimizi ve beraberliğimizi muhafaza etmek için aynı inançla her türlü göreve hazırız. Şanlı Çanakkale Zaferi'nin elde edilmesindeki o yüksek ruha sahip çıkarak ülkemizi muasır medeniyetler seviyesinin üstüne çıkaracağız. Ecdadımızın emaneti, değerlerimizden asla taviz vermeyecek, bu bilinçle hep birlikte hür ve özgür bir devlet içinde yaşayacağız. Bizlere güzel vatanımızı ve hürriyetimizi hediye eden ecdadımıza layık birer fert olabilmek için daha çok çalışacak, her alanda zafere ulaşacağız.

Bu duygu ve düşüncelerle, Çanakkale Zaferi'nin 107. yıl dönümünü kutluyor, 18 Mart Şehitler Günü'nde bu toprakları bize vatan kılan ve bizlere bağımsızlığımızı hediye eden tüm şehitlerimizi, başta Gazi Mustafa Kemal Atatürk olmak üzere tüm kahramanlarımızı rahmetle, şükranla anıyoruz. Ruhları şad, mekânları cennet olsun."



## İSTİKLAL MARŞIMIZ REHBERİMİZDİR

Türkiye Kamu-Sen Genel Başkanı  
Önder Kahveci, İstiklal Marşı'mızın  
101. Yıl dönümü münasebetiyle bir  
kutlama mesajı yayınladı.

"Milli birlik ve beraberliğimizi muhafaza edip İstiklal Marşımızdaki ruha sarıldığımızda, Türk milletinin üzerinde planlanan her türlü oyunun bozulacağından, ihanet içinde bulunanların bertaraf edileceğinden ve devletimizin ebediyen bu topraklarda hüküm süreceğinden en ufak bir şüphemiz yoktur" diyen Genel Başkanımız Önder Kahveci, "Geleceğimizden endişe etmiyor, korkmuyor, damarlarımızdaki asil kana güveniyoruz. Geçmişimizden aldığımız dersle, İstiklâl Marşımızın verdiği feyzle, muhteşem ceddimizin açtığı yoldan giderek, mukaddes vatanımızda daima hür ve bağımsız olarak yaşayacağız" dedi.

Genel Başkan Önder Kahveci mesajında şu satırlara yer verdi;

"İstiklal Marşı'nın kabul edilişinin 101. yılında, Türk milletinin vatanı ve bağımsızlığı uğruna yokluklar içinde verdiği kurtuluş mücadelesini eşsiz bir biçimde mısralara

dökerek bizlere ölümsüz bir rehber bırakan büyük şair ve dava adamı Mehmet Akif Ersoy'u saygı, rahmet ve minnetle anıyorum.

Osmanlı İmparatorluğu'nun parçalandığı ve son vatan toprağımız Anadolu'nun dört bir yanının düşman işgaline uğradığı kara günlerde bir avuç vatan sevdalısı, Türk'ün istiklal ateşini yakmak ve Türk milletinin dünya durdukça var olacağını haykırmak üzere "Ya istiklâl ya ölüm!" parolasıyla yola çıkmıştır.

Uzun yıllar süren savaşlar nedeniyle ekonomik ve teknolojik olarak çökmüş olan Türk milleti; neredeyse her ailenin bir şehit verdiği bu ortamda yedi düvele karşı tarihte eşi görülmemiş, muhteşem bir destan yazmıştır. Bundan 100 yıl kadar önce yaşadığımız olağanüstü günlerde Devletimizin kuruluş destanı, fiili olarak cephelerde Mustafa Kemal Atatürk önderliğinde yazılırken manevi ve kültürel destanının mimarı da hiç kuşkusuz ki, istiklâl şairimiz Mehmet Akif Ersoy olmuştur.

Dilimizin en güzel şekliyle kullanıldığı, ay yıldızlı al bayrağımıza seslenen ve kahraman ordumuza ithaf edilen, Mehmet Akif Ersoy'un dizeleriyle ölümsüzleşen, bağımsızlık destanımız İstiklal Marşımız, Kurtuluş Savaşı'nın en zorlu dönemlerinde Türk milletine ve ordumuza büyük bir manevi güç aşılamıştır.



Bu eşsiz eser; Bilge Kağan'ın Orhun Yazıtlarında, Mustafa Kemal Atatürk'ün Nutuk'unda dillendirdiği gibi Türk milletine, zorluklar karşısında birlik olduğumuz müddetçe hiçbir gücün Türk'ün bileğini bükemeyeceğini, Türk milletinin en önemli hasletleri olan azim, kararlılık ve cesaretin, yüreğimizdeki imanla bütünleştiğinde her kötülüğe galip geleceğimizi müjdelemektedir.

Topraklarımızda gözleri olanlar, bugün de dört bir koldan devletimize ve milletimize karşı bir saldırı daha başlatmış görünmektedir. Ülkemizin yakın çevresi bir ateş çemberine döndürülmüş, Akdeniz, Ege ve Karadeniz'de sular ısınmaya başlamıştır. Ordumuz ve güvenlik güçlerimiz içeriden ve dışarıdan gelecek her türlü tehdide karşı Gök Vatan, Mavi Vatan ve Anavatanımızı korumak üzere teyakkuz halindedir. Bu nedenle sayısız şehit vererek elde ettiğimiz istiklâl ve bağımsızlığımızı ilelebet payidar kılmak için bizler de Türk milletinin bir ferdi olarak her türlü tedbiri almak ve uyanık olmak zorundayız. Sahip olduğumuz değerlerimizi, cumhuriyetimizi, devletimizi, vatanımızı korumak zorundayız.

Milli birlik ve beraberliğimizi muhafaza edip İstiklal Mar-

şımızdaki ruha sarıldığımızda, Türk milletinin üzerinde planlanan her türlü oyunun bozulacağından, ihanet içinde bulunanların bertaraf edileceğinden ve devletimizin ebediyen bu topraklarda hüküm süreceğinden en ufak bir şüphemiz yoktur. Geleceğimizden endişe etmiyor, korkmuyor, damarlarımızdaki asil kana güveniyoruz. Geçmişimizden aldığımız dersle, İstiklâl Marşımızın verdiği feyzle, muhteşem ceddimizin açtığı yoldan giderek, mukaddes vatanımızda daima hür ve bağımsız olarak yaşayacağız.

Verdiği mücadele ile Türk milletinin yeniden ayağa kalkmasını sağlayan, vatanımızın kurtarıcısı, devletimizin kurucusu Gazi Mustafa Kemal Atatürk ve silah arkadaşlarına; vatani, milleti ve ülkesi için canlarını vermekten çekinmeyen tüm gazi ve şehitlerimize olan minnetlerimizi bir kere daha ifade ediyoruz. Bizlere İstiklâl Marşımızı hediye eden Mehmet Akif Ersoy'u rahmetle anıyoruz. Vatan, bayrak, devlet ve istiklalimizi en kutsal emanet bilip canımız pahasına sahip çıkacağımıza dair söz veriyor, Akif'in dediği gibi "Allah bu millete bir daha istiklal marşı yazdırmasın." diyor, İstiklal Marşımızın kabulünün 101. yıldönümünü kutluyoruz"



## KADIN MEDENİYETİN KAYNAĞIDIR

Türkiye Kamu-Sen Genel Başkanı Önder Kahveci, 8 Mart Dünya Kadınlar Günü münasebetiyle bir mesaj yayınladı. "Mademki medeniyetin göstergesi kadına verdiğimiz önemle ölçülmektedir" diyen Genel Başkan Kahveci, "İnsani hasletlerimizi geliştirmek için toplum olarak kadınlarımızı her alanda ve eşit şartlarda yanımızda görmek zorunda olduğumuza inanıyoruz" dedi.

Genel Başkan Önder Kahveci mesajında şu ifadelerle yer verdi;

"Sevginin, fedakarlığın, emeğin ve umudun kaynağı kadınlarımızın 8 Mart Dünya Kadınlar Günü'nü en içten duygularıyla kutluyorum. Mustafa Kemal Atatürk "Yeryüzündeki her şey kadının eseridir." demiştir. Büyük Özanimiz Neşet Ertaş ise "Kadın insandır; biz insanoğlu..." diyerek bugün sahip olduğumuz tüm güzelliklerde kadının payının olduğu gerçeğini vurgulamıştır. Kadınlarımız, insanlığı tamamlayan, bir bütünün iki yarısından biridir. Bu gerçeği idrak ettikten sonra kadın hakkı ya da toplumsal eşitlik gibi kavramların dahi anlamını yitirdiğini, kadınların hayatın akışı içinde toplumumuzun vazgeçilmez bir parçası olduğunu görüyoruz.

Ne var ki, dünyanın birçok yerinde olduğu gibi ülkemizde de kadınların şiddet olaylarıyla, eğitimsizlik, işsizlik,

çocuk yaşta evlilik gibi köklü sorunlarla karşı karşıya olduğunu görmek bizleri derinden yaralamaktadır. Ünlü Filozof John Stuart Mill, toplumların gelişmişlik seviyesinin kadına verdiği değerle ölçüleceği düşüncesindedir. Kadınların toplumsal yaşamdan en fazla soyutlandıkları toplumlar her alanda en geri kalmış ülkeleri oluşturmaktadır. Kadınların ekonomik, siyasi ve sosyal hayata en fazla katılım sağladığı ülkeler ise gelişmişlik seviyesinde de büyük bir ivme yakalamış olanlardır. Dolayısıyla toplumların gelişmesinin anahtarı, kadınlardan geçmektedir.

Üzülerek ifade etmeliyim ki, ülkemizde kadınlarımız gerek sosyal gerekse ekonomik hayata arzu edilen oranda katılamamaktadır. Kadınlarımız hem temsilde hem de üst düzey yönetim kademelerinde bir elin parmaklarını bile geçmeyecek sayıda kalmaktadır. Mademki medeniyetin göstergesi kadına verdiğimiz önemle ölçülmektedir; insani hasletlerimizi geliştirmek için toplum olarak kadınlarımızı her alanda ve eşit şartlarda yanımızda görmek zorunda olduğumuza inanıyoruz.

Modern zamanlar, çalışma hayatında kadınların da en az erkekler kadar başarılı olabileceğini göstermiştir. Fakat günümüzde, kadınların çalışma hayatında etkin bir rol oynamalarının, kadınlardan toplumsal düzeyde bek-





# UKRAYNA'DA SORUNLAR DİPLOMASİ VE DİYALOGLA ÇÖZÜLMELİ

Rusya ve Ukrayna arasında yaşanan ve savaşa dönüşen gerilim hakkında görüşlerini açıklayan Türkiye Kamu-Sen Genel Başkanı Önder Kahveci, uluslararası hukuku ve anlaşmaları hatırlatarak, iki ülke arasında yaşanan sorunun diplomatik yollarla çözülmesi gerektiğini vurguladı.

Genel Başkan Kahveci açıklamasında şunları söyledi: “Bölgemizde var olan gerginlik ve istikrarsızlık Rusya-Ukrayna çatışmasıyla yeni bir boyuta evrilmiştir. Türkiye Kamu-Sen olarak hiçbir devletin emperyal amaçlarla başka bir devlete saldırmasını, egemenlik haklarını, uluslararası hukuku ve anlaşmaları yok sayarak egemen bir devletin topraklarını ilhak etmesini kabul edilemez buluyoruz. Bu çatışmanın Rusya dahil hiçbir ülkeye ve hiçbir topluma bir fayda sağlamayacağı, Mustafa Kemal Atatürk’ün

deyimiyle bir ulusun hayatı tehlikeye girmedikçe savaşın bir cinayet olduğu inancını taşıyoruz. Uzun zamandan beri savaşların, kan ve göz yaşının merkezi haline getirilmiş olan bölgemizde artık masumların ve sivillerin hayatlarına mal olan savaşların son bulması, barışın ve huzurun hüküm sürmesi arzusundayız. Bundan 100 yıl kadar önce benzer amaçlarla işgale maruz kaldığımız ve hala bir kısım çevrelerin topraklarımızda gözü olduğu hesaba katıldığında, tüm devletlerin topraklarını ve özgürlüklerini savunma hakkı olduğunu ifade ediyoruz. İnsanlığın zor bir dönemden geçtiği bu günlerde yalnızca bölgemizi değil bütün dünyayı karanlık ve belirsiz bir sürece doğru sürükleyen Rusya’yı bu çılgınlıktan derhal vaz geçmeye, ülkelerin toprak bütünlüğüne ve egemenlik haklarına saygı göstermeye davet ediyor, sorunların uluslararası hukuk çerçevesinde diplomasi ve diyalog yoluyla çözülmesi gerektiğine inanıyoruz.”



lenen aile içi rolleri yerine getirmesini engellediği düşünülmektedir. Başka bir ifade ile toplumun kadına yüklediği ev işleri ve annelik görevleri, bir anlamda çalışma hayatının önüne geçmekte hem kadınların iş hayatında yükselmelerine hem de sürekli ve güvenceli işlerde çalışmalarına mâni olmaktadır. Her ne kadar çalışan kadınların sorunlarını azaltmaya yönelik doğum yapan kadınlara yarım gün çalışma hakkı gibi birtakım tedbirler alınsa da iş güvencesi, çalışma süreleri, kreş imkânları, yasal korumalar ve toplumsal bilinç anlamında ideal seviyenin oldukça gerisinde kaldığımız da inkâr edilemez bir gerçektir. Kaldı ki, doğum yapan kadınların yarım gün çalışma hakkını düzenleyecek yönetmelik de çıkarılmadığı için kamuda doğum yapan kadınlarımız bu hakkını da kullanamamaktadır.

Bir ülkede, getirilen hukuki düzenlemelerin toplumsal yaşama yansımaları için toplumsal algının da bu yönde

geliştirilmesi gerektiği gerçeğiyle yüz yüzeyiz. Kadınların hukuki haklarını kullanması için yasal düzenlemelerle birlikte, hukuk kurallarını hayata geçirecek olan bireylerin de yeterli olgunluğa erişmesi ve uygun toplumsal kültürün oluşturulması gerekmektedir. Bu nedenle öncelik mutlaka evrensel ve eşit haklara dayalı bir toplumsal kültür oluşturmak olmalıdır. Bunun yolu da kadınlarımız lehine yapılan iyi ve doğru işleri bir lütuf değil insan olmanın gereği olarak görececek anlayışın geliştirilmesinden geçmektedir.

Bu duygu ve düşünceler içinde başta evlat acısıyla yüreği yanan, bu vatan uğruna canlarını veren kahraman şehitlerimizin anneleri olmak üzere tüm kadınların Dünya Kadınlar Gününü kutluyor, kadın kamu görevlilerimizi de haklarımız ve ortak çıkarlarımız için Türkiye Kamu-Sen çatısı altında mücadele etmeye davet ediyorum”

# “GELENEKTEN GELECEĞE ENDÜSTRİ 4.0 BAĞLAMINDA ÇALIŞMA HAYATINDA KADININ ROLÜ” ÇALIŞTAYINI DÜZENLEDİK



Türkiye Kamu-Sen Kadın Komisyonu olarak Cumhuriyetimizin kuruluşunun 100. yılı 2023'e kısa bir süre kala, çalışma hayatının yarısını oluşturan kadınlarımızın toplumun kalkınmasına ve aile refahına katkısını artırmak için “ Gelenekten Geleceğe Endüstri 4.0 Bağlamında Çalışma Hayatında Kadının Rolü” başlığı altında bir çalıştay düzenledik.

Hacı Bayram Veli Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Öğretim Üyesi Sayın Prof. Dr. Cengiz ŞAHİN moderatörlüğünde gerçekleşen çalıştaya üniversitelerimizin değerli hocaları katıldı.

Çalıştay başlamadan önce Türkiye Kamu-Sen Genel Başkanı Önder Kahveci ve Türkiye Kamu-Sen Kadın Komisyonu Başkanı Leyla Polat açılış konuşması yaptı. Genel Başkan Kahveci, konuşmasında dijital çağın çalışma hayatını derinden etkileyeceğine dikkat çekti ve özellikle kadın çalışanların yaşadığı sıkıntıların çözümü noktasında çalıştayın önemine işaret ederek şunları ifade etti: “Uzun süredir küresel salgın ile mücadele ederken, Türkiye Kamu-Sen olarak kadın çalışanlarımızın çalışma şartlarının değiştiği gibi problemlerin de arttığının farkındayız. Kadınlarımız bir taraftan iş hayatını sürdürmeye çalışırken diğer taraftan da ailesine ve kendi özel gereksinimlerine yetişmeye çalışıyor. Değişen ve dijitalleşen yeni çağda iş hayatının daha farklı yetenekler ve beceriler gerektireceği kaçınılmaz bir değişim olarak karşımıza

çıkılmaktadır. Birçok anlamda bu değişime ayak uydurmak için hazırlık yapmamız gerektiğini düşünüyoruz. 2019 yılında düzenlediğimiz “ Gelenekten Geleceğe Endüstri 4.0” panelinin devamı olarak “Çalışma hayatında kadının rolü” konusunu bu çalıştayda ele alacağız. Üniversitelerimizin değerli hocalarına “Gelenekten Geleceğe Endüstri 4.0 Bağlamında Çalışma Hayatında Kadının Rolü” çalıştaya katkılarından dolayı çok teşekkür ediyorum.”

Kadın Komisyonu Başkanı Leyla Polat ise, kadın çalışanların yaşadıkları sıkıntıları yıllarca dile getirdiklerini belirterek, özellikle dijital çağda bizleri bekleyen sıkıntılara karşı hazırlıklı olmak gerektiğinin altını çizdi. Konfederasyon olarak yıllarca çalışaylar ve paneller düzenleyerek kadın çalışanın sesi olmaya çalıştıklarını ifade eden Polat, katkılarından dolayı üniversitelerimizden katılan tüm hocalarımıza teşekkür etti.

Türkiye Kamu-Sen Kadın Komisyonu tarafından düzenlenen çalıştay sonrasında Hocalarımızın değerli görüşlerinin yer aldığı sonuç bildirgesi 8 Mart gününde açıklanacaktır.



## GELENEKTEN GELECEĞE ENDÜSTRİ 4.0 BAĞLAMINDA ÇALIŞMA HAYATINDA KADININ ROLÜ ÇALIŞTAYINA KATILAN HOCALARIMIZ

Prof. Dr. Cengiz ŞAHİN  
( Hacı Bayram Veli Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Öğretim Üyesi)

Prof. Dr. Hayati BEŞİRLİ  
( Hacı Bayram Veli Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Öğretim Üyesi)

Prof. Dr. Hanife GÜZ  
(Hacı Bayram Veli Üniversitesi İletişim Fakültesi Öğretim Üyesi)

Prof. Dr. Aysun COŞKUN  
(Gazi Üniversitesi Teknoloji Fakültesi Öğretim Üyesi)

Dr. Pelin YILIK  
( Milliyetçi Hareket Partisi Genel Başkan Yardımcısı)

Doç. Dr. Emir ÖZEREN  
(Dokuz Eylül Üniversitesi Turizm Fakültesi Öğretim Üyesi)

Doç. Dr. Leyla KAHRAMAN YÜCE  
(Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi İİBF Öğretim Üyesi)

Doç. Dr. Emine Sare AYDIN  
(Adalet ve Kalkınma Partisi İstanbul Milletvekili)

Doç. Dr. Zehra ATBAŞI  
(Necmettin Erbakan Üniversitesi  
Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Öğretim Üyesi)

Dr. Sare Terzi İLHAN  
(Amasya Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Öğretim Üyesi)

L. Yurdum Hasgöl GÜVENER  
OSTİM Teknik Üniversitesi  
Proje Geliştirme ve Yönetim Ofisi Koordinatörü

Gülnaz KARAOSMANOĞLU  
Ostim Vakfı Müdürü

Dr. Levent EMMUNGİL  
Ostim Teknik Üniversitesi Bilişim Güvenliği Teknolojisi Programı  
Öğretim Üyesi



# ÇALIŞMA HAYATINDA KADININ ROLÜ ÇALIŞTAYININ SONUÇ BİLDİRGESİ AÇIKLANDI

Çalışan, üreten, yol gösteren sendikacılığı ilke edinmiş olan TÜRKİYE KAMU-SEN'in Kadın Komisyonları 8 Mart Dünya Kadınlar Günü etkinlikleri çerçevesinde 23 Şubat 2022 günü "Gelenekten Geleceğe Endüstri 4.0 Bağlamında Çalışma Hayatında Kadının Rolü" konulu bir çalıştay düzenlendi.

Üniversitelerimizde görev yapan akademisyenlerimizin ve sivil toplum kuruluşlarının temsilcilerinin katıldığı çalıştayda birçok zorluğu ve sıkıntıyı bünyesinde barındıran çalışma hayatında kadın istihdamı konusu, zorluklarla mücadele yolları ve sorunların çözümü tartışıldı.

Çalıştayın Moderatörlüğünü yapan Hacı Bayram Veli Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Öğretim Üyesi Prof. Dr. Cengiz ŞAHİN, Türk toplumunda kadının milleti millet yapan asil unsur olduğuna dikkat çekerek, özellikle Türk Kadınının tarih boyunca devletini ayakta tutmak için çaba sarf ettiği şahsiyetli ve dirayetli duruşunun devam etmesi için bilimsel bilgiye dayalı sürdürülebilir politikaların geliştirilmesinin önemine işaret etti.

Değerli akademisyenlerimizin çalıştaydaki sunumları bir kitapçık haline getirilerek ilgili kurum ve kuruluşlarla paylaşılacaktır. Kadınlarımızın çalışma hayatında daha etkin ve verimli olması, toplumun huzuru, sağlıklı aile ve iyi yetişmiş gelecek yeni nesillerin yetiştirilebilmesi için var gücümüzle üretmeye ve çalışmaya devam edeceğiz. Türkiye Kamu-Sen olarak davetimizi kabul edip çalıştayımıza katkı sağlayan üniversitelerimizin değerli hocalarına bir kez daha teşekkür ediyoruz.

## **"GELENEKTEN GELECEĞE ENDÜSTRİ 4.0 BAĞLAMINDA ÇALIŞMA HAYATINDA KADININ ROLÜ" ÇALIŞTAYI SONUÇ BİLDİRGESİ**

1. 18. yüzyılın ilk çeyreğinde buhar makinasının icadı ile başlayan endüstrileşme süreci, elektrik gücünün yardımıyla seri üretime geçilmesi ve bilgi teknolojilerinin gelişmesiyle otomasyona dayalı üretimi öngören gelişmelerin ardından siber fiziksel sistemler, otonom davranış sergileyebilen yapay zekâ çalışmaları sonucunda dördüncü aşamasına geçmiştir.

Üretim sistemlerinin değişimi ve gelişimi, devletlerin ekonomi politikalarını, endüstri ilişkilerini, hukuki alt yapıları ve gelirin paylaşımını da doğrudan etkilemekte, büyük toplumsal dönüşümlere önayak olmaktadır. Almanya Federal Hükümeti'nin ülkedeki işletmelerin gelecekteki zorluklara karşı hazır olmasını sağlamak için bilgi teknolojileri ve üretim teknolojisi arasında daha yakın bir ilişki kurmayı amaçlayan projesi olan Endüstri 4.0, tüm dünyada siyaset ve endüstri konusunda birçok tartışmayı da beraberinde getirmiştir. Endüstri 4.0 süreci, hiç kuşkusuz ki yalnızca işletmeleri değil çalışma ilişkilerini de kökünden değiştirecek gelişmeleri içinde barındırmaktadır.

2. Bu süreç sürücüsüz araçlar; kendi kendine düşünen, karar veren ve uygulayan sistemler; tamamen otomasyona dayalı, üretim, stoklama ve kargolama süreçleri; maliyetlerin düşmesi; ucuz işgücü (Akıllı) üretim sistemleri sayesinde daha az çalışanla daha çok üretim; uzman eleman ihtiyacının artması; bazı mesleklerin yok olacak olması (Yardımcı hizmetler, evrak, depo, şoför, pilot, kurye, posta dağıtıcısı, vs.); gelişen teknolojiye bağlı olarak yeni mesleklerin ortaya çıkması; insan gücüne

ihtiyacın büyük oranda azalmasıyla istihdamın düşmesi ve yüksek oranlı işsizlik; uzaktan çalışma modellerinin gelişmesi; esnek istihdam şekillerinin artması; çalışma sürelerinin azalması; devletlerin yeni yönetim anlayışı geliştirmeleri; iş ilişkilerinin değişmesi gibi beklenen sonuçlara gebe olduğu gibi bugün tahmin edemeyeceğimiz dönüşümleri de beraberinde getirecektir.

3. Teknolojik gelişmelere bağlı olarak çalışma yaşamında bugüne kadar ortaya çıkan ve yakın gelecekte görülecek gelişmeler hiç kuşkusuz ki kadınları da yakından etkilemekte; önümüzdeki dönem çeşitli fırsat ve tehditleri içinde barındırmaktadır.

4. Bu çerçevede artık kapımızdan içeri girmekte olan yapay zekânın, otonom sistemlerin, nesnelerin internetinin toplumumuza, kamu yönetimine, çalışma yaşamına, hukuk sistemimize, ekonomik ve sosyal politikalara nasıl yansıtılacağına tespit edilmesi, gelecekçi bir yaklaşım olmaktan öteye hayati bir zorunluluktur.

5. Günümüzde kadınların işgücü piyasasına katılımı, üst düzey yönetimlerde yer alması, eşit temsil, yeterli eğitim imkanlarına sahip olamamaları, toplumsal algılardan kaynaklı olarak hem ev işlerinde hem de çalışma hayatındaki sorumlulukları tek başına yüklenmeleri, kreş, gündüz bakım evi gibi sosyal imkanların kısıtlı olması, düşük ücret, mobbing gibi sorunlarının bir an önce çözüme kavuşturulması, gelecekte de karşılaşılabilecek değişim ve dönüşüme ayak uydurmaları için gerekli tedbirlerin alınması gerekmektedir.

6. Kadın çalışanların mevcut sorunlarının çözümü için;

• Kadınların sivil toplum örgütlerinin yönetim kademelerinde daha fazla yer alabilmelerinin teşviki amacıyla sivil toplum kuruluşlarında temsil oranını artırmak üzere kadınlar için oluşturulan alt komisyonların hukuki bir statüye kavuşturularak, bu komisyonlarda görev alan kadınlarımıza izin verilmesi için yasal bir düzenleme yapılmalıdır.

• Kadınlara Karşı Her Türlü Ayrımcılığın Önlenmesi Uluslararası Sözleşmesi'nde yer alan ilkelere uyulmalı; kadının sosyal ve ekonomik açıdan gelişmesini ve ilerlemesini sağlamak için, özellikle politik, sosyal, ekonomik ve kültürel alanlar başta olmak üzere bütün alanlarda, erkeklerle eşit olarak insan hakları ve temel özgürlüklerden

yararlanmaları ve bu hakları kullanmaları sağlanmalıdır.

• İstihdamda evlilik ve analık sebebiyle kadınlara karşı yapılan olumsuz ayırımın önlenmesi ve etkin çalışma hakkının sağlanması için yasal düzenleme yapılmalıdır.

• Kadınların, Devletin her kademesinde, özellikle karar mekanizmaları içinde görev alması, kamu hizmetinin hazırlanması ve uygulanmasına katılması için pozitif ayrımcılık da içeren tedbirler alınmalıdır.

• Tüm kamu kurumlarında görev alan ve alacak personele yeni duruma uyum (oryantasyon) eğitimlerinde zorunlu eğitim olarak kadın -erkek eşitliği eğitimleri verilmelidir.

• Kamuda personel istihdamında kadın - erkek eşitliği bütçelemesine göre hareket edilmelidir.  
• Çalışanların işyerlerinde maruz kaldığı psikolojik ve fiziki tacizin önlenmesi için kurumların disiplin yönetmeliklerinde caydırıcı hükümlere yer verilmelidir.

• Kurumlarda PDR (psikolojik danışma ve rehberlik birimi) kurulmalıdır.

• Hamilelik süresince zararlı olduğu kanıtlanan işlerde kadınlara özel koruma sağlanmalı, sağlık ve doğurganlık korunmalıdır.

• 0-3 yaş kreş, 3-6 yaş anaokulu, yaşlı, Kreş (0-3,3-6 yaş kreş ve yaşlılar için) hasta, engelli ve yaşlı bakım hizmetlerinin profesyonelce sunulacağı bakım ve rehabilitasyon merkezleri yaygınlaştırılmalıdır.

• Kreş, okul öncesi eğitim ve bakım evi hizmetlerinden yararlanamayan personele, bu hizmetleri dışarıdan karşılayabilmesi için günün şartlarına uygun ekonomik destek sağlanmalıdır.

7. Önümüzdeki dönemde kız çocuklarının eğitim seviyelerinin ve kadınların işgücüne katılım oranlarının yükseltilmesi, çalışma yaşamında daha fazla kadın yöneticiye yer verilmesi, eğitim sisteminin yeni üretim metotlarına entegrasyonu, hukuki altyapının geleceğe dönük olarak revizyonu, kadına yönelik yeni istihdam programlarının oluşturulması, yeni örgütlenme modellerinin geliştirilmesi, farklı aksiyon planlarının belirlenmesi, yeni sosyal politika önerileri, insan odaklı bir istihdam piyasasının

inşa edilmesi, yok olacak mesleklerle yeni ortaya çıkacak mesleklerin, yeni imkânların araştırılması, yapay zekânın toplumsal yapı üzerinde yaratacağı etkinin hesap edilmesi, kamu yönetimi ve kamu hizmetlerinin geleceğinin tespit edilmesi gibi konuların toplumumuzun ilgili tüm kesimlerinin katılımı ve katkısı ile araştırılması, tartışılması ve değerlendirilmesi gerekmektedir.

8. Görülmektedir ki endüstri ilişkilerinde meydana gelen değişimler, öncelikli olarak üretim süreçlerine etki etmekte, çalışma ilişkilerinde ve işgücü piyasalarında dönüşüme neden olarak toplumsal yapılarda ve ilişkilerde dönüşümler yaşanmasına kaynaklık etmektedir. Bu nedenle de etkisini arttıran Endüstri 4.0, işgücü piyasalarında benzeri görülmedik dönüşümlere sebebiyet vermektedir. Yeni işçilerin ve iş modellerinin ortaya çıkması kaçınılmaz olduğundan, devlet-işçi-işveren kesimlerinin yeni dönemin tehditlerine karşı çözümler bulması bir zorunluluk olarak görülmektedir. Devlet-işçi-işveren temsilcilerinin birlikte politikalar üretmesi ve yeni işlerin beceri istemlerine karşılık verebilecek müfredatları oluşturmaları, Endüstri 4.0'ın işgücü açısından taşıdığı potansiyel tehditlerin bertaraf edilebilmesi noktasında önem arz etmektedir.

9. Yapılacak bu tür çalışmalar sonucunda;

- Endüstri 4.0 ve dijital dönüşüm ile birlikte gelenen yeni seviyede Türkiye'de işgücü piyasaları için ortaya çıkan fırsat ve sorumlulukların tanımlanması,
- Yeni teknolojilerin ve yeni ürün ve hizmetlere olan talebin, sektörlerde ve mesleklerde çalışmanın doğasında yarattığı değişimlerin ortaya konması,
- Var olan işlerin otomasyona uğrama olasılıklarına göre, otomasyona en az duyarlı olanlardan en fazla duyarlı olanlara doğru belirlenerek, ortadan kalkması muhtemel iş ve meslek gruplarının belirlenmesi,
- Endüstri 4.0'ın beraberinde getireceği yeni mesleklerin tanıtılması ve alana dair farkındalık kazandırılması,
- İşgücü piyasaları ve istihdamdaki gelecek trendlerinin ve bunlara uyarlanma için gerekli bilgi ve beceri ihtiyaçlarının öngörülmesi,
- Yakın gelecekte istihdam sistemi dışında kalması ön-

görülen iş/meslek sahiplerinin yeni ortaya çıkacak işler hakkında bilgilendirilmesi, sertifikasyon programlarıyla yetkinliklerinin artırılması,

- Endüstri 4.0'ın neden olduğu fiziksel güvenlik ve bilgi güvenliği risklerinin bertaraf edilmesi için güvenlik kültürüne yönelik farkındalık kazandırılması,
  - Geleneksel eğitim yapılanmalarının yeni bilgi ve beceri ihtiyacını karşılayacak strateji ve politikalar çerçevesinde çok yönlü bir katılımı yeniden yapılandırılması,
  - Endüstri 4.0'ın beraberinde getireceği değişim ve dönüşümler doğrultusunda, işgücü piyasasında ortaya çıkması ya da şiddetini arttırması muhtemel kutuplaşmaların (vasıflı-vasıfsız işgücü, düşük gelirli-yüksek gelirli işgücü, kadın-erkek işgücü vb.) ve bunların yaratacağı etkinin öngörülmesi ve önlenmesi için tedbirlerin belirlenmesi,
  - Endüstri 4.0 eksenindeki endüstriyel dönüşümün başta ücretler olmak üzere iş güvenliği, kadın erkek eşitliği, iş-yaşam dengesi gibi çalışma yaşamının temel unsurları üzerinde yaratacağı etkilerin ortaya konması,
  - Endüstri 4.0 bağlamında sendika ve konfederasyonların, işveren örgütlerinin, sivil toplum örgütlerinin ve bir bütün halinde sosyal tarafların gelecekteki rollerinin ve süreç içerisinde etkinliklerini arttıracak politika hedeflerinin belirlenmesi,
  - Teknolojik gelişmenin toplumun devlet algısı ve kamu yönetimi alanında yaratacağı etkilerin ortaya konulması sağlanmalıdır.
10. Bu gerçeklerden yola çıkarak dünyadaki ekonomik ve toplumsal sistemleri köklü bir değişime zorlayacak olan Endüstri 4.0 sürecinin, ülkemizdeki çalışma yaşamına, mevzuata, sendikacılığa, memurlara ve işçilere etkilerini ortaya koyacak, çalışma hayatının ve toplumsal kesimlerin, bu büyük dönüşüm sürecine zarar görmeden adapte olmasını sağlayacak bir altyapı hazırlanmasının zorunlu olduğu düşüncesi içerisinde, tüm toplumsal kesimlerin katılımı ile geniş çaplı ve sürekli bir çalışma ortamı oluşturulması gerekmektedir.



## ITUC GENEL SEKRETER YARDIMCISI OWEN TUDOR KONFEDERASYONUMUZU ZİYARET ETTİ

**Uluslararası Sendikalar Konfederasyonu (ITUC) Genel Sekreter Yardımcısı Owen Tudor Genel Başkanımız Önder Kahveci'yi ziyaret etti. Ziyarette Dış İlişkilerden Sorumlu Genel Başkan Yardımcımız ve Türk Tarım Orman-Sen Genel Başkanı Ahmet Demirci ve Ar-Ge Koordinatörümüz Ercan Han'da hazır bulundu.**

Ülkemizdeki sendikal yaşam ve Türkiye Kamu-Sen'in çalışma ve faaliyetlerinin değerlendirildiği toplantıda, Genel Başkanımız Önder Kahveci, kamu çalışanlarının sosyal ve ekonomik konularına ilişkin bilgilendirmelerde bulundu.

**KAHVECİ: SOSYAL VE EKONOMİK ANLAMDA KAMU ÇALIŞANLARI İÇİN MÜCADELEMİZ KARARLILIKLA SÜRÜYOR**

"Kamu görevlilerinin her türlü hakları için mücadele edi-



yoruz” diyen Genel Başkan Kahveci, “Eğitimler, kadın çalışanlar, ücretler ve daha bir çok başlıkta ciddi çalışmalara imza atıyoruz” dedi. Kahveci, “Sendika olarak ülkemizin tüm illerimizde ve tüm coğrafyamızda örgütlenmiş bir sendikayız. Faaliyet gösteren bütün hizmet kollarında varız. Ayrıca emeklilerimiz içinde sendikal haklarını kazanmak için mücadele ediyoruz.

Bu çerçevede, çalışanlara grev ve siyaset hakkının ve-

rilmesi, toplu sözleşme görüşmelerinin uluslararası standartlara kavuşması, çalışanların ücretlerini insanca yaşama noktasına getirilmesi, kadınlarımızın daha etkin şekilde sendikal alanda rol alması gibi bir çok başlıkta çalışmalarda bulunuyoruz.

Özellikle kadın çalışanlarımızın yaşadığı sorunlar ve sendikal faaliyetlere katılması konusunda ısrarlı çabalarımız devam ederken, Covid-19'un başladığı ilk dönemlerde

tertip ettiğimiz uluslararası Kadın çalıştayını ne yazık ki gerçekleştiremedik. Fakat pandeminin nispeten yavaşlaması ile geçtiğimiz ay yaptığımız ve bir çok akademisyenin katıldığı bir çalıştay ile yeniden etkinliklerimize başladık.

Kadın çalışanların sorunlarını gündeme getirmek için ciddi çaba sarf ediyoruz. Bazı sendikalarımızda kadın üyelerimiz erkeklerden daha fazla. Örnek olarak benim Genel Başkanı olduğum Türk Sağlık-Sen’de kadın üye sayımız erkeklere göre daha çok. Kadınlarımız konusunda oldukça titiz davranıyor, onların sorunlarının çözümü için her türlü mücadeleyi veriyoruz.

Sendikalarımızın iç bünyelerinde eğitim çalışmalarını sık sık yapıyoruz. Her alanda eğitime önem veriyoruz.

Endüstri 4.0 ve Sendikaların Geleceği adıyla kamuoyu ile paylaştığımız projemiz ciddi anlamda ses getirdi. Bu proje çok kalıcı ve geleceği etkileyen bir projedir. Bu projemizi, Çalışma Bakanlığı, TOBB,TÜRK-İŞ gibi kurumlarla da paylaşarak gündeme taşıdık. Gerçekleştirdiğimiz panel ile geleceğin çalışma yaşamına ışık tuttuk. Bu projemizin detayları üzerine çalışmaya halen devam ediyoruz. Türkiye de bu noktada proje üreten ilk konfederasyon biziz.

Geride bıraktığımız Ağustos ayında bir toplu sözleşme yapıldı. Bu sürece Türkiye Kamu-Sen olarak önemli bir katkı sağladık. O masaya üç konfederasyon katılıyor ama bir konfederasyon imza atıyor. Biz bunu doğru bulmuyoruz. Daha katılımcı bir toplu sözleşme anlayışının olması gerektiğine inanıyoruz.

Türkiye Kamu-Sen olarak, kamu görevlileri için refah payı

talep ediyoruz. Bunu da kararlılıkla alacağız. Ayrıca sendikaları olan çalışanlara bir ikramiye kazanımı elde ettik. Bunu da katkımız oldukça büyük.

Sözleşmeli çalışan personelin kadroya geçirilmesi, ek gösterge gibi konular bizim talep ve kararlılığımızla elde edilmiştir. Türkiye Kamu-Sen olarak sendikal alanda mücadelemizi yaparken, çalışanların idare ile yaşadıkları sorunları hukuk devleti çerçevesinde yargıya taşıyarak çözüm yolları arıyoruz.

Sosyal haklar noktasında, engellilerimiz için sorunları için mücadelemiz devam ederken, bu konuya ilişkin kendi içimizde oluşturduğumuz komisyonda çalışma ve faaliyetlerine devam etmektedir.

Çevre konusunda hassasiyetimiz uç noktadadır. Bu alanda yaşanan her soruna yetişmeye ve destek vermeye gayret ediyoruz. Ayrıca üyelerimiz ve kamu çalışanlarımız için Ankara, İstanbul gibi kentlerimizde öğrenci yurtlarımız, misafirhanelerimiz ve konukevlerimiz var.

Biz daima çalışanlar için ortak mücadele etmekten yanayız. Çalışanın kazanımı olacak şeylerde ortak hareket edilmesi gerekliliğine inanıyoruz.” dedi.

## OWEN TUDOR: ÇALIŞMA VE FAALİYETLERİNİZİ İZLEMEK ADINA BURADAYIZ

Uluslararası Sendikalar Konfederasyonu (ITUC) Genel Sekreter Yardımcısı Owen Tudor ise, “Öncelikle kabulünüz için teşekkür ederim. Türkiye Kamu-Sen’in üyelik başvurusu çerçevesinde konfederasyonun faaliyet ve çalışmalarını değerlendirmek üzere bugün burada sizlerle bir arada olmaktan mutluluk duyuyorum. Nezaketiniz ve evsahipliğiniz için teşekkür ediyorum” dedi.



# KADIN KOMİSYONUMUZ 1-7 NİSAN KANSER HAFTASI NEDENİYLE KONFERANS DÜZENLEDİ

*1-7 Nisan Kanser Haftası nedeniyle Türkiye Kamu-Sen Kadın Komisyonu olarak Lösema Derneği işbirliği ile kanserde farkındalığın önemini anlatmak için bir konferans düzenledik.*

Genel Merkezimizde gerçekleşen toplantıya Kadın Komisyon Başkanımız Leyla Polat yanı sıra Genel Başkanımız Önder Kahveci, Türk Diyanet Vakıf-Sen Genel Başkanı Nuri Ünal, Türk Tarım Orman-Sen Genel Başkanı Ahmet Demirci, Kadın Hareketi Derneği Başkanı Mine Bayram, Sendikalarımızın Kadın Komisyon Başkanları, genel merkez yöneticileri ve genel merkez çalışanları katıldı. İstiklal Marşı ve saygı duruşunun ardından açılış konuşmasını yapan Türk Diyanet Vakıf-Sen Genel Başkanı Nuri Ünal, kanser vakalarının, bilinçlenmekle en aza indirilebileceğinin altını çizerek bu hafta vesilesiyle düzenlenen etkinliklerin sağlığını koruma açısından ne yapmamız gerektiğini öğrenme konusunda önemine değindi.



Kadın Komisyon Başkanımız Leyla Polat ise, katkılarından ötürü Lösema Derneği çalışanlarına ve Lösema Derneği kurucusu aynı zamanda da Ankara Onkoloji Hastanesi Başhekimisi Fevzi Altuntaş'a teşekkürlerini ileterek etkinliği başlattı.

Kanserde erken teşhisin önemini ve yapılması gereken tetkikleri anlatan İç Hastalıkları ve Hematoloji Uzmanı Dr. Samet Yaman, özellikle sigara kullanımının kanserde ciddi bir tetikleyici unsur olduğunu belirterek, rutin sağlık taramalarının yapılmasının önemine değindi.



Diyetisyen Havva Baler Gezgüç ise sunumunda sağlıklı beslenme yollarını anlatarak, kanserden korunmak için besinleri saklama ve pişirme yöntemlerinin de önemli olduğuna dikkat çekti.

Sosyal Hizmet Uzmanı Arzu Koyuncu İncediş ise engelli haklarını anlatarak yasal olarak hastaların hangi durumlardan faydalandıklarını anlattı. Ayrıca ihtiyaç sahibi hastalara ulaşmak aracı kurumların ve derneklerin varlığından söz ederek, gönüllülük esasını örnekleriyle dile getirdi.

Konuşmaların ardından Genel Başkanımız Önder Kahveci, katılımcılara teşekkür ederek sunumu gerçekleştiren Lösema Derneği çalışanların plaketteğini teslim etti. Daha sonra hatıra fotoğrafı çekildi.



# TÜRKİYE KAMU-SEN MART AYI ASGARİ GEÇİM SONUÇLARINI AÇIKLANDI

**Ailenin aylık gıda harcaması toplamı 3.339,75 lira oldu. Türkiye Kamu-Sen Araştırma Geliştirme Merkezi'nin yaptığı 2022 Mart ayına ait asgari geçim endeksi sonuçları açıklandı.**

Türkiye İstatistik Kurumu'ndan alınan Mart 2022 fiyatlarına göre yapılan araştırmada çalışan tek kişinin yoksulluk sınırı 6.184,14 TL olarak hesaplandı.

Dört kişilik bir ailenin asgari geçim haddi ise 13.446,69 lira olarak belirlendi. Sonuçlar, dört kişilik bir ailenin asgari geçim haddinin bir önceki aya göre 775,11 TL, %6,12 oranında arttığını gösterdi.

Çalışan tek kişinin açlık sınırı ise bir önceki aya göre

263,61 TL, %5,63 oranında yükseldi ve 4.945,98 lira olarak hesaplandı. Türkiye'de 4 kişilik bir ailenin ortalama gıda ve barınma harcamaları toplamı ise Mart ayında 4.713,91 lira olarak tahmin edildi.

Yapılan araştırmada, 4 kişilik bir ailenin sağlık kuruluşlarının belirlediği gibi sağlıklı bir biçimde beslenebilmesi için gerekli harcamanın Mart 2022 verilerine göre günlük 111,325 lira olduğu belirlendi. Ailenin aylık gıda harcaması toplamı ise 3.339,75 lira oldu.

Mart 2022 itibari ile ortalama 6.285,60 TL ücret alan bir memurun ailesi için yaptığı gıda harcaması, maaşının %53,13'ünü oluşturdu.

Türkiye İstatistik Kurumu verilerinde 1.374,16 lira olarak belirlenen kira gideri ise Mart 2022 ortalama maaşının %21,86'sına denk geldi.



Buna göre bir memur, ortalama maaşının %74,99'unu yalnızca gıda ve barınma harcamalarına ayırmak zorunda kaldı. Diğer ihtiyaçlarını karşılamak için ise maaşının %25,01'i kaldı.

Ortalama ücretle geçinen bir memur ailesinin ulaşım, sağlık, eğitim, haberleşme, giyim gibi diğer zorunlu ihtiyaçlarını karşılaması için Mart 2022 maaşından geriye yalnızca 1.572,03 TL kaldı.

## KAHVECİ: ENFLASYON FARKI AYLIK OLARAK MAAŞLARA YANSITILMALIDIR

Mart ayı asgari geçim sonuçlarını değerlendiren Genel Başkan Önder Kahveci, enflasyon farkının aylık olarak maaşlara yansıtılması çağrısını bir kez daha yineledi.

Genel Başkan Önder Kahveci;

"Türkiye Kamu-Sen Ar-Ge Merkezimizin yaptığı araştır-

ma, içinde bulunduğumuz zaman diliminde enflasyonun ne denli hızlı bir artış gösterdiğini ortaya koymaktadır.

Öyle ki, yaptığımız bu çalışmaya göre sadece 2022 yılında dört kişilik ailenin geçim giderleri üç ayda 3074, 13 TL artmıştır. Yani bu rakamlara bakıldığında memurlarımızın alım gücü de aynı oranda düşmüştür.

Aradan altı ay geçtikten sonra ödenecek olan enflasyon farkı şu anda yaşanmakta olan erimeyi telafi etmemekte, sadece dönemsel bir telafiyi içermektedir.

Dolayısıyla, bu dönemlerde enflasyon farkının aylık olarak maaşlara yansıtılması kamu çalışanlarının enflasyona ezdirilmemesi yönünde olumlu bir adım olacak, alım gücünün korunmasını sağlayacak ve memurlarımızın bir nebze olsun nefes almasına katkıda bulunacaktır.

Türkiye Kamu-Sen olarak enflasyon farkının aylık maaşlaştırma yoluyla maaşlara eklenmesi talebimizi bir kez daha buradan ilan ediyoruz"

# TÜRK MİLLETİNİN TARİHİ, ŞAN, ŞEREF VE ÖVÜNÇLERLE DOLUDUR

Türkiye Kamu-Sen Genel Başkanı Önder Kahveci, sözde soykırım yalanını TBMM gündemine taşımak isteyen sözde milletvekilini sert bir dille eleştirdi.



“Türk milleti tarih boyunca soykırım suçu işlemeyen tek millettir” diyen Genel Başkan Kahveci, “Yüzyıllık bir yalanı allayıp pullayıp Millet Meclisimize sunmaya cüret eden bu şahıs mutlak surette tarihte ve körelmemiş vicdanlarda hak ettiği karşılığı bulacaktır” dedi. Genel Başkan Önder Kahveci; “HDP Diyarbakır Milletvekili Garo Paylan, Ermeni Soykırımı’nın Tanınması, Soykırım Faillerinin İsimlerinin Kamusal Alandan Kaldırılması ve Türk Vatandaşlığı Kanunu’nda Değişiklik Yapılmasına Dair Kanun Teklifi verdi.

Türkiye sınırları içinde hem de milletin vekili sıfatını taşıyan bu zatın tarihi gerçeklerden uzak, akılla bağdaş-

mayan bu girişimini şiddetle kınıyoruz. Türk milleti tarih boyunca soykırım suçu işlemeyen tek millettir. Yüzyıllar boyunca hüküm sürdüğü topraklarda bütün milletler ve bütün kültürler varlığını sürdürmüş, adaleti ve hakkaniyeti ile tüm mazlum milletlerin umudu olmuştur. Afrika’dan Avrupa içlerine, Uzak Asya’dan Kafkasya’ya kadar Türklerin hüküm sürdüğü, bugün üzerinde onlarca devletin kurulduğu ve sayısız milletin yaşadığı coğrafyada yalnızca Ermenilerin soykırıma uğradığını iddia ediyor olması da özellikle dikkate değerdir.

Batı’nın milletimizden intikam alma vesilesi, yüzyıllarca dünyanın dört bir yanında sürdürdüğü soykırımlara suç

# SÖZDE ERMENİ SOYKIRIMI YALANLARINA İNANMA!



ortağı arama gayreti ile ortaya attığı bu asılsız iftiralara, bu topraklarda yaşayan insanların da katılması asla kabul edilemez. Milletin vekili olma payesini elde etmiş bu zatın ülkemizdeki huzur ortamını bulandırmaya ve Türk milletine husumet beslediği için içi boş tezleri savunan odaklara göz kırpmaya yönelik olarak gündeme taşıdığı bu iftira, adil ve tarafsız gönüllerde ve kamu vicdanında asla karşılık bulamayacaktır.

Tarih, bir takım mahfillerin siyasi emelleri uğruna eğip bükebilecekleri bir oyuncak değildir. Tarih, tarihçilere ve belgelere bırakıldığında gerçekler mutlaka gün yüzüne çıkacaktır. Yüzyıllık bir yalanı allayıp pullayıp Millet Meclisimize sunmaya cüret eden bu şahıs mutlak surette tarihte ve körelmemiş vicdanlarda hak ettiği karşılığı bulacaktır. Türk milletinin şanlı tarihi, gurur ve övünç kaynağımız olarak sonsuza dek kirlenmiş ve kokuşmuş milletlerin tarihi yanında insanlığın rehberi olmaya devam edecektir.

# 23 NİSAN KUTLU OLSUN

Türkiye Kamu-Sen Genel Başkanı Önder Kahveci, 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı nedeniyle bir kutlama mesajı yayınladı.



“Türkiye Büyük Millet Meclisi’nin açıldığı günü bayram olarak çocuklara armağan etmesi, Atatürk’ün geleceğimizin mimarı siz çocuklarımıza verdiği değer gösteresidir” diyen Genel Başkan Önder Kahveci, “Başta geleceğimiz çocuklarımız olmak üzere tüm milletimizin 23 Nisan Milli Egemenlik ve Çocuk Bayramı’nı kutluyoruz” dedi.

Genel Başkan Kahveci mesajında şu satırlara yer verdi; “Milli egemenliğimizin tecelligâhı Türkiye Büyük Millet Meclisi’nin açılışının 102. yıldönümünü gurur ve coşkuyla kutluyoruz. Bundan bir asır önce, vatanın bağımsızlığı,

milletin bekası için gözünü karartıp işgal kuvvetlerinin karşısına dikilen kahraman ecdadımızın yaktığı mücadele ateşi; bizlere hürriyetimizi hediye eden vatan, millet ve bağımsızlık aşkı; sinemizde sonsuza kadar yanacaktır.

Her bir Türk evladı; coğrafyamızı her devirde kan gölüne çeviren, gözü yaşlı masumların hunharca katledilmelerine neden olan şer güçlerin korkulu rüyası, hak yolunun yılmaz savaşıdır. 102 yıl önce ecdadımız, kanlarıyla bir milletin kaderini yeniden yazarken, tarihin akışını değiştirmiş; şeref ve haysiyetin varlık sahnesinde ne denli öneme sahip olduğunu tüm dünyaya göstermiştir.

23 Nisan, Türk milletinin bağımsız ve özgür yaşamak, demokratik Cumhuriyet’e sahip olmak, uygar dünyayla bütünleşmek yolundaki kararlılığını ortaya koyduğu bir milli mutabakattır. Cumhuriyet ise milli egemenlik ilkesinin yaşam bulduğu, vatandaşlarımızın hür iradeleriyle yönetime katıldığı, üstün nitelikli bir yönetim biçimidir.

Milli Egemenlik ve Çocuk Bayramı olarak kutladığımız 23 Nisan’ın taşıdığı değer ve anlamlara sahip çıkmak, Meclisimizi ve Cumhuriyetimizi kuranların ülkülerini yaşama geçirmek için var gücümüzle çalışmak, ülkemize karşı karanlık emeller besleyenlere verilecek en güzel cevap olacaktır. Türkiye Büyük Millet Meclisi’nin açıldığı günü

bayram olarak çocuklara armağan etmesi, Atatürk’ün geleceğimizin mimarı siz çocuklarımıza verdiği değer gösteresidir. Kıymetli çocuklarımızın yarının gençleri ve büyükleri olarak, şanlı tarihimizden alacağı güç, milletimizin güveni ve büyüklerimizin desteği ile her zaman başarılı olacağına yürekten inanıyoruz. Başta geleceğimiz çocuklarımız olmak üzere tüm milletimizin 23 Nisan Milli Egemenlik ve Çocuk Bayramı’nı kutluyoruz. Gazi Mustafa Kemal Atatürk ve İstiklal mücadelemizin bütün kahramanlarını, gelmiş geçmiş bütün şehit ve gazilerini sonsuz rahmet ve minnetle anıyoruz. Vatan, millet ve hürriyet sevdamız, çağlara sığmayacak, zamana yenilmeyecek kadar büyüktür. Ne mutlu Türk’üm diyene!”



# BAĞIMSIZLIK MEŞALESİNİN ALEV ALDIĞI 19 MAYIS'IN BAYRAMA DÖNÜŞME HİKAYESİ

**M**ustafa Kemal Atatürk, 103 yıl önce 19 Mayıs 1919'da, Samsun'da Milli Mücadele'nin fitilini ateşledi. Bu tarihi adımın atıldığı 19 Mayıs günü, her yıl coşkuyla kutlanıyor. Kutlamaların bayrama dönüşmesi ve şimdiki adını alması ise yıllar içinde gerçekleşti.

"1919 yılı Mayısının 19'uncu günü Samsun'a çıktım."

Böyle başladı Ulu Önder, Türk Devrimi'nin öyküsünü anlattığı Nutuk'a.

Modern Türkiye Cumhuriyetine giden yolun ilk adımının atıldığı gün "Atatürk'ü Anma, Gençlik ve Spor Bayramı" olarak kutlanıyor.

İdman Bayramı 1916 yılında Selim Sırrı Tarcan'ın girişimiyle kutlandı

Mayıs ayında gençlik etkinliklerinin geçmişi Cumhuriyet öncesine dayanıyor. Kutlamaların o zamanki adı "İdman Bayramı"ydı.

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Öğretim Üyesi Doç. Dr. Bengül Bolat, İdman Bayramı'yla ilgili, "İdman Bayramlarının ilk defa 2. Meşrutiyet döneminde kutlandığını biliyoruz. 1916 yılında Selim Sırrı Tarcan Bey'in teşebbüsüyle Kadıköy'de bulunan İttihat Spor Kulübü'nün çayırında yapılıyor. Yüksek atlama, sırtla atlama, cirit atma, disk atma, 100 metre ve 800 metre koşuları gibi bir takım etkinliklerle kutlanıyor" dedi.

Samsunlular 1926 yılında 19 Mayıs'ı "Gazi

Günü" olarak kutlamaya başladı

19 Mayıs tarihinin bayram olarak kutlanması ise 1926 yılında yerel düzeyde başladı.

Bolat, Atatürk'ün Samsun'a çıkıp Milli Mücadele'yi başlatmasının onuruna, Samsun halkı tarafından 1926 yılı itibarıyla ilk etapta "Gazi Günü" olarak mahalli bir bayram günü olarak kutlandığını söyledi.

Osmanlı'da İdman Bayramlarını organize eden ve aynı zamanda Türkiye'de olimpik sporların öncüsü olan Selim Sırrı Tarcan, Cumhuriyet döneminde de bu girişimini sürdürdü.



Bolat, Selim Sırrı Tarcan'ın teşebbüsü üzerine maarif vekaleti jimnastik şenliklerini resmi bir şekilde kutlanmasını da kabul ettiğini belirterek, "Yani böylece 10 Mayıs 1928'de ilk olarak Ankara'da, 11 Mayıs'ta İstanbul, İzmir ve diğer Anadolu şehirlerinde jimnastik şenliklerinin kutlanmaya başladığını görüyoruz" diye konuştu.

1935'te spor kulüpleri "Atatürk Spor Günü" organize etti

Cumhuriyeti, Türk gençliğine emanet eden Atatürk'ün doğum günü olarak da kabul edilen 19 Mayıs günü, bu etkinliklerin birleştiği tarih oldu.

Bolat konuyla ilgili şu bilgileri verdi: "19 Mayıs gününün bir spor bayramı olarak kutlanmasındaki ilk girişimin de yine Beşiktaş Jimnastik Kulübü'nden geldiğini, bu kulübün Atatürk Spor Günü organize etmek için Galatasaray ve Fenerbahçe kulüpleri ile de görüş birliğine vardığını görüyoruz. Ve 24 Mayıs 1935'te verilen bir karar ile bugünün ismi



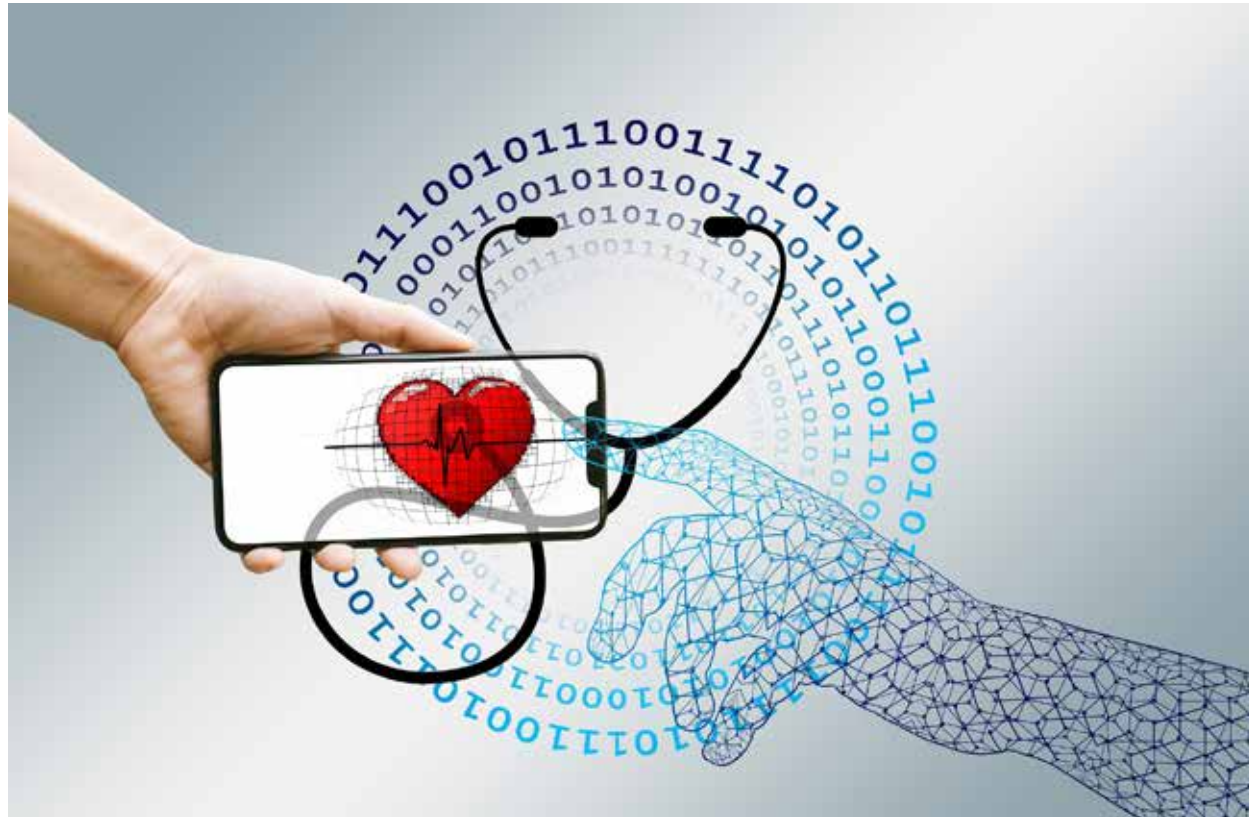
Atatürk Günü olarak tasarlanıyor."

19 Mayıs son adını 1981'de aldı  
Kutlamaların adı üzerindeki kararsızlığın birkaç yıl daha sürdüğünü aktaran Bolat konuşmasını şöyle sürdürdü:

"19 Mayıs günü kutlamaları, Atatürk Spor Günü, Atatürk Spor Merasimi, 19 Mayıs Şenlikleri, Atatürk Günü, İdman Bayramı, Atatürk Spor Bayramı, Jimnastik Bayramı, 19 Mayıs İdman Şenlikleri, Jimnastik Şenlikleri gibi böyle farklı farklı isimlerle anılıyor. 20 Haziran 1938 tarihinde ulusal bayram ve genel tatiller hakkında çıkarılan ek kanun ile "Gençlik ve Spor Bayramı" olarak kabul ediliyor."

19 Mayıs kutlamaları son adını Büyük Önder'in doğumunun 100'üncü yılında aldı. O günden beri "Atatürk'ü Anma, Gençlik ve Spor Bayramı" olarak kutlanıyor.

# Sağlık sektöründeki dijitalleşme, siber riskleri beraberinde getiriyor



**AR (Zenginleştirilmiş Gerçeklik), VR (Sanal Gerçeklik), yapay zeka ve 3D baskı gibi geleceğe yön veren teknolojiler, sağlık sektörünün gelişiminde önemli rol oynuyor ve tedavilerin kişiselleştirilmesini sağlıyor. Öte yandan bu teknolojiler siber saldırı riskini de artırıyor. Siber güvenlik uzmanları, kişisel hasta verilerini saklayan ve işleyen sağlık sektörünü siber saldırılara karşı uyarıyor.**

Yeni teknolojiler her sektörde olduğu gibi sağlık ekosisteminde de önemli değişimlere yol açıyor. Artık ilaçlar nanoteknoloji ve dijital araçlarla birlikte tasarlanıyor, 3D yazıcılar implant üretiminde kullanılıyor, tıp uygulamaları hastaları merkeze alarak kişisel bir yapıya sahip oluyor. Uzmanlar, sağlık dünyasında önemli etkiler yaratan bu teknolojilerin beraberinde getirdiği siber zafiyetlere karşı sağlık kuruluşlarını ve ilaç şirketlerini uyarıyor.

Siber saldırının yarattığı maddi zararlar sektör bazında sıralandığında sağlık sektörü birinci sıraya yerleşiyor. Siber saldırganlar, kişisel sağlık verilerini ele geçirip bu bilgileri dark web'de hızla paraya çevirirken, şirketlerin Ar-Ge çalışmalarına da ulaşarak ilgili bilgi birikimini rakip firmalara satıyor. Bilgisayar sistemleri saldırganlar tarafından şifrelenerek kilitlenen firmalar, iş ve veri kaybına uğrayarak fidye ödemeye zorlanıyor. Karşı karşıya kalınan bu sonuçlarla telafi edilememesi riski bulunan itibar, para, müşteri ve zaman kayıpları kaçınılmaz oluyor.

Sağlık sektöründeki teknolojilerin kullanım alanları incelendiğinde AR ve VR uygulamaları uzaktan ameliyatlara mümkün kılarken, ilaçlar ise nanoteknoloji ve dijital araçlar ile birlikte tasarlanıyor. Kişiselleştirilmiş protez ve implant üretiminde kullanılan 3D yazıcılar, ilaç ve hastalık modellerinin test edileceği hücre ve doku Ar-Ge çalışmalarına kadar birçok farklı alanda görev alıyor. Ek olarak yapay zeka da ilaçların Ar-Ge sürecinde ve erken tanı aşamalarında yer alıyor. Tanı merkezleri her gün onbinlerce hastanın test verilerini işliyor, bunları sağlık ekipleriyle online kanallardan paylaşıyor. Faaliyetlerine yapay zeka uygulamalarını dahil eden küresel şirket sayısı artmaya devam ediyor, startup'lar dijital sağlıkta devrim yaratacak gelişmelere öncülük ediyor.

## Siber güvenlik yüksek öncelikli yatırım alanıdır

BugBounter CEO'su Murat Lostar, konuyla ilgili şunları söylüyor: "İçinde bulunduğumuz dönemde sağlık sektörünün sunulan hizmetleri hastanelerle sınırlamayan bir yaklaşım benimsediğini gözlemliyoruz. Bu yaklaşım için de hizmetlerin sunulma şekillerinin ve sağlık sektöründe faaliyet gösteren kurumların yapılarının temelden değişmesi gerekiyor. Büyük ölçekli bu dijital dönüşümün gerçekleşmesini sağlayan teknolojilerin de ilerleyen dönemlerde sağlık sektöründe daha fazla kullanılması bekleniyor. Ancak gerçekleştirilen bir araştırmaya göre hastanelerde görev alan BT uzmanlarının yüzde 11'i siber güvenliği yüksek öncelikli yatırım alanı olarak değerlendiriyor. Bu da sağlık ekosisteminin, hizmet verilen hastaları ve sağlık verilerini siber saldırılara açık hale getiriyor. Kurumların ve hastaların doğru bir şekilde korunabilmesi için de BT sistemlerinin siber saldırganların yöntemlerine aşina olan uzmanlar tarafından sürekli denetlenmesi gerekiyor. Sektördeki genel uygulama olarak yılda bir kez yapılan sızma testleriyle yetinmeyi tercih eden kuruluşların siber saldırganlar karşısında hiçbir şansı bulunmuyor. Bu nedenle kullanılan yazılımların, web sitelerinin, mobil uygulamaların ve internete açık olan hizmetlerin 7/24 denetlenmesi gerekiyor."



# **Plastik kullanımını azaltacak 9 öneri**



Sağladıkları kolaylık ve hız nedeniyle çok tercih edilen plastikler, günümüzde hayatın her alanında kullanılıyor. Ancak plastik eşyaların, gereçlerin vb. materyalların yanlış ve aşırı kullanım ise çevre kirliliğine ve sağlık sorunlarına neden oluyor. Uzmanlar, hem plastik kullanımını azaltacak hem de çevreyi ve insan sağlığını koruyacak önerileri paylaştı.

### **Pipet yerine cam veya karton bardak**

Özellikle dışarıda yemek yerken sıvı tüketiminde pipet kullanımı son yıllarda oldukça artış göstermiş durumda. Hem çevre hem de sağlığa zararları nedeniyle plastik pipetler yerine cam bardaklar veya kağıttan imal edilmiş pipetler tercih edilmelidir.

### **Plastik olmayan diş fırçaları**

Günlük hayat içerisinde yoğun olarak kullanılan ve plastikten üretilen ürünlerin arasında diş fırçaları da yer alıyor. Plastik diş fırçaları yerine bambu gibi doğada çözünebilir maddelerden üretilmiş diş fırçaları kullanılmalıdır.

### **Kağıt ya da kartonla paketlenmiş gıdalar**

Günümüzde gıdalar çoğunlukla plastik malzemeler içerisinde muhafaza edilmektedir. Dondurulmuş gıdaların ambalajları da çoğunlukla plastiktir. Bu tip yöntemlerle paketlenmiş gıdalar yerine kağıt ya da kartonla paketlenmiş gıdalar tercih edilmelidir.

### **Cam şişe kullanımı**

İçinde bulunan kimyasallar dolayısıyla pet şişede tüketilen suyun kalitesinde (PH değeri) azalma meydana gelmektedir. Bu önemli neden dolayısıyla pet şişeler yerine matara veya doldurulabilir cam şişeler tercih edilmeli, ayrıca eve alınan suyun cam damacana olmasına özen gösterilmelidir.

### **Cam veya çelik saklama malzemeleri**

Yiyecekleri saklamak için plastik malzemelerin kullanımı da yoğun olarak devam ediyor. Hem çevre hem de insan sağlığı açısından yiyecekler plastikten üretilen saklama malzemeleri yerine cam kavanozlar ve çelik kaplarda muhafaza edilmelidir.

### **Bez ve file alışveriş çantası**

Yaygın olarak kullanılan plastik çantaların ve torbaların ham maddesi petroldür. Bu maddeler insan vücuduyla da temas ettiği gıdalarla da etkileşime geçerek ciddi hastalıklara davetiye çıkarmaktadır. Bu önemli nedenler nedeniyle alışveriş ve diğer kullanım alanları özelinde plastik poşetler ve çantalar

yerine bez veya hasır kumaş alışveriş çantaları ve torbaları tercih edilmelidir. Bez ve file çantaları sürekli evde unutanlar için en iyi yöntem, bu çantaları arabada ya da günlük kullanılan çantalarda taşımaktır.

### **Çevreci mutfak gereçleri**

Plastik ürünlerin en yoğun olarak kullanıldığı alanların başında mutfaklar geliyor. Plastik ve tek kullanımlık malzemeler yerine paslanmaz çelik, bambu ve cam gibi maddelerden üretilen mutfak gereçlerinin kullanımı tercih edilmelidir.

### **Geri dönüştürülebilir plastikler**

Uzmanlar, herhangi bir nedenle plastik araç ve gereç kullanılacaksa geri dönüştürüle-

bilir plastiklerin kullanımını önermektedir. Plastiklerin geri dönüşümünün sağlanması da önemli bir detaydır. Hem ekonomik olarak hem de Dünya'yı kirleten plastik atıklardan kurtulmak için, plastikler geri dönüşüm kutularına atılmalı ve bu atıkların tekrar kullanımı sağlanmalıdır.

### **Çocukların eğitimi**

Plastik kullanımı konusunda çocuklar da eğitilmeli, plastik kullanımının çevreye ve insan sağlığına verdiği zararlar küçük yaşlardan itibaren öğretilmelidir. Plastiklerin çöpe atıldığı zaman çürümediği, paslanmadığı, biyolojik olarak bozulmadığı, doğada bozulmadan uzun yıllar kaldığı, suyun ve toprağın kirlenmesine neden olduğu aktarılmalıdır.





### **Mehtap AKGÜL**

Proje Uzmanı -  
Köşe Yazarı  
BOSDER Başkanı  
"Nesilden Nesile"  
Program Sunucu ve  
yapımcısı

## **FARKINDALIK**

OTİZM, kişinin öğrenmesiyle ilgili çevresini de etkisine alan, sosyal ve iletişim gelişiminde farklılıklar ile dar bir ilgi alanı ve aynı şeyleri tekrarlayan davranışları gösteren zihinsel süreçlerdir, demiştim.

Cambridge University kaynakları doğrultusunda hazırladığım, araştırdığım bilgilere göre, Otizm kelimesi Yunanca kendisi anlamına gelen "autos" dan gelir.

Bu durum 20. yy'ın ortalarında tanınmıştır. Bugünkü anlamda otizm anlayışı 1940'ların başında Leo KANNER (1943) ve Dr. Hans ASPARGER (1944) tarafından yazılan tezlere dayanır. Bugünkü anlayışımıza şeklini veren diğer önemli araştırmacılar, Lorna WING ve Christopher GILLBERG'dir. Temple Grandin, Luke Jackson ve diğer otizmliler kişisel öyküleri bu farklılık durumuna ait bilgilerimizin gelişmesine yardımcı olmuştur.

### **OTİZM TANILAMA SÜREÇLERİ**

Avusturalyada genel olarak Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, beşinci basımı (DSM-5) kullanılarak otizm

spektrum bozukluğu tanınır. Genellikle bir çocuk doktoru ve uzman hekimlerden oluşan bir ekibin yürüteceği değerlendirme sonucu tanı bir çocuk hekimi veya uzman kurulu tarafından konulur.

### **OTİZMİN YAYGINLIĞI;**

Avusturalya'da ki araştırmalarda (doğumdan önce veya sonra) otizmin bilinen bir nedeni yoktur. Genetik ve çevresel koşulların otizmin nedeni olabileceğine işaret eder. Ayrıca, otizmin her kişi için farklı nedenlerden kaynaklandığını da ileri süren araştırmalar vardır.

Avusturalya'da ki en son inceleme de her yıl 6-12 yaş arası 160 çocuktan birine otizm tanısı konduğu görülür. Otizmliler erkeklerin sayısı kızlardan fazladır.

### **ABD'de ki YAYGINLIK ARAŞTIRMASI;**

ABD Sağlık Bakanlığının hastalık kontrolü ve önleme merkezinde ADDM-NET tarafından yürütülen tarama araştırmasında; Farklı eyaletlerde yer alan toplam 14 çalışma alanındaki 8 yaş grubunda yer alan çocukların

%10'unu oluşturur. Otizm tanısı konan bu hruptaki çocukların sayısı 2.685'tir. Ortalama 150 çocuktan birinin otizmliler olduğu belirtilmiştir. Erkeklerdeki yaygınlığın kızlardan 4-5 kat fazla olduğunu göstermiştir

### **İNGİLTERE'de ki YAYGINLIK ARAŞTIRMASI;**

Bu araştırma 9-10 yaşlarında 56.946 çocuktan otizm tanısı alan 255 risk altında olan çocuk ve 1515 çocuk ayrıntılı araştırmadan geçirilmiştir. Değerlendirme sürecinde klinik gözlem, aile görüşmesi, dil gelişimi değerlendirilmesi ve zeka değerlendirilmesi yapılmıştır. Her 100 çocuktan birinin otizmliler olduğu belirtilmiştir.

Anlaşıldığı üzere sonuç değerlendirmesinde; Otizm spektrumu bozukluğunun bölgesi, dini ve dili olmadığından benzer yaygınlık oranları da ülkemiz içinde geçerlidir. Yakın zamana dek 150'de bir görülme sıklığından Council of Exceptional Children'in bülteninde belirtildiği gibi bu oran 100'te bir kadar artış göstermiştir. Amerika Birleşik Devletleri hükümeti verilerine göre otizm teşhis oranlarında %10-17 arası bir artış oranı tespit edil-

mektedir.

Ülkemizde otizm taraması ile yapılan net çocuk sayısı hala yoktur!

Önceki yıllarda yapılan araştırmalara göre 550 bin civarında tahmini otizmliler mevcuttur. Milli Eğitim Bakanlığı kayıtlarında devlet okullarında eğitim alabilen 2000 otizmliler vardır. gün geçtikçe ülkemizde ve dünyada artış gösteren bir durumdur. Hala sebebi tam olarak bilinmemektedir. Bizler bazen en yakınımızda, bazen komşumuzda bazen de iş arkadaşımızda otizmliler çocuğa sahip ebeveynler olarak sıkça rastlaşmaya başladık. Eğer Ulusal ve Uluslararası önlemlerin yeterli alınmadığı takdirde çok ciddi sıkıntılara yol açabilecek toplumsal sorunlarla karşılaşan, geleceğe sağlıklı bakamayan nesiller ortaya çıkacaktır. Bizlere düşen en önemli görev farkındalıkları görmeye çalışarak, empati ile yaklaşmak ve en yakın çocuk psikiyatristine veya özel eğitim kurumuna yönlendirmektir.

Selam Olsun.





Opr. Dr.  
Şehvar Nefesoğlu

## BAHARDA GÖZ ALERJİSİNE DİKKAT!

Çiçeklerin açtığı ve havaların güzelleştiği bahar mevsimi herkesin göz bebeği olsa da, alerjik problemlerin en fazla görüldüğü dönemlerden biri. Öyle ki bahar alerjilerinden kolayca etkilenebilen gözlerde kızarıklık, sulanma ve kaşıntı gibi belirtiler görülmeye başlar. Erken teşhisin önem taşıdığı alerjik konjonktivit, tedavi edilmediğinde göz için büyük tehdit oluşturabiliyor. Göz Hastalıkları ve Sağlığı Uzmanı Opr. Dr. Şehvar Nefesoğlu, mevsim geçişlerinde sıkça yaşanan alerjik konjonktivitten korunma yollarını anlatıyor.

**Bahar alerjisi savunmasız gözleri vuruyor**  
Bahar mevsiminde çiçeklerin açması ve doğanın yeşillenmesiyle ortaya çıkan polenler sebebiyle doğrudan dışarıyla etkileşimde olan gözlerimiz alerjik hastalıklara açık hale geliyor. Gözlerde en çok görülen hastalıkların başında alerjik konjonktivit geliyor. Göz kapaklarının iç kısmında ve gözlerin beyaz bölümlerinde bulunan zarda gelişen konjonktivit, havada bulunan alerjenlerin göze temas etmesiyle ortaya çıkıyor. Genellikle kızarıklık, kaşıntı ve gözlerde sulanma gibi belirtilerle anlaşıyor. Konjonktival ödemin de görüldüğü hastalıkta, ayrıca göz akıntısı,

şişkinlik, göz yanması ve ışık hassasiyeti gibi problemlerle de karşılaşılıyor.

**Alerjik reaksiyonlar çocukluktan başlıyor**  
Havadaki polen, toz, tüy ve küf gibi alerjen maddeler vücudumuza hızlıca girebildikleri için çeşitli problemlere yol açabiliyor. Rüzgarla taşınan bu materyaller en savunmasız organımız olan gözlerde alerjik konjonktivite sebep olabiliyor. Çocukluk döneminde de ortaya çıkabilen alerjik reaksiyonlar, ilerleyen dönemlerde bahar geçişlerinde tekrarlayabiliyor. Yoğun bir kaşınma hissiyle kendini belli eden rahatsızlık, gözleri kaşındıkça kornea yapısında bozulmalara neden olabiliyor. Korneada oluşan bu zarar da görme kaybına kadar ilerleyebilen keratokonus hastalığına yol açıyor.

**Bulaşıcı göz hastalığı 4 tipte görülüyor**  
Alerjik konjonktivit bulaşıcı olduğu için tehlikeli göz hastalıkları arasında sayılıyor. Tokalaşma, ortak havlu kullanımı ve hava veya para yoluyla da yayılabilir. Bunların yanı sıra üst solunum yolu enfeksiyonları, kirli ellerle gözleri kaşımak, polenler ve hayvan tüyleri nedeniyle de gelişebilen alerjiler, özellikle çocuklarda göz kuruluğu ve sigara



kullanılan ortamlar sebebiyle de gelişebiliyor. 4 tipte ortaya çıkabilen bu hastalık, çocuğun alerjene temas etmesiyle oluşuyorsa akut alerjik konjonktivit şeklinde adlandırılıyor. Mevsim dönemlerinde polenler nedeniyle ya da yaz aylarında havuzdan çıktıktan sonra görülüyorsa mevsimsel, kontakt lens kullanımında geliyorsa da dev papiller konjonktivit olarak adlandırılıyor. Eğer hasta tüm yıl boyunca her çeşit alerjene tepki veriyorsa atopik keratokonjonktivit tedavisi uygulanıyor.

**Tedavide göz damlaları kullanılıyor**  
Alerjik konjonktivit gibi alerjen sebepli hastalıklara viral enfeksiyonlar sebep olduğu için enfeksiyonu hafifletecek tedavi yöntemleri uygulanıyor. Çocukların yaşlarına göre de tedavi şekilleri değişiklik gösterebiliyor. Öncelikle göz damlası yoluyla alerjinin yol açtığı kızarıklığın ve kaşıntının giderilmesi sağlanıyor. Bahar alerjileri nedeniyle, bakteri kaynaklı olarak ya da kimyasal konjonktivitlerde farklı tedavi yöntemleri uygulanıyor. Bakteri nedeniyle görülen göz alerjilerinde genellikle antibiyotik özellikli göz damlalarının veya merhemlerinin kullanılması

öneriliyor. Eğer alerjik reaksiyon kuru göz nedeniyle geliyorsa, göze suni gözyaşı takviyesi yapılıyor. Alerjik konjonktivitinin hangi nedenlerle ortaya çıktığının belirlenmesi için mutlaka doktor kontrolüne gitmek gerekiyor. Kalıcı bir probleme neden olmadığı halde tedaviye geç kalınırsa gözlerde hasar oluşturabiliyor.

**Çocukları polen ve tozlardan uzak tutun**  
Özellikle bahar mevsiminde tozlu ve polenli ortamlardan uzak durmak, dışarıda şapka ve gözlük kullanmak korunma yolları arasında bulunuyor. Evde veya okullarda havalandırmalar yerine filtre özelliği bulunan klimaların tercih edilmesi problemlerin önüne geçilmesine yardımcı oluyor. Çocukların yatak odalarında yıkanabilir kumaşlardan nevresimler, perdeler kullanılması öneriliyor. Yaşam alanlarının ya da okulların sıkça temizlenmesi ve toz alınması da alerjenlerin ortadan kaldırılmasını sağlıyor. Çocukların gün içinde dışarıdayken ellerini gözleriyle temas ettirmemesi ve sık aralıklarla sabunlu suyla yıkanması da önem taşıyor. Ayrıca gözler eski sağlığına kavuşana kadar çocukların lens kullanmaması da gerekiyor



Uzm.Dr.  
**Alime Burçin**  
**ŞİMŞEK**

## D vitamini eksikliği ruh sağlığını etkileyebilir.

### Depresyonunuzun sebebi D vitamini eksikliği olabilir.

D vitamini eksikliği, kas ve iskelet sistemi ağrıları, kalp rahatsızlıkları, uyku bozuklukları ve depresyon gibi birçok bedensel ve ruhsal rahatsızlık ile ilişkili olduğu düşünülen bir sorun.

Çağımızın hastalığı depresyon, en az 2 hafta boyunca ve günün büyük bölümünde olan mutsuzluk, isteksizlik, hayattan zevk alamama, uyku ve iştah değişiklikleri, enerji düşüklüğü, odaklanmakta zorlanma gibi belirtiler ile kendini gösteriyor. Psikiyatri uzmanı Dr. Alime Burçin Şimşek depresyonun birçok etkene bağlı olabileceği gibi, vitamin eksikliklerinin de bu bozukluk üzerinde etkisi olduğunu ifade ediyor.

Özellikle karlı, yağışlı ve kapalı havalarla geçen, güneşe hasret kaldığımız bu günlerde kendinizi her zamankinden daha yorgun, enerjisiz, isteksiz ve mutsuz hissediyorsanız D vitamini eksikliği ile karşı

karşıya olabilirsiniz.

### Kadınlarda daha yaygın.

Yapılan bilimsel çalışmalarda, depresyon hastalarının D vitamini düzeylerinin sağlıklı bireylere göre anlamlı düzeyde düşük olduğu görülürken, halk arasında mutluluk hormonu olarak da bilinen serotonin hormonunun kişilerin güneş ışığına maruz kalması durumunda yükseldiği de belirlenmiştir.

Ülkemizde yapılan çalışmalarda ise %74'e varan oranlarda D vitamini eksikliği olduğu görülmekte, Ege Bölgesi'nde yaşayan yetişkinler üzerinde yapılan bir araştırmada bu oran erkeklerde %66 iken, kadınlarda %79 olarak ölçülmüştür.

### D Vitaminini artırmak için güneşlenin.

D vitamini, ciltte güneş ışınları etkisiyle sentezlenebildiğinden, uzmanlar vücudun %25'lik bir kısmının haftada 3 gün, 15'er dakikalık süreler ile güneşlendirilmesini tavsiye ediyor.

Diğer vitaminlerin aksine, direkt beslenme yoluyla alınması daha zor olan D vitamini, güneş ışığı yoluyla %90 oranında sentezlenirken, güneş ışığı ile desteklenmemesi halinde ise tüketilen besinlerden ancak %10 oranında alınabiliyor.

### Hangi gıdaları tüketmeliyiz?

Doğal yollardan D vitamini arttırmak için, D vitamini içeren yağlı balıklar (somon, sardalya ve uskumru gibi), süt ürünleri ve yumurta gibi hayvansal gıdalardan yeterli miktarda tüketilmeli.

### Dışardan D Vitaminini takviyesi mümkün değil mi?

Doğal yollar dışında, dışardan D vitamini

takviyesi alınması gereken durumlarda sağlık profesyonelleri tarafından uygulanan yapay ışık terapileri ve vitamin takviyeleri tedavide kullanılmakta.

Elbette ki ruh sağlığımızın beden sağlığından ayrı düşünülemez. Yapılan çalışmalar D vitamini eksikliğini gidermenin Covid-19 ile ilgili riskleri de azaltabileceğini bildiriyor.

Psikiyatri Uzmanı Dr. Alime Burçin Şimşek; hem kendimiz, hem de sevdiklerimizin ruh ve beden sağlığını desteklemek için D vitamini eksikliklerimizin giderilmesine dikkat edilmesi gerektiğini belirtiyor.



# Dünyanın en uzun uyuyan ülkeleri açıklandı!

**Dünya Uyku Günü'nün gelmesiyle birlikte dünya genelindeki insanların uyku alışkanlıklarına dair ilginç bulgular gündemdeki yerini alıyor. Online Bülten ve PR Servisi B2Press'in incelediği verilere göre, dünyanın en çok uyuyan ülkeleri arasında Yeni Zelanda, Finlandiya ve Hollanda bulunurken, Türkiye genelindeki insanların neredeyse %50'si günde 8 saat uyuduğunu ve bu sürenin hafta sonları 10 saate çıktığını belirtiyor.**

Her yıl mart ayının 3'üncü cuma günü olan Dünya Uyku Günü'nün gelmesiyle birlikte insan vücudunun hem zihinsel hem de fiziksel sağlığının önemli bir parçası olan uykuya dair süregelen öneri ve tartışmalar gündemdeki yerini tekrar alıyor. Yaygın görüşlere göre, insan bedeninin ihtiyaç duyduğu ortalama uyku süresi 8 saat olarak dile getirilirken, Dünya Ekonomik Forumu'nun (WEF) araştırması ise en çok uyuyan ülkelerin haritasını çiziyor. Online Bülten ve PR Servisi B2Press'in incelediği verilere göre, 7 saatin

üzerinde uyku süresiyle dünyanın ilk beşinde Yeni Zelanda, Finlandiya, Hollanda, Avustralya ve Birleşik Krallık bulunuyor. Onları Belçika, İrlanda ve Fransa takip ediyor. Ülkemizde ise durum benzer bir seyir izliyor. Türkiye Uyku Araştırması'na göre ülkemizin neredeyse yarısı günde 8 saat uykuyu tercih ederken, bu süre hafta sonları 9-10 saati buluyor. Anket katılanların her 2 kişiden 1'i ise sabahları enerjik uyanmadığını belirtiyor.

## **Pandemide her 4 kişiden 1'i uyku sorunu yaşıyor**

Yaşam tarzı, çevresel koşullar ve psikolojik süreçler gibi durumların uyku düzenini birebir etkilediğine dikkat çeken Online PR Servisi B2Press, COVID-19 salgınının dünya genelindeki birçok insanın uyku

problemi yaşamasına neden olduğunun altını çizerek, pandemi sürecinde her 4 kişiden 1'inin uyku sorunu yaşadığını bildiriyor. Bu problemi 'koronasomnia' olarak adlandıran uzmanlar ise salgın sürecinde uyku bozukluklarının arttığını vurguluyor. B2Press kadınların uykusuzluk riskinin erkeklere göre %40 daha fazla olduğunu öne çıkarırken, uyku yoksunluğu çeken ülkelerin ilk sıralarında ise Güney Kore ve Suudi Arabistan geliyor.

**Dünya genelindeki insanlar rüyalarında en çok 'köpek' görüyor**  
Toplam uykunun %20'sini oluşturan REM

uykusunu tamamlayabilen insanlar, her gece uykusunun yaklaşık 2 saatini rüya görerek geçirebiliyor. B2Press'in incelediği araştırmalar ise dünya genelinde insanların en çok hangi rüyaları gördüğüne dair ilgi çekici detayları ortaya koyuyor. Toplam 185 ülkede gerçekleştirilen incelemelerde dünya çapındaki 19 ülkede görülen ve araştırılan rüyalarda "köpekler" öne çıkarken, onu hamilelik, yılanlar ve seyahatle ilgili rüyalar izliyor. Türkiye'de ise rüyaların konusu ağırlıklı olarak doğa olurken, kişiler birçoğu da rüyasında bahçe işleriyle uğraştığını görüyor.





Dt.  
**Ömer EKİZ**



## **“Gülümsemek bedene doğal bir antidepresan etkisi sağlıyor”**

*Estetik gülümseme kişinin özgüvenini artıran, kendini iyi hissetmesini sağlayan yüz estetiğinin tamamlayıcı unsuru olarak karşımıza çıkıyor. Sağlıksız ağız ve diş yapısının sosyal hayata olan olumsuz etkilerinden kurtulmak isteyenlerin ilk tercihi olan estetik gülümseme, sağladığı pozitif etkilerle hem iş hayatında hem sosyal hayatta kişilere güven aşıyor. Yapılan serbest araştırmalara göre etkileyici gülüşe sahip olan insanlar etrafları tarafından daha samimi, arkadaş canlısı, mutlu ve başarılı olarak değerlendirilirken, kendinden emin gülümsemeler hem zihin hem de beden sağlığı açısından olumlu etkiler sağlıyor.*



Gülümsemenin beyin ve vücut üzerindeki etkileriyle ilgili Diş Hekimi Ömer Ekiz, “Sağlıklı gülüşler vücudu rahatlatır, beyni sakinleştirir. Gülerken yüz ve vücut kaslarımızın çoğu çalışır ve salgılanan hormonlar bizi daha dinamik yapar. Gülümsemek bedene doğal bir antidepresan etkisi sağlarken acı ve ağrı gibi hisleri de azaltır” ifadelerini kullandı.

Gülümsemenin insan yaşamına yönelik olarak sadece duygusal manada değil fizyolojik olarak da olağanüstü etkilerinin olduğunu ifade eden Diş Hekimi Ömer Ekiz, “Gülmek kan basıncını ve kan şekerini düzenleyip, dengeler. Bağışıklık sistemini dahi güçlendirir” sözleri ile bu konunun sadece sosyal yaşamla ilgili bir tercih olmadığını altını çizdi.

Dt. Ömer Ekiz, herkesin hayalini kurduğu güzel, estetik ve doğal görünen gülümsemenin elde edilmesi için farklı tedavi yöntemlerin-

den bahsetti. İlk olarak hastanın geçmiş ağız ve diş tedavilerinin bilinmesi gerektiğini ifade eden Dt. Ekiz, “Diş eti sağlığı, diş eksiklikleri, çürükler ve diğer tüm dental problemler detaylıca değerlendirilmeli. Yapılan inceleme ve tetkiklerin ardından hastanın problemine yönelik tedavi planlaması ile implant cerrahileri, pembe estetik uygulamaları (periodontal işlemler), lamina veneerler, zirkonyum tedavilerinden hastaya en uygun olan tedavi yöntemiyle ideal ve estetik sonuçlar elde edilir” diyen Dt. Ömer Ekiz, estetik bir gülümsemeyi yüz estetiği ile harmonize etmenin, yüz ve dişler arasında mükemmel uyum gerektirdiğini belirtirken, günümüzde moda olan bir uygulamanın herkes tarafından rağbet görmesi hakkında da “Estetik bir gülüş tasarımında dişler, yüz ve dudaktan bağımsız olarak değerlendirilmemeli ve kişiye özel bir gülüş tasarımı planlanmalıdır” diye konuştu.



### Sensörlere önem verin

Akıllı ev teknolojilerinin gelişimi ile sensör sistemleri büyük önem kazandı. Evlerde yaşanabilecek yangın, su baskını veya gaz sızıntısı gibi sorunlar karşısında sensör sistemlerinden yararlanmak mümkün. Sensör sistemleri, akıllı cihazlar üzerinden kolayca kontrol edilebilme, evde olunmayan zaman dilimlerinde evin güvenliğini kolayca sağlama olanağı sunuyor.

### Değerli eşyaları evde bulundurmayın

Olası hırsızlık vakalarına karşı maddi ve manevi zararı hafifletmek için altın, gümüş, elmas ve para gibi fiziki değerli eşyalar evlerde bulundurulmamalıdır. Değerli eşyaları anlaşmalı bankalarda güvende tutmak mümkündür.

### Siber güvenliği de artırın

Hırsızlık vakaları çoğu zaman fiziki olarak gerçekleşse de dijitalleşme ile birlikte siber saldırılar sonucunda yaşanan hırsızlık olayları da artış gösteriyor. Bu noktada özellikle güçlü bir Wi-Fi şifresi oluşturarak ortak ağ kullanımını engellemeli ve diğer akıllı cihazlar ile ilgili gerekli güvenlik önlemleri alınmalıdır.

### Yedek anahtara dikkat!

Hırsızlar geleneksel yöntemlere aşina oldukları için ev sahiplerinin sosyal davranışlarını ve yedek anahtarın bulunduğu bölgeleri kolaylıkla analiz edebilir. Bu noktada yedek anahtar posta kutusu, paspas altı veya ayakkabı dolabı gibi klasik bölgelere saklamak yerine, evin kontrolünü de sağlayabilecek bir tanıdığa bırakmak iyi bir seçenektir.

# Daha güvenli evler için kritik öneriler

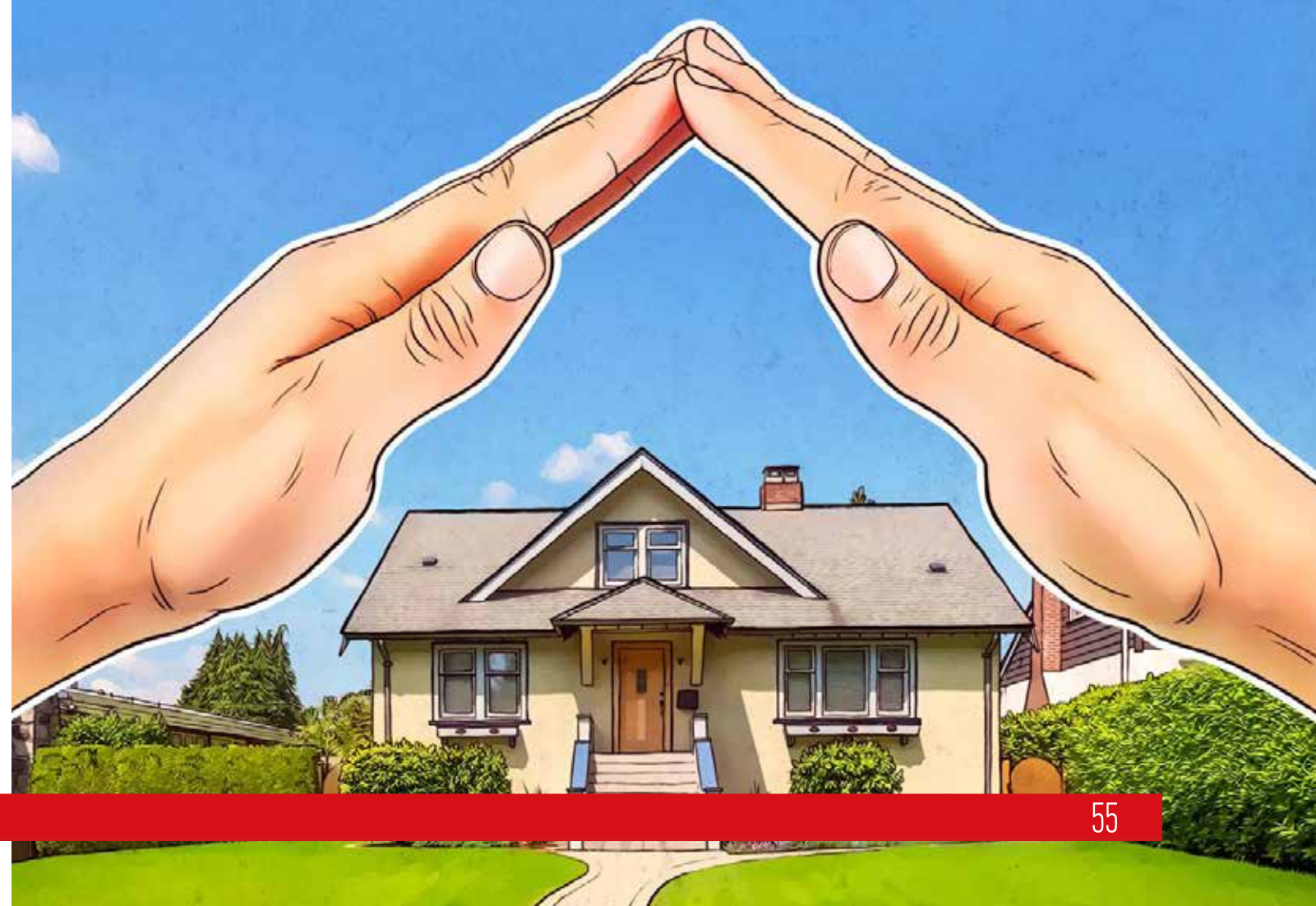
Ceza İnfaz Kurumu'nun 2020 yılında yayımladığı rapora göre Türkiye'de işlenen suçların yüzde 15,2'sini hırsızlık vakaları oluşturuyor. Artan hırsızlık vakalarının yanı sıra siber saldırılar, yangın, su baskını ve gaz sızıntısı gibi birçok faktör ev güvenliğini tehdit ediyor. Uzmanlar, daha güvenli evler için kolayca uygulanabilecek önerileri sıraladı.

### Güvenlik açıklarını kapatın

Evlerde bulunan güvenlik zafiyetleri hırsızlara davetiye çıkarabiliyor. Bu noktada evlerin pencere, balkon, tuvalet camı ve giriş

noktaları gibi önemli bölümlerinde yer alan güvenlik açıkları mutlaka tespit etmeli ve gerekli önlemler alınmalıdır.

Alarm ve kamera sistemlerinden yararlanın Hırsızlık vakalarına yönelik caydırıcı özelliği bulunan kamera ve alarm sistemleri ev güvenliği için oldukça önemli iki unsur olarak karşımıza çıkıyor. Eğer alarm veya kamera sistemi mevcutsa, evden çıkılmadan önce bu sistemlerinin aktif olup olmadıklarının kontrolü yapılmalı ve bu kontrol alışkanlık haline getirilmelidir.



# İklim değışikliğı hayatımızı nasıl etkiliyor?

“

Bilim insanları, tüm dünyanın ortak ve en önemli problemi olan küresel iklim değışikliğinin ilerleyen yıllarda ciddi sonuçlar doğuracağını vurguluyor.

”

**B**ilim insanları, tüm dünyanın ortak ve en önemli problemi olan küresel iklim değişikliğinin ilerleyen yıllarda ciddi sonuçlar doğuracağını vurguluyor. Bu anlamda sürdürülebilirlik kavramı, çevrenin korunması başta olmak üzere tüm kaynakların tasarruflu bir şekilde kullanılması ve gelecek nesillere daha yaşanabilir bir dünya bırakılması açısından her geçen gün önemini daha da artırıyor. Yakın zamanda açıkladığı Yaşam Boyu Ortaklık 24: Büyümeyi Yönetmek stratejisi ile, insanların hayatlarına ve hayallerine odaklanabilmesini sağlayarak daha güvenli bir geleceğe adım atabilmeleri için çabalayan Generali Sigorta, iklim krizi ile mücadele kapsamında ortaya koyduğu vizyon doğrultusunda küresel iklim değişikliğinin insan hayatında etkilediği 7 alanı paylaştı.

### **Tarım alanları zarar görüyor**

Küresel iklim değişikliği ile ilgili yayımlanan bir rapora göre 1880 yılından bu yana dünyanın sıcaklık seviyesinin 1 C° arttığı görülüyor. Ayrıca tüm dünyada yağış rejimlerinde de ciddi değişiklikler söz konusu. Buna bağlı olarak sürdürülebilir tarım politikalarının uygulanması giderek zorlaşıyor ve tarım alanları zarar görüyor. Artan sıcaklıklar ve yağış rejimlerinin değişimi aynı zamanda tarımdaki verimliliği de olumsuz yönde etkiliyor.

### **Biyoçeşitlilik tahrip oluyor**

Küresel iklim değişikliğine bağlı olarak 3 milyar yıldan fazla bir sürede oluşan biyoçeşitlilik giderek azalıyor. Orman yangınları, kuraklık, sel ve kasırga gibi doğal afetlerin sonucunda yok olan türlerin bir yıllık bilançosu 1000'i geçiyor. Öte yandan deniz suyu sıcaklığındaki artış nedeniyle su altındaki yaşam formu önemli ölçüde zarar görüyor.

### **Dünyadaki oksijen seviyesi azalıyor**

Son yıllarda dünya genelinde ortaya çıkan ve binlerce hektarlık orman alanlarına zarar veren orman yangınları, küresel iklim değişikliğinin en önemli sonuçları arasında yer alıyor. Orman alanlarının yok olması bir yandan küresel iklim değişikliğini hızlandırırken diğer yandan da dünyadaki oksijen seviyesinin azalmasına neden oluyor.

### **İçilebilir su miktarı giderek düşüyor**

Her ne kadar dünyanın yüzde 75'i su ile kaplı olsa da içilebilir su miktarı yüzde 3'ün altında. Küresel iklim değişikliğinin doğal bir sonucu olarak içilebilir su miktarı giderek azalıyor. Uzmanlara göre kısa bir süre sonra canlı ekosistemi su krizi ile karşı karşıya kalacak.

### **Yaşam alanları daralıyor**

Küresel iklim değişikliğine bağlı olarak artan su seviyesi uygun ve elverişli yaşam alanlarının daralmasına neden oluyor. İlerleyen yıllarda bazı ülkelerin sular altında kalacağı tahmin ediliyor.

### **Uluslararası ekonomiler olumsuz etkileniyor**

Küresel iklim değişikliği uluslararası ölçekte başta yenilenebilir enerji kaynakları olmak üzere çeşitli alanlarda maliyetlerin yükselmesine neden oluyor. Ayrıca küresel iklim değişikliğinin etkilerini ve karbon salınımını azaltmak için devletler, kurumlar, kuruluşlar ve şirketler üretim ağına çeşitli yatırımlar yapmak durumunda kalıyor.

### **Hastalık süreleri uzuyor**

Küresel iklim değişikliği nedeniyle gerçekleşen ısı artışı, hava kirliliği, buzulların erimesi, su ve gıda kalitesinin düşmesi gibi birçok etken, hastalık sürelerinin uzamasına ve hatta yeni tip virüslerin ortaya çıkmasına neden oluyor.





Doç. Dr.  
**Özlem Bozkaya**

## AŞIRI KAFEİN TÜKETİMİ ÇARPINTIYA NEDEN OLABİLİR

**Çarpıntının aniden başlayabileceğini, bazen tetikleyen bir neden bile olmadan meydana gelebileceğini belirten Kardiyoloji Uzmanı Doç. Dr. Özlem Bozkaya, aşırı kafein tüketimi (çay, kahve, enerji içecekleri), stres, susuzluk, uykusuzluk, sigara, alkol kullanımı gibi faktörlerin çarpıntıyı tetikleyebileceğini söyledi.**

Kardiyoloji Uzmanı Doç. Dr. Özlem Bozkaya, çarpıntı hakkında uyarılarda bulundu. Çarpıntının vücutta belli şikâyetler oluşturduğunu belirten Doç. Dr. Bozkaya, “Çarpıntı bazen müdahaleye gerek kalmadan kendiliğinden sonlanabilir. Genel anlamda bakıldığında hastalarımız çarpıntıyı göğsümde bir kuş çırpınıyor, bir duraklama, boşluk hissi oluyor gibi veya tekleme hissine benzeterek ifade etmektedir” dedi.

Erişkin bireylerde gün içinde, istirahathte normal kalp atım hızının dakikada 60-100 arasında olduğunu söyleyen Doç. Dr. Özlem Bozkaya, “Enfeksiyon dönemleri, ateş varlığı, gebelik veya çocukluk döneminde kalp

atım hızı fizyolojik olarak biraz daha yüksek gözlenebilmektedir. İstirahatte veya uykuda dakikada kalp atım hızı 60'ın altına da düşebilir. Bu durumlar bir patolojinin haberdarı değildir” diye konuştu.



### ÇARPINTIYI TETİKLEYEBİLECEK DURUMLARA DİKKAT EDİLMELİ

Hastaların detaylı öykülerini alarak yaşam tarzlarını sorguladıklarında çoğunlukla çarpıntıyı tetikleyen durumları belirleyebildiklerini vurgulayan Doç. Dr. Özlem Bozkaya, sadece bunların düzeltilmesi ile şikâyetleri gerileyen hastaların olduğunu belirtti.

Doç. Dr. Bozkaya, çarpıntıyı artırabilecek unsurları şöyle sıraladı:

- “Aşırı kafein tüketimi (çay, kahve, enerji içecekleri)
- Stres
- Dehidratasyon (susuzluk)
- Uykusuzluk
- Sigara, alkol kullanımı
- Sekonder nedenler (altta yatan guatr, anemi gibi hastalıklar)
- Bazı ilaçlar (gribal enfeksiyonlarda kullanılan ‘dekonjestan’ denilen ilaçlar, astımda kullanılan solunum yolu açıcı ilaçlar, dikkat eksikliği tedavisinde kullanılan uyarıcı nitelikteki ilaçlar, bazı antidepresanlar).”

Doç. Dr. Bozkaya, çarpıntı şikâyeti olan bireylerin, öncelikle bu durumlarının gözden geçirilmesi gerektiğini ve ardından kontrol altına alınması gerektiğini söyledi. Tetikleyici bir nedene bağlı çarpıntılar, polikliniğe gelen çarpıntı hastalarının büyük bir çoğunluğunu oluşturduğunu dile getiren Doç. Dr. Özlem Bozkaya, bu nedenlerin kontrolü ile çoğunlukla şikâyetlerin düzeldiğini açıkladı. Bazı çarpıntı şikâyetlerinin ileri tetkik edilmesinin gerekli olduğuna dikkat çeken Doç.

Dr. Özlem Bozkaya, bu unsurları şöyle sıraladı:

- “Bayılmanın eşlik ettiği
- İstirahatte aniden başlayıp, aniden sonlanan
- Geceleri uykudan uyandıran
- Yaşam kalitesini bozacak sıklıkta meydana gelen
- Altta yatan bir tetikleyicinin olmadığı çarpıntılardır.”



### EKG TANI KOYMAYA YARDIMCI TETKİK OLABİLİR

Çarpıntı şikâyeti ile kardiyoloji polikliniğine başvuran her hastanın detaylı öyküsünün ve yaşam tarzının incelendiğini ifade eden Doç. Dr. Özlem Bozkaya, “Hastaların uyku düzeni, stres düzeyi, sigara-alkol kullanımı, kaygı bozukluğu, başka bir hastalık varlığı veya ilaç kullanımı, aile öyküsü, beslenme alışkanlıkları irdelenmektedir. Kan tahlillerinde kansızlık veya guatr gibi sekonder nedenlerin olup olmadığına bakılır. Kalp ritminin anlık değerlendirildiği Elektrokardiyografi (EKG) incelemesi yapılır. Yapısal kalp hastalığı varlığının incelenmesi için doktorunuz Ekokardiyografik görüntüleme yapabilir” şeklinde konuştu.

EKG’nin sadece o andaki kalp ritmini göster-

diğini ifade eden Doç. Dr. Özlem Bozkaya, şu bilgileri paylaştı:

“Bazı hastalarda, tüm gün kalp ritmini görebilmek ve olası ritim bozukluğunu saptayabilmek için 24 saatlik Ritim Holter tetkiki öneririz (bazı cihazlarda bu süre 48-72 saate kadar uzayabilir). Bu tetkik küçük bir cep aletinin üzerine bağlanması ile yapılan, kolay, güvenilir bir tetkiktir. Cihaz üzerinizdeyken günlük yaşantınıza devam edebilirsiniz. Çarpıntı şikâyetleri olan hastalar gibi; ayrıca senkop (tam bilinç kaybı olan bayılma) şikâyeti olan hastalarda da altta yatan olası ritim bozukluğunu incelemek için de Ritim Holter önerilmektedir. Bu tetkik sonucunda muayene esnasında saptanmayan ancak gün içerisinde kısa süreli olup geçen çarpıntılar, baygınlık hissi gibi kalp kaynaklı



tüm ritim bozuklukları tespit edilebilir. Bu cihazların bazılarında olay kayıt edici özelliği bulunur ve siz çarpıntı şikâyeti hissettiğiniz anda düğmeye basarak bu anı kayıt altına alabilirsiniz.

### **ÇARPINTINIZ VARSA BUNLARA DİKKAT EDİN;**

Doç. Dr. Özlem Bozkaya, çarpıntı şikâyeti olan tüm bireylerde günlük hayat tavsiyeleri önerilerinde bulundu.

· Muayeneye gittiğiniz hekiminizi kullandığınız ilaçlar, düzenli kullandığınız bitki çayları veya destek tedavileri konusunda lütfen tam bilgilendiriniz.

· Günlük yaklaşık 2-2,5 litre su içmeye özen gösterin.

· Kafein tüketiminde güvenli limit olan günlük 240 miligramı geçmeyin (1 fincan Türk kahvesi veya çayda yaklaşık 40mg; 1 kupa filtre kahvede yaklaşık 100 mg filtre kahve bulunur.)

· Enerji içecekleri gibi yoğun şeker ve kafein içeren içeceklerden uzak durun.

· Günlük yeterli ve kaliteli uyku uyuyun, 4 haftadan daha uzun süren uykusuzluk problemlerinde mutlaka profesyonel destek alın

· Kalp atım hızını azaltma etkisi bilinen derin diyafram egzersizlerini hayatınıza katın, doğru nefes almayı öğrenin. Diyaframın kullanıldığı derin nefesler; kalbi yavaşlatan parasempatik sistemi aktive etmenin en etkili

yollarından biridir. Doğru nefes egzersizleri kalp hızı yüksek olan bireylere olumlu katkı sunacaktır.

· Hareket edin. Haftada 4-5 gün, en az 30 dakika süren yürüyüşler yapın.

· Sigara ve alkol tüketmeyin.

· Stresle baş etme yolları geliştirin. Günümüzde kaygı bozukluğu ve panik atak, kalp çarpıntılarının en sık nedenleri arasında yer almaktadır ve bu durumlar tedavi edildikçe, hiç bir çarpıntı ilacı tek başına fayda etmeyecektir.

### **UYGUN İLAÇ KULLANIMI TERCİH EDİLEBİLİR**

Çarpıntının tedavi yollarından bahseden

Doç. Dr. Özlem Bozkaya, “Yaşam tarzı önlemlerinden başka, bazı hastalarda kalp ritim düzenleyici veya nabız yavaşlatıcı ilaç kullanımını önerebiliriz. Bu ilaçların hekim kontrolü olmadan kullanılması sakıncalıdır. Kalp ritim düzenleyici ilaç kullanan hastalar; tedaviye cevap, ilaç etkinliği ve yan etki profili açısından değerlendirilmek üzere aralıklı hekim kontrollerini aksatmamalıdır. Nadiren ciddi ritim bozukluğu düşündüğümüz bazı hastalarda tanı için elektrofizyolojik çalışmaya (EPS) ihtiyaç duyarız. EPS’de kalp ritim bozukluğuna neden olan anormal ileti yollarının saptanması halinde ablasyon dediğimiz işlemle bu yolların yakılarak tedavi edilmesi mümkündür. Bu tetkik özel merkezlerde yapılır” açıklamasında bulundu.

### **AKILLI SAATLER KAYGIYI ARTIRABİLİR**

Son zamanlarda akıllı saat uygulamalarındaki gelişmelerle, saat kayıtlarında kalp hızında yükseklik saptayan hastalarla polikliniklerde daha sık karşılaşıldığının altını çizen Doç. Dr. Özlem Bozkaya, “Kalp hızında eforla, stresle artış gözlenmesi fizyolojik bir bulgudur. Ancak kayıtlarda özellikle istirahat dakikada 140-150’yi bulan kalp atım hızları saptanırsa bunun Kardiyolojik olarak incelenmesi gerekir. Ancak bu saatlerin şöyle bir dezavantajı oluyor; hasta kalp atım hızını takıntı haline getirerek sürekli nabız kontrolü yapıyor. Bu da kaygı düzeyini arttıran bir durum. Ancak çarpıntı şikâyetleri olan kişilerde, şikâyet anındaki kalp hızının objektif olarak gözlenebilmesi adına akıllı saatler değerli. Ritim analizi ve tiplmesi konusu geliştirilmeye ihtiyacı olan bir konu olmakla birlikte, Atriay Fibrilasyon uyarısı konusunda gayet başarılı olduğunu da söyleyebiliriz. Taşınabilir ve giyilebilir cihazların, teknolojik gelişmeyle, aritmi alanında kardiyolojiye oldukça katkı sağlayacağını düşünüyorum” diyerek sözlerini noktaladı.



Prof. Dr.  
**Ülkü YILMAZ**  
TUSAD Başkanı

## Kanserler yüzde 50'ye varan oranda önlenabilir

*Solunum Derneği (TÜSAD), 1-7 Nisan Kanser Haftası nedeniyle yaptığı açıklamada kanserin giderek yaygınlaştığını, küresel bazda 19,3 milyon yeni kanser teşhisi konduğunu belirtti. TÜSAD hekimleri yaptıkları ortak açıklamada "Yaşam tarzındaki değişiklikler ve tütünle mücadele sayesinde kanserler yüzde 50'ye varan oranda önlenabilir" uyarısı yaptı.*

Kanser içinde bulunduğumuz yüzyılın en büyük sağlık sorunlarının başında geliyor. Dünya Sağlık Örgütü'nün 2021 yılı verilerine göre kansere bağlı 10 milyon ölüm gerçekleşirken, küresel bazda 19,3 milyon yeni kanser vakası saptandı. 1-7 Nisan Kanser Haftası nedeniyle yaptığı açıklamada kanserin çok yaygınlaştığına dikkat çeken Türkiye Solunum Araştırmaları Derneği (TÜSAD), dünya genelinde her 5 kişiden birinde hayatları boyunca kanser gelişmesinin beklendiği, her 8 erkekten birinin, her 11 kadından birinin ise kanser sebebiyle hayatını kaybedeceğinin öngörüldüğünü aktardı.

### YÜZDE 90'I ÇEVRESEL FAKTÖRLERE BAĞLI

Tüm kanserlerin yüzde 90 oranında çevresel, yüzde 10 oranında ise genetik faktörlere bağlı olarak geliştiğini belirten TÜSAD Başkanı Prof. Dr. Ülkü Yılmaz, şu bilgileri verdi: "Yaşam tarzı faktörleri, akciğer, kolorektal, prostat ve meme kanseri gibi dünya gene-

linde yaygın olanlar dahil olmak üzere çeşitli malignitelerle (kötü huylu tümörlerle) ilişkilendiriliyor. Dünya çapındaki verilere göre; sigara, alkol kullanımı, düşük meyve ve sebze diyeti, aşırı kilo, hareketsizlik, güvenli olmayan cinsel ilişki, kentsel hava kirliliği, katı yakıt kullanımı gibi sebeplerle kanser ölümlerinde benzer risk artışı meydana geldi. Yapılan çalışmalar, yaşam tarzı faktörlerinin kanser riskini azaltmadaki faydasını doğruluyor. Tütünden kaçınmak, fiziksel aktiviteyi artırmak, sağlıklı kiloda kalmak, kırmızı et ve işlenmiş et oranı düşük, meyve, sebze ve kepekli tahıllar açısından zengin bir diyet uygulamak, alkolü sınırlamak veya tamamen bırakmak ve güneşten korunmak gibi tedbirlerle günümüzde yüzde 30- 50 oranında kanser önlenabiliyor."

### COVID-19 KANSER TANI VE TEDAVİSİNİ DE AKSATTI

Hem tarama hem de önleme sayesinde birçok kanserden ölüm oranının azaltılabileceğini belirten Prof. Dr. Ülkü Yılmaz, şu bilgileri aktardı: "Tarama, anormallikleri klinik olarak belirgin hale gelmeden önce tespit eder ve kanser gelişmeden önce veya tedavinin çoğu zaman etkili olduğu erken bir aşamada müdahaleye izin verir. Önleme stratejileri ise kansere neden olan çevresel ve yaşam tarzı risk faktörlerini değiştirmeye odaklanır. Akciğer kanseri başta olmak üzere tüm kanserlerin erken evrede tanılanması ve gerekli önlemlerin hemen alınması, hastalıktan ölüm oranlarını azaltıyor. Ancak halen etkileri devam eden COVID-19 pandemisi nedeniyle tüm dünyada kanser tanısı ve tedavisinde ciddi aksamalar oldu. Ne yazık ki pandemi nedeniyle daha az insan teşhis için hastanelere başvurdu ve bu nedenle tanıda gecikmeler yaşandı."

### TÜTÜN: KANSER, ÖLÜM VE YOKSULLUĞUN EN BÜYÜK NEDENİ

TÜSAD hekimleri, açıklamalarında tütünle etkin mücadelenin kanserin önlenmesindeki rolünü de bir kez daha hatırlattı. TÜSAD Başkanı Prof. Dr. Ülkü Yılmaz, tütün kullanımının dünya çapındaki kanser ölümlerinin yüzde 21'inden, ABD'de de ise tüm kanser ölümlerinin yüzde 30'undan sorumlu olduğunu aktarırken, şu önemli verileri paylaştı:

- Tütün kullanımı kanserin en önemli önlenbilir nedeni.
- Sigara içenlerin yaklaşık yarısı tütüne bağlı bir hastalıktan ölüyor ve yetişkin sigara içenler tütün kullanımı nedeniyle ortalama 13 yılını kaybediyor.
- Sigara içmek akciğer kanseri için en güçlü risk faktörü ve riski 10 ila 20 kat artırıyor.





• Sigara içmek ayrıca ağız boşluğu, burun boşluğu, paranazal sinüsler, nazofarenks, gırtlak, yemek borusu, pankreas, karaciğer, mide, serviks, böbrek, kalın bağırsak ve mesane kanserlerinin yanı sıra lösemiye neden oluyor.

• Tütünün tehlikeleri en yaygın olarak sigara içimi ile ilişkili gibi görülse de puro, pipo, dumanlı tütün ve çevresel (ikinci el) tütün dumanına maruz kalma ile de ortaya çıkıyor.”

### **AKCİĞER KANSERİNİN EN ÖNEMLİ NEDENİ TÜTÜN**

TÜSAD Akciğer Kanseri Çalışma Grubu Başkanı Prof. Dr. Ufuk Yılmaz da akciğer kanser-

inin sık saptanan ve kanserler arasında en ölümcül olan kanser türlerinden birisi, en önemli sebebinin ise tütün kullanımı olduğunu belirterek, şu hatırlatmaları yaptı: “Birçok kanser türünün baş nedeni olarak bilinen tütün, dünyadaki en büyük halk sağlığı tehditlerinden biri. Her yıl tütün kullanımı nedeniyle yaklaşık 8 milyondan fazla kişi hayatını kaybediyor. Bu ölümlerin 7 milyondan fazlası direkt olarak tütün ile ilişkili hastalıklar sonucunda meydana gelirken, yaklaşık 1,2 milyon kişi de sigara içmediği halde pasif tütün dumanına maruziyet nedeniyle hayatını kaybediyor. Sigaranın yanı sıra nargile, puro, pipo, elektronik sigara, ısıtmalı tütün ürünleri de oldukça bağımlılık yapıcı ve sağlık için tehlikeli.”

Prof. Dr. Ufuk Yılmaz, tütün kullanımının kanserin olduğu kadar, yoksulluğun da en önemli nedeni arasında yer aldığını belirtti ve şu verileri paylaştı: “Sigara, dünyada en sık tüketilen tütün mamulü. Dünyada 1,3 milyar tütün ürünleri kullanıcısının yüzde 80’i düşük ve orta gelir düzeyine sahip ülkelerde yaşıyor. Doğal olarak tütün ilişkili hastalıkların ve ölümlerin çoğu da bu ülkelerde meydana geliyor. Bu ülkelerdeki sigara içiciler ailelerinin yiyeceklerinden kısarak arttırdıkları parayı sigaraya harcıyor. Bu da kişilerin zaten kötü olan ekonomik durumlarını daha da zorlaştırıyor.”

### **TÜSAD HAKKINDA**

Göğüs hastalıkları alanında ülkemizin ilk bilimsel meslek kuruluşu olarak 22 Haziran 1970 yılında İstanbul’da kurulan Türkiye Solunum Araştırmaları Derneği (TÜSAD), halen Türkiye genelindeki 4.500’ün üzerindeki üyeleri ile “halkın akciğer sağlığını korumak” amacı doğrultusunda çalışmalarını sürdürüyor. Toplumsal ve mesleki eğitimi, araştırmaları destekleyerek halk sağlığının korunmasına yönelik faaliyetler yürüten TÜSAD, “Tükenmeyen bir nefesle” sloganı ile 52 yıllık geçmişinde 43 ulusal kongre, sayısız bilimsel toplantı, sempozyum, iki dünya kongresi ile bilinçlendirme ve farkındalık projelerine imza attı.

# Çalışanların sosyal medyada yaptığı 5 hata

Sosyal medya platformları, dünya genelinde 4,6 milyarın üzerine çıkan aktif kullanıcı sayısı ile büyümeyi sürdürüyor. İş dünyası için de vazgeçilmez bir unsur haline gelen sosyal medya platformları çalışanların kendileri, iş ve özel hayatları hakkında detaylı bilgi edinilmesine de olanak sunuyor. Bu noktada çalışanların iş hayatında sosyal medya kullanımlarına dikkat etmesi hem şahsi imajları ve çalıştıkları şirket-kurum-kuruluş hem de network içinde oldukları çevre adına büyük önem taşıyor. Türkiye'nin istihdam kaynağı Eleman.net, iş hayatında çalışanların sosyal medyada sıkça yaptıkları 5 hatayı ve bu hataların önüne geçecek önerileri paylaştı.

## Aşırıya kaçan yorumlar yapmak

Başta Twitter olmak üzere çeşitli sosyal medya platformlarının gündemini yaşayan siyasi olaylar belirliyor. Bu noktada çalışanların siyasi ve toplumsal olaylar karşısında rencide edici veya ayrıştırıcı dil kullanmamları büyük önem taşıyor. Aşırıya kaçan yorumlar çalışanların iş yaşamını zedelemekle kalmıyor aynı zamanda çeşitli mobbing durumlarının oluşmasına da zemin hazırlıyor.

## Mahremiyet ihlalleri

Çalışanların sosyal medya kullanımları incelendiğinde mahremiyet ihlallerinin yapıldığı istatistiklere yansıyor. Özellikle LinkedIn gibi iş dünyası odaklı sosyal medya platformlarında özel hayata ilişkin paylaşımların yapılması ve mahremiyet alanının ihlal edilmesi kişisel ve kurumsal imaja zarar veriyor.

Amacına uygun olmayan platform seçimi Organizasyon yapısı ve aktif kullanıcı sayısı bakımından dünyanın önde gelen sosyal medya platformları iş, gündem, life-style ve network oluşturma gibi farklı kullanım alanlarıyla öne çıkıyor. Sosyal medya platformlarının amaca uygun bir şekilde kullanılması büyük önem taşıyor. Aksi takdirde çalışan-

ların bireysel profillerinin amaç dışı kullanımı, kurum imajına ve birey itibarna yönelik olumsuz sonuçlar doğuruyor.

## Veri gizliliğine önem vermemek

Siber saldırıların ve veri hırsızlığının önüne geçilebilmesi adına çalışanların iki faktörlü kimlik doğrulaması, güçlü şifre oluşturma, kişisel bilgilerin ve profilin gizliliği gibi birtakım önlemler alması günümüzde zorunluktan öte bir durum. Çalınan hesapların neticesinde oluşan olumsuz durumlar, kurum ve birey imajını büyük ölçüde zedeleyebiliyor.

## Kişisel ve iş hesapları arasındaki farklılıkları bilmemek

Çalışanların sıkça yaptıkları hataların başında kişisel ve iş hesapları arasındaki farkları bilmemek geliyor. Çalışanların yaptıkları diğer hatalar olarak ise: bir şeyi paylaşmadan önce düşünmemek, aceleyle paylaşım yapmak, yazım kurallarına dikkat etmemek, profesyonel olmayan cevaplar vermek, sosyal medya profillerinde yanlış bilgiler paylaşmak öne çıkıyor. Tüm bu faktörler çalışanların dijital dünyadaki kimliklerini olumlu ya da olumsuz etkileyen unsurlar olarak dikkat çekiyor.





Yazar-Yönetmen  
**Emrah BEKÇİ**

## KÜRESEL SOĞUMAYA DİKKAT!

Yaşadığımız dünya bizlere muhteşem olanaklar sağlayan ilahi bir nizam barındırıyor. Gezegenimiz dünya, sevdiklerimizle huzur içerisinde yaşadığımız büyük evimiz. Her evin belli zamanlar diliminde bakıma ihtiyacı olduğu gibi, dünyamızın da ilahi bir nizam içerisinde kendisini onaran bir sistem ile hareket ettiğine şahitlik ediyoruz-etmekteyiz.

Dünya genelinde en fazla endişe uyandıran konulardan birisi “İklim Değişikliği”, “Küresel Isınma”. Bu başlıkları günümüzde en küçük yaşta olan çocuklarımızdan, en yaşlı olan insanlara kadar hafızalarda yer etmiş durumda.

Peki, “İklim Değişikliği-Küresel Isınma” Nedir?

Tüm dünyayı nasıl etkilemekte, ileri-ki zaman diliminde nasıl etkileyecektir?

Bu makale içerisinde mevcut bilgilerimizi ve görüşümüzü değiştirecek olan bazı akıl yürütmeleri ve yapılan araştırmalara denk geleceksiniz.

Öncelikle şahsımın bu konu hakkında, neden yazı yazma ihtiyacı duyduğumu arz etmek isterim.

Bir iletişimci ve büyük resmi her seferinde gören, görüşüne ve çalışmalarına değer verip önemseyen, bir araya geldiğimiz vakit, gelecek kuşaklarımız ve dünyamızın daha yaşanır olarak ne hale gelmesi gerektiği konusunda konuşmalar yaptığım, yakın bir arkadaşımın, “Sıfır Atık”, “Çevre Koruma-Kültür, Sanat” ve son günlerde ülkemizde gerçekleşen, Çevre ve Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakanlığının ev sahipliğinde yapılan “İklim Şurası” konusunda ne düşündüğümü sarması üzerine, şuan okuyacağınız makale vücuda geldi.

Arkadaşımın İklim değişikliği ile ilgili olarak şahsıma danışması, fikrimi sorması ile “doğru olarak bildiğim yanlışları” düzeltme imkanına sahip oldum. Kendisine buradan teşekkürlerimi arz ederim. İklim Değişikliği ve Küresel ısınma ile ilgili bilimsel birçok çalışma okudum (En az bilimsel 800 sayfa diye biliriz.) Okuduğum bilimsel verilerde ve anlatımlarda ülkemizin de içinde olduğu dünyamız +2 Derecelere kadar ısınma tehlikesinde. Bu



tehlikelerin başlangıcı, dünyada yaşanan sanayi devrimi, insan nedeni ile doğaya salınan sera gazları, karbon monoksitler, enerji üretiminde kullandığımız fosil yakıtların dünyamıza bıraktıkları karbon ayak izleri vs.

Kısacası, insan faktörü dünyamızın gelecek 20-30 yılda +2 derece ısınmasına neden olacak ve böylelikle kuraklık, sel felaketleri, tufanlar, kıtlık gibi birçok insan yaşayışını etkileyecek olayla karşılaşacağız. (Tabii önlemini almaz isek)

Dünya üzerinde yaşayan hiçbir insan açlık, salgın, kuraklık, sel gibi afetler ile karşılaşmak istemez.

Peki bu bilimsel veriler ile gelecek zaman diliminde yaşanacak olan bu olayların önüne geçme imkanımız var mıdır? Günümüzde

araştırma yapan bilim insanları ve ülkelerin “İklim Değişikliği” ile ilgili bakanlık birimleri bu konuda geç kalınmış bir çalışma içine küresel ölçekte girmiş durumundalar.

İnsanlardan istedikleri, karbon ayak izini azaltacak şekilde sosyal yaşantımıza devam etmemiz (!)

Aksi halde, kıtlık, salgın, sel felaketleri, kuraklık gibi hususların bizleri tehdit edeceğini söylemekteler. Hatta, salgınlar konusunda at başı olan ana etkenin “iklim değişikliği-küresel ısınma” olduğunu belirten düşünce insanlarımız bile var.

Dünyamızın ısındığını ve bu ısı +2 Derece daha artar ise büyük felaketlere neden olacağının dünya genelinde yaşayan insanların %60'ından fazlası endişe ile izlemekte ve dü-



şünmekte.

sal yapılarıyla oynayan bir yapı-zihin-sistem ola bilir mi?

**Peki, dünyamız ısınmıyor “soğuyor” ise ne olur?**

Dünyada meydana gelen tüm iklimsel değişiklikleri günümüz bilim adamları, karbon salınımı ve sera gazı etkisinin yaptığını belirtmelerine rağmen “bilimin yanıldığını” söyler isek ne olur?

**Gerçekten “Küresel ısınma” var mı?**

**Küresel ısınmayı ön plana çıkartıp, dünya gündemine alan ve bu konuda dünyada yaşayan insanların psikolojik olarak ruh-**

Bu konuda çok soru sorulabilir. Yaşadığımız iklim değişikliği ve küresel ısınma konusunda dünyamızın tarihine bir göz atıp, geçmişte bu gibi olayların yaşanıp yaşanmadığını görüp, **ona göre tedbir almak akla göre daha izafi değil midir?**

**Türk Milletinden olan ülkemizin münzevi bırakılmış bir aydını olarak sizlere dünya genelinde insanların zihinlerinde kaos oluşturan “İklim Değişikliği ve Küresel Isınma” ile ilgili bilinenlerin ve insan faktörünün olmadığını, tüm bu şişirilmiş medyasal konuların farklı bir hazırlığa zemin hazırladığının resmini çizmek isterim.**

\*\*

**Bu makaleyi okuyan zihinlere şu soruyu sormak istiyorum:**

**Güncel bilimin söylediği gibi “Dünya Isınıyor mu?” Eğer tedbir almaz isek dünya gelecek 30-40 yılda +2 Derece ısı artışı yaşayacak mı?**

Sizler bu sorulara “EVET!” diyeceksiniz...

Oysa şahsım olarak ben, “HAYIR!” diyorum...

Şimdi “HAYIR!” dememin bilimsel dillendirmesini sizlere sunmak isterim. **Dünyamızı insan karbon ayak izi ve sera gazları mı ısıtıyor?**

Cevabı dünyada küresel ısınma konusunda farklı görüş sergileyen bilim insanlarından birkaçının, bence doğrucu yaklaşım sergileyen yorumlarını sizlere sunuyorum. **Çünkü sizler kadar bilime inanıyor ve güveniyorum:**

**Sallie Baliunas, Astronom, Harvard-Smithsonian Merkezi, Astrofizik:** “Yüzey ısı kayıtlarında yaşanan ısınma akımı, insan eliyle üretilmiş sera gazlarının havadaki artışıyla meydana gelemez. “

**Khabibullo Abdusamatov, Matematikçi ve Astronom, Rus Bilim Akademileri**

**Pulkovo Gözlemevi:** “Küresel ısınma sera gazlarının atmosfere yayılımının sonucunda değil, sıra dışı yüksek seviyelerde güneş radyasyonu ve yoğunluğundaki kapsamlı büyümenin sonucunda meydana gelir... ‘Sera gazı’ etkisinin özelliklerini Dünyanın atmosferine atfetmek bilimsel olarak desteklenmez.... Isınan ve genişlemenin bir sonucu olarak hafifleyen sera gazları atmosfere yalnızca emilen ısıyı dağıtmak için yükselir.”

**William M. Gray, Emekli Profesör, Colorado Eyalet Üniversitesi Atmosferik Bilim Departmanı, Tropikal Meteoroloji Projesi Başkanı:** “Bu küçük ısınma, okyanus suyundaki tuzluluk çeşitliliğiyle ortaya çıkan küresel okyanus akıntılarındaki doğal değişimlerin olası bir sonucudur. Okyanus dolaşım varyasyonları henüz tam anlamıyla anlaşılmamaktadır. İnsanlığın yakın zamanda yaşanan ısı değişiklikleriyle yok denecek kadar az ilgisi olabilir. Biz o kadar etkili değiliz.”

**George V. Chilingar, İnşaat ve Petrol Mühendisliği Profesörü, Güney California Üniversitesi:** “Doğanın şu küresel kuvvetleri Dünyanın iklimini yönlendirmektedir:

1- Güneş radyasyonu...

2- Gazların Dünya Okyanusuna ve atmosfere boşaltımı ve büyük olasılıkla mikrobiyal aktiviteler...

Bunların Dünyanın iklimi üzerindeki etkilerinin derecesi ve kapsamlılığına dair niceliksel tahminler insanın yol açtığı iklim değişikliklerinin göz ardı edilebilir olduğunu göstermektedir.”

**Ian Clark, Jeolog, Ottawa Üniversitesi, Dünya Bilimleri Profesörü:** “Bilim dünyasının iklim ısınmasını CO<sub>2</sub>ye yoran kısmı,

aslında minör bir sera gazı olan CO2 artışının çok daha büyük bir su-buharlaşma tepkisini tetiklediği ve bunun atmosferi ısıttığı kuramına dayanmaktadır. Bu mekanizma, aşırı ısınmayı öngören matematiksel modellerin ötesinde asla bilimsel olarak test edilmedi ve soğutucu bir etkisi olan bulut oluşumunun karmaşıklığıyla sarıldı... Geçmişte [güneşin] iklim değişikliklerinden sorumlu olduğunu ve net bir şekilde mevcut ve gelecekteki iklim değişikliklerinde de başrol oynayacağını biliyoruz. Ve ilginç bir şekilde... Güneş aktivitesi yakın zamanda aşağı doğru döngüsüne başladı bile.»

**Chris de Freitas, Jeoloji ve Çevresel Bilim Profesörü, Auckland Üniversitesi:** “Küresel ısınmaya dair kanıtlar vardır... Ama ısınma buna karbon dioksitin sebep olduğunu doğrulamaz. İklim her zaman ısınmakta veya soğumaktadır. Isınmanın doğal değişkenlik teorileri vardır. Buna karbon dioksitin sebep olduğu argümanını desteklemek için kanıtlar insan sebebiyle oluşan ısınma ile doğal ısınmayı ayırt edici nitelikte olmalıdır. Bu henüz yapılmış değildir.”

**David Douglass, Fizik ve Astronomi Profesörü, Rochester Üniversitesi:** “Gözlemlenmiş ısınma kalıbı, yüzey ve atmosferik ısı akımları karşılaştırıldığında, sera gazları ısınmasıyla özdeşleştirilen karakteristik izi göstermez. Kaçınılmaz netice, insan katkısının önemli olmadığı ve karbon dioksit ve diğer sera gazlarındaki gözlemlenmiş artışın iklimsel ısınmaya yalnızca önemsiz seviyede bir katkı sağlayabileceğidir.”

**Don Easterbrook, Emekli Jeoloji Profesörü, Batı Washington Üniversitesi:** “1900’den beri küresel ısınma CO2’nin hiçbir

etkisi olmadan da meydana gelebilirdi. Döngüler geçmişte olduğu gibi devam ederse, mevcut ısınma döngüsü yakın zamanda sona erecek ve küresel dereceler 2035 yılı gibi hafif soğumaya başlayacaktır.”<sup>1</sup>

Yukarıda açıklama yapmış olan ve konu üzerinde uzmanlıkları bulunan dünyanın değişik yerlerinde çalışmalar yapmış bilim insanları “Küresel Isınma-İklim Değişikliği” konusunda insan faktörünün olmadığını ve insan faktörü hususunun ise bilimsel olarak ispat edilemediğinin, bilimsel olarak altını çizmektedirler.

Peki günümüzde küresel alanda dillendirilen iklim değişikliği ve küresel ısınma ile ilgili olarak, neden insan faktörlü bir karbon ayak izinin azaltılması konusunda **projeler üretilmesini teşvik ediyorlar?**

Günümüzde “Küresel Isınma ve İklim Değişikliği” konusunda söylemler ve alınması gereken tedbirler ana başlıklar altında şu şekilde kategorize edilmekte:

**“Yerküre, 18.000 yıl sabit bir ısıda kaldı ve bugün bildiğimiz ekosistemin varlığı bu sayede oluştu. Bildiğimiz sistemlerin tümü bu sabit ısı sayesinde var. Lakin 18.yy’da başlayan sanayi devrimi ile birlikte sadece 200 yıl gibi kısa bir sürede yerkürenin ısısı arttı ve toplamda 1°C ısındı. Fosil yakıt tüketimi ile artan sera gazı emisyonları ve insan eli ile yapılan tüm tahribatların sebep olduğu bu 1°C ısı yükselmesiyle; doğa ölmekte, insanlık dahil birçok varlığı büyük tehlikeler beklemekte.**

**Binlerce yıl tek bir derecede kalan yerküre, her geçen gün daha da ısınırken bu koşullar sürerse önümüzdeki 50 yılda 2°C daha artacak. Bu ısı artışı gerçekten 2°C olursa, yerküre geri dönüşü mümkün olmayan bir yıkımla, insanlık ise şimdiye kadar yüz-**



leştiği en zorlu süreçle yüz yüze kalacak. Yerkürenin “Havale Eşiği” olarak tanımlanan bu ısıya ulaşması engel olmak için ülkemizin de içinde bulunduğu dünya devletleri hep birlikte ortak hareket etmekte. **Dünya devletleri, bu konuda en büyük iş birliğini bir araya gelerek imzaladıkları Paris İklim Anlaşması ile yaptılar. Paris İklim Anlaşmasının belirlediği düzenlemeler, yerkürede ısınmanın 2 °C’nin altında tutulmasını, sınır hedefinde 1,5 °C olmasını öngörüyor.”**<sup>2</sup>

Yukarıdaki manifesto tüm dünyanın ve ülkemizin üzerinde üniversite ölçekli çalışma ve farkındalık oluşturdıkları bir yaklaşım. **Bu yaklaşımda dünyanın 18.000 Yıl sabit bir ısıda kaldığını söylüyor.**

**Gerçekten öyle mi?**

Konuyla alakalı olarak farklı bir araştırmaya göz atmak gerekiyor. **Bu araştırma 1999 yılının Haziran ayında, bilim insanlarından oluşan uluslararası bir ekiple, buzulların en kalın kısımlarının altındaki bir kazı projesini içeriyor. Kazının yapıldığı yer: Vostok, Antarktika.**

Bilim insanları aldıkları buz katmanları ile bizleri, geçmişe doğru, yani **420.000 Yıllık bir yolculuğa çıkardılar.** Dünya tarihinde bu kadar geriye gitmek daha önce hiç mümkün olmamıştı. Bu buz çekirdekleriyle ortaya çıkan bilgiler, Greenland buz katmanlarından alınan ilave verilerle birlikte, **geçmişin iklimlerini anlamak ve bugün dünyamızda olan şeyin doğal döngülerin ötesinde bir şey olup olmadığını belirlemek için güçlü bir anahtar sunuyor.**

**Vostok, Antarktika’da 1999 senesinde yapılan kazı ve yer seçiminin nedeni şuydu: Yüz binlerce yıldır her sene doğal bir süreç dünyanın iklimini “dondurur.” Her sene mevsimler değişip ısı düşerken, dünyanın buz başlıklarının üzerine yeni bir buz tabakası eklenir. Yeni katman donduğunda, bu katman oksijeni, karbon dioksiti ve diğer elementleri muhafaza eder ve donma oluşmadan önce biriken yağmur, kar, mikroskobik yaşam ve tozla birlikte yoğunlaşır. Her senenin birikimi, bir önceki yıl her ne top-**

<sup>1</sup> Bilim insanlarının bu bilimsel değerlendirmeleriyle ilgili ayrıntılı listeyi internet sitesinden okuya bilirsiniz. [http://en.wikipedia.org/wiki/List\\_of\\_scientists\\_opposing\\_the\\_mainstream\\_scientific\\_assessment\\_ofglobal\\_warming](http://en.wikipedia.org/wiki/List_of_scientists_opposing_the_mainstream_scientific_assessment_of_global_warming).

<sup>2</sup> Şubat, 2022 Tarihinde Türkiye Konya’da gerçekleştirilen “İklim Şurası Kongresi”nde +1.5 Derece Gençlik Platformunun tanımladığı “Küresel Isınma ve iklim Değişikliği” manifestosundan.

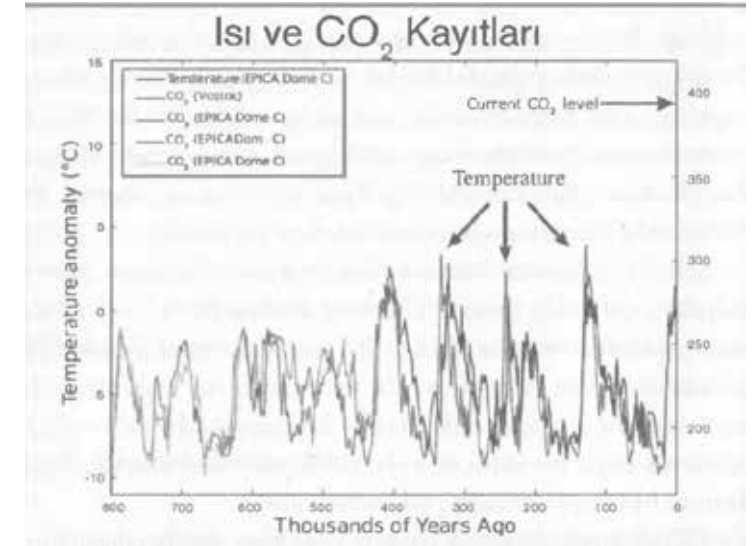
landıysa onları örter ve mühürler, buzun kalınlığını artırırken kalıcı bir katman yaratır. Kutup bölgelerindeki buz donuk kaldığı sürece, gezegenimizin tarihine dair binlerce yıl boyunca üst üste konmuş binlerce katmanlı görsel bir kütüphane haline gelir. Bu tarih bilim insanlarına dünyanın uzak geçmişindeki küresel ısılar, edinilen güneş ışını miktarı, deniz seviyeleri ve buz başlıklarının kalınlığı hakkında ise bilgiler verir. İşte bundan dolayı 1999 senesinde kutuplarda yapılan kazı ve alınan numuneler günümüz için çok önemlidir.

Ayrıca, buradan alınan numuneler bilim insanları tarafından incelendiğinde elde edilen sonuçlar **“bilinen doğruların yanlış”** olduğunu gösterdi. **Yukarıda 18.000 Yıllık değişmeyen bir yerküre ısısından bahseden gençlik manifestosu gibi. Dünyada ısı değişimi 420.000 Yıldır süre gelen bir döngü içerisinde sabit kalmamış, hep değişmiş olduğu 1999 senesinde yapılan bilimsel çalışma ile netleşti.**

Bugün, araştırmacıların Dünyanın geçmişteki iklimi hakkında bilmek istediklerini almak için kullandıkları dört ana veri kaynağı vardır. Kısaca, bu veri tabanları aşağıdaki kuruluşlar tarafından sağlanır:

- 1- **Ulusal İklim Veri Merkezi, Ulusal Okyanus ve Atmosfer İdaresi.**
- 2- **Uzaktan Algılama Sistemleri, Alabama Üniversitesi, Birmingham.**
- 3- **İklim Araştırma Birimi, East Anglia Üniversitesi, İngiltere.**
- 4- **NASA Goddard Uzay Araştırmaları Enstitüsü.**

Dünyamız 420.000 Yıl boyunca ısınıp-soğuyor ise, bu kuruluşlar neden 18.000 Yıldır dünyamızın sabit bir ısıda olduğunu, son 200 Yılda, sanayi devrimi ile birlikte **dünyanın ısındığını savunuyorlar?**



Metan seviyeleri (CH4) ve karbon dioksit seviyeleri (CO2) döngülerinin son 800,000 yıl için karşılaştırması. Antarktika buz çekirdeklerinden alınan bu veri, CO2 seviyelerinin ısıdaki yükselişin gerisinde kaldığını ve ısınmanın sebebi olamayacağını göstermektedir. (Leland McInnes/GNU Free Documentation License.)<sup>3</sup>

Burada üzerinde durulması-düşünülmesi gereken çok önemli bir konu var. **Bu kuruluşlar hangi millete ve hangi devletin çıkarlarına hizmet ettiği. Burası öncelikli düşünülmesi gereken yerdir!**

Bizlere karbon salımı ile birlikte dünyamızın ısındığını söyleyen bu kurumlar, gelecek 50 senede +2 Dereceye çıkan dünyada kuraklık olacağını ve bunun insanların dünyada bırakmış oldukları karbon ayak izi ile sanayi kuruluşlarının atmosfere yaydıkları sera gazının neticesi olduğunu. Bundan dolayı yenilenebilir enerji kaynaklarına geçilmesi gerektiğini, **fosil yakıtların kullanımını azaltıp (Hatta kaldırıp), dünyamızın gereken tüm tedbirlerin alındığında 10-15 sene içerisinde kendini onaracağını-dünyanın sabit ısıda kalacağını savunmaktalar.** Ve en önemlisi ücretlerini kendilerinin ödedikleri bilim insanlarına da bu konuda **“bilimsel içerikli anlaşılması zor”** veriler üretmeleri için fonlayıp beraber çalışmaktalar.

Peki doğrusu ne?

Buradan ilanet söylemek istiyorum!

**Dünyamız ısınmıyor! Hatta +1.5, +2 Derecelere kadar ısınmayacak!**

**Dünyamız 2050 senesinde bir buzul çağına girecek!**

**Yani soğumaya başladık!**



*Bu görsel tutarlı kayıtların başladığı 1880 yılı ile 2010 yılı arasındaki küresel ortalama kara-okyanus ısı değişikliklerini göstermektedir. Dikey çubuklar belirsizlik alanlarını, noktaları birleştiren çizgiler küresel ortalamayı ve düz çizgi beş-yıllık ortalamayı göstermektedir (Görsel hakkı: NASA Goddard Uzay Araştırmaları Enstitüsü).*

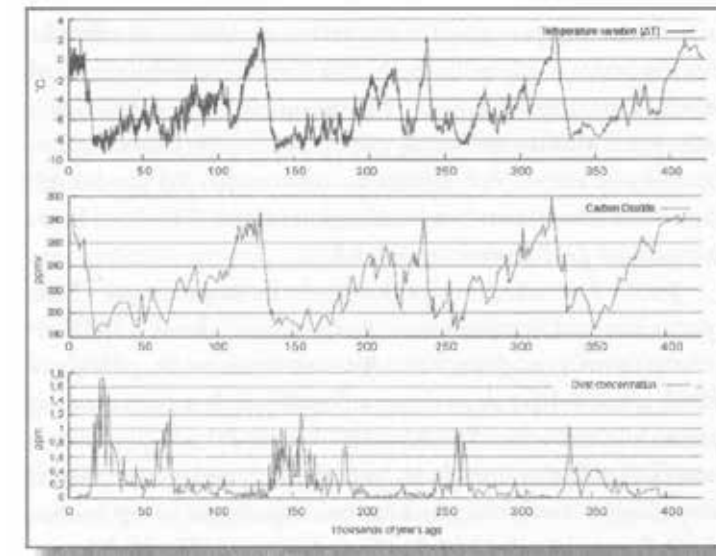
**Bu tespitleri yapan ben değilim. Bu tespitler 1999 senesinde Vostok, Antarktika’da yapılan kazının laboratuvar sonuçları.** Bu sonuçlara göre dünyamız her 100 senelik dilimde ısınıyor ve sonraki 100 senelik dilimde soğumaya başlıyor. **Bizler 20.Yüzyıl başlarında soğuma döngüsüne girdik. Bu döngü 22. Yüzyılın başlarında kendini ısınmaya bırakacak.** Dünyamıza insan yaşam etkeniyle küresel ölçekte mevsimsel değişiklik yapmak, bilimin gösterdiği doğrultuda imkansız bir durum. (Gayri bilimsel)

**Bu 100 Yıllık döngü neden kaynaklanıyor?**

Bilim insanları, yaklaşık 100 Yıllık ısı döngülerinin, Dünya’nın güneş etrafındaki yörüngesinin zaman içinde değişmesiyle meydana geldiğine inanıyorlar. Bu, dış merkezlik adı

verilen doğal bir olay. Bazen gezegenimizin güneş yörüngesinde izlediği rota uzamış bir oval veya elips, bazı zamanlardaysa daha çok bir daire gibi görünür. Bu rota 100 Yıl boyunca değiştikçe, Dünyanın güneşe olan uzaklığı da değişiyor. Bu eğim hareketi bizi güneşten 1.5 derece uzaklaştırır ya da ona 1.5 derece yakınlaştırır. **Son girdiğimiz 100 Yıllık döngüde ise güneşten uzaklaşmaya başladık. Konu bu kadar basit... Üşüyeceğiz!**

Burada açık yüreklilik ile şunu ifade etmek istiyorum. **Dünyamız bizlerin evidir. Ailemiz ile huzur içerisinde yaşadığımız ve çocuklarımıza yaşanabilir bir şekilde emanet edeceğimiz kutsal bir ev.** Bu evi kullanırken, evimize besin sağlayan toprağımızı, bizlerin ve gelecek kuşakların soluyacağı oksijeni sağlayan denizleri ve tabiatı korumak birinci önceliğimiz olmalı. Ama bu koruyacağımız yaşamsal tüm unsurlar, yaşamlarımızı sürdürmüş olduğumuz tükettiğimiz ve kullandığımız karbon ayak izi bırakan diye tarif edilen materyaller, küresel ısınma, sera etkisi, karbon salımına **yok denecek ölçüde etki etmektedir.**



*Antarktika’nın buzul çekirdeklerinde tespit edilen ısıların ritmik yükselme ve düşüşleri, Dünya’nın ısınma ve soğuma döngülerinin en azından son 420,000 yıldır yaklaşık olarak 100,000 yıllık aralıklarla düzenli olarak meydana geldiğini göstermektedir. (Petit/NOAA/GNU Free Documentation License.)*

Burada **“İklim Değişikliği”** konusunda huzurlu bir nefes alıp, asıl tedbir alacağımız konulara odaklanmamız ülke ve millet olarak gereklidir.

Dünyamız ısınmıyor, tam tersine bilimsel veriler ışığında soğuyor ise **“karbon salımının önüne geçme-sera gazı salımının önüne geçme-fosil yakıtların kullanımını azaltma-dünya enerjisinin yenilenebilir enerji kaynaklarından sağlama”** gibi söylemler ve projeler neden medya ve küresel ölçekte ön plana **çıkartılmaktadır?**

Burada büyük resmi yapan ressam, tuvalinin neresine hangi rengi fırçasıyla vuracağını, resmin konusunun ne olacağını, yapmış olduğu resminin senaryosunu yazmış ve oyunculara hangi karakterde olacaklarını söylemektedir.

Açık ifade ile dünya 2050 senesinde Türkiye’nin kuzey bölgeleri de dahil olmak üzere

yoğun bir iklim değişikliği yaşayacaktır. Hatta buradan şimdiden iddia ederim ki İngiltere'nin başkenti Londra sokakları 5 yıl sonra 50 cm karla kaplanacak. Bu iklim değişikliği küresel çapta bir enerji krizine neden olacak. Gelişmiş dünya ülkeleri, son 200 yıl içerisinde 2-3 Milyardan, 7-8 Milyar civarına çıkan dünya nüfusunu yaklaşan soğuma nedeni ile ısıtma-yacağından dolayı, **fasil yakıtlar başta olmak üzere (Petrol-Doğal Gaz-Uranyum) stoklarını arttırmış durumdadır. Bir taraftan dünyaya küresel ısınma başlığı altında enerji kaynaklarının kullanımının kötülüğünü anlatırlarken; diğer taraftan yaklaşan felaket**

**ve kaosa kendi ülkelerini emin kılmak istemektedirler.**

**Burada tefekkür edecek, stratejik düşüncecek zihinlere ihtiyaç vardır.** Dünyamızda küresel ısınma olsa, dünya enerji kaynaklarının kullanımı azalır, hatta talep ve arzı ise düşük seviyelere inerdi. **Son araştırma ve veriler, dünyada fosil yakıtlar başta olmak üzere enerji kaynaklarının, gelişmiş ülkeler tarafından stoklandığı; hatta yaklaşan soğuma verileri nedeni ile gıda stoklarına gidildiğine işaret etmektedir.**



**Tüm bu veriler ışığında Türkiye olarak bizler ne yapmalıyız?**

**Bu makalenin yazıldığı 2022 senesinden 10 yıl sonra ülkemiz hissedilir bir şekilde soğuma iklimine girecek, ısınma için enerji ihtiyacı fazlaşacaktır.** Bundan dolayı son 10 senede yapılan enerji araştırmaları ile Akdeniz ve Karadeniz'de bulunan ve ileriki zaman diliminde ülkemizin ihtiyacına sunulacak olan yeraltı **“Gaz ve Petrollerimiz”** ülkemizin ve milletimizin yaşam teminatı olacaktır. **Milletimiz bu gibi araştırma ve çalışmaları kesinlikle gönülden desteklemelidir.**

Türkiye yönetimi olarak şimdiden tarım politikamıza ülkemizin her ferdine, **“ithal etmeden”** yetecek her türlü gıda üretimini kendisi yapmalı; **tahıllarını stoklamalı, konserve, hatta et ürünlerini dahi konserve haline getirip devlet olarak gelecek zaman dilimine saklamalıdır.**

Bunun nedeni gelecek 10-20 yıl içerisinde Anadolu coğrafyasında yetişen ürünlerin **“soğuk kuraklık”** nedeni ile kıtlığa dönüşecek olmasıdır. **Biraz açık bir ifade ile; domates üretimi için toprağın sıcaklığı (tava gelmesi), ayçiçek, şeker pancarı, pamuk, buğday, arpa, fasulye, fındık, fıstık vs. Tüm toprak ısı dereceleri düşeceğinden, verim azalacak; hatta toprak soğuktan üretmez, verim vermez hale gelecektir.** Ülkemizde seracılık teşvik edilmeli, tarımla istigal eden köylüye şimdiden tüm devlet imkanları sağlanmalı, tam zamanlı ve dört mevsim üretime zorlanmalıdır. Ayrıca denizlerimiz ve tatlı su kaynakları ile nehirlerimiz konusunda yapılacaklar var. **(Burada bu konuya yer vermek istemiyorum, ayrı bir proje ve alınacak tedbir)**



**Ülkemiz, 100 Yıllık bir soğuma sürecine doğru girmektedir.** Bu konuda başta ülkemiz olmak üzere tün Türk Dünyası konu hakkında uyarılmalı, ülkemizin komşuları ile 2050 yılına kadar gıda ve enerji konusunda işbirliği hususunda ülkemiz menfaatine önemli paylaşımlar-ilişkiler kurulmalıdır.

**Bu makaleyi yazma konusunda zihni-me ilham olan yakın arkadaşımın teşekkürleri sunar, tüm dünya insanlarına harflerimin kuvvetini kullanarak seslenip; dünyamızın ısınmadığını, aksine soğumaya başladığını, bu konuda ülkelerini yöneten insanlara gerekli önlemleri almaları gerektiğini anlatmalarını umut ediyorum.**

**Dünyamız 22. Yüzyıldan 23. Yüzyıl arası sıcak olacak. O sıcak günler için bir asır üşümek zorundayız. İlahi irade, 100 Yıllık döngü ve bilim bunu bize haber veriyor...**

**Selâm, Sevgi, Sıhhat İle...**



Cannes Film Festivali'nde yarışacak Boy from Heaven filminin kadrosunda Türk oyuncular Gönül Nagiyeva ve Yunus Albayrak da yer alıyor.

aldığı filmin kadrosunda Türk oyuncular Gönül Nagiyeva ve Yunus Albayrak da bulunuyor.

17-28 Mayıs tarihleri arasında düzenlenecek 75. Cannes Film Festivali'nde Tanık Saleh'in yeni film Boy from Heaven da yarışacak. Fares Fares, Tawfeek Barhom, Mehdi Dehbi, Makram Khoury gibi ünlü oyuncuların rol

Boy from Heaven, Kahire'deki prestijli bir dini üniversitede çıkan siyasi gerilimi anlatıyor. Büyük bölümünün İstanbul'da çekildiği filmde, başarılı oyuncu Gönül Nagiyeva olayların kilit noktası olan bir polisin eşine hayat veriyor.



## **Türk oyuncularında rol aldığı film, Cannes Film Festivali'nde**



Türkiye Kamu-Sen Basın  
Danışmanı  
**Esra Ocaklı YÜCE**

## PANDEMİ SONRASI ULUS DEVLET ANLAYIŞINA YENİLEN KÜRESELLEŞME VE SONRASI

Küreselleşmenin ekonomik, siyasi, sosyal ve kültürel gibi çeşitlilik gösteren boyutları olduğunu biliyoruz. Sanayi devrimi sonrası hızla yükselen küreselleşme ile ulus devlet arasında uzun süredir paradoksal bir ilişki sürdü.

Koronavirüs sonrası tüm dünyada yaşananlar, ezberleri alt üst ederek “yeni normal” döneme hazırlığın başlamasına yol açtı. Bu dönemde devletler sınırlarını kapatmak, uluslararası seyahatleri durdurmak ve ihracatı yasaklamak gibi önlemlere başvurdu. Sağlık sisteminin çökmesini önlemek, virüsün yayılmasına engel olmak için devletler uluslararası boyutu göz ardı ederek ulus devlet anlayışıyla kendilerini koruma yolunu seçtiler. Dünyanın her köşesinden bilim adamları virüsün yok edilmesi için çalışmalara odaklandı. Uzun bir süre sürekli varyasyon değiştiren virüs bilim insanlarını uğraştırdı. Bu gelişmeler ışığında durum kötüleştikçe ve daha çok bilgiye ulaşıldıkça yeni politikalar geliştirildi. Tüm bu süreç boyunca ortaya çıktı ki, küreselleşmenin olumlu etkilerine ve refaha katkılarına rağmen ülkesel çerçevede değişen fırsatlar nedeniyle pandeminin etkileri ülkeden ülkeye

bölgeden bölgeye farklı oldu. Küreselleşme politikaları birçok ülkede ekonomik büyümeyi artırma eğiliminde olsa da ülkeler arasında büyüme asla eşit olmadı. Refah seviyesi yüksek ülkeler geliştirmekte olan ülkelere nazaran daha çok fayda sağladığı bir gerçektir. Küreselleşme, ürünlerin tedarik zincirlerini yahut dağıtımlarını değişik ülkelerde işletmek için kurulan donanımlı şirketlere her zaman avantaj sağlamıştır. Bir ülkenin ekonomisi zarar görmeye başlarsa bu aynı anda birçok ülkeyi etkileyebilecek ve dünya çapında bir ekonomik krize sebep olacak ve domino etkisi yaratacak bir reaksiyonu

başlatabilir. Ülkelerin ekonomik sistemleri birbirine bağımlı olduğu için de küresel bir durgunluk baş gösterir. Bu durumu pandemi döneminde yaşayarak görmüş olduk. Ardından ülkelerin kucağına kocaman bir işsizlik sancısını bırakan küreselleşme, az gelişmiş ve geliştirmekte olan ülkeleri hazırlıksız yakaladı.

1789 Fransız Devrimi sonrasında tüm dünyada yayılan ulus devlet, ülkelerin dış müdahalesi olmaksızın kendi topraklarını yönetme hakkını elinde tutan devletlerin egemenliği ilkesini benimser. Küreselleşmenin 1990’lardan bu yana etkisini artırmasıyla ulus devletlerin güçlerinin ve otoritelerinin bir kısmını yitirip yitirmedikleri konusunda akademik çalışmalar yaşanmaktadır. Pek çok bilim insanı çağdaş ulus devletlerin politikaları uygulama ve kendi sınırları içinde sosyal uyumu sürdürme kapasitelerinde eşi görülmemiş zorluklarla karşı karşıya olduğunu ileri sürmektedir.(alıntı; kitap Değişen Dünyada Küreselleşme ve Ulus Devlet syf. 123)

Tüm bu gelişmeler ışığında görülmüştür ki, küreselleşme ekonomik, sosyal ve politik sıkıntıların olduğu bir çağda, ihtiyaçları ve talepleri karşılamak için yetersiz kalmakta hatta kıtlığa neden olacak gelişmelere ne-

den olmaktadır. Covid-19 sonrası ortaya çıkacak normalleşme sürecinde devletlerin mücadele etmek zorunda kalacağı ekonomik, siyasi ve sosyal krizler çıkacaktır. Küreselleşme kavramı sorgulanır hale gelerek, ulus devletler yeniden sorunların çaresi gibi görülmeye başlanmıştır. Küreselleşmenin mesafeleri kısaltarak malların, hizmetlerin, sermayenin, bilginin, verilerin paylaşımına katkısı olsa da, devletlerin birbirlerine bağımlılığı noktasında sorun yarattığı gerçeği anlaşılmıştır. Covid-19 pandemisinin dünya sisteminde büyük kırılmalara neden olması büyük önem taşımaktadır.

**ULUSAL VE İDEOLOJİK SINIRLARI TANIMAYAN COVID -19 SALGINI SİYASİ SİSTEMLERE GÖRE ETKİSİNİ DEĞİŞTİRMEYEN BİR SORUN OLARAK KARŞIMIZA ÇIKMAKTADIR. BUNUNLA BİRLİKTE ULUSAL SINIRLARI AŞAN PANDEMİ KRİZİ ULUSAL ÖNLEMLERLE KONTROL ALTINA ALINMAYA ÇALIŞILMIŞTIR.**

Pandemi sırasında alınan siyasi ve ekonomik önlemlerin ulus devleti yeniden yükseletmiştir. Serbest piyasa ekonomisi ulus devlete karşı en etkin olduğu ülkelerde dahi gücünü kaybederek, ülkeleri yeniden kendi içinde güçlü devlet olma yönelimlerine eğilmelerine neden olmuştur. Unutulmaması gereken şudur ki; pandemi gibi tüm dünyayı etkisi altına alacak bir durum, devletlerin kendi içinde alacakları önlemlerle birlikte, küresel bazda yapılacak çalışmaların harmonlanmasıyla bertaraf edilebilecektir. “Ulusal” ve “küresel” iç içe geçerek kriz aşılabilmektedir. Dünya Sağlık Örgütü gibi uluslararası kuruluşların çizdiği yönergeler bu dönemde ulus devletler tarafından uygulanmak zorunda kalmıştır. Geliştirilen aşılardan yayılmasıyla birlikte salgından kurtulduğumuz düşünülürse, ulus ötesi çalışmaların ulusal çalışmaların faydasının görülmesinde etkili olduğu gerçeği ortaya çıkacaktır.





Evlilik ve İlişki  
Danışmanı  
**Sevgi KELEŞ**

## EVLİLİKLERİ GÜÇLENDİRMEK İÇİN *Öneriler*

Evlilik süreci, her dönemde kendi içinde iyi ve kötü zamanları bulundururken; pandemi koşullarının uzaması ile birlikte bu durumdan oldukça etkilendi. Aile, iş hayatı gibi gündelik yaşamdaki tüm ilişkilerde olduğu gibi evlilik hayatında da inişler çıkışlar olması normal kabul edilir. Tüm koşullar altında evliliğini korumak ve güçlendirmek isteyenlere yönelik; Evlilik ve İlişki Danışmanı Sevgi Keleş önerilerde bulundu.

Evlilik iki kişinin bir olma sürecidir. Çiftler, ben olmaktan biz olmaya doğru giden serüvende çeşitli deneyimler, engeller ve farklı bir çok gündemle karşı karşıya kalır. Her ilişkide olduğu gibi evlilik de kendi içinde zamanla evrilmeye başlar. Evlenirken olan hisler, davranışlar zamanla boyut değiştirebilir. Evliliklerinde çeşitli sebeplerden dolayı tehlike çanları çalmaya başlayan çiftlere yönelik Evlilik ve İlişki Danışmanı Sevgi Keleş'in işte önerileri:

### **Günün değerlendirmesi birlikte yapılmalı**

Çiftler gün bitiminde nasıl bir gün geçirdiklerine dair izlenimlerini, yorumlarını birbirlerine en az 20 dakika ayırarak yapma-

lı. Bu süreyi eşler konuşma sırası kendilerine geldiğinde ne söyleyeceklerini düşünerek değil, eşlerini gerçekten anlamaya çalışarak, dinleyerek geçirmeli. Günü eşin gözünden yorumlamak ona kendisini anlaşılmış ve pozitif hissettirecektir.

### **Çiftler birlikte geçirecekleri zamanları planlamalı**

İş yoğunluğu, günlük koşturmalar gibi çeşitli sebeplerle eşler birlikte geçirecekleri zamanları erteleyebiliyor veya hızlıca geçiştirebiliyorlar. Bu sebeple çiftlere birlikte geçirecekleri zamanları önceden planlamalarını ve görüşme süresini özenli, duyguları rahatça ifade etmeye yetecek şekilde belirlemelerini öneriyorum. Yüz yüze veya telefon görüşmesi sonrasında sevgi sözcükleri ile görüşmeyi bitirmek, eşlere kendilerini değerli ve sevgi dolu hissettirecektir.

### **Eşler arasında temas kesilmemeli**

Yapılan araştırmalar evliliğinde kriz yaşayan çiftlerin büyük bir çoğunluğunun temas sıklığının azalmış çiftler olduğunu gösteriyor. Eşimiz ile temas etmek tüm temsil sistemimizi aktive eder ve hem beden hem ruh olarak kendimizi bütünleşmiş his-

sederiz. Dokunmak ilişkileri besleyecektir. Bu temas sadece cinsellik olarak algılanmamalı, gündelik bir örnek olarak televizyon kumandasını elden ele verirken bile el ele tutuşulabilir, romantik anlar oluşturulabilir.

### **İlişkilerde kriz yönetimi önemli**

Her ilişkide tartışma ve fikir ayrılıkları vardır. Burada önemli olan kişilerin negatif durumlara karşı verdiği reaksiyonlardır. İletişim kazalarının bir çoğu kişilerin kendilerini doğru ifade edememesiyle ilgilidir. Öfkelendiğimizde, strese girdiğimizde beden dilimiz, ses tonumuz değişiklik gösterir. Bu sebeple tartışma anında hemen cevap vermek yerine biraz zaman istemek, sakinleşmek ve doğru kelimeleri seçmek önemlidir. Çünkü kriz doğru yönetilemediğinde ve sinirlilik halinde istenmeyen sözler sarfedilebilir ve ilişkilerde geri dönüşü zor olan bir aşamaya gelinebilir.

### **Evlilik uzun bir yolculuktur**

Evliliğe çeşitli tecrübelerin yaşandığı, inişlerin çıkışların olduğu uzun bir yolculuk olarak bakılabilir. Bu yolculuğu en konforlu hale getirenler ise birbirlerine karşı sevgi ve saygıyı kaybetmeyenlerdir. Karşılıklı yapılan küçük hatalara karşı hoş görülmesi olabilmek, ilişkileri bir çok negatiftan koruyacaktır. Hayatın bir bölümünde örneğin hukuki bir süreç yönetirken bir avukattan destek alındığı gibi evlilik yaşantısı için de aile terapistleri, aile danışmanları ve evlilik danışmanlarından destek alınabilir.

Sevgi Keleş, evliliklerini güçlendirmek isteyenlere verdiği önerilerine ek olarak şu örnek ile sözlerini tamamladı. Evlendiğiniz an elinize bir bardak su aldığınızı düşünün ve her tartışma, her uzaklaşma, her negatfin bu suyu azalttığını unutmayın. Suyu daha çok çoğaltmak için formül ise anlamak, sevmek ve ilişkinin neşesini keşfetmektir.



# Yerli ve milli silah sanayisinin temellerini atan isim: **Nuri Killigil Paşa**

*Kurtuluş Savaşı döneminde Erzurum'da tamirhane ve fabrikalarda çalışıp ele geçirilen silah ve malzemeyi kullanılır hale getiren, daha sonra kurduğu fabrikada top, havan, uçaksavar mermi ve tapaların yanı sıra uçak bombaları imal eden Nuri (Killigil) Paşa, özel sektör olarak yerli harp sanayisinin gelişmesine ve Türk ordusunun ateş gücünün artırılmasına katkı sağlayan ilk girişimcilerden biri olarak biliniyor.*



Enver Paşa'nın kardeşi, Kut'ül Amare Zaferi fatihi Halil (Kut) Paşa'nın da yeğeni olan Nuri Paşa, Harp Okulu mezuniyetinin ardından Trablusgarp'ta, Balkan Savaşları'nda bulundu. I. Dünya Savaşı'nda Enver Paşa tarafından yerli halkı teşkilatlandırarak İtalyan ve

İngilizlere karşı savaşmak üzere Trablusgarp'a tekrar gönderilen Nuri Paşa, başarılarından dolayı 1918'de 28 yaşındayken yarbay rütbesine terfi ettirildi.

Nuri Killigil (veya Nuri Paşa) (1889, İstanbul

- 2 Mart 1949, İstanbul), Osmanlı Ordusu komutanı ve cumhuriyet döneminde tüccâr, yatırımcı ve sanâyici.



Enver Paşa'nın kardeşi olan Nuri Killigil, I. Dünya Savaşı'nın sonlarında Azerbaycan'a hakim olan Rus ve Ermeni birliklerinin Mart Olayları adı ile anılan Müslüman katliamları yapmaları üzerine, Kafkas İslam Ordusu adında Osmanlı, Azeri ve Dağıstan askerlerinden oluşan bir ordu ile Azerbaycan'ı işgalden kurtarma harekâtı başlattı.

Bu ordunun önünü kesmek ve Azerbaycan'ı kontrol eden Rus ve Ermeni birliklerine yardım etmek için İngilizler Bakü'ye küçük bir kuvvet yollamışlardı. Fakat Nuri Paşa'nın komutasındaki Kafkas İslam Ordusu'nun Azerbaycan genelinde büyük destek bulup güçlenmesi üzerine Bakü Muharebesi'nde yenilip buradan çekildiler. 15 Eylül 1918'de Bakü'nün kurtarılmasından sonra ekim ayında bir Osmanlı müfrezesi Dağıstan'a geçerek orayı da Rus işgalinden kurtardı.

Ne var ki, Suriye cephesinde, Liman von Sanders komutasındaki Osmanlı Yıldırım Ordular Grubu'nun, Edmund Allenby komutasındaki İngiliz ordusu karşısında Nablus Hezimetine uğraması sonucu Mondros Mütarekesi yapıldı. Mütârekenin ardından, Enver Paşa ülkeyi terk etti. Türkiye, Moskova Antlaşması ile Azerbaycan'ı Sovyetler Birliği'ne terk etmesi üzerine Kafkas İslâm Ordu-

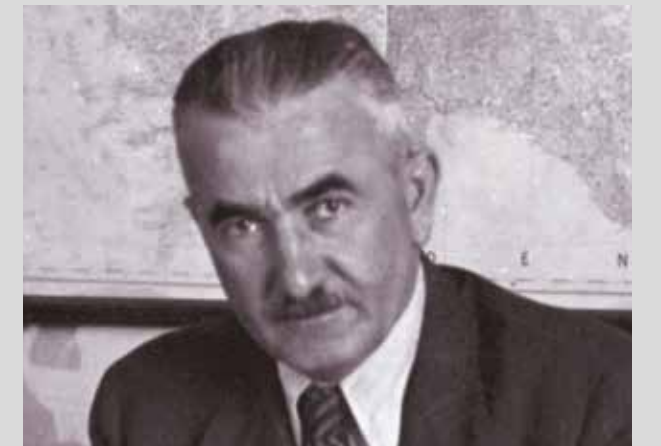
su da dağıldı.

Savaşın sonra Almanya'da yaşayan Nuri Killigil, 1938 yılında Türkiye'ye döndü ve Zeytinburnu'nda kok kömürü satan bir şirketi satın alıp burayı bir madeni eşya fabrikasına dönüştürdü. Bu fabrikada tabanca, matara, demir çubuk, gaz maskesi ve mermi üretmeye başladı.

Daha sonra Killigil fabrikasını genişleterek 1946'da[1] Söğütözü'ne taşıdı, yeni motor ve makinelerle havan ve havan mermisi üretimine de başladı. Bir süre sonra fabrikanın silah üretmeyeceğini beyan etti. Fakat üretim gizlice devam etti.

2 Mart 1949 günü saat 17.10'da fabrikada faili meçhul peş peşe üç büyük patlama meydana geldi. İlk patlama kimyahanede olmuştu. Oradan cephane deposuna sıçrayan ateş, mühimmatın patlamasına yol açmış, ertesi gün bile duman ve patlamalar devam etmişti. Barut kokusu, Galata köprüsünden hissedilmekteydi. Fabrika çevresi, kordon altına alındı. İçişleri bakanı, Ankara'dan gelerek tahkikatla bizzat ilgilendi.

Aralarında Nuri Killigil'in de bulunduğu 27 kişi bu patlamada hayatlarını kaybetti. Nuri Killigil'in cesedi bulunamadı ve boş tabutla defnedildi. Patlamanın kimler tarafından gerçekleştirildiği ise meçhul kaldı. Olayın siyasi bir sabotaj olduğu da iddia edildi.



# Lübnan'da bir Türk köyü: **Kavaşra**

“Osmanlı Devleti tarafından yaklaşık 400 yıl önce hac yolunu korumak üzere Türkmenlerin yerleştirildiği Lübnan'ın kuzeyindeki Kavaşra köyünde Türk kültürleri yaşatılmaya ve Türkçe konuşulmaya devam ediyor.”



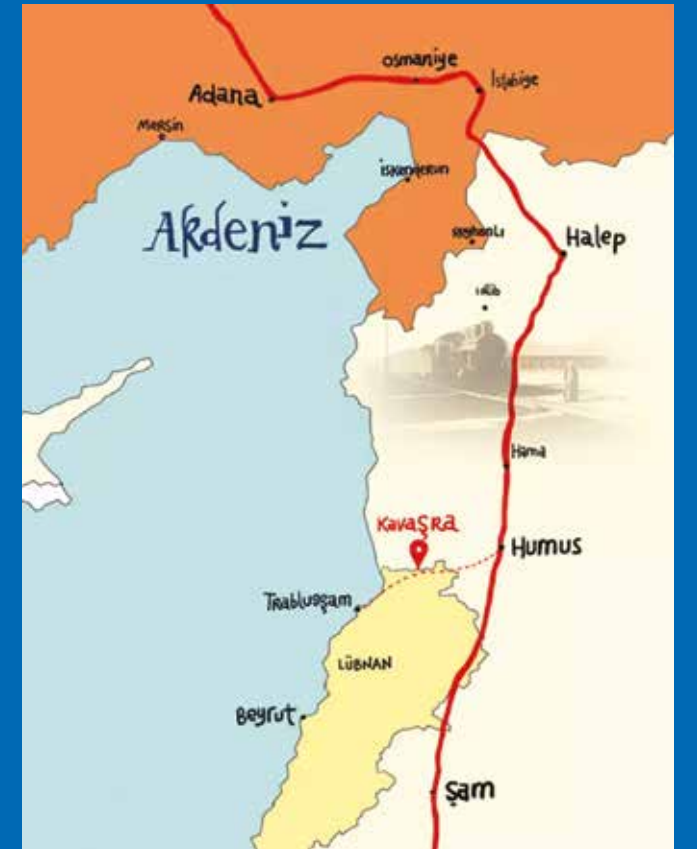
“Osmanlı Devleti'nin 1917'de bölgeden çekilmesine rağmen Türkiye'yle bağlantısını koparmayan, ülkenin kuzeyindeki Akkar bölgesine bağlı köyde yaklaşık 3 bin kişi ikamet ediyor. Türk bayraklarıyla süslü Kavaşra köyü sakinlerinin Türkiye'ye ve kökenlerine bağlılığı bir asır sonra daha da artmış görünüyor.”

Ülkenin ikinci büyük kenti Trablusşam, sadece Lübnan değil, tarih boyunca pek çok medeniyet için önemli bir merkezdi. Antik Çağ'da Fenikeliler, Persler, Romalılar, Araplar, Haçlılar ve Memlukların idaresinde kaldıktan sonra şehir 1516'da Yavuz Sultan Selim'in Mısır seferi sırasında Osmanlı topraklarına katıldı. Osmanlı devleti sınırları içerisinde Trablus ismini taşıyan iki şehir olduğundan Lübnan'daki bu şehre Trablusşam, daha sonra Libya da fethedilince Kuzey Afrika'dakine Trablusgarp ismi verildi. Lübnan'daki bölge bir sancak haline getirildi. Ancak idaresi zordu... Özellikle kuzey bölgelerinde sık sık çatışmalar çıkıyordu. Bunun üzerine Osmanlı devleti Trablusşam'a 10 Türkmen aileden oluşan bir heyet gönderdi. Aileler Trablusşam'ın kuzeyinde üç köy kurdular. Bunlardan biri de Kavaşra Köyüydü.

## Biz Türküz, Türkmeniz. Burada köylerimiz var

Aradan 400 yıl geçti. Birinci Dünya Savaşı'nda ağır yenilgiler alan Osmanlı İmparatorluğu bölgeden çekilmek zorunda kaldı. Trablusşam, 1918'de Fransızların idaresine girdi. Ardından 1946'da da Lübnan'ın bir şehri haline geldi. Bu esnada nüfusları 2 bin kişiye ulaşan Türkmenlerin Kavaşra Köyü önemini yitirdi. Lübnan'ın en kuzeyinde, Suriye'ye birkaç kilometre uzaklıkta bir sınır köyü olarak kaldı. Ancak Türk hâkimiyeti gideli çok olsa da köylüler, Türkçe konuşmaktan, Türk âdet ve gelenekleriyle yaşamaktan vazgeçmedi. Anavatan Türkiye'ye hep özlem duydu.

(Kaynak: AA-Hürriyet.com.tr)





**ILO TARAFINDAN  
DÜZENLENEN ÇALIŞMA  
HAYATINDA KADINA  
YÖNELİK ŞİDDETİN  
ÖNLENMESİ  
FORUMUNA KATILDIK**



## ILO Türkiye Ofisi “Çalışma Yaşamında Kadına Yönelik Şiddetin Önlenmesi” için Deneyim Paylaşım Forumu düzenledi.

Aralarında Türkiye Kamu-Sen’in de olduğu sivil toplum kuruluşları ve sendikaların temsilcileri komuyla ilgili çalışmalarını hybrid biçimde organize edilen toplantıda paylaştı. Forumun açılış konuşmasını ILO Türkiye Direktörü Numan Özcan gerçekleştirdi. Daha sonra Türkiye Kadın Dernekleri Federasyonu Başkanı Canan Güllü moderatörlüğünde, taraflar sunumlarını yaptı.

Konfederasyonumuz adına Kadın Komisyon Başkanımız Leyla Polat konuşma yaptı. “Kadın ve erkek olarak farklı yaratılmış olsak da kişilere yüklenen görev ve rol olarak mümkün olduğunca eşitlikçi bir toplumsal kültür oluşturulması çabasıındayız. Bunun da ancak kadın erkek fırsat eşitliğinin, eğiti-

min ve öğretimin her kademesinde verilecek mümkün olacağına inanıyoruz” diyerek açıklamasına başlayan Leyla Polat şunları ifade etti:

“Tüm çalışanların iş güvencesinin devletin teminatı altında olmasını talep ediyoruz. Güvencesiz çalışma, kadınlarımızı hep bir tehdit altında tutmakta, işten çıkartmada öncelik kadınlarda olmaktadır.

- Kreş, hasta ve engelli ve yaşlı bakım hizmetlerinin profesyonelce sunulacağı bakım ve rehabilitasyon merkezlerinin yaygınlaştırılması,

- Kurumlarda psikolojik rehberlik biriminin kurulması,

- Psikoloji ve fiziki tacizin önlenmesi için kurumların disiplin yönetmeliklerinde caydırıcı hükümlere yer verilmesi, Konfederasyonumuza bağlı sendikalarımı-

zın yaptığı bazı çalışmalardan örnek vermek istiyorum.

Konfederasyonumuza bağlı Türk Eğitim-Sen “Eğitim Çalışanlarını Anlama Anketi” adı altında 2021 yılında düzenlediği anket çalışmasında eğitim çalışanları için şiddet bulgularını gün yüzüne çıkardı.

Buna göre; Katılımcıların %27,7’si meslek hayatlarında en az bir defa şiddete maruz kaldığını ifade etmiştir. Meslek hayatında en az bir kere şiddete maruz kalmış katılımcıların %51,5’i veliler, % 27,1’i il/ilçe okul yöneticisi, %16,1’i öğrenci, %4,1’i meslektaşı olan öğretmen, %1,1’i de hizmetli, memur tarafından şiddete maruz kaldığını ifade etmiştir.

En çok maruz kaldıkları şiddet türünün ise sözlü şiddet (%58,5) olduğu ortaya çıkmıştır. Bunu %21,2 ile psikolojik şiddet, %20 ile fiziksel şiddet, %0,3 ile cinsel şiddet takip etmektedir. Konfederasyonumuza bağlı Türk Sağlık-Sen tarafından 2020 yılında gerçekleştirilen “Sağlık Çalışanlarının Memnuniyeti” Anketine toplam 1131 kişi katılmıştır.

Sağlık Çalışanlarının Yüzde 55’i Son Bir Yılda Şiddete Uğramış Ankete katılan sağlık çalışanlarına yöneltilen “Son bir yıl içerisinde fiziksel veya sözlü şiddete maruz kaldınız mı?” sorusuna çalışanların yüzde 55,3’ü son 1 yılda sözlü veya fiziksel şiddete maruz kaldığını belirtmiştir.



Kadın çalışanların yüzde 67,2'si, erkek çalışanların ise yüzde 50,2'si son 1 yılda sözlü veya fiziksel şiddete maruz kaldığını belirtmiştir. Yüzde 78,5'ine Göre Yapılan Çalışmalar Şiddeti Önlemez düşüncesinde.

Çalışanların Yüzde 69'u Mobbing Mağduru Ankette İdareciler veya çalışma arkadaşlarınız tarafından maruz kaldınız mı? sorusuna ise çalışanların yüzde 69'u evet yanıtını vermiştir. Kadın çalışanların yüzde 77,5'i, erkek çalışanların ise yüzde 65,3'ü idareciler veya çalışma arkadaşları tarafından mobbinge maruz kaldığını belirtmiştir.

Bunun gibi sorunlarımız devam etmekteyken, dijital çağ o kadar hızlı hareket etmekte ki Türkiye Kamu-Sen olarak 2019'da Geleekten geleceğe çalışma hayatı endüstri 4.0 panelinde dijitalleşmenin çalışma hayatına etkisini dile getirerek çalışma hayatında neler olabileceği anlatıldı. Hemen arkasından pandemi baş gösterdiğinde dijital çağın önemi çok çabuk anlaşıldı. Ancak kadınlarımız üzerindeki etkisini 23 Şubat 2022 tarihinde gerçekleştirdiğimiz Kadın Çalıştay'ının 10 maddelik sonuç bildirgesinin birkaç maddesini sizinle paylaşmak istiyorum.

- Önümüzdeki dönemde kız çocuklarının eğitim seviyelerinin ve kadınların işgücüne katılım oranlarının yükseltilmesi, çalışma yaşamında daha fazla kadın yöneticiye yer verilmesi, eğitim sisteminin yeni üretim metotlarına entegrasyonu, hukukî altyapının geleceğe dönük olarak revizyonu, kadına yönelik yeni istihdam programlarının oluşturulması, yeni örgütlenme modellerinin geliştirilmesi, farklı aksiyon planlarının belirlenmesi, yeni sosyal politika önerileri, insan odaklı bir istihdam piyasasının inşa edilmesi, yok olacak mesleklerle yeni ortaya çıkacak mesleklerin, yeni imkânların araştırılması, yapay zekânın toplumsal yapı

üzerinde yaratacağı etkinin hesap edilmesi, kamu yönetimi ve kamu hizmetlerinin geleceğinin tespit edilmesi

- Yakın gelecekte istihdam sistemi dışında kalması öngörülen iş/meslek sahiplerinin yeni ortaya çıkacak işler hakkında bilgilendirilmesi, sertifikasyon programlarıyla yetkinliklerinin artırılması,

- Endüstri 4.0'ın beraberinde getireceği değişim ve dönüşümler doğrultusunda, işgücü piyasasında ortaya çıkması ya da şiddetini arttırması muhtemel kutuplaşmaların (vasıflı-vasıfsız işgücü, düşük gelirli-yüksek gelirli işgücü, kadın-erkek işgücü vb.) ve bunların yaratacağı etkinin öngörülmesi ve önlenmesi için tedbirlerin belirlenmesi,

- İşçi sendikalarında olduğu gibi memur sendikalarında da kadın komisyon üyelerinin idari izinli sayılmasını talep ediyoruz.“

Kadına yönelik şiddetin önlenmesi amacıyla kurulan forum, tüm katılımcılar görüşlerini açıkladıktan sonra sona erdi.

