



TSK ELELE VAKFI DERGİSİ

ISSN: 2148-3698 YIL: 8 SAYI: 24 KASIM 2020

'Vatan ve millet için her şeyini feda eden harp malulleri canlı birer abidedir.
Onlar için ne yapılırsa azdır.'

H. Altıntaş



TSK ALİ ÇETİNKAYA İLK KURŞUN REHABİLİTASYON MERKEZİ



TSK ELELE VAKFI ÖZEL EĞİTİM VE REHABİLİTASYON MERKEZİ



GAZİLER FİZİK TEDAVİ VE REHABİLİTASYON EĞİTİM VE ARAŞTIRMA HASTANESİ



TSK ELELE VAKFI'NDA
GÖREV DEĞİŞİMİ



RÖPORTAJ
GAZİLERİMİZ



GEZELİM - GÖRELİM
BURSA



VİZYON

Ülke savunması ve milletin bölünmez bütünlüğü için görevi başında yaralanan veya uzvunu kaybedenler başta olmak üzere Türk Silahlı Kuvvetleri, Jandarma Genel Komutanlığı ve Sahil Güvenlik Komutanlığı Personeli, emeklisi, malulen emeklisi (erbaş/er gaziler dahil) ve bunların bakmakla yükümlü olduklarının rehabilitasyonu ve devamlı bakımlarını sağlamak, uygar ve çağdaş seviyede sağlıklı bir yaşam sürdürebilmelerine katkıda bulunmak, sağlık hizmetlerini daha iyiye götürmek, engelli çocuk ve yetişkinlerle ilgili çalışma ve faaliyetlerde bulunmaktır.

Kaynağını, Yüce Türk Milletinin ELELE vererek gönüllü bağışlarının oluşturduğu menkul ve gayri menkullerini en üst seviyede dikkat, gayret ve özenle en iyi şekilde değerlendirmek suretiyle modern tesisleri kurmak, yaygınlaştırmak, geliştirmek ve örnek düzeyde işletilmesi için destek sağlamaktır.

Başarıya şartlanmış bilimsel ve kültürel donanıma sahip çalışanların azami faydayı sağladığı, bağış yapan kişi, kurum ve kuruluşların teveccühüne layık, kamu yararına hizmet veren, sağlık ve sosyal içerikli öncü ve güvenilir bir vakıf olmaktır.

MİSYON

Amacı gerçekleştirmek üzere; tesislere sahip olmak, bu tesislerin işletme ve idamesi için destek sağlamak, kâr getirici yatırım, ortaklık ve şirketler kurmak, çağdaş iletişim araçlarıyla tanıtım faaliyetlerinde bulunmak ve vakıf senedinde belirtilen hizmetleri gerçekleştirmek üzere bağışları artırmaktır.



Taci KURUL

Tümgeneral (E)
Genel Müdür

Değerli okurlarımız,

TSK ELELE VAKFI Yönetim Kurulu kararıyla, 4 Ağustos 2020 tarihinde, vakıf genel müdürü olarak göreve başladım.

Bu ulvi görevi devralmanın onur ve gururunu, dergimizin 24'üncü sayısında sizlerle birlikte olmanın mutluluğunu yaşamaktayım.

TSK ELELE VAKFI, kurulduğu günden bu güne kadar, siz hayırsever bağışçılarımızın gönüllü bağışlarıyla, gazilerimizin ruhsal ve bedensel tedavi, bakım ve rehabilitasyonuna, engelli çocuklarımızın eğitimi ve öğretimine, 65 yaş üzeri terörle mücadele gazilerimizin ve TSK'dan emekli olmuş yaşlılarımızın huzurlu bir ortamda yaşamlarını devam ettirebilmelerine destek olabilmek için çalışmalarına aralıksız devam etmektedir.

Vakfımız; gazilerimiz, yaşlılarımız ve engelli çocuklarımızın faydalanabileceği bir çok eser hizmete sunmuştur. Bunlardan bazıları; Ankara Gaziler Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon ve Eğitim Araştırma Hastanesi, Ankara Gazi Uyum Evi, Ankara 19 Eylül Spor Tesisleri, Ankara Medikal Tasarım ve Üretim Merkezi, Ankara Özel Bakım Merkezi'dir. Bunların yanında, Çamlıca/İstanbul Özel Bakım Merkezi'nin bakım ve onarımı yapılmış, Ayvalık/Balıkesir TSK Ali Çetinkaya İlk Kurşun Rehabilitasyon Merkezi'nin ihtiyaçları Vakfımız tarafından karşılanmaktadır.

Engelli çocuklarımızın eğitim ve öğretimi için kurulan TSK Elele Vakfı Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi, iki ayrı şubede yaklaşık 400 engelli çocuğumuza eğitim vermektedir.

Dergimizin bu sayısında, vakfımızdan haberler, ilginizi çekebilecek çeşitli makaleler, yakın tarihimizin gizli tanıkları gazilerimizle söyleşiler, tarihimizden önemli bilgiler ve Bursa şehrimizin tanıtımıyla ilgili yazıları bulabileceksiniz.

Vakfımız; siz hayırsever bağışçılarımızın varlığı ve desteği ile vakıf senedindeki amaçlarına uygun, tüm görevleri büyük bir sorumluluk duygusuyla, şeffaf bir şekilde, gururla yerine getirmiş ve getirmeye devam edecektir.

TSK ELELE VAKFI'ndan bağış ve yardımlarını esirgemeyen tüm kişi, kurum ve kuruluşlara saygı ve sevgilerimiz sunar, hepimize sağlık ve esenlikler dilerim.

“TSK ELELE VAKFI, HER ZAMAN GAZİLERİMİZLE ELELE”



TSK ELELE VAKFI DERGİSİ

Yıl: 8 • Sayı: 24 • KASIM 2020

ISSN: 2148-3698

ÜCRETSİZDİR

4 ayda bir yayınlanır.

TSK ELELE VAKFI Adına Sahibi

Taci KURUL
Genel Müdür

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü

Memiş KARABÖRK

İDARE YERİ

TSK ELELE VAKFI GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

Ziya Gökalp Cad.

Ataç-2 Sok No: 43 / 8

Kızılay - Çankaya / ANKARA

Tel: 0 312 431 99 36

Faks: 0 312 431 07 36

www.elele.org.tr

elele@elele.org.tr

YAYIN TÜRÜ

YAYGIN SÜRELİ YAYIN TÜM TÜRKİYE'DE

DERGİDE YAYINLANAN BÜTÜN
YAZILAR KAYNAK GÖSTERİLEREK
ALINTI YAPILABİLİR.

Hukuki Sorumluluk:

Dergide yayınlanan yazılardan, kaynak
adı gösterilerek alıntı yapılabilir.

Dergide yayımlanan yazılar yazarların
kişisel görüşüdür.

Grafik Tasarım:

Anıl Grup Matbaacılık

Baskı - Cilt:

ANIL GRUP MATBAACILIK

YAYINCILIK LTD. ŞTİ.

Dikmen Cad. No: 244/P-13

Dikmen - Ankara

Sertifika No: 40349

Baskı Tarihi: KASIM 2020

5 RÖPORTAJ VAKIFTAN HABERLER



6 RÖPORTAJ GAZİLERİMİZDEN



15 MAKALE BÜYÜK TAARRUZ VE BAŞKOMUTAN MEYDAN MUHAREBESİ



İÇİNDEKİLER

19 SAĞLIK
CEP TELEFONUNUN UYGUNSUZ
KULLANIMININ SAĞLIK ÜZERİNE
OLUMSUZ ETKİLERİ



**32 19 EYLÜL
GAZİLER GÜNÜ**



23 MAKALE
PANDEMİ DÖNEMİ PSİKOLOJİK
SAĞLAMLIĞIN KORUNMASI
VE NORMALLEŞME SÜRECİNE
UYUMLU GEÇİŞ



**33 GEZELİM GÖRELİM
BURSA**



29 SAĞLIK
KATARAKT VE AKILLI LENSLE



**41 10 KASIM
ATATÜRK'Ü ANMA GÜNÜ**



TURKTRUST

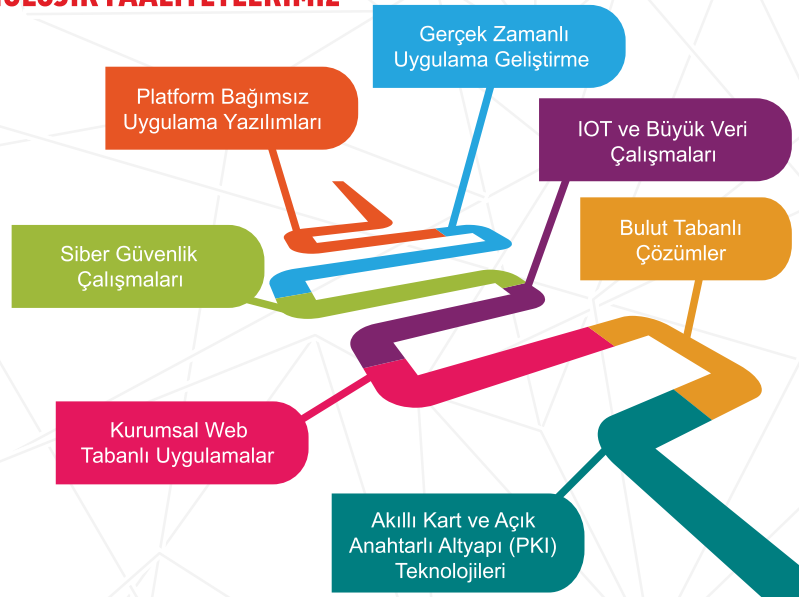
Ar-Ge • Yazılım • Danışmanlık • Teknoloji • e-İmza



YAZILIM ÜRÜNLERİMİZ

ARNICA	Elektronik İmza Yazılım Kütüphanesi (Java API ve .Net)
PLATAN	Elektronik Sertifika Hizmetleri Yönetim Yazılımı
CASTAN	Akıllı Kart ve e-İmza ile Web Üzerinden Kimlik Doğrulama Yazılımı
TILIA	Güvenli Elektronik İmza Oluşturma ve Doğrulama Yazılımı
SPIRA	Zaman Damgası Sunucu ve İstemci Yazılımı
PALMA	Akıllı Kart Yönetim Yazılımı
DIANTA	Mobil İmza Hizmet Sağlayıcı Yazılımı
SEKOYA	E-Haciz Yazılımı
PINACA	Sayısal Takograf Sistemi Yönetim Yazılımı
EKaaS	Bulutla Entegre Şifreleme Anahtar Servisi Platformu
CEDREA	Çoklu e-İmza ve Zaman Damgası Oluşturma ve Doğrulama Yazılımı
PINEA	PDF Dosyaları için e-İmza ve Zaman Damgası Yazılımı

TEKNOLOJİK FAALİYETLERİMİZ



” TÜRKTRUST Bilgi İletişim ve Bilişim Güvenliği Hizmetleri A.Ş., Türk Silahlı Kuvvetleri [TSK] Elele Vakfı'nın bir kuruluşudur. TÜRKTRUST, yetkili Elektronik Sertifika Hizmet Sağlayıcısı [ESHS] olarak, elektronik imza ve zaman damgası faaliyetlerini, alanında Türkiye'nin öncü ve lider kuruluşu olarak yürütmektedir. Ar-Ge, yazılım geliştirme ve proje çalışmalarını da bünyesindeki Ar-Ge Merkezi'nde sürdüren TÜRKTRUST'ın, yurt genelinde yaygın ofis ağı bulunmaktadır.”



CMMIDEV / 3
Exp: 2023-01-24 / Appraisal#575K

ELEKTRONİK İMZA

sertifika ürün ve hizmetleri

YAZILIM

ÜRÜNLERİ

bilgi güvenliği çözümleri

DONANIM

ÜRÜNLERİ

EĞİTİM
DANIŞMANLIK
PROJE ve
ENTEGRASYON
hizmetleri

TÜRKTRUST Bilgi İletişim ve Bilişim Güvenliği Hizmetleri A.Ş.

Genel Müdürlük: Hollanda Cad. 696. Sk. No:7 Yıldız 06550 Çankaya - ANKARA

Tel: 0312 439 10 00 | **Faks:** 0312 439 10 01 | **Müşteri Hizmetleri:** 0850 222 4446

bilgi@turktrust.com.tr | www.turktrust.com.tr



TSK ELELE VAKFI'NDA GÖREV DEĞİŞİMİ

Türk milletinin askerine, gazisine, engelli çocuklarına ve yaşlılarına uzattığı el olan TSK Elele Vakfı'nda; 01 Nisan 2015 tarihinde Vakıf Genel Müdürlük görevine başlayan Tümğ.(E) Fahri KIR, 4 Ağustos 2020 tarihinde görevini Tümğ.(E) Taci KURUL'a teslim etmiştir.

Sayın Tümğ.(E) Fahri KIR'a, vakıf hizmetlerinden faydalanan kahraman gazilerimiz, engelli çocuklarımız ile yaşlılarımız ve vakfımız adına sonsuz teşekkürlerimizi sunuyoruz.



Taci KURUL Kimdir?

Tümgeneral (E) Taci KURUL, 1960 yılında Ordu'da doğmuş ve 1983 yılında Piyade Teğmen olarak Kara Harp Okulu'ndan mezun olmuştur. Piyade Okulu Subay Temel Kursunu tamamlamayı müteakip, çeşitli birliklerde takım ve bölük komutanlığı yapmıştır. Kara Harp Akademisi'nden 1995 yılında mezun olduktan sonra, farklı birlik ve karargâhlarda birlik komutanlığı ve karargâh subaylığı görevlerini yürütmüştür. 2001-2002 yıllarında Arnavutluk Askeri Danışma ve Koordinasyon Kurulu Başkanı olarak altı ay geçici görevde bulunmuştur.

2002-2003 yılları arasında GATA Öğrenci Grup Komutanlığı'nda Öğrenci Tabur Komutanlığı, 2003-2006 yılları arasında ise 4'üncü Zırhlı Tugay Komutanlığı'nda Kurmay Başkanlığı görevini yapmıştır. Mart 2006 yılı atamaları ile 14'üncü Mekanize Piyade Alay Komutanlığı (KKTC) görevine atanmıştır. 30 Ağustos 2008 tarihinden geçerli olmak üzere Tuğgeneral rütbesine terfi etmiştir. 2008-2010 yılları arasında 20'inci Zırhlı Tug. K.lığı (Şanlıurfa), 2010-2012 yılları arasında Kara Kuvvetleri Lojistik Plan Dairesi Başkanlığı ve Lojistik Başkanlığı Vekilliği (Ankara), 2012 yılında Tümgeneral rütbesine terfi etmeyi müteakip 2012-2014 yılları arasında Kara Kuvvetleri Lojistik Başkanlığı, 2014-2016 yılları arasında ise 28'inci Mknz.P. Tüm.K.lığı (KKTC) görevlerini icra etmiştir. 2016 yılında kadrosuzluk nedeniyle emekliye ayrılmıştır.

04 Ağustos 2020 tarihinden itibaren TSK ELELE Vakfı Genel Müdürü olarak görevlendirilmiştir.

Tümgeneral (E) Taci KURUL, Türk Silahlı Kuvvetleri Liyakat Madalyası sahibidir.

Meryem ÖZTÜRK / GAZİ EŞİ

Onur ÖZTÜRK / GAZİ



Bize kendinizi tanıtır mısınız?

Meryem: Ben Meryem ÖZTÜRK, 1984 yılında Manisa'nın Saruhanlı ilçesinde dünyaya gelmişim. Büyük bir bahçe içerisinde kalabalık bir aile ortamında büyüdüm. Babaannemler, amcalar, kuzenler aynı bahçede karşılıklı evlerde yaşadık. Babam çiftçi, annem ise ev hanımı. Yaşadığımız yer, biz de dahil hep Yunanistan ve Selanik göçmenlerinin yoğunlukta olduğu bir ilçe. İlk ve ortaokulu Manisa'nın Koldere kasabasında, liseyi ise Manisa merkez'de okudum. Liseden sonra Edirne Trakya Üniversitesi Sınıf Öğretmenliği Bölümünü kazandım ve 4 yıl sonunda öğretmen olarak mezun oldum.

O sırada eşim de, Hatay Antakya Mustafa Kemal Üniversitesi'nde aynı bölümü okuyormuş. Tabi o zaman daha birbirimizi tanımıyorduk.

Ben okulu bitirdim ve ailemin yanına Manisa'ya geri döndüm. KPSS'ye hazırlanmak için bir kursa yazıldım. Eşimle bu kurs sayesinde tanıştık. Aynı dershanede, aynı sınıfta kurs arkadaşaydık.

Onur: Benim hem annem hem de babam öğretmendi, benim bu mesleği seçmemi çok istiyorlardı. Çocukluğumdan beri hep hayalleri bu idi. Ama benim içimde hep asker olma sevgisi vardı.

Meryem: Aynı sınıfta öğrenciydik. Ama bir yılın sonunda aramızda bir ilişki başladı, bu arada ikimiz de sınava girdik. Maalesef beklediğimiz puanı alamadık, ertesi sene yine aynı dershaneye eşimle devam ettik.



Onur: Bu arada ben sınavlara giriyorum hazırlanıyorum, ama içimde hep asker olma sevgisi ve hayali var. Böyle olunca, bir de asker olmak için şansımı denemeye karar verdim. Konuyu Meryem'e açtım, o zaman daha evlenmemiştik, yuva kurmayı düşünüyoruz, onun da bu konudaki fikri ve desteği çok önemliydi.

Meryem: Bu eşimin çocukluk hayaliymiş, buna engel olmak ya da onu etkilemek asla istemedim. Ona elimden geldiğince destek oldum. Benim de çok sevdiğim saygı duyduğum bir meslek olduğu için hayırlısını istedim hep.

Onur: Subay olabilmek için 2010 yılında müracaat ettim. Mülakatlar, yazılı sınav, sağlık raporu gibi aşamalardan sonra sınavları kazandım ve önce İzmir/Menteşe'te yaklaşık dört ay süren eğitim kampı, daha sonra da Ankara Kara Harp Okulunda eğitimlere devam ettim.

Meryem: Ben de KPSS ile öğretmen olmaya hak kazandım ve ilk görev yerim olarak Şanlıurfa/ Viranşehir ilçesine tayin oldum. İşlerimiz nedeniyle, Onur Ankara'da ben Şanlıurfa'da yaşamaya başladık. 2012 yılında konuyu ailelerimize açarak nişanlandık. Onur'un ailesi de Manisa'da olduğu için kısa sürede tanışıp kaynaştılar.

İki yılın sonunda 18 Mayıs 2014 tarihinde evlendik. Bu arada Onur'un İstanbul Tuzla Piyade Okulunda bir yıllık eğitim süreci başladı, ben de eş tayini ile Tuzla'da bir okulda göreve başladım.

2015 yılında ise, kızımız dün-yaya geldi. Kızım daha henüz 52 günlük iken Onur'un tayini Kars'a çıktı. Annem yanıma geldi ve bir yıl boyunca benimle birlikte kaldı. Kızımızın doğuştan sağlık sıkıntısı olduğu ve İstanbul'da tedavi imkanlar daha iyi olduğu için biz burada kalmaya devam ettik. Komşuluk ilişkilerimizde çok iyiydi. Komşularımızın çok destekleri oldu.

Ben öğretmenlik yapmaya devam ediyordum. Kızımız üç yaşına gelince kreşe başladı. Annem ara ara yanımıza geliyor, kalıyor bana destek oluyordu.

Onur: 2019 yılının Ocak ayında geçici görevle 41'nci Komando Tugay Komutanlığı emrine görevlendirildim. Mardin, Şanlıurfa, Şırnak, Silopi, Hakkari bölgelerinde 15 - 20 günlük aralıklarla arama tarama faaliyetlerine katılıyordum. Bölük komutanı olarak 41'nci Komando Tugay Komutanlığı emrinde altı ay görev yaptıktan sonra Hakkari/Yüksekova'ya Bölük Komutanı olarak tayinim çıktı. Kuzey Irak'ta Pençe-1, Pençe-2 ve daha birçok noktada operasyonlara katıldım.

Meryem: Bu dönemde ben ve kızım İstanbul'da yaşamaya devam ediyorduk. Kayınvalidem ve kayınpederim ile annem dönüşümlü olarak yanı-



ma geliyorlardı. Onur üç ya da dört ayda bir eve gelebiliyor, 15 gün kadar kalıp geri dönüyordu. Bazen birkaç gün hiç telefonla görüşemediğimiz, haber alamadığımız günler oluyordu.

Kızım büyüüp akli ermeye başladıkça, babasının yokluğunu daha çok hissetmeye başladı. Bir baba figürü arıyordu. Dedesine, dayısına baba demek istiyordu. Babasına özlem duyuyor, bu boşluğu da yakınlarındakilerle gidermeye çalışıyordu. Bana daha düşkün olmaya başlamıştı, ancak zamanla lojmanda başka arkadaşlarının da babalarının olmadığını, babasının mesleğinin gereği olarak bizden ayrı kaldığını ona anlattık. Ayrıca Bolu'da yaşayan psikolog kuzenim ile bu durumu kızıma en uygun şekilde kabul ettirdik.

Gazi olduğunuz olayı anlatabilir misiniz?

Onur; Olay, ne tesadüftür ki nikâh yıl dönümümüz olan 18 Mayıs 2020 tarihinde gerçekleşti. O sabah Irak'ın kuzeyinde EYP (el yapımı patlayıcı)'ya

basmam sonucu yaralandım. Helikopterle Yüksekova Devlet Hastanesi'ne götürüldüm. Bu arada yanıma gelen komutanlarıma "mümkünse hemen aileme haber vermemelerini, eşimi arayarak kendimin haber vermek istediğimi" söyledim. Çünkü eşim, ancak benim sesimi duyarsa rahat ederdi. Beş saatlik bir ameliyat sonrasında uyandığım da, komutanımdan telefonunu isteyerek, eşimi aradım, yaralandığımı, ama durumumun iyi olduğunu kendisine söyledim.

Eşinizin gazi olduğunu nasıl öğrendiniz? Sonrasında neler yaşadınız?

Meryem: Onur'la yaklaşık üç gündür haberleşemiyorduk. Komutanlarına ben haber vereceğim demiş, iyi ki de öyle yapmış. Çünkü her asker eşi bilir ki; eşiniz şehit olduysa haber vermeye evinize ambulans, doktor, komutanlar gelir. Eşiniz yaralıysa da yine evinize haber vermek ve destek olmak için bir ekip gelir. Bu biz asker eşlerinin en büyük korkulu rüyasıdır.

Haber geldiğinde; Manisa'da, annemlerin yanındaydım. Farklı bir numaradan arandım, telefonumu açtığımda Onur'un sesini duydum, bana; "sakin ol, telaşlanma, ben hastanedeyim, ama iyiyim" dedi. Sesini duymak güzeldi, ama yine de çok korkmuştum, ağabeyimin "metanetli ol, çok şükür yaşıyor, sesini duydun" gibi telkinlerinden sonra biraz rahatladım ve toparladım. Haber duyan tüm akrabalar, komşular koşup geldiler. Bu arada

eve ambulans ve komutanlarımız geldiler. Onları uzaktan görenler, Onur şehit oldu sanmışlar. Bu arada kızımı kuzenlerim alıp oradan uzaklaştırmışlar şükür ki; o hiçbir şeye şahit olmadı.

Onur, Yüksekova Devlet Hastanesi'nden ambulans uçakla, Gülhane Eğitim ve Araştırma Hastanesine getirildi. Bizde iki araba Manisa'dan Ankara'ya doğru yola çıktık. Pandemiden dolayı yasaklar vardı. Ama hem Kaymakamımız hem Garnizon Komutanımız sağ olsunlar bizler için her şeyi ayarladılar. Çok rahat bir şekilde Ankara'ya ulaştık.

Onur'u ilk röntgen çekilmeye götürülürken gördüm. Elini tuttum ve birlikte gittik, dört gün yoğun bakımda kaldı. Bizde Gülhane'nin misafirhanesinde kaldık.

Kızımıza ilk başta babasının biraz rahatsızlandığını, ama iyileşeceğini söylemiştik. Fakat babasının bacak ampütasyonu olduğunu nasıl söylememiz gerektiğini bilemedik. Bu aşamada Bolu'daki kuzenim kızımızı psikolojik olarak hazırladı ve olaydan 3 hafta sonra babasını ilk kez gördü.

Hem benim hem de eşimin ailesi hep yanımızdaydı. Bize çok destek oldular, onlar olmasa belki bu kadar güçlü duramazdım. Çocuğum için, eşim için hep güçlü olmak zorundayım. Çünkü onlara zorlukları belli etmemem gerekiyor, ama bazen dışarıdan başkaları "ne kadar güçlüsün" dediklerinde o kadar da güçlü değilim diye bağırarak geliyor içimden.



Gelecekle ilgili düşünceleriniz nedir?

Onur: Biz 3 Temmuz 2020 tarihinde rehabilitasyon merkezine geldik. Şu anda protez yapımı devam ediyor. Diğer bacağımda da sinir hasarı olduğu için, olayın üzerinden bir yılın geçmesi gerekiyormuş. İnşallah seneye Mayıs ayında kesin işlem için başvurumu yapacağım. Benim isteğim mesleğime geri dönmek. Çünkü ben işimi çok seviyorum. Kısmet olursa Tuzla Piyade Okulunda askerlik görevimi sürdürmek istiyorum.

Meryem: Biz asker eşlerinin işi gerçekten çok zor. Ama biz güçlü olmayı öğreniyoruz. Dik duruyoruz, çünkü asker eşi olmak çok büyük bir gurur. Bu öyle bir gurur ki her şeyin üstesinden gelme gücünü size veriyor. Yine olsa yine eşim asker olsun isterdim. Ben de Onur'un mesleğine geri dönmesini ve yine üniformasını giymesini istiyorum. İnşallah tedavimiz bitip, evimize dönüp, kaldığımız yerden hayatımıza devam edeceğiz.

Gaziler Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon, Eğitim ve Araştırma Hastanesine gelince; bu tesisi TSK Elele Vakfı'nın yaptığını ve Vakfın diğer hizmetlerini öğrendim. Bir eğitimci olarak, bütün çocukların (öğrencilerin) bu merkezi görmelerini, gelip gezmelerini tavsiye edeceğim. Önceden haberlerde duyardık "1 şehit 4 yaralı" var diye, işte şimdi o yaralı neymiş, ne kadar zor bir süreçmiş, ailesi, kendisi neler yaşamış öğrendim. Bu merkezin olması bizler için çok büyük bir şans. TSK Elele Vakfı'na böyle bir tesisi bizlere kazandırdığı için çok teşekkür ederim.

Onur: Bana rehabilitasyon merkezinden bahsetmişlerdi. Avrupa'da benzeri yok diye biraz abartıyorlar diye düşünmüştüm. Ama gelince gördüm ki gerçekten öyleymiş. Vakfın dergisi birliğe gelirdi. TSK Elele Vakfı'nı oradan biliyorum, ama yaptığı hizmetleri buraya gelince görme ve öğrenme şansımız oldu. Gerçekten çok kıymetli bir tesis, TSK'nın böyle bir vakfı olması bizim için bir kazanç. Vakfı kuranlardan Allah razı olsun, iyi ki böyle bir tesisi bizlere kazandırmışlar. İnsan ihtiyacı olup geldiğinde bunun kıymetini daha iyi anlıyor. Gazi arkadaşlarımız için her şey düşünülmüş, el sanatlarından spor alanlarına kadar burada sadece tedavi görmekle kalmayıp bu imkanlardan da yararlanıyorsunuz. Bizler için bunları düşünen hayata geçiren TSK Elele Vakfı'na çok teşekkür ediyorum iyi ki varsınız.



YENİ KORONAVİRÜS RİSKİNE KARŞI

#14 KURAL



Ellerinizi sık sık su ve sabun ile en az 20 saniye boyunca oarak yıkayın.



Öksürme veya hapşırma sırasında ağız ve burunu tek kullanımlık mendille kapatın, mendil yoksa dirseğin iç kısmını kullanın



Soğuk algınlığı belirtileri gösteren kişilerle aranıza en az 3-4 adım mesafe koyun



Yurt dışı seyahatlerinizi iptal edin ya da erteleyin



Bulduğunuz ortamları sık sık havalandırın



Kapı kolları, armatürler, lavabolar gibi sık kullandığınız yüzeyleri su ve deterjanla her gün temizleyin



Kıyafetlerinizi 60-90°C'de normal deterjanla yıkayın



Tokalaşma, sarılma gibi yakın temaslardan kaçınin



Ateş, öksürük, nefes darlığı gibi şikayetleriniz varsa, maske takarak bir sağlık kuruluşuna başvurun



Soğuk algınlığı belirtileriniz varsa yaşlılar ve kronik hastalarla temas etmeyin, maske takmadan dışarı çıkmayın



Ellerinizle gözlerinize, ağızınıza ve burnunuza dokunmayın



Hiçbir kişisel eşyanızı (havlu gibi gündelik eşyaları) ortak kullanmayın.



Yurt dışından dönüşte ilk 14 günü evinizde geçirin



Bol sıvı tüketin, dengeli beslenin, uyku düzeninize dikkat edin

Hüseyin ERAL / GAZİ



Bize kendinizi tanıtır mısınız?

1987 Eskişehir doğumluyum. Dört kardeşiz, üç ablam var. Ben beş yaşına geldiğimde Alanya'ya taşındık. İlkokula orada başladım, ancak dördüncü sınıfa geldiğimde babamın vefatı nedeniyle tekrar Eskişehir'e döndük. Geri kalan eğitimime Eskişehir'de devam ettim. Liseyi Sağlık Meslek Okulu'nda okudum. Daha sonra Anadolu Üniversitesi Büro Yönetimi Bölümünü kazandım, ancak dördüncü sınıfta ailevi nedenlerden dolayı tamamlayamadan okuldan ayrıldım.

Askerlik dönemim gelmişti, temel eğitimimi Yeni Foça C timinde Tim Çavuşu olarak tamamladım. Usta birliği için Iğdır'a gittim. Askerliğimin ortalarına doğru Uzman

Çavuş olmaya karar verdim. Zaten çocukluk hayalimdi. Rahmetli babam da hep "Seni asker olarak görmek isterim" derdi. Askerlik döneminde komutanlarımın da teşvikiyle Uzman Çavuş olabilmek için başvurumu yaptım. Gerekli sınav ve işlemlerden sonra gerekli eğitimlerimi tamamlayarak, Uzman Çavuş olarak 2011 yılında, Adıyaman Jandarma Özel Harekât Tabur Komutanlığı'nda göreve başladım.

Gazi olduğunuz olayı anlatır mısınız?

Askerlik mesleğine alışmıştım artık günler yoğun ama güzel geçiyordu, 2014 yılında Şırnak Jandarma Özel Harekât Tabur Komutanlığı'na atandım.

Olayın gerçekleştiği Ağustos 2016'da çıktığımız görevde; araziye çok iyi tanıdığımız için biz öncü olarak hareket ediyorduk. Yanımızda üç köy korucusu vardı. Sabaha karşı operasyon bölgesine geldik, gün ağarırken de yerlerimizi aldık. Komutanlarımız gece



teröristlerin sızma eylemine karşı hazırlıklı olmamız konusunda ikaz ederek; bizim için güvenli olacak bölgeye yerlerimizi değiştirmemizi emrettiler. Mayın detektörü ile kontrollü bir şekilde belirlenen yere geldik. En tecrübelilerden biri olduğum için en arkadan yürüyordum. Tuzak var mı diye kontroller yapıldı, tam o anda ayağa kalkmaya başlamamla ateş edilmesi bir oldu. Mevzi almaya çalıştım, ilk mermi yerden sekip ayağıma geldi. Yaralanınca o acıyla yere düştüm.

Teröristlerin attıkları mermiler sağa sola geliyordu, can havliyle dere yatağına yuvarlandım. Oradaki bir ağacın arkasına mevzii aldım. Çatışma durur gibi olduğu bir anda, timden iki arkadaş beni alıp güvenli bölgeye getirdi. Bir süre daha çatışma devam etti teröristler etkisiz hale getirildi.

Tedavi süreciniz Nasıl Geçti?

İlk müdahalem tabur revirinde yapıldıktan sonra Şırnak Devlet Hastanesine sevk edildim. Altı gün burada kaldım. Bu arada yaralanmamın hemen ardından polis memuru kuzenimin şehit olduğunu öğrendim, psikolojim iyice bozulmuştu. Bir an önce imkanı daha iyi olan bir yere gidip tedavimin başlamasını istiyordum.

Nihayet ambulans uçakla Ankara'ya gönderildim. Gülhane Eğitim ve Araştırma Hastanesine geldim.



Gülhane'de o gün beni karşılayan doktorlar olayın aciliyetini görünce, hemen tedaviye başladı. İlk ameliyatla parçalanmış kemiklerimi toplamaya çalıştılar. Ameliyat sonrası bir ay yattım. Sonra hava değişimine, ailemin yanına geldim. Dönüşte tekrar Gülhane'ye gittiğim de ayaklarımdaki demirleri çıkarttılar. Ağrılarım çoktu, leğen kemiğimden kemik alarak ayağımda eksik olan kemiğin yerine koydular. Fakat kemikler bir türlü kaynamıyordu. Dayanılmaz ağrılarım vardı. İlaç tedavisine başlandı. Bu tedavi iki yıl sürdü, ama hiçbir faydası olmadı. Anlık rahatlama sağlıyordu, sonra daha da artarak ağrım devam ediyordu. Doktorlar, 2019 yılında bacağımın kesilmesine karar verdi. Ampütasyon sonunda ağrılarım geçti.

Fizik tedavi görmek ve protez yaptırabilmek için Gaziler Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Eğitim ve Araştırma Hastanesi'ne sevk edildim. Buradaki doktorum bacağında biraz daha kısaltma yapmak gerekiyor, onun için seni ameliyata alacağız dedi. Hemen ameliyatımı

yaptı, şimdi fizik tedaviye başladık, protez de yapılıyor. Bu merkez, gaziler için çok büyük bir nimet. Buradaki tüm çalışanlar çok ilgili hepsine ayrı ayrı teşekkür ederim.



Gelecekle ilgili düşünceleriniz nedir?

Olaydan sonra Gazilik için evrak işlemlerine başladım. İşlemler ağır ilerledi, bir buçuk iki seneye yakın gazilik onayını bekledim. Bürokrasi yüzünden maaşım da kesildi. Bu arada Rehabilitasyon Merkezinde fizik tedavim devam etti, burada kaldım.

Gazi olduktan sonra iş hakkımı aldım. Muğla'ya iş için atandım, ama bir gazi için Ankara'da yaşamak daha kolay, imkanlar daha fazla. Özellikle bizim gibi insanların tedavi için sürekli buralarda olması gerekiyor.

Üniversite sınavlarına tekrar girdim hukuk/siyasal bilgiler bölümlerini kazanmak, hem çalışıp hem de okumak istiyorum. Amacım çok daha iyi yerlere gelmek, ülkeme hizmet etmek.

Bu arada özellikle kaldığım Ampute Kliniği'nde görev yapan tüm hemşire arkadaşlarıma ve sağlık ekibine, hastane çalışanlarına tekrar tekrar teşekkür etmek istiyorum. Özellikle pandemi sürecinde moral olarak bize çok destek oldular. Psikolojik olarak çok düşüş yaşadığımız günler oldu. Manevi desteklerini sağ olsunlar bizden hiç esirgemediler. Zor günlerde hep desteklerini hissettik. TSK Elele Vakfı biz gaziler için çok güzel bir tesis yapmış, emeği geçen herkese teşekkür ediyorum.



Hüseyin ÇELİK / GAZİ



Bize kendinizi tanıtır mısınız?

1987 yılında Isparta'da dünyaya gelmişim. Orta halli üç çocuklu bir ailenin ortanca ve tek erkek çocuğuyum. Babam memur, annem ise ev hanımı. Çocukluğum Isparta'da geçti. İlk, orta ve lise eğitimimi orada tamamladım. Güzel bir çocukluk geçirdiğimi söyleyebilirim.

Liseyi bitirdikten sonra askerlik zamanım gelmişti. Vatani görevimi 2009 yılında Jandarma er olarak,

temel eğitimimi Çanakkale Merkez'de almayı müteakip, usta birliğimi yine Çanakkale/Lapseki de tamamladım. Askerlik dönüşü Isparta'da Özel Güvenlik kursuna gittim. Özel Güvenlik Sertifikası aldım. İlk iş yerim olan Antalya/Tekirova'da bir otelde özel güvenlik elemanı olarak yaklaşık iki yıl görev yaptım.

Bu arada dayımın oğlu Uzman Çavuş idi. Askerlik görevimi yaparken de zaten bu mesleğe karşı olan ilgim ve sevgim

artmıştı. Onunda teşviki ile Uzman Çavuş olmak için müracaat ettim, sınava girdim ve başarılı oldum. Ankara'ya, üç ay sürecek olan kursa geldim. Gerekli eğitimleri tamamlayarak 2012 yılında, Çanakkale/Gelibolu'da Tankçı Uzman Çavuş olarak ilk görevime başladım.

Gelibolu'da üç yıl görev yaptıktan sonra, görevlendirme ile Hakkari/Yüksekova'ya gittim. Burada bir yıl merkezde, bir yıl da Kamışlı Karakolu'nda görev yaptım. Birçok operasyona katıldık. Görevlendirme bitiminde tekrar Gelibolu'ya geldim. Ancak 10 gün geçmeden tekrar yeni bir görevlendirme ile Şırnak/Silopi'ye gittim.

Buradan Hatay'a geçtik bir ay kadar hazırlıklarımız sürdü. Afrin Zeytindalı operasyonunda yer aldım. Altı ay boyunca burada görevli olarak bulundum. Çatışmalara katılıyor, çoğu gece hiç uyumuyorduk. Buradaki görevimiz bittikten sonra Mardin/Midyat ilçesine tayinim çıktı. Yaklaşık beş ay orada bulunduktan sonra Barış Pınarı Harekatı için Şanlıurfa 'ya geçtik.

Bu görevlendirmeler arasında 11 gün kadar memlekete gidip, bir süredir nişanlı olduğum eşim ile 2019 yılı Ağustos ayında evlendim.



Gazi olduğunuz olayı anlatabilir misiniz?

27 Kasım günü görev dönüşü, dinlenmeye geçtiğimiz saatlerde bir havan sesi duyduk. Her şey o kadar kısa bir sürede oldu ki; yere yatmaya bile fırsat olmadan, bulunduğumuz yerin 15-20 metre ilerisine havan mermisi düştü. Dışarıdan havan saldırısı düzenlemişlerdi. Ben mevziye kadar gittim, bu arada yüzümde çene bölgeme bir şey olmuştu, bir an çenem koptu sandım ve bağırmağa başladım. Sol arka kaburga ve dirseğim ile kolumda da bir gariplik vardı.

Hemen sağlıkçılar geldi, beni sedyeye koydular. Çadırda ilk müdahalem gerçekleşti, ambulansla Akçakale Devlet Hastanesine götürüldüm. Komutanlarım da yanımdaydılar, iki gün yoğun bakımda kaldım. Maalesef kendime geldiğimde olay anında yanımda olan arkadaşlarımdan Şevket TEKİN ve Davut Armağan KESKİN'nin şehit olduğu öğrendim. Ben

ve Halil İbrahim YAVUZ yaralı olarak kurtulmuştuk.

Tedavi süreciniz nasıl geçti?

Yaklaşık 10 gün kadar Şanlıurfa Devlet Hastanesinde kaldım. Bir ameliyat geçirdim, sonrasında ise ambulans uçakla Gülhane Eğitim ve Araştırma Hastanesi'ne, Ankara'ya sevk edildim. Parçalı kırıklarım olduğu için platin takıldı. Burada bir ameliyat daha geçirdim. Devamında fizik tedavi almam için, Gaziler Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Eğitim ve Araştırma Hastanesine sevk edildim. İlk olarak 2020 Ocak ayında T.C. Sağlık Bakanlığı Gaziler Fizik Tedavi



ve Rehabilitasyon Eğitim ve Araştırma Hastanesine geldim.

Gelecekle ilgili düşünceleriniz nedir?

Merkezden çok memnunum hava değişimi ile ara ara memlekete giderek tedavime burada devam ediliyor. Sınır hasarım olduğu için bir yılı tamamlamam gerekiyormuş. Kasım ayında kısmetse Gazilik işleri için başvuru yapacağım. Oradan çıkan sonuca göre de hayatıma yön vererek, geleceğimi planlamak istiyorum. Eşimle birlikte güzel sağlıklı bir gelecek kurmak istiyorum. Ama bir ömür boyu bir ayağımız bu tesiste olacak....

Bu tesis bizler için çok güzel bir imkan, emeği geçen herkese ve TSK Elele Vakfı'na çok teşekkür ederim. İyi ki varsınız...

Keşke bu tesislerin sayısı artsa, bizler gibi herkes şifa bulsa...

Bu arada Rehabilitasyon Merkezindeki tüm personele bizlere gösterdikleri ilgiden dolayı çok teşekkür ederim.

Bana bu imkanı sağladığınız için sizlere ayrıca tekrar teşekkür ediyorum.



Davut Armağan KESKİN

Şevket TEKİN



30 AĞUSTOS
ZAFER BAYRAMIMIZ
KUTLU OLSUN

BÜYÜK TAARRUZ

ve BAŞKOMUTAN

MEYDAN MUHAREBESİ

(26-30 Ağustos 1922)



Sakarya **Meydan**
Muharebesi'nden sonra kamuoyunda ve TBMM'de taarruz için sabırsızlıklar baş göstermiştir. Bu gelişmeler üzerine Mustafa Kemal Paşa, 6 Mart 1922'de Büyük Millet Meclisinin gizli bir toplantısında endişe ve huzursuzluk duyanlara "Ordumuzun kararı, taarruzdur. Fakat bu taarruzu tehir ediyoruz. Sebebi, hazırlığımızı tamamen bitirmeye biraz daha zaman lazımdır. Yarım hazırlıkla, yarım tedbirlerle yapılacak taarruz, hiç taarruz etmemekten çok daha kötüdür." diyerek bir taraftan zihinlerdeki şüpheyi bertaraf etmeye çalışırken diğer taraftan da orduyu son

zaferi sağlayacak bir taarruz için hazırlamıştır.

1922 yılının Haziran ayı ortalarında, Başkomutan Gazi Mustafa Kemal Paşa, taarruza geçme kararını almıştır. Asıl amaç; yok edici bir meydan savaşı yapmak, düşmanı çabuk ve kesin bir sonuç alacak şekilde vurmaktır. Büyük Taarruz ve bu taarruzu taçlandıran Başkomutan Meydan Muharebesi, Türk Kurtuluş Savaşı'nın son safhasını ve zirvesini teşkil etmiştir. Mustafa Kemal Paşa, 3 yıl 4 aylık süreçte Türk milletini ve ordusunu adım adım hedefe taşımıştır.

Batı Anadolu'yu Türk ordusuna

karşı savunmayı planlayan Yunan ordusu; Gemlik Körfezi'nden Bilecik, Eskişehir ve Afyon'un doğusu ile Menderes Nehri'ni takiben Ege Denizi'ne dayanan savunma hattını bir yıla yakın bir süre ile tahkim etmiştir. Özellikle Eskişehir ve Afyon bölgeleri gerek tahkimat gerekse birlik miktarı bakımından daha kuvvetli tutulmuş, hatta Afyon'un güneybatısındaki bölge birbiri gerisinde beş savunma hattı şeklinde tertiplenmiştir.

Hazırlanan Türk taarruz planına göre 1'inci Ordu kuvvetleri, Afyon'un güneybatısından kuzeye doğru taarruza geçtiğinde Afyon'un doğusu ve



Kocatepe, Afyonkarahisar, 26 Ağustos 1922.

kuzeyinde bulunan 2'nci Ordu kuvvetleri de taarruzla kesin sonuç almak istediğimiz 1'inci Ordu bölgesine düşmanın kuvvet kaydırmasına engel olacak ve Döğer bölgesinde bulunan düşman ihtiyatlarını kendi üzerine çekmeye çalışacaktır. Süvari Kolordusu da Ahır Dağları'ndan aşarak düşmanın yan ve gerilerine taarruz ederek düşmanın İzmir'le telgraf ve demir yolu irtibatını kesecektir. Baskın prensibi ile Yunan ordusunun imhasının gerçekleşmesi düşünülmüştür.

İki ordunun insan ve tüfek yönünden aşağı yukarı birbirine denk olmasına karşın makineli tüfek, top, uçak ve özellikle motorlu araçlar yönünden üstünlük Yunan ordusunda idi. Yalnız süvari (kılıç) olarak Türk ordusu üstünlüğe sahipti. Bir taarruz ve özellikle de takip harekâtında tank ve motorlu araçların bulunmadığı o zamanki savaşlarda, süvarinin oynayacağı rolün çok önemli olduğu yadsınamaz bir gerçektir. Mustafa Kemal Paşa, 19 Ağustos 1922'de

Ankara'dan Akşehir'e giderek 26 Ağustos 1922 Cumartesi sabahı düşmana taarruz emrini vermiştir.

26 Ağustos sabahı Başkomutan Mustafa Kemal Paşa, yanında Genelkurmay Başkanı Fevzi Paşa ve Batı Cephesi Komutanı İsmet Paşa ile birlikte muharebeyi idare etmek üzere Kocatepe'deki yerini almıştır. Büyük Taarruz burada başlamış, topçuların sabah saat 04.30'da taciz ateşi ile başlayan harekât, saat 05.00'te önemli noktalara yoğun topçu ateşi ile devam etmiştir.



Kocatepe, Afyonkarahisar, 26 Ağustos 1922.

Piyadeler, sabah 06.00'da Tınaztepe'ye hücum mesafesine yaklaşarak tel örgüleri aşip Yunan askerini süngü hücumu ile temizledikten sonra Tınaztepe'yi ele geçirmiştir. Bundan sonra saat 09.00'da Belentepe, daha sonra Kalecik-Sivrisi düşmandan temizlenmiştir. Taarruzun birinci günü, siklet merkezindeki 1'inci Ordu Birlikleri, Büyük Kaleciktepe'den Çiğiltepe'ye kadar on beş kilometrelik bir bölgede düşmanın birinci hat mevzilerini ele geçirmiştir. 5'inci Süvari Kolordusu düşman gerilerindeki ulaştırma kollarına başarılı taarruzlarda bulunmuş, 2'nci Ordu da cephede tespit görevini aksatmadan sürdürmüştür.

27 Ağustos Pazar sabahı gün ağarırken Türk ordusu bütün cephelerde yeniden taarruza geçmiş, bu taarruzlar çoğunlukla süngü hücumlarıyla ve insanüstü çabalarla gerçekleştirilmiştir. Afyon kurtuluşun şanlı ve şerefli müjdesi olmuş, Başkomutanlık Karargâhı ile Batı Cephesi

Komutanlığı Karargâhı Afyon'a taşınmıştır.

Sabah saat 05.30'da topçu ateşiyle Büyük Taarruz'un başlaması, 28 Ağustos Pazartesi ve 29 Ağustos Salı günleri başarılı geçen taarruz harekâtı, düşmanın 5'inci Tümeninin çevrilmesi ile sonuçlanmıştır. 29 Ağustos gecesi durum değerlendirilmesi yapan komutanlar, hemen harekete geçerek muharebenin süratle sonuçlandırılmasını gerekli bulmuşlardır. Düşmanın çekilme yollarının kesilmesi ve düşmanı çarpışmaya zorlayarak tamamen teslim olmalarını sağlama yolunda karar almışlar, karar süratli ve düzenli bir şekilde uygulanmıştır. 30 Ağustos 1922 Çarşamba günü taarruz harekâtı, Türk ordusunun kesin zaferi ile sonuçlanmıştır. Büyük Taarruz'un son safhası Türk askerî tarihine Başkomutan Meydan Muharebesi olarak geçmiştir.

30 Ağustos 1922 Başkomutan Meydan Muharebesi sonunda, düşman ordusunun büyük kısmı dört taraftan sarılarak Gazi Mustafa Kemal Paşa'nın ateş hatları arasında, bizzat Zafertepe'den idare ettiği savaşta, tamamen yok edilmiş veya esir edilmiştir. Anadolu'daki Yunan kuvvetlerinin yarısı imha veya esir edilmiş, kalan bölümü ise üç grup halinde çekilmiştir. Bu durum karşısında Çalköy'de yıkık bir evin avlusu içinde Gazi Mustafa Kemal Paşa, Yunan ordusunu takip etmesi için Türk ordusuna o tarihi "**Ordular, ilk hedefiniz Akdeniz'dir. İleri!**" emrini vermiştir.

Takip Harekâtı ve Zafer

1 Eylül 1922'de Türk ordusunun takip harekâtı başlamıştır. Muharebelere kurtulan Yunanlar İzmir'e, Dikili'ye ve Mudanya'ya doğru kaçmaya başlamışlardır.

Türk ordusu bu muharebe neticesinde **9 Eylül 1922** sabahı İzmir'e girmiştir. Sabuncubeli'nden geçen 2'nci Süvari Tümeni, Mersinli yolu ile İzmir'e doğru akarken bunun solunda 1'inci Tümen de Kadifekale'ye doğru yürümüştür. Bu Tümenin 2'nci Alayı, Tuzluoğlu Fabrikasından geçerek Kordonboyu'na ulaşmıştır. Yüzbaşı Şeref Bey Hükümet Konağına, 5'inci Süvari Tümenimizin öncüsü Yüzbaşı Zeki Bey Kumandanlık Dairesine ve 4'üncü Alay Komutanı Reşat Bey'de Kadifekale'ye bayrağımızı çekmişlerdir.

9 Eylül 1922'de İzmir, 11 Eylül'de Bursa ve 18 Eylül'de de Batı Anadolu düşman işgalinden kurtarılmıştır. 11 Ekim 1922'de imzalanan Mudanya Ateşkes Anlaşması ile Doğu Trakya, silahlı çatışma olmadan Yunan askerinden arındırılmıştır. 24 Temmuz 1923'te imzalanan Lozan Barış Antlaşması ile Türkiye bağımsızlığını tüm dünyaya kabul ettirmiştir.

Türk milletinin vatan sevgisinin, yıkılmaz azim ve iradesinin bir eseri olarak ortaya çıkan bu zaferle sadece vatan toprakları düşmandan kurtarılmamış, Büyük Önder ATATÜRK'ün li-



derliğinde, ulus iradesine ve egemenliğine dayanan bağımsız Türkiye Cumhuriyeti'nin sağlam temeller üzerinde kuruluş süreci başlatılmış ve **29 Ekim 1923'te Cumhuriyet** ilan edilmiştir.

Büyük Zafer'den iki yıl sonra Mustafa Kemal Paşa, Başkomutan Meydan Muharebesi'ni sevk ve idare ettiği Zafertepe'de 30 Ağustos 1924 tarihinde Büyük Zafer'in önemini şu şekilde ifade etmiştir. "... **Hiç şüphe etmemelidir ki yeni Türk devletinin, genç Türkiye Cumhuriyeti'nin temelleri burada atıldı. Ebedî hayatı burada taçlandırıldı. Bu sahada akan Türk kanları, bu semada uçuşan şehit ruhları, devlet ve cumhuriyetimizin ebedî muhafızlarıdır...**"

Mustafa Kemal ATATÜRK'ün engin ileri görüşlülüğüyle kurulan Cumhuriyet, ulusal egemenliğe dayanan yönetim biçimi olmasının yanı sıra kapsamlı bir aydınlanma ve çağdaşlaşma atılımıdır. Cumhuriyet'le birlikte hayata geçirilen devrimler, ulusumuza çağdaş bir yaşamın kapılarını açmış; laik ve demokratik Cumhuriyet'e sahip olmanın onurunu yaşatmıştır.

Kaynak: http://www.ata.tsk.tr/01_hayati/milli_mucadele_donemi.html



Dumlupınar Şehitliği-Baba Oğul Anıtı

1912 yılında daha oğlu Mehmet 8 yaşında iken Balkan Savaşı'na katılmak için köyünden ayrılan, daha sonra sırasıyla Galiçya, Hicaz, Yemen, Kafkasya'da 11 yıl cepheden cepheye koşarak çarpışan, Çetmili Kara Ali Çavuş (Çetmi, Konya'nın Beyşehir ilçesine bağlı bir kasabadır. Günümüzde Akçabelen Mahallesi olarak geçer.) ve oğlu Onbaşı Mehmet'in muhteşem destanını sembolize eder.

Çetmili Kara Ali Çavuş, Anadolu'da milli mücadele başlayınca, Doğu Cephesi'nden Kurtuluş Savaşı'na koşmuş, Başkomutan Meydan Muharebesi'nde 19 yaşındaki Alay Sancaktarı Mehmet Onbaşı ile karşılaşmıştır. Mehmet Onbaşı, onun 11 yıl önce bırakıp gittiği oğludur. Bu büyük asker, 31 Ağustos 1922 günü, 11 yıl sonra kavuşabildiği oğlunun kollarında şehit düşmüştür.

Oğlu kahraman Onbaşı Mehmet de 9 Eylül 1922 günü İzmir'e giren birliğin başında şehit olmuştur.

Kaynak: İl Kültür ve Turizm Müd.,
Kütahya Tanıtım Broşürü

Bugün 26 Ağustos...

Gece sabaha kavuştuğunda, ayaza kesti Afyon ovası. Alacakaranlıkta dağlar, gözlerde belirirken ova da çit çıkmıyordu...

37.687 atın üstündeki süvarilerimiz, ölüme dörtlüye koşacak can yoldaşlarının yelelerini okşuyor, sessizce dualar okuyordu...

131.409 yaya askerimiz, yere çömelmiş, biraz sonra kopacak kıyamette mutlak zafere ulaşmak için koşacakları yüzlerce kilometreyi düşünmeden sessizce gelecek emri bekliyorlardı...

8.658 subay birliklerinin başlarında, elleri kılıçlarının kabzasında, biraz sonra hücum diye bağırduklarında ölüme arkalarından uçarcasına koşacak askerlerinin başında zafere kadar ölüm emrini bekliyorlardı...

Topların batıya, ufka çevrilen namluları buz kesmişti zafer alevinden önce.

Afyon ovasında bir dev sessizce nefes alıyordu.

Tek duyulan karıncaların sabah telaşının sesiydi. Ova da çit çıkmıyordu.

Saat 04.45

“Hakkınızı helal ediniz” dedi mavi gözlü dev Mustafa Kemal, çok kısık sesle süvarilerin komutanı zaferin kahramanlarından Fahrettin Altay'a.

Kulaktan kulağa 200.000 kişiye sessizce ve saniyeler içinde ulaştı ve cevabı aynı hızda kulaktan kulağa geri döndü **“helal olsun”**

Beyaz at, koca ordunun önüne iki adım çıktı.

Tüm ova ayağa kalktı, metal sesleri, at kişnemelerine karıştı ova nefesini bırakmıştı.

Beyaz atın süvarisi önünden geçen birlikleri selamlayarak izledi.

Eyerde dikildi, kılıcını kınından çıkarttı, **“ordular ilk hedefiniz Akdeniz'dir ileri”** sesi ovayı kapladı.

Mavi gözlü dev Başkomutan Mustafa Kemal, **“ya istiklal ya ölüm”** demişti.

Ova şaha kalktı,

Süvariler yalın kılıç atıldılar, nihai hedef İzmir'di.

Ovadan yükselen toz, süngüleri alacakaranlığı delen binlerin ölümsüzlüğü idi.

Bugün 26 Ağustos,

Büyük taaruzun başladığı,

Cumhuriyetin temellerinin atıldığı gün.

14 gün süren amansız mücadelenin başladığı, yok olmayla var olmanın bıçak sırtında olduğu gün, bugün.

Bizler, buruk dönerken yanık tenler ve tatlı yorgunlukla Akdeniz ve Ege'den konvoylarla, tam da geçtiğimiz yerlerde,

yer gökle birleşmiş,

“ya istiklal ya ölüm” deniyordu.

O gün kavurucu sıcak altında zafere koşan on binleri bir an düşünün yeter.

Bağımsızlığımızın temeli olan bu büyük zafer için başta Başkomutan Mustafa Kemal Atatürk ile silah arkadaşlarına minnet ve şükranlarımızı sunarız.

Kaynak: Derlemedir.



Doç. Dr. Gökhan ÖZTÜRK
Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Uzmanı

CEP TELEFONUNUN UYGUNSUZ KULLANIMININ “SAĞLIK ÜZERİNE” OLUMSUZ ETKİLERİ

Cep telefonu kullanmanın fizyolojimize verdiği zararları iki aşamada değerlendirebiliriz. Birincisi, radyasyonun vücutta verdiği zararları göz önüne getirebiliriz. Özellikle radyasyonun hücreler üzerinde toksik etkilerini düşünürsek aşırı miktarda cep telefonu kullanımının birçok hücremize zararlar verdiğini söyleyebiliriz.

Bir diğeri ise uzun süreli ve yanlış kullanıma bağlı olan kas-iskelet sistemi hastalıkları ile ilgili diğer zararlardır. Cep telefonu kullanırken dikkat etmediğimiz postür bozukluğu (duruş bozuklukları) ve cep telefonunun fazla kullanılmasına bağlı elde, özellikle de parmak tendonlarında olan zorlanma ve yaralanmaların uzun dönemde yapacağı el, kol, omuz ve boyun ağrıları en

önemli zararlı etkiler olarak sıralanabilir.

Cep telefonu kullanımı sırasında boynun öne doğru aşırı eğilmesi, boyunda bulunan omurlara aşırı yük binmesine neden oluyor. Cep telefonu kullanırken boynun açısı normal değerler olan 0-15 derece arasındayken boyna etki eden toplam kuvvetin büyüklüğü ortalama 4,5-5 kg iken, öne doğru eğilme arttıkça boyuna etki eden kuvvet her 15 derece artış için neredeyse iki katına çıkar. Bir diğer deyişle telefon kullanımı esnasında boynumuzu öne doğru 60 derecelik bir açı ile eğmemiz demek; boyun kaslarına binen normal kuvvetin yaklaşık dört katına çıkması anlamına gelir. Bu durumda özellikle boyun kaslarında tutulmalara, ağrılara ve





hareket kısıtlılıklarına yol açar. Uzun dönemde ise boyun düzleşmesi ve fitik oluşumuna yol açabilir. Bunlardan anlaşılacağı üzere, cep telefonu kullanımında zararlı olan sadece telefonla konuşmak değil, telefon elimizde baş önümüzde bir şeyler okumak, sürekli video izlemek gibi aktiviteler de postür bozukluğuna yol açarak hastalık gelişiminde rol oynar. Aynı şekilde uzun süre bilgisayar kullanımı, uzun süre televizyon seyretmek, uzun süre hareketsiz kalmak, bunlar sadece boyunu değil bel fitiği ve eklem rahatsızlıkları için de önemli tetikleyici faktörlerdir.

Boyun kasları üzerine olan etkiler sadece boyun bölgesini değil vücudun diğer bölgelerini de olumsuz olarak etkiler. Vücut bir bütündür, birbirinden bağımsız organlar topluluğu değildir. Sonuçta, vücudun bir yerinde bir etkilenme olduğu zaman başka bir yerinde bunu tolere edebilmek için bir takım

değişiklikler oluyor. Skolyoz dediğimiz bir rahatsızlık vardır. Skolyoz omurgada eğiklik olarak tanımlanır.

İnsan omurgası; ayakta dik durabilmek üzere yaratılmıştır, vücudun ağırlık merkezini dik durabilmek için her zaman belirli bir çizgide ve ortada tutmak ister. Vücudun bir yerinde, örneğin boyunda, mekanik bir bozukluk olduğu zaman bu bozukluğu dengelemek için omurganın diğer kısımlarında, yani sırt ve belde de, mekanik bozukluklar olur. Yani yukarıda bir hasar olduğu zaman aşağısı da etkilenir. Bu bozukluklar da, skolyoz olarak tanımladığımız omurga eğriliği olarak sıklıkla karşımıza çıkar. Skolyoz, özellikle son dönemlerde gençler arasında cep telefonu, bilgisayar, tablet gibi cihazların uzun süreli ve uygun olmayan postürde kullanılmasına bağlı olarak yaygın bir şekilde görülmeye başlanmıştır. Maalesef genç yaşlarda düzel-

tilmeyen bu bozukluklar, ileri yaşlarda daha büyük sorunlarla kendisini gösterecektir.

Benzer şekilde boyun kaslarındaki dengesizlikler, bu bölge ile yakın komşuluğu olan baş boyun bölgesini de olumsuz olarak etkiler. Özellikle boyun bölgesi kaslarının çene ile yakın ilişkisi, bu problemler çene kaslarında etkilenmelere yol açar. Bunun sonucunda özellikle çene kaslarında kasılma, gece dişleri sıkma ileri dönemde çeşitli diş hastalıkları oluşumuna sebep olabilir. Ek olarak, boynun arka tarafındaki kaslar da spazma bağlı şiddetli ve tedaviye dirençli baş ağrıları sıklıkla görülebilmektedir. Bu baş ağrıları, çoğu zaman migren ağrısı ile de karıştırılabilmektedir. Şiddetli baş ağrıları, varlığında uzun süreli uygunsuz postürde durma ve özellikle uygunsuz pozisyonda cep telefonu kullanımı varlığı gözden geçirilmeli, uygun tedbirler alınmalıdır.

Bunlara ek olarak, unutulması gereken bir diğer durumda; vücudumuzda çeşitli hareket kalıplarının varlığı ve bu hareket kalıpları aracılığı ile tüm vücut bölgelerinin birbiri ile ilişkili olabileceğidir. Örneğin kolumuzda, elimizdeki kasların direk boynumuzdaki kaslarla, boynumuzdaki bu kasların direk ayak tabanındaki kaslarla ilişkili olduğu gösterilmiştir. Bu nedenle, uygunsuz cep telefonu kullanımı boyun kaslarında etkilenmeye yol açtığı zaman sadece boyun ve komşuluğundaki bölgeler de değil kalça, bacak ve ayaklar da bile sorunlara yol açar. Bu

sorunlara her zaman direkt olarak yol açmasa bile bu bölgelerde bir problem varlığında semptom şiddetinin artmasına neden olabileceği göz önünde bulundurulmalıdır.

Daha önce de bahsedildiği gibi en önemli konulardan birisi; özellikle cep telefonu kullanımının çocuklar arasında yaygınlaşmasıdır. Kas iskelet sistemi özellikle çocukluk yaşlarında gelişir. Bu dönemde oluşacak hatalı gelişimler gelecek yaşantılarında son derece önemli problemlere yol açar. Kas-iskelet sistemini oluşturan kemik ve kas yapıları bağ dokusu tarafından desteklenir. Vücudumuzun ve bağ dokusunun %60-75 oranlarında sudan oluştuğunu bilmekteyiz. Son zamanlarda çok konuşulan konulardan biri de suyun belli bir hafızaya sahip olmasıdır. Dolayısıyla vücudumuzdaki kas iskelet sistemini saran bu bağ dokunun da bir hafızası vardır. Bu hafıza ne demek? Siz belli bir şeye alıştıysanız, vücudun artık onu değiştirmesi çok zor. Belli bir duruşa alıştıysanız onu değiştirmeniz çok zor. Eğer uzun süreli kötü postürde oturmaya alıştıysanız oturuşunuzu değiştirmeniz uzun bir zaman alacaktır. Vücut artık bu oturma şeklini hafızaya atar ve bu işlemlerle uğraşmadığınız halde vücut o şekilde oturmaya devam eder. Çocuklarımıza iki-üç yaşından itibaren postür bozucu bir şekilde telefonu ve tableti alıştırsak uygunsuz postür ve kas iskelet sistemi hastalıkları çocukluk çağından itibaren olumsuz etkilerini gösterir. Bu



bahsettiğimiz hafızadan dolayı da uzun dönemde düzeltilmesi çok zor olan durumlar ortaya çıkar. İşte çocuklarımızda bu postür bozuklukları, daha erken yaşta ortaya çıkarsa daha sağlıksız bir büyüme, büyürken çeşitli yürüyüş bozuklukları, bel-boyun ağrıları, diz ağrısı vs. görülmektedir. Ayrıca kaslardaki dengesizlik ve aşırı yüklenmeler çocukluk çağından itibaren uzun süreli olduğunda, kas iskelet sistemi hastalıklarının yanı sıra organ yetmezliği gibi (karaciğer yet-

mezliği, akciğerlerdeki hasarlar gibi) birçok hastalığa da davetiye çıkarır ve oluşumunu kolaylaştırır. Özellikle boynun ön tarafındaki kaslarda aşırı spazm oluşmasının diyafram üzerine ve dolayısı ile akciğerler üzerine olumsuz etkileri olacağı unutulmamalıdır. Bu tip rahatsızlıklar, hızlı hızlı ve yüzeysel nefes alıp vermelerine neden olur. Bu durumda, vücutta oksijenin uygun olarak kullanılamamasına ve tüm vücut dokularında toksik etkilerin daha yüksek oranda görülebilmesine yol açar.

Duruş bozukluklarının, ruh sağlığı üzerine etkileri de bilinmelidir. Sağlıklı olmak, hasta olmamak olarak değil, bedensel, ruhsal ve sosyal açılarından iyilik halinin var olması olarak tanımlanır. Bu üç durum, sürekli olarak birbirlerine etki eder. Örneğin, sosyal hayatımızdaki problemler ruh ve beden sağlığımızı da etkileyebilir. Bunun tersi durumda geçerlidir. Çeşitli ruhsal ve sosyal rahatsızlıkların beden sağlığı ve kas iskelet sistemi üzerine de-





ğişik oranlarda etki gösterdiği bilinmektedir. Örneğin, hayatın yükünü omuzlarında hisseden insanların boyun bölgesindeki kaslarındaki spazmlar daha fazla görülür. Ya da iş yerindeki zihinsel yoğunluğa bağlı bel ağrıları çok fazla görülebilir. Bunun tersi durumda, yani duruş bozukluğu varlığı da ruhsal ve sosyal sağlığı etkileyebilir. Uygunsuz postürde uzun süreli cep telefonu kullananlarda boyun öne doğru yer değiştirir, omuz başlarında içeri ve öne doğru rotasyon olur. Bu tip duruş bozukluğu olan insanlar, ruhsal açıdan içine kapanık, sosyal anlamda iletişim kurmayı sevmeyen ve ileri dönemde iletişim kurma becerisini yitiren kişiler olarak karşımıza çıkabilirler. İşte bu nedenlerle, çocukluk çağından itibaren bunların aşırı kullanımın engellenmesi, engellenemiyorsa da uygun postürde kullanımının teşvik edilmesi, gelecek nesillerin toplum sağlığı açısından da son derece önem arz eder.

Günlük yaşantımızda basit önlemler ve egzersizler ile bu saydığımız rahatsızlıkların bir çoğundan korunabiliriz. Postür için önlemler şu şekilde sıralanabilir;

- Otururken kalçanın mutlaka sandalyeye tam olarak yerleştirilmesi sağlanmalı,
- Yine otururken kulak memesi, omuz, kalça, dizler ve ayak bileğinin aynı hat üzerinde oldu-

ğundan emin olunmalı, vücudun ağırlığını sağ ve sol tarafa eşit dağıtmaya dikkat edilmeli,

- Uzun süreli cep telefonu kullanılacaksa postüre dikkat edilmeli, boyun öne ve aşağı doğru eğilmemeli, mümkünse telefon göz hizasına getirilmeli boynun normal duruşu korunmalı,
- Günlük germe ve esneme egzersizleri yapılmalıdır.

Egzersizlerle ilgili akıldan çıkarılmaması gereken en önemli husus, herkesin kas iskelet sistemi yapısının kişiye özgü ve farklı olduğu, bu nedenle egzersiz programının kişiye özgü düzenlenmesi gerektiğidir. Bir kişiye iyi gelen egzersizin bir başkasında olumsuz sonuçlar ortaya çıkarabileceği unutulmamalıdır. Özellikle ağrı gibi problemlerin varlığında egzersiz düzenlenmesi, alanında uzman hekim muayenesi ile planlanmalıdır.

Sağlıklı günler dileğimizle.





Mustafa SUNGUR

TSK Elele Vakfı

Özel Eğitim ve Reh.Mrk.

Klinik Psikolog

PANDEMİ DÖNEMİ

PSİKOLOJİK SAĞLAMLIĞIN KORUNMASI VE NORMALLEŞME SÜRECİNE UYUMLU GEÇİŞ

Yaşamımızda beklenmedik şekilde ortaya çıkan, tüm günlük yaşam alışkanlıklarımızda değişikliklere neden olan ve uzun süren durumlar; kontrol algımızı azalttığı ve öngörme becerilerimizi zayıflattığı için kaygılı hissetmemize neden olabilmektedir. Pandemi dönemi de bunun gibi yaşamımızda ciddi değişimlere neden olan bir dönem olarak değerlendirilebilir. Pandemiyle birlikte birçok kişinin günlük yaşamında değişimler ortaya çıktı. İş yaşamı, aile ile ilişkiler, sosyal yaşam, eğitim faaliyetleri ve hatta sağlıkla ilgili birçok hizmet; daha önce tecrübe etmediğimiz bir biçimde değişime uğradı. Tüm bu değişimlere uyum sağlamanın ötesinde; normalleşmenin zamanını kestirememekte birçok kişide kaygılı, tahammülsüz bir duygu durumu tetikledi.

Pandemi dönemlerinde ruh sağlığımızı korumak ve süreci duygusal sosyal ve fiziksel açıdan sağlıklı geçirebilmek için bir takım önlemler almak önemlidir. Bu gibi dönemlerde ruh sağlığını bütüncül olarak korumak ve güçlendirmek için; öncelikle fiziksel sağlığı ön planda tutmak gereklidir. Sağlıklı beslenmek, uyku düzenini bozmamak, her gün fiziksel egzersiz yapmak ve zararlı alışkanlıkları azaltmak bu noktada oldukça önemlidir.

Bunlara ek olarak, olumsuz duygulardan uzaklaşmak için düşüncelerimizi olumlu ve kontrol edilebilir alanlara yönlendirmek önemlidir. Cevabı olmayan sorular (pandemi ne zaman biter, sevdiğimiz hastalığa yakalanır mı vb.), kendi kontrol alanımızın dışındaki alanlarla ilgili olumsuz dü-

şünceler (dünya bu hastalıktan kurtulamayacak, hiçbir şey eskisi gibi güzel olmayacak vb.), kaygılı ve depresif duygularımızı artırabilmektedir. Bu nedenle bakış açımızı kısa vadeli planların olduğu, kontrol edebileceğimiz alanlarda pozitif bir yöne çevirmemiz yararlı olacaktır.

Günlük yeni alışkanlıkların oluşturulması ruh sağlığımızı güçlü tutan başka bir etkidir. Yaşam alışkanlıklarıyla güvende ve tahmin edilebilir algılanmaktadır. Alışkanlıklar oluşturulurken günlük ve haftalık planlar yapmak, bu planlamaları spor, eğitim, sosyal ilişkiler, hobiler ve fiziksel sağlıkla ilgili yapılacak çerçevesinde oluşturmak önemlidir.

Ruhsal olarak bizi dengeleyen diğer bir alan ise sosyal ilişkilerimizdir. Bu dönemlerde

arkadaş ve yakınlarla iletişim mutlaka sürdürülmelidir. Yine yardım davranışları psikolojik olarak güçlü hissettiren davranışlardır. Yardım etmek, birlikte bir sosyal sorumluluk projesi yürütmekten; arkadaş ve yakınlarınızla destekleyici, yol gösterici iletişimler kurmaya kadar uzanan geniş bir alanı kapsar.

Pandemi Döneminde Çocukların Psikolojik Sağlamlığının Korunması

Pandemi döneminde özellikle bireylerin; fiziksel ve ruhsal sağlıklılıklarını sürdürebilmeleri için öncelikle yaşanan durumu doğru algılamalarını sağlamak önemlidir. Bu nedenle salgının ne olduğu, bulaşıcılığı, korunma yolları gibi konular bireyin zihinsel düzeyi ve yaşı dikkate alınarak açıklanmalıdır.

Beş yaş ve altındaki çocuklar, dünyada kötü bir şeyin olduğunu henüz anlayamazlar ancak anne baba ve bakıcılarının üzüntü, stres ve kaygılarını fark ederler. Ebeveynleriyle birlikte benzer duygular yaşamaya ve göstermeye başlayabilirler. Bu dönemdeki çocuklar ayrıca, nedensiz yere ağlama, diğer insanlardan çekinmeye başlama oyun oynamama ya da önceden keyif aldıkları aktivitelerden uzaklaşma vb. gibi farklı davranışlar sergileyebilirler.

6-11 yaşlarındaki çocuklar salgının ne olduğunu ve insanları nasıl etkilediğini çeşitli yönleriyle somut düzeyde anlayabilirler. Bu nedenle kendilerinin ya da aile üyelerinden birinin zarar görebileceğine yönelik yoğun endişe yaşayabilirler.



Bazı çocuklar herhangi bir neden olmaksızın öfkelenebilir ve saldırganca davranabilirler. Bazı çocukların becerilerinde gerileme olabilir ve ebeveynlerinin kendilerine yemek yedirmesini ya da kıyafetlerini giydirmesini isteyebilirler yetişkinlerin kendileriyle daha sık ilgilenmesi için ısrarcı olabilirler.

12-18 yaş arasındaki ergenler, içinde buldukları gelişimsel dönem nedeniyle, bazı fiziksel ve duygusal değişimler geçirirler. Bu dönemde, salgına dair kaygı ile başa çıkmak zor olabilir. Yaşça daha büyük ergenler kendilerine ve ebeveynlerine karşı hiç stres ve kaygı hissetmiyormuş gibi davranabilirler. Sorulara alışıldık bir şekilde sadece 'iyiyim' diyerek yanıt verebilirler, hatta üzülüklerinde bile sessiz kalabilirler. Bazı ergenler fiziksel ağrı ya da sancılardan şikâyet edebilirler. Çünkü kendilerini duygusal olarak gerçekten neyin rahatsız ettiğini belirleyemezler. Ayrıca salgın endişesi nedeniyle bazı fiziksel sıkıntıları yaşayabilirler. Bazıları ise evde ya da sosyal ortamlarda kurallara uymakta çeşitli sorunlar yaşayabilirler.

Çocuklara pandemi anlatılırken; kısa, fazla ayrıntıdan uzak ve daha çok korunma yollarının ön plana çıkarılması önemlidir. Hastalıkla ilgili fazla ayrıntı vermek, hastalığın tehlikeli ve kontrolsüz yanlarını anlatmak kaygılarını arttırabilir. Bu nedenle, hastalıktan korunmanın kolay yolları anlatılarak çocukların kontrol algısı güçlendirilmeli ve kaygıları azaltılmalıdır. Örneğin; ellerimizi yıkayıp, maskemizi takınca güvendeyiz ve güçlüyüz benzeri açıklamalar bu yaş için uygun olacaktır. Sevdiği şarkıyı söylerken ellerini yıkamak, iyi uyumak, düzenli beslenmek gibi önlemlerden söz ederek güçlü yanlarını fark etmesini sağlamak önemlidir. Yine çocuğun merak ettiği her konuyu anlatmasına izin vermek, duygularını ortaya koymasına fırsat vermek ve duygularını anladığınızı çocuğa hissettirmek oldukça önemlidir. Çocuklar hastalıkla ilgili korku, kaygı yaşayabilirler, ağlama ve öfke nöbetleri yaşayabilirler. Bu durumlarda yetişkinin sakin ve anlayışlı tavrı çocuğu iyi hissettirecektir.

Tüm çocuklarla konuşurken öncelikle kendi kaygınızı kontrol etmeye çalışın ve bunu çocuğunuza yansıtmadığınızdan emin olun. Sakin bir ses tonu ile çocuğun göz hizasına gelerek onunla uygun bir ortamda konuşun. Çünkü siz, çok kaygılı olduğunuzda çocuğunuz da sizinle birlikte kaygılanacak ve bu durum onun için korkutucu olacaktır.

Çocuğunuzun konuya dair ne bildiğini öğrenin. Size bildiklerini anlatmasına izin verin. Çocuğun bilmek istediği kadar

ona bilgi verin, Çocuğun yaşına ve zihinsel düzeyine uygun bilgi vermek önemlidir. Sormadığı detayları anlatmayın. Çocuğun sorduğu sorunun cevabını bilmiyorsanız bunu açıkça ifade edin. Cevabı öğrendiğinizde onunla paylaşacağınızı söyleyin. Çocuğun bu konuya dair duygularını ifade etmesine yardım edin.

Çocukların sosyal medyada kendilerine uygun içeriğe ulaştıklarından emin olun. Bu virüse ve salgına dair asılsız haberlere ve virüsün yarattığı olumsuz etkilere dair görüntülere ulaşmalarına engel olun.

Birlikte yemek yemek, sohbet etmek vb. aile alışkanlıklarınızı koruyun. Bu, çocuğun yaşadığı belirsizlik hissini azalmasını sağlayacaktır. Özellikle yetersizlikten etkilenmiş çocuklarda günlük planlar yapılmalıdır. Çocuk ertesi sabah uyandığında, o gün temel olarak neler yapacağını bilmeli ve bu planlar dâhilinde bir alışkanlık oluşturulmalıdır. Yetersizlikten etkilenmiş çocuklarda günlük alışkanlıklar; mutlaka aynı saatlerde güne başlamak, özel eğitim ile ilgili bir çalışma yapmak, egzersiz ya da eğitim saati planlamak, gün içinde mutlaka telefon ya da internet yoluyla ev dışından bir arkadaş, yakın ya da eğitimciyle konuşup iletişim kurmasını sağlamak ve çocuğun sevdiği bir aktiviteye yer vermek oldukça önemlidir. Gün içinde televizyon izleme, bilgisayar cep telefonu kullanma saatlerini düzenlemek; bu saatleri kesintisiz en fazla bir saat kullanmasını sağlayarak gün içinde ara ara izin vermek;

çocuğun sosyal ve duygusal açıdan daha rahat olmasını sağlayacaktır.

Çocuklar sevdiklerini kaybetmeye dair korku yaşıyor olabilir. Bu korkuyu sizinle paylaşması ona iyi gelecektir. Çocuğu konuşmaya teşvik edin. Onu neyin korkuttuğunu bilirseniz, sakinleşmesine yardımcı olmak daha kolay olacaktır.

Normalleşme Sürecine Uyumlu Geçiş

Genel olarak yaşanan köklü değişimler yetişkinlerde olduğu gibi çocukların da güvenlik algılarını tehdit eder. Çünkü her değişim belirsizlikler içerir. Nedenleri iyi anlatılmamış, içeriği hakkında yeterli bilgi verilmemiş değişiklikler, çocuklarda tedirginlik hissi oluşturabilir. Çocukların adaptasyon sürecine yardımcı olmak için anne babaların çocuklarla etkili bir iletişim kurması çok değerlidir.

Yeni normale geçiş sürecinde uzun süredir ebeveynleri ile aynı ortamda kalan çocuklar, bu yeni düzene alışmış olabilirler. Yetişkinlerin sosyal/iş yaşamına dönecek olması, uzun süredir onlardan ayrı kalma-

yan çocuklarda korku, kaygı, üzüntü gibi duygular uyandırabilir. Uzun süredir arkadaşlarından ve sosyal çevresinden uzak kalan çocuk; sevdiklerine sarılmak, öpmek isteyebilir ya da dışarıdaki maskeli insanlar çocuk üzerinde kaygı/korku uyandırabilir. Çocuklar maske kullanmaktan sıkılabilir, istemeyebilirler.

Çocukları değişimin her aşamasından haberdar etmek, olası tepkileri içtenlikle dinlemek, endişelerini anlamaya çalışmak ve samimi bir iletişim ortamı oluşturmak süreci kolaylaştırabilir. Pandemi döneminde, süreci çok iyi yürüttüğünü ve yeni normale geçiş aşamasında da uyumlu ve başarılı olacağına dair güvendiğinizi söylemek çocuklar için çok önemli olacaktır.

Bununla birlikte, yakın gelecekteki sürecin belirsizliği ebeveynler üzerinde de kaygıya sebep olabilir. Bu durumda, anne babanın öncelikle kendi iyilik halini gözetmesi ve duygularını çocuğun gelişimine uygun bir şekilde paylaşabilmesi çocuğun da psikolojik dayanıklılığını destekleyebilir. Yetişkinler, yeni normale geçiş aşamasında yaptıkları ve söyledikleriyle çocuklara model olmaktadır. Bu bağlamda, yetişkinlerin süreci nasıl yönettiklerinin önemli olduğu da unutulmamalıdır.

2-6 Yaş Dönemi

Henüz somut bir dönemde olan 2-6 yaş dönemi çocukları için yeni normalleşme ve dışarı çıkma süreci oyunlaştırılarak anlatılabilir.

Dikkat edilmesi gereken nokta-





lar, çocuğun gelişimine uygun bir şekilde adım adım verilerek somutlaştırılabilir. (Örneğin alınması gereken önlemlerle ilgili tekerlemeler oluşturulabilir, evde yere daire çizilerek hayali fiziksel mesafe anlatılabilir vb.)

Çocuklar uzun bir süre sonra sevdiklerini ve arkadaşlarını gördüğünde sarılmak, öpmek isteyebilirler. Çocuğun yaş dönemine uygun olarak evde mesafe kavramları somutlaştırılabilir.

Pandemi öncesindeki hayat düzeninin aynı devam edeceğini düşünen çocuklar için yeni normalleşme süreci hayal kırıklığına, umutsuzluğa, öfkeye ve kaygıya yol açabilir. Bu durumda, çocuğun duygularını ifade edebilmesi için fırsat verilmelidir. Neler hissettiği sorularak duygularını paylaşması için teşvik edilebilir. Çocuğun yaş grubuna ve ihtiyacına uygun olan bilgilendirmeler yapılabilir. Başkalarının da zaman zaman benzer duygular yaşayabileceği, endişelenebileceği ve çocuğun paylaştığı duygularla ilgili yalnız olmadığı vurgusunun yapılması destekleyici olacaktır.

Çocuk maske takmak istemediğinde gelişimine uygun bir dille takmasının gerekliliği ifade edilebilir ve hijyen koşulları gözetilerek maskeler çocukla birlikte süslenebilir. Uzun süredir evde ve sosyal mesafe sınırlarında yaşayan çocuk için ani ve keskin yaşam değişiklikleri zorlayıcı olabilir. Bu nedenle yeni normalleşme sürecinin adım adım verilmesi ve ani alışkanlık değişikliklerinden kaçınılması, çocuk ve bakım veren için kolaylaştırıcı olabilir.

Ebeveynleri ile aralıksız birlikte olmaya alışan çocuk için, anne babanın çalışma hayatına dönmesi zorlayıcı olabilir. Bu noktada çalışma hayatına dönülmeden önce pandemi öncesindeki alışkanlıkların çocuğa hatırlatılması ve çocuğun gelişimine uygun olarak yeni alışkanlıkların ifade edilmesi de önemlidir.

6-10 Yaş Dönemi

Okul çağının başında olan 6-10 yaş arası çocuklar kendi tercihlerini ve bireyselliklerini ifade etmeye başladıkları bir dönemdedir. Buna rağmen normalleşme sürecine

adapte olurken açık bir dille anlatılmış, tutarlı olan kurallara ihtiyaç duyarlar. Bu yaştaki çocuklar, kendilerini korumayı (fiziksel mesafe, hijyen) somut olarak anlayabilecek durumda olmalarına rağmen, birkaç aydır farklı bir yaşam tarzına sahipler. Normalleşme süreci başlasa da yaşamın, eskiden bildikleri gibi devam etmeyeceğini anlamak için yardıma ihtiyaçları olabilir.

Okul çağının başında olan bu yaş grubu çocuklar, yeni normale geçiş sürecinde arkadaşları ve öğretmenlerini merak edebilir. Bu süreçte onlarla iletişimde olması çocuklara iyi gelebilir.

Bu geçiş sürecinde; adaptasyonu kolaylaştırmak ve çocukların kaygılarını azaltmak için somut ifadelerle karantina sürecine kıyasla, riskin azaldığını ve bu nedenle belirlenen zamanlarda gerekli önlemler alınarak dışarı çıkılabileceği anlatılabilir.

Çocuklar için ne zaman ne yapabileceklerini bilmek faydalı olabilir ve anne baba ile çocuk arasındaki çatışmayı azaltabilir. Ebeveynlerin normale geçiş süreci çerçevesinde çocukla birlikte bir program hazırlayıp bunun görselleştirilmesi ve olası durumlar üzerine konuşulması çocuklara iyi gelebilir.

Çocuklar, normale geçiş sürecindeki düşüncelerini, duygularını ve deneyimlerini yazmaya ya da birlikte konuşmaya teşvik edilebilir. Bunlar; onlara akıllarında olanları paylaşmaları için bir alan açabilir. Bu da iyileşme ve güçlenme süreçlerine destekleyici olabilir. İçin-

de bulunduğumuz geçiş döneminde bazı çocuklar stres, öfke, kaygı gibi olumsuz duygular deneyimleyip uyum sağlamakta zorluk çekerken bazı çocuklar ise kolaylıkla uyum sağlayabilir. Geçiş süreci için belirtilen tüm bu yaklaşımlar ve aşamalar ise çocuklarda güven duygusu oluştururken, kaygılarını azaltmalarını ve sağlıklı şekilde yeni normale adapte olmalarını kolaylaştırabilir.

10-13 Yaş Dönemi

Evdeki yetişkinlerin yeniden ev dışında bir yerde çalışmaya başlaması, daha çok sokağa çıkılıyor olması ve yeniden okula başlanacak olması gibi durumlar çocuklarda endişe yaratabilir. Çocuğun duyguları kabul edilmeli ve bu duygularını açıkça ve dürüstçe ifade edebileceği güvenli bir ortam sağlanmalıdır. Bu yaş grubundaki çocuklar, artık neden-sonuç ilişkisi kurma, çevresinde olan biteni anlama, soyut düşünebilme yeteneklerini geliştirmekte oldukları ve olayları irdeleme becerisi kazandıklarından uygun şekilde anlatıldığında işbirliği yapabilirler.

Özgürlük ve bağımsızlık temalarının öne çıktığı bu ön ergenlik döneminde bazı çocuklar salgınla ilgili tedbir uygulamalarını kabullenmekte ve yeni normale uyum sağlamakta zorlanabilirler.

Diğer insanlarla fiziki mesafeyi koruma, maske kullanımı gibi tedbirlere gerekli önemi göstermekte zorlanabilirler. Bu durumla başa çıkabilmek için çocuğun çevresindeki yetişkinlerin çocuğa örnek teşkil

etmesi iyi bir yöntem olabilir. Çevresindeki yetişkinlerin neden ve nasıl bazı tedbirlere uyduğunu sosyal gözlem yoluyla öğrenen çocuk kendisi de bu tedbirleri uygulamaya daha eğilimli hale gelebilir.

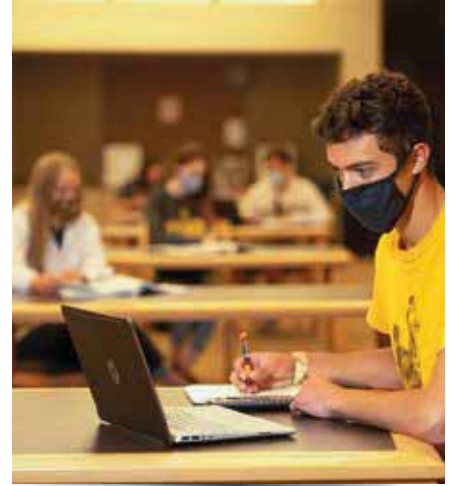
Bu yaş grubundaki çocuklar, ergenlik döneminin bilişsel özellikleri gereği riskleri küçümsemeye eğilimli olabilirler. Kişisel korunma araçlarını kullanmayı reddedebilirler. Böyle bir durumda da çocuğun anlayabileceği düzeydeki bilimsel açıklamalarla birlikte çocuğun örnek alabileceği tutumları sergilemek olumlu olabilir.

13-18 Yaş Dönemi

Bu yaş grubunda ebeveynler, samimi bir sohbet ortamı oluşturarak çocukların duygu ve düşüncelerini paylaşmaları için alan açabilirler. Çocukların hangi bilgilere ihtiyaç duyduğunu anlayıp ihtiyaçlarına yönelik bilgi paylaşımında bulunabilirler.

Anne babaların bu süreçte çocuklarla yakın ilişkide olmaları ve çocuklarının duygu geçişlerini görmeleri çocukların duygularını düzenlemelerine yardımcı olabilir. Yargılamadan, sabırla ve güç eşitsizliği oluşturmadan çocukların kaygılarını, korkularını, eve olan özlemlerini veya evden yoğun kopma isteğini duymak ve dinlemek, çocukların duygu-düşüncelerini ifade etmesine ve sürece daha kolay adapte olmasına destek sağlayabilir.

Ergenlik dönemindeki çocukları; evde kalıp kendisinin, ailesinin ve diğer insanların sağlığını korumaya yardımcı oldukları için takdir etmek ço-



çocukların iyi hissetmelerini sağlayabilir.

İçerisinde olduğumuz süreçte alınan önlemler doğrultusunda birlikte hareket edildiği ölçüde bu sürecin bir noktada bitebileceğini ve bilim insanlarının tedavi süreçleri için çalıştıklarını vurgulamak unutulmaması gereken bir diğer önemli konudur.

Aynı zamanda, bu sürecin her zaman zorlukları ve sıkıntılı deneyimleri barındırmadığını, olumlu ve güzel hissettiren yeni deneyimleri de konuşmak (yeni edinilen hobiler, ailecek bir arada zaman geçirmiş olmak, sevilen aktivitelere daha çok zaman ayırabilmek vb.), aile içerisinde bu paylaşımları yapmak destekleyici olabilir. Unutulmamalıdır ki zorlayıcı deneyimlerden öğrenerek, gelişerek, büyüyerek çıkmak da mümkündür. Çocuklar yeterli ölçüde desteklendikleri ve tamamen güvende hissettikleri koşullarda içlerindeki gücün farkına vararak herkesi kendilerine hayran bırakacak seviyede zorlayıcı durumlarla başa çıkabilme kapasitesine de sahiptirler.



“ SAĞLIKLI TOPLUM İÇİN ”

Türktipsan; 29 Temmuz 2002 tarihinde Türk Silahlı Kuvvetleri yararına faaliyet gösteren TSK Elele Vakfı, TSK Dayanışma Vakfı, TSK Mehmetçik Vakfı, TSK Güçlendirme Vakfı ve TSK Eğitim Vakfı'nın ortak yatırım ile Akyurt/ANKARA'da Parenteral Solüsyon üretimi için kurulmuştur.



TURKTIPSAN A.Ş., 8.845 m²'si kapalı alan olmak üzere toplam 22.000 m²'lik bina otomasyonu ve yönetim sistemi ile işletilen modern tesisinde yıllık 150 milyon adet parenteral solüsyon üretimi ile faaliyetlerine devam etmektedir.

“Sağlıklı Toplum için çalışıyor, ülkemizi çok seviyoruz!”

+90 312 844 1508
www.turktipsan.com.tr

**Hasan KOYU**Tbp Alb. (E) Opr. Dr.
Özel Denipol Hastanesi

KATARAKT

ve AKILLI LENSLEER

Dünyadaki önlenebilir körlüklerin birinci sırasında tanımlanan göz rahatsızlığı olarak katarakt; göz içerisindeki en önemli kırıcı ortamlardan biri olan "lens" in çeşitli nedenlerle metabolizmasının bozularak saydamlığını yitirmesi demektir. Normal olarak sağlıklı bireyde saydam olan lens, katarakt durumunda saydamlığını yitirerek buzlu cam haline gelmektedir. Kırıcı ortamın saydamlığını yitirmesi nedeniyle hastada şikayetler başlar.

Kliniği

Günlük hayatta fotoğraf makinesi ile neredeyse birebir benzerlik gösteren organımızda fotoğraf makinasında lens buharlandığı zaman nasıl fotoğraf bulanık oluyorsa, katarakt

hastalarının en belirgin şikayeti de görme azlığı ve bulanık görmedir. Bunun yanı sıra katarakt hastaları, gözlerde sulanma, ışık hassasiyeti gibi şikayetlere de kliniğe başvurmaktadır.

Katarakt'ın Sebepleri

Katarakt genellikle halk arasında yaşlılık hastalığı olarak bilinmekle beraber, anne rahminden itibaren hayatın her döneminde çeşitli nedenlerle oluşabilmektedir. Görülme yaşına ve sebeplerine göre kataraktlar çeşitli isimler almaktadır. Çeşitli sebeplerle geçirilmiş göz hastalıklarına bağlı katarakt gelişebileceği gibi, sistemik kullanılan ilaçlara bağlı veya travma nedeni ile de katarakt oluşmaktadır. Fa-

kat bunların arasında en çok görülen katarakt türü senil katarakt denilen yaşa bağlı katarakt çeşididir.

Tedavisi

Hastalığın patolojisi göz içindeki orijinal göz merceğimizin bozulmasına bağlı olduğu için tedavisi de merceğe yönelik tedavilerdir. Hastalığın bu gün için tüm dünyada bilimsel olarak tanımlanmış ilaç ile tıbbi tedavisi yoktur. Hastalığın tedavisinde uygulanan yöntem hastalıklı olan bozulmuş göz merceğinin yani tıbbi terminolojideki orijinal lensin yani kataraktın alınmasıdır. Esas olarak bozulmuş yani katarakt göz lensin alınması ile hastalığın tedavisi tamamlanmış olmaktadır. Göz içerisindeki lens alı-



ninca gözün optik gücünden ortalama olarak 20-21 dioptrilik bir kırma gücü eksilmektedir. Bu safhadan sonraki olay göz merceği alınmış hastanın rehabilitasyonundan ibarettir. Bu azalmış optik gücü tamamlamanın başlıca üç yolu vardır:

1. Ameliyat sonrası gözlük ile
2. Ameliyat sonrası kontakt lens ile
3. Ameliyat sırasında gözün içine aynı seansta

konulan göz içi lensleri ile.

Birinci ve ikinci sıradaki görsel rehabilitasyonun tarihsel değeri vardır. Artık uygulanmaktadır. Günümüzde bütün dünyada katarakt ameliyatları sırasında göz içi lensi implantasyonları uygulanmaktadır.

Göz içi lensleri de başlıca gözün içindeki lensi yerleştirme yerine göre ön kamara lensleri ve arka kamara lensleri diye ikiye ayrılır. Burada yine ön kamara lensleri genellikle kullanılmamakta olup esas itibarıyla arka kamara lensleri uygulanmaktadır.

Arka kamara göz içi lenslerimiz odak mesafesine göre tek

odaklı, iki odaklı ve çok odaklı olmak üzere gruplara ayrılırlar. Günümüzde en çok kullanılan tek odaklı ve çok odaklı merceklerdir. Tek odaklı mercekler ile sadece belirli bir noktayı netleştirmek mümkündür. Ameliyat nedeni ile ve hayat kıdemi ile gözün odaklama yeteneği kaybolduğu için hastaya uyguladığımız tek odaklı mercek ile uzak görme rehabilitasyonu sağlanırken yakın mesafe görme yeterince net olmamakta ve bu nedenle tek odaklı mercek uygulanan hastalar çoğunlukla yakın görme için gözlük kullanma ihtiyacı duymaktadır.



Akıllı Lensler (Çok Odaklı Trifokal Lensler)

Bu başlık altındaki lensler son yıllarda tedaviye girmiş ve gelişimi devam eden lenslerdir. Özel optik dizaynı ile özel prizmatik olarak tasarlanan ve üretilen bu lensler, özel optik özelliği nedeniyle uzak, yakın ve orta mesafede hastalara görsel rehabilitasyon sağlamaktadır. Bu düzeltmeler sayesinde hasta ilave hiçbir gözlük veya kontakt lens ihtiyacı duymaksızın günlük hayatını sürdürebilmektedir. Kataraktın tedavisinin yanı sıra yüksek derecede miyop, hipermetrop ve astigmat hastalarından da excimer lazer tedavisi uygulanamayan hasta gruplarında da ameliyat ile akıllı lens uygulanmakta ve gözlükten kurtulabilmektedir.

Bununla beraber akıllı lensler bütün hastalara uygulanamamaktadır. Akıllı lenslerin uygun olmadığı, uygulanmadığı önemli bir hasta grubu mevcuttur. Sarı nokta hastalığı gibi, bazı hastalıklarda kesinlikle uygulanmaması gereken akıllı lensler aynı zamanda pilotlar ve profesyonel şehirlerarası gece yolcu taşımacılığı yapan meslek gruplarında önerilmemektedir.

Son söz olarak bu akıllı mercekler prizmatik bir dizayna sahip olduğu için ,göze giren ışık miktarında azalmaya neden olmakta ve bu nedenle görme kalitesinde azalmaya neden olmaktadır. Bu görme azlığı ameliyat öncesi yeterince bilgilendirilmeyen hasta grubunda yüzde 5 oranında hasta memnuniyetliğine neden olmaktadır.

TOPLUMDA BEZ MASKE KULLANIMI



MASKE **KİŞİYE ÖZEL** OLMALIDIR.

HER BİREY SADECE **KENDİSİNE AİT OLAN MASKEYİ** KULLANMALIDIR.

COVID-19'dan korunmada esas olan
SOSYAL MESAFENİN (3-4 ADIM) KORUNMASI ve **EL TEMİZLİĞİDİR.**



Maske takmadan önce ellerinizi **en az 20 saniye su ve normal sabunla yıkayın** veya **alkol içerikli el antiseptiği ile 20-30 saniye ovalayın.**



Yüzünüze uygun ölçüde ve rahat nefes alıp vermenizi sağlayan pamuklu kumaştan yapılmış bir maske kullanın.



Çocuklarınız için **onların yüzlerine uyacak ölçüde bir maske kullanın.**

DİKKAT: Bez maske; 2 yaşın altındaki çocuklarda, solunum sıkıntısı olanlarda, şuuru kapalı olanlarda ve maskeyi yardımsız çıkarıp takmada engeli olanlarda kullanılmamalıdır.



Maskenin ağız ve burnunuzu tamamen kapattığından emin olun. Maske bu bölgelere tam olarak oturmalı ve yüzünüzle maske arasında boşluk kalmamalıdır.



Maskeyi takarken maskenin iç yüzüne dokunmayın. Maskeyi kulağa takılan lastiklerinden veya başın arkasında bağlanan iplerinden tutarak takın.



Maskeyi **asla çenenizin altına veya başınızın üstüne yerleştirerek kullanmayın.**



Nemlenen veya kirlenen maskenizi değiştirin, bunun için çantanızda veya yanınızda **birden fazla maske taşıyın.**



Temiz ve kirlenmiş maskeleri **ayrı naylon torbalarda taşıyın.**



Maskeyi çıkarırken **burun, ağız ve çeneyi içine alan, yoğun kirlenmenin gerçekleştiği ön kısmına dokunmadan** kulağa takılan lastiklerinden veya başın arkasında bağlanan iplerinden tutarak çıkarın. **Bu esnada ağız, burun veya gözünüze temas etmeyin.**



Maskeyi çıkardıktan sonra

İç ve dış kısmına **dokunmayın.** Maskenizi yıkadıktan sonra tekrar kullanacaksanız yanınızda ayrıca bulundurduğunuz başka bir **temiz naylon torba içine koyun.**

Maskenizi bir daha kullanmayacaksanız **çöpe atın.**

Maskeyi çıkardıktan sonra ellerinizi **en az 20 saniye su ve normal sabunla yıkayın** veya **alkol içerikli el antiseptiği ile 20-30 saniye ovalayın.**



Kullanıp çıkardığınız bez maskeleri **su ve deterjan ile yıkayın.**



Maskenizi yıkadıktan sonra **kurumasını bekleyin,** kullanmadan önce **sıcak ve kuru ütüleyin.**



KULLANDIĞINIZ BEZ MASKELERİ MUTLAKA SU VE DETERJANLA YIKAYIN.
ÇIKARDIĞINIZ BEZ MASKEYİ YIKAMADAN TEKRAR KULLANMAYIN.



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI



/SaglikBakanligi

19 EYLÜL GAZİLER GÜNÜ

Başta
Gazi Mustafa Kemal
ATATÜRK ve
silah arkadaşları olmak
üzere; vefat eden
gazilerimizi rahmetle
anıyor, tüm gazilerimize
minnet ve şükranlarımızı
sunuyoruz.



UYGARLIKLAR BEŞİĞİ ANADOLU'NUN CENNET KÖŞELERİNDEN

BURSA

Bursa, Osmanlı döneminden çok uzun zaman öncesinde keşfedilmiş bir yerleşim yeridir. Öyle ki civarda yapılan kazılarda M.Ö. 5200 yıllarına ait yerleşim yerlerine rastlanmıştır.

Bursa'da kurulan ilk kent, Bithynia Krallığı tarafından M.Ö. 3'üncü yüzyılda kurulmuştur. Bursa'nın ilk adı da Bithynia Kralı'nın adı olan "Prusa"dır. Bazı kaynaklarda "Bitanya" olarak da geçmektedir. O zamandan Osmanlı dönemine kadar Bursa'nın adı da sahipleri de defalarca değişmiş, hatta uzun bir süre Roma egemenliğinde kalmıştır.

Osmanlı'nın Bursa'ya hakimiyet hikayesi de Anadolu Beylikleri'nden Osmanlı Beyliği'nin zamanla güçlenip çevre toprakları alma isteğiyle başlamış, 1307'de Osman Bey Bursa'yı kuşatsa da Bursa'nın tam anlamıyla Osmanlı'ya geçişi Orhan Bey'in 1326'daki kuşatmasıyla gerçekleşmiştir.

Şimdi ise Bursa yerli-yabancı birçok turistin görmeye can attığı, nostaljik bir sultanlar şehri. Osmanlı'nın Bursa'daki izleri o zamanlardan günümüze

Bursa'yı tarih severlerin keşif noktası yapmıştır. Bu dönem boyunca inşa edilen medreseler, hamamlar, hanlar ve camiler gibi sayısız eser hem Osmanlı tarihine ışık tutma, hem de dönemin atmosferine tanıklık edebilme imkanı sunması açısından çok önemli bir kültürel mirası oluşturmaktadır.

Atatürk, Bursa'yı da çok sever ve ilgi gösterirdi. Nitekim Atatürk'ün en çok ziyaret ettiği illerin başında Bursa gelmektedir. Kurtuluş Savaşı'nın hemen ertesinde, 17 Ekim 1922 tarihinde Bursa'ya ilk ziyaretini yapmıştır. Bu gezisi sırasında yaptığı konuşmasında Atatürk: **"Artık ordularımızın yaptığı savaş bitti. Şimdi eğitim ve ekonomik alanda bir savaşa hazırlanıyoruz"** demiştir.

Atatürk, en renkli gezisini aramızdan ayrıldığı yıl, 1 Şubat 1938 tarihinde Bursa'ya yapmıştır. Kendisi için Bursa Belediye salonunda verilen baloda öylesine neşelenmiştir ki, orkestrayı durdurup zeybek çaldırmış, ve zeybek oynamıştır. Bursa, Atatürk Türkiye'si ile yeniden aydınlanmıştır.

Geçmişten geleceği ışık tutan bu uygarlık beşiğini gezmek isteyenler için;



Kozahan

Eskiden ipek yolu üzerinden gelen kervanların konaklama yeri olan hanın ikinci katında, meşhur Bursa ipeğinden şallar ve fularlar satan yan yana sıralanmış dükkanlar bulunmaktadır. Avlusunda çay, kahve içerken tarihin akışını hissetmek mümkündür. Hanın güzelliği ve ortamın huzuruna mutlaka tanıklık etmek gerekir.

Anadolu Arabaları Müzesi

Tam 30 bin metrekarelik bir alana yayılmış eski bir ipek fabrikası, Tofaş tarafından

restore edilip 2002 yılında To-
faş Anadolu Arabaları Müzesi
haline gelmiştir. Bu müzede;
yıllar öncesinin beygirli at ara-
basından başlayıp günümüz
modern arabalarına kadar ya-
şanan teknolojik gelişimin hika-
yesi anlatılmaktadır. Arabaları
ve yaptıkları tarihleri görerek
yıllarca süren bu değişimi ya-
kından inceleyebiliyorsunuz.

Karagöz Gölge Oyunu

Karagöz Gölge Oyunu,
Bursa'dan çıkma öyle özel bir
gelenek, benzersiz bir kültürel
öge ki 2009'dan beri UNESCO
tarafından Dünya Manevi
Kültürel Miras Listesi'nde
yer almaktadır. Bursa'ya
gidince Karagöz Müzesi'ne
bir uğramak keyifli bir nostalji
yapma yöntemi olabilir. Müze
1997 yılında "Sanat Evi" olarak
açılmış ve Karagöz Anıtı'nın
hemen karşısında olunca da
onun adını almıştır. İçinde
Karagöz, Hacivat ve kukla
galerisi ayrıca tasvir yapım
atölyesi var.



Yeşil Cami ve Yeşil Türbe

Yeşil Cami, Bursa'nın olmaz-
sa olmazlarından. Osmanlı
mimarisinin günümüzdeki en
iyi örneklerinden biridir ve çini



kaplamaları ile ünlüdür. Yeşil
Cami, Bursa'da o kadar sevi-
len ve dikkat çeken bir eser ki
sahip olduğu yeşil rengi son-
ralarda bulunduğu semtin adı
haline gelmiştir. 1424 yılında
yapımı tamamlanmıştır. Cami,
halen yerli yabancı turizm için
önemli olmakla birlikte, ibadet-
hane olma özelliğini kaybetme-
miştir.

Bursa içindeki sembolik
eserlerden bir tanesi de Yeşil
Türbedir. Yapım emrini 1421
yılında Yıldırım Beyazıt'ın oğlu
Mehmet Çelebi vermiştir.
Mimarı Hacı İvaz Paşa
adında bir mimardır. Türbe,
Bursa'nın her yerinden
görünebilmektedir. Osmanlı
mimarisiyle yapılan yapılar
arasında tüm duvarı çiniyle
kaplı olan tek türbe olduğu
bilinir.

Muradiye Külliyesi

Muradiye Külliyesi, bulunduğu
semtte ismini veren yapılardan
biridir. 2'nci Murad 1425 yılı-
nda, Bursa'da yapım emrini ver-
miş ve bir sene sonra tamam-
lanmıştır. İçinde medreseden
hamama bir sürü oluşum var.
Bu külliye, Osmanlı döneminin

deki padişah veya ailelerinin
Bursa'da yaptırdığı son külliye-
dir.



Emir Sultan Cami ve Külliyesi

Bursa'nın başka bir önemli
yapısı, Yıldırım İlçesi'nde olan
Caminin yapımı, 14'üncü
yüzyılda tamamlanmış
ve hala etkin şekilde
kullanılmaktadır. Bu eserde
de Osmanlı döneminin
en önemli sanatlarından
çiniye rastlayabilirsiniz.
Eskiden Bursa'daki düğün
ve sünnetlerden önce bu
Emir Sultan Cami'ye uğranıp
dua etme geleneği olsa da
günümüzde böyle bir adet
kalmamıştır. Cami yıllar
boyunca yıkılıp yeniden

yapılma, renovasyon gibi birçok değişime uğrasa da orijinal halinden çok da değişmeden korunabilmiştir.



Osman Gazi ve Orhan Gazi Türbeleri

Osman Gazi öldüğünde babası Ertuğrul Gazi'nin yanına gömülmüş, ama Bursa'nın fethi sonrası naaşı buraya nakledilmiştir. Burada ilk başlarda kendisine ait bir türbesi olmamış, önce Bizans'tan kalma Saint Elia Kilisesi'ne (Gümüşlü Kümbet) daha sonra da oğlu Orhan Gazi ile beraber ayrı bir türbeye gömülmüştür. Fakat 1855 yılındaki Bursa depreminde türbe yıkılmış. Sultan Abdülaziz

de 1863'de Tophane Parkı girişi yakınında, karşılıklı iki türbeyi yaptırmıştır.

Hüdevendigar Cami

1363 yılında yapımına başlanan ancak 19 yılda tamamlanabilen Hüdevendigar Cami, "Ters T" planlı yapı özelliğine sahip olmasına rağmen, caminin kemerleri ve giriş bölümünün yapı biçimi incelendiğinde, hiçbir Bursa yapısında görülmeyen özellikler taşıdığı görülmektedir.

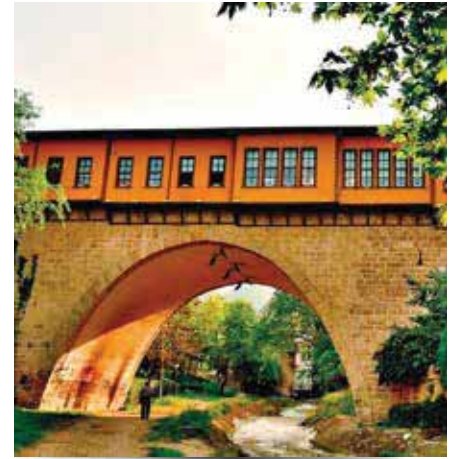
İznik /Ayasofya Cami

İznik'in tam ortasında, surlarla çevrili kentin dört kapısından gelen yolların kesiştiği yerde inşa edilmiş olan bir kilisedir, 1331'den sonra, Orhan Gazi tarafından camiye dönüştürülmüştür.

Ulu Cami

Cami zaman içerisinde istila, deprem, yangın gibi felaketlerden oldukça zarar görmüş ve çeşitli onarımlar geçirmiştir. Erken Dönem Osmanlı Mimarisi, çok kubbeli camileri arasında en büyük ve en anıtsal olma özelliğine de sahiptir. Yir-

mi kubbe ile örtülü olan caminin orta kısmındaki kubbesinin üstü camlı olup, altında on altı köşeli büyük mermer bir şadırvan bulunmaktadır. Bir söylenceye göre Niğbolu Zaferi sonrasında Yıldırım Beyazıt şehre 20 cami yapılmasını istemiş ancak Emir Sultan yeni oluşan şehirde 20 caminin fazla olacağı düşüncesiyle, 20 kubbeli bir caminin daha uygun olacağını Yıldırım Beyazıt'a bildirmiştir. Emir Sultan'ın bu fikri, uygun görüldükten sonra caminin yapımına başlanmıştır. Ulu Cami içinde 19.yy.'in ikinci yarısında ve 20.yy.'in başlarında duvarlara yazılmış olduğu tespit edilen 192 adet yazı, hat sanatının özgün örnekleri arasında gösterilmektedir.



Igrandi Köprüsü

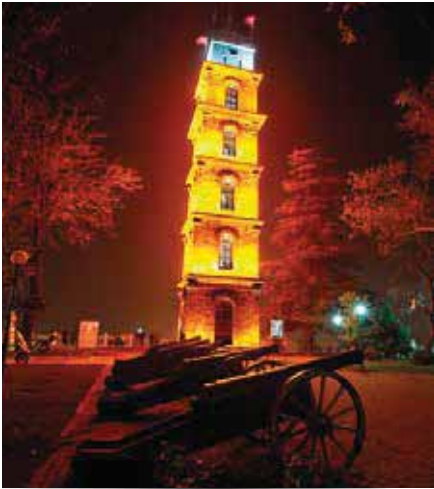
Bursa'ya gidince görülmesi gereken yerlerin başında gelir. Bu eski çarşılı köprü, 1442 tarihinde inşa edilmiş. Her ne kadar Büyük Bursa Depremi geçirmiş ve Kurtuluş Savaşı'nda bombalanmış olsa da ayakta kalmayı başarabilmiştir. Bu tarihi köprünün özelliği; köprü üstünde çarşının bulunmasıdır.



Köprü, dünyada çarşısı olan sayılı köprülerdendir. 2004 yılında restore edilip tekrar kullanıma açılmıştır. Köprü'nün üstündeki dükkanlarda Bursa'lı sanatkarların el emeği göz nuru eserlerine ve işçiliklerini görebilirsiniz.

Tophane Saat Kulesi

Tophane Parki'nde bulunan 6 katlı, 65 metre uzunluğundaki saat kulesi, Sultan Abdülaziz döneminden kalma ama 1900'lü yılları göremeden nedeni bilinmeyen bir şekilde yıkılmış. Sonrasında 1904 – 1905 tarihleri arasında yeniden yaptırılarak, I. Abdülhamit'in tahta çıkışı şerefine yeniden hizmete açılmış. Bugün Tophane bölgesi Bursa'nın en turistik yerlerindedir. Saat Kulesi de semtin demirbaşısıdır. Aynı park içinde Osman ve Orhan Gazi türbeleri de bulunmaktadır.



Bursa Kalesi, Hisar

Bursa Kalesi için şehrin ayakta kalan en eski yapılarından olduğunu söyleyebiliriz. Temelleri Bursa'nın ilk sakinleri Bithynia Krallığı'ndan kalmadır. Yapımının M.Ö. 1'inci yüzyıla kadar



gittiği düşünülmektedir. Ama o zamandan bu zamana her bir taşı üzerinde Roma, Bizans ve Osmanlı'nın katman katman izleri bulunmaktadır. Yaklaşık 3,5 kilometre uzunluğundaki surlar üzerinde kalenin 5 kapısı ve 14 burcu bulunur. Bu kapılar: Yer Kapı, Zindan Kapı, Hisar Kapı, Pınarbaşı Kapı ve Kaplıca Kapıdır. Her ne kadar Tophane bölgesindeki Ortapazarı Caddesi üzerinde yer alan ve şehrin ana giriş kapısı niteliğinde olan (Saltanat Kapısı) Hisar Kapı ve surlar, 1855 Bursa depreminde yıkılmış olsa da restorasyonlar sayesinde bugün hala ziyaret edilmektedir.

Hanlar Bölgesi

Bursa'nın hanları, Osmanlı dönemindeki ticari hayattaki hareketliliğinin en doğru kanıtı niteliğindedir. İpek Yolu ticaretinde en önemli madde ipek olunca; ipeğin alması da Bursa'da olunca, Bursa'nın o zamanlar ticaretteki önemi kaçınılmaz bir gerçek haline gelmiştir. Ticaret faaliyetleri sırasında yol üzerlerinde yolcuların kalabileceği yapılar olan hanlar, günümüzde konaklamadan daha ziyade esnafın özellikle tekstil ürünleri sattığı yerler haline gelmiştir. Bursa'da da bu hanların ör-

nekleri oldukça fazla ve bizce gelmişken hanları ziyaret edip, hem yerel malzemelere, hem de tarihe tanıklık etmiş bu orijinal yapılara bakmalısınız. Koza Han, hanların demirbaşısı haline gelmiştir. Bunun dışında Fidan Han, Geyve Han, Balibey Han ve Emir Han da ziyaret etmeye değer yerlerdir.

Cumalıkızık Köyü

UNESCO Dünya Mirası Listesi'nde yer alan Cumalıkızık, 700 yıllık tarihi ile Osmanlı'dan günümüze kalan, Bursa'nın en eski yerleşim yerlerinden biridir. Cumalıkızık Köyü Müzesi, ziyaretçilerini tarih sayfalarında gezintiye çıkararak, bölgenin geçmişi hakkında bilgilendiriyor ve adeta geçmişi günümüze taşıyor. Cumalıkızık Köyü Müzesi'nde Cumalıkızık halkının geçmişten gelen yaşam



tarzını, gelenek ve göreneklerini öğrenerek; tarihi bir yolculuğa çıkabilir, müzede sergilenen eserler ile tarihi havayı birebir yaşama şansını yakalaya bilirsiniz.

Kaplıcalar

Bursa, hamam ve özellikle kaplıcalar açısından dünyanın en zengin kentlerinden biridir. Bursa'nın kaplıca suları, şehrin batısındaki Bademli Bahçe ve Çekirge bölgelerinden çıkar. Her iki bölgeden çıkan termal suların kimyasal analizleri farklı olduğu gibi, aynı bölgeden çıkanlarınkı de farklıdır. Buna göre, kaynakların aralarında bağlantı olmadığı kabul edilebilir. Çekirge'de bulunan sulara çelikli, Bademli Bahçe'de bulunanlara kükürtlü sular denir. Kara Mustafa Kaplıcası'nın suyu ise tamamen farklıdır. Vakıf Bahçe'de bulunan kâgir depodan çıkan su 32 yere verilir. Bunlar arasında hamamlar, oteller ile şahısların evleri bulunmaktadır.



Eski Kaplıca

Bursa'nın en eski ve en büyük kaplıcasıdır. Sağlıklı ve şifalı suların bulunduğu kaplıcalarda yoğun tempo içerisinde yorulan vücudunuzu dinlendirebilir

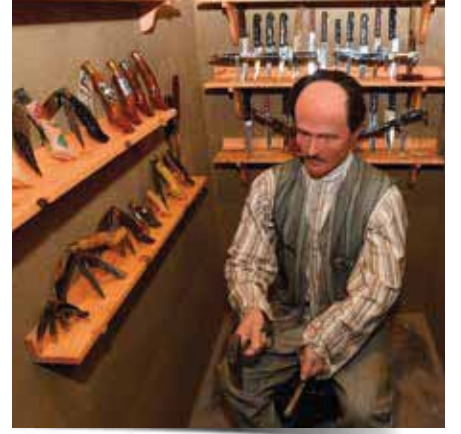
ve yıpranan ruh ve beden sağlığını tazeleyip yenileyebilirsiniz. Asırlardır imparatorları, kraliçeleri iyileştiren, hastalara derman olan Bursa kaplıcalarının suları; yüksek enerjisiyle iyileştirici etkisi olduğuna inanılan kehribara benzetilir. Günümüze kadar gelebilen Bursa merkezindeki kaplıcaların en tanınmışları; Sultan I. Murad tarafından yaptırılan Eski Kaplıca (Armutlu), Sultan I. Beyazıt tarafından yaptırılan Kükürtlü Kaplıca, Kanuni Sultan Süleyman'ın veziri Rüstem Paşa tarafından yaptırılan Yeni Kaplıca ile Kara Mustafa Paşa'nın kendi adına yaptırdığı Kara Mustafa Paşa Kaplıcaları'dır. Bursa merkezinin dışında; İnegöl'de Oylat Kaplıcaları ile Çitli Maden Suyu; Mustafakemalpaşa'ya bağlı Akarca köyünde Tümbüldek Kaplıcası, Gemlik'te Umurbey köyü yolunda Terme Kaplıcası; Orhaneli'ne bağlı Ağaşehir ve Sadağ Kaplıcaları asırlardır şifa dağıtmaya devam etmektedir.

Sağlık Tarihi Müzesi

Bursa Şehrinin sağlık tarihine ışık tutmaktadır. Yıldırım Beyazıt Külliyesinde yer alan Darüşşifasıyla başlayan Bursa'nın sağlık tarihi yolculuğu, Pınarbaşı'nda yer alan müzede günümüze kadar anlatılmaktadır. Bursa Sağlık Tarihi Müzesi, konuya ilişkin görsel, canlandırma ve sergileri içermektedir.

Bıçak Müzesi

150'ye yakın çeşidi olduğu bilinen Bursa bıçağının en değerli örneklerinin sergilendiği müzedir. Kendine has özellikleriyle dikkat çeken Bursa bıçağının



sap malzemesi ve işleminde, namlu süslemelerinde, hatta Türk kılıcı özellikleri taşıyan bazı bıçak türlerinin tipolojileri Bursa'ya özgü oluşturulmuştur. Müzede bal mumu heykellerle birebir şekilde geçmiş dönemdeki bıçak ustaların zanaatını ifade ettiği mekânlar da canlandırılmıştır.

Suuçtu Şelalesi

Bursa çevresinde çeşitli şelaleler mevcut ama aralarından en meşhuru Karadere Nehri'ndeki Suuçtu Şelalesidir. İsminden de anlaşıldığı gibi su şelaleden yaklaşık 40 metre yükseklikten uçarcasına düşmektedir. Şelale, bir fay hattının çökmesi ile oluşmuştur. Görmeden dönmeyiniz.

Mudanya Mütareke Evi Müzesi

11 Ekim 1922 tarihinde TBMM Hükümeti ile itilaf devletleri arasında Türk-Yunan savaşına son veren ateşkes anlaşmasının imzalandığı mekan olarak tarih kayıtlarına geçen bina 1937 yılından beri müze olarak kullanılmaktadır.

Güzel ülkemizin tarihi bir şehri olan Bursa'yı mutlaka görmeyi tavsiye ederiz.

Kaynakça: Derlemedir.



CUMHURİYETİ
BİZ BÖYLE
KAZANDIK

29 EKİM

**CUMHURİYET
BAYRAMIMIZ**

Kutlu olsun...



*"Benim en büyük eserim
Cumhuriyettir..."*

K. Atatürk

BULMACA

S U

D O K U

Bu eğlenceli, kolay öğrenilebilen bulmaca oyunu, yaklaşık 3.000 yıldır insanlığın ilgi odağıdır.

Oyunun amacı, Sudoku ızgarasının tamamını, her biri belirli bir satır, sütun veya 3x3 blokta yalnızca bir kez görünecek şekilde, bir dizi tek haneli sayı ile (rakamlarla) doldurmaktır. Başlangıçta, Sudoku ızgarasında, oyuncunun tüm bulmacayı yavaş yavaş çözmesine yardımcı olacak ipuçları olarak belirli rakamlar verilir.

Herkes Sudoku oynayabilir. Herhangi bir hesaplama istenmez; bu tamamen bir mantık oyunudur. Sudoku bulmaca çözmek için bir matematikçi olmanız gerekmiyor.

		7		1				
		2	3	7			1	
	9	1				7		3
1	8		9			3		
9			7	5			8	
2						5		
			8				5	
		8			3		2	
	1			6	5			8

Çözümü: Gelecek sayıda bulabilirsiniz.

"Benim naçiz vücudum elbet bir gün toprak olacaktır,
Türkiye Cumhuriyeti ilelebet payidar kalacaktır."

K. Atatürk

ATAMIZI SAYGIYLA
VE ÖZLEMLE
ANIYORUZ...

1881-193∞

TSK YARARINA FAALİYET GÖSTEREN VAKIFLAR



TSK ELELE Vakfı
www.elele.org.tr
Tel : 0 312 431 99 36



TSK Güçlendirme Vakfı
www.tskgv.org.tr
Tel : 0312 468 87 88



TSK Mehmetçik Vakfı
www.mehmetcik.org.tr
Tel : 0 312 284 19 70



TSK Dayanışma Vakfı
www.tskdv.org.tr
Tel : 0 312 448 13 11



TSK Eğitim Vakfı
www.tskev.org.tr
Tel : 0 312 231 21 10

ORTAKLARIMIZ VE İŞTİRAKLERİMİZ



TÜRKTRUST Bilgi İletişim ve Bilişim Güvenliği Hiz. A.Ş.

Bilgi, iletişim ve bilişim teknoloji, bilişim güvenliği ve elektronik imza ile elektronik kimlik (Sertifika) sağlayıcı alanlarında faaliyet göstermek üzere, 02 Ağustos 2004 tarihinde kurulmuştur.



TSK MEHMETÇİK VAKFI Sigorta Aracılık Hizmetleri Ltd. Şti.

Türk Silahlı Kuvvetleri yararına faaliyet gösteren üç vakfın birlikte kurduğu ferdi kaza, emeklilik, konut, kasko, sağlık, işyeri ve deprem sigortası branşlarında faaliyet göstermek üzere 07 Mayıs 1999'da kurulmuştur.



TÜRKİPSAN Sağlık Turizm Eğitim ve Ticaret A.Ş.

Türk Silahlı Kuvvetleri yararına faaliyet gösteren beş vakıf tarafından sağlık, otomotiv, petrol, eğitim, ticaret ve turizm alanlarında faaliyet göstermek üzere kurulmuştur.



GÜLSAV Pazarlama Dağıtım A.Ş.

Türk Silahlı Kuvvetleri yararına faaliyet gösteren beş vakfın ortak iştirakidir.

TSK ELELE VAKFI'NA BAĞIŞ YÖNTEMLERİ



Vakfın gelir kaynağını halkımızın yaptığı gönüllü menkul ve gayrimenkul bağışları oluşturmaktadır. Devlet desteği veya yasa ile belirlenmiş herhangi bir gelir kaynağı bulunmamaktadır.

Bankalar Aracılığı İle Bağış

Hiçbir kişi ya da kuruluşu Vakıf adına makbuzla bağış toplama konusunda yetkilendirmeyen TSK ELELE Vakfı, vatandaşlarımızın yaptıkları nakit bağışları Genel Müdürlüğümüzde makbuz karşılığı veya bankacılık aracılığı ile kabul edilmektedir.

Online Bağış

TSK ELELE Vakfının internet sayfası www.elele.org.tr üzerinden kredi kartı ile online bağış yapılabilir.

Bağış işlemlerinde dikkat edilmesi gerekenler: TSK ELELE Vakfına bağışta bulunan değerli bağışçılarımız on-line bağışlarınızda veya banka aracılığı ile yaptığınız bağışlarda Adı, Soyadı, T.C. Kimlik Numarası, Adres ve Telefonlarınızın (GSM Dahil) doğru olarak yazılıp yazılmadığı kontrol etmelisiniz.

Çelenk Bağışı

Ankara ili içerisindeki çelenk bağışı için çelenkte yer alması gereken ismin Vakıf ile koordine edilmesi gerekmektedir.

Gayrimenkul Bağışı

Gayrimenkul bağışlarında, mevzuat gereğince Tapu Sicilinden ve Vasiyetname ile olmak üzere iki bağış usulü bulunmaktadır.

1. Tapu Sicilinden Yapılan Bağış

Tapu Sicil Müdürlüklerinde yapılan bu çeşit bağışlarda iki çeşit uygulama mevcuttur.

* Şartsız Bağış: Bağışçı ve Vakıf yetkilileri birlikte ilgili Tapu Sicil Müdürlüğüne giderler ve taşınmazın tapusu Vakıf üzerine intikal ettirilir. İşlemler satış işlemine benzer, ancak vakfın vergi muafiyeti nedeniyle vergi ve harç ödenmez. Bu tür bağışlarda bağışçının gayrimenkul üzerinde hiçbir hakkı kalmaz, gayri menkul vakfın mülkiyetine geçer.

* İntifa Hakkı Bağış: Bağışçı, bahse konu gayrimenkulün tapusunu devreder, ancak tapuya konulan kayıtla intifa (kullanma) hakkı kendisine kalır. Bağışçının vefatına kadar gayrimenkul bağışçıya aittir. İstedığı gibi tasarruf eder. Kendisi oturur veya kiraya verebilir. Ancak satamaz, devredemez ve yapının esasına yönelik değişiklikler yapamaz.

2. Vasiyetname İle Yapılan Bağış

Noter aracılığıyla vasiyetname tanzim etmek suretiyle yapılan bağıştır. Bağışçı, Noterden isterse açık, isterse gizli vasiyetname tanzim ederek bağışlayacağı mallarını kime ne şartlarda bağışlayacağını belirtir. Bağış yapan şahıs isterse Vakfa bilgi verir veya vasiyetnamesinden bir suret gönderir. Şahıs vefat ettikten sonra Vakıf tarafından vasiyetname ile beraber, ilgili Asliye Hukuk Mahkemesine müracaat edilir. Yetkili mahkeme, vasiyetin içeriği doğrultusunda, karar verir. Mahkeme kararına istinaden Vakıf tarafından gerekli işlemler yürütülür.

BANKA VE IBAN NUMARALARI

ZİRAAT BANKASI

Başkent Ankara Şube (TL):
IBAN : TR25 0001 0016 8339 0259 9051 89

VAKIF BANK

Ankara Kolej Şubesi (TL):
IBAN : TR15 0001 5001 5800 7288 7745 45

HALKBANK

Ankara KüçükEsat Şube (TL):
IBAN : TR29 0001 2009 2160 0016 0000 13

TÜRKİYE İŞ BANKASI

Ankara Şube (TL):
IBAN : TR55 0006 4000 0014 2006 0000 00

Frankfurt Şube (EURO):

IBAN : DE74 5023 0600 0044 0000 08

YAPI KREDİ

Özel Bankacılık Merkezi (TL):
IBAN : TR47 0006 7010 0000 0001 0000 01

TEB

Ankara Meşrutiyet Caddesi Şube (TL):
IBAN : TR77 0003 2000 1050 0000 0307 96

AKBANK

Ankara KüçükEsat Şube (TL):
IBAN : TR49 0004 6001 0188 8000 0661 82

GARANTİ BANKASI

Ankara Anafartalar Şube (TL):
IBAN : TR28 0006 2000 7110 0006 2994 31

ŞEKERBANK

Gaziosmanpaşa Şube (TL):
IBAN : TR50 0005 9019 5013 0195 0025 54



GÜLSAV

PAZARLAMA VE DAĞITIM A.Ş.



GÜLSAV Pazarlama ve Dağıtım A.Ş

Türk Silahlı Kuvvetleri yararına faaliyet gösteren vakıfların ortak olduğu bir pazarlama ve dağıtım anonim şirkettir.

VİZYONUMUZ

Türk Ticaret Kanunu ve kurallarına uygun olarak kaliteli ve güler yüzlü hizmeti ilke edinen müşteri ve çalışanlarına karşı bütün yasal yükümlülüklerini yerine getiren bir kurum olmaktır.

MİSYONUMUZ

Pazarlama ve dağıtım amacını gerçekleştirebilmek için teşkilat yapısı, yeni pazar alanları, işletme ve idamesi, kar getirici yatırım, çeşitli ortaklıklar distribütörlükler kurma, çağdaş iletişim araçlarıyla tanıtım faaliyetinde bulunan karlılığı yüksek yeni teknoloji yeni ürünlerle karlılığı arttırmaktır.

Gülhane Eğitim ve Araştırma Hastanesi 8. Kat Gn.Dr. Tevfik Sağlam Cad. No:59/1 06010 Etilik-Keçiören/ ANKARA

Telefon: 0312 323 63 79 - 0312 323 63 89 * **Faks :** 0312 323 68 60

Gsm : 0533 284 62 35 - 0530 168 00 09 - 0530 667 14 67

E-mail : info@gulsav.com - gulsavpazdagas@hotmail.com - gulsavpazdagas@gmail.com

f : Gulsav pazdagas

TSK ELELE VAKFI

BANKA BAĞIŞ HESAP NUMARALARI

Bağışlarınızın, vakfımıza ulaştığının tarafınıza bildirilmesi için, isim ve adres bilgilerinizi mutlaka işlemi yapan kişilere belirtiniz.

Ziraat Bankası

Başkent Ankara Şube (TL)

IBAN: TR25 0001 0016 8339 0259 9051 89

Vakıf Bank

Ankara Kolej Şubesi (TL)

IBAN: TR15 0001 5001 5800 7288 7745 45

Halkbank

Ankara Küçükesat Şube (TL)

IBAN: TR29 0001 2009 2160 0016 0000 13

ING Bank

Ankara Cebeci Şube (TL)

IBAN: TR32 0009 9005 0505 0500 1000 06

Türkiye İş Bankası

Ankara Şube (TL)

IBAN: TR55 0006 4000 0014 2006 0000 00

Frankfurt Şube (EURO)

IBAN: DE74 5023 0600 0044 0000 08

Yapı Kredi

Özel Bankacılık Merkezi (TL)

IBAN: TR47 0006 7010 0000 0001 0000 01

TEB

Ankara Meşrutiyet Caddesi Şube (TL)

IBAN: TR77 0003 2000 1050 0000 0307 96

Akbank

Ankara KüçükEsat Şube (TL)

IBAN: TR49 0004 6001 0188 8000 0661 82

Garanti Bankası

Ankara Anafartalar Şube (TL)

IBAN: TR28 0006 2000 7110 0006 2994 31

Şekerbank

Gaziosmanpaşa Şube (TL)

IBAN: TR50 0005 9019 5013 0195 0025 54

