



GÜNEY
EĞİTİM
VAKFI

GÜNEY KÜLTÜR

TAM



YILDIR



**HERKES İÇİN EĞİTİMİ
SİZİNLE YAŞATIYORUZ...**

ERA

K O L E J İ

MEB
RUHSATLI
Devlet Destekli
Temel Lise

En güzel başlangıçlar için

Ben sıramı
KAPTIM

Ersan Altıok Temel Lisesi'yle

Turgut Özal Güzelyalı'da

 facebook.com/eraegitim

232 0 ERA (372)

21 yıldır ilk günkü heyecanımızla çalışıyor ve
yarınların toplum liderlerine destek oluyoruz.



Tüm eğitim gönüllülerine,
Teşekkürler...

İÇİNDEKİLER



**BAŞKANIN
MESAJI**
Mustafa Toprak



**13. GELENEKSEL
BAHAR ŞENLİĞİMİZ**



**ERASMUS
PROGRAMI
HAKKINDA**



**GEV
KADINLAR KOLU
FAALİYETLERİ**



**SİGARAYI
BIRAKMA
SÜRECİ**
Dr.Sezen Küçükaltun



**GEV
GENÇLİK KOLU
FAALİYETLERİ**



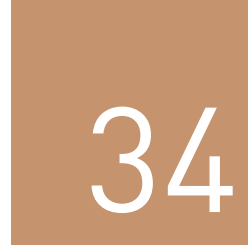
**ALİ HAYDAR
BOZKURT İLE
GÜNDEME DAİR
SÖYLEŞİ**



**GEV
MEZUNLAR KOLU
FAALİYETLERİ**



**BURSIYERLERİMİZDEN
HAYİRSEVERLERE
ZİYARET**



**İÇİMİZDEN BİRİ
KÖŞESİ**
Sefa Noyaner



**Metabolik (Diabet-Şeker
Hastalığı) ve Bariyatrik
(Obesite-Şişmanlık)
Cerrahi nedir? Kimlere
uygulanmalıdır?**
Prof.Dr. Cem Kaan Parsak



**SEVGİYE
UZANAN
ELLER**



**EĞİTİMDE
YENİ YÖNTEMLER
VE TÜRKİYE**



**BURSIYERLERİMİZİN
İNGİLİZCE KURSU
EĞİTİMİ**



Güney Eğitim Vakfı adına sahibi

Mustafa TOPRAK

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü

Şadi ALYENİ

Erhan ÖZMAY

Genel Yayın Yönetmeni

Selda TOPRAK

Yayın Kurulu

Dr. Hasan Boğa

Dr. Gökhan Morgül

Av. Ata Karazincir

Evren Boğa

Bülent Gizir

Zühal Güran

Yazıların sorumluluğu yazarlarına aittir. Gönderilen yazı geri verilmez. Yayınlanan yazılara ücret ödenmez. Dergimiz gelen yazıları, kısaltma ve düzeltme hakkına sahiptir.

Tel.: (0.322) 454 40 25

(0.322) 453 61 82

Faks.: (0.322) 457 25 67

Yönetim ve yazışma adresimiz:

GÜNEY KÜLTÜR

Cemalpaşa Mh. Bahar Cad. No:30
Karakaş Apt. Asma Kat Daire: 2
Seyhan / ADANA

GÜNEY KÜLTÜR'de yayınlanan yazı ve fotoğraflar kaynak gösterilerek yayınlanabilir.

Tasarım: Fatih Yılmaz

Baskı: Sezen Ofset Matbaacılık

Tel.: (0.322) 351 86 09

Faks.: (0.322) 359 53 33

Saygıdeğer Güney Eğitim Vakfı gönüllüleri,

Yazıma, geçtiğimiz süreçte yaşamlarını kaybeden tüm asker, polis ve sivil şehitlerimize Allah 'tan rahmet, ailelerine başsağlığı dileyerek başlıyorum.

Vakfımızın kuruluş temelinde Türkiye Cumhuriyeti'ne bağlılık, Atatürk ilkelerine bağlılık, çağdaş bilime inanma ve evrensel değerlere saygı vardır.

Zaman sürekli Atatürk 'ü hatırlatıyor ve O'nun dehasını anmamıza neden oluyor. " Yurtta sulh , Cihan'da sulh " sözü birçok sorunumuzun çözümüdür. Her etkinliğimiz bir öncekinden hem içerik hem katılım yönünden daha güçlü oluyor. Adana Atlı Spor Kulübü'nde yapılan bahar şenliğimiz ikibin kişiye yakın rekor katılımı ve coşkuyla yaşandı.

Gençlik kolumuz öncülüğünde 30 Ağustos'ta öğrencilerimiz ve yeni mezunlarımızla birlikte düzenlediğimiz Eskişehir gezimiz tanışma, yardımlaşma, genel kültürü geliştirme amacına ulaşmıştır.Gençlik kolumuza ilgi her geçen yıl artıyor. Etkinlik projeleri yönetim kurulumuz ve kadınlar kolumuzun desteği ile hayata geçiyor. Bu vesileyle öğrencilerimiz Gizem Ortaçbayram, Halil Çevrim ve Derya Cengiz 'e ve emeği geçen tüm öğrencilerimize teşekkür ederim.

Mezunlar kolumuz tekrar canlanıyor. Bu defa çok katılımlı, kararlı,ve programlı bir çalışma ortaya konuyor. Tüm mezunlarımızın vakfımızla tekrar ilişkilerinin sağlanması başta olmak üzere birçok projede başarılı olacaklarına inanıyoruz. Mezunlar kolu başkanlarımız Gökhan Morgül ve Refika Akkapulu'ya teşekkür ederim.

Sevgili öğrencilerimiz; vakıfla tanışmamın 10. yılında vakfa yaptığım katkıların verdiğim zaman ve enerjinin zerresinden pişman değilim.Vakıf yaşamımın çok yararlı ve anlamlı olduğunu düşünüyorum.

Bu dönem yönetim kurulumuz daha öncekiler gibi farklı, güçlü yönlerini ve profesyonel birikimlerini cömertçe vakfımıza sunmuşlardır. Ortak çalışma ve uyumlu organizasyon sayesinde büyüme ivmesi kalite ve kantite artışına sebep olmuştur. Değerli çalışma arkadaşlarım Şahdi Alyeni, Zühal Güran, Süreyya Çiçektakan, Bülent Gizir, Hasan Boğa, Semih Karademir, Gökhan Morgül, Evren Boğa, Ata Karazincir'e teşekkür ederim.

Vakfımızı kurup geliştiren tüm yöneticilerimize, kadınlar kolunda emeği geçen saygıdeğer hanımefendiler başkan Selda Toprak, Nurhan Alyeni, Filiz Değişmez, Yeliz Keskin, Vildan Altınkaya, Figen Ardic, Şükran Kalaycıoğlu, Zeynep Acımuş, Nalan Zereyak, Fatma Özgentürk, Çiğdem Altıok, Gülnaz Alsancak, Melek Barbaros, Sezer Hür, Nermin Güney, Zühal Uğurlu, Süheyla Gül Oflazoğlu, Özlem Boğa, Rezzan Mercimek, Zühal Uğurlu ve Müberra Zöhre 'ye tüm camiamız adına şükranlarımızı bildiririm.

Vakıf müdürümüz Sayın Erhan Özmay ve yardımcıları Murat Bayık, Mahmut Canoğulları ve Müyeser Mumcuoğulları'na teşekkür eder, başarılar dilerim.

Sağlıkla, barışla, huzurla kalın.



Saygılarımla,
Mustafa Toprak



.gel

*30. Yılımızda da
Kalitemizle Farklıyız*



SEPAS
PLASTİK A.Ş.

sepasplastik.com.tr



13. GELENEKSEL BAHAR ŞENLİĞİMİZ YİNE MUHTEŞEMDİ!

Bu yıl 13. sünü düzenlediğimiz Güney Eğitim Vakfı Bahar Şenliği Atlı Spor Kulübü'nde muhteşem bir katılımı kutladık.

Uzun süren çalışmalarımız sonucunda bir bahar şenliğimizi daha coşku ve eğlence dolu bir şekilde geçirdik. Çalışmalarımızın ve emeğimizin karşılığını en güzel şekilde aldık.

Sımsıcak bir atmosferde, yoğun ilgi ve katılımcıların olduğu dopdolu bir şenlik geçirdik. Misafirlerimiz tam anlamıyla şenlik yaşadı. Şenlik günü geldiğinde vakfımız yönetim kurulu üyeleri, personellerimiz, kadınlar kolunun gönüllü melekleri ve çalışkan öğrencilerimiz sabahın erken saatlerinde büyük bir heves ve heyecanla tesiste yerlerini aldı. Stantlar kuruldu. Belediyenin desteğiyle sandalyeler, çadırlar dizildi. Kadın kollarının meleklerinin aylarca süren çalışmalarının sonucu olan havlu, masa örtüleri, sabunlar,





çarşaf ve önlükleri standlara özenle yerleştirirken aynı zamanda birbirinden lezzetli yiyecekler standları doldurdu. Çaylar demlendi, Türk kahveleri pişirildi.

Şenlik havası hemen hissedilmeye başlandı gerçekten görülmeye değerdi... Çocuklar eğlensin diye halat çekme, yumurta taşıma, voleybol-basketbol yarışmaları, resim ve yüz boyama etkinlikleri düzenlenirken büyükler içinde tavl turnuvaları ve canlı müzik dinletileriyle misafirlerimizi pistten indirmedik.

Şenliğe katılımın çok fazla olacağına inandığımızdan yarışmalar sonucu verilecek olan madalyaları diğer senelere oranla arttırdık fakat,





düşündüğümüzden daha çok katılımın olması ve madalyaların tamamının tükenmesi bize seneye katılımın daha fazla olacağını sinyallerini kulağımıza fısıldadı...

Şenliğimiz dopdolu, sımsıcak, yoğun ilgi ve renkli görüntülerle tamamladık, Büyüklerimiz pistten inmezken, küçüklerimizin de yüzlerinden gülücükler eksik olmadı. Şenlik sonrası misafirlerimizin memnuniyetlerini dile getiren tebrikleri, emeklerimizin ve çalışmalarımızın en güzel simgesi oldu.

Biz bu bahar şenliğimizde bir arada olmamızın, paylaşmanın, insanların birbirleriyle iletişim kurmasının haklı gururunu yaşadık. Hep söylediğimiz gibi Biz Büyük Bir Aileyiz.

**BİR SONRAKİ BAHAR
ŞENLİĞİNİ HEYECAN VE
HEVESLE BEKLİYORUZ...**





Her zaman söylediğimiz gibi;
BİZ BÜYÜK BİR AİLEYİZ, SİZ YOKSANIZ BİR EKSİĞİZ...



ERASMUS PROGRAMI HAKKINDA

Küresel dünyamızda kültürlerarası iletişim ve bilginin devinim sürecinde bireylerin kendilerinden farklı

olanlara ön yargısal bir bakış açısıyla, kendilerine “öz” ve “biz”, diğerlerine “yabancı” ve “öteki” gibi düalist imgelerle yaklaşım sağlamaları hoşgörü eksikliğinin ortaya çıkmasına neden olabilmektedir.

Hoşgörü (tolerans) kavramı, başkalarının düşünce, yaşam tarzı ve kanılarını dikkate alma, onların da geçerliliklerine karşı tepki göstermeme şeklinde yorumlanır. Dolayısıyla karşı kültüre kıyasla hoşgörü eksikliği içerisinde olan “öz” kendine “yabancı” olana tahammül edemez. Günümüz insanının stresli yaşam koşullarında hoşgörünün azaldığını ve hatta neredeyse yok olduğunu da çok farklı alanlarda görebilmekteyiz.

Batı dünyasında ortaçağın karanlık yüzünün sonlanmadığı, engizisyon mahkemelerinin keyfi kararlar ile insanları yargıladığı ve Katolik inancın dışında başka hiçbir inanç ve yaşam biçimini tolere etmeyen bir evrede yüzünü aydınlığa dönecek olan bir hümanist bir bilge dünyaya gelir. Yine bu yüzyıla denk 1453 İstanbul’un fethi gerçekleşmiş ve bir sonraki yüzyılın başında yani 1517 yılında Alman rahip Martin Luther’in Katolik kilisesine karşı yapmış olduğu dinsel hareket ile dünya tarihine Protestanlık mezhebi yayılmaya başlamıştır. İşte bu denli karmaşık bir dönemde, Hollanda’lı filolog ve filozof olan Erasmus Avrupa hümanizm akımının en önemli temsilcilerinden biri ve reformasyon akımının öncüsü olarak kabul edilir. Çünkü dinde hoşgörüyü savunur.

1466-1536 arasında yaşamış olan yazar, din adamı, dilbilim ve felsefeci olan

Erasmus von Rotterdam’ın yaşadığı dönem ve o dönemin dil zenginliği ve kelime hazinesi göz önünde bulundurulduğunda yazmış olduğu 150 kitap ve 2000 den fazla mektup ile yazınsal açıdan muazzam bir miras bıraktığını görürüz. Kendisini eğitim ve gelişimin bir arabulucusu olarak görmüş olan Erasmus insanların yetiştirilme tarzına ve eğitimine önem verir.

Hümanizm, eğitim ve bilim dünyasına bu denli katkı sağlamış olan Erasmusvon

Rotterdam’ın Avrupa’da eleştirel düşüncenin yayılması ve farklı kültürlerin birbirlerine nesnel bakış açıları ile yaklaşabilmeleri amacıyla nasıl ki kendisinin deyaşamı boyunca Hollanda, Fransa (Paris), İngiltere

ve İtalya gibi ülkelerin yanı sıra Almanya’nın birçok kentinde bulunan Üniversitelerde ders vermesi, gelecekte kral olacak olan prensleri eğitmiş olması gibi, çok gezen bilim insanı örneğinden yola çıkılarak 1987 yılında başlamış olan bu değişim programına kendi adı verilmiştir.

Bu bağlamda ERASMUS programı;

“EuRopean (Community) Action Schemeforthe Mobility of University Students” şeklindeki kelimelerin de baş harflerinden oluşmuş olan bir akronimdir aslında.

Bireyler ve kültürlerarası zeminde ötekileştirilen ve ayrıştırılan bakış açıları, bilimsel ortamlarda en aza indirgenebileceğinden yola çıkılarak öğrencilerin serbest düşünce geliştirebilmelerini amaçlayan bu program, yükseköğretimdeki bireylerin kendi ülkelerinin dışında bulunan başka bir ülkede süreli eğitim almalarını sağlamak

istemektedir. Günümüzde Avrupa Birliği üyesi ve



aday üyelerden oluşan 31 ülkenin katılım sağladığı bu değişim programının en basit düzeyde nasıl işlediğini, öğrenciler ve öğretim elemanları arasında bilginin değişimi ve paylaşımının ne şekilde bir yolculuğa çıktığını ve bu programdan nasıl faydalanılabileceği konusunu aydınlatabilmek amacıyla bu sürecin nasıl işlediğine gelin hep birlikte yakından bakalım.

Erasmus öğrenim hareketliliği programı Avrupa üyesi ve aday üye olan ülkelerin yüksek öğretim kurumları arasında birbirleri ile ortak projeler üretip yaşama geçirmeleri, akademik personelin eğitim verebileceği, öğrencilerin ise eğitimlerinin bir bölümünü bir veya iki dönem veya alanında üç aylık staj yapma gibi sürebilecek bir zaman dilimi içerisinde karşılıksız hibe desteği alarak eğitimlerinin bir kısmını yurtdışında sağlama olanağıdır.

Ön lisans ve lisans öğrencilerin bu imkândan faydalanabilmeleri için başvuru ön koşulu öncelikle not ortalamalarının 4.00 üzerinden en az 2.20 veya 100 üzerinden 58; yüksek lisans ve doktora öğrencileri için 4.00 üzerinden 2.50 veya 100 üzerinden 65 olması gereklidir.

Üniversitelerde bulunan dış ilişkiler biriminin yanı sıra kurum-fakülte ve bölüm koordinatörleri bu program için gönüllülük esasına dayanarak çalışmalarını sürdürürler. Başvurmaya hak kazanan öğrenciler, taleplerini genel olarak Aralık ayı içerisinde İnternet ortamında olmak üzere dış ilişkiler birimine on-line ortamda iletirler. Programa yönelik yapılacak olan söz konusu yazılı ve sözlü sınav genelde Ocak ayının sonunda gerçekleşir. İstenilen belgelerin tamamlanmasından sonra atanmış olan bölüm koordinatörlerine Erasmus yabancı dil sınavına (Almanca /İngilizce / Fransızca) öğrencilerin bilgisi ulaştırılır.

Yurtdışında bu denli bir eğitime katılabilmek için

elbette olmazsa olmaz şartlardan bir diğeri yabancı dil bilgisi olacaktır. Öğrencilerin dış ilişkiler birimi ile sürekli irtibat halinde olmaları sonucunda kendilerine ilgili bölümlere ait yabancı dil sınavı uygulanır.

YADYO (Yabancı Diller Yüksekokulu) merkez kampüsü içerisinde olan dört dil becerilerini ölçmeye yarayan bu sınavda aynı gün içerisinde yabancı dildeki bir metni okuduğunu ve dinlediğini anlama ve yazma becerileri gibi dil becerilerini başarabilmeleri gereken bir sınav uygulanır. Birinci aşama olarak değerlendirilen bu sınavda başarılı olan adaylar yine internet araştırmalarında daha önce yazılı sınav ilan

edilmiş olan sözlü sınav tarihlerinde 1 veya 2 gün sonra yapılır. Yazılı aşamayı geçen öğrenciler bölüm koordinatörleri tek tek sözlü (yabancı dilde konuşma)

sınavına alınırlar. Her iki aşamada da istenilen becerileri tamamlayan öğrenciler, daha çok bölüm koordinatörleri tarafından yapılmış olan ikili anlaşma kontenjanlarına göre (Bilateral Agreement-Learning Agreement) bölüm koordinatörünün uygun gördüğü üniversitelere yerleştirilir ve yerleştirme listesi dış ilişkiler birimine gönderilir.

Yurt dışında bir veya iki dönem öğrenim görme hakkını kazanan öğrenciler Kredi Transfer Sistemine uyarlanmış olan derslerinden 30 ECTS krediye tamamlamak zorundadırlar.

Öğrenciler Ocak ayında girmiş oldukları sınavda başarılı oldukları takdirde bir sonraki eğitim ve öğretim yılının güz dönemi derslerini karşı üniversitede okumaya hak kazanırlar. Dolayısıyla öğrencilerin birincil görevi eşleştirildikleri üniversitenin ilgili bölümlerindeki akademik dönem dersleri ile kendi bölümlerindeki akademik dersleri eşleştirmeleri ve bunu

bölümlerindeki koordinatörlerine iletmeleridir. Eğitim



dönemi içerisinde olumlu dönüt alınan öğrencilerin bir sonraki dönemi (yani bahar dönemini de) karşı üniversitede okuyabilmeleri bölümkoordinatörün onayı ve misafir olarak gidilmiş olan üniversiteden alınan olumlu bilgiler doğrultusunda gerçekleşir.

Öğrenciler yurt dışında dönem dersini tamamladıklarında karşı üniversiteden kendilerine verilen “Katılım Sertifikası” (Confirmation Letter), Transkript Belgesi ve Öğrenim Anlaşması (Learning Agreement) i getirmek zorundadır. Kural olarak Erasmus bursu ECTS karşılığında verildiğinden dolayı öğrenciler 30 ECTS i tamamlamak zorundadır. Öğrenci başarısız olduğu dersin denkliğine eş tekrar bölümünden almalıdır.

Erasmus ile Staj

Dönemlik eğitim alma hakkının yanı sıra öğrenciler sınav öncesi staj / öğrenim başvurusunda öğrenci yaz döneminde üç aylık stajı da işaretlemişse staj görme hakkını da kullanabilir. Bunun şartları ise

- a) Staj için başvuru yapmış olmak
- b) Erasmus sınavını başarmış olmak
- c) Öğrencinin kendi bulduğu veya ona önerilen kurumun alanına uygunluğunu bölüm koordinatörünün onaylamış olması

Sonuç itibarı ile katılacağınız bu program eğitiminize kültürel zenginlik katmanın yanı sıra hayat tecrübelerinizi de pekiştirecektir. “Öz” ve “yabancı” ayrımı yapmadan dünya insanı olabilmek, insanlara her açıdan hoşgörü ile bakabilmek ve farklı kültürleri tanıyabilmek açısından son derece önemli olan bu programın unutulmaması gereken en önemli unsur ise iyi bir yabancı dile sahip olmak olacaktır.

Türkiyenin en başarılı ve güçlü Üniversiteleri arasında bu yıl 9. sıraya yerleşen Çukurova Üniversitesinde bizler büyük ve güçlü bir aile olarak öğrencilerimize Ulusal Ajans desteği ile Rektörlük Dış İlişkiler Erasmus+ programlarını Kurum Koordinatörü, Fakülte

Koordinatörleri ve Bölüm Koordinatörleri olarak gönüllü ve yüzünü her daim aydınlığa çevirmiş olan akademik ve idari personellerimizle güçlü bir ekip olarak öğrencilerimize her alanda eğitim desteği

vermekten onur duymaktayız.

Buna sadece Ç.Ü. Eğitim Fakültesini örnek olarak verecek olursak 86 üniversite ve 16 ülkeden fazla ikili antlaşmamızın var olduğunu belirtmemiz gerekir. Dolayısıyla arzu edilen şey öğrencilerimizin hem kendi eğitim alanlarında hem de yabancı dilde başarılı olmalarıdır. Çünkü

bilinen odur ki dünya insanı olmak çok dillilikten de geçmektedir. Tıpkı dünyaca tanınmış ünlü düşünür Johann Wolfgang von Goethe’nin (1749-1832) “Weltliteratur” diyesi “Dünya yazını” kavramında yabancı dil ile ilgili belirttiği gibi:

“Yabancı dilleri bilmeyen/ tanımayanın kendi öz dilinden de pek bilgi sahibi olamayacağıdır”. Bu bağlamda söylemek istediği salt yabancıdillerin öğrenilmesi değil aynı zamanda dil kültürün aynası olduğu için kültürlerarasılığın ve bireylerarası hoşgörünün güçlendirilmesi istemidir. Bu bağlamda arzu edilen insanlığın yüzünü sürekli ileriye ve aydınlığa çevirmeye ve diğer kültürleri tanıırken öz kültürünü de en iyi şekilde tanıtarak önyargıları ortadan kaldırmaya yardımcı olup barış ve kardeşliği pekiştirmeye eğilimli olmasıdır.

Ulu Önder Atamızın bizlere miras bıraktığı öğretilerinden birinde dediği gibi: Yurtta Sulh, Cihanda Sulh.

Erasmus Programı için ayrıntılı bilgiyi Üniversitemizin ana sayfasından edinebilirsiniz.
<http://international.cu.edu.tr>





KADINLAR KOLU ETKİNLİKLERİ

Güney Eğitim Vakfı Kadınlar Kolu olarak 2014-2015 sezonunda olağanüstü bir performans sergileyerek hem yoğun bir faaliyet dönemi gerçekleştirdik, hem de vakfa bu etkinliklerle çok ciddi katkı sağladık. Kanatsız meleklerle bu yoğun dönemi 14 Mayıs'ta düzenlediğimiz yemekle sonlandırdık. Bu arada boş durmayıp yeni sezonda yapılacak işler ve bununla ilgili komisyonlar kurup görev dağılımı bile yaptık. Süper ekip güzel bir yaz tatilini hak etti...

2015-2016 dönemi Kadınlar Kolu toplantıları 02 Ekim Perşembe günü yoğun bir katılımı ve özlemle başladı.

Uzun bir tatilin ardından büyük bir enerji ile yıllık faaliyetlerimizi belirledik. Büyük bir özlemle beklenen güz kahvaltımız 14 Ekim Çarşamba günü ATOSEV tesislerinde yapıldı. 10 Ekim 'de



Ankara'da yaşanan bizleri derinden etkileyen terör olayı ve yaşamlarını yitiren vatandaşlarımızın acısı bizi derinden etkiledi. Toplumumuzda da derin bir iz bırakan bu olay sonrası etkinliğimizi iptal etmememiz, gelecekleri için çaba harcadığımız pırıl pırıl öğrencilerimiz içindi. Konuklarımız

da bu hassasiyetle yoğun katılımı, etkinliğimizi başarılı bir şekilde gerçekleştirmesine destek oldular. Kaybettiğimiz tüm canlar için Tanrı'dan rahmet diliyoruz.

7 Kasım Cumartesi günü 21. Geleneksel Kuruluş Balomuzu gerçekleştireceğimiz için Güney Eğitim Vakfı olarak

bu gecenin kusursuz geçmesi, organizasyonun mükemmel olabilmesi için bizlerde canla başla çalışacağız. Bu yıl her zamankinden farklı bir yıl olacak.

Aralık ayı Kadınlar Kolu'nun kültürel etkinlik ayıdır. Vizyona yeni girecek bir film veya sahnelenecek yeni bir oyunu sizlerle buluşturmak için çaba sarf edeceğiz. Kültürel etkinlik komisyonumuz sizin için en iyisini araştırmaya başladı. Aynı zamanda yılbaşına yakın bir tarih seçileceğinden bir taşla iki kuş vurup hem oyun izleyip hem de yılbaşı hediyelik alışverişinizi gerçekleştirmenizi sağlayacağız. Bunun içinde tekstil-üretim ekibimiz sizlere en güzel hediyelik üretimine başladı bile. Neler mi olacak? Web sayfamıza girerek ürünlerimizi görebilir. Hatta sipariş bile verebilirsiniz. (Geçen yıl yaptığımız ürünler yarım saat içinde bitmişti hatırlarsanız.)

9-17 Ocak'ta gerçekleşecek Çukurova Kitap Fuarı'na vakıf olarak katılım sağlamayı hedefliyoruz. Vakfımızı daha geniş kitlelere tanıtmak ve duyurmak amacıyla etkinlikler planlıyoruz.

Şubat ayı deyince aklımıza hemen kaplıca gezilerimiz gelir. Yarı yıl tatili bitip çocuklarımız okula başlarken dört gözle beklediğimiz kaplıca gezisi yapılır. Bu yıl da 8 veya 15 Şubat haftası, çoğunluk kararı ile belirlenen bir bölgeye 4 günlük gezimizi gerçekleştireceğiz.

Geçen yıl 90 misafirimizle dillere destan bir geziyi, inanılmaz kar yağışı ve muhteşem manzarası ile gerçekleştirmiştik. Bu yıl da aynı güzellikte bir gezi yapacağımıza söz veriyoruz.

Mart ayı Dünya Kadınlar günü etkinlikleri ile gündemde olacaktır. Bu sene gününbirlik bir gezi ve Çukurova Kent Konseyi Kadınlar Kolu ile ortak yapılacak bir çalışma ile gerçekleştirmeyi planlıyoruz.

NİSAN... Tabiatın canlandığı, en güzel renklerin

, kokuların çevreye yayıldığı, insanın içinin kıpır kıpır olduğu ayların en güzeli.

Tabi ki Portakal Çiçeği Festivali... Bizi tutana

aşk olsun. Neler neler yapacağız bu yıl. Geçen sene gösterdiğimiz muhteşem performansı bu yıl daha organize, daha yaratıcı, daha verimli olarak sergileyeceğiz. 3-4 ekip farklı üretimlerle sizleri karşılayacak. Biz Karnavalda yer alacağız. Bizi takip edin...



MAYIS... Yine çok güzel bir ay. Çünkü Bahar Şenliğimiz var. Adı üstünde şenlik var. Yönetim kadromuz, çalışanlarımız, öğrencilerimiz ve bizler yılın en büyük organizasyonuna hazırlanacağız. Ürün yelpazemiz çok geniş. Çünkü Anneler Günü de var. Lütfen hediyelerinizi bizden alın. Çok emek, çok göz nuru ve çok sevgi var ürünlerimizde. Her şey öğrencilerimiz, evlatlarımız ve onların aydınlık geleceği için.

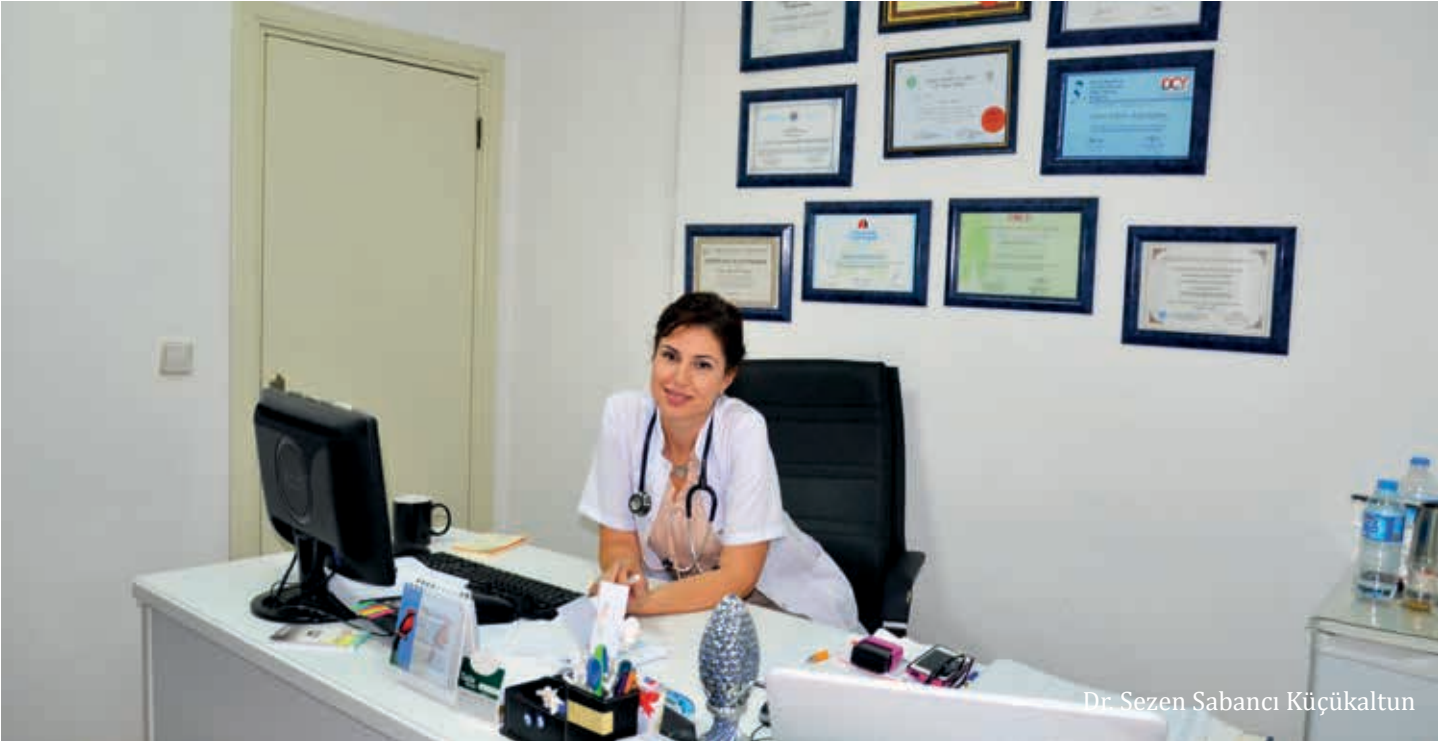
Mayıs sonu veya Haziran ilk haftası sezonu gününbirlik gezi ile noktalamak istiyoruz. Belirlenen üç alternatif değerlendirilerek sizler için en uygun yerde en güzel şekilde bir gün geçirerek bu yılı da tamamlamış olacağız. Bizler gönüllü

olarak çıktığımız bu yolda, yaptığımız işlerin çok doğru olduğunu, amacına hizmet ettiğini biliyoruz. Topluma kazandırdığımız her öğrenci bizim gururumuz olmaya devam edecektir. Etkinliklerimize katılarak, ürünlerimizden alarak sizlerde bu kutsal amaca

katkı sunabilirsiniz.

Şimdiye kadar göstermiş olduğunuz tüm destekleriniz için Kadınlar Kolu olarak teşekkürlerimizi sunuyoruz.





Dr. Sezen Sabancı Küçükaltun

SİGARAYI BIRAKMA SÜRECİNDE YAPILMASI GEREKENLER NEDİR?

Sigara içinde bulunan nikotin hem fiziksel hem de psikolojik bağımlılık yapan bir ajandır. Nikotin bağımlılık yapıcı etkisi eroin ve morfinden sekiz kat daha güçlüdür. Bu nedenle sigara içen bireyler sigara içmenin zararlı etkilerini bilmelerine rağmen bırakmakta zorlanırlar. Aslında sigara bırakma süreci bir davranış değişikliği gerektirir.

Bu yazıda sigara bırakma sürecindeki bireylere birtakım davranış değişikliği önerileri ile birlikte bırakma sürecinde karşılaşılabilecekleri güçlükler ve bunların üstesinden gelme stratejilerine değinmeğe çalışacağım;

Sigarayı bırakmak için kendinizi hazırlayın.

Bırakmak istediğinize dair olumlu karar verin. Bunun ne kadar zor olabileceğine dair olumsuz düşünceleri engellemeye çalışın. Sigarayı bırakmayı düşünürken; düşünce içeriğinizi bir arkadaş/dosttan ayrılıyormuş gibi değil de düşmanınızdan, size zarar veren ve tüm vücudunuzu sarmış zehirli sarmaşıklardan

kurtuluyormuş gibi şeklinde değiştirin. Böylece sigarayı bıraktıktan sonra sigaraya özleminiz daha az olacaktır. Şimdiye kadar tükettiğiniz sigaranın maliyetini hesaplayın; bunun nedeni başınızı duvarlara vurmanızı sağlamak değil, bıraktıktan sonra



yıllar içinde neler kazanabileceğinizi görmenizi sağlamaktır. Bırakmak isteyişinizin bütün nedenlerini sıralayın. Her gece yatmadan önce bu nedenlerden birini 10 kez tekrar edin.

Bırakmak için bir tarihi hedef olarak belirleyin. Doğum gününüz, evlilik yıl dönümünüz gibi özel günleri seçebilirsiniz. Eğer yoğun olarak iş yerinde sigara içiyorsanız, tatilde bırakın. Belirlediğiniz günü kutsal gibi kabul edin, hiçbir şeyin onu değiştirmesine izin vermeyin. Belirlediğiniz güne kadar sigara içme alışkanlığınızda birtakım değişiklikler yapmanız, bırakma sürecinde size yardımcı olacaktır; Marka değiştirin, tadını kötü bulduğunuz bir markaya geçin. Hedeflediğiniz bırakma gününden 2 hafta önce, katran ve nikotin içeriği düşük bir markaya geçin. Bu, sigara içme davranışınızı değiştirmenize yardımcı olacaktır. Ancak, daha fazla sigara içmeyin, içinize daha sık ya da daha derin çekmeyin. Her bir sigaranın sadece yarısını için. Her gün ilk sigaranızı yakmayı bir saat geciktirin. Günün yalnızca tek ya da çift saatlerinde içme kararı alın. Önceden, o gün kaç sigara içeceğinize karar verin. Unutmayın ki sigarayı azaltmak bırakmanıza yardımcı olur, ama bunun yerini tutmaz. Günde yedi sigaraya kadar indiyse bırakma tarihini belirleme ve ona bağlı kalma zamanı gelmiş demektir. "Otomatik Olarak" Sigara içmeyin. Gerçekten istediğiniz zaman için. Sırf alışkanlıktan dolayı sigara yakmaya kalktığınızda, kendinizi yakalayın. Kül tablalarınızı boşaltmayın. Bu, her gün kaç sigara içtiğinizi size hatırlatacak, izmaritlerin görüntü ve

kokusu hoş olmayacaktır. İçtiğiniz her bir sigaranın farkına varın. Ters elinizi kullanarak, sigarayı farklı bir cebinize ya da her zaman koyduğunuzdan başka yerlere koyarak otomatik olarak sigaraya uzanma davranışınızı kırın. Sigarayı kartonla almayı bırakın. Bir paket bitmeden diğerini almayın. Evde ya da işte, yanınızda sigara taşımayı bırakın. Sigaraya ulaşmanızı zorlaştırın. Sizin için özellikle zevk verici olmayan şartlarda sigara için. Örneğin başkalarıyla birlikte içmekten hoşlanıyorsanız

bunu yalnız yapın. Yatak odasında sigara içmiyorsanız, orada için. Sandalyenizi boş bir köşeye doğru çevirin ve sadece içtiğiniz sigarayla onun olumsuz etkilerine konsantre olun. Sigarayı çay, kahve ya da alkol gibi sigarayla bağlantı kurduğunuz içecekler yerine; süt, soda, meyve-suyu, ayran, kola gibi içeceklerle birlikte içmeye özen gösterin. Çay, kahve ya da alkol tüketiminizi mümkün olduğunca kısıtlayın. Kendinizi fiziksel olarak forma sokmaya başlayın;

Düzenli egzersiz yapın, daha fazla sıvı alın, yeterince dinlenin ve aşırı yorgunluktan kaçının. Başkalarını bu işe dahil edin. Eşinizin ya da bir arkadaşının sizinle birlikte sigarayı bırakmasını isteyin. Sevdiğiniz ve size destek olacağına inandığınız kişilerden motivasyonel destek isteyin. Ailenize ve arkadaşlarınıza sigarayı bırakacağınızı ve bunun tarihini söyleyin.

Hedeflediğiniz günden önceki akşam sevdikleriniz ile beraber kurabileceğiniz en güzel sofrayı kurun. Yemeğinizi yeyin ve son sigaranızı yakın, için ve bir daha yeniden yakmamak üzere söndürün. Esas olan daha sonra bir tek sigara bile içmemektir. Bütün sigara ve kibritleri atın. Çakmakları ve kül



tablalarını yok edin. Diş hekimine gidip dişlerinizi temizleterek sigara lekelerinden kurtulun. Dişlerinizin bu şekilde ne kadar güzel gözüktüğüne dikkat edin ve onları öyle tutmayı hedefleyin. Kendiniz ya da bir başkası için almak istediğiniz şeylerin listesini yapın. Maliyetlerini sigara paket fiyatı üzerinden hesaplayın ve bu hediyeleri almak için parayı bir kenara koyun.

Evde, iş yerinde ve çevrenizde temiz, taze, sigarasız bir ortam oluşturun.

Kendiniz için çiçekler alın. Sigarayı bıraktıktan sonraki ilk birkaç gün kütüphane, müze, tiyatro, ibadethane gibi sigara içilmesine izin verilmeyen yerlerde mümkün olduğunca çok vakit geçirin.

Sigara içen birisi gördüğünüzde ona özenmek ve onun özgür olduğunu; sizinse zindanlarda olduğunuzu düşünmek yerine; sigara içenin kaybettiği ve kaybedebileceği şeyleri düşünerek ona acımalı ve asıl özgür olanın siz olduğunuzu düşünmelisiniz.

Özenti ya da stresle başetmek için başlanan sigara, bir süre sonra zevk verici olmaktan çıkar ve kişi sigarayı içmediginde yaşadığı sıkıntıdan (yoksunluk belirtileri) kaçmak için sigara içmeye devam eder. Yoğun sigara kullanan kişiler, son sigaradan birkaç saat sonra tütün arayışı, huzursuzluk, sinirlilik, keyifsizlik, gerginlik, konsantre olamama gibi yoksunluk belirtileri yaşamaya başlar ve zamanla buna uykusuzluk, iştah artışı eklenir. Bu belirtiler 2-3 gün içinde en yüksek düzeye ulaşır ve 2-3 hafta sürer, iştah artışı ve kilo alma 6 ay devam edebilir. Özellikle

tatlı yiyeceklere karşı aşırı istek olur. Sigara içme isteği 3 hafta sonra kaybolur. İlk günler sigara içme isteği sıklığı günde 20-30 kez olabilir. 3 hafta içinde sigara içme isteği sıklığı azalarak yok olur. Sigara içme isteği her istek için sadece 3-5 dakika sürer. Bu 3- 5 dakikayı geçiştirecek öneriler şunlardır; isteğin birazdan geçeceğini aklına getirmek, sigarayı bırakma nedenlerini hatırlamak, ılık bir duş almak, anahtarlık, tespih, kalem gibi

bir şeyle oynamak, ortam değiştirmek (bir bahane ile evden çıkıp ikibuçuk dakika yürüyüp geri dönmek, başka bir bahaneyle komşuya çıkmak, bakkala gitmek... vb.), bol su ve meyve suyu içmek, birşeyler atıştırmak (havuç, salatalık, marol gibi kalorisi düşük sebze ve meyveler tercih edilmeli), fiziksel egzersiz yapmak, derin nefes alma egzersizi (otururken veya ayakta dururken, derin derin nefes alın ve bu sırada dirseklerinizi sıkıca geriye itin. Göğsünüz şişmiş durumda iken nefesinizi tutun ve 5'e kadar sayın, sonra karın adalelerinizi kasarak havayı şiddetle dışarı itin. Bu derin nefes almayı 10 defa tekrarlayın el becerisi isteyen uğraşlar yapın. (el işi işlemek, örgü örmek, dikiş dikmek vb.) sayılabilir. Ayrıca

huzursuzluk, sinirlilik, keyifsizlik ve gerginlik gibi belirtilerin üstesinden gelmek için düzenli egzersize başlamanız önerilir. Uzun yürüyüşler mutluluk hormonu olan endorfinin en fazla salgılandığı egzersizdir.

Başaramayabilirsiniz. Üzülmeyin. Yeniden deneyin. Asla vazgeçmeyin. Unutmayın ki her başarısızlık başarı yolunda atılmış bir adımdır. Bu sefer son adımı atıyor olabilirsiniz...



BU LEZZETİ KEŞFETMEYE
VAR MİSİN?
AFİYET OLSUN



HASAN KOLCUOĞLU
RESTAURANT

+90 (0322) 232 50 71

Güzelyalı Mh. Adnan Menderes Blv. Tenis Dağcılık Klubü Altı Adana, Türkiye 01170



GENÇLİK KOLU ETKİNLİKLERİ

GEV Gençlik için yaz döneminin başlaması ile birlikte hem yeni mezun olan arkadaşlarımızı tebrik etmek hem de gençlik kolunun yenilenmesi adına seçimi yapmak üzere yönetim kurulu üyemiz Zuhur Güran ve yönetim kurulu başkanımız Mustafa Toprak' ın katılımıyla Yaşar Kemal Kültür Merkezi'nde 4 Temmuz Cumartesi günü büyük buluşmamızı gerçekleştirdik. **Türkiye'nin birçok ilinden gelen GEV bursiyerleri olarak bizim için vakıf müdürümüz Erhan Özmay "İçinizdeki Devi Uyandırın" konulu sunumuyla kişisel gelişimin önemine bir kez daha dikkat çekti.**

GEV Gençlik Kolu başkanı ve üyeleri el değiştirirken, Mezunlar Kolumuzun temelleri yine bu toplantı ile atıldı. Gençlik Kolunda Başkan Gizem Ortaçbayram, Başkan Yardımcıları Derya Cengiz ve Halil Çevrim, Genel Sekreter Sera Altunpınar, Sayman Tufan Zan ve üyelerimiz Emine İncekalan, Asyanur Baydar, Yonca Tayan, Yeşim Ayva, Koray Can Körpe, Alican Aygün ve





Semir Görkem Boz olarak görev dağılımımızı yaptık. Seçim sonrası konuşma yapan Başkanımız Gizem Ortaçbayram bursiyerler arası iletişim ve birlik beraberliğe vurgu yaparak vakıf çatısı altında bir olmanın önemini bir kez daha belirtti. Farklı şehirlerden gelen yüzü aşkın bursiyerlerin görüş ve istekleri doğrultusunda birlik, beraberlik ve kaynaşma adına gençlik kolu çalışmalarına devam edeceğini yine bu toplantı ile müjdeledi.

Yaza bir etkinlik yakışır dedik bayramdan hemen sonrası için gezi isteyen çoğunluğumuzu yalnız bırakamadık. Toplantıyla birlikte göreve başlayan Gençlik Kolu olarak yaz dönemi geleneksel gezimiz için yoğun bir hazırlık sürecine girdik. Gezi aynı zamanda vakfa bağlılık, kaynaşma, iletişim ve motivasyon temalarıyla 30 Ağustos günü Eskişehir’ e düzenlendi. 29 Ağustos gecesi yönetim kurulumuzdan başkanımız Mustafa Toprak ve Zuhale Güran bizleri yalnız bırakmadı ve onların desteğiyle gününbirlik gezimiz için yola çıktık. Gezimize yoğun taleplerde bulunan bursiyerlerimiz ve mezunlarımız ile çok katılımlı ilk gezimizi gerçekleştirdik. Şarkılar, türküler ve bol kahkahalar eşliğinde heyecandan





uyuyamadığımız bir gecenin ardından Eskişehir'e adım attık. İki otobüs eşliğinde Eskişehir'in Kentpark, Sazova Parkı, Odunpazarı, Cam Sanatları Müzesi gibi birçok tarihi ve yerel güzellikleri yeni mezunlarımızdan Meriç E. Çalığıuşu'nun rehberliğinde gezdik. Gezi ile birlikte vakfımızla ilk kez tanışma ve aramızda bulunma şansını yakalayan bursiyerlerimiz ve yeni Gençlik Kolumuz, Mezunlarımız kaynaştı, birlik beraberlik ve aidiyet duyguları gelişme gösterdi.

Güney Eğitim Vakfı üyeleri, Yönetim kurulu, Kadınlar Kolu, Gençlik Kolu ve Mezunlar Kolu ile biz kocaman bir aileyiz. Gençlik Kolumuzun çalışmalarıyla mezunlarımız ve bursiyerlerimiz işte bu aileye olan bağlılığıyla 23 Eylül Çarşamba Arife gününde vakıf merkezimizde bir araya geldi.

Kurban Bayramı adına geleneksel bu kutlamaya ilk bursiyerlerimizden biri olan ve aynı zamanda yönetim kurulu üyeliğini sürdüren Gökhan Morgül ve her etkinliğimizin aranılan ismi olan Yönetim Kurulu başkanımız Mustafa Toprak katıldı ve gezideki paylaştıklarımızı pekiştirdik, keyifli bir sohbet gerçekleştirdik ve bayramlarımızı en





içten dileklerimizle kutladık. Bayram sonrasında okudukları şehirlere dönecek arkadaşlarımızı başarılar dileyerek uğurladık. Çukurova Üniversitesi açılış toplantımız için de söz aldık.

Her eğitim dönemimizin başında yaptığımız Çukurova Üniversitesi'nde birçok bölümünde okuyan bursiyerlerimiz ile geleneksel dönem açılış toplantımızı 10 Ekim Cumartesi günü vakıf merkezimizde yaptık, etkinliklerimizden bahsettik, bursiyerlerce oluşturulacak ilk müzik kolumuzun temellerini attık ve gençlik kolumuzdan Halil Çevrim ve Emine İncekalan' ın da desteğiyle çaldık, söyledik ve dönem için motivasyon topladık.

Bize her konuda destek olan, görüşlerimiz, istek ve beklentilerimiz doğrultusunda çalışan Gençlik Kolumuzun da aracılığı ile bizi dinleyen, bir araya getiren Yönetim Kurulumuza, üyelerimize ve emek veren herkese tekrar teşekkür ederiz, sizler ve GEV iyi ki var.





Teknik Metal



Merkez: Turan Cemal Beriker
Bulvarı No:526 Seyhan Adana
Tel: 0322 428 50 40
Fax: 0322 428 17 80

Şube: Demirciler Sitesi 7. Yol
No: 17 Zeytinburnu İstanbul
Tel: 0212 546 86 00
Fax: 0212 416 82 84

www.teknikmetal.com
info@teknikmetal.com

PASLANMAZ ÇELİK SERVİS MERKEZİ

- Müşteri talebine göre uyarlanmış en ve boy temini
- Taşlama hattı ile talebe göre yüzey temini

PASLANMAZ ÇELİK SOĞUK ÇEKİM TEL VE ÇUBUK ÜRETİMİ

- Müşteri talebine göre uyarlanmış çap temini
- Standart dışı boy ve paket tel ağırlığı üretim imkanı

YÜKSEK STOK HACMİ İLE PASLANMAZ ÇELİK MALZEME TEDARİKİ

- Tüm ticari kalite ve ebatlarda geniş malzeme stoku
- Tüm geometrik şekilli malzemelerde geniş ebat gamı





ALİ HAYDAR BOZKURT İLE GÜNDEME DAİR BİR SÖYLEŞİ...

GEV: *Çukurova'nın bereketli topraklarından, pamuk tarlalarından, ırgatların döktüğü terden, traktör motorlarından, kerpiç evlerde kaynayan çorbadan, çadırlarından Anadolu'nun bir efsanesi olan Adanamızın çocuğu olarak kendinizi nasıl tanımlarsınız?*

Ali Haydar Bozkurt: Aslında Malatyalıyım, Malatya'da doğdum. Ancak Adana'da büyüdüm. 29 yaşına kadar Adana'da yaşadım. Sorulunca Malatyalıyım ama Adana'da büyüdüm diyorum, bazen da Adanalı mısınız sorusuna "evet ama aslen Malatyalıyım" diyorum.

Adana'da mahalle ortamında büyüdük. Herkes herkesi tanırdı. Sokakta büyüdük. Hava kararsa bile, annelerimiz seslenmeden eve girmezdik. Havalar ısınınca masalar sokaklara atılır, akşam

yemekleri bahçelerde, sokakta yenir, gelen geçen mutlaka davet edilirdi.

Önceden haber verilerek misafirlğe gitmek diye bir kavram yoktu, yapan olursa ayıplanırdı. Uzun yıllardır İstanbul'da yaşıyorum ve burada kendime bir hayat kurdum. Ancak ortalama ayda bir veya iki ayda bir mutlaka Adana'ya gidiyorum. Her gidişimde uçaktan inerken kalbim çarpmaya başlıyor, heyecanlanıyorum. Ailem ve dostlarım oradalar. Çocukluğum, gençliğim, anılarım orada... Çok güçlü bir bağım olması için bunlar yeterli zaten.

Hatıralarımda hep çok güzel yeri var Adana'lı olmanın.. Her Nisan geldiğinde jean pantolon, t-shirt ve beyaz Converse'leri giyip Gazipaşa Caddesi'nde turlayıp aklıma mih gibi kazınan



portakal çiçeğinin kokusunu içime çekebilmek...
Adana'da Binbir'de şalgam içebilmek...

Tabladan kağıt gibi hamura yapılmış lahmacunun tadına varabilmek... Babamla baş başa yediğimiz yemekleri, dostlukları, dostlarla biraraya gelip "mavra" yapmayı. (Mavra, Adana lügatında eğlenceli geyik muhabbeti anlamına gelir. Herkes komik bir şeyler anlatır sırasıyla ve genelde de yaşanmış şeylerdir anlatılanlar. Adana mavrasına doyum olmaz.)

Ve daha niceleri vardır sayabileceğimiz...

GEV: Sosyal, başarılı, zeki birisiniz. Ali Haydar Bozkurt'u özel, önemli kılan özellikler nelerdir? Yaşamınızdaki ilham kaynakları nelerdir?

Ali Haydar Bozkurt: Başarılı olmamın temelinde öncelikle her zaman mutlu olduğum işleri yapmamı söyleyebilirim. Kendimi bildim bileli aynı anda

birden fazla şeyle uğraştım. Günün 24 saatinin yetmeyeceği bir hayatım oldu. Basketbol, fotoğraf, tiyatro, müzik gibi, eğitim hayatımın, hatta bugün iş hayatımın yanında her zaman birkaç şeyle aynı anda meşgul olmuşum. Çünkü böyle mutlu olabiliyorum. Çocukluğumdan beri bu davranışımı da devam ettiriyorum sanırım. Başarılı olmamı da mutluluğuma bağlıyorum diyebilirim.

Ben hep çok çalıştım ve şuna inandım, gerçekten işimde iyi bir şey yaparsam, işime yaratıcılık ve eğlence katabiliyorsam, kişisel olarak da kendi alanımda fark yaratmış olurum. Ekibimi de bu vizyon ile yönetiyorum.



29 yaşında İstanbul'a göç ve iş hayatınıza başlamanız, ve sonrasında bilinen Türkiye Toyota Pazarlama ve Satış A.Ş CEO'luğu ve Yönetim kurulu başkanlığı ile birlikte ALJ Holding CEO ve Yönetim Kurulu Başkanlığı; geriye baktığınızda hayatınızın

kontrolünü kaybettiğiniz oldu mu? ya da hiç beklemediğiniz bir limana yanaştınız mı? Hayat senaryonuzu akışına bıraktığınız oldu mu?

Şu anda da Toyota dışındaki birçok şirketimizin de sorumluluğunu taşıdığım için çok yoğun bir çalışma tempom var. Böylesine yoğun bir tempoyu yönetmek kolay değildir. Hele de benim gibi herşeyin zamanında ve geciktirilmeden, eksiksiz yapılması gerektiği konusunda hassas biri iseniz. Zorlanmıyorum ama yorucu değil dersem yalan olur.

Sorumluluğunu taşıdığım görevler ve belirlediğimiz hedefler için süreci yönetmek çok önemli. Bazen başınıza birşeyler gelir, iyi veya kötü. Zaten herşeyin kusursuz gittiği bir dünya düşlemek yanlış. Önemli olan hayat önünüze bir set çıkardığında, bununla nasıl baş edeceğiniz, bunu kendi yararınıza nasıl dönüştüreceğiniz. Ben bildiğiniz gibi 29 yaşında profesyonel iş hayatına başladım, daha önce tutkum olan tiyatro ile ilgileniyordum. Sonra hayat beni iş hayatına yönlendirdi ve ben de bu sefer iş hayatında başarılı olmak için uğraştım. Yani hayatın kontrolünü kaybetmemek için yaşam ile savaş halinde değilim. Enerjinizi nereye harcadığınız önemli bu durumlarda.

GEV: Kimi insanlar Emerson'un kendisini Doğayla İnsanı özdeşleştiren bakışını sevmiştir. Adana'da kutladığımız "Portakal Çiçeği Karnavalı" sizin benzer bir özelliğinizi ortaya koyuyor diyebilir miyiz?

Ali Haydar Bozkurt: Yıllardır içimde büyüyen bir rüyanın gerçeğe dönüştüğünü görmenin heyecanıyla doluyum.

Çocukluğumdan başlayarak hemen her tanıdığımıza "Nisan'da Adana'da" olmanın güzelliklerinden söz ettim. Sokakları dolduran o büyülü portakal çiçeği kokularının insana verdiği enerjiyi, insanın ruhunu nasıl yıkadığını, insanı ruhen nasıl yenilediğini ve herkesin hayatında en az bir kez Nisan'da Adana'da olması gerektiğini bıkmadan anlattım.



Özünde "sevgi ve dostluk" mesajı olan karnaval fikrini ortaya ilk attığımda doğal olarak inanan da olmuştu, inanmayan da... Bugün geldiğimiz noktada, inanan veya inanmayan herkese "olabiliyormuş!" dedirttiğimizi sanıyorum. Her yıl nisan ayında; siyasetin konuşulmadığı, kimsenin diğerini ötekileştirmedeği, herkesin bir ve tek, omuz omuza, kardeşçe ve yanyana yürüdüğü, sokaklarında birlikte şarkılar söyleyip, dans ettiği, halaylar çekip çiftetelli oynadığı gerçek bir bahar şenliği yaşıyoruz.

GEV: Bir iş başvurusuna gidildiğinde genel de İnsan Kaynaklarının şu sorusuna takılırız; Kendinizde beğenmediğiniz özellikler

nelerdir? Sizin böyle özellikleriniz var mı? Öğrenebilir miyiz?

Ali Haydar Bozkurt: Birine verdiğim işi takip ederim. Sonucu beklemeden sık sık sorarım yani takipçi bir tarafım var. Belki bu karşımdaki için yorucu olabilir.

GEV: Daha önce bir söyleşinizde "keşke Devrim arabaları devam etseydi biz bugün dünyadaki Güney Kore gibi, Hindistan gibi bu işe soyunmuş,

kendi markalarını oluşturmuş ülkelerin belki çok önünde olacaktık” demişsiniz. Türkiye çok yakın bir zamanda yerli arabasını tanıttı. Üretim ve pazar krizine rağmen bu adım bir “Devrim Arabası” olur mu sizce?

Ali Haydar Bozkurt: Evet, keşke zamanında Devrim projesi devam etseydi, Kore gibi ülkelerin daha önünde olurduk o zaman. Ekonomik olarak Türk mühendisleri uzaya roket bile gönderebilir. Tasarım açısından da, teknoloji açısından da... Bugünkü bilgi ve teknoloji ile çok daha iyilerini yaparız. Ancak, işte burada biraz hesap yapmak gerekiyor. Adım adım irdelemek lazım.

Tek bir modelle otomobil markası olduk diyemiyorsunuz. Her bir ürünün üretime başladıktan sonra, yatırımını karşılaması için yüz binli adetlerde üretilmesi lazım. 4-5 segmentte başladığınızı düşünün ki yerli otomobille ilgili yapılan tanıtıma göre durum böyle... 5 segmentte 500 bin adet üretirseniz, karlı hale geçiyor. Bunu nereye satacağız diye düşünmek lazım. Türkiye pazarının büyüklüğünü dikkate aldığınızda, ürettiğinizin bir kısmını ihraç etmek zorundasınız, yaptığınız ürünü sadece iç pazarda eritemezsiniz. Bir diğer konu, yurtdışında distribütörler, bayiler, müşteriler bulmanız lazım. Satış sonrası hizmetlerinizi markanızın satıldığı her ülke için oluşturmanız gerekiyor.

Yani çok ciddi bir alt yapı yatırımı yapmak zorundasınız. Ve tabi sadece otomobili bir kere üretmek de yeterli olmuyor, dünya otomotiv teknolojisini takip etmek ve her an kendini yenilemek gerekiyor.

Evet yerli otomobil yapabiliriz, fakat yerli marka yaratmak ve dünyadaki pazarlara satma konusu düşündürücü.

GEV: “Çocukların ruh eğitimi sanatla aşılmalı, akıl ve mantık yolu ile süzgeçten geçirilmeli, Yazarlar, çizerler kısaca MEDYA YÖNETİCİLERİ bu konulara titizlikle eğilmelidirler.” Bu ifadeye katılıyor musun bir iş adamı olarak

Türkiyemizde eğitim sistemi ve çocuklarımızın eğitilmeleriyle ilgili düşüncelerinizi öğrenebilir miyiz?

Ali Haydar Bozkurt: Benim hayatımda sanatın hep çok önemli bir yeri oldu. İnsanın tutku ile bağlı olduğu, ruhunu beslediği bir şey olmalı hayatta. Sanata ilgi duymayan insanların hayatlarında eksik birşey olduğuna inanırım ben.

Başarılı olmak için yaratıcı olmanız lazım; inovatif yaklaşımlarınız olmalı, vazgeçmeden çalışmalısınız inandığınız iş uğrunda. İşte sanat daha küçük yaşta tüm bu becerileri farkında olmadan aşılır insana. Bu birikimleri bilgi ve tecrübe ile birleştirdiğinizde başarılı olmanız ise kaçınılmaz.

Eğitim sadece okul ile sınırlı değil bana göre, insanın eğitim süreci hiç bitmiyor. Bizim eğitime bakış açımızın yaratıcı düşünmeye imkan veren, sanat ile tanıştıran, ezberden çok düşünmeye yöneltten bir yapı içinde olması ile çok daha büyük başarılarla imza atacağımıza inanıyorum.

GEV: *Türkiye’de yüzlerce vakıf var. Bizim Vakfımız Adana’daki Güney Eğitim Vakfı, İnsanın insana, hatta insanın tüm canlılara sunabileceği hizmetin tümüdür felsefesi ile kurulmuş Eğitim ve Öğretim odaklı çalışmalar yapmaktadır. Türkiye’de Vakıfların daha verimli daha işlevsel kullanılması konusunda neler yapılmalı?*

Ali Haydar Bozkurt: Öncelikle sizi tebrik ediyorum. Hepimiz bulunduğumuz topluma karşı sorumluluk taşıyoruz. Bu sorumlulukların bilincinde olmalı ve elimizden geldiği kadar katkı sağlamalıyız. Herbirimizin kendince yapabileceği şeyler olduğuna inanıyorum.

Türkiye’de çok başarılı bulduğum vakıflar var. Başarıya giden yolda vazgeçmeden çalışılırsa olumsuz bir sonuç almak mümkün değil. Ayrıca toplumun vakıflara verdiği destek de çok önemli. Etkili bir iletişim ile geniş kesimlerin desteğinin alınması, vakıf ruhunun, yani toplumsal dayanışma ve yardımlaşmanın özünü oluşturur.



GEV MEZUNLAR KOLU KURULDU

Size yeni bir oluşumla MERHABA diyoruz.

Biliyorsunuz ki Güney eğitim vakfı yıllarca bir sürü öğrencinin eğitimine katkı sağlamaktadır. Bunda gerek yönetim kurulu, gerek kadın kolları ve gerekse eğitim sever burs verenlerimiz sayesinde vakfımızda her geçen gün burs alan öğrenci sayısı artmaktadır. Bunlar için herkese gönülden minnet borçluyuz.

Öğrencilerin bir araya gelerek oluşturduğu öğrenci kolunun sosyal aktiviteleri ise vakfa daha çok bizi bağlamıştır. Ancak vakıfta bir şeyin eksikliğini yaşadığımızı fark ettik. Bir gün birkaç mezun arkadaşla beraber düşündük ki bizim vakfımızda 785 kişi kadar mezunumuz var ve kendi dönemimiz hariç neden kimseyi tanımıyoruz.

İşte içimizde oluşan bir kıvılcımla MEZUNLAR KOLU 'nu kurduk. Amacımız :”Daha önce bizden burs almış olan öğrencilerin vakfa geri dönüşü, aidiyet duygusunun oluşturulması ve bu bağın güçlendirilmesi”.

Biz diyoruz ki biz artık mühendis, avukat, doktor, öğretmen vs olarak iş hayatındayız. İstiyoruz ki tüm mezunlar vakfın aidiyetliğini iş ve sosyal hayatında da yaşasın. Tespitler sonucu baktık ki Türkiye genelinde kalifiyeli GEV mezunlarımız var. Biz bir bütün olmaya ablalarımızdan ve ağabeylerimizden bir şeyler kapmaya hazırız.



GEV mezunlar olarak ses getirmeye hazır. Maneviyat ve vefa borcumuzla gönülden girdiğimiz bu yolda hepimizin desteğine ihtiyacımız var. Bu yolda bizi destekleyen GEV yönetim kuruluna , GEV kadınlar koluna, GEV gençlik koluna , her konuda teknik desteği aldığımız vakıf çalışanlarına ve Gev yönetim kurulu üyesi ve aynı zamanda Mezunlar Kolu eş başkanı olan , maddi ve manevi her konuda bizi

destekleyen ve bizi bir araya getiren çok değerli Gökhan Morgül'e şükran borçluyuz. Gelin bir kıvılcımda siz tutun!

Saygılarımızla, GEV Mezunlar Kolu.



TUNCAY DİKİLİTAŞ Petrol

Telefon : 888 0 888

Hizmet Kalitesinde
2012 - 2013 - 2014
Bölge Şampiyonu



Motor Yağı Değişim
Merkezi



Mustafa Kemalpaşa Bulvarı, Tren İstasyonu Arkası, Metro Hastanesi Yanı
No:25 Seyhan / ADANA



3 YIL ÜST ÜSTE BÖLGE BİRİNCİLİĞİ

TUNCAY DİKİLİTAŞ Petrol

Shell
AutoGas
LPG

TTS-HGS

 **ARABA
YIKAMA**

**7/24
MARKET**

 **WC**

Shell
HELIX
Motor yağları
**MOTOR YAĞI
DEĞİŞİM ÜNİTESİ**

Tercihiniz İçin Teşekkürler

888 0 888

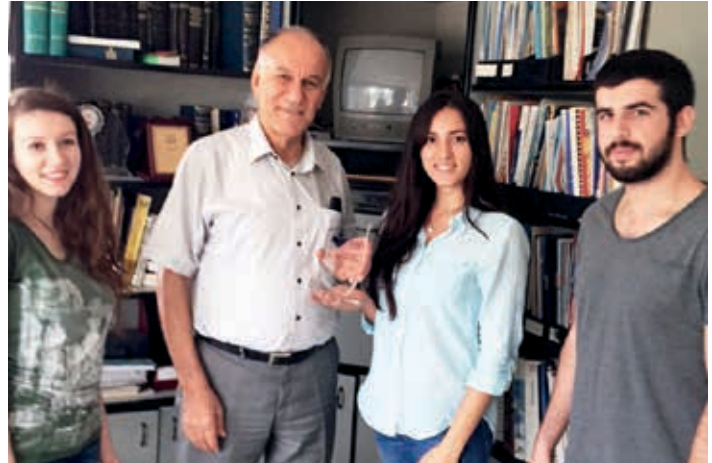
Mustafa Kemalpaşa Bulvarı (Metro Hastanesi Civarı) No 25 Seyhan / ADANA



BURSIYERLERİMİZDEN HAYIRSEVERLERE ZİYARET

Hayırseverlik çalışmalarındaki amacımız, hayırseverlerimizin kaç kişinin hayatında fark yaratabildiği farkındalığını yaratmak ve sosyal kalkınmanın da ne kadar önemli olduğunu vurgulamaktır. Vakfımız yaşadığımız toplumun erdem ,cömertlik, vatanseverlik duygularının topluma hizmet etmenin verdiği heyecan ve mutluluğun örnek olmanın bir yansımasıdır .Vakıf müdürü Erhan Özmay Yönetim Kurulunu temsilen , 400 bursiyerimiz adına burs alan öğrencilerimizle hayırsever üyelerimizi ziyaret ederek teşekkürlerini sundu.

Hayırsever İşadamlarımızdan Süleyman Sönmez, Mehmet Gizer, Hasan Hacı, Hüseyin Atıcı, Suphi Eskiocak, Şahin Mangtay ve Hayırsever İşkadınlarımızdan Nida Denizli Özgüzel ve Meral Sevim öğrencilerimiz ile ziyaret edildi. Hayırseverlerimizi ve bursiyerlerimizi bir araya getirerek hem onların deneyim tecrübelerinden faydalanmak hem de öğrencilerimizle onları tanıştırmak. Ziyaret ettiğimiz hayırseverlerimiz yapılan bu etkinlikten ötürü büyük mutluluk duyduklarını dile getirdiler .Katkılarını desteklerini esirgemeyen tüm eğitim gönüllülerine teşekkür ederiz.





Her zaman söylediğimiz gibi;
BİZ BÜYÜK BİR AİLEYİZ, SİZ YOKSANIZ BİR EKSİĞİZ...





İÇİMİZDEN BİRİ

GEV: 1967 yılında babanız Ruşen Noyaner tarafından kurulan şirket ve 1972 doğumlu Sefa Noyaner'in, 1990 yılında şirkete ortak olma serüveni ve bugünlere gelmesini birde sizin ağzınızdan dinleyebilir miyiz?

Sefa Noyaner: Tabi, ben 1972 doğumluyum. Aslan burcuyum ve burcumun özelliklerini taşıyorum. Yani agresif, inatçı, hırslı, tuttuğunu koparan bir yapıya sahibim. Karşıyaka Çukurova İlkokulu sonrası, orta ve lise eğitimini kolejde okudum. Akabinde Çukurova Üniversitesi İngilizce İşletme Fakültesini 1994 yılında bitirdim. Vatani görevimi tamamladıktan sonra 10 Mart 1995' de Ruşen Cıvata' ya geldim. **52 yıllık bir okul burası.** Elbette şirket bünyemizde Noyaner Tarım, Noyaner Otomotiv, Noyaner Sigorta gibi şirketler var.

GEV: Anonim Şirketi veya Holding olmayı düşünmediniz mi?

Sefa Noyaner

Sefa Noyaner: Hayır, hayır. Hepsi ayrı kurulmuş şirketlerdir. Bünyemizde şu anda 200 civarı çalışanımız var. 3 yıllık planda bu sayıyı 400' e çıkarmayı hedefliyoruz.

Biliyorsunuz ben şu an AGİAD üyesi ve başkanıyım. Aynı zamanda da Güney Eğitim Vakfı Denetim Kurulu üyesiyim. Bütün bu görevler kişiye bir deneyim kazandırıyor. Buralardan edindiğimiz deneyim, kültür, ahlakla; 2013 yılında adım attığımız otomotiv sektöründe birinci yılında hedef gerçekleştirmede alanında Türkiye 1.' si olduk. Bu müthiş bir şey. Bunu tesadüf zannedenler, 2. yılımız olan 2014'te aynı başarıyı görünce bunun tesadüf olmadığını anladılar. 2015' te de bu tablo değişmeyecek.

GEV: Burada başarının sırrı, hedefe ulaşmanın sırrı nedir, peki?

Sefa Noyaner: Bir kere Türkiye'nin en büyük Hyundai plazasını yaptık. Lokasyonumuz çok



iyi. Engellileri düşündük, 250 kişilik konferans salonu yaptık. **Buradan da salonumuzum tüm sivil toplum kuruluşlarına her daim açık olduğunu belirtmek isterim.** Eskiden İstanbul'a eğitime giden Güney ve Güney Doğu Anadolu Bayilerinin, artık Noyaner Plaza' da toplanıyor olması herkes açısından büyük bir rahatlık oldu. Bölge insanı Adana'da oluncada bölgedeki otellere, restaurantlara, kısacası Adanamıza katkıda sağladığımızı düşünüyorum.

GEV: İşadamlığı kimliğinizin yanısıra ayrıca AGİAD başkanlığı görevini yürütüyorsunuz. "Adana için tek çivi takanın bile yanındayız" diye bir cümleleriniz var. Adana'yı Sosyo, Ekonomik ve Kültürel yönlerden daha ileri taşımaya yönelik projeler üretmeye çalıştığınızı biliyoruz. Bunların başında da Marinaport geliyor. Bu projenizden bahseder misiniz bize? Ne zaman, nereye yapılması planlanıyor?



Sefa Noyaner: Bu proje şu an başlamış durumda aslında. Seyhan Baraj Gölü'ne yapılması düşünülüyor. Sizde bildiğiniz gibi eksiklikler ihtiyaçları belirler. Buna bakıldığında hemen yanımızda Mersin Marina'ya 5.000 yatın geldiğini gördük. Bu ne demektir biliyor musunuz? Bu kişiler Mersin'e her yönde katkı sağlıyorlar.

Adana'da yapılacak Marinaport; Teknelerin bağlandığı bölüm, plaj, yeme-içme birimlerinin olduğu yer ve su sporlarının yapılacağı alan şeklinde 4 bölümden planlanmaktadır.

Biz bunu devlet erkanı ile de paylaştık. Adana Valisi Sayın Mustafa Büyük, Büyükşehir Belediye Başkanı Sayın Hüseyin Sözlü, Çukurova Belediye Başkanı Sayın Soner Çetin, bölgeyle bağlantısı olmamasına rağmen bize destek vereceğini söyleyen Seyhan Belediye

Başkanı Sayın Zeydan Karalar ve Yüreğir Belediye Başkanı Sayın Mahmut Çelikcan da bu projemizi beğenmişlerdir. Bu proje Adana'yı cazibe merkezi haline getirecektir. Olacak inşallah...

GEV: Hobileriniz nelerdir? Ne yapmaktan hoşlanırsınız?

Sefa Noyaner: Yazın balık avlamayı çok severim, sakinliği huzuru bulacak, yaşayacak yerlere gidiyorum. Malumunuz yoğun çalışıyoruz. Ayda bir eşimle sinemeye giderim.

GEV: İş hayatında dürüst, ilkeli ve en önemlisi ülkeye katkı sağlamak yönünde bu yollardan geçmiş biri olarak iş dünyasındaki deneyimlerinize bahsedermisiniz? Neler yapılmalı, nelerden kaçınılmalı?

Sefa Noyaner: Öncelikle şunu belirtmek isterim ki Adana ne çektiyse birlik olmamaktan çekti. Fakat şu son iki yıldır güzel birliktelikler yaşıyor. Mesela Adana'nın Ağabeyi diye adlandırabileceğim bir beyefendi Sayın Zeki Kıvanç, Sanayi Odası Başkanı seçildi.

Şu an Ticaret Odası, Sanayi Odası ve Borsa, Organize Sanayi Odası ile birlikte çok uyumlu bir şekilde çalışıyorlar. Bizde AGİAD olarak Adana Milletvekilleri ile parti gözetmeksizin "Adana için neler yapabiliriz" konusunda istişarelerde bulunuyoruz. Bugün dünyaya baktığınızda irili ufaklı ve bir çoğu o ülkeye has problemler var. Zaman içinde bunlardan bir kısmı çözüme kavuşacak, ancak her vakit yeni çözüm isteyen yeni problemler, sıkıntılar olacak.

GEV: Ne yapılmalı sizce bu sıkıntılı ve problemleri günlerde, yeni nesil gençlere önerileriniz nelerdir.

Sefa Noyaner: Bir kere herşeyin başı eğitim. Örneğin kendi işyerimizden örnek vereyim. Üretimde eskiden insanın

veya personelin yaptığı miktarı şimdi makineler belirliyor. Yani teknoloji ve eğitimli insan biraraya

geliyor artık. Türkiye'nin kendi arabasını üretme projesi fikrini destekliyorum İnşallah en kısa sürede gerçekleşir. Sadece araba ile kalmamalı kendi cep telefonumuzda üretebilmeliyiz.

GEV: Gelişmiş ülkelerin çalışmalarına bakıldığında hemen her sektörde tarımda, eğitimde, sanayide başarıyı

eğitim ile yakalamışlar. Bir yazınızda önemli olan kurumun üyelerinin motivasyonu, birbirine duydukları güven ve aralarında kurdukları ilişkilerdir demişsiniz. Bu bağlılığı yaratırken izlediğiniz yollar nelerdir?

Sefa Noyaner: Bazı şeyleri yılda bir kez yaparak birçok insanı biraraya getiririz. Mesela en son AGİAD'ın balosunda rekor bir katılım ve çok şahane bir balo yapıldı. Arkasından da iş ve meslek ödül töreni yaptık ve o geceye ciddi bir harcama yaptık. Bunu nasıl başardık? Ben başkan olarak bütün üyeleri tek tek aradım. Ben iletişim gücüne çok inanıyorum. Yüz yüze yapılan görüşmeler ile açamayacağınız kapı yoktur. Yani özünde iletişim var.

GEV: İş hayatında





başarılı ve zengin olmayı, hatta kısa yoldan bu mertebeye gelmek isteyenlerin olduğunu biliyoruz. Hayatın dönüş etaplarını sindiremeden en başta dünyayı izlemeden bunu yapmak isteyen kişilere önerileriniz nelerdir?

Sefa Noyaner: Çok kısa zamanda başarılı ve zengin olabilirsiniz belki ama sağlam temellerle oturmayan herşey çok kısa sürer. Ben AGİAD'a 13 yıl sonra başkan oldum. Öncesinde de başkan olabileceğim dönemlerde vardı ama o zamanlar kendimi yeterli göremiyordum. **Önemi olan süreklilik. Başarılı olunan noktayı, zirveyi koruyabilmek.**

Bakın babam Ruşen Noyaner, ömrünü işine adamıştır. Halen benden çok daha fazla çalışır. Burası bir ömür. **Temelleri sağlam atmak lazım, işinizi seveceksiniz!**

GEV: *Güney Eğitim Vakfı'nın daha da kalkınması, yükselmesi, tanınırlığını arttırması gibi durumlar için sizin fikriniz nedir?*

Sefa Noyaner: Vakıflara bakıldığı zaman GEV farkını hissettiriyor. Güney Eğitim Vakfı'na yardımda bulunan, maddi destek veren herkes şunu çok iyi biliyor ki yardımlar, destekler doğru yerlere, doğru kişilere aktarılıyor. Bu bağlamda herkes emin ve bu güven oluşmuş. Bu vakfımız pozitif olarak yoluna

devam ediyor. Ben inanıyorum Güney Eğitim Vakfı çok yakın bir zamanda büyüyecek ve başarılarını katlayacak. Herşeyden önce bu vakfımızın siyasi bir kimliği yok. Bu anlamda da bir beklenti olmayan bir vakıf bu bir partisinde arka bahçesi değil. **Böyle olunca zaten destek kaçınılmaz, büyüme de kaçınılmaz.**

GEV: *Sizin bu vakıfa katkınızdan dolayı teşekkürü borç biliyoruz. Katkıların artması ve daha çok bursiyerlere ulaşması için tavsiyeleriniz dinlemek isteriz.*

Sefa Noyaner: Güney Eğitim Vakfı tanınıyor, biliniyor elbet ama bilinirliği genişletmek için sosyal sorumluluk projelerine katılması gerekir. **Bu ulusal da olmalı bence sade bölgesel olarak kısıtlı kalınmamalı.**

GEV: *Zaman ayırdınız. Çok teşekkür ederiz.*

Sefa Noyaner: Ben teşekkür ederim.

Metabolik (Diabet-Şeker Hastalığı) ve Bariyatrik (Obesite-Şişmanlık) Cerrahi nedir? Kimlere uygulanmalıdır?

Obezite; vücut ağırlığının beklenen vücut ağırlığından % 20 fazla olması veya Vücut Kitle İndeksinin (VKİ) 30'un üzerinde olmasıdır. Yüksek morbiditesi ve mortalitesi olan ciddi bir hastalıktır. Birçok kronik hastalık için risk faktörüdür ve günümüzde kronik bir hastalık olarak kabul edilmektedir.

Son yıllarda değişen toplum yapısı, kent yaşamının artması, beslenme kültürünün değişmesi ülkemizde ve dünyada beslenmeden kaynaklı obezitenin artmasına neden olmuştur. Sağlık Bakanlığı tarafından yapılan "Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması-2010" ön çalışma raporuna göre Türkiye'de obezite sıklığı erkeklerde %20,5 kadınlarda ise % 41,0, toplamda % 30,3 olarak bulunmuştur. Neden olan faktörler tam olarak açıklanamamakla birlikte aşırı ve yanlış beslenme ile fiziksel aktivite yetersizliği obezitenin en önemli nedenleri olarak kabul edilmektedir.

Tüm dünyada özellikle çocukluk çağı obezitesindeki artışın sadece genetik yapıdaki değişikliklerle açıklanamayacak derecede fazla olması nedeniyle, obezitenin oluşumunda çevresel faktörlerin rolünün ön planda olduğu kabul edilmektedir. Şehir hayatı ve fast-food alışkanlıklarının yanı sıra sektörel rekabet beraberinde porsiyon değişikliklerini de getirmiştir.

Bu durumda "Obes Toplum" oranlarını artırmıştır. Obezitenin oluşmasında başlıca risk faktörleri aşağıda sıralanmıştır :

- Aşırı ve yanlış beslenme alışkanlıkları
- Yetersiz fiziksel aktivite
- Yaş
- Cinsiyet
- Eğitim düzeyi
- Sosyo – kültürel etmenler
- Gelir durumu
- Hormonal ve metabolik etmenler
- Genetik etmenler



Prof. Dr. Cem Kaan PARSAK
Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi
Genel Cerrahi Anabilim Dalı ve Cerrahi
Onkoloji Bilim Dalı

- Psikolojik problemler
- Sık aralıklarla çok düşük enerjili diyetler uygulama
- Sigara- alkol kullanma durumu
- Kullanılan bazı ilaçlar (antidepresanlar vb.)
- Doğum sayısı ve doğumlar arası süre

Kimler ne kadar obez? Kimler risk altında?

Obezite kriteri olarak kişilerin ağırlığını kendi boylarının karesine bölerek vücut kitle endeksini hesaplıyoruz. Burada çıkan oran kişisel olarak farklılıklar göstermekte olup 35 ve üzeri şişmanlık açısından kritik eşikler anlamına gelmektedir. Bu grubun içinden gerçekten morbid obezite denilen şişmanlık hastalığı bulunanların oranı yüzde 8-10 kadardır. Morbid obezite; vücudun belirli bir kitle endeksinin üzerinde olması, yani şişmanlık hastalığı olup hayatı tehdit eden bir durumdur. Bu hastalık beraberinde yandaş hastalıkları getirmektedir. Dolayısıyla bu tarz morbid obez olan hastalarımıza, mevcut şişmanlığın tedavisi önerilmektedir.

VKİ	< 20 kg/m ²	ZAYIF
VKİ	20 – 24.9 kg/m ²	NORMAL
VKİ	25 – 29.9 kg/m ²	FAZLA KİLOLU
VKİ	30 – 39.9 kg/m ²	OBEZİTE
VKİ	40 – 49.9 kg/m ²	MORBİD OBEZİTE
VKİ	> 50 kg/m ²	SÜPER OBEZİTE

Obezitede tedavi ilkeleri nelerdir?

- Eğitim
- Diyet
- Egzersiz
- Davranış tedavisi
- Medikal tedavi (Diyet, Davranış Düzenlemeleri, Düzenli Fizik Egzersiz, İlaçlar, Hormonlar)
- Cerrahi tedavi

Kimler obezite ameliyatına uygundur?

Her şişman mutlaka ameliyat olacak diye bir kural yoktur. Ameliyat kararı şişmanlıkta en son çaredir. Şişmanlıktan kurtulmak için öncelikle diyet, düzenli beslenme ve düzenli spor alışkanlığı gerekmektedir. Kişi bunları yapar ve belirli ölçülerde kendine dikkat ederse gerçekten şişmanlıkla mücadele etmek hayal değildir. Ancak bazı kişiler bilinen diyetlerin hepsini uygulamalarına ve spor yapmalarına rağmen bünyesel nedenlerden dolayı ya da uyum sağlayamadıkları için istenilen düzeyde kilo veremiyorlar ya da kilo verdikten sonra aldıkları kiloyu tekrar alma sorunları yaşıyabiliyorlar. Böyle durumlarda devreye cerrahi girmektedir.

Kimlere cerrahi yapılır ?

Yaşı 18 – 70 ve VKİ ≥ 40 kg/m² veya VKİ: 35 - 40 kg/m² ile beraber obezite ile ilişkili yandaş hastalık (metabolik sendrom) ve obezite ile ilişkili fiziksel bozukluklar varlığında cerrahi uygulanır.

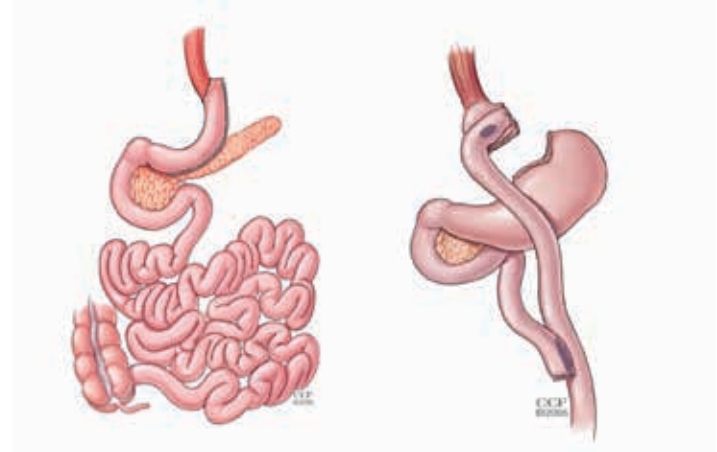
Burada göz önünde bulundurulması gereken kriterler şunlardır:

- Cerrahi dışı yöntemlerle kilo verilememesi (>2 yıl süreyle)
- Obeziteye bağlı yandaş hastalıklar nedeniyle yüksek risk oluşması
- Gebe olmaması ve kilo verme sürecinde gebelik planlanmaması
- Hastaya her konuda yeterli bilginin verilmiş olması

Hangi cerrahi teknik?

Çok nadir durumlar haricinde kelepçe yöntemi rutin uygulamadan çıkmış sayılabilir. Tüp mide ile (Şekil 1) birlikte gastrik by-pass tekniği şişmanlık için önerilen en önemli iki tekniği oluşturmaktadır. Tüp mide (Sleeve gastrektomi) günümüzde gerek yurt dışında, gerek yurt içinde en popüler cerrahi yöntem olarak uygulanmaktadır. Obezite ameliyatı için vücut kitle

indeksi temel alınır, vücut kitle indeksi 40'ın üzerinde olan hastalarda ya da 35'in üzerinde olanlarda mutlaka şişmanlık nedeniyle bir hastalığın eşlik ettiği durumlarda tüp mide ameliyatı önerilmektedir.



Şekil 1-Sleeve Gastrektomi
(Tüp mide ameliyatı)

Şekil 2- Gastrik by-pass
Ameliyatı

Bu ameliyat laparoskopik dediğimiz kapalı teknikle yapılmaktadır. Karından yapılan yarım-bir santim boyutlarındaki 4 veya 5 adet kesiden kullanılan cihazlar yardımı ile midenin ortalama dörtte üçü çıkartılmaktadır. Mide tamamen ince, küçük, yaklaşık iki santim genişliğinde bir tüp haline getirilmektedir. Tüp mide ameliyatının en büyük avantajı bağırsaklara herhangi bir şekilde müdahale edilmemesidir. Sindirim sisteminin normal fizyolojisine en uygun teknik olarak görülmektedir. Hiçbir şekilde bağırsaklarla ilgisi yoktur. Ama gastrik by-pass tekniği (Şekil 2) biraz daha fazla girişim gerektiren bir yöntemdir. Kilo verme konusunda daha hızlı kilo verdiren bir yöntem gibi görünmesi büyük avantajıdır. Fakat bu yöntemin kötü tarafı yaklaşık 2 metre civarında ince bağırsak bölümünün sindirim sisteminden by-pass edilmesidir. Dolayısıyla mutlaka vücut için gerekli olan mineraller ve vitaminlerin emilimlerinde sorunlar yaratmaktadır. Hastalar ömür boyu bu destek tedavisini almak zorunda kalıyorlar ve çok sık bir şekilde doktor kontrolünde olmaları gerekiyor.

Metabolizma Cerrahisi (Diabet-Şeker hastalığı)

Tanım olarak gastrointestinal sistemde hücresel ve moleküler sinyalleri etkileyerek, enerji dengesi, beslenme alışkanlığı ve metabolik bozukluklarda fizyolojik düzelme sağlayan değişikliklere yol açan cerrahi girişimlerdir. Obezite zemininde ortaya çıkan

diyabetin, obezite cerrahisi uygulandıktan saatler sonra düzelmeye başlaması şeker hastalarının önünde yepyeni ufuklar açmıştır. Çünkü bu ameliyatlardan sonra hastalar henüz kilo vermeye başlamadan bile kan şekerleri normale geliyor, insülin kullanmalarına gerek kalmıyor, tansiyonları düzeliyor ve kan yağları düzene girmeye başlıyordu. Bu değişiklikler ameliyatların vücutta yarattığı hormonal düzenleme ve kuvvetli etki ile ilişkili olduğu düşünüldü. Bunun sonucunda metabolizma cerrahisi terminolojisi hayatımıza girdi.

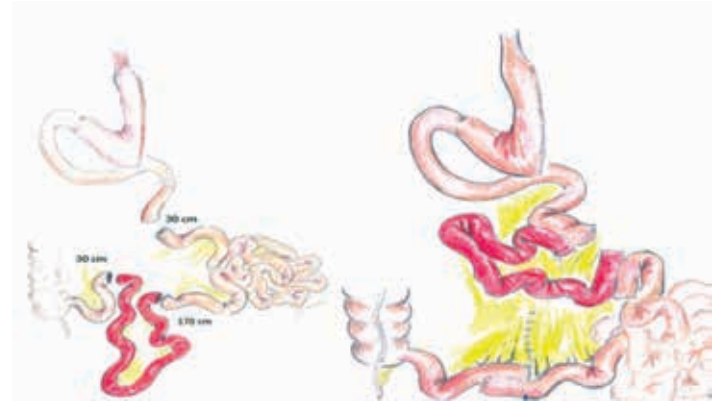
Tip 2 Diyabet (Erişkin Şeker Hastalığı) olan hastaların büyük çoğunluğunda altta yatan neden obezitedir. Hangi derecede olursa olsun obezite erişkin yaşta ortaya çıkan Şeker Hastalığı'nın (Tip 2 Diyabet) en önemli tetikleyicisidir. Obezite tedavisi, Tip 2 Diyabet yada Erişkin Şeker Hastalığı tedavisinin anahtarıdır. Obezitenin en etkin ve kalıcı tedavisi obezite cerrahisi ile mümkündür. Obezite ameliyatı ile obezite tedavisi, şeker hastalığını % 100 kontrol edebilmektedir. Obezite cerrahisinin bu etkisi, hastalar henüz kilo kaybetmeden ortaya çıkmaktadır. Yani ameliyattan günler hatta saatler sonra ortaya çıkmaktadır.

Bu etkileri nedeniyle obezite ameliyatları günümüzde artık Metabolik Cerrahi olarak adlandırılmaktadır. Metabolik ve Bariyatrik Cerrahi ile şeker hastalığı (diyabet) tam olarak ve kalıcı şekilde tedavi edilebilmektedir. Tip 2 Diyabet hastalarının en etkin ve kalıcı tedavisi sadece metabolik cerrahi ile mümkündür. Metabolik cerrahi, şeker hastalığında bilinen tüm tedavilerden çok daha hızlı ve etkin bir tedavi sağlar.

Vücut kütle indeksi 35 kg/m² ve üzerinde olan diyabetli hastalarda, bariyatrik ve metabolik cerrahi ameliyatları hastaların daha kilo vermeden kan şekerlerini ve yandaş sorunlarını düzeltmektedir. Bu bulgular VKİ > 35 kg/m² üzerinde olan şeker hastalarında metabolik cerrahiye tedaviler arasında en etkili tedavi olarak üst sıraya yerleştirmiştir.

İlk olarak 2003 Kasım ayında uygulanan "İleal İnterpozisyon" ameliyatının sonuçların etkinliği ve diyabetin kontrolündeki başarısı, ameliyatın gittikçe daha fazla sayıda ekip ve ülke tarafından uygulanmaya başlanmasına neden olmuştur. İleal İnterpozisyon ameliyatının diğer ameliyatlardan üstünlüğü diğer ameliyatların aksine hiç emilim bozukluğu yapmamasıdır.

Bu yöntemde ince barsakta bir yer değiştirme işlemi ile gıdaların erken dönemde ince barsağın son kısmına ulaşmaları ve burada hormonları uyardıktan sonra, başlangıç kısmındaki ince barsaklara da geçerek emilmeleri sağlanmaktadır. İnce barsağın son kısmı ile ilk kısmının sadece yer değişimi işlemi ile tüm ince barsak uzunluğu korunur ve hiç emilim kısıtlaması olmaz. İnce barsağın son kısmının başa alınması hem hormonları uyarır hem de açlık hissini mevcut bütün yöntemlerden daha etkili olarak bastırır. Metabolik cerrahi yöntemler bugün birçok ülkede zayıf yada hafif kilolu şeker hastalarında da başarı ile uygulanmaktadır. Bu hastalarda uygulanan ameliyatlar, şişman hastalarda ki gibi aşırı zayıflama yapmamaktadır. Bu hastalarda ki emilim kısıtlaması daha azdır. Bu hastaların asıl olarak diyabet ve diyabete bağlı sorunlarında düzelmeler olmaktadır.



Halen dünyada ve ülkemizde çeşitli şişmanlık ameliyatları yapılmaktadır, ama her hastanın ameliyatının başarılı olacağı, hepsinin aynı hızla kilo vereceği ve eski zayıf görüntülerine mutlaka kavuşacağı anlamına gelmemektedir. Bu durum metabolizmayı etkileyen genetik yatkınlıktan, beslenme alışkanlığına, çevresel faktörlere kadar çok faktörlüdür. Ameliyat kararında hastaya uygun ameliyat tekniğinin seçilmesi obezite cerrahine düşen en önemli görevdir.

Cerrah hasta ile konuşarak ameliyat ile ilgili kararı ortak verirler. Ameliyattan sonra hastaların diyetlerine kesinlikle uymaları, spor programlarına uyumlu olmaları, belirtilen egzersizleri ihmal etmemeleri ve kontrollerine aksatmadan gitmeleri gerekmektedir.

PASHA MALL OUTLET



Dünyaca Ünlü Markalar

Burada

Yeni Baraj Mah. Bülent Angin Blv. No: 98/E
Baraj Yolu 7. Durak Seyhan / ADANA
Tel: 0322 226 20 18



SEVGİYE UZANAN ELLER :)

Güney Eğitim Vakfı bursiyerleri 19 Mayıs Atatürk'ü Anma, Gençlik ve Spor bayramında Sevgi Evleri ve kız bakım yurdunu ziyaret ederek gençlik bayramını birlikte kutladılar. Üniversiteli gençler yaptıkları bu etkinlik ile sosyal sorumluluklarını yerine getirmenin mutluluğunu yaşadı.

Etkinlik boyunca ağabey ve abları ile oyunlar oynayan, dans eden çocuklar için bir de bursiyerimiz Hail Çevrim gitarıyla mini bir konser verdi. Üniversiteli abla ve ağabeyleriyle birlikte yemek yiyip, palyaço, yüz boyama etkinlikleriyle doyasıya eğlendiler.

Bu etkinlik vakfımız için de çok büyük mutluluk kaynağı oldu. Bursiyerlerimizin de bu etkinliğe içtenlikle katılması, bu tip ziyaretlerin birlik beraberlik içerisinde yaşamaya önem veren Türk toplumunun her bir bireyi için önemli bir vazifedir. Sevgi, dayanışma, yardımlaşma ve sorumluluk duygusunun bizleri güçlendirmesi





ile gerçekleştirdiğimiz her projemizde ve aktivitemizde özenli davranmayı insanlığa, gelecek kuşaklara ve kendimize duyduğumuz saygının bir yansıması olarak görüyoruz. Ayrıca bu proje de bize yardımcı olan buriyerimiz Songül Batmaz'a ve eşlik eden tüm bursiyerlerimize teşekkür ederiz. Hep söylediğimiz gibi Biz Büyük Bir Aileyiz...

Yapılan etkinliğe GEV Kadınlar Kolu Başkanı Selda Toprak, Yönetim Kurulu Üyesi Zuhul Güran, Süreyya Çiçektakan ve Vakıf Müdürü Erhan Özmay da eşlik etti. Yapılan etkinlik için Sevgi Evleri kurum yöneticileri Güney Eğitim Vakfı'na teşekkürlerini sundu.



EĞİTİMDE YENİ YÖNTEMLER VE TÜRKİYE

Bütün insanlar dünyaya yaratıcı bireyler olarak gelmişlerdir. Eğer buna inanmıyorsanız, sizden çocukluğunuzu hatırlamanızı isterim. Çocukken resim yapmayı, dans etmeyi ve şarkı söylemeyi sevmez miydiniz? Kafanızda yarattığınız hayali dünyaların varlığıyla mutlu olmaz mıydınız? Çocuklar, doğal yaratıcılardır.

Bu yaratıcılık da bizi insan yapan önemli özelliklerden birisidir. Büyüdükçe yaratıcılığımızı eğitiriz ve işte sorun tam da burada ortaya çıkar. Sorun; bizim eğitim görmüş olmamızdır.

Eğitim sistemi, büyük bir paradigma kaymasından kaynaklanmaktadır.

Çocuklar sorgulamayan işçi arıların fabrika eğitim modelinde olduğu gibi insan gelişimine izin vermeyen bir sistem içerisinde kalıplara sokulmuştur. Sonuç olarak, insanoğlu gittikçe durağanlaşmaktadır. Bu sebeple, evriminin bir sonraki aşamasına ulaşmak için, eğitim sisteminin kendi başına bir devrim geçirmesi gerekir.

İşte burada söylenecek tek söz; haydi çocukların potansiyellerini ve yeteneklerini keşfedelim...

Gelin Türkiye ve Finlandiya eğitim sistemindeki farkları görelim;

- Biz okula başlama yaşını altı bezli döneme çekmeye çalışıyoruz.

***Finlandiya'da ise zorunlu okula başlama yaşı 7.**

- Türkiye'de çocuklar birkaç sokak ötedeki okullarına bile mutlaka servisle gidiyor.

***Finlandiya'da ise çocuklar birinci sınıftan**

itibaren okula yürüyerek veya bisikletle gidiyorlar. Özel durumlar haricinde çocuklar okula aileleri tarafından götürülmüyor.

- Bizde müfredat ve ders kitapları eğitimin baş aktörleri olarak biliniyor.



Eğitim kalitesindeki zayıflık genelde bu ikisinin suçu olarak görülüyor.

***Ama Finlandiya'da çok basit bir müfredat var ve pek değişmiyor. Öğretmenler okutulacak kitapları kendileri seçiyorlar ama yine de ortalıkta pek ders kitabı gözükmüyor. Yani Fin eğitim sisteminde ders kitapları bırakın aktör**

olmayı, figüran bile değil. Figüranların başrol oynadığı ülkemiz eğitim sisteminden gişe hasılatı beklemek bu yüzden bir hayal.

- Türkiye'de birinci sınıf öğrencilerinin velileri "Bizim çocuk bugün Matematikten 90 aldı,"

diye gururla gezebiliyor. Resmiyette not verilmiyor olsa bile öğretmenler sağ olsunlar kendi inisiyatiflerini kullanarak büyük bir özveriyle testler hazırlıyor ve çocukları sınav dolu bir geleceğe hazırlıyorlar.

***Ama Finli öğrencilere okulun ilk altı yılında asla not verilmiyor. Buradaki öğrenciler ilk olarak 16**

yaşına geldiklerinde ülke genelinde bir sınava giriyorlar.

- Türkiye'de öğrencilere çöp attırsanız ertesi gün muhtemelen velileri okulu basıp olay çıkarır.

***Ama Finlandiya'da öğrenciler okulun tüm işlerini nöbetleşe sistemde birlikte yapıyorlar.**



Yani Fin okullarında hizmetli yok, tüm işler öğrenciler tarafından yapılıyor. Böylece sorumluluk duyguları gelişiyor. Finlandiya'daki okullar öğrencilerin rahat edebileceği şekilde tasarlanıyor. Sınıflarda yaparak-yaşayarak öğrenme modeline uygun alanlar mevcut. Binaların fiziksel özellikleri öğrencilerin evdeymiş gibi rahat etmelerini sağlayacak şekilde düşünüyor.

- Türkiye'de ise her şey hazır olan öğrenciler yıllardır komutla rahatlıyor. "Beni rahatta dinleyin" diye bağırın müdürün karşısında ne kadar rahat olunursa tabi...

- Türkiye'deki özel okullarda ders saati 8. Ama yetmediği için okul çıkışında etütler, hafta sonu kursları ve özel derslerle bu sayı günde 12-14 bandını yakalıyor.

***Finlandiya'da ise günlük ortalama ders saati 4. Dünya eğitim ligindeki sıralamamıza baktığımızda, nitelik ve nicelik kavramlarının ne kadar önemli olduğu gün yüzüne çıkıyor.**

- Türkiye'de bütün öğretmenler kendilerini mesleğin zirvesinde görüyor. Sınav sonuçları kötü geldiğinde genelde öğrenme güçlüğünden bahsediliyor. Öğretme güçlüğü çeken öğretmenlerin durumu hep sümen altı ediliyor. Bu yüzden mesleki gelişimle ilgili düzenli bir çalışma yok.

***Finli öğretmenler ise haftada en az 2 saat hizmet içi eğitime katılmak zorunda.**

- Türkiye'de, "Hiçbir şey olamazsa, bari öğretmen olsun," mantığı devam ediyor.

***Ama Finlandiya'da öğretmenlik mesleği toplumun en gözde mesleklerinden bir tanesi! Öğretmenler master derecesi olanlar arasından seçiliyor. Lise mezunları arasında öğretmenlik için müracaat edenlerin ancak yüzde onu**

öğretmen yetiştirme programına kabul ediliyor.

- Ülkemizde öğretmen olabilmek için sınavdan geçer puan almak yeterli.

***Finlandiya'da ise öğretmen olabilmek için üç aşamalı bir testten geçmek zorundasınız. Bu aşamalar arasında mülakat, ders anlatma gibi bölümler de var.**

-Ülkemizde heykeltıraş olmak isteyenlere bile özel yetenek sınavı uygulanırken, etten kemikten gerçek insanı şekillendirecek olan

öğretmenlerin çoktan seçmeli sorularla mesleğe kabul edilmesi kabul edilebilir bir şey değil.

***Finlandiya'da öğretmenlerin gelir düzeyi oldukça iyi. Kendi mesleği haricinde bir iş**

yaparak ek gelir elde etmeye çalışan öğretmen yok denecek kadar az.

-Bizde de ek gelir için bir şeyler yapmayan öğretmen yok denecek kadar az. Çünkü aldıkları maaş faturalara bile yetmiyor.

Öğretmenlerin fatura ödemek için başka şeylerle uğraşması neticesinde oluşan

durumun faturasını da bütün millet ödüyor.

- Türkiye'de en başarılı öğretmen en çok ödev verendir anlayışı hala devam ediyor.

***Ama Finlandiya'da öğrencilere ödev verilmiyor. Öğrenmenin yeri okul olarak**



görülüyor. Bu yüzden Finlandiya’da akşamları çocuğun proje ödevi için kartona boncuk dizen veli yok. Finlandiya’da hiçbir babayığit resim dersinden öğrenci alıp matematik çalıştıramıyor.

-Bizdeyse öğrenciler matematik dersinde sıkılıp defterlerine resim yapıyor. Sonra matematik öğretmeni çocuğu resim dersinde yakalayıp matematik çalıştırmaya götürüyor. Döngü bu kadar kısırken, sistemin üretken bireyler yetiştirmesini beklemek tabi biraz zor oluyor.

- Bizim sınıflarımızda eğer bütün öğrenciler yerlerinde oturuyor ve ses çıkmıyorsa, o sınıfın öğretmeni övgü alıyor.

-Ama Finlandiya’da durum tam tersi. Eğer bir sınıftan hiç ses çıkmıyorsa, öğrenciler sıralarında oturuyor ve hiç kalkmıyorlarsa o öğretmen soruşturmayla alınıyor. Çünkü Fin eğitim sisteminde ders anlatan bir öğretmen yok. Hep birlikte etkinlik yapan sınıflar var. Bu yüzden Fin okullarındaki sınıflarda, “Ayakta gezinme evladım, otur yerine,” sözü pek duyulmuyor. Finlandiya’daki okulların kantinlerinde su, süt ve meyveden başka hiçbir şey yok.

-Bizdeyse işin suyu çıkmış durumda. Her teneffüs fıstıklı çikolata yiyen çocukları 8 saat sırada oturtmaya çalışmak öğretmenler için büyük imtihan! Belki de bu yüzden teneffüste sınıflardan hızlı boşalma rekoru bizde. Dünya Ülkeleri Eğitim de yaptığı değişikliklerle Uluslararası başarılar yakalamışlardır; Başarılarının temel noktaları Singapur gibi ülkelerin de uyguladığı PISA (Uluslararası Öğrenci Değerlendirme Programı), TIMMS (Uluslararası Matematik ve Fen Eğilimleri



Araştırması) ve PIRLS (Uluslararası Okuma Becerilerinde Gelişim Projesi) gibi metotlardır. **Bu metodlardan PISA (Uluslararası Öğrenci Değerlendirme Programı) şu anda Türkiye’de de uygulanmaktadır.**

Milli Eğitimin ülkemizde uyguladığı müfredatımıza eklemiş olduğu programlardan bir tanesi de Uluslararası Matematik ve Fen Eğilimleri Araştırması programıdır. Ama Altyapı ve bunu uygulayacak öğretmenler ve hizmet içi eğitimleri hangi aşamada

acaba?

Yine Milli Eğitimin ülkemizde uyguladığı müfredatımıza eklemiş olduğu programlardan bir tanesi daha. Sözüm ona okuma becerilerini geliştirme projesi. Her şeyden önemlisi Türkiye’nin durumu.. Çünkü yıllardır öğrencilere sorulan paragraf sorularında öğrencileri hazırla alıştırmamız bu sonuca neden olmuştur. Bakın yıllarca sınavlarımızda nasıl sorular soruyoruz;

Bay ve Bayan Smith 17 yıldır evlidirler. Bay Smith Avukat, eşi Maria ise öğretmendir. Bay ve bayan Smith’in iki çocukları vardır. Jack 15, Samantha ise 12 yaşındadır.... şeklinde giden okuma parçası soruları genelde şöyle sorulur;

1. Bay Smith ne iş yapar?
2. Bay ve Bayan Smith’in kaç çocukları vardır? gibi.

Bu tür sorularla karşılaşan öğrenci sizce okuma parçasını okur mu? En acısı ve en komik olanı ise çocuklara çıkarsama soruları sorulduğunda “öğretmenim bu sorunun cevabı yok” demeleri...

Şadi ALYENİ-İngilizce Öğretmeni





İNGİLİZCE KURSU EĞİTİMİ

Güney Eğitim Vakfı olarak öğrencilerimize verdiğimiz burs desteğinin yanı sıra onların sosyal, kültürel ve kişisel gelişimlerinde de yanlarında olmak bizler için en büyük gurur kaynağı.

Öğrencilerimiz Temmuz-Eylül ayları arasında görmüş oldukları İngilizce Kursu sonunda uluslararası geçerliliğe sahip sertifikalarını almaya hak kazandılar. Öğrencilerimize sertifikaları Yönetim Kurulu Başkanı Mustafa TOPRAK elinden takdim edildi.

Öğrencilerimizin gelecekleri adına inşaa edilen eğitim mimarının tememllerinden biri olmak ve daha birçok öğrencimizin başarısına destek olabilmek Güney Eğitim Vakfı ailesinin öncelikli hedeflerinden olmaya devam edecektir.



G GERMAKSAN

ÇELİĞE HAYAT VERİYORUZ



GERMAKSAN

ÜRÜNLERİMİZ

ANAHTAR TESLİMİ SICAK HADDE TESİSİ
KARTUŞ ve KLASİK TİP HADDE AYAKLARI
ARK OCAKLARI

HADDE ŞANZIMANLARI
SOĞUTMA PLATFORMU

BAĞLAMA ve PAKETLEME SİSTEMLERİ

HİDROLİK/PNÖMATİK SİSTEMLER

ELEKTRİK OTOMASYON SİSTEMLERİ

SOĞUK MAKASLAR

UÇBAŞ MAKASLARI

UÇAR MAKASLAR

ROLE YOLLARI

DOĞRULTMA MAKİNALARI

SU ARITMA ve SİRKÜLASYON SİSTEMLERİ

NERVÜR TEZGAHI

ŞAFTLAR

VİNÇLER



ADANA HACI SABANCI ORGANİZE SANAYİ BÖLGESİ OSB.

TOROS CADDESİ NO :27 SARIÇAM,ADANA/TÜRKİYE

Tel : +90 322 346 42 25 Fax : +90 322 346 42 27

info@germaksan.com.tr

www.germaksan.com.tr



GÜNEY
EĞİTİM
VAKFI

Dükkan

Siz de Güney Eğitim Vakfı Kadın Kolları'nın hazırladığı ürünlerden alarak **Eğitime** destek olabilirsiniz...



Hem ucuz hem de kalite olan el emeği göz nuru fular, el ve yüz havlusu, maskot, kolanya, pazar çantası, şapka, reçel, tişört ve kılıflarımızı satın alarak eğitim gönüllülerine katılın.

Bilgi ve sipariş için lütfen;

0 322 454 40 25

www.guneyegitimvakfi.org.tr



**GÜNEY
EĞİTİM
VAKFI**

YARDIM PANOLARIMIZ

KUTLAMA

Gelirimizin büyük bir bölümünü nişan, düğün, açılış, kokteyl vb. her türlü kutlama mesajlarını içeren panolar oluşturmaktadır. **Özel günlerde vakfımıza yapacağınız her pano siparişi; özgür, çağdaş ve geleceğe güvenle bakabilen, ülkemize bir eğitilmiş genç daha ilave etmek demektir. Davetiyelerinize, " özgür ve çağdaş eğitim için 4544025/4536182 no'lu telefonlardan Güney Eğitim Vakfı panosu gönderiniz" notunu eklemeyi unutmayınız.**

ÇELENK

Vefatların bıraktığı üzüntüyü paylaşmak ve dostlarımızın bu acı günlerinde yanlarında olduğumuzu belirtmek üzere taziye çelenklerimizle de hizmetinizdeyiz.

Verilen her taziye mesajı başarılı ve yetenekli öğrencilerin eğitiminde hayat buluyor. Sizde çelenk bağışı yaparak gençlerimize umut ışığı olabilirsiniz.



İş Bankası

Hes. No.: 6014 0064503

IBAN : TR680006400000160140064503

Bağışlarınız için Gev Banka Hesap Numaraları

Vakıfbank

Hes. No.: 040 00158007272553520

IBAN : TR800001500158007272553520



Cemal Paşa Mah. Bahar Cad. Karakaş Apt. No:30
Asma Kat D:2 - Seyhan / Adana
info@guneyegitimvakfi.org.tr
www.guneyegitimvakfi.org.tr

**GEV PANO
SİPARİŞLERİNİZ
İÇİN**

Tel. : +90 (322) 454 40 25 - 453 61 82
Fax : +90 (322) 457 25 67
Gsm : +90 (539) 210 79 80

"dünya'nın tarım makinaları"



SÖNMEZLER®

TARIM MAKİNALARI

"güveniniz güvenimizdir"

Adana Ceyhan Yolu Üzeri 10. Km. Sarıçam / ADANA
Tel : 0 322 332 97 34 Fax : 0 322 332 96 67

54 yıldır en iyileri üretiyoruz



9120-i / 9130-i Balya Makinası
Haypaylı (3 ipli) / Haypayız (2 ipli)



TANIT 250G
Hububat Ekim Makinası



FCM-01
Frezeli Ara Çapa Makinası



9180-i Balya Makinası
Haypayız (2 ipli)



SM-05 COBRA
Sap Toplamalı saman Makinası



MD-D
Pnömatik Kombine
Disk Balta Ayıklı Şaftlı
Ekim Makinası



PMD
Pnömatik Kombine
Hassas Ekim Makinası

www.sonmezler.com



ADANA'NIN LEZZETİNE LEZZETİMİZİ KATIYORUZ!



TIKLA
ARA
KAPINDA



Pizza Hut

444 6 555

pizzahut.com.tr

f/PizzaHut t/PizzaHutTurkiye