turkiyehaberciyeniölçü 5_Layout 1 9/3/19 4:02 PM Page 1

# Emine Erdoğan, Salda Gölü'nü ziyaret etti




Sayfa 2

Türkiye 17.YIL Haberci

15 EYLÜL 2019 SAYI: 384 YIL: 17

turkiyehaberci.com

# Başkan Erdoğan, Rusya'da THY ve havalimanlarımız anlattı



Türkiye Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan, Rusya Devlet Başkanı Vladimir Putin ile Moskova'daki Jukovski Uluslararası Havaalanı'nda düzenlenen MAKS-2019 Uluslararası Havacılık ve Uzay Fuarı'nın açılış törenine katıldı.

Sayfa 12



## İstanbul Havalimanı'na ulaşım sadece 15 dakika



Sayfa 7

## Pilot, kabin ekibi adayları için IELTS ayrıcalığı




Sayfa 5

## THY artık Mexico City ve Cancun'a gidiyor



Sayfa 11



## İstanbul Havalimanı'nda Konforlu Toplantılarınız İçin Tek Adres

Sayfa 7

## THY zirve yolculuğuna yeni kabin kıyafetleriyle devam ediyor

Gökyüzünde şıklığı yeniden tanımlayan Türk Hava Yolları kabin ekipleri, bayrak taşıyıcının uzun menzilli hatlarında uçacak yolcularına bugün itibariyle yeni üniformaları ile "Uçağımıza hoşgeldiniz" diyecek.

Sayfa 11





## İstanbul Havalimanı servisleri can alıyor

Yusuf ZENGİN

Bir sabah uyanıyorsunuz, hazırlanıp işinize gitmek için evden çıkıyorsunuz. Kafanızda onlarca dert var, hayal var. İstanbul havalimanı'na gitmek için personel servisinize biniyorsunuz.

Sayfa 2



turkiyehaberciyeniölçü 5_Layout 1 9/3/19 4:02 PM Page 2





# Emine Erdoğan, Salda Gölü'nü ziyaret etti

**Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan'ın eşi Emine Erdoğan, Burdur'da beyaz kumsalları ve turkuaz rengi nedeniyle "Türkiye'nin Maldivleri" olarak ünlenen Salda Gölü'nü ziyaret etti ve yapılan çalışmalar hakkında bilgi aldı.**





Çevre ve Şehircilik Bakanı Murat Kurum'un davetlisi olarak, Burdur'un Yeşilova ilçesindeki Salda Gölü ziyaretinde çevre düzenlemesinden öncesi ve sonrası fotoğraflarını inceleyen ve gölü gezdikten sonra gazetecilere açıklamalarda bulunan Emine Erdoğan, Türkiye'nin cennet köşelerinden biri olan Salda Gölü'nü ilk kez gördüğünü söyledi.

"SALDA GÖLÜ KONUSUNDA HALKIMIZIN MUTMAİN OLMASINI TAVSİYE EDİYORUM"

Karşılaştığı manzara karşısında duygulandığını ve burayı çok beğendiğini dile getiren Emine Erdoğan, şunları ifade etti: "Herkese gelip Salda Gölü'nü görmesini tavsiye ediyorum. Bize ilk söylendiğinde böyle şeyler anlatılmadı. 'Burası bakanlık eliyle kötü bir hâle getirilecek' dediler. Ben de Bakanıma bunu bildirdim. 'Asla böyle bir şey yok. İsterseniz sizi davet ediyorum. Salda Gölü'ne gelin birlikte gezelim. Önceki ve sonraki hâlini size göstermek istiyorum. dedi. Gerçekten görünce mutmain oldum. Bütün halkımızın da mutmain olmasını tavsiye ediyorum. O hâlden bu hâle gelişi, gerçekten çok güzel bir girişim."

Çalışma dolayısıyla, Çevre ve Şehircilik Bakanı Kurum'u tebrik eden Emine Erdoğan, çalışmalar bittikten sonra gölün yeni hâlini de görmek istediğini ifade etti. Emine Erdoğan, gölle ilgili yapılan bilgilendirmeden tatmin olduğunu ve Bakan Kurum'a güvendiğini dile getirdi.

Göle gelenlerin araçlarını park ettiği alanın 500-600 metre kadar uzaklıkta olduğuna işaret eden Emine Erdoğan, "Park alanı gerekirse daha da geriye çekilebilir. Halkımız buraya geldiği zaman arabalarını artık gölün dibine kadar çekmeyecekler. İhtiyaçlarını giderebilecekleri, yemek yiyebilecekleri belki ufak bir restoran, duş alabilecekleri modern yerler olabilir. Ancak tabii ki buraya zarar vermeden ve görüntüyü bozmadan tahta veya taştan basit yerler olacağı bilgisi verildi. Bakanımıza güveniyorum ve kendisini tebrik ediyorum" diye konuştu.

Çevre ve Şehircilik Bakanı Murat Kurum da Emine Erdoğan'ın bugüne kadar çevre ile ilgili her projeye destek olduğunu, kendilerini yalnız bırakmadığını vurgularken, Emine Erdoğan'ın himayelerinde başlatılan Sıfır Atık Projesi'nin 2023 yılına kadar tüm şehirlerde hayata geçirileceğini kaydetti.

Emine Erdoğan'ın himayelerinde başlatılan Sıfır Atık Projesi'ne değinen Çevre ve Şehircilik Bakanı Kurum, proje ile hem israfın önlendiğini hem doğal kaynakların korunduğunu hem de istihdam oluşturulduğunu belirtti. Kurum, 2023 yılına kadar tüm şehirlerde bu projenin hayata geçirileceğini aktardı.

Salda Gölü'ndeki çalışmalar hakkında bilgi veren Çevre ve Şehircilik Bakanı Kurum, şunları söyledi: "14 Mart 2019 tarihinde Sayın Cumhurbaşkanımızın onayıyla Salda bölgesinde, 44 kilometrekare olan göl yüzeyini biz 7 kat artırarak 295 kilometrekare alanı bir özel çevre koruma bölgesi ilan ettik." Bölgede vatandaşların günlük ihtiyaçlarını karşılayabileceği yapıların dışında herhangi bir yapıya izin verilmediğine işaret eden Çevre ve Şehircilik Bakanı Kurum, "Yapacağımız proje kapsamında bu yapıların dışında herhangi bir yapı yapılmasına müsaade etmeyeceğiz. Hiçbir şekilde burayı betonlaştırmayacağız, asfaltlaştırmayacağız" diye konuştu.



**LİSİNİA DOĞA PROJE VE YABAN HAYATI REHABİLİTASYON MERKEZİ'Nİ ZİYARET**

Emine Erdoğan, Burdur'un Yeşilova ilçesindeki Salda Gölü'ne yaptığı ziyaret kapsamında Beyaz Adalar girişinde köy kadınlarının kurduğu pazarı da gezdi. Kadınlarla sohbet eden Emine Erdoğan, alışveriş de yaptı. Yeşilova Halk Plajı'na giden Emine Erdoğan, plajdaki düzenlemeler hakkında da bilgi aldı. Salda Gölü Beyaz Adalar bölgesini gezen Emine Erdoğan'a; Çevre, Eğitim, Sağlık ve Sosyal Yardımlaşma Vakfı (ÇESAV) Yönetim Kurulu Başkanı İmren Aykut, Doğal Hayatı Koruma Vakfı (WWF) Türkiye Genel Müdürü Aslı Pasinli, dünya dalış rekortmeni Şahika Ercümen de eşlik etti.

Lisinia Doğa Proje ve Yaban Hayatı Rehabilitasyon Merkezi'ni ziyaret eden Emine Erdoğan, merkez kurucusu Öztürk Sarıca'dan merkez, lavanta ve aromatik bitkiler ile bölgede geliştirilen susuz tarıma ilişkin bilgiler aldı. Merkezde tedavisi tamamlanan pelikanı göle bırakan, avcılar tarafından vurularak yaralanan ve tedavisi için merkeze getirilen altı leylek hakkında da bilgilendirilen Emine Erdoğan, Çevre ve Şehircilik Bakanı Kurum ve diğer katılımcılarla tedavisi tamamlanan leylekleri de doğaya saldı.

Gazetecilerin izlenimlerini sorması üzerine ise bölgenin çok güzel bir yer olduğunu belirterek, Burdur'daki güzelliklerin görülmesi gerektiğini dile getiren Emine Erdoğan, Salda Gölü'ne ilişkin, "Cennet gibi bir yer, sadece resimlerden anlaşılmıyor. Buraya gelip, o esintiyi, havanın güzelliğini, manzaranın güzelliğini yaşamak lazım. Herkesi buraya davet ediyorum" diye konuştu.



# İstanbul Havalimanı servisleri kazaları can alıyor



YUSUF ZENGİN
gokyuzuhaberci1@gmail.com

Bir sabah uyanıyorsunuz, hazırlanıp işinize gitmek için evden çıkıyorsunuz. Kafanızda onlarca dert var, hayal var. İstanbul havalimanı'na gitmek için personel servisinize biniyorsunuz. Önünüzde en az 35 km yol var, servise bindikten sonra uzun uzun dertlerinizi, hayallerinizi düşünmek için vaktiniz oluyor. Ama serviste sizinle birlikte dertlerini düşünen 'yorgun' bir beden daha var. uzun saatler direksiyon sallamış, çocuğu harçlık istemiş, aldığı maaş yetmemiş, yorgunluktan gözleri kapanan biri var...

Evet, Altur şoförlerinden bahsediyorum...

Havalimanında binlerce personel çalışıyor, 24 saat açık olan havalimanında çalışan personeller de vardiya sistemiyle işlerine gidiyor.

3 vardiya ve memur servisi olmak üzere bir şoför günde 8 sefer yapıyor. Bunun dışında ekstra konularda vardır muhakkak ama ben sadece vardiya servisi olarak yazıyorum. Sabahçı, öğlenci ve gececi olarak ayrılan vardiyaların hepsine 1 şoför bakıyor. Bu durum sonucunda uzun saatler uyanık kalmak zorunda olan yorgun şoför İstanbul Havalimanı'nın şehirlerarası yol kıvamındaki kaymak gibi otoyolunda uykuya dalıyor...

Uyandığında ise, artık kendisi dahil taşıdığı tüm personel için çok geç oluyor. Uzun yol hem yolcuları, hem çalışanları, hem de günde defalarca gidip gelmek zorunda olan ALTUR şoförlerini çok yoruyor. Buna bir an evvel bir çözüm bulunması gerekiyor.

Havalimanında çalışan personel canını sokakta bulmadı, bu insanlar sabah kalkıp işlerine gitmek için yola çıkıyorlar evlerine ya ölüsü dönüyor ya da yaralı dönüyorlar. Kesinlikle şoförlerin dinlendirilmesi için 1'er alternatif şoför bulundurulması gerekiyor.

Işinden olma korkusu şoförlerin sesini kısıyor, bu kadar uzun yolu defalarca gidip geldiği için kimse ben yoruluyorum, uzun saatler uykusuz kalıyorum, günlük uyku sürem çok kısa diyemiyor.

Ben diyorum,

Sevgili Altur yetkilileri,

Sizler yataklarınızda mışıl mışıl uyurken çalışma arkadaşlarınız olan ALTUR şoförleri dinlenemiyor. Uyku süreleri çok kısa, çok fazla yol yapıyor çok fazla servis çekiyorlar. Bir an evvel 2 şoföre dönmelisiniz bu kadar havalimanı çalışanının canını tehlikeye atmaya hakkınız yok! Bu kadar çalışanı her gün bugün de ölmeden işime geldim, evime geldim diye tedirgin etmeye hakkınız yok!

turkiyehaberciyeniölçü 5_Layout 1 9/3/19 4:02 PM Page 3



## BAHÇELİEVLER'DE

# Çevre seferberliği başladı






***Bahçelievler Belediye Başkanı Dr. Hakan Bahadır, ilçede gerçekleştirilen etkinliklerle çevre duyarlılığına dikkat çekti. Bahadır, ilçedeki Çamlık Caddesi'ni hortum ile yıkadı.***

Mevsim dolayısıyla temizlik, ilaçlama, park ve bahçelerin elden geçirilmesi için çalışan Bahçelievler Belediyesi, temizlik çalışmaları için kolları sıvadı. Bahçelievler Belediye Başkanı Dr. Hakan Bahadır, çevre etkinliklerine Çamlık Caddesi'ni hortum ile yıkayarak başladı. Etkinlik kapsamında Bahadır, tüm mahalleyi yıkadıktan sonra vatandaşlara çiçek dağıttı. O anları vatandaşlar cep telefonu ile kaydetti.
Gelecek nesillere daha temiz bir dünya, daha güzel bir Bahçelievler bırakmak istediğini söyleyen Bahadır, çevre bilincinin oluşması temennisinde bulundu. Başkan Bahadır, etkinliğin sonunda her mevsim yeşil olma özelliğine sahip İleks ağacını mahallede yaşayan çocuklar ile birlikte dikti.
Ayrıca çöp konteyneri sorununa da değinen Bahadır, 2 apartman arasına bir mini çöp konteyneri bırakılacağını, bu şekilde sokağa çöp atılma kavramından uzaklaşılacağını aktardı.
"Çevre temizliğindeki en önemli şey çöp kültürümüzün olmasıdır"
Amaçlarının yeni nesle çevre bilinci kazandırmak olduğunu vurgulayan Bahçelievler Belediye Başkanı Dr. Hakan Bahadır, "Biliyorsunuz 'Dünya Çevre Günü' 5 Hazirandı. Bayram tatili dolayısıyla bu hafta kutluyoruz. İlk önce bazı sokaklarımızı yıkıyoruz. Ağaç ekip özellikle çocuklarımıza çiçek dağıtıyoruz. Buradaki amacımız çevre bilincini oluşturmak. Yeni nesle çevre bilinci oluşturarak ağaç ekip, çiçek ekip çevreye sahip çıkmalarını istiyoruz. İlaçlama yapıyoruz. Bunun haricinde çevre temizliğindeki en önemli şey çöp kültürümüzün olmasıdır" dedi.
"Birlikte çevre bilinci oluşturacağımıza inanıyorum"
Bahadır, "Cumhurbaşkanımızın eşi Emine Erdoğan'ın başlattığı sıfır atık projesi ile mümkün olduğunca çöpleri sıfır atığa indirmek istiyoruz. Bir başlangıç hamlesi olarak 2 apartmana bir konteyner bırakıyoruz. Dışarıda sokağa çöp atılma kavramını uzaklaştıracağız. Zaten bizim vatandaşımızda çevre duyarlılığı, çöp bilinci vardır. Bunu daha da artırmak istiyoruz. Çöp konteyner sayımızı artırıyoruz, yıkıyoruz ve daha güzel bir Bahçelievler daha yaşanılabilir bir İstanbul için hep birlikte çalışıyoruz. 17 yıllık iktidarımız tabi ki çok başarılıydı. Binali başkanımız ile daha da güzelleştireceğimize inanıyoruz. Birlikte çevre bilinci oluşturacağımıza inanıyorum" diye konuştu.




# Başakşehir'e yeni bir kent meydanı daha yapılıyor

***İstanbul'un yeni merkezi Başakşehir, Türkiye'nin ilk planlı kent meydanı Başakşehir Kent Meydanı'nın ardından yeni bir meydana daha kavuşuyor. Fatih Terim Stadyumu ile Sular Vadisi girişi arasında inşa edilen kent meydanında hazırlıklar tüm hızıyla sürüyor.***




Başakşehir Belediyesi, daha güzel ve yaşanabilir bir Başakşehir için ilçeye kazandırdığı projelere bir yenisini daha ekledi. Modern ve nitelikli konut projelerinin yanı sıra ortak yaşam alanlarıyla İstanbul'un yeni merkezi olma yolunda emin adımlarla ilerleyen Başakşehir'in ikinci kent meydanı için geri sayım başladı.
Toplam 18 bin metrekare alana sahip
Başakşehir 4. Etap'ta yer alan Fatih Terim Stadyumu ile Sular Vadisi girişi arasındaki kent meydanında çalışmalar büyük ölçüde tamamlandı. Toplam 18 bin 90 metrekarelik alan sahip kent meydanının 980 metrekarelik bölümü yeşil alana ayrıldı. Yeşil alanlardaki peyzaj çalışmalarının aralıksız devam ettiği meydanda, 12 bin 130 metrekarelik yürüyüş yolu bulunuyor.
Altyapı çalışmaları 'kazısız' yapılacak
Fatih Terim Stadyumu ile Sular Vadisi'ni birbirine bağlayacak meydana ayrıca yeraltı kanalları döşendi. Bu sayede daha sonra yapılacak muhtemel elektrik, fiberoptik gibi altyapı çalışmaları kazı yapılmadan gerçekleştirilebilecek. Böylece Başakşehirlilerin meydanı kesintisiz bir şekilde kullanması da sağlanacak.
Esnaf yeni dükkânlarına taşındı
Yayaların rahat kullanabileceği geniş kaldırımların yapıldığı meydan, görselliği ön plana çıkaracak dekoratif aydınlatma direkleriyle donatıldı. Meydan bölgesinde market, pastane, eczane gibi 19 ticari dükkân da faaliyete geçti. Yıkılan eski çarşıda faaliyet gösteren esnaf, yeni dükkânlarına taşınarak




Başakşehirlilere hizmet vermeye devam ediyor.
"Her yeni proje yeni komşular, yeni dostluklar demek"
Kent meydanındaki çevre düzenlemesi çalışmalarını yerinde inceleyen Başakşehir Belediye Başkanı Yasin Kartoğlu, "Çalışmalarımız tamamlandığında Başakşehir, yeni ve modern bir meydana daha kavuşmuş olacak. İnanıyorum ki bu meydan, komşuluk ilişkilerimizin bir adım daha ileriye taşıyacaktır. Her yeni proje gibi yeni kent meydanımızın da yeni komşulara, yeni dostluklara vesile olmasını diliyorum" diye konuştu.

turkiyehaberciyeniölçü 5_Layout 1 9/3/19 4:02 PM Page 4

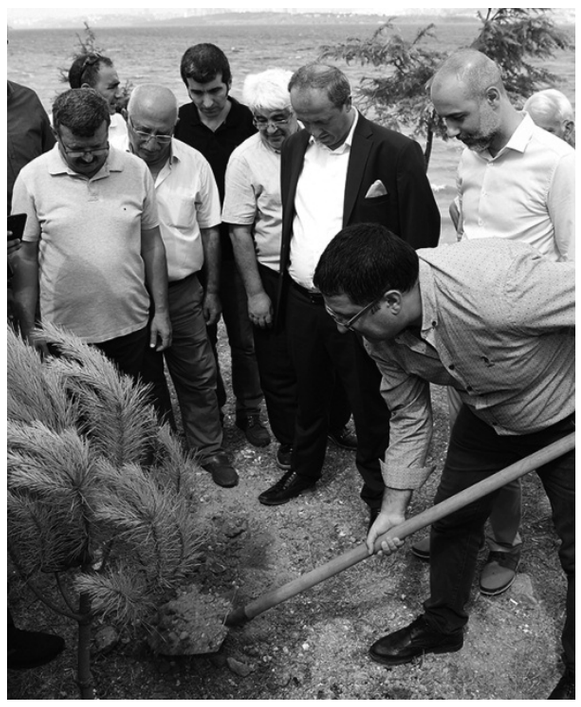


# Turan Hançerli Avcılarlı Vatandaşlarla Fidan Dikti

***Avcılar Belediyesi ve Avcılar Kent Konseyi, Gümüşpala Mahallesi Paşaeli Parkı'nda fidan dikme etkinliği gerçekleştirdi.***




Avcılar Belediye Başkanı Turan Hançerli'nin de katıldığı etkinlikte 17 Ağustos depreminde yaşamını yitiren vatandaşlar anısına fidan dikildi. 17 Ağustos'ta yapılması planlanan ancak hava muhalefeti nedeniyle ertelenen fidan dikme etkinliğine Avcılarlı kadınlar ve çocuklar yoğun katılım gösterdi.
1999 Depreminde yaşamını yitiren vatandaşları anarak, "İnşallah bir daha böyle sorunlar, dertler, acı olaylar yaşamayalım, hep güzelliklerde buluşalım" diyen Başkan Hançerli, depremin üzerinden 20 yıl geçmesine rağmen İstanbul'da ve bir bütün olarak Türkiye'de depremin hatırlattığı eksikliklerin hala giderilmediğini belirtti.
"Fidan dikeceğiz fidanları kesmeyeceğiz"
Hançerli, "Acılı günlerimizi unutmayacağız çünkü yeni acılar yaşanmasın istiyoruz. Depremin 20'nci yılında birçok etkinlik düzenledik. Bunlardan bir tanesi de fidan dikme. Ayrıca tüm dünyada bir çevre duyarsızlığı ve çevre felaketi var. Buzullar eriyor. Gelecek kuşakları, çocuklarımızın geleceğini teminat altına almanın yollarından bir tanesi de ağaç dikmek ve çevreye duyarlı olmak, çevreyi korumak. Biz böylelikle iki güzel şeyi bir arada yaptık. Tüm ülkeye örnek olmasını diliyoruz. Biz fidanlar dikeceğiz fidanları asla kesmeyeceğiz" ifadelerini kullandı.
İzmir'e mesaj
İzmir'de milyonlarca ağacı yok eden orman yangınlarına da değinen Hançerli, "Yine bugün bu fidan dikimiyle birlikte belki İzmir'i konuşabiliriz. İnanılmaz bir acı yüz binlerce milyonlarca ağaç yok oldu biz inşallah izmirde de ağaz dikeceğiz" dedi.
Avcılar Kent Konseyi Başkanı Turgay Halisdemir de hem afet bilincini geliştirmek, deprem farkındalığı oluşturmak hem Avcılar halkının Kent Konseyi'yle, belediyesiyle, sivil toplum kuruluşlarıyla deprem konusunda bundan sonra çok daha hassas olacağını da göstermek istediklerini belirtti.
Avcılar Belediyesi'ne ve Başkan Hançerli'ye teşekkürlerini ileten Halisdemir, dikilen fidanların son dönemde yanan ormanlarda yitip giden canlılara da ithaf edildiğini belirtti.



# Bilim ve Teknoloji Akademisi Bayrampaşa'da başladı



***TÜBİTAK Bilim ve Toplum Daire Başkanlığı tarafından desteklenen Bilim ve Teknoloji Akademisi eğitimleri Bayrampaşa Belediyesi Bilim Merkezi'nde başladı.***

Her yıl bilime meraklı binlerce öğrenciye kapılarını açan Bayrampaşa Belediyesi Bilim Merkezi, TÜBİTAK Bilim ve Toplum Daire Başkanlığı tarafından Doğa Eğitimi ve Bilim Okulları çağrısı kapsamında desteklenen Bilim ve Teknoloji Akademisi projesi eğitimlerine başladı. Hatay Necmi Asfuroğlu Anadolu Lisesi öğrencileri ve İstanbul'daki okullardan seçilen lise öğrencilerinin katılımıyla 20-27 Ağustos 2019 tarihleri arasında devam eden etkinlikte laboratuvar eğitimleri ve atölye çalışmaları ile bilimsel eğitim verilen öğrencilerin, temel ve uygulamalı bilimlere olan ilgilerinin arttırılması hedefleniyor. Projenin sonucunda farklı sosyokültürel çevrelerden bir araya getirilen bilime meraklı 40 lise öğrencisine bilimsel düşünme becerisi kazandırmak, bilimi sevdirerek ulaşılmazlığını yıkmak, teknolojiyi kullanarak bilime ulaşma yöntemlerini öğretmek amaçlanıyor.
Birçok üniversiteden çok sayıda akademisyenin de katılımı ile Bayrampaşa Belediyesi Bilim Merkezi'nin laboratuvarlarında gerçekleşen etkinliklerin sonunda katılımcılara, katılım belgeleri verilerek proje tamamlanacak.

# Ataşehir Sanat Parkı'na kavuştu



Ataşehir Belediyesi'nin ilçeye yeni parklar ve yeşil alanlar kazandırma çalışmaları tüm hızıyla devam ediyor.
Atatürk Mahallesi'nde hizmete açılan Sanat Parkı; 9 bin 587 metrekaresi yeşil alan olmak üzere, birçok farklı aktivite bölümüne sahip toplam 26 bin 842 metrekare alan üzerine kuruldu.
Modern, doğa dostu, sosyal ve kültürel alanların her geçen gün arttığı Ataşehir'de hizmete açılan Sanat Parkı, ilçenin simgesi olan Ataşehir Bulvarı'nın estetik görüntüsünü ve yaşam kalitesini de artırıyor.
Sanat Parkı'nın içerisinde; ıhlamur, çınar, çam, akasya, sophora, akçaağaç, sığla, gülibrişim ve atkestanesi türlerinde toplam 500 ağaç bulunuyor.
Parkın içerisinde; çocuklar için oyun alanları ve müzik aletleri, oturma alanları, kaykay pisti, amfi tiyatro, kitap okuma alanı, satranç alanı, spor alanı, basketbol sahası, bisiklet ve koşu yolu ile süs havuzları yer alıyor.
Ayrıca parktaki piyano şeklindeki süs havuzunun etrafında da İstiklal Marşı'nın notaları bulunuyor.
Parkın duvarlarında ve farklı yerlerinde de sanatsal objeler ile tamamen özgün tasarımlı kinetik objeler yer alıyor.







turkiyehaberciyeniölçü 5_Layout 1 9/3/19 4:02 PM Page 5



# Pilot, kabin ekibi, kokpit ekibi, idari ve teknik personel adayları için IELTS ayrıcalığı



***Havayolları şirketleri; yeni pilot, kabin ekibi, kokpit ekibi ve teknik personel adaylarını arıyor! Adaylarda aranan ve onlara ek imkanlar sunan kriterlerin başında İngilizce konuşulması ve IELTS sınavından geçerli not alınması dikkat çekiyor. IELTS'e ücretsiz olarak hazırlanma tüyolarını, istenilen puanı elde edebilmek için gerekenleri ve çok daha fazlasını British Council İş Geliştirme Direktörü Bora Can anlattı.***

Birçok havayolu firması, yetiştirilmek üzere yeni pilot adaylarının yanı sıra teknik ve idari personel, kokpit ekibi ve kabin ekibi adaylarını arıyor. Türkiye genelinde birçok kurum ve kuruluş, kalifiye ve doğru elemanın işe alınabilmesi için İngilizce seviyelerinin yeterliliği konusunda daha fazla özen gösteriyor. Adayların yabancı dil konuşması ise onlara birçok ek imkan sunuyor ve yeni kapılar açıyor. Adayların, İngilizce yeterliliklerinin belgelenmesi için talep edilen IELTS sınavı ise burada büyük rol oynuyor. IELTS sınavında istenilen puana nasıl ulaşılır, ücretsiz olarak sınava nasıl hazırlanılır, zaman kısıtlaması olan adaylarda sonuçlar nasıl daha hızlı şekilde alınır gibi karşılaşılan birçok soruyu, British Council İş Geliştirme Direktörü Bora Can cevaplıyor.

IELTS nedir?

IELTS, İngilizce bilgisini ölçmek için kullanılan ve iş, eğitim ve göçmenlik konusunda dünyanın en bilinen sınavıdır. IELTS sınavına, iki farklı şekilde kağıt-kalem veya bilgisayar üzerinden girilebiliyor. Türkiye genelinde İstanbul, Ankara, İzmir, Adana, Antalya ve Erzurum olmak üzere altı şehirde IELTS sınavlarını sunan British Council'ın yaklaşan sınav tarihlerine, https://www.britishcouncil.org.tr/exam/ielts/dates-fees-locations web sitesi üzerinden ulaşılabiliyor.

Kağıt-kalem ve bilgisayar üzerinden IELTS sınavının farkı nedir?

Sınav içeriği, yapısı ve sınav süreleri her iki seçenekte de aynıdır. Bilgisayar üzerinden IELTS sınavına girmeyi tercih edenler, 'Dinleme', 'Okuma' ve 'Yazma' bölümlerini bilgisayar kullanarak tamamlıyor. 'Konuşma' sınavı ise konuşma becerilerinin daha iyi değerlendirilebilmesi amacıyla yüz yüze yapılmaya devam ediliyor. Katılımcılar, girdikleri IELTS sınavının kağıt ve kalem ile ya da bilgisayar üzerinden yapıldığından bağımsız olarak, aynı güvenilir İngilizce sınavına girdiklerinden emin olabilirler.

Bilgisayar üzerinden IELTS sınavı, daha fazla sınav tarihi seçeneği, daha fazla sınav lokasyonu alternatifi ve gün içinde daha çok seans avantajıyla alınabiliyor. Katılımcılar, bilgisayar üzerinden gerçekleştirilen IELTS sayesinde, kendilerine en uygun sınav yöntemini ve sınav tarihini seçebiliyor. Ayrıca sınav sonuçlarını, sınavın tamamlanmasının ardından, 5-7 gün içinde çok daha hızlı bir şekilde öğrenebiliyorlar.

Ücretsiz IELTS hazırlık uygulamaları

IELTS'e birçok ücretsiz kaynakla hazırlanabilirsiniz. British Council'ın sunduğu, 'Road to IELTS' ve 'Understanding IELTS' ücretsiz çevrimiçi kursları, ücretsiz IELTS deneme sınavları, IELTS hazırlık uygulaması, IELTS videoları, sınav uzmanından ipuçları ve ücretsiz IELTS hazırlık webinarları gibi birçok kaynak, adayların sınava hazırlanması için olanak sağlıyor. IELTS deneme sınavları ile sınava girmeden önce kendinizi test edebilir ve benzer sorulara hazırlanabilirsiniz. Telefonunuza indirebileceğiniz IELTS hazırlık uygulaması ile istediğiniz her yerde sınava hazırlanmak ve sınav hakkında ipuçları almak için imkanınız olur. IELTS hazırlık videoları, tüm bölümlerin bir parçası olan akıcılık ve dilbilgisi konularında size önemli bilgiler sağlar. Sınavdaki bant puanınızı yükseltmek için ise IELTS sınav uzmanından ipuçlarına bakmayı unutmayın. British Council'ın düzenlediği ücretsiz 'IELTS'te Başarı için Online Seminer'imize katılabilir ve sınavın genel içeriğinin yanı sıra; 'Dinleme', 'Okuma', 'Yazma' ve 'Konuşma' başlıklı dört sınav aşamasının her biri ile ilgili olarak detaylı bilgi alabilirsiniz.

British Council IELTS sınav uzmanından öneriler

Dinleme:

oKayıtları yalnızca bir kere dinleyeceksiniz. Kayıtlar İngiliz, Avustralya, Yeni Zelanda, Amerikan ve Kanada gibi birçok aksan içermektedir.

oSınavda çoktan seçmeli, eşleştirme, plan/harita/diyagram işaretleme, form/not/akış şeması/özet tamamlama, cümle tamamlama gibi birçok soru tipi kullanılır.

oSorudaki anahtar kelimelerin altını çizin.

oİmla kurallarına dikkat etmek ve anlaşılır bir el yazısıyla yazmak önemlidir

oCevapların hepsi kayıtta mevcuttur.

oHiçbir soruyu boş bırakmayın.

Okuma:

oÜç metinle ilgili 40 soruyu cevaplamak için bir saatiniz var. Metin başına yaklaşık 20 dakika süreniz olacaktır.

oSınavda çoktan seçmeli, bilgi saptama, yazarın görüşlerini/iddialarını saptama, bilgileri eşleştirme, başlıkları, özellikleri veya cümle sonlarını eşleştirme, cümle, özet, not, tablo, akış şeması, diyagram işaretlerini tamamlama ve kısa sorular gibi birçok soru tipi kullanılır.

oMetnin içeriği ve düzeni hakkında genel bir fikir edinmek için hızlıca göz gezdirin. (gözden geçirme ve tarama)

oMetinde geçenlerle aynı anlama gelen eş anlamlı kelimeler ve ifadeleri bulmaya odaklanın.

oİmla kurallarına dikkat etmek ve anlaşılır bir el yazısıyla yazmak önemlidir

oCevapların tümü metinde mevcuttur.

oHiçbir soruyu boş bırakmayın.

Yazma:

oBaşlamadan önce plan yapın

oBölüm 1'de sizden görsel bir ögeyi (grafik/tablo/şema/diyagram) kendi kelimelerinizle tanımlamanız istenecektir. Yirmi dakika içinde 150 kelime yazmanız gerekiyor. Bölüm 2'de bir bakış açısı, argüman veya problemi irdeleyeceksiniz. Kırk dakika içinde 250 kelime yazmanız gerekiyor.

oİkinci bölümde yazacağınız metnin giriş, gelişme ve sonuç bölümlerinin olmasına dikkat edin.

oFikirleri ve paragraflarını birbirine bağlayın

oİmla kurallarına dikkat etmek ve anlaşılır bir el yazısıyla yazmak önemlidir

oKelime sayısı önemlidir. (Bölüm 1 için 150; Bölüm 2 için ise 250 kelime)

Konuşma:

oKonuşma sınavında üç bölüm bulunur. Bölüm 1 dört-beş dakika sürer. Hazırlık süresiyle birlikte Bölüm 2 üç-dört dakika sürer. Bölüm 3 dört-beş dakika sürer.

oRahatlamaya çalışın. Sınav görevlisi konuşmanız için size bolca zaman tanıyacaktır.

oAçık konuşun ve iletişim kurmaya odaklanın.

oKendiniz, aileniz ve deneyimleriniz hakkında konuşmaya hazırlanın.

oAra sıra hata yapmaktan çekinmeyin.

oSınav öncesinde konuşma hazırlayıp, ezberlediğiniz cevapları vermeye çalışmayın.

# THY'nin Yenilenen Üniformalarına Penti'den Özel Tasarım Çoraplar



***Türkiye'nin lider çok kategorili iç giyim moda perakende markası Penti, 2019 yılında yenilenen Türk Hava Yolları kabin ve yer hizmetleri personeli üniformalarına ait çorap tasarımlarını gerçekleştirdi.***




Türkiye'nin lider, Avrupa'nın en büyük ikinci ince kadın çorabı üreticisi Penti, Türkiye'nin dünya markası Türk Hava Yolları'nın yenilenen üniformaları için özel bir çalışmaya imzaya attı. Çorap giyim kategorisinde 1960 yılından bu yana pazar liderliğini elinden bırakmayan Penti, Türk Hava Yolları'nda görevli kabin ve yer hizmetleri personeli için özel tasarım çorap koleksiyonu hazırladı.

Üç Farklı Penti Çorabı...

Bacak giyimdeki uzmanlığını inovatif ürünlerle en üst seviyeye taşıyarak çorap modasına yön veren Penti, Türk Hava Yolları kabin ve yer hizmetleri personeli için 3 farklı tipte çorap hazırladı. Mat 20 Külotlu, Mat 20 Pantolon Çorabı ve Konfor-Destek külotlu çorabı olmak üzere farklı beden seçenekleriyle hazırlanan çoraplar için duman rengi tercih edildi.

Bilekten yukarıya doğru, kademeli olarak azalan sıkılıktaki yapısı sayesinde, kan dolaşımını hızlandıran çoraplar arasında yer alan konfor-destek külotlu çorabı, bacaklarındaki ağrı ve şişlikten şikayet edenler ile uzun süre hareketsiz kalan ve seyahat halinde olan kadınlar için uzman tavsiyesi içeriyor. Isı dengeleyici özelliği sayesinde bacakların nefes almasını sağlayan çoraplar aynı zamanda antistatik özelliği ile kıyafetlerin çoraba yapışmasına engel oluyor.

Tüm Penti'lerde...

Türk Hava Yolları kabin ve yer hizmetleri personeli için hazırlanan Penti çorapları, tüm Penti mağazalarında ve www.penti.com adresinde satışa sunulurken Türk Hava Yolları ile birlikte dünya üzerinde yüzlerce noktaya ulaşmaya devam edecek.

turkiyehaberciyeniölçü 5_Layout 1 9/3/19 4:02 PM Page 6



KAAN AIR

# FAA'dan Gulfstream G600'e tip ve üretim sertifikası!

HABER: TAMAY ZENGİN




***Türkiye Ticari Satışlar Temsilciliğini Kaan Air'ın yürüttüğü Gulfstream, G600 iş jetleri için Federal Havacılık Kurumu'ndan (FAA) hem tip sertifikası hem de üretim sertifikası aldı. Gulfstream, G600'ün teslimatlarına bu yıl başlamayı planlıyor.***



Dünyanın önde gelen helikopter üreticilerinin "Exclusive" distribütörü olan Kaan Air'in Türkiye Ticari Satışlar Temsilciliğini yürüttüğü Gulfstream, G600 modeli için FAA 'den tip ve üretim sertifikası aldı. Gulfstream, G600 iş jetlerinin bu yıl ilk teslimatını gerçekleştirmeyi planlıyor. Aynı zamanda Gulfstream, G600 için Avrupa Havacılık Emniyet Ajansı'ndan (EASA) da tip sertifikası almayı bekliyor.

Geniş kabin özelliğine sahip!

Menzili 6 bin 500 deniz mili olan Gulfstream G600 modeli, 0.85 Mach ile hızlı bir iş jeti olarak dikkat çekiyor. İki uçuş noktası arasında 11 hız rekoru kıran G600 modelinin maksimum çalışma hızı ise 0.925 Mach'a kadar çıkabiliyor. G600'ün kabin alanı ise G500 iş jetinden dört buçuk metre daha uzun. Gulfstream'in mühendislik ekibi, FAA tip belgelendirmesini alabilmek için toplamda 100 bin saat simülatör uçuşu ve 3 bin 200 saat de gerçek uçuş gerçekleştirdi.

# Emirates, Türkiye'deki Kabin Memuru Alımlarına Devam Ediyor



***Emirates Havayolu, kabin memuru işe alımı için 7 Eylül 2019 tarihinde Ankara'da ve 9 Eylül'de İzmir'de olmak üzere iki görüşme günü düzenleyecek.***

Emirates Havayolu, sürekli büyüyen filosu ve genişleyen uçuş ağına paralel olarak kabin ekibi işe alımlarını da hızlandırıyor. Emirates', kabin memuru ekibine Türkiye'den başvuran adaylar için 7 Eylül Cumartesi günü saat 09.00'da Ankara Sheraton Hotel&Convention Center'da ve 9 Eylül Pazartesi günü saat 09.00'da İzmir Mövenpick Hotel'de olmak üzere iki görüşme günü düzenleyecek. Kabin memuru görüşme günü, ilgilenen kişilere, işe alma süreci hakkında daha fazla bilgi sunarken, Emirates kabin memuru olmanın faydaları hakkında Emirates personeli ile birebir görüşmek ve Dubai'de yaşamak ve çalışmanın nasıl olduğunu öğrenmek adına büyük bir fırsat sunuyor.

**Emirates Kabin Memuru Olmak için;**

Bir Emirates kabin memuru olarak, adaylar, dünyanın önde gelen kültür ve ticaret merkezlerinden birisi olan Dubai'de yaşarken, aşağıdaki gereksinimlere sahip olması gerekiyor:

•En az 21 yaşında olmak
•Ayak uçlarında dururken 212 cm'lik kol erişimi
•Minimum 160 cm boy
•Lise mezunu olmak
•İngilizce'de akıcılık (yazılı ve sözlü)
•Üniforma dışından görünür dövme olmaması
•Sağlıklı bir Vücut Kitle İndeksi (BMI)

Emirates'te Kabin Memuru Olmak;

Emirates Kabin Memuru olarak görev yapanlar aşağıdaki imkanlardan yararlanabilecekler:

•Ayda 2.660 dolardan başlayan maaş
•Sefer sırasındaki yemek, otel konaklaması ve havaalanına gidiş ve dönüş şirket tarafından sağlanmaktadır.
•Dubai'deki eviniz ve havaalanı arası transfer.
•Dubai'nin merkezinde, şirket tarafından sağlanan konaklama
•Üniforma şirket tarafından ücretsiz olarak verilir.
•30 iş günü yıllık izin hakkı. Ülkenize dönmek için bir yıllık ücretsiz yıllık izin bileti.

# Beş palli H145'in ikinci prototipi ilk uçuşunu tamamladı

***Atlanta'da Heli-Expo'da görücüye çıkan yeni H145, 150 kg ilave yük taşıma kapasitesi sunarken, aynı zamanda konfor, kullanım ve bağlantı kolaylığı da standartları yükseltiyor.***



Ağustos ayı başında, yeni beş palli H145'in ikinci prototipi, Donauwörth'teki Airbus Helicopters sahasında ilk uçuşunu gerçekleştirdi. Bu helikopter, beş palli H145'in EASA sertifikasyonu için 2020 yılının başlarında ek uçuş testlerinde kullanılacak. İlk prototip, şu anda Güney Amerika'da yüksek irtifa testlerini gerçekleştiriyor. İkinci prototip ise ağırlıklı olarak otopilot testi, performans ve gövde yapısal doğrulama testlerine tabi tutulacak.

Bu yıl Atlanta'da Heli-Expo'da görücüye çıkan yeni H145, 150 kg ilave yük taşıma kapasitesi sunarken, aynı zamanda konfor, kullanım ve bağlantı kolaylığı da standartları yükseltiyor.

turkiyehaberciyeniölçü 5_Layout 1 9/3/19 4:02 PM Page 7



# İstanbul Havalimanı'na ulaşım sadece 15 dakika



***Dünyanın önde gelen helikopter üreticilerinin "Exclusive" distribütörü olan Kaan Air, farklı model ve kapasitelerdeki helikopterleri ile İstanbul Havalimanı ve şehir merkezi arasındaki transferleri hızlı ve konforlu bir şekilde gerçekleştirilecek.***

Şehrin trafik karmaşasını yaşamak istemeyen iş insanları ve İstanbul'a gelen turistler kısa zamanda hızlı yol kat etmek için helikopterleri tercih ediyor. Kaan Air'in filosundaki Leonardo helikopterleri ile yoğun İstanbul trafiğine girmeden, keyifli ve eğlenceli 15 dakikalık bir yolculuk sonunda tüm havalimanlarına ulaşım sağlanabiliyor.

İşinize ve kendinize daha fazla zaman ayırın

Kaan Air'in filosundaki Leonardo helikopterleri ile bir yandan İstanbul'un eşsiz manzarasının keyfini çıkartırken aynı zamanda İstanbul trafiğinin yoğunluğundan kurtularak zamandan da tasarruf edebilecek işinize ve kendinize daha fazla zaman ayırabileceksiniz.

Kaan Air helikopterleri ile

- Şehir Merkezi - İstanbul Havalimanı ~15 dakika,
- Şehir Merkezi - Sabiha Gökçen Havalimanı ~15 dakika,
- İstanbul Havalimanı ile Sabiha Gökçen arasındaki transferler ise ~20 dakika gibi kısa bir sürede gerçekleştiriliyor.

**HABER: CENK TÜRKEZER**




# *Türk Hava Yolları'ndan Kuzey Avrupa'ya seyahat edecek yolcular için ayrıcalıklı fiyatlar*




Dünyanın en çok ülkesine uçan havayolu Türk Hava Yolları, transfer merkezi İstanbul Havalimanı'ndan İngiltere, İrlanda, Rusya, Norveç, İsveç, Danimarka, Finlandiya, Letonya, Litvanya ve Estonya'daki 26 noktaya gidiş - dönüş her şey dâhil 164 Dolar'dan başlayan fiyatlarla uçma ayrıcalığı sunuyor.

Sınırlı sayıda koltuk için geçerli olan indirimden yararlanmak isteyen yolcular, uçuş biletlerini 3- 13 Eylül 2019 tarihleri arasında satın almaları halinde, seyahatlerini 03 Eylül 2019 – 20 Mayıs 2020* tarih aralığında gerçekleştirebilecekler.

Ekonomi sınıfı için her şey dâhil gidiş - dönüş 164 Dolar'dan başlayan fiyatlar Türk Hava Yolları'nın resmi web sitesi ücretleri olmakla birlikte bilet satış ofisleri ve acentelerde değişiklik gösterebilmektedir.

Kapsam dışı seyahat dönemleri ve kampanya ile ilgili ayrıntılı bilgilere www.turkishairlines.com web adresinden, 444 0 849 numaralı Çağrı Merkezi'nden veya satış ofislerinden ulaşılabilir.

Seyahat tarih aralığı Birleşik Krallık için 10 Eylül 2019 – 20 Mayıs 2020, Rusya için 3 Eylül 2019 – 20 Nisan 2020 şeklindedir.

# İstanbul Havalimanı'nda Konforlu Toplantılarınız İçin Tek Adres





"Şehre dönüş" ve sıklaşan iş gezileri döneminde, YOTEL İstanbul Havalimanı, yoğun ajandalar arasında vakti değerli olanlara, uçuş öncesi iş toplantıları ve etkinlikler için fonksiyonel bir mekân sunuyor.

YOTEL İstanbul Havalimanı kara tarafında yer alan dokuz hub'ı ve bire bir özel görüşmeler için ideal üç pod'u ile yönetim kurulu toplantılarından eğitim toplantılarına, workshop'lardan kurumsal etkinliklere ayrı ayrı küçük gruplara veya toplamda 200 kişiye ev sahipliği yapabiliyor.

Son derece modern ve şık çizgilere hâkim toplantı salonlarında YOTEL Istanbul Havalimanı misafirlerin taleplerine özel toplantı paketleri dizayn ediyor. Kahve molaları, öğle yemeği ve atıştırmalıklar içeren paketler €60'dan başlıyor.

Salonlarda süper hızlı internet ve dizüstü bilgisayarlar ile kablosuz bağlantılı akıllı TV ler, dijital sunum tahtaları ve konferans telefonları gibi en yeni teknik ekipmanlar sunuluyor.

277 kabin ile pasaport kontrolü öncesi havalimanına yolu düşen tüm misafirlere hizmet veren YOTEL İstanbul Havalimanı (kara tarafı), ayrıca 24 saat açık bir spor salonuna ve tüm gün yiyecek ve içeceklerin servis edildiği ortak alan "KOMYUNITI"ye sahip. Pasaport kontrolü sonrası yolculara hizmet veren YOTELAIR İstanbul Havalimanı da 174 kabin ile yolcuların hizmetinde.

turkiyehaberciyeniölçü 5_Layout 1 9/3/19 4:02 PM Page 8



# THY ile Bangkok Hava Yolları yeni bir kod paylaşımı iş birliği yaptı




Haber: Tamay ZENGİN

***Türk Hava Yolları (TK) ile Bangkok Hava Yolları (PG), 1 Ağustos 2019 tarihinden itibaren Tayland iç hatlarına ve Güneydoğu Asya'daki diğer noktalara daha rahat seyahat bağlantıları sunacak yeni bir kod paylaşımı iş birliğini duyurdu.***



Bu kod paylaşımı anlaşması, Bangkok Hava Yolları'nın mevcutta iç ve dış hatlarda sefer icra ettiği; Bangkok-Chiang Mai, Bangkok-Chiang Rai, Bangkok-Lampang, Bangkok-Sukhothai, Bangkok-Trat, Bangkok-Samui, Bangkok-Phuket, Bangkok-Krabi, Samui-Phuket, Bangkok-Danang, Bangkok-Phu Quoc, Bangkok-Yangon, Bangkok-Mandalay, Bangkok-Nay Pyi Taw, Bangkok-Vientiane ve Bangkok – Luang Prabang olmak üzere 16 sefer noktasını kapsıyor. Bangkok-Phnom Penh ve Bangkok-Siem Reap noktaları da, ilgili ülke makamlarından alınacak izinlere tabi olarak diğer 16 rotaya ek olarak zikrediliyor.

Anlaşmaya ilişkin görüş bildiren Türk Hava Yolları Genel Müdürü Bilal Ekşi; "Bangkok Hava Yolları ile uzun süredir devam eden iş birliğimizi bu kod paylaşımı anlaşması ile güçlendirmekten dolayı oldukça memnunuz. Asya Pasifik bölgesindeki en önemli bağlantı noktalarından biri olan Bangkok üzerinden yolcularımız, Tayland iç hatları ile heyecan verici seyahat noktalarına ve diğer komşu ülkelere erişimlerinde büyük bir konfor kazanacaklar." dedi.

Bangkok Hava Yolları Başkanı Puttipong Prasarttong-Osoth ise yaptığı değerlendirmede;

"Bangkok Hava Yolları olarak rota ağımızı güçlendirmek amacıyla dünyanın önde gelen havayolu şirketlerinden Türk Hava Yolları ile kod paylaşımı partneri olarak çalışmaktan büyük bir memnuniyet duyuyoruz. Bu anlaşma ile turistik ve ticari yolcular, Tayland iç hatlarına ve komşu ülkelerine gerçekleştirecekleri seyahatlerde artırılmış bağlantı ve kesintisiz erişim imkânına sahip olacaklar. Dahası, Bangkok Hava Yolları'nda seyahat eden Türk Hava Yolları yolcuları, havayolumuzun özel yolcu salonu ve uçak içi servisleri gibi eşsiz erişim olanaklarının da keyfini çıkarabilecekler."dedi.

# THY River Plate'in forma sponsoru oldu

***Bayrak taşıyıcı havayolu, 2019-2020 sezonundan itibaren 3 yıl boyunca River Plate takımının formasında yer alacak.***

Arjantinli futbol takımı River Plate ile anlaşmaya vardı. Anlaşma kapsamında River Plate üç yıl boyunca oynayacağı müsabakalarda Türk Hava Yolları logolu forma ile boy gösterecek. Bu anlaşma ile Türk Hava Yolları aynı zamanda "The Millionaires" olarak da bilinen River Plate'e sponsor olan ilk havayolu şirketi oldu.

River Plate, 4 Ağustos Pazar günü saat 23:45'te (GMT-3) Lanús ile oynayacağı maçtan itibaren üç sezon boyunca Türk Hava Yolları logolu formaları ile mücadele edecek.

Türk Hava Yolları Yönetim Kurulu ve İcra Komitesi Başkanı, M. İlker Aycı, sponsorluk hakkında; "Dünyanın en çok ülkesine uçan havayolu olarak, dünyanın en önemli futbol takımlarından River Plate'in forma sponsoru olmaktan büyük mutluluk duyuyoruz. Bu anlaşmanın, Türk Hava Yolları'nın spora ve sporcuya desteğini göstermesi ve her zaman başarı odaklı bir strateji izlemesi açısından çok önemli olduğu kanaatindeyim." açıklamasında bulundu.

Uzun yıllardır futbola verdiği destekle bilinen bayrak taşıyıcı havayolu, geçmişte Barcelona, Manchester United, Borussia Dortmund gibi önemli kulüplerin yanı sıra UEFA Euro 2016'ya da sponsor olmuştu. Türk Hava Yolları, Lionel Messi ve Didier Drogba gibi ünlü isimlerle geçmişte çektiği reklam filmleriyle de önemli başarılara imza atmıştı.

1901 yılında kurulan River Plate, adını Rio de la Plata'dan almaktadır. Ezeli rakibi Boca Juniors ile birlikte Arjantin'in en büyük taraftarı olan kulüplerindendir. El Monutental olarak da bilinen 66 bin seyirci kapasiteli Estadio Monumental Antonio Vespucio Liberti stadyumuna sahiptir. 36 defa Arjantin birinci futbol ligi şampiyonluğu bulunan River Plate'in dört kez Copa Libertadores, üç defa Recopa Sudamericana, birer kez de Intercontinental Cup, Supercopa Sudamericana, Copa Sudamericana, Copa Interamericana ve Suruga Bank Championship şampiyonlukları bulunmaktadır.




# Limak, Senegalli gençlerin kariyerini "uçuruyor"

***İlki Kosova'da oluşturulan "Limak Havalimanı Hizmetleri Enstitüsü" projesi, şimdi de Las Academie adıyla Senegal'de ilk mezunlarını verdi. Senegalli gençlere havacılıkta global kariyer fırsatı sunan eğitimle Limak, sektöre nitelikli iş gücü yetiştirmeyi sürdürüyor.***




İnşaat ve müteahhitlik alanında farklı ülkelerde başarılı projelere imza atan Limak, eğitim alanında sosyal fayda sağlayan projelerine devam ediyor. Bu projeler aracılığıyla faaliyette bulunduğu her bölgenin ekonomisine olduğu gibi toplumsal hayatına da dokunan Limak'ın bu konudaki en yeni durağı Senegal oldu. Limak'ın ilkini Kosova'da oluşturduğu ve birçok prestijli ödülün de sahibi olan "Limak Havalimanı Hizmetleri Enstitüsü" projesi, LAS Academie adıyla Senegal'de ilk eğitim dönemini tamamladı. 2019'un başında faaliyete geçen ve ilk mezunlarını veren LAS Academie, Senegalli gençlere kariyerlerini şekillendirme fırsatı sağlarken, sektörün eğitimli işgücü ihtiyacını karşılamayı planlıyor.

"Bu projeyi, sektörel görev görüyoruz"

Limak'ın havalimanı alanında eğitim sunmak ve sektöre genç yetenekler kazandırmak amacıyla kurduğu enstitünün ilk adresi Kosova olmuştu. LimakASI (Limak Airport Services Institute) ile Kosova'da yarattığı mucizeyi 5 yıldır sürdüren Limak Havalimanı Hizmetleri Enstitüsü, bugüne kadar 150 öğrenciyi mezun etti. 2019'un Ocak ayında LAS Academie ile bu eğitim modelinin bir benzerini Senegal'e taşıyan şirket, bu bölgede de ilk mezunlarını verdi. Uluslararası geçerliliği olan sertifikalarını alan gençler, havacılık sektörü kariyerlerine başlama fırsatı yakaladı bile.

Bu önemli başarıyla ilgili açıklama yapan Limak Yatırım Yönetim Kurulu Üyesi Hakan Öztürk, eğitim alanında, Türkiye'de olduğu gibi, faaliyette bulundukları diğer bölgelerde de farklı sosyal projelere imza atmaktan duydukları mutluluğu vurguladı. "Havacılık Enstitüsü, bu alanda gerçekleştirdiğimiz önemli bir başarı. İlkini Kosova'da hayata geçirdiğimiz bu proje, IPRA, Hermes ve Stevie gibi birçok prestijli ödülün de sahibi oldu. Bu enstitü, artık sadece bölgede değil, tüm dünyada örnek projeler arasında gösteriliyor" diyen Öztürk, sözlerini şöyle sürdürdü: "Şimdi işsizliğin büyük bir sorun olduğu Senegal'de gençlerin eğitimlerine katkı sağlayan, kendi kariyerlerini oluşturma fırsatı veren bir girişime öncülük etmekten dolayı mutluyuz. Rusya'dan Kosova'ya, İstanbul Havalimanı başta olmak üzere Türkiye'nin farklı şehirlerinden Senegal ve Kahire'ye, dünyanın önemli havalimanı inşaatı ve işletmeciliğini üstlenen bir şirket olarak, bu projeyi sektörel bir görev görüyoruz. Bu kapsamda Kosova'da başlattığımız ve şimdi Senegal'de devam ettirdiğimiz projemizi, diğer havalimanlarımızda da hayata geçirmek üzere çalışmalarımıza devam ediyoruz. Hedefimiz, bölgelerdeki genç nüfusa kariyerlerini çizme şansı tanırken, sektörümüze nitelikli iş gücü kazandırmak..."

Sertifikalar, 100'ü aşkın havalimanında çalışma fırsatı sunuyor

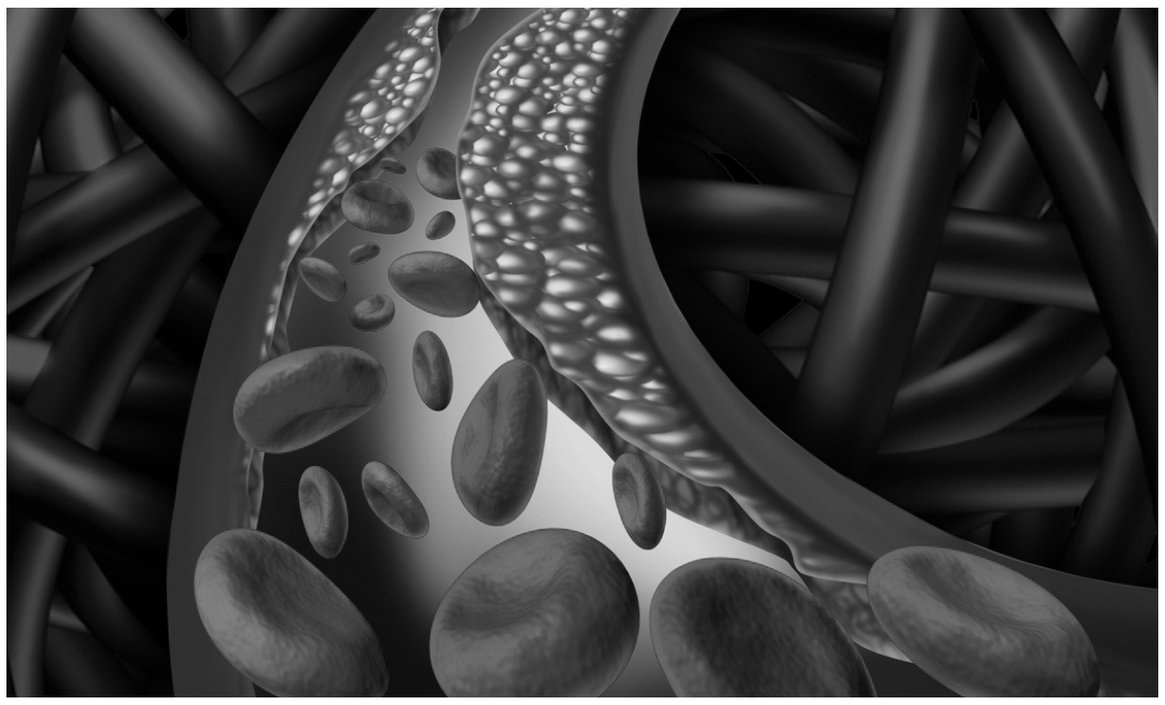
Senegalli gençlerin donanımlarını artırarak, onlara bu sektörde global kariyer fırsatı sunmayı amaçlayan LAS Academie için havalimanı lokasyonunda yer alan Thies Üniversitesi ile işbirliği yapan Limak'ın bu projedeki diğer paydaşları ise Boğaziçi Üniversitesi Yaşamboyu Eğitim Merkezi ve ERNAM (l'Ecole Régionale de la Navigation Aérienne et du Management) oldu.

Boğaziçi Üniversitesi'nin yaptığı iki aşamalı sınavdan sonra, Limak yöneticileriyle üniversite temsilcilerinin yer aldığı jüri tarafından seçilen 30 Senegalli genç, havaalanı ekipman planlamasından iletişim becerilerine, siber güvenlikten işletme ve ekonomiye uzanan geniş bir yelpazede eğitim aldı. Eğitim sonunda Pearson ve BTEC'den hem havalimanı işletmeciliği hem de liderlik programı sertifikalarını almaya hak kazanan gençler, bu sertifikalar ile 100'den fazla havalimanında çalışma fırsatı bulabilecek. Programı en yüksek başarıyla bitiren 2 öğrencinin Limak ve SUMMA İstanbul ofislerinde stajlarına başladığını açıklayan şirket, LAS Academie mezunlarının büyük bir kısmının da, Senegal'de ilgili kuruluşlarda stajlarına başladığını ve iş hayatına sağlam bir başlangıç yaptığını ekledi.

turkiyehaberciyeniölçü 5_Layout 1 9/3/19 4:02 PM Page 9



# Yüksek kolesterol damarları tehdit ediyor





Kandaki yağ seviyesinin yükselmesiyle oluşan kolesterol, vücuttaki tüm damarları olumsuz etkileyebiliyor. Düzensiz beslenme vücutta diyabet, obezite gibi sorunlarla birlikte hiperkolesterolemiye (kolesterol) -yani kanda yağ seviyelerinde yükselmesi- de neden olabiliyor. Vücutta özellikle kötü huylu olarak bilinen LDL kolesterol ve trigliseridin normal seviyelerin üzerinde seyretmesi pek çok yolla atardamar sağlığını olumsuz etkiliyor. Kan yağlarının yüksekliği, aterosklerotik damar hastalığını direkt olarak tetikleyebildiği gibi obeziteye neden olarak dolaylı yoldan da damar sağlığını tehlikeye atabiliyor.
Kolesterolün vücuttaki tüm atardamarları etkileyebildiğini belirten Acıbadem Fulya Hastanesi Kalp ve Damar Cerrahisi Uzmanı Doç. Dr. Cem Arıtürk, "Özellikle düzensiz beslenme, hareketsizlik ve stres gibi faktörlerle tetiklenen bu hastalık; koroner damarlarda, böbrek damarlarında, bağırsak damarlarında, şah damarlarında ve bacakların üst kısmındaki büyük damarlarda "ateroskleroz" adı da verilen damar sertliği gelişimini hızlandırmakta ve sonuç olarak ilgili sistemde sorunların ortaya çıkma sıklığını artırmaktadır. Koroner damarlardaki sorunlar kalp krizine ve şah damarlardaki sorunlar felçlere neden olabilmektedir. Bununla birlikte bağırsak damarlarının tıkanıklıklarında mide bağırsak sistemi sorunları, böbrek damarı tıkanıklıklarında böbrek yetmezliği ve bacaklardaki büyük damarların tıkanıklıklarında bacaklarda ağrı gibi sorunlar oluşabilmektedir. Bu nedenle diyabetli, hipertansiyonlu veya kolesterolü yüksek olan hastaların göğüs ağrısı, nefes darlığı gibi şikâyetlerde koroner arter hastalığı açısından tetikte olmaları ve bu şikâyetleri yaşadıklarında mutlak suretle bir hekime başvurmaları gerekmektedir. Benzer şekilde baş dönmesi, göz kararması, bayılma, konuşma bozukluğu ve unutkanlık gibi şah damar hastalığı düşündürtecek bulgular da önemlidir. Bu iki sistemdeki sorunlara oranla daha az önemli olmakla birlikte mide bağırsak sisteminde oluşabilecek gaz, hazımsızlık, şişkinlik gibi sorunlar; böbrek yetmezliğini düşündürtecek idrarda azalma gibi şikâyetler ve bacak damar tıkanıklığına işaret eden yürüme mesafesinde azalma, bacaklarda yürümekle gelen ağrı, soğukluk ve solukluk gibi şikâyetler de ivedi bir şekilde hekime başvurmayı gerektirmektedir. Gerek diyabet gerek hipertansiyon gerekse de hiperkolesterolemi çok küçük önlemlerle önü alınabilecek ve atardamar üzerindeki olumsuz etkileri önlenebilecek hastalıklardır. Hayat ve beslenme tarzı değişiklikleri, gerekirse ilaç tedavisi ve düzenli doktor kontrolleri ile gelişmesi muhtemel pek çok sorunun önüne geçmek mümkündür" dedi.

# Çocuklarda demir eksikliği kalp yetmezliğine yol açabilir



Çocuklarda en sık görülen kansızlık nedeni demir eksikliği anemisi olarak belirtiliyor. Kas, kalp, kemik, beyin gibi organlar çalışırken, yüksek miktarda demire ihtiyaç duyuyor. Bu nedenle ebeveynlerin hızlı büyümenin olduğu 0-2 yaş süt çocukluğu döneminde ve 14-16 yaş adölesan dönemde demir eksikliği açısından dikkatli olmaları gerekiyor. Çocuklarda demir eksikliği durumunda yaygın olarak yorgunluk, iştahsızlık, saç dökülmesi, halsizlik, çok esneme ve çok uyuma ya da bazen tam tersi hırçınlık, huzursuzluk gibi belirtiler görülüyor. Zamanında tedavi edilmeyen demir eksikliği; kalp yetmezliği ve mental geriliğe yol açabiliyor.
Memorial Bahçelievler Hastanesi Kemik İliği Nakli Merkezi'nden Pediatrik Hematoloji ve Onkoloji Bölümü'nden Doç. Dr. Müge Gökçe, çocuklarda demir eksikliği anemisi hakkında bilgi verdi.
Ergenlik döneminde demir eksikliğine dikkat!
Demir; pek çok organın çalışmasında rol oynayan önemli bir elementtir. Türkiye'de demir eksikliği anemisi görülme sıklığı sosyo-ekonomik düzey, beslenme ve yaşam şekli gibi farklılıklara bağlı olarak bölgeden bölgeye değişse de ortalama yüzde 25-30 civarındadır. Demir bebeklik döneminden itibaren çocuğun sağlıkla büyüyüp gelişebilmesi için çok önemlidir. Annede demir eksikliği yoksa anne sütü ile beslenen bebeklerde ilk 6 ay eksiklik görülmeyebilir. Hazır mamalarla beslenen bebeklerde demir eksikliğinin daha az görülmesinin nedeni mamaların demirden zengin olmasıdır. Fakat 4. – 6. aylarda hem ek besinlere geçiş hem de hızlı büyüme ile demir gereksinimi artmaktadır. Ayrıca adölesan dönemde hızlı boy uzaması ve ergenlikle birlikte demire olan ihtiyaç artar. Kız çocuklarında adet kanamalarının başlaması da demir eksikliği anemisini hızlandırır. Bu nedenle bu dönemde dikkatli olmak gereklidir.
Demirden zengin beslenmeye dikkat etmek ve gerekiyorsa takviyelere başvurmak gerekmektedir.
Sebzeleri tekrar tekrar ısıtmak demir içeriğini kaybetmesine yol açıyor
Bebeğin demirden zengin beslenmesi için 6. aydan sonra kırmızı et, yeşil sebze, yumurta ve üzüm pekmezi gibi besinlerle tanıştırılmalıdır. Bebeğin çorbalarına kırmızı et kıyma şeklinde konulabileceği gibi, haşlanıp blender ile öğütülerek de çorbaya eklenebilir. Haftada 3-4 kez verilmesi önerilir.
Sabah kahvaltıda 1 tatlı kaşığı çekirdekli kırmızı üzümden yapılmış pekmez tüketilebilir, demirden zengindir. Keçiboynuzu ve dut pekmezlerinin demir içeriği yoktur. Yumurta sarısı demirden çok zengin olup, özellikle sabah kahvaltısında portakal gibi C vitamini içeren meyvelerle birlikte verilmesi demirin emilimini artıracaktır.
Brokoli, ıspanak gibi yeşil sebzelerde demir daha az miktarda da olsa mevcuttur. Ancak besinin çok pişmesi ya da yemeden önce tekrar tekrar ısıtılması demir içeriğini ve besin değerini azaltacaktır.
Çocukta kalp yetmezliği ve mental geriliğe yol açabiliyor
Tüm dengeli beslenme rutinine karşın çocukta demir eksikliği anemisi ortaya çıkabilir. Bu durumda çocuğun yaş ve kilosuna göre verilebilecek demir içeren damla, şurup ya da kapsüller tercih edilebilir. Demir eksikliği zamanında tespit edilip tedavi edilmezse; kalp yetmezliği ve mental geriliğe yol açabilmektedir.
Bu belirtileri önemseyin!
Demir eksikliği olan çocukta görülebilen belirtiler şöyle sıralanmaktadır:

- Yorgunluk
- İştahsızlık
- Saç dökülmesi
- Halsizlik
- Çok esneme
- Çok uyuma/uyuklama
- Hırçınlık, huzursuzluk
- Okula giden çocuklarda okul başarısında düşme
- Dikkatsizlik
- Emeklemeye başlayan bebeklerin artık emeklememesi
- Normalden daha uzun süre uyuma gibi belirtiler demir eksikliğinin göstergesi olabilir.

Akdeniz anemisi taşıyıcılığı ile karıştırılıyor
Ülkemizde görülen bir başka kansızlık tipi ise; talasemi taşıyıcılığı yani Akdeniz anemisi taşıyıcılığıdır. Bu rahatsızlık demir eksikliği anemisi ile karışabilmektedir. Ülkemizde taşıyıcılık sıklığı; yüzde 2.1 civarındadır. Ancak bu Antalya gibi Akdeniz Bölgesi şehirlerinde yüzde 13'lere kadar çıkabilmektedir.
Ailede Akdeniz anemisi taşıyıcılığı varsa ya da demir tedavisi ile düzelmeyen bir kansızlık durumunda Akdeniz anemisi taşıyıcılığı akla gelmelidir. Tanısı tam kan sayımı ve hemoglobin elektroforezi ile konulmaktadır.



# Çocuğunuzun beslenme çantasından bu besinleri eksik etmeyin

Yakında başlayacak olan okul maratonu çocuklar kadar aileleri de heyecanlandırıyor. Okulun açılmasıyla birlikte güne erken başlayacak olan çocukların derslerinde daha verimli ve başarılı olması ise doğru beslenmelerinden geçiyor. Özellikle okula ilk kez adım atan çocukların yaşadığı çevresel değişikliğin, beslenme alışkanlıklarını da etkilediğini belirten Memorial Ankara Hastanesi Beslenme ve Diyet Bölümü'nden Diyetisyen Ceyda Nur Çakın, çocukların sağlıklı bir bünyeye sahip olabilmesi ve derslerinde başarıyı yakalayabilmeleri için uygulanması gereken beslenme düzeni ile ilgili bilgi verdi.
Okul çağı (6-12 yaş) çocuklarda dengeli beslenme; hastalıklardan korunma, bilişsel performansın artışı ve büyüme ile gelişmenin devam etmesi için oldukça önemlidir. Özellikle okula ilk kez adım atan çocukların farklı bir çevreye girmesi mikroorganizmalarla tanışmasına vesile olurken, bu durum vücudun henüz karşılaşmamış olduğu hastalık yapıcı mikroorganizmalara tepki vermesi ile çeşitli enfeksiyonları beraberinde getirebilmektedir. Çocuğun çevresel ortamının değişmesi, beslenme davranışlarını da etkilemektedir. Çocukların genellikle diğer çocuklarda gözlemlediği beslenme şekline eğilimi artabilmektedir. Bu durum da sağlıksız beslenmeye kapı aralamaktadır.
Ders araları için uygun sağlıklı atıştırmalık seçin
Okul döneminde dengeli bir beslenme şekli oluşturabilmek için ilk adım, ders aralarındaki atıştırmalıkların sağlıklı seçeneklerden oluşmasını sağlamaktır. Çocuğun beslenme çantasına ders saatlerinin uzunluğuna uygun miktarlarda meyve; ceviz, çiğ badem, çiğ fındık gibi yağlı tohumlar ve süt ya da ayran gibi bir protein kaynağı konulmalıdır. Meyveler mevsimine uygun seçilmeli ve mümkün olduğunca kabuğu soyulmadan tüketilmelidir. Her sabah bir yumurta hastalıklarla savaşmaya yardımcı olur
Kahvaltı sağlam bir bağışıklık sistemi için önemli rol oynamaktadır. Kahvaltıda yumurta tüketimi hem kaliteli protein içeriği hem de antiviral özelliği sayesinde özellikle pek çok viral enfeksiyonla savaşmada etkili olmaktadır. Bu nedenle her sabah bir tam yumurta tüketmek hastalıklar ile mücadeleye yardımcı olacaktır.
Balık, savaşçı hücre sayısını artırıyor
Balık mevsimi yaklaşırken omega-3 ün etkisinden bahsetmemek olmaz. Bilişsel fonksiyonlara olumlu etkisinden çokça bahsedilse de omega-3 yağ asitleri, bakteriler ile savaşan hücrelerin sayısını artırmaktadır. Bu nedenle haftada iki gün 200 gram balık tüketmek gerekmektedir. Özellikle hamsi, sardalya, levrek, palamut gibi yağlı balıklar seçilmeli; pişirme yöntemi olarak kızartma yerine ızgara ve buğulama gibi sağlıklı pişirme yöntemleri tercih edilmelidir.
Meyve ve sebzelerle çocuklarınıza renkli öğünler oluşturun
Tüketilen sebze ve meyvelerin renkleri ne kadar çeşitli olursa vitamin- mineral alımı da o kadar iyi olmaktadır. Özellikle C vitamini ve beta-karoten alımının artırılması durumunda hücrelerin zararlı bileşikler ile savaşması o derece kolaylaşmaktadır. Turunçgiller, brokoli, kapya biber, yaban mersini, kuşburnu, havuç ve balkabağı gibi sebze-meyvelerle çocuklarınıza hem sağlıklı hem de renkli öğünler oluşturabilirsiniz.
Zerdeçal ile miniklerin bağışıklığını güçlendirin
Antioksidan içeriği sayesinde bağışıklık sistemini güçlendirmesi ile bilinen bir diğer besin de zerdeçaldır. Özellikle pişme sırasında karabiber ile birlikte yemeklere eklendiğinde vücuttaki kullanımı olumlu yönde artış göstermektedir.
Meyveli kefiri marketten almayın, evde kendiniz yapın
Yetişkinlerde olduğu gibi çocuklarda da iyi bir bağışıklık sistemine giden yol sağlıklı bağırsaktan geçmektedir. Bağırsaktaki faydalı bakteri sayısının artışı bağışıklık sistemini de güçlendirmektedir. Her gün bir su bardağı kefir içmek bu bakterilerin çoğalmasına yardımcı olmaktadır. Marketlerde satılan meyveli kefirler şeker ve tatlandırıcı ilavesi içerdiğinden özellikle çocuklar için çok fazla önerilmemektedir. Ancak çocukların içimini kolaylaştırmak için sade kefir ile sevilen bir meyveyi karıştırmak ve isteğe bağlı olarak içine az miktarda bal eklemek daha sağlıklı bir tüketim sağlayacaktır.
ÖRNEK OKUL MENÜSÜ
ÖĞLE YEMEĞİ:

- Tam buğday ekmeği ile beyaz peynirli sandviç (domates-salatalık ve biber eklenebilir.). + 1 kutu ayran
- Kızartma yöntemi ile pişmemiş sebze yemekleri+ 200 gram yoğurt+ tam buğday/çavdar ekmeği+ yeşil salata
- Kıymalı tam tahıllı makarna+ 1 kutu ayran veya kefir+ domates, salatalık, biber

ARA ÖĞÜNLER:

- Mevsimine uygun 2 çeşit meyve veya 3-4 adet kuru kayısı, kuru erik gibi kuru meyveler
- 8-10 adet çiğ badem, çiğ fındık veya 3-4 adet ceviz içi
- 1 çay bardağı kadar leblebi
- 1 kutu süt veya ayran

turkiyehaberciyeniölçü 5_Layout 1 9/3/19 4:02 PM Page 10



# Yediklerinizden Yüzünden Tatilde Tadınız Kaçmasın





***Sağlıklı ve düzenli beslenmenin çocukların okul başarısında çok önemli bir rol üstlendiğini vurgulayan Fitoterapi Uzmanı Dr. Ümit Aktaş, "Çocukların çok sevdiği her çeşit şeker, çikolata, gofret ve gazlı içecek gibi zararlı besinler, sadece diyabete davetiye çıkarmakla kalmıyor, aynı zamanda düşük IQ'ya da sebep oluyor" dedi.***

Sağlıklı ve düzenli beslenmenin çocukların okul başarısında çok önemli bir rol üstlendiğini vurgulayan Fitoterapi Uzmanı Dr. Ümit Aktaş, "Çocukların çok sevdiği her çeşit şeker, çikolata, gofret ve gazlı içecek gibi zararlı besinler, sadece diyabete davetiye çıkarmakla kalmıyor, aynı zamanda düşük IQ'ya da sebep oluyor. Özellikle Omega 3 açısından zengin, sağlıklı ve doğru besinlerden oluşan bir beslenme modeliyle, okulda başarıyı artırmak mümkün" diye belirtiyor. Dr. Aktaş, yeni eğitim dönemi başlarken ailelere çocukların sağlığı ve başarısı için beslenme önerilerinde bulunuyor.

Market raflarındaki hazır gıdalardan uzak durun!

Doğada zihni açan herhangi mucize besin bulunmadığına dikkat çeken Dr. Ümit Aktaş, "Yapılan araştırmalar işlenmiş gıdalar, trans yağlar ve bol miktarda şekerle beslenen çocukların IQ seviyesinin sağlıklı beslenen çocuklara göre çok daha düşük olduğunu gösteriyor. Çocuklarınızı market raflarındaki hazır gıdalardan uzak tutun!" diye uyarıyor.

Güne sağlıklı kahvaltıyla başlayın!

Evde yapılan sağlıklı bir kahvaltının çocukların gelişimindeki olumlu etkileri kadar başarılarında da aynı etkiye sahip olduğunu hatırlatan Dr. Ümit Aktaş; "Çocuklarınızı yeni doğan güne; tereyağı, yumurta, beyaz peynir, zeytin, mevsim salatası içeren kaliteli protein ve yağ kaynağı bir kahvaltı ile hazırlayın. Böylece, çocuğunuz B 12 ve D vitamini gibi önemli vitaminler ve mineraller açısından zengin, dört dörtlük bir kahvaltı ile güne başlar. Beyin fonksiyonlarını olumsuz etkileyen şeker dalgalanmalarından korunarak, gün içinde dikkat dağınıklığı, konsantrasyon güçlüğü yaşamaz" dedi.

Omega 3 ile beyin fonksiyonlarını güçlendirin!

Ceviz, badem, fındık gibi Omega 3 deposu sağlıklı kuruyemişler ile uskumru, sardalye, palamut, somon gibi balık çeşitlerinin çocukların konsantrasyon ve hafızalarını güçlendirici bir etkiye sahip olduğuna değinen Dr. Ümit Aktaş, "Omega 3, çocukların beyin fonksiyonlarının güçlenmesi için çok önemli bir şifa deposu! Çocuklarınızın beslenme biçiminde, Omega 3 içeren besinlere bolca yer verin. Okulda ağırlıklı olarak şeker içeren sağlıksız yiyecekler tüketmesine engel olun. Bunların yerine; ara öğünlerine kavrulmamış tuzsuz badem, fındık ya da ceviz koyun!"

## İshali Kesmek için İçilen Asitli İçecekler ve Kahve Şehir Efsanesi!

***İshal, kişilere günlük hayatı sekteye uğratacak derecede rahatsızlık verebilir. Uzun süren ishale neden olan dizanteri ve parazitler; tedavi edilmezse, beyin iltihabı veya karaciğer kistine varıncaya kadar birçok tehlikeli hastalığa öncülük edebilir.***

"İshal, kişilere günlük hayatı sekteye uğratacak derecede rahatsızlık verebilir. Uzun süren ishale neden olan dizanteri ve parazitler; tedavi edilmezse, beyin iltihabı veya karaciğer kistine varıncaya kadar birçok tehlikeli hastalığa öncülük edebilir. İki haftayı geçen uzun süreli ishaller; doğumsal bağırsak hastalıklarının da habercisi olabilir'' diyen İstanbul Okan Üniversitesi Hastanesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı Dr. Musa Bostancıoğlu, ishallere karşı ebeveynleri uyardı.

Çocuk Ölüm Nedenleri Arasında 4. Sırada!

Mikrobik ya da mikrobik olmayan birçok nedenle ortaya çıkabilen ishal, çocuk ölüm nedenleri arasında 4. sırada yer almaktadır. İshalin en sık nedeni besin zehirlenmesi olurken, iki haftayı geçen uzun süreli ishaller ise; çölyak, kistik fibroz, chron ülseratif kolit gibi doğumsal bağırsak hastalıklarının habercisi olabilir. Dışkılamanın günde 6 ila 8 defadan fazla sayıda ve sulu olması; riskli olduğundan, bu durumda hastanın en yakın bir sağlık kuruluşuna başvurması gerekir. Bebek ve çocuklar; kusma ve ishalle aşırı su kaybederek, erişkinlere göre daha hızlı şekilde, böbrek ve kalp yetmezliğine girebilirler. Bu nedenle; ishale asla kayıtsız kalmamak gerekir.

Mikropların Çoğu Besinlerle Bulaşıyor

Herhangi bir mikroorganizmanın, bağırsak mukozasında yaptığı tahribat sonucu ortaya çıkan ishal durumuna, akut infeksiyoz ishal denir. Mikrop bulaşmış suların içilmesi, besinlerin yenmesi veya direnci azalmış hastada vücudun kendi bakterilerinin hastalık yapar hale gelmesiyle; ishal oluşmaktadır. Mikropların çoğu iyi klorlanmış suda ölmektedir ancak; Rota virüsü gibi klora dirençli bazı mikroplar da vardır. Kanalizasyon karışmış suların bilmeden kullanılması, kapalı şehir suyu şebekesi dışından edinilmiş kuyu sularının içilmesi sonucunda da ishal gelişebilmektedir.

Açıkta Bırakılan Gıdalar Zehirliyor

Tarihi geçmiş ya da açıkta fazla bekletilen; tavuk eti, yumurta, et ve diğer hayvansal gıdalar; ishale ve zehirlenmeye neden olabilmektedir. Mikrop bulaşmış; sucuk, pastırma, salam, konserve, et suyu ve soslar, pilav, makarna ve süt tozu, krema, mayonez, dondurma gibi gıdalar, süt, çiğ veya az pişmiş deniz ürünlerinin tüketilmesi ve de kanalizasyon bulaşmış suyla yıkanan sebze ve meyvelerin yenmesi de ishale yol açmaktadır.

İshalken Az ve Sık Beslenilmeli

Hastanın klinik tablosu belirlendikten sonra ve gerekli ise acil girişimlerde bulunulduktan sonra, hekim tarafından laboratuvar tanıya geçilmelidir. İshal tanısında en basitinden en karmaşığına kadar pek çok yöntem sırayla kullanılmadır. Bu süreçte hasta; ishalin süresi, sayısı, gıdalarla ilişkisi, sancılı olup olmadığı yönünden hekimi tarafından sorgulanmalıdır. Tedaviye dirençli uzamış ishallerde, ileri düzey tetkikler mutlaka yapılmalıdır.

Çoğu ishal olgusunda, tedavi kaybedilen sıvı ve minerallerin en kısa sürede yerine konması yeterli olur. Bu amaçla, aşırı sıvı kaybı olan ağızdan beslenemeyenlere hastanede damar yolundan serumla sıvı verilmelidir. Kusması seyrek sıvı kaybı az olan hastalara, ağızdan sıvı yiyecekler ve su verilmelidir. Ancak bu dönemde az az ve sık sık beslenilmeli bulantı uyarılmamalıdır.

İshali Kesmek için İçilen Asitli İçecekler ve Kahve Şehir Efsanesi!

İshali olan hastalara asitli içecek, kahve içirilmesi tamamen bir şehir efsanesidir.

Tedaviyle birlikte hasta kişi yiyecek olarak yoğurt, ayran, muz, yayla çorbası, patates havuç, gibi gıdalarla beslenmelidir. Aşırı yağlı olmamak kaydıyla hasta makarna ve pilav yiyebilir. Kişi bu dönemde; ayran, sade soda, şeftali ve elma suyu içebilir. Sadece; erik, kayısı, karpuz, kavun, kiraz, armut, mısır, kuruyemişler, bakliyatlar, kızartmalar gibi bağırsak çalışmasını hızlandıran yiyecekler kesilmelidir.

Bağırsakta bozulan mikrobik dengeyi yeniden oluşturmak için probiyotikler kullanılabilir, 1 haftayı geçmiş ishallerde yıpranmış bağırsak dokusunun daha hızlı iyileşmesi için çinko şurupları doktor önerisiyle verilebilir. Antibiyotikler ise gaita tahlili yapılmadan ve doktor yazmadan kesinlikle kullanılmamalıdır.

Hasta bebek; emiyorsa emzirmeye devam etmeli, katiyen emzirme kesilmemelidir.

Bebek yediklerini dışkı ile atıyor diye su ve sulu gıdalar vermekten vazgeçilmemelidir. İshalden korunmak için yapılması gereken en önemli şey ise hijyenik olmaktır.

# Gripken kalp krizi geçirme riski 6 kat daha fazla





Sonbaharın gelmesiyle birlikte grip sezonu da başlıyor. Grip virüsünün kalp krizi riskini 6 kat arttırdığını belirten Anadolu Sağlık Merkezi Enfeksiyon Hastalıkları Uzmanı Doç. Dr. Elif Hakko ve Kardiyoloji Uzmanı Dr. Ayşegül Karahan Zor, "Grip olanlar hastalığın ilk haftasında 6 kat fazla kalp krizi riski taşırken, virüsün vücuda girmesinin 8. günü risk normale dönüyor. Mevsimsel gripten korunmak için aşılanma oldukça önem taşıyor" açıklamasında bulundu.

Kanada Sağlık Enstitüsü tarafından yapılan çalışmaya göre ilk defa influenza enfeksiyonu ile kalp krizi oranlarındaki artış arasında doğrudan bir ilişki olduğu ortaya kondu. The New England Journal of Medicine adlı tıbbi araştırma dergisinde yayımlanan bilimsel bir araştırmanın sonuçlarına göre grip, kalp krizi riskini artırıyor. "İnfluenza enfeksiyonlarının zirve yaptığı mevsimlerde, kalp krizi oranlarının ve kalp krizine bağlı ölümlerin artış gösterdiği, daha önce yapılan pek çok epidemiyolojik çalışmayla da ortaya konduğunu dile getiren Anadolu Sağlık Merkezi Enfeksiyon Hastalıkları Uzmanı Doç. Dr. Elif Hakko ve Kardiyoloji Uzmanı Dr. Ayşegül Karahan Zor, grip ve kalp krizi arasındaki ilişkiye dair önemli bilgiler paylaştı.

Grip görülme oranı her yıl artıyor

Yıllık influenza oranlarının her yıl artış gösterdiğini, özellikle küresel ısınmaya bağlı mevsimsel değişiklikler nedeniyle salgınlarla daha uzun süre karşılaşılabildiğini vurgulayan Doç. Dr. Elif Hakko ve Dr. Ayşegül Karahan Zor, "Gribin etkileri mevsime veya yıla göre de değişiklik gösteriyor. Hangi virüsün yaygın olduğu, ne kadar aşı yapıldığı, aşının ne zaman yapıldığı, aşının virüsle ne kadar uyum sağladığı gribin etkisinde rol oynuyor" dedi.

Çocuklar, yaşlılar ve kronik rahatsızlığı olanlar daha ağır geçiriyor

Bazı kişilerin grip olduklarında daha ağır hastalık geçirirken; bu grupta özellikle çocuklar, yaşlılar, gebeler ve kronik hastalığı olan kişilerin yer aldığının altını çizen Doç. Dr. Hakko ve Dr. Zor, "Grip enfeksiyonu zatürre, kulak enfeksiyonları, sinüzit ve kronik hastalıkların kötüleşmesine de yol açabilir. Özellikle 65 yaş üstü, diyabetik ve kronik solunum yolu hastalığı olan bireyler risk altında. Gripten korunmak için risk altında olan bireylerin aşılanması ve sık el yıkama gibi hijyen önlemlerine uymaları oldukça önemli" uyarısında bulundu.

Grip hastalığın bir gün öncesinden 7 güne kadar bulaşabiliyor

Gribin bulaşıcı bir hastalık olduğunu ve hastaların öksürürken, burnunu çekerken veya konuşurken oluşan damlacıklarla hastalığı bulaştırabildiğini belirten Doç. Dr. Elif Hakko ve Dr. Ayşegül Karahan Zor, "Grip virüsü, hasta olan kişinin solunum sıvılarıyla kirlenmiş yüzey ya da objelere dokunduktan sonra ellerini ağzına, burnuna, gözlerine götüren kişilere de bulaşabiliyor. Hastalığın 1 gün öncesinden 5-7 güne kadar bulaşıcılığının devam ettiğini unutmayın" uyarısında bulundu.

Grip enfeksiyonundan korunma yöntemleri

- Kalabalık ortamlardan uzak durun.
- Hasta olduğu bilinen kişilerle yakın temasta bulunmayın.
- Ellerinizi sık sık yıkayın.
- Hastayken kullanılan mendillerin ortada bırakılmadığından emin olun.

Türkiye 17.YIL Haberci KÜNYE

turkiyehaberci.com

YIL : 17 SAYI: 384 15 AĞUSTOS 2019

Her ayın 15'inde ayda bir yayınlanır

**Yayın Türü: Yerel Sürel**

**Kaynak gösterilse bile alıntı yapılamaz.**

Mars Yayıncılık Reklam ve Halkla İlişkiler Ajansı Adına Sahibi Genel Yayın Yönetmeni **Yusuf ZENGİN**

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü **Derya ERGÜN**

Haber Müdürü **Deniz ZENGİN**

Yayın Danışmanı **Cihat ALDEMİR**

Yayın Koordinatörü **Mail ŞAHİN**

Grafik tasarım - Dizayn **Deniz BURSALI**

**HABER MERKEZİ**
Hüseyin **ASLIYÜCE**
Alişirin **GÜLTEKİN**
Tamay **ZENGİN**

**Mars Yayıncılık Reklam ve Halkla ilişkiler**
**Adres:** Atatürk Havalimanı Dış Hatlar Terminali AL-3630 Yeşilköy / İSTANBUL
**TEL:** 0212 465 44 20 Faks: 0212 465 44 19
**E-posta:** turkiyehaberci@gmail.com

turkiyehaberciyeniölçü 5_Layout 1 9/3/19 4:02 PM Page 11





# THY, uçuş ağına Mexico City ve Cancun'u ekledi

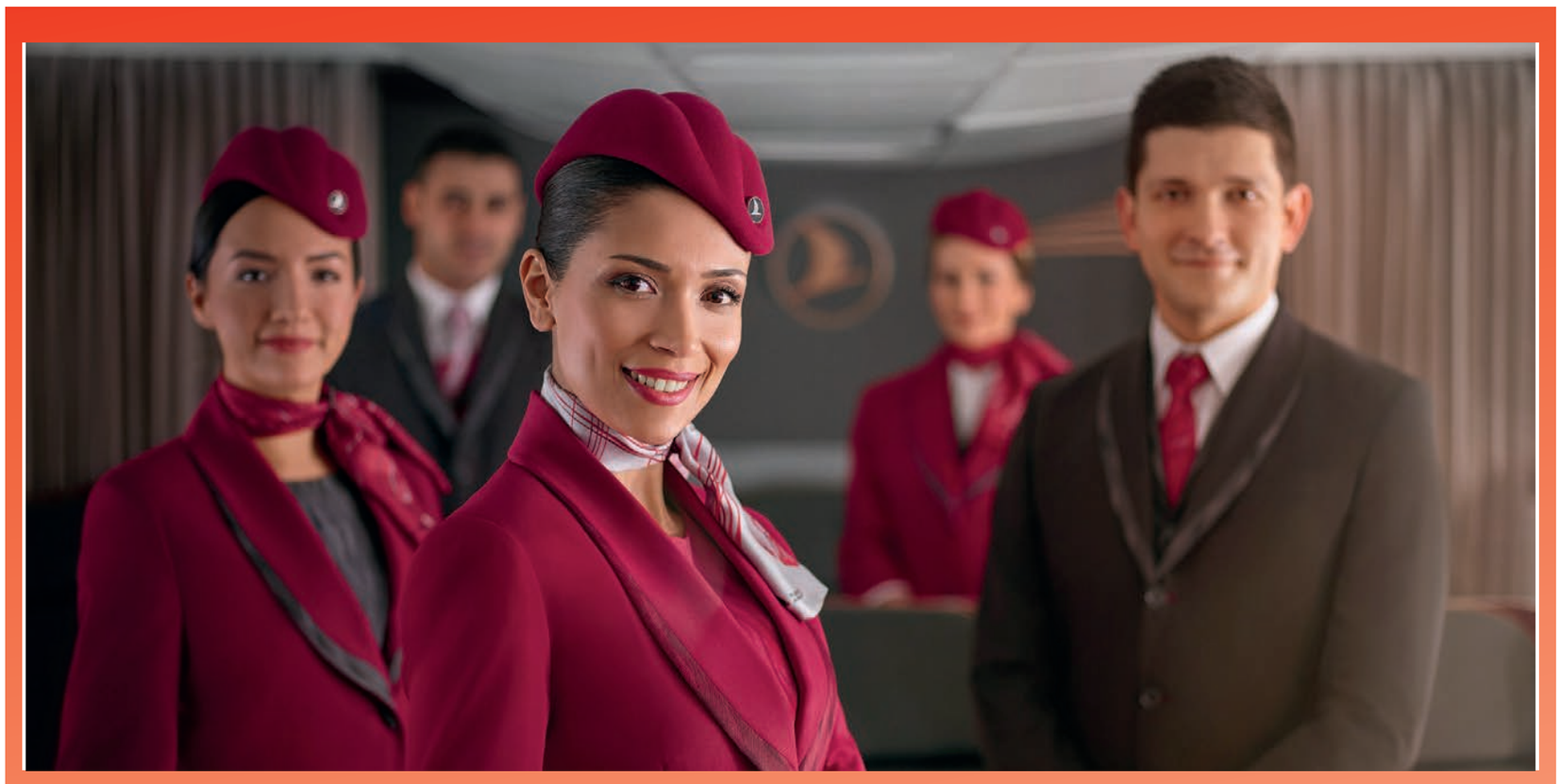


Dünyanın en çok ülkesine uçan havayolu Türk Hava Yolları uçuş ağını genişletmeye devam ediyor. Bayrak taşıyıcı, Latin Amerika'nın ikinci büyük şehri ve Meksika'nın başkenti Mexico City ile Orta Amerika'nın en çok tercih edilen turizm merkezlerinden Cancun'a tarifeli sefer başlattı. Türk Hava Yolları'nın Amerika Kıtası'ndaki 18. ve 19. uçuş noktaları Mexico City ve Cancun'a düzenleyeceği seferler, 21 Ağustos 2019 tarihi itibarıyla başlayarak İstanbul-Mexico City- Cancun-İstanbul parkurunda, haftada 3 gün icra edilecek. Yeni açılacak hatlar ile birlikte Türk Hava Yolları Orta Amerika'nın en büyük ülkesi Meksika'yı uçuş ağına ekleyerek İstanbul Havalimanı'ndan daha geniş bir coğrafyaya bağlantı imkânı sunacak.

Mexico City ve Cancun hat açılışları sebebiyle Mexico City Uluslararası Havalimanı'nda gerçekleştirilen basın toplantısında konuşan Türk Hava Yolları Yönetim Kurulu ve İcra Komitesi Başkanı M. İlker Aycı; "Büyüme stratejimiz çerçevesinde uçuş ağımızın sınırlarını genişletmeye devam ediyoruz. Bali'den sonra Amerika Kıtası'nın bu önemli iki şehrini dünyanın 125 ülkesine bağlamanın mutluluğunu yaşıyoruz. Bugünden itibaren Mexico City ve Cancun'a seyahat edecek misafirlerimiz uçuşlarını Türk Hava Yolları konforu ile gerçekleştirebilecek. Yeni uçuşlarımızın Türkiye ve Meksika arasındaki ilişkileri her alanda daha da güçlendireceğine inanıyoruz." dedi.

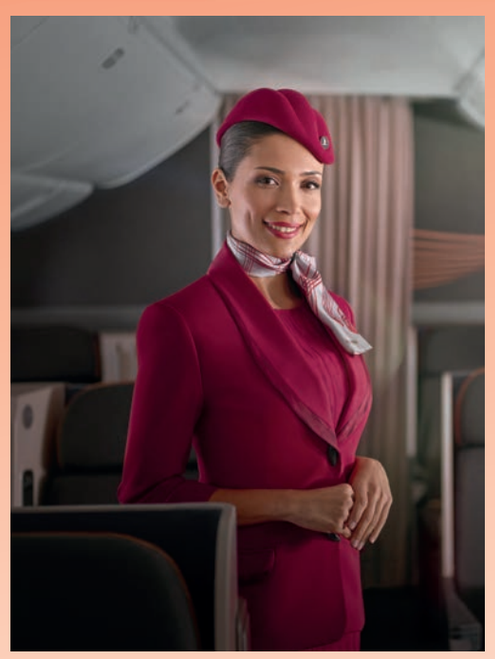
Tarihin ve ticaretin buluşma noktası, Mexico City; Amerika Kıtası'nda kurulan ilk medeniyetler Maya ve Aztekler'in anavatanı olan ve ilk yerleşimin izleri M.Ö. 2000'li yıllara uzanan Mexico City sahip olduğu tarihi mirasın yanında Amerika Kıtası'nın önemli ticaret merkezlerinden biri olmasıyla da öne çıkıyor. Paris'ten sonra 150'den fazla müze ile dünyada en çok müzeye ev sahipliği yapan şehir olan Mexico City'nin kültürel varlıkları dünyanın farklı ülkelerinden turistlerin ilgisini çekiyor. Mexico City'nin yakınlarında bulunan Teotihuacan Antik Şehri ve piramitleri görülmeye değer diğer turistik noktaları oluşturuyor. Şehir; kolonyal dönem mimarisi, lezzetli Meksika mutfağı, güzel meydanları ve birçok eğlenceli aktivitesiyle de beklentileri tam anlamıyla karşılıyor.

Her yıl 4 milyon turist Cancun'u tercih ediyor Mayalar'ın yaşadığı dönemde balıkçılık ve tarımın temel geçim kaynağı olduğu aynı zamanda astroloji, fizik ve matematik alanlarında önemli gelişmelerin yaşandığı Cancun şehri ise bugün Orta Amerika'nın en önemli turizm merkezlerinden biri konumunda. Meksika için önemli bir turizm geliri sağlayan şehir, 150'yi aşkın oteliyle yılda yaklaşık 4 milyon turisti ağırlıyor. Cancun; yüzme, dalış ve eğlence aktivitelerinin yanında tarihi, yemekleri ve "Su altı heykel müzesi" ile unutulmaz bir tatil geçirmek isteyenlerin tercihi oluyor.



# THY, zirve yolculuğuna yeni kabin kıyafetleriyle devam ediyor

**Gökyüzünde şıklığı yeniden tanımlayan Türk Hava Yolları kabin ekipleri, bayrak taşıyıcının uzun menzilli hatlarında uçacak yolcularına bugün itibariyle yeni üniformaları ile "Uçağımıza hoşgeldiniz" diyecek.**





Dünyanın en fazla ülkesine uçan Türk Hava Yolları'nın, başarılarla dolu 85. yılını taçlandırmak amacı ile tasarlattığı yeni kabin kıyafetleri, bugünden itibaren uzun menzilli hatlarda görevli kabin ekipleri üzerinde görülebilecek.

Farklı iklimlerde gerçekleştirilen uzun menzilli uçuşlarda sıkı testlerden geçirilen bayrak kırmızısı ve antrasit gri renklerindeki yeni üniformalar, kabin ekiplerinin yolculara daha rahat hizmet edebilmeleri adına 25.000 çalışan için birebir ölçü alınarak kişiye özel dikildi. Yolcularına bütünsel bir marka deneyimi yaşatmak amacıyla tek bir tasarım altında hayat bulan kabin, kokpit, yer hizmetleri personeli ve uçan şef üniformalarında İstanbul Boğazı'ndaki ahenkli akıştan, yerel zanaatkarların elinden çıkan geleneksel sanatlara kadar Türk kültüründe bulunan birçok klasik detaydan esinlenilerek ortaya çıkarılan "FLOW/AKIŞ" deseni yer alıyor.

Türk Hava Yolları Yönetim Kurulu ve İcra Komitesi Başkanı M. İlker Aycı yeni üniformalar ile ilgili yaptığı açıklamada; "Rakipsiz hizmet kalitemizin en önemli unsurunu oluşturan kabin ekiplerimizin şıklığı ve rahatlığı, sektörünün zirvesine yürüyen markamız açısından büyük önem taşıyor. Kültürümüzdeki birçok unsurdan izler taşıyan yeni kabin kıyafetlerimiz ile kabin ekiplerimizin zarafeti birleştiğinde, markamızın göklerdeki temsilinin çok daha etkileyici olacağına inanıyorum." dedi.

Vakko tarafından kişiye özel olarak dikilen yeni kabin üniformalarının tasarımları İtalyan tasarımcı Ettore Bilotta tarafından yapılırken, ana kumaşları ise Türk Hava Yolları'nın uçuş standartlarına uygunluğu baz alınarak Altınyıldız tarafından üretildi.

turkiyehaberciyeniölçü 5_Layout 1 9/3/19 4:02 PM Page 12

Türkiye 17.YIL Haberci

15 EYLÜL 2019

turkiyehaberci.com

# Başkan Erdoğan, Rusya'da THY ve havalimanlarımız anlattı!





**Türkiye Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan, Rusya Devlet Başkanı Vladimir Putin ile Moskova'daki Jukovski Uluslararası Havaalanı'nda düzenlenen MAKS-2019 Uluslararası Havacılık ve Uzay Fuarı'nın açılış törenine katıldı.**

Başkent Erdoğan, günübirlik çalışma ziyareti için geldiği başkent Moskova'da, MAKS-2019 Uluslararası Havacılık ve Uzay Fuarı'nın açılış töreninde konuştu. Törene katılmaktan duyduğu memnuniyeti dile getiren Cumhurbaşkanı Erdoğan, Rusya Devlet Başkanı Vladimir Putin'e daveti için teşekkür etti

MAKS-2019 Uluslararası Havacılık ve Uzay Fuarı'nı kendi alanının lider fuarlarından biri olarak gördüğünü belirten Erdoğan, şunları söyledi: 'Bizim de bu sene 14'üncüsünü gerçekleştirdiğimiz İDEF Fuarımız var. Ayrıca MAKS-2019 tarzı, özellikle gençlerimize yönelik İstanbul'da TEKNOFEST Havacılık, Uzay ve Teknoloji Festivali'ni de düzenliyoruz. Geçen yıl ilkini gerçekleştirdiğimiz festival, 550 binden fazla ziyaretçiyi ağırlamıştı.17-22 Eylül 2019'da düzenlenecek bu seneki etkinliğe de 1 milyonun üzerinde katılımcı bekliyoruz. Sayın Putin başta olmak üzere tüm Rus halkını festivalimize beklediğimizi ifade etmek istiyorum. 'İstikbal göklerdedir' parolasıyla son dönemde Türkiye olarak havacılık alanında önemli hamlelere imza atıyoruz.'

Türk Hava Yolları'nın küresel ölçekte en geniş hava taşımacılığı ağlarından birine sahip olduğunu ifade eden Cumhurbaşkanı Erdoğan, 'Havalimanlarımız Avrupa'nın en çok yolcu ağırlayan alanları arasında yer alıyor. Türk Hava Yolları 124 ülkede 258 şehre sefer düzenliyor.' dedi.

Dünyanın en büyük havalimanlarından İstanbul Havalimanı'nın ilk etabının devreye alındığını hatırlatan Erdoğan, şöyle devam etti: 'Temennimizi odur ki İstanbul Havalimanı tüm aşamalarıyla faaliyete geçtiğinde yılık 200 milyon yolcuyu ağırlayacaktır. Bunun yanında savunma, havacılık ve uzay teknolojilerinde söz sahibi bir ülke haline geliyoruz. Dünyanın en hızlı büyüyen havacılık şirketleri arasında yer alan Türk Havacılık ve Uzay Sanayii, ihracat rakamlarını her yıl artırıyor. 2018 yıl sonu itibarıyla savunma ve havacılık sektörümüzün toplam ihracatı 2,5 milyar dolara ulaştı. Yeni nesil temel eğitim uçağımız HÜRKUŞ, 2016'da Avrupa Havacılık Emniyet Ajansından TİP Sertifikası aldı. T-129 ATAK helikopterimiz birçok ülkenin envanterine katmak istediği araçlar arasındadır. İnsanlı, insansız hava araçlarının üretimi konusunda da kısa zamanda mesafe aldık.

5'inci nesil milli muharip uçak projemiz, TF-X gözbebeğimizdir. Uçağımızın birebir modelini Haziran ayında Paris Havacılık Fuarı'nda sergiledik, projede geldiğimiz aşamayı paylaştık.'

Türkiye ile Rusya arasındaki samimi ve yakın diyaloğun, zengin tarihi geçmişe dayanan köklü ve çok boyutlu bir işbirliğinden beslendiğini vurgulayan Erdoğan, 'Rusya'dan ülkemize gelen turist sayısında rekor üstüne rekor kırılmaya devam ediyor. Bu yıl yaklaşık 6 milyon Rus turistin ülkemizi ziyaret etmesini bekliyoruz. Aramızdaki ticaret hacmi 25 milyar doları geçti, hedefimiz ise 100 milyar dolardır. Havacılık ve uzay teknolojileri alanında Rusya ile geliştirmekte olduğumuz sinerjilerin ikili ilişkilerimizin daha da derinleşmesine yardımcı olacağına inanıyorum.' diye konuştu.

Cumhurbaşkanı Erdoğan, MAKS-2019 Uluslararası Havacılık ve Uzay Fuarı'nın başarıya ulaşmasını temenni etti.

