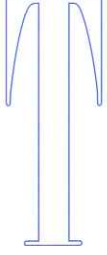


GÜMÜŞHANE

Ecz. Neslihan UĞUR



ARİHÇE

Gümüşhane'nin tarihi M.Ö. 3000 yıllarına kadar uzanmaktadır. Gümüşhane 1058 yılında Türkler tarafından fethedilip sonra çeşitli Türk Beylikleri arasında el değiştirmiş ve 1473 yılında Osmanlı hakimiyetine girmiştir. 1600'lü yıllarda Erzurum'a bağlı kaza iken, tanzimattan sonra yapılan idari düzenlemede Trabzon iline bağlanmıştır. Cumhuriyetten sonra 1925 yılında müstakil bir il haline gelmiştir.

Bulunduğu coğrafi konum itibariyle tarihsel olaylar karşısında daima tampon bölge olarak kalan Gümüşhane'de mimari eserlerin çoğu günümüze ulaşamamıştır.

BÖLGEDEKİ TARİHİ YAPILAR

Kaleler: Gümüşhane yöresinde savunma ve gözetleme amaçlı 35 kale vardır. Sayının bu denli çok oluşu İran-Mezopotamya ticaret yolu üzerinde bulunmasıyla açıklanabilir. Canca, Akçakale (Merkez), Edire (Dörtkonak) kalesi, Kov kalesi, Keçikalesi, Kodil kalesi, Torul kalesi, Sadak kalesi, Gümüştug kalesi gibi...

Camiler: Eski Gümüşhane'de bilinen altı camiden ancak bir tanesi sağlam olarak durmakta, diğerleri ise yıkık veya harabe durumunda bulunmaktadır. Sağlam olarak duran ve ibadete açık olan camii Kanuni Sultan Süleyman'ın emriyle yaptırılan Süleymaniye Camii'dir. Eski Gümüşhane'de bulunan diğer

camilerin isimleri şöyledir: Saray Cami, Küçük Cami, Rüştüye Mektebi önündeki cami, Hamza Paşa Camii..

Çeşmeler: Daltaban Çeşmesi, Birinci Dünya Savaşı sırasında, "Cihad-ı Ekber" hatırasına yapılmıştır.

Köprüler: Kamberli köprüsü, Tohumoğlu köprüsü, Süleymaniye köprüsü, Güzeller köprüsü, Torul köprüsü.. İsimleri zikredilen köprüler dışında il sınırları içinde tarihi nitelikte kemer köprüler mevcuttur.

Santa Harabeleri 17. yy'dan beri dini, ticari ve kültürel önem taşıyan bir yerleşim yeridir. 7 adet mahallesi vardır. İl Merkezine uzaklığı 80 km.'dir. Her mahalle tümüyle taştan inşa edilmiş tek katlı konutlar, taş cepheli 1 veya 2 kilise, her sokak başında 1 çeşme vardır. Tarihi eserler yönünden zengin olan Santa doğal konumları itibariyle de yayla özelliği taşımaktadır.

Satala olarak bilinen Antik Kent Kelkit İlçesinin 17 km. güneydoğusundadır. Bu günün Sadak Köyü Antik Devirde Satala adını taşıyordu. Kent çevresinde tiyatro, opera ve yapı kalıntıları, motifli tuğlalar, prezeler, sütun başlıkları, hayvan heykelticikleri, mühürler, sikkeler, yüzükler, pişmiş topraktan yazıtlar Roma ve erken Bizans dönemine aittir.



Sarıççek Köyü Evleri: İl merkezine 50 km. uzaklıktaki Sarıççek Köyü 60 haneli tabii güzelliği, yer aldığı dağın yamacında zümrüt yeşili vadiye inen taraçalar üzerine kurulmuş evleriyle çarpıcı bir güzelliğe sahiptir. Evler 1873 yılında yapılmış olup, iki adettir. Dış süsleme bakımından madeni süslemeler, kapı tokmakları dikkati çeker. Ahşap oyma süslemeler yine kapı kanatları üzerinde bitkisel ve geometrik motiflerden oluşmaktadır. Odaların içerisi sanat açısından ilgi çekici şekilde tezyin edilmiştir.

Türebeler: Çağırğanbaba türbesi, Pirahmet türbesi, Gelin ebe türbesi, Firdevs hatun türbesi..

Olucak (İmera) Manastırı; il merkezine 38 km. uzaklıkta Olucak Köyü sınırları içerisinde yer almaktadır. Antik kentte kubbeli ve kubbesi tonozlarla örtülü manastır bulunmaktadır. Kitabesinden 1350'de yapıldığı anlaşılmaktadır. Çok sayıda tarihi ve kültürel değeri bulunan antik şehir arkeolojik sit alanı ilan edilmiştir.

TURİZM

Yayla Turizmi: Gümüşhane ilinin 200 adet irili ufaklı yaylalarının odak noktası olan Kürtün ilçesinde yer alan Kadırğa yaylası şenlikleri yaz aylarında her cuma geleneksel olarak kutlanır. Yaklaşık olarak 35-40 bin kişinin toplandığı Kadırğa Yaylası'nda çeşitli kültürlerin bir araya geldiği ve karşılıklı kültürel iletişimin kurulması yanında ekonomik yönü ile halkın tüketim ihtiyaçlarının giderilmesinde arz ve talep koşullarının gerçekleştirildiği bir pazar görünümündedir.

Diğer yaylalar; Kadırğa, Kazıkbeli, Erikbeli, Altıntaşlar, Güvendi, Alacapazar, Köse, Zigana, Sultanmurat; Sorunay yaylalarıdır.

Karaca Mağarası Torul İlçesi sınırları içerisinde şehir merkezine 17 km. mesafede, denizden 1550 m. yükseklikte olan ve Gümüşhane turizminin lokomotifi durumunda bir mekandır. Mağaranın bulunduğu yerde kır kahvesi, dinlenme tesisleri gibi ziyaretçilerin ihtiyaçlarını karşılayabilecekleri öncül tesisler mevcuttur. Mağara damlatası şekillerinin en güzel ve en görkemli, görenleri büyüleyici örneklerle sahiptir. Mağara görenlerin tekrar görmek istedikleri, UNESCO'nun Dünya Miras Listesine girecek güzellikte ve değerinde bir mekandır. Sağlık turizmi yönünden özellikle solunum rahatsızlıklarına (astım gibi) iyi gelmektedir. Ayrıca **Akçakale Mağarası** ve **Anlı Mağarası** da ziyaret edebileceğiniz mekanlardır.

Örümcek Ormanları Gümüşhane ili Kürtün İlçesi sınırları içerisinde yer alan Örümcek Ormanları'nda Avrupa'nın en yüksek göknaarı (61,5m.) ve Türkiye'nin en uzun ladinleri (57,6m.) yer almaktadır. Örümcek Ormanları İl merkezine 60 km. mesafede olup, karayolu ile ağaçların bulunduğu bölgeye gidilebilir.



Tomara Şelalesi adeta kayaları patlatarak 15-20 m. genişliğinde bir alandan çıkarak yaklaşık 20-25 metre yükseklikten kar veya süt rengini almış bir su varlığı şeklinde 2 km uzaklıktan duyulan su ninnileri sesleri ile yatağına dökülmektedir. Suyun akış vadisi içerisinde oluşturduğu akış kıvrımları, akış rejimi vadinin rafting yapılabilecek konumda olmasını sağlamaktadır. Şelale ve çevresinin zengin flora ile oluşturduğu uyumlu peyzajı görülmeye değer güzelliktedir.

Krater Gölleri:Yıldız gölleri, Beş göller, Karanlık Göller gibi adlarla alınan krater gölleri Gümüşhane il merkezine yaklaşık 60 km. uzaklıkta bulunmaktadır.

Artebel Gölleri ve çevresi gerek jeolojik ve jeomorfolojik, gerekse flora ve fauna yönünden oldukça kaynak değerlere sahip olmasının yanında peyzaj değerleri bakımından da yüksek bir değere sahiptir. Saha içerisinde yer alan ve yöreye adını veren on sekiz adet buzul/krater gölü mevcuttur. Ayrıca Limni ve Kuzu Gölleri, Şakir Göl, Karagöl, Aygır Göl, Dipsiz Göl gibi il sınırları içerisinde irili ufaklı göller mevcuttur. Zigana Dağı Turizm Merkezi yaz aylarında çim kayağı, kış aylarında kayak turizmine elverişli ender

beldelerimizden biridir. Zigana'da kır kahvesinin bahçesinde otururken kuz sisi bulutu, güneyde pırl pırl güneşi görebilirsiniz. Zigana Turizm Merkezi, elektrik, içme suyu, 800 m. teleski kayak eğitimi tesisi ve telsiz-telefon haberleşme sistemine sahip olup, otel, lokanta, kır kahvesi, et lokantası, bakkal, kasap, manav işletilmektedir.

Festivaller: Her yıl ağustos ayında düzenlenen Gümüşhane Kuşburnu-Pestil Kültür ve Turizm Şenliğinde çeşitli etkinlikler, konserler, tarihi ve turistik geziler düzenlenmektedir.

Yemekler: Gavut çorbası, Fıfır çorbası, Borani, Lemis, Eşkili dolma, Muhla, Sütü haşıl, Kete, Hingel, Galya, Yalancı dolma, Pişi, Pestil, Fışkıl tatlısı, Cevizli börek, Siron.

Ayrıca topraktan yapılan gudu, tandır da Gümüşhane mutfağında enfes lezzetler açısından önemli yer tutar.

El İşçiliği: Yörede pek çok ağaç, demir işçiliğine ait ürünler vardır. Bunun yanı sıra dünyaca ünlü Kelkit Zilli Kilimi, Ala Kilim günümüzde birer sanat değeri taşıyan eserlerdir.

KESKE BEN?

Prof. Dr. Sema TANRIÖVER KANDİL



Haz. Ecz. Sevil YILDIRIM
Ecz. Neslihan UĞUR

"Sağlıklı çocuk yetiştirmek için öncelikle sağlıklı ebeveynler gereklidir." Sözlerine bu şekilde başlayan Sema Hanım'dan çocuk psikolojisi ile ilgili bazı bilgiler aldık. Bu hoş sohbet umarız sizlere çocuk yetiştirme konusunda ışık olacaktır.

1. Hamilelikte çocuk psikolojisinin gelişimi açısından nelere dikkat edilmesi gereklidir?

Hamilelikte annenin ruhsal travma ve stresten uzak kalması anne karnında bebeğin strese maruz kalmasını engeller. Fetal dönemdeki stres ile çocukluk dönemi hiperaktivite ve diğer ruhsal patolojiler arası ilişki bulunmaktadır. Anne ve bebek ilişkisi gebelikte başlamaktadır. Gebeliğin istenerek gerçekleşmesi anne ve yenidoğan ilişkisinde bir kuraldır. Gebelik süresince bilgilendirilmiş, doğum ve sonrasında hazırlanmış anne adaylarının bebeklerine daha yakın ve olumlu davranış içinde oldukları görülmüştür. Bebeklik ve çocukluk dönemindeki aşırı ağlama gebelikteki stres ile ilişkilidir.

2. Çocuğun psikolojik gelişimi ne zaman başlar?

Doğumdan 1.yılın sonuna dek olan dönem oral dönemdir. Bu dönemde çocuklar tanımaya çalıştıkları nesnelere ağızlarına götürürler. 1-3. yılın başına kadar anal dönem ; çocuk cinsel organını fark eder. Ebeveynlerin cinsellikle ilgisini yanlış anlayıp bunun farklı eğilim olmasından korkmaları yersizdir. Neticede çocuk kendisini çevresiyle kıyaslamalı olarak tanımaya başlamıştır. 3-7 yaş fallik dönem ; 7-11 yaş arası latent dönem; 12-15 yaş ergenlik dönemidir.

3. Çocukta özgüven duygusu nasıl gelişir?

Anne bebek ilişkisindeki süreklilik ve tutarlılık çocukta temel güven duygusunun özünü oluşturur. Özellikle 1 yaşa kadar sık sık bakıcı değişimi önemli bir olumsuz etkidir. Bu dönemde bebekle tenel temas hem anne hem de bebek psikolojisi için çok olumludur. Bizim için önemli olan duygusal beraberliktir.

4. 2 yaşa kadar konuşarak iletişim kuramadığımız dönemde çocuğun psikolojik problemi olup olmadığını nasıl anlayabiliriz?

Çocuğun göz teması, uyku düzeni, ağlaması, oyun kurması, aile ve diğer çocuklarla sosyal iletişimi, beslenme alışkanlığı ile.

5. Çocukların isteklerine karşı ebeveynlerin yaklaşımı nasıl olmalıdır?

Çocukların her istediğini yapmak, sınır koymamak , ileride doyumsuz benlik gelişimine neden olur. İsteklerinin yerine getirilemeyeceği hallerde durum çocuğun gelişim çağına uygun bir dille anlatılmalı ve çocuk isteklerini ertelemeyi öğrenmeli. Çocuğunuza kızmayın asla bu tartışma aşamasına gelmeyin. Bu gibi durumlarda göz temasından kesinlikle kaçının. Konuşarak ikna eden sağlıklı sabırlı ebeveyn olun. Sevginin paylaşıldığı anlarda mutlaka göz teması kurun.

6. Ebeveynlerin çocukların yanında davranışları onların psikolojileri açısından nasıl olmalıdır?

Aile içi çatışma ve ebeveynlerin ruhsal sorunları çocukları olumsuz etkilemektedir. Ebeveynlerin birbirleri ile iletişimleri çocuklara birer model olurlar. Sevecen, tutarlı, birbirlerinin fikirlerini sabırla izleyen, dinleyen ebeveyn iyi modeldir. Çocuklar

yetişkinlerin sabrını sonuna kadar sınımayı iyi bilir. Sınırlanan ebeveyn = kazanan çocuk demektir.

7. Psikolojik sorunları olan çocuklarla nasıl iletişime geçilir?

Psikolojik açıdan kime göre sorun vardır? Önce bu tespit edilmelidir. Çocuk veya ergen sorun olduğunu belirtiyor ise uzman yardımına başvurulması en doğru yaklaşımdır. Ebeveyn veya diğer yakın çevre sorun olduğunu düşünüyorsa çocuğun önceden bilgilendirilerek uzman yardımına yönlendirilmesi uygun olur. Tedavide karşılaşılan en önemli sorun başvuruların sadece anne ile yapılmasıdır. Tedavide esas olan anne-baba-hekim birlikteliğidir. Ayrıca erken başvurunun önemi de büyüktür.

8. En çok rastlanan çocukluk çağı sorunları nelerdir?

Hiperaktivite, okul başarısızlığı, kardeş geçimsizliği, gece altını ıslatma, kaka kaçırma, kekemelik ve tik bozuklukları, tırnak yeme, sinirlilik, çocukluk çağı depresyonu, otistik bozukluklar, zeka geriliği vs.

9. Geç konuşma veya konuşamama problemlerini ebeveyn erken dönemde nasıl anlayabilir?

Çocuk 1 yaşında kelimeler, 3 yaşında 3 kelimeli cümle kurar. Motor gelişiminde sorun olmayıp dil gelişiminde yaşıtlanma göre gecikme varsa aile öyküsü, geçirilmiş hastalık öyküsü var mı diye ayrıntılı görüşme için hekime başvurulması gerekir.

10. Tuvalet eğitimine ne zaman başlanmalıdır? Altına kaçırma psikolojik bir sorun mudur?

Tuvalet eğitimine 1,5 yaş öncesi başlanılmamalıdır. Altına kaçırma organik

açıdan bir sorun tespit edilememişse psikodinamik araştırılmalıdır.

11. Hiperaktiflik nedir ? Ne zaman sorun olarak algılanmalıdır?

Hiperaktivite (başka nedeni yok ise) yerinde duramama hali, kendi yaşlarına göre belirgin farklılık ile sürekli hareket hali, herşeye karışma, eşyaların üzerinden gezme, ev içinde koşuşturma, bir işi yaparken sürekli ayağa kalkma gezinme halidir. 7 yaşından önce tanıyı koydurucu hallerin bulunması koşulu esastır. Okul öncesi ve okul döneminde hiperaktivite sebebiyle çocukların işlevselliği bozulur, göreceli başarısızlık, arkadaş uyumsuzlukları, normal zekaya rağmen ders başarısızlığı olabilir. Uzman tarafından değerlendirilmelidir.

12. Kekemelik ve tik bozuklukları ailesel midir? Tedavi gerektiren ruhsal bir bozukluk mudur?

Her iki hastalıkta genetik geçişin etkisi vardır. Ancak tamamen ailesel değildir. Uzman tarafından değerlendirilip tedavinin düzenlenmesi gerekmektedir.

13. Çocuğun otistik olduğu nasıl anlaşılır? Ne yapmak gerekir?

3 yaşından önce başlayan, dil gelişiminde gecikme veya hiç olmaması, akranları ve ailesi ile sosyal iletişim kuramayıp kendi başına olmayı tercih eden, göz teması kurmayan, seslenince adına ilgi göstermeyen, basmakalıp el çırpma, kendi etrafında dönme gibi hareketleri olan, müziğe ilgisi olan, konuşmaya başlamışsa kendisinden 3. şahıs gibi bahseden çocuklarda otizm akla gelmelidir. Uzman yardımı alınmalı, erken teşhis ve erken başlatılmış bireysel eğitimle iyi sonuçlar alınabilir. Otistik çocuklara ait okulda eğitimleri sağlanabilir. Bu yönden bölgemiz çok şanslı diyebiliriz. Bu çocuklar için Trabzon'da okulumuz var.

14. Çocuğa kardeş psikolojisi nasıl verilmelidir?

Gebelik döneminden itibaren çocuğa gerçekçi bir şekilde anlatılması, doğum sonrası anneye bebek bakımında yardım,yapabileceği basit görevler vererek kardeş ile iletişim kurması sağlanmalı,

kardeş ile ilgili olumsuz şakalar ' senin pabucun dama atıldı, artık seni sevmeyeceker' gibi sözler kullanılmamalı ve ilgiyi dengede tutmalıdır.

15. Yetişkinler olarak çocukların korkularına nasıl yaklaşmalıyız?

Korktukları olay tam incelenip, çocuğun anlattıkları sabırla dinlenmeli ve güven verilmelidir. Okul korkusu varsa çocuk suçlanmamalı, onun güvenini kazanmalı ve okula devam etmezse derslerden geri kalma korkusunun eklenebileceği anlatılmalı. Gerekirse okulda aileden birinin yanında kalmasına izin verilmeli ve uzman yardımı alınmalıdır.

16. Çocukluk çağı psikolojik sorunları mutlaka uzman hekim tedavisi gerektirir mi?

Uzman hekim değerlendirip aileyi yönlendirirse daha sağlıklı sonuçlar alınabilir.

17. Tedavide izlenen yol ve yöntemler nelerdir?

Psikoterapi, ilaç tedavisi ve aile görüşmeleri uygulanır. Hasta diye düşünülen çocuğun primer aile ile gelmesi istenir. Çocukla bireysel görüşme yapıldıktan sonra anne ve baba ile görüşülür. Çocukla yapılan psikometrik görüşmelerde okul öncesi çocuklarda resim yaptırılarak anlatması istenir, her çocuğun anlattığı kendi hikayesidir. Okul sonrası çocuklardan yarım cümleleri tamamlaması istenir bu kendi içinden geleni yansıtır. Gerektiğinde öğretmeninden bilgi almaya başvurulur. Sonuçta çocuk hakkında tanıya varılır tedavi planı çizilir. İlaçla tedavi bir adımdır bunun dışında çocukla bireysel tedavi, aile tedavileri, meşguliyet tedavileri, çocuklara davranış teknikleri öğretilir. Ayrıca oyun tedavisi de vardır. Amaç çocuğun ailesi ile birlikteliğini sürdürmek ve korumaktır.

18. Ailelerin çocuklarına yaklaşımı nasıl olmalıdır?Çok ilgili aileler ve ilgisiz ailelerle ne gibi problemler yaşanmaktadır?

Aileler sevecen, güven veren, gerektiğinde sınır koyan, tutarlı olmalıdır. Çok aşırı koruyucu ailelerde ve ilgisiz

ailelerde güven ve otonomi duyguları gelişmez.Yabancıdan aşırı korku, oyun becerilerinde zayıflık, sürekli ağlama, konuşma sorunları, asıl saldırgan, asıl bağıran, asıl masturbasyon, hiperaktivite, panik nöbetleri, otizm, okul uyum sorunları, regresif davranışlar, enürezis, enkoprezis vs.. sorunlar yaşanabilir.

19. Bir uzman olarak sağlıklı bir çocuk yetiştirilmesi için ebeveynlerden beklentileriniz nelerdir?

Çocukların beslenme, giyinme ve barınma kadar ruhsal duygusal ihtiyaçlarının olduğunun farkında olmaları, çocuğun gelişim dönemlerini bilerek uygun davranışlarda bulunmaları ve sorun olduğunda uzman yardımı almaktan kaçınmamaları, sevecen, tutarlı ve yeterli disiplini verebilen ebeveyn olmalarını bekleriz.

Sema Tanrıöver Kandil Hoca'mıza Ankara'nın doğusunda çocuk ve ergen psikiyatrisi alanında hizmet veren tek anabilim dalı olmalarının verdiği yoğunluğa rağmen bize vakit ayırdığı için teşekkür ediyoruz ve başarılar diliyoruz.

**CÜMLE TAMAMLAMA TESTİ
AŞAĞIDAKİ EKSK CÜMLELERİ OKUYUP
TAMAMLA, ÇOK DÜŞÜNMEYEN AKLINA
İLK GELENİ YAZ**

- 1- Ben küçükken.....
- 2- Okul.....
- 3- En çok sevdiğim zaman.....
- 4- Büyüyünce.....
- 5- Anlamıyorum neden.....
- 6- Öğlanlar.....
- 7- Beni üzen.....
- 8- Annem.....
- 9- İsterdimki.....
- 10- Bazen düşünüyorum da.....
- 11- Kızlar.....
- 12- Elimden gelse.....
- 13- Yalnız kalınca.....
- 14- En çok utandığım şey.....
- 15- Kardeşlerim.....
- 16- Ne yazık ki ben.....
- 17- Babam.....
- 18- En çok korktuğum şey.....
- 19- Başkalarına göre ben.....
- 20- Keşke annem babam.....
- 21- Kendimi tutamayıp.....
- 22- En çok öğrendiğim şey.....
- 23- Hiç unutamadığım şey.....
- 24- Keşke ben.....

HABERLER



B üyesi ülkelerden alınan veriler doğrultusunda hazırlanan raporun Türkçe metni, Sağlık Bakanlığı'na yayınlandı. Rapora göre, ruhsal-nörolojik bozukluklar ve intihar, AB'de en önemli sağlık problemleri arasında yer alıyor. Bu ülkelerde hastalıkların en önemli nedenlerinden

biri, "hafif depresyondan karmaşık psikiyatrik rahatsızlıkların ilerlemesi" olarak kabul ediliyor. AB ülkelerinde, yetişkinlerin yüzde 15-20'si, 18 yaşın altındaki gençlerin de yüzde 17-22'sinde ruh sağlığına ilişkin bir problem bulunduğu düşünülüyor. Bu ülkelerde "anorexia" ve "bulimia" gibi yemek yeme düzensizlikleri, gençler arasında artıyor. Bunaklığın yaygınlığı 65 yaşta yüzde 1'den, 85 yaşında yüzde 30'lara yükseliyor. 60-95 yaşları arasında her 5 yılda bir bunaklık oranı yaklaşık ikiye katlanıyor.

ERKEKLER AKCİĞER, KADINLAR GÖĞÜS KANSERİ

Ölümlerle sonuçlanan kanserler genellikle erkeklerde akciğer, prostat ve kalın bağırsak; kadınlarda ise göğüs, kalın bağırsak ve akciğer kanseri olarak sıralanıyor. 100 bin erkekte 54.1'i, 100 bin kadından 11.1'i akciğer kanseri... Her ne kadar akciğer kanseri Avusturya, Belçika, Danimarka, Finlandiya, Fransa, İrlanda ve Hollanda'da düşüyorsa da diğer üye devletlerde artıyor. Erkeklerde akciğer kanseri en yüksek Belçika, en düşük ise İsveç'te görülüyor. Kadınlarda ise akciğer kanseri oranı Danimarka'da en yüksek, İspanya'da en düşük görülüyor. Tüm üye devletlerde kadınlarda göğüs kanseri sayısı artıyor ve göğüs kanseri kadınlar arasında en yaygın ölüm nedeni olarak görülüyor.

ŞEKER HASTALIĞI SALGINI

Üye devletlerde hipertansiyon yaygınlığı, yaklaşık yüzde 20 civarında. Mevcut sınırlı verilere göre, hipertansiyon, yüksek düzeyde olmasına rağmen Finlandiya'da düşme ve Almanya'da yükselme eğilimi gösteriyor. Üye devletlerde kilolu yetişkinlerin şeker hastalığına yakalanmaları, salgın hastalık halinde ve gitgide gençlere kayıyor. Şeker hastalığı nedeniyle 65 yaş altında ölümler tüm üye devletlerde her iki cins için düşme eğilimi gösteriyor.

İSEMİK KALP HASTALIĞI

AB ülkelerinde ölümlerin yarısı dolaşım sistemi hastalıklarından kaynaklanıyor. İsemik kalp hastalığı, ölüme neden olan tek ve başlıca dolaşım sistemi hastalığı olmasının yanı sıra 65 yaş altındaki ölümlerin başlıca nedeni sayılıyor. Bu hastalıkta Fransa, İtalya, Lüksemburg, Portekiz, İspanya en düşük, Birleşik Krallık ve İrlanda ise en yüksek ölüm oranına sahip görülüyor. İsemik kalp hastalıklarından kaynaklanan ölümler tüm üye devletlerde kadın ve erkekler için düşme eğilimi gösteriyor. Bu hastalıklardan ölümler, İrlandalı erkeklerde ve İngiliz kadınlarda en yüksek, Fransız erkeklerde ve kadınlarda en düşük görülüyor.

GENÇLERDE İNTİHAR VAKALARI ARTIYOR

Avrupa ülkelerinde önemli bir başka psikiyatri sorunu sayılan şizofreninin yaygınlığı yüzde 1 oranında, ancak bu rakamı doğrulayacak sağlam veriler bulunmuyor. AB'de sara hastalığının yaygınlığı binde 3-6 arasında değişiyor. Bu konuda mevcut sınırlı veriler, hastalıktan kaynaklanan ölüm sayısında bir düşüş olduğunu gösteriyor. Parkinson hastalığı ise 65 yaşta yüzde 0.6'dan 85 ve üzeri yaşlarda yüzde 3.5'e yükseliyor. Hastalığın görülmesinde kadın ve erkekler arasında büyük farklılıklar bulunmuyor. İntihar vakalarına, daha çok gençlerde rastlanıyor. Son 20 yıldır intihar oranları genç erkeklerde yükselirken, genç kadınlarda düşüş gösteriyor. İsveç'te ise hem erkek hem de kadın intihar sayısında düşüş görülüyor.

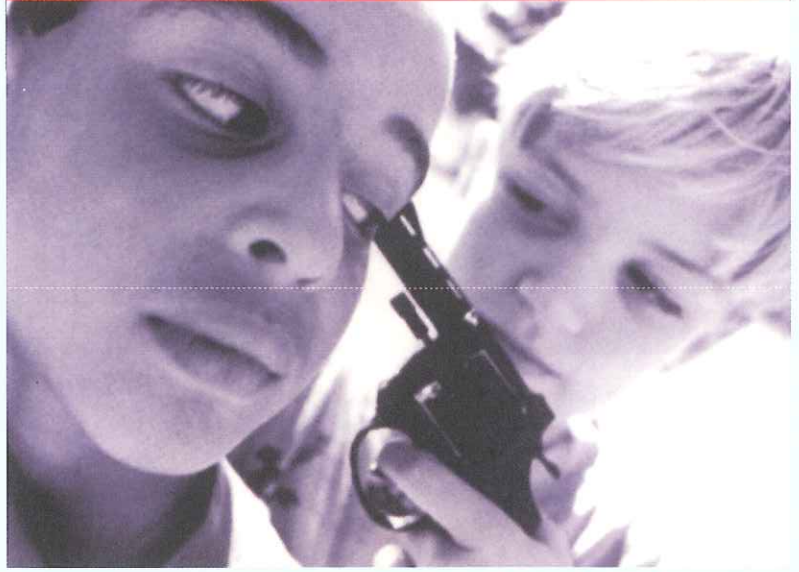
AIDS, MİLYONDA 63.7

AB'de AIDS vakası oranı, bir milyonda 63.7 olarak açıklanıyor. Finlandiya, bir milyonda 3.8 ile en düşük orana sahip ülke olurken, İspanya ise bir milyonda 116.5 ile en yüksek ülke olarak açıklanıyor. İspanya'yı, bir milyonda 83 ile Portekiz izliyor. Avusturya, Belçika, Finlandiya, Almanya, Yunanistan, İrlanda, İsveç ve Birleşik Krallık gibi ülkelerde bu oran milyonda 20'nin altında görülüyor. Üye ülkelerdeki aile planlaması programlarının gelişiminin istenmeyen gebelik sayısını düşürdüğü belirtiliyor ancak özellikle gençler arasında çocuk aldırma talebi halen yüksek hesaplanıyor. Çocuk aldırma alışkanlığı, kültürel değerler, doğum kontrol metotlarının başarısızlığı, tecavüz sonucu gebelik, anne sağlığı ve sosyo-ekonomik şartlardaki sağlık riskiyle ilişkilendiriliyor.

HABERLER

İLK KÖK HÜCRE BANKASI İNGİLTERE'DE AÇILDI

Londra'nın kuzeyindeki Potters Bar'da bulunan Ulusal Biyolojik Standartlar ve Kontrol Enstitüsü'nde kurulan bankada tutulacak kök hücreler, tüm dünyadaki araştırmacıların kullanımına sunulacak. İngiliz Tıbbi Araştırmalar Konseyi Başkanı Profesör Colin Blakemore, kök hücre çalışmalarının tedavisiz hastalıkların tedavisinde gerçek bir umut vaat ettiğini belirterek, bankanın araştırmacılara onulmaz hastaların tedavisi konusunda büyük olanaklar sağlayacağını söyledi. Londra'daki Krallık Koleji ve Newcastle'deki Yaşam Merkezi araştırmacıları tarafından ayrı ayrı geliştirilen iki insan embriyosu kök hücrelerinin bankada saklanan ilk iki kök hücre olduğu açıklandı. Avrupa Parlamentosu geçen yıl yaptığı oylamada, bağlayıcı olmayan bir karar alarak, insan embriyosunun kopyalanmasının yasaklanmasını ve kök hücre araştırmalarına kısıtlama getirilmesini onaylamıştı. Kök hücreler herhangi bir insan dokusunda büyüme potansiyeline sahip. Bilim adamları, kök hücrelerin insan hastalıklarının çoğunda tedavi için kullanılabileceğini söylüyorlar. Bilim adamları, kök hücrelerin yetişkinlerde de bulunabileceğini, ancak embriyolarda olduğu gibi çok yönlü ve kullanıma uygun olmayabileceğini ifade ediyorlar. Kök hücre bankası, tıpkı kan bankalarında olduğu gibi, kök hücrelerin saklanması ve araştırmacıların kullanılması için hizmet verecek. Doktorlar, embriyolardan alınan kök hücrelerin saklanmasıyla aralarında Parkinson ve Alzheimer gibi hastalıkların da bulunduğu birçok rahatsızlığı tedavi edip iyileştirebileceklerini ümit ediyorlar. Başta ABD Başkanı George Bush olmak üzere birçok ülke yetkilisi, insan embriyosu kök hücrelerinin tıbbi araştırmalarda kullanılmasına karşı çıkıyor.



OSTEOPOROZ'DA OLUMLU GELİŞME

Özellikle menopoz sonrası kadınları etkileyen osteoporozun etkin tedavisinde umut verici gelişmelerin saptandığı bildirildi. 10 yıl boyunca 5 ve 10 mg'lık "Alendronat" tedavisi uygulanan 45-82 yaş grubundaki kadınların iskelet, kalça ve tüm vücut bölgelerinde ortalama kemik mineral yoğunluğunda anlamlı düzeyde artış görüldü. İngiltere'nin Nottingham Şehir Hastanesi Tıbbi Araştırma Merkezi tarafından menopoz sonrası kadınlarda "Alendronat" etken maddeli ilaç kullanarak yapılan tedavinin etkinliğinin saptanmasına yönelik araştırma sonuçları, New England Journal of Medicine (NEJM) dergisinde yayımlandı. Buna göre, menopoz sonrası 45-82 yaş grubundaki osteoporozlu 994 kadını kapsayan araştırmada, osteoporoz nedeniyle kırığa eğilimli kritik iskelet bölgelerinde kemik yoğunluğu ölçülen kadınlara uygulanan 5 ve 10 miligramlık "Alendronat" tedavisi izlemeye alındı. Araştırma sonucunda, 10 yıl boyunca "Alendronat" tedavisi uygulanan kadınların iskelet, kalça ve tüm vücut bölgelerinde ortalama kemik mineral yoğunluğunda anlamlı düzeyde artış saptanırken, tedaviyi 5. yılda kesen kadınlarda da omurga, kalça bölgeleri ve tüm vücut kemik yoğunluklarının 10 yılın sonunda, tedaviye başlamadan öncesine göre daha yüksek olduğu belirlendi. Araştırmada elde edilen bir diğer umut verici sonuç ise tedavi uygulanan kadınların kemik döndüsüne ait biyokimyasal göstergelerinin hızla menopoz öncesi sınırlara ulaştığı ve araştırma süresince bu düzeylerin korunduğunun tespit edilmesi oldu. Halk arasında "kemik erimesi" olarak adlandırılan osteoporoz, menopoz dönemiyle birlikte östrojen hormonunun kemik kütlesi üzerindeki koruyucu etkisinden mahrum kalan her 3 kadından birinde görülüyor. Bu veriler nedeniyle genellikle kadınlara özgü bir hastalık olarak nitelenen osteoporoz, sekiz de bir oranında da erkeklerde de ortaya çıkıyor. Osteoporoz, vücuttaki diğer tüm dokular gibi canlı bir doku olan kemik kütlesinde yaşa bağlı olarak, yeniden yapım hızının, yıkım hızını gerisinde kalmasıyla ortaya çıkıyor. Doğal bir süreç olan kemik kütlesinin zayıflamasının, osteoporosa dönüşmeden önlenmesi için uzmanlar, öncelikle otuzlu yaşlara kadar kemik kütlesinin en iyi şekilde gelişiminin sağlanması gerektiğini belirtiyor. Dünya sağlık örgütüncü kalp ve damar hastalıklarının ardından ikinci sağlık problemi olarak gösterilen osteoporoz, önüne geçilmediği ya da tedavi edilmediği takdirde yaşam kalitesinin azalmasına, hatta kırığa bağlı ölümlere yol açabiliyor.

Bilgilendirme toplantılarından!! ...

Selçuk Ecza Deposu'nun düzenlemiş olduğu yemeğe katılan Bağkur Eczacısı Bircan Yazıcı ve SSK Eczacıları Birsen Şahin ve Gülnaz Yıldırım.



uyumasana Çetin bak neler kaçıyorsun!!

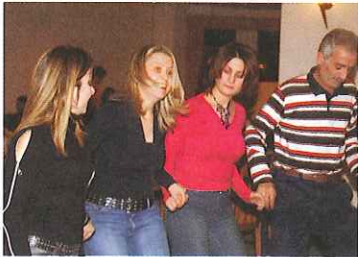


heeeee ben hiçbirşey kaçırmam



Bir kış böyle geçti!!

Es Ecza Deposunun organizasyonu ile yaklaşık 70 kişilik bir eczacı grubunun katıldığı Erzurum gezimiz çok eğlenceli, heyecanlı ve macera dolu geçti. Şanslı Karadeniz Ekibimizle son 70 yılın en büyük karını Erzurum'a yağdırırken kar ve tipi altında kayak yapmayı öğrenerek Guinness Rekorlar kitabına geçmeyi başardık. Yağan karla Palandöken'de mahsur kalan biz Eczacılar Genel Müdür Murat Tekin ve ekibinin düzenlediği yarışmalar, kayak turları ve çeşitli organizasyonlarla neşe dolu üç gün geçirdik.





BİLL GATES,Microsoft'un bir seminerinde bilgisayar sektöründeki gelişmenin hızını anlatmak için şöyle bir benzetme yaptı:

"Eğer Volkswagen firması son 25 yıl içinde bilgisayar sektörü denli hızlı gelişmiş olsaydı bugün 500 dolara alacağımız arabalara 25 dolarlık benzin koyup dünya turu atmamız olanaklı olacaktır."

Birkaç gün sonra Volkswagen firması bir basın açıklaması yayımlandı. Açıklamada Gates'in sözlerine şöyle yanıt veriyordu:

"Eğer otomotiv sektörü Gates'in işletim sistemi gibi gelişmiş olsaydı, alacağınız her arabada tek koltuk olacak , öteki koltuklar için ekstra lisans parası ödemek zorunda kalacaktınız. Arabanız yalnızca bizim ürettiğimiz benzinle çalışacak, gösterge tablosundaki tüm ikaz ve uyarı ışıkları yerine üzerinde 'Arabanız gereksiz bir işlem yürüttü, kapatılacaktır!' yazan tek bir lamba olacaktı. Ayrıca kaza sırasında arabanın hava yastıkları açılmadan önce bir düğmenin üzerinde 'Hava yastıkları açılacak , emin misiniz?' diyen bir ışık yanacaktı."



Nereden Geliyor Bu Kangurular ?

1700'lü yıllarda yaşayan İngiliz denizcisi James Cook , Sosyete Adaları'nı ve Yeni Zelanda'yı keşfedip, haritalarını çizdiği 1769 yılında , Avustralya'nın doğu kıyıları da ortaya çıkardı. Cook , bitki örtüsünün zenginliğinden ötürü "Botany Bay" (Botanik Koyu) adını verdiği koyda, Avustralyalı yerlileri ilk gören yabancı oldu.

Yerlilerle el kol hareketleri ve çeşitli işaretlerle güçlükle anlaşabilen James Cook , karınlarındaki cephelerinde yavrularını taşıyan ve arka ayakları üzerinde zıplayarak hareket eden uzun kuyruklu hayvanları görünce , yine el kol hareketleri ve çeşitli işaretlerle , bunların adlarının ne olduğunu sordu. Yerlilerin "Kanguru" demesinden sonra da James Cook ,bu hayvanları dünyaya "Kanguru" adıyla tanıttı.

Aradan elli yıla yakın bir süre geçtikten sonra , 1800'lerin başlarında ,"Kanguru" sözcüğünün gerçek anlamı anlaşıldı. "Kanguru", Avustralyalı yerlilerin dilinde , " Ne demek istiyorsun , yabancı" anlamına geliyordu.

DOKTOR, ünlü bir ressam olan arkadaşını ziyarete gitti . Ünlü ressam , son yaptığı hasta adam tablosunu doktor arkadaşına gösterip , "Eee, söyle bakalım" dedi. "fikrin ne?"

Doktor tabloya tekrar bakıp yanıt verdi:

"Merak edilecek bir şey yok" dedi. "Yalnızca üşütmüş , o kadar."



SİNEMADA, önündeki koltuklarda bir kadınla büyük bir köpeğin yan yana oturduklarını ve ikisinin filmi ilgiyle seyrettiklerini gören adam , filmi izlemeyi bıraktı, büyük bir şaşkınlıkla önündeki köpeği izlemeye başladı.

Filmin komik sahnelerinde köpeğin katıla katıla güldüğünü de görünce meraklı adam kendini daha fazla tutamadı, öne eğilerek hayretini köpeğin sahibi kadına bildirdi:

"Ne ilginç bir köpeğiniz var, hanımefendi" dedi. "Köpeğinizin filmi, hem de kahkahalarla izlemesi gerçekten çok şaşkıncı bir olay."

Kadın adama döndü :

"Ben de gerçekten çok şaşırdım", dedi."Çünkü filmin romanını hiç beğenmemişti."

Bir gün taksiye binen bir müşteri şoföre bir şey sormak için hafifçe omuzuna dokunur. Şoför bir çığlık atıp, direksiyonun kontrolünü kaybeder, bir otobüse çarpmak üzere iken direksiyonu kırar, kaldırıma çıkıp, bir vitrinin önünde arabayı durdurur arkaya dönüp müşteriye, "sakın ama sakın bir daha bunu yapmayın!" diye bağırır. Müşteri ise sakinlikle bir ufalık dokunmanın onu bu kadar korkutup sıçratacağını düşünmediğini söyler. Bu arada kendini toparlamış olan şoför, müşteriye dönüp: "haklısınız, aslında sizin kabahatiniz yok" der. "Bugün benim ilk taksi şoförlüğüm, 25 senedir cenaze arabası şoförüydüm".



ŞİMDİ GELDİM

Temel, bir binanın altıncı katından düşer. Hemen etrafına bir kalabalık toplanır.

Yoldan geçen biri kalabalığı yararak, yaralı Temel'in üzerine eğilip sorar:

-Ne oldu?

Temel, zorlukla:

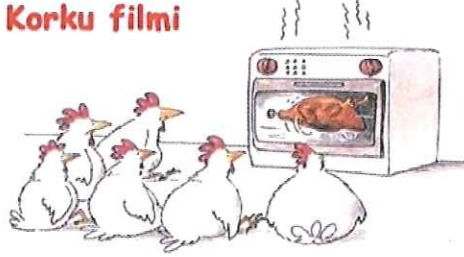
-Vallahi bilmeyrum. Ben de şimdi celdum.



CEVAPSİZ SORULAR??

- v Yüzmek zayıflatıyorsa balinalar neyi yanlış yapıyorlar!!!
- v Niçin falcıya gitmeden ewel randevu almak gerekir ? geleceğimizi bilemez mi??
- v Eğer bugün hava sıcaklığı 0 derece ise ve yarın iki kat daha soğuk olacaksa hava kaç derece olacaktır?
- v Niçin limonlu gazozların içerisinde bir sürü suni tatlandırıcı varken bulaşık deterjanında gerçek limon suyu kullanılmaktadır?
- v Işık 300.000 km/sn hızla yayıldığında karanlık hangi hızla çökmektedir.
- v Niçin fare kokulu kedi maması yok?
- v Niçin uçaklarda paraşüt yerine can yeleği vardır?
- v Eğer uçağın kara kutusu parçalanmıyorsa neden bütün uçak kutunun üretildiği maddeden yapılmamaktadır?

Korku filmi



Yer: Trabzon/Çağlayan

Eczacı yeni değiştirdiği arabasını eczane önüne park eder ve hayırlı olsun tebriklerini kabul etmeye başlar. Arabası bir önceki ile aynı renktedir. Hastalarından bir tanesi içeri girer ve sorar "Eczacı hanım arabanın plakasını mı değiştirdin?!"

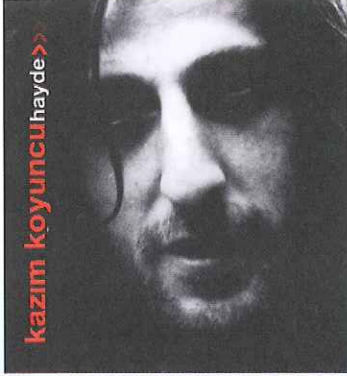
Yer : Trabzon

Emekli sandığına mensup hasta reçetesini almak üzere eczaneye girer. Ancak yaşlı kadının ilaçlarının kullanım süresi dolmamıştır. Eczacı yaşlı kadına izah etmeye başlar, teyzecim ilaçların henüz bitmemiş ancak bitince alabilirsiniz der. Yaşlı kadın da çantasını açar, ani bir hareketle çıkarttığı ilacı yutar. "Ahanda içtüm oları, şimdi bak bakalım uşağım, verecek mi ilaçları ?"

Yer: Erzurum

Kırmızı ışıkta karşıdan karşıya geçmeye çalışan kadınlara polis müdahale ederek "durun geçmeyin" der? Kadın cevap verir " senene erimden izin almışam görümüne gidiyirik!!"

MÜZİK



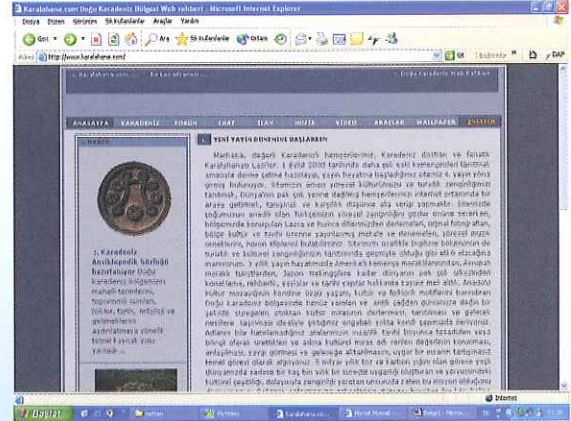
Artvin/Hopa doğumlu Laz şarkıcı Kazım Koyuncu'nun Hayde adlı ikinci solo albümü geçtiğimiz günlerde Metropol Müzik etiketle çıktı. Koyuncu'nun albümünde, sadece horon yok elbette. Duygusal Karadeniz ezgileri, Gürcü şarkıları, ritmik ezgiler var. 'Gülbeyaz' dizisinden hatırladığımız kıpır kıpır Laz ezgileri de bu kasette. Lazcanın ve yok olmak üzere olan birçok dilin ve kültürün yaşaması elbetteki önemli. Bu da az sayıdaki insanın çabalarıyla mümkün oluyor.. Lazca müzik şimdi 10 sene öncesinden daha iyi durumda. Öncelikle "Zuğaşi Berepe" ve "Dinmeyen" adlı müzik gruplarından tanıdığımız Kazım Koyuncu'nun, "Viya" dan sonra ikinci solo albümü "Hayde" Beyoğlu Metropol Müzikten çıktı. Uzun bir çalışmanın ardından, bir sene rötarlı çıkan albüm Lazca, Hemsince, Gürcüce, Megrelce ve Türkçe 14 şarkıdan oluşmakta. Konser performansına yakın bir soundla yapılan albüm oldukça renkli. Kazım Koyuncu'nun, bölge müziğini rock, reggae ve ska gibi Batı soundlarıyla başarılı bir şekilde birleştirdiği ve yorumladığı albümde "Gülbeyaz" dizisi için hazırladığı iki enstrümantal eser de yer almakta. Albümde ayrıca iki şarkı vokaliyle Kazım Koyuncu'ya Şewal Sam eşlik ediyor. Gökhan Birben, Selim Bölükbaşı, Hilmi Yarıyıcı gibi önemli müzisyenler de vokalleriyle sanatçıya destek oluyor.

Hayde'de Asiye, "Denizde karartı var" gibi duygusal türkülerin yanında, "Mohevis Kalo" gibi ritmik bir Gürcü ezgisi, "Lazca" horonlardan oluşan potpori, elektronik altyapısıyla Laz destanlarına farklı bir yorum getiren "Selimina"yı da ilgiyle dinleyebilirsiniz. Son dönem Laz müziğinin önemli isimlerinden olan Kazım Koyuncu "Hayde" diyor bu albümüyle bizlere.

WEB SİTESİ

www.karalahana.com

1 Eylül 2000 tarihinde daha çok eski kemeççileri tanıtmak amacıyla derne çatma hazırlanıp, yayın hayatına başlanan site 4. yayın yılına girmiş bulunuyor. Sitenin amacı "yöresel kültürümüzü ve turistik zenginliğimizi tanıtmak, Dünya'nın pek çok yerine dağılmış hemşerilerimizi internet ortamında bir araya getirmek, tanışmak ve karşılıklı düşünce alış verişini yapmak." cümlesiyle ortaya konuluyor. Sitede çoğumuzun anadili olan Türkçemizin yöresel zenginliğini gözler önüne sererken, bölgemizde konuşulan Lazca ve Rumca dillerinden derlemeleri, orijinal fotoğrafları, bölge kültür ve tarihi üzerine yayınlanmış makale ve denemeleri, yöresel müzik örneklerini, horon kliplerini bulabilirsiniz.



DVD

Ken Watanabe'ye yardımcı erkek oyuncu dalında Oscar adaylığı dışında, en iyi kostüm ve en iyi sanat yönetimi dallarında da bu ödüle aday olan film, 1870'lerin Japonya'sında geçiyor. Cruise, bu film için ata binmek, kılıç kullanmak da dahil birçok eğitimden geçmiş. Filmin senaryosunu daha önce 'Gladyatör'e de imza atan John Logan yazmış.

Konusu: Yüzbaşı Nathan Algren (Tom Cruise), İç Savaş'ta onuru ve ülkesi için hayatını riske atmaktan hiçbir sakınca görmemiştir. Ancak dünya, özellikle Batı, İç Savaş'tan bu yana epey değişmiştir. Artık pragmatizm cesaretin; bireysellik ise fedakârlık ve onurun yerini almıştır.





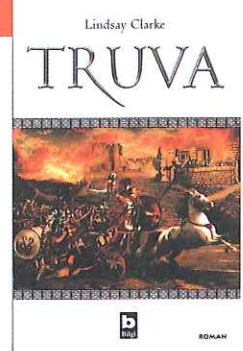
TERÖRÜN EFENDİLERİ

Mesut Karavaşan
Pınar yayınları

Gittikleri her yere kan ve gözyaşı, yoksulluk ve sefalet götürdüler. Gittikleri her yerde oluk oluk kan aktıttılar; soykırımlar gerçekleştirdiler. Zenginliklerine el koyamadıkları halkları bombaladılar; üzerlerine "akıllı füzeler" yağdırdılar. Bunu önceleri "uygarlık" adına yaptılar; kendi kendilerine yerlileri "uygarlaştırma" misyonu biçtiler. Modern fenomenin eski zamanlardaki vahşet olgusundan farkı sadece kullanılan vasıtalar, bir de rütbe ve mevkiye irili ufaklı faillerinin dış görünümü. Aslında biraz dikkat ve özenle, katilleri gizleyen tül perdeyi anlamak ve moda uygun zarif kıyafetler içinde de olsalar onları teşhis etmek mümkündür. Onlara kan ve can veren kalabalıklar zulme rıza gösterdikçe saltanatları devam edecek. Onlar terörün efendileri... Bu kitapta özenle gizlenmiş, yakın tarihe dahil edilmemiş kimi hikayeler yer almaktadır. Kral ve Kilise adına değil, fakat petrol, doğalgaz, uranyum, pirinç, kauçuk... v.s. adına işlenmiş katliamların hikayeleri. Ceberrut siyasal sistemlerin halklar üzerine saldırdığı korku ve dehşet, masum ve savunmasız insanları hedef alan planlı, bilinçli ve sistematik vahşet. Tüylere ürpertiye bürünerek insanlığa kendini gösteren ve bütün terör eylemlerinin anası mesabesindeki devlet terörünün soğuk ve acımasız yüzü. Uluslar arası sözleşmelerde terörün tanımına girmeyen, nitelik ve nicelik itibarıyla mukayese kabul etmez, "gerçek terörün" öyküleri... Totaliter siyasal sistemleri ve modern dünyada insan hakları ve özgürlük sorunları üzerine inceleme ve araştırmalarıyla tanınan yazar, bu kitabında güncel bir fenomeni ele alıyor. Terör ve terörün gerçek efendilerini ilgiyle okuyacaksınız.

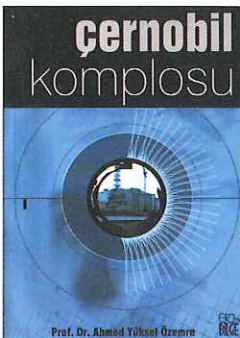
TRUVA

Türü: Roman
Yayınevi: Bilgi yay.
Basım yılı: 2004, 464 Sayfa



Lindsay Clarke'ın Truva Savaşı'nı anlatan kitabı piyasaya çıktı.

Lindsay Clarke'ın kaleme aldığı ve Bilgi Yayınevi'nden okurla buluşan 'Truva' adlı kitap, Truva Savaşı ve Achilles ile ilgili bilinmeyen gerçeklere ışık tutuyor. Anadolu topraklarında yeniden soluk almaya başlayan 3 bin yaşındaki aşk ve savaş efsanesinin büyüleyici romanı. Smyrnalı Homeros'un 'İlyada' destanında geçen Truva Savaşı'na ışık tutan kitabın destandan ve 'Truva' filminin senaryosundan farkı, savaşa yol açtığı varsayılan tanrıçaların güzellik yarışmasından çok önce, yani kahramanların soylarının ve Truva kentinin geçmişiyle başlaması. 'Ölümlü erkeklerin en güzeli' kabul edilen Paris ise Kral Priamos'un oğlu olduğunu öğrenmeden önce yıllarca dağlarda boğa çobanlığı yaptı. Paris, tanrıçaların önüne serdiği 'iktidar', 'bilgelik' ve 'aşk' olarak sunduğu üç seçenektен 'aşk'ı seçtiği için olaylara yol açarken, kahraman Aşil'in annesi ise ondan önceki altı oğlunu tanrılara kurban eden bir cani. Brad Pitt tarafından canlandırılan baş karakter Aşil ise filmde gösterilmeyen değişik özelliklere sahip. İçinde hem iyiyi, hem de kötüyü barındıran, gururlu, yiğit Aşil'in ilginç özellikleri, bu olumlu yönlerine karşın 'alınan' ve bir o kadar da 'zalim' oluşu. Truva, hem halen şiddetli çatışmalarla sarsılan bir dünyaya ve kendi deneyimlerimizin önemli öğelerine hitap ediyor, hem de tarih öncesinden mirasımız olan zengin mitolojik kaynakları okurun hayal gücünün önüne seriyor.



ÇERNOBİL KOMPLOSU

Prof. Dr. Ahmed Yüksel Özemre

Konu, yüksek bir teknik bilgi içermesi dolayısıyla bilim adamları tarafından bilim çevrelerinde çok konuşulmuş; sosyal ve tıbbi etkileri açısından da gündemdeki yerini uzun süre muhafaza etmiştir. Dünyadaki etkileri bir yana, Çernobil kazasının Türkiye'deki etkileri ve bu olaydan sonra Türkiye'de yaşanan sosyal ve siyasal gelişmeler olayın önemini daha da artırmıştır.

'Çernobil Komplosu' adlı kitapta, Çernobil Santrali'ndeki nükleer kazadan sonra Türkiye'de yaşananlar; o dönemde birçok kişi ve kurum tarafından hedefteki kişi haline getirilen Türkiye'nin ilk atom mühendisi Prof. Dr. Ahmed Yüksel Özemre tarafından kaleme alındı. Özemre, o dönemde Türkiye Atom Enerjisi Kurumu Başkanı'ydı ve bu mevki, o süreçte oldukça stratejik bir konumda bulunmaktaydı.

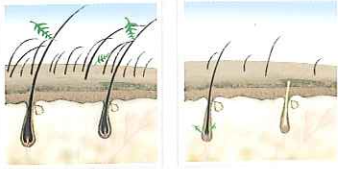
Kitapta nükleer kazadan sonra Türkiye'nin geçirdiği zor günler, olaylara, gözlemlere ve belgelere dayanarak anlatılmaktadır. Bu dönemde gündemi meşgul eden farklı olaylara farklı konu başlıkları altında değinen eserde,

ülkenin geçirdiği kritik günler; olayın devlet, medya, bilim çevreleri ve halk tarafından algılanış şekli; TAEK tarafından alınan önlemler; devlet kademelerindeki bürokrasi; çaydaki radyasyon; olayla ilgili o dönemde hazırlanan ve 'ODTÜ Raporu' olarak bilinen rapor; yüksek radyasyonlu çayların imhası ile ilgili teknik bilgiler; konuyla ilgili TBMM Araştırma Komisyonu tarafından hazırlanan rapor gibi konularla ilgili görüşler, bilgiler ve belgeler bulacaksınız.

Ülke olarak geçirdiğimiz bu zor ve karmaşık sürece ilişkin bir fikir edineceğiniz eser yazarın kalemiyle size bir izleme penceresi açmanın yanı sıra, yazılı bilgi ve belgelerle de tarihe kayıt düşecek bir özellik taşımaktadır.

Bilge Yayınları, 334 sf.

İstenmeyen tüylere Bitkisel Çözüm



1.seans

2.seans

Bio-Der istenmeyen tüyleri inceltir ve azaltır. Kıl köküne etki eder.

Yüzünüzde ve tüm vücudunuzda güvenle kullanabilirsiniz.

Dermatolojik olarak test edilmiştir.

Yapılan klinik testlerde Bio-Der'in etkinliği ve güvenliği onaylanmıştır.

Bio-Der tüy dökücü değildir.

www.bioder.com

Bio-Der Laboratuvarları istenmeyen tüyleri cilde ve vücuda zarar vermeden inceltmeyi ve azaltmayı başardı. Yapılan klinik testlerde Bio-Der'in cildin genç görünümünü ve doğal pH seviyesini koruyarak cilt nemini ve yumuşaklığını artırdığı görülmüştür.

Bio-Der'in başarısının temeli, sinerjik etki oluşturan bitki özlerinden formüle edilmesi ve kullanımının pratik olmasıdır.



0216 348 19 21

tüm eczanelerde



yüz bölgesine özel 80ml



TÜY AZALTICI
CİLT BAKIM KREMI

HAIR REDUCING
SKIN CARE CREAM

İstenmeyen tüylerin
azalmasını ve
incelmesini sağlar

DERMATOLOJİK OLARAK TEST EDİLMİŞTİR



ÇİKOLATA SOSLU SÜTLAÇ

MALZEMELER

- 2 su bardağı Amerikan pirinci
- 1.5 su bardağı yağsız süt
- 1 paket jelatin yada sade jöle
- 3 çorba kaşığı tozşeker
- 2 su bardağı su
- 1 çorba kaşığı badem likörü
- 1/2 çay kaşığı vanilya
- 2 çorba kaşığı badem
- çikolata sosu için:
- 3 çorba kaşığı kakao
- 3 çorba kaşığı tozşeker
- 1/2 su bardağı yağsız ayran
- 1 çorba kaşığı badem likörü

HAZIRLANIŞI

Pirinci yıkayıp yarım saat tuzlu sıcak suda bekletin ve süzün. Küçük tencereye sütü dökün ve üzerine jelatini veya jöleyi ilave edin. Jelatinler yumuşayınca kadar 1 dakika bekletin. Kısık ateşte sürekli karıştırarak jelatinler eriyinceye kadar pişirin. Şekeri tencereye ilave edip şeker eriyinceye kadar karıştırın. Pirinci ilave edip yumuşayınca kadar pişirin. Tencereyi ateşten alıp yumurta akı kıvamına gelinceye kadar soğutun. Likör ve vanilyayı pirinçli karışıma ekleyin. Tencerenin kapağını kapatıp katılaşınca kadar soğutun. Çikolata sosu için kakao ve şekeri küçük bir tencereye dökün. Ayranı ilave edip karıştırın. Orta ateşte şeker eriyinceye kadar pişirin. Likörü ilave edin. ve ateşten alın. Küçük kalıplara paylaşın. Soğuyan sütlacı servis tabaklarına ters çevirin. Çevresine hazırladığınız çikolata sosunu dökün. Kiyılmış bademle süsleyin. Dilerseniz hindistan cevizi ve az miktarda tarçın da dökebilirsiniz.



ENGİNARLI PİLAV

MALZEMELER

- 3 su bardağı USA Calrose pirinç
- 1 çorba kaşığı tereyağ
- 1 çay bardağı sıvıyağ
- 2 adet enginar
- 3 adet soğan
- tuz
- karabiber

HAZIRLANIŞI

Enginarların kabuklarını ve tüylerini ayıklayıp ufak parçalara doğrayın. Limonlu suya atın. Soğanın kabuklarını soyup doğrayın. Tencereye sıvıyağ, tereyağ, soğan koyup kavurun. Doğranmış enginarları ilave edip bir miktar daha kavurun. 1 su bardağı su ve tuz koyup enginarları yumuşayınca kadar pişirin. pirinci sıcak suda 15 dakika bekletin. Suyunu süzüp enginarlara ilave edin. Tuz ve 5 su bardağı su ekleyip harlı ateşte kaynatıp, kısık ateşe alın.

KAMULE

MALZEMELER

- 2 baş beyaz büyük kuru soğan
- 1 küçük baş soğan (eti haşlamak için)
- 1 kg parça dana eti (orta yağlı)
- 1 su bardağı haşlanmış nohut
- 3 su bardağı amerikan pirinci
- 3 su bardağı sıcak etsuyu



- 1/2 paket tereyağı
- 1-2 adet yeşil biber
- tuz, karabiber, maydanoz

HAZIRLANIŞI

Parça et 1 küçük baş soğanla beraber iyice yumuşayana kadar haşlanır. Haşlandıktan sonra çok küçük olmayacak şekilde didiklenir. Soğanlar yarım ay şeklinde doğranır, biraz tuz ve karabiber ile ovulur. Amerikan pirinci bol suyla yıkanarak nişastası alınır. Düz tabanlı bir pilav tenceresinin en altına soğanlar yayılır. Soğanın üzerine etler serilir. Etin üstüne haşlanmış nohut ve parmak boğumu büyüklüğünde doğranmış yeşil biber konur. Bunların üzerine yıkanmış Amerikan pirinci serilir. 3 bardak etsuyu, tuz ve eritilmiş tereyağı dökülür. Orta ateşte kaynayanaya kadar ve kaynadıktan sonra kısık ateşte pirinçler yumuşayana kadar pişirilir. Pişerken hiç karıştırılmaması önemlidir. Kabune pişince üstüne temiz bir bez konur ve 15 dakika demlendirilir. Demlendikten sonra tahta bir kaşıkla pirinçler kırılmadan alt üst ederek iyice karıştırılır. Servis tabağına kubbe şeklinde alınır. Üzeri karabiber ve maydanozla süslenerek servis yapılır.