KASIM - ARALIK 2022 - Sayı 36

we|you|they

by Özdilek TR

MODA, ALIŞVERİŞ, KÜLTÜR VE YAŞAM DERGİSİ

ALABİLİRSİNİZ

Şenay GÜRLER

"KENDİNE İNANCI OLAN BİRİYİM"

YENİ YIL KOMBİNLERİ ÖZDİLEKTEYİM'DE

YENİ YILI BİR MEKTUPLA KARŞILAYIN

YILBAŞI RENKLERİNDE GÜZELLİK

WE ARE Barbie™

KIZLARIN GERÇEK DÜNYADA GÖRDÜĞÜ FARKLILIKLARI YANSITAN
BUGÜNE KADARKİ EN ÇEŞİTLİ SERİ

Barbie.com #WeAreBarbie

©2020 Mattel. Her biri ayrı satılır.

özlüsigorta

"Özünde Güven Var"

ÖZDİLEK HİZMET KALİTESİYLE
HAYATIN HER ANINDA YANINIZDAYIZ

Beklenti ve talepleri etkin bir şekilde yönetebilmek, toplumun yaşam kalitesini artırabilmek amacıyla 30 yılın vermiş olduğu bilgi ve birikimle güvenli yarınlar için çalışıyoruz.

YURT DIŞI SEYAHAT

TRAFİK | KASKO
FERDİ KAZA

KONUT | DASK

ÖZEL SAĞLIK
YABANCI SAĞLIK
TAMAMLAYICI SAĞLIK
YEŞİL KART

UYGUN ÖDEME KOŞULLARI | AVANTAJLI FİYATLAR

özdilek markasıdır.

Hızlı İletişim 0534 645 86 99 444 56 99 | ozlusigorta.com.tr

ozdilekozlusigorta ozlusigorta OzluSigorta

pierre cardin

EDİTO

Sevgili We You They Okurları,

Herkes için güzellik ve huzur dolu geçtiğini temenni ettiğimiz, 2022 yılının son aylarına geldik. Her sayımızda katlanan güzel duygularımızla ve büyük bir emeğimizle hazırladığımız yeni sayımızı, siz değerli okurlarımızın beğenisine sunabilmenin bizim için büyük bir şans olduğunu söylemek istiyoruz.

Zamanın ruhunu sizler için yansıttığımız yeni sayımızı, yılın bu son demlerine özel içeriklerle hazırladık. Duru güzelliği, içtenliği ve tüm zarafetini röportajımızdan bir an bile eksiltmeyen Şenay Gürler ile bir araya geldik. Kendisinin hayat mücadelesine ve ışıl ışıl enerjisine tanık olduğumuz röportajımızı keyifle okumanızı diliyoruz.

Bu yılbaşı ne yapsak, nereye gitsek ve ne giysek, tüm bu sorularınıza cevap niteliğinde öneriler hazırladık. Tam da bu aylara özel bir gezi rotası, farklı konseptlerde katılacağınız yılbaşı davetleri için kombinler, sevdiklerinize ve kendinize alabileceğiniz hediyeler ile güzel bir yeni yıl sofrası için birbirinden lezzetli tarifler... Hepsi yeni sayımızda, zamanın ruhunu hissetmek isteyen okurlarımızı bekliyor.

Mustafa Kemal Atatürk'ün "Öğretmenler; yeni nesli, cumhuriyetin fedakar öğretmen ve eğitimcilerini, sizler yetiştireceksiniz ve yeni nesil, sizin eseriniz olacaktır..." sözleri nezdinde, 24 Kasım Öğretmenler Günü'nü kutluyoruz.

Ulu Önder Mustafa Kemal Atatürk'ün aramızdan ayrılışının 84. yılında Ata'mızı sonsuz saygı, minnet ve özlemle anıyor; O'nun vatanımıza duyduğu sevgisini ve çabasını anlatan bir anısına Atatürk'e Dair sayfamızda yer vermekten büyük bir mutluluk duyuyoruz.

Binbir emek ve heyecanla hazırladığımız yılın son sayısını sizinle baş başa bırakırken 2023'ün her bir gününü mutluluk, huzur ve sağlıkla geçirmenizi diliyoruz.

Emine Nalbant
Sorumlu Yazı İşleri Yöneticisi

we|you|they

İmtiyaz Sahibi
Özdilek Holding AŞ

İmtiyaz Sahibi Temsilcisi
Sertaç Ünal

Genel Yayın Yönetmeni
Sedat Yamansucu

Sorumlu Yazı İşleri Yöneticisi
Emine Nalbant

Editör
Deniz Yanılmaz

Sinema Editörü
Oğuzhan Alparslan

Görsel Yönetmen
Ceyda Tosun

Stilist
Elif Ergezer

Yayını Hazırlayan
Duma Ajans
Soğanlı Mah. İstanbul Cad.
No. 343 - 3 Osmangazi / Bursa
T: +90 224 219 60 00 / 6082

duma
duyguların matematiği

Baskı
Promat Basım
Yayın San. Tiv. AŞ
Orhangazi Mah. 1673 Sok. No. 34
Esenyurt / İstanbul T: 0212 622 63 63
info@promat.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. Dergideki ürün fiyatları değişiklik gösterebilir.

info@weyouthey.com.tr
weyoutheybyozdilek
weyoutheymag
weyoutheymag

we you they dergisi
mobil uygulamalarda ve web'te

Available on the App Store
ANDROID APP ON Google play

İÇİNDEKİLER

GOLD 2022 STEVIE WINNER INTERNATIONAL BUSINESS AWARDS

12 RÖPORTAJ
ŞENAY GÜRLER

6 Özdilek'ten Haberler
10 ÖzdilekPark'ta Sizin için

VİTRİN

22 Doğa ile İç İçe Bir Eğlence
24 Yeni Yıl Kombinleri Özdilekteyim'de
26 En Güzel Renklerle Neşeli Kombinler

Yeni Yılda
Küçük Hediyeler
Büyük Mutluluklar
32

28 **Sofralarda Yeni Yıl Rüzgarları**

Bir yılı daha arkamızda bırakırken yeni bir yılı sevdikleriyle evinde karşılamak isteyenler burada mı?

42
GEZİ
ALPLER'İN İNCİSİNDE YENİ BİR YIL

20 GÖZ ALICI ŞIKLIĞINIZLA IŞILTILI BİR DAVET

SAĞLIK

34 Sağlıklı ve Fit Bir Yıl

38 Sürekli Üşüyorsanız Bunlara Dikkat Edin

46 Yeni Yılı Bir Mektupla Karşılayın

AKTÜEL

40 Tam Zamanı Denilebilecek Öneriler

54 Canlılar

56 Bakalım Biz'le Bilim Dünyası

58 Sözlük

66 Kitap Önerileri

68 İz Bırakanlar

72 Atatürk'e Dair

GÜZELLİK

50 Yılbaşı Renklerinde Güzellik

SİNEMA

60 Cinetime'da Öne Çıkan Filmler

FOCUS

63 Hollywood'un İkonik Yüzü: Russell Crowe

TEKNOLOJİ

74 En Son Teknolojiyle Tasarlanan Ürünler

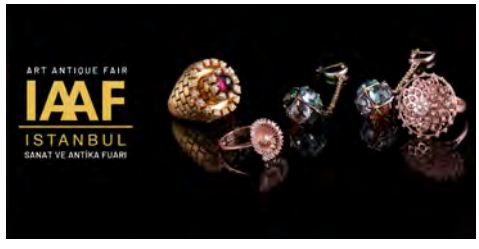
GURME

76 Yeni Yıla Lezzetli Bir Başlangıç

FAYDALI UYGULAMALAR

88 Hayatı Kolaylaştıran Mobil Uygulamalar

64 **AJANDA**



ÖZDİLEK'TEN HABERLER

ÖZDİLEK 10. DEPARTMAN MAĞAZASINI AÇTI

Perakende sektöründe son yıllarda yaptığı yatırımlarla büyümeye devam eden Türkiye'nin öncü markalarından Özdilek, 10. departman mağazasını büyük bir coşkuyla açtı. Mağazacılık yolculuğuna yeni bir halka daha ekleyerek ülke istihdamına katkı sağlayan Özdilek; Antalya, Bursa, Erzurum, İstanbul ve Sakarya illerinde bulunan 9 ayrı departman mağazasından sonra 10. mağazasını da Tekirdağ'ın Çerkezköy ilçesinde yer alan Çerkezköy Center AVM'de hizmete sundu. 2 bin 700 metrekarelik alanda, 2 katlı ve son derece modern mimari tasarımlarla dizayn edilen departman mağazada, binlerce çeşitten oluşan kadın, erkek, çocuk giyim, aksesuar ve ev tekstili ürünüyle birlikte bir evin ihtiyacı olabilecek birçok ürün satışa sunuluyor.

EN ÜNLÜ VE KALİTELİ MARKALARLA KEYİFLİ ALIŞVERİŞ AYRICALIĞI

Dünyaca ünlü sevilen markaların yanı sıra ev tekstili bölümünde havlu, bornoz, nevresim ürünlerinin tamamını kapsayan Özdilek Ev Tekstili, Sadem, Floretta markaları, tekstilde ise yine Özdilek markalarından; Funfair, Finesuits, Shefame, First Company, First Company Denim, First Company Sport ve Wishoes ile çocuk, kadın ve erkek giyim, ayakkabı, çanta ve aksesuar ürünleri yer alırken Travel Zone markalı valizler de kullanıcıların satışına sunuluyor. Oldukça geniş bir ürün gamı ve marka yelpazesine sahip olan Özdilek, yıl boyu devam eden çeşitli fırsat ve kampanyalarla da misafirlerine ayrıcalıklı alışveriş deneyimi sunuyor.

Faaliyet gösterdiği tüm alanlarda niteliğinden ödün vermeden kaliteli ürün ve hizmet sunma hedefiyle misafirlerini ağırlayan Özdilek, perakende sektöründe 14 alışveriş merkezi, 7 hipermarket, 10 departman mağaza, 2 konsept lokum mağazası, 144 ev tekstili mağazası ve çevrim içi alışveriş sitesi Özdilekteyim.com ile misafirlerine kaliteli ürün ve hizmet imkanı sunmaya devam ediyor.

İŞ DÜNYASININ ZİRVESİNDEN ÖNEMLİ AÇIKLAMALAR

Capital, Ekonomist ve Start Up dergileri tarafından 2012 yılından bu yana düzenlenen Türkiye'nin en önemli iş ve ekonomi buluşmalarından Uludağ Ekonomi Zirvesi 2022, bu yıl Sapanca'da gerçekleşti. Her yıl Türkiye'den birbirinden değerli konuşmacıları ve iş insanlarını buluşturan zirveye, T.C. Hazine ve Maliye Bakanı Dr. Nureddin Nebati, Fransa Eski Cumhurbaşkanı François Hollande gibi bürokratların yanı sıra Türkiye ekonomisine yön veren holdinglerin kurucuları ve üst düzey yöneticileri katıldı. Perakendede Dönüşümün Geleceği isimli oturum, Estee Lauder Companies Türkiye Genel Müdürü İpek Ersavaş'ın moderatörlüğünde gerçekleşti. Panele konuşmacı olarak katılanlar arasında yer alan Özdilek Holding Yönetim Kurulu Başkanı Hüseyin Özdilek, perakende sektörüne dair dikkat çekici açıklamalarda bulundu.

Özdilek, her şeyden önce firma kültürünün önemli olduğunu hatırlatarak, "Hangi boyutta dijital dönüşüm yapılırsa yapılsın insan sevk ve idaresi olmadan başarı sağlanamaz. Bizim kendi bünyemizde çalışanlarımızın, kurumumuzdaki ortalamaları 10 yıl. Bu bizim için sevindirici çünkü öğrettiğiniz şeyin sürdürülebilir şekilde devam ettirilebilmesi için kesinlikle bilgi lazım. Yaklaşık 8 bin kişi istihdam ediyoruz. Bunların hepsinin birbiriyle bağlantılı olabilmesi için SAP sistemi ise oldukça önemlidir." şeklinde konuştu.

UEZ SAPANCA

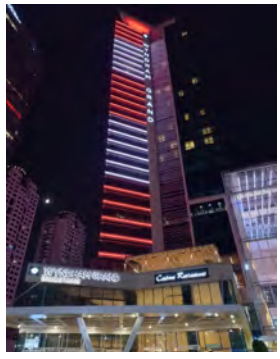
Capital | Ekonomist | Start Up

BTSO'NUN EN BÜYÜKLERİ LİSTESİ AÇIKLANDI

Bursa Ticaret ve Sanayi Odası'nın (BTSO), kent ekonomisine ışık tutan en önemli saha çalışması olan Bursa'nın İlk 250 Büyük Firma Araştırması 2021 yılı sonuçları açıklandı. 25'inci kez gerçekleştirilen araştırmanın sonuçlarına göre Özdilek Holding, 3 grup şirketiyle bu yıl da listede yer almaya devam etti. Kent ve ülke ekonomisinin gelişiminde önemli bulgular ortaya koyan liste; net satış rakamları, sektörel sıralama, ciro, öz sermaye, karlılık ve istihdam verilerine göre çeşitli kategorilerde belirlendi. Bursa'nın İlk 250 Büyük Firma Listesi'nde Özdilek şirketler grubuna ait Özdilek Alışveriş Merkezleri ve Tekstil Sanayi Anonim Şirketi, Özdilek Ev Tekstil Sanayi ve Ticaret Anonim Şirketi ve Özdilek İthalat İhracat ve Pazarlama Limited Şirketi yer aldı.

10 KASIM'DA ATA'MIZI SAYGIYLA ANIYORUZ

Türkiye Cumhuriyeti Devleti'nin kurucusu Ulu Önder Mustafa Kemal Atatürk, aramızdan ayrılışının 84. yılında tüm yurtta sevgi, saygı ve özlemle anılıyor. Özdilek Holding şirketler grubunda yer alan Özdilek Turizm İşletmeciliği ve Ticaret Limited Şirketi bünyesinde hizmet veren Wyndham Grand İzmir Özdilek ve Wyndham Grand İstanbul Levent, 10 Kasım Atatürk'ü Anma Günü'ne özel ışık gösterisi düzenliyor. 10 Kasım haftası boyunca Wyndham Grand İzmir Özdilek, dış cephesini Türk bayrağı şeklinde ışıklandırma ile aydınlatırken yine aynı hafta içerisinde Wyndham Grand İstanbul Levent'te otelin dış cephesini kırmızı beyaz ışıklandırma ile aydınlatıyor. *Ayrıca 10 Kasım günü Türkiye'nin 14 ayrı şehrinde bulunan Özdilek AVM'lerinden Atatürk rozetlerinizi istemeyi unutmayın.*



IŞILTILI KIŞ ŞIKLIĞININ ADI: *ÖZDİLEK 2022 – 2023 SONBAHAR – KIŞ KOLEKSİYONU*

Özdilek mağazalarının 2022 - 2023 Sonbahar - Kış Koleksiyonu katalog çekimleri ve Özdilek'in erkek, kadın klasik giyim markaları Finesuits ve Shefame, çocuk giyim markası Funfair, casual giyim markası First Company, First Company Denim'in dijital platformlarda yayınlanmak üzere tanıtım filmlerinin çekimleri gerçekleştirildi. İstanbul Karaköy Zülfaris'in tarihi dokusunda modern ve klasik giyim, Uludağ'ın eşsiz doğasında günlük ve spor giyim ile Tabiat Tarım Eğitim Araştırma Tesisi'nde çocuk giyim çekimleri tamamlandı. 5 gün süren çekimler ise fotoğraf sanatçısı Zeynel Abidin Ağgül tarafından fotoğraflanırken kataloğun stil danışmanlığını ise Erdal Güvenç üstlendi.

Göz Alıcı Şıklık ve Konforlu Bir Tarz

Özdilek kadın klasik giyim markası Shefame ile erkek giyim markası olan Finesuits'in birbirinden şık ve zarif yeni sezon ürünleri, Karaköy Zülfaris'in büyüleyici tarihi dokusuyla buluştu. Sonbaharın ve kış aylarının en güzel renkleriyle kaz ayağı, ekose desenler göz alıcı bir uyum yakalarken her sezonun favorisi siyah deriler, triko parçalar ve takım elbiseler de koleksiyonda yerini aldı.

Casual giyim ve spor giyim için çekim rotası, teleferikle başlayarak Uludağ'ın eteklerinde devam etti. Sarıalan ve Kirazlı Yayla semalarından doğanın eşsiz uyumuna yansıyan karelerde, First Company, First Company Denim ve First Company Sport'un yanı sıra dünyaca ünlü markaların ürünleri de göz boyadı. Son moda kot pantolonlar, eşofman takımları, sweatshirtler canlı renkler, turuncu ve toprak tonlarla koleksiyonun yükselenlerinden oldu.

Çocukların Rengarenk Dünyasına Yolculuk

Özdilek'e ait Tabiat Tarım tesislerinde devam eden çekimler, çocukların birbirinden eğlenceli görüntülerine ev sahipliği yaptı. Rahat kumaş yapıları ve sevimli desen seçimleriyle hazırlanan koleksiyonda, Özdilek markası olan Funfair ve sevilen markalar yer aldı. Hareket ve özgürlük vadeden ürünleriyle çocukların renkli dünyasına yolculuk yapan ürünler hem çocukları hem de ebeveynleri mutlu ediyor.

Göz alıcı kış şıklığı için 2022 - 2023 Sonbahar - Kış Koleksiyonu kataloğunda yer alan yeni sezon ürünleri, Özdilek AVM'lerinde, departman mağazalarında ve Özdilekteyim.com'da kullanıcılarını bekliyor.

Kataloğumuzu incelemek için QR kodu okutunuz.

YENİ YILA ÖZEL MUTLULUK VEREN HEDİYELER

Yeni yıla sayılı günler kala pek çoğumuzun sorduğu yılbaşında ne almalıyım sorusuna cevap olacak hediye kataloğu hazırlayan Özdilek, misafirlerine yeni yılda güzel anlar, mutlu anılar sunmaya devam ediyor. Hem kendiniz hem de sevdikleriniz için onlarca kategoride yüzlerce çeşit yerli ve yabancı markanın ürünlerinin yer aldığı Özdilek 2023 Hediye Kataloğu'nun çekimleri, Özdilek markası olan Duma Ajans stüdyolarında tamamlandı. Yılbaşı ağacı süslerinden evinizi güzelleştirecek dekoratif ürünlere, her mevsim evinizin modasını oluşturacak Özdilek Ev Tekstili ürünlerinden birbirinden şık sofralar için ihtiyaç olabilecek züccaciye ürünleri ve yılbaşı akşamının vazgeçilmezi olan lezzetlere kadar aradığınız her şey, Özdilek markası olan Hometime ve sevilen markalarla hediye seçiminde kararsız kalanlar için yol gösterici niteliğinde...

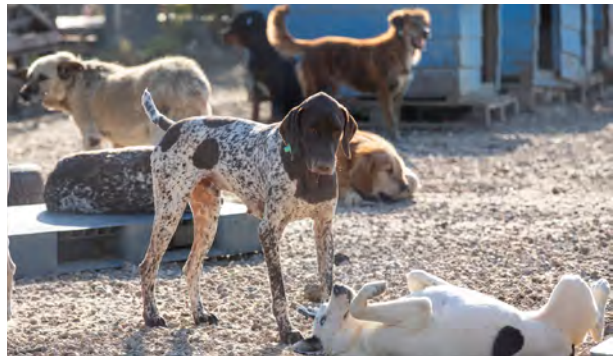
Enerjinizle Işıltı Saçın

Katalogda yer alan kadın ile erkek giyim ve aksesuar kategorisinde Özdilek markalarından Shefame ve Finesuits başta olmak üzere onlarca markanın ürünlerinde yılın renkleri, desenleri ve çizgileri göz alıcı kombinlerle buluşuyor. Yüzlerce ürünün sunulduğu Özdilek 2023 Hediye Kataloğu'ndaki ürünlere, Özdilek mağazalarından ve Özdilekteyim.com'dan ulaşabilirsiniz.

ÖZDİLEK'İN MUTLULUK HAREKETİ BÜYÜYOR

Özdilek AVM'ler hizmet verdiği günden bu yana misafir memnuniyetini en üst düzeyde sağlamanın yanı sıra düzenlediği etkinlik ve sosyal sorumluluk projeleriyle de farkındalık yaratmaya devam ediyor. Sevimli dostlarımız için kollarını sıvayan Özdilek, belirli tutarlarda evcil hayvan ürünleri alışverişi yapan tüm kullanıcıları adına HAYTAP aracılığıyla HEPAD'a mama bağışında bulundu.

Hayvan Hakları Federasyonu (HAYTAP)'nun belirlemiş olduğu Bursa Başköy'de bulunan Her Eve Bir Pati Derneği (HEPAD)'ni ziyaret eden Özdilek Holding yetkilileri, kampanya kapsamında elde edilen mamaları bizzat barınağa teslim etti.



Tüm hayvan dostu misafirlerinin desteğiyle geçmiş yıllarda hayata geçirdiği Pati Payı projesine bir "mutluluk hareketi" daha ekleyen Özdilek, sevimli dostlarımızın yaşam alanlarına ve haklarına dikkat çekecek bir kampanyayla toplum için sosyal sorumluluk projelerinin ne kadar önemli olduğunun bir kez daha altını çizdi. Sosyal farkındalık projelerine yönelik Özdilek'in çalışmaları, önümüzdeki günlerde de hayvan dostlarımıza fayda sağlayacak şekilde devam edecek.

ÖzdilekPark'ta SİZİN İÇİN!

VAKKO'DAN SİZE ŞIKLIK SUNACAK KIŞ VİTAMİNİ

Vakko, 2022 – 2023 Sonbahar - Kış Kadın Koleksiyonu, duyguları kapsayan, güçlü, ihtiyaç duyulan ve moda yaratan bir stili ortaya koyuyor. Tüm canlı renkleri kışa enerji veren vitamin olarak yorumlayan Vakko'nun Winter Vitamins temasında fuşya, saks, mor, oranj, sarı, yeşil, kırmızı, turkuaz gibi capcanlı renkler neşe kaynağı oluyor. Bu canlı renkler kış beyazıyla takımlandığında daha parlak ve güçlü; bej ve grilerle buluştuğunda daha gölgeli ve soft; kendi aralarında bir araya geldiklerinde ise çarpıcı, dinamik bir görünüm sunuyor. Renkler; ayakkabılarda taban ve detaylarda, çantalarda biye ve aksesuarlarda, dokuma olarak şapkalarda kendini hatırlatıyor.

ÖZDİLEKPARK İSTANBUL 0. KAT

DIŞ GİYİM SEÇENEKLERİYLE BEYMEN CLUB FARK YARATIYOR

Sokak sanatının renkli dünyasından ve yaratıcılığından ilham alan BEYMEN Club, 2022 - 2023 Sonbahar - Kış sezonunda konfordan ödün vermeyen şık dış giyim seçenekleriyle şehrin yeniliklerini keşfetmeye davet ediyor. Kapüşonlu yelekler ve puff montlar, geçiş mevsiminin kilit parçası olarak gardıroplarda yerini alıyor. BEYMEN Club erkeğinin dinamik silüeti, dış giyimlerde ve teknik kumaş kullanılan ürün detaylarında öne çıkıyor. Kapitone oyunlarla detaylandırılan overshirt gömlekler şehir hayatının yüksek dinamizmine karşı güçlü bir duruş sergiliyor. Süet tasarımlar, deri bomber mont ve shearling yaka detaylı kruvaze deri kaban, sezona asi bir tavır katıyor.

ÖZDİLEKPARK İSTANBUL 0. KAT

SEVDİKLERİNİZE SPORTİF BİR YENİ YIL HEDİYESİ DECAHTLON'DA

Spor tutkusunu yaymaya devam eden Decathlon, sevdiklerine unutulmaz bir hediye almak isteyenler için sportif seçenekler sunuyor. Kış mevsimine uygun ürün alternatifleriyle Decathlon'da kayaktan snowboard'a, koşudan bisiklete, yogadan kampa kadar daha pek çok spor dalında binlerce ürün bulunuyor. Su geçirmez botlar, sıcacık tutan montlar, rengarenk bereler, eldivenler, kayaklar, snowboard'lar, bisikletler, scooter'lar, çadırlar, katlanabilir sandalyeler, taytlar, koşu giysi ve aksesuarları, yoga ekipmanları, raket sporlarına dair ürünler, aksiyon kameraları, rengarenk çanta ve bavullar ile sevdiklerinizi yeni yılda mutlu edecek daha pek çok hediye seçeneği Decathlon mağazalarında ve decathlon.com.tr'de sizi bekliyor.

ÖZDİLEKPARK İSTANBUL -3. KAT

YVES ROCHER'NİN EŞSİZ KOKULARIYLA YENİ YILDA DOĞAYI CİLDİNİZDE HİSSEDİN

Kendinizi tüm duygularınızla yeniden bağlanmaya davet eden ve sınırsız bir yolculuk yaratan Yves Rocher Pleines Natures Parfüm Serisi, doğanın en değerli anlarını, kendinize doğaya daha yakın hissetmeniz için sunuyor. Gün boyu doğanın farklı kokularını ve ferahlığını yanınızda taşıyacağınız Pleines Natures'un doğaya saygılı ve geri dönüştürülmüş modern tasarımlı şişeleri ile kendinizi doğanın sonsuz ufuklarına bırakmaya hazır olun! Sur La Lande taze ve çiçeksi, Sel D'Azur greyfurt, sedir ağacı ve vetiver, Garden Party Isparta gülü ve nane yaprağı, Plein Soleil, sümbülteber, Ylang Ylang ve sandal ağacı, Voile d'Ocre sedir ile sandal ağacı, Cuir de Nuit vanilya ve kakao kokularıyla hazırlanan parfüm serisi kullanıcılarını eşsiz bir yolculuğa davet ediyor.

ÖZDİLEKPARK ANTALYA 0. KAT **ÖZDİLEKPARK BURSA NİLÜFER 1. KAT**

ÖZDİLEKPARK İSTANBUL -1. KAT

FLO'DAN KIŞ MEVSİMİNE AYAK UYDURAN BOT KOLEKSİYONU

FLO'nun hem trendler ile uyum yakalayan modelleri hem de zamansız tasarımlardan oluşan bot koleksiyonu, soğuk kış aylarında kadın, erkek ve çocukların adımlarını ısıtacak! Çok sayıda alternatifin yer aldığı FLO Bot Koleksiyonu'nda konforu ve şıklığı bir araya getiren modeller kış kombinlerinin en konforlu parçası olmaya aday! Özellikle çocuklar için oldukça geniş bir yelpazeye sahip olan koleksiyon, su geçirmez hafif tasarım yapısıyla dikkat çekiyor. Çocukları zorlu kış şartlarından en rahat şekilde koruyacak modellerde pembe, lacivert, hardal, kahverengi ve beyaz renkler çocukların beğenisine sunuluyor. Rugan, deri ve süet alternatiflerini ışıl ışıl sim ve sıcacık suni kürk detayları süslüyor. Miniklerin enerjilerine de ayak uyduracak modeller FLO'da sizleri bekliyor!

ÖZDİLEKPARK ANTALYA 1. KAT **ÖZDİLEKPARK BURSA NİLÜFER 1. KAT**

ÖZDİLEKPARK İSTANBUL -2. KAT

Şenay Gürler

"KENDİNE İNANCI OLAN BİRİYİM."

Röportaj Emine Nalbant
Fotoğraf Zeynel Abidin Ağgül
Styling Erdal Güvenç
Kostüm adL & Nine West

Işıl ışıl, tepeden tırnağa bir mücadeleye gönül vermiş, işine aşık, dinamizmi ve yaşam coşkusu hiç bitmeyen bir oyuncu var karşımızda! Zarafeti, güzelliği ve içtenliğiyle devleşen Şenay Gürler, peşinden koştuğu tüm hayalleri ve başarılarıyla yeni sayımızın konuğu... Şimdiden keyifli okumalar dileriz.

Öncelikle sizi biraz daha yakından tanıyabilir miyiz?

İnsanın kendini tanıtması ne kadar zormuş. İzmir doğumluyum. Dokuz Eylül Üniversitesi Güzel Sanatlar Fakültesi Sinema, Televizyon Bölümü mezunuyum. Üniversite süresince kısa bir süre amatör, sonrasında ise profesyonel olarak İzmir Sanat Tiyatrosu'nda oyunculuk ve TRT İzmir kanalında sunuculuk yaptım. Okuldan mezun olduktan sonra İstanbul'a geldim. Para kazanmam gerekiyordu, hayatıma dublaj girdi. İzmir'de zaten denemelerim olmuştu. Birçok önemli filmde, çok beğendiğim aktrisleri seslendirdim ve sonrasında yine TRT'de sunuculuk, dizi, tiyatro ve sinema oyunculuğuyla devam ettim. Genel olarak yaptıklarım bunlar... Mücadeleci, kafasına koyduğunu yapmaya çalışan, evde yaşamayı seven ama aynı zamanda gezmeye bayılan biriyim. Her zaman değişime, dönüşüme ve gelişmeye açık olmaya çalışıyorum.

Çocukluğunuz nasıl geçti?

İzmir'in Ballıkuyu mahallesinde doğdum. Terzi bir baba, ev hanımı ama aynı zamanda terzi olan bir anne ve 3 kardeşle birlikte burada yaşadım. Her zaman kendime ait mekansal olamasa da içsel olarak sığındığım bir yer yarattım. Küçükken sokakta oyun oynamayı çok seven bir çocuktum. Kardeşimle bir hayal perdesi oluşturup, Karagöz ve Hacivat oynatırdık. Zamanla hayal kurmayı, yalnızlığı ve kitaplarla bir dünya yaratmayı seçtim. Elime ne geçerse okuyup, kendimi o kahramanın yerine koydum. Her şeyi sorguladığım, kendimi günlük hayata yabancı hissettiğim bir dönemim oldu. Çocukluğumdan bana kalan en güzel anlardan biri de sinemaya gitmek. Sinema, benim için sihirli bir şeydi... Sinemaya gideceğimiz gün adeta bir bayram günüydü. Babam sinemayı ve şiiri çok severdi. Babamdan bu anlamda çok şey öğrendim.

> KENDİMİ İFADE ETMENİN YOLUNUN OYUNCULUK OLDUĞUNU DÜŞÜNÜYORDUM.

Güzel sanatlar fakültesi mezunu olduğunuzu söylediniz, neden güzel sanatlar peki?

Aslında okumayı öğrendiğim andan itibaren süre tutarak hızlı okuma çalışmaları yapardım. Sonra da ağlayarak ya da gülerek okuyup, kendi kendime eğlenirdim. Liseyi bitirdiğim yıl tiyatro okumak istedim. Çünkü kendimi ifade etmenin yolunun oyunculuk olduğunu düşünüyordum. Okuduğum kitapların, sevdiğim filmlerin ve oyunların bunda çok büyük bir etkisi var. Mesela küçükken Müşfik Kenter'i, Genco Erkal'ı ve Zeliha Berksoy'u izlemiştim. Günlerce aklımdan çıkmamıştı. Ancak maalesef anne ve babamın hastalanması, babamın bir kız çocuğunun güzel sanatlar fakültesine gitmesini uygun bulmaması gibi nedenlerin yanında, yalnız kalmamam için aileme göre evlenmem gerekiyordu. Aslında babam aydın biriydi ve babamın böyle düşünmesi benim için şaşırtıcı olsa da bir o kadar da anlıyordum onu. O da beni, kendince korumaya çalışıyordu. Onları kaybettikten, evlendikten, bir kız çocuğu dünyaya getirdikten ve eşimden ayrıldıktan sonra inat ettim ve aklımda olan meslek için güzel sanatlar fakültesini kazanarak, hayatımda makas değiştirdim.

Üniversite yıllarınız anlattıklarınıza göre bir hayli zorluk içinde geçmiş... O dönemdeki güç kaynağınız neydi?

Evet, zor dönemlerdi... Her şeyden önce bana belirlenen rolün dışına çıkmış, bu yüzden bir parça dışlanmış, bir kız çocuğunu büyütürken aynı zamanda öğrenciliğe devam etmeye çalışan biriydim. En önemlisi yalnızdım ve para kazanmam gerekiyordu. O yüzden içsel olarak çabuk büyüdüm sanırım. Önce kızım biraz büyüyünce onu kreşe verdim. Kreş parasını, kreşteki çocuklara tiyatro dersi vererek ödüyordum. Mücadele, mücadele, mücadele... Bazen çöküş, bazen çıkış olsa da durmadım hiç! Bir karar vermiştim ve biliyordum bu kararın bir bedeli vardı. Ben zaten onları göze almıştım. Umutlarım körelir gibi olduğunda içimden bir güç, "kalk" derdi bana. Şimdi bakıyorum da iyi ki inat etmişim, vazgeçmemişim, kendime inanmışım, kızım her zaman hayat ışığım olmuş. Tüm bu olaylarla beraber çocuksu yanımı korumayı da hep başarmışım.

> UMUTLARIM KÖRELİR GİBİ OLDUĞUNDA İÇİMDEN BİR GÜÇ, "KALK" DERDİ BANA.

İzmir'den sonra İstanbul'daki hikayeniz nasıl başladı?

İstanbul bilmediğim bir yer, hayatın akışı hiç durmuyor, en önemlisi param ve kalacak yerim yok. Önce kısa bir süre bir arkadaşımın evinde kaldım. Sonra dublaja başladım. Para kazanır kazanmaz da bir ev tuttum. Kendimi geliştirmeye çalıştım ve kısa bir süre sonra başrol oyuncularını seslendirmeye başladım. Önce TRT'de "Sahte Dünyalar" dizisi, sonra sunuculuk geldi. Ardından bir ulusal kanalın voice over'lığını yaptım. Derken dizi, tiyatro ve sinema... Her şey birbirine eklendi. Çalışmak, çalışmak ve çalışmak... Ben koşuşturmayı seviyorum, bu beni canlı tutsa da arada durup, köşeme çekilmeyi, kendimle baş başa kalmayı da ihmal etmem. O anlar benim için çok kıymetlidir.

Sonrasında sizi yıllardır hem TV dizilerinde hem beyaz perdede hem de sahnelerde görmeye başladık. Benim için bambaşkaydı diyebileceğiniz bir proje oldu mu?

Bambaşkaydı diyeceğim bir değil birkaç proje var aslında. "Ermişler ya da Günahkarlar" beni çok etkileyen oyunlardan biriydi. İlk oynadığım film "Korkuyorum Anne"deki İpek karakterim, Kasap Havası" filminde Leyla ve tabi çok uzun bir süre devam eden "Avrupa Yakası" Fatoş...

Peki yakın dönem içinde sevenlerinizi bekleyen sürpriz bir projeniz var mı?

Şu anda geçen sezon çok az oynadığımız "Medea'ya göre Ahlak" oyunumuz devam edecek. Aynı zamanda İstanbul Tiyatro Festivali için hazırladığımız "III. Richard" ve "Ben Türkan Saylan" oyunları var. Bu yıl yoğun bir tiyatro çalışmam var yani. Ama bu arada film ya da dizi olursa oyunlarım elverdiği ve içime sindiği sürece yapmak istiyorum. Birkaç görüşmem var ama netleşmeden bir şey söylemeyeyim.

Oldukça başarılı giden tiyatro oyununuz Medea'ya Göre Ahlak'ı biraz da sizden dinlemek isteriz.

Medea, tiyatro tarihinin unutulmaz karakterlerinden biridir. Üzerine birçok oyun yazılmıştır. Ama en bilineni Euripides'in MÖ 432 yılında sahnelenen Yunan trajedisidir. Güçlü bir kadın olan Medea, aşık olduğu kocası Jason'ın peşinden ülkesini terk eder. Yunanistan'a gelir, kocası ona ihanet edince evlendiği kadını ve iki çocuğunu öldürür. Bizim oyunumuz da bu noktadan sonra başlıyor. Athena Farrokhzad'ın yazdığı bu oyunu, Galata Performans çatısında, Yeşim Özsoy yönetmenliğinde ve Özgün Çoban'la birlikte oynuyoruz.

Televizyon dünyası mı beyaz perde mi yoksa tozlu sahneler mi? Sizi en çok hangisi heyecanlandırıyor?

Hepsinin yeri çok farklı aslında... Televizyonda yapılan işler daha çabuk tüketiliyor belki ama seyirciye bir kumanda mesafesindesiniz. Her gün kamera karşısındasınız devamlı antrenmanlı olmalısınız yani. Sinema ise büyüleyicidir ama itiraf edelim, sinema yönetmenindir. Sizi bir kadrajın içerisine kendi dünyasına göre yerleştirir ve sizi orada biçimlendirir. Tiyatro ise oyuncunundur. Seyirciyle baş başasınızdır. Her şey o andadır. Yüz yüzesinizdir. O yüzden adrenalini çok daha yüksektir. Sahne de tabi hata yapabilirsiniz ama dönüşü yoktur. Çok heyecan verici yani...

Hem zorlu hem de saygı duyulan bir mesleği, yıllardır icra ediyorsunuz. Bu sektördeki sizin alametifarikanız nedir?

Ben yaptığım işi çok seviyorum. Oyunda küçücük bir an, ayrıntı yakalayıp onun üzerine bile gittiğimde çok büyük bir haz alıyorum. Geç saate kadar çalışmalar, uykusuz geceler, kendi kendimle yaptığım kavgalar siliniyor ve yerine mutluluk duygusu geliyor. Belki çok romantik geliyor bu sözlerim ama bunlar gerçekten samimi hislerim.

Avrupa Yakası performansınız halen konuşuluyor, Fatoş karakteriniz halen biliniyor. Bu bizce çok güzel, sizce de öyle mi?

Tabi ki benim için de çok güzel. Uzun soluklu bir projede, şahane bir oyuncu kadrosuyla oynayıp, izleyiciler tarafından uzun bir süre benimsenmek her oyuncunun hayalidir. Gülse Birsel bütün karakterleri çok güzel yazıyordu. O yüzden çok keyifle oynadık.

Julia Roberts, Nicole Kidman gibi dünyaca ünlü isimlerin ses dublajını yaptınız. Seslendirme sanatçısı olarak da ülkemizde hatrı sayılır isimlerdensiniz. Neler söyleyeceksiniz.

Bu işi çok severek yaptım. Çok iyi aktrisleri seslendirdim, çok önemli filmlerde konuştum. Oyuncuyu seslendirirken o oyuncu ve onun oyunuyla bütünleşmeniz gerekir. Bu yüzden iyi bir sahne supleksi, oyun gücü ve konsantrasyona sahip olmanız çok önemlidir. Ayrıca seslendirdiğiniz oyuncudan öğreneceğiniz her şeye de açık olmalısınız.

Doğal bir auranız, salt bir duruşunuzun altında da dinlendirici bir ses tonunuz var. Tüm bunların siz de bir arada bulunması bir şans mı yoksa büyük bir emeğin karşılığı mı?

Çok çok teşekkür ederim. Belki doğuştan bazı yeteneklerimiz vardır ama onları parlatmazsanız bir süre sonra körelir, ışığı kararır. Yani çalışmak ve gelişmeye, dönüşüme her zaman açık olmak gerekir. Bir oyuncu kendini çok beğenmeye başladığında, yerinde saymaya da başlar. Her zaman daha iyisi vardır ve bunun için de çalışacaksın, okuyacaksın. Her yaptığınız işin üstüne yeni bir şey koymak mottonuz olacak. Ben böyle yapmaya çalışıyorum. Tabi bu arada her ne yapıyorsan da samimiyetle yapacaksın.

Sizinle bütünleşmiş bir gülümseme var yüzünüzde. Bu motivasyon kaynağını nasıl sağlıyorsunuz?

Ben hareketli bir insanımdır. Yaşam coşkusunun daima önemli olduğunu düşünürüm. Zaman zaman olumsuz durumlarla karşılaşıp dibe çöksem bile kendimi oradan kurtaracak gücü bulurum. Mücadeleci, kendine inancı olan ve çocuksu yanını korumaya çalışan biriyim. Bütün bunlar bana yaptığım her şeyle ilgili motivasyon sağlar.

Yeni yıla sayılı günler kaldı. Ben de bu yıl, bunları mutlaka yaparım dediğiniz 3 şey…

Bu yıl mutlaka görmediğim birkaç yere giderek değişik insanlar, kültürler ve hayatlar görmek. Daha çok film seyretmek, kitap okumak ve sevdiğim insanlarla daha çok bir araya gelmek.

Peki son olarak okurlarımız için neler söylemek istersiniz?

Yeni bir yıla çok az kaldı. Bu hayatın biricik olduğunu unutmayın o yüzden her anın kıymetini bilin. İnsanların sizi üzmesine izin vermeyin. Yüzünüzdeki gülümsemenizin, çocuksu ruhunuzun sizi hiç bırakmayacağı huzurlu, sağlıklı ve mutlu bir yıl diliyorum.

UNITED COLORS
OF BENETTON.

GÖZ ALICI ŞIKLIĞINIZLA IŞILTILI BİR DAVET

ALDO
Ayakkabı
2.600 TL

MANGO
Elbise
770 TL

IPEKYOL
Küpe
260 TL

H&M
Ceket
880 TL

ALDO
Çanta
3.000 TL

ALDO
Taç
400 TL

ADL
Elbise
3.300 TL

GIVENCY
Parfüm
2.125 TL

MANGO
Bluz
560 TL

H&M
Elbise
680 TL

MANGO
Etek
540 TL

Yeni yılın heyecanına ve neşesine ışıltılı bir davetle merhaba demeye hazır mısınız? Bu davetin başkahramanı olmak istiyorsanız iddialı ve şık bir duruş için hazırladığımız parçaları keşfedin!

SARAR
Gömlek
700 TL

GUESS
Saat
1.610 TL

KEMAL TANCA
Kartlık
250 TL

SARAR
Ceket
5.550 TL

VAKKO
Kravat İğnesi
3.000 TL

BEYMEN CLUB
Kol Düğmesi
500 TL

VAKKO
Bileklik
3.000 TL

VAKKO
İpek Kravat
1.120 TL

MANGO
Pantolon
1.160 TL

MANGO
Palto
2.480 TL

ALDO
Ayakkabı
3.000 TL

ALTINYILDIZ CLASSICS
Takım Elbise
1.850 TL

DOĞA İLE İÇ İÇE BİR EĞLENCE

Yeni yılı, doğa ile iç içe karşılamaya, açık havanın coşkusuna kapılmaya ve sıcacık bir ateşin başında eğlence meşalenizi yakmaya hazır mısınız? Gösterişli davetlerin dışında bir yeni yıl kutlaması için işte kombin önerilerimiz...

VAKKO
Eldiven
1.600 TL

H&M
Ceket
1.100 TL

MANGO
Pantolon
700 TL

LCW
Çanta
190 TL

MAVİ
Atkı
260 TL

TWIST
Etek
1.000 TL

ROSEMONT
Saat
4.165 TL

ELLE
Bot
1.500 TL

MANGO
Mont
1.600 TL

BEYMEN
Bere
1.000 TL

TWIST
Kazak
900 TL

LCW
Kazak
330 TL

DOLCE GABBANA
Parfüm
750 TL

LCW
Boyunluk
90 TL

MANGO
Eldiven
380 TL

TICWATCH
Saat
3.000 TL

LCW
Bere
90 TL

H&M
Sweatshirt
280 TL

EASTPAK
Çanta
680 TL

H&M
Mont
880 TL

H&M
Pantolon
620 TL

CAT
Bot
1.750 TL

AVVA
Mont
2.500 TL

Yeni Yıl Kombinleri Özdilekteyim'de!

EKOL
Kaban
2.999 TL

DIOR
Ruj
581 TL

GIORGIO ARMANI
Parfüm
2.220 TL

ROBİN
Triko
339,90 TL

ROBİN
Elbise
499,90 TL

CENGİZ PAKEL
Çanta
309,90 TL

ROBİN
Takım
399,90 TL

SHEFAME
Kazak
399,90 TL

KOTON
Etek
199,99 TL

BETTY
Ayakkabı
449,90 TL

ROSEFIELD
Saat
1.899,99 TL

Yeni yıla sayılı günler kala bir çoğumuzu saran heyecanlar da yüzünü gösterdi. Nerede, ne giyinsem sorularının yanıtı ve yeni yıl şıklığı, yeni sezonun en iddialı parçalarıyla Özdilekteyim'de sizi bekliyor.

BURBERRY
Parfüm
990 TL

FINESUITS
Pantolon
349,99 TL

FINESUITS
Cüzdan
74,90 TL

FINESUITS
Takım
1.699,99 TL

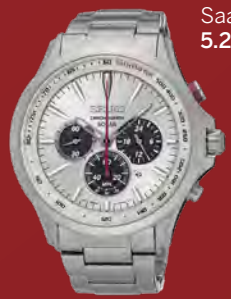
FINESUITS
Ceket
899,99 TL

DUKE
İpek Kravat
89 TL

FINESUITS
Yelek
299,99 TL

FINESUITS
Kemer
129,99 TL

FINESUITS
Gömlek
399,99 TL



SEIKO
Saat
5.299,99 TL

LİBERO
Ayakkabı
1.379 TL

Özdilekteyim Çevrim
İçi Alışveriş

EN GÜZEL RENKLERLE NEŞELİ KOMBİNLER

Yeni yıl akşamına neşe saçan çocuklar için en güzel elbiseleri, ceketleri, montları ve pantolonları yeni yılın en güzel renkleriyle listeledik. Yeni yılın ışıltısı ve heyecanını sevdikleriniz ve ailenizle dolu dolu geçirmenizi diliyoruz.

KOTON
Yelek
110 TL

LCW
2'li Külotlu Çorap
90 TL

LCW
Sweatshirt
130 TL

PANÇO
Taç
50 TL

KOTON
Pantolon
200 TL

KOTON
Elbise
220 TL

LCW
Bere
80 TL

H&M
Elbise
320 TL

KOTON
Mont
390 TL

H&M
Bot
620 TL

KOTON
Gömlek
280 TL

KOTON
Bere
50 TL

KOTON
Eldiven
120 TL

KOTON
Ceket
350 TL

KOTON
Pantolon
250 TL

DEFACTO
Triko
250 TL

KOTON
Üst
230 TL

LCW
Gömlek
230 TL

H&M
Mont
400 TL

KOTON
Alt
230 TL

PANÇO
Bot
190 TL

Sofralarda Yeni Yıl Rüzgarları

Bir yılı daha arkamızda bırakırken yeni bir yılı sevdikleriyle evinde karşılamak isteyenler burada mı? Yeni başlangıçlar için kurulacak yılbaşı sofralarınız için sizlere harika önerilerimiz var! Tüm aileyi ya da dostları bir araya toplayan yılbaşı sofraları, yepyeni umutları içimizde barındırdığımız yılın belki de en keyifli anlarına şahitlik ediyor. Kırmızı, yeşil ve beyaz renklerin büyüsü, ışıl ışıl mumlar ve tabii ki yılbaşı çiçekleri... Tüm bu eşsiz güzelliklerin bir araya gelmesiyle oluşan tatlı sinerjiyi doyasıya hissedeceğiniz, sofralarınızda yeni yıl rüzgarları estirecek dekorasyon önerilerimizi sizler için derledik. Şimdiden keyifli okumalar dileriz...

Renklerin Uyumunu Yakalayın

Kırmızı, beyaz, yeşil, altın ya da gümüş renkler, ekoseler ve çizgili kumaşlar, yılbaşının olmazsa olmazları... Tercihiniz ne olursa olsun renk ve şekil karmaşasından uzak durmak için öncelikle sofranıza uygun konseptinizi belirleyin. İsterseniz ekose ve kırmızı renklerin hakim olduğu isterseniz de kış rüyasını yansıtan sade ve bembeyaz bir yılbaşı sofrası hazırlayabilirsiniz. Konseptinizi belirledikten sonra tabak, bardak ve diğer tüm aksesuarların uyumuna dikkat ederek mükemmel bir yılbaşı sofrası oluşturabilirsiniz.

Doğanın İzleri Sofralarınızda

Yılbaşı sofralarınızı doğadan topladığınız malzemeler ile süslemeye ne dersiniz? Keyifli bir hafta sonunda doğa yürüyüşünüz sırasında toplayacağınız çam veya ladin ağacı dalları, okaliptüs yaprakları, kozalaklar ve yılbaşı çiçekleri sofranız için mükemmel bir süsleme aksesuarı olabilir. Ortama hoş bir koku ve enerji veren bu bitkilere masanızın ortasında bir konsept oluşturarak ya da bir vazo içerisinde sofranızda yer verebilirsiniz.

Yeni Yıl Işıkları Olmazsa Olmaz

Evde yeni yıl kutlaması denildiğinde akla ilk gelen yılbaşı sofralarında, ambiyansı güçlendirmek için mumlardan faydalanabilirsiniz. Dekorasyonda kullanacağınız mum için ister şık bir şamdan isterseniz ufak süslemelerle evinizde çok kolay hazırlayabileceğiniz tatlı mumluklar tercih edebilirsiniz. Etrafına çubuk tarçın veya ufak dallar dizdikten sonra hasır bir iple bağlayacağınız mumu, kurutulmuş portakallar ile süsleyerek yılbaşı ruhunu sofranıza davet edebilirsiniz.

Masanın En Gözde Parçası

Akşamın en güzel ve en özel bölümü yemeğe geçmeden önce, iştahların daha da açılması için servis tabaklarında ufak dokunuşlar yapmak önemli. Gecenin enerjisini yükseltecek yılbaşı renklerini taşıyan güzel bir peçete süslemesi ile ortamın havasını değiştirebilirsiniz. Sofranızın renk uyumuna göre peçetelerinizi seçebileceğiniz gibi ufak dal parçaları ve yılbaşı çiçekleriyle de minik süslemeler yapabilirsiniz.

Küçük Sürprizler Güzel Dilekler

Hem sofra dekorasyonunuz hem de yaptığınız lezzetli yemekler eşliğinde, unutulmaz bir yılbaşı akşamı geçirmeden önce misafirleriniz için ufak bir sürpriz hazırlayarak onları gülümsetmek ister misiniz? Onlar için aldığınız minik hediyeleri, şirin yılbaşı süsleriyle evinizde kendiniz süsleyebilir, üzerine küçük not kağıtlarıyla isimlerini yazarak sofranıza yerleştirebilirsiniz. Hediye yerine alternatif bir öneri arıyorsanız minik yılbaşı kartları da hazırlayabilirsiniz. Yeni bir yıla dair en güzel dileklerin yer alacağı bu ufak kartları ister evinizde kendiniz hazırlayabilir isterseniz de size en yakın kırtasiyeden satın alabilirsiniz.

Yeni Yılda Küçük Hediyeler Büyük Mutluluklar

KOÇTAŞ
Fener
85 TL

SCHAFER
Amerikan Servisi
80 TL

SCHAFER
7 Parça Pasta Servis Seti
200 TL

ÖZDİLEK EV TEKSTİLİ
Cindy Yılbaşı Havlu
80 TL

HOMETIME
Kupa
30 TL

HOMETIME
Çelik Termos
170 TL

BERNARDO
6 Kişilik Çay Takımı
490 TL

LCW HOME
Yastık Kılıfı
160 TL

HOMETIME
Çerçeve
45 TL

PAŞABAHÇE
Kadeh
45 TL

LCW HOME
Çatal Bıçaklık
70 TL

ÖZDİLEK EV TEKSTİLİ
Çift Kişilik Battaniye
300 TL

SCHAFER
6 Kişilik Fincan Seti
200 TL

Yeni yılın getirdiği en önemli güzelliklerden biri de sevdiklerimizle hediyeleşmek ve anları ölümsüz kılmaktır. Biz de bu kez yaşam alanlarınıza özel ölümsüz anlar yaratmak için hediye rehberi hazırladık.

KOÇTAŞ
Silindir Abajur
170 TL

ENZA HOME
Puf
834 TL

BERNARDO
24 Parça Yemek Takımı
3.000 TL

ÖZDİLEKTEYİM
Horizon Tekli Mum
35 TL

SAĞLIKLI VE Fit Bir Yıl

Fit bir vücut, sadece zayıf olmak ya da kilo vermek anlamına gelmiyor. Detoks ya da şok diyetler uygulanması sonucu hızlı bir şekilde ideal kiloya ulaşma ve fit görünüm kazanma halk arasında yaygın olsa da oldukça yanlış bir yaklaşım. Oysa fit bir bedene ulaşmak için yapılacak en önemli şeyin doğru besinleri tüketmek olduğunu vurgulayan ***Bayındır Kavaklıdere Hastanesi Beslenme ve Diyet Bölümünden Diyetisyen Esra Örün İncekara,*** *beslenme düzeninde yapılacak küçük değişiklikler ile fit ve sağlıklı bir yıl geçirilebilmesi için 10 ipucunu açıkladı:*

Her Gün Önce Bir Bardak Su

*Yaklaşık 7 - 8 saat sizinle beraber uyuyan ve susuz kalan metabolizmanızı uyandırmanın en güzel yolu, güne 1 bardak su ile başlamaktan geçiyor. Günlük su almınızı kilogram başına 30 ml olarak hesaplayıp (kilonuz * 30 ml = günlük almanız gereken su), gün içerisinde sık sık su tüketin.*

Kahvaltınızı Mutlaka Yapın

Protein yönüyle zengin klasik bir kahvaltı (peynir yumurta, tam buğday ekmeği, yeşillik), gün boyu yaşayabileceğiniz kan şekeri dalgalanmalarını engeller, uzun süreli tokluk hissi vererek gün içerisindeki ekstra atıştırmalarınızın da önüne geçer.

Slazenger™

Sofrada Daha Uzun Kalın:

Günlük hayat koşuşturmasının içinde hızlı yemek yemek size zaman kazandırabilir ancak vücudunuz için oldukça zararlıdır. Yemek yeme süreniz uzadığında, sindirim sisteminiz yorulmaz ve besinlerin daha rahat emilmesini sağlar. Bu da fit kalmanız için en önemli kriterlerden biridir.

Şekerli ve Asitli İçeceklerden Kaçının

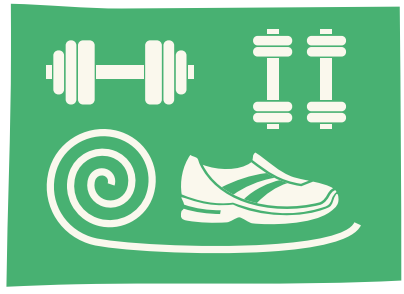
Sağlıklı ve fit kalmanıza yarayacak olan en iyi içecek sudur ama su yerine farklı içecekler de tüketmek isterseniz kefir, ayran, mineralli su / soda ya da kilo verdirmeyi kolaylaştıran yeşil çay gibi bitki çaylarını deneyebilirsiniz.

Hamur İşi Tüketmeyin:

Hazır kek, poğaça, şerbetli tatlılar veya börek yerine uzun süre tokluk hissi veren yulaf ve yulaf unuyla hazırlanmış tariflere bir şans verin.

Akşam Yemeğini Erken Yiyin:

Vücudun sirkadiyen ritmini bozmamak için yemek saatlerinize dikkat edin. Günün son yemeğini yatmadan en az üç saat önce tamamlamanızda fayda var.



Dengeli ve Çeşitli Beslenin:

Her öğünde mutlaka yeteri kadar protein (et, tavuk, balık ve süt ürünleri) alın ve günde iki porsiyon meyve, en az üç porsiyon sebze tüketin. Tükettiğiniz sebzelerin gökkuşağı gibi birbirinden farklı renklerde, mevsiminde olmasına ve çeşitliliğine dikkat edin.

Egzersiz Yapmayı İhmal Etmeyin:

Haftada 5 gün, 30 dakika yapacağınız yürüyüşler, metabolizmanızı hızlandırarak hareket anında salgılanan hormonlar sayesinde mutluluk ve zindelik yaşamanıza yardımcı olacaktır.

Sağlıklı Yağları Kullanın

Yemeklerinizi pişirirken zeytinyağı kullanarak kızartma yerine ızgara, fırında pişirme ya da haşlama yöntemlerini tercih edin. Yemeklerinizi lezzetlendirmek adına hazır soslar, krema ve mayonez gibi yoğun yağ içeren gıdalardan uzak durup, mutfağınızda baharatlara yer verin.

Altın Kural Kaliteli Uyku:

Güne daha mutlu ve daha sağlıklı başlamak istiyorsanız mutlaka 7 - 8 saat uyumaya özen gösterin. Uykusuzluk doğrudan hormonları etkiler böylece kilo alma olasılığınız ve iştahınız artar.

BEBEĞİNİZİN YAŞAMA SAĞLIKLI BAŞLANGICI İÇİN!

sma 3

DEVAM SÜTLERİ

ÖNEMLİ NOT: Bebekler için en iyisi anne sütüdür. SMA OPTIPRO 3, 1 yaşın üzerindeki sağlıklı küçük çocukların ihtiyaçları doğrultusunda içeriği TGK Bebek ve Devam Formülleri Tebliği'ne uygun olarak yenilenmiş devam sütüdür. Anne sütü yerine geçmez. Bağımsız sağlık çalışanlarının önerisiyle kullanılmalıdır.

SÜREKLİ ÜŞÜYORSANIZ BUNLARA DİKKAT EDİN!

Soğuk havalar yaklaşıyorken kış aylarında yaşadığımız sorunlardan biri de üşümek olarak ortaya çıkıyor... Her ne kadar bu aylarda üşüdüğümüzde "soğuktandır" desek de üşümenin bazı durumlarda önemli hastalıklara işaret edebileceği unutulmamalı. **Acıbadem International Hastanesi İç Hastalıkları Uzmanı Dr. Türker Kundak**, üşüme şikayetinin kesinlikle göz ardı edilmemesi gerektiği uyarısında bulunarak, "Üşümek başka pek çok ciddi hastalıklardan da kaynaklanabildiği için özellikle enfeksiyonun olmadığı ve üşüme şikayetinin uzadığı durumlarda mutlaka bir sağlık kuruluşuna başvurmak gerekiyor." diyor. İç Hastalıkları Uzmanı Dr. Türker Kundak, üşümeye yol açan önemli hastalıklara karşı uyarılarda bulunuyor.

Demir Eksikliği

Demir eksikliği veya demir eksikliğine bağlı olarak ortaya çıkan anemi (kansızlık), üşümenin oldukça sık görülen nedenlerinden biri. Vücudumuzda herhangi bir nedenle oluşan kan kayıplarında veya sadece beslenme eksikliğine bağlı olarak gelişen kansızlık durumunda, üşüme olabiliyor.

Hipotiroidi

Vücudumuzun metabolizma hızını belirleyen tiroit bezinin salgıladığı T3 ve T4 hormonları, yeterli miktarda olmadığında metabolizma hızımız yavaşlıyor. "Hipotiroidi" olarak adlandırılan bu durum sonucunda; üşüme, halsizlik ve yorgunluk gibi durumlar ortaya çıkıyor.

D ve B12 Vitamini Eksikliği

D vitamini eksikliğinin en önemli belirtisi üşümek olmakla birlikte, kas ve kemik ağrıları da görülebiliyor. B12 vitamini eksikliğinde ise üşümenin yanı sıra vücutta uyuşma, karıncalanma ve his kaybı da gelişebiliyor.

Kontrolsüz Diyabet

Halk arasında "şeker hastalığı" olarak bilinen diyabette, kan şekeri kontrol altına alınamazsa el ve ayaklarda uyuşukluk, ağrı ile üşüme sorunları gelişebiliyor.

Damar Hastalıkları

Damar hastalıklarına bağlı üşüme en sık el ve / veya ayaklarda oluyor. Dolaşımın zayıf olması, özellikle el ve ayakların üşümesine sebep olan en yaygın faktörlerden biri.

Kanser

Vücutta gelişebilecek kanser hastalığı nedeniyle hızlı kilo vermeyle beraber fazla miktarda kaybedilen kas ve yağ dokusu da yine üşümeye yol açabiliyor.

TAM zamanı

Bembeyaz bir rüya gibi güzelliğiyle bizleri büyüleyen yeni bir kış mevsimini daha heyecanla karşılıyoruz. Doğanın masalsı enerjisini doyasıya hissettiğimiz yılın son günlerinde, hem kendiniz için hem de sevdiklerinizle keyifli vakit geçirmeniz için hazırladığımız Tam Zamanı önerilerimiz, keşfedilmek için sizleri bekliyor... Şimdiden keyifli okumalar dileriz.

TELEFERİKLE ULUDAĞ'IN EŞSİZ MANZARALARINA BİR YOLCULUĞUN...

Doğanın bembeyaz bir kar örtüsüyle süslendiği kış mevsiminde, en sevilen rotalardan biri de ülkemizin en büyük kayak merkezi Uludağ! Mevsimin büyüleyici etkisini doyasıya yaşayacağınız yılın bu zamanlarında, Uludağ'ın eteklerinde yapacağınız kısa bir teleferik gezisi ise olmazsa olmazlardan! Siz de çıkacağınız kısa bir teleferik gezintisiyle Bursa'nın göz alıcı manzaralarını keyifle seyrederken kış mevsiminin tüm güzelliğini hissedeceğiniz doğanın eşsiz atmosferini de doyasıya yaşayabilirsiniz.

SEVDİKLERİNİZ İÇİN GÜZEL DİLEKLER DİLEMENİN...

Büyük bir heyecanla yeni yılı karşılamaya hazırlandığımız bugünlerde, hepimizin gelecek yıla dair gerçekleşmesini istediği hayalleri, umutları ve dilekleri olduğunu biliyoruz. İşte bu yeni yılda sevdiklerinize verebileceğiniz en güzel hediyelerden biri de onlar için gerçekleşmesini istediğiniz dileklerinizi yazmanız! Yılbaşı ruhunu taşıyan renklerde kağıtlar ve süslerle hazırlayacağınız kartlara, en güzel dileklerinizi yazarak sevdiklerinizi mutlu edebilirsiniz.

SICACIK BİR LEZZETİ DENEYİMLEMENİN...

Soğuk havaların kendini günden güne daha çok göstermeye başladığı bu günlerde, sıcacık bir lezzeti denemeye ne dersiniz? Eğer cevabınız evet ise sizin için harika bir önerimiz var: Marshmallowlu sıcak çikolata! Tarif için ihtiyacınız olan şey ise kakao, süt, benmari usulü eritilmiş bitter çikolata ve üzeri için eğlenceli marshmallowlar... Yavaş yavaş eriyen marshmallowlar eşliğinde sıcak çikolatanızın keyfini çıkarırken güzel bir film ya da kitap okuyarak mevsimin güzelliğini hissedebilirsiniz.

VİTAMİN DEPOSU LEZZETLERİ KEŞFETMENİN...

Mevsimin en güzelleriyle hazırlayacağınız lezzetli ve vitamin deposu bir meyve salatasına kim hayır diyebilir ki? Havanın oldukça soğuk olduğu kış günlerine girmişken hastalıklardan korunmak için güçlü bir antioksidan ve vitamin deposu olan turunçgilleri beslenme rutininize eklemenin tam zamanı! Greyfurt, nar, portakal ve mandalina gibi meyvelerle evde hazırlayacağınız mevsim renklerinde bir meyve salatası, vücut direncinizi yükselterek güne daha enerjik başlamanızı sağlayacak.

AHŞAP BOYAMA İLE YENİ BİR HOBİ EDİNMENİN...

Kitap okumak, müzik dinlemek veya film izlemek... Kışın evde zaman geçirmeyi seviyor ve evde yapabileceğiniz aktivitelere alternatif arıyorsanız sıcacık evinizden çıkmadan keyifli vakit geçirebileceğiniz bir hobi önerimiz var: Ahşap boyama! Kendinizle baş başa kalarak boyaların sakinleştirici etkisiyle hayal gücünüzü geliştirebileceğiniz ahşap boyama, evde keyifli vakit geçirebilmeniz için harika bir öneri olabilir.

ÇOCUKLARINIZLA YILBAŞI KURABİYELERİ HAZIRLAMANIN...

Çocukların en sevdiği atıştırmalıklardan biri de kuşkusuz kurabiye! Yılın son günlerinde eğlenceli anılar biriktirmek için onlarla birlikte yılbaşının olmazsa olmazı tarçınlı kurabiyeler hazırlamaya ne dersiniz? Evde kolayca yapabileceğiniz hem enfes hem de sağlıklı kurabiyelere eğlenceli kalıplarla şekil vererek, lezzetli kurabiyeler hazırlayabilir, birlikte unutulmaz anıları paylaşabilirsiniz.

ALPLER'İN İNCİSİNDE YENİ BİR YIL

Alpler'in eteklerinde, Avusturya'nın minik ve şirin yeni yıl rotası Kitzbühel... Yaz aylarında yemyeşil çayırlarıyla büyüleyen doğası, kış aylarında bembeyaz örtüsünü üzerine çekerek, mevsimin en güzel manzaralarının seyredilebileceği yeni yılın eşsiz rotalarından biri olarak karşımıza çıkıyor. Avusturya'nın Tirol bölgesinde bulunan kasabanın uluslararası üne sahip kayak merkezleri, kış sporlarını sevenler için Avrupa'nın en prestijli adresleri arasında yer alıyor. Şehir merkezindeki eski çağları anımsatan tarihi sokakları ve renkli mimarisi ise sizleri keyifli bir gezintiye davet ediyor.

HAHNENKAMM DAĞI

Ülkenin en temiz havasına ve dikkat çekici manzaralarına sahip olan Hahnenkamm Dağı, yeni yıla büyüleyici manzaraları keşfederek girmek isteyenler için en doğru adreslerden biri! Bin 712 metre yüksekliyle Kitzbühel'in üzerinde yükselen bu bölgeye gelen ziyaretçiler, telesiyej ve teleferikle zirveye keyifli bir gezinti yapabiliyor. Doğanın masalsı güzelliğine uzanan bu yolculuk, Avrupa'nın en iyi vadi manzaralarını keşfetme imkanı sunuyor.

KITZHBÜHEL KAYAK MERKEZİ

Dünyada yalnızca iki yerde gerçekleştirilen Kayak Şampiyonası'nın düzenlendiği Kitzbühel bölgesi, kış tatilinde Avrupa'yı tercih edenler için en sevilen alternatiflerden biri. 2015 yılında "En İyi Kayak Merkezi" ödülünü kazanarak ünlenen bölgede hem yeni başlayanlar hem de profesyonel kayakçılar için çeşitli okullar da bulunuyor. Kayak merkezlerinde yer alan 170 km uzunluğundaki pistleri ve 280 km uzunluğundaki Skiwelt pistlerinin bağlantısı ile kış sporları meraklılarının Avrupa'daki en sevdiği destinasyonlardan biri olarak karşımıza çıkıyor. Birçok Avrupa ülkesine göre daha ekonomik imkanlara sahip olması da bölgenin daha çok tercih edilmesini destekliyor.

VORDERSTADT VE HINTERSTADT CADDELERİ

Yılbaşı tatilinizi Kitzbühel'de geçirmeyi planlıyorsanız size harika bir önerimiz var! Şehrin eski çağları anımsatan mimariye sahip sokaklarında, kasabayı yakından tanıyacağınız kısa bir yürüyüşe çıkabilirsiniz. Uzun bir tepenin sırtı üzerine inşa edilen bu küçük kasabada, tarihi iki cadde bulunuyor: Vorderstadt ve Hinterstadt. Cadde üzerinde yer alan, kendine özgü geleneksel mimarisiyle üçgen çatılı evler, görenleri büyülüyor. Yapacağınız ufak gezintinize, bu tarihi mimarilerin içinde yer alan şirin bir kafede kısa mola vererek, yeni yıla ışıl ışıl hazırlanan kentin tadını çıkarabilirsiniz.

ST. ANDREAS KİLİSESİ

Kitzbühel'in kuzey ucunda 1435 ile 1506 yılları arasında inşa edilen St. Andreas Kilisesi, kentin en önemli simgelerinden biri olmasıyla ziyaretçilerinin ilgisini çekiyor. Minyatür Barok tarzında tasarlanan, zarafeti ve lüksü bir arada sunan kilisenin alçak bir kubbesi ve kulesi bulunuyor. 15. yüzyılın izlerini taşıyan freskleri, ziyaretçileri için keyifli bir sanat turu deneyimi yaşatıyor. Güzel alçı işçiliği, tavan resimleri, zarif oyma pencereleri ve el yapımı tarihi heykelleriyle her gün yüzlerce turistin beğenisini kazanıyor.

ACHE NEHRİ

Avusturya'nın Tirol eyaletinin ve Bavyera Chiemgau bölgesinin doğusunda yer alan 79 kilometre uzunluğundaki Ache Nehri, dört ayrı rota üzerinde farklı isimlerle biliniyor. Kitzbühel'in yukarısında Jochberger Ache, St. Johann'da Kitzbüheler Ache, nehrin orta bölümünde Großache ve Almanya'daki alt kesimlerinde ise Tiroler Achen olarak adlandırılıyor. Kitzbühel Alpleri ile çevrili nehrin Jochberger Ache ve Kitzbüheler Ache bölgesi, kış aylarında mevsimin büyüleyici tonlarıyla doğaseverleri kendine hayran bırakıyor. Nehir, Alplerin kendine özgü atmosferinde, temiz havası ve etkileyici manzaralarıyla ziyaretçilerine keyifli bir doğa seyri sunuyor.

NE YENİR?

GULAŞ

Ağırlıklı olarak et, patates, peynir ve hamurla yapılan yemeklerden oluşan mutfağıyla Kitzbühel, kendine has yorumladığı lezzetleriyle de oldukça seviliyor. Bölgede en çok beğenilen lezzetlerden biri olan gulaş, Macarların ünlü çorbasının yöreye has bir versiyonu. Semmelknödel adı verilen hamur toplarıyla servis edilen ve bir çeşit et yahni olan bu yemeği, Kitzbühel'e geldiğinizde mutlaka denemelisiniz.

Yeni Yılı Bir Mektupla Karşılayın

Yeni bir yılı daha karşılarken hepimiz yeni hedefler belirliyor, planlar yapıyor, hayaller kuruyoruz. Heyecanla beklediğimiz bu dönem için hayalini kurduğumuz planlarımızı hayata geçirmenin en keyifli yolu ise kendimize bir mektup yazmaktan geçiyor.

Uzman Klinik Psikolog Enes Özşenel, yeni yılda hedeflerini hayata geçirmek isteyenlere önerileriyle yol gösteriyor.

MUTFAKLARIN YENİ ŞEFİ ARZUM CHEFİM PİŞİRİCİ

14 farklı pişirme programı ve zamanlayıcısıyla Arzum Chefim Pişirici, mutfağınızın yeni şef olmayı bekliyor!

arzum

Bir yılı daha geride bırakmaya hazırlanıyoruz. Bu yıl da tıpkı daha öncekiler gibi kimimiz için güzel kimimiz için hafif bir hüzün duygusuyla bitiyor. Bazılarımız "Her şeye rağmen benim için mükemmel bir yıl oldu." derken bazılarımız ise "Zor bir yıldı ve artık dayanacak gücüm kalmadı." dedi. Güzel şeylerin yanında kötü, kötü şeylerin yanında güzel şeyler de oldu. Pek çok duyguyu yaşadık. Şimdi ise önümüzde yeni bir yıl var. "Yeni yılda hayatımızı etkileyecek olaylar mutlaka yaşanacak ama tüm yaşananlara rağmen daha anlamlı daha güzel daha başarılı ve sonunda kendinizi daha iyi hissedeceğiniz bir yıl yaşayabilirsiniz." diyen Uzman Klinik Psikolog Enes Özşenel, yeni yıl planlarını hayata geçirmek isteyen herkese kendine bir mektup yazmasını öneriyor.

Hedeflerinizi yazın ve kendinize bir zaman aralığı belirleyin.

Kendinize yazacağınız bir mektubun, yeni yılda gerçekleştirmek istediklerinizi yazdığınız bir hedef tablosu ya da yıllık bir plan olabileceğini belirten Uzman Klinik Psikolog Enes Özşenel, yeni yıl için kendinize mektup yazarken dikkat etmeniz gerekenleri şöyle anlatıyor:

Öncelikle kendimize inanarak bu mektubu yazmalıyız. Yazılanlar sade, akıcı ve bizi motive edici olmalıdır. Yapamam, alamam, gidemem diye birçok kez kendimizi kandırdığımız olumsuz tutumlarımıza, bu yazıda yer vermemeliyiz. Daha olumlu ve net hedefleri belirleyip yazmalıyız. Yılın başında aklımızda olmayan ama sonrasında oluşan bir hedefimiz olabilir. Bunu sonradan da olsa mutlaka mektuba dahil etmeliyiz. Bazı hedefler için zaman aralığı koyabiliriz. Örneğin; 1 ayda 5 kilo vereceğim gibi. Bunu yaparken de zamanın gerçekçi olması gerektiğini asla unutmayalım.

Planlarınız aksayabilir, panik yapmayın!

Bu mektubu belirli aralıklarla örneğin iki ayda bir açarak kontrol etmemiz gerektiğini söyleyen Enes Özşenel, ulaştığınız hedefler için mektupta işaretlemeler yapılmasını, başarılı olunan her hedef için kendinizi ödüllendirmenizi öneriyor. Ödülün kişiyi motive edeceğini hatırlatan Özşenel, şöyle devam ediyor:

Ulaşamadığınız ve zamanını kaçırdığınız hedefleriniz de mutlaka olabilir ama panik yok! Neden olmadığını ve ulaşmak için neyi eksik yaptığınızı düşünün. Hedeflerinize yürüdüğünüz ve yeni yılın güzel geçmesini istediğiniz bu yolda, mutlaka aksamalar olacaktır. Ancak esnek olmakta fayda var. Pazartesi başlamanız gereken spora çarşamba günü başlamak size zarar vermeyecektir. Yine olurda bir şey yaşar, hata yapar veya pişman olursanız üzülmek ya da endişe etmek yerine bundan ders çıkarıp daha da güçlü olmanız gerektiğini unutmamalısınız. Yeni yılda sağlık, huzur ve mutluluk için atacağınız güzel adımlarınız olsun.

HANGİSİYLE KANATLANACAKSIN?

YILBAŞI RENKLERİNDE GÜZELLİK

Işıltılı tonların ihtişamından ilham alarak oluşturduğumuz güzellik ürünleriyle yeni yılda kusursuz bir görünüme hazır mısınız? Göz kamaştıran güzelliğinizi tamamlayacak yılbaşı renklerinde makyaj ürünleri, keşfedilmek için sizleri bekliyor.

MAYBELLINE NEW YORK

Yenilikçi formülü sayesinde bulaşmaya meydan okuyan Super Stay Vinyl Ink, 16 saate kadar kalıcı etki sağlar. Mükemmel parlaklığı ve göz alıcı renklerinin uzun süren keyfi, size eşsiz bir deneyim sunar. Yapışkan his bırakmayan yapısıyla kadifemsi bir yumuşaklık yaratır. Kullanmadan önce 5 saniye çalkalayarak pratik fırçasıyla kolayca uygulanır.

Fiyat: 260 TL

PASTEL

Pastel Profashion Cream Blush, hafif ve krem formülü sayesinde cilt ile bütünleşir. Yüz hatlarını belirginleştirerek taze bir görünüme ulaşmanızı sağlar. Dermatolojik olarak onaylı içeriğiyle uzun süre kalıcılık sağlar ve yağlılık hissi bırakmaz. Paraben ve glüten içermeyen içeriği sayesinde gün boyu hafif bir dokunuş hissi yaratır.

Fiyat: 70 TL

NOTE

Işıltıyı sevenlerin olmazsa olmazlarından aydınlatıcı, likit yapısıyla aydınlık veren trend bir görünüm yaratır. Hafif, yumuşak, kolay uygulanan ve yağlı olmayan bir yapıya sahiptir. Note Drop Highlihter'ın damlalıklı ambalajı sayesinde, ihtiyaç duyulan kadar damlatılarak elmacık kemikleri, kaş altları veya köprücük kemiklerinde parlak bir görünüm sağlar. Tüm cilt tonları ve alt tonlarının kullanımı için uygun olmasının yanı sıra gece ve gündüz makyajı içinde kullanılabilir.

Fiyat: 190 TL

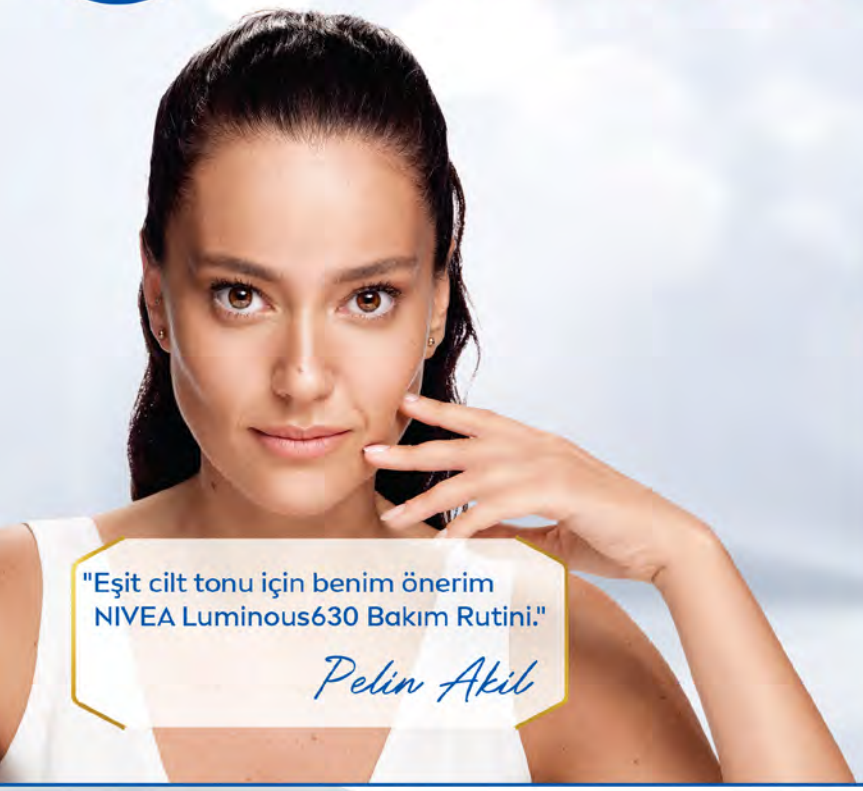
L'OREAL PARIS

Yenilenen formülüyle Matte Signature Eyeliner, size mükemmel bir dipliner deneyimi sunar. Kolay uygulama için tasarlanan ergonomik aplikatörü, kısa ucu ve uzun gövdesi sayesinde eşsiz bir kullanım deneyimi yaratır. Suya dayanıklı yapısıyla dağılmayı ve akmayı engelleyerek gün boyu kalıcılık sağlar. İnce ya da kalın çizgiler yapmaya uygun fırçası hatasız bir deneyim yaşatırken mat bitiş özelliğiyle dikkat çekici bir görünüme kavuşturur.

Fiyat: 265 TL

NIVEA

10 YILLIK LEKE OLUŞUMUNU
4 HAFTADA AZALTMAYA YARDIMCI OLUR*



3 ÜRÜN BERABER KULLANIMDA
2 KAT EŞİT CİLT TONU**

*Düzenli kullanım sonuçlarıdır. Bağımsız araştırma kuruluşunun Mart 2019 araştırmasına göre.
** Luminous630 Serum, Gündüz Kremi SPF50 ve Gece Kremi'nin beraber kullanımı, sadece Luminous630 Gece Kremi kullanımına kıyasla eşit cilt tonu görüntüsü sağlamada 2 kat etkili.

NEMLENDİRİCİ SERUM İÇEREN FORMÜL İLE
48 SAAT DERİNLEMESİNE NEMLENDİRME

TÜRKİYE'NİN EN SEVİLEN EL VE VÜCUT BAKIM MARKASI*

400 ML

*Bağımsız araştırma kuruluşu tarafından 27.08.2021 – 02.09.2021 tarihleri arasında yapılan tüketici araştırması sonuçları

L'OREAL PARIS

Daha hacimli ve mükemmel ayrılmış kirpikler için bakım yağlarıyla zenginleştirilen Volume Million Lashes, hayalinizdeki kirpiklere kavuşmanızı sağlar. Özel tasarlanan fırçası kirpiklerinizde tek tek ayrılmış ve belirginleşmiş bir görünüm yaratır. Siyah orkide ve kamelyanın değerli yağlarını içeren formülü sayesinde hem kolay uygulama sağlar hem de kirpiklerinizi yumuşatarak bakım yapar.

Fiyat: 160 TL

MAX FACTOR

Normal, kuru ve karma ciltlerin kullanımı için uygun formülüyle Max Factor Pan Stick, cilt kusurlarını kapatır ve eşsiz görünüm sağlar. Yumuşak ve nemli bir görünüm sunan yapısı rötuş yaparak lekeleri kapatırken ince çizgi ve kırışıklıkların görünümünü azaltır. Kremsi ve kolay sürülebilir dokusu, pratik uygulama sunar.

Fiyat: 199 TL

PASTEL

So in Love, trend renklerden oluşan kombinasyonlarıyla göz makyajınızın kusursuz görünmesini sağlar. Hem sedefli hem de mat renk seçenekleri sunarak ister ışıltılı ister mat bitişli bir göz makyajı sunar. Glüten içermeyen vegan formülü cildinizi korur. Gece ve gündüz kullanıma uygun olmasının yanı sıra kullanışlı ambalajıyla da makyaj çantasında kolayca taşınabilir.

Fiyat: 140 TL

FLORMAR

Sedefli yapısı sayesinde hafif ışıltılı ve göz alıcı bir etki yaratır. Tozlaşma yapmayı önleyen ince dokusu kusursuz bir göz makyajı deneyimi yaşatır. Pürüzsüz dokusu sayesinde kolayca uygulanabilir. Kalıcılık etkisiyle sizi gün boyu parlak ve ışıltılı bir görünüme kavuşturur.

Fiyat: 55 TL

YENİ

Oral-B

SAF KORUMA VE TEMİZLİK.

%100
ORGANİK BAMBOO
FIRÇA SAPI

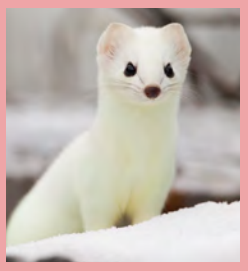
KIŞA MÜKEMMEL UYUM SAĞLAYAN CANLILAR

Renk değiştiren hayvanları düşündüğümüzde çoğumuzun aklına ilk olarak bukalemun gelse de bu ilginç özelliğe sahip başka hayvanlar da olduğunu biliyor muydunuz? Tıpkı bukalemun gibi bazı hayvanlar, mevsimden mevsime geçerken kürklerinin rengini değiştirebiliyor. Kış aylarının gelmesiyle birlikte en az bir ay boyunca kar yağışının sürdüğü bölgelerde yaşayan canlılar, kürklerini değiştirerek doğanın değişimine mükemmel uyum sağlıyor. Hem avcılardan korunmalarını sağlayan hem de avlanmalarını kolaylaştıran bu ilginç özelliklere sahip canlıları, gelin yakından inceleyelim.

Kutup Tavşanı

Kutup tavşanları daha iri gövdeye daha uzun kulak ve arka bacaklara sahip olmasıyla ayırt ediliyor. Uzun ot çalılıkları, bataklıklar ve sazlarla büyümüş ladin ormanlarında yaşayan kutup tavşanı için yırtıcı hayvanlardan korunmanın en önemli unsuru ise onları gizleyecek bir kürk rengi… Avcılardan korunmak için adeta bir kılık değiştirme ustasına dönüşen kutup tavşanının, yaz aylarında kahverengi ve gri renkte bir kürkü bulunuyor. Bu kürk rengi çayırlarda, çalıların arasında onu gizlemeye yardımcı olurken kışın yeterli kalmıyor. Bembeyaz bir kar örtüsünün çayırları süslediği aylarda, özellikle dağ kedilerinden, çakallardan ve yırtıcı kuşlardan kendini koruyabilmek için kürkü beyaz rengine bürünüyor.

Kakım



Avrasya ve Kuzey Amerika'nın orta – kuzey bölgesinde yaşayan kakım, sansargiller familyasına ait bir gelincik türü. Uzun vücuda, kısa kuyruğa ve bacaklara sahip olan bu tür, yazlık ve kışlık postları farklı olan hayvanların dikkat çekici örneklerinden biri olarak karşımıza çıkıyor. Yaz aylarında sırt kısmı kahverengi ve karın kısmında ise beyaz bir kürkü varken kış mevsiminde kürkü tamamen beyaz bir renge dönüşerek, doğanın değişimine mükemmel uyum sağlıyor.

Kar Kekliği

Kar tavuğu ya da ak keklik olarak da bilinen kar kekliği, Kuzey Yarım Küre'nin soğuk bölgelerinde yaşar. Sülüngiller familyasının orman tavukları alt familyasına ait olan bu kuş cinsi, yaz aylarında gri ve kahverengi tüylerinin yanı sıra parlak kırmızı kaşlarıyla dikkatleri üzerine çekiyor. Kışın ise hem avına daha kolay yaklaşmak hem de diğer avcılardan gizlenmek için tüylerini beyaza boyuyor. Bu sayede parlak tüyleriyle tüm güzelliğini sergileyen kar tavuğu, karasal bir yaşam tarzı sürmesine rağmen avcılardan kolayca gizlenebiliyor.

Kutup Tilkisi

Kuzey Amerika, Avrupa ve Asya'nın tundra bitki örtüsüne sahip bölgelerinde yaşayan kutup tilkisi, beyaz kürkü ve büyük kuyruğuyla dünyanın göz kamaştırıcı hayvanlarından biri olarak biliniyor. Hızlı bir koşucu ve yüzücü olmasının yanı sıra gelişmiş bir koku alma yetisine sahip olan kutup tilkileri, yaz aylarında kahverengi kürkü sayesinde çalılar arasında kolayca saklanabiliyor. Kış aylarında ise değişen bembeyaz tüyleriyle hem en büyük düşmanı kutup ayılarından gizlenirken hem de avına kolayca yaklaşabiliyor.

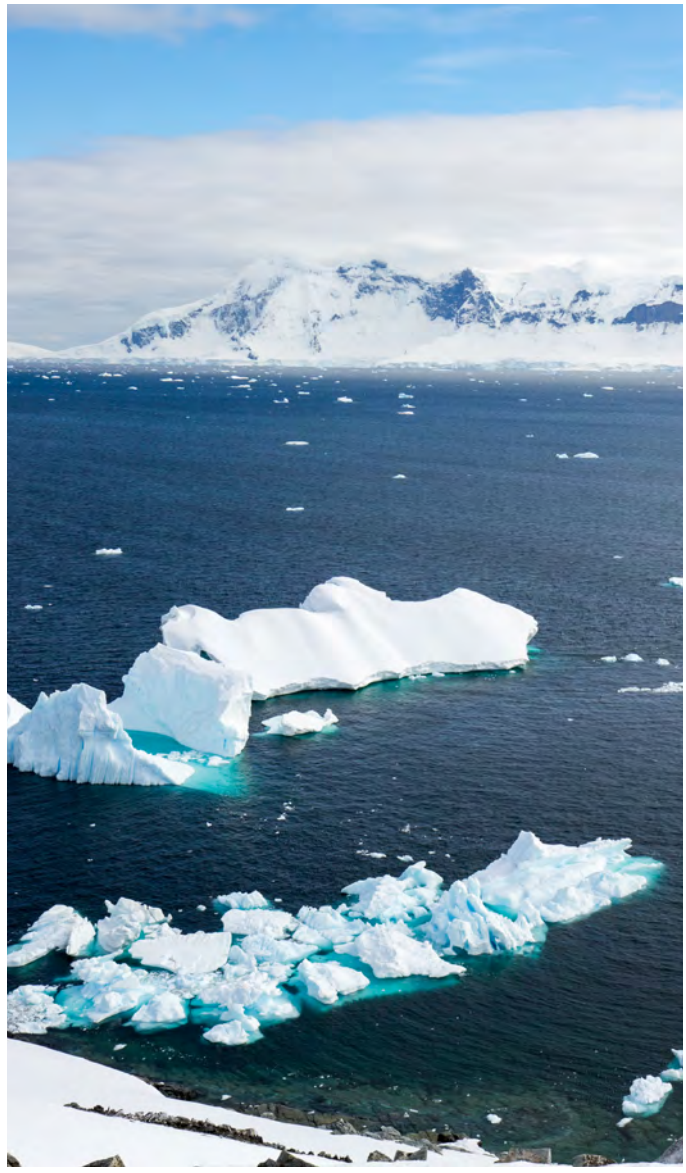
TOMMY LIFE®

bakalım biz'le bilim dünyası

/bakalimbiz /bakalimbiz /bakalimbiz

ELEKTRİKLİ ARAÇLARI ÜÇ DAKİKADA ŞARJ EDEBİLEN PİL

Gelecekteki elektrikli araçlarda kullanılmak üzere katı hal pil sistemleri geliştirmek için Harvard Teknoloji Geliştirme Ofisi, özel bir teknoloji lisansı kullanıyor. Lityum metal teknolojisine dayanan pil, ömür boyu 10 binden fazla döngü ile üç dakika kadar hızlı şarj oranlarına ulaşabiliyor. Adden Energy'ye göre prototipi üretilen pil, bazı lityum pillerde meydana gelen güvenlik sorunlarını aşabilecek yüksek bir enerji yoğunluğuna ve kararlılığına sahip. Girişim, öncelikle pili avuç içi büyüklüğünde üretmeyi daha sonra önümüzdeki üç ila beş yıl içinde elektrikli araçlara özel boyutlara getirmeyi planlıyor. Harvard mühendislerinden Xin Li, projelerini ticarileştirmek için yola çıktıklarını çünkü sahip oldukları teknolojinin diğer katı hal pillerine kıyasla eşsiz olduğunu düşündüklerini ifade etti.



KUTUPLARI YENİDEN DONDURMAK MÜMKÜN MÜ?

Yale Üniversitesi'nde Wake Smith tarafından yürütülen yeni çalışmada araştırmacılar, uçaklardan atmosfere püskürtülen aerosol parçacıklarının güneş ışığını kısmen engelleyerek buz kaybını tersine çevirebileceğini ve sonuç olarak buz kutuplarını soğutabileceğini öne sürdü. Bilim insanları bunun, buzların erimesini yavaşlatarak deniz seviyelerinin yükselmesi sorununu yönetmeye yardımcı olabileceğine inanıyor. Söz konusu konsepte stratosferik aerosol enjeksiyonu (SAI) deniyor ve yılda yaklaşık 210 milyar TL'ye mal olmasına karşın araştırmacılar bunun iklim kriziyle mücadele için diğer yöntemlerden daha az maliyetli olacağını söylüyor. Environmental Research Communications'da yayımlanan plana göre bunu başarmak için yılda yaklaşık 175 bin uçuş yapılması ve atmosfere milyonlarca ton karbondioksit salınması gerekiyor.

BALİNALARIN EKOSİSTEME ETKİSİ

İklim kriziyle mücadele kapsamında araştırmalar yapan bilim insanları, atmosferdeki karbondioksit (CO_2) salınımını azaltmada balinaların ağaçlardan çok daha etkili olduğunu tespit etti. Uluslararası Para Fonu (IMF) ile Great Whale Conservancy (GWC)'nin yaptığı ortak çalışma, dünya genelinde denizleri dolaşan balinaların küresel ısınmaya yol açan karbondioksit yoğunluğunu önemli ölçüde gidermeye yardımcı olduğunu ortaya koydu. Rapora göre balinalar, denizin yüzeyine demir ve azot bakımından zengin olan dışkı bırakıyor, dünyadaki oksijenin yüzde 50'sini üreten mikroskobik fitoplanktonlar da bu yolla besleniyor. Bu mikroorganizmalar, atmosferde bulunan 37 milyar ton karbiondioksiti emiyor. Bu ise Amazon ormanlarını dörde katlayan bin 700 milyar ağaca eş değer bir etki yarattığı anlamına geliyor. Raporda, balinaların hayatları boyunca vücutlarında önemli ölçüde karbondioksit biriktirdiği; öldüklerinde okyanusun dibine çökerek kendileri ile birlikte 33 ton karbondioksit hapsettikleri bilgisine yer veriliyor.

DÜNYANIN EN YAŞLI KALBİ KEŞFEDİLDİ

Bilim insanları, dünya üzerindeki yaşama dair en büyük keşiflerden birine imza attıklarını duyurdu. Curtin Üniversitesi'nden bilim insanlarının imzasını taşıyan ve Science dergisinde yayımlanan araştırmaya göre dünyanın en yaşlı kalp fosili gün yüzüne çıkarıldı. Bugüne kadar son derece iyi bir şekilde korunduğu belirlenen fosilin yaşı, 380 milyon yıl olarak belirlendi. Paylaşılan bilgilere göre 380 milyon yaşındaki kalp, antik bir balığın kalbiydi. Bu kalple birlikte balığın fosilleşmiş midesi, bağırsakları ve karaciğeri de gün yüzüne çıkarıldı. Üstelik keşfedilen fosiller, evrim tarihi hakkında da önemli bilgiler sundu. Araştırmanın başındaki isim olan Kate Trinajstic, paylaştığı açıklamasında keşfedilen fosillerin çenesiz ve çeneli omurgalılar arasında daha büyük bir evrimsel sıçramaya işaret ettiğini belirtti.

TÜRK TARİHİ İÇİN ÖNEMLİ KEŞİF

Moğolistan toprakları, geçtiğimiz aylarda Türk tarihine ilişkin tarihi bir keşfe ev sahipliği yaptı. Bugüne kadar Türk adının geçtiği ilk yapıt olarak anılan Orhun Abideleri, yapılan yeni keşifle bu unvanı kaybederek, İlteriş Kağan'a ait olduğu tespit edilen İlteriş Kağan Anıtı, unvanın yeni sahibi oldu. Moğolistan'ın başkenti Ulan Batur'da, konuyla ilgili düzenlediği basın toplantısında konuşan Uluslararası Türk Akademisi Başkanı Darhan Kıdırali, "Anıt metninden elde edilen bilgilere dayanarak, Nomgon külliyesinin Göktürk kağanlığını yeniden canlandıran Kül Tigin ve Bilge Kağan'ın babası İlteriş Kutluk Kağan'a ithaf edildiği sonucuna varılmıştır. Ayrıca bu külliye, "Türk"adının ilk kez geçtiği Göktürk döneminin en eski yazılı anıtı olarak kabul edilmektedir." şeklinde açıklama yaptı. Uluslararası Türk Akademisi tarafından duyurulan keşifte, 7. yüzyıla ait yazıtın ön kısmında bulunan 19 satırın okunan 12 satırında; "inek yılının dokuzuncu ayı, Kutlug Kağan: Türk, erkek çocuklarım, köz" gibi kelimelere rastlandı.

SÖZLÜK

Günlük ya da profesyonel hayatınızda karşınıza çıkan ve çıkabilecek olan ekonomiden sanata, bilimden hukuka kadar güncel terimleri sizin için derledik. Anlamları hakkında kısacık bilgiler verdiğimiz sözlüğümüzün kelime hazinenizi geliştirmesini temenni ediyoruz.

BİLİM SÖZLÜĞÜ

ALBİNİZM: Genetik yollarla geçen; deri, saç ve gözlerdeki pigment eksikliğinden ortaya çıkan hastalıktır. Bu hastalığa sahip kişilere ise albino denir.

BENLİK BİLİNCİ: Kendimizle ilgili tüm düşüncelerimiz, duygularımız, algılarımız ve değerlendirmelerimiz ile ortaya çıkan etkileşimleri içeren algıdır.

FACULA: Latince de "küçük meşale" anlamına gelen facula, Güneş'in fotosferindeki parlak nokta veya bölge olarak bilinir.

HUKUK SÖZLÜĞÜ

ARAZİ-İ MEVAT: Hiç kimse tarafından kullanılmayan, halka terk ve tahsis edilmemiş, tarımsal faaliyetlere elverişsiz ve imar bölgeleri dışında kalan; kıraç, taşlık, pınarlık gibi arazilerdir.

TESELSÜL: Zincirleme ya da birbirine bağlı anlamlarını ifade eden teselsül, birden çok kimsenin alacaklıya karşı aynı borcun tamamını yüklenmelerine veya birden çok alacaklının tek bir borcu istemeye hakkı olduğunu gösteren durumdur.

MATRAH: Bir verginin miktarını belirtmek için esas alınan değerdir.

KÜLTÜR SANAT SÖZLÜĞÜ

TULUAT TİYATROSU: Olay örgüsünün bilindiği ancak yazılı bir metne dayanmayan, doğaçlama oynanan bir sahne sanatıdır. Geleneksel orta oyununun Batılı anlamdaki tiyatro ile karışması sonucunda ortaya çıkmıştır.

ARYA: Opera eserinde solistlerden birinin orkestra eşliğinde söylediği, kendi içinde bütünlüğü olan ve üç bölümlü şarkı formundan oluşarak duygusal yükselişi destekleyen sahne şarkısıdır.

ARKAİZM: Geçmişte kullanılan ancak günümüzde artık kullanılmayan eski sözcükleri, deyimleri ya da eski söz dizimine ait biçimleri kullanma sanatıdır.

EKONOMİ SÖZLÜĞÜ

DEZENFLASYON: Fiyat artış hızının azalması anlamına gelen dezenflasyon, yüksek enflasyondan düşük enflasyona geçiş sırasında yaşanan süreci ifade eder.

İSKONTO: Ticari senetlerin vadesinden önce satın alınıp, belirli indirimlerle paraya çevrilmesini sağlayan bir kredi işlemidir.

NOMİNAL DEĞER: Para, çek, senet, hisse senedi, tahvil, pul vb. menkul kıymetlerin üzerinde yazan değerdir.

İŞTE GÜÇ! İŞTE PERFORMANS!

TURKISH AIRLINES EuroLeague

Turkish Airlines Euroleague Resmi İçerik Partneri

Castrol EDGE

CINETIME

Sinemanın Seyir Defteri

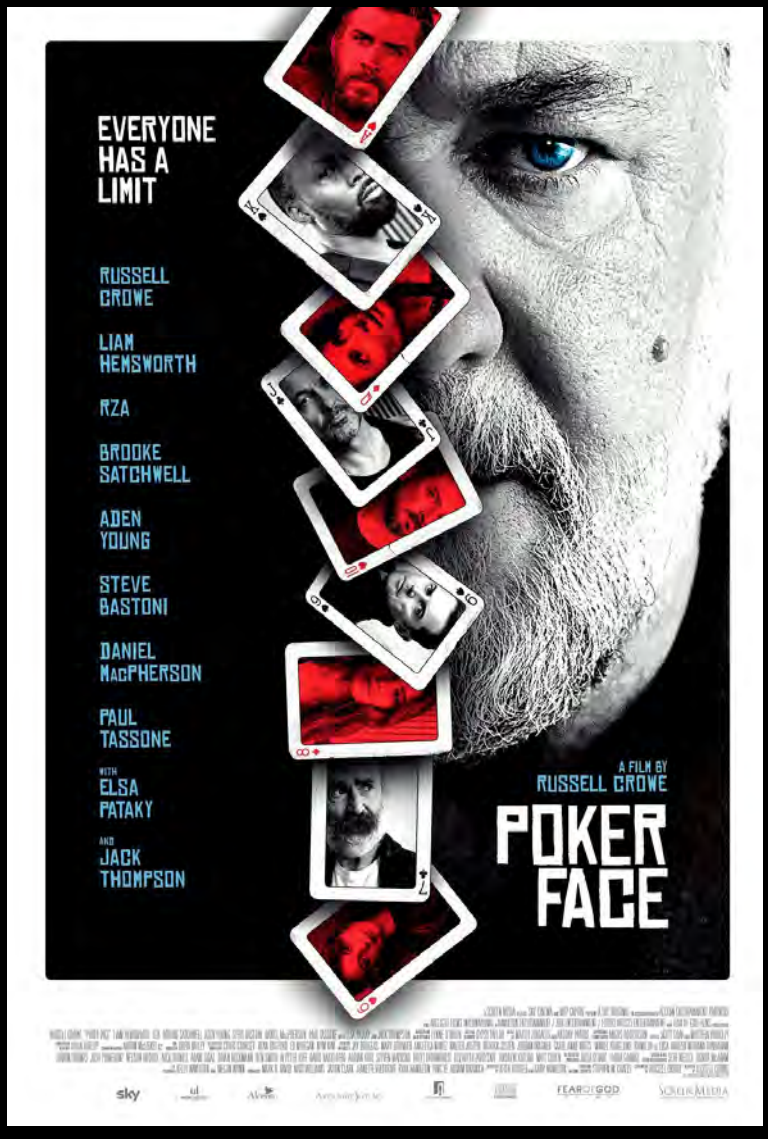
VİZYONDAKİLER

POKER FACE

Vizyon Tarihi:
25 Kasım 2022

Oscar ödüllü oyuncu Russell Crowe, Poker Face filmiyle kariyerinde ikinci kez yönetmen koltuğuna oturuyor. Başrolünü Liam Hemsworth ile paylaştığı film, ev sahibi Jake'in hem sevgi hem de nefret dolu ilişkilere sahip eski arkadaşlarıyla hesaplaşmak için hazırladığı oyunu konu ediniyor. Gerilim türündeki filmin senaryosu, Russell Crowe ile Stephen M. Coates tarafından kaleme alınmıştır.

Yönetmen: Russell Crowe
Oyuncular: Russell Crowe, Elsa Pataky, Liam Hemsworth, Jacqueline McKenzie, RZA
Yapımcı: TME Films
Tür: Gerilim



En güncel filmlerin biletleri ve seans bilgileri için QR kodu okutunuz.

cinetimesinemalari cinetimesinema
cinetime_sinema Cinetime

Mahalleden Arkadaşlar

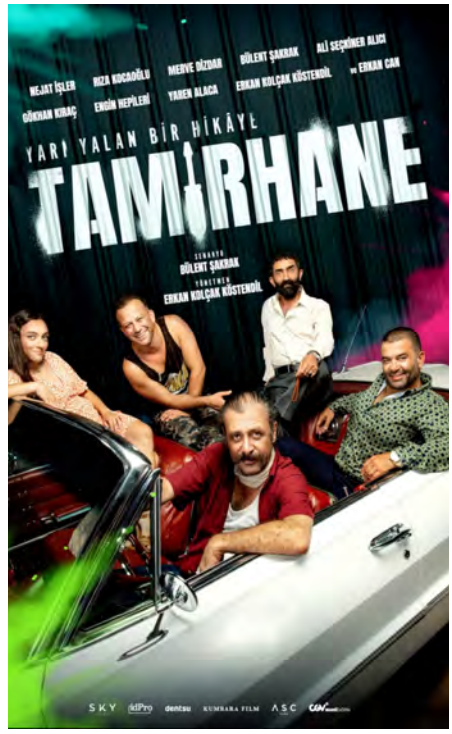
Vizyon Tarihi: 4 Kasım 2022

Selçuk Aydemir'in kaleme aldığı Mahalleden Arkadaşlar isimli kitap, yine Aydemir'in yönetmenliğinde beyaz perdeye uyarlanıyor. Filmin başrollerinde Nurgül Yeşilçay, Alper Kul ve Esat Polat Güler gibi sevilen isimler yer alıyor. Komedi türündeki film, izleyenleri 90'lı yıllara götürüyor. Selçuk Aydemir'in çocukluk döneminden ilhamla kaleme aldığı Mahalleden Arkadaşlar, modern teknolojinin henüz gelişmediği sıcak bir mahalle ortamını beyaz perdeye aktarıyor.

Black Panther: Yaşasın Wakanda

Vizyon Tarihi: 11 Kasım 2022

Marvel yapımı Black Panther'ın ikinci filmi, Black Panther: Yaşasın Wakanda'da kral T'Challa'nın ölümünün ardından diğer karakterlerin Wakanda halkını dünya güçlerinden korumak için giriştiği mücadele anlatılıyor. İşgalci modern dünya ile Afrika kıtasında yer alan Wakanda'nın direnişinin işlendiği aksiyon ve macera türündeki filmin yönetmen koltuğunda ise ilk filmin de yönetmenliğini üstlenen Ryan Coogler oturuyor.



Tamirhane

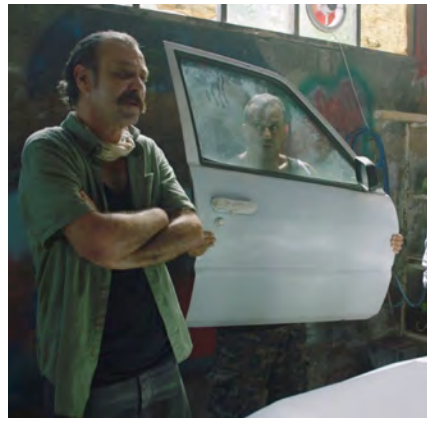
Vizyon Tarihi: 11 Kasım 2022

Bülent Şakrak'ın yazdığı ve Erkan Kolçak Köstengil'in ilk uzun metraj yönetmenlik deneyimi olan Tamirhane filminin başrollerinde Nejat İşler, Rıza Kocaoğlu ve Merve Dizdar yer alıyor. Bol aksiyonlu ve komedili filmde, iki arkadaşın kendilerine miras kalan boya ve kaporta dükkanını işletirken başlarına gelen talihsiz bir olay neticesinde ölen bir adamı yakıt tankında saklamasıyla başlayan olaylar anlatılıyor.

Barış Akarsu "Merhaba"

Vizyon Tarihi: 18 Kasım 2022

Katıldığı bir şarkı yarışmasıyla tüm ülkeye adından söz ettiren ve trajik bir trafik kazası sonucu genç yaşta hayatını kaybeden müzisyen Barış Akarsu'nun hayat hikayesi, beyaz perdeye aktarılıyor. Hem dram hem de biyografik türdeki filmde merhum sanatçı Barış Akarsu'ya İsmail Ege Şaşmaz hayat veriyor. Filmin yönetmen koltuğunda ise Mert Dikmen oturuyor. Oyuncu kadrosunda ise Almila Ada, Şafak Pekdemir, Hüseyin Avni Danyal gibi isimler yer alıyor.



Müjdemi İsterim

Vizyon Tarihi: 18 Kasım 2022

Üzerlerine atılan cinayeti çözmek için mecburen iş birliği yapmak zorunda kalan ve kendilerini hiç beklemedikleri bir maceranın ortasında bulan Bulut ve Müjde'nin eğlenceli hikayesi anlatılıyor. Ahmet Kural ve Ecem Erkek'in başrollerde olduğu komedi filminin oyuncu kadrosunda; İlker Aksum ve Mehmet Özgür yer alırken filmin yönetmenliğini ise Ömer Faruk Yardımcı üstleniyor.

The Fabelmans

Vizyon Tarihi: 25 Kasım 2022

Başarılı yönetmen Steven Spielberg'in kendi çocukluğundan izler taşıyan dram filmi The Fabelmans, sinemaya duyduğu tutku sayesinde aile içinde yaşanan sorunların üstesinden gelirken aynı zamanda film çekebilmek için gerekli donanıma sahip olma çabasını konu ediniyor. Dram türünde yapımı tamamlanan The Fabelmans'ın oyuncu kadrosunda; Michelle Williams, Paul Dano, Seth Rogen gibi isimler yer alıyor.

Avatar: Suyun Yolu

Vizyon Tarihi: 16 Aralık 2022

2009 yılında vizyona girmesinin ardından küresel bir fenomen haline gelen ve hasılat rekorunu elinde bulunduran Avatar'ın devam filmi Avatar: Suyun Yolu'nda da yönetmen James Cameron, yarattığı öykü evreninin sınırlarını genişletiyor. Çekimlerin Manhattan Beach, California ve Yeni Zelanda'da yapıldığı epik bilim kurgu filmi olan Avatar: Suyun Yolu, mevcut oyuncu kadrosunu koruyor.

Garip Bülbül Neşet Ertaş

Vizyon Tarihi: 23 Aralık 2022

Saz üstadı büyük ozan Neşet Ertaş'ın hayat hikayesinin anlatıldığı filmin yönetmenliğini Ömer Faruk Sorak ve Berker Berki üstleniyor. 400 plak ve birçok kasete imza atan Neşet Ertaş'ın "Garip" mahlasıyla birçok şiir yazmasına ithafen adlandırılan filmde; Ramazan Bağgül, Melisa Aslı Pamuk ve Yüsra Geyik gibi isimler yer alıyor. Film, 2012 yılında vefat eden Neşet Ertaş'a dair bilinmeyenleri anlatıyor.

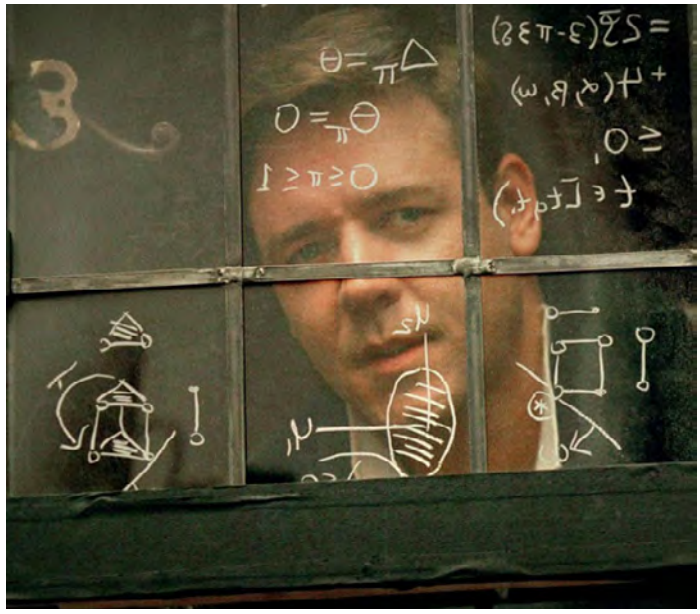
HOLLYWOOD'UN İKONİK YÜZÜ: Russell Crowe

Russell Crowe, 7 Nisan 1964'te Yeni Zelanda'nın başkenti Wellington'da doğmuştur. Performans kariyerine 1980'lerin başında müzisyen olarak başlamış; 1988'de bir müzikal tiyatroda ilk profesyonel rolünün ardından, Blood Brothers filmindeki Mickey rolüyle de oyunculuk deneyimini yaşamıştır. Kariyerine Avustralya'da devam etme kararı alan Crowe, 1991 yılında vizyona giren Proof filmindeki performansı ile Avustralya Film Enstitüsü tarafından En İyi Erkek Oyuncu ödülüne layık görülmüştür.

Hollywood'a 1995 yılında adım atan ünlü aktör, Leonardo DiCaprio, Sharon Stone ve Gene Hackman ile birlikte The Quick and the Dead filminde rol almıştır.

The Insider, Gladiator ve A Beautiful Mind filmlerindeki üstün başarısıyla Akademi Ödülleri'nde üst üste üç kez En İyi Erkek Oyuncu ödülüne aday gösterilen Russell Crowe, kariyerinin en parlak dönemini yaşamıştır.

Bir başyapıt olarak görülen Gladiator filmindeki Maximus rolü ile Oscar'a uzanan Crowe, A Beautiful Mind filmindeki John Nash rolüyle BAFTA ve Altın Küre Ödül Töreni'nde En İyi Erkek Oyuncu ödülünün sahibi olmuştur. Ayrıca bu iki film Akademi Ödülleri'nde En İyi Film seçilmiştir.



Başarılı yapımlarla adından oldukça söz ettiren ünlü aktör, en iyi film dalında aday gösterilen L.A. Confidential ve Master and Commander: The Far Side of the World filmlerinde de başrolü üstlenmiştir.

2005 yılında biyografik türde hazırlanan ve bir boks draması olan Cinderella Man'de, 2007'de ise American Gangster'de yer alan deneyimli oyuncu, A Good Year ve Robin Hood filmlerinde de Ridley Scott'ın yönetmenliğinde kamera karşısına geçmiştir.

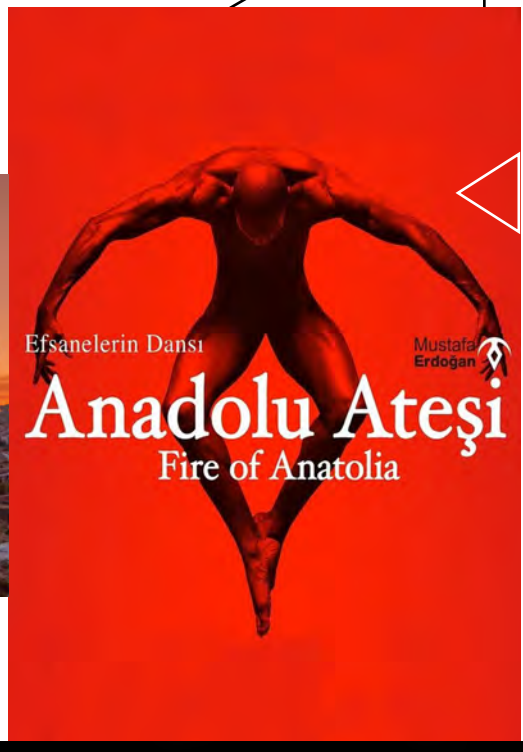
Cristopher Nolan yapımı Superman filmi Man of Steel'de boy gösteren Crowe, The Water Diviner filmi ile ilk yönetmenlik deneyimini yaşamıştır. Yılmaz Erdoğan ve Cem Yılmaz'ın yer aldığı 1. Dünya Savaşı sırasında geçen bir konuyu ele alan film, gösterimde olduğu yıllarda oldukça beğenilmiştir. The Mummy filminde Tom Cruise ile birlikte kamera karşısında geçmiş; 2022 yılında vizyona giren bir Marvel filmi olan Thor: Love and Thunder'da Zeus karakterine hayat vermiştir.

Kariyeri boyunca birçok etkileyici performansa imza atan 58 yaşındaki deneyimli oyuncu, hem başrolünü hem de yönetmenliğini üstlendiği Poker Face filmi ile yeniden sinemalarda.

AJANDA

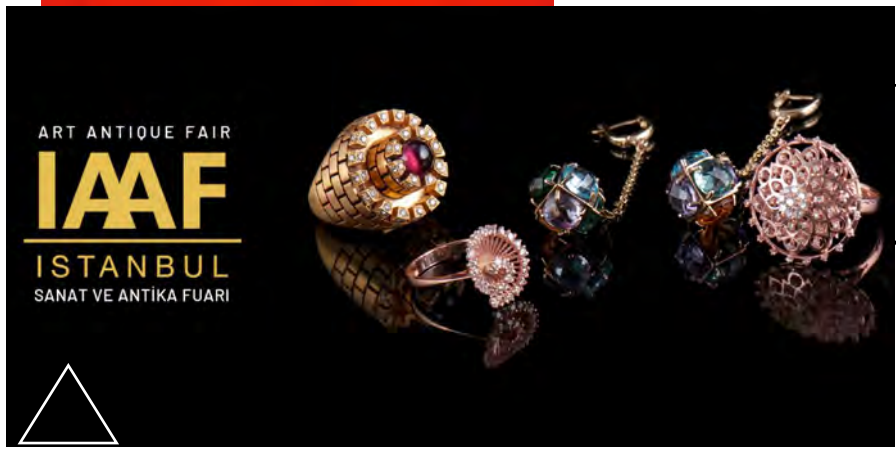
OUTDOORFEST KAPADOKYA

OutdoorFest Kapadokya, 4 - 6 Kasım 2022 tarihleri arasında Nevşehir iline bağlı Kapadokya'nın büyülü coğrafyasında gerçekleşecek. Kapadokya etkinlik alanında başlayacak olan festivalde katılımcılar çeşitli atölyelere, etkinliklere, oyunlara, Outdoor Talks konuşmalarına, konserlere katılacak ve markaların avantajlı ürünlerini deneyimleme fırsatı bulacak. Etkinlik alanı dışında ise bisiklet, trekking, binicilik, koşu ve balon turu gibi faaliyetlerin yanı sıra akustik konserler, bu eşsiz topraklarda doğa ile iç içe olmayı seven konuklarını bekliyor.



ANADOLU ATEŞİ

Anadolu Ateşi, 18 Kasım 2022 tarihinde İstanbul Bostancı Gösteri Merkezi ve 19 Kasım 2022 tarihinde ise Ankara Congresium'da yanmaya devam edecek. Doğu ile batı kültürlerinin buluşmasını hedefleyen, evrensel barış mesajları veren bir dans portresi olan Anadolu Ateşi, halk danslarını bale, modern dans ve dansın diğer disiplinleri ile sentezleyerek modern standartlardaki bu gösterisiyle konuklarına yıllardır doyum olmayan görsel bir şölen sunuyor.



IAAF İSTANBUL SANAT VE ANTİKA FUARI

IAAF İstanbul Sanat ve Antika Fuarı'nın bu yıl 3.sü düzenleniyor. 17 - 20 Kasım 2022 tarihleri arasında Lütfi Kırdar Sergi Sarayı Rumeli Salonları'nda sanat tutkunlarını ağırlayacak olan fuar, sanat dünyasının öncü isimlerinin seçilmiş eserlerine, antika objelere ve özel mücevher tasarımlarına ev sahipliği yapıyor. Geçmişin estetik değerlerinden günümüze uzanan bir yolculuğa davet eden bu etkinlik, antika ve sanat eseri koleksiyonerleri ile meraklılarını bekliyor.

CEVİZ ADAM MÜZİKALİ

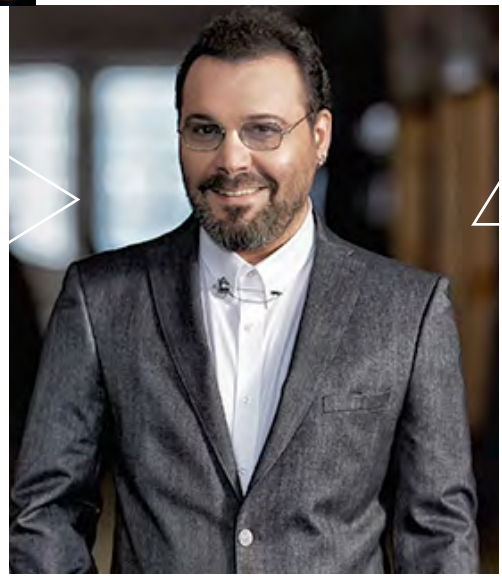
Dijital platformlar üzerinden izlenme rekorları kırarak 400 milyondan fazla kişi tarafından dinlenen, 7'den 70'e her kesime hitap eden Ceviz Adam, artık tiyatro sahnelerinde... Eşsiz danslarına eşlik eden güçlü sahne prodüksiyonlarıyla adeta bir görsel şölen sunan müzikal, çocukları interaktif bir şekilde hem eğlendirip hem de düşündürmeyi hedefliyor. Çocuklara, trafik kurallarını, su tasarrufunu, geri dönüşümün önemini ve ebeveynlerinden habersiz hareket etmemeleri gerektiğini eğlenceli bir şekilde anlatan müzikal, 3 Aralık 2022 tarihinde Mall of İstanbul MOI Sahne'de!

BORUSAN QUARTET

Prof. Gürer Aykal öncülüğünde kurularak şu an ülkemizin en önemli oda müziği topluluklarından Borusan Quartet, klasik müzik tutkunlarına unutulmaz bir konser yaşatacak. 1 Kasım 2022 tarihinde Ankara Erimtan Arkeoloji ve Sanat Müzesi'nde gerçekleşecek konserde, klasik dönemden modern döneme uzanan geniş bir repertuvar, müzikseverlerle buluşturulacak.

YAŞAR

Kumralım, Kuşlar ve Divane gibi kült şarkılara imza atan Yaşar, yıl boyu devam eden konser dizisini yılın son ayında da sürdürüyor. 10 Aralık 2022 tarihinde İstanbul Jolly Joker Kıyı'da gerçekleşecek konsere en sevilen şarkılarının yanında, en yeni şarkılarını da seslendirecek olan Türk pop müziğinin sevilen isimlerinden Yaşar, hayranlarına eğlenceli ve unutulmaz bir akşam yaşatacak.



YILIN EN ÇOK OKUNAN KİTAPLARI

Acı tatlı koca bir yılı daha geride bırakmaya hazırlandığımız bu günlerde, yılın en çok okunan kitaplarından bazılarını sizin için derledik. Çocuk, edebiyat, eğitim ve kişisel gelişim gibi farklı kategorilerde yer alan kitapları henüz okumadıysanız yıl bitmeden okumanızı öneriyoruz.

İZ BIRAKTIĞIN KADAR VARSIN

Esra Ezmeci

Uzman Psikolog Esra Ezmeci tarafından kaleme alınan kitap, eril ve dişil enerjilerden iletişime iz bırakmanın ve vazgeçilmez olmanın yollarını anlatıyor. İlişkilerde cesaretin ve özgür doğanızı hissettirebilmenin fark yaratan yollarını, vazgeçilmez olmayı ve iz bırakmanın detaylarını incelikli bir dille okurlarına tarif ediyor.

CESUR FIRFIR

Angela McAllister

Akıllı ve iyi kalpli minicik bir kahraman olan Fırfır'ın masalı, çocuklara cesaretin gerçek anlamını öğretiyor. Milli Eğitim Bakanlığı'nın belirlediği yazı karakteri ile hazırlanan çocuk kitabında, ormanda kaybolan Fırfır, hiç ummadığı bir şekilde birinden yardım almasıyla başlayan maceraları, Tiphanie Beeke'nin resmetmesiyle çocuk okurlarıyla buluşuyor.

EZBERE YAŞAYANLAR

Emrah Safa Gürkan

Bir türlü vazgeçilemeyen alışkanlıkların tarihi, arka planıyla birlikte antropolojik, sosyolojik ve psikolojik kökenlerini irdeleyen eser, iki yüz bin yıllık insanlık mirasının ortaya koyduğu birbirinden değişik toplum ve kültüre yönelerek davranışları şekillendiren ana etmenleri de inceliyor. Geçmişle gelecek, gelenekle yenilik arasındaki çekişmeyi merkeze alan Ezbere Yaşayanlar, okurlarını keşif dolu bir yolculuğa çıkarıyor.

GECE YARISI KÜTÜPHANESİ

Matt Haig

İngiliz edebiyatının önemli isimlerinden Matt Haig, kitapta yer alan ana karakterin pişmanlıklara, ihtimallere ve yeniden seçme imkanına dair çıktığı bu yolculukta, ona eşlik edecek okurlara sürükleyici ve insanın en temel sorunlarını konu alan bir kurgu sunuyor. Eser aynı zamanda yayınlandığı günden bu yana 42 dile çevrilmiş olmasıyla da oldukça geniş bir kitleye hitap ediyor.

VAR MISIN?

Doğan Cüceloğlu

Güçlü bir yaşam için önerilere var mısın diyen Psikolog Doğan Cüceloğlu, yalın ve sade anlatımıyla okurlarının hayatlarına dokunuyor. Okurken kendinizi, ailenizi ve arkadaşınızı görebilecek; hayatınıza adeta bir ayna tutabileceğiniz bu eserle zorluklar karşında güçlü bir tavır takınıp, sorunlara çözüm arayacak ve belli başlı sebeplerden ortaya çıkarmadığınız gücünüzü fark edeceksiniz.

TİAMAT

İhsan Oktay Anar

Türk roman ve hikaye yazarı İhsan Oktay Anar'ın kaleme aldığı Tiamat, okurlarını düşlerle dolu bir yolculuğa çıkarıyor. Yazar, derin denizlere kurduğu alemin içinde yaşanan hikayeleri olağanüstü bir kurgu ve dille okurlarına aktarıyor.

İÇİMİZDEKİ ŞEYTAN

Sabahhattin Ali

Sabahhattin Ali'nin bu kült eseri, toplumsal gündemin kişilikler üzerindeki baskısını ve güçsüz insanın kapana kısılmışlığını gözler önüne seriyor. Daha çok aydın geçinen kişilerin karanlığına, onların içinde yaşayan şeytana odaklanarak keskin bir bakış atan yazar, okurlarına farklı bir bakış açısı sunuyor.

BALIKÇI VE OĞLU

Zülfü Livaneli

Toplumsal konulara duyarlılığı ile tanınan edebiyatçı ve fikir insanı Zülfü Livaneli, bu kez Ege balıkçılarının ve hayal kurmaktan bile mahrum bırakılan göçmenlerin kaderine eğiliyor. Usta edebiyatçı Livaneli, Balıkçı ve Oğlu ile son yılların en can yakıcı ve büyük dramı "göçmenliği" balıkçı Mustafa, Mesude ve Samir bebek üzerinden anlatıyor.

Özdilekteyim
Çevrim İçi Alışveriş

İZ BIRAKANLAR...

Sanattan bilime, tarihte iz bırakmış isimlerin ilham veren yaşam öykülerini, eserlerini ve buluşlarını yeniden keşfedelim.

İSMAİL HAKKI TONGUÇ

Türk eğitim bilimci ve köy enstitülerinin mimarı olan İsmail Hakkı Tonguç, bugünkü Bulgaristan'ın Silistre iline bağlı Tatar Atmaca Köyü'nde 1893 yılında dünyaya gelmiştir. Babası Kırım göçmenlerinden Hacı Velioğlu İdris, annesi ise Dobrucalı bir Türk olan Vesile Hanım'dır. Eğitim hayatına doğduğu köyde başlayan Tonguç, 4 yıllık ilkokul eğitimini tamamladıktan sonra Silistre'de rüştiye eğitimini bitirmiştir.

Ardından 1914 yılında İstanbul'a giderek eğitimine devam etmiş ve daha sonra dönemin Eğitim Bakanı Şükrü Bey tarafından Kastamonu Muallim Mektebi'ne ücretsiz olarak yatılı okumak üzere gönderilmiştir.

1916 yılında öğrenciliğine İstanbul Muallim Mektebi'nde devam eden İsmail Hakkı Tonguç, 1918'de Almanya'ya giderek Ettlingen Öğretmen Okulu'nda sekiz aylık bir eğitim programına katılmıştır. Burada aldığı eğitim sonrasında yurda geri dönen Tonguç, Eskişehir Muallim Mektebi'nde resim ve elişi ile beden eğitimi öğretmeni olarak göreve başlamıştır. Konya, Ankara ve Adana gibi Anadolu'nun çeşitli bölgelerinde öğretmenlik yapmış ve Avrupa'daki mesleki eğitim kurumlarını yakından incelemek için Almanya'ya ziyaretler gerçekleştirmiştir.

Gazi Eğitim Enstitüsü'nde 1929 ve 1933 yılları arasında aktif olarak görev alan İsmail Hakkı Tonguç, burada öğretmenlik yapmasının yanı sıra hem resim iş bölümünü kurmuş hem de vekil olarak müdürlük yapmıştır. 1935 yılında ise vekaleten ilköğretim genel müdürlüğüne getirilmiş daha sonra köy enstitülerini kurulması için araştırmalar yürütmüştür. Bu enstitülerin temeli sayılan eğitmenlik kurslarının açılabilmesi için yurdun farklı bölgelerini gezmiş ve Temmuz 1936'da ilk eğitmenlik kursunu Eskişehir'de açmıştır.

Ulu Önder Mustafa Kemal Atatürk'ün desteğiyle okuryazar oranının sayısını artırmak üzere yapılan çalışmalara destek olmuş ve kurulan eğitmen kurslarıyla burada yetiştirilen gençlerin köy okullarına eğitmen olarak gönderilmesine katkı sağlamıştır. 1940'ta Köy Enstitüleri Kanunu çıktıktan sonra açılmaya başlayan enstitülerle çok yakından ilgilenen Tonguç, özellikle kız çocuklarının öğretmenliğe kazandırılabilmesi için büyük çaba göstermiştir. Ülkemizdeki eğitim sisteminin geliştirilmesi için çalışmalar yürüten ve ülkemizde değerli öğretmenlerin yetiştirilmesi için büyük çaba gösteren İsmail Hakkı Tonguç, 1960'da hayata gözlerini yummuştur.

Ülkemizde ve dünyada bir eğitim neferi olarak tarihe iz bırakmış isimleri, 24 Kasım Öğretmenler Günü'ne denk gelen bu sayımızda mercek altına alarak bu önemli günü kutluyoruz.

MARIA MONTESSORI

Montessori Metodu'nun kurucusu olan bilim insanı ve eğitimci Maria Montessori, 1870 yılında Chiaravalle isimli bir İtalyan kasabasında dünyaya gelmiştir. On iki yaşındayken ailesiyle birlikte taşındığı Roma'da, teknik okula giderek burada biyoloji ile tanışmıştır. Oldukça etkilendiği bu bölüm, onun tıp okumaya karar vermesini sağlamıştır. Dönemin tüm zorlukları içerisinde kadın hakları için vermiş olduğu mücadelesiyle 1896 yılında İtalya'nın ilk kadın doktoru olmuştur.

Maria Montessori, 1899 yılında Roma'daki zihinsel engelli olan çocukların bulunduğu orthophrenic okulunda yöneticilik yaparken, zihinsel eksikliğin pedagojik bir problem olduğunu savunmuştur. Klinikte çalıştığı süreçte, eğitimin buradaki çocuklar üzerindeki etkisini inceleme fırsatı bulmuştur. Zihinsel engelli çocukların eğitimi ile ilgili yaptığı araştırmalarında, Itard ve Séguin'in çalışmalarından etkilenerek kendi yöntemini geliştirmiştir. Çocukların çevrelerini öğrenmeye yönelik içgüdüsel bir arzu taşıdığını söyleyen Maria Montessori, kendi yöntemlerini uyguladığı eğitim çalışmalarıyla onları devlet yeterlilik sınavına hazırlamıştır. Sınava giren çocukların normale yakın bir başarı göstermesiyle ismi Avrupa'da duyulmaya başlanmıştır.

1907 yılında "Casa dei Bambini" isimli ilk çocuk evini kurarak, engelli olmayan çocukların nelerden hoşlandıklarını ve nelerden hoşlanmadıklarını belirlemek için araştırmalar yapmıştır. Yaptığı araştırmalar sonucunda çocukların ödüllerden, cezalardan, oyuncaklardan, şekerlemelerden, yetişkinler tarafından programlanmış eğitimden, toplu derslerden ve öğretmen masasından hoşlanmadıklarını; özgür seçimden, hatalarını kendilerinin denetlemesinden, hareket etmekten, sessizlikten, sosyal ilişkilerinin kendilerinin kurmasından, özgür faaliyete dayalı bir disiplinden ve alıştırmaların tekrarından hoşlandıklarını gözlemlemiştir.

"Eğitimde metot değil insan kişiliği göz önüne alınmalıdır." diyen ve eğitim sisteminin çocuktan yola çıkarak kurulması gerektiğini savunarak, bu konudaki değerli çalışmalarını bizlere bırakan Dr. Montessori, 1952 yılında hayatını kaybederek aramızdan ayrılmıştır.

AHMET HAMDİ TANPINAR

Cumhuriyet kuşağının ilk öğretmenlerinden olan Ahmet Hamdi Tanpınar, 23 Haziran 1901'de İstanbul Şehzadebaşı'nda doğmuştur. Üç çocuklu bir ailenin en küçüğü olarak dünyaya gelen Tanpınar, babası Hüseyin Fikri Efendi'nin görevi sebebiyle çocukluğunu Antalya'da geçirmiştir. 1915'te annesi Nesime Bahriye Hanım'ı, Antalya'dan Kerkük'e yaptıkları bir ziyaret sırasında tifüse yakalanması sonucunda kaybetmiştir. Lise eğitimini Antalya'da tamamladıktan sonra 1918 yılında İstanbul'a gitmiştir. Halkalı Ziraat Mektebi'nde bir yıl yatılı okuyarak çok sevdiği Yahya Kemal Beyatlı'nın etkisiyle 1919 yılında İstanbul Üniversitesi Edebiyat Fakültesi'ne girmiştir. Burada Yahya Kemal başta olmak üzere Mehmet Fuat Köprülü, Cenab Şahabeddin, Ömer Ferit Kam, Babanzade Ahmed Naim gibi hocaların derslerini almıştır. Şeyhi'nin "Hüsrev ü Şirin" başlıklı mesnevisi üzerine yazdığı lisans teziyle edebiyat fakültesinden mezun olan Ahmet Hamdi Tanpınar, 1923'te Erzurum Lisesi'nde edebiyat öğretmenliğine başlamıştır. Ardından 1926'da Konya Lisesi, 1927'de Ankara Lisesi, 1930'da Ankara Gazi Terbiye Enstitüsü ve 1932'de İstanbul Kadıköy Lisesi'nde öğretmenlik görevini yapmıştır.

Edebiyata duymuş olduğu ilgiyle "Bursa'da Zaman" şiirini yazarak geniş bir okuyucu kitlesine ulaşan Tanpınar, öğretmenliğin yanı sıra şiir, hikaye, roman, deneme gibi birçok kıymetli eseri bizlere kazandırmıştır. Tanzimat'ın 100. yıl dönümü olan 1939'da, dönemin milli eğitim bakanı Hasan Ali Yücel tarafından "19'uncu asır Türk edebiyatı" kürsüsüne Türk edebiyatı profesörü olarak atanmış ve Tanzimat'tan sonraki Türk tarihini yazmak ile görevlendirilmiştir. Hazırlamış olduğu bu çalışmalar, 1940'lı yıllardaki Türk edebiyatının şekillenmesine öncülük etmiştir.

Bir bilim insanı olarak Ahmet Hamdi Tanpınar, 19. Asır Türk Edebiyatı Tarihi adlı eseriyle Türk edebiyat tarihine yeni bir görüş ve bakış açısı sunmuştur. Eserlerinde ayrıntılara büyük önem vermiş, şairane üslubunu belgelere dayanan bilimsel bir anlayışla harmanlayarak yeni nesile unutulmaz yapıtlar bırakmıştır. Türk edebiyat tarihinin en kıymetli isimlerinden biri olan Tanpınar, sağlığının iyice bozulması sebebiyle 1962'de vefat etmiştir.

FATMA BEYHAN NİL TİPİ

Türkiye Cumhuriyeti'nin ilk kadın hakimlerinden biri olan Fatma Beyhan Nil Tipi, 1903 yılında Midilli'de dünyaya gelmiştir. Babası Yanya Valisi Ömer Hüsamettin Paşa, annesi ise Behiye Hanım'dır. Bezmialem Valide Sultanisi'nden, bugünkü adıyla İstanbul Kız Lisesi, mezun olduktan sonra İstanbul Üniversitesi Hukuk Fakültesi'nde eğitimini tamamlamıştır. Mezun olduktan sonra 1926 - 1927 yılları arasında, kanunların düzenlenmesi ve medeni esaslara göre yeni kanunlar hazırlanması için Atatürk'ün isteğiyle 1924'te oluşturulan Tadil-i Kavanin Komisyonu'nda (Kanun Değiştirme Komisyonu) görev almıştır. İstanbul Asliye Mahkemesi Birinci Hukuk Katipliği görevini 1927 – 1928 yılları arasında yürüten Fatma Beyhan, 1928 yılında bu görevinden ayrılarak İstanbul Barosu'na başvurmuştur. Baroya kabul edilmesinin ardından İstanbul Barosu'na kaydolan ilk kadın avukat olarak cumhuriyet tarihimizde iz bırakmıştır.

İstanbul Adliyesi'nde gerçekleştirilen hakimler toplantısında, o dönemde adliye vekili olarak görev yapmakta olan Mahmut Esat Bey ile karşılaşan Fatma Beyhan, onun hakim olmak ister misin teklifini büyük bir mutlulukla kabul etmiş, ardından İstanbul Barosu'ndan ayrılarak hakimlik görevini icra etmeye başlamıştır. 25 Ekim 1928 İstanbul Ticaret Mahkemesi'nde görülen bir iflas davasında kürsüye çıkarak başarılı bir savunma gerçekleştiren Fatma Beyhan, dava alan ilk kadın avukat unvanının da sahibi olmuştur. Fatma Beyhan'ın kürsüye çıkacağının duyulmasının ardından hem gazeteciler hem de halktan büyük bir kalabalık dinleyici olarak salonu doldurmuş ve gerçekleşen bu dava halk tarafından ilgiyle takip edilmiştir.

Cumhuriyet tarihimize ilk kadın hakimlerden biri olarak adını yazdıran Fatma Beyhan, 28 Nisan 1930'da İstanbul Asliye Mahkemesi üyeliğine atanmıştır. 1935 yılında İstanbul 2. Ticaret Mahkemesi üyesi yardımcılığını yürütmüş, 29 Temmuz 1941 yılında ise hakimlik mesleğinden istifa ederek, 1942 yılında Ankara Barosu'na kayıt olmuş ve yeniden avukatlık mesleğini icra etmeye başlamıştır. 24 Mayıs 1988 yılında ise İstanbul'da hayata gözlerini kapatmıştır.

ATA'MIZA SONSUZ SAYGI VE ÖZLEMLE...

Hayatının son günlerinde dahi vatanımıza duyduğu derin sevgi ve büyük minnettarlıkla milleti için çaba göstermiş bir lider: Ulu Önder Mustafa Kemal Atatürk... O'nun vatanımıza duyduğu sevgisini ve çabasını anlatan bir anısını, Celal Bayar'ın anlatımıyla aramızdan ayrılışının 84. yılında sonsuz saygı, sevgi ve bitmeyen bir özlemle sizinle paylaşıyoruz.

Ölümünden otuz altı gün önce Başbakan Celal Bayar, hastalığı süresince yaptığı hafta sonu ziyaretinde, hazırlığı tamamlanmış Üçüncü Beş Yıllık Kalkınma Planı dosyasıyla gelir. Doktorlar, zaman alan ciddi konularla ilgilenmesini kesinlikle yasaklamışlardır ancak başbakan, bir iki temel konuda fikrini öğrenme ihtiyacındadır. Doktorları en çok beş dakika izin verir. Bundan sonrasını Celal Bayar şöyle anlatır:

Sanki hasta değil rahat bir uykudan yeni kalkmış gibiydi. Elimdeki dosyanın ne olduğunu sordu. Üçüncü Beş Yıllık Kalkınma Planı'nın son şekli, dedim. Eliyle işaret etti:

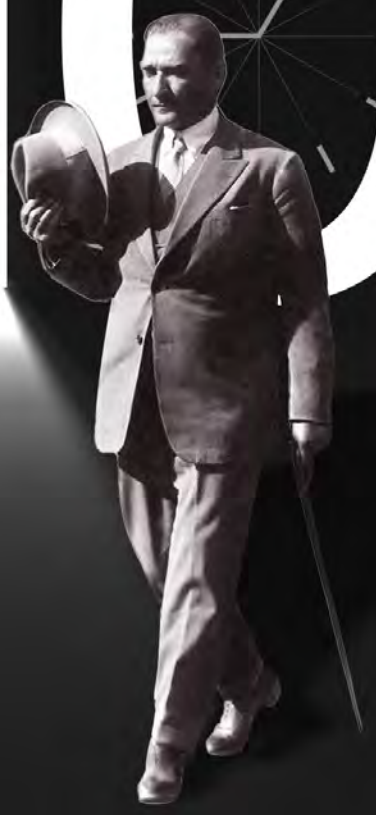
-Şöyle, yanıma otur da anlat.

Şezlongunu yükseltmelerini ve arkasına bir yastık konulmasını istedi. Göreceği yakınlıkta oturdum. Dinledikçe alakası artıyordu. Verilen beş dakika geçmişti. Genel Sekreteri Hasan Rıza'nın bana bunu hatırlatmak için içeri girdiğini hissetti. Gel Soyak, sen de dinle, başbakan çok güzel şeyler anlatıyor, dedi. Sadece başlıkları okuyor, birkaç cümle ile o bahsi tamamlıyordum. Öğrenmek istediklerimi de öğrenmiştim. Yakın gelecekleri okurcasına:

-Ufukta, yeni bir dünya savaşının bulutları var. Acele edin. Bunların çoğu ordu ve halk ihtiyaçları için şart olan tesisler, Allah muvaffak etsin, acele edin, dedi.

Bunları söyleyen insan birkaç gün önce komadan çıkmıştı. Sağlığı ile ilgili tek kelime etmedi. Bir hafta sonraki ziyaretimde, yaklaşan Cumhuriyet Bayramı kutlaması ve 1 Kasım'da toplanacak meclis açılış konuşması üzerinde görüştü, direktiflerini verdi. Bu son dilekler, ilk günler ile tam bir ahenk halindeydi. Bunun için nefsini asla zorlamıyordu. Olayları taşıdıkları önem derecesine göre tasnif etme bahsindeki o emsalsiz kudretiyle millet ve vatanı için hayata veda anına kadar hizmetine devam etti.

10



10 KASIM 193∞

Saygıyla Anıyoruz

O'NUN YOLUNDA **O'NUN** IŞIĞINDA

#onunyolundaonunışığında

ÖZDİLEK HOLDİNG

TEKNO TREND

Dünyanın ilk bükülebilir oyun ekranından şeffaf televizyonlara, kendi kendini temizleyen su şişelerinden su tasarrufunda yeni bir çağ başlatan beyaz eşyalara, giyilebilir teknolojinin en yenilerinden hızlı şarj olmada öne çıkan telefonlara kadar teknoloji harikalarını keşfedeceğiniz yeni bir deneyime hazır mısınız?

GİYİLEBİLİR TEKNOLOJİNİN EN İDDİALISI

Giyilebilir teknoloji kategorisinin dikkatleri üzerine çeken ürünlerinden biri olan Movano Ring, dört farklı renge sahip alışılmışın dışındaki tasarımı ve benzersiz sağlık ölçüm yetenekleriyle öne çıkıyor. Movano Ring; kalp atış hızı, kalp atış hızı değişkenliği, uyku süreleri, solunum, sıcaklık, kandaki oksijen seviyesi (SpO2), adım sayısı ve yakılan kalori gibi değerleri detaylı bir şekilde kaydedebilme imkanı sunuyor. Aynı zamanda yüzük, kayıt altına aldığı verileri birbiriyle bağlantı kurmasına olanak da tanıyor. Birbiriyle bağlantı kurduğu verilerle kişiye özel öneriler geliştirerek kullanıcıları için eşsiz bir deneyim sunuyor. Tüm bu özelliklerin yanı sıra kronik hastalıkların yakından takip edilebilmesi konusunda da kullanıcılarına kolaylık sağlıyor.

5 DAKİKADA %50 ŞARJ OLABİLEN YENİ NESİL TELEFON

Çin'in teknoloji devi şirketlerinden Realme'nin yeni modeli GT Neo 3 hem teknik özellikleri hem de farklı tasarımıyla kullanıcıların karşısına çıkıyor. GT Neo 3, alışık olduğumuz tasarımların dışında düz renkte bir panel yerine çift çizgili bir tasarıma sahip ancak klasik tasarımı seven kullanıcıları için düz ve siyah rengi de bulunuyor. Realme GT Neo 3'ün en dikkat çeken özelliği 150 W hızlı şarjı desteklemesi ve 4.500 mAh pil seçeneğiyle 5 dakikada %50 şarj dolumu yapabiliyor olmasıdır. 120 Hz yenileme hızını destekleyen 6,7 inç AMOLED FHD+ panele sahip Realme GT Neo 3, Android 12 OS ve Realme UI 3.0'a ön yükleme yapıyor. Selfie'ler için 16 megapiksel ön kameraya sahip olan ürünün arkasında ise OIS destekli 50 megapiksel Sony IMX766 ana kamera, 8 megapiksel ultra geniş lens ve 2 megapiksel makro kamera bulunuyor.

DÜNYANIN İLK BÜKÜLEBİLİR OYUN EKRANI

Daha kişiselleştirilmiş bir görüntü deneyimi yaşatmayı amaçlayan LG, ekran teknolojilerinde yeni bir çağ açıyor. Konsol, PC ve bulut oyunlarının yanı sıra TV yayınlarının da izlenebilmesini sağlayan OLED Flex, 42 inç tamamen düz ekrandan kavisli ekrana (900R)1 dönüşerek dünyanın ilk bükülebilir oyun ekranını kullanıcılarına sunuyor. LX3'ün ekranının kavis seviyesi, uzaktan kumandada bulunan düğme aracılığıyla 10 dereceye kadar kullanıcıya, 5 dereceye kadar uzağa ayarlanabiliyor. Ekran 20 farklı seviyede, yüzde beşlik artışla manuel olarak da değiştirilebiliyor. Ayrıca 140 milimetre yukarı veya aşağı ayarlanabilen ayağı sayesinde, kullanıcılarına konforlu bir deneyim sunuyor. 5. nesil (Alpha) 9 akıllı işlemci, benzeri olmayan görüntü algoritmaları, gerçeğe yakın titreşimsiz ve parlamayan görüntü kalitesiyle kullanıcılarına göz yorgunluğu yaşatmıyor.

KENDİ KENDİNİ TEMİZLEYEN SU ŞİŞESİ

Sadece bir düğmeye dokunarak her yerde güvenle su içebilmenizi sağlayan teknolojiye sahip LARQ UV Dezenfektanlı Paslanmaz Çelik Su Şişesi, 280nm UV-C ışığıyla kokuya neden olan mikropları %99,9999'a kadar yok edebiliyor. Toksik civa içermeyen UV-C LED teknolojisiyle içerisine konulan suyu sterilize ederken, kokuya neden olan bakteri ve virüsleri nötralize ederek şişenin iç yüzeyini temizliyor. Tek bir tuşa dokunulmasıyla şişenin içerisinde yer alan suyun kokusuz ve taze kalması için her iki saatte bir otomatik olarak kendisini temizliyor. Çift duvarlı ve vakumlu yalıtıma sahip olmasıyla suyunuzu 24 saat soğuk ve 12 saat sıcak tutabiliyor. Bağımsız üçüncü taraf laboratuvar tarafından biyolojik kirletici maddelere karşı etkili olduğu test edilen su şişesi, tam şarj ile 1 ay kullanılabiliyor.

XIAOMI'DEN DİKKAT ÇEKEN ŞEFFAF TELEVİZYON

Xiaomi'nin şeffaf televizyonu Mi TV LUX OLED Transparent Edition, 55 inç büyüklüğünde bir panele sahip olmasının yanı sıra 120 Hz yenileme hızı ve 1 ms tepki süresi ile gözleri üzerine çekiyor. Oldukça etkileyici tasarlanmış 150.000:1 kontrast oranına sahip panel, DCI-P3 renk profilinin yüzde 93'nü bulunduruyor. Ekran, tüm donanımları arkasına yaymak yerine dairesel bir alanda toplaması özelliğiyle şeffaf bir görüntüye ulaşarak görenleri şaşırtıyor. TOLED teknolojisi ile aydınlatmaya gerek kalmadan oldukça etkileyici bir görüntü ortaya çıkıyor. Görüntüyü optimize etmek için AI Master Smart Engine teknolojisinin yanı sıra MediaTek 9560 işlemciyi kullanıyor.

BEKO'DAN SU TASARRUFU SAĞLAYAN YENİ TEKNOLOJİ

Beko'nun SaveWater teknolojisiyle tasarladığı çamaşır makinesi, kurutma makinesi ve bulaşık makinesi; performans kalitesinden ödün vermeyerek sağladığı su tasarrufuyla sürdürülebilirliğe dikkat çekiyor. SaveWater teknolojisiyle tasarlanan kurutma makinesi, her çalıştığında su tankında yaklaşık 5,2 litreye su biriktiriyor. Biriktirilen su, çamaşır makinesinin su girişine bağlı bir boşaltma sistemiyle aktarılıyor. Böylece çamaşır makinesi, her yıkamada 5,2 litreye kadar su tasarrufu yapıyor. SaveWater teknolojisiyle tasarlanan bulaşık makineleri ise son durulama suyunu biriktirerek, bir sonraki yıkama işleminin başında kullanılabilmesini sağlıyor ve bulaşık makinesi tam kapasite doluyken sadece 6,9 litre su harcıyor. Su tanklarında saklanan su eğer 72 saat boyunca kullanılmazsa hijyen kuralları nedeniyle otomatik olarak giderden boşaltılıyor.

YENİ YILA *Lezzetli* BİR BAŞLANGIÇ

Lezzetli bir masa etrafında sevdiklerinizle birlikte yeni yıla keyifli bir başlangıç yapmak için sayılı günler kaldı. Sizde evinizin verdiği rahatlık ve konforla bu özel akşamı sevdiklerinizle bir arada geçirmeyi tercih edenlerdenseniz önerilerimize mutlaka göz atın.

Ana yemekten salataya, atıştırmalıktan tatlıya kadar birbirinden enfes tariflerimizle evinizde leziz bir yılbaşı akşamı sizi bekliyor.

FIRINDA HİNDİ SARMA

Yılbaşı sofralarının olmazsa olmazlarından hindiyi, herkesin damak zevkine hitap edeceğini düşündüğümüz bir tarifle hazırladık. Tekli porsiyonlar halinde sunum yapabileceğiniz fırında hindi sarma hem göze hem de midelere eşsiz bir ziyafet sunacak.

Malzemeler

- Hindi But Eti
- Arpacık Soğan
- Sarımsak
- Dolmalık Sarı Biber
- Kırmızıbiber
- Ispanak
- Zeytinyağı
- Tuz
- Karabiber

Sofranın Vazgeçilmez Lezzeti

NASIL YAPILIR?

Soğan, sarımsak ve biberleri küp küp doğradıktan sonra zeytinyağında soteleyin. Ayıklayıp iyice yıkadıktan sonra diğer sebzelerle sotelemek için tavaya alın. Tuz ve baharatları da ilave ederek kavurmaya devam edin. Hazırlanan harcı, daha önceden kemiği çıkarılmış ve hafifçe ezilmiş hindi but etine dikkatli bir şekilde yerleştirerek rulo haline getirin. Rulonun açılmaması için fırın ipiyle birkaç yerinden bağlayın. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında her tarafı kızarana kadar pişirin. Üzerini folyo ile kapatın ve fırın ısısını, 170 dereceye düşürerek 50 dakika daha pişirin. Dilimleyip sıcak servis yapın.

Aperitif Lezzet Önerisi

ÇAM AĞACI KANEPE

Oldukça kolay ve pratik bir şekilde hazırlayacağınız ikramlık kanepelerle yılbaşı sofralarınıza gülümseten bir şıklık katmaya ne dersiniz? O zaman az ve basit malzemelerle hazırlayabileceğiniz tarifimize buyrun...

Malzemeler

- Tost Ekmeği
- Marul
- Kurutulmuş Et
- Çedar Peyniri
- Nar

NASIL YAPILIR?

Öncelikle tost ekmeğini yıldız şeklinde çeşitli büyüklüklerde kesin. İyice yıkadığınız marulları küçük parçalara ayırın. Boy boy kestiğiniz ekmeklerinizin arasına parçalara ayırdığınız marulları ve kurutulmuş eti sırasıyla dizin. Çam ağacı görünümü elde edeceğiniz kanepenizin tepesine, yıldız şeklinde keseceğiniz çedar peynirini küçük bir kürdan yardımıyla ekleyin. Son olarak da ayıklanmış nar taneleriyle kanepenizi dilediğiniz gibi süsleyin.

eker
ÇokoKaymak
Lezzeti Çikolatadan
Tazeliği Süt Kaymağından
PANCAR ŞEKERİ KULLANILMIŞTIR
KORUYUCU İÇERMEZ
SÜT KAYMAĞI İÇERİR
eker
ÇokoKaymak
KORUYUCU İÇERMEZ
PANCAR ŞEKERİ KULLANILMIŞTIR
SÜT KAYMAĞI İÇERİR

Ana Yemek Önerisi

LAZANYA

İtalyan mutfağından tüm dünyaya hediye lazanyayı bir de bizim tarifimizle denemenizi öneriyoruz. Yılın her günü sofraların baş tacı olabilecek lazanya yılbaşı sofralarınıza da bir başka yakışacak.

Malzemeler

- Lazanya Yaprağı
- Kıyma
- Sıvı Yağ
- Kuru Soğan
- Domates
- Salça
- Sarımsak
- Tuz
- Sıcak Su
- Tereyağı
- Süt
- Karabiber
- Un
- Kaşar Peyniri

NASIL YAPILIR?

Soğanları küçük küçük doğrayarak ayçiçeği yağında pişirin. Pembeleşen soğanlara kıymayı ilave ederek biraz daha pişirdikten sonra salça ekleyin ve pişirmeye devam edin. Kıymalı harcınıza sıcak su ve tuz ekleyin. Beşamel sos için tereyağını ocakta eritin ve içerisine unu koyarak kavurun. Kavrulan una yavaş yavaş sütünüzü ekleyin ve karabiber ile tuz ilave edin. Isıya dayanıklı bir fırın kabını yağlayın ve sıcak suda tercihen ıslattığınız lazanya yapraklarını, önce lazanya yaprağı sonra kıyma harcı sonra da beşamel sos olacak şekilde sırasıyla kabınıza dizin. En üste lazanya yaprağı ve beşamel sos koyarak rendelenmiş kaşar peyniriyle kaplayın. Önceden ısıtılmış fırında pişirip dilimleyerek servis edin.

tabiat
TARIM

Sizler için En Kaliteli Eti
Kendi Çiftliğimizde Üretiyoruz!

- Güvenilir Et Üretimi
- Soğuk Zincir
- Kalite ve Gıda Güvenliği
- Helal Kesim
- Uzman Kadro

özdilek markasıdır.

DÜRDANE ANA Kasabı

Lezziz Salata Önerisi

GARNİTÜRLÜ SALATA

Yılbaşı sofralarındaki birbirinden lezzetli yemeklerin yanına yakışacak bir salata tarifi hazırladık. Bizim mutfağımızda da özel bir yere sahip salatayı gelin birlikte yılbaşı konseptine uygun bir şekilde hazırlayalım.

Malzemeler

- Bezelye Garnitürü
- Süzme Yoğurt
- Dereotu
- Domates
- Havuç
- Salatalık
- Tuz
- Zeytinyağı

NASIL YAPILIR?

Haşlanmış bezelye garnitürüne süzme yoğurt, tuz ve zeytinyağını ekleyerek güzelce karıştırın. Biraz dinlendirdikten sonra halka şeklini verin ve bir kaşık yardımıyla yüzeyini pürüzsüzleştirin. Güzelce yıkayıp ayıkladığınız dereotunu garnitürünüzün üzerine ilave edin. Üzerini ise domates, yıldız şeklinde kestiğiniz havuç ve salatalıkla süsleyin.

Nestlé İyi beslen, İyi yaşa

Ara Sıcak Önerisi

MANTAR DOLMASI

Ön pişirme ve kızartma işlemi gerektirmeyen lezzetli mi lezzetli mantar dolmasıyla yılbaşı sofranıza imza atabileceğiniz tarifimiz sizinle... Şimdiden afiyet olsun.

Malzemeler

- Kestane Mantarı
- Zeytinyağı
- Kuru Soğan
- Sarımsak
- Domates
- Yeşilbiber
- Kırmızıbiber
- Patlıcan
- Limon Suyu
- Tuz
- Karabiber
- Kaşar Peyniri

NASIL YAPILIR?

Kuru soğan ve sarımsakları küçük parçalar halinde yemeklik doğrayın. Biberlerin çekirdeklerini ayırın ve küp küp doğrayın. Patlıcanı soyun ve onu da küp küp doğrayın. Soğan ve sarımsakları kavurduğunuz yağın içinde küp küp doğramış olduğunuz sebzeleri sotelemeye başlayın. Domates, tuz, karabiber, limon suyunu da ilave ederek bir süre daha kavurduktan sonra soğuması için bekleyin. İç harcı hazırladıktan sonra mantarların saplarını kesin ve bir kenara ayırın. İç kısımlarını temizleyin. Yağlı kağıt serili bir fırın tepsisine boş kısımları üstte kalacak şekilde aralıklı olarak dizin. Üzerlerini zeytinyağı ile yağlayın. Hazırladığınız iç harcı, mantarların içine güzelce doldurun. Önceden ısıtılmış 250 derece fırında 5 dakika kadar pişirin ve kaşar peyniri ilave ederek 5 dakika daha beklettikten sonra servis edin.

DÜRDANE ANA Fırını

Unutulmaz Lezzetler, Gerçek Mutluluklar...

Dürdane Ana Fırını'nın birbirinden enfes pastaları, eşsiz ve lezzetli dokunuşlarla sizi bekliyor.

Çikolata Rüyası

Orman Meyveli Pasta

Fıstıklı Karamelli Pasta

Antep Fıstıklı Opera

Çilek Şöleni

Oreolu Çilekli Pasta

Mozaik Pasta

özdilek markasıdır.

Keyifli Kek Önerisi

CEVİZLİ TARÇINLI KEK

Yılbaşı sofralarını süsleyen tariflerin vazgeçilmez tatlarından biri de tarçın... Yapımı kolay ancak oldukça lezzetli cevizli tarçınlı kek, keyifle sürdürdüğünüz akşam yemeğinize tatlı bir kapanış yapacak.

Malzemeler

- Yumurta
- Şeker
- Sıvı Yağ
- Süt
- Ceviz İçi
- Tarçın
- Vanilya
- Kabartma Tozu
- Un
- Beyaz Çikolata Sosu

NASIL YAPILIR?

Yumurtayı bir kaba kırdıktan sonra şekerle birlikte iyice karıştırın. Bu iki karışım bembeyaz oluncaya dek karıştırdıktan sonra kalan malzemeleri ilave edin. Yuvarlak kek kalıbını hafifçe unlayıp yağladıktan sonra kek harcını kalıba dökün. Önceden ısıtılmış 160 derecelik fırında pişirin. Kek piştikten sonra üzerine hazırladığınız beyaz çikolata sosu dökün ve nar ya da Frenk üzümü ile dilediğiniz gibi süsleyin.

KORKMAZ

50. yıl

ÖDÜLLÜ TASARIM!

Tek Çaydanlıkta Üç Özellik

PRES KAPAKLI ÇAYDANLIK

DESIGN TURKEY

2021
İyi Tasarım Ödülü

Pres Kapağı sayesinde Aqua Çaydanlık ile filtre kahve, çay ve bitki çayı demleyebilirsiniz.

FAYDALI UYGULAMALAR

STAR WALK 2: YILDIZ HARİTASI

Astronomik verileri en son teknolojiyle birleştirerek binlerce yıldız, kuyruklu yıldız, takımyıldızı, uydu, cüce gezegen, ay, meteor yağmuru, asteroit, derin gökyüzü nesnesi, nebula ve galaksi arasında rahatça gezinmenizi sağlayan Star Walk 2: Yıldız Haritası uygulamasıyla gökyüzünü oturduğunuz yerden keşfedebilirsiniz. Uygulamayı telefonunuza indirmenizle beraber yapmanız gereken tek şey, mobil cihazınızı gökyüzüne doğru çevirmektir. Bu enfes uygulamayla evreni kuşatan gökyüzünde neler olup bittiğini görebilirsiniz.

PLANTNET: BİTKİ TANIMA UYGULAMASI

Farklı türlerdeki bitkileri fotoğraf üzerinden tanımlamanızı sağlayan PlantNet uygulaması ile yetiştirdiğiniz bitkiler hakkında detaylı bilgi edinebilirsiniz. Doğada aniden gördüğünüz ya da daha önceden merak ettiğiniz bitkilerin özelliklerine kolayca ulaşabileceğiniz bu uygulama ile bitkinin adı, bilimsel sınıflandırılması ve aynı bitki grubundaki benzer türlerini öğrenmeniz mümkün oluyor. Görsel tanıma yazılımı desteğiyle donatılmış PlantNet'e detaylarını öğrenmek istediğiniz bitkinin fotoğrafını çekmeniz ya da galerinizdeki bir bitki fotoğrafını yüklemeniz yeterli oluyor.

DİNLEBİ: SESLİ KİTAP

Dinlebi: Sesli Kitap uygulamasıyla sevdiğiniz kitapları sesli olarak dinleyebilir, yeni kitaplar keşfedebilir ve paylaşabilirsiniz. Güncel popüler kitaplardan en çok okunanlara; zamansız klasiklerden Dinlebi'ye özel yazılmış eserlere kadar binlerce sesli kitabı bulabileceğiniz uygulamayla zamanınızı verimli geçirebilirsiniz. Kütüphanesinde bulunan sesli kitapların ilk 120 saniyesini ücretsiz olarak dinleyebileceğiniz uygulamada, herkese açık abonelikle sesli kitapların tamamına askıda kitaplar listesinden ulaşabilirsiniz.

Google play 'den indirin | App Store 'dan indirin

Yeni

3 Kat Daha Uzun

Renk & Doku Koruma

Perwoll'le #modasıgeçmez

ON
FASHION