

ARALIK / 2022 *Ücretsiz

Sayı:80

Aylık Çevrimiçi Dergi
www.cigdemim.org.tr

ÇİĞDEMİN SESİ

Sahibi:

Çiğdemim Derneği Yönetim Kurulu
adına Fatih Fethi Aksoy

Yayın Kurulu:

Dilek Yüceel, Elvan Akbay, Fatih
Fethi Aksoy, M.Sinan Kayalığıl,
Zuhal Yüksel

! Tüm yayın hakları saklıdır. Yayımlanan yazı, görsel ve bilgiler kaynak gösterilmeden alıntılanamaz. İmzalı yazılarda görüşler yazarlarına aittir. Evrensel insan değerlerine ve barışçılığa aykırı olmamak, hakarete yönelmemek koşuluyla kişisel görüş açıklama özgürlüğünü kullanmaktan yanayız. Bu husus hukuk uzmanı komşularımıza danışıp onay aldıktan sonra, sorumluluğu yazarına ait olmak üzere yayımlıyoruz.



Merhaba,

5 Aralık Dünya Gönüllüler Günü. Bende başta derneğimizin gönüllüleri olmak üzere tüm gönüllüleri yürekten kutluyorum. 30 yıldır gönüllü çalışmaların içerisinde olmanın ve bunu yoğun tempoda gerçekleştirmeye devam etmenin manevi huzuruyla henüz bu tadı yaşamamış komşularımızı da aramıza beklediğimizi söylemek istiyorum. Birlikte daha güçlü olacağımızdan hiç şüphe yok.

"Gönüllülük", bireylerin toplumsal sorumluluk içinde, çıkar gözetmeksizin bilgi, beceri ve kaynaklarını, bir sivil toplum kuruluşunun amacı doğrultusunda kullanmaları olarak tanımlansa da, insan yaşamının değeri ve anlamı kişinin gönölünce bağlandığı konular üzerinde derinleşebildiği boyutta zenginleşir. Kişinin gönöl bağıının varlığını ve gerçekliğini algılayabilmesi için düşünce boyutundan eylem boyutuna yükselebilmek gerekiyor. Eylem boyutuna yükselebilmek ise kişinin günlük alışkanlıklarını yavaş yavaş terk edip farklı uygulamalara sürüklenmesiyle mümkündür. Günlük alışkanlıklarını değiştirip sosyal amaçlı eyleme dönüştürebilenleri sivil toplum hareketinin gönüllüleri olarak tanımlıyoruz.

İnsanları herhangi bir konuda özellikle gönüllü eylemlerde harekete geçirebilmek için iki temel unsurun önemle ön plana çıktığını görmekteyiz: İNANÇ ve UMUT. Sivil Toplum hareketinin yükselebilmesi için de İnanç ve Umut kavramlarını geliştirebilmek önem kazanmaktadır.

İNANÇ; güven sağlamakla mümkündür. Güven sağlamanın alt unsurları vardır: Şeffaflık, Hesap verebilir durumda olmak, İnsanların katılımına olanak sağlamak, İnsanlar arasında cinsiyet, düşünce, inanç, etnik köken ayırımı yapmaksızın herkese eşit yakınlıkta olabilmek.

İşte Çiğdemim Derneğinde biz de bunu yapmaya çalışıyoruz. Çiğdemim Derneği olarak:

"Gönüllülük bir yaşam biçimidir ve aynı zamanda bir öğrenme sürecidir. Tanımlanmış görevleri, maddi bir beklenti olmadan, toplumsal sorumluluk bilinciyle ve katılımcılık anlayışla gerçekleştirmek ve bunu yaparken bilgi, beceri ve birikimlerini toplum yararına kullanmaktır. Gönüllülük asla keyfilik ve boşa zaman geçirmek değildir" diyoruz.

2023 yılının tüm insanlık için güzellikler getirmesini dilerken derneğimize ve etkinliklerimize gösterdiğiniz ilgiden dolayı hepimize teşekkür ediyoruz. Sizlerin güveni, desteği ve katılımıyla 2023'de derneğimizi ve mahallemizi daha ileriye taşıyacağımıza inancımız tamdır.

Sevgi, saygı ve hoşgörülle....

Fatih Fethi Aksoy

Çiğdemim Derneği YK Başkanı



Bir süre önce “Balıkesir Müzesi Sizi Bekliyor” başlıklı bir haber okudum. Haberdeki “Balıkesir Kuvayı Milliye Müzesine başka şehirden sanal ortamdaki ulaşmak isteyenler ulaşamıyor çünkü henüz öyle bir ortam hazırlanmamış. Eğer ödenek ve imkân bulunabilirse sanal ortamda müze kesinlikle olmalı” cümlesi dikkatimi çekti. Önemli bir müze olmasa böyle bir dilekte bulunulmazdı. Karı-koca ekim ayının son haftasında yolumuzu Balıkesir’e çevirip müzeyi gezdik.

Balıkesir, Kurtuluş savaşının önemli yerleşim birimlerinden biri. Daha önce okuduklarımı bir kez daha anımsamaya çalıştım. Birinci Dünya Savaşı’nın ardından Osmanlı İmparatorluğu’nda geniş çaplı yönetici atamaları yapılmış, savaş döneminin iktidarına yakınlığından şüphe edilenler tasfiye edilmişti. Bunlardan biri de Çatalca’da mutasarrıflık görevi yapan Mehmet Vehbi (Bolak) Bey’di. Görevden alınca doğum yeri olan Balıkesir’e gelmişti. Kuruluşuna öncülük ettiği işgale karşı örgütlenen Balıkesir Reddi İlhak Cemiyeti 18 Mayıs’ta onun başkanlığında çalışmaya başladı.

Bir başka idareci Hacim Muhittin (Çarıklı) Bey de İstanbul’dan “seyyar tüccar” belgesi alarak ayrılmış, son resmi görev yeri Balıkesir’e doğru yola çıkmıştı. Hacim Muhittin Bey, İzmir’de polis müdürü, Akhisar’da kaymakam, Mayıs 1917 – Eylül 1918 arasında o tarihlerde Osmanlı topraklarına dahil olan sonra Suriye sınırları içinde kalan Havran’da mutasarrıf olarak bulunmuştu. Osmanlı’nın Suriye’den çekilme kararıyla Havran’da işsiz kalan Hacim Muhittin Bey, Şam ve Halep’teki memurların yurda gönderilmesiyle görevlendirildi. Hacim Muhittin Bey, Suriye’den döndükten sonra 26 Ekim 1918’de atandığı, o zamanki adıyla Karesi, şimdiki Balıkesir mutasarrıflığında 1 Mart 1919’a kadar görev yaptı, bürokratik tasfiyeden nasibini aldı, ticarete atılmak umuduyla önce İzmir’e ardından İstanbul’a gitti ve sonunda Karesi’ye döndü. Vehbi Bey’in Reddi İlhak Cemiyeti’nin başkanlığına geçmesi önerisini benimsedi ve 28 Haziran ile 12 Temmuz 1919 günleri arasında Birinci Balıkesir Kongresi’nin toplanmasını sağladı, Ege bölgesindeki yerleşim birimlerindeki yerel kongrelerin hazırlıklarına öncülük etti, büyük bölümüne katıldı.



İzmir’in işgal edilmesinin ardından halkın silahlanarak örgütlenmesinde, o günlerde ailesini ziyaret için izinli olarak İzmir’de bulunan Miralay (Albay) Kazım (Özalp) Bey önemli rol üstlendi. Kazım Bey ile ilerleyen yıllarda Cumhuriyet’in ilk milli eğitim bakanları arasına adlarını yazdıracak olan Mustafa Necati ve Vasıf Çınar beyler de Balıkesir’de görev aldılar, çıkarttıkları gazete ile bölgede haberleşmeyi sağladılar.

Karesi’nin yeni atanan mutasarrıfı Hilmi Bey idi. Hilmi (Ergeneli) Bey, Trablusgarp savaşı sırasında Rodos adasının savunmasında görev alarak idareciliğe başlamıştı. İtalyanların adaya 14 bin askerle müdahalesi sırasında esir düşmüş, serbest bırakıldığında askerlik görevini yaparken Balkan Savaşına katılmış, terhisten sonra kaymakam olmuştu. İlk mutasarrıflık görevi Karesi’de idi. Kuvayı Milliye’nin yörede örgütlenmesinde etkin görev üstlendi. Anıları Türk Tarih Kurumu’nca yayımlandı.



Böyle bir kadronun bulunduğu Balıkesir ile güneyde Aydın, Anadolu direnişinin merkezlerindendi. Bu nedenle büyük umutlarla Balıkesir Kuvayı Milliye Müzesi’ni gezdik. Sanal ortamını bir yana bırakın, içinde gezerken bile Kurtuluş Savaşı’nın ruhunu vermektense uzak uç odaya sığdırılmaya çalışılmış objelerle, duvarlara asılmış panolarla kentin ulusal mücadeledeki önemini vurgulamayan, sıradan bir alan oluşturulmuştu.

Cumhuriyet’in 100. yılında müzenin yeni objelerle ve bilgilerle destekleneceği ve bunun ardından sanal ortamda gezilebilecek duruma getirilmesini umarak binadan ayrıldık.

BİLGİ İÇİN NOT: Yazıda geçen, mutasarrıflık, günümüzde karşılığı olmayan bir yerleşim kademesinin yöneticisine verilen addır. O dönemde büyüklük ve önem itibarıyla vilayetlerle ilçeler arasında kalan yerleşim birimi olan livaların yöneticilerine mutasarrıf denilirdi.

3 ARALIK DÜNYA ENGELLİLER GÜNÜ

En büyük engel sevgisizliktir...



BEN DEĞİL, YOLLAR ENGELLİ

Çiğdem Mahallesi, 1551. Cadde, No: 14-A Çankaya-Ankara
Tel: +90 312 285 20 47
www.cigdemim.org.tr

25

BUGÜN, YARINI DÜŞÜNENLERİN GÜNÜ



Gönüllülük bir yaşam biçimidir ve aynı zamanda bir öğrenme sürecidir.

Tanımlanmış görevleri maddi bir beklenti olmadan, toplumsal sorumluluk bilinciyle ve katılımcılık anlayışıyla gerçekleştirmek ve bunu yaparken bilgi, beceri ve birikimlerini toplum yararına kullanmaktır. Gönüllülük, asla keyfilik ve boşa zaman geçirmek değildir.

GÖNÜLLÜ OL, KENDİNE VE TOPLUMA DEĞER KAT

5 Aralık Dünya Gönüllüler Günü Kutlu Olsun

Çiğdemim Derneği Yönetim Kurulu

Cemil Turan- Ekonomist/Gazeteci – Yeni Esenkent Sitesi

Ankara Büyükşehir Belediyesi bu dönemde Ankara'nın çeşitli yerlerinde tarihsel yapılara aslına uygun onarımlar ve başka bazı projelerle estetik dokunuşlar yaparak Ankara'yı güzelleştirmek için kapsamlı ve çok değerli bir çalışmaya koyuldu. Ama aşağıda onları anlatmadan önce bazı önemli yanlışlara değinmeli.

* * *

Ankara'da Ulus bölgesi, İstanbul'da Suriçi (Tarihi Yarımada), Boğaziçi ve Beyoğlu çok değerli tarihsel bölgelerdir. Batı kentlerinde gördüğümüz, imrenip çok beğendiğimiz, trafikten arındırılarak çok iyi korunan **tarihsel kent merkezleri (old city)** gibi düzenlenmesi gereken alanlardır. Ama hükümetler, özellikle 1950-60 yılları arasında DP'li Başbakan Adnan Menderes buraları birer açık hava müzesi yapmak yerine tarihsel yapıları yıkarak, Ulus'u esnaflaştırma, Suriçi'ni ise bulvarlara boğma yanlışına yöneldi.

İstanbul'u bir yana bırakalım. Ulus'ta, resmi adı **Zafer Anıtı** olan ve kaidesinde Kurtuluş Savaşını simgeleyen kabartmaların olduğu görkemli Atatürk Heykelinin hemen yanında dört katlı, Osmanlı dönemindeki adı **Dar-ül Muallimat** olan Öğretmen Okulu vardı. Sultan Abdulhamit döneminde büyük il merkezlerinde yapılan taş mekteplerden biriydi. İç avlulu, çok güzel, tarihsel ve mimari değeri olan bir yapıydı. 1955'te A. Menderes hükümetinin kararıyla yıkıldı. Yerine giriş katı çarşı, üst katları büro olan bir bina yapıldı. Okur yazarlığı düşük olan bir toplumda okullaşmayı artırmak için yeni okullar yapmak gerekirken, hem de tarihsel değeri olan Öğretmen Okulunu yıkmak! Ne aymazca bir karar!

Yetmedi, o yıllarda projelendirilip 1965'te, Zafer Anıtının tam arkasına, onun 4-5 katı yükseklikte, sevimsiz, değersiz bir yapı (**eski Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü binası**) dikildi. Ne yazık ki, Zafer Anıtına ve onun çaprazında duran Kurtuluş Savaşımızın ve Cumhuriyetimizin birinci ve ikinci Meclis binalarına bir saygısızlık hatta bir hakaret anıtı gibi durmaya devam ediyor. Üstelik "Ankara'nın Tacı Kale"nin uzak görünümünü de kapatıyor. Sonraki hiçbir hükümet ve belediye, bu yanlış düzeltip o binayı yıkmayı düşünmedi. Bugünün Sayın Mansur Yavaş belediyesi de. Tersine onu onarıp EGO ve bazı başka belediye birimlerini oraya taşımak için çalışmalara başladı. Olanakları çok geniş olan ABB'ye başka bina bulunamazmış gibi.

Sanal Dergimizin Eylül ayı sayısında, "Ankaparkı Ne Yapmalı, Ulus'ta Mansur Yavaş'ın Büyük Yanlışları-Ankara İçin Bir Belediyecilik Programı-1" başlıklı yazımda, **Ulus bölgesinin bir bütün olarak ele alınmasını** ve özellikle Zafer Anıtı civarında trafiğin yer altına çekilip büyük bir meydanın ortaya çıkarılmasının gereğine değinmiştim. Böylece Batı kentlerindeki gibi çok değerli bir "old city" ortaya çıkabilecekti. Çünkü orası, Kurtuluş Savaşımızın yönetildiği merkez. Cumhuriyetin ilk meclis, başbakanlık, bakanlık, banka ve öteki kamu binalarının olduğu, tartışmasız, **Cumhuriyetimizin bütün Türkiye'de en değerli tarihsel bölgesi. Çevresi Osmanlı ve Roma İmparatorluğu'nun tarihsel yapılarıyla dolu.** Orası, Ankara'yı dünyanın en güzel başkentlerinden biri yapmak için planlayan **Atatürk'ün ilk Ankara'sı.** Her fırsatta "Atatürk'e layık bir Ankara yaratacağız" diyen, Ankara'yı bir turizm kenti yapma planları da olan Sayın Mansur Yavaş ne yazık ki Atatürk'ün Ulus'una bütünsel bakmıyor.

Bu arada, Zafer Anıtın eskiden Ulus Meydanının tam ortasında yer aldığını, araçların, Kızılay'da Zafer Çarşısının önündeki Atatürk Heykeli gibi, Anıtın yanından geçtiğini, sonraları cadde ortasından şimdiki yerine çekildiğini belirtelim.

ANKARA İÇİN KAPSAMLI GÜZELLEŞTİRME ATILIMI

Yukarıda özetlenen düşünceleri içeren yazımı Sayın Mansur Yavaş'a bir mektupla iletmiştim. Okumuş, ilgilenmiş. Kültür ve Tabiat Varlıkları Daire Başkanı Sayın Bekir Ödemiş'e, selamını da ileterek Belediyeye davet edip yaptıkları işleri anlatmasını istemiş. Sayın Ödemiş telefon açıp davet etti. Gösterdikleri incelikten ve ilgiden dolayı Sayın Başkanlara teşekkür ederim. Dernek Başkanımız Fatih Aksoy'la birlikte gittik. Dairede hep alanının uzmanları çalışıyor. Kadro yeni. Üniversitelerle ve başka uzmanlarla yakın işbirliği yapıyorlar. Bize özet bir sunum yapıp bilgilendirdiler. Kale içi ile, hemen altındaki Roma Tiyatrosunun da içinde olduğu geniş Arkeopark alanını bir görevli bize gezdirdi. Bekir Bey, Cığdemim'e gelip, kültürel ve tarihsel varlıklar için yaptıkları çalışmaları 2,5 saatlik bir sunumla anlatmak istedi. Sıcak kişiliğine ek olarak, doğrusu örnek bir belediyecilik davranışı. Aşağıdakiler o anlatının başlıca kısımlarının bir özettir. Anlatılan işlerin bir kısmı

başlamış, bir kısmı ise projelendirilmiş ve başlamak üzere. Bu görselli sunumun bir broşür yapılarak, metro ve otobüslerde ücretsiz dağıtılan ABB Dergisi gibi dağıtılmasını önerdim.

1. **Atatürk Bulvarı-Kızılay-TBMM Meydanları arası, Anafartalar Caddesi, Çıkırıçılar Yokuşunda** kentsel tasarım, cephe iyileştirmesi ve tabela kirliliğinin kaldırılıp düzenlenmesi. **Posta Caddesinde** aynı iş. Burada korumaya alınmış Cumhuriyetin ilk döneminden binalar var.



2. Ulus tarihi kent merkezindeki **tarihsel çeşmelerin** onarımı.



3. Kale yolundaki **Roma Tiyatrosunun** restorasyonu. Buraya yıllar önce bir ayakkabıcılar çarşısı yapılmak istenmiş. Kazılınca Tiyatro ortaya çıkmış. Tiyatro aslında arkadaki caddeyi ve binaları da kapsıyor, çok daha büyükmüş. Tiyatro yanında Osmanlı döneminden bulgular çıkan park, 18 dönüm. Buranın tümü bir **Arkeopark ve yeşil alan** olarak düzenleniyor. Toplam Arkeopark alanı 50 dekar civarı. Çok büyük.



4. Arkeopark önündeki Mamak ve Keçiören dolmuşları kaldırılacak. Karşıda, Bent Deresi tarafında yapılacak **Kültür merkezi** binasının altında iki kat, 600 dolmuşa ayrılacak. Yine altta bir kat kapalı otopark. Üst katlarda Başkent Market, cafe, sergi salonu, görme engelliler için müze ile Kültür ve Tabiat Varlıkları Daire Başkanlığına ayrılan katlar yer alıyor.
5. Hacı Bayram Tepesi ve August Tapınağının eteklerindeki dolmuşlar kaldırılınca, orayı Arkeoparka bağlayan bölge **yeşil alan** yapılacak. Arkasında, önceki dönemde yıkılmış olan olimpiyat şampiyonu güreşçimiz Yaşar Doğu'nun evinin yeri satın alınarak, aslına uygun yeniden yapılp **Yaşar Doğu Güreş Müzesi** olacak.

6. Zafer Anıtının arkasındaki yapılardan **Anafartalar Çarşısının** dış cephe yenilenmesi. Karşısındaki **Roma Yolunun (Cardo Maximus)** onarımı Rahmi Koç'a önerilmiş. Kabul etmiş. Roma Yolunun yanında o dönemin dükkanları da varmış. Ama M. Gökçek döneminde bunların kalıntıları ortadan kaldırılıp yerine bugünkü çok katlı çarşı yapılmış.

7. Ulus Meydanı'ndan Dışkapı'ya doğru giderken solda yer alan **Roma Hamamı**'nın çevre düzenlemesi yapılacak. Bu Hamam dev büyüklükteki Roma İmparatorluğu'nun, başkent Roma'daki hamamdan sonra ikinci büyüğü. Bu çevrede bir Roma sarayının kalıntıları da toprak altında.



8. ABB sorumluluğu altındaki **beş tarihsel değer**, BM Bilim Kültür Eğitim Kurumu olan **UNESCO**'nun Dünya Kültür Mirası geçici listesinde. **Gordion**'un ana listeye alınması bekleniyor. Bu arada Daire içinde bir UNESCO birimi kurulmuş. Ankara bu yıl, Türkiye'nin **Tarihsel Kentler Birliğine üye** olarak kabul edilmiş (önceki dönemde böyle bir bakışın olmadığı buradan belli).

9. Uzak geçmişten beri "**Ankara'nın Tacı**" olarak nitelenen Arkeopark üstündeki **Kale**'nin estetik bir gece aydınlatması yapılacak. Kale içi konutların çoğu bedelsiz onarılmış. Dış cepheleri yapıp boyanmış. Cafeler, restoranlar var. Kale içi çok güzel olmuş. Kale içinde cafeler ve restoranlar da var.

Ayrıca bir "Kaledesin Ofisi", İtfaiye Müzesi ve Ankara mutfağından örneklerin sunulacağı Gastronomi Merkezi yapılmış.



10. Posta Caddesinde, yanan Modern Çarşı'nın yerine modern mimaride bir kültür merkezi: "**Ulus Modern**". Yarışmayla belirlenen nefis bir proje hazır.

11. Onun yanında, **Atatürk'ün 1937'de yaptırdığı Hal'in** aslına uygun yenilenmesi. Ulus Halinin alanı 3086 metrekare.

12. Heykelin karşısındaki, yıkılacak **100. Yıl Çarşısının** altına otopark, üstüne **meydan**. İnternet üstünden yapılan halk oylamasının sonucu, çarşının yıkılıp meydan yapılması yönündeydi. Burası, Kurtuluş Savaşı yıllarında, tam Meclisin karşısına düşen, Millet Bahçesi adındaki parktı.

13. **Güven Park** dolmuşları oradan kalkıp, Necati Bey Caddesinin köşesindeki, eski İmar İskan Bakanlığı binasının altına taşınacak. Bu önceki dönemden sarkan bir proje. Böylece Parkın tamamı eskiden olduğu gibi yeşil alan olarak düzenlenecek.

14. **Kurtuluş ve Abdi İpekçi Parklarının** düzenlenmesi de yapılan park çalışmaları arasında.

15. İbni Sina Hastanesinin önündeki kavşağa büyük tıp bilgini ve filozof **İbni Sina Heykeli** yapılacak.

16. Atatürk'ün Ankara'ya giriş yaptığı Çaldağ Tepesine **Cumhuriyetin 100. Yılı Anıtı** yapılacak.



17. **Dış ilçelerde** tarihsel konak, türbe, jeopark gibi alanların restorasyonu yapılıyor.

... VE ÖNCEKİ DÖNEMDE YİTİRDİKLERİMİZ

Melih Gökçek'in Belediye Başkanlığı yaptığı dönemde yukarıda belirttiğimiz Roma Yolu yanındaki Roma dükkanları dışında birçok Cumhuriyet yapısı da, Cumhuriyetimizin izlerini silmek istercesine hoyratça yok edildi.

1. **Hasanoğlan Yüksek Köy Enstütüsünün** terkedilmiş, döküntü durumundan kurtarılarak restorasyonu için Milli Eğitim Bakanlığı önce ABB'ye yetki vermişken sonra o yetkiyi iptal etmiş.
2. 2013'te yıkılan Cumhuriyet Ankara'sının zarif **temiz su yapısı**.
3. 2006'da yıkılan **Havagazi Fabrikası**.
4. 2017'de yıkılan, Gençlik Parkı karşısındaki **İller Bankası binası**. Bu yapı 1937'de açılan mimari yarışmada birinci seçilen projeydi.
5. 2016'da yıkılan **Çubuk Barajı Gazinosu**. Atatürk Ankara'ya gelen yabancı konuklarını buraya getirirdi.
6. 2013'te yıkılan, Sıhhiye'deki **Etibank binası**. Burası da yapılan bir modern mimari yarışmasında seçilen projenin ürünüydü.
7. 2018'de yıkılan Ulus'taki **19 Mayıs Stadyumu**. Bu da, 1936'da bir yabancı mimara yaptırılan bir dizi spor yapısından biriydi.



ARAMIZA HOŞ GELDİNİZ

Geçen ay içerisinde üyelik başvurusunda bulunan ve Yönetim Kurulumuz tarafından üyeliği onaylanan listedeki komşularımıza aramıza hoşgeldiniz diyor, bu gönüllü desteklerinden dolayı teşekkür ediyoruz.



Henüz üye olmayan komşularımızı da aramızda görmek istiyoruz. Üye formunu doldurup bir fotoğraf vermeniz yeterli. Yıllık üyelik aidatımız 50 TL.dir. (18-25 yaş gençler için 1 TL.)

Arzu	Duran	Gülay	Turhan	Remziye	Özakar
Asude Buket	Sırt	Halil Serhan	Saner	Sema	Yalçın
Aycan	İpek Yalçinkaya	Hatice Hülya	Sümer	Sevgi	Uzun
Ayşe	Tavukçuoğlu	İhsan	Urcan	Vedia Havva	Abugoş
Ayşe	Arslan	Keriman Feza	Yılmaz Kosman	Volkan Bozkurt	Tanyıldız
Ayşen	Sanbur	Mahmut	Gök	Yaşar	Demirtaş
Ebru	Akçay	Nihal	Baktroğlu	Yılmaz	Doğan
Esra	Özden	Özge	Şat	Yüksel	Şahinkoç
Fulya	Kırmılioğlu	Pınar	Aydın Odwyer	Zeynep	Yeniaras

Üyelik kartlarınızı derneğimizden alabilirsiniz. Üyelik aidatlarınızı ve her türlü bağışınızı makbuz karşılığında derneğimize ödeyebilir veya aşağıdaki hesap numarasına gönderebilirsiniz.

T.İş Bankası Ankara Çukurambar Şubesi 4379 – 0001560
IBAN NO: TR73 0006 4000 0014 3790 0015 60

Kasım ayında aidat ödemelerini yapan aşağıdaki üyelerimize teşekkür ediyoruz.

Aycan İpek Yalçinkaya	Ferhat Akıcı	Remziye Özakar
Ayşe Tavukçuoğlu	Fulya Kırmılioğlu	Rifat Örnek
Ayşen Sanbur	Gülay Turhan	Sema Yalçın
Demet Gülşen	Gülseren Gürbüzdal Demir	Volkan Bozkurt Tanyıldız
Emel Erdoğan	K.Feza Yılmaz Kosman	Yasemin Sönmez
Emine Kara	Mahmut Gök	Yaşar Demirtaş
Esra Özden	Necmi Çora	Yılmaz Doğan
Fadime Yasemin Bardakcioğlu	Nihal Baktroğlu	Zeynep İncesu
Ferah Erbil	Nurten Peköz	
Ferda Alaybeyi	Perihan Edeş	

Bir sonbaharı daha geride bıraktık ve kışa girdik. Sonbahar, Çiğdem'i yine harika renklere boyadı. Sanki Cemal Süreya'nın "Sonbahar sanattır; diğerleri mevsim" derken ne kadar da haklı olduğunu bizlere göstermek istiyor gibiydi.

Soğuk, gri kış günlerinde içimizi ısıtır düşüncesi ile, Çiğdem'de çektiğim sonbaharın renk dönüşümüne ait birkaç fotoğrafı paylaşmak istedim.
(1573. Cadde, Park Sitesinin ağaçları)



(Can Yücel Parkı)







Çiğdemim Derneği, Mahalle Bostanı)



(Dünya-1 Şelale Sitesi B3 Blok bahçesi)



(1584.Cadde, Smevra Apartmanının bahçe istinat duvarı)



(Şirindere Vadisi girişi)



(Erdem Sitesinin bahçesi ve 1586. Sokak)



(1586. Sokak, Tunahan Apartmanının bahçesi)



(Yeni Esenkent Sitesinin Bahçesi)

TEŞEKKÜRLER



Bildiğiniz gibi, sizlerin desteğiyle, lise ve üniversite öğrencilerine eğitim desteği veriyoruz. Bu yıl için 27 öğrenciyi belirledik ve aylık 500 TL. olarak ödemeye başladık.

Önümüzdeki dönemde bunu devam ettirmek için desteklerinizin devam etmesini bekliyoruz.

2022 yılı Kasım ayı içerisinde burs fonumuza destekte bulunan aşağıdaki komşularımıza teşekkür ediyoruz. Desteklerinizi makbuz karşılığında derneğimize verebileceğiniz gibi

T.İş Bankası Ankara Çukurambar Şubesi 4379 – 0001560

IBAN NO: TR73 0006 4000 0014 3790 0015 60 numaralı hesabımıza da yatırabilirsiniz.

Berrin Uçkun	F.Cansel Türkay	Hatice Özkan
Cemal Keskin	FATma Gökmen	İsmet YAKŞI
Çiğdem Güler	Ferah Erbil	Keziban Ateş
E.Ferhan Sabuncuoğlu	Ferda Alaybeyi	Mahmut Gök
Ekin Doğmuş	Filiz Doğanay	Meliha Bilge
Emir Candaş Sevinç	Fulya Yılmaz	Nuran Güçlübacak
Ertan Doğmuş	Gamze Karakul	Nurcan Avşar
F.Alev Akman	Gönül Öner	Sevim Erdal
Necmettin Okutan	Vedia Abugoş	Zehra Kıracı

BİRLİKTE GÜÇLÜYÜZ

ÇİĞDEMİM SAĞLIK SÖYLEŞİLERİ

SORULARLA

HİPERTANSİYON

07 ARALIK
çarşamba
Saat: 19:30

Doç.Dr. Şekip ALTUNKAN

Yüksek tansiyon (Hipertansiyon),
damar sertliği, kolesterol yüksekliği
konularında merak ettikleriniz.



YER:

Çankaya Belediyesi, Çiğdem Mahallesi,
Hasan Ali Yücel Çankaya Evi, İsmail
Hakkı Tonguç Etkinlik Salonu

İLETİŞİM:

(0312) 285 2047 - 0530 660 9583
www.cigdemim.org.tr



ÇİĞDEMİM DERNEĞİ MAHALLE BOSTANI PROJESİ

KOMPOST İÇİN KULLANILAN ATIKLAR

Organik mutfak atıkları (pişmemiş)
Tüm yeşil yapraklılar
Meyve atıkları
Budanmış ev bitkileri, çiçekler
Çay, kahve atıkları
Yumurta kabukları (temizleyip, dövüp
iyece ufalayıp biraz suda bekletirsek çok daha
hızlı ve güzel dönüşür)



HABERLER

#çiğdemimheryerde

Komşularımızdan Alev Ilgaz, Nurten Uysal, Edibe Baysal, Bedriye Özgenç, sevim Erdal ve Gülay Zihni'nin el emekleriyle ördükleri atkı-bere-süveterler Ağrı-Doğubeyazıt, Van ve Şanlıurfa – Viranşehirdeki okullara gönderildi.

Öğrenciler ve öğretmenler teşekkürlerini iletiyorlar.



Geçtiğimiz günlerde bakışmayla etkileşim üzerine önemli bir araştırmanın sonuçları yayınlandı. Steve Chang ve arkadaşlarının imzasıyla yayınlanan bu araştırmaya göre iki insan göz göze geldiğinde beynin kişilik ve sosyalleşmeden sorumlu bölgelerinin (*prefrontal korteks* ve *amigdal*) arasındaki iletişim kanalları (*nöronlar*) birbiri ardına ateşlenmektedir (1). Söz konusu bölgeler iletişim talep eden sosyal bakışın ne yöne doğru olması gerektiğine karar vermekte ve hemen ardından da gerçekleşen bu bakışın yarattığı etkileşime bir anlam yüklemektedir. Araştırmacılar, "İki insan arasındaki bakışlardan anlam çıkarma olgusu yüzyıllardır sanat aracılığıyla belgelenmiş bir gerçek. Ancak beynin bunu nasıl başardığı bugüne kadar bir muamma idi" diyorlar ve şöyle ekliyorlar: "Beyinde etkileşimli sosyal bakışın sağlam sinyalleri ve güçlü imzaları mevcut." Söz konusu çalışma yüzleri deneklere doğru ya da başka yöne çevrili mutlu veya kızgın bakışlı yüz görselleri sunularak yapılmış ve beynin bu ifadelere tepkisi incelenmiş. Bu görseller "statik" görüntüler olduğundan kanlı canlı iki insan birbirinin gözünün içine "dinamik" şekilde bakıp iletişim kurarken aşk kıvılcımının mı nefret tohumlarının mı saçılacağını öngörmek henüz pek mümkün gözüküyor. Diğer bir deyişle ilk bakışta atılan aşk tohumları ve onu izleyen sevgi bakışmalarının biyokimyası biliniyor olsa da beyindeki sergüzeşt daha çok araştırılmaya değer.

Zaten "sevgi bakışla başlar" diye bir yargıya varmak imkansızdır, sonuçta gözleri görmeyenler de birbirini sevebilir. İlk bakışta aşk, görme ve koku (feromon denilen sosyal ilişkileri düzenleyen kokulu salgıyı algılayabilmek için) duygusuyla tetiklenir diye ısrar edilse de sevgiyi asıl sabırla işleyen ve saygıyla taşıyanın, şefkatten beslenen işitme duygusu olduğu düşünülmektedir (2,3).

Gerçekten de birine bakan kişi onun yüzünde gerçek ifadeyi okuyabilir mi, yani kendi umduğunu değil de sahici olanı? Bu kuşkuyla bağlı olarak tersine bir soru da akla gelebilir: İnsan kendi ifadesinin ardında yatan gizemli duyguları ona bakanın yüzünden okuyabilir mi? Gerçekte her ikisi de oldukça zordur. Kolay olsaydı ruh bilimine ihtiyaç kalmaz, insanlar aynaya ya da birbirlerine bakıp duygularını çözerlerdi.



Velhasıl insan ilişkilerinde ses görüntüye, şarkı salt gözle okunan şiire galiptir denilebilir. Ancak şiir deyip de geçmemeli. Şiir ki içinde ezgi barındırır, ses yüklenmemiş şiir, aslının gölgesidir ancak. Ve şiir kimin elinden çıkarsa çıksın, esas duyulan şairinin yüreğidir. Dahası eğer şairin anlattığı şiirin hitap ettiği kişinin öz-tanımlamasına uyuyorsa şairinin ruhuna âşık olunur. Asıl şair kişiye kendi kendisini tanıtan, kişiyi kendi kendisine aşık edendir.

Asıl şaire vurulmak deyince mısraları içli şair, kılıcı keskin silahşor Cyrano de Bergerac akla düşüvermez mi?



(4). Roxane'ı tüm kalbiyle seven ama büyük ve çirkin burnu nedeniyle kendisini ona layık görmeyen Cyrano, Roxane'ın kendisini sevdiğinden bir an umutlansa da onun aslında yakışıklı bir gence gönlünü kaptırdığını öğrenir, derin bir hüznle. Ancak Roxane ilk anda suretine vurulduğu gencin gönlünden duygu alamamakta, onda kendisini bulamamaktadır. Cyrano sorunun o yakışıklı gencin belagatten yoksun olması olduğunu anlayınca onun haberi olmadan, onun adına gizlice Roxane'a yazmaya koyulur. Şiirleri mektuplar, savaş cephesini günde üç defa yarıp yüreğindeki ilk elden ulaştırmacısına duygulu satırlar izler. Sevmek için göz göze gelmek gerekmediği gibi salt iç ses de yeter; kendi dış sesini bile duymaya ihtiyaç yoktur.

Roxane yıllar sonra asıl sevdiğinin mektupların gerçek yazarı olan Cyrano olduğunu anlar. Her ne kadar işi ten geçmiş, Cyrano ölmek üzereyse de onca yıldır yanak yanağa ne bir kelime ne de paylaşılan sevgi sözcükleri ve bakışları varken, azalmayan aksine artan sevgi nihayet gerçek sahipleri arasında paylaşılır. Roxane şiirlerin, mektupların yazarına ve aslında yazılanlarda kendisini bulmuş olmaya aşıktır, yazarın kimliğini bilmeden. Böylece geç de olsa Roxane ve Cyrano birbirlerinde “aradıkları kendilerini” bulurlar.

Sevmek, sevdiğinde kendini bulmaktır. O halde araştırmacılar görsel sistemi incelemek yerine kişilik bölgesinin kendini tanıma alanlarına odaklanırlarsa “sevgi”ye ulaşabilirler.

Kaynaklar

1. Monte OD, Fan S, Fagan NA ve ark.: Widespread implementations of interactive social gaze neurons in the primate prefrontal amygdala networks. Neuron. (https://neurosciencenews.com/social-gaze-neurons-20559/?fbclid=IwAR3qnssemZkGuOiB8N2ITYm5C5gLLje1nBY0r6Wzos_DW6eOOWjmfkKy1fpQ). Erişim: 10.5.2022
2. Keaveny M, Mahmut KB: Love stinks. The Association between Body Odors and Romantic Relationship Commitment. Brain Sci. 11:1522 (https://mdpi-res.com/d_attachment/brainsci/brainsci-11-01522/article_deploy/brainsci-11-01522.pdf?version=1637156411), 2021
3. When Hearing Is Better Than Seeing: The Power of the Ear Exposed. <https://backtracks.fm/blog/when-hearing-is-better-than-seeing-the-power-of-the-ear-exposed/> Erişim: 29.5.2022
4. Rostand E: Cyrano de Bergerac (Çev: SE. Siyavuşgil), Remzi Kitabevi, 1946

HEP BİRLİKTE EL ELE, TERTEMİZ BİR

MAHALLE!

ÇEVREMİZİ KİRLETMEDİĞİNİZ İÇİN

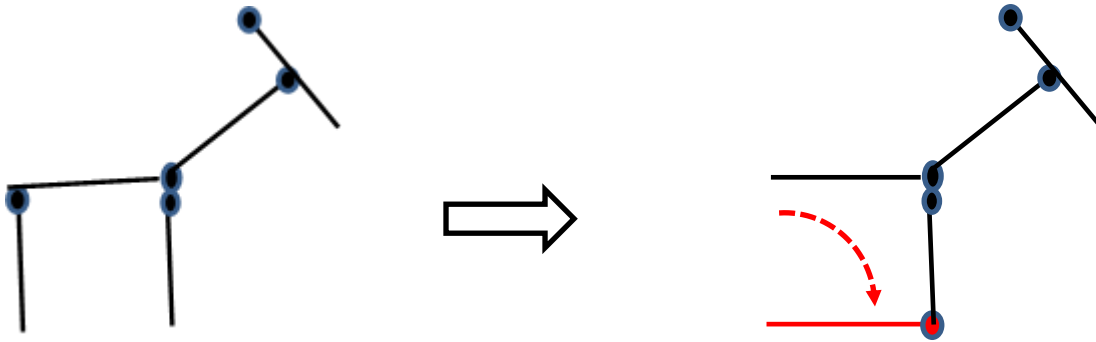
TEŞEKKÜR EDERİZ!

BAĞIMSIZ, TARAFSIZ, GÖNÜLLÜ...

BİR BİLMECE



Geçen sayının yanıtı



Bir kibriti oynatarak öncekinde bacaklarına göre eşeğin sağa bakan başını, şimdi bacaklarına göre sola bakar hale getirdik. Yani ters yöne çevirdik.

ÇİĞDEMİM SİNEMA TOPLULUĞU

TURİST (Force Majeure)

Yönetmen: Ruben Östlund



14 ARALIK
çarşamba
Saat: 19:30

Yer: Çankaya Belediyesi, Çiğdem
Hasan Ali Yücel Çankaya Evi,
İsmail Hakkı Tonguç Etkinlik Salonu

PRODUCTION
DIRECTOR
SCENE



ÇİĞDEM MAHALLESİ
1998



Derneğimizin müze gezileri kapsamında bu ay komşularımızla 38. gezimizi gerçekleştirdik.



Gezimize, 24 Eylül Dil Bayramında açılışı Anadolu Medeniyetleri Müzesi'nde İlber ORTAYLI tarafından yapılan Kelime Müzesini ziyaret etmekle başladık. Kelime Müzesi yazar Şermin YAŞAR tarafından yoğun ve uzun bir çalışma sonucu hazırlanmış ve Ankara'ya kazandırılmış. Ankara Kalesi'ne yakın bir konumda olan dört katlı bu müze, eski zamanlarda zahire ve tiftik ambarı olarak kullanılan eski bir binanın restore edilmesi sonucunda oluşturulmuş. Müze Türkçe Kelimelerin, Atasözleri ve Deyimlerin çocuk ve gençler tarafından öğrenilmesi, Türkçenin zenginliğini ortaya koyan kelimelerin sanatsal, görsel tasarımla ve duygularla buluşmasını deneyimliyor. Müzenin alt katında kökler, giriş katında kelimeler, üst katta ise cümleler ile ilgili sergi alanları bulunuyor. Giriş ve birinci katı birbirine bağlayan merdivenler arasında ise Türkçe, Uygur, Göktürk, ve Arap harflerinin olduğu piriç avize dikkatleri çekiyor. Ayrıca

müzedeki İranlı bir sanatçının Gazi Mustafa Kemal ATATÜRK'ün fotoğraflarından yapılan üç boyutlu dijital heykeli bulunuyor.

Müze girişte ziyaretçileri, "Hoşgeldiniz sefalar getirdiniz." "Ne iyi ettiniz de geldiniz." "Hangi rüzgar attı sizi buraya?" cümleleri karşılıyor. Çıkışta ise ziyaretçileri, "Hoşça kalın", "Allah'a ismarladık", "Yolunuz açık olsun", "Arayı açmayalım", "Özletmeyin kendinizi" cümleleri uğurluyor.

Kelime Müzesini büyük bir beğeni ve hayranlıkla dolaştıktan sonra Ankara Kalesi'nde restorasyonu tamamlanmış eski binaları, konakları, ara sokakları gezdik ve daha sonra Türkiye'nin ilk ve tek Tabiat Tarihi Müzesi olan ve 1968 yılında açılan MTA Şehit Cuma DAĞ Tabiat Tarihi Müzesine geçtik. Müzenin giriş katında Güneş Sistemi Küresel görüntüleme sistemi, "Bilim Küresi" kubbe şeklindeki ekranda üç boyutlu görüntüleme sistemi, Planetarium, Görme Engelliler Bölümü, Eğitim ve Uygulama Alanı, Geçici Sergi Alanı, Konferans Salonu ve Hediyelik Eşya Satış Bölümü bulunuyor. Müzenin birinci katında geçmiş yaşantıların kalıntıları olan omurgalı ve omurgasız hayvanlara ait fosillerle bitkilere ait fosiller ve 140 Milyon yıl öncesine ait etobur dinazorlar, Maraş Fili ile balina iskeleti bulunuyor. Üst katta ise Türkiye'nin ve dünyanın bir çok ülkesine ait mineral ve süs taşları ile maden tarihimize ilişkin örnekler yer almaktadır. MTA müzesini çok kapsamlı bir şekilde gezdikten sonra gezimizi sonlandırdık.



Müze gezilerimize her ay değişik müzeleri gezerek devam edeceğiz.



ÇİĞDEMİM DERNEĞİ



Çiğdem Mah. 1551.Cadde 14-A Çankaya/Ankara

+90 312 2852047

+90 530 6609583



dernek@cigdemim.org.tr

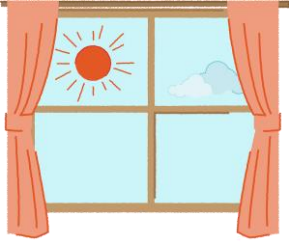
www.cigdemim.org.tr



0507 8685770



Pencereden dışarıya baktığımızda ne görüyoruz? Veya kapıdan dışarı adım attığımızda...



Güneşli veya yağmurlu bir hava, uçan kuşların melodileri ya da yağın yağmurun huzur verici sesi... Etrafta gözlerimizi süsleyen ağaçlar, parklarda koşuşturan çocukların sesleri, belki başı okşanır diye yanınıza yaklaşan bir kedi... Peki, bunlara ulaşmayı, bu günlere ulaşmayı nasıl becerdik? Duyduklarımıza kulak kabarttığımızda, tarihimizi incelediğimizde, artık bastığımız yerlerde kan değil, yemyeşil otlar, çiçekler, ağaçlar var. Dışarıda kurşun sesleri değil, kuşların mutluluk sesleri var. Artık her gün evlere kara haber düşmüyor, mutlu aile sohbetleri dönüyor. Dışarıdaki her çocuk vatan uğruna yetim kalmamış, yüzlerindeki mutlulukla oyunlar oynuyorlar.

Şöyle bir bakınca ne çok şey atlatmışız, ne çok değişmişiz. Artık mutluluğu bulmak için dışarıya çıkmak veya pencereden bakmak yeterli. Çünkü mutluluk zaten bizler uğruna kan dökülerek bize verilmiş. Elimizden almaya çalışanlar olacaktır elbet. Gazi Mustafa Kemal ATATÜRK'ün dediği gibi "İstikbalde dahi seni bu hazineden mahrum etmek isteyecek dahili ve harici bedhahların olacaktır." Evet oldu, olmaya da devam edecek. Ama bizim elimizden hazinemizi almaya çalışanların karşısında duvar gibi durduk ve durmaya da devam edeceğiz. Bizler için dökülen o kadar kanı, gözyaşını hiçbir zaman hiçe saymayacağız. Bizler daha da ileri gitmek için çabalayacağız. Açlığımız yemeye değil, bilgiye olacak. Her gün, her saniye daha çok şey öğreneceğiz. Bilimin peşinden koşacağız. En önemlisi ise vatanımızı vermek yerine, daha çok çalışacağız.

MISIR UNLU LOR PEYNİRLİ KEK

Elif ÜNAL-Çiğdemim Derneği Bursiyeri

Malzemeler:

3 yumurta (yumurtalarınız büyük ise 2 tane de yeterli olacaktır)
Yarım su bardağı yoğurt
Yarım su bardağı süt
1 su bardağı lor peyniri
1 su bardağı mısır unu
1 su bardağı un
2 yemek kaşığı mısır nişastası
1 yemek kaşığı limon suyu
1 tatlı kaşığı tuz
Dereotu
1 paket kabartma tozu
İsteğe göre baharat ve 1 çay kaşığı mahlep eklemesi yapabilirsiniz.

Hazırlanışı:

Yumurtaları çırpın.
İçerisine sıvı maddelerin hepsini ekleyip homojen bir görünüm elde edin.
Ardından peynir ve baharatları da ekleyin.
Mısır unu, normal un, mısır nişastası ve kabartma tozunu ekleyin. Mahlep kullanacaksanız onu da bu aşamada ekleyin.
Yağlanmış fırın tepsinize karışımı aktarın.
Arzu ederseniz üzerine çörek otu ekleyebilirsiniz.
170 derece fırında kekin üzeri iyice kızarana dek pişirin.
Biraz soğuduktan sonra dilimleyerek servis edebilirsiniz.

Afiyet olsun!



ÇİĞDEMİM DERNEĞİ TOPLULUK-ATÖLYE ÇALIŞMALARI PROGRAMI

GÜN	SAAT	TOPLULUK-ATÖLYE ÇALIŞMASI	YER	ÖĞRETİCİ
PAZARTESİ	20:00-22:00	EDEBİYAT TOPLULUĞU (HER AYIN SON PAZARTESİ)	KÜLTÜR EVİ	
	20:00-22:00	TEMEL BRİÇ ATÖLYESİ (BAŞLANGIÇ)	KÜTÜPHANE	MUSA ERASLAN
	18:00-20:00	FOTOĞRAF PROJE ATÖLYESİ	KÜLTÜR EVİ	FAZLI ÖZTÜRK
SALI	11:00-16:00	KIRKYAMA (PATCHWORK) ATÖLYESİ	KÜLTÜR EVİ	AYTÜL AKSONGUR
	18:30-20:00	İNGİLİZCE KONUŞMA TOPLULUĞU	KÜTÜPHANE	ALEV AKMAN
	20:00-21:30	RİTİM ATÖLYESİ - YETİŞKİNLER	KÜLTÜR EVİ	BÜLENT BALCI
ÇARŞAMBA	19:30-22:00	SİNEMA-BELGESEL-SÖYLEŞİ	HASAN ALİ YÜCEL ÇANKAYA EVİ	
	20:00-22:00	BRİÇ TOPLULUĞU - OYUN GRUBU	KÜTÜPHANE	MUSA ERASLAN
PERŞEMBE	11:00-16:00	EL SANATLARI ATÖLYESİ 1.GRUP	KÜLTÜR EVİ	NİLGÜN TÜRKER
	20:00-22:00	TEMEL BRİÇ ATÖLYESİ (BAŞLANGIÇ)	KÜTÜPHANE	MUSA ERASLAN
	19:00-21:00	FOTOĞRAF ATÖLYESİ	KÜLTÜR EVİ	TACETTİN TEYMÜR
CUMA	11:00-16:00	EL SANATLARI ATÖLYESİ 2.GRUP	KÜLTÜR EVİ	NİLGÜN TÜRKER
	19:00-21:00	TEMEL FOTOĞRAFÇILIK EĞİTİMİ	KÜLTÜR EVİ	TACETTİN TEYMÜR
CUMARTESİ	10:00-11:00	ÇOCUKLAR İÇİN UKULELE	KÜLTÜR EVİ	ECE APAYDIN
	12:30-13:30	RESİM ATÖLYESİ - ÇOCUKLAR	KÜLTÜR EVİ	YASİN YURTOĞLU
	13:30-14:30	DÜŞÜNCE ATÖLYESİ ÇOCUKLAR 10-13 YAŞ	KÜTÜPHANE	BURCU AÇIKALIN YAVUZ
	14:30-16:30	ÇOCUK MECLİSİ	KÜTÜPHANE	MELİHA BİLGE
	16:30-17:30	DÜŞÜNCE ATÖLYESİ ÇOCUKLAR 6-9 YAŞ	KÜTÜPHANE	BURCU AÇIKALIN YAVUZ
	14:00-17:00	RESİM ATÖLYESİ -YETİŞKİNLER	KÜLTÜR EVİ	DİLEK TOKGÖNÜL YASİN YURTOĞLU
PAZAR	11:00-12:00	ÇOCUKLARLA DRAMA (7-10 YAŞ)	KÜLTÜR EVİ	SİNEM ERDEM
	13:30-14:30	GİTAR ATÖLYESİ 1.GRUP	KÜLTÜR EVİ	BÜLENT ALIÇ
	14:30-15:30	GİTAR ATÖLYESİ 2.GRUP	KÜLTÜR EVİ	BÜLENT ALIÇ
	15:30-16:30	GİTAR ATÖLYESİ 3.GRUP	KÜLTÜR EVİ	BÜLENT ALIÇ
	16:30-17:30	GİTAR ATÖLYESİ 3.GRUP	KÜLTÜR EVİ	BÜLENT ALIÇ
	16:00-18:00	TSM KOROSU	ORTAOKUL	AZİZ ÇAĞATAY

**ATÖLYE VE TOPLULUK ÇALIŞMALARINA
KATILMAK İSTİYORSANIZ LÜTFEN BİZİMLE
İLETİŞİME GEÇİNİZ.**

ÇİĞDEMİM DERNEĞİ

*2 Kasım
çarşamba
başlıyor!



BRIÇ OYUN ATÖLYESİ

Çarşamba Günleri:
20:00 - 22:00

"MUSA ERASLAN
yönetiminde başlıyor"

Yer:

Oğuz Tansel Semt Kütüphanesi

Ücret:

Temel briç eğitimi almış olanlar için
yapılacak bu atölye katılım ücreti aylık 50TL



ÇİĞDEMİM DERNEĞİ

TEME

BRİÇ

ATÖLYESİ

Pazartesi ve Perşembe
Günleri:

20:00 - 22:00

(6 Hafta Sürecektir)

"MUSA ERASLAN
yönetiminde başlıyor"

Yer:

Oğuz Tansel Semt Kütüphanesi

Atölyenin Toplam Ücreti:
250 TL



Tel: (0312) 285 2047 - 0530 660 9583

Çiğdem Mah. 1551.Cadde No:14-A
Çankaya-Ankara
www.cigdemim.org.tr

ÇOCUK MECLİSİ YENİ DÖNEM

CUMARTESİ / Saat: 14:30
GÜNLERİ

Yer:
ÇİĞDEMİM DERNEĞİ

Tel: 2852047 - 0530 660 9583

Çiğdem Mah. 1551.Cadde No:14-A
Çankaya-Ankara
www.cigdemim.org.tr

ÇİĞDEMİM DERNEĞİ İNGİLİZCE KONUŞMA KULÜBÜ

"ALEV AKMAN
yönetiminde başlıyor"

Salı Günleri:

18:30 - 20:00

Yer:

Çiğdemim Oğuz Tansel Semt Kütüphanesi



Tel: (0312) 285 2047 - 0530 660 9583

www.cigdemim.org.tr

ÇİĞDEMİM DERNEĞİ

ÇOCUKLAR İÇİN

DRAMA ATÖLYESİ

Pazar Günleri:

11:00 - 12:00

(7-10 yaş grubu)

SİNEM ERDEM
yönetiminde başlıyor"

Yer:

Çiğdemim Kültür Evi

Tel: (0312) 285 2047 - 0530 660 9583

Çiğdem Mah. 1551.Cadde No:14-A
Çankaya-Ankara
www.cigdemim.org.tr

*Ekim Ayında
Başlıyor!

P4C/ FELSEFE ATÖLYESİ

Çocuklarla Felsefe Atölyemizde elimizde kitaplarla, bazen animasyonla veya müzikle önemli felsefi sorunları konuşuyoruz. Bu atölyeyle çocuklarımızın topluluk içinde iş birliği ile düşüncelerini dile getiren, özenli bir dil kullanan, arkadaşını dinleyen ve empati gibi becerilere sahip özgüvenli bireyler olmasını hedefliyoruz. Yaptığımız oturumlarda çocuklarımız herhangi bir felsefi bilgi alışverişi olmadan kendi fikirlerini gerekçelendirerek özgürce düşüncelerini inşa edip bilginin alıcısı değil üreticisi oluyorlar.

*Tüm 7-9 ve 10-12 yaş grubu
çocuklarımızı atölyemize davet
ediyoruz.



Tel: 2852047 - 0530 660 9583

Çiğdem Mah. 1551.Cadde No:14-A
Çankaya-Ankara
www.cigdemim.org.tr

Normalde vücudumuzdaki **Çinko** miktarı 2-3 gramdır. Kanda, alyuvarlarda, prostatta, karaciğerde, pankreasta, bazı kaslarda ve kemiklerde bulunur. Çinkonun, insan yaşamında RNA, DNA, protein sentezi, ensülin etkinliği, A vitamininin hücrelere taşınması, yaraların çabuk iyileşmesi, hücrelerin bölünerek çoğalması, tat alma, sperm çoğalması, bağışıklık sisteminin güçlenmesi, davranış ve öğrenme veriminin artırılması, anne karnında ya da doğmuş çocukların büyüme ve gelişimi, kandaki yağların taşınması gibi oldukça önemli görevleri bulunmaktadır.

İnsan sağlığı ve yaşamını tehdit edecek kadar yüksek oranda çinko eksikliği, vücutta ishale, saç dökülmesine, zihinsel bozukluklara ve sıkça enfeksiyonlara yol açmaktadır. Orta dereceli çinko eksikliği ise, büyüme geriliğine, cinsel organların gelişiminde geriliğe, deri değişikliğine, iştah bozukluğuna, yaraların iyileşmesinde gecikmeye ve tat alma duyusunda azalmaya neden olmaktadır. Düşük çinko eksikliği ise, sinirsel ve duygusal değişikliklere, erkeklik hormonunda azalmaya, okul öncesi çocuklarda gelişme geriliğine ve sıkça yaşanan enfeksiyonlara sebep olur (www.hekimce.com).

Çinko eksikliği sonucunda oluşabilecek hastalıklar ise el ve ayak parmakları arasında görülen iltihaplı, kabarcıklı, pullu deri lezyonları, penisilin tedavisi sonrası akut alkol alımı, toprak yeme olayı, anemi, kronik böbrek hastalıkları, kronik akciğer hastalıklarıdır.

Çinko pancar, yulaf ezmesi, mercimek, bezelye, et, tuzsuz beyaz peynir ve deniz ürünlerinde bulunur. Genelde bir erkeğin günlük çinko ihtiyacı yaklaşık 15 miligram, kadının ki ise 12 miligramdır... Vücutta çinko eksikliği kadar, fazlalığı da tehlikeli olup, damar rahatsızlıkları ve iştahsızlıklara neden olmaktadır...

Tarıma ayrılmış topraklarımızın % 49.83'ünde çinko oranı, insan sağlığı için alt sınır olan 0.5 ppm den daha düşük çıkmakta olup, % 32.76'sında ise 0.5 - 1.0 ppm arasındadır. Fakat günümüzde çinko kapların ve su borularının kullanımdan kalkmış olması, maalesef çinko eksikliğine katkıda bulunmaktadır..!

Tarım Bakanlığı ile Çukurova Üniversitesi'nin 1993 yılından bu yana ortak yürüttüğü, "**Türkiye topraklarında ve bitkilerinde çinko eksikliğinin giderilmesi**" konulu proje, halen NATO destekli olarak sürdürülmektedir. Söz konusu proje 1993 yılında Türkiye topraklarında yapılan testler sonunda, Anadolu'da yetiştirilen buğdaylarda, çinko eksikliği olduğunun saptanmasıyla başladı..! Bu projenin asıl amacı ilgisiz gibi görünmekle beraber, Anadolu insanının düşünme kapasitesini artırmaktır..!

Ülke topraklarımızdaki bu ciddi eksiklik belirlendikten sonra, topraklarımıza çinko takviyesi yapılması planlanarak, gübre endüstrisinde çinko katkılı gübre üretilmeye başlandı... Basit gibi görünen bu işlem, **ülke için iki hayati sonuç doğurdu**. Öncelikle buğday verimi arttı... Böylece çinkolu gübre üretimi, Türkiye'de 10 yıl içinde, 50 bin tondan 350 bin tona çıkarıldı. Bunun ülke ekonomisine katkısı ise, yüz milyonlarca dolardır. Böylece bir milyon dolarlık bir araştırma, ülkemize yüz milyon dolarlık bir katkı sağlamış oldu...

İkinci önemli sonuç ise, Türkiye için çok daha önemli ve tamamen insanidir. Projenin bu yönü, **Anadolu insanının düşünme kapasitesini artırmaya yöneliktir. Çünkü, ekmeklik ürünlerimizde çinkonun az olması, organik bileşiklerin demir ve çinkoyu kendine bağlayarak, vücutta emilmeyi azaltmaktadır. Bu da insanımızın, düşünme yeteneğini azaltmaktadır!!** Diğer yandan Türk insanı günlük kalorisinin % 42'sini, tamamen buğdaydan yani ekmekten karşılamaktadır..! Kırsal kesimdeyse bu oran % 70'lere çıkmaktadır!!! Bu durum göstermektedir ki, Anadolu insanı büyük oranda ekmekle beslenmekte... Fakat artık, günümüzde çinkolu gübreyle üretilen ekmeklik buğday, Anadolu köylüsünde görülen fiziksel ve zihinsel gelişme yetersizliklerini hızla ortadan kaldırmıştır. **Böylece çinko, ekmeklik buğdaylar aracılığıyla insanda beslenme ve düşünme zenginliği yaratmaktadır. Yani vücudun fiziksel ve zihinsel direncini yükseltmektedir.**

Demir ve **fosfordan** söz etmeye gelince; yetişkin bir vücuttaki demir miktarı, yaklaşık 3-5 gram arasında değişir. Demirin % 30'u kan plazmasında bulunur ve bunun da % 70'i "**hem**"in içindedir. Kandaki **hemoglobinin** içinde **hem** ve **globin** bulunur. Kan hücrelerinin içini dolduran ve vücutta oksijeni taşıyan hemoglobinin, demire oldukça fazla ihtiyacı vardır. Hücrelere oksijen taşımak için akciğere gelen kirli kan, demir 2 oksitlidir. Akciğerde oksijen yüklenen demir 3 oksitli hale gelir. Daha sonra dokulara kadar ulaşan bu kan, 1 molekül oksijeni dokulara bırakarak, yine demir 2 oksit haline gelir ve oksijen almak için akciğere tekrar geri döner. Bu döngü nedeniyle demir, oksijenin vücut içi dolaşımında vazgeçilmez bir elementtir. Bu arada, kanın getir götür işini ise kalbimiz yerine getirir... Bu trafik sırasında "hem"deki demir azalır, oksijenin hücrelere ulaşması zorlaşır ve sonuçta kansızlık yani anemi ortaya çıkabilir...

Demir yetersizliğinin belirtileri halsizlik, aşırı yorgunluk, düşük performans, nefes darlığı, sarılık, müzmin baş ağrısı, uyku düzensizliği, çökük tırnak, tırnak kırılması, saç dökülmesi ve vücut bağıışıklığının azalmasıdır... Demir eksikliği, genellikle diyet sırasında demir emiliminin azalması ya da vücuttaki mide, basur ve adet kanamaları sonunda ortaya çıkar... Kansızlık tedavisinde demir takviyesi yapılırken, emilimi azalttığı için, süt ve sütlü ürünler alınmamalıdır. Vücuttaki demir eksikliği kadar, aşırı demir yüklenmesi de, insanlarda tehlikelidir. Çünkü fazlalığı da, ender olarak karaciğer yetmezliğine yol açabilmektedir.

Gelelim kansızlık için ne yapmak gerektiğine. Öncelikle kırmızı et, karaciğer, balık, kuru fasulye, yulaf, yumurta sarısı, kuru üzüm ve kayısı yemeliyiz. Ayrıca, yiyeceklerde ki demirin kolay emilmesini sağlamak için, bol yeşil sebze ve bol C vitamini meyveler tüketmeliyiz. Bitkisel gıdalardan alınan demir, hayvansal gıdalardan alınan demire göre daha az emilir. Çay ve kahve, demirin emilmesini azalttığı için, bunların tüketimi azaltılmalıdır. Demir insanların ve yaşayan pek çok canlının metabolizması için, anahtar bir elementtir. Bu nedenle herkese demiri bol, kanlı canlı bir yaşam temenni ederim.

Bu aşamada aklınıza, "Etin yanında ayran içmek sakıncalı mıdır?" sorusu gelebilir. Aslında, ikisi de proteindir. Ama süt, ayran ve yoğurt, gıdalarda ki bazı mineralleri bağlar ve emilimi engelleyebilir.! Etten aldığımız demirin emilmesini olumsuz yönde etkilenebilir.! Bu nedenle etin yanında, bağlayıcı özelliği olan kalsiyum içeren, ayran ya da yoğurt tüketilmez ise iyi olur. Fakat son zamanda yapılan bazı çalışmalarda, yoğurt içindeki kalsiyumun, hayvansal kaynaklı proteinlerde var olan demirin, emilmesini azaltmadığı da bazı yayınlarda yazılmaktadır. Bu iki yönlü kanıt nedeniyle, sağlık açısından, etin yanında salata yenilmesi daha doğru olur diye düşünüyorum.

Demirin emilimini, salatadan aldığımız C vitamini de artırır. Pekmez de, bitkisel kaynaklı demir içerir. Pekmezden alınan demirle, yoğurttan alınan kalsiyum yan yana gelince pekmezden sadece demir almayız, aynı zamanda kalsiyum da alırız. Pekmez ve yoğurt ikilisi, daha fazla kalsiyum demektir. Ama bu bileşim de kimi bünyelerde, böbrek taşına davetiye çıkarabilir.! Çok isteniyorsa, kalsiyum açısından zengin olan pekmez ve yoğurt yerine, demir bakımından daha zengin olan tahin ile pekmez tercih edilebilir. Bu ise yılların deneyimine dayanan, balık ve et üzerine helva yeme alışkanlığının doğruluğunu kanıtlamaktadır...

Fosfor, kalsiyumdan sonra vücuttaki en yaygın elementtir. Vücuttaki fosforun % 85'i kemiklerde, kalsiyum fosfat şeklinde depolanır. Kalsiyum fosfatın kimyasal yapısı $Ca(CPO_4)_2$ olup % 43'ü fosfor, % 56'sı kalsiyumdur. İdeal olan, **kalsiyum/fosfor (Ca/F)** oranının 1/1 olmasıdır. Fakat bu denge genelde bozulur. Fazlalaşan fosfor kalsiyumla birleşirse, bir tür kireç oluşur. Bu kireç, vücutta değişik bölgelerde birikebilir.! Bozulan bu Ca/F dengesini düzeltmek için, devreye paratiroid bezi girer. Parathormon adı verilen bir hormon üretmeye başlar. Fakat bu hormon Ca/F dengesini düzeltmeye çalışırken, vücuttaki başka organların bozulmasına neden olur.

Vücutta fosfor birikimi, böbrek yetmezliği olan diyaliz hastaları için oldukça tehlikelidir. Yeterli ve dengeli alınmaması halinde, böbrek yetmezliği ve bağırsak rahatsızlığı ortaya çıkar. Aşırı sakaroz (diğer tanımıyla çay şekeri) tüketimi, kişilerde fosfor eksilmesine neden olur. Mide asidi için alüminyum hidroksit tableti kullananların, bağırsaklarında ki fosfor alüminyumla bağlanarak, yiyeceklerin emilimini engeller...! Ayrıca D vitamini eksikliği de, vücuttan fosfor atılmasına neden olur...

Bunlara karşılık fosfor, hücrelerin büyümesine ve onarımına yardımcı olur. Vücutun enerji deposu nükleik asitlerin yapısında yer alarak, yağlı maddelerin vücut içinde taşınmasını ve şekerli maddelerin vücut tarafından emilmesini kolaylaştırır. Egzersizler, vücutun fosfor emilimini geliştirir. Kalsiyum, potasyum ve sodyum fosfatlar, kanın kaslara oksijen taşıma yeteneğini artırır. Fosfor ayrıca, kan plazmasındaki triodothyronine (T3) seviyesinin düşmesini önlemede yardımcı olur. Kemiklerdeki kalsiyum kaybını, çok aza indirir. Dolayısıyla kırık ve çatlaklar daha çabuk iyileşir. Vücuttaki fosforun % 5'i de, dişlerde bulunmakta olup, dişlerin büyümesi için oldukça önemlidir. Eksikliği halinde diş eti (periyodontolojik) rahatsızlıkları meydana gelir.

Fosfor, en çok balık, yumurta, pirinç, sebze, ceviz, süt ve süt ürünlerinde bulunur. Vücutumuzun, günde ortalama 800 miligram fosfor alması gerekmektedir.

Vücuttaki demir ile fosforun, azlığı ya da çokluğu, insanlar için çok önemlidir. Demir ve fosfor doğadan ancak yiyecekler aracılığıyla alınabilmektedir. Doğrudan alınması mümkün değildir. Bu yazım fazla tıbbi oldu ama yeni yılda yazacağım florlu sularla, yine doğaya dönüş sağlamaya çalışacağım...

Kaynaklar: Atabey, E. 2005.
Boz, A. 2004.
Vital Plus, 1990.

HIZLA BÜYÜMEYE DEVAM EDİYORUZ!

- Üye sayımız **671** kişi
- Mail grubumuz **4165** kişi
- Instagram takipçimiz **1734** kişi
- Twitter takipçimiz **1101** kişi
- Linkedin de **185** bağlantı, **1804** kişi
- Facebook takipçi **3502** kişi
- Facebook grup **2744** üye


* Henüz hesaplarımızı takip etmiyorsanız tüm sosyal medyada **/cigdemimderneği** olarak bekliyoruz.


Whatsapp listemiz **2600** kişiye ulaştı. Listeye eklenmek için **0507 868 5770** 'e mesaj atabilirsiniz.




Tel: (0312)2852047 - 0530 660 9583

Çiğdem Mah. 1551. Cadde No:14-A
Çankaya-Ankara
www.cigdemim.org.tr

 /cigdemimderneği

 /cigdemimderneği

 /cigdemimderneği

ÇİĞDEMİM DERNEĞİ
VARLIĞINI,
BAĞIMSIZ
TARAFSIZ
GÖNÜLLÜ
VE **#BİRLİKTE**
HAREKET ETMESİYLE
SAĞLAMAKTADIR

DOĞADA ÇÖP YOK!



- Büyük resmin çok küçük bir parçasını iyileştirmek için çalışıyoruz.
- Eysel organik atıkları, miadı geçen ilaçları ve doğadan gelen park- bahçe atıklarını sahipleniyoruz.
- Kaynağında karıştırılmış atıkların tesislerde ayrıştırılma maliyeti çok yüksek!
- Ülkemizde düzenli depolama alanı 88.
- Düzensiz (Vahşi Depolama) Alanı 2000 civarında.
- Ayrıştırma ve dönüşümde öncelikle öncelikler değişmelidir.
- Ekolojik ve ekonomik kayıpların farkındayız.



Tel: (0312) 285 2047 - 0530 660 9583

Çiğdem Mah. 1551.Cadde No:14-A

Çankaya-Ankara

www.cigdemim.org.tr

Aytül Aksongur - Patchwork-Kırkyama Öğreticisi- Park Sitesi

Kırkyama; kırkpare, kırpık bohçası, patchwork, yamacı adlarıyla da bilinen, ekonomi temeline dayanan, estetik kaygı da taşıyan, ihtiyaca dönük, el emeği-göz nuruyla oluşan objeler, örtüler, giysiler, namazlıklar (seccade) perdeler, yorganlar vs. çeşitli teknikler geliştirilerek fonksiyonel hale getirilen eşyalara dönüşmektedir.

Çalışmalarda artık işlevini yitirmiş eski giysiler, kumaş parçaları, fisto, dantel gibi tuhafiyeye ürünleri kullanılmaktadır. Bu ürünler yaratıcı kadınların elinde yeniden ruh buluyor. Yeni objelere, çantalara, giysilere, örtülere, perdelere dönüşüyor. Derneğimizde bu grubun çalışmalarına katılan kadınlar; evlerinin gereksinimlerini karşılamalarının yanı sıra, hediye, satış, yardım vs. amaçlara yönelik çabaları sayesinde aile bütçesine ciddi katkı sağlamaktadır.



Kırkyama çalışmalarında, Türk kültürünün yanı sıra, modern sanat anlayışlarının etkilerini de görmek mümkündür.

Çığdemim Derneği üyesi, Ankaralı ve Türk kadını olmanın sorumluluğu ve bilinci ile çalışan grubumuz etkinliklerini özveri, sabır, sevgi ve hoşgörü temasıyla her yıl hedeflerini yükselterek sürprizler içeren sunumlar hazırlamaktadır. Dernek çalışmalarına her zaman destek olan komşularımıza ve dostlarımıza teşekkür ederiz.

Gönüllülük bir yaşam biçimidir ve aynı zamanda bir öğrenme sürecidir. Tanımlanmış görevleri, maddi bir beklenti olmadan, toplumsal sorumluluk bilinciyle ve katılımcılık anlayışla gerçekleştirmek ve bunu yaparken bilgi, beceri ve birikimlerini toplum yararına kullanmaktır. Gönüllülük asla keyfilik ve boşa zaman geçirmek değildir.

Oldukça uzun yaz günleri sonrasında Ankara'ya dönüşün en güzel yönlerinden biri şüphesiz Çiğdemim ile gezilerimiz, Cenk için. Çoktandır gitmeyi istediğimiz bir rotadayız bu kez. Günün bence en güzel ânı olan gündeğumunda başlayan gezimizi yeni bir tur ve rehber eşliğinde deneyimleyeceğiz bu kez, gönlümüz Haşim Ağca'dan yana olsa da. 42 komşumuzla bizi bekleyen masal diyarına İstanbul otobanı ile 3 saat sonra ulaşıyoruz. Ormanya adı çok güzel değil mi?



Giriş ücretsiz ve sadece pazartesileri kapalıymış. Gelişmiş yapısıyla ve sunduğı aktivite imkanlarıyla Ormanya, ülkemizdeki dolu dolu gezebileceğiniz ve eğlenebileceğiniz en güzel yerlerden biri. Özellikle çocuklar için biçilmiş kaftan olsa da bizler de çok eğlendik Hobbit evlerinin etrafındaki taşlık yollarda yürümek, ferah çimenlik alanlarda doyasıya koşturmak ve yaşam parkının eğlenceli yerlerini gezmek oldukça keyifliydi. Tüm gün zaman ayırmak gerekir buraya. Ormanya hobbit evleri ile ünlü olsa da burada yapılacak pek çok şey var. Sadece çocuklara hitap etmemesi doğada vakit geçirmek isteyen yetişkinler için de çekici geliyor. İki bin dönümlük arazisiyle dünyanın üçüncü, Avrupa'nın ise birinci en büyük doğal yaşam parkı olma özelliğine sahip. Bitki ve hayvanların doğal koşullara en yakın şekilde hayatlarını sürdürmesine de olanak sunan Ormanya, ek olarak ziyaretçilerini eğlendiren ve iyi vakit geçirmelerini sağlayan özelliklere sahip. Bunu en çok sunduğı aktivite imkanlarıyla, kamp ve piknik olanaklarıyla ve yemyeşil doğasıyla başarıyor diyebiliriz. Tüm bu özellikler göz önünde bulundurulunca, insan Ormanya'nın, ülkemizin en önemli doğa turizmi rotası olduğunu düşünüyor. Ormanya'nın aynı zamanda koruma altındaki yaşam alanı da oldukça dikkat çekici. Hayvanların doğal ortamları korunarak oluşturulan alanlarda doğada popülasyonları azalan türler çoğaltılarak doğal yaşam alanlarına tekrar salınıyor. Nesli tükenmeye yaklaşan türlerin bu şekilde korunması gerçekten mükemmel bir durum. Böylece gündelik hayatta göremeyeceğimiz pek çok canlının dünyasına dahil olabiliyoruz. Beni en çok etkileyen yeri ise hayvanlar için kullanılan rehabilitasyon merkezi.

Ormanya sınırları içinde Alageyik, Kızıl Geyik, Ceylan, Karaca ve Yılık türlerinin yer aldığı 40'ar dönümden oluşan, toplamda 9 adet yaban yaşam alanı bulunuyormuş. Hepsini ziyaret ederek birbirinden renkli fotoğraflar çekebilirsiniz. Vahşi yaşam alanında 5 türde toplam 150 hayvan yaşıyor.



Ormanya'nın en karakteristik özelliği hiç şüphesiz Hobbit Evleri. Meşe ağaçlarının gölgesinde yer alan ve tatlı rüzgarların estiği hobbit evleri, seyretmesi ile insana huzur veren yapı türünde. Aynı zamanda Ormanya'ya çok şirin de bir hava katıyor. Evlerin içlerine girilemiyor olması üzücü. Önündeki küçük masalarda keyifli fotoğraflar çekilebilir ve baktıkça bu güzel günü hatırlayabilirsiniz. Aynı zamanda evlerin yer aldığı bölgede yapay bir gölet, doğal yürüme yolları ve su değirmenleri de benzersiz manzaralar oluşturuyor. Grup her bir evin önünde fotoğraf çekme yarışına giriyor. Gamonya Hayaller Ülkesi çocuk filmi burada çekilmiş. Fantastik macera tarzındaki filmi Cenk ile izlerken keyif almıştık. Kocaeli, turizmin odak noktası haline gelecek, Ormanya sayesinde. Çıkışında Ters Ev bizi bekliyor. 25 lira karşılığında içeri giriyoruz. İçeride yürümek denge sağlamak zor olsa da, anlamına yönelik fotoğraflar çektiler eğleniyoruz. Cadde boyu sıralanan satıcılardan ayvalarımızı alıp otobüse dönüyoruz.

İkinci durağımız Maşukiye; yani aşıklar diyarı. **Maşukiye**, **Kocaeli**'nin **Kartepe** ilçesinin bir **mahallesi**. Yeşil cennet de diyebiliriz. İstanbul'a 120 km yakın mesafede olmasından dolayı oldukça kalabalıktı. Etrafı yemyeşil, sağlıklı soltu et-mangal ve alabalık lokantalarıyla dolu bir yoldan geçilerek ulaşılan Maşukiye; elma, ceviz ve kiraz ağaçlarıyla kaplı. Maşukiye'nin ismi âşık anlamına gelen mâşuktan geliyormuş. Aradığınız huzuru yakalayıp, lezzetli yemekler yiyebileceğiniz Maşukiye'ye kesinlikle hafta içi gelmenizi öneririm. Yoğun kalabalık, hele hele çoğunun Araplardan oluşuyor olması keyifli vakit geçirmemize engel oldu diyebilirim. Seyir Tepe Restoran'da yenilen yemeği güveçte helva ile taçlandırdık. Adından da anlaşılacağı gibi nefis manzara eşliğinde sunulan yemekler lezzetliydi.

Üçüncü durağımız Kartepe Cam Teras. 20 lira ücret karşılığında giriyoruz. Seyir terası ilk anda ürkütücü gelse de kısa bir süre sonra alışılıyorsunuz. Aşırı kalabalık istediğimiz fotoğrafları çekmemize engel oluyor. Arapların fazla olması yeme içmenin aşırı pahalı olmasına sebep olmuş. Gördüklerimiz hepimizi üzdü ve düşündürdü....



Gezinin son durağı Sapanca Gölü. Marmara Bölgesi'nin doğu kesiminde, Adapazarı Ovası'nı İzmit Körfezi oluşuna birleştiren uzun bir çukurun doğu yarısında yer alan bir tatlı su gölüdür. Göl, adını güney kıyısında kurulmuş olan ilçeden alır. Eski Türk kaynaklarında Ayan Gölü olarak geçer. Özellikle güneyindeki dağlardan inen sellerle iyi beslenen göl, fazla suyunu doğu ucundan Çark suyu aracılığı ile Sakarya Irmağı'na boşaltır. Gölü besleyen dereler, Karaçay, Kuruçay, Kurtköy, Mahmudiye, İstanbul, Karadere ve Kaymakçı dereleridir. Kuzeyinde ve güneyinde uzanan dağ eteklerinde keklik, çulluk ve tavşan avı yapılmaktadır. Gölde her çeşit tatlı su balığı avcılığı yapılmaktadır.

Sapanca'yı **Evliya Çelebi** şöyle anlatmış.: "Sapanca Gölünün çevresi 24 mil'dir. Dört çevresinde kasaba gibi yetmiş altı köy vardır. Cümle halkı bu hal için suyundan içtiklerinden yüzlerinin rengi kırmızıdır. Ürünleri çok ise de, bağları yoktur. Bahçeleri hadden aşkındır. Bu gölün kenarında bir tür kavun ve karpuz olur ki, ancak ikisini bir eşek çekebilir. Bu göl içinde seksen pare (parça) kayık ve çırnaklar (tahıl kayığı) vardır ki, köyden adam, kereste ve eşya götürürler. Bu gölde bulunan yetmiş, seksen çeşit balıktan avlanıp kâr ederler. Alabalığı, sazan balığı, turna balığı gibi tatlı su balıkları gayet lezzetli olur. Gölün derinliği ekseri yerlerinde yirmi kulaçtır. Suyu gayet saf ve berraktır. Kıyısında olan köylerin kadınları elbise yıkadıklarında asla sabun sürmezler. Bu gölün doğusunda iki saat uzaklıktan Sakarya Nehri geçer. Kocaeli'nde İrva Kasabası kenarında Karadeniz'e dökülür. Sakarya azıcık bir himmet ile bu göle akıtılabilir. Bu göl, İzmit Körfezine üç saat kadar yakın olduğundan ayağı İzmit Tuzlası önünde deryaya karışır. Hatta bir asırda bu gölü İzmit Körfezi'ne katmak için yüzbinlerce kazma ve çapalı ırgat toplattırılmış ise de İzmit Halkının "Buna birçok hazineler ve Nuh ömrü gerektirir" diye gevşeklik göstermesi, işin tamamlanmasına engel olmuş. Ama Sakarya Nehri bu göle, bu göl de İzmit Körfezi'ne karıştırılırsa Bolu'ya kadar beş konaklık yer mamür olurdu. İstanbul Gemileri ta Bolu'ya yetişir ve İstanbul'da bir tahta üç akçeye, bir kantar odun beş akçeye olup hayratı büyük olurdu".

Ne güzel anlatmış değil mi? Gün batımına yetişmeye çalışırcasına hızla gidişimiz ve otobüsümüzün normalden uzun olması ara sokağın birinde sıkışmamıza neden olsa da şoförün ustalığı ve rehberimiz Hakan Bey'in kas gücü kullandığı fikriyle yola devam edebiliyoruz. Hakan Bey demişken kendisinin tarih öğretmeni olmasından mıdır bilemiyorum, yol boyu bize hikayeler anlatması zamanın güzel geçmesini sağladı. Sakarya'da tektonik oluşumlar sonucu meydana gelen Sapanca Gölü ve çevresi, içerdği son derece çarpıcı doğal güzellikleri ve yoğun yerleşim merkezlerinin ulaşabildiği bir konumda bulunması nedeniyle il merkezinin yanı sıra başta İstanbul olmak üzere çevredeki büyük kentlerin özellikle hafta sonları rekreasyon ve konaklama amaçlı taleplerine açık bir merkez niteliğinde olması burada da yoğunluğa sebep olmakta. Gölün uzunluğu 16 kilometreymiş. Şehir hayatının streslerinden ve hengamesinden biraz uzaklaşmak, doğayla baş başa kalmak istiyorsanız Sapanca Gölü'nü ziyaret etmek size huzur verecektir ama hafta içi gelmenizi tavsiye ederim. Kıyısında kısa bir yürüyüş yapabiliyoruz, hem vaktimizin kalmaması hem de havanın soğuması sebebiyle. Sapanca Gölü kuraklık ve kuraklığın neden olduğu tehlikelerle karşı karşıya. Umarım sonu Tuz Gölü gibi olmadan önlemler alınır.

Ve bir gezinin daha sonuna geliyoruz. İçimiz biraz da buruk, gördüklerimizi sorgulayarak Ankara'ya dönüyoruz. Sonraki rotada görüşmek üzere yollar dolusu sevgilerimle.





Umud Asla Tükenmez; Dilek annesini ve babasını trafik kazasında kaybeder, hayatta bir tek halası yatalak Remide Hanım kalmıştır. Evlerinde hizmetçi Narin de her işi görmektedir. Remide Hanım bir bankanın müdürüyken yeğenini işe almış. Dilek 45 yaşında emekli olmuştur.

Remide Hanım Küçükesat'taki evi satıp Çayyolu'nda bir yüklenici evine girmiştir. Onlarinkini ve birkaç müstakil evi bitiren yüklenici işi bırakıp kaçmıştır. Eve yerleştikten sonra yeğeni Dilek'i ve hizmetçi Narin'i sürekli azarlayan Remide Hanım ağıza alınmayacak laflar söylemektedir.

Remide Hanım için haftada iki veya üç gün Doktor Nebi gelmektedir. Nebi Çorumlu bir ailenin oğludur. Çalışarak tıp fakültesini bitirmiş, mecburi hizmetini doğuda yapmış, orada istemediği halde evlenmiş, bir kızı olmuştur. Ankara'ya tayin olunca sağlık ocağında çalışmış. Karısının müsrifliği yüzünden ayrılmaya karar vermiş. Emekli ikramiyesini ona vererek boşanmış. Kızını okutuyor, karısına nafaka veriyordur. Çok zor durumdaki Doktor Nebi Çayyolu'nda bir dairede muayenehane açmıştır. Üç odalı

dairesinde hem kalmakta hem de hasta kabul etmektedir. Bu arada "Yaralı Yürek" rumuzu ile Dilek'le internet üzerinden sohbet etmektedir. Himmet Bey Nebi'nin ev sahibidir. Kirasını ödemeyi aksatan Nebi'yi sık sık ziyaret etmektedir. Almanya'dan emeklidir.

Biol Ankara'da çeşitli kirliliğe bulaşmış bir çete reisidir. Muhsin'in kumarhanesine borcu büyüktür. Muhsin "İki gün içerisinde parayı bulmazsan kendini ve çeteni ölmüş bil" der. Her gittiği yerden haraç almaya alışkın olan Biol'un Semra adında sevgilisi, Mülayim adında ikinci adamı vardır. Mülayim ismi uymadığı için Muhacir denilmektedir. Diğer iki adamı da Yunus ve Rasim'dir.

Hazım ve Battal sitenin iki güvenlik görevlisidir. İkisi de emekli polis memurlarıdır. Hazım sürekli votka içerek görev yapmaktadır. Biol'un ekibi acilen para bulmazsa bu âlemde itibar kaybedeceklerinden soygun yapmaya karar verirler. Markette çalışan Muhacir'in yeğeni zengin bir yaşlı kadından bahseder. Çayyolu'ndaki bu eve gitmeden önce bir benzinlik soygunu yaparlar. Burasını ateşe verirler ve paraları alırlar.

Soygun yapacakları evde işler ters gider, Dilek Doktor Nebi'ye imdat çağırısı yapar. Nebi Yunus'un hakkından gelir. Diğerlerini de Remide Hanım haklar.

Şekip Altunkan, Kimdir? Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi'nden 1978 yılında mezun oldu. Aynı üniversitenin İç Hastalıkları Anabilim Dalında ihtisas yaparak 1983 yılında bu unvana hak kazandı. Balıkesir Askeri Hastanesinde İç Hastalıkları Uzmanı olarak askerlik görevini yaptıktan sonra, Çorum'un Kargı ilçesinde mecburi hizmetini tamamladı. Kısa bir süre Ankara Dr. Zekai Tahir Burak Kadın Hastalıkları Hastanesinde iç hastalıkları konsültanı olarak görev yaptıktan sonra, şu andaki adı Başkent Üniversitesi, o zamanki adıyla Türkiye Organ Nakli ve Yanık Tedavi Merkezi olan hastanede İç Hastalıkları ve Hemodiyaliz Sorumlusu olarak çalıştı.

Bu hastanede yoğun bir şekilde hipertansiyon hastalarının tedavisiyle uğraştı. Dört yıl Mardin'in Kızıltepe ilçesinde serbest hekim olarak çalıştı. 1992 yılında İç Hastalıkları Doçenti oldu. 1994-1999 yılları arasında Ankara'da Düzen Laboratuvarlar Grubunun Kardiyoloji Bölümünü yönetti. Yine 1994 yılında Ankara'da Özel Metropol İç Hastalıkları ve Hipertansiyon Kliniğini kurarak on yedi yıl boyunca bu merkezi çalıştırdı. Bu merkezde kalp damarlarını kasıktan girmeden gösteren aynı zamanda damar sertliğini ölçen elektron beam

tomografi cihazını (EBT) hastaların hizmetine sundu. Bu klinikte ülke çapında hizmet gören Holter Merkezini kurarak ritim bozukluğu konusunda danışmanlık yaptı.

Dr. Şekip Altunkan, 2011 yılından beri Ankara'da özel muayenehanesinde hastalara hizmet vermektedir. Başta hipertansiyon ve kalp konusunda olmak üzere ulusal ve uluslararası dergilerde çok sayıda araştırması yayınlanmış, kongrelerde bildiriler sunmuştur. Ayrıca uluslararası birçok dergiye yayın hakemi olarak hizmet vermektedir. Hastalara yardımcı olması için Sorularla Hipertansiyon başlıklı bir kitap yayınlamıştır.

Muayenehanesinde yüksek tansiyon (hipertansiyon), damar sertliği, kolesterol yüksekliği, şeker ve kalp hastalıkları gibi kronik hastalıkların tedavisi yanında, goitre (guatr), mide ve bağırsak hastalıkları, böbrek hastalıklarının da takip ve tedavisini yapmaktadır.

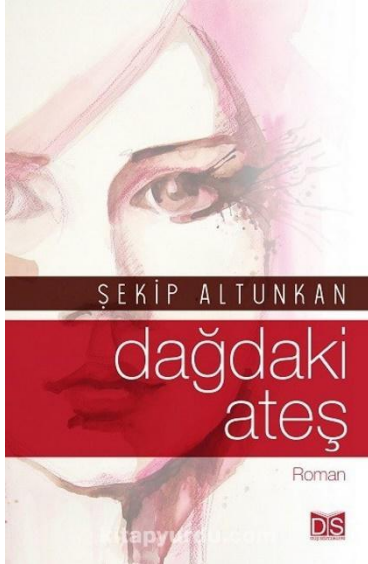
Dağdaki Ateş

Sümbül Kokulu Kadınlar

Umut Asla Tükenmez

Büyük Yeşil

Kurye



**“Bir araya gelmek bir başlangıçtır;
bir arada tutmak ilerlemedir;
birlikte çalışmak başarıdır.”**

Sol gırnatanın hüznü sesi eşliğinde okunan romanın kurgusu İstanbul'un Asmalımescit semtinde başlar. Arkadaşlıklarını kan kardeşliği ile mühürleyen Osman ve Kevork, yönü aynı bile olsa, zamanları ve şiddeti farklı rüzgârlarla savruldukları Chicago'da yaşamlarına devam ederler.

Kevork, olayların biraz dışında kalarak yerini torunu Barkev'e bıraktığından Yeni Dünya'daki yaşamları; Yazar Osman'ın aşkı , "Sol Gırnata"nın büyüsü ve Barkev'in öfkesi üzerinden anlatırken pek çok tarihi bilgiyi de akıcı bir dille okuyucuya sunmaktadır.



Kristof Kolomb'un Amerika'yı keşfinin 400. Yılında Chicago'da bir sergi açılmıştır. Bu sergiye kendi kültürlerini tanıtsın diye dünyanın her yerinden insanlar çağrılmıştır. Bu davette Osmanlı da vardır. Müzisyenlerinden falcısına kadar pek çok meslekten kalabalık bir grup altı aylığına Kolomb Sergisine katılır. Osman, Genç Osman veya Üç Kulak Osman müzik grubunun başıdır. Efkâr dağıtmak için bir akşam şehre iner. Kulağına çalınan müziği takip ederken kendini bir gece kulübünde bulur. Piyano çalan zenciye tanımıştır. Fuarda heyecanla, coşkuyla beklenen, uzun uzun alkışlanan adı Scott Joplin olan piyanisttir, sahnedeki. Piyanist de onu tanımıştır. Müzik aletleri satılan bir yerde,

gırnatayı üflemesine tanık olmuştur. Zenci Osman'ı sahneye çağırır. Heyecandan ne çaldığını nasıl çaldığını hatırlamasa da, selam vermek için başını eğdiğinde düşen fesini püskülünden tutup nazikçe uzatan melez güzelini hiç unutmacaktır.

Altıncı ayın sonunda fuara katılanlar dönüş hazırlıklarına başlamıştır. 1893 yılının İstanbul'unda annesi ve sevdiceği, "Döneceğim" diye söz verdiği Meline'si. Chicago şehrinde ise ışıltılı dünya, caz müziği ve melez güzeli Alma vardır. Terazinin iki kefi de birbirinden ağır olsa da Osman'ın seçimi Alma olacaktır.

Gece kulüplerinde gırnatasını üfleyerek derdini anlatmaya çalışıp, koynunda taşıyarak yalnızlığına çare bulan



Osman verdiği karardan pişman değildir. Çünkü onun için hayat bir caz şarkısına benzemektedir. Ne zaman nerede başlayacağı belli olmadığı gibi, ne zaman nerede biteceği de belli değildir.

"Bir gırnatanın bile nerede yapıldığını, kimlerin üflediğini hiç merak etmeyen insanoğlu, neden hemcinslerinin nereden geldiğini, kim olduğunu bu kadar merak eder?" sorusunun cevabını ararken önce gırnata sonra da tüm müzik aletleri kendilerine ait sesleriyle birer birer önümden geçtiler.

ÇİĞDEMİM DERNEĞİ EDEBİYAT TOPLULUĞU

26ARALIK
pazartesi
Saat: 20:00

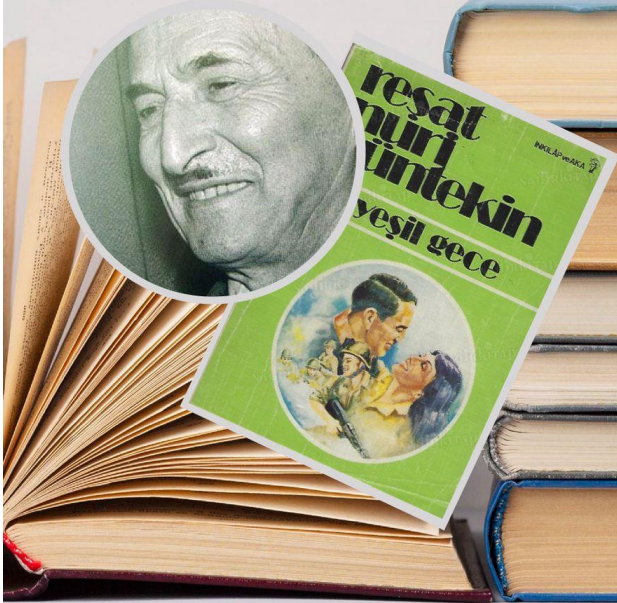
Edebiyat topluluğumuz aralık ayında
Reşat Nuri Güntekin'in
'Yeşil Gece' romanını okuyup tartışıyor.

*Çiğdemim Kültür Evinde ve aynı anda zoom'da

Zoom Toplantı Kimliği:

Meeting ID= **392 026 6949**

Geçiş Kodu (Passcode): **1996**



Tel: 2852047 - 0530 660 9583

Çiğdem Mah. 1551.Cadde No:14-A

Çankaya-Ankara

www.cigdemim.org.tr

**LÜTFEN MAHALLE İÇERİSİNDE ARAÇ KULLANIRKEN HIZ
YAPMAYALIM!**

KİŞİSEL HİJYEN ATIKLARINIZI LÜTFEN ÇÖPE ATIN!

GERİ DÖNÜŞÜM veya ORGANİK ATIK (KOMPOST) İLE KARIŞTIRMAYIN!

Kişisel hijyen atığı ne demektir?

Çocuk bezleri, hijyenik pedler, tek kullanımlık koruyucu maske ve eldivenleri, yara bantları gibi beden üzerinde doğrudan kullanılan ve bu nedenle de enfeksiyon tehlikesi oluşturabilecek atıklar kişisel hijyen atıkları olarak nitelendirilir. Kişisel hijyen atıkları geri dönüştürülmesi olanaksız ya da tercih edilmeyen atıklar olup çeşitli hastalıkların taşıyıcısı ve bulaştırıcısı olabilirler.

Neler kişisel hijyen atığıdır?

- Çocuk bezleri
- Hijyenik pedler
- Tek kullanımlık tıbbi ya da koruyucu maskeler
- Tek kullanımlık koruyucu eldivenler
- Yara bantları
- Sargı bezleri
- Beden temizliğinde kullanılan ıslak mendil ve benzeri ürünler
- Tek kullanımlık kâğıt mendiller
- Tuvalet kâğıtları



Kişisel hijyen atıklarının oluşturduğu zarar ve tehlikeler nelerdir?

- Kişisel hijyen atıkları diğer tüm tek kullanımlık atıklar gibi çevreyi kirletir.
- Kişisel hijyen atıkları geri dönüştürülemeyen atıklar olduğundan yeniden kazanım süreçlerine dahil olamaz, geri dönüştürülemez.
- Kişisel hijyen atıkları doğru şekilde atılıp bertaraf edilmediklerinde enfeksiyon ve hastalık yayma riski oluştururlar.

Kişisel hijyen atıklarını nasıl atmalıyım?

- Kişisel hijyen atıkları kesinlikle geri dönüşüm kutularına atılmamalıdır.
- Kişisel hijyen atıkları kesinlikle kompost yapılacak olan organik atıklara karıştırılmamalıdır.
- Kişisel hijyen atıkları, diğer tüm geri dönüştürülmeyen atıklarla birlikte evsel çöpe atılmalıdır.

Bekleriz güneş doğacak, aydınlık yüzümüze vuracak.
Bekleriz ümitlerimiz çiçek açacak. Dualarımız kabul olacak.
Bekleriz beklemeye de, ne beklediğimizi beklerken, başka bekleyeceklerimizin de olduğunu görürüz bazen.
Beklediklerimizden daha önemli beklediklerimiz olduğunu da görürüz. Nasip kısmet der seviniriz.
Beklemek bir ömür boyu sürse de bekleriz. Ne beklediğimizi unuttur yine bekleriz.
Hatırlar yine bekleriz. Ya gelir, ya gider, ya geçer gider görmeyiz. Ya bakar görmeyiz. Ama yine de bekleriz.
Ömür beklemekle geçer çoğu zaman.
Bir gün gelir beklemenin bedelini kaybettiklerimizle, bazen de yitirdiklerimizle öderiz.
Beklemenin bedeli, yitirdiklerimizin önemi ile ölçülür, biçilir, değeri o zaman anlaşılır.

Beklemeden söz konusu, kapsar her hususu. Memleket için vilayetliği bekleriz.
Yollarının kaderine bakar bekleriz. Katar katar, göçlere göç katar, gurbete gidenlerin dönüşünü bekleriz.
Bekleriz de bekleriz. Seneler senelere eklenir. Dağlar delinir, tüneller yapılsın diye bekleriz.
Doğalgaz isteriz, gelsin diye bekleriz. Hastane kapısında doktor bekleriz.
Çarşıda, pazarda ucuzluk bekleriz. Geçinemeyiz, ücretlere zam bekleriz.
Bakarız halimize, hem güler, hem ağlarız.
Beklemeden, bir günde her arzumuzun gerçekleşmesi için dua eder, Yaradana havale ederiz.

Beklemeden “Gelir mi?” diye sorarız kendi kendimize. Koşar gideriz, coşar yürürüz.
Arar dururuz, bulamadan döneriz. Saç baş yolanımız. Kaş göz edenimiz.
En büyüklerimiz, en küçüklerimiz, dınlensin sözümüz diye bekleriz.
Bazen geçmişe özlem duyarız. Atalarımızın sözlerine değer biçeriz.
Zamana yenik düşer, bazen de boynumuzu bükürüz. Döner dolaşır, beklemekten öteye yine geçemeyiz.

Keramet ararız, süsleriz hayallerimizde. Coşar coşturur, koşar koştururuz.
En güzel yerlerine kendimizi kondururuz.
Daldıkça dalar sadece biz oluruz etrafında, biraz da sevdiklerimizden. Bizden gayrileri unutturuz.
Arkaya, arkaya atarız, dönüp arkamızı bakmayız. Hep ben, ben deriz. Biz demeyi çok geç anlarız.
Bekleye, bekleye hayallere de bir gün son vermeye geçeriz. Değişir modumuz.
Bir başka çıkar kokumuz. Kimi görür sarılır, kimi uzaktan kaçar.
“Beklemenin sonu nedir acaba?” der, rastlantıların sonunda kendimizin kendimiz olduğumuzu da anlarız.
Her şey bizde biter. Beklemekle değil, koşmakla yürümekle yolların aşılacağını bir gün gelir anlarız.

En güzel örnekler, yaşamda gizdirler. Aslında onlar bizi seyredirler. Akıl ile şuur hayallere kanmazlar.
El ele verip boş oturmazlar. Düşünceyi de yanına alırlar. Uzadıkça uzayan yollara aldırılmazlar.
Heybesinde ümitler, deste deste fikirler, altında rüzgarda uçan atlılar, dörtnala koşarlar.
Akıl ile fikir, düşünce ile tek bir bütün olur bizler.
Anlaşılır cümleler. Hatırlanır verilen sözler.
Gerçekleşir dilekler. Güler yüzler. Çare beklemekte değil yürümekte.
Yürümenin koşmaya, koşmalar atlıya, atlılar bahtlılara karışarak.
Keramette değil iş, icabette. Yollar yürümekle bitmese de, ulaşmak icabetle. İcabet edelim.
Gelmeyene gidelim. Yüzlerimizi güldürmek için bugünden tezi yok beklemeyelim.

Bir de Hoca Nasrettin'e kulak verelim.

Biz Onun Ayağına Gideriz

Nasreddin Hoca'nın hocalığı halk arasında ermişliğe kadar ilerleyince günün birinde hemşerileri;

“Hocam, senin bir ermiş olduğunu, istediğin her şeyi ayağına getirttiğini söylüyorlar. Fakat bunu biz göremedik; şu kerametini bize gösterir misin?” diye sorarlar.

Bu sözler karşısında şöyle bir kendini toparlayan Nasreddin Hoca; “Ey dağ, haydi yanıma gel.” diye üç defa seslenir.

Nasreddin Hoca ve hemşerileri bakarlar ki dağın kıpırdadığı filan yok. Herkes, Hoca ile dalga geçmeye hazırlanırken Hoca yerinden kalkıp yürümeye başlayarak; "Hemşerilerim, biliyorsunuz bizde kibir diye bir şey yoktur. Ne yapalım, dağ bizim ayağımıza gelmezse biz onun ayağına gideriz." deyiverir.

Ömrümüz ömrümüz ah bu ömrümüz. Gelir geçer de değerini nedense bilemeyiz. Bekleriz de bekleriz. Ha bugün, ha yarın deriz. Hep ben, ben deriz. Bir gün de biz demeyi öğrenmeliyiz. El ele vermeliyiz. Dağı taşı delmeliyiz. Ferhatlar bizler, şirin memleketler. Beklememeliler.

Dağlar delinir, sular akıtılır. Ferhat ile Şirin misali. Beklemekle değil yürümeyle, koşmakla, engelleri, zorlukları aşarız.

Umut ettiklerimiz uzak değil belki çok yakındadır.

Dağlar uzaktan bakarlar, kimbilir neler anlatırlar. Dağlar ayağa kalkamazlar. Yürümezler, koşamazlar.

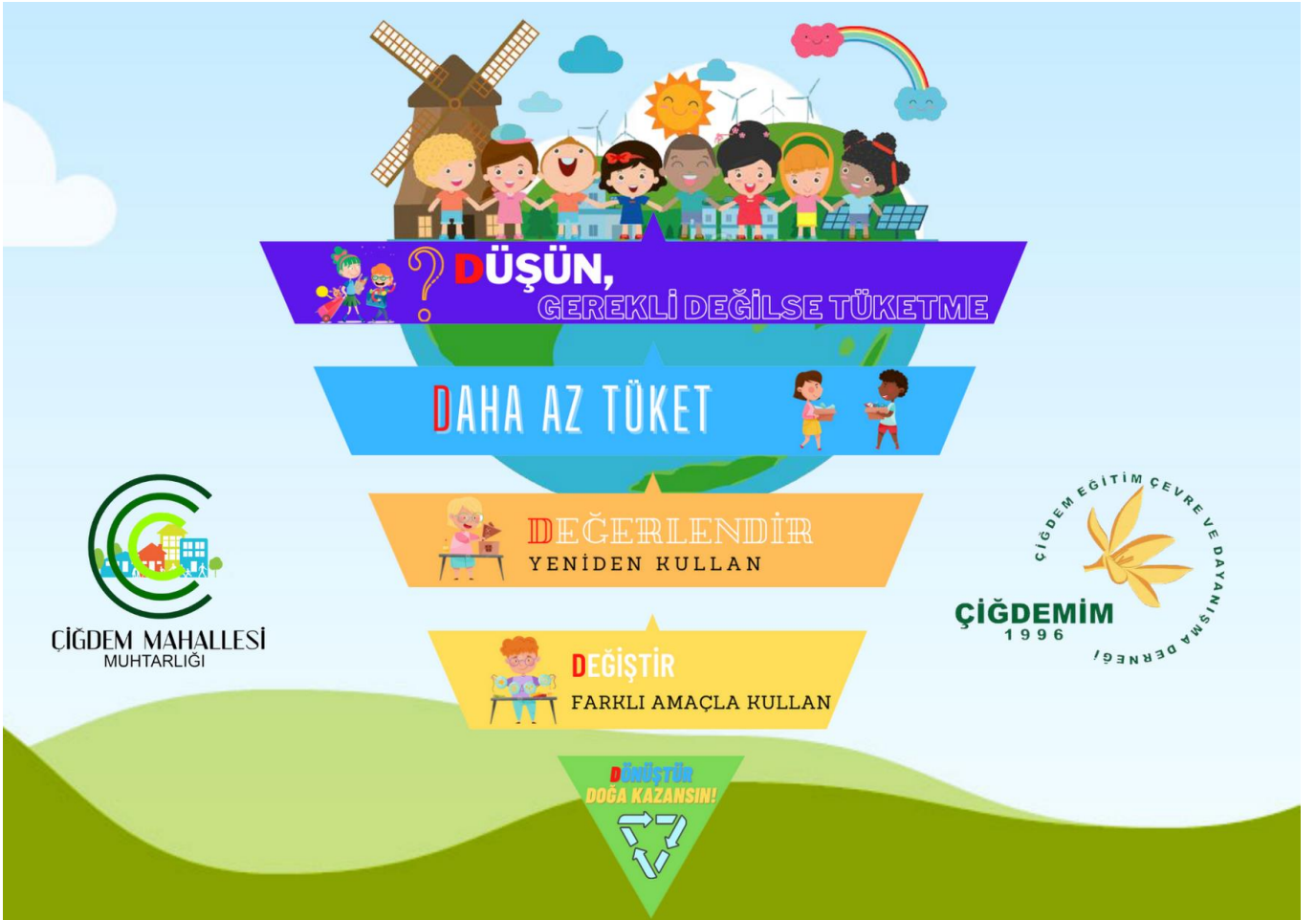
Eteklerinde ne yazlar, ne kışlar gelip geçerler. İcabet ederiz. Yürür koşarız. Arar buluruz.

Ne oturur, ne uyur kalırız. İcabet eder bakar görürüz. Hal ile hallanır. Dertli ile dertlenir.

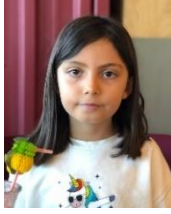
Bir de bakmışsınız derman buluruz. Derman oluruz. Dermanı bekleyenlere yollarız.

Kerametle olmaz, icabetle yorulunmaz.

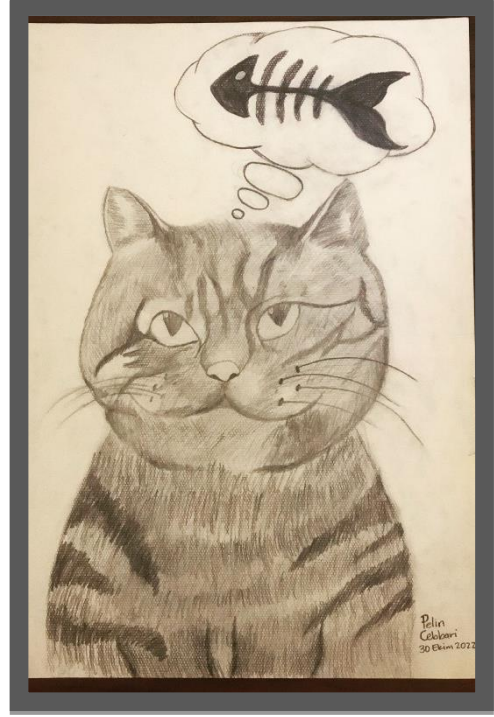
Selamette kalınız.



KÜÇÜK KOMŞULARIMIZDAN RESİMLER



Pelin Cebbari
İşçi Blokları Mah.
Hilal Apt.
(9 yaşında)



(Karakalem ve kuru boya)



Arven Bülbül
Gökkuşuğu Sitesi
(7 yaşında)

(Kuru boya)

BİLGİLENDİRME – SOKAK KÖPEKLERİ

İki yıldır Şirindere bölgesinde düzenli besleme ve Şirindere ile mahallemizin diğer bölgelerinde, belediyeler ve hayvanseverlerle birlikte, kısırlaştırma çalışmaları yürütüyoruz. Bu çalışmaları da sizlerle paylaşıyoruz. (https://www.cigdemim.org.tr/?page_id=13579)

Gelen mama desteğinin çok azalması nedeniyle Şirindere köpeklerinin beslemesini 3 günde bir ancak yapabiliyoruz. Destek devam etmezse bu süre daha da uzayabilir. Bu durumda köpeklerin yiyecek bulmak amacıyla mahalle içlerine gelebileceğini lütfen göz önünde bulunduralım. Destek devam ettiği sürece biz de orada beslemeye devam edeceğiz.

Mahallemizde kısırlaştırma kontrol altına alınamayan Hasan Ali Yücel Sosyal Bilimler Lisesi yolunda maalesef çok sayıda yavru köpek var. Onların beslenmesi yanında bu bölgede hızla kısırlaştırma yapılması gerekiyor. Çalışmalara bu bölgede hız vermeye başladık. Bu ay içerisinde 6 köpek kısırlaştırıldı. Bölgenin ormanlık ve geniş bir alan olması çalışmaları engelliyor. Ama Şirindere de yaptığımız gibi ısrarlı bir çalışmayla burayı da kontrol altına almaya çalışacağız.

Mama fiyatlarında başladığımızdan bugüne %100'ün üzerinde artış oldu ve maalesef artık yapılan destekler yetmiyor. Düzenli bağış yapan komşularımıza çok teşekkür ediyoruz ve desteğinizi bekliyoruz. Katkılarınızı aşağıdaki banka hesabına gönderebilir veya derneğimize makbuz karşılığında teslim edebilirsiniz. Ayrıca mama alıp getirerek veya kargoya vererek de destek olabilirsiniz. Bunların dışında kapınıza gelip destek isteyen olursa itibar etmeyin. Öyle bir bağış toplama yöntemimiz yoktur.

HESAP NUMARAMIZ : Çığdem, Eğitim, Çevre ve Dayanışma Derneği

T.İş Bankası Ankara Çukurambar Şb. 4379 – 0161669 - IBAN : TR320006400000143790161669

NOT: Derneğimiz tarafından sadece Şirindere bölgesinde düzenli besleme yapılmaktadır. Bunun dışında mahalle içerisindeki diğer köpekler her bölgede bulunan hayvansever komşularımız tarafından beslenmektedir. Mama hesabımızın son durumu ve bağışçılarımızın listesi aşağıdadır. Az çok demeden katkı veren herkese teşekkür ediyoruz.

ÇİĞDEMİM DERNEĞİ SOKAK HAYVANLARI PROJE HESABI 2021 YILI ÖZETİ					
Tarih	Gelir	Gider	Mevcut	Açıklama	
31.12.2021	44.480,60	-44.207,60	273,00	15 ŞUBAT'DAN 31.12.2021' kadar 590 PAKET MAMA ALDIK VE DAĞITTIK	
		2022 yılına devir	273,00	230 FARKLI KOMŞUMUZDAN DESTEK GELDİ 183 SOKAK KÖPEĞİ KISIRLAŞTIRILDI	
ÇİĞDEMİM DERNEĞİ SOKAK HAYVANLARI PROJE HESABI 2022 YILI ÖZETİ					
Tarih	Gelir	Gider	Mevcut	Alınan mama paketi (15 kg)	Toplam Kısırlaştırılan Köpek Sayısı
31.10.2022	70.977,10	-67.522,02	3.455,08	393	237

**1 - 30 KASIM 2022 TARİHLERİ ARASINDA MAMA DESTEĞİNDE BULUNAN AŞAĞIDAKİ
KOMŞULARIMIZA TEŞEKKÜR EDİYORUZ**

ALİ TEMEL ÖZATAY	ELVAN ESKİ ÖZTÜREL	NURDAN DÜZAĞAÇ
ASLI ÖZDEM TÜRKÖĞLU	EMEL ÇAM	NURŞEN AYAŞLI
ASUMAN GÜNAL TÜRKMENOĞLU	EMİNE İFFET ŞAHİN	ÖZLEM GÖÇMEN
AYDAN AKYILDIZ	FATİH FETHİ AKSOY	PINAR AYDIN
AYŞE GÜLAY TOKSÖZ	FATMA ALEV AKMAN	SEBAT KAVA
BEHİYE COŞKUN	FULYA KESKİN	SEMRA MUHSİNOĞLU
BEYHAN ZÜLALOĞLU	GONCA POLAT	SERPİL YÜCESOY
BİLGE SAY	GÖKÇEN YILDIZ	SEZER KARAKAYA
BİLGE KARABULUT	HAYRİYE BERK	ŞENGÜL TUNCA
CENGİZ ÇETİNER	HÜLYA EROĞLU	YUSUF KONMAZ
CİHAN ABİDİN İNANKUR	İSLAM CUMHURİYET	ZEHRA KIRAÇLI
DENİZ ÇETİNEL	MELODİ PAK KARAÖZ	ZELİHA HANDAN HAKTANIR
DEVİRİM YILMAZ KOÇOĞLU	MUSTAFA LEVENT FİLYOS	ZÜHRE ELİF ER
DİLEK YILDIZ	NATIKA GÜLSEN UYSAL	
ÇİĞDEMİM DERNEĞİ 2.EL SATIŞ	PARS INTERNATIONAL TEK. LOJ. DANIŞMANLIK HİZ.	



ÇİĞDEMİM DERNEĞİ “KÜLTÜREL ETKİNLİKLER”

ARALIK AYI PROGRAMI

TROYALI KADINLAR -ANKARA DT

Yazan: Euripides
Rejisör: Betül F. Gökçer
Çeviren: Ülkü Tamer

TARİH: 10 Aralık/Cumartesi 20:00
YER: Akün Sahnesi
Bilgi ve İletişim: (0312) 285 20 47

*Biletler gidiş-dönüş servis ücreti
dahil 60TL (Üyelere 57,5 TL).
Servisler 19:15'de Dernek
önünden kalkacaktır.

OYUNUN KONUSU

Sparta Kraliçesi Helena ve Troya Prensi Paris birbirlerine aşık olurlar. Helena, kocası Menelaos'u bırakarak Paris ile gizlice Troya'ya kaçar. Onuru sarsılan Sparta Kralı Menelaos, kardeşi Agamemnon ve diğer Akha krallarıyla müttefiklik kurarak Troya'ya savaş açar. on yıl süren bu uzun savaş, tahta at hilesiyle Yunanlar tarafından kazanılır. Troyalı Kadınlar oyunu savaşın hemen sonrasında, Troya sahilinde geçmektedir. Her şeyini kaybetmiş Troyalı kadınlar, sahilde kendi kaderlerinin belirlenmesini beklerler. Onlar bu bekleyişin içindeyken habercinin getirdiği yeni haberler acılarını gitgide derinleştirecektir.

ÇİĞDEMİM DERNEĞİ “KÜLTÜREL ETKİNLİKLER”

ARALIK AYI PROGRAMI

İZAFİYET -ANKARA DT

Yazan: Mark St. Germain
Rejisör: Buğra Koçtepe
Çeviren: Buğra Koçtepe

TARİH: 24 Aralık/Cumartesi 20:00
YER: Küçük Tiyatro
Bilgi ve İletişim: (0312) 285 20 47

*Biletler gidiş-dönüş servis ücreti
dahil 60TL (Üyelere 57,5 TL).
Servisler 19:15'de Dernek
önünden kalkacaktır.

OYUNUN KONUSU

Genç gazeteci Margaret Harding, Albert Einstein'la söyleşi yapmanın bir yolunu bulup onu ziyaret eder. Ancak Margaret bilinen klişe soruların aksine söyleşi derinleştirip Einstein'ın hayatının bilinmeyenleri ile devam etmek istemektedir... Oyunumuzda, Einstein'ın zorlandığı sürükleyici bir hikayenin içine çekiliriz.

BİZ, YARINLARIN İNSANLARIYIZ. EMEKLERİMİZİ,
BİLGİ VE DUYGULARIMIZI, YAPTIĞIMIZ BÜTÜN
İŞLERİ BİZDEN SONRA GELECEKLERE BİR MİRAS
DEĞİL BİR VASIYET OLARAK TERK EDİYORUZ.
HASAN ALİ YÜCEL



ÇİĞDEMİM EĞİTİM, ÇEVRE VE DAYANIŞMA DERNEĞİ

MİSYON (ÖZ GÖREV)

Mahalleli olma kültürünü yaygınlaştırarak; mahalle sakinlerinin yaşam kalitesini yükseltmek ve karar alma süreçlerinde etkili olmak.

VİZYON (ÜLKÜ)

Mahalleli olma ve dayanışma kültürünün etkin olduğu, bölgesel ve ulusal karar alma süreçlerinde etkili olan, yaşam alanlarıyla farklı özellikteki bireylerin (yaş, cinsiyet, engelli) mutlu olduğu bir mahalle olmak.

Değerlerimiz

Şeffaf: Dernek, karar ve uygulamaları ile ilgili her türlü bilgi ve belgeyi paylaşır.

Gönüllü: Derneğin tüm çalışmaları gönüllülük esasına dayanır.

Dayanımcı: Dernek, uygulamalarında; çevreye ve toplumsal olaylara duyarlı, yardımsever, paylaşımcı ve özverili bir yaklaşım sergiler.

Ön yargısız: Dernek tüm uygulamalarında önyargısız davranır. Farklı fikir, görüş ve önerilere açıktır.

Siyasi partilere karşı tarafsız ve bağımsız: Dernek, farklı siyasi görüşlere saygılıdır, eşit mesafede durur.

Katılımcı: Dernek, kararlarını katılımcılık anlayışı (ilgili tüm taraflar, kadınlar, çocuklar, engelliler, yaşlılar vb.) ve uzlaşılı ile alır. Misyon, vizyon ve değerleri doğrultusunda toplumsal karar alma mekanizmalarına katılır. Mahalleyi ilgilendiren her konudaki kapsamlı çalışmayı, ortak anlayış, işbölümü, yetki ve sorumlulukları belirleyip kabul gördükten sonra yurttaşlık bilinci ile ele alır.

Öncü: Dernek örnek uygulamaları ile toplumda ve çevresinde öncü bir rol üstlenir.

Öğrenen Bir Organizasyon: Değişim ve gelişime açıktır, bunun için tüm fırsatları değerlendirir.

Mahalleli olmak demek; Mahalleli olma ruhuyla (dayanışma, birlikte yapma, hareket etme ve iyi komşuluk), örgütlü yapıyla, tüm karar süreçlerine dahil olmak, mahallesinin yaşam kalitesini yükseltirken otoritelere ve diğer örgütlenmelere yardımcı olmak.