

we|you|they

MART - NİSAN 2019 - Sayı 14

MODA, ALIŞVERİŞ, KÜLTÜR VE YAŞAM DERGİSİ

by **Özdilek**

TR

ALABİLİRSİNİZ

Baharın
natürel renkleri
Özdilek'teyim'de
buluştu

Renkli
tasarımlarla
mutlu evler
yaratın

**YUNUS
ERDEM**

"Sinemada teknolojiyi,
güler yüz ve konforla
birleştiriyoruz"

Macera Tutkunlarının
Yenilmez Kahramanı

CHRIS EVANS

Özdilek'in Yenisi:
**SADELİK
KOLEKSİYONU**

**GÜZELLİK
DÜNYASININ
EN YENİLERİ**

Hoşgörünün ve
medeniyetin
başkenti
Hatay

**MİNE
ÇAYIROĞLU**

"MÜZİKALİ İÇİN BİÇİLMİŞ
KAFTANIM"



NEW COLLECTION

Spring Summer 19



www.rolypoly.com.tr



BAĞIŞIKLIĞI DESTEKLENSİN İÇİNİZ RAHAT ETSİN

ilkadimlarim.com



Bebeğiniz için en uygun besin anne sütüdür. Anne sütü ile beslenmenin mümkün olmadığı durumlarda doktorunuza danışınız. Bu ürün prebiyotik bileşen içerir. Prebiyotik bileşenler, bağışıklık sistemini desteklemeye yardımcı olan probiyotiklerin gelişimini destekler.



EDİTO



Değerli We You They Okurları,

Özenle büyüttüğümüz dergimizin zengin içeriklerle dolu yeni sayısını sizlerle buluşturuyoruz. Soğuk kış günleri yerini güneşli havalara bırakmaya başladı bile. Bahar aylarında kahvenizi yudumlarken okuyacağınız birbirinden renkli sayfaları sizin için derledik.

Yeni sayımızın kapak konuğu ise güzel oyuncu Mine Çayıroğlu oldu. Kendisiyle gerçekleştirdiğimiz keyifli röportajı dergimizin ilerleyen sayfalarında okuyabilirsiniz.

Ülkemizin en eski yerleşim merkezlerinden biri olan, hoşgörünün ve medeniyetin başkenti Hatay'ı gezi listenize eklemenizi tavsiye ederim. 400 çeşit özgün yemeği ve birbirinden değişik tatları ile lezzet şöleni yaşatan Hatay'ın tarihi ve doğal güzelliklerine yer verdiğimiz gezi dosyamızda kültürel bir yolculuğa çıkacaksınız.

Vitrin sayfalarımızda günün her anında kullanabileceğiniz en özel parçaları seçtik. Özel davetlerde tercih edebileceğiniz tasarımlardan, günlük aktivitelere uyum sağlayacak spor kombinlere kadar her tarza hitap eden ürünleri sizin için derledik.

Sağlıklı yaşamın tüyolarını verdiğimiz yaşam içerikleri ve renkli aktüel dosyaların yanı sıra birbirinden keyifli etkinlikleri ve en güzel filmleri, dergimizin ilerleyen sayfalarında görebilirsiniz.

Rengarenk bir bahar sezonu dilerim...

Güneş Özkan

İmtiyaz Sahibi
Özdilek Holding A.Ş.

İmtiyaz Sahibi Temsilcisi
Emir Murat Özdilek

Genel Yayın Yönetmeni
Güneş Özkan

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü
Sedat Yamansucu

Koordinatör
Merve Erdoğan

Editörler
Nazlı Sancaklı
Gamze Kaya
Emine Nalbant
Hande Dilekmen
Şenay Aslan
Ece Şentürk

Görsel Yönetmen
Büşra Tamdoğan

Baskı
Promat Basım Yayın
San. ve Tic. A.Ş.

Orhangazi Mah. 1673 Sok. No: 34
Esenyurt / İstanbul
T: 0 212 622 63 63
info@promat.com.tr

Yayını Hazırlayan

Brandworks İletişim Danışmanlığı
info@brandworks.com.tr
Evliya Çelebi Mah. Meşrutiyet Cad.
No: 100/1 Beyoğlu / İstanbul

weyouthey@ozdilekholding.com.tr

Yayın Türü
WE YOU THEY DERGİ
ULUSAL SÜRELİ YAYIN

We You They dergisinde yayınlanan yazı, fotoğraf ve illüstrasyonların her hakkı saklıdır. Kaynak gösterilmeden alıntı yapılamaz. Yazıların sorumluluğu yazarlara, yayınlanan ilanların sorumluluğu ise sahiplerine aittir.

☎ weyoutheybyozdilek
📱 weyoutheymag
📧 weyoutheymag

we|you|they dergisi
mobil uygulamalarda ve web'te



İÇİNDEKİLER

20



RÖPORTAJ
YUNUS ERDEM

- 6 Özdilek'ten Haberler
- 16 ÖzdilekPark'tan Haberler
- 24 ÖzdilekPark'ta Sizin İçin

VİTRİN

- 34 Zamansız Parçalar
- 36 Baharın Natürel Renkleri
Özdilekteyim'de Buluştunuz
- 38 Yeni Sezonda Çocuklar
Daha Renkli

Hobi Fikirlerinizi Dekorasyonunuza Taşıyabilirsiniz

Yaşam alanlarınıza farklı bir hava getiren bu projelerle kullanılmayan eşyalar, değer kazanarak evlerinize renk getiriyor.

44



**Renkli
Tasarımlarla
Mutlu Evler
Yaratın**

40



26



RÖPORTAJ
**MİNE
ÇAYIROĞLU**

SAĞLIK

- 46 Su İçmeyi Keyifli Hale Getirin
- 48 Güneş Mutlu Ediyor
- 56 Tester Ürünleri Denerken Gözünüzden Olmayın

AKTÜEL

- 50 Tam Zamanı Denilebilecek Öneriler

GEZİ

- 52 Hoşgörünün ve Medeniyetlerin Başkenti

HATAY



MUTLULUK MEVSİMİ



*Sokaklarda bolca
göreceğiniz sezonun
en güzel renklerine
şimdiden hazırlıklı olun!*

32



GÜZELLİK

- 60 Güzellik Dünyasının En Yenileri

AKTÜEL

- 64 Bakalım Biz'le Bilim Dünyası

SİNEMA

- 66 Cinetime'da Öne Çıkan Filmler

FOCUS

- 70 Macera Tutkunlarının Yenilmez Kahramanı: Chris Evans

AJANDA

- 72 Kaçırılmayacak Etkinlik Önerileri

TEKNOLOJİ

- 76 En Yeni ve En Gelişmiş Teknolojik Ürünler

GURME

- 80 Sağlıklı ve Lezzetli Bir Kaçamak Chillbox

SOSYAL MEDYA

- 88 Dikkatleri Çeken Sosyal Medya Hesapları

ÖZDİLEK'TEN HABERLER



Özdilek, Heimtextil 2019'a Katıldı

Özdilek Ev Tekstil Sanayi ve Ticaret Anonim Şirketi, ortaklığı bulunan Almanya'daki Tex Idea şirketiyle birlikte 1971 yılından bu yana her yıl düzenlenen Heimtextil Fuarı'na katıldı. Özdilek Ev Tekstili, 1983 yılından beri katılım sağladığı fuarda bu yıl da kaliteden asla ödün vermediği en yeni tasarımlarını ziyaretçilerine sunma imkanı buldu. Sektörde dünyanın en prestijli organizasyonu olan Heimtextil, Almanya'nın Frankfurt kentinde gerçekleşti. 73 ülkeden 3 bini aşkın katılımcı firmanın yer aldığı organizasyonda ev tekstili firmaları; nevresim, yatak, battaniye, dekoratif kumaş, minder, yastık, banyo tekstili ve duvar kağıdı gibi en yeni ürünlerini sergiledi. 140.520 metrekare fuar alanına sahip Heimtextil, bu yıl toplam 90.000'e yakın ziyaretçiye ev sahipliği yaptı.



Özdilek, NRF 2019 Retails Big Show'da!

Özdilek Holding, perakende dünyasının en önemli etkinliklerinden biri olan ve Amerika'da gerçekleşen NRF 2019 Retails Big Show'a (Perakendenin Büyük Şovu) katıldı. Özdilek Perakende Operasyonları Genel Müdürü Sertaç Ünal ve üst düzey yöneticilerin katıldığı fuarda, dünyanın en büyük endüstri yönetici toplulukları bir araya geldi.

NRF 2019, dünyaca ünlü 575 marka ve 34.000 ziyaretçinin katılımıyla gerçekleşti. En yeni perakende trendleri, bu trendlerin dijital çağda dönüşümleri ve dünyaca ünlü perakende markalarının dijital dünyaya nasıl hazırlandıklarına dair önemli gelişmeler ve dönüşümler etkinliğe damga vurdu. Anlık veri kontrol ve müşteri tanıma sistemleri, yapay zekanın perakendede yenilikçi çözümleri, fuarın dikkat çekici teknolojileri arasındaydı.



Özdilek Ev Tekstili, Gelenekselleşen Bayi Toplantısını Gerçekleştirdi



Özdilek Ev Tekstili, gelenekselleşen bayi toplantısını 12 Ocak'ta Bursa Hilton Otel'de gerçekleştirdi. 11 bölge bayisinin katılım sağladığı toplantıda, 2018 yılı sektörüne ait değerlendirmeler yapılırken, 2019 yılı için de Özdilek Ev Tekstili markasının strateji ve hedefleri konuşuldu. Özdilek Holding Yönetim Kurulu Başkanı Hüseyin Özdilek'in açılış konuşması yaptığı toplantıya, Emir Murat Özdilek ve ev tekstili sanayi operasyonu yöneticileri de katıldı. Toplantı sonrası ise Safahat Lokantası Özdilek Bursa'da öğle yemeğine geçildi. Yemeğin ardından misafirler, Bursa Yenişehir'deki Tabiat Tarım çiftliğine geçti.

Tabiat Tarım Çiftliğine Yoğun İlgi

Tabiat Tarım çiftliğini ziyaret eden katılımcılar, Hüseyin Özdilek'in eşliğinde tesis ve işletme hakkında bilgilendirildi. Hayli ilgi gören Tabiat Tarım çiftliği gezisi sonrası, misafirlerle birlikte tavl turnuvası organizasyonu yapıldı.



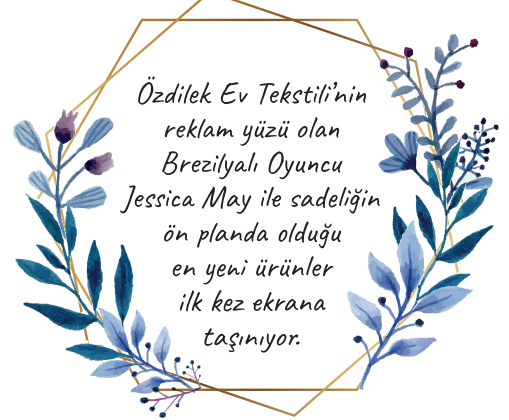
Tavla Turnuvasında Büyük Rekabet

11 bölge bayisinden katılımcıların yer aldığı turnuvada ilk 8'e giren isimler sırasıyla Emir Murat Özdilek, Özgür Damgacı, Hüseyin Özdilek, Ramazan Atılgan, Kemal Gök, Atakan Yıldız, Ahmet İri ve Aytekin Keskin şeklinde oldu. Tavl turnuvasında ilk 3'e giren isimlere ise Özdilek market ve mağazalarında geçerli olan 2.000, 3.500 ve 5.000 TL değerindeki hediye çekleri takdim edildi. Tavl turnuvası sonrası çiftlikte akşam yemeğine geçen katılımcılar daha sonra odalarına yerleşerek misafir edildi. Bölge bayi temsilcileri, kahvaltı sonrası çiftlikten memnun bir şekilde ayrıldı.





Özdilek Ev Tekstili'nden Sadelik Koleksiyonu



Özdilek Ev Tekstili, "Sadelik Koleksiyonu"ndaki en yeni ürünlerini Jessica May'in rol aldığı TV reklam filmi ile tanıtıyor. Özdilek Ev Tekstili'nin reklam yüzü olan Brezilyalı Oyuncu Jessica May ile sadeliğin ön planda olduğu en yeni ürünler ilk kez ekrana taşınıyor.

Son yıllarda tüm dünyada güçlü bir trend ve yaşam tarzı haline gelen sadelik ve doğallık temasından yola çıkılarak hazırlanan Sadelik Koleksiyonu'ndaki ürünlerde; su yeşili, bej, pudra, lila ve grinin en yumuşak ve pastel tonları kullanılıyor. Bembeyaz doğal güzelliği ve sadeliği dolayısıyla çekimleri Tuz Gölü'nde gerçekleştirilen Sadelik Koleksiyonu ürünleri, doğayla birleşerek natürel bir çerçeve oluşturuyor.

Reklam filminin sonunda bir Özdilek markası olan Sadem'in iki farklı yeni oda kokusu da tanıtılıyor. Büyüleyici esanslardan oluşan yeni kokular farklı ruh ve karakterleri yansıtıyor.





BALMUMU MÜZESİ'NİN KAPILARI WE YOU THEY İLE AÇILIYOR!

18 Mart Çanakkale Zaferi ve Şehitleri Anma Günü kapsamında, We You They mobil uygulamasını indirerek, 18-24 Mart tarihleri arasında Balmumu Müzesi'ne ücretsiz giriş yapabilirsiniz.

18 Mart Çanakkale Şehitleri Anıldı



Özdilek ve ÖzdilekPark AVM'ler, 18 Mart Şehitleri Anma Günü ve Çanakkale Zaferi'nin 104. yıl dönümünü çeşitli etkinliklerle andı. Özdilek'in tüm şubelerinde bir ay süreyle yapılan anma etkinlikleri büyük küçük tüm misafirlerin beğenisini kazandı. Dönemin savaş ekipmanları ve askerlerin kumanyasının sergilendiği şubelerde, misafirler askerlerimizin zorlu şartlarda kazandığı zafere tanıklık etti. Savaşa ait bilgiler edinen ziyaretçiler, dönemin ruhunu hissetti.

Gaziler Büyük Bir Saygıyla Ağırlandı

Özdilek şubelerinde, 18 Mart Şehitleri Anma Günü ve Çanakkale Zaferi dolayısıyla düzenlenen yemek kapsamında, gaziler ve aileleri Safahat Lokantalarında ağırlandı. Gazileri ağırlamanın haklı gururunu yaşayan Özdilek AVM yönetimi, yemek daveti sonrası davete katılan tüm gazi ve ailelerine hediyelerini takdim etti. Yemek sonrası tüm gaziler, şube içerisinde konumlandırılan sergileri incelerken duygu dolu anlar yaşadı.





Carême Restaurant'ta Şık ve Romantik 14 Şubat

Wyndham Grand İstanbul Levent, 14 Şubat Sevgililer Günü'nü unutulmaz bir ana dönüştürmek isteyen çiftleri Carême Restaurant'ta özenle ağırladı.

Sevgililer Günü için titizlikle hazırlıklarını tamamlayan Carême Restaurant'ın şık dekorasyonuna, Executive Chef'in dünya ve Türk mutfaklarından hazırladığı özel lezzetler ve canlı müzik eşlik etti. Çiftler, piyano ve keman eşliğinde solistin canlı caz performansı ile günün ruhuna özgü bir atmosfer yaşadı.

8 Mart'a Özel Karanfil Hediyesi

Önemli ve özel günleri unutmayan Özdilek, şubelerini ziyaret eden tüm kadın misafirlerine, 8 Mart Dünya Kadınlar Günü'nde karanfil takdim etti. Kendilerine hediye edilen karanfiller için memnuniyetlerini belirten kadın misafirler, güzel bir gün geçirerek alışverişlerine devam etti.



Özdilek AVM'lerde Sevgi Dolu Günler



Özdilek AVM'lerde sevgi dolu bir 14 Şubat programı gerçekleştirildi. Sevgililer Günü haftasını çeşitli kampanyalarla ve indirimlerle geçiren Özdilek şubeleri, evli çiftler için de sürpriz bir yemek organizasyonu düzenledi. Özdilek şubelerinde bulunan Safahat Lokantalarında, 30 yılı aşkın süredir evli çiftler, Sevgililer Günü özel menüsü ile ağırlandı. Çiftler, ikram edilen akşam yemeği ve canlı müzik dinletisi eşliğinde sevgi dolu anlar yaşadı.



Özdilek'in Otellerine Başarı Sertifikası!

Wyndham Grand İstanbul Levent ve Wyndham Grand İzmir Özdilek, Rentokil - Simply Safe Gıda ve Su Güvenliği Programı başarı sertifikalarının sahibi oldu.

1927 yılında İngiltere’de kurulan Rentokil Initial grubunun bir parçası olan Rentokil - Simply Safe Gıda ve Su Güvenliği Programı, gıda ve sudan kaynaklı riskleri minimize etmek ve hijyen standartlarını en üst seviyeye çıkarmak için denetimler yaparak uygun çözümler sunan, dünyaca tanınmış bir programdır.

Gıda ve Su Güvenliğinde En Başarılı Otel

Türkiye genelinde 87 otelin bir yıl boyunca her ay denetlenmesi sonucunda, Wyndham Grand İstanbul Levent, 95 puan ile Rentokil - Simply Safe Gıda ve Su Güvenliği Programı’nı uygulayan en başarılı otel seçildi. Misafirlerine daima dünya standartlarında hizmet vermeyi ilke edinen Wyndham Grand İstanbul Levent yönetimi, alınan ödüllerin başarılarını daima olumlu yönde desteklediğini belirtti.



Bölgesinde En Başarılı Otel

Wyndham Grand İzmir Özdilek ise 91 puan ile Rentokil - Simply Safe Gıda ve Su Güvenliği Programı’nı, bölgesinde uygulayan en başarılı otel seçildi. Wyndham Grand İzmir Özdilek Genel Müdürü Funda Çam konuyla ilgili olarak “Kapılarımızı açtığımız 2003 yılından beri yurt içinden ve yurt dışından birçok ödül aldık. Bizler otelimizde attığımız her adımda önceliği misafir memnuniyetine ve misafir güvenliğine veriyoruz. Bu da başarılarımızın temel taşı oluyor.” dedi.



Eğlence Dolu Etkinlik Dizisi

Çocukların kaliteli zaman geçirmesi için organizasyonlar düzenleyen Özdilek Yalova’da meslekler etkinliği hazırlandı. Çocukların meslekleri eğlenceli bir şekilde deneyimlemesi için Kahraman İtfaiyeciler, Minik Doktorlar ve Küçük Pilotlar etkinlikleri düzenlendi. Mesleklere ait üniformalar giyen minik misafirlere, gün sonunda etkinliğe katılım sertifikaları da takdim edildi. Ücretsiz olarak düzenlenen bu etkinlikten hem ebeveynler hem de çocuklar mutlu bir şekilde ayrıldı.

Özdilek İzmir’de Yarıyıl Eğlencesi

Maşa ve Koca Ayı, Robocar Poli ile Uğur Böceği Kara Kedi’yi çocuklarla buluşturan Özdilek İzmir, çocuklara eğlence dolu bir yarıyıl tatili geçirme fırsatı sundu. Poli, Amber, Helly, Maşa, Koca Ayı, Uğur Böceği ve Kara Kedi ile tatil boyunca eğlenen çocuklar, çizgi film karakterleri ile tanışma imkanı da buldu. Çizgi film karakterleri ile bol bol dans edip şarkılar söyleyen minik misafirler, sevimli kahramanlar ile hatıra fotoğrafı çekti.



Şekerlerin ve
Oyuncakların
Sihirli Dünyasında
En Yenileri!

LolliBoni

CANDY TOYS





Varol Yaşaroğlu İmza Günü

Kültür ve sanat dünyasının kapılarını misafirleri için aralayan Özdilek Bursa, sevilen çizgi dizi Kral Şakir'in yaratıcısı Varol Yaşaroğlu'nu hayranları ile buluşturdu. Yaşaroğlu'nun 5. çocuk kitabı olan "Dostum Bu Çok Havalı"nın imza günü, yoğun bir katılım ile gerçekleşti. Büyük küçük herkesin beğenisini kazanan Yaşaroğlu, aynı zamanda kitaplarını hayranları için imzaladı. Gün sonunda sevenleri ile söyleşi yapan Yazar Yaşaroğlu, katılımcılar ile fotoğraf çekilmeyi de ihmal etmedi.



Özdilek Afyonkarahisar'da Kan Bağışı Yapıldı

Toplumsal değerlere her zaman sahip çıkan ve sosyal sorumluluklarının farkında olan Özdilek Afyonkarahisar, Kızılay'ın gezici kan bağışı aracını misafirleri ve personeli ile buluşturdu. Kan bağışında bulunan misafirler ve çalışanlar, hayat kurtarmaya vesile olmanın gururunu yaşadı. Katılım sağlayan gönüllüler, düzenli olarak kan verme hususunda uzman doktorlar tarafından bilgilendirildi. Görevli doktor, hemşire ve sağlık personelleri eşliğinde kan veren tüm bağışçılar, topluma örnek oluşturdu.

Çocuklar Arı Maya ile Eğlendi

Ebeveynlerin çocukları ile sevak katıldığı Arı Maya etkinlikleri, bu kez Özdilek Kocaeli ve ÖzdilekPark İstanbul'da gerçekleşti. Minik hayranlarıyla buluşan Arı Maya çizgi filminin sevilen karakterleri, çocuklarla birlikte oyunlar oynayarak, eğlenceli şarkılar eşliğinde dans etti. Aileler, çocuklarının keyifli ve eğlenceli vakit geçirmesinden büyük mutluluk duyarak etkinlikten ayrıldı.



Özdilek İzmir'de Aile Atölyeleri

Özdilek İzmir, aileleri birbirinden özel kış temalı atölyeler ile buluşturdu. İki hafta süren etkinliklere katılan aileler, Çiçek Dikim, Kardan Adam Tasarımı, Yastık Tasarımı ve Pasta Atölyesi gibi birçok atölyeye katılarak keyifli bir deneyim yaşadı. Önemli gün ve haftalarda düzenlediği etkinliklerle misafirlerinin takdirini toplayan Özdilek İzmir, aileler için düzenleyeceği etkinliklere tüm ziyaretçilerini bekliyor.



Külot Bez

ANATOMİK FİT HER YÖNE ESNER BEBEKLER RAHAT EDER





ÖZDİLEKPARK'TAN HABERLER



Kırmızı Telefon Kulübesinden Mesaj Var!

ÖzdilekPark Antalya ziyaretçileri, Londra'nın simgesi kırmızı telefon kulübesine sevgi dolu mesajlarını bıraktı. Kulübe içine giren ziyaretçiler, içeride bulunan mesaj kutusuna görüntülü ve sesli mesaj bırakarak, kendilerini sevdiklerine ifade edebilme imkanı buldu. Etkinlik sonrasında ziyaretçiler tarafından bırakılan tüm görüntülü ve sesli mesajlar, CD'ye aktarılarak katılımcılara hediye edildi. Bırakılan en güzel mesajlardan oluşturulan video ise ÖzdilekPark Antalya'nın sosyal medya hesaplarında paylaşıldı.



Bisikletle Paris'e Yolculuk

ÖzdilekPark İstanbul'da, Kalbinle Işığın Yak etkinliği çerçevesinde Paris'in simgesi olan ünlü Eyfel Kulesi maketi oluşturuldu. Hazırlanan maketin aydınlatılması ise ÖzdilekPark İstanbul ziyaretçilerinin bisiklet yarışıyla gerçekleşti. Sağlıklı yaşamın yanı sıra enerji verimliliğine de dikkat çeken projede ziyaretçiler, Eyfel Kulesi maketi yanında bulunan bisikletlere binerek pedalları çevirdi. En kısa sürede Eyfel Kulesi'nin tüm ışıklarını yakmayı başaran ilk çift, Paris'e gitmeye hak kazandı.

Haftanın Aşıkları Kazanıyor

Haftanın Aşıkları etkinliği kapsamında, ÖzdilekPark Bursa Nilüfer ve ÖzdilekPark Antalya tarafından, çiftlere özel sürprizler hazırlandı. Etkinlikte, ikili menü fırsatlarından hediye tatlılara, bowling oyunundan havlulara kadar birbirinden farklı hediyeler şanslı çiftlerle buluştu. ÖzdilekParkları ziyaret eden çiftler, alışveriş fırsatlarını değerlendirirken eğlenceli ve lezzetli hediyeler kazanmanın da keyfini yaşadı.



Drama Eğitimleri Artık ÖzdilekPark İstanbul'da!

Özdilek'in Bursa, Gemlik, İnegöl, Nilüfer ve Yalova şubelerinde, çocuklara yönelik hazırladığı drama eğitimleri artık ÖzdilekPark İstanbul'da da düzenleniyor. Her sezon 200 çocuğun katıldığı drama eğitimleri, ekim ayından nisan ayına kadar sürüyor. Eğitimlerde, mimik ve etkili drama dersleri gibi birçok konu yer alıyor. Drama eğitimlerini tamamlayan çocuklar, eğitim planı sonunda düzenlenen gösteride, hazırladıkları performansları sergiliyor.



Can Dostlar Filmine Eğlenceli Gala

Çocukların merakla beklediği BKM yapımı olan Can Dostlar filminin galası ve ilk gösterimi Cinetime ÖzdilekPark Antalya'da gerçekleştirildi. Filmin yönetmeni Tuğçe Soysop ve filmin oyuncularları Berat Efe Parlar, Esat Polat Güler, Eda Döğer, Dora Dalgıç, Arda Taşarcan ve Alperen Efe Esmer de sevenleriyle buluştu. Can Dostlar filminin Günaydın Çocuklar müziği ile galanın açılışını gerçekleştiren oyuncular, çocuklarla eğlence dolu anlara ortak oldu. Açılışın ardından film gösterimine katılan konuklar, filmi büyük bir mutluluk ve alkışlar eşliğinde izledi. Filmin ardından oyuncular, sevenleri ile bol bol fotoğraf çekti.



Mercedes ve Jaguar Talihlilerini Buldu

ÖzdilekPark Bursa Nilüfer ve ÖzdilekPark İstanbul'dan ziyaretçilerine, Mercedes - Benz GLC 250 Matic Coupe AMG ve Jaguar E - Pace kazandıran kampanya sonuçlandı. 28 Şubat tarihine kadar devam eden büyük çekilişin talihlileri, mart ayı içerisinde ÖzdilekPark İstanbul'da ve ÖzdilekPark Bursa Nilüfer'de yapılan çekilişlerle belli oldu. Rüyalarının otomobiline kavuşan iki talihlinin kazandığı çekiliş, noter huzurunda halka açık şekilde gerçekleştirildi.

Hasibe Eren ile Bol Hediye Tasarruf Dersi

ÖzdilekPark Bursa Nilüfer'de, P&G firması iş birliği ve Hasibe Eren'in de katılımıyla ekonomi ve tasarruf konulu etkinlik gerçekleştirildi. Etkinlikte konuşmacı olarak yer alan Hasibe Eren, önemi gün geçtikçe artan ev ekonomisi ve tasarruf konusunda katılımcıları bilgilendirirken, günlük hayatı kolaylaştıracak tavsiyeler ve ipuçları vermeyi de ihmal etmedi. Etkinlik devamında düzenlenen çarkıfelek yarışmasına katılan misafirler, sorulan soruları cevaplayarak, birbirinden farklı hediyelerin sahibi olmaya hak kazandı.



Kral Şakir Bursa'da İlk Kez Sahnelendi

ÖzdilekPark Bursa Nilüfer, Bursa'da ilk kez düzenlenen ve son zamanların en popüler çizgi dizilerinden biri olan Kral Şakir'in etkinliğine ev sahipliği yaptı. Bir aslan ailesinin başından geçen komik ve neşeli hikayeleri anlatan Kral Şakir'in şovu, katılımcıların eğlence dolu bir gün geçirmesini sağladı. Kurulan özel sahnede sergilenen gösterilerin ardından, Kral Şakir karakterleri çocuklarla sohbet etti. Misafirler, gösteri sonunda Kral Şakir ve arkadaşlarıyla fotoğraf çekme imkanı yakaladı.





ÖzdilekPark İstanbul'da Dinozor Laboratuvarı Kuruldu

ÖzdilekPark İstanbul'da 4 - 9 yaş aralığındaki çocuklar, Dino Lab etkinliğinde dinozorlarla tanıştı. Dino Lab etkinliğine katılan çocuklar, önlüklerini giyerek özel laboratuvar gereçleri ile dinozor yumurtalarını boyadı. İnteraktif bir atölye çalışması olan Dino Lab etkinliğinde, dinozorların DNA'sından rengine kadar tüm ilgi çekici bilgiler, çocuklar tarafından deneyimlenerek öğrenildi.

Minik Vikingler Bir Arada

ÖzdilekPark Bursa Nilüfer'in minik misafirleri, Viking konseptli etkinlikler kapsamında eğlenceli saatler geçirdi. Kıtaların ötesine, bir Viking köyüne giden çocuklar, önce denizi aşp sonrasında birbirinden eğlenceli maceralara yelken açtı. Viking kültürünü tam anlamıyla yaşatan inanılmaz dekorlar, birbirinden eğlenceli atölye ve oyunlarla eğlenen minik misafirler, Vikinglerin neler yaptıklarını ve nasıl eğlendiklerini birlikte öğrenirken Viking kültürünü de tam anlamıyla yaşadı.



UfozayTürk Yolculuğu

ÖzdilekPark Antalya, minik misafirleri için ücretsiz olarak "UfozayTürk" etkinliğini gerçekleştirdi. Uzayın derinliklerine heyecan dolu macera sunan etkinlik, minik katılımcılara unutulmaz anılar yaşattı. Etkinlikte astronot kıyafetleri giyen minikler, uzay gemisi içerisinde uzay ve gezegenlerin kısa bilgilerinin anlatıldığı bir video izleyerek, keyifli bir deneyim yaşadı. Etkinlik sonunda uzay temalı boyama kitabı hediyesini alan çocuklar, mutluluklarını aileleri ile paylaştı.

ÖzdilekPark Antalya'da Renkli Etkinlikler

ÖzdilekPark Antalya'da çocuklara yönelik etkinlikler düzenlendi. Etkinlik kapsamında düzenlenen Kurabiye Yapım ve Teraryum Atölyesi ile Çocuk Yoga etkinlikleri birbirinden renkli görüntülere sahne oldu. Atölyelere katılan çocuklar, yeni beceriler edinerek üretme fırsatı yakaladı. Katılımcılar yapmış oldukları teraryumları ve kurabiyeleri aileleriyle paylaştı.





Yunus Erdem:

“SİNEMADA TEKNOLOJİYİ, güler yüz ve konforla birleştiriyoruz.”

Cinetime, en yeni vizyon filmlerini son teknoloji ekipmanlarla donatılmış salonlarında sinemaseverlerle buluşturuyor. Son yıllarda en sevilen filmlerin galalarına da ev sahipliği yapıyor. Cinetime’ın işleyişi ise Sinema Operasyonları Müdürü Yunus Erdem’e emanet. ÖzdilekPark İstanbul’da bir araya geldiğimiz Erdem’e, Cinetime’ın yola çıkış hikayesini, ev sahipliği yaptıkları gala organizasyonlarını, hedeflerini ve daha birçok detayı sorduk.

Röportaj Nazlı Sancaklı Fotoğraf Haydar Erçin

Öncelikle sizi tanıyabilir miyiz?

1989 yılında Balıkesir’in Bandırma ilçesinde doğdum. Lise eğitimime kadar olan süreçte Bandırma’da yaşadım. 2013 yılında Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Halkla İlişkiler ve Tanıtım Bölümü’nden mezun oldum. Askerliğimi tamamladıktan sonra şu an Özdilek Bolu Market Müdürü pozisyonunda olan Ufuk Uçur’un tavsiyesi üzerine Özdilek’e başvurarak kariyerimin ilk adımını atmış oldum. Özdilek Yalova’nın market bölümünde görevlendirildim. Ardından 2017 yılında Özdilek Bursa Kaplıkaya’da yaklaşık bir yıl market müdürlüğü görevinde yer aldım. 8 aydır da görevime sinema operasyonları müdürü olarak devam etmekteyim. Her ne kadar sinema da perakende süreçlerinde yer alsada sinemanın işleyiş yapısı farklılık gösteriyor. Perakende Operasyonları Genel Müdür Vekili Ahmet İri’nin, sinema alanındaki bilgi ve tecrübesi, bu farklılığa rağmen sürece hızlı bir şekilde adapte olmamı sağladı. Ek olarak sinemanın temelinin iletişim üzerine kurulu olması ve yapı itibarıyla etkili iletişimin temel prensiplerimden olması bu süreci pekiştirmemi sağladı.

Cinetime bir Özdilek markası. Hikayesini sizden dinleyebilir miyiz? Bu alana yatırım yapılırken hangi dinamikler dikkate alındı?

1998 yılında Özdilek Kocaeli’de sinema işletmeciliğine başlayan Özdilek, bugün; Türkiye’nin 9 ayrı lokasyonunda, 8.005 koltuk kapasitesiyle sektörde önemli bir yere sahip.

“Sinema sektörüne adım atarken misafirlerimizle daha fazla iç içe olmayı hedefledik.”

Cinetime, Antalya, Bursa, İstanbul, Düzce, Eskişehir, Manisa Turgutlu, Kocaeli, Uşak ve Yalova illerinde hizmet vermektedir. 20 yıllık tecrübesini, 73 adet sinema salonunda bulunan son moda ekipmanlarıyla misafirlerine sergilemekten memnuniyet duymaktadır. Son yapılan yatırımlarımızla Eskişehir, Yalova, Kocaeli, Antalya şubelerimizde salon ve fuayelerimizin konseptini, en estetik standartlarla tek tip haline getirdik.

Buradaki amacımız yeni şubelerimizde oluşturduğumuz Cinetime imajını eski şubelerimizde de uygulamak, böylelikle müşterilerimizi teknoloji, güler yüz ve konforla buluşturmak. Ayrıca fuayelerimizin duvarlarında kült filmlerin afişlerini sergiliyoruz. Sinemanın yapı taşlarını seyircilerimize sunarak bir nevi sinemanın geçmişini unutturmuyoruz. Özdilek’in kalite ve memnuniyet hassasiyetini, sinema operasyonlarında da kaliteli iş ve müşteri memnuniyeti üzerine uyguluyoruz. Özdilek, etkili iletişime oldukça önem veren bir marka. Bu yüzden sinema sektörüne adım atarken misafirlerimizle daha fazla iç içe olmayı hedefledik. Çünkü yeni bir film yeni bir etkinlik, yeni bir etkinlik ise daha fazla kişiyle iletişim demek.

Sinema operasyonları müdürü olarak başlıca görevleriniz nelerdir? Bize işinizden bahseder misiniz?

Öncelikli görevlerim arasında, gelecek dönem film programlarını hazırlayarak film takvimi oluşturmak ve bu doğrultuda haftalık film planlaması yapmak yer alıyor.

Bu planlamaların önceliği ilk olarak vizyon filmleri olmakla birlikte, seyircilerimizin beklentileri doğrultusunda da önem sıramız değişkenlik gösterebilmektedir. Film yapımcıları ve film dağıtıcılarıyla iletişim halinde olarak vizyon planlamaları üzerine görüşmeler sağlıyoruz. Vizyona yeni giren ve girecek olan filmlerin oyuncularını, seyircilerimizle buluşturmak için oyunculu gösterimler ve galalar planlıyoruz. Tüm bu planların dışında sinemaların organizasyon şemasında satış, teknoloji güncelliği, pazarlama ve bütçe yönetiminin takibini sağlamak da diğer görevlerim arasında yer alıyor. Pazarlama konusunda Pazarlama Uzmanı Oğuzhan Alparslan ile yakın temastayız.

Bugüne kadar birçok filmin galasına ev sahipliği yaptığınızı biliyoruz. Film galalarına bakışınız nasıl? Bu etkinliklerde nelere önem veriyorsunuz? Size sağladığı faydalar neler?

2018 yılının son çeyreğinde “Yol Arkadaşım” filminin Eskişehir ve Antalya’da galasını yaptık. Daha sonra Bursa ve Eskişehir’de “Hedefim Sensin” ve “Şampiyon” filmlerinin galalarını organize ettik. 2019’da da karne gününü seçerek, çocuk filmi olan “Can Dostlar”ın galasını gerçekleştirdik. Galaları, marka bilinirliğimizi desteklediği için oldukça önemsiyoruz. Galaların düzenlendiği noktaların ziyaretçi sayılarında da artış yaşıyoruz.

Cinetime olarak, müşteri öneri ve şikayetlerine büyük önem verdiğinizi biliyoruz. Size ulaşan geri bildirimleri değerlendirirken hangi kriterleri dikkate alıyorsunuz?

Dilek ve şikayetler bize internet sitemiz, sosyal medya hesaplarımız ve müşteri hizmetlerimiz vasıtasıyla ulaşır. Anlık geri dönüşlerin tamamını kayıt altına alıyoruz ve en kısa sürede dönüş sağlayarak kişilerle tek tek iletişime geçiyoruz. Gerekli yerde müşterilerimizi ben arıyorum.

Örneğin Düzce’de bir öğrenci grubu “Bohemian Rhapsody” filmini izlemek istediklerini ve AVM’imizde bu filmin seanslarının bulunmadığını dile getirmişti. Böyle bir istek gelince onlar için filmi gösterime aldık. Başka bir örnek ise Uşak’ta müşterimiz bir filmde alt yazı istiyordu. Alt yazılı versiyonların yayınlandığı saatler de müşterimizin iş çıkış saatlerine denk gelmiyordu. Kendisinin hangi saatlerde müsait olduğu bilgisini aldık ve müşterimize uygun olan saatte filmi alt yazıyla yayınladık. Bir kişiyi dahi memnun etmek, bizlerin de motivasyonunu artırıyor. Yani tüm müşterilerimizin taleplerini hassasiyetle değerlendirmeye çalışıyoruz. Önümüzdeki dönem için müşteri geri bildirimleri üzerinde çalışmaya da devam ediyoruz. Örneğin müşteri isteklerimiz doğrultusunda festival filmleri her hafta çarşamba günleri tek seans olarak “Başka Çarşamba” adı altında vizyona aldık. Şu an için bu aktiviteyi Antalya, Bursa, Düzce, Eskişehir, Kocaeli illerinde başlattık. Zamanla daha da artacağını düşünüyorum.

Kültür, sanat ve eğlenceyle iç içesiniz. İşiniz keyifli olsa gerek. Sizin de yorumlarınızı alabilir miyiz? Bu iş sizi motive ediyor mu?

İletişim fakültesi mezunu olmamın yanı sıra iletişim kurmayı da seven biriyim. Sinemanın da yüzde doksanın iletişimden oluştuğunu düşünüyorum. Sinemanın her hafta kendini güncelleyen bir sektör olması, gala ve oyunculu gösterimler eşliğinde Cinetime imajına sağlanan katkının, alışveriş merkezlerimize de yansması beni motive eden noktalardır. Ek olarak tercih ettiğimiz filmlerin, sinema eleştirmenleri tarafından yapılan yorumları ve katıldıkları festivalleri takip etmek, bakış açımıza yeni kavramlar ekliyor. İşimizin en keyifli kısımlarından bahsedecek olursam genel olarak sinemalarımızın fuayelerinde zaman geçirip, özellikle haftanın vizyon filmleri üzerinden izleyiciler ile istişare yaparım. İzleyicilerimizin o anki yorumları,

yaptığımız seçimlere dair düşünmeye ve yeni bakış açıları kazanmama yardımcı olur. Ayrıca ünlü isimlerin seyircilerimizle bulunduğu galalarda ve oyunculu gösterimlerde, salon içindeki etkileşimleri görmek bir sonraki organizasyon için heyecanımı artırıyor.

2018, Cinetime için nasıl bir yıl oldu?

Cinetime olarak 2018 yılında 2,5 milyon seyircimizi 300 yeni filmle buluşturduk. 2018 yılı Türkiye sinema izleyici sayısı 70.405.911 olarak 2017 yılının %1 gerisinde kaldı. Listenin en başında Müslüm filmi yer alırken ikinci sırada Arif v 216 yer aldı. İlk onda bu yıl yabancı film olarak 1.910.000 seyircisiyle Avengers: Infinity War yer aldı. Filmin beklenen ikinci final kısmı Avengers: Endgame ise 26 Nisan 2019’da gösterime girecek. 2018’de özellikle genel olarak talep gören Türk yapımı animasyonlar vizyonda yer aldı. Rafadan Tayfa Dehliz Macerası 1.786.000 izlenme sayısı ile 8. sırada yer aldı. 2019’da ise Organize İşler: Sazan Sarmalı, Recep İvedik 6, Karakomik Filmler ve Mucize 2 filmlerinin izleyici yoğunluğu oluşturacağını düşünüyorum.

Biraz da sosyal medyaya yönelik çalışmalarınızdan bahsedebilir misiniz?

Sosyal medyanın sinemanın ayrılmaz bir parçası olduğuna inanıyoruz. Çünkü hedef kitle, vizyona girecek filmleri takip ederken filmler hakkında da bilgi edinmek istiyor. Biz de bu doğrultuda sosyal mecraları aktif olarak kullanıyoruz. Filmlere ait bilgileri hesaplarımızda paylaşıyor, takipçilerimizle anlık olarak iletişim kuruyoruz. Gala ve oyunculu gösterimler öncesi, sosyal medyada oyuncuların paylaştığı fotoğrafları ve videoları yayınladığımız gibi etkinlik esnasında da canlı yayınlar yaparak marka bilinirliğine ekstra katkı sağlıyoruz. İnternet sitemizin 2018 yılında 4 milyon tıklanma sayısına ulaşması da doğru iletişim kurduğumuzun bir göstergesi sayılabilir.



“Cinetime olarak
2018 yılında
2,5 milyon
seyircimizi
300 yeni filmle
buluşturduk.”

ÖzdilekPark'ta sizin için



Twist 2019 İlkbahar Koleksiyonu ile Mevsime Yeni Enerji

Mevsimin yeni enerjisine hareket katan detayları özgün ruhun enerjisiyle birleştiren Twist, 2019 İlkbahar Koleksiyonu'yla tarzını en cesur şekilde ortaya koyan moda tutkunlarına hitap ediyor. Yeni rotaları keşfetmeyi seven Twister'lar için renkli ve zıt desenlerin uyumuyla buluşan koleksiyonda, mavi ve beyazın hakimiyetine pastel tonlar eşlik ediyor. Sportif ama şık görünümleri yukarı taşıyan gömlek ve etekler, cool görünümlerin kusursuz tamamlayıcısı olarak sezon alışverişisi listelerini tamamlıyor.

KOTON, RENK VE DESEN KOMBİNASYONLARINA DİKKAT ÇEKİYOR

Love for Koton Koleksiyonu, sezonun en trend renk ve desen kombinasyonlarını tek bir kapsülde sunuyor. Farklı desen ve renklerin bir arada kullanıldığı tasarımların yer aldığı koleksiyonda canlı renkler, klasik ve zamansız tonlarla bir araya geliyor. Parlak renkli kontrast dikişlerin, büyük volanların, uzun kolların ve oversize kesimlerin yer aldığı kapsülde, sloganların sezona etkisi de net bir şekilde vurgulanıyor.





HUAWEI WATCH GT İLE SAĞLIKLI YAŞAMA ADIM ATIN

Huawei Tüketici Elektronik Grubu, Huawei Watch GT adındaki yeni giyilebilir teknoloji ürününü Türk tüketicilerinin beğenisine sundu. Klasik ve spor olmak üzere iki farklı versiyonu bulunan Huawei Watch GT, çok yüksek pil ömrü, düşük güç tüketimi, sofistike aktivite takibi ve fitness koçluğu özelliklerine sahip olan giyilebilir teknoloji özelliklerini barındırıyor.

VESTEL'DEN GENİŞ AİLELERE KASIRGA SÜRPRİZİ

Vestel Küçük Ev Aletleri ailesinin yeni kahramanı Vestel Kasırğa A9000 Toz Torbalı Elektrikli Süpürge, geniş hacmi ve 1.319 TL'lik tavsiye edilen perakende satış fiyatıyla tozları hapsedmeye geliyor. Kasırğa A9000 yüzde 99,99 toz filtreleme performansı sayesinde, süpürge fırçasından giren tozu filtreleyerek hapsediyor ve çekilen tozu tekrar evin içine salınmasını engelliyor. 700 W motor gücü ve A enerji sınıfı ile dikkat çeken süpürge, sapındaki kumandası sayesinde çekim gücünü, eğilmeye ihtiyaç duymadan tek tıkla ayarlama imkanı da sunuyor.



FLO'DAN EN TREND RENKLERLE DOLU VALİZ KOLEKSİYONU

Sezon trendlerini, kaliteyi ve modayı uygun fiyatlarla buluşturan FLO; gümüş renkli, sağlam ve kolay taşınabilen valiz modeliyle seyahat etmeyi rahat kılıyor. Üç farklı boyuttan oluşan valizler, darbelerle karşı oldukça dayanıklı bir yapıya sahip. Dört tekerlek özelliğiyle çok rahat taşınabilen, şifreli kilit sistemiyle korunabilen valizlere, yanınızdan ayırmak istemediğiniz tüm eşyalarınızı rahatlıkla sığdırabilirsiniz.



ARZUM WAFFY MAX WAFFLE MAKİNESİ HAYALİNİZDEKİ LEZZETİ SUNUYOR

Ağzının tadını bilenler için tasarlanan Arzum Waffy Max Waffle Makinesi ile rüya gibi bir lezzete hazır olun. Kokusuyla cezbedecek, tam pişecek ve ağızda eriyecek waffle'ınız aklınızdan hiç çıkmayacak. Kolay temizlenebilir yapışmaz petek tasarımı plakaları ve ısıya dayanıklı ergonomik tutma sapı sayesinde pratik kullanım sunan Arzum Waffy Max Waffle Makinesi, birbirinden farklı renk seçenekleriyle sizi bekliyor.



MİNE ÇAYIROĞLU

*“Müzikal için
biçilmiş kaftanım.”*

Altı yaşındayken Çalıkuşu filminde hayat verdiği Munise karakteri ile hafızalara kazınan Mine Çayıroğlu ile sinema, tiyatro ve müziğe dair keyifli bir röportaj yaptık. Uzun bir aranın ardından ekranlara dönüş yapan Çayıroğlu ile Cinetime İstanbul’da bir araya gelerek, geçmiş dönemdeki projelerini, projelerin hissettirdiği duyguları ve geleceğe dair ideallerini konuştuk.

Röportaj Ece Şentürk Fotoğraf Onur Yurtsever

Hayat dolu enerjiniz bakışlarınıza yansıyor. Sinema, tiyatro ve müzik... Kısacası sanatla dolu dolu geçen yıllar... Mine Çayıroğlu’nu biraz da sizden dinleyebilir miyiz?

Sanatın birçok dalına merakım var ama özellikle sinema ve müzik benim vazgeçilmezim. Sinemaya altı yaşında başlamama rağmen müzikle ilgili bir şeyler yapmayı çocukken de istiyordum. Yani enstrüman çalmanın ötesinde daha çok şarkıcı olmak, ilk hayalimdi. Evdeki oyunlarım da kendime bir müzikal yaratıyordum. Çok küçük yaşta oyunculuk maceram başladığı için sonrasında tabii ağırlık sinema oldu ve mesleğim haline geldi. Sinema, tiyatro ve birçok televizyon yapımında yer aldım. Şarkıcılık hayalimi de gerçekleştirip iki albüm çıkardım ve sahne performansları sergiledim.

Yurt dışında ve ülkemizde almış olduğunuz tiyatro eğitimlerinizden bahsedebilir misiniz?

Altı yaşında alaylı olarak başladığım oyunculuk kariyerimde, zaman geçtikçe eğitim almanın gerekli olduğunu düşündüm. Çünkü bir oyuncu her zaman, her yönden kendini geliştirmeli. Bu düşünceden hareketle araştırmalar yaptım ve özellikle İngiltere’de eğitim almayı çok istedim. İngiltere’yi tercih etme sebebim hem tiyatronun kalbi hem de oyunculuk açısından çok zirvede olduklarını düşündüğüm içindi. O yüzden ilk seçimim İngiltere’ydi. Eğer İngiltere’de okula giremeseydim, Amerika’ya gitmeyi düşünüyordum. İyi ki de İngiltere’de okumuşum. Zorlu sınavlardan geçtim ve bu sınavlar üç aşamalıydı. İkisi yetenek sınavı oluyor son sınavda ise mülakata çağırıyorlardı. Bu

sınav içinde Haluk Bilginer’in kapısına dayandım. O da kabul etti ve beni çalıştırdı. Ona çok teşekkür ediyorum, kendisine minnettarım. Sonuç olarak İngiltere’nin altı büyük drama okulundan bir tanesi olan Guildford School of Acting’de, üç sene eğitim hakkı kazandım. O zaman 20’li yaşlarımdaydım. Ortaokul yıllarımdan beri bu okulda eğitim alabilmek benim çok büyük bir hayalimdi. O zaman Fame dizisi vardı. Ben de bu diziyi seyrederken “Ben de böyle bir akademi, böyle bir okulda okumayı istiyorum.” diye hedeflemiştim. Bir hedef koymuştum kendime, onu da gerçekleştirebildiğim için çok mutluyum. Ama bu bir son demek değil tabii ki. Yalnızca eğitim almış olmak her şeyi artık çözmüşsünüz anlamına gelmiyor. Workshop’lara da katıldım İngiltere’deyken. Şimdi halen İngiltere’ye gidip workshop’lara katılmayı düşünüyorum. Çünkü oyunculuğun bir sonu yok.



İlk rolünüzden itibaren değerli sanatçılar ile aynı projeler içinde yer aldınız. Türkan Şoray, Tarık Akan, Sadri Alışık, Eşref Kolçak ve Aydan Şener gibi başarılı sanatçılar ile çalışmak sizin için nasıl bir deneyimdi?

Tüm bu isimlerin, değerli oyuncuların oyunculuklarıyla da beslendim tabii. Örnek aldığım birçok değerli oyuncu oldu. Muhakkak oyunculuşuma kattıkları birçok yön vardır, onlara da teşekkür ediyorum. Çünkü oyuncuyu da oynatan karşısındaki oyuncudur. Bu alışveriş çok önemlidir. Ben de çok değerli ve çok profesyonel oyuncularla oynadığım için muhakkak bana artıları olmuştur diye düşünüyorum.

Bu deneyimlerde sizi motive eden ve sizi zorlayan tecrübeleriniz oldu mu?

Her şeyden önce insanı inceliyoruz ve insanı anlatmaya çalışıyoruz. Beslendiğim şey ve motivasyonum tabii ki hayat. Her şeyden önce varoluşumuz. Onun dışında ailem ve oğlum var. Oğlum da beni çok motive ediyor. Sanatla ilgilenen insanın duyarlılığı da biraz fazla oluyor. Oğlumla birlikte o taraflarımı törpüleyebiliyorum biraz gerçeğe dönebiliyorum. Tabii zorlu yanları da oldu. Altı yaşından bahsediyoruz. Çocukken, yaşatların oyun oynarken sen settesin ve bir sorumluluğun içindesin. Herhalde bu sorumluluk duygumun gelişmesi ilk olarak ailemde sonra da setlerde başladı. Küçük yaşta birçok büyüğün arasında olmak da insanı olgunlaştırıyor.

Çalığışu hepimiz için değerli yapımlardan. Bu projenin ve oynadığınız Munise karakterinin meslek hayatınıza etkileri neler oldu?

Benim için de gerçekten çok özel yeri olan bir proje. Bu projeye emek vermiş herkesi saygıyla aramızdan ayrılanları da rahmetle anıyorum.

Gerçekten Çalığışu bir kültür. Halen insanların hafızalarında yer alan ve birçok uyarlaması yapılan bir proje. O dönemde yapılanın Aydan Şener, Kenan Kalav, Sadri Alışık ve niceleri ile oyuncu kadrosu çok zengindi. Ben de bu kadar değerli oyuncularla ve Osman Seden ile çalışabilmiş olduğum için çok şanslıyım. Munise karakterine hayat vermek sanat hayatımın en önemli ilk performansıydı.

2000 yapımı TV filmi olan “Beni Unutma”, acıyla şekillenmiş dokunaklı bir hikaye... Bu yapımı ve bu yapımdaki serüveninizi kendi gözünüzden nasıl yorumlarsınız?

O projeyi de çok sevmiştim ve beni çok etkilemişti. Acıklı bir hikayesi var... Rolün etkisi insanda sürüyor. Aynı ismi gibi hakikaten unutulmaz bir proje oldu. Sinema tadında bir proje olduğunu söyleyebilirim. Bir televizyon filmiydi. Hatta biz, onu neden sinema filmi yapmadık diye düşünmüştük. Hatta “Figüran” da öyle sinema tadında bir televizyon filmidir. Orada da Selçuk Yöntem ile çalışmışım. Hakikaten çok şanslıyım, çok değerli oyuncular ile çalıştım.

Bugüne kadar rol aldığınız dizi ve filmlerde, sizi içine çeken bir karakter olmuştur diye düşünüyorum...

Çalığışu’ndan bahsettik tabii Munise karakteri. Munise karakterinin benim için bir özelliği var. Onun içimi acıtan bir öyküsü olduğu için ben o karakteri hep özel bir yerde tutuyorum.

Tiyatro çalışmalarınız devam ediyor mu?

Şimdi bir komedi projesi hakkında, bir yönetmenle görüşüyoruz ancak netleşmiş değil. Netleşirse Devlet tiyatrosundan çok değerli arkadaşım Filiz Kılıç ile oynayacağız. Ben komediyi çok seviyorum ve komedi de yer almaktan çok keyif duyuyorum. Bakalım...

Sizin için sinema ve tiyatro arasında bir ayrım var mı?

Tabii ki tiyatro ve sinema oyunculluğu farklı ancak oyunculuk temelde aynı eğitimi içeriyor. Nüansların iyi fark edilmesi gibi... Zaten iyi oyuncu da nüansları fark eden ve onları gerçekleştiren kişidir. O yüzden yalnızca nüansların çok iyi farkına varmakla ilgili bir ayrım olduğunu düşünüyorum. Bir yerde milimetrik hesaplar yapılırken, bir diğer tarafta jestler ve sesini en arka sıralara duyurmak, beden dilinizi ona göre aktarmak var. Tiyatroda geri bildirimi anında alabilmek ve o tansiyonu hemen hissedebilmek var ama sinemanın da başka bir büyüğü var tabii ki...

"İyi oyuncu nüansları farkeden ve onları gerçekleştiren kişidir."

Yapımların evrensel bazlı ve yoğun bir şekilde dijitale taşındığını görüyoruz. Sizin bu konudaki yorumunuz nedir? Dijitaldeki yapımları takip ediyor musunuz?

Çok fazla takip edemesem de Netflix gibi portallarda çok güzel dizi ve filmlerin olduğunu biliyorum. Bence çağa da ayak uydurmak lazım. Bazı şeylerin yeri muhakkak değişiyor, hiçbir şey aynı yerde kalmıyor.



Sizi uzun süredir ekranlarda göremiyorduk. Söz dizisinde yer almaya nasıl karar verdiniz?

Her şeyden önce oynayacağım karakter beni etkiledi. Alışılmışın dışında ve şimdiye kadar oynamadığım bir karakter olduğu için de heyecanlandım. Bıçak sırtı bir karakter, bir oyuncu için biçilmiş kaftan. Bu rolle farklılıklar gösterebileceğime inanarak kabul ettim projeyi. Umarım yapabildiğimdir, karakterim biraz kısa sürdü ama... (Gülüyor)

"Müzik çok heyecan verici."

Oyunculuk ve müzik... Her iki sektörde de çalışmalarınız mevcut. Hangisi daha keyifli ve hangisi sizi daha çok heyecanlandırıyor?

İkisini ayırmak biraz zor. İkisi de birbirinden beslenen sanat dalları ancak bana müzik daha ağır basıyor sanırım. Çünkü müzik kendini ifade edebildiğin bir mecra, oyunculukta bir karaktere bürünüyorsun ve bambaşka bir durum oluşuyor. Müzikte ise tamamen kendinsin ve kendi hissettiğini karşı tarafa sunuyorsun. O yüzden müzik çok heyecan verici geliyor bana.

Albümünüzde size ait olan parçalar dikkat çekiyor. Henüz bilmediğimiz besteleriniz var mı?

Evet... Birkaç yeni şarkı daha var aslında yaptığımız. Sözlerini ben yazdım ancak bir tanesine öncelik tanıyıp onu single yapmayı düşünüyorum. Epey bir vaktimi müzikle iç içe geçirdiğimi söyleyebilirim. Sanırım bu sene içerisinde bu single'ı çok gecikmeden paylaşmak istiyorum. Çalışmalara keyifle devam ediyorum. Onun da yakın zamanda kayıtları yapılacak, herkes de görmüş olur.

Peki kendi bestelerinizi seslendirmek nasıl hissettiriyor?

En zoru o çünkü çok titizleniyorsunuz. Tabii ki bana gelen her projeye ve her seslendirdiğim parçaya titizlik gösteriyorum. Kendi besteniz ya da sözü size ait olan bir şarkı olunca, o titizlik içsel bir şekilde iki katına çıkıyor.

Sanatçı bir anne olmayı, anneliğinizi ve oğlunuzla ilişkinizi sizden dinleyebilir miyiz?

Aslında zor çünkü çalışma saatlerim belirsiz. Söz konusu set olduğu için klasik bir anne çizgisinde olamıyorum. Gittiğiniz saat belli ancak dönüş saatiniz belli değil. Bu durumu çocuğunuza anlatmakta zorlanabiliyorsunuz çünkü doğal olarak o anneyi hep yanında istiyor. Yaşı büyüdükçe idrak etmesi de kolaylaşıyor ve şu an yaptığım işi biraz algılayabildiğini düşünüyorum.



Oğlunuzla yapmaktan en keyif aldığınız aktiviteler nelerdir?

Jenga oynamayı seviyoruz. Bazen kutu oyunları da oynuyoruz. Caddebostan sahilinde birlikte vakit geçirmeyi seviyoruz. Ayrıca Deniz, kitap okumayı çok seviyor. Kitaplarımızı, yiyecek ve içeceklerimizi alıp sahile gidiyoruz. Sahilde deniz kenarında birlikte vakit geçirmek bizim için çok keyifli oluyor. İkimizde ara sıra bir oyun oynayıp bir kitap okuyoruz. Anne oğul birlikte çok güzel vakit geçiriyoruz.

Tüm aile üyelerinin sanatla ilgili olduğu aşkar. Babanızın da bir kitabı var "Yazmazsam Olmaz" Şile'yi anlattığı. Siz de biraz o dönemlerden bahsedermisiniz?

Şile hakikaten özel bir yer, orada doğdum ve orada büyüdüm. Kasabanın getirdiği o sıcaklığı tattım. Komşuluk ilişkileri diye bir şey vardı artık günümüzde kalmadı. Herkes birbirini tanır, çoğu evin kapısı kilitlenmezdi. O kadar güvenilir bir ortamda büyüdüm. Tabii şu an İstanbul'da kapıyı kaç kez kilitlediğimi unutuyorum. (Gülüyor) Daha sıcak ve daha samimi bir ortamda büyüdüm ve bu herkese nasip olmaz, şanslıyım. Kendine has karakteristik bir doğası var Şile'nin. Evet denizi tehlikeli olabilir ancak ben o denizde öğrendim yüzmeyi. (Gülüyor)

Müzik ve oyunculuk gibi birçok yeteneğinizi sergileyebileceğiniz bir müzikalde yer almanın sizi mutlu edeceğini duymuştuk. İlerleyen dönemlerde ülkemizde başarılı müzikaller sahneleneceği benziyor. Sizin de müzikal girişimleriniz olacak mı?

Ben çok arzu ettim yani her zaman aklımda vardı. Müzik ve oyunculuğu hep birleştirdim. Bana müzikal bir proje

gelmedi ama aslında aldığım eğitim buna çok uygundu. Caz dans, modern dans, oyunculuk ve şan eğitimleri... Kısaca müzikal için gerekli olan birçok eğitimi aldım. Müzikal için biçilmiş kaftanım! (Gülüyor) Şaka bir yana müzikal bir projede yer almayı elbette çok isterim.

Son dönemlerde yogaya ilgi duyduğunuzu biliyoruz. Yoganın bedensel ve ruhsal faydaları yadsınamaz. Rahatlamak, konsantrasyonun artması ve motivasyon, bunların hepsi hem mesleğiniz hem hayatınız için önemli noktalar. Sizi yogaya yönlendiren etmenler neler oldu?

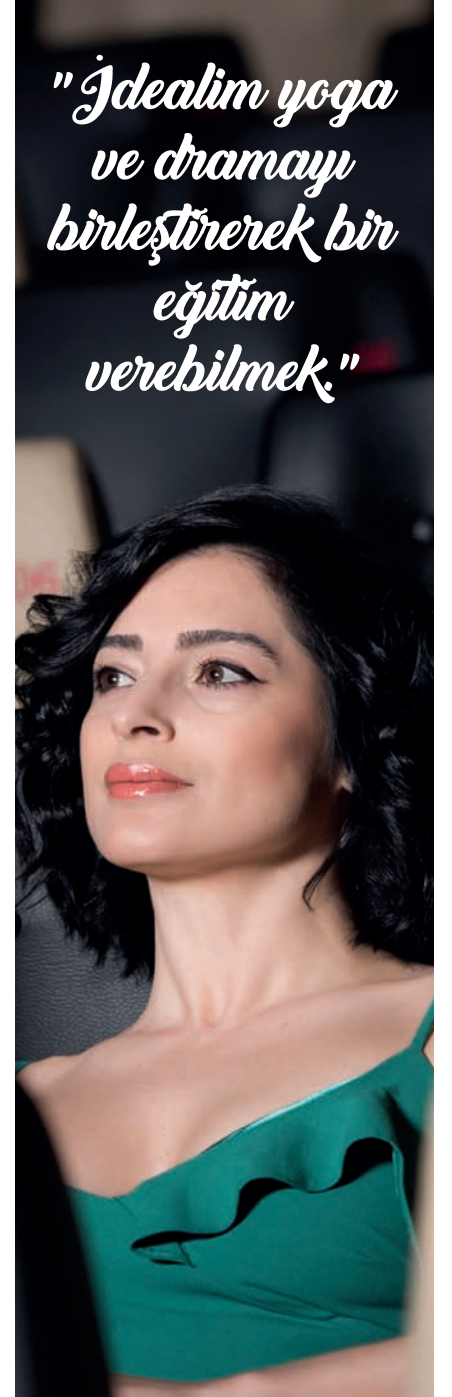
İnsanın bedensel, ruhsal ve zihinsel dengesini yakalaması çok zor. Günümüzdeki hayat standartları ve koşulları bunu mümkün kılmıyor. Ben hayatıma denge getirmesini istedim, içsel olarak farkındalık kazanmak istedim. Zihinsel, ruhsal dinginlik ve birçok artısı olacağını düşündüm.

Yoğun set sürecinde yoga eğitimi almak zor olmadı mı? İleride eğitmen olma fikri nasıl oluştu?

Biraz zor oldu çünkü ben de bir işi yapmak istediğim zaman tam yapmayı severim. Yoga konusunda da eğitimimi tamamlamada biraz zorlandım çünkü o zaman Söz dizisinin kadrosundaydım. İş programım birkaç derse denk geldi ama telafi dersleriyle onları da tamamladım. Sonrasında yogaya biraz daha eğildim. İngiltere'de aynı okula gittiğim İngiliz bir arkadaşım, drama ve yogayı birleştirdiği bir eğitim veriyor. Onu İngiltere'de ziyaret ettiğimde bu verdiği eğitim çok hoşuma gitti ve "Ben bunu neden Türkiye'de yapmayayım?" dedim. Bakalım hedefim bu ancak zaman ne gösterir bilmiyorum.

Ve son olarak sizi yeni projelerde görmeye devam edecek miyiz? Birlikte çalışmak istediğiniz özel bir isim var mı?

Şu an görüşmeler sağlanıyor ancak biraz da şans işi. Bakalım bekliyorum. (Gülüyor) Tabii ki var. Ben aslında Nuri Bilge Ceylan ile çalışmak isterim.





H&M
Şal Bandana
64,99 TL

So CHIC...
Kolye
400 TL



KOTON
Etek
99,99 TL



LEVI'S
Sneaker Ayakkabı
259,90 TL



ATASUN OPTİK
Burberry Gözlük
675 TL



IPEKYOL
Tek Kollu Kazak
142 TL



MUTLULUK MEVSİMİ

Hem sade hem de iddialı renklerin hakim olduğu yeni sezonda, günlük ihtiyaçlarınıza ve özel günlerinize eşlik eden birbirinden şık parçalar stilinizi tamamlıyor. Sokaklarda bolca göreceğiniz sezonun en güzel renklerine şimdiden hazırlıklı olun!



SAAT&SAAT
Lacoste
1.130 TL

So CHIC...
Küpe
219 TL



H&M
Çanta
74,99 TL



LC WAIKIKI
Pantolon
59,99 TL



İNCİ
Topuklu Ayakkabı
129 TL



TWIST
Telefon Kılıfı
79 TL





TWIST
Anahtarlık
79 TL

COLIN'S
Bluz
9,90 TL



VAKKO
Bluz
1.058 TL



LC WAIKIKI
Şapka
39,99 TL



VAKKO
Charlotte
Olympia
Topuklu
Ayakkabı
1.299 TL



VAKKO
N°21 Çanta
2.358 TL



TWIST
Etek
152 TL



NETWORK
Elbise
1.099 TL



IPEKYOL
Elbise
599 TL



VAKKO
Antonio
Barardi Elbise
2.438 TL

ZAMANSIZ PARÇALAR

Denim stili, modanın son zamanlardaki en popüler trendi olmaya devam ediyor. Denim ceketleri, gömlekleri ve açıkly koyulu jean pantolonları; temel aksesuarlarla kombinleyerek tarzınızı baştan yaratmaya ne dersiniz?

LEVI'S
Tişört



LC WAIKIKI
Gömlek
59,99 TL



KİĞİLİ
Denim
Pantolon



KOTON

LOFT
Denim
Ceket



ATASAY
Vive Le Roi Yüzük
1.383 TL



KOTON
Ceket
99,99 TL



**PIERRE
CARDIN**
Çanta
329 TL



LEVI'S
Sneaker Ayakkabı
459,90 TL





VAKKO
Triko Kazak
1.445 TL



KOTON
Denim
Salopet
Elbise
89,99 TL



NETWORK
Ceket
3.299 TL



**TOMMY
HILFIGER**
Saat
950 TL

NETWORK
Çanta
549 TL



LEVI'S
Denim
Pantolon
279,90 TL

**BEYMEN
CLUB**
Şapka
219 TL



LOVE MY BODY
Hırka
199,90 TL



So CHIC...
Cameo Küpe
1.259 TL



SPORT IN STREET
Nike Ayakkabı
499,99 TL



**FIRST
COMPANY**
Gömlek
59,90 TL



**FIRST
COMPANY**
Pantolon
89,90 TL

Baharın Natürel Renkleri Özdilekтейim'de Buluştu

Bahar aylarının göz alıcı renkleriyle tasarlanan birbirinden şık modeller Özdilekтейim.com'u kuşattı. Tarzınıza farklı bir hava katan ve stilinizi en trend parçalarla tamamlayan ürünlere ulaşmanın kolay yolu Özdilekтейim.com'da.

KOTON
Tulum
169,99 TL



Baharı müjdeleyen çiçekli desenler yeni sezonda da göze çarparken, tüm kombinlerin güçlü rengi olan turuncu, günün her anında şıklık vadediyor.

KOTON
Elbise
129,99 TL



FINESUITS
Bluz
99,90 TL



MATTHEW COX
Kadın Cüzdan
34,90 TL



PIERRE CARDIN
Çanta
139,90 TL

**FIRST
COMPANY**
Polo Yaka
Tişört
49,90 TL



VERSACE

Kadın Cüzdan
109,90 TL

**FIRST COMPANY**

Gömlek
44,90 TL

**MAVİ JEANS**

Ceket
189,99 TL

**FINESUITS**

Kadın Çanta
59,90 TL

**KOTON**

Gömlek
79,99 TL

**FIRST COMPANY**

Pantolon
89,90 TL

**KOTON**

Tişört
39,99 TL

KOTON

Pantolon
79,99 TL

**MAVİ JEANS**

Gömlek
109,99 TL

FIRST COMPANY

Gömlek
49,90 TL

Erkek stiline natürel bir hava katmanın en şık yolu hakiden geçiyor. Gömleklerde ve pantolonlarda kendini gösteren haki, bu sezon da rahatlığın vazgeçilmez rengi oluyor.

MAVİ JEANS

Pantolon
159,99 TL

**PIERRE CARDIN**

Kadın Cüzdan
83,40 TL

FIRST COMPANY

Pantolon
89,90 TL



U.S. POLO ASSN.
Sweatshirt
34,98 TL



TWIGY
Poti Kahve Terlik
59,90 TL



H&M
Güneş Gözlüğü
49,99 TL



PENTİ
Erkek Çocuk 4'lü
Pijama Takımı
99,95 TL



Yeni Sezon Çocuklar Daha Renkli

Kış ayları, yerini civil civil renklerin hakim olduğu bahar aylarına bırakıyor. Yeni sezonun en canlı renkleri ise minik kombinlerin vazgeçilmezi oluyor.



ADIDAS
Koşu Ayakkabısı
152,99 TL



PANÇO
Yağmurluk
139,95 TL



FLO
Çanta
59,99 TL



SAAT&SAAT
Kol Saati
170 TL



LC WAIKIKI
Jean Pantolon
69,99 TL





FLO
Çanta
59,99 TL



KOTON
Etek
39,99 TL



PANÇO
Takım
179,99 TL



POLARİS
Erkek Çocuk Ayakkabısı
99,99 TL



KOTON
Elbise
79,99 TL

DEFACTO
Çanta
25,99 TL



U.S. POLO ASSN.
Pembe Slim Denim Pantolon
69,98 TL



PENTİ
Pembe Teen
2'li Pijama
Takımı
69,95 TL



SAAT&SAAT
Kol Saati
105 TL



H&M
Güneş Gözlüğü
49,99 TL

TWIGY
Kırmızı Terlik
59,90 TL





Hobi Fikirlerinizi **Dekorasyonunuza Taşıyabilirsiniz**

Son dönemin popüler akımı “kendin yap” projeleri, bir kenarda unutulmuş, eskimeye yüz tutmuş eşyalara yeniden hayat veriyor. Yaşam alanlarınıza farklı bir hava getiren bu projelerle kullanılmayan eşyalar, değer kazanarak evlerinize renk getiriyor. Ev ve ofislerinizde uygulayabileceğiniz yaratıcı projeler, dekorasyon fikirlerinize ilham kaynağı oluyor.



Tenis raketlerini aynaya dönüştürebilirsiniz

Çok eskiden “bir ara oynarız” diye alıp tavan arasına kaldırdığımız tenis raketlerinden evinize sıra dışı bir ayna kazandırmaya ne dersiniz? Bu proje yapımında yalnızca tenis raketi, yapıştırıcı ve raketin ölçülerine uygun aynaya ihtiyacınız olacak. İşe, ilk olarak kestirdiğiniz aynayı yapıştırıcı yardımıyla tenis raketinin file kısmına yerleştirmekle başlayabilirsiniz. Daha sonra hazır olan aynanızı asacağınız yeri seçebilirsiniz. Dilerseniz boy boy birkaç raketle yapacağınız aynalarla salonunuzda büyük bir duvarı hareketlendirebilir, dilerseniz de çocuklarınızın odasına farklı bir tasarım kazandırabilirsiniz.



Sizin de bir kenarda atmaya kıyamadığınız bir televizyonunuz varsa sevimli bir akvaryum hazırlayabilirsiniz.



Eskimiş televizyonlarınızı atmayın

Bir dönemin kıymetlisi tüplü televizyonların tedavülden kalkması, bundan sonra nasıl kullanılacaklarına dair yeni fikirlerin ortaya çıkmasına neden oldu. Bilhassa geniş iç hacmi, eski televizyonların değişik fikirlerle değerlendirilmesine olanak tanıyor. Sizin de bir kenarda atmaya kıyamadığınız bir televizyonunuz varsa sevimli bir akvaryum hazırlayabilirsiniz. Öncelikle televizyonun içini açıp tüm parçalarını sökün ve cam da dahil olmak üzere içini güzelce temizleyin. Daha sonra üst kısmından bir delik açarak televizyon kutusunun iç kenarlarını su sızdırmayacak şekilde silikonla doldurun. Silikon kuruduktan sonra içine su doldurarak 15 - 20 dakika kadar bekleyin ve su sızdırıp sızdırmadığını kontrol edin. Işık ve çeşitli objelerle akvaryumunuzu renklendirebilirsiniz. Suyun temizliği ve suyun havalandırılması için de ayrıca eklentiler düşünebilirsiniz. Bu balıklarınızın sağlığı için gerekli olacaktır. Dilerseniz aynı fikri eskimiş bilgisayar monitörleri üzerinde de deneyebilirsiniz.



Evinize uygun raf bulamama sorunu tarih oluyor

Televizyon duvarınıza kendi tarzınızı yansıtan minimalist raflar arıyorsunuz fakat her mobilya mağazasında satılan standart raflarla yetinmek istemiyor musunuz? İşte size çok basit ve pratik bir fikir! Bu proje için ihtiyacınız olan malzemeler, istediğiniz çaplarda un elekleri, eleklerin çaplarına uygun uzunluklarda raflar ve süsleme yapabileceğiniz değişik objeler olacak. İşe, ilk olarak rafları verniklemeyle başlayabilirsiniz. Daha sonra kuruyan eleklerinize rafları istediğiniz şekilde yerleştirin ve küçük çivilerle sabitleyin. Raflarınız hazır bile! Dilerseniz eleklerinizin içine ayrıca bir raf yerleştirmeden yalnızca dekoratif objelerle süsleyebilirsiniz.



Müzik aşkınızı kitap sevginizle birleştirmeye ne dersiniz? Bunun için eski bir piyano ya da gitar yeterli olacak.

Piyanodan kitaplık yapma fikrine ne dersiniz?

Evinizde çok şık duran eski bir piyanonuz var ise size biraz zor fakat muhteşem bir dönüşüm fikri sunuyoruz. Öncelikle piyanonun çerçevesini ayaklarından ayırın ve evinizin istediğiniz bir duvarına asın. İçerisine, zevkinize göre kestireceğiniz rafları sabitleyin ve en kıymetli kitaplarınızı raflara dizin. LED ışıklarla da kitaplığınıza bambaşka bir hava katabilirsiniz. Aynı işlemi dilerseniz eski bir gitarla da yapabilirsiniz. Müzik aşkınızı kitap sevginizle birleştirmek gerçekten çok keyifli olacak.



Anne sevgisi
kadar saf...



Online Alışveriş:
www.kitikate.com.tr

Canlı Destek:
0533 958 61 44

kitikate.tr kitikate.com.tr



I ♥ Organic





HOMETIME
Ahşap Dekoratif
2'li Çerçeve
149 TL

YARGICI
Dekoratif Obje - Baykuş
71,92 TL



BERNARDO
Ayaklı Kek Standı
170 TL



LCW HOME
Şekerlik
34,95 TL



Renkli Tasarımlarla Mutlu Evler Yaratın

Harekete geçiren desenler ve eğlenceli tasarımlarla göz alıcı evler yaratmaya ne dersiniz? Evinizin her köşesini süsleyen birbirinden şık aksesuarları sizin için seçtik.



HOMETIME
6'lı Porselen Kahve Seti
79,95 TL



KOÇTAŞ
Dekoratif Cam Duvar Saati
39,99 TL



H&M
Mum
67,99 TL



HOMETIME
Yuvarlak Servis Tabağı
129 TL



KÜTAHYA PORSELEN
Cam Duvar Tabağı



KOÇTAŞ
Koltuk



HOMETIME
Ahşap Dekoratif 2'li Çerçeve
109 TL



KARACA
Çerezlik
99,94 TL



LCW HOME
İkili Sabunluk
24,99 TL



BERNARDO
Love Çaydanlık
79 TL



BİEV
Biblo
219 TL

ENGLISH HOME
Abajur
69,99 TL



HOMETIME
6'lı Porselen Kahve Seti
79,95 TL



ARZUM
Okka Kahve Makinesi
1.785,91 TL



KARACA
3'lü Camlı
Mumluk
89,95 TL



KOÇTAŞ
Vazo
14,99 TL



VESTEL
Köpük Süt Isıtıcı
319 TL





Su İçmeyi Keyifli Hale Getirin

Yaşamın devamlılığı için en önemli kaynak, metabolizmanın en fazla ihtiyaç duyduğu madde sudur. Vücudumuzun %60 - 70'ini oluşturan su, hayatın temel taşıdır. Vücudun su oranını korumak ve tüm sistemlerinin uygun şekilde çalışmasını sağlamak için yeterli miktarda su tüketmek büyük önem taşıyor. **Memorial Ankara Hastanesi'nden Dyt. Emine Yüzbaşıoğlu**, suyun hayatımızdaki önemine dikkat çekerken, su içmeyi keyifli hale getirecek yöntemleri sıralıyor.



Suyu fazla fazla tüketmenin faydası yok zararı var

Vücutta ateş, ishal, kabızlık gibi bir rahatsızlık olmadığı takdirde sağlıklı bir kişinin günlük içmesi gereken su miktarı 1,5 - 2 litredir. Tabii fiziksel aktivite ve hava sıcaklığı günlük alınması gereken su

miktarını artırabiliyor. Fakat yapılan çalışmalarda, vücudun ihtiyacından fazla su tüketiminin sağlık açısından herhangi bir faydası olmadığı gözlenmiştir. Çok fazla su tüketiminin, su zehirlenmesine yol açabileceği için ölçüyü kaçırmamak önemlidir.

Çay ve kahve tüketimi su ihtiyacını karşılamaz

Kahve, çay ve asitli içeceklerle alınan sıvı, suyun yerini tutmaz. Aksine bu tür içeceklerin fazla tüketilmesi susama hissini baskılayarak, suya olan ihtiyacı azaltır. Susama hissini

olmaması da vücudun günlük su ihtiyacını karşılayamamasına yol açabilir.

Koyu renkli idrar sizin için bir alarmdır

Kişinin gün içinde uygun miktarda su içip içmediği idrar rengine bakılarak anlaşılabilir. İdrar rengi koyu sarı ise su tüketimi yetersiz, açık sarı veya berrak ise kişinin yeterli miktarda su tükettiği görülebilir. Yetersiz su tüketimi, yorgunluk, halsizlik, tansiyon düşüklüğü ve ciltte kuruluk gibi sağlık sorunlarını beraberinde getirir. Vücutta su deposu olmadığı unutulmamalıdır. Bu nedenle günlük su tüketimine azami özen gösterilmelidir.

Su içmenizi gerektiren bu nedenlere kulak verin

- Su, tüm besinlerin, vitamin ve minerallerin temel çözücüsüdür. Vücuttaki besinleri küçük parçalara ayırır, sindirimlerinde ve atık maddelerin vücuttan uzaklaştırılmasına yardımcı olur.
- Kanı sulandırır ve dolaşım sırasında kanın pıhtılaşmasını önler.



“Suyun içine elma, tarçın, nane yaprağı, zencefil, çilek, üzüm gibi meyveler ekleyerek lezzetini artırabilirsiniz.”

- Cildi yumuşatır ve yaşlılık belirtilerinin azalmasına yardımcı olur.
- Kabızlık ve böbrek taşı oluşumunu önler.
- Stres, gerginlik ve depresyonun hafiflemesine yardımcı olur.
- Metabolizmayı hızlandırarak kilo vermeyi sağlar.
- Hücre ve dokuların yapılarının korunmasında görev alır.
- Vücut ısının düzenlenmesine yardımcı olur.
- Vücut direncinin ve bağışıklığının güçlenmesini sağlar.

Su içmeyi keyifli hale getirin

“Su içmeyi sevmiyorum, tadından hoşlanmıyorum.” ya da “Gün içinde su içmek aklıma gelmiyor.” diyen pek çok kişi var. Bu konuda birkaç pratik öneri kısa sürede su içme alışkanlığının kazanılmasına yardımcı olacaktır.

- Su içmek için susamayla beklemeyin.
- Su içmeyi telefon alarmı, bilgisayar ekranındaki hatırlatıcı ya da küçük notlar yoluyla kendinize hatırlatabilirsiniz.
- Çalışma masasında ya da evdeyken sürekli görülebilecek bir yerde renkli ve şık bir sürahi, bardak veya şişe bulundurulabilir.
- Suyun içine elma, tarçın, nane yaprağı, zencefil, çilek, üzüm gibi meyveler ekleyerek lezzetini artırabilirsiniz.



Güneş Mutlu Ediyor

Güneş ışığının, insanları hem fizyolojik hem de psikolojik olarak olumlu yönde etkilediği artık bilinen bir gerçek. Öyle ki güneş ışığının yeterli olmadığı mevsimlerde kişiler kendilerini yorgun ve mutsuz hisseder. Bunun sebebi de güneş ışığının yetersiz geldiği zamanlarda, halk arasında mutluluk hormonu olarak tanımlanan serotoninin salgılanamamasıdır. **Medicana Konya Hastanesi Uzman Psikolog F. Işıl Yenikaynak**, güneş ışığının ve serotoninin etkisi hakkında bilinmeyenleri açıkladı.



Güneş ışığı, serotonin hormonunu artırıyor

Melatonin, insanın uyku haline geçmesi için serotonin ise enerji ve ruh halinin düzenlenmesi için vücutta salgılanan iki ayrı hormondur. Birlikte çalışan bu iki hormon, bağışıklık sistemi, uyku ve sindirim gibi vücudun günlük işlevlerini düzenler. Serotonin ayrıca mide ve bağırsığa bağlı kas sisteminin hareketini sağlamak gibi görevler üstlenirken, kişinin rahat bir uyku uyumasına da yardımcı olur. Serotonin hormonunun düşük seviyelerde seyretmesi ise uyku ve enerji düzeyinin olumsuz etkilenmesine yol açabilir.

Serotonin yetersizliği iştahı bozabiliyor

İnsan hayatı için yemek ve uyku gibi birtakım vazgeçilmez faaliyetler vardır. Uyku düzeninin en ufak bir sekteye uğraması günlük yaşamın da olumsuz yönde etkilenmesine sebep olur. Bu durum kişilerin, iş hayatında verimsizlik, iş kazası ve aile içi gerginlik gibi sonuçlar yaşamasına yol açabilir. Serotonin düşüklüğü iştah bozukluğu oluşumuna da neden olabilir. Bu da beraberinde obezite veya anoreksiya nervoza gibi yeme bozukluklarını getirebilir.

Sonbahar ve kış aylarında, güneş ışığının yetersiz gelmesi nedeniyle karamsar ve olumsuz düşünceler daha çok ortaya çıkar.

Depresyon belirtileri görülebiliyor

İnsanlardaki depresif belirtilerin sonbahar ve kış aylarında artış gösterdiği görülür. Bunun nedeni de hiç şüphesiz güneş ışığının yetersiz gelmesidir. Kişiler depresif düşüncelerle baş etmede zorluk yaşadıklarında ise stresle zaman içerisinde de depresyonla baş başa kalırlar. Depresyona giren kişiler kendilerini değersiz hissederken, başarısız olduklarını düşünerek geleceğe olan ümidini de kaybederler. Hayattan zevk almamakla birlikte, uykusuzluk, iştahsızlık, kilo kaybı ve dikkatsizlik gibi problemler yaşarlar.

Kişinin iş verimi düşebiliyor

Genel olarak hiçbir şey yapmak istemeyen depresif kişiler, iş

veriminin ve kalitesinin düşmesi gibi problemlerle karşılaşabilir. Dolayısıyla ekonomik problemler de beraberinde gelir. Sosyal ilişkilerin azalması da kişinin aile ve arkadaş ilişkilerini zedeleyebilir. Mevsimsel depresyonlarda parlak ışık tedavisinin (fototerapi) etki sağladığı bilinir. Özellikle sabah erken saatlerde alınan parlak ışık tedavisi, olumlu duygulanımı, depresif belirtilerin azalmasını ve uyku kalitesinin artmasını sağlar.

Yeme isteği artabiliyor

İlkbahar ve yaz aylarında güneşin doğrudan etkisinin yanı sıra dolaylı etkileri de hissedilir. Havaaların ısınmasıyla açık alanlarda geçirilen süreler uzarken, tüketilen yiyecekler de hafifler. Böylece vücutta enerji düzeyi artar. Sonbahar ve kış aylarında ise havanın puslu oluşu, daha çok kapalı alanlarda vakit geçirilmesi ve daha fazla yiyecek tüketme isteği, insan psikolojisinin olumsuz etkilenmesine neden olabilir. Bu mevsimlerde mümkün mertebe hareket oranı artırılmalı, farklı odak noktaları (hobi, spor) yaratılmalı, yeme ve uyku düzenine dikkat edilmeli ve stresten uzak durulmalıdır.



TAM zamani

Soğuk havalara veda etmenin zamanı geldi. Bahar aylarının gelişiyle beraber, boş zamanlarınızda içinizi ısıtacak ve “tam zamanı” denebilecek birbirinden keyifli etkinlikleri sizin için derledik. Doğayı tüm güzelliğiyle saran ilkbaharın renk renk çiçeklerinin, ruhunuza iyi gelen etkisini yaşamamanın şimdi tam zamanı.

DOĞAYLA BİRLİKTE TAZELENMENİN...

Baharın gelişiyle birlikte, insanın içinde de bir şeyler uyanıyor. Yenilenmek ve yaşamınıza yeni bir rota çizmek için en ideal mevsimdesiniz. Kendinize uygulayacağınız bahar temizliği ile içinizden yeni bir siz çıkmasına olanak tanıyın ve kendinizi yeniden keşfedin. Doğanın uyanışıyla ruhunuza iyi gelen bahar ayları, yeni kararlar almak için size ilham olacak.



KAMP YAPMANIN...

Tekdüze alışkanlıklardan ve monoton bir yaşamdan sıkıldıysanız yaşamınıza biraz renk katmanın zamanı geldi. Sıkıcı geçen dersler, yorucu iş temposu, yoğun gündem toplantıları ya da keyifsiz ev oturmalarına biraz ara verin ve hazırlıklara başlayın. Kamp çantanızı hazırlayarak, yeni yerler keşfetmek için yola koyulun. Arkadaşlarınızla gerçekleştireceğiniz güzel bir şehir dışı kaçamağında, doğayla iç içe olmak ruhunuza iyi gelirken, fiziksel yorgunluğunuzu atmanız için de iyi bir fırsat olacak.

CUPCAKE ATÖLYENİZİ KURMANIN...

Yeni bir hobi edinmek kadar güzel bir aktivite yoktur. Yoğun iş temposundan ve stresli yaşamınızdan sıyrılmak için enfes bir öneri sunuyoruz. Bir yandan kendinize zaman ayırıp bir yandan da keyifli ve lezzetli bir uğraş deneyimlemeye ne dersiniz? O halde tadına doyamayacağınız ve sevdiklerinize armağan edebileceğiniz cupcake atölyenizi kurmak için ne bekliyorsunuz?



KAZ DAĞLARI'NDA YÜRÜYÜŞ YAPMANIN...

Kendinizi şehirden dışarı atmaya niyetliyseniz doğa yürüyüşlerinin en renklisini, Kaz Dağları'nın eteklerinden başlayarak yapabilirsiniz. İl kesimlerinde bahar coşkusuyla açan ve en canlı renklerine bürünen çiçeklerle kaplı patika yollardan yürüyerek, her tondan kuş cıvıltısı duymanız mümkün. Doğaya dair yeni keşifler için bir cennet bahçesini andıran Kaz Dağları'nda piknik keyfini kaçırmak istemiyorsanız, hazırlıklı gitmenizde fayda var.

YAPBOZ YAPMANIN...

Yapboz yapmak, evinizde sakince zaman geçirmenin en eğlenceli yoludur. Yüzlerce parçalık bir yapboz için doğru parçayı bulana kadar saatler geçirmek biraz yorucu olsa da bittikten sonra ortaya çıkan görüntünün rahatlatıcı etkisini yaşamak paha biçilemez.

Yapboz yapmadığınız zamanlarda yapbozunuzu koruyabilmek için sarabileceğiniz özel matlar bulabilirsiniz.

DOYUMSUZ BİR PAZAR KAHVALTISININ...

Battaniyenin altından kaldırmayan soğuk kış aylarını uğurlarken, baharın heyecanıyla dışarı atılmanın zamanı geldi. Geçmek bilmeyen koca bir haftanın sonunda yapılabilecek en güzel aktivitelerden biri de kahvaltı keyfi. Kahvaltı keyfinizi denize yakın bir yerde yapmayı tercih ettiyseniz, mis gibi deniz kokusunu içinize çekerek uzun yürüyüşler yapmayı da ihmal etmeyin.



Hoşgörünün ve Medeniyetlerin Başkenti

HATAY

Türkiye'nin en eski yerleşim yerlerinden biri olan Hatay'da yapılan arkeolojik araştırmaların sonucu, Hatay'ın köklü tarihini çok eskilere götürüyor. Bölgede yapılan çalışmalar, günümüze kadar birçok farklı medeniyetin barındığı eşsiz topraklarda, milattan önce 100.000 ile 40.000 yılları arasına tarihlenen ilginç bulgular ortaya çıkarıyor. İnsanlığın ilk yerleşim yerlerinden biri olan, tarihinden günümüze farklı medeniyetlerin ve inançların iç içe yaşadığı; barış, kardeşlik ve hoşgörü kenti Hatay'ın, tarihi ve turistik güzelliklerini sizin için derledik.

"Hatay mutfağının eşsiz lezzetlerinin üzerine keyifli bir kahve içmek isterseniz, eskiden Fransa Konsolosluğu olan ve her köşesinde tarihin izlerini bulabileceğiniz Affan Kahvesi'ne uğramanızı tavsiye ederiz. Kahveyle birlikte muhallebi, dondurma ve gül suyuyla yapılan haytali tatlısı da mutlaka denemeniz gereken Hatay lezzetleri arasında yer alıyor."



SAINT PIERRE KİLİSESİ

Saint Pierre Kilisesi, maneviyatıyla ve dünyanın ilk Katolik kilisesi olması nedeniyle ilgi odağı olmayı başarıyor. Gizemli bir mağara görüntüsü sergileyen kilise, taban mozaiklerinde yer alan desenlerle tarihi değer bilinci aşılar, küçük bir mağara kilise özelliği de taşıyor. Antakya - Reyhanlı yolu üzerinde, kente iki km uzaklıkta bulunan Habib-i Neccar Dağı yakınındaki kilise, 1983 yılında Papa 6. Paul tarafından hac yeri olarak ilan edilmesi ile mistik bir değere sahip. Bu nedenle her yıl 29 Haziran'da Katolikler tarafından ayinler düzenlenen kilise, Hristiyanlar için büyük önem taşıyor.

TİTUS TÜNELİ

Roma İmparatoru Vespasian'ın emriyle sel sularını önlemek için bin tane esire yaptırılan Titus Tüneli, Hatay'ın Samandağ ilçesinde yer alıyor. Esirlerin çekiç yardımıyla dağı oyarak şekillendirdiği tünel, bin üç yüz seksen metre uzunluğa, yedi metre yüksekliğe ve altı metre genişliğe sahip. Tünelin yaklaşık yüz metre ilerisinde bulunan Beşikli Mağarası ise mimari yapısı ve görkemli anıtları ile turist rehberlerinin rotası içinde yer alıyor. Benzersiz bir doğa harikası olan ve insan emeğiyle yapılan tünel, Hatay'ın turistik bölgeleri arasında yer alan en iddialı alanlardan biri.



AZİZ SİMON MANASTIRI (ST. SIMEON MANASTIRI)

Yolunuz Antakya'ya düştüğünde, mutlaka görmemiz gereken yerlerin listesi bir hayli uzun. Defne ile Samandağ ilçeleri sınırında, gözlerden çok uzak bir bölgede 6. yüzyılda kurulan St. Simeon Manastırı, kentin inanç turizminde önemli bir yer kaplıyor. St. Simeon'un, 10 metre yüksekliğindeki taş sütun üzerinde, 45 yıl inzivaya çekilerek yaşadığı yer olarak anılan manastır, yerli ve yabancı turistlerin oldukça ilgisini çekiyor. İçerisinde kilise, vaftizhane, sarnıç ve diğer mimari kalıntıların görülebildiği tarihi alan, etrafını saran rüzgar gülleri ve doğayla özdeşleşen mimarisıyla ziyaretçilerine ev sahipliği yapıyor.



"Kardeşliğin ve birlikteliğin şehri olarak bilinen Hatay, köklü tarihi, kültürel özellikleri ve doğasının yanı sıra dillere destan mutfağı ile de misafirlerine unutulmaz deneyimler sunuyor."

ANTAKYA ARKEOLOJİ MÜZESİ

Kozmopolit yapısıyla göz dolduran Hatay'ın büyükşehir olmadan önceki merkezi olan ve nüfus bakımından en büyük ilçesi olarak ilan edilen Antakya, Asi Nehri'nin gösterişiyle büyüleyici bir sanat tablosunu andırıyor.

Dünyanın en zengin ikinci mozaik müzesi olarak kabul edilen Antakya Arkeoloji Müzesi, farklı dönemlerden mitolojik izler sunuyor. Roma ve Bizans dönemlerine ait eserlerin yer aldığı tarihi müze, Güneş Tanrısı Apollon'un görkemli heykeliyle ziyaretçilerini karşılarken, mozaiklerde hayat bulan Olimpos Tanrıları ise gezi boyunca katılımcılara rehberlik ediyor.



HABİB-İ NECCAR CAMİİ

İsmi Hz. İsa'nın havarileri olan Yuhanna (Yunus) ve Pavlos (Yahya)'a ilk inanan ve ilk şehit edilen kişi olan Habib-i Neccar'dan alan yapı, Anadolu'da yapılan ilk cami olma özelliğini taşıyor. Osmanlı Dönemi'nden günümüze kadar gelen ve bir kültürel miras olan tarihi cami, Hz. Ömer'in fethedip İslamlaştırdığı Hatay'a dini sembol olarak inşa edilmesi ile biliniyor. İnşa edildiği günden bu yana depremler ve çöküntüler nedeniyle birçok hasara uğramış olan yapının külliyesi ise önemli bir tarihi sembol olarak kabul görüyor.



HARBIYE ŞEHALESİ

Tarihi yapıları ile olduğu kadar doğal güzellikleriyle de hayranlık uyandıran Hatay'ın  ađlayanlar bölgesi olarak tanınan ve aslında dönemin antik kenti olan Harbiye, görkemli  elaleleri ve tertemiz doğası ile yerli ve yabancı turistler için vazgeçilmez gezi noktalarından oluyor. Platonun güneyinden fıskıran kaynakların oluşturduğu  elaleler, 1,5 kilometre süren akış yolculuğunun ardından, tüm ihti amıyla Asi Nehri'ne karışıyor. Antakya'nın Defne ilçesine bağlı olan Harbiye'nin göz alıcı  elalelerine varmak için yemyeşil g r ağaçların arasından geçerek,  irin tezgahlar ve gülen yüzler eşliğinde keyifli bir yolculuk sizi bekliyor.



NE YENİR?

400  e it  zg n yemeği ve birbirinden değişik tatları ile lezzet   leni ya atan Hatay mutfağının en gözde yemeklerinden biri de belen tava. Et kavurmasının özel baharatlar ve soslarla harmanlanan lezzetini tatmak için rotanızı Belen'e çevirmeyi unutmayın.



BAKRAS KALESİ

Hüzünlü bir a k hikayesinin en büyük tanığı olan ve tarihi ilk çağlara dayanan Bakras Kalesi, Hatay'ın kültürel mirasları arasında önemli bir yere sahip. Mimarisine göre Helenistik dönem eseri olduğu net bir şekilde anlaşılan Bakras Kalesi, Akdeniz ile Orta Dođu arasında önemli bir geçit görevi üstleniyor.



Tester Ürünleri Denerken Gözünüzden Olmayın

Kozmetik ürünler, her yaşta kadının ihtiyaç listesinde ilk sıralarda yer alıyor. Her gün yüzlerce kadını ağırlayan dükkanların raflarındaysa mutlaka birer tester ürün bulunuyor. Çünkü kozmetik alışverişi sırasında ürünlerin nasıl durduğunu görebilmek için makyaj malzemeleri cilt üzerinde deniyor. Bu da deneme ürünlerini yüzlerce kişinin peş peşe kullanması anlamına geliyor. **Göz Hastalıkları Uzmanı Opr. Dr. Şehvar Nefesoğlu**, tester ürünlerin bakteri yuvası olduğunu ve göz sağlığımız için bu ürünlerden uzak durmamız gerektiğini açıklıyor.

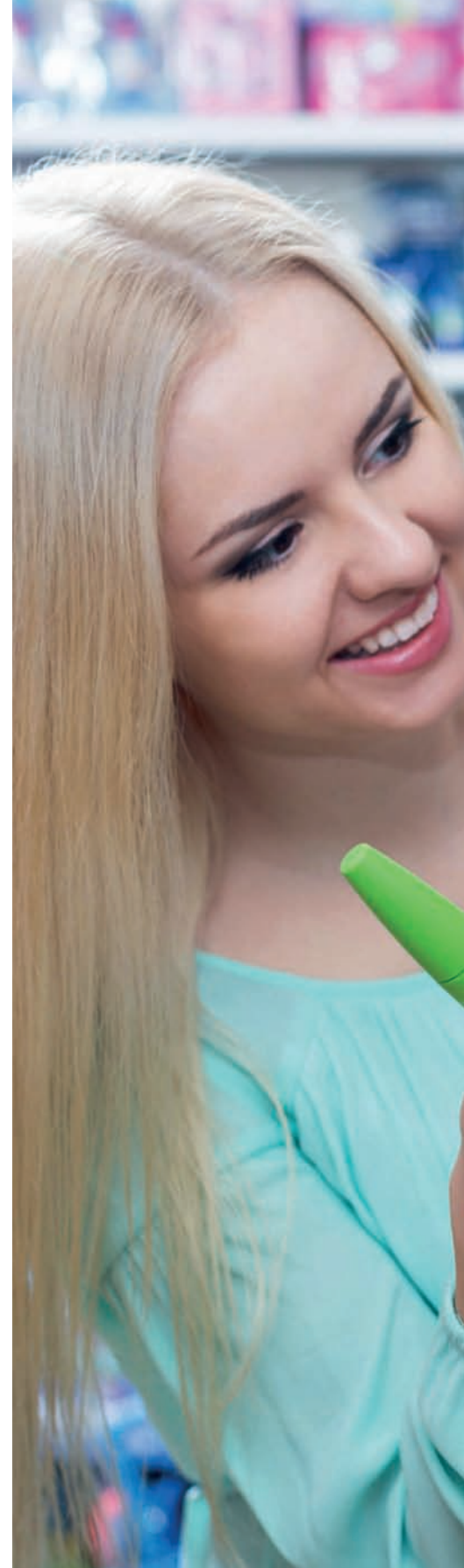


Her kadına kendini daha güzel hissettiren makyaj, doğru ürün seçimi gerekliliğini beraberinde getiriyor. Seçilecek ürünün cilt tonuna uyup uymayacağını anlayabilmek içinse tester ürünlerine rağbet ediliyor. Fakat bu ürünler, kişiye özel olmamakla birlikte, tüm ziyaretçiler tarafından üst üste kullanılıyor. Oysaki makyaj ürünlerinin dış fırçası gibi yalnızca tek kişi tarafından kullanılması gerekiyor. Çünkü tester ürünleri daha önce kullanan kişilerde virüs, enfeksiyon ya da herhangi bir hastalık olup olmadığını bilmek mümkün olamıyor. Böylece kişiden kişiye çeşitli hastalıklar bulaşabiliyor. Bu hastalıklardan bazıları

deri mantarları, uyuz, bakteriyel konjonktivit ve trahom. Bu nedenle kozmetik mağazalarında göz farı, eyeliner, maskara ve göz kalemi gibi herkese açık tester ürünlerin kullanılmaması göz sağlığı için büyük önem taşıyor.

Açıkta bırakılan ürünlerdeki küf riskine dikkat

Tester için kullanıma sunulan ve uzun süre boyunca açıkta kalan kozmetik ürünlerde küf gibi gözle görülemeyen mantar oluşumları yaşanabiliyor. Bu nedenle bilhassa göz çevresine uygulanan ve açıkta tutulan deneme ürünlerinin kullanılması, göz sağlığını olumsuz yönde etkileyebiliyor.





Arkadaşlarınızla kozmetik ürün alışverişinden kaçın

Makyaj ürünlerinin çoklu kullanımı ne yazık ki yalnızca kozmetik mağazalarıyla sınırlı kalmıyor. Arkadaş ortamında elden ele dolaşan makyaj malzemeleri de göz enfeksiyonu riskini beraberinde getirebiliyor. Çünkü en yakınlarımız dahi viral ve bakteriyel virüsler taşıyabiliyor. Bu nedenle yakınlık derecesi ne olursa olsun, kişisel makyaj ürünleri başkalarıyla paylaşılmamalıdır.

Konjonktiviti hafife almayın

Kozmetik ürünler, havlu, yastık kılıfı ve mendil gibi eşyaların ortak kullanımı sonucu bulaşan konjonktivit; gözlerde kızarıklık, sulanma, çapaklanma, kaşıntı, ışığa hassasiyet, sarımtırak mukoid akıntı gibi bulgularla ortaya çıkar. Bazen kornea bile iltihaptan etkilenir ve bu durum görme bozukluğuna yol açabilir.



Trahom, körlükle sonuçlanabiliyor

Trahom virüsü, kişiden kişiye bulaşarak dağılan bir hastalıktır. Kişiler arasında alışverişi yapılan makyaj malzemesi, havlu ve yastık gibi kişisel ürünler sebebiyle bulaşır. Başta gözde kızarıklık ve ağrı, daha sonra şişlik ve akıntı ile yayılır. Trahom, körlükle dahi sonuçlanabilen ciddi bir hastalıktır.

Kozmetik ürünler deri mantarlarına da davetiye çıkarabilir

Mantar mikrobu sebebiyle oluşan deri mantarları, yakın vücut temasıyla kişiden kişiye geçer. Mantar oluşan bölgelerde kaşıntı, deride sulanma ve yanma ile kendini gösteren yaralar ya da kızarıklıklar meydana gelir. Yakın vücut temasıyla kişiden kişiye geçen uyuz ise kozmetik malzemeler, yatak, çarşaf, çamaşır gibi kişiye özel olması gereken eşyaların ortak kullanımıyla yayılır. Kaşıntı ve deri döküntüleri ile kendini gösterir.

YENİ



MAGIC SHAMPOO

İLK* GÖRÜNMEZ KURU ŞAMPUAN



3-2-1

Barbara Palvin

#DUŞTANÇIKMIŞGİBİ
FERAH & HACİMLİ SAÇLAR

- SAÇI TAZELER
- HACİM VERİR
- PARFÜM ETKİSİ SAĞLAR

TANIŞMA
FİYATI

~~44,90~~

29,90

L'ORÉAL
PARİS

NUXE

İlhamını doğadan alan ve bu ilhamı inovasyonla birleştiren Nuxe, tabiatın mucizesini Pétales de Rose (Gül Yapağı) serisine taşıyor. Hassas ciltlere özel tasarlanmış formülü sayesinde cildin temizleme ihtiyacını gideren Pétales de Rose serisi, güçlendirici, yumuşatıcı ve yatıştırıcı etkisiyle cildi arındırarak yeniliyor. Gül yapraklarından üretilen Gül Yapağı Makyaj Temizleme Yağı ise yüzünüzü, gözlerinizi ve suya dayanıklı makyaj dahil yüzünüzdeki tüm makyajı nazikçe temizliyor. Cildi kurutmuyor, ferahlatıyor, rahatlatıyor ve ciltte yağ tabakası oluşturmuyor.

Fiyat: 90 TL



Güzellik Dünyasının En Yenileri

Bahar tazeliğini hepimiz özledik değil mi? Yeni çıkan güzellik ve bakım ürünlerini keşfetmeye ne dersiniz?

**SHISEIDO**

Lider Japon mirasını makyaj ürünlerine de taşıyan Shiseido, yeni makyaj ürünlerini alışılmışın dışına çıkarak ciltte yarattığı hislere göre dört farklı gruba ayırıyor; Gels, Inks, Powders ve Dew. Japon kaligrafisinden esinlenen net renklerle yüz hatlarını belirginleştiren cesur, su geçirmez, yüksek pigmentli kolay uygulanabilir Shiseido Kajal Inks, çarpıcı bakışlar vadediyor.

Fiyat: 180 TL

**THE BODY SHOP**

The Body Shop'ın tümü %100 vegan olan shea yağı içerikli ürünleri, yıpranmış ve kuru saçlara hitap ediyor. Nemlendirmesinin yanı sıra yenileyici ve besleyici özellikteki Shea Butter Saç Maskesi, yerel ticaret ile üretilen shea yağı, organik Hindistan cevizi yağı, kakao yağı ve organik zeytinyağının doğadan ilham alan karışımından oluşuyor. Saç maskesi, derinlemesine besleyerek saçların daha yumuşak ve sağlıklı olmasını sağlıyor.

Fiyat: 59,90 TL





KIKO MILANO

KIKO Milano, yeni Sweetheart Koleksiyonu ile güzelliği bir adım öteye taşıyor. Kiraz kırmızısı ve yumuşak pembeleri bir araya getiren koleksiyon, kalpli ambalaj tasarımıyla da göz kamaştırıyor. Altı farklı tondan oluşan far paleti, allık, highlighter, göz kalemi ve dudak parlaticısı gibi parçaları bir araya getiren Sweetheart Koleksiyonu, canlı ve ışıltılı bir yüze sahip olmak isteyenlere eşsiz bir makyaj deneyimi sunuyor.

Fiyat: 69,95 TL

NARS

Tüm cilt tonlarına uygun, nude göz farlarına sahip Nars Skin Deep Eye Palet, doğal makyajdan dumanlı göz makyajına taşınabilecek zengin matlar, göz alıcı ışıltılar ve parlak metalikler ile zengin pigment ve ipeksi bir bitiş sunuyor. Her bir far, François Nars'ın imzası haline gelen farklı görünümleri oluşturmak için kombinasyon alternatifleri barındırıyor.



KERASTASE

Marula ve kamelya yağlarının uyumlu birlikteliği, parlaklığı daha da ileriye taşıyor. Kerastase, kamelya yağı ile saçları elektriklenmeden koruyup, yoğun ve kalıcı parlaklık sağlarken, marula yağı ile ağırlaştırmadan saç besliyor ve içeriğindeki antioksidanlarla saçları koruyor. İçeriğinde beyaz çay özleri bulunan saç bakım yağı, boyalı saçlara doğal parlaklık veriyor. Saç bakım yağı ayrıca saçları 230 derece ısıya kadar koruyor.

Fiyat: 200 TL



OGX

İçeriğinde kullanılan bambu lifleri ve soya proteinleri ile güçlendirilen OGX Bambu Fiber - full, yeni formülü sayesinde cesur ve dolgun görümlü saçlara kavuşmanızı sağlıyor. Cildin bağ dokuları için gerekli bir madde olan silikayı bolca içeren bambu bitkisi, saç tellerinizin güçlenmesine yardımcı oluyor. Saç için faydalı olan yağ asitleri ile dolu olan soya proteini ise saçlarınızın daha pürüzsüz, parlak ve yumuşak olmasına destek oluyor. Bambu lifleri ve soya proteinlerinin bu güçlendirici karışımı, zayıf telli saçlara kalın ve dolgun bir görünüm sağlıyor.

Fiyat: 69,90 TL



FENTY BEAUTY BY RIHANNA

Ten makyajınızda kapatıcı etki yakalamak için istediğiniz her şey artık Pro Filt'r ile sizinle! Pro Filt'r Instant Retouch Kapatıcı, gözlerinizin altını aydınlatmanıza, koyu lekeleri ve izleri kapatmanıza anında yardımcı oluyor. Uzun süre kalıcılık sağlayan, akmayan ve tere karşı dayanıklı Pro Filt'r formülüyle makyajınızı sabahdan akşama yenilemenize gerek kalmıyor. Kremi ve kalıcı yapıya sahip kapatıcı, 50 adet yumuşak ve mat tona sahip çığır açan renk yelpazesi sunuyor.

Fiyat: 179 TL

FLORMAR

Flormar'ın yepyeni likit mat ruju Kiss Me More, uzun süre kalıcı ve bulaşma yapmayan özel formülü, göz alıcı ambalajı, on altı renk seçeneği ile makyaj severlerin yeni favorisi olacak. Kiss Me More, dudaklara yoğun renk verirken, üçgen şeklindeki özel aplikatörü dudağı kavırıyor ve kolay uygulama sağlıyor. Uyguladıktan sonra matlaşarak sabitlenen ve içeriğindeki özel yağlar sayesinde dudağı kurutmayan Kiss Me More, yumuşak, pürüzsüz, kremi yapısı ve bulaşmayı engelleyen formülüyle tüm gün dudaklarda kalarak yapışkanlık hissi vermeden dövme etkisi yaratıyor.

Fiyat: 29,99 TL

**LIERAC**

Lierac, Body Slim Cryoactive Konsantre ile anında soğukluk etkisi yaratarak selülitli bölgedeki yağ depolayıcıları (beyaz adipositler), yağ yakıcılara (kahverengi adipositler) dönüştürerek sıkılaşma aksiyonu sağlıyor. İçeriğindeki pro - irisin ile irisin proteinin salgılanmasını artırarak yağ yakımını artırırken, yeniden oluşumunu da engelliyor. Ergonomik olarak tasarlanmış masaj başlığı ise 360° sıkılaşma etkisi sağlarken, 7 günden itibaren selülit görünümünü azalan bir cilt sunuyor.

Fiyat: 399 TL

BLENDAX

Takvimler 1960'ları gösteriyor. Çocukların, rengarenk elbiseleri ile dünyaya bambaşka bir hava getirdiği zamanlar. Herkes Ay'a yolculuğu konuşuyor. Rolling Stones ve Beatles'in altın yılları... Zeki Müren ise Türkiye'nin parlayan yıldızı. Blendax nostalji serisiyle herkesi zamanda yolculuğa çıkarıyor. Blendax, bu kez nostaljik ambalajlarını raflara taşıyor. Saçlarda dolgunluk, raflarda nostalji esintisi başlıyor.

Fiyat: 14,90 TL

**BIODERMA**

Güçlendirilmiş formülü sayesinde inatçı cilt pürüzlerinin hem sebepleri hem de sonuçları üzerinde etkili olan Bioderma Sebium Global, cildin yatıştırılmasına ve cilt pürüzlerinin giderilmesine destek oluyor. Özel aktif içerikleri sayesinde kızamıkçık görünümünün yatıştırılmasına yardımcı olan ürün, cildi 8 saate kadar nemlendiriyor. Sebium Global temizlenmiş cilde, günde bir veya iki kez uygulanırken, hafif dokusu sayesinde cilt tarafından emiliyor.

Fiyat: 87,50 TL



Doğal ve sağlıklı gülüşünle
Her günün keyfini çıkar



Colgate®

bakalım biz'le bilim dünyası



f /bakalimbiz t /bakalimbiz i /bakalimbiz



ANTARTİKA'DA SU AYISI BULUNDU

Bilim insanları tarafından Kuzey Kutbu'nda bulunan bir yer altı gölünde sondaj çalışması yapılırken, ölü tardigrad (su ayısı) kalıntısına rastlandı. Araştırmaya katılan Mikro - Paleontolog David Harwood, bu keşfi "tamamen beklenmedik" diye yorumladı. Bilim insanları, hayvanın DNA'sını inceledikten sonra nasıl bir ortamda yaşamış olduğunun öğrenilebileceğini düşünüyor.

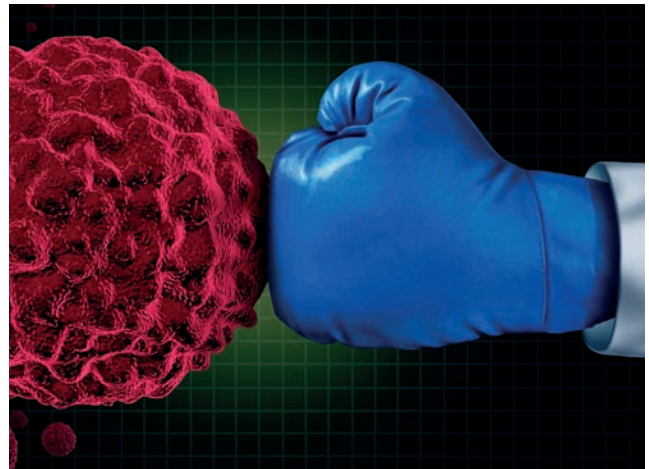


ÇİNLİLER AY'IN KARANLIK YÜZÜNE İNDİ

Çin Merkezi Televizyonu (CCTV), 2018 yılının Aralık ayında uzaya gönderilen "Çang'ı-4" insansız uzay keşif aracının, Ay'ın Dünya'dan görünmeyen karanlık yüzüne, yerel saatle 10:26'da başarılı bir şekilde iniş yaptığını duyurdu. Ay'ın karanlık tarafına inen ilk keşif aracı olan "Çang'ı-4", derin uzay gözlemi ve Ay'ın diğer bölgesini daha fazla araştırma imkanı sağlayacak.

KANSERİ ERKEN TEŞHİS EDEBİLECEK NEFES TESTİ DENENİYOR

İngiltere'deki bir hastanede, kanser teşhisinde büyük ses getirecek nefes testi denemelerine başlandı. "Nefes biyopsisi" adı verilen cihazla hastaların nefesindeki moleküllerde kanser belirtilerinin tespit edilmesi amaçlanıyor. Araştırmacılar bu buluş sayesinde kanser teşhisinin daha erken, daha basit ve daha ucuz olmasını umuyor.



TİP 1 DİYABETİN TEDAVİSİNDE ÖNEMLİ BİR GELİŞME YAŞANDI

Kaliforniya San Francisco Üniversitesi'nde görev yapan bilim insanları, yaptıkları çalışmaların sonucuna göre vücuttaki kök hücrelerini, insülin üreten hücrelere dönüştürdüklerini açıkladı. Tıp tarihinde çok büyük bir adım sayılacak bu çalışma, diyabet hastalarına çare olabilecek nitelik taşıyor. Pankreasta bulunan adacık hücreleri üzerinde yapılan araştırmalar sonucunda, kısmen farklı olan pankreas kök hücreleri çevrilip gelişimleri hızlandırılırken, kandaki şeker seviyelerine verilen tepki de yetişkin hücrelerde olanlara daha yakın hale getirildi. Bilim insanlarının yaptığı açıklamaya göre, çalışmalar sonucunda alfa ve delta hücrelerinde dahi etkili bir büyüme sağlandı. Şimdilik sadece laboratuvar fareleri üzerinde test edilen yöntem, beklenilenden olumlu sonuç verdi. Çalışmaların ilerleyişi bu çizgide sürerse tip 1 diyabetin tedavisi konusunda önemli adımlar atılmış olacak.



BİLİM DÜNYASINDAN MÜTHİŞ KEŞİF: MİKROPLARDAN ELEKTRİK ÜRETİLECEK

Rus bilim insanları, oksijen bulunmayan ortamlarda elektriksel bazı aktivitelerde bulunan bakterileri kullanarak, elektrik enerjisi üretebileceğini keşfetti. Mikropların oksijen bulamadıkları ortamlarda nefes alma eylemini, elektron alıp verme biçimine dönüştürdüğü bilgisine sahip olan bilim insanları, gelecekte mikropların bu elektrik üretiminin insanlık için kullanılabileceğini belirtti.



EVRENİN DERİNLİKLERİNDEN GELEN RADYO SİNYALİ KEŞFEDİLDİ

Bilim insanları, uzayın derinliklerinden gelen yeni bir radyo sinyali keşfettiklerini duyurdu. Yeni keşfedilen sinyal, yaklaşık 1,5 milyar ışık yılı uzaklıktan Dünya'ya ulaşıyor. Bilim insanlarının uzun ve yorucu çalışmalar sonucunda elde ettiği radyo sinyali keşfi, evrende yalnız olmadığımıza yönelik araştırmaları teşvik edecek kadar önemli görülüyor. Yeni sinyalin en büyük özelliği, kendini tekrar ederek gelmeye devam etmesi.

TÜRKİYE UZAY AJANSI KURULDU

Uzun süren çalışmaların sonunda Türkiye Uzay Ajansı'nın kuruluşu ile ilgili Cumhurbaşkanlığı Kararnamesi Resmi Gazete'de yayınlandı. Merkezi Ankara'da olacağı açıklanan Türkiye Uzay Ajansı'nın, Milli Uzay Programı kapsamında hazırlanan projelerin hayata geçirilmesini sağlayacağı belirtildi. Sanayi ve Teknoloji Bakanlığı'na bağlı olarak faaliyetlerini yürütecek olan Uzay Ajansı'nın idari ve mali açıdan özerk olacağı da özellikle vurgulandı. Tüm bunların haricinde ise söz konusu ajansın kendine has bir bütçesinin olacağı, açıklanan Cumhurbaşkanlığı Kararnamesi ile duyuruldu.





SİNEMA

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

VIZYONDAKİLER



The Professor and the Madman

Vizyon Tarihi: 29 Mart

"The Professor and the Madman", Oxford İngilizce Sözlüğü'nün yaradılışının gerçek hikayesini konu ediniyor. Professor James Murray, gerçekleştirmek istediği proje için gecesini gündüzüne katarak çalışmaktadır. Amacı, Oxford İngilizce Sözlüğü'nün on bin kelimelik ilk baskısını hayata geçirmektir. Çalışmalarını sürdürdüğü sırada Murray'in eline akıl hastanesinden büyük bir çalışma geçer. Çok tehlikeli hastaların konulduğu bir akıl hastanesinde yatmakta olan Dr. W.C. Minor, profesöre 10,000 kelimelik bir çalışma gönderir. Minor'un gönderdiği bu liste ikilinin yollarının kesişmesine neden olur. Yönetmen koltuğunda Farhad Safinia'nın oturduğu biyografik yapımın başrolünü Mel Gibson üstleniyor. Filmin oyuncu kadrosunda, Natalie Dormer, Sean Penn, Ioan Gruffudd, Jennifer Ehle ve Jeremy Irvine gibi isimler yer alıyor. Simon Winchester'in kitabından esinlenilen yapımın görüntü yönetmenliğini ise Kasper Tuxen yapıyor.





Kartopu Savaşları 2

Vizyon Tarihi: 8 Mart

Frankie ve ekibi kış tatili için kızak yarışı yapmaya karar verir. Yarış vakti geldiğinde Frankie, köye yeni gelen Zac ile eşleşir. Frankie, Zac'i yeneceğinden çok emindir. Ancak daha bitiş çizgisine yaklaşmadan önce Frankie ve arkadaşlarının bir-likte hazırladıkları kızak param-parça olur. Macera dolu sahneleriyle seyirciyle buluşacak olan filmin yönetmen koltuğunda Benoit Godbout yer alıyor.

Kaptan Marvel

Vizyon Tarihi: 8 Mart

Süper güçlere sahip, güzel bir kadın olarak dünyaya düşen Carol Danvers, gezegeni keşfettikçe bazı görüntüler hatırlamaya başlar. Geçmiş-te gezegenimizde yaşadığını ve burada bir hayatı olduğunu hatırlamaya başlayan genç kadının güvenebileceği tek kişi ise S.H.I.E.L.D. çalışanı Nick Fury'dir. Fantastik bir serüven yaşatan filmin başrollerini, Brie Larson, Samuel L. Jackson, Ben Mendelsohn gibi isimler paylaşıyor.



Kadavra

Vizyon Tarihi: 15 Mart

Paranormal korku filmlerinin musallat temasına yeni bir örnek ekleyen Amerikan yapımı korku filmi, Hollandalı yönetmen Diederik Van Rooijen'in imzasını taşıyor. Asla kazıklarla dolu bir kamyonun arkasında araba sürmemek ya da asla ıssız bir alanda kamp yapmamak gibi önemli hayat derslerini seyircilerine kazandıran korku filmlerinin yeni mahsulünde ise bir cesetle geceyi geçirmememiz gerektiğini öğreniyoruz.



Mucizeler Parkı

Vizyon Tarihi: 15 Mart

"Mucizeler Parkı", küçük bir kızın hayallerindeki eğlence parkını kurtarmak için dostları ile birlikte verdiği mücadeleyi anlatıyor. İyimser ve hayalperest bir kız olan June, ormanda gezintiye çıkar. Bu gezi ona bilmediği, sihirli bir dünyanın kapılarını aralayacaktır. ABD ve İspanya ortak yapımı olan filmin başrollerini, Brianna Denski, Ken Hudson Campbell, Jennifer Garner gibi isimler paylaşıyor.



Marid

Vizyon Tarihi: 15 Mart

Bir babanın oğluna hediye ettiği esrarlı sandık ile gelişen ürkütücü olaylar, ölüm kalım savaşlarına dönüşüyor. Yönetmen koltuğunda “Zuzula” ve “Lanet: Uyanış” filmlerinin yönetmeni Kemal Özdemir’in oturduğu, korku türündeki “Marid” filminin oyuncu kadrosunda Onur Bilgin, Hilal Anay, Mustafa Mutlu, Uğun Tunç, Adem Uçar, Elif Gök gibi isimler yer alıyor.



Turkish'i Dondurma

Vizyon Tarihi: 15 Mart

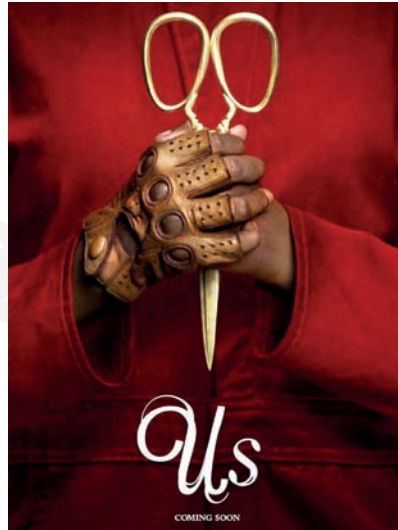
Çanakkale Savaşı sırasında Avustralya’da yaşayan iki Türk’ün ülkeleri için verdikleri mücadeleyi konu eden “Turkish’i Dondurma”nın yönetmen koltuğunda, “Ayla” filminin yönetmenliğini üstlenen Can Ulkay oturuyor. Tarihi dram konulu filmin başrol kadrosunda ise Şebnem Bozoklu, Erkan Kolçak Köstendil, Ali Atay gibi isimler var.



Biz

Vizyon Tarihi: 22 Mart

Adelaide ve Gabe Wilson birbirlerini seven, huzurlu ve mutlu bir çifttir. Yorucu geçen bir yılın ardından çift, çocuklarını alarak Kuzey Kaliforniya’da sahil kenarında bulunan evlerine gider. Kendilerini bekleyen tehlikeden habersiz olan Wilson ailesinin başına gelen korku dolu olayların anlatıldığı “Biz”in yönetmen koltuğunda Jordan Peele oturuyor.



Dumbo

Vizyon Tarihi: 5 Nisan

Sirk sahibi Max Medici, eski yıldızı Holt Farrier ve onun çocukları Milly ve Joe’ya sıra dışı bir görev verir. Ailenin görevi, sirk için yeni üyesinin bakımını üstlenmektir. Bu yeni üye, koca kulakları sebebiyle seyircileri güldüren, yavru bir bebek fildir. Ancak Dumbo’nun uçabileceğini keşfettiklerinde, tek ayağı çukurda olan sirk inanılmaz bir geri dönüş yapar ve olağanüstü bir macera başlar.



Hayvan Mezarlığı

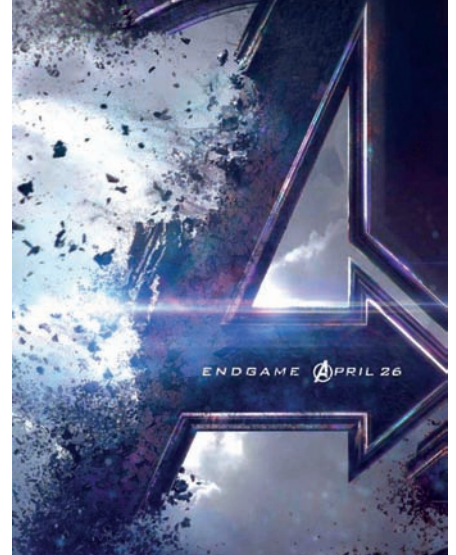
Vizyon Tarihi: 5 Nisan

Stephen King'in en ünlü eserleri arasında yer alan "Hayvan Mezarlığı"nın uyarlaması olan filmin yönetmenliğini Dennis Widmyer ve Kevin Kolsch üstleniyor. "Hayvan Mezarlığı", henüz taşındığı evde ailesi ile kutlama yaparken hayatını kaybeden küçük oğlunu geri getirmek için eski bir mezarlığa gömen babanın hikayesini anlatıyor.

Şipşak Aile

Vizyon Tarihi: 12 Nisan

Pete ve Ellie çifti bir aile kurmaya karar verdiğinde koruyucu aile olarak evlat edinme yoluna başvurur. Amaçları küçük bir çocuğu evlat edinmektir ancak birbirinden tatlı üç kardeş görünce fikirleri değişir. Kardeşlerin en büyüğü, asi bir kız olan 15 yaşındaki Lizzy'dir. Çift, kendilerini bir gecede üç çocuklu bir aile olarak bulur. Pete ve Ellie artık bir aile olma umuduyla nasıl ebeveynlik yapılması gerektiğini öğrenmek zorundadır.



Yenilmezler: Son Oyun

Vizyon Tarihi: 26 Nisan

"Avengers Infinity War"ın ardından pek çok süper kahraman küle dönüşür. Doktor Strange, Gamora, Drax, Mantis, Örümcek Adam, Black Panther, Bucky Barnes, Groot, Scarlet Witch, Vision, Star Lord gibi kahramanlar takımı için işler içinden çıkılmaz bir hal alır. Kuantum Bölgesi'nden çıkmanın bir yolunu bularak Avengers ekibinin kalan üyelerine giden Ant-Man'ın macerasını anlatan "Endgame"ın oyuncu kadrosunda, Robert Downey Jr., Mark Ruffalo, Scarlett Johansson ve Chris Evans gibi başarılı isimler yer alıyor. Macera dolu filmin yönetmenliğini ise Joe Russo ve Anthony Russo üstleniyor.



Lanetli Gözyaşları

Vizyon Tarihi: 19 Nisan

Michael Chaves'in ilk uzun metraj çalışması olan film, kendisine ve ailesine musallat olan doğaüstü varlıktan kurtulamayan Anna'nın hikayesini anlatıyor. Los Angeles'ta sosyal hizmetler görevlisi olan Anna Garcia, aldığı davayla korkunç bir gerçeğin peşine düşüyor. Ailesini kurtarmak için inançlarına sıkı sıkı sarılan Anna, kendisini ruhsal bir mücadelenin içinde buluyor.

*Sinema filmlerinin vizyon tarihleri yapımcı ya da dağıtıcı firmalardan kaynaklı değişiklik gösterebilir.

Macera Tutkunlarının Yenilmez Kahramanı: **CHRIS EVANS**

Aksiyon filmlerinin önde gelen oyuncularından Chris Evans, macera tutkunlarının merakla beklediği “Avengers Endgame” ile yeniden izleyici karşısına çıkıyor. Başrolde Robert Downey Jr., Mark Ruffalo ve Scarlett Johansson gibi isimlere eşlik eden Evans, Steve Rogers rolüyle nefes kesen sahnelere imza atıyor.



13 Haziran 1981 yılında ABD Massachusetts’de doğan Chris Evans, son yılların en popüler oyuncularından. Yönetmen bir anne ve dışçı bir babanın oğlu olan Chris Evans, oyunculuğa olan ilgisini çocukluk yıllarında keşfeder. Annesinin sanatsal yöneliminden etkilenerek oyunculuğu tercih eden Evans, Lincoln - Sudbury Bölgesel Lisesi’nde gördüğü eğitimin ardından New York’a taşındı ve Lee Strasberg Tiyatro Enstitüsü’ne katıldı. Üstlendiği rollerle beyaz perdenin en çok konuşulan isimlerinden Chris Evans’ın ilk önemli rolü, 2001 yapımı olan “Not Another Teen Movie” oldu. Ünlü oyuncunun dünya çapında tanındığı film ise 2005 yılında sinema izleyicisiyle buluşan “İlk Yenilmez: Kaptan Amerika” oldu.



Marvel filmlerinde canlandırdığı “Kaptan Amerika / Steve Rogers” karakteriyle kariyerinde zirve yapan genç oyuncu, imza attığı başarılı rollerin yanı sıra modellik de yapıyor. Gucci kozmetik markasının yüzü olan Evans, kendisini cazibeli bir oyuncu olarak bulmasa da oldukça büyük bir hayran kitlesine sahip. Başarılı oyunculuğuyla beyaz perdeye adını altın harflerle yazdıran Evans, “Deha”, “Cellular”, “Sokağın Kralları”, “Gece Bitmeden”, “Katil” gibi onlarca filmin başrolünde yer aldı. Marvel Sinematik Evreni’nin ölümsüz yıldızı Evans, “Teen Choice En İyi Bilim Kurgu / Fantastik Film Erkek Oyuncusu Ödülü”, “People’s Choice Favori Erkek Aksiyon Yıldızı Ödülü” gibi birçok ödüle sahip.



Aksiyon ve maceraya hazır olun

Chris Evans’ın, Steve Rogers rolüyle oyuncu kadrosunda yer aldığı “Avengers: Endgame”, büyük bir mücadele ve çarpışmayı ele alıyor. Thanos’un Sonsuzluk Eldiveni’ni ele geçirmesi ve kendi dengesini kurmaya çalışmasıyla Doktor Strange, Gamora, Drax, Mantis, Genç Örümcek Adam, Black Panther, Bucky Barnes, Groot, Scarlet Witch, Vision, Star Lord, Maria Hill, The Wasp ve Nick Fury gibi pek çok kahraman küle dönüşür. Dünya üzerinde kalan Black Widow, Kaptan Amerika, Thor ve Hulk kendi yaşlarını tutmaktayken, Iron ve Nebula ise kontrol edemedikleri bir uzay gemisinin içinde, uzay boşluğunda sürüklenmektedir. Thanos’un kurduğu tehlikeli dengeyi değiştirmek ve kendilerinden alınanı geri getirmek için hayatlarının en büyük mücadelesine girişen kahramanlar, intikam dolu bir savaşa hazırlanır.



ADAMLAR BABYLON'DA

Yerli alternatif müzik dünyasının enerjik gruplarından Adamlar, 17 Nisan'da Babylon'daki konserine hazırlanıyor. 2014 yılında yayınladıkları çıkış albümleri "Eski Dostum Tankla Gelmiş" ve 2016 yılında yayınlanan "Rüyalarda Buruşmuşuz" ile müzikseverlerle buluşan grup, farklı müzik tarzıyla dikkatleri üzerine çekmeyi başarıyor. Dinamik performanslarıyla tanınan Adamlar, vokal ve gitarda Tolga Akdoğan, elektro gitarda Emre Malikler ve Gürhan Öğütücü, bas gitarda Emir Ongun ve davulda Berkan Tilavel'den oluşuyor.

SALON İKSV WOODEN SHIPS'İ AĞIRLIYOR

Beş yıllık bir aradan sonra geçtiğimiz mayıs ayında yayınladıkları yeni albümün ardından Berlin'den kiraladıkları bir karavanla Avrupa'yı turlayan Wooden, rotasını Türkiye'ye çeviriyor. Erik Ripley Johnson'ın vokal ve gitarları, Dusty Jermier'in bası, Nash Whalen'in klavyesi ve Omar Ahsanuddin'in davullarıyla bir rüya takımı olan Wooden Ships, 16 Mart'ta Salon İKSV'de müzikseverlerle buluşuyor.



ZENGİN MUTFAĞI'NDA ŞENER ŞEN LEZZETİ

Cumhuriyet tarihinde görülmüş en büyük işçi hareketi olan 15 - 16 Haziran 1970 olaylarının zengin bir ailenin mutfağına yansımaları konu alan Zengin Mutfak, 21 Mart Perşembe günü DasDas Sahne'de tiyatro izleyicisiyle buluşuyor. 1978 yılında ilk kez İstanbul Şehir Tiyatroları'nda sahnelenen oyunda aşçı Lütfü Usta'yı canlandıran Şener Şen, 40 yıl aradan sonra aynı rolde ve genç oyuncu kadrosuyla tekrar sahnede.

FASHION FRIENDS





CEM YILMAZ'DAN YEPYENİ BİR KOMEDİ

En son 2014 yılında Amerika'da gerçekleştirdiği STANDartCY adlı stand up gösterisiyle sahneye çıkan Cem Yılmaz, uzun bir aradan sonra yeniden sevenleriyle buluşuyor. "Diamond Elite Platinum Plus" adını verdiği stand up gösterisinin ilkini 16 Mart tarihinde Tim Show Center'da gerçekleştirecek olan ünlü komedyen Cem Yılmaz, İstanbul gösterilerine 17 - 19 - 20 - 26 ve 26 Mart tarihleri ile devam edecek.

GÖRÜNENİN ÖTESİNDE OSMAN HAMDİ BEY

Osman Hamdi Bey'in SSM Resim Koleksiyonu'nda yer alan eserleri ve sanatçının bunları yaparken kullandığı tekniklere dair bilgiler, "Görünenin Ötesinde Osman Hamdi Bey" sergisiyle 1 Nisan tarihine kadar Pera Müzesi'nde sanatseverlerin ilgisine sunuluyor. İki yılda tamamlanan "Osman Hamdi Bey Tablolarının Bilimsel Analizleri ve Konservasyonu" projesinin bulgularına dayanan sergi, sanatçının boya uygulama tekniklerini, kullandığı malzemeleri ve eserlerin geçirdiği restorasyon çalışmalarını ziyaretçilerine aktarmayı hedefliyor.



ATA DEMİRER'DEN TEK KİŞİLİK DEV GÖSTERİ

Türk sanat müziğinden operaya, Türk halk müziğinden pop ve arabesk müziğe kadar geniş bir repertuvara sahip olan Ata Demirer, tek kişilik gösterisiyle 21 Mart'ta BKM Tiyatro Sahnesi'nde izleyicileriyle buluşmaya hazırlanıyor. Demirer'e sahnede Taşkın Sabah yönetiminde bir orkestra ve zaman zaman dansçılar eşlik ediyor. Ata Demirer kendine has üslubuyla seyirciye kahkahalar attırırken, diğer yandan da şarkılarıyla tiyatro sahnesine hoş bir seda getiriyor.



RUBATO SEVENLERİYLE BULUŞUYOR

Anadolu müziğinin oda orkestrası Rubato, sevenleriyle yeniden 20 Nisan tarihinde Sanat Performance sahnesinde bir araya geliyor. Bugüne kadar sayısız önemli sanatçının albümlerinde ve konserlerinde enstrümanları ile yer alan Fatih Ahıskalı, Özer Arkun, Göksun Çavdar ve Eralp Görgün, birlikte müzik icra ettiklerinde aynı anda aynı duyguları, büyük bir ahenk içinde paylaştıklarını ve Rubato'nun böylece doğduğunu savunuyor.



SAĞLAM VE RAHAT ADIMLAR!

Sadece Özdilek'te ve
Özdilekteyim.com'da.



FIRST
COMPANY

TEKNO TREND

Yaşam alanlarınıza her türlü kolaylığı sunan son teknoloji ürünleri sayfamıza taşıdık. Akıllı TV ve telefonlardan özel bakım ürünlerine kadar yer verdiğimiz teknoloji trendlerini beğenimize sunuyoruz.



SAMSUNG YAŞAM TARZINIZA YÖNELİK 2019 TV MODELLERİNİ DUYURDU

Samsung'un yaşam tarzına yönelik TV serisinin amiral gemisi konumunda olan The Frame ve Serif TV, geleneksel TV kavramının ötesine geçerek, ev dekorasyonunuzun bir parçası haline geliyor. Yaşam alanınızın tasarımına katkıda bulunan ve bu yılın The Frame modelinde daha derin kontrastlar, daha koyu siyahlar ve %100 renk hacmi sunan QLED ile muhteşem görüntü kalitesi elde ediliyor. 2019 Serif TV'ler ise daha gelişmiş görüntü kalitesi sunmak için en son QLED teknolojisiyle donatılıyor.



ACER YENİ CHROMEBOOK MODELİNİ TANITTI

Acer, ödüllü 15,6 inç Chromebook serisini AMD tabanlı ilk Chromebook modeli olan Acer Chromebook 315 ile genişletti. Radeon grafikli 7. Nesil AMD A6-9220C veya A4-9120C işlemcilerden güç alan ürün, yüksek performans gerektiren uygulamaların üstesinden gelebiliyor. Ürün, aynı anda çok sayıda sekme ve uzantıyla çalışabiliyor ve 10 saatlik pil ömrü ile tüm gün kullanım imkanı veriyor.



ProSPINby **Özfilek**

RİNG İPLİKÇİLİĞİNDE YENİ BİR DÖNEM BAŞLIYOR

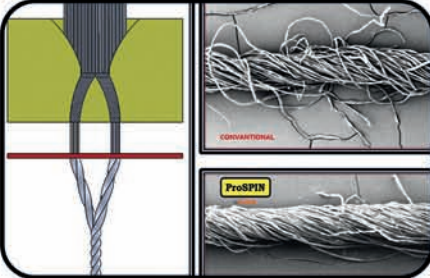
%20 %20'lere ulaşan seviyede daha yüksek iplik kopma mukavemeti

%25 %25'lere ulaşan seviyede daha düşük USTER H tüylülük değeri

%70 %70'lere ulaşan seviyede daha düşük USTER S3 tüylülük değeri

ProSPIN TEKNOLOJİSİ

ProSPIN teknolojisinin temeli, ring iplik makinesindeki bir üniteye beslenen fitilin, çekim sisteminin çıkışında bir kompaktör yardımıyla iki kola ayrılması ve iki ayrı koldan kompaktlaştırılmış olarak çıkan iki lif topluluğunun, bilezik – kopça sisteminden gelen bükümü alarak, ipliği oluşturacak şekilde bir araya gelmesine dayanır.



ProSPIN SİSTEMİNİN AVANTAJLARI



ProSPIN sistemi, sadece iplik üreticilerine değil, iplik kullanıcılarına da önemli imkan ve avantajlar sağlamaktadır. ProSPIN sisteminin sağladığı bu avantajlar:

- %20'lere ulaşan seviyede daha yüksek iplik kopma mukavemeti
- %70'lere ulaşan seviyede, daha düşük USTER S3 ve %25'lere ulaşan seviyede daha düşük USTER H tüylülük değerleri
- Bükümün azaltılabilmesi sayesinde, %20'lere ulaşan seviyede daha yüksek iplik üretim hızı
- %70'lere ulaşan seviyede daha düşük pnomofil telefi
- İplik düzgünsüzlük ve IPI değerlerinde iyileşmeler
- Takım başında ve çalışma esnasında düşük kopuş sayısı dolayısıyla yüksek randıman
- Daha düşük özellikli ham madde kullanarak, istenen iplik özelliğinin elde edilmesi
- Daha düşük penye telefi ile aynı iplik özelliğinin elde edilmesi
- Dokuma – örme süreçlerinde yüksek randıman
- Dokumada daha az haşıl kullanımı veya haşılsız çalışma imkanı
- Kumaşta daha az boncuklanma eğilimi
- Kumaşların çeşitli performans özelliklerinde iyileşmeler
- İplikte daha düşük tüylülük sayesinde boyama sürecinde daha parlak renkler
- İplik, dokuma ve örme süreçlerinde daha az uçuntu miktarı



HOTPOINT SON TEKNOLOJİ FIRINI CHEF PLUS İLE GELİYOR

Sadece yemekleri mükemmel şekilde ısıtmak için değil, yemek pişirme konusunda da bütün ihtiyaçlara cevap vermek üzere tasarlanan Chef Plus Mikrodalga Fırın, yemek yaparken harcanan zamanı yarıya indiriyor. Hızlı pişirme fonksiyonu sayesinde fırında pişirmenin çok yönlülüğünü, enerji ve zaman tasarrufuyla da mikrodalganın avantajlarını sunan Chef Plus, kendine has çift dalga yayıcı ile standart mikrodalgalardan farklı olarak bir fırının pişirdiği tüm yemekleri pişirebiliyor.



TIRAŞ RUTİNİNİ REMINGTON R7 İLE KEYFE DÖNÜŞTÜRÜN

Remington, yeni Ultimate Serisi'nin gözde ürünü R7 Döner Başlıklı Tıraş Makinesi ile kullanıcılarına pürüzsüz bir tıraş deneyimi sunuyor. Yakın kesme performansı veren LiftLogic bıçaklarıyla da kusursuz bir tıraş elde edilmesine yardımcı olan R7, yüzün açılarına uyum sağlayan çok yönlü tıraş başlıkları ve detay kesicisiyle beğeni topluyor. R7 Döner Başlıklı Tıraş Makinesi, antimikrobiyal koruma sistemiyle de ciltte tam koruma sağlıyor.



VESTEL VENUS E4 SATIŞA ÇIKTI

Vestel, Venus'ün giriş segmentinin yeni modeli e4'ü satışa sundu. 18:9 geniş ekranı ile video keyfini ikiye katlayan Venus e4, 1440 x 720 HD Plus çözünürlüklü 5.5 inçlik ekranı ile dikkat çekiyor. 13 MP arka ve 5 MP ön kamerasında portre modu bulunan Venus e4, 2900 mAh batarya, parmak izi okuyucu, 2 GB RAM ve 16 GB dahili hafıza garantisi veriyor. Venus e4, dahili FM radyosu ile internete gerek duymadan radyo keyfi yaşıyor. Çıkarılabilir arka kapağı ile Venus e4, ışıltıdan gece mavisi ve inci siyahı olmak üzere iki farklı renk alternatifi sunuyor.



TÜRK KAHVESİNİN EN TAZE HALİ: ARZUM OKKA BEANGOURMET

Her türdeki kahve çekirdeğini Türk kahvesi inceliğinde öğütebilen özelliğine sahip olan Arzum Okka Beangourmet, Türkiye'de ve dünyada keyifli bir Türk kahvesi deneyimi sunuyor. Uzun ömürlü ve sağlıklı seramik öğütücü mekanizmaya sahip olan Arzum Okka Beangourmet, bıçaklı öğütücülerin aksine, seramik öğütücüsü sayesinde kahveyi ısıtmadan aromasını koruyarak öğütüyor. Şık ve ergonomik tasarımıyla dikkat çeken kahve değirmeni, saklama kolaylığı sağlayan çıkarılabilir öğütücü koluyla da pratiklik sağlıyor.

Fissler

Her zaman mükemmel

White Star 2009
BRONZE



DESIGNPREIS
2008
NOMINEE



DESIGN PLUS



reddot design award
winner 2009



reddot design award
winner 2012



MADE IN
GERMANY



**%100
PATLAMAZ**

**DÜNYANIN EN İYİ
DÜDÜKLÜSÜ**



**%70 ENERJİ
TASARRUFU**



SAĞLIKLI VE LEZZETLİ BİR KAÇAMAK **CHILLBOX**

Bu sayımızda, her damak tadına uygun seçenekleriyle zenginleştirilmiş Chillbox mutfağını ziyaret ettik. Chillbox denince akla ilk gelen frozen yoğurttan farklı tatlı seçeneklerine uzanan enfes lezzetleri sizinle buluşturuyoruz.

2011 yılında tüketiciyle buluşarak yüzlerce satış noktasında hizmet vermeye başlayan Chillbox, kurumsal yapısıyla büyümeye ve benzersiz tatları misafirlerine sunmaya devam ediyor. Dünyanın en kaliteli frozen yoğurdunu ve doğallıkla ortaya çıkardığı diğer tüm tatları özgün bir duruşla sunan Chillbox, 15 ülkede misafirlerine keyifli ve lezzetli anlar yaşıyor. Şimdi sizi Chillbox'ın en popüler lezzetleriyle baş başa bırakıyoruz.



BRÜKSEL WAFFLE

1 Kişilik

MALZEMELER

250 gram un
2 yumurta
100 gram eritilmiş tereyağı
4 yemek kaşığı toz şeker
20 gram taze maya
250 ml ılık süt
250 ml ılık su
2 paket vanilin
1 tutam tuz

Üzeri için:

Çırpılmış krema ve
frambuaz. Tercihe göre çilek,
muz, çikolata, fındık, ceviz
eklenebilir.

YAPILIŞI

Bir kaba un, vanilin ve şeker alınır. Ilık suda maya çözdürülür ve unlu karışımın ortasına dökülür. Karışıma ılık süt ve düşük ısıda, yanmadan eritilmiş tereyağı eklenir. Yumurtaların sarıları da ilave edilerek hiç un topağı kalmayana dek yüksek devirde karıştırılır. Yumurta akları başka bir kapta köpük kıvamına gelene kadar çırpılır. Çırpılan karışım diğer hamur karışımına eklenerek kaşıkla yavaşça karıştırılır. Son olarak tuz da

ilave edilerek harmanlanır ve karışımın üzeri örtülerek bir saat kadar mayalanması için bekletilir. Bekleme süresinin sonunda, karışım boza kıvamında bir hamur halini almış olacaktır. Hamur, waffle makinesi iyice ısındıktan sonra dökülürse, makineye yapışmaz ya da birbirinden ayrılmaz. Makineye bir kepçe kadar dökülen hamur, yaklaşık 3 dakika kadar piştikten sonra hafif soğuması beklenir. Soğuduktan sonra isteğe göre üzeri süslenerek servis edilebilir.



CHEESECAKE

4 Kişilik

MALZEMELER

300 gram yulaflı bisküvi
110 gram tereyağı
700 gram labne peyniri
4 adet yumurta (oda sıcaklığında)
1 su bardağı toz şeker
1 su bardağı yoğurt
3 yemek kaşığı un
1 paket vanilya

Vişne sosu için:

1 su bardağı dondurulmuş vişne
1 su bardağı vişne suyu
Yarım su bardağı toz şeker
1 yemek kaşığı nişasta
200 gram krema

YAPILIŞI

Tavada eritilen tereyağı bisküvilerin üzerine ilave edilir ve rondodan geçirilir. Daha sonra bisküviler kelepçeli bir kek kalıbına dökülür ve üzerine iyice bastırılarak düz bir zemin sağlanır. Buzdolabında 15 dakika kadar bekletilir. Diğer yanda bir kaba krema, toz şeker, labne peyniri ve yumurtalar eklenerek çırpma işlemine başlanır. Üzerine un ve nişasta ilave edilir ve karıştırmaya devam edilir. Elde edilen karışım, bisküvilerin üzerine dökülür. Önceden ısıtılmış 175°C fırında 35 - 40 dakika pişirilir ve soğumaya bırakılır. Son olarak bir tencerede dondurulmuş vişne, vişne suyu, nişasta ve şeker, kıvam alana kadar karıştırılır ve soğumaya bırakılır. Hazırlanan sos cheesecake'e dökülür. 1 gün sonra servis yapılabilir.



YAPMASI BİZDEN

PİŞİRMESİ SİZDEN

Şimdi
yeni çeşidiyle
Özdilek'lerde!



PINAR



pinarlezzetfikirleri

OREO'LU KUPLAR

1 Kişilik

MALZEMELER

1 litre süt
1 çay bardağı toz şeker
4 yemek kaşığı nişasta
2,5 su bardağı süt
3 yemek kaşığı kakao
3 yemek kaşığı toz şeker
1 yemek kaşığı nişasta
1 yemek kaşığı un
80 gram bitter çikolata
Yarım paket krema

YAPILIŞI

Bir litre süt, bir çay bardağı toz şeker ve dört yemek kaşığı nişasta bir kaptan çırpılır. Ayrı bir kaptan ise 2,5 su bardağı süt, 3 yemek kaşığı kakao, 3 yemek kaşığı toz şeker, 1 yemek kaşığı un ve 1 yemek kaşığı nişasta karıştırılır. Bu karışıma 80 gram bitter çikolata ilave edilir. Yarım paket krema, çikolatalı sosa eklenir.

Karışım iyice karıştırıldıktan sonra kuplara alınır ve üzerine Oreo bisküvi parçaları serpilir. Ezilmiş fındıklar da süslemeye ilave edilerek tekrar çikolata sosu dökülür ve bir sıra daha bisküvi eklenir. Son olarak ilk yapılan karışım, kupların üzerine azar azar dökülerek servise hazır hale getirilir.



EFANE PEPSI TWIST GERİ DÖNDÜ!



LİMON & MİSKET LİMONU

SEN HÂLÂ DENEMEDİN Mİ?

BİSKÜVİLİ FROZEN YOĞURT

MALZEMELER

2 su bardağı süzme yoğurt
Yarım paket yulaflı bisküvi
1 çay bardağı pudra şekeri
200 ml krema

Üzeri için:

Tercihe göre bisküvi, gofret çeşitleri
ya da çikolata sosu eklenebilir.

YAPILIŞI

Yulaflı bisküviler ve pudra şekeri blender'dan geçirilerek süzme yoğurda eklenir. Daha sonra krema ilave edilerek iyice karıştırılır. Elde edilen yoğurt, 6 saat kadar buzlukta bekletilir. Ardından tekrar blender'dan geçirilir. İki ayrı bardağa pay edeceğiniz yoğurdun üzerini, dilediğiniz bisküvi ve tercihe göre çikolata sosuyla süsleyebilirsiniz.

2 Kişilik



DOĞAL FROZEN YOĞURT

MALZEMELER

2 su bardağı süzme yoğurt
1 çay bardağı pudra şekeri
200 ml krema

Üzeri için:

Tercihe göre çilek, kivi, muz, ananas
ve çikolata eklenebilir.

YAPILIŞI

Süzme yoğurt ve pudra şekeri blender'dan geçirilir. Daha sonra krema ilave edilerek iyice karıştırılır. Elde edilen yoğurt, 6 saat kadar buzlukta bekletilir. Ardından tekrar blender'dan geçirilir. İki ayrı bardağa pay edeceğiniz yoğurdun üzerini, tercihe göre çilek, kivi, muz, ananas ve çikolata sosuyla süsleyebilirsiniz.

2 Kişilik





Hakiki Lezzetlerle Zamansız Kahvaltı Sofraları...

Geç ya da erken, uyanmak için en güzel neden.





Sosyal Medya

Her sayımızda özel olarak mercek altına aldığımız sosyal medyanın sevilen ünlülerini, sizinle buluşturmaya devam ediyoruz. Keyifli okumalar...



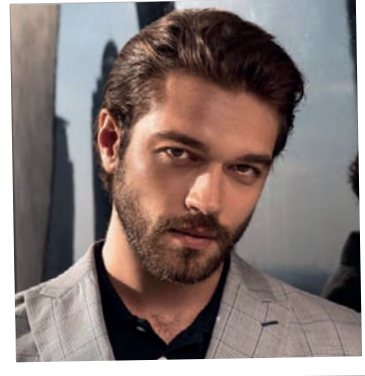
Ali Sunal (@alisunal)

Türk sinemasının unutulmaz efsanelerinden Kemal Sunal'ın oğlu Ali Sunal, babasının izinden giderek 6 sezondur hazırlayıp sunduğu "Güldür Güldür" programıyla oyunculuk başarısını katıyor. Geçtiğimiz yıl Nazlı Kurbanzade ile hayatını birleştiren Sunal, sosyal medyada da oldukça aktif. Ali Sunal, 860 bin takipçili Instagram hesabında, yaptığı işlerin videolarını ve yakın çevresiyle olan fotoğraflarını paylaşıyor.



Yağmur Tanrısevsin (@yagmurtanrisevsin)

Güzelliğiyle ve başarılı oyunculuğuyla dikkat çeken Yağmur Tanrısevsin, Instagram'ın en gözde isimlerinden biri. 1,5 milyon takipçi sayısına sahip olan Tanrısevsin şıklığıyla göz kamaştırırken, hayvan dostu paylaşımlarıyla da takdir topluyor.



Furkan Andıç (@furkanandic8)

"Kaçak Gelinler", "Kırgın Çiçekler" ve "Meryem" gibi dizilerle adından söz ettiren yakışıklı oyuncu Furkan Andıç, "Kardeş Çocukları" dizisiyle ekranlara hızlı bir dönüş yaptı. 1,2 milyon takipçiye sahip başarılı oyuncu, Instagram hesabında özel çekim fotoğraflarına ve kapak röportajı çalışmalarına yer veriyor. Yakışıklı oyuncunun paylaşımları binlerce beğeni alıyor.



Ümit Erdim (@umit.erdim)

Tiyatro, dizi ve sinema dünyasının, dikkatleri üzerine çeken sempatik oyuncusu Ümit Erdim de sosyal medyayı aktif kullanan ünlülerden. Minik kızı Ses ile birlikte yer aldığı karelere sıklıkla yer veren Erdim, birbirinden komik hikayelerle ve gezdiği şehirlerden paylaştığı gönderileriyle de takipçilerine keyifli anlar yaşıyor.



Sedef Avcı (@sedefavci_)

"Menekşe ile Halil" ve "Ezel" gibi televizyon dizileriyle birlikte birçok sinema filminden tanıdığımız Sedef Avcı da Instagram kullanıcılarının yakın takibinde olan oyuncular arasında yer alıyor. Profilinde eşi Kıvanç Kasabalı ve oğlu Can Kasabalı ile olan anlarının fotoğraflarını paylaşan Sedef Avcı, sosyal sorumluluk projelerinde de duyarlılık gösteren ünlü isimlerden.



Tuba Ünsal (@tubaunsal)

Sabahattin Ali'nin ünlü romanı "Kürk Mantolu Madonna"nın tiyatroya uyarlanan projesinde rol alan Tuba Ünsal, Instagram hesabından paylaştığı oyun afişleri ve birbirinden zarif fotoğraflarıyla hayranlarının yakın takibinde. Ünsal, 647 bin takipçisiyle gezip gördüğü yerleri paylaşmayı da ihmal etmiyor.



AlumiCable™

Lightning Şarj / Data Kabloları



Hızlı Şarj
Uyumlu



Ekstra
Dayanıklı



120cm
Uzunluk

iPhone™
ile uyumludur



Bubbles™ 2

Mikrofonlu Kulaküstü Kulaklık



Ekstra Bas
Performansı



Çıkarılabilir
Kablo



SoundMax™

Kulaküstü Kablosuz Bluetooth Kulaklık



Ekstra Bas
Performansı



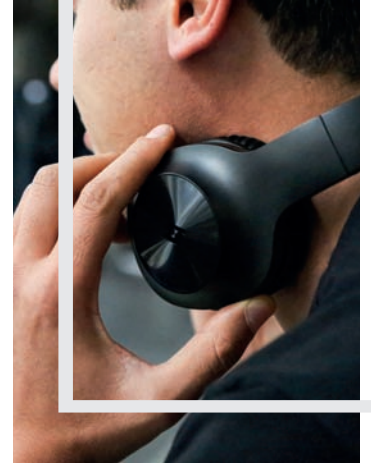
Dahili
Mikrofon



iPhone™
ile uyumludur

Android™
ile uyumludur

Bluetooth®



EasyDrive™ 2

Araç İçi Telefon Tutucu



TÜM AKILLI TELEFONLAR
İLE UYUMLUDUR



2 ADET SÖKÜLEBİLİR MANYETİK ETİKET



Kolay
Kullanım



Oynar
Başlık



