



AYLIK ETKİNLİK VE HABER BÜLTENİ



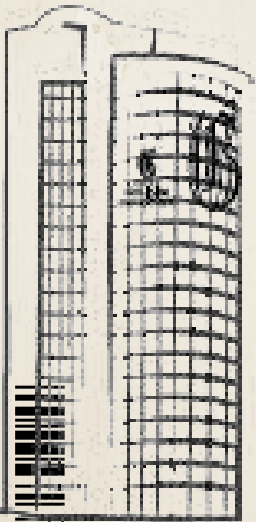
Sağlık Bilimleri
Fakültesi



100

TÜRKİYE CUMHURİYETİ'NİN YÜZÜNCÜ YILI

ARALIK 2024 | SAYI 48 | CİLT 4



İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ





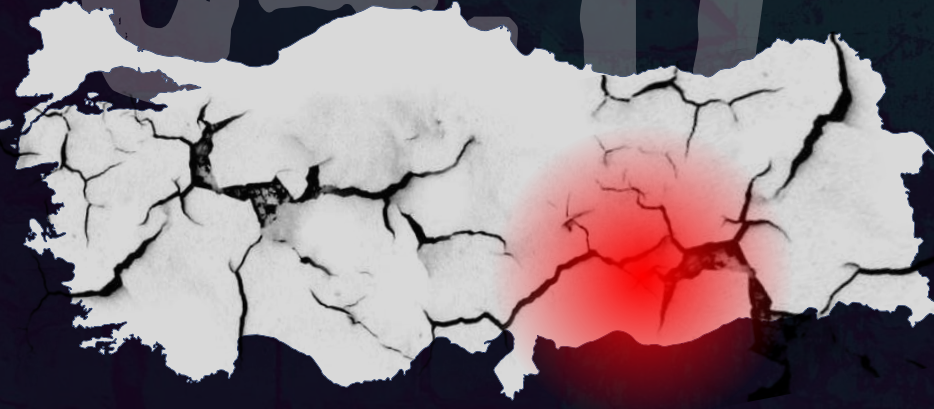
Sağlık Bilimleri
Fakültesi

Başarılarda gururu yenmek, felaketlerde umutsuzluğa direnmek gerekir.

Mustafa Kemal ATATÜRK

04.17

UNUTMADIK!



6 ŞUBAT 2023



ARALIK

Yılın on ikinci ayı; birinci kânun, ilk kânun, kânunuevvel.

P	S	Ç	P	C	C	P
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

1 Aralık: Dünya AIDS Günü

3 Aralık: Dünya Engelliler Günü

5 Aralık: Kadın Hakları Günü

6 Aralık: Dünya Özür Dileme Günü

18 Aralık: Sağlık Yöneticileri Günü

21 Aralık: Kış Gündönümü (Kuzey Yarım) - En Uzun Gece

27 Aralık: Mehmet Akif Ersoy'u Anma Günü

31 Aralık: Yılbaşı Gecesi

Bir Yılın Son Günleri

Murathan Mungan

I.

Bir yıl daha bitiyor
İşte bu kadar duru,bu kadar yalın
Bu kadar el değmemiş
Sıradan bir gerçeği daha
kolları bağlı hayatımızın
Bu şiiire nasıl dahil edilebilir bir yılın son günleri
Her sonda,her başlangıçta ve her defasında
Alır gibi başkasını karşımıza
Perdeler çekip,işıklar söndürüp
oturup yatağın içinde bir başımıza
Sorgulamak kendimizi
Öğrenmek ikimizin anadilini,ikinci belleğimizi
Öğrenmek kendimizle hesaplaşmanın buzul ilişkilerini
Bu aynanın dehlizlerinde gezinirken görürüz
Karanlık günlerimizin kenar süslerini

Biterken yılın son günleri
Biliyoruz takvimler belirlemez değişimin mevsimlerini
Gençlik ikindilerini
Kargınmış bir çocuktuk büyüdüğümüzden beri.

II.

Bir yıl daha bitiyor
Düşlerim ,tasalarım,yarım kalmış onca şey
Her yıl biraz daha kısalıyor bir öncekinden
Bana mı öyle geliyor
Yoksa daha mı hızlı ilerliyor zaman
İnsan yaşlanırken?

IV.

Ey uzak akrabalarım, üvey aşklarım
Mevsim sonu dostlarım, işporta malı ayrılıklar
Arkadaş ölümleri, dost hançerleri, talan ettiğimiz zulalar
Gece telefonları, ıssız konuşmalar
Mağrur incelikler, vurgun yemiş ilişkiler
Bırakılmış mektuplar
Ve yurdumun her karış toprağında tefrika edilen karanlık
Ey hayatıma girenler ve çıkanlar
Uçurum duygusuyla yaşadığımız hayat ey
O kadar çok anlattım ki
Kendime kaldım anlatmaktan...
Bunaldım kendisiyle boğuşmasını
Başkalarında çözmeye çalışan insanlardan
Usandım sözcük oynamalarından, tılsımlı sıfatlardan,
Ofset duyarlılıklardan
Kaç zamandır bir ermiş dinginliği havalandırıyor dizelerime
açılan pencereleri,
Durup bakıyorum akşam sularında zaman kavramlarına,
Zamanı düşünüyorum;koyuluyorum
Anlamını yitiriyor "şimdiki zaman"ın boşyüceliği,tarihin unutkan
sayfalarındaki mürekkep lekeleri
İşimin başına dönüyorum içimde ıssız bir gönül erinci
Kaç zamandır duru, yalın, çalışkan, iyi insanlar özlüyorum
"içtenliğin" yada "dünya görüşünün" kirletmediği
Kendime bir yeni yıl kartı yazarak bunları diliyorum.

III.

Kırdım mı incittim mi birilerini?
Kimleri kazandım, yitirdiklerim kimler.
Kendimi yeniledim mi yazdıklarımında?
Yeniden düşünmeliyim
Dostluklarımı, ilişkilerimi
Dağınık yatağım,mutsuz yatağım
Çoğalttım mı eksiklerimi?
Gözlerim çocukluk fotoğraflarında mı kaldı
Yitirdim mi yoksa masumiyetimi?
Borçlarımı ödedim mi?
Doğru seçtim mi soruların fiillerini?
Tırnaklarım kesilmiş, dişlerim fırçalanmış, saçlarım taranmış,
giysilerim ütülü, odam düzenli mi?
Ödünç aldığım kitapları geri verdim mi?
Geri verdim mi aldıklarımı:
Aşkları, dostlukları, sevgileri, güvenleri, bağları
Kitaplara, sayfalara, satırlara borcumu ödedim mi?
Yokladım mı duygularımı
Hala sevebiliyor muyum insanları?
Ovmalı gümüşleri, bakırlarımı; cila geçmeli ahşaplarıma
Ovmalı umutları
Saklı tutmalı gelecek inancını, yarınları eksik etmemeli
ağzımızdan
Hançer kıvamındaki o karamizah tadını
Şimdi oturup uzun bir hasretlik mektubu yazmalıyım Yavuz'a
Sonra köşe başından bir demet çiçek alıp öyle başlamalıyım
akşama
Yeni bir yıla
Ama nedense herşeyin tadı dağılıyor ağzımda
Bir sap çiçek mi taşısam yoksa ağzımın kıyısında
Aydınlık rengi vursun diye gözlerimdeki buluta

24
25

Yeni
Yılınız
Kutlu
Olsun

İÇİNDKİLER



Sağlık Bilimleri
Fakültesi

- 6 GREENMETRIC 2024 AÇIKLANDI: İGÜ'DEN ÇEVRE VE SÜRDÜRÜLEBİLİRLİKTE YENİ BAŞARI!
- 8 KULÜP TANITIM HAFTASI
- 9 İLHAN TEKELİ TEZ ÖDÜLLERİ TÖRENLE SAHİPLERİNİ BULDU
- 10 SÜRDÜRÜLEBİLİR YAŞAM VE BESLENME KULÜBÜ
- 11 DÜNYA AIDS GÜNÜ ETKİNLİĞİ
- 12 "SAĞLIK YÖNETİCİLERİ GÜNÜ V. SAĞLIK YÖNETİMİ SEKTÖR BULUŞMALARI" ETKİNLİĞİ GERÇEKLEŞTİRİLDİ
- 15 ERGOTERAPİ BÖLÜMÜ ÖNLÜK GIYME TÖRENİ
- 16 ÇOCUK GELİŞİMİ ÖĞRENCİLERİYLE "MAKALE ATÖLYESİ" GERÇEKLEŞTİRİLDİ.
- 17 SANALDAN GERÇEKLEĞE KİTAP OKUMA SAATİ ATÖLYESİ
- 18 ERGEN VE AİLE ATÖLYESİ
- 19 "ÖNCE KORUMAK" ATÖLGESİ
- 20 KARIYER GELİŞİMİ AKADEMİLERİ
- 21 AKADEMİK ÇALIŞMALAR
- 23 GRİP AŞISI YÜZDE 60 ORANINDA KORUYUCULUK SAĞLIYOR!
- 25 YENİ YIL KARARLARININ SÜRDÜRÜLEBİLİRLİĞİ
- 26 İSTANBUL VELİ AKADEMİLERİ PROJESİ KAPSAMINDA " DİJİTAL ÇAĞDA EBEVEYN OLMAK " SEMİNERİ GERÇEKLEŞTİRİLDİ.
- 27 BEYLİKDÜZÜ HUZUREVİ YAŞLI BAKIM VE REHABİLİTASYON MERKEZİ GEZİSİ
- 28 SOSYAL SORUMLULUK: TÜKETİM VE BEĞENİ ÇAĞINDA DAYANIŞMA VE DEĞİŞİM ARAYIŞI
- 30 10 ARALIK İNSAN HAKLARI GÜNÜ
- 31 5 ARALIK DÜNYA KADIN HAKLARI GÜNÜ: TOPLUMSAL CİNSİYET VE BEDEN ALGISI PERSPEKTİFİNDEN BİR BAKIŞ
- 36 ENGELLERİ AŞMAK
- 39 ZÜLFÜ LİVANELİ'NİN ŞAPKA KİTABINDA GÖÇÜN İZLERİ: SÜRGÜNLÜK VE KİMLİK
- 41 TÜRK KAHVESİ KÜLTÜRÜMÜZÜN KÖKLÜ MİRASI VE SAĞLIKLA BAĞLANTISI
- 42 EKSİK GİBİ GÖRÜNENİN KUSURSUZLUĞU: BROWNİE
- 44 BİR FİNCAN ÇAYIN HİKAYESİ: 15 ARALIK DÜNYA ÇAY GÜNÜ
- 46 BU AYKİ KONUĞUMUZ



GREENMETRIC 2024 AÇIKLANDI: İGÜ'DEN ÇEVRE VE SÜRDÜRÜLEBİLİRLİKTE YENİ BAŞARI!

“UI GreenMetric Dünya Üniversite Sıralaması 2024” sonuçları açıklandı. Çevresel sürdürülebilirlik çalışmalarıyla dikkat çeken İstanbul Gelişim Üniversitesi (İGÜ), önceki yıllardaki yükselişini sürdürerek önemli bir başarıya daha imza attı. İlk kez 2022 yılında GreenMetric sıralamasına giren İGÜ, bu yıl 435 puanlık artışla toplam 6070 puan elde ederek dünya sıralamasında 677'nci sırada yer aldı. Türkiye genelinde tüm üniversiteler arasında 70'inci olan İGÜ, Türkiye'deki vakıf üniversiteleri arasında ise 15'inci sırada derecelendirildi.

GREENMETRIC: SÜRDÜRÜLEBİLİRLİKTE KÜRESEL ÖLÇÜT

2010 yılında Endonezya'da başlatılan GreenMetric Dünya Üniversite Sıralaması, dünya genelinde üniversitelerin sürdürülebilirlik performanslarını ölçüyor. Üniversiteleri; kampüs yerleşimi ve altyapı, enerji ve iklim değişikliği, atık yönetimi, su kaynakları, ulaşım, eğitim ve araştırma olmak üzere 6 farklı kritere göre değerlendiren GreenMetric, çevresel bilinci artırmayı ve sürdürülebilirlik alanında farkındalık oluşturmayı hedefliyor.

GreenMetric sıralamasında bu yıl da güçlü bir performans sergileyen İstanbul Gelişim Üniversitesi, sürdürülebilirlik alanındaki kararlı adımlarını bir kez daha gözler önüne serdi.

Yaptığı çalışmalar ile dünyada birçok farklı alanda dikkat çeken İstanbul Gelişim Üniversitesi, daha önce açıklanan Londra merkezli uluslararası yükseköğretim derecelendirme kuruluşu Times Higher Education (THE) Dünya Üniversiteleri Sıralaması 2025'te de önemli bir başarı elde etti. THE sonuçlarına göre genel sıralamalarda dünyada 1001-1200 bandında derecelendirilen İGÜ, Türkiye üniversiteleri arasında 13'üncü, vakıf üniversiteleri arasında ise 8'inci sırada yer aldı.

Habere ulaşmak için [tıklayınız](#).



İstanbul Gelişim Üniversitesi, Birleşmiş Milletler Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları'nı benimseyerek enerji verimliliği ve doğal kaynakların etkin kullanımı alanlarında çalışmalar yürütüyor. Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakanlığı tarafından yürütülen "Sıfır Atık Projesi" kapsamında "Sıfır Atık Belgesi" almaya hak kazanan İGÜ, kampüs genelinde atık yönetim sistemini daha etkin hale getirerek çevresel zararı minimuma indiriyor.

EĞİTİM VE ARAŞTIRMA FAALİYETLERİMİZLE SADECE BİREYLERİ DEĞİL, TOPLUMU DA DÖNÜŞTÜRMEYİ HEDEFLİYORUZ

Sonuçların açıklanmasının ardından İGÜ Rektörü Prof. Dr. Bahri ŞAHİN, "Üniversitemiz, ilk kez 2022 yılında GreenMetric sıralamasına girerek bu alanda önemli bir adım attı. 2024 yılında puanımızı 435 artırarak 6070'e yükselttik. İstanbul Gelişim Üniversitesi olarak, sürdürülebilir bir dünya hedefi doğrultusunda attığımız her adımı büyük bir sorumlulukla ele alıyoruz. Çevresel, sosyal ve ekonomik sürdürülebilirlik alanında geliştirdiğimiz projeler ve uygulamalar, geleceği daha yaşanabilir kılmak adına taşıdığımız bilincin bir yansımasıdır. Eğitim ve araştırma faaliyetlerimizle sadece bireyleri değil, toplumu da dönüştürmeyi hedefliyoruz. GreenMetric 2024 sonuçlarında elde ettiğimiz başarı, bu çabalarımızın bir göstergesidir. Dünyanın karşı karşıya olduğu çevresel zorlukların farkındayız ve bu doğrultuda üniversite olarak üzerimize düşen sorumluluğun bilinciyle hareket ediyoruz. Gelecek nesillere daha sürdürülebilir bir dünya bırakmak, ortak hedefimiz ve vazgeçilmez önceliğimizdir." dedi.

Prof. Dr. Bahri Şahin, kampüste yürütülen çevreci projeler hakkında da bilgi vererek şunları ekledi:

"Kampüsümüzde yağmur suyu hasadı, sürdürülebilir ulaşım çözümleri ve enerji tasarrufu gibi uygulamalarla çevresel sorumluluğumuzu yerine getiriyoruz. Ayrıca eğitim ve araştırma alanlarında yürüttüğümüz interaktif faaliyetlerle çevresel bilinci artırmaya ve kaynakları verimli kullanmaya yönelik sürdürülebilir bir model oluşturuyoruz."

Kulüp Tanıtım Haftası

İGÜ'de eğlenceli anlara sahne oldu!

İstanbul Gelişim Üniversitesi'nde düzenlenen Kulüp Tanıtım Haftası, kampüsün enerjisini zirveye taşıdı. 17-20 Aralık tarihleri arasında gerçekleşen etkinlikte, Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrenci kulüpleri açtıkları stantlarla faaliyetlerini tanıttı ve ziyaretçilere keyifli anlar yaşattı.



#İgüKulüpTanıtım2024



#İgüKulüpTanıtım2024



SAYFA | 8





İLHAN TEKELİ TEZ ÖDÜLLERİ TÖRENLE SAHİPLERİNİ BULDU

İlhan Tekeli Şehircilik Kültürü Vakfı (İTŞKV) tarafından her yıl düzenlenen ve şehircilik kültürünün en prestijli ödülllerinden biri olan İlhan Tekeli Tez Ödülleri, 13 Aralık 2024 tarihinde İstanbul Planlama Ajansı (İPA) Florya Kampüsü'nde gerçekleştirilen prestijli bir programla sahiplerini buldu. Bu yılki organizasyonda, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Sosyal Hizmet Bölümünden Dr. Öğr. Üyesi Emrah TÜNCER, jüri üyesi olarak sürece katkı sundu.

Etkinlik, bu yıl ilk kez düzenlenen ve farklı akademik alanlardan seçilen tezlerin yer aldığı tez poster sergisi ile başladı. Prof. Dr. İlhan Tekeli ve İPA Başkanı Dr. Buğra Gökçe'nin açılış konuşmalarıyla başlayan programın ikinci bölümünde, seçici kurul üyelerinin katılımıyla gerçekleşen panelde, tezlerin bilimsel yönleri, eksiklikleri ve yeni metodolojik yaklaşımlar ele alındı. İTŞKV Tez Komitesi Üyesi Doç. Dr. Leyla Bektaş (aynı zamanda İlhan Tekeli Doktora Tez Ödülü sahibidir) kolaylaştırıcılığında düzenlenen bu panelde, 2023 yılında kabul edilmiş tezler üzerinden genel bir değerlendirme yapıldı.

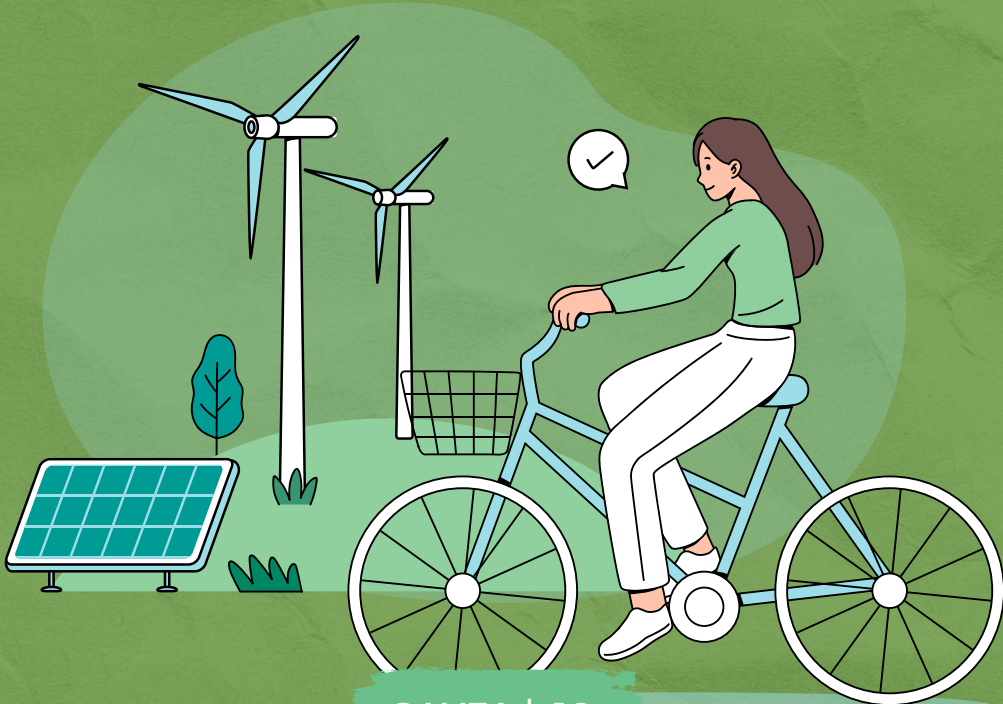
Programın finalinde, Prof. Dr. İlhan Tekeli, doktora ve yüksek lisans tez ödülleri kazananlara takdim etti. Ayrıca, teşvik ödülleri de sahiplerini buldu. Etkinlik, şehircilik kültürüne gönül vermiş katılımcılar arasında bilgi paylaşımı ve işbirliğini güçlendiren önemli bir platform sundu.

İlhan Tekeli Tez Ödülleri 2023 ayrıntısına [bu linkten](#) ulaşabilirsiniz.

SÜRDÜRÜLEBİLİR YAŞAM VE BESLENME KULÜBÜ

Sürdürülebilir Yaşam ve Beslenme Kulübü açıldı!

Sürdürülebilirlik konusunda farkındalık yaratarak, bireylerin sağlıklı beslenme ve çevresel sorumluluk bilinci geliştirmesini teşvik etmeyi amaçlayan Sürdürülebilir Yaşam ve Beslenme Kulübü (SYB) 2024 yılında kurulmuştur. Kulüp, bilinçli tüketim alışkanlıkları kazandırmayı özendirerek, kaynakların verimli kullanımı ve israfın azaltılması gibi konularda eğitimler düzenlemek yoluyla hem kişisel sağlık hem de gezegenin geleceği için ilham vermeyi amaçlamaktadır. Bu amaçla kulüp, 17.12.2024 - 18.12.2024 tarihlerinde Kulüp Tanıtım günlerine katılmıştır. Kulüp ortak amacı kesişen herkese açık olup üye olmak için QR kodunu doldurmak yeterlidir.



DÜNYA AIDS GÜNÜ ETKİNLİĞİ

Dil ve Konuşma Terapisi Bölümü tarafından 1 Aralık Dünya AIDS Günü için "Cinsel Yolla Bulaşan Hastalıklar ve HIV/AIDS" semineri düzenlendi. Dil ve Konuşma Terapisi Bölümü, 1 Aralık Dünya AIDS Günü kapsamında farkındalık yaratmak amacıyla anlamlı bir seminer düzenledi.

Etkinlikte, Dr. Öğr. Üyesi Abdullah Yüksel BARUT'un moderatörlüğünde, Doç. Dr. Didem SARI ve Uzm. Dr. Gülşen YÖRÜK'ün katılımıyla HIV/AIDS konusuna dair önemli bilgiler paylaşıldı. Seminer boyunca yalnızca bilinçlendirme konuşmaları yapılmakla kalmadı, aynı zamanda katılımcılardan gelen sorulara yanıt verilerek interaktif bir ortam sağlandı. Bu etkinlik ile birlikte, toplumsal farkındalığın artırılmasına yönelik bir katkı sağlandı.



"Sağlık Yöneticileri Günü V. Sağlık Yönetimi Sektör Buluşmaları" ETKİNLİĞİ GERÇEKLEŞTİRİLDİ



Yönetim
sanatı
yalnızca
insanı
sevmekle
başarıya
ulaşabilir.

İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Sağlık Yönetimi bölümü ve Sağlık Yönetimi Öğrencileri ve Mezunları Derneği (SAYÖMDER) tarafından düzenlenen "Sağlık Yöneticileri Günü V. Sağlık Yönetimi Sektör Buluşmaları" etkinliği 17 Aralık 2024 tarihinde değerli katılımcılar Medical Park Grubu Dijital Dönüşüm Direktörü, Bilişim Vadisi Ofis Müdürü ve Sağlık Bilişimi Derneği Genel Sekreteri Osman AKÇAYOĞLU, İstinye Üniversitesi Liv Hospital Genel Müdürü Serdar SERİN, NEKA Danışmanlık Kurucusu Necdet KANDEMİR, AGENDİS Türkiye Genel Müdürü Gürkan KÖROĞLU ve Acıbadem Bakırköy Hastanesi Hasta Hizmetleri Müdürü Çiğdem ATA'nın katılımlarıyla İGÜ E Blok TUSİ Konferans Salonunda gerçekleştirildi.

Etkinlik Hüseyin YAZICI, İGÜ SBF Dekan Yardımcısı Dr. Öğr. Üyesi Abdullah Yüksel BARUT ve İGÜ Rektör Yardımcısı Prof. Dr. S. Arda ÖZTÜRKCAN'ın açılış konuşmalarıyla başladı. BARUT açılış konuşmasında yönetimin bir sanat olduğunu ve yönetim sanatının yalnızca insanı sevmekle başarıya ulaşabileceğini vurguladı.

Serdar SERİN'in değerli aktarımları ile devam etti. Tecrübelerinden bahseden SERİN "Bazen daha ileriye zıplamak için bir adım geriye gitmek gerekir" sözleriyle iş hayatının her zaman yeni fırsatlara açık olacağını önemli olanın bu fırsatları görmek ve doğru hamleleri yapmak olduğunu vurguladı. Öğrencilerinin sorularını yanıtlayan SERİN plaket takdimi ile sunumunu tamamladı.



Bazen daha
ileriye
zıplamak
için bir
adım
geriye
gitmek
gerekir.



Etkinlik Medical Park Grubu Dijital Dönüşüm Direktörü, Bilişim Vadisi Ofis Müdürü ve Sağlık Bilişimi Derneği Genel Sekreteri olan Osman AKÇAYOĞLU'nun sağlıkta teknoloji kullanımını neden gereklidir sorusuyla devam etti. Veznesiz hastanecilik, kağıtsız hastanecilik gibi uygulamalardan bahsederek sağlıkta teknoloji kullanımını örneklerle paylaştı. AKÇAYOĞLU, yapay zekanın sağlık sektöründe destekleyici bir rol oynayacağını vurgulayarak, sağlık yöneticilerinin yapay zeka uygulamalarını karar verme süreçlerinde faydalı bir araç olarak kullanabileceklerini belirtti. Sunumunda çeşitli proje örnekleri ve fikirler üzerinde durarak öğrencilerin sorularını yanıtladı ve plaket takdimi ile sunumunu tamamladı.

Etkinlik Necdet KANDEMİR'in sağlık turizmi alanı ile ilgili bilgi aktarımları ile devam etti. KANDEMİR turizm sağlığı ile sağlık turizmi arasındaki farkı ifade ederek, Türkiye'nin her iki alan içinde potansiyeli yüksek bir ülke olduğunu hatırlattı. Sağlık yöneticilerinin yalnızca hastanelerde çalışmadığını sağlık turizmi alanının da yetişmiş personele oldukça ihtiyaç duyduğunun altını çizen KANDEMİR öğrencilerin sorularını yanıtladı ve plaket takdimi sonrasında konuşmasını tamamladı.

AGENDİS Türkiye Genel Müdürü Gürkan KÖROĞLU ile devam eden etkinlik sağlıkta biyomedikal cihazların sürekli gelişimi ve sağlık yöneticilerinin biyomedikal cihazlar konusundaki en önemli görevinin satın alma ve cihazların düzenli takip ve kontrolünün yaptırılmasının takibi olduğunun altını çizdi. Soruları yanıtlayan KÖROĞLU soruların ve plaket takdiminin ardından konuşmasını tamamladı.

Etkinlik Çiğdem ATA'nın hasta hizmetleri konusundaki tecrübelerini paylaşması ve kapanış konuşmasını yapmasıyla devam etti. Konuşmasında henüz öğrenciyken kazanılacak iş deneyimlerinin meslek hayatlarına başlama noktasında ayırt edici olacağını vurguladı. ATA öğrencilere iş görüşmelerine gitmekten geri durmamalarını, olumsuz olsa da her başvurunun bir tecrübe kazandıracığını ifade ederek öğrencilerden gelen soruları yanıtladı ve plaket takdiminin ardından konuşmasını tamamladı.

Etkinliğin ev sahibi İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Yönetimi bölümünün öğrencilerinin yanı sıra, İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa, İstanbul Aydın Üniversitesi ve İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sağlık Yönetimi öğrencilerinin de yoğun katılımı ile gerçekleştirilen etkinlikte “Sağlık yönetimi bizimle daha güzel” fikriyle 18

Aralık Sağlık Yöneticileri Günü coşkuyla kutlandı.

Etkinlik pasta kesiminin ardından sona erdi.



Sağlık Yönetimi mesleğinin bu mutlu gününde, bu onurlu camianın mensubu olan tüm meslektaşlarımızın ve bu yolda yürümekte olan tüm öğrencilerimizin 18 Aralık Sağlık Yöneticileri günü kutlu olsun.

ERGOTERAPİ BÖLÜMÜ ÖNLÜK GIYME TÖRENİ



İstanbul Gelişim Üniversitesi Ergoterapi Bölümü, 12 Aralık 2024 tarihinde ergoterapi öğrencileri ve aileleri için anlamlı bir önlük giyme töreni düzenledi. Tören, bölümün öğrencilerinin mesleki kimliklerini simgeleyen önlüklerini giyerek, profesyonel hayata adım attıkları önemli bir anı kutlamak amacıyla gerçekleştirildi. Törende ilk olarak Rektör Yardımcısı Prof. Dr. Necmettin MARAŞLI konuşmasını gerçekleştirdi. Ardından Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekanı Prof. Dr. Rıfat MUTUŞ, öğrencilere desteklerini ilettiler. Daha sonrasında, Ergoterapi Bölüm Başkanı Dr. Öğr. Üyesi Çağrı ERTÜRK, ergoterapinin önemine ve bu alandaki kariyer fırsatlarına dair bilgiler verdi. Dr. Öğr. Üyesi Çağrı ERTÜRK'ün ardından mezunumuz Serkan Çağlar GÜNAKIN, mezun olduktan sonra kurum açma deneyimlerini paylaştı ve ailelerin, yeni mezun ergoterapistleri desteklemeleri gerektiğini vurguladı. Rektör Yardımcısı MARAŞLI, sınıf birincilerine önlük giydirerek bu özel anı daha da anlamlı hale getirdi. Öğrenciler, ailelerinin gurur dolu bakışları arasında önlüklerini giyerek, mesleklerine olan bağlılıklarını ve heyecanlarını paylaştılar. Tören, öğrencilerin birlikte fotoğraf çektirmesi ve aileleriyle anılarını ölümsüzleştirmesiyle sona erdi.

Ergoterapi Bölüm Başkanı Dr. Öğr. Üyesi Çağrı ERTÜRK, bu tür etkinliklerle öğrencilerin motivasyonunu artırmayı ve mesleki kimliklerini güçlendirmeyi hedeflediğini belirtti. Bu anlamlı etkinlik, öğrencilerin kariyer yolculuklarında önemli bir adım atmalarını sağlarken, ailelerin de bu süreçteki desteklerini pekiştirdi.



ÇOCUK GELİŞİMİ ÖĞRENCİLERİYLE “MAKALE ATÖLYESİ” GERÇEKLEŞTİRİLDİ.

Arş. Gör. Şebnem ÇELİK tarafından Çocuk Gelişimi Bölümü öğrencilerine yönelik 11.12.2024 tarihinde, 15.45'te Makale Atölyesi gerçekleştirilmiştir.

Atölyenin yürütücüsü Arş. Gör. Şebnem ÇELİK, Çocuk Gelişimi 4. sınıf öğrencileriyle yapılan atölyede makale tararken hangi internet sitelerinden yararlanılabileceğinden, makale tararken hangi anahtar kelimelerin kullanılması gerektiğinden bahsederek atölyeye giriş yapmıştır. Ardından seçilen bir makalenin başlığı, anahtar kelimeleri, özeti ve girişi tartışılmıştır. Nicel ve nitel araştırma yöntemlerinin tanımlarından ve seçilen makalenin araştırma yönteminden söz edilmiştir.

Makalenin giriş kısmı öğrencilerle etkileşim halinde ve tartışılarak okunduktan sonra yöntem ve sonuç kısımları da tartışılmıştır. Makale atölyesi öğrencilerin geri bildirimleri ile ilerleyerek öğrencilere ileride yapacakları akademik çalışmalar için yol gösterici olması amaçlanmıştır. Atölyeye Öğr. Gör. Berk Efe ALTINAL ile Arş. Gör. Aişe Büşra CİĞER de katılım ve katkı sağlamıştır.

Atölyenin sonucunda öğrencilerin soruları cevaplanmış ve öğrencilerden olumlu geri bildirimler alınmıştır.



SANALDAN GERÇEKLIĞE

KİTAP OKUMA SAATI

ATÖLYESİ

İstanbul Gelişim Üniversitesi Çocuk Gelişimi Bölümü Arş.Gör. Aİşe Büşra CİĞER tarafından "Sanaldan Gerçekliğe Okuma Saati" atölyesi kapsamında 'Bütün Beyinli Çocuk' ve 'Korkma İyi Bir Annesin' kitap okuma etkinlikleri gerçekleştirildi.

Atölye öncesinde Çocuk Gelişimi öğrencileri ile öncelikle Bütün Beyinli Çocuk kitabı okundu ve analizi yapıldı. Sanaldan Gerçekliğe Kitap Okuma Atölyesi'nde ekrandan uzaklaşıp, kitap okumanın gerekliliği üzerinden konuşularak atölyeye son verildi. Öğrencilerden atölye hakkında olumlu geri bildirimler alındı, bir sonraki atölye için en yakın tarihin oluşturulması talep edildi.





ERGEN VE AİLE ATÖLYESİ

12 Aralık 2024 tarihinde Bağımlılıklarla Mücadele Koordinatörlüğü ve Öğrenci Dekanlığı işbirliği ile düzenlenen "Sağlıklı Gelişim Platformu" etkinliği gerçekleştirildi. Platform kapsamında, "Ergen ve Aile" başlıklı bir atölye çalışması düzenlendi.

Atölye, Çocuk Gelişimi Bölümü bölüm başkanı Dr. Öğr. Üyesi Nurten ELKİN'in açılış konuşmasıyla başladı. Atölyeyi yürüten Arş. Gör. Kevser Tuğba ÇINAR KARASU, etkinlik sürecinde ergenlik dönemi ve aile çocuk ilişkilerine dair bilgiler paylaştı ve interaktif bir uygulama gerçekleştirdi. Atölyeye bölüm akademik personellerinden Arş. Gör. Hatice ZELAL BİNGÖL ve Arş. Gör. Aişe Büşra CİĞER de katılım gösterdi.



Ergenlik Döneminin Tanımı ve Değerlerin Önemi

Çınar Karasu, atölye çalışmasının ilk bölümünde ergenlik dönemini ve bu dönemde bireylerde ortaya çıkan fiziksel, duygusal ve sosyal değişimleri anlattı. Ardından kimlik arayışında olan ergenlerin değerlerinin hayatlarındaki yerinden ve öneminden bahsetti.



Katılımcıların kendi değerlerini fark etmelerini ve bu değerlerin hayatlarındaki yansımalarını anlamaları için bir uygulama gerçekleştirdi.

Katılımcıların Değerleri ile Kendilerini Keşfettikleri Uygulama

Etkinliğin uygulama kısmında, Çınar Karasu her katılımcıya içinde farklı değerlerin yazılı olduğu birer kağıt dağıttı. Katılımcılardan, kendilerini tanımladıklarını düşünerek bu değerlerden beş tanesini seçmelerini istedi. Daha sonra, her bir katılımcıya bu değerlerin kendileri için ne ifade ettiğini açıklamaları için söz hakkı verdi. Ardından Çınar Karasu, katılımcılara seçilen beş değerden hangileriyle anılmak istediklerini sordu ve bu seçimin nedenlerini açıklamalarını istedi. Daha sonra kendileri için önemli olan bu değerler üzerine bir hafta içinde ne gibi uygulamalar yaptıklarını düşünmelerini ve örnek vermelerini istedi.

Etkinlik, katılımcıların soruları ve Çınar Karasu'nun yanıtlarıyla son buldu. Katılımcılar, uygulamanın kendilerine farkındalık kazandırdığını ve değerleriyle ilgili düşünme fırsatı bulduklarını belirtti. Çocuk Gelişimi Bölümü akademisyenleri de etkinliğin, öğrencilerin mesleki ve kişisel gelişimlerine katkı sağladığını ifade ederek, bu tür etkinliklerin sürekliliğini destekleyeceklerini belirttiler.

“ÖNCE KORUNMAK” ATÖLYESİ

İGÜ Bağımlılıkla Mücadele Koordinatörü ve Sağlık Bilimleri Fakültesi Çocuk Gelişimi Bölüm Başkanı Dr. Öğr. Üyesi Nurten ELKİN tarafından Öğrenci Dekanlığı iş birliği kapsamında “Önce Korunmak” başlıklı atölye gerçekleştirildi.

Atölyede sağlıklı ve kaliteli yaşamda hastalıklardan korunmanın, tedavi ve rehabilitasyonun nasıl önüne geçtiğini ve önemini vurgulayarak öğrencilere Koordinatörlük tarafından hazırlanmış olan El broşürlerini dağıttı ve soruları cevaplayarak etkinlik sona erdi.



Kariyer Gelişimi Akademileri

İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Sağlık Yönetimi Bölümü Dr.Öğr.Üyesi Aslı KAYA tarafından, İstanbul Gelişim Üniversitesi'nin Lise Öğrencilerine Yönelik düzenlediği Kariyer Gelişimi Akademileri kapsamında "İş Dünyası: Beden Dilim ve Renkler", "Akrep ve Yelkovan: Zamanımı Yönetebiliyorum Muyum?" ve "Sağlık Okuryazarlığı" konulu seminerler online olarak gerçekleştirilmiştir.

Lise Öğrencilerine Yönelik
KARİYER GELİŞİMİ AKADEMİLERİ

**İŞ DÜNYASI:
BEDEN DİLİM VE RENKLER**

Dr. Öğr. Üyesi Aslı KAYA

20 Aralık, 2024
Cuma

17:00

ÜCRETSİZ

ONLINE Eğitime Katılım İçin
QR Kodu Telefonunuza Okutunuz.

KARİYER GELİŞİMİ AKADEMİLERİ

**SAĞLIK OKURYAZARLIĞI:
BAĞIMLILIK VE BESLENME**

Dr. Öğr. Üyesi Aslı KAYA
Öğr. Gör. Münevver Başak ONAT

20 Aralık, 2024
Cuma

18:00

ÜCRETSİZ

ONLINE Eğitime Katılım İçin
QR Kodu Telefonunuza Okutunuz.

KARİYER GELİŞİMİ AKADEMİLERİ

**AKREP VE YELKOVAN:
ZAMANIMI YÖNETEBİLİYOR MUYUM?**

Dr. Öğr. Üyesi Aslı KAYA

27 Aralık, 2024
Cuma

17:00

ÜCRETSİZ

ONLINE Eğitime Katılım İçin
QR Kodu Telefonunuza Okutunuz.

SAYFA | 20

AKADEMİK ÇALIŞMALAR



Sağlık Bilimleri
Fakültesi

Araştırma, Geliştirme

KİTAP



Integrating Organizational Theories With Sustainable Development

Cemile Şeker, Aslı Kaya, Nesrin Bahçelerli

Release Date: December, 2024 | Copyright: © 2025 | Pages: 580
DOI: 10.4018/979-8-3693-8337-7
ISBN13: 9798369383377 | ISBN13 Softcover: 9798369383414 |
EISBN13: 9798369383384

Fakültemiz Sağlık Yönetimi Bölümü öğretim elemanlarından Dr.Öğr.Üyesi Aslı KAYA'nın editörlüğünü Dr.Öğr.Gör. Cemile ŞEKER ve Prof.Dr.Nesrin BAHÇELERLİ ile birlikte yaptığı 'Organizasyon Teorilerinin Sürdürülebilir Kalkınma ile Entegrasyonu' isimli kitabı IGI GLOBAL. uluslararası yayınevinde yayınlanmıştır.

BİLDİRİ



Fakültemiz Sağlık Yönetimi Bölümü öğretim elemanlarından Dr.Öğr.Üyesi Aslı KAYA'nın, 'Bibliyometrik Analizi Bir Literatür İnceleme Aracı Olarak Kullanarak Finansal Okuryazarlık Üzerine Makalelerin İncelenmesi' başlıklı bildirisini Uluslararası 6.Bursa Bilimel Araştırmalar isimli kongrede sunmuştur.

KONGRE KATILIMI



Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hamidiye Yerleşkesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi Çocuk Gelişimi Bölümünün ev sahipliği yaptığı, 9. Ulusal Çocuk Gelişimi Öğrenci Kongresine okulumuz öğretim elemanları ve öğrencilerimiz katılım sağlamıştır. Dr. Öğr. Üyesi Nurten ELKİN, Öğr. Gör. Bedriye ÇELİK KANCA, Öğr. Gör. Buse KERİGAN, Öğr. Gör. Berk Efe ALTINAL, Arş. Gör. Rabia Ceren ATEŞ danışmanlığında sunumlar gerçekleştirilmiştir. Kongrenin bu seneki teması "Savaş Ortamında Çocuk Olmak".

Öğrencilerimiz "Resimli Çocuk Kitaplarında Yer Alan Savaş ve Göç Temasının Çocuk İhmal ve İstismarı Açısından İncelenmesi, Çizgi Filmlerdeki Ölüm Kavramının Alt Bileşenleri ile İncelenmesi, Savaşta Çocuk Olmak " Bir Filistin Örneği " Çocukların Hak İhlalleri, Karakteri Özel Gereksinimli Olan ve En Çok Satan 10 Çocuk Kitabının Ana Karakterlerin Fiziki Açıdan Karşılaştırılması, Hasta Çocuk Temasının Resimli Çocuk Kitaplarında İncelenmesi, Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezlerinde Staj Deneyimi: Çocuk Gelişimi Öğrencilerinin Bakış Açısına Nitel Bir Yaklaşım, Anne Baba Tutumları ile Erken Çocukluk Çağı Sosyalleşme Süreci Arasındaki İlişki, Ergenlik Döneminde Siber Zorbalığa İlişkin Yapılan Çalışmalara Genel Bir Bakış" isimli sunumlarını gerçekleştirmiştir.

Öğrencilerimiz ve akademisyenlerimiz, kongre katılımının oldukça verimli bir şekilde gerçekleştiğini, öğrencilerimizin akademik motivasyonunu olumlu anlamda etkilediğini belirtmiştir.

Grip Aşısı Yüzde 60 Oranında Koruyuculuk Sağlıyor!

Kış aylarının gelmesiyle grip aşısının koruyuculuğu tartışılmaya başlandı. Grip, her yıl milyonlarca insanı etkilerken, ciddi komplikasyonlara da yol açabiliyor. Grip aşısının yüzde 60 oranında koruyuculuk sağladığını belirten Dr. Öğr. Üyesi Neşe KISKAÇ; grip virüsünün sert yüzeylerde 48 saate kadar canlı kalabileceği konusunda uyardı.

Aralık ayından itibaren kışın başlamasıyla gündeme giren grip hastalığı konusunu ele alan İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dr. Öğr. Üyesi Neşe KISKAÇ, “Grip ölümcül sonuçlara neden olabilen bir hastalık olsa da gripten korunmak mümkün.” dedi. Grip aşısının koruyuculuğu hakkındaki tartışmalara değinen Kıskaç, grip aşısının yüzde 60 oranında koruyuculuk sağladığını ifade ederken, hastalık tehdidine karşı yapılması gerekenlere dikkat çekti.

Grip, soğuk algınlığından daha tehlikeli!

Kış aylarında en sık görülen solunum yolu hastalıklarından ikisi grip ve soğuk algınlığı. Her yıl milyonlarca kişiyi etkileyen gribin semptomları arasında yüksek ateş, kas ve eklem ağrıları, halsizlik, baş ağrısı, kuru öksürük ve boğaz ağrısı yer alıyor. Dr. Öğr. Üyesi Neşe KISKAÇ, gribin özellikle yaşlılar, kronik hastalar ve bağışıklık sistemi zayıf kişiler için ciddi bir sağlık tehdidi oluşturduğuna dikkat çekerken, “Burun akıntısı, hapşırma, boğaz ağrısı ve hafif yorgunluk belirtileriyle kendini gösteren soğuk algınlığı genellikle birkaç gün içinde kendiliğinden iyileşir ve komplikasyon riski düşüktür.” dedi.

Soğuk hava gribe sebep olmaz!

Soğuk havanın gribe neden olacağı düşüncesinin gerçeği yansıtmadığını ifade eden Dr. KISKAÇ, “Soğuk havalarda insanlar kapalı alanlarda daha fazla vakit geçirdiği için virüslerin yayılması kolaylaşıyor. Havalandırması yetersiz ortamlar, grip ve diğer solunum yolu enfeksiyonlarının bulaşma riskini artırıyor. Soğuk hava grip için doğrudan bir neden olmasa da, virüsün yayılmasına ve hastalığın görülme sıklığının artmasına katkıda bulunabilir.” şeklinde konuştu.

Grip Aşısı Yüzde 60 Oranında Koruyuculuk Sağlıyor!

“Grip virüsü, sert yüzeylerde 48 saate kadar canlı kalabilir”

Son derece bulaşıcı bir hastalık olan grip genellikle damlacık yoluyla yayılıyor. KISKAÇ, “Hasta bir kişinin öksürmesi, hapşırması veya konuşması sırasında havaya yayılan virüs parçacıkları, diğer insanların solunum yollarına girerek enfeksiyona neden olur.” diyerek, virüs bulaşmış yüzeylere dokunduktan sonra ellerin ağız, burun veya gözlere temas etmesiyle de bulaşma gerçekleşebileceğini belirtti ve sözlerine şu şekilde devam etti:

“Grip virüsünün bulaşıcılığı özellikle belirtilerin başlangıcından itibaren ilk 3-4 gün boyunca yüksektir. Gripli bireylerin kendilerini izole etmeleri ve hijyen kurallarına dikkat etmeleri gerekir. Grip virüsü, sert yüzeylerde 48 saate kadar canlı kalabilir.”

Grip aşısı her yıl geliştiriliyor!

Gripten korunmak için bilimsel olarak işlevselliği kanıtlanmış bazı yöntemler bulunuyor. Grip aşısı, hijyen kurallarına uyum, bağışıklığın güçlendirilmesi, kalabalık ortamlardan kaçınma, hasta bireylerin izolasyonu gibi yöntemler bunlardan bazıları. KISKAÇ, grip aşısının her yıl influenza virüsünün yaygın türlerine karşı geliştirildiğine vurgu yaparak, “Grip aşısı risk gruplarında komplikasyonları yüzde 60 oranında azaltıyor. Sağlıklı beslenme, düzenli egzersiz ve yeterli uyku bağışıklık sistemini destekliyor.” dedi.

[Haber için Tıklayınız](#)



“Hep ya da Hiç” Tuzağı

Yeni yıl kararları almak... Taptaze bir başlangıç yapmaya duyduğumuz, o her daim bizimle olan arzuyu belki de topluca dışa vurduğumuz güzide eylemimiz... Sağlıklı beslenme, kilo verme, yeni bir hobi edinme, düzenli spor yapma, derslerimizi günü gününe çalışma gibi pek çok hedef belirliyoruz bu dönemde. Yılın ilk günlerinde ise büyük bir motivasyonla uyguluyoruz. Ancak, genellikle birkaç hafta içinde (belki çok daha kısa sürede) bu kararları tamamen terk ediyoruz. Sürdüremediğimiz bu eylemlerin ardında ise, sıklıkla “hep ya da hiç” düşünce biçimi yer alıyor.

“Hep ya da hiç” bakış açısı, bizi gerçekçi olmayan beklentiler içine sokarak, en ufak bir sapmayı dahi başarısızlık olarak algılamamıza neden olur. Örneğin yeni bir beslenme düzenine geçmeyi denerken programda olmayan bir parça çikolata yediğinizde kendinizi “Diyetimi tamamen bozdum, artık devam etmenin anlamı yok” diye düşünürken bulabilirsiniz. Spor yapmaya karar verip, bir gün egzersizi kaçırsanız “Yine yapamadım, bırakıyorum” hissine teslim olabilirsiniz.

“Ayda 10 kilo vereceğim” ya da “Her gün spor yapacağım” gibi ulaşılması zor hedefler çoğunlukla sürdürülebilir değildir. İnsanlar ise değişim için sabırsızdır. Ancak sağlıklı yaşam tarzı değişiklikleri zaman alır. Hedeflerin sert ve değişmez olması, plan dışı durumlarla başa çıkmayı zorlaştırır. Olası aksilikler, tüm sürecin sonu gibi algılanır.

Bu düşünce şekli içerisinde “hep ya da hiç” düşünce şeklini barındırır, elbette ki sürekli mükemmel olma beklentisi yaratır ve herhangi bir hata ya da sapma, tüm çabanın değersizleşmesine yol açar. Hâlbuki hayatın nadiren bu kadar keskin dönemeçleri vardır.

Sürdürülebilir Kararlar ve Ulaşılabilir Hedefler İçin İpuçları

- “Hep ya da hiç” düşünce biçiminden uzaklaşın. Bu düşünce biçimi sizi ele geçirdiğinde onu yakalamak ve değiştirmek üzerine pratikler yapın.
- Hatalar ders almak içindir ve herkes hata yapar. Gri alanlarınızla barış ilan edin.
- Büyük hedeflerinizi küçük parçalara ayırın.
- Kendinize esneklik tanıyın.
- İçsel motivasyon kaynaklarınıza daha fazla odaklanın. “Kendiniz için” deneyebiliyor olmanın keyfini çıkarın.
- Küçük başarıları fark etmek önemlidir, kendinizi kutlamayı unutmayın.

Mutlu yıllar!

Öğr. Gör. Münevver Başak ONAT

İSTANBUL VELİ AKADEMİLERİ PROJESİ KAPSAMINDA " DİJİTAL ÇAĞDA EBEVEYN OLMAK " SEMİNERİ GERÇEKLEŞTİRİLDİ.

İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Çocuk Gelişimi (Tr) bölümü öğretim elemanı Öğr. Gör. Buse KERİGAN tarafından, 12.12.2024 tarihinde, İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nün düzenlediği İstanbul Veli Akademileri Projesi kapsamında Avcılar Firuzköy İlkokulu'nda velilere yönelik " Dijital Çağda Ebeveyn Olmak " konulu seminer gerçekleştirilmiştir.

KERİGAN seminerdeki konuşmasına, ebeveynlerin dijital alışkanlıklarını belirlemek için sorular sorarak başlamıştır. Ebeveynlerin alışkanlıklarının, davranışlarının çocuklar üzerindeki etkisinden bahsederek çocuk gelişiminde öneminin altını çizmiştir. Farklı yaş gruplarına göre çocuklarla teknolojinin nasıl olması gerektiğine dikkat çektikten sonra ebeveynlerin günde kaç saat teknoloji ile vakit geçirdiklerini sormuştur. Seminerini velilerin katılımıyla interaktif bir şekilde yürüten Kerigan, teknoloji bağımlılığının türlerinden, nedenlerinden ve muhtemel sonuçlarından bahsetmiştir. Ülkemizde çocukların teknoloji kullanımı konusunda yapılan araştırmaların sonuçlarını velilere aktarmıştır. Sunum içerisinde, farklı yaş gruplarına göre teknoloji kullanım süresi hakkında bilgi verilerek ebeveynlerin neler yapabileceği konusunda örnekler paylaşılmıştır.



Seminere hem ilkokul hem de anaokulu öğrencilerinin velileri katılım sağladığından farklı yaş gruplarına yönelik uygulama örnekleri aktarılmıştır. Seminer, katılım sağlayan velilerin sorularının cevaplanması ile sonlanmıştır.



BUSE KERİGAN

İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ SAĞLIK
BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÇOCUK GELİŞİMİ
BÖLÜMÜ ÖĞRETİM GÖREVLİSİ

12 ARALIK PERŞEMBE

Beylikdüzü Huzurevi Yaşlı Bakım ve Rehabilitasyon Merkezi Gezisi



19 Kasım 2024 tarihinde, Arş. Gör. Hülya YAMAN ve Ergoterapi öğrencileri olarak Beylikdüzü Huzurevi Yaşlı Bakım ve Rehabilitasyon Merkezi'ni ziyaret ettik. Bu gezi, öğrencilerimizin yaşlı bireylerle etkileşimde bulunmalarını sağlamak ve yaşlı bakımının önemini kavramalarına yardımcı olmak amacıyla düzenlendi.

Ziyaretimiz sırasında, huzurevi çalışanları tarafından merkez hakkında detaylı bilgiler verildi. Öğrencilerimiz, yaşlı bireylerin günlük yaşam aktivitelerine destek olmanın yanı sıra, onların sosyal ve psikolojik ihtiyaçlarını da gözlemleme fırsatı buldular. Bu deneyim, öğrencilerimizin mesleki gelişimlerine katkıda bulunurken, aynı zamanda yaşlı bireylerle empati kurmalarını sağladı.

Huzurevi sakinleriyle yapılan sohbetler, onların yaşam hikayelerini dinlemek ve deneyimlerini paylaşmak açısından oldukça değerliydi. Öğrencilerimiz, bu etkileşimler sayesinde yaşlı bireylerin ihtiyaçlarını daha iyi anlama fırsatı buldular.



Sosyal Sorumluluk: Tüketim ve Beğeni Çağında Dayanışma ve Değişim Arayışı

İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Sorumluluk Uygulama ve Araştırma Merkezi'nin (SSUAM) ev sahipliğinde; Sosyal Hizmet ve Sosyoloji bölümleri, Sosyal Hizmet bölümü mezunları ve Sosyal Hizmet Öğrenci Kulübünün işbirliğiyle düzenlenen etkinlikte, Sağlık Bilimleri Fakültesi Sosyal Hizmet Bölümü Öğretim Üyesi, SSUAM Müdür Yardımcısı Dr. Emrah TÜNCER, sosyal sorumluluğu bireysel, kurumsal, toplumsal ve kültürel boyutlarıyla ele alan kapsamlı bir tartışma yürüttü.

Dr. Tüncer, konuşmasında şu sorularla dinleyicilere eleştirel düşünme alanı açtı:

- Tüketim, rant ve beğeni çağında sosyal sorumluluk gerçekten işe yarayabilir mi?
- Sosyal sorumluluk bir “gösteriden” mi ibarettir?
- Krizlerin ardından yıkımlardan çıkış, dayanışma ile mümkün müdür?
- Sosyal sorumluluğun bireyden topluma, toplumdan kültüre uzanan çok boyutlu yapısı değişim yaratmada nasıl bir rol oynar?

Bu sorular ışığında, Dr. Tüncer, sosyal sorumluluğun sadece bireysel iyi niyet ya da kurumsal imaj çalışması olmadığını, toplumsal dayanışma ve kültürel dönüşümün temeli olarak ele alınması gerektiğini vurguladı. Guy Debord'un “Gösteri Toplumu” üzerinden sosyal sorumluluğun bir “görünürlük çabası”na dönüştüğünü eleştirirken, Anna Tsing'in “Dünyanın Sonundaki Mantar” kitabından hareketle, kriz ve yıkımların ardından dayanışmayla yeniden filizlenen yaşam pratiklerinin mümkün olduğuna dikkat çekti.



Sosyal sorumluluğun faydacılık, erdem etiği ve toplumsal sözleşme gibi çeşitli düşünce sistemlerine dayanabileceğini ifade eden Tüncer, kendi kuramsal çerçevesi için Kant'ın deontolojik etiği ile Byung-Chul Han'ın eleştirel perspektifinin özel bir önem taşıdığını belirtti. Kant'ın evrensel ahlak yasası anlayışının, bireylerin yalnızca kendi çıkarlarına değil, tüm insanlık için geçerli etik ilkelere uygun hareket etmesi gerektiğini ortaya koyduğunu; Byung-Chul Han'ın ise modern toplumun yüzeysel ve performansa dayalı yardım pratiklerini eleştirerek sosyal sorumluluğu, derin yapısal sorunlara dikkat çeken bir farkındalık ve toplumsal dönüşüm aracı olarak yeniden tanımladığını vurguladı.

Bu bağlamda Dr. Tüncer, sosyal sorumluluğun, bireylerin vicdani bir yükümlülüğünün ötesinde, hem kültürel hem de toplumsal değişim için bir katalizör görevi gördüğüne işaret etti. Tükenme ve tüketme çağında, dayanışma ve birlikte hareket etmenin yollarının aranmasının gerekliliğine değinen Tüncer, sosyal sorumluluğun eleştirel bir perspektifle yeniden düşünülmesinin önemini ortaya koydu



Konuşma genel anlamıyla, sosyal sorumluluğun bireyselden toplumsala, toplumsaldan kültüre uzanan çok boyutlu yapısının, kriz dönemlerinde nasıl bir dayanışma ve dönüşüm aracı haline gelebileceğine odaklandı. Bununla birlikte tüketim kültürünün yarattığı yıkım karşısında, sosyal sorumluluğun bireysel farkındalıkla başlayarak toplumsal adalet, ekolojik sürdürülebilirlik ve kültürel dönüşümde oynayabileceği role dikkat çekildi.

Tüncer, son olarak sosyal sorumluluk projelerinin, sadece yüzeysel ve geçici “çözümler” değil, dayanışma ve gerçek dönüşüm alanları yaratması gerektiğini belirterek; tüm katılımcıları bireysel, kurumsal ve toplumsal düzeyde düşen rol, sorumluluk ve görevler üzerine düşünmeye çağırdı. Etkinlik, katılım gösteren çok sayıda akademisyen ve öğrenciye önemli bir tartışma alanı sunarak, bireysel ve toplumsal sorumlulukların nasıl hayata geçirilebileceğine dair etik ve pratik sorulara birlikte yanıt arama fırsatı yarattı.

10 Aralık İnsan Hakları Günü

İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü'nden Dr. Öğr. Üyesi H. Merve BAYRAM İnsan hakları günü hakkında önemli bilgiler paylaştı.

10 Aralık İnsan Hakları Günü, 1948 yılında Birleşmiş Milletler Genel Kurulu tarafından kabul edilen **İnsan Hakları Evrensel Beyannamesi**'nin yıl dönümü olarak kutlanmaktadır. Bu gün, insan haklarının evrensel değerlerini hatırlatmak, farkındalığı artırmak ve hak ihlallerine karşı mücadeleyi teşvik etmek amacıyla dünya genelinde etkinlikler ve kampanyalarla anılmaktadır.

Tarihçesi

II. Dünya Savaşı'ndan sonra dünyadaki devletler bireylere tanınan hak ve özgürlüklerin güvence altına alınması konusunda birleştiler. İnsan Hakları Bildirisi, Birleşmiş Milletler İnsan Hakları Komisyonu tarafından Haziran 1948'de hazırlandı ve 10 Aralık 1948'de Genel Kurulun Paris'te yapılan oturumunda kabul edildi.



Türkiye'de İnsan Hakları Günü

Türkiye, İnsan Hakları Evrensel Beyannamesi'ni 1949 yılında onaylamıştır. 10 Aralık'ta STK'lar, üniversiteler ve yerel yönetimler çeşitli farkındalık etkinlikleri düzenler. Türkiye'de insan hakları ile ilgili tartışmalarda kadın hakları, çocuk hakları, ifade özgürlüğü ve mülteci hakları öne çıkan konular arasındadır.

İnsan Hakları Günü Neden Önemli?


Farkındalık: İnsan hakları ihlallerine dikkat çekerek, bunların önlenmesine katkıda bulunur.

Dayanışma: Dünyanın dört bir yanındaki mağdurlarla dayanışma fırsatı sunar.

Hesap Verebilirlik: Hükümetler, insan hakları ihlallerine karşı sorumlu tutulur.

Tema

Her yıl İnsan Hakları Günü için bir tema belirlenir. Bu tema genellikle çağdaş sorunları ele alır. 2023 yılı teması "Herkes için Özgürlük, Eşitlik ve Adalet" idi. 2024 yılı için bir tema henüz belirlenmemiştir.

[Haber için tıklayınız](#) 



5 Aralık Dünya Kadın Hakları Günü: Toplumsal Cinsiyet ve Beden Algısı Perspektifinden Bir Bakış

Arş. Gör. Tuğba TÜRKCAN

5 Aralık Dünya Kadın Hakları Günü, kadınların eşitlik mücadelesini anımsatan ve bu mücadelenin farklı boyutlarını tartışmaya açan anlamlı bir gündür. Bu perspektiften bakıldığında, kadınların yalnızca siyasi ve ekonomik alanlarda değil, kendi bedenleri üzerinde tam bir özgürlüğe sahip olma hakkı da bu mücadeleyle bağlantılıdır. Toplumun dayattığı güzellik standartları, kadınların beden algısı üzerinde baskı oluşturarak fiziksel ve zihinsel sağlıklarına zarar vermektedir. Bu özel gün, beden çeşitliliğini kucaklayan, özgür ve kapsayıcı bir anlayışın yaygınlaşması için farkındalık yaratmak adına önemli bir fırsattır.



Kadınların bedenleri üzerindeki kontrolü, yalnızca bireysel bir tercih değil, aynı zamanda temel bir insan hakkıdır.

Toplumsal Güzellik Standartlarının Tarihsel Süreci

Güzellik standartları, toplumların kültürel, sosyal ve ekonomik dinamiklerine bağlı olarak tarih boyunca sürekli bir değişim göstermiştir. Antik çağlarda, Yunan heykellerinde idealize edilen simetrik yüz hatları ve dolgun vücutlar, sağlık ve doğurganlığın sembolü olarak öne çıkıyordu. Orta Çağ'a gelindiğinde, ince bir bel ve solgun bir ten asaletin ve zarafetin göstergesi olarak kabul edilmekteydi. Rönesans döneminde ise Rubens tablolarında sıkça görülen dolgun ve yuvarlak hatlar, o dönemin güzellik anlayışını şekillendiriyordu.

20. yüzyıla girildiğinde, güzellik algısında hızlı ve radikal değişimler yaşanmaya başlandı. 1920'lerde "flapper" stiliyle androjen ve zayıf bir vücut tipi popüler hale gelirken, 1950'lerde Marilyn Monroe gibi kıvrımlı hatlara sahip kadınlar ideal güzellik olarak görülüyordu. 1990'larda ise süpermodellerin ince ve uzun beden ölçüleri bir standart haline geldi. Günümüzde ise sosyal medya, filtreler ve estetik cerrahinin etkisiyle şekillenen ideal beden algısı, kadınlar üzerinde daha karmaşık ve ulaşılmaz bir baskı yaratmaktadır.

Medya, güzellik standartlarının en önemli taşıyıcılarından biri olarak kabul edilmektedir. Moda endüstrisi, reklamcılık ve popüler kültür, sıklıkla kadın bedenini idealize edilmiş bir biçimde sunarak, bireylerde erişilemez bir güzellik algısı yaratmaktadır. Özellikle sosyal medya platformları, fotoğraf filtreleri ve düzenlemeleri sayesinde bu idealleri daha ulaşılmaz hale getirmiştir.

Güzellik Standartlarının Kadınların Beden Algısına Etkileri

Toplum tarafından dayatılan güzellik standartları, kadınların beden algısını etkileyerek sağlıklı alışkanlıklarında olumsuz değişimlere neden olmaktadır. "İdeal beden"e ulaşma çabası, kadınları popüler ancak sürdürülemez diyetlere yönlendirebilmekte, aşırı yoğun egzersiz programlarına katılmalarına veya sağlıksız ağırlık kontrolü yöntemlerini denemelerine yol açabilmektedir.

Bu süreçte bireyler, bedenlerini bu ideallerle karşılaştırarak düşük özsaygı, yetersizlik hissi ve beden memnuniyetsizliği gibi psikolojik sorunlar geliştirebilmektedir. Medyanın, "ince olma" algısını sağlıklı eşdeğer tutarak ağırlık odaklı diyet kültürünü desteklemesi, bu baskıyı daha da yoğunlaştırmaktadır. Tüm bu etkiler, yeme bozuklukları, hormonal dengesizlikler ve kronik stres gibi ciddi sağlık sorunlarına yol açabilirken, kadınların sürdürülebilir ve dengeli bir sağlıklı yaşam tarzı benimsemelerini de zorlaştırmaktadır.



Yeme Bozukluklarının Bu Bağlamdaki Artışı

Sürekli değişen ve ulaşılmaması zor güzellik standartları, yeme bozukluklarının yaygınlaşmasında kritik bir rol oynamaktadır. Anoreksiya nervoza, bulimia nervoza ve tıknırcasına yeme bozukluğu gibi sorunlar, beden algısı ve ağırlık kontrolü üzerindeki toplumsal baskılarla doğrudan ilişkilidir. Medya ve moda dünyasının zayıflığı idealize etmesi, özellikle genç kadınlar arasında bu tür bozuklukların görülme sıklığını artırmıştır.

Araştırmalar, sosyal medya kullanımının beden memnuniyetsizliğini önemli ölçüde artırdığını ve bu durumun depresyon, anksiyete ve düşük özsaygı gibi psikolojik sorunları tetiklediğini ortaya koymaktadır. Filtreler ve düzenlenmiş görüntüler aracılığıyla dayatılan gerçek dışı beden imajları, bireylerde yetersizlik hissi yaratırken, yeme bozukluklarını teşvik eden zararlı davranış kalıplarının yayılmasına da neden olmaktadır. Bu bağlamda, güzellik baskıları ve medya etkileri, yalnızca bireysel sağlık sorunları yaratmakla kalmayıp toplumsal bir halk sağlığı meselesine dönüşmektedir.

Kadınlar Arasında Yeme Bozukluklarının Yaygınlığı

2000 ile 2018 yılları arasında yeme bozukluklarının küresel yaygınlığı dikkat çekici bir artış göstererek %3,5'ten %7,8'e yükselmiştir. Yeme bozuklukları her iki cinsiyette de görülebilirken, kadınlar arasında çok daha yaygın olduğu bilinmektedir. Araştırmalar, herhangi bir yeme bozukluğunun yaşam boyu yaygınlığının erkeklerde %0,74 ile %2,2 arasında değiştiğini, kadınlarda ise bu oranın %2,58 ile %8,4 arasında olduğunu ortaya koymaktadır.

Bu bozuklukların kadınlar arasında daha sık görülmesi, beden algısı üzerindeki toplumsal baskılarla yakından ilişkilidir. Özellikle ergenlik ve genç yetişkinlik dönemindeki kadınlar, medya ve popüler kültürün oluşturduğu gerçekçi olmayan güzellik standartlarına daha fazla maruz kaldıkları için risk grubunda yer almaktadır. Sosyal medya, filtreler ve idealize edilmiş beden imajlarının yaygınlaştırılması, kadınların görünüşleriyle ilgili beklentileri daha da ulaşılamaz hale getirerek bu durumu tetiklemektedir.



Diyetisyenin Toplumsal Cinsiyet ve Beden Algısındaki Rolü

Diyetisyenlerin rolü, bireylerin yalnızca beslenme alışkanlıklarını yönlendirmekle sınırlı değildir. Aynı zamanda toplumsal cinsiyet normlarının ve beden algısının bireyler üzerindeki etkilerini anlamak, bu algıları sorgulamak ve dönüştürmek gibi daha geniş bir sorumluluk alanını da kapsamaktadır. Toplumun dayattığı zararlı güzellik standartları ve ağırlık odaklı yaklaşımlar, bireylerin hem fiziksel hem de psikolojik sağlığı üzerinde olumsuz etkiler yaratabilirken, diyetisyenler bu döngüyü kırmada önemli bir role sahiptir. Diyetisyenler, şefkatli, kapsayıcı ve birey odaklı yaklaşımlarıyla, bireylerin bedenlerini olduğu gibi kabul etmelerine destek olurken, sağlıklı beslenme alışkanlıklarını sürdürülebilir ve gerçekçi yöntemlerle teşvik eder. Bu yaklaşım, yalnızca fiziksel sağlığı değil, aynı zamanda zihinsel ve duygusal iyilik halini de desteklemeyi hedefler.

Kadınların beden algıları üzerindeki toplumsal baskılar düşünüldüğünde, diyetisyenlerin bu normları sorgulayıp daha kapsayıcı bir beden algısı anlayışını yaygınlaştırma sorumluluğu büyük bir önem taşır. Eğitim ve danışmanlık süreçlerinde ağırlık odaklı söylemlerden uzaklaşarak sağlığı yalnızca fiziksel ölçütlerle değil, bütüncül bir yaklaşımla ele almak, bireyler üzerindeki zararlı etkileri azaltmaya yardımcı olabilir. Diyetisyenler, bireylerin toplumun dayattığı zararlı güzellik standartlarından kurtulmalarına rehberlik ederek, hem bireysel hem de toplumsal dönüşüme katkıda bulunabilecek güçlü bir konuma sahiptir. Bu dönüşüm, bireylerin fiziksel sağlıklarını iyileştirmenin ötesine geçerek, toplumsal eşitlik ve beden çeşitliliğini destekleyen daha kapsayıcı bir anlayışın yaygınlaşmasına hizmet edecektir.

Ağırlık Odaklı Olmayan Yeni Yaklaşımlar

Geleneksel ağırlık odaklı yaklaşımların yerine, bireylerin genel sağlığını ve yaşam kalitesini merkeze alan ağırlık odaklı olmayan yaklaşımlar giderek daha fazla önem kazanmaktadır. Bu yöntemler, fiziksel, zihinsel ve duygusal sağlığı bir bütün olarak ele alarak bireylerin bedenleriyle daha sağlıklı bir ilişki kurmalarına yardımcı olmayı amaçlar.

Bilinçli Beslenme (Mindful Eating):

Bilinçli beslenme, bireylerin yemek yeme süreçlerine farkındalıkla yaklaşmalarını teşvik eder. Bu yaklaşım, fiziksel açlık ve tokluk sinyallerini tanımayı, yalnızca fiziksel ihtiyaçlara göre beslenmeyi ve yemek yeme anını bilinçli bir şekilde deneyimlemeyi içerir. Ayrıca, duygusal yeme davranışlarının fark edilmesi ve bu davranışları yönetmek için sağlıklı stratejiler geliştirilmesi de bilinçli beslenmenin temel unsurları arasındadır. Bilinçli beslenme, bireylerin yemek yeme eylemini suçluluk ya da stres yerine keyif ve tatminle ilişkilendirmelerine yardımcı olur.



Sezgisel Beslenme (Intuitive Eating):

Sezgisel beslenme, bireylerin diyet kültüründen uzaklaşarak bedenlerinin doğal ihtiyaçlarına kulak vermelerini hedefler. Açlık, tokluk ve tatmin duygularını temel alarak bireylerin yemek seçimlerinde özgür ve bilinçli olmalarını destekler. Bu yaklaşım, bireylerin bedenlerini dinlemelerini, gereksinimlerini anlamalarını ve bunlara uygun davranmalarını teşvik eder. Sezgisel beslenme, yemekle barışık bir ilişki geliştirmeyi, beden algısını güçlendirmeyi ve toplumsal güzellik standartlarından bağımsız bir şekilde beslenme davranışları benimsemeyi sağlar.

Beden Kabulü (Body Acceptance) Temelli Yaklaşımlar:



Beden kabulü, bireylerin bedenlerini olduğu gibi benimsemelerini destekleyen ve farklı beden tiplerinin çeşitliliğini kutlayan bir yaklaşımdır. Bu anlayış, toplumsal güzellik standartlarını sorgularken, bireylerin bedenleriyle barışmalarına yardımcı olur. Beden olumlama (body positivity) hareketiyle uyumlu olan bu yaklaşım, özsaygıyı güçlendirir ve bireylerin kendilerini yalnızca fiziksel görünüşleri üzerinden tanımlamalarının ötesine geçmelerine olanak tanır.

5 ARALIK

DÜNYA

Kadın Hakları Günü

KUTLU OLSUN!



5 Aralık 1934 tarihi, yalnızca Türkiye Cumhuriyeti tarihinde değil, dünya tarihinde de kadın hakları adına bir dönüm noktasıdır. Gazi Mustafa Kemal ATATÜRK, kadınlara milletvekili seçme ve seçilme hakkı tanıyarak Türk toplumunun çağdaşlaşma yolunda büyük bir adım atmasını sağlamış ve kadınların toplumsal yaşamda hak ettikleri yere ulaşmalarına olanak tanımıştır. Bu hak, o dönemde birçok Batı ülkesinden önce Türk kadınına tanınmış ve Cumhuriyetimizin ilerici ve eşitlikçi vizyonunu tüm dünyaya göstermiştir.

ATATÜRK, “*Dünyada her şey kadının eseridir*” diyerek kadınların toplumların inşasındaki vazgeçilmez rolüne vurgu yapmış; eğitimin, bilimin ve siyasetin ancak kadınların katılımıyla güçlenebileceğine olan inancını her fırsatta dile getirmiştir. Onun vizyonu, yalnızca bir hakkın tanınması değil, aynı zamanda kadınların özgür, güçlü ve eşit bireyler olarak varlık göstermelerinin önündeki engellerin kaldırılmasını hedeflemiştir.

5 Aralık Dünya Kadın Hakları Günü’nde, kadınlara bu tarihi hakkı kazandıran ve onların toplumsal hayatta daha güçlü bir şekilde yer almasını sağlayan Atatürk’e sonsuz minnet ve şükranlarımla...

ENGELLERİ AŞMAK

Engelli Bireylerin Sağlıklı Beslenme Hakkı ve Yönetimi

İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi
Beslenme ve Diyetetik Bölümü Arş. Gör. Başak CAN,
engelli bireylerin sağlıklı beslenme konusundaki
zorlukları ve çözüm önerileri üzerine önemli bilgiler
paylaştı.

Birleşmiş Milletler tarafından 1992 yılında kabul edilen bu özel gün, engelli bireylerin haklarını, topluma eşit katılımlarını ve karşılaştıkları zorlukları gündeme taşıırken, engelleri ortadan kaldırmayı ve kapsayıcı bir toplum yaratmayı hedefliyor. Engelli bireylerin sağlıklı bir yaşam sürdürebilmeleri için beslenme, temel bir ihtiyaç olmanın ötesinde, yaşam kalitesini doğrudan etkileyen kritik bir faktör olarak öne çıkıyor.

Engelli Bireylerin Karşılaştığı Beslenme Engelleri;

1. Fiziksel Erişim Zorlukları

Engelli bireyler, market alışverişinden yemek hazırlama sürecine kadar pek çok fiziksel bariyerle karşı karşıya kalıyor: Marketlerde dar koridorlar ve yüksek raflar sağlıklı gıdalara erişimi zorlaştırıyor. Geleneksel mutfaklar, engelli bireylerin kullanımına uygun değil; tezgahların yüksekliği ve dolapların yerleşimi yemek yapmayı imkânsız hale getirebiliyor.

2. Bilgiye Erişim Eksikliği

Doğru ve güvenilir beslenme bilgisine ulaşma konusunda engelli bireyler çeşitli sıkıntılar yaşıyor: Kronik rahatsızlıkları bulunan bireyler, hem fiziksel engellerle hem de özel beslenme gereksinimleriyle başa çıkmakta zorlanıyor. Görme engelli bireyler için yeterli sesli rehberler veya Braille materyallerin olmaması bilgiye erişimi kısıtlıyor.

3. Sosyal ve Ekonomik Faktörler

Engelli bireyler için sağlıklı gıdalara ekonomik erişim büyük bir engel oluşturuyor:

Taze sebze ve meyve gibi sağlıklı gıdalar genellikle daha pahalı ve ekonomik kısıtlamalar bireyleri sağlıksız alternatiflere yönlendirebiliyor.

Sosyal destekten yoksun bireylerde sağlıklı yeme alışkanlıklarını sürdürme zorluğu ruhsal ve fiziksel sağlığı olumsuz etkiliyor.

Diyetisyenlerin Rolü ve Çözüm Önerileri

Araştırma Görevlisi Başak Can, engelli bireylerin yaşam kalitesini artırmak ve beslenme süreçlerini kolaylaştırmak adına şu önerilerde bulundu:

Bireyselleştirilmiş Beslenme Planları: Her bireyin sağlık koşullarına ve fiziksel durumuna uygun diyet planları hazırlanarak yaşam kalitesi artırılabilir.

Erişilebilir Eğitimler: Ailelere ve bireylere yönelik eğitimlerle, uygun besin kıvamı hazırlama gibi pratik bilgiler paylaşılabilir.

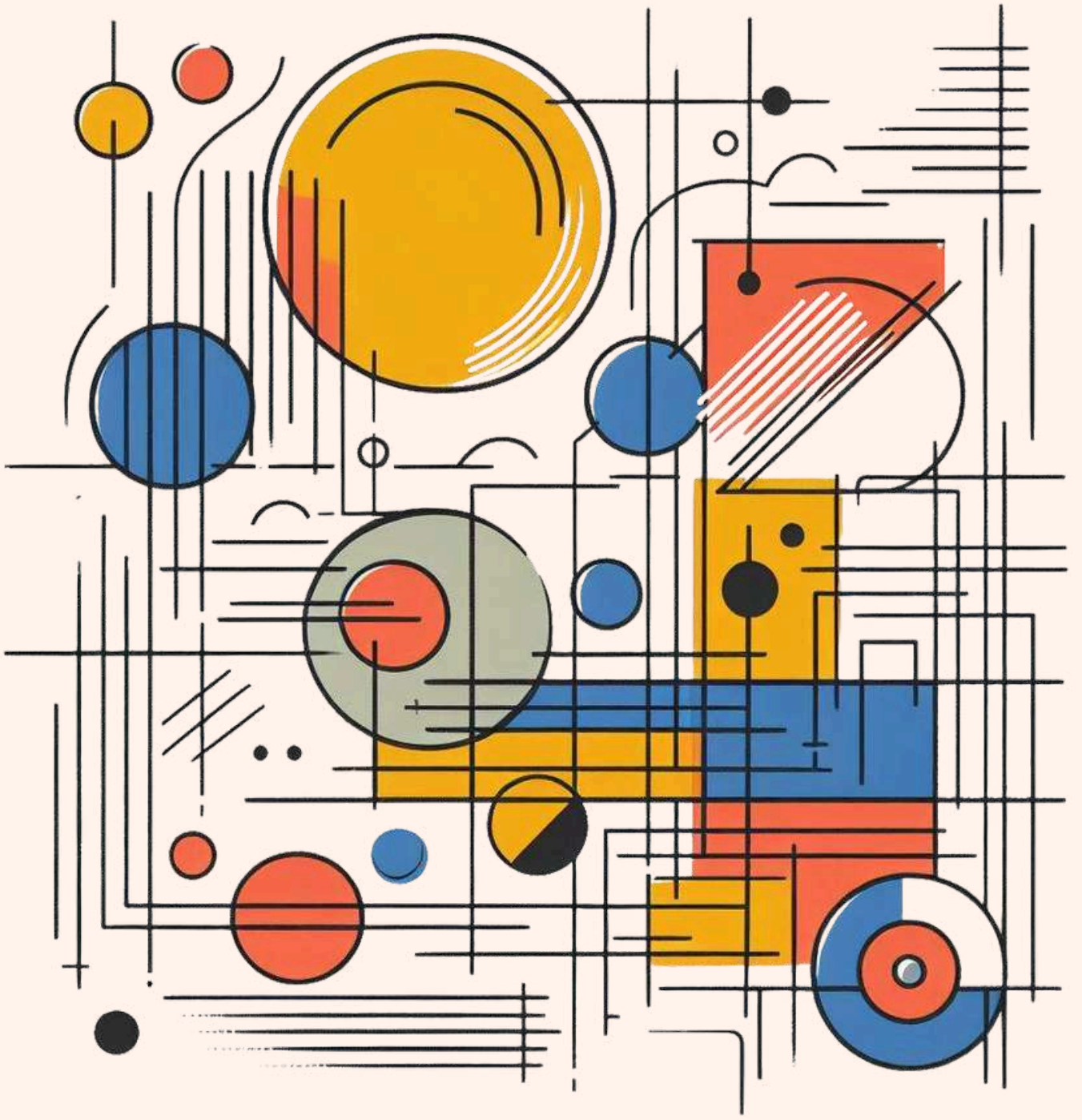
Toplum Destekli Çözümler: Belediyelerle iş birliği yapılarak uygun fiyatlı sağlıklı yemek kutuları ve servisleri sağlanabilir.

Farkındalık Çalışmaları: Beslenmenin bir insan hakkı olduğu vurgulanarak kapsayıcı bir toplumun gerekliliği kamuoyuna duyurulabilir.

Sağlıklı Bir Gelecek İçin Kapsayıcı Adımlar

Engelli bireylerin sağlıklı ve dengeli bir yaşam sürebilmesi için tüm fiziksel, sosyal ve ekonomik engellerin kaldırılması büyük önem taşıyor. Sağlıklı beslenme hakkının bir ayrıcalık değil, temel bir hak olduğuna dikkat çekilerek, kapsayıcı çözümlerle herkesin yaşam kalitesini artırmak mümkün.

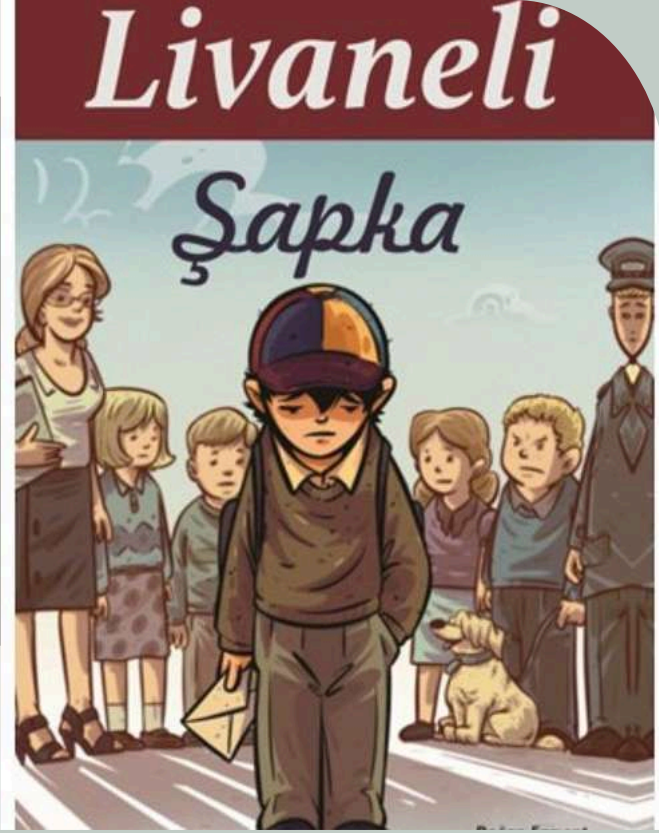
Sağlıklı bir toplum için herkes el ele!



KÜLTÜR SANAT
EDEBİYAT

Zülfü Livaneli'nin Şapka Kitabında Göçün İzleri: *Sürgünlük Ve Kimlik*

Sena Nur İKİNCİ
Sosyal Hizmet Bölümü
3. Sınıf Öğrencisi



Grinberg'e göre, ebeveynlerin gönüllü ya da zorunlu göç etmesinin aksine, çocuklar her zaman 'sürgün' edilenlerdir. Bu sürgün, yalnızca fiziksel bir yer değişimi olarak kalmaz; aynı zamanda çocukların psikolojik dünyasında derin izler bırakır. Göç, kimlik ve aidiyet meselelerinin bireysel hikâyelere nasıl yansıdığına dair etkileyici bir örnek olan Zülfü Livaneli'nin Şapka kitabı, bu sürecin çok katmanlı yapısını anlamak için güçlü bir zemin sunar.

Kitabın ana karakteri Yılmaz, oğluna göçmenlik deneyimlerini aktararak, ötekileştirici tutumların yanlışlığını öğretmeye çalışır. Bu yaklaşım, Vamık Volkan'ın "depolama" kavramıyla açıklanabilir. Depolama, ebeveynlerin travmatik deneyimlerini çocuklarına bilinçli ya da bilinçsiz şekilde aktarma sürecini ifade eder. Ancak bu aktarım sadece travmanın yeniden üretilmesiyle sınırlı kalmaz; iyileşme ve dönüşüm için bir fırsat da barındırır. Çocuklar, ebeveynlerinden aldıkları bu travmatik mirası fark ettiklerinde, geçmişle yüzleşip kendi kimliklerini yeniden inşa etme sürecine girebilirler

Yılmaz'ın oğluna bu deneyimleri aktarırken, aynı zamanda toplumsal önyargılara karşı bir farkındalık kazandırmaya çalışması, Jane Elliott'un 1968'de gerçekleştirdiği "Bölünmüş Sınıf" deneyini hatırlatır. Elliott, öğrencilerine ırkçılığı doğrudan deneyimletmek için sınıfı mavi gözlümler ve kahverengi gözlümler olarak ayırmış, bu ayırımın psikolojik ve toplumsal etkilerini gözler önüne sermiştir. Bu deney, bireylerin kimliklerinin dışsal faktörler tarafından nasıl hızla şekillendirildiğini ve bu kimliklerin toplumsal hiyerarşilerle nasıl dönüşebileceğini güçlü bir şekilde ortaya koyar.

Benzer bir dönüşüm, Yılmaz'ın Almanya'daki göçmenlik deneyiminde de görülür. Almanya'ya ilk geldiğinde dil ve kültür farklılıkları nedeniyle dışlanmış hisseden Yılmaz, bir şapka takarak farklılığını gizleme yoluna gider. Şapka, yalnızca bir kimlik gizleme aracı değil, aynı zamanda yeni bir çevreye aidiyet kurma ve geçmişteki kayıplarla başa çıkma çabasının sembolü hâline gelir. Yılmaz'ın bu deneyimi, bireylerin göç sürecinde yaşadıkları kimliksel mücadelenin ve toplumsal kabul arayışının bir yansımasıdır.





Tüm bunlardan hareketle Livaneli'nin Şapka kitabı, yalnızca bireysel bir göç hikâyesini değil, aynı zamanda toplumsal değişim ve çokkültürlülük mücadelesini de ele aldığını söyleyebiliriz. Çokkültürlülük, göçmenlerin kendi kültürlerini ve kimliklerini koruyarak, ayrımcılık korkusu olmaksızın eşit haklarla toplumda yer alabilmesini ifade eder. Ancak, toplumların genellikle çeşitliliği bir tehdit olarak algılaması, bu uyum sürecini zorlaştırır. Buna karşın roman, kültürel çeşitliliğin bir çatışma kaynağı olmanın ötesinde, insanın içsel zenginliğine katkıda bulunabilecek bir deneyim olduğunu gösterir.

Bu noktada, kapsayıcı eğitimin önemine vurgu yapan Salamanca Bildirgesi'nin ilkeleri hatırlanmalıdır. Bildirge, yalnızca engelli bireylerin değil, tüm bireylerin eğitim sistemine eşit şekilde dahil edilmesi gerektiğini vurgular. Aynı zamanda, kültürel çeşitliliğin eğitimde bir zenginlik kaynağı olarak kabul edilmesi gerektiğinin altını çizer. Ancak, Livaneli'nin kitabında görüldüğü gibi, Yılmaz'ın kimliğini gizleme çabası, toplumun bu çeşitliliği tehdit olarak algılamasından kaynaklanıyor olabilir. Bu durum, bireylerin topluma daha güçlü bir bağ kurabilmesi için kapsayıcı eğitim anlayışının ve eşit fırsatların önemini bir kez daha ortaya koyar.

Sonuç olarak, Livaneli'nin Şapka kitabı, göçmenlik, kimlik ve toplumsal dönüşüm arasındaki karmaşık ilişkiyi ele alırken, bireysel hikâyeler üzerinden evrensel bir çerçeve sunar. Bu kitap, yalnızca geçmişle yüzleşmenin değil, aynı zamanda kültürel çeşitlilik içinde yeni bir kimlik inşa etmenin mümkün olduğunu hatırlatan bir yapıt olarak öne çıkar.



TÜRK KAHVESİ

KÜLTÜRÜMÜZÜN KÖKLÜ MİRASI VE SAĞLIKLA BAĞLANTISI



Istanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü'nden Dr. Öğr. Üyesi Hande Nur ONUR ÖZTÜRK, Türk kahvesinin tarihi, kültürel önemi ve sağlık üzerindeki etkileri hakkında detaylı bilgiler sundu.

16. yüzyılda Osmanlı topraklarına ulaşan Türk kahvesi, kısa sürede toplumun bir parçası haline gelmiş ve “kahvehane” kültürünün doğuşuna öncülük etmiştir. Bu mekanlar, edebiyat, sanat ve siyaset tartışmalarının yapıldığı önemli buluşma yerleri olmuştur. Türk kahvesi, Osmanlı döneminden günümüze, sosyal bağların güçlenmesine katkıda bulunan bir miras olarak kabul edilmektedir.

Türk Kahvesinin Üretim Süreci

Türk kahvesinin üretimi özen ve dikkat gerektiren bir süreçtir:

- **Çekirdek Seçimi:** Türk kahvesi genellikle yüksek kaliteli Arabica kahve çekirdeklerinden üretilir. Bu çekirdekler, yoğun aroması ve tadı ile dikkat çeker.
- **Kavurma İşlemi:** Seçilen çekirdekler, aromasını ve karakteristik özelliklerini ortaya çıkaracak şekilde kavrulur. Orta veya koyu kavurma genellikle tercih edilir.
- **Öğütme Süreci:** Kavrulan çekirdekler, pudra kıvamında incecik öğütülerek Türk kahvesine özgü hale getirilir.

Tüketimde Dikkat Edilmesi Gerekenler

- **Kafein Tüketimi:** Aşırı kahve tüketimi çarpıntı, huzursuzluk ve uykusuzluk gibi yan etkilere neden olabilir.

- **Mide Hassasiyeti:** Kahve, bazı bireylerde mide asidini artırabilir. Bu nedenle mide rahatsızlıkları yaşayanların tüketimde dikkatli olması önerilir.
- **Tansiyon Üzerine Etkisi:** Kafein, tansiyonu geçici olarak artırabilir; yüksek tansiyonu olan bireylerin kahve tüketimini sınırlandırması gerekebilir.

Geleneksel Tarif ve Servis

Türk kahvesi, sade, az şekerli, orta şekerli veya şekerli olarak hazırlanabilir:

- Her fincan kahve için 1 tatlı kaşığı kahve ve tercihe bağlı olarak şeker eklenir.
- Fincan ölçüsünde soğuk su cezveye eklenir.
- Malzemeler karıştırılarak kısık ateşte pişirilir.
- Kahve kaynama noktasına gelmeden köpüğü alınır ve fincana dökülür.
- Kahve kaynadıktan sonra fincana aktarılır.

Türk kahvesi geleneksel olarak yanında su ve lokum gibi tatlılarla servis edilir.

Türk Kahvesinin Önemi

Türk kahvesi, yalnızca bir içecek değil; bir kültürün, bir geleneğin ve insanları bir araya getiren eşsiz anların simgesidir. Geçmişten günümüze uzanan bu miras, hem sağlığa katkılarıyla hem de sosyal bağları güçlendiren rolüyle hayatlarımızda özel bir yere sahiptir.

Eksik Gibi Görünenin Kusursuzluğu: Brownie

İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü'nden Arş. Gör. Güldane YILDIRIM, brownie tarihçesi, brownie türleri ve vegan brownie hakkında bilgiler paylaştı.



Brownie, ilk ortaya çıktığı dönemde eksik bir tatlının ürünü gibi görünse de zamanla tatlı dünyasının vazgeçilmez bir lezzeti haline gelmiştir. Kabartma tozunun unutulmasıyla başlayan bu süreç, plansız bir mutfak kazası olarak değerlendirilebilir. Ancak, bu "eksiklik", tatlı dünyasına eşsiz bir katkı sağlayarak brownie'yi ortaya çıkarmıştır. Kabarıklık bir kek olmayı reddeden brownie, karakteristik yoğun yapısı ve zengin çikolata aromasıyla farklılığını ortaya koymuş ve bu özellikleri sayesinde milyonların beğenisini kazanmıştır.

İlk yazılı brownie tarifi, 1896 yılında Fannie Farmer'ın yemek kitabında bir "kurabiye" olarak yer almıştır. Bu tarif, bugünkü brownie'den farklı olarak ince bir çikolatalı kek niteliğindedir. Ancak brownie'nin ortaya çıkışıyla ilgili çeşitli anlatılar da bulunmaktadır. Bu anlatılar arasında, çikolatalı kek hazırlanırken kabartma tozunun unutulması, ani misafirlere eldeki malzemelerle hazırlanan bir tatlının yoğun yapısı ve Chicago'daki Palmer House Hotel'de bir Dünya Fuarı için tasarlanan taşınabilir bir çikolatalı tatlı gibi hikâyeler yer almaktadır. Bu anlatıların ortak noktası, brownie'nin bir "eksiklikten doğan mucize" olarak görülmesidir. Günümüzde bu basit ama etkileyici tatlı, çikolata severlerin favorileri arasında yer almaya devam etmektedir.

Türk mutfak kültüründe sıkça karşılaşılan "ıslak kek," brownie ile karıştırılabilmektedir. Ancak brownie, ıslak kekten farklı olarak daha yoğun çikolatalı ve tereyağlı bir lezzet sunmaktadır. Brownie'nin günümüzde çeşitli varyasyonları geliştirilmiştir. En bilinen türler arasında yoğun ve nemli dokusuyla Fudgy Brownie, daha hafif ve kabarık yapısıyla Cakey Brownie, yoğun ancak çiğnemesi eğlenceli dokusuyla Chewy Brownie, çikolata yerine esmer şeker veya beyaz çikolata kullanılan Blondie ve tamamen bitkisel bazlı malzemelerle hazırlanan Vegan Brownie yer almaktadır. Türk mutfaklarında ise tahin, hurma, pekmez, kuru meyveler ve yağlı tohumlar eklenerek zenginleştirilmiş yerel brownie tarifleri sıkça yapılmaktadır.



Besin değerleri açısından değerlendirildiğinde, brownie yüksek enerji ve karbonhidrat içeriği ile öne kmaktadır. Ieriğinde bulunan çikolata, kakao ve kuru yemişler sayesinde az miktarda demir, magnezyum ve potasyum gibi mineraller içerebilir. Ayrıca, kullanılan süt ürünleri ve tereyağı, sınırlı düzeyde A vitamini ve kalsiyum sağlamaktadır. Bununla birlikte, brownie'nin temel bileşenlerinin şeker ve yağ olması, bu tatlının besin profilini enerji yoğun bir tatlı olarak sınırlamaktadır. Besleyici değerinin artırılması amacıyla tam buğday unu, doğal tatlandırıcılar ve bitter çikolata gibi alternatif bileşenlerin kullanılması önerilmektedir. Ancak brownie, temel olarak bir tatlı kategorisinde değerlendirilmekte olup dengeli bir diyet kapsamında ölçülü tkutilmesi gerektiği vurgulanmalıdır.



Vegan Brownie Tarifi

Malzemeler

- 1 su bardağı un (tam buğday unu veya normal un)
- 1/2 su bardağı kakao tozu
- 3/4 su bardağı toz şeker (isteğe bağlı olarak esmer şeker veya hindistancevizi şekeri)
- 1/2 çay kaşığı tuz
- 1 ay kaşığı kabartma tozu
- 1/3 su bardağı bitkisel yağ (hindistancevizi yağı veya ayçiçek yağı)
- 1/3 su bardağı badem sütü veya başka bir bitkisel süt (soya sütü, yulaf sütü vb.) veya sadece su
- 1 ay kaşığı vanilya özütü
- 100 g bitter çikolata (süt/süt tozu içermeyen bitter ikolatalar)
- 1/2 su bardağı ceviz veya fındık (isteğe bağlı)

Hazırlık

Fırını 180°C'ye (350°F) nceden ısıtın. Küçük bir kare fırın tepsisini yağlayın ve içine yağlı kağıt serin. Bir karıştırma kabında un, kakao tozu, toz şeker, tuz ve kabartma tozunu karıştırın. Aynı karışıma bitkisel yağı, bitkisel sütü veya suyu ve vanilya ztn ekleyerek homojen bir karışım elde edin. Bitter çikolatayı küçük parçalara ayırın ve ceviz veya fındık ile birlikte hamura ekleyin. Spatula ile iyice karıştırın. Karışımı fırın tepsisine eşit bir şekilde yayın. Önceden ısıtılmış fırında 25-30 dakika kadar pişirin. Orta kısmı biraz yumuşak kalabilir, bu brownie'nin yoğun yapısını korumasını sağlar. Fırından çıkan brownie'yi tamamen soğumaya bırakın. Soğuduktan sonra dilimleyip servis edin.



[Haber için Tıklayınız](#)

BİR FİNCAN ÇAYIN HİKAYESİ: 15 ARALIK DÜNYA ÇAY GÜNÜ

İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü'nden Arş. Gör. Gizem Uzlu DOLANBAY, Dünya Çay Günü'nün önemi ve çayın sağlık üzerindeki etkileri hakkında bilgiler paylaştı.

Dünya Çay Günü, çay üreticilerinin, işçilerinin ve tüketicilerinin çay endüstrisine katkılarını kutlamak, sürdürülebilir çay üretimi konusundaki farkındalığı artırmak ve çayın kültürel değerini vurgulamak amacıyla her yıl 15 Aralık'ta kutlanmaktadır. Çay, sadece bir içecek değil; tarih boyunca sosyal bağları güçlendiren, sağlık açısından faydalar sunan ve ekonomik bir değer taşıyan bir miras olarak kabul edilmiştir.

Çayın Tarihiçesi ve Kültürel Önemi

Çayın kökeni M.Ö. 2737 yılına kadar uzanır ve Çin'de keşfedilmiştir. Çayın, keşfedildiği andan itibaren hem sağlık açısından hem de sosyal anlamda önemli bir yere sahip olduğu bilinmektedir. Günümüzde çay, dünyada sudan sonra en çok tüketilen içecek olarak dikkat çekmektedir.

Türkiye, kişi başına 3,16 kg çay tüketimi ile dünya sıralamasında ilk sırada yer almakta ve çay Türk kültüründe önemli bir yere sahip olmaktadır. Çay, Türkiye'de yalnızca bir içecek olarak değil, misafirperverliğin ve sosyal etkileşimlerin bir sembolü olarak da değer görmektedir. Geleneksel Türk çayının hazırlanışı ve sunumu, toplumun birlik ve beraberlik duygusunu yansıtan bir ritüel haline gelmiştir.



Çayın Sağlık Açısından Önemi



Çay, içerdiği doğal bileşenler sayesinde yalnızca keyifli bir içecek olmanın ötesinde, sağlık açısından da pek çok fayda sağlamaktadır:

- **Antioksidan Zengini:** Çay, içerdiği polifenoller ve flavonoidler sayesinde hücreleri serbest radikallerin zararlı etkilerinden koruyarak yaşlanmayı geciktirir ve kronik hastalık riskini azaltır.
- **Bağışıklık Sistemine Destek:** Düzenli çay tüketimi, bağışıklık sistemini güçlendiren bileşenler içerir ve enfeksiyonlara karşı koruma sağlayabilir.
- **Kalp Sağlığına Katkı:** Araştırmalar, çayın kan basıncını düzenlemeye ve kolesterol seviyelerini dengelemeye yardımcı olabileceğini göstermektedir.
- **Stresi Azaltıcı Etki:** Çayın içerdiği L-theanine adlı amino asit, sinir sistemini yatıştırarak stres seviyelerini düşürür ve zihinsel rahatlama sağlar.

Çayın Ekonomik ve Sosyal Etkisi

Çay, yalnızca bireysel tüketimle sınırlı olmayan, aynı zamanda ekonomik ve sosyal etkileriyle de önemli bir üründür. Çay üretimi, özellikle Türkiye, Çin, Hindistan ve Sri Lanka gibi ülkelerde milyonlarca insanın geçim kaynağıdır. Küçük ölçekli çiftçiler için ekonomik istikrar sağlamanın yanı sıra, çayın ticareti ve ihracatı ulusal ekonomilere katkı sağlamaktadır.

Dünya Çay Günü, çayın sürdürülebilir üretimi ve tüketimi konusunda farkındalık yaratmayı hedefler. Küresel olarak düzenlenen etkinlikler, çayın ekonomik değerinin yanı sıra çevresel etkilerine de dikkat çekmektedir.



Dünya Çay Günü'nün Önemi

Bu özel gün, çayın tarihsel, kültürel ve sağlıkla ilgili değerlerini kutlamanın yanı sıra, çay üretiminde sürdürülebilirlik ve adil ticaret uygulamalarına olan ihtiyacı vurgular. Aynı zamanda çayın farklı kültürler arasında bir bağ oluşturduğunu hatırlatır.

Dünya Çay Günü, çayın sadece bir içecek olmadığını, aynı zamanda kültürel bir değer ve sağlıklı bir yaşam tarzının bir parçası olduğunu ortaya koymaktadır. Çay, yüzyıllardır toplumlara bir araya getiren, dostlukları pekiştiren ve sağlığa katkıda bulunan eşsiz bir miras olarak önemini korumaya devam etmektedir.



BU AYKI KONUĞUMUZ

Ali TUĞRUL



Fransız yazar Marcel Proust'un yarattığı karakterlerle sohbet ettiği, onlara sorular sorduğu söylenir. "Proust Anketi" olarak da bilinen bu soruları 13 yaşında yazdığı ve 20 yaşındayken kendisinin de cevapladığı ifade edilir. Onun hazırladığı bu sorulardan yararlanarak biz de her sayımız için fakültemizde çalışanlara bu soruları yöneltiyoruz.

1-Diyelim ki yeni bir toplum kurmaya karar verdiniz ve güzel bir ada keşfettiniz. Yerine koyduğunuz ilk kural ne olurdu?

Temizlik

2-İcat edilen buluşlardan hangisinin mucidi olmak isterdiniz?

Elektirik

3-Geçmiş ya da gelecekte herhangi bir olaya şahitlik edebilecek olsanız hangi olayı seçerdiniz?

Brezilya-Türkiye maçında oynamak

4-Bir kitap yazacak olsaydınız adı ne olurdu?

Annem Cemile

5-Hayatınız hakkında bir film yapmış olsalardı sizi hangi aktörün/aktristin canlandırmasını isterdiniz?

İlyas Salman

6-Sizi en iyi tanımlayan 5 kelime nedir?

Çalışmak, Dürüstlük, Yardımsever, İnsanlık, Acelecilik

7-Ne tür bir yeteneğe sahip olmak isterdiniz?

Çok iyi futbol oynamak isterdim

8-Kahramanınız kimdir?

Mehmet Akif Ersoy

9-En sevdiğin yazar hangisidir?

Adil Ali Atalay

10-Yaşadığınız yılların özeti hangi kelime olurdu?

Özetleyemem



İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ MEZUN TAKİP SİSTEMİ

Mezun Takip Sistemi (METSİS), mezunlarımızın istihdamı ve mezuniyet sonrası eğitimi gibi güncel durumlarını belirleyerek takip etmek, istatistiki veriler oluşturmak amacıyla açılmıştır.

İstanbul Gelişim Üniversitesi, mezunlar ile ilişkilerini kuvvetlendirmek ve mezunların istihdamına katkı sunmak adına METSİS'i faaliyete geçirmiştir. Mezunlarımız, METSİS'e ücretsiz üye olabilmektedir. METSİS'e üye olan mezunlarımız oluşturdukları kişisel profillerini güncelleyerek iş ilanlarımızı takip edebilmektedir.

METSİS'e Nasıl Üye Olurum?

1. metsis.gelisim.edu.tr platformuna giriş yapınız.
2. Açık pozisyonlar kutucuğundan ilanlar takip edebilirsiniz.
3. İlanlara başvuru gerçekleştirmek için Yeni Aday kutucuğundan hesap oluşturabilirsiniz.
4. Hesap oluşturulduktan sonra üst sekmede yer alan ilanlar sekmesinden iş ilanlarını görebilir ve uygun olan pozisyonlara başvurabilirsiniz.



Instagram -
igu_mezunlarkoordinatorlugu



LinkedIn -
IGU ALUMNI AND
MEMBERS COORDINATOR

MK

MEZUN KARTI



İGÜ'lü Mezunlarımız,
Üniversitemizin imkanlarından ve anlaşmalı olduğumuz firmalardan sağladığımız indirim oranlarından yararlanmak isteyen mezunlarımızın formu doldurması yeterli olacaktır. Kartınız hazır olduğunda K Blok 3. katta yer alan Mezunlar ve Mensuplar Koordinatörlüğü ofisinden teslim alınabilecektir.

SCAN ME





Sağlık Bilimleri
Fakültesi



RESMİ SOSYAL
MEDYA HESAPLARIMIZ



[igu_sbf](#)



[igu_sbf](#)



[İGÜ Sağlık Bilimleri Fakültesi](#)



Yeni Haber

Her türlü görüş, öneri, haber
ya da yazınızı bize artık
sfbulten@gelisim.edu.tr
adresinden iletebilirsiniz



Sağlık Bilimleri Fakültesi

SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ

Prof. Dr. Rifat MUTUŞ

Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekanı

Dr. Öğr. Üyesi A. Yüksel BARUT

Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekan Yardımcısı

Dr. Öğr. Üyesi Neşe KISKAÇ

Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekan Yardımcısı

BÜLTEN EKİBİ

Dr. Öğr. Üyesi Emrah TUNCER

Dr. Öğr. Üyesi Aslı KAYA

Arş. Gör. Tuğba TÜRKCAN

Arş. Gör. Hülya YAMAN

Arş. Gör. Semanur OKTAY

Arş. Gör. Onur Zeki ANILGAN

Arş. Gör. Aişe Büşra CİĞER



KÜNYE



igu_sbf



igu_sbf



IGÜ Sağlık Bilimleri Fakültesi



sbfbulten@gelisim.edu.tr