MAKSDER®
Mobilya Aksesuar Sanayicileri Derneği
Furniture Accessory Industrialists Association

maksder aktüel

Mobilya Aksesuar Sanayicileri Derneği - Kurumsal İletişim Dergisi
Sayı: 10

Sürdürülebilir Başarının Anahtarı: "KALİTE"

Yaşanılır Bir Dünya İçin FİLELERE DÖNÜŞ BAŞLASIN

2019'da Daha İyi Bir Yaşam İçin 19 İYİ ÖNERİ

Suyun Renkli Yolculuğu EBRU SANATI

MAKSDER, Bu Yıl da INTERMOB 2018'e Damga Vurdu

02 Haber
MAKSDER, Bu Yıl da
INTERMOB 2018'e Damga Vurdu

04 Kapak
Yeni Bir Yıla
Yepyeni Umutlar Yakışır

08 İş Yaşamı
Sürdürülebilir Başarının
Anahtarı: "KALİTE"

10 Portre
Prof. Dr. AZİZ SANCAR:
"Çoğu İnsan Zekaya İnanır,
Ben İnanmıyorum;
Bizi Birbirimizden Ayıran
Emektir, Ben Çalışmaya
İnanıyorum"

12 Gündem
Organ Bağışı
HAYAT KURTARIR

14 Gündem
Yaşanılır Bir Dünya İçin
FİLELERE DÖNÜŞ BAŞLASIN

18 Röportaj
Prof. Dr. Acar Baltaş:
"Başarı İçin, İşinizi Hayatınızın
Parçası Olarak Görün"

22 İş Dünyası
Müşteri Sadakati
ALARM VERİYOR!

24 Sağlık
2019'da Daha İyi Bir Yaşam İçin
19 İYİ ÖNERİ

28 Hobi
Suyun Renkli Yolculuğu
EBRU SANATI

30 Gezi
Tarih Kokan Şehir
KARS

31 Gezi
Büyülü Ülke
TUNUS

Saygıdeğer Üyelerimiz ve Sektörümüzün Çok Kıymetli Temsilcileri,

Hepimiz yeni bir yıla girmiş olmanın mutluluğunu yaşıyoruz. Çünkü yeni bir yıl, yeni umutlar demektir. Bu bakımdan, hepimizin geçmiş yılın muhasebesini yapıp önümüzdeki uzun yılla ilgili hedeflerimizi ve isteklerimizi belirlediğimiz günlerdeyiz. Biz de MAKSDER olarak, her yıl kendimize bir rota çiziyoruz ve hedeflerimizi belirliyoruz.

2018 yılı bizler için hedeflerimizi gerçekleştirdiğimiz ve aramıza katılan yeni üyelerimizle büyüdüğümüz bir yıl olarak geçti. Ekim ayında, MAKSDER'in de iş birliğiyle gerçekleştirilen INTERMOB 2018 Fuarı, yoğun ilgi gördü ve 2019 yılı hakkındaki umutlarımızı perçinledi. MAKSDER Mobilya Aksesuar Ürünleri Tasarım Yarışması'nda ödül alan öğrencilerimizin tasarımlarını sergilediğimiz fuar boyunca sergiye olan ilginin yüksek olması da bizi son derece mutlu etti. Sektörümüz artık tasarıma büyük önem veriyor ve katma değeri yüksek ürünlerin önemi her geçen gün artıyor.

Tasarım yarışması sayesinde aynı zamanda, gençlerimizle bir araya gelmenin ve onların parlak zihinlerinden çıkan ürünleri görmenin mutluluğunu da yaşadık. Üniversite-Sanayi iş birliğinin en güzel örneklerinden biri olan yarışmamıza katılım her geçen yıl artıyor olması, doğru yolda olduğumuzu göstermesi açısından bizleri yüreklendiriyor. Katılan öğrenci arkadaşlarıma ve emeği geçen herkese bir kez daha teşekkür ediyorum.

10. Sayımız Dopdolu

MAKSDER Aktüel vesilesiyle 2016 yılından bu yana sizlerle buluşuyoruz. Her sayımızda hem sektörümüzün hem de gündemin önemli konu ve konuklarını sayfalarımıza taşıyarak ve ilk günkü heyecanımızı hiçbir zaman kaybetmeden 10. sayımıza ulaştık. MAKSDER Aktüel'i sizlere sunmaktaki amacımız, sizlerle daha yakın iletişimde olmak ve MAKSDER'i daha yakından tanımanızı sağlamanın yanı sıra, daha iyi ve sürdürülebilir bir yaşamla ilgili ipuçları vermekti. Bu amaca, aldığımız yorum ve eleştirilere baktığım zaman, ulaştığımızı düşünüyorum. Bu vesileyle, siz değerli okurlarımıza teşekkür ediyorum.

MAKSDER Aktüel'in 10. sayısı yine dopdolu. Yeni bir yıla girerken yeni başlangıçlar yapmanın önemini vurguladığımız kapak konumuzu gündelik hayatın içinde kendine zaman ayıramayan herkesin okumasını ve olabildiğince uygulamasını diliyorum.

İş dünyası için özel olarak hazırladığımız konularda "kalite ve "müşteri sadakati" başlıklarını hepimiz önemsemeliyiz. Bugün hepimiz için ürün ve hizmetlerin kalitesi fiyatından önce geliyor. Özellikle Y Kuşağı'nın hayatın her alanında yer almaya başlamasıyla bu konu daha da büyük önem kazandı. Bizler de sektör paydaşları olarak içinde bulunduğumuz rekabet ortamında kalite kavramını çok iyi anlamalı ve uygulamalıyız.

2019'un size, ailenize ve tüm sevdiklerinize sağlık, mutluluk ve huzur; ülkemize ve dünyaya ise barış ve esenlik getirmesini diliyorum.

Tekin Çınar
MAKSDER
Yönetim Kurulu Başkanı

MAKSDER AKTÜEL
Kış 2019 - Sayı: 10

MAKSDER
Adına İmtiyaz Sahibi
Tekin Çınar

Genel Yayın Yönetmeni
Mehtap Sarmusak
iletisim@maksder.org

Yayın Kurulu
Gökhan Kocabaş
Selçuk İnal
Özcan Gönülkırmaz
Mehmet Sarıalp

Yazı İşleri
Hünkar Sibel Görel
Selim Işık
Meltem Önder

Grafik Tasarım
Engin Görel

Yayına Hazırlık
MEDYAPAN
YAKININIZDA DEĞİL, YANININIZDA
www.medyapan.com
(0212) 438 67 62
bilgi@medyapan.com

Renkayrım/Baskı ve Cilt
Özdemir Ofset

Basım Tarihi: 2 Ocak 2018
Yayın Türü: Yerel Süreli

Yönetim Yeri
MAKSDER - Mobilya Aksesuar Sanayicileri Derneği
Cumhuriyet Mahallesi, 1992. Sokak, No: 16, Vetro City, Kat: 6, D: 155-156, Beylikdüzü / E5 Mevki-İstanbul
Tel: 0212 255 70 54
www.maksder.org

MAKSDER, Bu Yıl da INTERMOB 2018'e Damga Vurdu

Mobilya Aksesuar Sanayicileri Derneği (MAKSDER), her yıl olduğu gibi bu yıl da 13-17 Ekim 2018 tarihleri arasında gerçekleşen INTERMOB 2018 fuarında yerini aldı. Ahşap ve mobilya yan sanayi endüstrilerinin Avrasya Bölgesi'ndeki bir numaralı ticaret platformu olan fuara MAKSDER Üyeleri ve Yönetim Kurulu katılım sağladı.

Mobilya Aksesuar Sanayicileri Derneği (MAKSDER) ve REED TÜYAP iş birliğiyle düzenlenen INTERMOB, bu yıl 13-17 Ekim 2018 tarihleri arasında gerçekleştirildi. 2017 yılında, 14 salon ve 120.000 metrekare sergi alanında, 34 ülkeden 842 firma ve firma temsilciliğinin katılımıyla gerçekleşen Ağaç İşleme ve INTERMOB fuarları,

74.889 profesyonel ziyaretçisini ağırladı. Sektörün en yüksek ticaret hacimli buluşması konumundaki fuar, başarısını 2018 yılında da devam ettirerek geçmiş yıllarda yakaladığı başarısını arttırarak sürdürdü.

2009 yılından bu yana MAKSDER'in de destekleriyle gerçekleştirilen INTERMOB Fuarı, her geçen yıl büyümeye devam ediyor. Mobilya aksesuarları sektörünün ancak tasarımla ve katma değerli ürünlerle büyüyeceğini belirten MAKSDER Yönetim Kurulu Başkanı Tekin Çınar, fuarla ilgili şöyle konuşuyor: "Biz MAKSDER olarak sektörümüzün Ar-Ge çalışmalarıyla ve tasarımla dünyada hak ettiği konuma gelebileceğine inanıyoruz. Her platformda sürdürülebilir yaklaşımları kurum

> *2009 yılından bu yana MAKSDER'in de destekleriyle gerçekleştirilen INTERMOB Fuarı, her geçen yıl büyümeye devam ediyor.*

kültürüne entegre etmenin, sürdürülebilir ürünler tasarlamanın ve elbette yeni çağın pazarlama yaklaşımlarıyla başarıyı sürekli kılmanın önemini anlatıyoruz. Düzenlediğimiz tasarım yarışmaları ve çeşitli etkinlik katılımlarımızla da bu söylemi destekliyoruz. Bu konuları ön plana çıkarabilmemiz ve altını çizebilmemiz için INTERMOB çok önemli bir fuar."

MAKSDER, Ödüllü Tasarımlarını INTERMOB'da Sergiledi

MAKSDER ve Mimar Sinan Güzel Sanatlar Üniversitesi (MSGSÜ) iş birliğiyle düzenlenen tasarım yarışmasının sonuçları geçtiğimiz Mayıs ayında açıklanmıştı. Sanayi-üniversite iş birliğini güçlendirmeyi amaçlayan yarışmada ödüle layık görülen tasarımlar, 13-17 Ekim tarihleri süresince INTERMOB fuar alanında sergilendi ve fuar katılımcılarından büyük ilgi gördü.

Düzenlediği tasarım yarışmasıyla günümüzün rekabet koşullarında tasarım odaklı düşünmenin küresel pazarda önemini vurgulayan MAKSDER, Türk tasarımının dünyada daha çok tanınmasına katkı sağlamayı gelecek yıllarda da sürdürecek.■

Yeni Bir Yıla Yepyeni Umutlar Yakışır

Yeni bir yıl, insan hayatı için yepyeni umutlar barındırır her zaman. Romalı şair Ovidius "Umutlarım asla gerçekleşmiyor ama daima umut ediyorum" demiş. Çünkü umut bizi hayata bağlayan en önemli duygulardan biridir. Hayatınızla ilgili önemli kararlar almak ve gerçekleştirmek için yeni bir yılın başlangıcından daha iyi bir zaman olabilir mi?

Yaşamlarımızın ev ile iş arasında geçtiği bir zamanda yaşıyoruz. Günlük yaşamın içine pek çok şeyi sığdırmak zorunda kalıyoruz. Geçim derdi, yaşam kargaşası, çevre kirliliği, savaşlar, isyanlar, ekonomik krizler ve doğal felaketler, gündemimizin baş sıralarında yer alıyor. Bu hengame içerisinde yılların nasıl geçtiğini anlamıyoruz bile. İşte 2018'in de göz açıp kapayıncaya kadar sonuna geldik. Yeni umutlar, yeni başlangıçlarla yepyeni bir yıla başlıyoruz. Hayata bakış açınız nasıl olursa olsun, bu güzel başlangıcı kendinize fırsat bilin ve hayatınızla ilgili yapmak istediğiniz değişikliklerin kararlarını alıp yeni bir yıla yeni umutlarla başlayın.

Hayaller ve Yeni Başlangıçlar

Yeni başlangıçların kapısını hayaller açar. İnsanoğlu hayal kurabildiği ölçüde gelişir ve başarır. Ancak unutmayın ki, kurduğumuz hayallerin ulaşılabilir hayaller olması gerekiyor. Aksi takdirde yaşayacağınız hayal kırıklığı sizi bunalıma sürükleyebilir ve mutsuz bir insan haline gelebilirsiniz. Bu nedenle kuracağınız hayallerin kısa sürede ulaşabileceğiniz ya da olmazsa çok büyük hayal kırıklıklarına yol açmayacak isteklerden oluşmasına dikkat edin.

Beslenme, yaşamın her anında oldukça önemli. Hastalıklardan uzak, sağlıklı bir yıl geçirmek de mutlu olmak için son derece gerekli. Bu nedenle de düzenli ve dengeli beslenme kurallarını yerine getirmeye özen gösterin.

Para Ne Kadar Önemli?

Paranın hayatımızdaki yeri elbette çok büyük. İsteklerimizi gerçekleştirmek, sosyal hayatın içinde aktif olarak rol almak ve hatta sevdiğimiz pek çok şeye sahip olmak adına para olmazsa olmaz bir faktör. Ancak unutmayın ki, mutlu olabileceğiniz anları çok küçük rakamlarla da çoğaltabilmeniz mümkün. Dışarı çıkmak yerine arkadaşlarınızla evde toplanmayı tercih edebilirsiniz. Sevdiklerinizle geçirdiğiniz mutlu birkaç saatin evde ya da dışarıda olması çok önemli değildir. Günümüzde artık evde eğlenceli vakit geçirmenin pek çok yolu var. Bunların başını kutu ve konsol oyunları çekiyor. Tek başınıza ya da kalabalık bir şekilde oynayabileceğiniz bu oyunlar, evde vakit geçirmeyi eğlenceli bir hale getiriyor.

Yaşadığınız toprakların kıymetini bilin

Dört mevsimi de yaşayabildiğimiz Anadolu toprakları bile, mutlu olmamız ve umudumuzu yitirmememiz için yeterli aslında. Her mevsimin kendine özgü farklılıkları olduğu için, yaşanan anlar da mevsimsel değişiklikler gösterebiliyor. Kışın yağan ilk karda kendinizi dışarı atın, kardan adam yapın, kartopu oynayın… Soğuğu hissetmeyecek ve ne kadar eğlendiğinize inanamayacaksınız. İlkbahardaysa renkli çiçeklerle süslenen ağaçları görmezden gelmeyin. Pırıl pırıl güneşli havalarda yürüyüşler yapın. Yazın içinizi ısıtan güneşin sizi gülümsetmesine izin verin. Bol bol dondurma yiyin, bisiklete binin, yüzün… Sonbaharın ilk yağmurunda ıslanmayı ihmal etmeyin. Ve yılın bu son üç ayında, koca bir

Kış Aylarında Egzersiz

Kış ayları, soğukların da etkisiyle, genellikle dışarı çıkmak istemediğimiz zamanlardır. Ancak kış aylarını, alt yapı hazırlıkları ve kendinizi bahara hazırlama şeklinde geçirebilirsiniz. Düzenli olarak egzersiz yapmayanlar, haftada iki günle başlayıp bunu arttırmayı denemeli. Kışın sonuna doğru, egzersiz sizin için bir alışkanlığa dönüşecek. Yürüyüş, koşma, bir spor salonuna yazılıp yapacağınız kardiyo egzersizleri ya da evde pilates. Bunların yanı sıra, evinize alacağınız farklı ağırlıklarla da egzersizler yapıp kollarınızı ve göğüs bölgenizi çalıştırmanızda fayda var. Her mevsim "dambıl"larla yapacağınız egzersizler için uygundur.

Hangisini seçerseniz seçin, kendinizi zorlamamaya ve kaslarınızı bitkin düşürmemeye dikkat edin. Kasların gelişmesi için kendini onarmaya ve dinlenmeye de ihtiyacı var.

DÜZENLİ SPOR YAPIN!

Siz de düzenli olarak spor yapmayı hep isteyip bir türlü başlayamayanlardan mısınız? Yeni yılın beraberinde getireceği heyecanla, bu isteğinizi gerçekleştirebilirsiniz. 2019'un ilk günleriyle beraber çalışmaya başlayın.

Düzenli spor yapmanın faydaları:

- Kendinizi çok daha iyi hissedersiniz.
- Olumsuz durumlardan çok daha az etkilenirsiniz.
- Kendinize güveniniz artar.
- Uykunuz düzenli bir hale gelir.
- Kendinizi daha zinde hissedersiniz.
- Yaşlanma karşıtı etkileri vardır.
- Kan dolaşımını düzenlediğinden cilt için çok faydalıdır.
- Eklem fonksiyonlarını geliştirir.
- Kas gücünü arttırır.
- Bağışıklık sisteminizi destekler.
- Kemikleri ve kalbi sağlamlaştırır.
- Kolesterol düzeyini dengeler.
- Sırt, bel ve boyun ağrılarını önler ve azaltır.
- Ağrıya dayanıklılığı arttırır.
- Yaşam kalitenizi arttırır.

yılı nasıl da mutlu geçirdiğinizi düşünerek bir sonraki yıl için yeniden mutlu hayaller kurmaya başlayın.

2019'da, Stresi Hayatınızdan Çıkarın

2019'da alacağınız kararların başında bu olmalı: Daha stressiz günler. Stresin azı faydalı olduğu gibi, boyutu büyüdükçe çok ciddi sorunlara yol açabiliyor. Kişiyi, umutsuz, hoşgörüsüz ve sinirli bir insan haline getiriyor ve ne yazık ki giderek mutsuzlaşan insanların ortaya çıkmasına neden oluyor. Her şeye çabuk sinirlenen, tahammülsüz ve güvensiz yaşayan insanlar haline geliyoruz yavaş yavaş. Öte yandan stres, pek çok hastalığı tetiklediği için sağlığımızı da ciddi anlamda tehdit ediyor. Bu nedenle 2019 yılının kötü söylentilerinden etkilenmemek ve güzel bir yıl geçirmek için kesinlikle stresli ortamlardan uzak durun.

Olumsuz Yayınlardan Uzak Durun

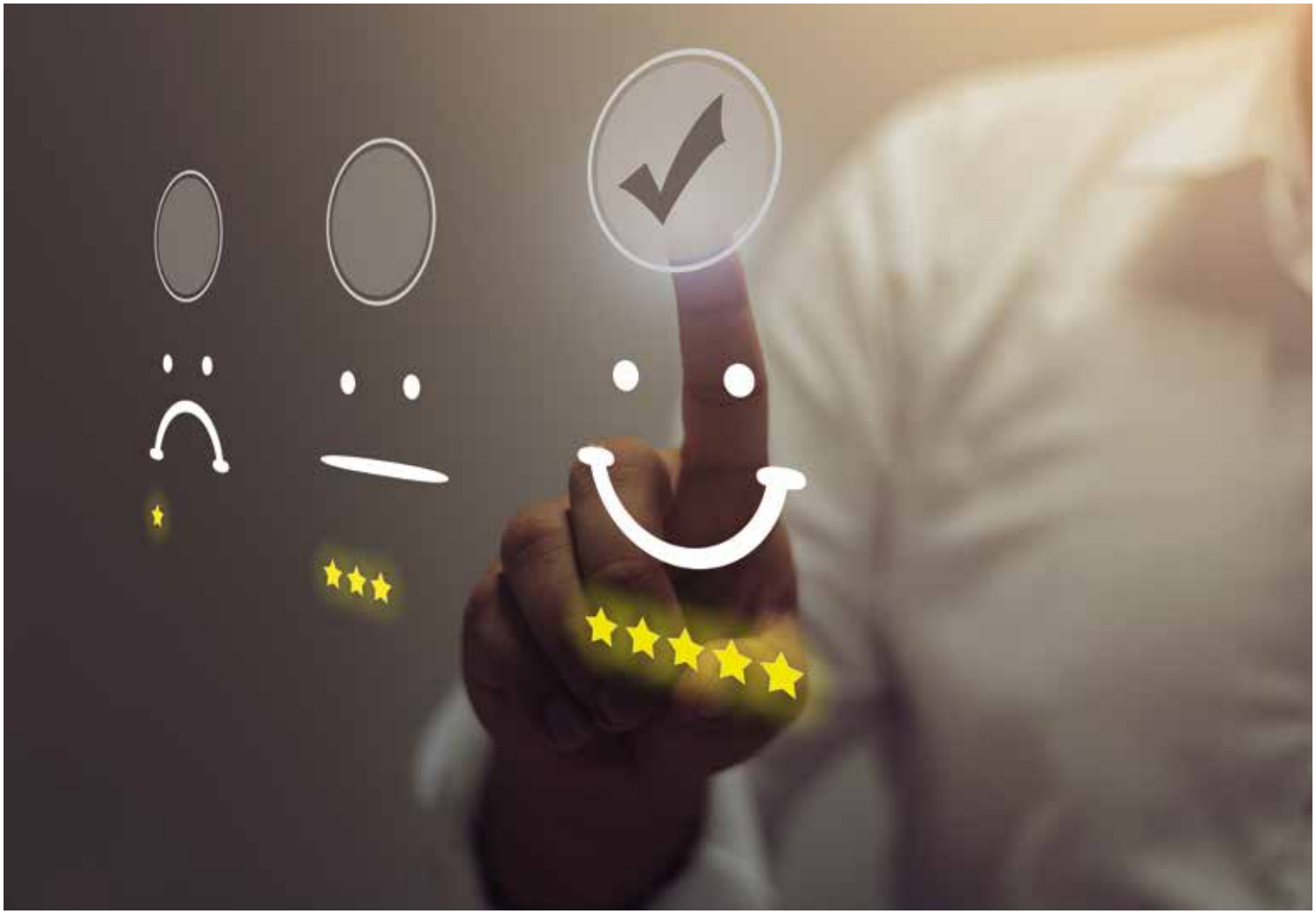
Günlük yaşamda, yalnızca etrafımızdan duyduklarımızdan ve ana haber bültenlerindeki olumsuz haberlerden etkilenmiyoruz elbette. Gördüğümüz bir reklam panosu, okuduğumuz güncel bir kitap ya da haftalık bir dergi de moralimizi alt üst edebiliyor. Bu nedenle olumsuzluk içeren kitap, gazete ve dergilerden, televizyonda yayınlanan dramatik programlardan bir süre için uzaklaşın. Onun yerine hoş vakit geçirmenizi sağlayacak, yüzünüzü gülümsetecek anı ve gezi kitapları ve hoşlandığınız konularla ilgili dergiler okumaya özen gösterin. Televizyonda eğlenceli hiçbir şey bulamıyorum diye düşünüyorsanız, komedi film DVD'leri bu sorununuzu çözmek için birebir.

Karar verin

Yeni bir yıla girerken öncelikle bu yıldan ne beklediğinize karar verin. Kararlarınız doğrultusunda hayatınıza yön vermek çok daha kolay olacaktır. Fiziksel, ruhsal ve zihinsel yönden kendinizi daha iyi hissedebilmek için önerilerimize kulak verebilir, 2019 yılında kendinizi her anlamda arınmış hissedebilirsiniz. Yenilenmeye başlamak için, kendinizi öncelikle pozitif düşünmeye odaklayın. ■

ZİHİNSEL VE RUHSAL YENİLENME

- Geçmişe takılarak ya da gelecek için endişelenerek mutlu olmanız, neredeyse imkânsız. Bu sebeple, ana odaklanın. Bugünün kıymetini bilirseniz, geçmişin yüklerinden arınabilir, geleceğinizin daha umut dolu olmasını sağlayabilirsiniz.
- Ruhunuzun de aynı bedeniniz gibi sevilmeye ve özene ihtiyacı var. Ve tabi bir de güvende hissetmeye... Bu sebeple, başkalarına kendinizi sevdirmeye çalışmak yerine, öncelikle kendinizi sevin. Kendinize ilgi gösterin ve vakit ayırın.
- Her konuda daha iyimser olmaya çalışın. Kendinizi de başkalarını da daha az eleştirin.
- İnsan, sosyalleşmeye ihtiyaç duyduğu kadar, sessizliğe de ihtiyaç duyar. Hem zihnini hem de ruhunu dinlendirmek için... Bir akşamınızı ya da hafta sonu bir gününüzü sadece kendinize ayırın. Bu saatlerde kendinizi dinleyin. Huzur için, dua edin ve şükredin. Beyin sakinlik halinde çok daha iyi çalışıyor.
- Olumlu ve inançlı insanların daha az hastalandığı ve daha çabuk iyileştiğini aklınızdan çıkarmayın.
- Ruhunuzu beslemek, en az vücudunuzu beslemek kadar önemlidir. Mesela, çiçek yetiştirin, hayvan besleyin, doğa yürüyüşlerine katılın, huzur dolu filmler izleyin, müzik dinleyin, şiir okuyun.
- Teşekkür etmeyi asla ihmal etmeyin.



Sürdürülebilir Başarının Anahtarı: "KALİTE"

Bugün pek çok kişi için ürün ve hizmetlerin kalitesi fiyatından çok daha önde geliyor. Özellikle genç kitle satın aldığı hizmet ve ürünlere ödediği bedelden daha çok o hizmet ve ürünlerden aldığı verime, kullanım süresine, ürünlerle ilgili problem yaşayıp yaşamayacağına çok daha fazla önem veriyor. Bu durum markalar için daha kaliteli ürün ve hizmet sunmayı elzem kılarken, rekabet ortamı bu bakış açısıyla çok daha iyi ürünlerin çok daha fazla alternatifler piyasaya sunulmasını sağlıyor. Peki, kalite kavramı ne zamandan beri hayatımızda dersiniz? Kalite göreceli midir yoksa genel geçer kriterleri var mıdır? Kime göre ve neye göre bir ürün veya hizmetin kaliteli olup olmadığı belirlenebilir? İşte geniş bir çerçeveyle "kalite"nin tarihsel gelişimi ve olmazsa olmazları!

Bugün markaların tercih edilir olması, sürdürülebilir başarı sağlaması ve gelecek nesillere uzanabilecek bir yolculuğa çıkması yolculuğu için kaliteli ürün ve hizmet sumaları şart! Peki, geçmişte de böyle miydi? Kalite her zaman fiyattan önemli miydi? Dilerseniz önce kalite kavranın tarihsel gelişimine değinelim.

Hammurabi'den 2. Dünya Savaşı'na

Kalite anlayışının kökenleri MÖ 18. yüzyılda Babil'de ortaya çıkan Hammurabi Kanunları'na kadar uzanıyor dersek, inanır mısınız? İnanmayanlar için bir örnek verelim: Meşhur Hammurabi Kanunlarında gerekirse inşaat ustasını, ortaya çıkardığı yapının kalitesinden sorumlu tutan kanunlar mevcuttu. MÖ 15. yüzyılda ise Eski Mısır'da inşaat için kullanılan taş blokların kullanılmadan önce diklikleri ve ölçüleri telden yapılan bir araçla kontrol edililiyor. Hatta bu uygulama tarihteki ilk kalite uygulamalarından biri olarak kabul ediliyor. Ancak kaynaklar kalite kavramının esas olarak zanaatkârların 13. yüzyılın sonlarında loncalar olarak nitelendirilen birlikler içinde organize olmaya başladığı Ortaçağ Avrupası'nda geliştiğini söylüyor.

Kalite anlayışı açısından yaşanan gelişmeler 2. Dünya Savaşı'nın ardından Japonya'daki kalite devriminde oldukça etkili oldu. Japonlar, bu konuda önemli çalışmaları olan profesyonelleri ve yazarları ülkelerine davet ederek toplam kalite yönetimini tam anlamıyla uygulamaya başladılar.

19. yüzyıl başlarına kadar endüstrileşme yolundaki dünyada ustalık modeli hakimdi. 1750'lerde fabrika sistemi Büyük Britanya'da başladı ve bu hareket 1800'lü yılların başında dünyayı bugünkü sürece taşıyan Sanayi Devrimine dönüştü. Derken, 20. yüzyıl başlarında üreticiler üretime kalite süreçlerini de dahil eder oldular. Amerika Birleşik Devletleri 2. Dünya Savaşı'na girdikten sonra, kalite, savaş uğraşlarının kritik öneme sahip bir bileşeni oldu. Örneğin, bir eyalette üretilen kurşunlar başka bir eyalette üretilen tüfekle uyum içinde çalışmalıydı. Bunun üzerine her üretim ünitesi denetlemeye başlandı ve bu sürecin hem basitleştirilmesi hem de hızlandırılması amaçlandı. Tabi güvenlikten ödün verilemeyerek… Askeri uzmanlaşma standartları üzerine yayınlar ve Walter Shewhart'ın istatistik süreç kontrol teknikleri üzerine verdiği derslerin yardımıyla, ordu denetim için model teknikler kullanmaya başladı. Böylelikle "toplam kalite" kalite kavramı da doğmuş oldu.

Japonya'da Kalite Devrimi

Kalite anlayışı açısından yaşanan gelişmeler 2. Dünya Savaşı'nın ardından Japonya'daki kalite devriminde oldukça etkili oldu. Japonlar, bu konuda önemli çalışmaları olan profesyonelleri ve yazarları ülkelerine davet ederek toplam kalite yönetimini tam anlamıyla uygulamaya başladılar. Özetle, geçmişte kalitesiz olduğu düşünülen ancak bugün daha çok kalitesiyle öne çıkan Japon mallarına olan bakış açısı değişti.

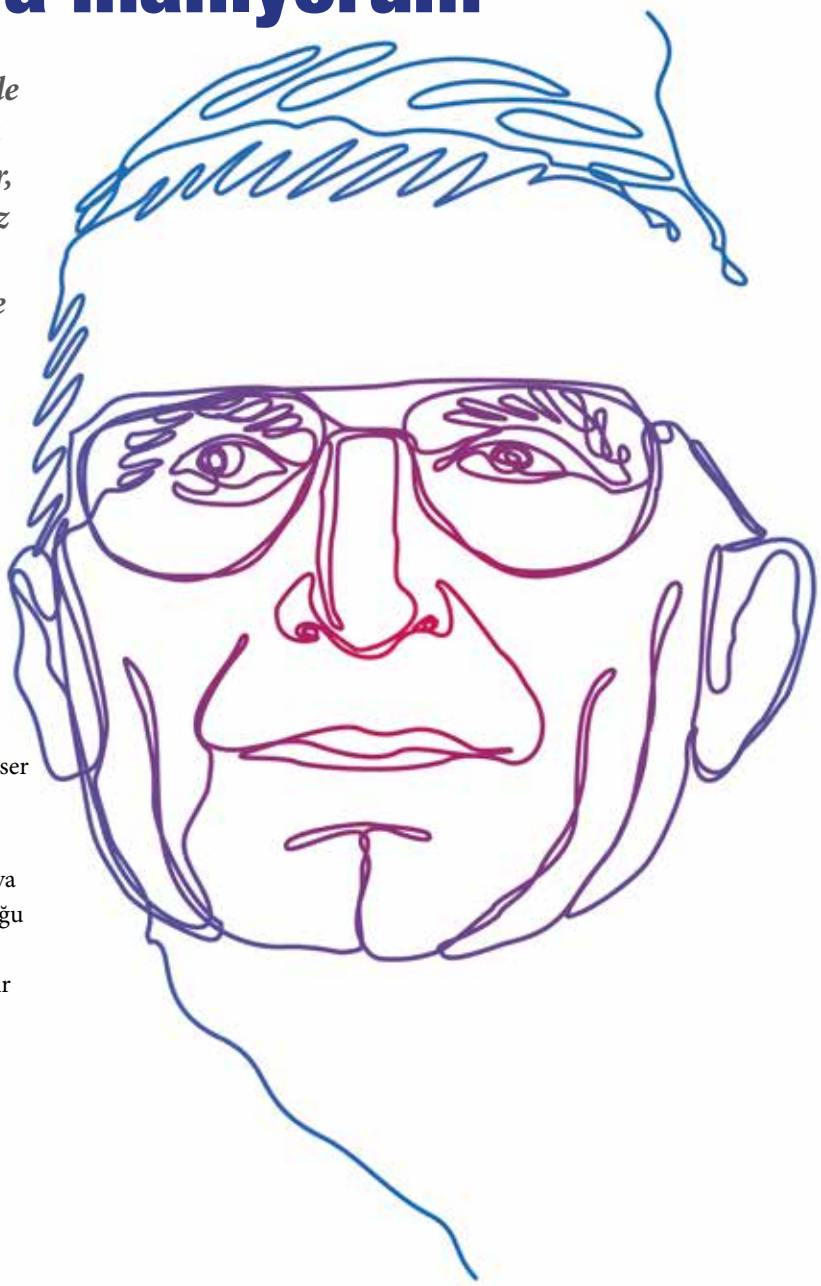
Bunun üzerine 1970'li yıllarda ABD'nin otomobil ve elektronik sektörleri Japonya'nın yüksek kalite rekabetiyle karşı karşıya kaldı. Böylelikle ABD de boş durmadı ve yeni bir hamle yaptı. Önceden istatistik üzerine yoğunlaşan kalite yaklaşımını tüm organizasyonu kucaklayan toplam kalite yönetimi değiştirdi. Bu nedenle 20. yüzyılın son on yılında, toplam kalite yönetimi, iş dünyasının önde gelen liderleri tarafından geçici bir modaymış gibi görüldü. Bugüne gelindiğinde ise durumun pek de öyle geçici bir moda olmadığı kabul edilen bir gerçek.

BEKLENTİLERİN ÖTESİNDE...

21. yüzyılın başlarından bugüne, kalite hareketi "toplam kalite ötesi" anlayışıyla olgunlaştı. Yeni kalite sistemleri, Deming, Juran ve öncül Japon uygulayıcılarının attığı temeller üzerinden evrimleşti; kalite üretim sektörlerini aşarak hizmet, sağlık, eğitim sektörlerine ve kamusal sektörlere de taşındı. Bugün artık kaliteli ürün veya hizmet sunmak bir işletme için hayati önem taşıyor. İşletmelerin kalıcılık sağlayabilmeleri için sürdürülebilirliğe ihtiyaçları var. Sunulan ürün ya da hizmetin müşterilerin beklentilerini tam olarak karşılaması gerekiyor. Hatta belki de daha fazlasını… Bunun sebebi ise bir markanın ürün ve hizmetini sağlayabilecek başka pek çok alternatifin varlığı…

Prof. Dr. AZİZ SANCAR: "Çoğu İnsan Zekaya İnanır, Ben İnanmıyorum; Bizi Birbirimizden Ayıran Emektir, Ben Çalışmaya İnanıyorum"

Aziz Sancar, dünya bilimine adını altın harflerle yazdırmış ve aldığı Nobel Ödülüyle göğsümüzü kabartmış bir bilim insanı, akademisyen, yazar, biyokimyacı ve moleküler biyolog. Aldığı sayısız ödül ve kazandığı başarılardan sonra bile hayatının en mutlu yıllarının, zorunlu hizmetle Mardin'de, kendi köyünde doktorluk yaptığı zamanlar olduğunu söyler, bir röportajında…



Aziz Sancar, 1946 yılında, Mardin'in Savur ilçesinde, sekiz çocuklu bir ailenin 7. çocuğu olarak dünyaya geldi. İlk ve orta öğrenimini Savur ve Mardin'de tamamlayan Sancar, 1963 yılında girdiği İstanbul Tıp Fakültesi'nden 1971 yılında mezun olduktan sonra TÜBİTAK bursuyla Amerika'ya gitti. İki yıl kadar Mardin'de doktorluk yaptıktan sonra ABD'ye geri döndü.

Teksas Üniversitesi'nde Moleküler Biyoloji dalında doktora yaptıktan sonra Yale Üniversitesi'nde DNA onarımı dalında doçentlik tezini tamamladı. DNA onarımı, hücre dizilimi, kanser tedavisi ve biyolojik saat üzerinde çalışmalarına devam etti.

1997 yılından bugüne Amerika Birleşik Devletleri North Carolina-Chapel Hill'de North Carolina Üniversitesi Biyokimya ve Biyofizik Bölümü'nde görev yapan Prof. Sancar, sahibi olduğu 33 kitap, 300'e yakın bilimsel makale ve bu makalelere yapılan 12 binden fazla atıfla, bilimsel araştırmada eşine az rastlanır bir başarıya imza attı.

İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi'ni bitirdikten sonra yurtdışında yaptığı çalışmalarla Amerikan Ulusal Bilimler Akademisi'ne kabul edilen Sancar, buraya kabul edilen üç Türk'ten biridir.

Nobel'e Giden Yol…

Kanserin nasıl olduğunu çözümlemenin onu tedavi etmek anlamına gelmediğine işaret eden Sancar, tedavi konusunda bir şey söylemek için erken olduğunu belirtiyor. Hücrelerin hasar gören DNA'ları nasıl onardığını ve genetik bilgisini koruduğunu haritalandıran araştırmaları sayesinde 2015 Nobel Kimya Ödülü'nü kazanan Aziz Sancar ödüle ABD'li Paul Modrich ve İsveçli Tomas Lindahl ile birlikte layık görüldü. DNA'nın onarım mekanizmasını moleküler seviyede göstermeyi başaran Tomas Lindahl, Paul Modrich ve Aziz Sancar'ın sistematik çalışmaları sayesinde, yaşayan hücrelerinin fonksiyonlarını nasıl sürdürdüğü, kalıtsal pek çok hastalığın moleküler seviyede nedeni, kanser gelişimi ve yaşlanmanın mekanizmaları gibi pek çok alanda kesin sonuçlara dayalı bilgiler elde edilebildi.

Sancar ödülü aldıktan sonra yaptığı açıklamada, "Memleketim adına sevindim, Mardin adına sevindim. Memleketim için hayırlı uğurlu olsun. İnşallah bundan sonra daha büyük övgüler kazanırlar. Türkiye'de bilime çok büyük katkıda bulunurlar" ifadelerini kullandı.■

Organ Bağışı HAYAT KURTARIR

Beyin ölümü gerçekleşen bir kişinin böbrek, kalp, akciğer, karaciğer, pankreas ve kornea gibi organ ve dokuları, organ bekleyen hastalara çare olabiliyor. Eğer hayatını kaybeden kişi öncesinde organ bağışında bulunmuşsa en az sekiz hastaya yeni bir hayat armağan edebiliyor. Ülkemizde ise organ bekleyen hastaların sayısı her geçen gün artıyor ancak buna paralel olarak gerçekleşen operasyon sayısında da son on yıl içinde ciddi bir artış söz konusu.

Size çok klişe gelebilir, her gün, her yerde aynı cümleyi duyuyor da olabilirsiniz ancak yine de tekrarlamakta fayda var: "Organ nakli hayat kurtarıyor." Türk Nefroloji Derneği'nin verdiği rakamlara göre Türkiye'de yalnızca böbrek bekleyen hastaların sayısı 50 bin civarında. Bu verilerin 2008 yılına ait olduğu göz önüne alındığında bu rakamın her geçen gün arttığı da söylenebilir. Bugüne kadar çok sayıda hasta, organ vericisi bulunamaması nedeniyle hayatını kaybetti ve kaybetmeye de devam ediyor.

Kalp nakliyle birkaç ay içerisinde kaybedilmesi öngörülen bir hasta yaşama imkanı bulabiliyor, bir böbrek nakliyle haftanın üç günü hemodiyaliz makinesine bağlı olarak yaşamak zorunda olan hasta normal hayatına dönebiliyor ve bu hastanın yaşam süresi en az üç kat uzayabiliyor. Yani yapılacak organ bağışlarıyla organ bekleyen binlerce hasta, hayata yeniden 'merhaba' diyebiliyor. Uzmanlar Türkiye'de organ nakli konusunda en önemli sorunun organ bağışı sayısındaki yetersizlik olduğunu iletiyor. Bu sorunun temelindeyse ailelerin sosyal, kültürel, dini ve psikolojik nedenlerle gösterdiği direnç ve organ bağışının öneminin tam olarak anlaşılamamış olması yatıyor.

Sağlıklı olan herkes organ bağışında bulunabiliyor. Türkiye'de kalp, akciğer, böbrek, karaciğer ve pankreas gibi organlar; kalp kapağı, gözün kornea tabakası, kas ve kemik iliği gibi dokular nakledilebiliyor. Bir kişi isterse organlarını bağışlayarak birçok insan için hayat öpücüğü olabiliyor.

Organ Bağışı İçin Bilinmesi Gerekenler

Sağlıklı olan herkes organ bağışında bulunabiliyor. Türkiye'de kalp, akciğer, böbrek, karaciğer ve pankreas gibi organlar; kalp kapağı, gözün kornea tabakası, kas ve kemik iliği gibi dokular nakledilebiliyor. Bir kişi isterse organlarını bağışlayarak birçok insan için hayat öpücüğü olabiliyor. Organ bağışı için sağlık müdürlüklerine, hastanelere, emniyet müdürlüklerine, organ nakli yapan merkezlere, vakıf, dernek ve bu konuda hizmet veren kuruluşlara başvuruda bulunabilirsiniz. Organ bağışında bulunmak oldukça kolay ve meşakkatsiz bir işlem… Organ bağışı kartını iki tanık huzurunda doldurup imzalamanız yeterli oluyor. Ancak organ bağışı yaptıysanız ailenizi ve yakınlarınızı da bu konuda mutlaka bilgilendirmelisiniz.

Diyanet İşleri Bakanlığı'ndan Destek

Organ nakli konusunda dini bakımdan aklında soru işareti bulunanlar Diyanet İşleri Bakanlığı'nın resmi sitesinden (www.diyanet.gov.tr) bu konudaki açıklamaları okuyabilir. Diyanet İşleri Bakanlığı'nın sitesinde organ nakli ve bağışına ilişkin şu veriler yer alıyor:

- Zaruret halinin bulunması, yani hastanın hayatını veya hayati bir uzvunu kurtarmak için, bundan başka çaresi olmadığının, mesleki ehliyet ve dürüstlüğüne güvenilen bir tabip tarafından tespit edilmesi,
- Hastalığın bu yoldan tedavi edileceğine tabibin karar vermesi
- Organı alınan kişinin, ölmüş olması,
- Toplumun huzur ve düzeninin bozulmaması bakımından organ veya dokusu alınacak kişinin sağlığında (ölmeden önce) buna izin vermiş olması veya hayatta iken aksine bir beyanı olmamak şartıyla, yakınlarının rızasının sağlanması,
- Alınacak organ veya doku karşılığında hiçbir şekilde ücret alınmaması,
- Tedavisi yapılacak hastanın da kendisine yapılacak bu nakle razı olması gerekir.

HERKES DUYARLI OLMALI!

Sağlık Bakanlığı'nın böbrek bekleme listesinde binlerce hasta kayıtlı. Karaciğer, kalp ve kornea nakli için bekleyen hastaların sayısı da oldukça yüksek. Sağlık Bakanlığı bu konuda bilgilendirme çalışmaları yapıyor, bağış kampanyaları da düzenliyor ve herkesi sadece kendi ya da yakınlarının organa ihtiyacı olduğunda değil, yaşamın kıyısında olan ve organ nakli ile yaşama dönebilecek tüm hastalar için duyarlı olmaya çağırıyor. Üstelik herkesin, bir gün organa ihtiyaç duyabileceğini göz ardı etmemesi gerektiğine de vurgu yapılıyor.

Yaşanılır Bir Dünya İçin FİLELERE DÖNÜŞ BAŞLASIN

Ortalama 12 dakika kullanılan bir plastik poşetin doğada çözünebilmesi için en az 500 en çok da 1000 yıl geçmesi gerektiğini biliyor musunuz? Aslında dünya tarihinin son 50 yılında sahneye çıkan ve 4,54 milyar yaşında olduğu tahmin edilen dünyaya şimdiye kadar en büyük çevresel zararı veren plastik poşetler tüm dünyada yasaklanmaya başladı. 2019 yılından itibaren Türkiye'de de plastik poşetler, mağazalarda ücretli olacak. Bir süredir tartışılan bu konu, alışkanlıklarını kolay değiştirmeyenler arasında bir dalgalanma yaratsa da filelere dönüş başlarsa dünya kaynaklarını torunlarınızın torunları da görebilir.

Ülkemizde, 2019 yılı itibariyle plastik poşetler mağazalarda ve süper marketlerde ücretli olacak. Eskiler bilir; pazara/markete fileyle gitme dönemi yeniden başlayacak. Tabi plastik poşete ücret ödemek istemezseniz. Uygulama, tüketici nezdinde hemen benimsenmese de asıl amaç dünyadaki karbon ayak izinin azaltılması... Çünkü plastik kullanımı dünyada canlı yaşamını tehdit eden en önemli etkenlerden biri. Bir plastik poşet, ortalama 12 dakika kullanılıyor ve yalnızca 12 dakika kullanılan bir plastik poşetin doğada çözünebilmesi için en az 500, en çok da 1000 yıl geçmesi gerekiyor. Yalnızca İngiltere'de yılda 200 milyon plastik poşet kullanılıyor ve bir plastik poşet denize atıldığında pek çok deniz canlısı bu poşetleri yutarak ölüyor. Bir ton plastik poşet geri dönüştürüldüğünde ise 11 fıçı benzine denk gelecek şekilde enerji tasarrufu elde edilmiş oluyor.

Doğal Hayat, Tehdit Altında

Amerika'daki doğa koruma kuruluşlarının araştırmaları dünyada plastik poşet kullanım adedinin yılda 500 milyon ila 1 milyar arasında değiştiğini gösteriyor. Bu durum

Amerika'daki doğa koruma kuruluşlarının araştırmaları dünyada plastik poşet kullanım adedinin yılda 500 milyon ila 1 milyar arasında değiştiğini gösteriyor. Bu durum doğal hayatın geleceğini tehdit ediyor. Plastik poşet kullanımının ücretli hale getirilmesi Türkiye'de yeni başlayacak olsa da bazı ülkelerde uzun yıllar önce başladı.

doğal hayatın geleceğini tehdit ediyor. Plastik poşet kullanımının ücretli hale getirilmesi Türkiye'de yeni başlayacak olsa da bazı ülkelerde uzun yıllar önce başladı. Hatta bu konuda daha sert tedbirler alındı ve dünya üzerindeki bazı ülkeler plastik poşet kullanımını yasaklama yoluna gitti. Örneğin, İngiltere'de 2007 yılında plastik poşeti yasaklayan ilk şehir Modbury olmuş. Modbury, her yıl 13 milyar plastik poşetin atıldığı bir şehir olarak biliniyor. Bu şehirde eğer tüketiciler, kendi bez torbalarını getirmezlerse ucuz kağıt ve geri dönüşümlü pamuktan yapılmış çantalardan satın alabiliyorlar. Meksika ve Hindistan da plastik poşet kullanımının yasak olduğu ülkelerden... Şaşırtıcı gelebilir ancak Bangladeş'te plastik poşet kullanımı, 2002 yılından bu yana yasak. Yıllardır plastik poşet kullanımının yasak olduğu Ruanda ise plastik poşet yasağıyla dünyanın en temiz ülkeleri arasında yer alıyor.

Vergilendirme Çözümü

Bazı ülkelerde ise plastik poşet kullanımın azaltılması için vergilendirme yoluna gidiliyor. İtalya, Belçika, İrlanda gibi ülkelerde 2008 yılından bu yana plastik poşetlere vergilendirme var. Bu uygulamayla birlikte plastik poşet kullanımının yüzde 94 oranında azaltıldığı belirtiliyor. İsviçre, İsveç, Norveç, Almanya ve Hollanda da plastik poşetin mağazalarda ücretli satıldığı ülkeler...

Dünya Sağlık Örgütü Uyarıyor

Dünya Sağlık Örgütü'nün raporuna göre, çevresel etkenler nedeniyle temiz su kaynakları hızla azalıyor ve dünya genelinde 900 milyon insan güvenli içme suyuna ulaşamıyor. Kirli içme suyu, ishal, kolera, dizanteri, tifo ve çocuk felci gibi yaşamı tehdit eden hastalıklara neden oluyor. Günde 14 bin insan doğrudan ve dolaylı olarak su kirliliğinin neden olduğu hastalıklar nedeniyle yaşamını yitiriyor. 20 saniyede bir, bir çocuk suyla ilgili hastalıklar nedeniyle ölüyor. Dünyadaki kirlenmeye ve doğal kaynakların giderek azalmasına yol açan etkenlere dikkat çekmek amacıyla her yıl 5 Haziran Dünya

En Kirli 20 Ülke Arasındayız

Dünya genelinde plastiklerin üretilmeye başladığı günden bu yana 8,3 milyar ton plastik üretildiği hesaplanıyor. Plastiklerin kullanımıyla ortaya çıkan 6,3 milyar ton plastik atıkta geri kazanım oranı ise yalnızca yüzde 9. Plastik atıkların yüzde 12'si yakılıyor. Kalan yüzde 79'u ise doğal çevrede ve çöp toplama alanlarında biriktiriliyor. Bu durum devam ederse 2050 yılına kadar plastik atıklara 12 milyar ton daha eklenecek. Türkiye plastik kirliliğinde en kirli 20 ülke arasında bulunuyor. Ülkemizde günlük kişi başına 1,77 kg atığın yüzde 12'sini ne yazık ki plastikler oluşturuyor.

BUNLARI UNUTMAYIN!

• Plastik poşetler karbon türevi olduklarından sıcaklık nedeniyle kimyasal değişikliklere uğrayabiliyorlar.

• Plastikler ısıya çok duyarlı maddeler. Işık plastikte kimyasal değişikliğe yol açıyor ve zamanla zehirli petro-polimerler oluşmasına sebep oluyor. Polimer maddeler yağla çözündüğünde kansorejen maddeye dönüşüyor.

• Işık altında kimyasal olarak daha küçük ve zehirli petro-polimerlere çözünen plastik poşetler, toprak ve suya geçiyor ve toprak ve suyu zehirliyor. Bu zehirli parçacıklar besin zincirine de geçerek doğal hayatı ciddi anlamda tehdit ediyor.

• Denizlere her yıl milyonlarca plastik poşet atılıyor. Dünya denizlerinin dibi neyazı ki birer plastik çöplüğüne dönüşmüş durumda.

• Özellikle incir, üzüm, çilek gibi poşetle temasta olabilen meyvelerin plastik poşetlerde taşınmaması gerekiyor.

• Alışverişlerde bez çanta, file kullanılması demek, haftada kişi başına 6, ayda 24, yılda 288, 70 yıllık bir hayat süresinde ise 20 bin 160 adet daha az poşet kullanımı demek.

• Türkiye'de her beş kişiden biri plastik poşet kullanmaktan vazgeçerse 70 yılda 37 milyar daha az plastik poşet tüketilir.

Çevre Günü dolayısıyla düzenlenen etkinliklerle, bireysel ve toplumsal farkındalığın artırılması hedefleniyor. Dünya Çevre Günü'nün 2018 teması da bu nedenle "Plastik Kirliliğinin Üstesinden Gelmek" olarak belirlendi.

1907'den beri hayatın her alanında kullanılan sentetik veya yarı sentetik bir madde olan plastikler, petrol ve diğer maddeler kullanılarak üretiliyor. Dünyada yıllık plastik üretimi 1950'de 1,5 milyon ton iken, son 25 yılda üçe katlanarak 2016'da 335 milyon tona ulaşmış bulunuyor.

Poşetinize Önce Bu Notları Atın

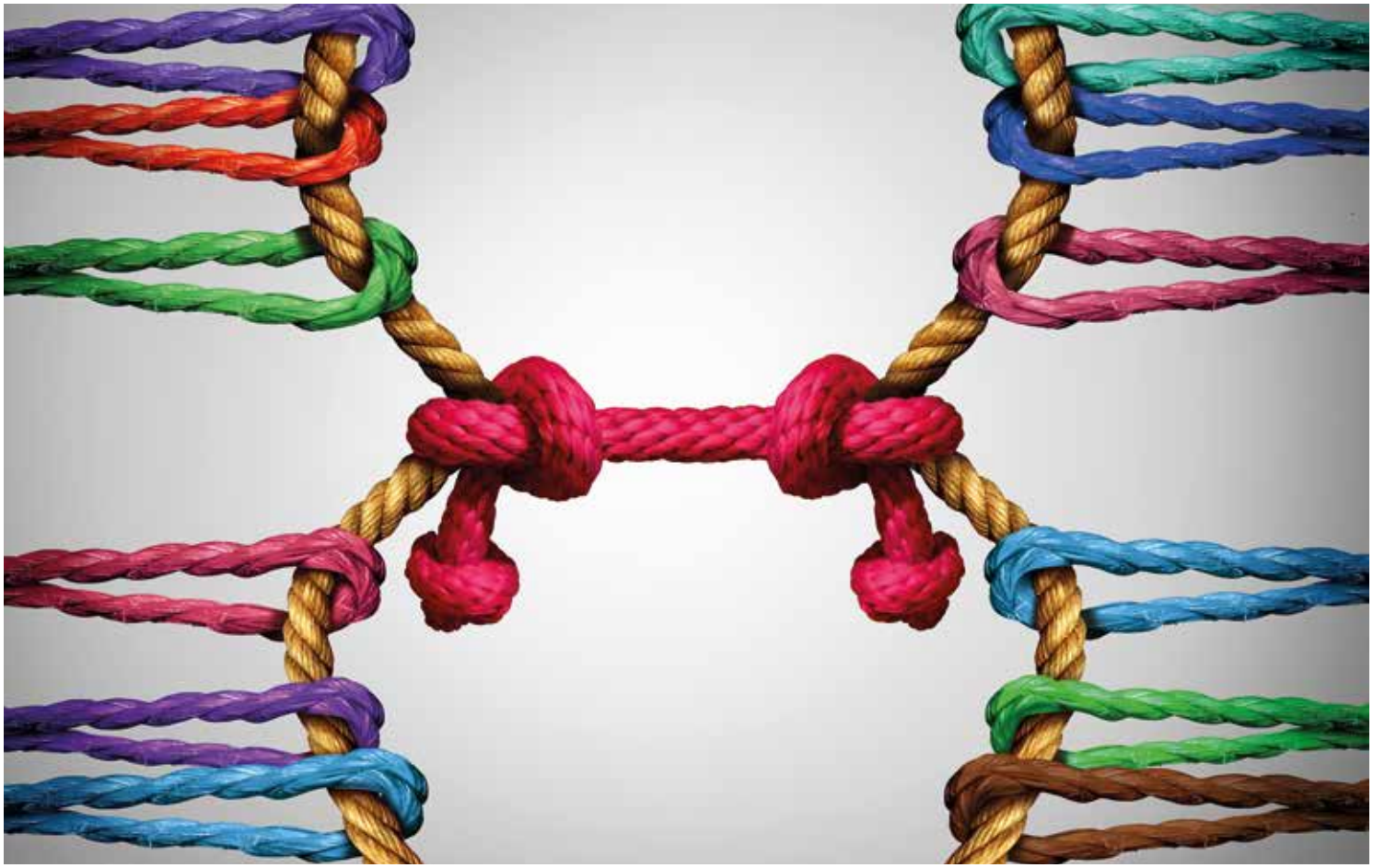
- Plastik poşetler, petrol bazlı polietilen maddesinden üretiliyor. Üretilen plastik poşetlerin %1'i bile geri dönüştürülmez.
- Polietilen, ekosistemdeki hayvanlar için olduğu kadar insanlar için de zararlı. Plastik poşetin hammaddesi olan polietilen doğada 1.000 yılda çözünür.
- Her yıl 4-5 trilyon plastik poşet üretiliyor.
- Plastik poşet atıkları su yollarıyla deniz, göl ve nehirlere yönlenerek buralarda birikiyor.
- Her yıl 1 milyar kuş ve memeli hayvan plastik atık sindirdiğinden ölür. Bu hayvanlar plastik maddelerin boğaz ya da solunum yollarını tıkaması sonucu ölüyorlar.
- Polietilen çözünürken, plastik daha küçük parçalara ayrılıyor ve insanların besin zincirine dahil oluyor.
- Plastik poşetin atığı kadar üretimi de doğa ya zarar veriyor.
- Dünyanın bir yıllık poşet ihtiyacını karşılamak için yılda 40 milyon varilden fazla petrol harcanıyor.
- Bez torba kullanarak, haftada altı, ayda 24, yılda yaklaşık 300 plastik poşetin tüketim zincirine girmesi bireysel olarak engellenebiliyor. Bu da hayatımız boyunca 25.000 plastik poşetin kullanımını engelleyebileceğimiz anlamına geliyor.
- Gezegendeki beş kişiden birinin bu bilince sahip olması, 140.035.000.000.000 plastik poşetin kullanılmaması, yani üretilmemesi anlamına gelir. ■

PLASTİK, SAĞLIĞI TEHDİT EDİYOR!

Plastik ürünlerde bulunan Bisfenol ABPA adlı maddenin kalp hastalıklarını arttırdığını biliyor muydunuz? Bilim insanlarının, yaptığı beslenme araştırmalarından elde edilen bulgular, BPA'nın kalp kriziyle ilişkili olduğunu ortaya koyuyor. Plastikten imal edilen ürünler, gıdayla temas ettiğindeyse kanser riskini arttırıyor.

Plastik ürünlerin hammaddesi, doğal gaz, petrol ve kömür… Bu hammaddeler, üretim sürecinde doğrudan kullanıldıkları gibi bazı katkı maddeleriyle de bir arada kullanılabiliyor. Bu katkı maddeleri esneklik, dayanıklılık, sıcağa karşı ve ultraviyole ışınlarına direnç gibi özellikleri arttırıyor. Plastiklerin birlikte işlendiği katkı maddeleri ağır metaller de içeriyor ve bu da insan vücuduna pek çok toksik maddenin giriyor demek. Zira plastiklerin içinde bulunan zararlı kimyasal, gıda maddeleriyle temas ettiğinde gıdaya da geçiyor.

BPA'ya maruz kalmış anne adaylarının, çocuklarında davranış ve büyüme bozukluğu gibi sorunların da ortaya çıktığını yapılan araştırmalar ortaya koyuyor. Polikarbonattan imal edilen plastik ürünlerle birlikte vücuda giren BPA maddesi prostat kanseri, kalp hastalıkları, karaciğerde enzim bozuklukları ve diyabet problemlerini beraberinde getirebiliyor. Öte yandan BPA maddesi, vücutta östrojen hormonunu taklit ediyor ve kadınlık hormonuna dönüşüyor! Bu da kadınsal kanserlere yakalanma riskini arttırıyor.



Prof. Dr. Acar Baltaş:
"Başarı İçin, İşinizi Hayatınızın Parçası Olarak Görün"

Prof. Dr. Acar Baltaş, insanı ve değişimi merkeze alan çalışmalarıyla özgün çözümler gerçekleştirip uyguluyor. İş yaşamında gözlenebilir tutum değişikliği ve ölçülebilir sonuçlar elde etmeyi amaçlayan Acar Baltaş'a göre günümüzde iyi lider, kurumları geleceğe taşıyan, dolayısıyla sürekliliği güvence altına alan, hızla değişen dünyanın taleplerine uyum sağlayarak ayakta kalmasını sağlayan bir çekim merkezi.

Yükseköğrenimini İstanbul Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü'nde tamamladıktan sonra Cerrahpaşa Tıp Fakültesi'nde yüksek beyin fonksiyonları konusunda doktora yaparak klinik nöro-fizyoloji alanında Tıp Bilimleri Doktoru unvanını alan Baltaş Grubu Yöneticisi Prof. Dr. Acar Baltaş, Türkiye'nin ilk nöro-psikologlarından biri. Eşi Prof. Dr. Zuhal Baltaş'la kurucusu olduğu, iş hayatında gözlenebilir zihniyet değişikliği ve ölçülebilir iş sonuçları için kurum ve çalışan etkinliğini hedefleyen Baltaş Grubu'nu yöneten Acar Baltaş ile günümüzde iyi liderin özelliklerini, perakende sektöründe nelerin değişmesi gerektiğini ve nöro-marketing'i konuştuk.

Baltaş Grubu'nun çalışmaları hakkında bilgi verir misiniz?

1980'lerde başladığımız seminerlerden bu yana, çağdaş psikoloji biliminin bulgularına dayanan ve Türk kültür değerlerinden kaynaklanan özgün çözümler geliştiriyoruz ve uyguluyoruz. Hizmetlerimizle iş hayatında gözlenebilir tutum değişikliği ve ölçülebilir iş sonuçları elde etmeyi amaçlıyoruz. Türk toplumunun kültürel özelliklerini ve düşünce yapısını temel alan ve fark oluşturan bir yaklaşıma sahibiz. İnsan beyninin işleyişiyle

ilgili nöro-psikolojik bilgi birikimiyle insan ve değişimin dinamiklerini yönetiyoruz. Seçme, yerleştirme ve yükseltmelerde isabetli değerlendirmeler için bilimsel temele dayalı yeni kuşak ölçüm araçları ve tekniklerini kullanıyoruz. Çağdaş yaklaşımları benimseyerek e-öğrenme, ters yüz, mobil ve koçluk yoluyla öğretme modellerini kullanıyoruz.

İş hayatında başarılı olmanın yolları nelerdir?

İş hayatında başarılı olmanın yolu 3 noktadan geçer:

Birincisi; yeterliliktir. Yatkınlığının, yeteneklerinin olduğu bir işi yapmak anlamına gelir.

İnsanlar yatkınlıklarının, yeteneklerinin olduğu işi severek yaparlar. Yani ellerinden gelen işi yapmıyorlarsa "işimizi sevmemiz gerekiyor" sözü, çok gerçekçi değildir…

İkincisi; çalışma ve yürekten adanmadır. Yeterlilik duygusu yaşayan çalışanlar emek ve zamanlarını ortaya koyarak fazladan çaba gösterirlerse, 'Saat 5'te mesai bitti'; 'Tatil benim zamanım, o saatte iş yapmam' gibi düşünenlerin aksine farklı sonuçlar alırlar. İnsanların kendilerini işlerine adaması, işlerini hayatlarının bir parçası olarak görmeleri anlamına gelir.

Üçüncüsü; insan ilişkilerini iyi yönetmektir. Kişinin kendisine sınırlar koyması, yaptığı işin karşılığını alamadığını düşünmesi ve kendini alacaklı hissetmesi, iş arkadaşlarıyla geçinememesi, bölümler arasında problemlere sebep olan kişileri işe alması gibi nedenler, kişinin iş hayatında potansiyelini, zekâsını, yeteneklerini kullanmasını engelleyen faktörlerdir.

Günümüzde "iyi lider" sizce nasıl bir liderdir?

İyi lider; kurumları geleceğe taşıyan, dolayısıyla sürekliliği güvence altına alan, hızla değişen dünyanın taleplerine uyum sağlayarak ayakta kalmasını sağlayan bir çekim merkezidir. Liderin varlık nedeni, hızla değişen dünyada yönetmek, "idare etmek", başka deyişle statükoyu korumak değil, etkilemek ve sonucu değiştirmektir. Özetlersek, iyi lider; değişim yaratır, birleştirir, harekete geçirir, iz bırakır. Günümüzde değişen liderlik özellikleri; çekinilen değil yaklaşılan bir lider olmayı, çok konuşan bir

Prof. Dr. Acar Baltaş

İyi lider; kurumları geleceğe taşıyan, dolayısıyla sürekliliği güvence altına alan, hızla değişen dünyanın taleplerine uyum sağlayarak ayakta kalmasını sağlayan bir çekim merkezidir. Liderin varlık nedeni, hızla değişen dünyada yönetmek, "idare etmek", başka deyişle statükoyu korumak değil, etkilemek ve sonucu değiştirmektir.

lider olmak yerine, soru soran, dinleyen, anlayan ve etkili konuşan bir lider olmayı, güçle değil anlam duygusuyla yöneten, farklı kuşakların deneyimini farklı alanlardaki bilgi birikimini birleştiren bir lider olmayı ve insanlarda farklı olanı görerek kişiselleştirerek yönetmeyi gerektirmektedir.

Stresin insan yaşamı üzerindeki etkilerini düşünürsek, sizce iş stresinden kurtulmak için neler yapılmalıdır?

'Stresin insan yaşamı üzerindeki olumsuz etkileri' konusu, hakkında en çok cahilce laf konuşulan konulardan biri. Uzun yaşayan insanların en önemli özelliklerinden biri; stresli bir işte ve talepkâr bir işveren ile anlam duygusu buldukları, başarı kazandıkları bir işte çalışmalarıdır.

Arkanıza yaslanıp bir an önce emekli olmayı beklemek, günlerini briç veya golf oynayarak geçirmeyi düşlemek, öbür tarafa gitmenin en kestirme yoludur. İnsanın sınırlarını zorlayan, başarısızlık duygusu yaşatan, anlam duygusu bulamadığı bir iş; yani "Ben bu işi niye yapıyorum?, Neden işe gidiyorum?, Gideceğim de ne olacak?, Akşam olsa da evime dönsem, Cuma olsa da hafta bitse…" demek, "Bir an önce ölsem!" demektir.

Dolayısıyla insan işinin altında ezilirse, kötü iş ilişkileri varsa, işinde anlam duygusu bulamıyorsa bu durum, olumsuz iş stresi yaratır. Bu, sağlık açısından da zararlıdır. İnsanı hasta eder, ömrü kısaltır.

İşverenlerin üzerine düşen görev; çalışanlara yaptıkları işlerin bütünün içindeki yerini göstermektir.

Yaptığı işin felsefesini bilmeyen insan; bu işin ya çırağı ya da teknisyenidir.

Beden dilinin önemi nedir?

Beden dili, müşteriye ürün satmakla sınırlı kalacak şekilde düşünülemez. Aynı zamanda müşteriyle sağlam, kalıcı ve kaliteli bir ilişki kurmaya dayanır. Bunun da tek yolu, doğru iletişim kurmaktır. İletişim, ses tonu, beden dili ve kelimelerden oluşan bir bütündür. Beden dilinin önemi, müşterinin sözlü ve sözsüz mesajlarını doğru anlamakta ve ona doğru mesajlar vermekte yatar.

Kurumlara psikolojik danışmanlık yapıyorsunuz. Süreç içerisinde nelere dokunuyorsunuz, kurum adına neler değişiyor?

İnsan işinin altında ezilirse, kötü iş ilişkileri varsa, işinde anlam duygusu bulamıyorsa bu durum, olumsuz iş stresi yaratır. Bu, sağlık açısından da zararlıdır. İnsanı hasta eder, ömrü kısaltır.

İletişim, ses tonu, beden dili ve kelimelerden oluşan bir bütündür. Beden dilinin önemi, müşterinin sözlü ve sözsüz mesajlarını doğru anlamakta ve ona doğru mesajlar vermekte yatar.

"Kuşak ismi olarak hangi kavramı kullanırsak kullanalım, herkesin ihtiyacı, saygı görmektir. Önceki kuşaklara düşen, kendinden sonra gelenlerin saygıdan neyi anladıklarını anlamaya çalışmaktır. onların birikiminden yararlanacak şekilde bağ kurmaktır. Bu da yönetim literatürüne ters mentorluk gibi yeni kavramların yerleşmesine yol açmıştır."

Logomuzda da yer bulan yaklaşımımız "insan ve değişim"i merkezine alıyor. Bireyden başlayarak kurumu olmak istediği konuma getirecek bir değişim yolculuğuna aracılık ediyoruz. Verdiğimiz danışmanlık hizmetleriyle bilimsel bilginin gerçek hayatta etkin bir biçimde uygulanabilmesini, doğru kararlara ve verimli iş çıktılarına dönüşebilmesini amaçlıyoruz. Bunu yaparken sunduğumuz seçme, yerleştirme ve yükseltme hizmetleri kişilik özelliklerini temel alarak işe alım sürecini yönetmeye ve mevcut çalışanın kariyer planlamasının oluşturulmasına destek veriyor. Eğitim ve gelişim programlarımız, kazanılan bilgi ve becerilerin iş ortamına aktarılmasını sağlayan ölçme ve izleme çalışmaları sunuyor. Danışmanlık hizmetlerimiz şirketlerin kurumsallaşma, büyüme, birleşme ve yeniden yapılanma ihtiyaçları doğrultusunda şekilleniyor. Bu kapsamda, insan kaynakları ve organizasyonel yapılandırma projeleri yürütüyoruz.

Bugünün çalışanlarının büyük bir kısmını Y Kuşağı bireyleri oluşturuyor. Arkadan da zorlayan bir Z Kuşağı geliyor. Çağın koşullarına göre, çalışan mutluluğunu sağlamak ve verimi arttırmak için işletmeler neler yapmalı?

Birincisi; kuşak ismi olarak hangi kavramı kullanırsak kullanalım, herkesin ihtiyacı, saygı görmektir. Önceki kuşaklara düşen, kendinden sonra gelenlerin saygıdan neyi anladıklarını anlamaya çalışmaktır.

İkincisi; onların birikiminden yararlanacak şekilde bağ kurmaktır. Bu da yönetim literatürüne ters mentorluk gibi yeni kavramların yerleşmesine yol açmıştır.

Son olarak, nöromarketing hakkında neler düşünüyorsunuz?

Bugün hala insanların beyin taramalarına bakarak ne yalan söylediklerini ne de âşık olduklarını anlayabiliyoruz. Bu konuda elde edilen bilgiler, çok genel ve kaba. Bunlara bakılarak bilimsel doğrulara henüz varılamıyor. Beyinde "satın al" düğmesi henüz bulunmuş değil. Bütün bunların ötesinde EEG görüntülerinden yola çıkarak insanlarla ilgili kararlar vermek "ahlaki" değil. Bu konuda sinirbilimci Molly Crockett'in sözüne katılıyorum ve okurlara tavsiye ediyorum: "Eğer birisi size üzerinde beyin olan bir şey satmak isterse sözlerine kanmayın. Onlardan kanıt isteyin. Zor sorular sorun. Cevaplar basit ve tek yönlü olmamalı. Çünkü beyin basit değildir." ■

Müşteri Sadakati ALARM VERİYOR!

KPMG ve Tüketici Ürünleri Forumu (CGF) küresel ölçekte tüketici ürünleri ve perakende sektörünün dinamiklerini araştırdı. Türkiye'den de katılım sağlanan Küresel Tüketici Ürünleri ve Perakende Yöneticileri Araştırması 2018, teknoloji ve yeni neslin aktif katılımıyla boyut değiştiren sektörün en temel unsuru olan müşteri sadakatindeki değişime dikkat çekiyor.

Tüketici ürünleri sektöründe satın alma gücünü ele geçiren Y ve Z kuşağı sayesinde bütün satış pratikleri değişiyor. KPMG ve Tüketici Ürünleri Forumu'nun (CGF) yaptığı Küresel Tüketici Ürünleri ve Perakende Yöneticileri Araştırması, sektördeki dönüşümün kodlarını çıkardı. Bu yıl altıncısı yapılan araştırmanın sonuçları, tüketici sektörünün radikal bir değişimin eşiğinde olduğunu ve CEO'ların rekabetçi kalabilmeleri için benzer ölçekte değişiklikler yapmaları gerektiğini ortaya koyuyor.

Araştırmada dikkat çeken bazı başlıklar şöyle:

- Son beş yılda, tüketici ürünleri ve perakende sektörünün pazar liderleri, yükselen startup'lar ve yerel oyuncular tarafından sürekli baskı altına alınmaya başladı. Artan baskıyla değişim hızına ayak uyduramadığı için küçülmek zorunda kalan şirketlerin yanında, bu koşullara rağmen hızla büyümeye devam edenler de var. Araştırmaya göre, hızlı büyüyen şirketlerin liderlerinin yüzde 68'i sektördeki yıkımın onlara rekabet avantajı sağladığını söylüyor. Araştırmaya katılan liderlerin yüzde 58'i ise mevcut iş modellerini yeniden gözden geçirdiğini belirtiyor.
- CEO'ların yüzde 65'inden fazlası şirketlerinin inovasyon ve yıkım kültürünü

Araştırma bulgularına göre, müşteri merkezli yaklaşım, şirketlere hem daha fazla gelir hem de daha yüksek kârlılık sağlıyor. Bugün müşteri merkezlilik sayesinde başlangıç aşamasındaki şirketlerin gelirlerini yüzde 2,7; orta ölçekli işletmelerin yüzde 3,2 ve büyük işletmelerin yüzde 3,8 oranında arttırdığı belirlendi. Bu rakamın 2020'ye kadar sırasıyla yüzde 5,5; 5,5 ve 5,9'a ulaşması bekleniyor.

teşvik ettiğini belirtiyor, yüzde 40'ı ise şirketlerinin dönüşüme başarıyla uyum sağlayamadığını dile getiriyor.

• Sektörün hızlı büyüyen şirketlerinin yüzde 77'si inovasyonu teşvik eden bir kültüre sahip. Diğer yandan, dijital dönüşümde geride kalan şirketlerin liderlerinin yüzde 60'ı, gecikme nedeninin yatırım getirisinin belirsizliği olduğunu söylüyor.

• Hızlı büyüyen şirketlerin yüzde 87'si müşteriyle dağıtım kanallarını optimize ediyor. Yüzde 84'ü iş süreçlerini talebe dayalı ve müşteri merkezli hale getirmek için yeniden tasarlıyor. Yüzde 70'i ise dijital dönüşümü hızlandırmış durumda.

• Sektörün zorlukları bölgelere göre incelendiğinde; Kuzey Amerika'da yüzde 32'yle "sektörel yakınsamalar" ile "hız ve verimlilik talebi" öne çıkıyor. "Yıkıcı modellere sahip yeni rakipler" yüzde 31'le üçüncü sırada yer alıyor. Avrupa'da ise "hız ve verimlilik talebi" yüzde 32 ile ilk sırada. Bu zorluğu yüzde 30'la "hızla büyüyen yeni teknolojiler" ve "yıkıcı modellere sahip yeni rakipler" takip ediyor.

• Türkiye'nin de içinde bulunduğu Ortadoğu ve Afrika bölgesi için yüzde 40 ile "yıkıcı modellere sahip yeni rakipler" en önemli zorluğu oluşturuyor. Yüzde 33'le "politika ve regülasyonla ilgili değişiklik/baskılar" ikinci sırada; yüzde 28'le "değişen ekonomik ve jeopolitik koşullar" üçüncü sırada yer alıyor.

• Araştırma bulgularına göre, müşteri merkezli yaklaşım, şirketlere hem daha fazla gelir hem de daha yüksek kârlılık sağlıyor. Bugün müşteri merkezlilik sayesinde başlangıç aşamasındaki şirketlerin gelirlerini yüzde 2,7; orta ölçekli işletmelerin yüzde 3,2 ve büyük işletmelerin yüzde 3,8 oranında arttırdığı belirlendi. Bu rakamın 2020'ye kadar sırasıyla yüzde 5,5; 5,5 ve 5,9'a ulaşması bekleniyor. Kârlılık öngörülerinde ise; küçük ölçekli işletmelerin kârlarını yüzde 2,7, orta ölçekli işletmelerin yüzde 3,7 ve büyük işletmelerin yüzde 5,3 artırdığı ortaya çıktı. Bu rakamların 2020 yılında sırasıyla yüzde 5,4; 5,7 ve 7,4 olması bekleniyor.

• Müşteri merkezlilik hem bugün hem de gelecekte şirketlerin rekabetçiliğini korumasını sağlayacak en önemli stratejilerden biri. Şirketlerin müşteriler konusundaki hedeflerinde ilk sırayı yüzde 48'le müşteri ihtiyacını anlamak, ikinci sırayı yüzde 43'le "cüzdan payı"nı arttırmak, üçüncü sırayı yüzde 41'le en büyük etki anında etkileşim yaratmak, dördüncü sırayı yüzde 35'le müşterilerin dikkatini çekmek ve beşinci sırayı yine yüzde 35'le müşteriyle 7/24 bağlantıda kalmak alıyor.

• Araştırmaya katılan şirketlerin yüzde 48'i müşteri ihtiyaçlarını anlamanın kendileri için en önemli unsur olduğunu belirtirken, müşteri merkezli liderlerin yüzde 46'sı için müşteriyle sürekli iletişim içinde olmak öncelikli durumda.

2019'da Daha İyi Bir Yaşam İçin 19 İYİ ÖNERİ

Daha kaliteli ve sağlıklı bir yaşam hepimizin isteği. Yeni yılsa bu istek için muhteşem bir bahane. Siz de 2019'un daha sağlıklı, düzenli, mutlu ve kaliteli geçmesi için küçük önerilerimizi dikkate alın ve yeni bir yılla beraber, daha iyi bir yaşamın kapılarını açın. Bedensel ve zihinsel olarak daha iyi hissedebilmek için bir şeyler yapmaya hemen başlayın.

1. Kısa gezintiler yapın

Hepimiz hayatın yoğunluğu için bütün gün evde ya da işte bulunuyoruz, özellikle de kış aylarında. Ancak bu durumun sizi zamanla depresif bir hale sokacağını unutmayın. Yapılan araştırmalar, gün ışığında yapılan kısa gezintilerin mutlu olmamızı sağladığını gösteriyor. Bu sebeple, vakit bulduğunuz an dışarı çıkın ve yakın çevrede kısa yürüyüşler yapın.

2. D vitamini takviyesi yapın

Yeterli miktarda D vitamini, daha sağlıklı kemiklere sahip olmanızı sağlar. Vücuda besinler yoluyla Provitamin-D şeklinde alınır ve güneş ışınlarının da etkisiyle deride D vitaminine dönüşür. Bu vitamin, kalsiyum ve fosforun bağırsakta emilimi ve vücutta kullanımı için gereklidir. Kuvvetli kemik ve dişler, kalsiyum ve D vitamini sayesinde oluşur.

3. Temiz uyku

Uyuduğunuz çarşafların temizliğine ne kadar dikkat ediyorsunuz? Unutmayın ki, yatağımızdaki çarşaf, yastık ve yorgan kılıflarında binlerce toz akarı bulunuyor ve bu akarlar sağlığımızı tehdit ediyor. Alerjik reaksiyonlarla karşı karşıya kalmamak için uyku setinizi 60 derece sıcaklıkta yıkayın ve olabildiğince sık değiştirin.

4. Her gün elma yiyin

Bu öneri de bildiğimiz ama genellikle kulak arkası ettiğimiz gerçeklerden biri. Her gün 1 elma yemek, Amerikan Kalp Vakfı tarafından yapılan araştırmaya göre, dünya genelinde en sık rastlanan ölüm sebeplerinden biri olan kalp-damar hastalıklarına karşı etkin bir koruma sağlıyor.

5. Yemek yerken oturun

Fast-food beslenme tarzı artık hayatımıza girdi ve çıkması da pek kolay görünmüyor. Çünkü her işimiz acil ve çabuk yemek yemeliyiz. Ancak bu durum sindirim sistemi için hiç iyi değil. Yemek yemek en önemli ihtiyaçlarımızdan biri ve doğru şekilde yapmadığımız takdirde ciddi sorunlara yol açabilir. Bunların başında da yemek borusunda spazmlar ve mide ekşimesi geliyor. Bu dertlerle karşılaşmamak için oturarak yemek yiyin ve lokmaları hızlıca yutmak yerine iyice çiğneyin.

6. Genetik mirasınızı araştırın

Pek çok hastalığın kökeni genetik bilgilerimizde yatıyor. Bu sebeple ebeveynlerinizin ve yakın akrabalarınızın sağlıkla ilgili sorunları bir köşeye not edin. Yapılan araştırmalar, kanser vakalarının %10'nun genetik mirastan kaynaklandığını gösteriyor. Göğüs, yumurtalık ve kolon kanserinin güçlü genetik bağları olduğu düşünülüyor.

7. Terleyin

Sporun özellikle kaslarımız ve vücut yapımız için ne kadar faydalı olduğunu hepimiz biliyoruz. Ancak spor yapmanın bir faydası daha var: Terlemek. Düzenli olarak terlemek, bağışıklık sistemini güçlendiriyor ve bu da mikropların yok edilmesini kolaylaştırıyor.

8. Büyük çanta büyük dert

Özellikle kadınlar, omuzlarında kocaman çantalarla geziyorlar. Ama bu durum boyun ve omuz sağlığınız için son derece zararlı. Çünkü boynunuzla omzunu birleştiren kas ve kürek kemiğinizi kaldıran kas çanta taşımaktan yorgun düşüyor ve zamanla birbirinden ayrılmaya başlıyor. Sıkışmış sinirler nedeniyle, omuz uyuşukluğu ve yanması, sırt ağrısı ve hatta baş ağrısı ortaya çıkıyor. Bu sorunları bertaraf etmek için öncelikle, çantanızı hafifletmelisiniz. Ayrıca çantayı, her 10 dakikada bir diğer kolunuza takabilirsiniz.

Yapılan araştırmalar, gün ışığında yapılan kısa gezintilerin mutlu olmamızı sağladığını gösteriyor. Bu sebeple, vakit bulduğunuz an dışarı çıkın ve yakın çevrede kısa yürüyüşler yapın.

9. Suya dikkat!

İçtiğimiz suyun pH değeri vücudumuzun asit-baz dengesini düzenler. Eğer içtiğiniz suyun pH değeri izin verilen değerlerin çok üstünde ya da altındaysa, suyun aşındırıcı etkisi artar ve bu durum ağır metallerin çözülmesini de artırır. İçtiğiniz suyun pH değeri düşükse, bir dilim limonla bu değeri arttırabilirsiniz. Suyunuzun pH'ının en az 8 olmasına dikkat edin. Ayrıca içeceğiniz suyu muhafaza için cam şişe kullanmayı tercih edin.

10. Bakterilere savaş açın

Ofis masanızın üzerinde 200'den fazla bakteri bulunabileceğini söylesek ne yapardınız? Bir ofis masasının üzerinde, streptokok basilinden, antibiyotiğe dayanıklı bakterilere kadar pek çok çeşit bakteri bulunabilir. Aynı durum telefonunuz için de geçerli. Çalışma masanızı, telefon ahizenizi ve cep telefonunuzu düzenli olarak güvenilir bir dezenfektanla temizleyin.

11. Tatil yapın

Çalışma hayatı ve ev işleri bazen hepimizin üzerine geliyor ve bu durum da ciddi sorunlara yol açabiliyor. Depresif, yorgun ve gergin olmamak için mutlaka tatil yapmalısınız. İstatistiklere göre, tatil yapan insanlar, tatil yapmayanlara göre daha mutlu bir evliliğe sahipler.

12. Su bazlı boyaları tercih edin

İçeriğinde VOC (uçucu organik bileşik) bulunan boyaların etrafa toksik maddeler yaydığını biliyor musunuz? Boya satın alırken VOC değerleri düşük veya sıfır olan su bazlı boyaları tercih etmeye çalışın. Böylece hem çevrenizi korumuş hem de astım ve alerji gibi hastalıklara karşı korunmuş olacaksınız.

13. Her şey vaktinde güzel

Artık her çeşit sebze ve meyveyi, her mevsimde bulabiliyoruz ancak bu hiç sağlıklı değil. Ancak bu gıdalar genetiğiyle oynanmış ve hormonlu olarak elde ediliyor. Bu da sağlık açısından uzun vadede kötü sonuçlar doğuruyor. Sebze ve meyveleri zamanında yemeye ve hatta mümkünse organik gıdalar tüketmeye özen gösterin.

14. Her mevsim meyve şöleni

Sebze ve meyvelerin zamanında yenmesi gerektiğini söyledik. Dalından yeni koparılmış, taze bir meyvenin tadını başka

Çalışma masanızı, telefon ahizenizi ve cep telefonunuzu düzenli olarak güvenilir bir dezenfektanla temizleyin.

Sebze ve meyveleri zamanında yemeye ve hatta mümkünse organik gıdalar tüketmeye özen gösterin. Dalından yeni koparılmış, taze bir meyvenin tadını başka bir şeyde bulmak zor olabilir ancak kış günü incir yemek de pek mümkün değil maalesef. Bu noktada kuru meyveleri bir seçenek olarak görebilirsiniz.

Hobi demek, kendinizi ayıracağınız zaman demektir. İlginizi çeken bir hobi sayesinde, boş zamanlarınızı daha kaliteli geçirirseniz, boş zamanınız olmadığını düşünüyorsanız, kendinize sevdiğiniz bir işi yaparak vakit ayırmış olursunuz. Hobi saatlerinizin kafanızı boşaltmak ve dinlenmek için ne kadar faydalı olduğunu siz de göreceksiniz.

bir şeyde bulmak zor olabilir ancak kış günü incir yemek de pek mümkün değil maalesef. Bu noktada kuru meyveleri bir seçenek olarak görebilirsiniz. Hem lezzetli hem de yüksek oranda antioksidan içeren kuru meyveler, açlığınızı yatıştırmanız için de birebir.

15. Hobiniz olsun

Yeni yılla ilgili her zaman söylenen konulardan biri de budur: Hobi edinmek. Ancak pek çok kişi bunu gerçekleştiremez. Bu yıl sizin hobi yılınız olsun. Çünkü insanın işi ya da evi dışında ilgilenebileceği bir hobisi olması, kendini çok daha mutlu ve rahat hissetmesini sağlar. Hobi demek, kendinizi ayıracağınız zaman demektir. İlginizi çeken bir hobi sayesinde, boş zamanlarınızı daha kaliteli geçirirseniz, boş zamanınız olmadığını düşünüyorsanız, kendinize sevdiğiniz bir işi yaparak vakit ayırmış olursunuz. Hobi saatlerinizin kafanızı boşaltmak ve dinlenmek için ne kadar faydalı olduğunu siz de göreceksiniz.

16. Soğuk su sizi korkutmasın

Banyo yaptıktan sonra 2-3 dakika soğuk suyun altında kalarak zıpkın gibi olabilirsiniz. Bu sizin için en başta kolay olmayabilir ancak soğuk su, beynin bazı hormonlar salgılamasını sağlayarak ruh durumunuzu düzeltiyor. Ayrıca kan dolaşımını hızlandırıyor ve cildin tazelenmesini sağlıyor.

17. Gelişigüzel ilaç kullanmayı bırakın

Pek çoğumuz, yakınlarımıza iyi gelen bir ilacı sorgusuz sualsiz kullanıyoruz, hem de bir doktora danışma ihtiyacı bile duymadan. Ancak bunun sonucunda, zehirlenmelerden mide hastalıklarına ve ruhsal sorunlara kadar çok ciddi bir tabloyla karşı karşıya kalabileceğinizi unutmayın. İlaçları doktor önerisi doğrultusunda, doğru dozda ve belirtilen süre boyunca almak hayati önem taşıyor.

18. Bakliyat tüketin

Obezite günümüzde büyük bir sorun olmaya devam ediyor ve bu sorun her geçen gün büyüyor. Yapılan araştırmalar bakliyatın obeziteden koruduğunu gösteriyor: Düzenli bakliyat tüketen kişiler, diğer kişilere göre 3 kilo daha hafif. Daha fazla diyet lifi içeren bakliyatlar, daha az yağ ve daha az doymuş yağ anlamına geliyor.

19. Siyah çay yerine bitki çayları

Ülkemizde sudan sonra en çok tüketilen ikinci içecek olan çay adeta milli içeceğimiz. Ancak gün içerisinde aşırı tüketilen çay, kabızlık, sinir bozukluğu, baş ağrısı ve uykusuzluk gibi sorunlara yol açabiliyor. Bu sebeple günlük çay tüketiminizi 4 çay bardağı/2 fincanla sınırlamanızı öneriyoruz. Siyah çay yerine ıhlamur, yeşil çay, melisa gibi bitki çaylarını tüketerek güçlerinden yararlanabilirsiniz. ■

Suyun Renkli Yolculuğu
EBRU SANATI

En eski Türk kağıt süsleme sanatı olan 'ebru'nun tarihi 13'üncü yüzyıla kadar uzanıyor. İpek yolu ile İran'a gelen bu sanat, Türklerle birlikte Anadolu kapılarından içeri giriyor ve zaman içinde ebru sanatının en güzel örnekleri Anadolu'da veriliyor. Kısacası, su yolunu ve rengini Anadolu topraklarında buluyor…

En eski Türk kağıt süsleme sanatı olarak bilinen ebrunun, Orta Asya Türk lehçelerinden Çağataycada "hare gibi damarlı" anlamındaki "ebre" kelimesinden geldiği söyleniyor. İpek Yolu'yla İran'a, "su yüzü" anlamına gelen "abra" ve "bulut" gibi manasına gelen "ebri" isimleriyle ulaşan bu sanat, Türklerle birlikte Anadolu kapılarından girdiğinde "ebru" adını alıyor. Kökü 13'üncü yüzyıla kadar uzandığı tahmin edilen ebru sanatının Türkistan'da, Semerkant'ta, Herat'ta o döneme ait örnekleri bulunuyor. Ancak 17'nci yüzyılın başında ünü Avrupa'ya "Türk kağıdı" olarak yayılıyor. Ebru sanatı önceleri başlı başına ana bir sanat dalı olarak kullanılmamış, ciltleme işlemlerinde yan kağıdı, hat ve tezhip çalışmalarındaysa üzerinde çalışılan hafif ebrulu kağıt olarak kullanılmış. Ebru, bir sanat olarak algılanmasına ve olgunluğuna ise İstanbul'da, usta-çırak ilişkisiyle kavuşmuş ve zaman içinde sihirli ellerde büyüleyici bir sanat dalı haline gelmiş.

19'uncu yüzyılda İstanbul'daki ustaların ellerinde en mükemmel örneklerinin çıktığı ebru, zaman içinde önemini yitirmiş. Modern sanatların daha popüler olmaya başlamasıyla unutulmaya yüz tutup durgunluk dönemine girmiş. Ancak 1970'li yıllarda ebru sanatı yeniden canlanmış. Son Osmanlı ebru ustalarından Hattat Ebrucu Necmeddin Okyay, bu sanatı diğer nesillere aktarmaya başaran kurtarıcı isimlerden biri. Günümüzde profesyonel olarak bu sanatı devam ettiren bazı usta isimler şöyle: Niyazi Sayır, Hikmet Barutçugil, Alpaslan Babaoğlu, Fuad Basar, Sadreddin Özçimi. Tabi daha onlarca önemli sanatçı, bugün ebru sanatını yaşatmaya devam ediyor.

Meşakkatli Bir Sanat

Ebru sanatı aslında büyük titizlik isteyen bir sanat. Küçük bir dikkatsizlik yapılan ebruyu bozabilir. Kullandığınız malzemelerin eksiksiz olması son derece önemli. Ebru sanatının temel malzemelerini kitre, toprak boyaralar, sığır odu, kağıt teknesi ve at

Ebru sanatı önceleri başlı başına bir sanat dalı olarak kullanılmamış; ciltleme işlemlerinde yan kağıdı, hat ve tezhip çalışmalarındaysa üzerinde çalışılan hafif ebrulu kağıt olarak kullanılmış.

kılından yapılmış özel fırçalar oluşturuyor. Kitre, keven bitkisinin kökünden elde edilen ve suda eritilerek tutkal haline getirilen sıvı bir madde. Üstüne boya serpilecek suya yapışkan bir koyuluk vermek için kullanılıyor. Suyla karıştırılan kitre, kalitesine ve cinsine göre yaklaşık 5-7 gün dinlenmeye ve bu süre içinde yoğrulup karıştırılmaya ihtiyaç duyuyor. Kitre hazırlandıktan sonra suda süzülmesi gerekiyor. Sığır ödü, sıvının üzerinde boyaların çökmeden yayılmasını sağlamak için kullanılıyor. Çünkü sığır ödü yüzeyde gerilim sağlıyor ve sıvının yüzey gerilimini kırıyor. Ayrıca öd sayesinde boyalar birbirine karışmıyor ve suya ayrı ayrı renkler verilebiliyor. Boyaların öd ayarlarının iyi yapılması en önemli ayrıntılardan biri. Ebru sanatında sıvının içinde bulunduğu kaba, kağıt teknesi deniyor. Bu tekne, çinko, çelik, galveniz ya da çedeneden (budaksız çam) imal ediliyor. Ebru sanatında kullanılan fırçanın yapımında yaşlı atların kuyruk kılları ve bu kılları üzerine sarmak için gül dalı kullanılıyor. At kılının tercih edilmesinin en önemli sebebi sert ve düz olması. Bu sayede boyalar tekne üzerine rahatlıkla atılabiliyor. Gül dalı ise oldukça esnek ve dayanıklı olduğu için damlaların istenildiği şekilde suya düşmesine olanak sağlıyor. Ebrulu kağıtlar kuruduktan sonra, "mühre aleti" denilen iki kollu el presi yardımıyla düzeltilip parlatılıyor. Mühre, kağıdın üzerine bastırılarak kağıdın tamamına sürtülüyor. Mühürleme denilen bu işlem, kağıdın üstünde ince bir tabaka oluşturarak eserin parlamasına ve korunmasına yardımcı oluyor. Böylelikle boyalar zamana yenik düşmüyor ve hep kağıt üzerinde kalıyor. Bugün İstanbul Süleymaniye Kütüphanesi'ndeki 100 bin civarındaki el yazması kitapta, bu sanatın örneklerine rastlamak mümkün. ■

Suyun Üzerinde Doğanın Renkleri

Ebru sanatında kullanılan renklerin her biri doğal malzemelerle elde ediliyor.

Sarı: Doğada bulunan arsenik sülfür (zırnık).

Mavi: Doğal çivit olan Lahor Çividi. Bitkisel kökenli bu boya Pakistan'ın Lahor kentinden geliyor.

Yeşil: Sarı ve mavinin karışımı. Zırnık çok olursa fıstık yeşiline, çivit çok olursa yaprak yeşiline gidiyor.

Lacivert: Bedahşi laciverti denen doğal çivit.

Siyah: Soba isinden elde ediliyor. Ezilmesi çok zor olan bu boya, suyu kolay emmediğinden ve suyla karıştırma işlemi sırasında sürekli suyun üzerine çıktığından genellikle Çamlıca toprağı ile karıştırılarak eziliyor.

Beyaz: İsfidaç (üstübeç) bazik kurşun karbonatın doğadaki şekli.

Kırmızı: Gülbahar yani demir oksitleri içeren kırmızı bir toprak.

Tütün Rengi: Çamlıca toprağı.

Görmeden Dönmeyin!

- Ardahan-Kars sınırında bulunan ve kış sezonunda buz tutan Çıldır Gölü, kış aylarında muhteşem manzaralar sunuyor. Atlı kızaklarla göl üzerinde gezin.
- Şehrin önemli sembollerinden biri olan Kars Kalesi, 1153 yılında Selçuklulara bağlı Saltuklu Sultanı Melik İzzeddi'in emri ile Veziri Firuz Akay tarafından yaptırılmış. Sit alanı olarak kabul edilen Kale, kentten bakıldığında etkileyici bir görünüme sahip.

- Kars'a gitmişken görülmesi gereken yerlerin başında tabi ki Ani Harabeleri bulunuyor. Yapılan kazılar, bölgedeki yerleşimin Bronz ve Demir çağlarına kadar dayandığını gösteriyor. 40 tane kilise, şapel ve anır mezarın tespit edildiği Ani Antik Şehri, 2016 yılında UNESCO Dünya Mirası Listesi'ne dahil edildi.
- Kars'ın merkezinde bulunan ve 19. yüzyılın başlarında, Rusların Kars'ı işgali sırasında kilise olarak yapılan Fethiye Camisi, Baltık mimarisinden izler taşıyor. Kesme taştan, dikdörtgen şekilli yapıyı mutlaka görmelisiniz.

Tarih Kokan Şehir KARS

Kars, özellikle son yıllarda Doğu Ekspresi ile farklı bir macera yaşamak isteyenler için kış aylarının favori gezi rotalarından biri haline geldi. Eğer gerçek bir Kars deneyimi yaşamak istiyorsanız bu güzel şehre en az 3 gün ayırmanızı tavsiye ediyoruz.

Mahsun Kırmızıgül'ün izlenme rekorları kıran "Mucize" filminin bir kısmı Kars şehir merkezinde çekilmiş. Ayrıca Nobel Ödüllü yazarımız Orhan Pamuk, "Kar" adlı romanını Kars'ta bir kahvede yazmış ve romanda bu şehir önemli bir yer tutuyor. Kars ziyaretinizden önce bu eserlere bir göz atmanızda fayda var.

Tarih Kokan Sokaklar

Trenden inip şehre girer girmez Kars'ın tarih kokan bir şehir olduğunu anlayacaksınız. Anadolu'nun en eski yerleşim yerlerinden biri olan Kars isminin kökeni İskitlerden geliyor. O zamanlar "Karsak olan isimi zamanla Kars haline gelmiş. Şehir ve çevresinde Moğollar ve Akkoyunlular, Karakoyunlular gibi Türk devletleri hüküm sürmüş ve 1514 yılında, Yavuz Sultan Selim bölgeyi fethettikten sonra Osmanlı İmparatorluğu'na katılmış. Bu farklı uygarlıklardan kalan yapıların bir kısmı bugün, restorasyonlardan geçirilerek kafe ve restoran olarak hizmet veriyor.

Ülkemizin en soğuk şehirlerinden biri olan Kars, dünyada Alpler'den sonra kristal toz karın yağdığı 2. bölge olan Sarıkamış Kayak Merkezi'yle de tüm dünyadan kayakçıları kendine çekiyor. Kars'a 54 kilometre mesafede olan Sarıkamış Kayak Merkezi, 5 etaplı pistleri ve geniş alanı ile ülkemizin en önemli kayak merkezlerinden biri. Sarıçam ormanlarıyla çevrelenmiş olan bölge, snowboard ve kayak yapmak isteyenler için biçilmiş kaftan. ■

Büyülü Ülke TUNUS

Tunus, Akdeniz'in berrak suları ve Afrika'nın sıcak ruhunu bir arada bulabileceğiniz ve yılın her ayı ziyaret edilebilecek, büyülü bir ülke. Altın kumsalları, otantik çarşıları, mimarisi ve çöl turlarıyla herkesin bir şeyler bulabileceği harika bir seyahat seçeneği.

Tarih boyunca pek çok medeniyete ev sahipliği yapan Tunus toprakları, uzun süre Osmanlı egemenliğinde kaldıktan sonra 1881 yılında Fransa'nın sömürgesi altın girdi ve 1930 yılında Fransızlara karşı bağımsızlığını ilan etti. %99'u Müslüman olan ülkenin resmi dili Arapça ancak halkın önemli bir kesimi Fransızca da biliyor. Tunus'un başkenti ise, aynı adı taşıyan Tunus kenti.

Tunus'un en heyecan verici tarafı, pek çok alternatifi bir arada sunması. Kartaca Harabeleri, Bardo Müzesi, küçük sahil kasabaları, Sahra Çölü'nde safari, sualtı dünyası, konforlu golf tesisleri ve geleneksel çarşıları ile Tunus, seyahat meraklılarına birbirinden farklı ve heyecanlı seçenekler sunuyor.

Mavi-Beyaz Evleriyle Sidi Bou Said

Başkentin doğusunda küçük bir sahil kasabası olan Sidi Bou Said'in en önemli özelliği, mavi ve beyaza boyalı evleri. Evlerin pencereleri ve kapıları mavi, duvarları ise beyaza boyalı. Bir tabloyu andıran bu küçük balıkçı kasabası, el sanatları sergilerine ve yerel müzelere ev sahipliği yapıyor.

Ne Yenir?

Tunus'a gidip de Tunus mutfağının seçkin lezzetlerini tatmadan dönmek olmak. İste bizim tavsiyelerimiz: "Brik" adı verilen yöreye özgü börek, "tajine" denilen birbirinden lezzetli tencere yemekleri, safranlı nohut, zeytinli balık, sebze dolması ve yumurta salatası.■

Mutlaka Yapın!

- Akdeniz ve Afrika'nın kusursuz bir sentezi olan Tunus'ta ister safariye çıkın, ister güneş ve denizin tadını çıkarın.
- Gizemli ve macera dolu bir seyahat arayanların favori seçeneği olan Tunus'ta Bardo Müzesi ve Kartaca Harabeleri mutlaka görülmeli.
- Labirenti andıran dar sokaklarında saatlerce gezebileceğiniz Tunus çarşılarında, gümüş takılar, ahşap heykeller, seramik işleri, kına kapları, ipek giysiler ve yerel dokumalar bulabilirsiniz.

Genel Bilgiler

Batısında Cezayir, doğusunda Libya ve Akdeniz bulunan Tunus'un kuzeyinde de Akdeniz yer alır. Ülkenin güney kısmını Büyük Sahra Çölü kaplar. Ülkede, yazları sıcak, kışları ılıman bir iklim görülür. Kar ve don olaylarının görülmediği ülkede, savanlar önemli yer tutar. Dağlar kıyıya paralel uzanır. Ülkenin güneyinde birçok mevsimsel sığ gölü ve büyük tuz gölleri vardır.

Genel olarak bir tarım ülkesi olan Tunus, zeytincilikte dünyadaki ilk 10 ülkeden biridir. Son yıllarda artan turizm yatırımları sayesinde, ülkeye gelen turist sayısı her geçen gün artmaktadır.

AFRA METAL MOBİLYA AKSESUAR İTH. İHR. SAN. ve TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (212) 675 24 35 — info@aframetal.com
Fax: +90 (212) 675 24 36 — www.aframetal.com

AKKOCA MAKİNE SANAYİ ve TİCARET A.Ş.
+90 (224) 411 18 77 — info@akkocamakine.com.tr
Fax: +90 (224) 411 18 79 — www.akkocamakine.com.tr

ALBATUR ENDÜSTRİ A.Ş.
+90 (224) 482 46 75 — info@albaturas.com
Fax: +90 (224) 482 46 77 — www.albaturas.com

ANTİK BRONZE SARI MAMÜLLERİ HIRD. TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (212) 594 13 41 — info@antikbronze.com
Fax: +90 (212) 619 09 42 — www.antikbronze.com

ARRAY MOBİLYA RAYLARI SAN. ve TİC. A.Ş.
+90 (212) 690 21 84 — info@array.com.tr
Fax: +90 (212) 690 21 88 — www.array.com.tr

AYTUĞ PLASTİK SAN. ve TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (212) 613 89 22 — info@aytugplastik.com
Fax: +90 (212) 577 36 46 — www.aytugplastik.com

BATU DESIGN
+90 (224) 714 91 94 — info@batudesign.com
Fax: +90 (224) 714 91 96 — www.batudesign.com

BERFİNO MOBİLYA AKSESUARLARI İTH. İHR. SAN. TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (212) 549 30 71 — info@berfino.com
Fax: +90 (212) 549 97 04 — www.berfino.com

BOĞAZİÇİ MALZEMECİLİK DÖŞEME TEKSTİL LTD. ŞTİ.
+90 (216) 378 20 03 — info@bogaziciimalzemecilik.com
Fax: +90 (216) 378 20 09 — www.bogaziciimalzemecilik.com

CAN ALÜMİNYUM SAN. ve TİC. A.Ş.
+90 (224) 272 20 00 — canaluminyum@yesilova.com.tr
Fax: +90 (224) 272 20 10 — www.canaluminyum.com.tr

ÇAĞ KABARA SAN. ve TİC. A.Ş.
+90 (212) 736 18 00 — info@cagkabara.com
Fax: +90 (212) 736 18 08 — www.cagkabara.com

ÇAĞBERK CAM AYNA ALÜMİNYUM MOBİLYA SAN. TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (216) 429 04 44 — info@cagberk.com.tr
Fax: +90 (216) 429 33 33 — www.cagberk.com.tr

ÇAĞDAŞ MOBİLYA AKSESUARLARI SAN. ve TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (212) 281 05 84 — cagdas@cagdasmobilya.org
Fax: +90 (212) 279 51 58 — www.cagdasmobilya.org

ÇEBİ KİLİT ve MOBİLYA AKSESUARLARI SAN. ve TİC. A.Ş.
+90 (216) 561 11 40 — cebi@cebidesign.com
Fax: +90 (216) 311 36 03 — www.cebidesign.com

ÇEMOBSAN METAL VE PLASTİK SAN. TİC. LTD. ŞTİ.
444 87 99 — info@cemobsan.com
www.cemobsan.com

DELTA BÜRO GEREÇLERİ A.Ş.
+90 (212) 655 47 32 — info@delta.com.tr
Fax: +90 (212) 550 78 86 — www.delta.com.tr

DOĞANLAR KAPI KOLLARI SAN. ve TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (216) 312 80 53 — info@doganlar.com.tr
Fax: +90 (216) 312 98 75 — www.doganlar.com.tr

EKİN YAYINCILIK REKLAM VE TASARIM HİZMETLERİ TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (216) 486 29 40 — info@mobilyadergisi.com.tr
Fax: +90 (216) 486 29 20 — www.ekinyayingrubu.com

EMAKS MOBİLYA AKSESUARLARI SAN. TİC. İTH. İHR. LTD. ŞTİ.
+90 (212) 671 30 77 — info@emaks.com.tr
Fax: +90 (212) 671 30 79 — www.emaks.com.tr

GÜZEL METAL YAPI MALZ. SAN. TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (212) 692 70 70 — info@nobelgroup.com.tr
Fax: +90 (212) 613 49 44 — www.nobelgroup.com.tr

İLKAY MOBİLYA AKSESUARLARI LTD. ŞTİ.
+90 (212) 649 00 38 — info@ilkayaksesuar.com
Fax: +90 (212) 649 00 38 — www.ilkayaksesuar.com

KAPSAN KAPLAMA ve BOYAMA SAN. TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (216) 593 21 84 — bilgi@kapsankaplama.com.tr
Fax: +90 (216) 593 21 89 — www.kapsankaplama.com.tr

KAPSAN MOBİLYA ve AKSESUAR SAN. ve TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (212) 438 75 98 — info@kapsantr.com
Fax: +90 (212) 438 79 51 — www.kapsantr.com

KEMERLİ METAL SAN. TİC. A.Ş.
+90 (352) 322 13 84 — kemerli@kemerli.com.tr
Fax: +90 (352) 322 13 90 — www.kemerix.com.tr

KMS MOBİLYA BAĞLANTI SİSTEMLERİ SAN. ve TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (212) 447 28 86 — kms@kmsfix.com
Fax: +90 (212) 447 28 87 — www.kmsfix.com

LALE ORMAN ÜRÜNLERİ SAN. TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (352) 321 32 00 — info@sarprofil.com.tr
Fax: +90 (352) 321 32 01 — www.sarprofil.com.tr

MEPA MOBİLYA GEREÇLERİ SAN. ve TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (212) 886 52 52 — mepa@mepaltd.com.tr
Fax: +90 (212) 886 52 56 — www.mepaltd.com.tr

MESAN PLASTİK ve METAL SAN. A.Ş.
+90 (212) 723 49 49 — info@mesanplastik.com
Fax: +90 (212) 723 49 00 — www.mesanplastik.com

METPLASCAN METAL PLASTİK ELEKTRONİK KALIP İMALAT SAN. TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (216) 314 14 44 — info@cappor.com.tr
Fax: +90 (216) 314 14 46 — www.cappor.com.tr

MEYA ALÜMİNYUM CAM İNŞAAT MOB. SAN. TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (0412) 257 68 78 — info@disakulp.com
Fax: +90 (0412) 257 68 99 — www.disakulp.com

MİS PLASTİK İTH. İHR. İMAL TEKS. TUR. İNŞ. TAAH. SAN. TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (352) 322 19 06 — misline@misplastik.com.tr
Fax: +90 (352) 322 19 09 — www.misline.com.tr

İBRAHİM ORTAKÇI CAM AYNA İŞLEME ve MOBİLYA SAN. TİC. A.Ş.
+90 (224) 714 81 58 — info@asortakci.com.tr
Fax: +90 (224) 714 83 14 — www.asortakci.com.tr

OSENA MOBİLYA AKS. ve BAĞLANTI ELEMANLARI SAN. TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (212) 609 33 22 — satis@osena.com.tr
Fax: +90 (212) 609 33 27 — www.osena.com.tr

ÖZCANLAR PRES DÖKÜM SAN. TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (212) 651 68 90 — info@ozcanlar.com.tr
Fax: +90 (212) 655 00 58 — www.ozcanlar.com.tr

ÖZDEMİR MOBİLYA MALZEMELERİ SAN. ve TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (352) 321 15 51 — ozdemir@ozdemirmalzeme.com
Fax: +90 (352) 321 31 62 — www.ozdemirgroup.com.tr

ÖZEMEK PLASTİK PROFİL ve KALIP SAN. ve TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (212) 672 33 33 — ozemek@ozemekplastik.com
Fax: +90 (212) 672 22 99 — www.ozemekplastik.com

ÖZER ÇELİK BÜRO MOBİLYALARI SAN. ve TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (212) 549 54 24 — info@ozercelik.com
Fax: +90 (212) 549 54 26 — www.ozercelik.com

ÖZGEN PLASTİK SAN. ve TİC.
+90 (212) 544 40 67 — bilgi@ozgenteker.com
Fax: +90 (212) 544 40 61 — www.ozgenteker.com

ÖZKARDEŞLER METAL MOB. AKS. PRES DÖKÜM SAN. TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (212) 485 41 66 — info@ozkardeslermetal.com.tr
Fax: +90 (212) 485 10 56 — www.ozkardeslermetal.com.tr

ÖZ METAL İŞ SAN ve TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (212) 485 28 61 — metax@metax.com.tr
Fax: +90 (212) 485 28 65 — www.metax.com.tr

3 K PLASTİK ve KALIP SAN. TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (212) 438 44 85 — info@pelikan.web.tr
Fax: +90 (212) 438 44 86 — www.pelikan.web.tr

PORTAKAL PLASTİK ÜRETİM PAZARLAMA A.Ş.
+90 (262) 742 38 21 — satis@portakalpvc.com
Fax: +90 (262) 742 38 27 — www.portakalpvc.com

SAMET KALIP ve MADENİ EŞYA SAN. ve TİC. A.Ş.
+90 (212) 886 75 23 — info@samet.com.tr
Fax: +90 (212) 886 51 61 — www.samet.com.tr

SEVDEHAN PLASTİK ve METAL SAN. ve TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (224) 482 44 45 — info@sevdehan.com.tr
Fax: +90 (224) 482 44 60 — www.sevdehan.com.tr

SİMİ TEKSTİL SANAYİ ve TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (212) 771 49 89 — simiteks@simiteks.com
Fax: +90 (212) 771 49 85 — www.simiteks.com

STAR ALÜMİNYUM PAZARLAMA SAN. TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (212) 486 40 30 — info@utkan-star.com
Fax: +90 (212) 549 44 39 — www.utkan-star.com

STAR MUTFAK ve MOBİLYA AKSESUARLARI SAN. TİC. A.Ş.
+90 (212) 444 53 54 — info@starax.com.tr
Fax: +90 (212) 855 65 70 — www.starax.com.tr

SUKASİ METAL PLASTİK AKSESUAR SAN. ve TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (312) 350 69 69 — karasu@systemkarasu.com
Fax: +90 (312) 350 37 67 — www.systemkarasu.com

TEM MOBİLYA AKSESUARLARI SAN. ve TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (216) 466 33 40 — info@systemhandle.com
Fax: +90 (216) 420 27 28 — www.systemhandle.com

TEMPO AKSESUAR SAN. ve TİC. A.Ş.
+90 (212) 280 30 00 — info@tempotr.com
Fax: +90 (212) 268 59 13 — www.tempotr.com

TOMURCUK PORSELEN İNŞAAT MADEN İMALAT TEKSTİL SAN. ve TİC. LTD. ŞTİ.
+90 (212) 324 61 83 — info@tomurcukporselen.com
Fax: +90 (212) 324 61 89 — www.tomurcukporselen.com

UFK KELEŞOĞLU MOBİLYA AKSESUARLARI SAN. A.Ş.
+90 (212) 603 56 46 — info@vivahandle.com
Fax: +90 (212) 438 54 00 — www.vivahandle.com

UMUT KULP SAN. TİC. PAZ. LTD. ŞTİ.
+90 (216) 312 43 02 — info@umutkulp.com.tr
Fax: +90 (216) 312 43 10 — www.umutkulp.com.tr

MAKSDER®
Mobilya Aksesuar Sanayicileri Derneği
Furniture Accessory Industrialists Association

MAKSDER

TÜRK MOBİLYA AKSESUAR ÜRÜNLERİNİN DÜNYAYA AÇILAN YÜZÜ

MAKSDER®
Mobilya Aksesuar Sanayicileri Derneği
Furniture Accessory Industrialists Association

Cumhuriyet Mahallesi 1992. Sok. No:16 Vetro City
Kat:6 D:155-156 Beylikdüzü / İSTANBUL
Tel: 0212 255 70 54/55 Faks: 0212 255 70 57
www.maksder.org