

**İNŞAATINIZ İÇİN
A'DAN Z'YE
ARADIĞINIZ HER ŞEY!**

CUBO
16 YILDIR
MİLYONLARCA
EVDE

**Kaliteli
ve
uygun
Çözümler**

BOYA
İç Dış Herhangi Boyalar / Yüksek Renk Çıktısı
Çift Katlı Boyalar
Bulaşık ve Camlar İçin Özel

NALBUR
Küçük ölçekli işletmeler için uygun çözümleri,
kurumlar, müdürlükler, emlakçıların, kurumlar için,
perforasyon hizmetleri, dekoratif ve daha fazlasını sunar.

HIRDAVAT
En kaliteli ve işlevsel hırdavatları
geniş çeşitlilik ile müşterilerin yavaş yavaş
performanslarına ilişkin ihtiyaçlarını karşılar.

**SİHHİ TESİSAT
MALZEMELERİ**

**OKYANUS
YAPI MARKET**

MERKEZ: Datça Mah. Kazım Yılmaz Bulvarı
NO: 96/2 D blok Datça / Muğla

ŞUBE: A. Taner Kışlalı Bulvarı No: 4/1
www.okyanusyapidek.com

0553 140 35 82
info@okyanusyapidek.com



İşel

Özgür BASUT

ozgurbasut@gazetesolucan.com

Anne...

Koşulsuz sevginin kaynağıdır onlar. Güzel ya da çirkin oluşunuza, başarılı ya da başarısız oluşunuza (ki başarısız görmeyenler zaten), zengin ya da yoksul oluşunuza bakmadan severler. Her zaman ve koşulda, her yaşta hep yanı başınızdadırlar. Fedakarlığın sözlük anlamıdır onlar. Sağlıklı bir ömrümüz olsun diye, hiç tereddüt etmeden bir ömür harcayanlardır onlar.

Kendi mutluluklarını bizim mutlu oluşumuza endeksleyenlerdir. Bizimle mutlu olur, üzüntümüzü daha katmerli yaşarlar.

Onlar annelerimiz...

Hani ne yaparsak yapalım hakları ödenmeyecek olanlar.

Benim annem de onlardan ve belki en özellerinden. Bütün ömrünü (bu altmışlı yaşlarında bile) ilk günlük sevgisiyle çocuklarına vakfeden biri.

Hayatın getirdiklerine karşı yalnız kalmaktan tut, yokluğun en alasını yaşarken bile bunu çocuklarına hissettirmemek, yansıtmamak için süper kahraman edasındaki bir anne.

Babam, insanlar daha mutlu ve daha güzel bir dünyada yaşasınlar, her şey adil ve herkes eşit olsun diye cezaevindeyken, o dört çocukla köy yerinde yaşama tutunmanın, umut etmenin nasıl başarılılabileceğinin canlı örneği oluyordu.

Yemeden yedirmek, giymeden giydirmek diye dillere pelesenk olmuş bir laf vardır ya, işte benim annem bunu pratiğinde uygulayarak gösterenlerdendi.

Bizlerin ihtiyaçlarını asgari düzeyde karşılamak için tarlalarda fiziki güç gerektiren işleri hiç gocunmadan, yorulmadan yapar, kışlık yakacak ihtiyacını karşılamak için ahırları temizler, onlardan tezekler yapar, en büyüğü ortaokul öğrencisi olan dört çocuğun bakımına da köy koşullarına göre en iyi şekilde zaman ayırırdı.

Şimdi günümüz koşullarında dönüp o zamanlara baktığımda nasıl yettiğini, nasıl üstesinden geldiğini algılamakta bile zorlanıyorum.

O zorluklar karşısında gösterdiği çabayı anlatmaya kalksam, ciltlik kitap olur.

Eski elbiseleri elden geçirerek yenilemesi ve komşuların onları yeni zannetmelerinden dolayı gösterdikleri tepkilerin beni nasıl mutlu ettiğini hiç unutmam mesela...

Hayata karşı duruşu öyle bir motivasyon yarattı ki, eksik kaldığımız, sahip olmadığımız şeylerin farkında bile değildik. Sanki her şeyin en iyisine biz sahipmişiz gibi hissederdik...

Hep mücadeleyle geçti annemin yaşamı. Hep dik durmak zorundaydı. Gezmek, tembellik etmek, keyfince para harcamak gibi bir lüksü hiç olmadı.

Cezaevi sonrası babamla sorumluluğu paylaştığı dönemde nispeten rahat edeceği anlar başladı onun için. Ama hayat, beklenmedik bir anda bu şansı da elinden aldı. Babamı genç yaşta trafik kazası sonucu kaybedince, annem yine hayata karşı savaşa başlamak zorunda kaldı. Belki bu defa çocuklar büyümüşü, nispeten daha kolay olacaktı. Ama O, geçmişin endişelerinin etkisiyle hep aynı sorumlulukla, aynı çalışkanlık ve azimle çocuklarının koruyucu kalkanı oldu.

Hatalarımızda, eksik kaldığımız zamanlarda hep yanımda ve en büyük destekçim olmayı 'of' demeden sürdürdü.

Şimdi altmışlı yaşlarında olmasına rağmen, hala her birimizin sıkıntısına koşmak, ihtiyaçlarına yardımcı olmak için olağanüstü bir çaba gösteriyor.

O'nun varlığından çok büyük bir güç aldığımız en büyük gerçekliğimiz. Sevgisini gösterme kabızlığı çeken toplumun bir parçası olarak diyorum ki; hayatımızdaki herkese ve özellikle anne babalarımıza sevgimizi gösterelim.

Bu duygularla; iyi ki varsın ve çok uzun yıllar başımızda olman dileğiyle; seni seviyorum ANNE!

TERSPENCERE

Eğiticiyi Eğitmek...

Ayhan VAROL |aragondovme



İnsan eğitimle doğmaz. Fakat sonrasındaki hayatını daha iyi bir şekilde devam ettirebilmek için eğitimle yaşamalıdır. Hayata hazırlanmak ve hazırlamak için bilgi aktarmak, bildiklerini öğretmek önemli bir sorumluluktur. Bu konudaki eksiklik alttaki bir tahtanın yanlış çivilenmesi, eksik yerleştirilmesi sonraki kuşaklar için yarım yamalak bilgi ve dolayısıyla kötüm nesiller yetişmesine neden olur. Dolayısıyla eğitim almak kadar eğitim vermek, eğitimi verenin eğitimi tamamlaması da önemlidir.

Günümüz öğretmenleri (eğitmenleri), eskiye oranla daha olumlu davranışlar sergilese de eksik ve yanlış öğretim metotları yüzünden hem öğrenmeyi güçleştirmekte, hem de öğrenme isteğini baltalamakta. Bilgi aktarmak tek / meta / sermaye haline gelmiş olsa da bütün bunlara karşın öğretme yanlışlığı çarpık bir sistem oluşturmaktadır.

Bilgi aktarmak saygın bir davranış iken, bilgiyi aktarmak kendi içinde saygın olmayan bir davranışa izin verir mi? Nedir peki saygın olmayan davranış? Öfke, asabiyet, şiddet, sabırsızlık bunlardan birkaçı. Mevlânâ Celaleddin-i Rûmî'ye ait olduğu iddia edilen bir söz vardır; "Ne kadar bilersen bil, anlattıkların karşısındaki anlayabileceği kadardır." Dolayısıyla eğitilen insanların neliği, niteliği, kapasitesi ve algısı bu işin nirengi noktasıdır. Herhangi bir eğitmenin anlattığı bir şeyi anlamayan ya da yanlış bir davranışta bulundu diye sorumlu olduğu kişiye gösterdiği şiddete gerek olmadığı gibi, eğitmenin de eğitim alması zorunludur. Bir insanı eğitmenin eğitimi. Eğitilen insanlar birer eskiz değildir. Bir ön çalışma değildir. Eskiz, yani taslak olan eğitimin kendisidir. Bu nedenle herhangi bir eğitimcinin eğitilen üzerinde tahakküm oluşturma durumu yoktur, olmamalıdır. Geçtiğimiz ay içinde

ve daha birçok örneğini yaşadığımız, öğretmenin öğrenciye davranışında yaşadığımız durum, aslında içinde bulunduğumuz kültürün nasıl bir eğitim anlayışının yüklü olduğuyla ilgili doneler vermektedir. Eğitmeni eğittiği insanların niye, nasıl anlamadığıyla değil, niçin anlayamadığıyla ilgilenmeli. Başka yöntemler denemeli. Çünkü her insanın algı durumu ve tipi farklıdır. Dikkate alınması gereken nokta burasıdır.

Bir profesör konferans vermek üzere salona girmiş. Ama bakmış ki salon, ön sırada oturan seyis dışında boşmuş. Konuşup konuşmama konusunda tereddüde düşen profesör sonunda seyise sormuş:

- Buradaki tek kişi sensin. Sana göre konuşmalı mıyım, yoksa konuşmamalı mıyım?

Seyis cevap vermiş:

- Hocam ben basit bir insanım, bu konulardan anlamam. Fakat ahıra gelseydin ve bütün atların kaçıp bir tanesinin kaldığını görseydim, yine de onu beslerdim.

Bu sözler hak veren Profesör konferansa başlamış.

İki saatin üzerinde konuşmuş durmuş, konferanstan sonra da kendini mutlu hissetmiş, dinleyicisinin de konferansın çok iyi olduğunu onaylamasını isteyerek sormuş:

- Konuşmamı nasıl buldun?

Seyis cevap vermiş:

- Hocam sana daha önce basit bir adam olduğumu ve bu konulardan pek anlamadığımı söylemiştim. Gene de eğer ahıra gelir, biri dışında tüm atların kaçtığını görseydim, onu beslerdim; ama elimdeki tüm yemi ona verip de hayvanı çatlatmazdım.

Eğitimi öfkeden, asabiyetten olabildiğince arınabilmiş, yazılı ve sözlü iletişim becerisine sahip, öğrencilerle sevgi ve saygı ortamını sağlayabilmelidir.

YAĞMUR İNŞAAT
EMİ.AK

KIZLAN'da
Doğallığı Korunarak
Restore
Edilmiş 45m²
Satılık Ev!



0546 290 56 04

Yönetmenler Sibel Sümer Sevener ve Zafer Sevener'den pandemi süreci üzerine etkileyici bir belgesel: “Araya Korona Girmeseydi”



Belgeselden bir sahne

Malumunuz pandemi süreci tüm dünyayı çok etkiledi. Kimileri kendisini akışa bıraktı, kimileri ise bu süreci bir üretim dönemine evriltti... Öncelikle Araya Korona Girmeseydi adlı belgeseli çekmeye nasıl karar verdiğinizi bizlere kısaca anlatır mısınız? Yapım ve yönetim süreci...

Sibel Sümer Sevener

- Pandemi süreci gerçekten hepimizi farklı yönlerden de olsa derinden etkiledi. Hepimiz ister istemez içimize döndük ve o ana kadar yaşadığımız hayatı sorguladık, yaşamı yeniden anlamlandırmaya çalıştık. Belgeselin çekim aşamasında biz daha Zafer'le evli değildik. Ben 2020 yılı Ocak ayında pandemi henüz Türkiye'ye ulaşmamışken Bahar Festivaline katılmak için Datça'ya annemle babamın yanına gelmiştim. Daha İstanbul'a dönmeyen pandemi Türkiye'ye ulaştı, peşi sıra yasaklar başladı. Ben de anne babamı yalnız bırakmak istemediğim için Datça'da kalmaya devam ettim. O sırada Zafer de İstanbul'da anne babasıyla birlikteydi. Mart ayının başlarıydı. Bir gün Zafer'le konuşurken, bana “çok olağanüstü günler yaşıyoruz ve ben bu günleri kayda almak istiyorum. Annem ve babamla evde günlük yaşamımızı çekmeye başladım” dedi.

Zafer Sevener

- Bu sürecin başlangıcı aslında babamın ameliyatına dayanıyor. Pandemi öncesinde babamın ameliyatı yüzünden annemle babam İstanbul'a gelmişti. Ve babamın iyileşme süreci tamamlanmadan ilk covid vakası Türkiye'de görüldü. Bu ilk vaka ile benim çekim sürecim de başlamış oldu. Amacım ilk başta belgesel çekmek değildi. Anne ve babamın görüntü arşivini oluşturacaktım. Benim yanımda kalırlarken bu çekimleri çok kolay gerçekleştirebilirdim. Fakat çekimin 4. gününden sonra bu süreci kayda alarak bir belgesel yapmaya karar verdim. Ve çekimlerimi günlük yaşantıdan kesitler olarak yapmaya başladım. Toplam 4 aylık bir çekim süreci boyunca, yaklaşık 50 saatlik görüntü arşivim oluştu. 80 m2 içerisinde 3 kişinin, 4 aylık pandemi hikayesi...

Bu belgesel tamamıyla bir aile işi, bunun avantaj ve dezavantajları oldu mu? Anne baba ile çalışmak, eşlerin birlikte çalışması açısından?

Evet tespitiniz çok doğru. Belgeselimiz son renk düzeltme ve ses miksajını yapan arkadaşımız Görkem Koç dışında tamamen bir aile çalışması. Çekimler hemen o anda günlük yaşamın doğal akışında, çoğu zaman hiçbir ön hazırlık yapılmadan gerçekleşti. Ayrıca kullanılan kamera, DSLR kamera yani film çeken fotoğraf makinesiydi. Dolayısıyla anne-baba, çekimler başladıktan bir süre sonra elinde fotoğraf makinesiyle evde dolanan oğullarının varlığına çok alıştı. Hatta öyle ki zamanla çekim yapıldığını tamamen unuttular. Çekim aşaması bu yüzden çok avantajlı geçti.

Dezavantajı ise kurgu aşamasında yaşadık. Çünkü babamızı kaybetmiştik ve belgeseli seyredip bize hangi kısımları istemediğini maalesef söyleyemeyecekti. İlk kesmeyi yaptığımızda belgesel 150 dakikaydı ve yarı yarıya kısaltmamız gerekiyordu. Kendimizi babamızın yerine koyup

öncelikle yaşasaydı onu incitebileceğini düşündüğümüz çekimleri ve aile mahremiyeti açısından başkalarına gösteremeyecek kadar özel bulduğumuz anların çekimlerini -dramatik olarak çok etkileyici bulsak da- mecbur kalıp çıkardık.

Eşlerin birlikte çalışması olarak çok zorlanmadık. Çünkü uzun yıllardır birlikte çalışıyoruz ve zamanla uyumlu bir ekip olduk. Belgesele bakışımız, görsel anlatım dilimiz, kurgu dilimiz çok yakın. Çok az bir veya iki yerde fikirlerimiz ters düşmüş olabilir. O noktalarda daha çok ikna edici olan kazanır.

Belgesel birçok festivale gitti geri dönüşler nasıl biraz bahsedebilir misiniz?

Belgeselimizin festival gösterimlerinde seyirciyle söyleşi yapma imkanı bulduk ve bu bizim için çok değerliydi. İzleyiciler, belgeselde kendilerinden, ailelerinden bir şeyler bulduklarını, benzer şeyleri yaşadıklarını, benzer korkuları duyduklarını anlattılar. Anne, babanın aralarındaki aşktan çok etkilendiklerini söylediler. Tabii finalde korkulanın başa gelmesi de herkesi çok hüznülendirdi. Kısaca söylemek gerekirse izleyici belgeseli kendisine çok yakın buldu ve çok sevdi. Boston Türk Filmleri Festivalinde “İzleyici Özel Ödülü” almamız da bunun bir kanıtı bizce. Ayrıca “Araya Korona Girmeseydi” bugüne kadar 17 uluslararası belgesel film festivalinde özel seçkiye alındı.

Bu belgeselin hikayesini nasıl tanımlarsınız? Sizde kadın üzerinden giden bir erkek hikayesi mi, yoksa erkek üzerinden giden bir kadın hikayesi mi?

Biz kadın ya da erkek hikayesi olarak görmedik bu hikayeyi. Bizim hedefimiz, bütün dünyayı etkileyen, benzeri hiç yaşanmamış olağanüstü bir durumun, eve kapatılan 65 yaş üstü insanların yaşadığı olumsuz etkileri, kendi anne ve babamızın özelinde göstermekti.

Belgeselimiz 57 yıl yastığı baş koymuş bir çiftin hikayesi. Kavgada etseler, birbirlerine bağırıp çağırırsalar da aralarındaki sevgi geçen yıllara rağmen hiç eksilmemiş. Düşünün aylarca hiç sokağa çıkamadan 80 metrekaare bir evde kapalı kalmak ne demek? Üstelik o ev sizin bile değil. Başka bir şehirde, oğlunuzun evindesiniz ve dışarı çıkmanız yasak. Biz bu sıkışmışlığın yaşattığı olumsuz duygulara rağmen birbirlerini sevgiyle kucaklayan bir kadınla bir erkeğin birlikte hikayesi olarak bakıyoruz belgeselimize.

Her ikiniz de TRT'de birçok başarılı yapımda çalıştınız. Bu projenizi diğerlerinden özel kılan bir yanı olduğunu düşünüyor musunuz?

Evet “Araya Korona Girmeseydi” bizim için çok özel. Hatta bugüne kadar yaptığımız bütün işler bir yana bu belgesel bir yana diyebiliriz. Çünkü her şeyden önce kendi anne babamızın belgeseli. Ve çok olağanüstü bir dönemde çekilmiş ve bir daha tekrarı ya da geri dönüşü olmayan bir sürecin belgeseli. Düşünün bir doğa belgeselini ya da coğrafi, tarihi, biyografik bir konuyu dilediğiniz bir zamanda ön hazırlığını yapar ve planladığınız gibi çekersiniz. Ama bu

belgeselde kayda alınan süreç, pandeminin o ilk ayları bir daha yaşanmayacak. Bu nedenle de belgeselimiz bizim için çok özel.

Datça'da hayat nasıl geçiyor? Yeni projeleriniz için bir ilham kaynağı olduğunu düşünüyor musunuz? Sessizlik ve coğrafi güzelliği açısından...

Biz ikimiz de Datça'yı çok seviyoruz. Zaten bu kadar özel bir coğrafyayı sevmemek mümkün değil. Ama çok istememize rağmen henüz hayatımızı bütünüyle Datça'ya taşıyamadık. Senede birkaç ayımızı ancak geçirebiliyoruz. Ama en büyük hayallerimizden biri Datça'ya yerleşmek. En büyük korkumuz da biz yerleşene kadar Datça'nın plansız yapılaşma ve aşırı betonlaşma yüzünden giderek bozulması. Umarız bu gerçekleşmez. Henüz geliştirmeye fırsat bulamasak da kafamızda Datça ile ilgili bir belgesel fikri var. Bakalım kısmet olur mu çekmek? Ama Datça gerçekten herkese ilham olabilecek güzellikte...

Hazırlanmakta olduğunuz yeni projeleriniz var mı?

Şu sıralar bir film festivalimiz var, onun hazırlıkları ile uğraşıyoruz. Cep telefonu ile çekilmiş filmler için uluslararası bir festival düzenliyoruz. Festivalimizin adı CepteFest. Başvurular devam ediyor. 11 ayrı dalda filmler yarışacak. Katılmak için tek koşul filmlerin cep telefonu ile çekilmiş olması o kadar. Ayrıntılı bilgi edinmek isteyenler için web adresimiz www.ceptefest.com

Türkiye'yi sinema alanında nasıl değerlendiriyorsunuz?

Pandemi her sektöre olduğu gibi sinema sektörüne de büyük bir darbe vurdu. Oysa pandemi öncesi sinema sektörü ülkemizde sürekli olarak ilerleyen ve gelişen bir sektördü. Araya korona girmeseydi, çekilen film sayısı da izleyici sayısı da her yıl giderek artıyordu. Filmlerden büyük paralar kazanan yapımcılar teknolojiye ve alt yapıya yatırım yaptıkça büyük prodüksiyonlu, iyi yazılmış, iyi yönetilmiş filmler seyretebilmeye başlamıştık. Ancak maalesef salgın izleyiciyi sinema salonlarından koparttı. Artık yapımcılar daha çok dijital platformlar için film daha çok da dizi çekiyorlar. Bu dizilerin çoğunu gerek senaryo olarak gerekse prodüksiyon, oyunculuk vs olarak çok başarılı buluyoruz. Maalesef ülkemiz pandeminin yanında ayrıca ağır bir ekonomik kriz yaşıyor. Sinema sektörü bu krizden de nasibini alacaktır kuşkusuz. Çok ciddi dönüşümlerin eşliğindeyiz bütün dünya ülkeleri olarak. Hayırlısı olsun, yaşayıp hep birlikte göreceğiz.

Ayırdığınız zaman ve ilginiz için çok teşekkür ediyorum.

Bize belgeselimizi tanıtmaya fırsatı verdiğiniz için biz de size çok teşekkür ederiz.



Hayatın eşsiz ritmidir aşk!

Harun BASUT



Bazen kafanda belli bir konu yokken bir şeyler yazmak istersin. Sıkırmazsın kalemi, rahat bırakırsın. Sanki kalem kendiliğinden akmaya başlar kağıt üzerinde. Günümüzde bu yazma işi her ne kadar klavye yoluyla yapılsa da benim tercihim kağıt ve kalem.

Çünkü sen kaleme, kalem ise gönlüne dokunur. Başlarsın yazmaya dostum. Hangi tarafına dokunacağına karar veremesin gönlün. Yaşanmamışlıklar, pişmanlıklar vs...

Oysa kalem bunların hiçbirini yazmak istemez. O anlatmanı ister, daha önce kimselere anlatmadığın gönül arşivinde saklı duranları. Bu öyle bir andır ki, kalemi heyecan, seni ise tedirginlik sarar.

Nasıl anlatabilirsin veya açıklayabilirsin önemi toplumca henüz yeterince anlaşılmamış bu güzel duyguları ve bu güzelliklere sebep olanı. Avazın çıktığı kadar bağırıp herkese haykırmak, anlatmak istersin, duyup bilmesini istersin herkesin; en çok da bu hallere sebep olan O'nun duymasını istersin.

Başlarsın anlatmaya dostum; O kutsal duygu ile tanışır. Bilinen bütün kutsallardan daha kutsal ve daha saf olan Sevgi ve Aşk ile. Daha önce bütün yaşanmışlıkları anlamsız kılan o ilk bakışı, merhabanın O'nun ağzından duyulunca ne kadar anlamlı ve güzel bir kelime olduğunu, soluksuz bir şekilde tüm detayları anlatırsın. 13 Mart sabahını anlatırsın. O 13 Mart ki, miladı olur ömrünün; O'ndan önce ve O'ndan sonrası diye...

Her şey daha bir anlamlı ve yaşanılabilir oluyor. O'nun varlığı artık en büyük ve öncelikli yaşam gayen oluveriyor. Oysa o günün öncesindeki hiçbir anında olmayan bir insan, nasıl olurda bir anda hayatının merkezine oturur ve en kutsalın olur?

Gel de anlat ve anla hey Gary!..

Bu öyle muhteşem bir duygu halidir ki, müthiş bir enerji kaplar bütün vücudunu. Sanki bütün hücrelerinin çalışma kapasitesi 3, 5 hatta 10 katına yükselmiş gibi hissediyorsun. Yaşlı veya tembelle hücreler bile çalışmaya başlar tekrardan.

Sevmeye başlarsın her şeyi, herkesi, kendini ve bu da O'nu daha çok sevmene neden oluyor. Nefret duygusundan uzaklaşırsın yavaş yavaş. Af etmek istersin herkesi, her şeyi. İlk defa şekerci dükkânına gitmiş bir çocuk kadar heyecanlısın. Karnında o ana kadar yaşamadığın bir hareketlilik olur, kelebekler uçuşur durur oralarda. Açlık ve susuzluk hissini unutturur sana kelebeklerin varlığı. Keşke bu duygulara sebep o kelebeklerle daha önce tanışmış olsaydım; daha bir tamamlanmış olurum. Yitik anıların değerine ilişkin farkındalığım daha yüksek olurdu. İşte bundandır ki şimdi her anım O'nun varlığının bir yansıması. Aşka değmeyen yürek hiç çarpmamıştır...

Bu nedenle böyle hissettiren, hayata anlam katan duygulara sebep güzel insanların hepinizin karşına çıkması ve o anı ıskalamamanız dileğiyle; Yaşasın Aşk!..

İdris KENÇ

idriskenc@gmail.com



Sınırları Zorlayanlar

Bir iş kurmak ve girişimcilik, benzersiz yetenekler ve kariyer sevgisi gerektirir. Sıradan basit şeylerle ilgili değil. Bu, hayalinizi ortaya çıkarma fırsatı ve yeteneğinizle ilgilidir. Yapacağınız her ne ise 'hayatınız' olmalı ki başarılı olsun.

Başarı için hırslı olmak gerek. Her ne yaparsan yap aşkla şevkle yap. Eğer sevmiyorsan, o zaman neden yapıyorsun? Gerçekten tutkumuz olmayan kariyerler inşa edersek veya işlere devam edersek, kendimizi eksik bırakmış oluruz. Burada bahse konu olan aşk ve şevk yapmak istediğiniz şeyi gerçekten yaparsanız, daha yaratıcı, daha motive, daha uyumlu ve finansal olarak çok daha iyi olacaksınız. Katherine Hepburn'un dediği gibi "Kendinizi desteklemeniz gerekiyorsa, ilginç olacak bir yol bulmalısınız."

Kendinizi asla kandırmayın ve çok çalışmalı - başarı gerçekten çok çalışmaktan gelir.

Alın teri dökmeden zirveye ulaşan kimseyi tanımıyorum. Belki alinteri sizi her zaman zirveye çıkarmaz, ancak sizi oldukça hedeflerinizin menziline sokar.

Her zaman en iyisi olmayı hedeflemeli. Başarılı insanlar, sıradanlık için değil, büyüklük için çabalarlar. Bu nedenle, nihai potansiyelinize ulaştığınızdan emin olmak için kendinizi (ve ekibinizi) zorlayın. Ve galibiyetlerinizi kutladığınızdan emin olun, bu sadece ekibiniz arasında güven uyandırmakla kalmaz, aynı zamanda iş arkadaşlarınızı meşgul, sizi de toplumda saygın bir yere getirir.

İşletme Yönetimi Uzmanı yazar James C. Collins bu durumu şöyle özetlemiştir, "Büyüklük, koşulların bir işlevi değildir. Büyüklük, büyük ölçüde bilinçli bir seçim ve disiplin meselesidir."

Hedefe odaklanarak hazırlanmalı. Odaklanma her zaman başarıyı getirir - ki bu, en önemli şeye net bir vurgu yapılmadan mümkün değildir. Ve liderlerin sürekli olarak bu hayati gerçeği kendilerine hatırlatmaları gerekir. Odaklanma, bir misyon ve vizyon arayışını gerektirir.

Çünkü odaklanma bir vizyon yaratır ve bu vizyonu tutkuyla sahiplenir bu da sonuca götürür.

Hayallerini gerçekleştirerek başarılı olanlar genellikle sınırlarını zorlayanlardır. Bunun için adım atmaktan korkmayan, denemekten asla vazgeçmeyenlerdir.

Duyarlı olun, dinleyin ve gözlemleyin - o zaman değer yaratacaksınız. Diğer insanların yaptığı hatalardan ders alın.

Hatalardan ders almanın ne kadar hayati olduğunu; "En mutsuz müşterileriniz, en büyük öğrenme kaynağınızdır." diye ifade etmiş Bill Gates.

Faklı davranın, farkında olarak bir tek şansınız olan bu hayata damganızı vurun. Her zaman çağa ayak uydurun ve fikir üretmeye gelince sınırlarınızı zorlayın.

Kalıcı olmanın yolu iş geliştirme ve girişimcilik sevgi üzerine inşa etmekten geçer ve herhangi bir büyük aşk, hayalinizi yakalamak için tutku ve ısrar gerektirir. Aksilikler ve başarısızlıklar yaşayacak olsanız da, başarı ve zafer de bulacaksınız. Böylelikle kalıcı olursunuz.

Yazar Maya Angelou yenilgi ve başarısız girişimlerin aslında birer basamak olduğunu şöyle ifade etmiş; "Birçok yenilgiyle karşılaşabilirsin ama mağlup olmamalı. Aslında, kim olduğunuzu, neyden yükselebileceğinizi, bundan nasıl hala çıkabileceğinizi bilmek için yenilgilerle yüzleşmek gerekebilir."

Solucan 1 Yaşında!..

Zaman su gibi akıp geçiyor. Bu hızlı geçiş sürecini anlamlı kılan yegane şey sanırım düşünüp, hayal ettiğin ve bunu pratiğe dökmeyi başarabildiğin şeylerdir. Solucan da böylesi bir hayalin bir yıl önce gerçekleşen ürünü.

Bir yıl önce böylesi dergi kılıklı yerel bir gazete çıkarmayı düşündüğümde, bunu hayata geçirmeme, erteleme dürtümü tetikleyen birkaç neden vardı. Bunlardan birincisi; teknolojinin böylesine gelişim gösterdiği, her türlü bilgiye avuç içimizdeki bir aletle ulaşmanın mümkün olduğu bir

zaman diliminde, basılı bir yayın çıkarmak ne kadar etkili olabilir kuşkusuydu. İkincisi ise bu işin finansına dair endişelerdi.

Bu iki durum bu projeyi sürekli ertelememe neden oluyordu.

Ta ki bir yıl önce bir grup arkadaşın başlangıçta ekonomik destek sunacaklarını ifade etmeleri, benim de basılı yayının her dönemde daha kalıcı bir etkisinin olacağını bilince taşımamla, Solucan'ın yaşam serüveni de start aldı.

Bu yolculukta onlarca insan fikirleri ve yazılarıyla Solucan'a güç kattı. Onlarca sanatçının, müzisyenin, akademisyenin fikirlerini söyleşilerle Datça'ya taşıdık; Onlara Datça'yı hatırlattık. Bir çok insan hiç beklenmedik anlarda Solucan'a sahip çıktı, çıkmaya devam ediyor. Bu anlamda Solucan'ın 24. Sayısı ve birinci yılını doldurmasına katkı sunan herkese çok teşekkür ediyorum.

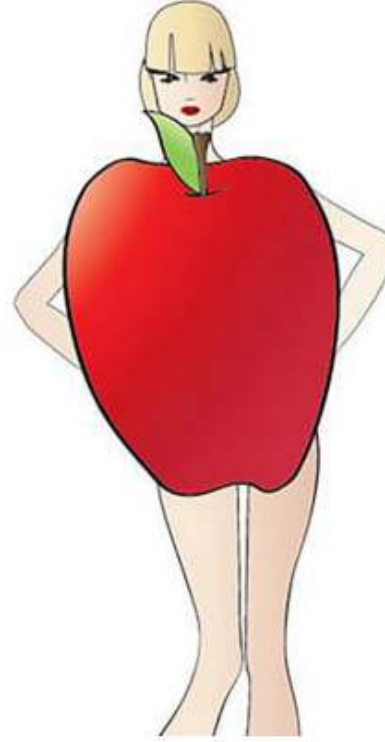
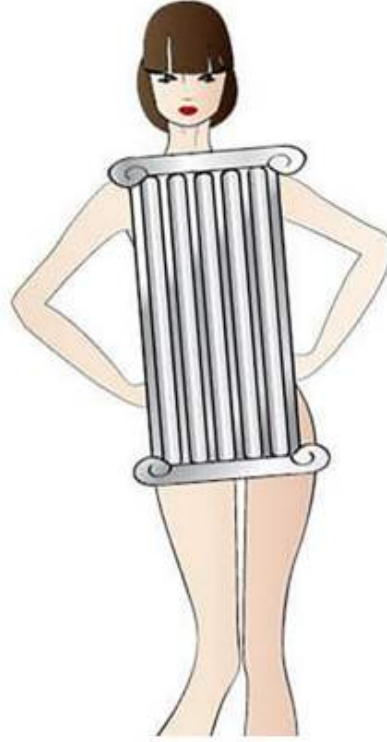
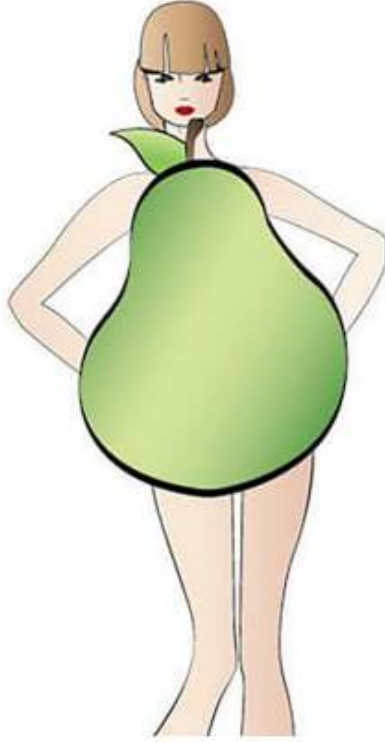
Daha uzun yıllar birlikte olmak umuduyla... Özgür BASUT





Dyt. Canan KAPLAN

Kendi Boyumuzun Ölçüsünü Alalım



Kış aylarında olunca ufaktan alınmaya başlanıyor kilolar. Sonrasında "aman şu kadar kilo aldım, belim kalınlaştı, bedenim büyüdü, hangi aralıktayım ..." gibi söylemlerde devamında geliyor. Siz de böyle bir durumda iseniz veya kilo almamışsınızdır ama kilo, beden ölçümlerinin idealini merak ediyorsanız birazdan vereceğim bilgiler tam size göre. Bu yazı sonunda herkes alsın eline bir mezura ve başlasın boyunun ölçüsünü almaya. Tabi boy ölçüsti derken orada ufak bir esprili söylem ile mezura ölçümlerini kastediyorum aslında ;)

Öncelikle "antropometrik ölçüm" dediğimiz terimi açıklayarak başlayalım. Antropometrik ölçüm; Kişinin ağırlığını, vücut ölçülerini, gücünü ve hareket sınırlarını belirli noktaları esas alarak yapılan ölçüm ve saptamalarıdır. Biz bu yazıda hem vücudumuzu anlamak ve hangi grupta/ aralıklarda olduğumuzu öğrenmek için gerekli olan en temel, en önemli ve en basit ölçüm ve saptamaları öğrenmiş olacağız.

İlk olarak Beden Kitle İndeksi (BKI); ağırlığın (kg) boyun (m) karesine bölünmesi formülü ile hesaplanan değere denir. Bireyin hangi grupta olduğu ve ideal aralığı hakkında bize bilgi verir. Dünya Sağlık Örgütü'nün yaptığı obezite sınıflandırmasında çıkan Beden Kitle Endeksi

sonuçlarına göre sınıflandırılma şu şekildedir; 18.5 kg/m²'nin altında olanlara zayıf, 18.5 kg/m² ile 24.9 kg/m² arasında olanlar normal kilolu, 25 kg/m² ile 29.9 kg/m² arasında olanlar hafif şişman/ fazla kilolu, 30 kg/m² ile 34.9 kg/m² arasında olanlar 1. dereceden obez, 35 kg/m² ile 39.9 kg/m² arasında olanlar 2. dereceden obez, 40 kg/m² ve üzerinde olanlar morbid obez kabul edilirler. Ancak BKİ vücut yağı ve kas kütlesi için detaylı bir bilgi vermez. Mesela bu sınıflandırmaya göre yüksek kiloda ama vücut ağırlığının çoğunluğu kastan gelen bir bireyi obez grubuna alabilir. Bu nedenle bu parametre tek başına yeterli değildir. Diğer ölçümlerle birlikte değerlendirme yapılmalıdır.

İkinci olarak Boyun Çevresi bizim için çok önemlidir. Erkeklerde 37 cm üstü ve kadınlarda 34 cm ve üstü ciddi risk taşır.

Üçüncü olarak Bel Çevresi yine son derece önemlidir. Kadınlarda;

- * 80 cm altı iyi,
- * 81 ve 89 cm fazla kilolu
- * 89 cm ve üstü şişman olarak kabul edilirken, erkeklerde;
- * 94 cm altı iyi,

- * 94 ve 102 cm fazla kilolu,
- * 102 cm ve üstü şişman olarak kabul edilmektedir. Dördüncü olarak Bel Çevresi/ Kalça Çevresi oranı bize çok önemli bilgiler verir. Kadınlarda;
- * 0,8 altı mükemmel- armut tipi vücut şekli,
- * 0,8 - 0,85 hafif şişman- avokado tipi vücut şekli,
- * 0,85' ten yüksek olanlar şişmandır- elma tipi vücut şeklinde kabul edilir iken erkeklerde;
- * 0,95 altı mükemmel- armut tipi vücut şekli,
- * 0,97 - 1,0 hafif şişman- avokado tipi vücut şekli,
- * 1,0' den yüksek olanlar şişmandır- elma tipi vücut şeklinde olarak kabul edilmektedir.

Hadi bakalım alsın herkes eline bir mezura ve ölçümlere başlasın. Bu yazıyı okuyup ölçüm yapanların sonuçlarını instagram hesabıma (@dytcanankaplan) mesaj atarak bana iletmelerini istiyorum, bakalım sonuçlar nasıl gelecek!

(*Boyun= Karşıdaki bir noktaya bakar pozisyonunda boynunuzu dik tutun. Gırtlak çıkıntısının (adem elması) alt sınırındaki noktadan mezura ile ölçebilirsiniz.

*Bel = Bel oyuntusundan, yani en alt kaburga kemiğinin altı ile kalça kemiğinin üst kısmı arasındaki orta noktadan mezura ile ölçebilirsiniz.

*Kalça = En geniş kısmından mezura ile ölçebilirsiniz.)



*Kalite ve zarafetin
buluştuğu adres!*



İskele Mah. Ahmet Taner Kışlalı Cad. No: 28/B Datça/Muğla

(0252) 712 01 92 (0552) 502 66 04 dadyainsaat



DATÇA BAYİSİ



*Dünya ile
bağınız
kopmasın*



**UYDU - KAMERA
BİLGİSAYAR TAMİR ve SATIŞI**

0545 901 47 17 - www.pielektronik48.com



Bunu biliyor muydunuz?



Dünyanın en renkli hayvan türleri arasında yer alan zehirli ok kurbağası, küçük boyutunun aksine dünyanın en ölümcül hayvanlarından biridir. Zira 175 keşfedilmemiş türü bulunan canlıların derisindeki zehir, 30.000 fare veya 150 insanı öldürebilecek güçtedir.

Özellikle büyük şehirlerde toplu taşıma araçları trafiği büyük ölçüde rahatlatıyor. Ama bir metro istasyonunda soluduğunuz havanın % 15'ini insan derisi oluşturmuyormuş.



Düşüncelerden süzülener



Tanrım, beni dostlarımdan koru, düşmanlarımla kendim baş ederim.

Grigory Petrov

"Ekmek pahalı ama emek ucuz."



Tolstoy



İki tür insan daima açıtır. Biri bilimi arayan, diğeri de parayı.

Cat Stevens

Davranışı değiştirmeyen bilgi aslında bir işe yaramaz.



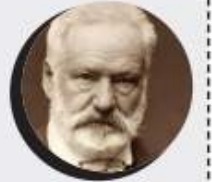
Yuval Noah Harari



Geçmiş silinmekle kalsa iyi, silindiği de unutturuluyor. Sonunda elimizde yalan bir gerçek kalıyor.

George Orwell

Kalbimi kıran bana yalan söylemiş olman değil, bir daha sana inanmayacak olmam.



Victor Hugo



NAR TİCARET

Arif KIRKAN



Bildiğinizden şaşmayın!

Dün olduğu gibi bugün ve yarınlarında da eviniz, işiniz, inşaatınız için uygun ve güvenilir adres...



Reşadiye Mah. Knidos Yolu

0532 157 83 31 - 0535 208 34 08



İçişleri Bakanlığı: "Telefonda kendisini polis, asker, savcı olarak tanıtır. ADINIZ FETÖ/PDY vb. TERÖR ÖRGÜTÜ SORUŞTURMASINA KARIŞTI diyerek para ve altın isteyenlere inanmayın."



DEVİRİM
İNŞAAT

130 m²
Villalar

**Bu emsalsiz yaşam alanını
kaçırmayın!**

0546 476 23 04



Sitrona
Cafe & Bistro

*Sergi ile
gelen lezzet*

İskele Mah. Rauf Balıkcı Sok. No: 6/A Datça
0535 342 58 40 sitronacafe



OTUZ
Bar - Bistro - Dart

Kıyılı sokağın kültürü...

Balıkcı sokağına girdiğinizde görmemeniz mümkün değil



Çabasız Hayal Sadece Bir Dilektir

Renas SOLİN

Herkesin uçuk kaçık, büyük küçük kafasında bazı hayaller ve arzular vardır; gelecekte olmasını istediğimiz bir şey veya olmayı arzuladığımız biri. Ancak çoğu zaman bu hayaller gerçekleşmeden bırakılır. Kadere olan bu basit ama güçlü güvenin tüm kredileri, insanlar hedeflerine ulaşmak için ana faktörden, yani sıkı çalışmadan yoksundur.

"Harekete geçmedikçe hayaller yürümez."

Hayallerinizi gerçekleştirmenin en emin yolu onları yaşamaktır." der Roy T. Bennett.

Sadece hayalin zihinde sabitlenmesi işe yaramaz. Bu, hedefe ulaşmak için zihniyette güçlü bir özveri ile desteklenmelidir. Bu yüzden boşuna söylenmemiş, "nerede hareket orada bereket".

Hedefe ulaşma nedeni için iyimser bir tutum ve azim, başarının arkasındaki anahtar faktördür.

Bir şeyi hayal etmeden önce, kişinin hayalinin kapasitesi dahilinde olduğunu iyi bilmesi gerekir. Aksi durum traktörden Ferrari performansı beklemek olur. Bu, hayalinin gerçekleşmesi için gereken işin kapsamlı ve ciddi bir analizini yaparak elde edilir.

Kişi, talihinin ve şansının desteğiyle rüyayı gerçekleştirmeyi beklememelidir, çünkü rüya başarısı sırasında şansın kişiyi desteklediği durumlar neredeyse yoktur.

Bu nedenle, hayaller kişinin eşiğinde olabilmesi için, sarf etmesi gereken asgari düzeyde çaba olduğunun farkında olmalıdır.

Mükemmel bir vizyon, her hedefin talep ettiği şeydir. Hedefe ulaşmak için izlenmesi gereken yolun doğru bir tahmini, uzun vadede harika sonuçlar verebilir!

Çabasız hayal sadece bir dilektir. Dilekler genelde türbe taşlarına yazılır, suya atılır, çoğunlukla da Anadolu'da ağaç dallarına bağlanır. Gerçekleştiklerine pek rastlanılmaz.

Bu dünyadaki tüm başarılı insanlar büyük hayalperestlerdir. Ancak onları dilek tutanlardan ayıran en büyük özellik, hayallerine karşı gösterdikleri azim ve bunu başarmak için yaptıkları çok çalışmalarıdır.

Bir hayali gerçekleştirme sürecinde, birçok olumsuzluk ve karışıklıkla karşılaşılabilir. Ancak asıl sihir, kişinin bu tuhaflıklarla başa çıkma ve görevinde ilerleme biçiminde yatmaktadır.

Güçlü bir kararlılık, herhangi bir insanı yolundaki tüm zorluklarla mücadele etmeye ve amacı için elinden gelenin en iyisini yapmaya yönlendirebilir.

Hayalinize Adanmışlık Onu Gerçeğe Dönüştürür

Hayal etmek gerçekten kolay ama bu hayallerin peşinden gitmek için çok fazla cesaret ve kararlılık gerekiyor.

Kendi yolunuzu çizmeye çalışın ve başkalarını takip etmeyin. Başkalarıyla kıyaslamamaya özen gösterin, bunun yerine sürekli olarak rekabet etmeye ve kendinizi yalnızca sizinle karşılaştırmaya çalışın. Tek rakibiniz kendiniz olmalı.

İnsanlar kalabalığın olduğu yeri takip eder ve onu kazanmaya çalışır. Ama o fare yarışını kazanmaya odaklanmak yerine, zorlukların üstesinden gelin, hayallerin yolunu açın ve onu gerçeğe dönüştürün.

Azim Gösteren Kişilikler hep hayallerini gerçekleştirmişlerdir. Bunlara en iyi örnek Apple'ın eski CEO'su Steve Jobs'tur.

O, büyük hayalleri ve onları desteklemek için özveri ve sıkı çalışmanın mükemmel karışımı sayesinde başarının özetini fetheden bir adamdır.

Steve Jobs'un hayali günün birinde herkesin elinde bir akıllı cep telefon-bilgisayar olmasıydı ve evet bugün bu böyle ve bu yazı da öyle bir aletle yazılmakta.

Bu bağlamdaki bir başka canlı örnek, PayPal'ın kurucusu ve aynı zamanda SpaceX ve Tesla gibi önde gelen organizasyonların şu anki lideri Elon Musk'ın olabilir.

"Sıradan insanların sıra dışı olmayı seçmesinin mümkün olduğunu düşünüyorum" der Elon Musk.

Musk'ın başarısı, hayallerinin ve bunun için ortaya koyduğu bir dizi çabanın bir sonucudur.

Sonunda, önemli olan belirlediğiniz hedef gibi, aynı şekilde yaptığınız sıkı çalışmadır. Gerekli çabalar gösterilmeden tek bir hayale ulaşılamaz.

Bu nedenle, sonraki aşamada şansı suçlamak yerine, hayalleri gerçekleştirmek için kişinin en iyi çıktısını vermesi daha akıllıca olacaktır. Kusursuz bir tutkuyla desteklenmedikçe tek bir hayal bile gerçekleştirilemez...

Unutmayın ki, "Eğer tam bir özveri ve azim gösterirseniz hayallerinizdeki SİZ olabilirsiniz!"



Baş Döndüren Mavilik: Chefchaouen (Şafşavan)

Fatoş PUR | morvaliz.com /sitrona cafe

Endülü's seyahatimin sonuna doğru, gözlerim sanki başka bir şeyler görmek istedi. Tarifa'ya yani İspanya'da Avrupa'nın en güney ucuna inince bir de baktım ki, Fas'a sadece 45 dakikalık bir feribot yolculuğu ile geçilebiliyor. Öyleyse dedim, ver elini Chefchaouen (Şafşavan) yani yıllardır görmek istediğim 'Mavi Şehir'!

Chaouen, Rif Dağı'nın eteklerine yayılmış, daracık sokakları, kaldırımları, merdivenleri, evleri, saksıları, sözün özü her şeyi masmavi olan bir şehir. O kadar mavi ki, mavilik başınızı döndürüyor ve yürürken bazen kendinizi bir akvaryumun içinde hissediyorsunuz.

1471 yılında kurulan, 'Mavi Şehir' ya da diğer adıyla 'Mavi İnci', Fas'ın kuzeyindeki Tangier (Tanca) ve Tatuana (Tatvan) şehirlerinden aşağıya doğru inince karşınıza çıkıyor. Karşından bir dağın eteklerine dökülmüş beyaz evler gibi gözükse de, içine girince her yerin mavi olduğu bir şehir karşılıyor sizi.

Arap ve Musevilerin, İspanya'dan sürüldüğü 1930'lu yıllarda buraya gelip yerleşen halk, bir rivayete göre böceklerden korunmak için, diğer bir rivayete göre ise Tevrat'ta Musevi erkeklerin sabah dua ederken taktıkları şallara mavi ipliklerin bağlanması emrinin verilmesinden dolayı, bu renk kutsal olduğu ve dolayısıyla cenneti ve Allah'ı simgelediği için maviye boyanmış. Başlangıçta daha az olan mavi alanlar, sanırım sonrasında turistlerin de ilgisini çekince artmış ve neredeyse şehrin tamamı mavi olmuş.

Bugün Berberiler, Müslümanlar, Museviler ve Hristiyanlara ev sahipliği yapan şehir, adeta bir kültür mozağı. Halen caddelerde yürüten Berberiler, uzun ve kapüşonlu, pamuklu giysileri ile şehre daha da mistik



bir hava katmakta. Havanın çok sıcak olmasından dolayı, kıyafetleri rengarenk ponponları olan şapkalar da süsleyince, ortaya görmeye değer bir geleneksel görüntü çıkmış.

Geleneksel dokular, sadece Berberilerin üzerinde değil elbette. Şafşavan'a giderken yanına ekstra bir boş bavul almanızı öneririm, çünkü burası el dokuması halı ve kilimler, yünden örülmüş hırkalar ve battaniyeler gibi pek de kolay bulunamayan ürünlerin oldukça uygun fiyata alınabileceği bir alışveriş cenneti. İki tane el dokuması, yün Berberi kilimini kırk dolara aldığımı söylemem bir fikir verecektir sanırım.

Bunun yanında deri işçiliği çok gelişmiş ve terlik, çanta gibi deri ürünleri de burada uygun fiyata bulmak mümkün. Gümüş aksesuarlar ve tepsiler, Endülü's etkisi taşıyan çini tabak-çanaklar, renkli camlardan yapılmış lambalar, ferforje duvar süsleri gibi bir çok eşyayı Avrupa'nın neredeyse beşte bir fiyatına alabilirsiniz.

Mavi şehir, eski şehir 'Madina' ve yeni şehir 'The Ciudad Nueva' olarak ikiye ayrılmış. Tabi ki burada da gezilecek yerler eski şehrin içinde toplanmış. Fas ve Endülü's etkisiyle şekillenmiş eski şehir daracık sokakları, çiçeklerle kaplı mavi merdivenleri, evlerin avlularına açılan dar tünelleri ile turistlerin ilgi odağı.

Kırmızı kiremit kaplanmış çatılı evleriyle, maviyle kaplanmış dar yollar, nereden giderseniz gidin sizi meydana çıkarıyor. Ya da meydana yola başlarsanız, buradan gideceğiniz tüm yollar sizi mavi şehrin büyüğü sokaklarına götürecektir diyelim.

2011 yılında Giorgio Armani'nin reklam filmi çekmesinden sonra adını daha da duyuran şehir, Fas'ın çöl havasından daha çok Akdenizli yanını temsil ediyor adeta. Maviye boyanan kapı ve pençelerle, kendinizi zaman zaman bir Yunan adasında sanabilirsiniz.

Burada sadece evler değil, bir çok camiler, halka açık meydanlar, hükümet binaları da maviye boyanmış. Bu renk cümbüşüyle de özellikle fotoğrafçılar için cennet. Ancak çok dikkat edilmesi gereken şey, halkın fotoğraflarının çekilmesinden hoşlanmıyor oluşu. Sokakta fotoğraf çektiğiniz için bile size bağırarak kadınlar karşınıza çıkarsa şaşırmayın. Özellikle kadınlar fotoğrafa daha karşı ve sorulmadan kesinlikle fotoğraf çekilmemesi gerekiyor. Karşı olduklarından olsa gerek ki, kartpostallarında yer alan portrelerde bile kişiler hep arkadan çekilmiş.

Kedinin bolluğundan mı, yoksa fotoğraflanabilir tek canlı oluşundan mıdır bilmem ama bol bol kedili sokak kartpostalı göreceğinizden emin olabilirsiniz.

Mavi şehir, rivayetlerin tersine turistik amaçla, sonradan geliştirilmiş olsa da bugün milyonlarca ziyaretçi aldığı bir gerçek. Güzel olan yanı ise, bir çok kültürün bir arada dostça yaşayarak, her ne sebeple yaratılmış olursa olsun bu güzelliği koruyor oluşları...



DELFIN
SIGORTA Datça Şubesi

Doğancan KOCAOĞLAN
0532 066 78 38 0252 712 8 666
axadogancan@hotmail.com
İskele Mah. Rauf Balıkçı Sk. No: 13/C Datça / Muğla

TURKİYE SİGORTA
Allianz AXA SİGORTA
KORU SİGORTA HDI AK SİGORTA
MAPFRE SAKAR SİGORTA Groupama
QUICK SİGORTA SİGORTA
UNI CO DOĞU SİGORTA BERKET SİGORTA
AXA HAYAT SİGORTA SİGORTA

www.delfinsigorta.com.tr

Datça İnşaat Ltd. Şti.

Yarın bugünden şekillendiriyoruz...

0535 967 63 14 - soydoglunurullah40@gmail.com
Datça Mah. (Ametwa Karmel Cd. No: 1) Datça/Muğla