

“YÜKSEKÖĞRETİM FAALİYETLERİNİ UZAKTAN AKSAMADAN YÜRÜTÜYORUZ”

Koronavirüs vaka sayısındaki artış nedeniyle Kabine Toplantısı sonrası Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan yeni tedbirleri açıkladı. Bu tedbirler kapsamında açıklama yapan Mütevelli Heyeti Başkanı Abdülkadir Gayretli, “Mesai saatleri azaltıldı ve birçok birim uzaktan çalışmaya yönlendirildi” dedi

“BİRÇOK FAALİYET GERÇEKLEŞTİRDİK”

İstanbul Gelişim Üniversitenin Mütevelli Heyeti Başkanı Abdülkadir Gayretli yaptığı açıklamada, “Öğrencilerimizin salgından korunabilmeleri ve uzaktan öğretim sistemine kolayca adapte olabilmeleri başta olmak üzere, öğrencilerimiz ve toplum yararına sunular, toplantılar, yayınlar, üretimler, uygulamalar ve planlamalar gibi birçok faaliyet gerçekleştirdik” diye konuştu.

“SÜREKLİ BİLGİLENDİRİLMELER YAPILIYOR”

İlgili tüm birimlerin, öğrencilerin sınav ve eğitim öğretim faaliyetlerinde mağduriyet yaşamaması için akademisyenlerden başlayarak öğrencileri kapsar şekilde bilgilendirmeler yaptığını ve online toplantılar düzenlediğini söyleyen Gayretli, “Sürekli bilgilendirilmeler yapılıyor ve varsa karşılaşılan sorunlar, sistemde belirlenen aksaklıklar konuşuluyor. Yükseköğretim faaliyetlerini uzaktan aksamadan yürütüyoruz” dedi.

“HASTALIĞIN YAYILIM HIZINI AZALTMAK İÇİN KARARLAR ALDIK”

Koronavirüs (Covid-19) salgını çerçevesinde fiziksel mesafeyi koruma, sosyal izolasyonun temini ve hastalığın yayılım hızını azaltmak için aldıkları kararları Mart ayından bu yana devam ettirdiklerini söyleyen Gayretli, “Üniversitemizde tüm hizmetler aksamadan yürütülüyor. Mesai saatleri azaltıldı ve birçok birim uzaktan çalışmaya yönlendirildi. Üniversite içerisinde toplu çay, kahve ve yemek tüketimi ise tamamen yasaklanmış durumda” ifadelerini kullandı.

NICK HOBBS: “SÜRDÜRÜLEBİLİRLİK ARTIK SADECE İDEALİSTLERİN VE VİZYONERLERİN HAYALLERİ DEĞİL”

İstanbul Gelişim Üniversitesi (İGÜ) İngiliz Dili ve Edebiyatı Öğrenci Kulübü'nün düzenlediği "İstanbul'un Kırsal Bölgesini Yeniden Düşünmek" başlıklı çevrimiçi bir konferansta Hiking İstanbul Projesi'nden Nick Hobbs öğrencilerle buluştu. “Sürdürülebilirlik artık sadece idealistlerin ve vizyonerlerin hayalleri değil” diye konuşan Hobbs, İstanbul kırsalındaki popüler yürüyüş turlarından, uluslararası müzik sektöründeki uzun kariyerine kadar uzanan deneyimlerini öğrencilerle paylaştı.

METROPOL DIŞINDAKİ 60 YÜRÜYÜŞ ROTASI

İstanbul'un kıymetli kırsalına sürdürülebilir değerler vermeye odaklandıklarını ifade eden Hobbs, Hiking İstanbul'un nasıl başladığı ve 5.000'den fazla takipçisi olan çevrimiçi bir topluluğa nasıl dönüştüğü ve metropol dışındaki yaklaşık 60 yürüyüş rotasını haritalayan basım sürecindeki kitabı hakkında ayrıntılar verdi.

“Sürdürülebilirlik artık sadece idealistlerin ve vizyonerlerin hayalleri değil” diye konuşan Hobbs, “Ya sürdürülebilir ekonomiyi derhal uygulamaya koyarız ya da bizi bilimkurgunun daha karanlık vizyonlarına sürükleyecek korkunç, büyük ölçüde geri dönüşü olmayan sonuçlarla gezegenin bağlı olduğumuz ve sevdiğimiz biyosferinin bozulmasını hızlandırırız” ifadelerini kullandı.

Hobbs konuşmasını şöyle sonlandırdı:

“Güzel, tarihi ve habitat açısından zengin yerlerin korunması ve muhafaza edilmesi için ek bir nedene ihtiyaç duyulmaması gerek. Olmayan yerler, hayal gücü, biraz çaba ve mütevazı bir harcama ile doğal ve sosyal varlıklara, birbirimize ve geleceklere güvendiğimiz ortak servete dönüştürülebilir.”

“KORONAVİRÜS SALGINI İLE BİRLİKTE SOLUNUM FİZYOTERAPİSİ ALANINDA İHTİYAÇ ARTTI”

Koronavirüs salgını ile birlikte solunum fizyoterapisi alanında ihtiyacın arttığını söyleyen Fizyoterapist Öğr. Gör. Tuğçe Bilgiç, “Covid-19 hastalarına uygulanacak solunum rehabilitasyonu ile hastaneye yatış ve acil başvuruları azalır. Hastanede yatan vakalar için yatış süresini kısaltır ve sağ kalım oranı artar” dedi.

Solunum fizyoterapisi hakkında bilgi veren İstanbul Gelişim Üniversitesi'nden Fizyoterapist Öğr. Gör. Tuğçe Bilgiç, “Solunum rehabilitasyonu ya da pulmoner rehabilitasyon olarak adlandırabileceğimiz tedavide standart medikal tedaviye ek olarak özellikle kovid-19'da da görülen nefes darlığı gibi dirençli semptomlara yönelik fizyoterapistler tarafından uygulanan yöntemler mevcuttur. Bu noktada hastanın fiziksel durumunu iyileştirmek, semptomları azaltmak, doğru ve etkili nefes alma eğitimleri vermek ve dolayısıyla yaşam kalitesini yükseltmek temel amaçlardandır” diye konuştu.

“KÜÇÜK BİR EFOR BİLE SEMPTOMLARI KÖTÜLEŞTİREBİLİR”

Hastaların büyük bölümünün nefes darlığı sebebiyle hareketlerinin limitli olduğunu ifade eden Bilgiç, “Küçük bir efor bile semptomları kötüleştirebilir. Solunum rehabilitasyonu bu sebeplerle günümüzde evde ya da hastanede tedavisi devam eden Covid-19 hastaları için de multidisipliner tedavi yöntemlerinin planlanıp uygulanmasını gerektiren kapsamlı müdahaleler bütünüdür” dedi.

“SOLUNUM CİHAZINA BAĞIMLILIK SÖZ KONUSU OLABİLİYOR”

Kovid-19 vakalarının yaklaşık yüzde 80'ninin, pnömoni (zatürre/akciğer iltihaplanması) olmaksızın hastalıklarının hafif ve orta dereceli semptomlarla ilerlediği bilgisini paylaşan Bilgiç, “Yapılan araştırmalara göre, pnömoni hastalarının yaklaşık % 14'ünde, hastalık şiddetli olarak kendini gösteriyor. Vakaların % 5'inde ise, akut solunum sıkıntısı sendromu (ARDS), çoklu organ fonksiyon bozukluğu/yetmezliği ve/veya septik şok geliyor. Özellikle de bu grupta semptomlar giderek kötüleşmekte ve solunum cihazlarına bağımlılık söz konusu olabiliyor” diye konuştu.

Bilgiç konuşmasına şöyle devam etti:

“Akut dönemde fizyoterapistler tarafından bu hastalara tavsiye edilen yaklaşımlar pozisyonlama, gevşeme ve hastanın klinik durumunun izin verdiği ölçüde uygulanabilen pasif, aktif yardımcı veya aktif mobilizasyondur. Havayolu temizleme tekniklerini de içeren solunum egzersizlerinin, egzersiz eğitiminin ve solunum kaslarına yönelik uygulamaların da kronik dönemde tedavi programına dahil edilerek devam edilebileceği öneriliyor.”

SOLUNUM REHABİLİTASYONUN FAYDALARI

Fizyoterapist Öğr. Gör. Tuğçe Bilgiç, “Akciğer kapasitesini artırarak egzersizlere ve efor sarf etmeye uyumu kolaylaştırır. Solunum cihazlarına bağımlılığı azaltır. Nefes darlığını azaltarak yaşam kalitesini yükseltir. Göğüs ve kol kaslarına yönelik egzersizler kuvvet ve fonksiyon artışı sağlar. Hastaneye yatış ve acil başvuruları azalır. Hastanede yatan vakalar için yatış süresini kısaltır ve sağ kalım oranını artırır. Depresyon ve anksiyete gibi psikiyatrik semptomlarda azalma ve motivasyonda artış görülür. Uzun yürüyüşler gibi aerobik egzersizlere olanak tanır. Kullanılması gereken ilaçlara olan uyumu da artırır” şeklinde konuştu.

Türk Fizyoterapistler Derneği'nin de Kovid-19'u geçirenlerin solunum, kalp damar ve kas iskelet sistemlerinde farklı sıkıntılar oluşabileceğini belirttiğini sözlere ekleyen Bilgiç, “Covid-19 ile mücadelede özellikle ileri yaş, kronik hastalık ve zayıf bağışıklık gibi risk faktörleri taşıyan popülasyon için solunum rehabilitasyonu en güçlü silahlardan biridir ve önemi her geçen gün daha fazla anlaşılmaktadır” ifadelerini kullandı.

“TEMİZ SU İÇİN BİRLİKTE KOŞULAR”

Ampute milli futbolcu ve paralimpik atlet Burak Abacıoğlu'nun gerçekleştirdiği kısa koşulara sporcular ve ünlü isimler eşlik etti. Her bir koşuda, Sürdürülebilir Kalkınmanın bir amacı üzerine farkındalık sohbetleri yapıldı.

17 maddeden oluşan Sürdürülebilir Kalkınma için Küresel amaçlara dikkat çekmek için İstanbul'un farklı sembolik lokasyonlarında 17 dakika 17 saniyelik kısa koşular

gerçekleştiren ampute milli futbolcu ve paralimpik atlet Burak Abacıoğlu, Sürdürülebilir Kalkınma Amaçlarından "Temiz Su ve Sanitasyon " konusu için projede yer alan akademisyen Dr. Öğr. Üyesi Nevruz Berna Tatlısu ile bir araya geldi.

“KÜRESEL ÖLÇEKTE SU KITLIĞI YAŞANABİLİR”

İstanbul Gelişim Üniversitesi’nden Dr. Öğr. Üyesi Nevruz Berna Tatlısu, “Sürdürülebilir kalkınma hedefleri dikkate alınmadığı takdirde küresel ölçekte su kıtlığı yaşanacak ve temiz suya erişim çok zor olacak. Güvenli içme suyu, açık alanlardaki dışkılamanın boyutu, su kalitesi, atık su yönetimi, su kullanımında etkinliğin artırılması, gelişmemiş ve gelişmekte olan ülkelere su ve sanitasyon desteğinin artırılması, yerel halkı bilinçlendirmenin desteklenmesi gerekiyor” ifadelerini kullandı.

Gerçekleştirilen koşu hakkında konuşan ampute milli futbolcu ve paralimpik atlet Burak Abacıoğlu ise şöyle konuştu:

“Haliç Sahili’nde Dr. Öğr. Üyesi sevgili Nevruz Berna Tatlısu ve İBB SK milli sporcusu, klinik psikolog ve 2021 Tokyo Olimpiyatlarına katılmaya hak kazanan sevgili Elif İldem ile 17 dakika 17 saniye koştuk. Dr. Öğr. Üyesi Sevgili Nevruz Berna Tatlısu ve Sevgili Elif İldem’e farkındalık projeme verdikleri destekler için çok teşekkür ediyorum.”

GAYRETLİ’DEN LGS’YE GİRECEK ÖĞRENCİLERE TAVSİYELER

Milli Eğitim Bakanlığı, Liselere Geçiş Sistemi (LGS) kapsamındaki merkezi sınav ve Yükseköğretim Kurumları Sınavı (YKS) gibi sınavların kapsamında bir değişikliğin söz konusu olmadığını, öğrencilerin tüm müfredattan sorumlu tutulacağını bildirdi. Açıklama sonrası konuşan Mütevelli Heyeti Başkanı Abdülkadir Gayretli, “Öğrenciler uzaktan eğitimlerine düzenli katılım sağlamaya devam etmeli. Gerçek saat ve sürede deneme sınavları çözülmeli” dedi.

“MİLLİ EĞİTİM’İN YAYINLADIĞI ÖRNEK SORULARI ÇÖZMEYİ UNUTMAYIN”

Lise ve üniversite sınavlarına hazırlanan adaylar için geri sayım sürüyor. Sınavlara hazırlanan öğrencilere tavsiyelerde bulunan İstanbul Gelişim Üniversitesi Mütevelli Heyeti Başkanı Abdülkadir Gayretli, “EBA’da 8’inci ve 12’nci sınıf öğrencileri için açılmış olan sınavlara hazırlık derslerini takip edin. EBA’da yayınlanmış örnek sorularla, Milli Eğitim’in yayınladığı örnek soruları çözmeyi unutmayın. Çeşitli soru kitaplarından ve online platformlardan yararlanın. Yapamadığınız soruları online olarak sorun. Konuları ve soruları pas geçmeyin” dedi.

“BOL KİTAP OKUYUN”

Öğrencilerin uzaktan eğitimlerine düzenli katılım sağlamaya devam etmesi konusuna vurgu yapan Gayretli, “Gerçek saat ve sürede deneme sınavları çözülmeli.

Çözölemeyen sorularla ilgili öğretmenlerden mutlaka destek alınmalı ve mutlaka bol kitap okunmalı” diye konuşıtu.

“NE ZAMAN DİNLENECEĞİNİZİ BELİRLEYİN”

Sınavda sorumlu olunacak derslerle ilgili tekrar programı oluşturulması gerektiğine değinen Gayretli, “Ne zaman çalışıp ne zaman dinleneceğinizi belirleyin. Eksik olduğunuz derslere programınızda daha çok zaman ayırın ve tüm müfredattan sorumlu olacağınızı unutmayın” ifadelerini kullandı.

Tüm müfredattan sorumlu olmanın öğrencilerin stres düzeyini artırabileceğini de söyleyen Gayretli, “Başarı, emek ve çalışıma disiplini ile birlikte gelir. Sınav kaygınızı en düşük seviyede tutun” diyerek sözlerini tamamladı.