Merhaba sevgili arkadaşlar,

Yılın ilk aylarında hem yarı yıl tatili yaptınız hem de ikinci öğrenim dönemine başladınız. Kış bahara dönmeye ve doğa canlanmaya başladı bile... Sizler de biraz daha büyüdünüz. Pek çok farklı topluluk içinde çeşitli insanlarla iletişim kuruyorsunuz. Okulda, kurslarda, spor çalışmalarında farklı roller üstleniyorsunuz. Doğal olarak, bu ortamlarda insanlarla ilişkilerinizi düzenleyen kurallara uymak zorunda kalıyorsunuz. İşte bu kuralları "Görgü Kuralları" başlığı altında sizler için derledik.

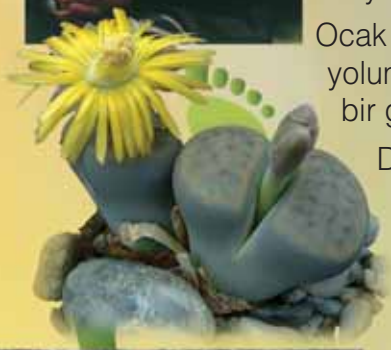
Çevre sayfalarımızda, yaşamımızı sürdürebilmek için gerekli olan doğal kaynakları ölçmeye yarayan "Ekolojik Ayakizi"ni ele aldık.

Günlük yaşamımıza hızla giren ve büyük kolaylıklar sağlayan kablosuz iletişim ve aktarma sistemi Bluetooth'u merak ediyorsanız, dergimizde ilgiyle okuyacağınızı umuyoruz.

Sağlık bölümümüzde vücudumuzun ihtiyaç duyduğu vitaminleri inceledik.

Türk Standardları Enstitüsü Otomotiv Merkezi'nin Ambulans Belgelendirme çalışmalarına göz atacağız.

Spor sayfalarımızda, ata sporlarından birisi olan ciridi hep birlikte tanıyacağız.



Ocak 2013'te Ahmet Mete Işıkara'yı kaybettik. Öğretileriyle yolumuza ışık tutan Deprem Dede'nin yaşamına kısaca bir göz attık.

Doğal olarak sadece Güney Afrika'nın belli bölgelerinde yetişen bir bitki olan taş kaktüslerini tanımak için yazımızı mutlaka okuyun.

Ulaşımda en çok kullanılan kara yolunun tarih içindeki yolculuğunu takip ederken, bal üreticisi arıları ve ekmeğini taştan çıkaran taş ustalarının yaşamını zevkle okuyacağınıza inanıyoruz.

Hepinizi sevgiyle kucaklıyor; sağlık ve başarılar diliyoruz.

TÜRK STANDARDLARI ENSTİTÜSÜ
ÖNCÜ ÇOCUK DERGİSİ
Ocak-Şubat-Mart 2013 • Yıl: 18, Sayı: 65

Sahibi
Türk Standardları Enstitüsü Adına
Hulusi Şentürk

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü
Bilal Durdalı

Yayın Kurulu
Semra Aytemiz
A. Sabit Yöney
Aslıhan Köker
Canan Doğan
Türkay Birben

Yönetim Yeri
Türk Standardları Enstitüsü
Halkla İlişkiler ve Yayın Müdürlüğü
OFİM, 100. Yıl Bulvarı Ostim / Ankara
Tel: 0 312 592 50 86 - 592 50 85
e-posta: oncucocuk©tse.org.tr

Abone
Ayşe Nedret Güneş
Tel: 0 312 592 50 83 - Faks: 0 312 592 50 91

Yayın Türü: Yerel Süreli
Basım Tarihi: Mart 2013

Baskı: Korza Yayıncılık Basım San. ve Tic. Ltd. Şti.
Büyük Sanayi I. Cadde 95/I İskitler ANKARA
Tel: 0 312 342 22 08 • Faks: 0 312 341 14 27
www.korzabasim.com.tr

Yayına Hazırlayan: Zet Tanıtım Ltd. Şti.
www.zettanitim.com.tr

4

Görgü Kuralları

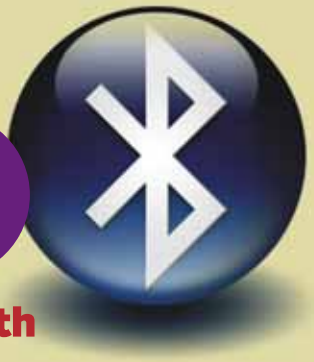
Vitaminler 22

34
Ahmet Mete Işıkara

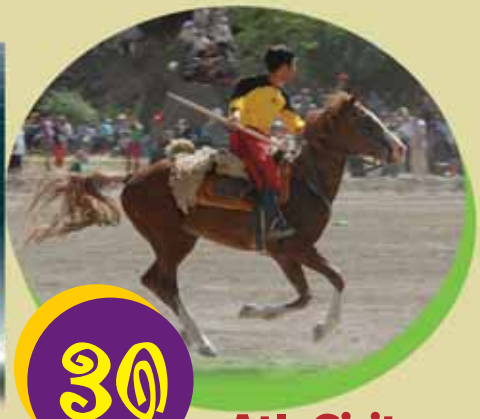
48
Arı

12 Ekolojik Ayakizi

18 Bluetooth



27 TSE Otomotiv Merkezi'nin Ambulans Belgelendirme Çalışmaları



30 Atlı Cirit

38 Taş Kaktüsleri

Güğla Ağacı

40 Kara Yolu

54 Taş Ustaları

Önemli Gün ve Haftalar

60

konu

Görgü Kuralları

İnsanlar sosyal canlılardır ve birlikte yaşamak zorundadır. Birlikte yaşamanın da belirli kuralları vardır.

Toplum hayatını düzenleyen kuralları öğrenmemiz ve bunları davranış haline getirmemiz sosyal yaşamın gereğidir.

Birbirimizle etkileşimimiz sonucu ortak bir yaşam ortaya çıkar. Ortak alışkanlıklar, davranışlar, kararlar ve görüşler oluşur. Bütün bunlar toplumu oluşturan bireylerin uyumlu hareketini kolaylaştırır.

Hepimiz, toplumun bir parçasıyız ve toplum içinde kurulan ilişkiler yoluyla kültürleniriz.

İlişkilerimiz, belli kurallara dayanır. Bu kuralların bir kısmı hukuka, bir kısmı örf ve adetlere bir kısmı da inançlara dayalıdır.

Önce kendimize, sonra da karşımızdakilere saygılı olmamız işleri kolaylaştırır. Bu karşılıklı etkileşim insan ilişkilerinin bir gereğidir.

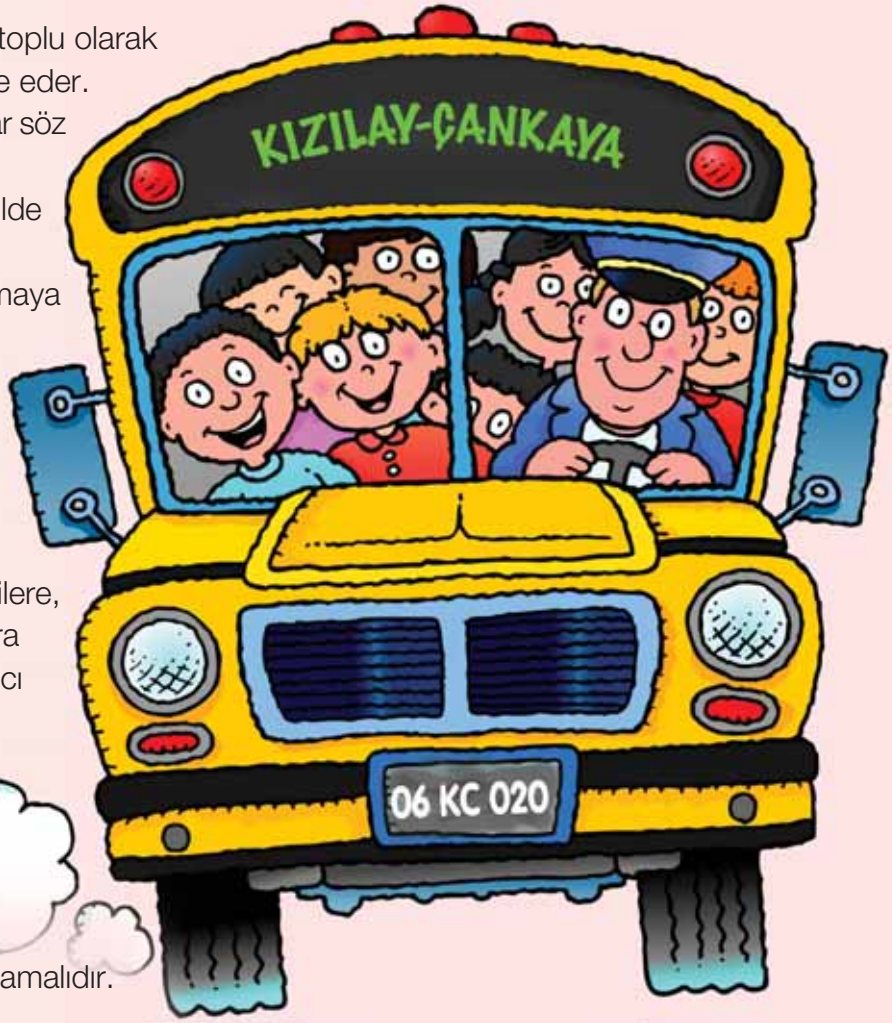
Toplumların tarihi süreç içerisinde geliştirdikleri saygı ve nezaket kurallarına görgü denir.

Görgü kuralları; insanların birbirlerine karşı takınmaları gereken tavırları; karşılama, konuşma, giyinme, yeme, içme, dinleme yöntemlerini, kısaca tüm yaşantılarında nasıl davranacaklarını gösterir.

Özellikle ortak kullanım alanlarında ve trafikte diğer insanların haklarına saygı göstermek ve kurallara uymak çok önemlidir. Ortak kullanım alanlarının temizliğine özen gösterilmeli, yerlere çöp atılmamalıdır.

Bizi diğer canlılardan ayıran en önemli özelliklerimizden birisi konuşmamızdır. Konuşma yaşamımızda önemli bir yer tutar. Hiç bir etkinliğin yapılmadığı sıradan bir

Toplu taşıma, adı üstünde toplu olarak seyahat edilen araçları ifade eder. Dolayısıyla burada da kurallar söz konusudur. Bunlar yolculuğumuzu güvenli şekilde tamamlamamız için gerekli kurallardır. Bu kurallara uymaya özen gösterirsek hayatı kolaylaştırmış oluruz. Öncelikle aracın kullanımı ile ilgili belirtilen uyarılara ve kurallara eksiksiz olarak uyulmalı. Toplu taşıma araçlarında yaşlılara, engellilere, hamile ve çocuklu hanımlara öncelik tanınmalı ve yardımcı olunmalı. Yüksek sesle konuşmamalı ve diğer insanları rahatsız edecek davranışlardan kaçınılmalı. Zorunlu olmadıkça telefon kullanılmamalıdır.



gün de bile en çok yaptığımız şey konuşmaktır.

Konuşma; duygu ve düşüncelerimizi, görüp yaşadıklarımızı karşımızdakilere sözle iletme işidir.

Konuşurken uyulması gereken kurallar

Konuşurken ölçülü ve saygılı olun, uzun ve anlamsız cümleler kurmayın.

Yüksek sesle ve çok hızlı konuşmayın.

Yabancı kelimeler, argo sözcükler kullanmayın ve yersiz inatlaşma ya da tartışmalardan kaçının.

Jest ve mimikleriniz doğal olmalı ve sözlerinizi desteklemelidir.

Toplumca yanlış anlaşılabilecek konuşmalardan kaçının ve muhatabın kültür seviyesine uygun bir dil kullanın. Konuştuğunuz insanın fikirlerine de önem verin ve bunu davranışlarla da belli edin.

Çok yakınlar dışında kimseye “sen” diye hitap etmeyin.

Tıpkı konuşurken olduğu gibi dinlerken de mutlaka muhatabınız ile direkt bağlantı kurun. Konuşan kişiyi, kendisine bakarak dinleyin. Asla karşınızdakinin sözünü kesmeyin. Konuşmak için mutlaka karşınızdakinin sözünün bitmesini bekleyin. Dinlerken, hâl ve davranışlarınızla karşı tarafı anladığınızı hissettirmeniz çok önemlidir.

Telefon konuşmaları ve uyulması gereken kurallar

Günümüzde telefon en fazla kullanılan iletişim aracı olarak, yaşamımızın bir parçası haline geldi. Telefonla konuşurken de uyulması gereken kurallar vardır.

Öncelikle cep telefonunu genel kullanım alanlarında zorunlu olmadıkça kullanmamaya özen gösterilmeli. Yürürken, toplu taşım araçlarında ya da bir iş yaparken telefon kullanmamalı. Bir grup içindeyken, telefon kullanmak zorunda kalınırsa diğer insanlardan izin istenilmeli.

Bir yere telefon açarken arama saatinizin uygun olmasına özen gösterin. Bir kurumu ya da tanımadığınız bir yeri arıyorsanız; karşı taraf telefonu açtığında kendisini tanıtmamışsa, önce aradığınız yerin doğruluğunu teyit edin.

Okul, dershane, konser, toplantı ve benzeri etkinliklerde cep telefonu kapalı tutulmalıdır.

Telefon çaldığında mümkün olduğunca çabuk açmalı ve konuşmaya bir

selamlaşma sözcüğü ile başlanmalıdır.

Telefonu açınca, alo yerine efendim veya buyrun denilmeli ve daha sonra telefonu açan kişi kendini tanıtmalıdır.

Konuşmayı sonlandırmak için karşı taraf beklenmelidir. Bu nezaket kuralıdır.

Karşılaşma, selamlaşma ve el sıkma konularında uyulması gereken genel görgü kuralları

Selam, birbirimizle karşılaştığımızda, söz ve işaretle yaptığımız saygı ve incelik ifade eden bir davranıştır. Küçüğün büyüğü, aynı yaşta olanların birbirlerini selamlamaları sevgi ve saygının bir ifadesi olarak değerlendirilir.

Selamlama sırasında abartılmış konuşma ve davranışlardan kaçınmak gerekir.

Selamlaşma davranışla olduğu gibi sözle de olmaktadır. Birisiyle sabah karşılaşıldığında "günaydın", akşam karşılaşıldığında "iyi akşamlar" diyerek selamlaşılır.

El sıkışmada, büyüklerin önce el uzatmaları, bunu gören küçüklerin ellerini uzatarak tokalaşmaları genel görgü kurallarındandır.

Erkeğin bayanı, gencin yaşlıyı, kıdemsizin kıdemliyi, gelenin orada bulunanları, ayrılanın ayrıldığı yerde kalanları selamlaması gerekir.

Tanıştırma ve tanışmada dikkat edilmesi gereken kurallar

İnsanlar birbirleriyle iletişim kurabilmek amacıyla tanışırlar. Bu tanışmada kişilerin birbirlerine ad ve soyadlarını söylemeleri nezaket gereğidir. Bazende birbirlerini tanımayan insanlar, üçüncü bir kişi tarafından birbirlerine tanıştırılırlar.

Tanışma veya tanıştırılmada kişilerin "Memnun oldum", "Bende" gibi sözleri söylemesi saygı ve nezaket gereğidir.

El sıkma ve el öpmede görgü kuralları

El sıkmak, tüm dünyada dostluk, iyi niyet ve samimiyet ifade eden, bir adettir.

Hal hatır sorarken, tanıştırmalarda, ziyaretlerde, veda ederken, uğurlarken, karşılamalarda, misafirlikte, tebriklerde, geçmiş olsun ziyaretlerinde, başsağlığı ziyaretlerinde mutlaka el sıkılmalıdır.

Geleneklerimize göre aile büyüklerinin ve yaşlıların elleri öpülür ve alına götürülür.

Hediyeleşmede görgü kuralları

Hediye alıp vermek, sosyal yaşamın önemli gereklerinden biri haline gelmiştir. İnsanları memnun etmenin ve sevindirmenin en kolay yolu, onlara bir hediye almaktır.

Özellikle ailemize ve yakınlarımıza, sık sık ufak hediyeler almak, onları son derece mutlu edecektir. Asıl olan, alınan şeyin parasal değeri değil, alınan kimseye en

izninizle, teyzeye öncelik verebilir miyiz?

uygun ve onun en çok sevebileceği bir hediyenin bulunup alınmasıdır. Zamanı ve yerine göre bir öpücük bile paha biçilmez bir hediyedir.

Doğum, düğün, nişan ve sünnetlerde hediye vermek bizim toplumumuza özgü çok güzel bir dayanışma örneğidir.

Çiçek götürme

Bir kimseye çiçek vermek ya da göndermek en makbul ve nazik davranışlardan biridir. Doğanın bu güzel ürünlerinin insan ilişkilerinde her zaman özel bir yeri olmuştur. Çiçek seçerken gönderilme nedeni ve nitelikleri göz önünde bulundurulmalıdır.

Ziyaretler

Ziyaret, bir kişinin izin alarak bir başkasını görmeye gitmesidir. Ziyaretler, toplumu oluşturan birey ve grupların birbirlerini tanımalarını ve yakınlaşmalarını sağlayan en yaygın davranıştır. Ziyaretler yakın akrabalardan başlayarak dostlar, arkadaşlar, yaşlılar, yetimler ve öksüzlere kadar uzanan yelpaze içinde, karşılık beklemeden yapıldığı zaman anlamlı olur.

Ziyaret vakti çok iyi seçilmeli ve mutlaka önceden randevu alınmalıdır. Habersiz

yapılan ziyaret, karşı tarafa rahatsızlık verebilir.

Ziyaretlerde randevu saatlerine mutlaka uyulmalıdır; aksi, nezaketsizlik olarak kabul edilir.

Doğum ziyaretleri

Doğum ziyaretleri doğumdan birkaç gün sonra yapılır ve mümkün olduğu kadar kısa olmalıdır. Doğum yapan hanıma ve çocuğa hediye götürmek gerekir.

Hasta ziyaretleri

Aileden, dostlardan ve tanıdıklarımızdan biri hastalandığı veya hastaneye kaldırıldığı zaman hemen ilgilenmeli ve uygun zamanda ziyarete gidilmelidir.

Hasta ziyaretlerinde, hastanenin belirlediği kurallara kesinlikle uyulmalıdır. Hasta ziyaretinin amacı moral ve destek vermektir.

Hasta iyileştiğinde, ziyaretine gelenlere teşekkürlerini iletmelidir.

Başsağlığı ziyaretleri

Akraba, dost, arkadaş veya tanıdık birinin ölümü halinde ilgilenip yardıma koşmak en büyük insani görevdir. Böyle kederli günde dostları veya akrabaları kederleriyle baş başa bırakmamak gerekir. Onlarla ilgilenmek, yapılacak işlerde onlara yardımcı olmak insanlık görevimizdir.

Uzakta iseniz ve ölüm haberini sonradan almışsanız ölenin en yakınına başsağlığı dileklerinizi yazılı veya telefon açarak iletmek gerekir.

Vefat edenin yakınları veya en yakını, başsağlığı ziyaretine gelenlere şahsen, telefonla veya mektupla teşekkür etmelidir.

Kabir ziyaretleri

Adetlerimize göre bayramlarda ve yıldönümlerinde ölen yakınların kabirleri ziyaret edilir. Bu ziyaretlerde mezar bakımı yapılır ve dua edilir.

Bayram ziyaretleri

Çeşitli amaçlarla yapılan ziyaretler içerisinde bayram ziyaretleri toplumsal açıdan önemli bir yer tutar. Senede iki kere insanları birbirleriyle buluşturan dinî bayramlar, insanlar arasındaki dostluk havasının tazelenmesinde ve pekiştirilmesinde son derece önemli rol oynar.

Bayramlarda, büyüklerimizi yaşça bizden büyük akrabalarımızı, dostlarımızı ve tanıdıklarımızı, mutlaka evlerinde ziyaret edip ellerini öpmek görevimizdir.

Teşekkür ziyaretleri

Teşekkür ziyaretleri, bize ziyarete gelenlere veya herhangi bir konuda bize yardım edenlere yapılan ziyaretlerdir.

Kılık kıyafet görgü kuralları

Temiz, düzenli, yerine ve zamanına uygun giyinme becerisi kazanmış birey; psikolojik açıdan huzur ve güven duymakla birlikte toplumda da saygınlık kazanır. Bu nedenle küçük yaşlardan itibaren bu alışkanlığı edinmek gerekir.

Kişinin kendisine ve çevresine gösterdiği saygının göstergelerinden birisi de temiz ve düzenli giyinmektir.

Giysi seçiminde; mevsim koşulları, yaş, vücut özellikleri, sosyal konum ve ekonomik durum, içinde yaşadığımız çevre dikkate alınmalıdır.

Okul kıyafetleri

Öğrencilerin giyimleri, gittikleri okulun belirlediği kurallar çerçevesindedir.

Kıyafetlerinizi temiz, ütülü ve söküksüz, yırtıksız giymeye özen gösterin.

Üzerinizde süs eşyası bulundurmayın.

Ayakkabılarınız her zaman boyalı ve alçak topuklu olmalıdır.

Saçınızı uygun olacak şekilde derli toplu tarayıp aşırılıktan kaçının.

Sofrada uyulması gereken kurallar

Sofra adabı ve kültürü görgü kuralları içinde en önemlilerinden biridir. Günümüzde insanlar dinlenmek ya da yemek için fazla zaman ayıramıyorlar. Çoğu zaman besin ihtiyacı kısa sürede ayakta yenen yiyeceklerle karşılanıyor.

Oysa iyi düzenlenmiş bir masada görgü kurallarına uygun bir servisle sunulan yemekler insanın açlığını gidermekle kalmaz bunun yanı sıra psikolojik ve sosyal ihtiyaçlarının da karşılanmasını sağlar.

Yemek saatleri aile bireylerinin toplu halde birlikte olduğu zaman dilimidir. Bu nedenle aile sofrasına özen gösterilmelidir.

İyi bir sofra düzeni ve servisinin yanı sıra sofradakilerin de uyulacak görgü kurallarını bilmesi ve uygulaması, yemek yeme işine toplumsal bir boyut kazandırır.

Sofrada görgü; birlikte olunan kişileri rahatsız etmeden yemek yeme olarak tanımlanabilir.

Sofraya konuklar ya da yaşlılar oturmadan oturmayın.

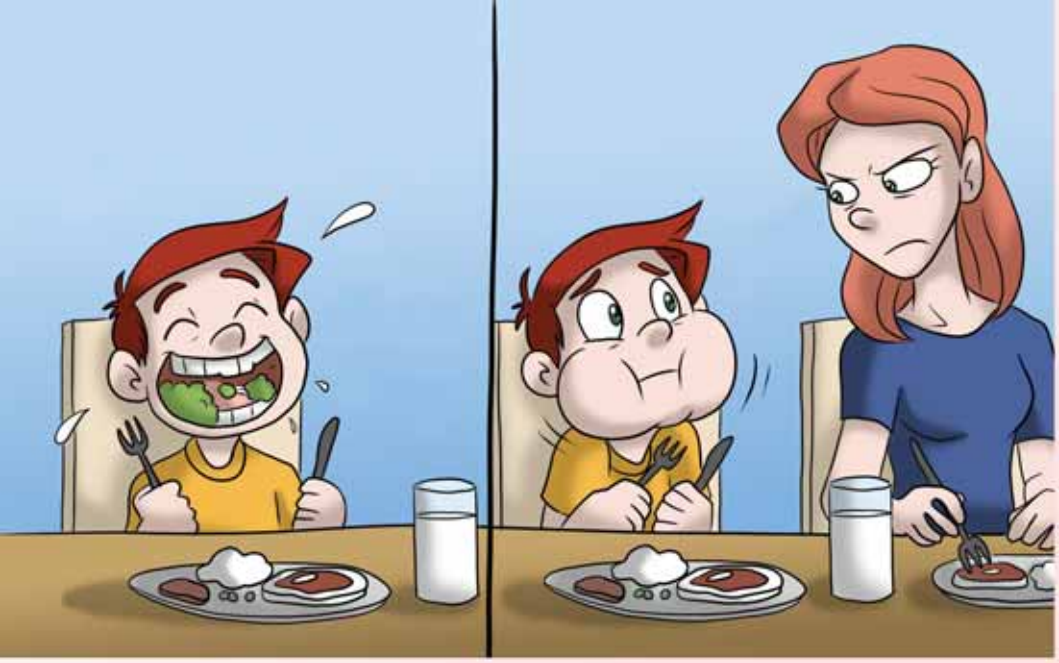
Sofraya otururken sandalye ile gürültü yapmamaya özen gösterin.

Yemek yemeye başlamadan önce, peçete ile çatal, kaşık ya da bardak silmek doğru değildir.

Yemek süresince zorunlu olmadıkca sofradan kalkmayın.

Masada oturan herkesin yemeği gelmeden yemeğe başlamayın, hızlı yemek yemeyin.

Tabakta bulunan yiyeceklerin hepsini kesip parçalamak yerine, her lokmayı kesip yemek daha doğru olur. Ekmek, ısırarak değil her lokmada elle kopararak yenilmelidir.



Yemek yerken, yemek tabağını elinize almayın. Rahat içmek için çorba tabağı öne doğru eğilmez. Kaşık ve bıçak her zaman sağ elde; çatal bıçakla kullanılıyorsa sol eldedir.

Çatal, kaşık ve bıçak yemek bitiminde tabağın kenarına köprü kurar gibi konmamalı; sapları birbirine paralel ve 45° lik bir açı yapacak şekilde sağ tarafa dönük olarak konulmalıdır.

Sofrada alçak sesle konuşulmalı ve konuşanın sözü kesilmemelidir.

Sofrada uzakta bulunan malzemeye uzanılmamalı, istenilen şey yakın olandan istenilmelidir.

Masada kürdanla dişler temizlenmemeli, ağızda yemek varken konuşulmamalı, ses çıkararak yemek yenmemelidir.

Arkadaşlar bir de son yıllarda yaşamımıza giren ve dikkat edilmezse çok zararlı olabilen internet kullanırken dikkat edilmesi gereken kurallar var.

E-posta yoluyla göndereceğiniz metinlerde, nezaketli bir üslup içinde olmalı ve yazım kurallarına özen gösterilmeli. Kişilik haklarına yönelik olumsuz sözlere, hakaretlere yer vermemeye dikkat etmelisiniz. İnternet, eğer akılcı kullanılmazsa sizin için çok ciddi bir vakit kaybına dönüşebilir. İnterneti bilgi alışverişi, haberleşme, araştırma, kültür artırımı gibi amaçlarla kullanırsanız daha çok faydasını görürsünüz.

Arkadaşlar, genel görgü kurallarına uyma zorunluluğu yoktur. Yani hukuken suç sayılmaz. Ancak, toplum genel görgü kurallarına uymayanları kınar ve dışlar. Görgü kurallarına uymak; diğer insanlara saygı göstermek ve onların duygularına önem verdiğiniz mesajını göndermek demektir.

Toplum hayatının düzenlenmesinde etkili olan bu kurallar, toplumdaki uygarlık düzeyinin de göstergelerinden biridir.

Umuyoruz ki kısaca hatırlattığımız görgü kuralları sosyal yaşamınızda kendinize ve çevrenize saygılı bireyler olarak gelişmenize yardımcı olacaktır.

Ekolojik Ayak İzi

Arkadaşlar, sorunlarla çevrili bir gezegende yaşıyoruz. İklim değişikliği ve küresel ısınma son yıllarda yaşadığımız bu sorunların en başında geliyor.

Önümüzdeki yıllarda küresel ısınmadan en fazla etkilenecek olanlar bugünün çocukları ile gençleri olacak. Özellikle toksik atıklar, tüketilmiş doğal kaynaklar ve bilinçsizce uygulanmış enerji altyapıları gibi eski nesillerden kalan kötü mirasa hazırlanmanız gerekiyor.

Sizlerin sadece iklim değişikliği, küresel ısınma ve nedenleri hakkında fikir sahibi olmanız yetmez, aynı zamanda sürdürülebilir bir gelecek yaratmak için nelerin yapılabileceğini öğrenmeniz gerekiyor.

Sürdürülebilirlik genel olarak, bir yaşam biçimin kesintisiz biçimde devam ettirilmesi olarak tanımlanır. Bu genel tanıma ekolojik, ekonomik ve sosyal konular gibi pek çok ölçüt dâhil edilebilir. “Ekolojik sürdürülebilirlik” gelecek nesillerin ihtiyaçlarını karşılama kapasitelerine zarar vermeden bugünün ihtiyaçlarını karşılamak olarak tanımlanır. Ekolojik sürdürülebilirlik

kavramı, insanlar tarafından kullanılan yenilenebilir doğal kaynakların, aynı süre içerisinde doğanın üretebildiği kaynak miktarını geçmemesi olarak tanımlanıyor. Biyofiziksel sınırların aşılması, doğal dengenin ve ekonominin temelini oluşturan sistemlerin zarar görmesine yol açabilir. Bu da, gelecekte belirli bir yaşam kalitesine ulaşmayı ve böyle bir yaşamı sürdürmeyi güçleştirebilir.

Ekolojik Ayak İzi, yararlanılan doğal hizmetlerin dar tanımı çerçevesinde, ekolojik sürdürülebilirliği belli kategorilerde ölçen bir göstergedir. Bu kavram, 1990'lı yılların başında Mathis Wackernagel ve William Rees tarafından geliştirildi.

Ekolojik Ayak İzi;

Tarım, hayvancılık, balıkçılık ve orman ürünlerini içeren doğal kaynakların üretimini,

CO_2 (Karbondioksit) emilimini ve üzerine altyapı kurulacak alan gibi talepleri,

bunları karşılamak için gereken biyolojik olarak üretken alan cinsinden tanımlar.

Ekolojik Ayak İzi tanımı çerçevesindeki doğal kaynakların üretilmesi için dünya üzerindeki üretken alanların niceliği ise biyolojik kapasite olarak adlandırılır.

Ekolojik Ayak İzi ve biyolojik kapasite değerlerinin karşılaştırılmasıyla, asgari sürdürülebilirlik ölçütü tanımlanmış olur. Buna göre, toplam Ekolojik Ayak İzi, toplam biyolojik kapasiteden daha az olmalıdır. 1970'lerin ortalarından bu yana, dünyanın kaynaklarına yönelik talep sürdürülebilir olmayan bir düzeye ulaşmış durumdadır. Bu eğilimin aynı şekilde sürdürülmesi olanaklı değildir. Mevcut tüketim düzeyi, ya insanların bilinçli bir tercihi olarak, ya da doğal kısıtlar nedeniyle er ya da geç sona erecektir. Bu gerçekler bizleri, doğayı yok etmeden ve doğal kaynaklarımızın kendini yenileme kapasitesini aşmadan yaşayabilmenin yollarını aramaya itmektedir. Aynı zamanda Türkiye gibi gelişmekte olan ülkelerde, kalkınmanın yeniden tanımlanmasına ve doğanın sağladığı ürün ve hizmetlerin gerçek değerinin daha iyi kavranmasına ilişkin konuları gündeme getirmektedir.

Ekolojik Ayak İzi ile biyolojik kapasite arasındaki ilişki değerlendirilirken, arazi kullanımı ve nihai tüketim kategorileri analiz ediliyor.

Dünya üzerindeki bu sürdürülebilir olmayan gidişe son vermek için, hükümetlere büyük rol düşüyor. Yöneticilerin çözüm araması gereken en önemli sorunlardan biri artan nüfus ve refah seviyesi ile birlikte, insanların huzur içerisinde yaşayabileceği bir yol bulmaktır. Bunun yanı sıra, iklim değişikliği,

su kaynaklarının yeterliliği, arazi mülkiyeti ve türlerin yaşamını sürdürebilmesi için gerekli alanlar, arazi kullanımını ve tarımsal faaliyetleri olumlu ya da olumsuz bir şekilde etkileyecektir. Bizlerin de, kullandığımız kaynaklar ve tükettiğimiz enerji konularında akılcı tercihler yapmamız gerekiyor. Bundan böyle daha az kaynaktan daha fazlasını elde etmek için yeni yollar bulmak zorundayız. Kaynakları, kendilerini yenileme hızından daha fazla tüketmeyi sürdürmemiz dünyamızı yok etmek anlamına gelir. Artık kaynakları, doğanın koşullarına ve sınırlarına göre yönetmek zorundayız.

Ekolojik Ayak İzi nasıl hesaplanır?

İnsanlar tarafından kullanılan farklı kaynaklar, farklı arazi türlerinden elde edildiği için Ayak İzi ve biyolojik kapasite, tarım arazisi, otlak, orman, balıkçılık sahası, yapılaşmış alan arazi türleri için ayrı ayrı hesaplanır. Hepsinin toplamı, toplam Ayak İzi'ni ifade eder. Ayak İzi hesaplamaları, ülkelerin biyolojik verimliliğini dünya ortalamasıyla

Kullanılan kaynak (Ekolojik Ayak İzi) ve kullanılabilir kaynak (biyolojik kapasite)

Ekolojik Ayak İzi: Mevcut teknoloji ve kaynak yönetimiyle bir bireyin, topluluğun ya da faaliyetin tükettiği kaynakları üretmek ve yarattığı atığı bertaraf etmek için gereken biyolojik olarak verimli toprak ve su alanıdır ve "küresel hektar" (kha) ile ifade edilir. Buna altyapı ile atık karbondioksitin (CO_2) emilimini sağlayacak bitki örtüsü için gerekli alanlar da dâhildir.

Biyolojik Kapasite: Bir coğrafi bölgenin yenilenebilir doğal kaynakları üretme kapasitesinin göstergesidir. Bir yerin biyolojik kapasitesini iki etmen belirler: sınırları dahilinde bulunan tarım arazisi, otlak, balıkçılık sahası ve ormanın yüzölçümü ve bu toprağın ya da suyun ne kadar üretken olduğu. Ekolojik Ayak İzi gibi alan cinsinden hesaplanır ve "küresel hektar" (kha) ile ifade edilir.

Küresel Hektar (kha): Ekolojik Ayak İzi ve biyolojik kapasitenin ölçüm birimi olan küresel hektar, dünyanın ortalama verimliliği üzerinden 1 hektar arazinin üretim kapasitesini temsil eder. Böylece belirli bir süre içerisinde farklı arazi türlerinden elde edilen kaynaklara yönelik toplam talep ortak bir birime indirgenmiş ve sayısal değerle ifade edilmiş olur.

standardlaştırmak için verimlilik faktörlerini kullanır. Söz gelimi, Türkiye'de hektar başına düşen buğday miktarıyla dünyada hektar başına düşen buğday miktarı ortalaması arasındaki farkı alır. Arazi tiplerinin verimlilik farklarının dünya ortalamasını dikkate almak için ise eşdeğerlik faktörlerini kullanır. Söz gelimi, dünyadaki ormanların ortalama verimliliği ile dünya ekili alanların ortalama verimliliği arasındaki farkı alır. Ayak İzi analizleri her ölçekte gerçekleştirilebilir. Çalışmalar arasında ve çalışmaların kendi içlerinde karşılaştırılmasına ve sürekliliğine daha fazla olanak sağlamak için alt-ulusal Ayak İzi uygulamalarına bir standard getirmenin gerekli olduğu giderek önem kazanmaktadır. Yerel yönetimlerin, kuruluşların ve ürünlerin Ayak İz'lerini hesaplama yöntemleri ve yaklaşımları, küresel bir Ekolojik Ayak İzi standartları girişimiyle uyumlu hale getirilmektedir.

Ekolojik Ayak İzi'ne dâhil olanlar

Ekolojik Ayak İzi, yalnızca gezegenin yenileme kapasitesine sahip olduğu ve eldeki verilerin, bu talebin üretken alan cinsinden ifadesine izin verdiği kaynak tüketimi ve atık bertarafını içerir. Söz gelimi; toksik atıklar Ekolojik Ayak İzi hesaplarına dâhil edilmez. Aynı şekilde, çekilen tatlı su miktarı da hesaplara alınmaz. Bununla birlikte, suyu pompalamak ya da işlemek için kullanılan enerji dahil edilir. Ekolojik Ayak İzi hesapları, geçmişteki kaynak talebinin ve mevcudiyetinin fotoğrafını çeker, ancak geleceğe yönelik öngörüde bulunmaz. Dolayısıyla Ayak İzi, ekosistemlerin mevcut bozulmasının gelecekte neden olacağı kayıpları tahmin edemez. Bozulma devam ederse gelecekteki hesaplara biyolojik kapasite kaybı olarak yansır. Ayrıca, Ayak İzi hesapları biyolojik olarak verimli alanların ne yoğunlukta kullanıldığını da göstermez. Biyofiziksel bir ölçüt olduğu için Ayak İzi hesapları, sürdürülebilirliğin temelinde bulunan sosyal ve ekonomik boyutları da değerlendirmemektedir.

Söz gelimi, tarım alanının diğer arazi türlerinden daha üretken olduğu varsayılarak 1 hektar tarım arazisinin biyolojik kapasitesi 1 küresel hektardan büyüktür.

Tüketimin Ekolojik Ayak İzi: Doğal kaynakları sağlayan coğrafyadan bağımsız olarak, bir kişi ya da bir topluluk tarafından tüketilen ürünlerin üretimi için kullanılan yenilenebilir doğal kaynakları ifade eder. Kişi başına düşen tüketim Ayak İzi'nin küresel ölçekte kişi başına düşen biyolojik kapasiteyi aşması, bir birey ya da bölgede yaşayan insanların tüketim biçiminin tüm dünyadaki insanlar tarafından uzun süre devam ettirilemeyeceği anlamına gelir.

Üretimin Ekolojik Ayak İzi: Bir ülkede ya da bir coğrafi bölgede üretilen biyolojik kapasitenin kullanımının göstergeleri arasında yer alır. Bu göstergenin aynı alan içindeki mevcut biyolojik kapasite ile kolayca karşılaştırılabilmesiyle yerel/ulusal/küresel bir sürdürülebilirlik ölçütü elde etmek mümkündür. Bir yerdeki üretimin Ayak İzi'nin, biyolojik kapasiteyi aşması, oradaki ekolojik kaynakların sürdürülebilir olmayan bir biçimde kullanıldığı anlamına gelir.

Ekolojik Ayak İzi Bileşenleri

Karbon Tutma Ayak İzi

Okyanuslar tarafından tutulan CO_2 emisyonunun yanı sıra, fosil yakıt tüketimi, arazi kullanımı değişiklikleri ve kimyasal süreçlerden kaynaklanan emisyonların tutulması için gereken orman alanının hesaplanmasıdır.

Türkiye'nin toplam Ekolojik Ayak İzi'nin en büyük paydası %46-49'la CO_2 emisyonlarını hapsetmek için gerekli talepten kaynaklanır. Son yıllarda en fazla artış Karbon Ayak İzi'nde ortaya çıkmıştır.

Tarım Arazisi Ayak İzi

İnsan tüketimi için gerekli gıda ve lif, hayvan yemi, yağ bitkileri ve kauçuk üretimi için kullanılan alanın hesaplanmasıdır.

Türkiye'nin Ekolojik Ayak İzi'nin yaklaşık %35'i tarım alanlarına yönelik talepten kaynaklanır (kişi başı yaklaşık 0,96 kha).

Tarım Ayak İzi'nin büyük kısmı (%83) gıdayla ilişkilidir. Geri kalan kısım ise çoğunlukla tütün üretimi ve devlet harcamalarından kaynaklanır.

Orman Ayak İzi

Tüketilen tomruk/kereste, kâğıt hamuru, odun ürünleri ve yakacak odun miktarını karşılamak için gereken orman alanının hesaplanmasıdır.

Türkiye'nin orman ürünlerine yönelik talebi ulusal Ayak İzi'nin %11'ini (kişi başı 0,29 kha) oluşturur.

Otlak Ayak İzi

İnsanların et, süt, deri ve yün gibi hayvansal ürün ihtiyaçları için hayvancılık yapılan alanın hesaplanmasıdır.

Türkiye'deki otlatma alanı kullanımı ulusal Ayak İzi'nin %3'ünü (kişi başı 0,08 kha) oluşturur.

Yapılaşmış Alan Ayak İzi

Konut, ulaşım (yollar, köprüler), endüstriyel yapılar ve enerji santralleri dahil insan ihtiyaçlarının karşılanmasıyla ilgili alt yapı ve üst yapıyla kaplı alanın yüzölçümünün hesaplanmasıdır.

Yapılaşmış alan kullanımı, toplam Ayak İzi'nin %3'ünü oluşturur ve kişi başına 0,07 küresel hektardır.

Balıkçılık Sahası Ayak İzi

Tüketilen balık ve deniz ürünlerinin yaşaması için gerekli olan deniz ve tatlı su alanı olarak hesaplanır.

Türkiye'nin balıkçılık ve su ürünleri kullanımından kaynaklanan Ayak İzi kişi başına 0,06 kha'dır ve ülkenin toplam Ayak İzi'nin %2'sinin biraz üzerindedir.

Doğal kaynaklar üzerindeki baskının niceliğinin ve bunun hangi etmenlerden kaynaklandığının ortaya konması, sürdürülebilir kullanımın ön koşuludur.

İnsan faaliyetleri sonucu ortaya çıkan Ekolojik Ayak İzi'ni aynı süre içerisinde üretebileceğimiz doğal kaynak miktarıyla, yani biyolojik kapasite ile karşılaştırarak, doğal kaynakların kendini yenileme sınırları içerisinde yaşayıp yaşamadığımızı görebiliriz.

Türkiye'nin Ekolojik Ayak İzi bileşenlerinin en büyüğü %82'lik bir oranla kişisel tüketimdir (kişi başı 2,26 kha). İzimizin hangi tüketim çeşitlerinden kaynaklandığını görmek, günlük etkinliklerimiz ile doğal kaynak kullanımımız arasındaki ilişkiyi kavramamız açısından önemlidir.

Gıda: Kişisel Ekolojik Ayak İzi'nin içerisindeki en büyük payı %52 ile gıda tüketimimiz oluşturur (kişi başına 1,18 kha).

Ürünler: Gıdadan sonra kişisel Ayak İzi'nde en büyük payı, %21 ile ürünlerin imalatı için kullanılan kaynaklar alır (kişi başına 0,47 kha).

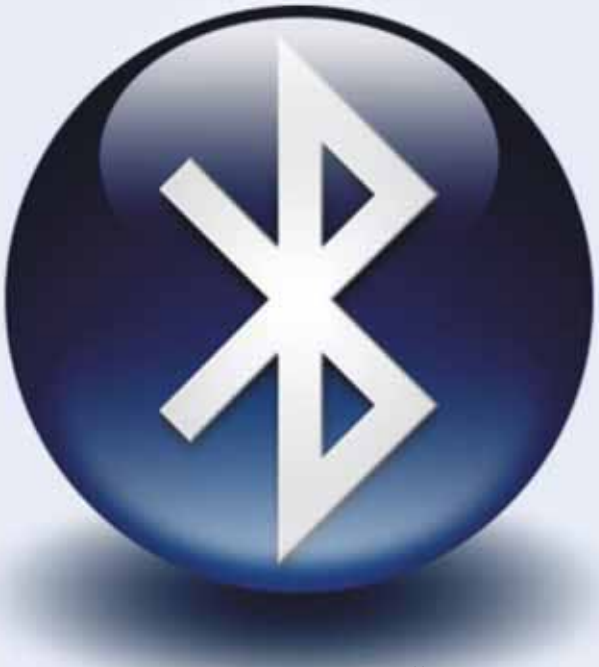
Ulaşım: Kişisel Ayak İzi'nde taşımacılık dışı ulaşımın Ayak İzi %15'lik bir paya sahip. Bu da kişi başına 0,33 kha'ya denk gelir.

Hizmetler: Hizmetler %6'lık pay ile kişisel Ayak İzi'nde küçük ama kayda değer bir yere sahiptir.

Konut: Türkiye'de kişisel Ayak İzi'nin %6'lık bölümü yaşam alanları için kullanılan kaynaklardan oluşur.

Gördünüz mü arkadaşlar!.. Güzelim dünyamıza meğer neler yapıyor muşuz? Aslında kaynaklarımız doğru ve adil olarak kullanıldığında hepimize yeter. Bundan böyle doğal kaynaklarımıza karşı daha sorumlu ve duyarlı olacağınıza ve herkesi bu konuda bilgilendireceğinize tüm kalbimizle inanıyoruz.

Bluetooth



Arkadaşlar, bluetooth kelimesini sıkça duymuşsunuzdur değil mi? Belki de birçoğunuz kullanıyorsunuz bu teknolojiyi. Peki bluetooth uygulama alanları ve teknik alt yapısı nedir?

Bluetooth, güvenli bir kablosuz iletişim yöntemidir. Kısa mesafede yüksek hızda ses ve veri aktarımı sağlar. Bluetooth, fiziksel araçtan iletişim sözleşmesine kadar tamamen baştan tasarlanmış bir yöntemdir

Bugün yaygın olarak kullanılan televizyon uzaktan kumandalarını, Bluetooth'un atası olarak kabul edebiliriz. Aradaki en büyük fark, şu an kullanılmakta olan uzaktan kumandalar, IrDA (Infra Red Data Association), kızıl ötesi ışık ile veri iletişimini sağlıyor. Bluetooth'da ise 2.4 GHz'de radyo dalgaları kullanılıyor, dolayısıyla IrDA gibi doğrudan görüş gerektirmiyor. Kablo bağlantısını ortadan kaldıran Bluetooth, bilgisayar, çevre birimleri ve diğer cihazların birbirleri ile kablo bağlantısı olmadan birbirlerini görmeseler bile haberleşmelerine olanak sağlıyor.

1994 yılında Ericsson firması, cep telefonları ve cep telefonu aksesuarları arasında kablosuz iletişim kurabilecek düşük güç tüketimli, düşük maliyetli bir radyo arabirimi üzerinde araştırma yapmaya karar verdi. Bu karar Bluetooth teknolojisinin kapılarını açan adımdı. Benzer şekilde bir cep telefonu ve bir taşınabilir bilgisayar arasında kablosuz iletişim kurmak için de her iki cihaza küçük bir radyo alıcısı yerleştirilebilirdi. Bir yıl sonra mühendislik çalışmaları başladı ve Bluetooth teknolojisinin gerçek potansiyeli daha net bir şekilde görülebildi. Cihazlar arası iletişimde kabloları kaldırmak amacıyla yola çıkan bu fikir zamanla yepyeni olanakları da gözler önüne serdi. Bluetooth uygulamaları; mevcut veri ağlarına uzanan evrensel bir köprü, çevre birimleri için bir arabirim ve küçük çaplı cihaz ağları oluşturmak için bir araç olarak da kullanılabilirdi.

Bluetooth adı, Milattan Sonra 940 ve 981 yılları arasında yaşamış olan, Danimarka Kralı Harald Blatand'dan gelmektedir. Aslında bir Viking olan kral Blatand'ın adı İngilizceye Bluetooth olarak geçmiş, kısa-mesafeli haberleşme sistemi fikrini ortaya atanlar tarafından bu sisteme, Kral Blatand'ın anısına Bluetooth (Mavi diş) adı verilmiştir.

Bluetooth Logosu, içinde Bluetooth'un adını aldığı Harald Blatant'ın isminin baş harflerini barındırmaktadır.

Tüm dünyada standardlar devletin kontrolündeki belli kurumlar veya kâr gütmeyen organizasyonlar tarafından belirlenir. Her ülkenin ilgili kuruluşları kendi standardlarını tanımlar. Söz gelimi ülkemizde pek çok standardı Türk Standardları Enstitüsü belirler ya da uluslararası standard kuruluşlar ile iş birliği yaparak standardları oluşturur.

Bluetooth bu konuda farklı bir yapıya sahiptir. Geleneksel yapılanmanın tersine Bluetooth standardları, bu iş için oluşturulan Bluetooth SIG (Special Interest Group) adı verilen Bluetooth Özel İlgi Grubu tarafından belirlenir. Bu grup ilk olarak Ericsson, Nokia, IBM, Intel ve Toshiba tarafından 1998 yılının Şubat ayında kuruldu, daha sonra bu gruba aralarında Motorola, 3Com, Microsoft, Lucent, Qualcomm gibi dev firmaların da bulunduğu yaklaşık 1500 firma katıldı. Bu firmalar sürekli bir iş birliği içerisinde çalışmalarını sürdürüyor.

Bluetooth standardları, diğer standardların aksine, tümüyle ücretsiz olarak herkese açık standardlardır.

SIG'nin başlangıçtaki görevi, teknolojinin sadece tek bir şirket tarafından sahiplenilmesini önlemek amacıyla, kısa menzilli radyo iletişimi sahasında yaşanan teknik gelişmeleri izlemek ve açık, küresel bir standardın oluşmasını sağlamaktı. Yapılan çalışmaların neticesinde 1999 Temmuz ayında ilk Bluetooth yönergesi çıkarıldı. SIG'nin önemli çalışmaları arasında bu yönergenin geliştirilmesi yer alıyor. Kuruluşun önde gelen diğer görevleri ise birlikte çalışabilirlik gereksinimleri, frekans bandı uyumu ve teknolojinin kitlelere tanıtılması.

Bluetooth sistemi 2.4 Ghz frekans bandında çalışan evrensel radyo arabirimine dayanan bir sistem. Veri ve sesin hem sabit hem de taşınabilir birçok araç arasında paylaşılmasına izin verir. Bluetooth sistemi ile radyo bağlantısı kullanarak birçok aracı birbirine bağlamak mümkün olabiliyor.

Bir sistemde Bluetooth bağlantısı olabilecek araçlar ile ilgili herhangi bir kısıtlama düşünmeyin. Bir buzdolabı ya da bir vantilatöre de Bluetooth aracılığıyla kumanda edebilirsiniz. Elbette ki bu, erişim için ekleyeceğiniz bileşenlerin düşük maliyetli olmasını gerektirmektedir. Şu anda elimizde bulunan ilk teknolojiler bile oldukça makul bir şekilde fiyatlandırıldığından kısa dönemde Bluetooh'un genel anlamda yaygınlık kazanacağını düşünebiliriz. Pazar araştırmaları da yakın gelecekte taşınabilir araç sahibi sayısının 1 milyarı bulacağını öngörüyor. Bluetooth'un sunduğu 2 Mbit/s veri erişimi sayesinde taşınabilir araçlarda internet erişimi, gerçek zamanlı görüntü aktarımı ve birçok paylaşıma açık ortam uygulaması gerçekleştirilebilecek.

Bluetooth'un kullanım alanı olabildiğince geniştir. Kısa mesafeli haberleşmede hayal edilebilecek pek çok şeye alt yapı sağlayabiliyor.

Bağlantı Sistemi

İki Bluetooth cihazının birbiriyle iletişim kurmadan önce karşılıklı tanımlanmaları gerekiyor. Bunun için cihazlar bir "tanımlama modu"nda birbirini bulur ve bir "tanımlama kodu" ile bağlanırlar. Böylece çevredeki diğer cihazlarla istenmeyen bağlantılar engellenmiş olur.

Bluetooth araçları Piconet ve Scatternet adını verdiğimiz ağlar içerisinde yer alırlar ve haberleşirler. Şimdi bu iki ağı tanıyalım.

Karşılıklı olarak kapsama alanının yarıçapı içinde olan iki araç birbirleri ile bağlantı kurabilirler. Bir bağlantı kuran araçlar, bir Piconet oluştururlar. Bir Piconet'te bulunan araçlardan birisi yönetici rolü üstlenir. Yönetici araç, yarıçapı içindeki bütün diğer araçların (bağımlıların) listesini tutar. Her Piconet'te sadece bir yönetici bulunur.

Bağımlılar ise aktif olup olmadıklarına göre sınıflandırılabilirler. Aktif bir bağımlı, o anda yönetici ile veri aktarımı yapıyor demektir. Bir Piconet'te 255 pasif, 7 tane de aktif bağımlı bulunabilir. Bir bağımlının sadece yönetici ile iletişim kurabileceğini unutmayın.

Her Bluetooth aracının kendisine ait bir Bluetooth Araç Adresi (BD_ADDR) vardır. Bu adres her araç için tektir. Yani aynı adrese sahip iki araç olamaz. Piconet'lerde aktif bağımlılara birer aktif üye adresi de (AM_ADDR) verilir. Bir bağımlı aktif değilken bile yönetici ile eş zamanlı olmak zorunda olacağı için bir pasif üye adresi alır (PM_ADDR). Bir bağımlı pasiflikten aktifliğe geçerken pasif üye adresini yitirir ve yöneticiden bir aktif üye adresi alır. Ancak bu durumda Bluetooh Piconet'inde güvenlik için sağlanan frekans atlamalı sistemin çalışabilmesi için aynı anda iki aracın aynı frekansta bulunmaması gerekmektedir. Bu da ciddi bir zamanlama sorunu getirir. Yönetici aracın saati, bağımlıların referans aldığı bir nokta olur ve bu sayede frekans atlamadaki eşzamanlılık sağlanır.

Kesişen alanları olan Piconet'ler grubuna Scatternet adı verilir. Söz gelimi bir yönetici tarafından görülen bir bağımlı, diğer bağımlıların uzağında bulunduğu için onlar tarafından görülemeyebilir. Bu durumda bu bağımlı ile yönetici ayrı bir Piconet sayılır. Yöneticinin her iki Piconet'te bulunan aktif bağımlılarla sorunsuz haberleşebilmesi için bu iki Piconet'in frekans atlama sıralamaları farklı olacaktır. Birden fazla Piconet'te bulunan bir Bluetooth aracı, aynı anda ancak birisinde aktif durumda olabilir. Aynı zamanda, bir Piconet'te yönetici olan bir araç, diğerinde bağımlı da olabilir.

Sistemin Çalışması

Bluetooth araçları dört ayrı çalışma durumundan birisindedirler. Aktif, koklama, durağan ve park. Bağlantı sırasında paketler gidip gelirken bu durumlardan geçilir. Aktif durumdaki bir araç, yönetici-bağımlı kanalını, kendi zaman aralığında dinleyerek, kendi AM_ADDR'sini içeren paketleri bekler. Araç sadece kendi zaman aralığında dinleme işleminde bulunduğu için aktif mod

enerji anlamında en verimli durumdur. Koklama durumundaki bir bağımlı, kanalı yönetici tarafından kendisine bildirilen bir zaman aralığında periyodik olarak dinler. Bu özellikle birden fazla Piconet'te yer alan bağımlılar için enerji tasarrufu yapmaya yönelik bir uygulamadır. Yönetici bağımlıya paketleri sadece önceden belirttiği koklama zaman aralıklarında yollar. Durağan durumdaki bir bağımlı belli işlemleri yapamaz ancak yönetici ile frekans eş zamanlılığını korur. Bu durumdaki bir bağımlı hâlâ AM_ADDR'sini korur. Yani aktif duruma geçtiği zaman eski adresi ile çalışacaktır. Park durumdaki bir bağımlı ise park üye adresi (PM_ADDR) ve erişim isteme adresi (AR_ADDR) olarak iki adres alır. Park durumu bir yöneticiye 7'den daha fazla bağımlı bağlandığı zaman ortaya çıkar. Park durumundaki bir bağımlı, aktif duruma geçmek için yöneticiye AR_ADDR'si ile başvurur. AR_ADDR'lerin her bağımlı için farklı olmak zorunda olmadığını ancak PM_ADDR'lerin her bağımlı için farklı olduğunu bilmeniz yararlı olacaktır. Bu sayede bir Piconet'te yer alan bağımlı sayısı 7'den 255'e çıkartılırken iletişimin verimliliği de korunmuş olur.

Arkadaşlar, gördüğünüz gibi Bluetooth yeni ve ilginç bir teknoloji olarak bir çok uygulamaya açık.

Tüm iletilen veriler en fazla 128 Bit'lik kodlamayla şifrelenebilir. Tanımlama için yine 128 Bit'lik şifreleme kullanılıyor. Her Bluetooth cihazının kendisine ait 48 Bit'lik tanımlaması var. Böylece dünya çapında 281 trilyon cihaz birbirinden ayırtedilebilir.

Bluetooth'un 10 metrelik yayın mesafesi dışarıdan birisinin veri iletimine girmesi için cihaza çok yakınlaşmasını gerektiriyor. Bu nedenle Bluetooth çok güvenli sayılabilir.

Yönetimi, şifrelemeyi, alıcı ve verici teknolojisini çok küçük bir modülde birleştiren, üstelik çok ucuz olan Bluetooth teknolojisini yakın gelecekte her cihazın içinde bulmak mümkün olacak. Harcanılan enerjinin düşük olması ve Bluetooth 3.0 versiyonu ile artık veri transfer mesafesinin genişlemesi, veri transfer hızının saniyede 480 MB'ı buluyor olması gelip geçici bir teknoloji olmadığının ispatı gibi. Devamlı olarak kendisini geliştirerek ihtiyaçlara tam cevap verecek şekilde kabloları ortadan kaldırabileceği görülüyor.

Vitaminler

Sağlıklı, kaliteli bir yaşam sürmek için değerli ve doğru beslenmenin önemini hepiniz biliyorsunuz değil mi arkadaşlar? Bunun için her gıda grubundan yeterince tüketmemiz gerekiyor. Günlük besinlerimiz içinde mutlaka olması gereken öğelerden biri vitaminler, sağlık köşemizin konusu. Vitaminler, besinlerde az miktarlarda bulunan yağda ve suda eriyebilen, eksikliği çeşitli hastalıklara yol açan maddelerdir.

Besinlerden aldığımız vitamin ve mineraller, sağlığımız için vazgeçilmez iki kaynaktır. Vitaminlerle mineraller bedende iş birliği yaparak görevlerini yerine getirirler. Her vitaminin kendisine özgü bir özelliği vardır ve belirli bir organı veya organ grubunu etkiler. Beden mineralleri kullanırken vitaminler bunu denetler. Eğer mineral oranı düşükse, vitaminler de görevlerini yapamaz. Vitamin eksikliğinde vücudumuz mineralleri sınırlı kullanabilir. Mineral eksikliğinde de vitaminlerin yararı azalır. Gördüğünüz gibi, vitaminlerle mineraller arasında bir denge kurulması gereklidir.

Vücudumuz, D ve K vitaminlerini kendiliğinden üretir. Diğer vitaminlerin kaynağı besinlerdir. Vitaminler büyümemize yardım eder, sinir ve sindirim sisteminin normal çalışmasını sağlar. Ayrıca aldığımız besinlerin daha iyi kullanımına ve vücut direncinin yükselmesine yardımcı olur.

Vitaminler, Yağda Eriyen ve Suda Eriyen Vitaminler olmak üzere ikiye ayrılıyor. Yağda eriyen A, D, E ve K vitaminleri, sentezleri için kolesterol gerektiriyor, yağ dokusunda depolanabiliyor ve ihtiyaç anında salınabiliyor. B ve C vitaminleri ise suda eriyorlar ve vücutta depolanamıyorlar. Bu nedenle de her gün belirli miktarlarda dışarıdan alınmaları gerekiyor. Yağda eriyen vitaminlerin fazla alınması zehirlenmeye yol açabiliyor. Suda eriyen vitaminlerin ise daha çok, eksikliği sorun yaratıyor.

Sağlığımız için bu kadar önemli olan vitaminleri hangi besinlerden alıyoruz? Vitaminlerin eksikliği ya da fazlalığı nelere yol açıyor?..

A Vitamini: Vücudun hastalıklara karşı bağışıklık sisteminin oluşmasına yardım eder, solunum enfeksiyonlarında bedenin direncini artırır. Gözlere yararlıdır.

Balıkyağında, karaciğerde, tereyağı ve kremada, peynirde, yumurta sarısında bulunur. Vücutta depolanan ve ihtiyaç halinde A vitaminine dönüşecek olan yeşil yapraklı ve sarı renkli sebzelerde, tahıllarda bulunur. A vitamini karaciğerde depolanır. Isıya karşı sabit ve pişirilmeye dayanıklıdır.

D Vitamini: En önemli işlemi kalsiyum metabolizmasını düzenlemek ve denetlemektir. Kalsiyumun kemiklere taşınmasına ve yerleşmesine yardımcı olur. Bu vitamin eksikliğinde beden besindeki kalsiyumu kendine mal edemez. Güneş ışığını doğrudan almayan kimselerde D vitamini eksikliği görülür. Aldığımız günlük besinlerde D vitamini pek yoktur. Balık yağında D vitamini boldur. Bedenimizi yeterince güneşlendirirsek bu vitamini vücudumuz kendisi üretir. Çünkü beden D vitaminini cilt yoluyla oluşturur. Eksikliğinde çocukluk çağı raşitizmi oluşur.

E Vitamini: Güneş ışınlarına ve alkali ortama duyarlıdır. Hücre zarının koruyucusudur, damar tıkanıklığını önler, erken doğmuş bebeklerde demirin kullanılmasına yardımcı olarak kansızlığın oluşmasını engeller. Başlıca kaynakları; çimlendirilmiş buğday, tohumlu besinler, soya fasulyesi yağı, arı sütü, ceviz. İkinci derecedeki kaynakları; marul, su teresi, kereviz, maydanoz, ıspanak, lahana, mısır yağı, mısır, yulaftır.

C Vitamini: Suda eriyen bu vitamin ateş etkisiyle veya pastörizasyon sonucunda yok olur. İnsanı bakterilere karşı korur, damarların sağlığını sürdürür. Bu vitaminden her gün bir miktar almak gerekir. C vitamini kandaki kalsiyumun bedene dağılışında büyük rol oynar. Eksikliği damarların çatlamasına, kemiklerin kolay kırılmasına, eklemlerde ağrıya, diş etlerinde kanamaya, sık sık soğuk algınlığına, damar şişmelerine, sırta ağrı veren disk şikayetlerine, soluk kesikliğine, bedensel halsizliğe, hızlı kalp atışına, baş ağrısına, bitkinliğe yol açar. C vitamini; portakal, greyfurt, limon, lahana, çilek, kivi, ıspanak, kavun, domates, pancar yaprağı, yeşil fasulye, bezelye, yeşil biberde v.b. bulunur.

B1 Vitamini: B grubu vitaminlerin birçok çeşidi vardır. Suda eriyen B1 vitamini iştahı önemli oranda etkiler; besinin sindirilmesine yardım eder ve bedeni enfeksiyona karşı korur. Sinir dokularının normal çalışması için gereklidir. Bu vitamin eksikliği nasıl anlaşılır? Çabuk yorulma, çabuk öfkelenme, asabiyet, unutkanlık, kaslarda ve baldırlarda ağrı, sık kalp atışı, bacaklarda şişme, gürültüye katlanamama, iştahsızlık, yorgunluğa karşın uyuyamamak B1 vitamini eksikliğini işaret

edebilir. Rafine edilmiş unlu maddeler yendiği oranda bu vitamine gereksinim artar. Tütün, alkol, şeker B1 vitaminini yok eder. Aldığı karbonhidratlı besinlerden yararlanabilmesi için bedenin bu vitamine gereksinimi vardır. B1 vitamini; kuşkonmaz, lahana, havuç, kereviz, hindistancevizi, hindiba, greyfurt, limon, maydanoz, nar, turp, şalgam yaprağı, su teresi, bira mayası, çimlendirilmiş buğday, akdarı, soya fasulyesi, yulaf, mısır, muz ve kahverengi pirinçte bulunur.

B2 Vitamini: Bedenimiz B2 vitaminini B1'e oranla daha kolay depo edebilir. Beden karbonhidratlı besinleri enerjiye çevirmek için B1 ve B2 vitaminlerini aynı zamanda kullanır. Gözlerde yanma ve kuruluk, dudaklarda çatlama, ayakaltlarında yanma, kulakta ve burunda pullanma, titreme, sersemlik, hareketlerde ağırlaşma, sindirim bozukluğu, saç dökülmesi, dilde ülserleşme B2 vitamini eksikliğinin belirtileridir. Hayvansal besinlerde, süt ve süt ürünlerinde, buğday başağında, yeşil sebzelerde, havuçta, enginarda, fındıkta, yerfıstığında ve mercimek gibi bitkisel besinlerde bol miktarda B2 vitamini bulunur. Işık bu vitamini kolaylıkla yok eder. Büyümenin fazla olduğu çocukluk döneminde çok ihtiyaç duyulur.

B6 Vitamini: B6 vitamini vücutta depolanmaz. Karbonhidrat protein ve yağların enerjiye dönüşümünde rol oynar. Alyuvar ve akyuvar oluşumunda görev alır. Sağlıklı sinir sistemi için gereklidir. Hormonların yapımında yer alır. Bağışıklık sistemini kuvvetlendirir. Hemoglobin üretiminde yer alırlar. Eksikliğinde bağışıklık sisteminin zayıflaması, kansızlık, bebeklerde havale görülmesi gibi sorunlara sebep olur. Muz, balık, yumurta, tavuk, süt, avakado, patates, yulaf, bezelye, havuç, hububatlar ve kuruyemiş B6 vitamini içeren besinler arasındadır.

B12 Vitamini: B12 vitamini diğer suda eriyen besinlerden farklı olarak karaciğerde, böbreklerde ve diğer vücut dokularında depolanır. Kobalt minerali içerir ve dolayısıyla kobalamin olarak da bilinir. Kobalamin alyuvarların oluşumunda folik asitle birlikte çalışır ve böylelikle kansızlığı önler. B12 vitamini kırmızı kan hücrelerinin üretimi için gereklidir. Vücutta gerektiği kadar B12 yoksa kansızlık meydana gelir. Bu vitamin sağlıklı sinir sistemini korumak için gereklidir. Uzun süreli eksikliği, geri dönülemez hasarlara neden olabilir. Ayrıca, vücut besinlerin emilimi ve uygun hazım için de bu vitamine ihtiyaç duyar. Aynı zamanda hafızayı ve odaklanmayı da geliştirmeye yardım eder ve rahat bir uyku sağlar.

B12 vitamin eksikliği ciddi zihinsel sorunlara yol açar. Kansızlık görülür. El ve ayaklarda uyuşmaya sebep olması da B12 vitamini

eksikliği ile ortaya çıkabilecek bir sorundur. Karaciğer, böbrek, sığır eti, yumurta, süt, peynir ve balık B12 vitamini içeren hayvansal besinler arasındadır.

Nikotinamit (Niasin): Su ve alkolde çözünen asit, alkali, ışık ve ısıya dayanıklı bir vitamindir.
biri olarak karbonhidrat, protein ve yağ metabolizmasında görevlidir.

Yeterince niasin alınmaması sonucu sinir sistemi, sindirim sistemi ve güneş gören deride simetrik yaralarla kendini gösteren pellegra hastalığı oluşur. Hastada iştahsızlık, halsizlik belirtileri görülür, kol ve bacakların güneş gören yerlerinde yaralar oluşur.

Besinlerle alınan iyi kalite protein vücut için gerekli niasin gereksinimini karşılar. Özellikle de bir amino asit olan triptofan vücutta niasine dönüştüğü için alınan miktar niasin eş değeri olarak saptanmalıdır.

Niasinin en çok bulunduğu besinler: Et, balık, kümes hayvanları, karaciğer, maya, tahıllar, kuru baklagiller ve yeşil yapraklı sebzelerdir. Büyümenin hızlı olduğu çocukluk döneminde ihtiyaç fazladır. Vücutta depo edilmediği için günlük olarak alınması gerekmektedir. İhtiyacın üzerinde alındığı zaman idrarla atılır.

Pantotenik Asit (B5): Pantotenik Asit olarak da adlandırılan B5 vitamini hem hayvansal hem de bitkisel kaynaklarda bulunur. Vücutta depolanmayan ve suda eriyen bir vitamindir. Sindirim sisteminin normal çalışmasına yardımcı olur; kolesterol, D vitamini, kırmızı kan hücreleri ve antikorların üretimi için gereklidir.

Normal büyüme ve gelişmeyi destekler. Yiyeceklerin enerjiye dönüştürülmesine yardım eder. Birçok vücut materyalinin sentezine yardımcı olur. Böbrek üstü bezinin fonksiyonunu destekler, enerji metabolizmasında gereklidir. Çeşitli böbrek üstü bezi hormonları, steroidler ve kortizonun oluşumunda hayati rol oynadığı için antistres vitamini olarak da tanımlanır. Pantatonik asit yetersizliğinde kusma, kasılma, karın ağrısı, yorgunluk gibi belirtiler tespit edilmiştir. Dana eti, karaciğer, balık, tavuk, yumurta, peynir, fasulye, tüm tahıllar, hububatlar, karnabahar, bezelye, avakado, patates, mısır, kuru yemişler de bolca bulunur.

Biotin (B7): H vitamini olarak da bilinen biotin, B grubu vitaminlerden biridir. Diğer B vitaminleri gibi karbonhidrat proteni ve yağların enerjiye dönüşümünde görev alır. Birçok enzimin yapısına girerek besinlerin

vücuda faydalı olmasını sağlar. Hücre gelişimi için biotin gereklidir. Lenfosit üretiminde rol oynar. Eksiliğinde iştahsızlık, bulantı, anemi gibi sorunlara sebep olur. Süt, yumurta, balık, bira mayası, patates, soya, ceviz, fındık biotin içeren yiyecekler arasındadır.

Folik Asit (B9): Vitamin B12'den farklı olarak, vücut büyük miktarlarda B9 vitamini depolamaz. Genellikle vücut rezervleri bir kaç ay için yeterlidir ve dolayısıyla vücut için daimi folik asit kaynağı yoksa eksiklik yaşamak çok kolaydır. Hafızada sorunlar, sinirlilik, depresif durumlar, halsizlik, kilo kaybı, fiziksel çalışmaya karşı dayanıksızlık, folik asit eksikliğinde ortaya çıkabilecek belirtilerdir.

Yetersiz beslenme ve emilim bozukluğu folik asit eksikliğine yol açan başlıca faktörlerdir. Hamile kadınlarda folik asit ihtiyacı artar ve ceninin sağlıklı gelişimi için çok önemlidir.

Ayrıca bu vitaminin eksikliği, erken doğum, düşük doğum ağırlığı ve plasentanın erken ayrılmasına da sebebiyet verebilir.

Eksikliği kalp hastalığı riskini de artırabilir. Kanda bulunan bir amino asit olan Homosistein seviyelerini düzenler ve dolayısıyla arterlerde plak birikimini azaltır.

Folik asit eksikliği anemiye neden olabilir. Bu hastalıkta, vücuttaki alyuvar hücreleri büyür ve hücrelerin sayısı düşer.

Koyu yeşil yapraklı sebzeler, tüm tahıllar ve kuru baklagiller, fasulye, fındık, ceviz, yumurta sarısı ve portakalda da folik asit bulunur.

Yarar sağlayabilmek için sebze ve meyveleri taze olarak veya mümkün olduğu kadar az pişirilmiş şekilde tüketmek en iyisidir.

Arkadaşlar besinlerimizde günlük ihtiyacımızı karşılamaya yetecek kadar vitamin vardır. Yanlış pişirme ya da yanlış koruma yöntemleri ile vitamin kayıpları oluşabilmektedir. Bu yüzden besinlerin uzun süre pişirilmemesi, piştikten sonra fazla bekletmeden tüketilmesi önem taşıyor.

Elma, badem, brokoli, ıspanak, somon balığı, portakal ve benzeri vitamin deposu olarak besinlerden yeterli miktarda tüketmek, düzenli beslenme alışkanlığı edinmek sağlıklı bir hayatın temelidir. Bazı durumlarda doktor kontrolünde dışarıdan vitamin takviyesi gerekebiliyor.

D vitamini açısından güneş ışığının önemine de dikkatinizi çekerek sağlıklı günler diliyoruz.

Gelecek sayımızda da vücudumuzun sağlıklı kalabilmesi için gerekli olan ve vücudumuzun kendi kendine oluşturamadığı mineralleri anlatacağız.

OTOMOTİV MERKEZİ'NİN AMBULANS BELGELENDİRME ÇALIŞMALARI

Arkadaşlar,

Ambulanslar hasta ya da yaralıları sağlık kuruluşlarına taşımaya yarayan özel donanımlı, motorlu araçlardır. Zaten, Türkçesi yaptığı işi ne kadar güzel anlatıyor değil mi? Cankurtaran...

Ambulansların da uyması gereken standartlar vardır. Bu kadar önemli bir iş yapan araçların üretimi, donatımı ve verdiği hizmetler, uzmanlar tarafından sıkı bir şekilde denetlenir. Ambulanslar sadece kullanılan motorlu araçtan ibaret değildir. Ambulanslarda kullanılan tıbbi teçhizat ve personel de çok önemlidir.

Sizlere bu sayımızda Türk Standardları Enstitüsünün, ambulansların denetimi ve kullanımı konusunda yaptığı çalışmaları anlatacağız.

Sağlık Bakanlığı tarafından hazırlanan "Ambulanslar ve Acil Sağlık Araçları ile Ambulans Hizmetleri Yönetmenliğinde Değişiklik Yapılmasına Dair Yönetmelik" 10 Nisan 2012 tarihinde yürürlüğe girdi. Bu Yönetmelikle, TSE halen trafikte dolaşan ve yeni trafiğe çıkacak tüm ambulansların her birinin muayenesi ve Ambulans Uygunluk Belgesi-Ek-C düzenlenmesi işlemlerini yürütmekle görevlendirildi.

Mevcut durumu ve Yönetmeliğin yayınlandığı 10 Nisan 2012 tarihinden itibaren yürütülen işlemleri anlayabilmemiz için öncelikle bu tarihten önceki durumu ortaya koymamız daha doğru olacaktır.

10 Nisan 2012 tarihinden önce TSE tarafından ambulansların her birinin teknik açıdan muayenesi yapılmıyordu. Ambulansların TS EN 1789 Standardına göre uygunluğunu TS EN 1789 belgesine sahip firmalar kendileri beyan etmekte ve Ek-C Belgesi'ni ilgili İl Sağlık Müdürlüklerine ya da kurumlara sunuyorlardı.

TS EN 1789 Standardı ilk olarak 2000 yılında kabul edildi. 2004, 2008 ve 2009 yıllarında tadil edildi. Son olarak 13 Ocak 2013 tarihinde tadil edilerek TS EN 1789 + A1 "Tıbbi Araçlar ve Donanımları: Kara Yolu Ambulansları" şeklinde kabul edilerek halen kullanılmakta olan son halini aldı.

Yönetmeliğin geçmişine bakacak olursak benzer bir durum Yönetmelik içinde de geçerlidir. İlk olarak 7 Aralık 2006 tarih ve 26369 sayılı Resmi Gazete'de "Ambulanslar ve Acil Sağlık Araçları ile Ambulans Hizmetleri Yönetmeliği" adı altında yayınlandı. 10 Nisan 2012 tarihinde 28260 sayılı Resmi Gazete'de "Ambulanslar ve Acil Sağlık Araçları ile Ambulans Hizmetleri Yönetmeliğinde Değişiklik Yapılmasına Dair Yönetmelik" ile halen kullanılmakta olan son halini aldı.

10 Nisan 2012 tarihinden önce, öncelikle ambulans üreten firmaların TS EN 1789 Standardına göre TSE Uygunluk Belgesi başvuruları alınıyor ve firmalarda ürün belgelendirme işlemleri yapılıyordu. Ürün belgelendirme işlemlerine göre belgelendirilmiş firmalar, diğer ürünlerde de söz konusu olduğu gibi ara kontrollere tabi tutuluyordu. Örnek bir ambulans

üzerinden belgelendirilmiş firmalar çeşitli kurum ve kuruluşlara ambulans yapıyor ve bu ambulansların TS EN 1789 Standardına uygunluğunu (ambulans sektöründe Ek-C belgesini) kendileri beyan ediyorlardı. Daha sonra tadilat projeleri yetkili mühendisler tarafından çiziliyor, AİTM kapsamında TSE Araç Proje Müdürlüğüne sunuluyor, Münferit ve Seri Tadilat belgeleri bu müdürlükçe düzenleniyordu. Daha sonra araçların tıbbi cihazları İl Sağlık Müdürlükleri tarafından inceleniyor ve tüm bu aşamaları geçen ambulanslara İl Sağlık Müdürlüklerince Ambulans Uygunluk Belgesi düzenleniyordu. Araçlar bu şekilde trafik tescillerini yaptırıyor ve belirli aralıklarla İl Sağlık Müdürlüklerince kontrol ediliyorlardı.

2006 yılında ilk yönetmeliğin çıktığı zamandan itibaren özel sektör ve kamu kurumlarının ambulans alımlarında farklılaşmalar başladı. Söz gelimi, İl Sağlık Müdürlükleri 2006 yılından bu yana ABS Sistemine sahip olmayan ambulansı hizmete almıyorlar. Ne yazık ki kimi özel kuruluşların aynı duyarlılığı göstermediği görüldü.

Bugün standardlara uygun ambulans sayısının hayli artmış olması memnuniyet verici değil mi arkadaşlar?

Çeşitli tedbirler alınmış ve son olarak 10 Nisan 2012 tarihinde çıkan Yönetmelik ile her bir ambulansın teknik açıdan (TS EN 1789 Standardına uygunluk) TSE tarafından, tıbbi cihazlar yönüyle de İl Sağlık Müdürlüklerince incelenerek trafiğe çıkabilmeleri yönünde bir çalışma başlatıldı.

TSE adına ambulansların belgelendirilmesi ve periyodik muayenesi görevini yürütmekle görevlendirilmiş olan Otomotiv Merkezi Başkanlığı Belgelendirme Müdürlüğünün yaptığı çalışmaların aşamalarına birlikte bakalım:

Öncelikle yönetmeliğin yayınlandığı tarihten sonra yaklaşık iki ay boyunca periyodik muayenelerde izlenecek yol haritası hazırlandı.

Öncelikle TS EN 1789 belgesi sahibi firmalar davet edilerek yürütülecek süreç, Yönetmeliğin nasıl uygulanacağı ve standardlarla ilgili teknik konulardaki yorum ve yol haritası açıklandı. Haziran ayı sonunda ilk TSE-Ambulans Uygunluk Belgesi verildi. 22 Şubat 2013 tarihi itibarıyla ilk kez trafiğe çıkacak olan yaklaşık 650 adet araca TSE-Ambulans Uygunluk Belgesi verildi. Bu konudaki çalışmalar halen devam etmektedir.

Diğer taraftan 10 Nisan 2012 tarihinden önce ambulans olarak tescil edilmiş araçlar için çalışmaya ise, 2012 Aralık ayı başı itibarıyla başlandı. İl Sağlık Müdürlüklerinden alınan bilgilerle günde 10 ambulansın kontrol edilebileceği bir çalışma başlatıldı. Kış aylarına rastlayan bu muayenelerde ambulans olarak kullanılan araçların ilk tespit muayeneleri yapılmaya başlandı. Şubat sonu itibarıyla yaklaşık 3500 ambulansın ilk tespit muayeneleri gerçekleştirildi. Muayeneler sonunda ambulanslarda tespit edilen aksaklıklar, taraflara düzenlenen rapor ve tutanaklarla iletiliyor. Bu ambulanslar, gerekli tadilatlar yapıldıktan sonra tekrar muayene ve kontrolden geçirilecek.

Çok hızlı gelişen bu süreçte birçok karmaşık sorun çözüme kavuşturularak ülkemizin sağlık kuruluşlarına layık oldukları araçların kazandırılmasında büyük adımlar atıldı.

Türkiye'deki ortalama ambulans sayısının 6000-6500 olduğu düşünülmektedir. TSE tarafından yapılacak bu çalışma sonunda, her ambulans için şasi numarası üzerinden dosya hazırlanacak ve ambulansın takibinin sağlanacağı bir sistem oluşturulacak. Sonuçta tüm tarafların kullanımına açık bir bilgi bankası ortaya çıkacak.

Arkadaşlar, tüm bu çalışmalar sonucunda artık standardlara uygun, daha güvenilir ve hızlı ambulanslara kavuşacağız.

Geleneksel Sporlarımız

ATLI CİRİT

Arkadaşlar, her ulusun kültür ve yaşayışlarına uygun geleneksel spor oyunları vardır. Söz gelimi dalga sörfü Hawaii adasının geleneksel oyunudur. Dört bir tarafı denizle çevrili olan ve bütün yaşamları denize bağlı olan Hawaii halkının dalga sörfü yapması kadar doğal bir şey olabilir mi?

Bu sayımızda bütün ömrü bozkırlarda at üstünde geçen atalarımızın geleneksel oyunlarından birisi olan atlı ciridi anlatacağız.

Cirit, at üzerindeki binicinin mızrağını daha iyi ve isabetli kullanabilmesine dayanan bir oyun. Savaş gücünü geliştirmek için at üzerinde eğitim amacıyla oynanan bu oyun zaman içerisinde kurallı bir takım oyunu halini aldı.

Başlangıcı belli olmasa da 16. yüzyılda bir savaş oyunu olarak kabul edildiğini biliyoruz. Osmanlı döneminde en yaygın oyun oldu. Yakın zamana kadar düğün, bayram ve önemli günlerde her fırsatta oynanıyordu. Kent nüfusunun artması ve atın günlük yaşamdaki öneminin azalmasına bağlı olarak unutulup gitti.

Bugün çeşitli illerimizde kulüpler kurularak ata sporumuz canlandırılmaya çalışılıyor.

Cirit ya da diğer adı ile Çavgan, 120 metreye 40 metrelik beyaz çizgilerle bölünmüş bir alanda oynanır.

Takımın tek dizi halinde durduğu 6 metre derinliğindeki bölgeye Alay Durağı denir. Alay durağı ile atış sahası arasında çizgilerle sınırlı orta sahaya 5 metre derinliğindeki alan Yasak Alan'dır. Burada karşı takımdan 2 atlı bulunabilir. Fazlasına eksi bir puan verilir.

Yasak alanın son çizgisinden oyun alanının ortasına 7 metre derinliğindeki alan Atış Alanı'dır. Alaya hücum eden sporcu bu alana girip cirit atmak zorundadır.

Oyun süresi toplam 70 dakikadır ve 35 dakikalık iki devreden oluşur.

Cirit sopasının uzunluğu 110 santimetredir. Oyunculara zarar vermemesi için ucu yuvarlaklaştırılmıştır.

Cirit genelde gösteri amaçlı oynanır.

Ciritçiler hakim yaka düğmeli gömlek üzerine, kolsuz cepken giyerler. Pantolonlarının üst kısmı geniş, dizden aşağısı dardır. Ayaklarına cirit için uygun olan süvari çizmesi giyerler.

5 kişilik takıma bölük, 7 kişilik takıma alay denir. Her takımın kolunda işaretle belirlenen bir kolbaşı vardır. Takımın oyun taktiğini veren kolbaşı, takımının tüm hareketlerinden sorumludur. Kolbaşı

vakitsiz çıkan veya çift çıkan oyunculara engel olup, saftaki oyuncuların ileri ve geri 5 metrelik derinlikteki alay durağında durmasını sağlar. Her takımın bölük düzeninde 2, alay düzeninde 3 yedek oyuncusu bulunur. Yedek oyuncular saha hakeminin arkasında ve kendi sahasında açıkta beklerler.

Hakemler tarafından üzengiler kontrol edilerek oyun başlatılır.

Oyuncu değişiklikleri oyunun duraklama anında saha hakemi tarafından baş hakeme bildirilerek yapılır. Bir oyunda en fazla 3 değişiklik yapılabilir. Bütün oyuncuların arkasında ve atlarının üzerine serilen bezin iki tarafında numara bulunur. Binici ile atın numaraları aynıdır. Takımların formaları aynı renkte ise takım numaraları A takımında 1 ile 10 arası, B takımında 11 ile 20 arasında olur. Oyuna başlama ve ilk çıkış hakkı kura

sonunda sahayı kaybeden takıma verilir. Alay çıkışları, alay durağında yapılır. Erken çıkış ihlali yasak saha olarak, çift çıkış ihlali ise atış sahasının dışından atış olarak değerlendirilir. Her iki durumda da ancak hatalı oyuncular alay durağına geldikten sonra başka bir oyuncu hamle yapabilir.

Ciritçi oyun sahasında rakip oyunculardan birine yarım ya da tam çark yaparak ciridini atar. İki kereden fazla tam çark yapılamaz.

Alay ortalarından, atış sahası dışından veya yasak alan içerisinden cirit atan biniciye bir eksi puan verilir. Bir ciritçi atış bölgesi içerisinde cirit atarak rakip takım oyuncusuna isabet ettirirse 3 puan alır. Ata vuruş isabet sayılmaz, ata kasıtlı vuruşlar 1 eksi puanla cezalandırılır. Aynı oyuncunun ikinci tekrarında 5 dakika dinlenmeye alınır. Üçüncü tekrarında oyundan çıkarılır.

Rakip oyuncunun atmış olduğu ciridi havada tutan ciritçi alay durağında tuttuğu cirit için takımına 3 puan kazandırır. Kesme anında rakibini yakalayan ciritçi (Rakip atın kuyruk hizasına kendi atının başının gelmesi) ciridini atmaz, bağışlarsa 3 puan alır.

Rakip oyuncuyla arayı 3 metreden fazla açmadan atarsa 3 eksi puanla cezalandırılır. Aynı ciritçi ikinci tekrarında oyundan çıkartılır ve yerine oyuncu alınmaz. Kesme yapan ciritçi rakibini bağışladıktan sonra alaya gelerek ciridini atar. Ciridini atmazsa 1 eksi puan alır. Oyun sırasında hakem kararını dinlemeyen ve kasıtlı hareket eden oyuncu oyundan atılır. Yerine oyuncu alınmaz

Bir oyuncunun attan düşmesine 3 eksi puan verilir. İkinci düşmede 6 ve üçüncü düşmede ise oyundan çıkarılır. Oyun sırasında ciritçilerin attan inmesi kesinlikle yasaktır, inmesi halinde 1 eksi puan alır.

Oyun bitiminde eksi puanlar artı puanlardan çıkarılır. Toplam puanı yüksek olan takım galip sayılır.

Cirit, herkes tarafından ciridi iyi bildiği kabul edilen kişilerin hakemliğinde oynanır.

Arkadaşlar, ülkemizde çekilen tarihi filmler ve dizilerdeki atlı süvarilerin hemen hepsi aslında ciritçilerdir. Cirit oynamak için önce çok iyi at binebilmek şart. At binmeyi öğrenerek ilk adımı atmaya ne dersiniz?

Kim Kimdir?

Ahmet Mete Işıkara

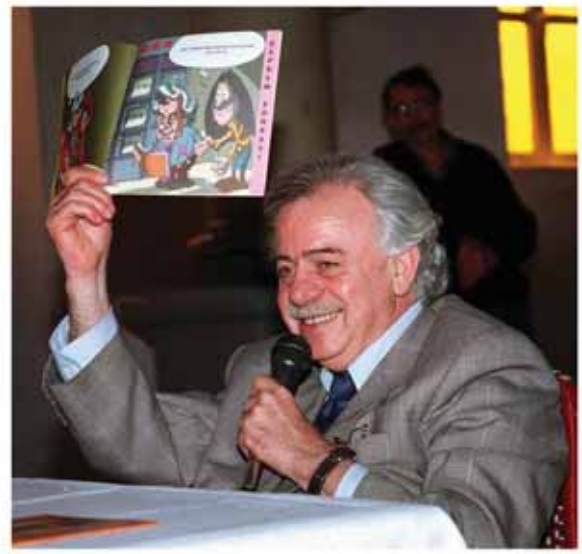
Onu hepimiz yakın tarihimizin en büyük yıkımlarından birisinde tanıdık. 17 Ağustos 1999'da Marmara bölgesinde meydana gelen 7,4 büyüklüğündeki deprem sonrası toplumu bilinçlendirme çabalarından dolayı hepimizin "Deprem Dede"si oldu. Hemen peşinden 12 Kasım 1999'da Düzce'de meydana gelen deprem onun uyarılarını ne kadar ciddiye almamız gerektiğini bir kez daha hatırlattı bizlere.

Işıkara, bu çalışmaları aslında senelerdir yapıyordu. Konusunda çok iyi yetişmiş, dünyanın sayılı bilim insanları arasında yerini almıştı.

Ciddi sağlık sorunları olmasına rağmen ömrünün son günlerine kadar toplumu bilinçlendirmek için çalıştı. Çağrıldığı her yere adeta koşarak gitti ve coğrafyamızın gerçeği olan depremin zararlarını en aza indirmek amacıyla bilgilerini bizlerle paylaştı. Uzun yıllar deprem ve depremselik çalışması, depremlerin önceden belirlenmesi araştırmaları, deprem konusunda toplum eğitimi, afet yönetimi ve afet zararlarının azaltılması konusunda çalışmalar yürüttü.

Ahmet Mete Işıkara, 1941 yılında Mersin'de 7 kardeşin sonuncusu olarak doğdu. Çocukluğunu lise yıllarının sonuna kadar Mersin'de geçirdi. İlkokula 1947 yılında Gazi Paşa İlkokulu'nda başladı.

1954 yılında Mersin Lisesine girdi. 1965 yılında İstanbul Üniversitesi, Fen Fakültesi, Jeofizik Bölümünü bitirdi ve aynı bölüme asistan oldu. Ardından burslu olarak Londra Üniversitesi İmperial College Fizik



Bölümü'nde ihtisas yaptı. Sonra Almanya'da Göttingen Üniversitesi Jeofizik Kürsüsü'nde görev aldı.

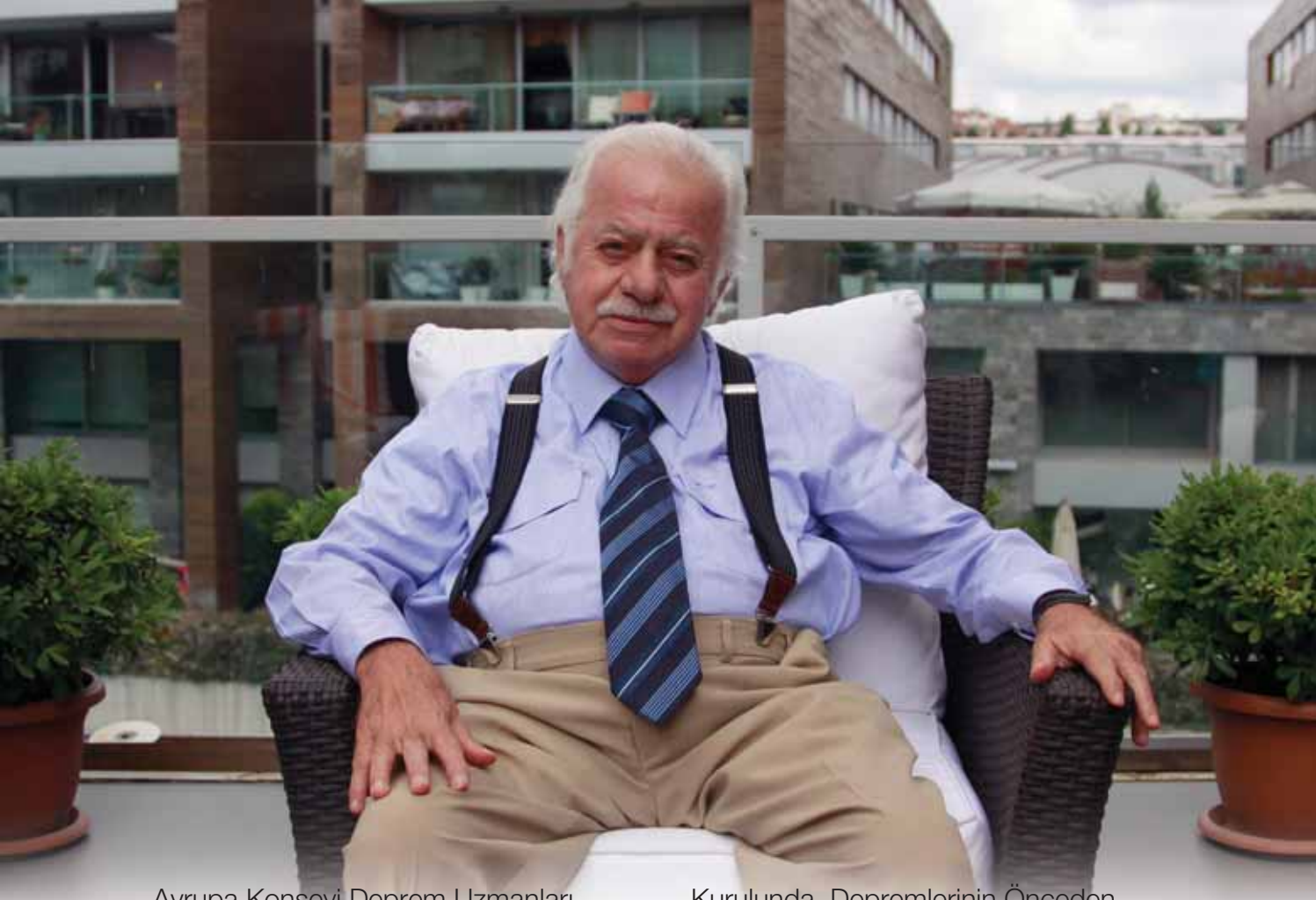
1964 - 1976 yılları arasında Arzmanyetik alanının değişimi ile ilgili çalışmalar yaptı ve manyetik ve elektromanyetik yöntemlerle yer kabuğunun yapısının araştırılması çalışmalarında bulundu.

Ahmet Mete Işıkara, 1969 yılında şarkıcı Necmi Rıza Ahıska'nın kızı Aysel Ahıska ile evlendi. Yeşim ve Cengiz adında iki çocuğu vardır.

1973 - 1974 yılları arasında askerlik görevini Harita Genel Komutanlığında yaptı.

1976 - 1983 yılları arasında Türkiye Ulusal Jeodezi ve Jeofizik Birliği Ulusal Jeomagnetizma ve Aeronomi Komisyonu Başkanlığı yaptı.

1979 - 1982 yılları arasında Avrupa Depremlerin Önceden Belirlenmesi Çalışma Grubu'nda koordinatör ve 1980 - 1983 yılları arasında Türkiye adına



Avrupa Konseyi Deprem Uzmanları Komitesi'nde temsilcilik yaptı.

1985 yılında Boğaziçi Üniversitesi'nde göreve başladı. 1985 yılında Boğaziçi Üniversitesi Kandilli Rasathanesi Deprem Araştırmaları Enstitüsünde müdür yardımcısı oldu. 1991 yılında da Boğaziçi Üniversitesi, Kandilli Rasathanesi, Deprem Araştırmaları Enstitüsünde müdür oldu.

1991 - 1992 Boğaziçi Üniversitesinde Rektör Yardımcılığı yaptı. 1985 – 1999 Kandilli Rasathanesi ve Deprem Araştırma Enstitüsü Jeofizik Anabilim Dalı Başkanlığı yaptı.

1991 - 2002 Kandilli Rasathanesi Deprem Araştırma Enstitüsü Müdürü olarak görev yaptı.

1992 - 2000 Boğaziçi Üniversitesi'nde Yönetim Kurulu Üyesi oldu. 1993 - 2000 yılları arasında Avrupa Konseyi Bakanlar Kurulunda, Depremlerinin Önceden Belirlenmesi Değerlendirme Danışma Komitesi Üyeliğinde bulundu.

2000 - 2002 Başbakanlık Ulusal Acil Durum Yönetimi Genel Müdürlüğü, Ulusal Danışmanlığı görevini yürüttü.

2002'de Afete Hazırlık Eğitim Derneği (AHDER) Başkanı oldu. Dernek aracılığıyla özellikle çocuklara yönelik eğitim çalışmalarına katıldı. Bu amaçla birçok yayın çıkarttı.

2005 yılında Türk Kızılayı Genel Başkan Danışmanı oldu.

Bu iki görevini 20 Kasım 2012 tarihinde zatürre tanısıyla hastaneye yatırılana kadar aktif olarak sürdürdü.

21 Ocak 2013 tarihinde 72 yaşında İstanbul'da hayatını kaybetti.

Rahat uyu Deprem Dede, seni ve öğütlerini hiç unutmayacağız.

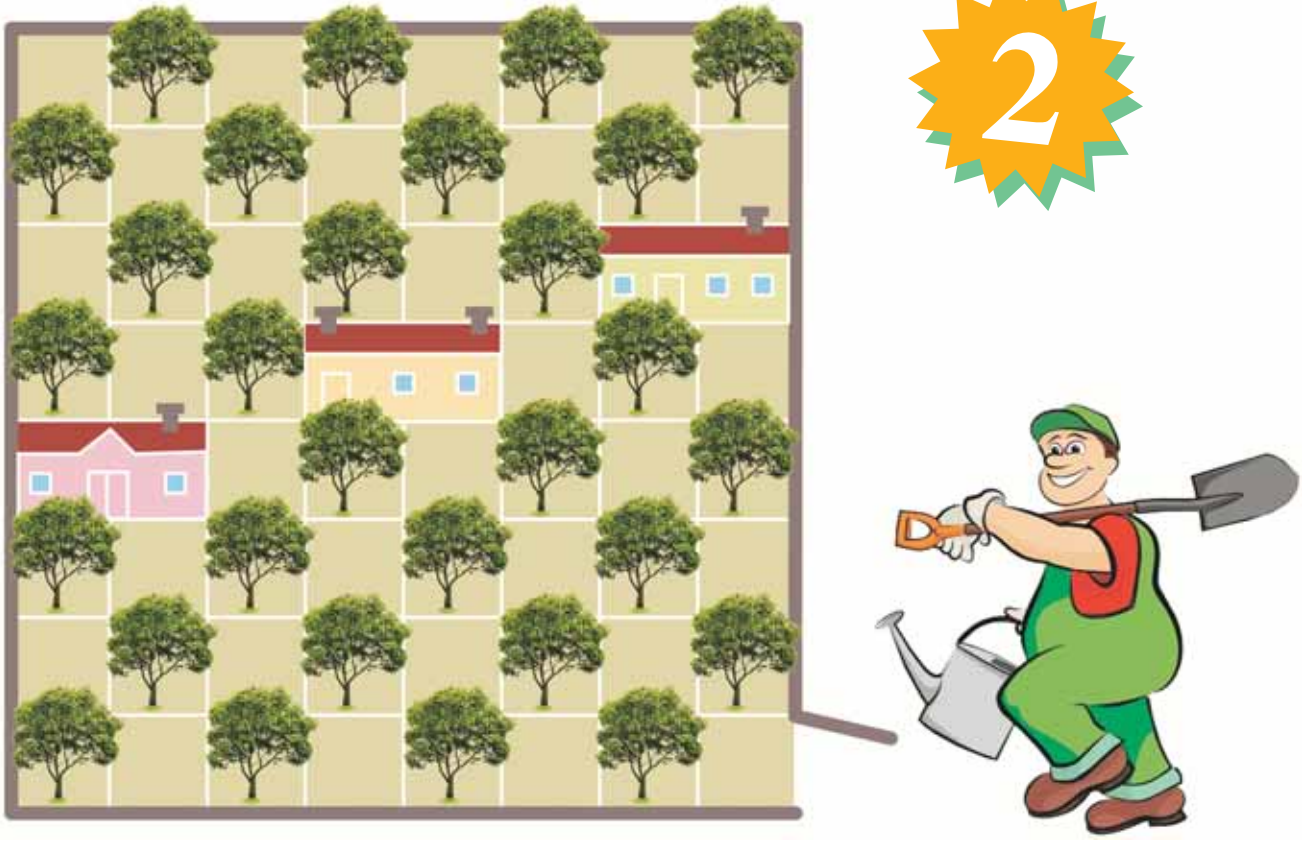
bilmece bulmaca

1

Bir sepetin içinde 5 elma var.
Bu elmaları beş kıza öyle
dağıtın ki, her kıza bir elma düşsün
ve sepette de bir elma kalsın.

Bahçıvan, karelere ayrılmış bahçedeki tüm ağaçlara sırayla bakım yapacak. Bahçıvana öyle bir yol çizeceksiniz ki; bir geçtiği yerden bir daha geçmeden, evlere girmeden ve çapraz gitmeden tüm bahçeyi dolaşıp aynı kapıdan çıkacak.

2



TAŞ KAKTÜSLERİ

Taş kaktüsleri (Lithops) Afrika'ya özgü bir sukkulent (yaprak ya da dallarında su biriktiren bitki) cinsidir. Doğal olarak Afrika'nın güneyinde geniş kurak düzlüklerde yetişirler. Özellikle Namibya, Güney Afrika Cumhuriyeti, Angola ve Botswana'da bulunurlar. Görünümlerinden dolayı taş bitkiler veya canlı taşlar olarakda bilinirler.

Çiçek açmadığı zamanlarda küçük bir kayadan farksız olan taş kaktüs bitkisi aslında gerçek bir kaktüs değildir.

Taş kaktüsler ilk kez 1811 yılında ingiliz botanikçi William John Burchell tarafından tanımlanarak kayıt altına alınmıştır.

Bitki iki yuvarlak kısımdan oluşur ve gövdesi yok gibi görünür. Yapraklarının arasındaki kesik benzeri boşlukta meristem (Sürekli olarak bölünebilme yeteneğine sahip hücrelerin oluşturduğu embriyonik doku) bulunur. Burası çiçek ve yeni yaprakların büyüdüğü yerdir. Yeni yapraklar çıktığında eski yapraklar ölür. Bitkinin geri kalan kısmı toprak altında gömülü haldedir. Bu kuru ve sıcak bir iklimde yaşamak üzere gerçekleştirilmiş bir adaptasyondur.

Taş kaktüsler tam bir taklitçidir: biçimi, ölçüleri ve rengi doğal ortamındaki taşları andırır. Taşların arasına karışan bitkiler bu şekilde korunur. Beslenmek için otlanan hayvanlar, bu şekilde onları göremez. Uzmanlar bile bazen bu yanıltıcı kamuflaj yüzünden inceleyecekleri bitkiyi bulmakta zorlanır.

Bu bitkinin yetiştiği pek çok bölgeye yıl boyu, ayda 2 milimetreden az yağmur düşer. Yağışın aşırı düşük olduğu durumlarda, taş kaktüsleri varlığını sürdürebilmek için su gereksinimini sisten sağlar. Doğal olarak yetiştiği pek çok bölgede, su depolama özelliği olmasa

yaşayamazdı. Aslında, neredeyse bitkinin tümü bu işlevi görür. Bitkinin gövdesi iki sukkulent yapraktan oluşur. Bitkinin tepesi, bu yaprakların ayrılma kısmıdır. Sapı yoktur, kök yaprakların hemen altındadır. Bitkinin yapısı içinde yaşadığı sert iklimi yansıtır. Su kıtlığından dolayı genç bitkiler sadece iki yaprak ve kökten ibarettir. Yapraklar, bitkinin aylarca yağmursuz hayatta kalmasına yetecek kadar su biriktirmek için kalındır. Bitki, adeta iklimin aşırı sıcağı ve ışığından kendini korumak için küçülmüştür. Sert iklim koşullarından dolayı çok yavaş büyürler ve yeni sürgünler vermeleri yılları bulabilir.

Taş kaktüs, her yıl iki yaprak verir. Yıldan yıla yaprak izleri çok az değişim gösterir ve hiçbir bitkinin izleri bir diğerine benzemez. Sonbaharda büyümeye başlar, kış ve baharda devam eder, yaz başında uykuya dalar. Yağmursuz ve aşırı sıcak uzun yaz aylarında dinlenmek, hayatta kalması için gereklidir. Yaz sonuna kadar depolamış olduğu suyu kullanır. Daha serin ve daha kısa günlerin başlamasıyla yeniden büyümeye başlar.

Taş kaktüsleri 3 yaşından sonra genellikle sonbahar ve kış başında çiçek verir. Papatyaya benzeyen beyaz ya da sarı renkli çiçekleri vardır.

Doğal ortamda böcekler yardımıyla tozlaşarak ürerler. 4 ile 8 odacıklı tohum zarfları oluşur. Yağmur mevsiminde zarfçıklar nemlenir ve açılır. Tohumlar sıçrayarak çevreye dağılır. Bu dönemde köklenmeyen tohumların zarfları tekrar kapanarak tohumu korur.

Taş kaktüsleri evde de yetiştirmek mümkün. Doğal ortamına yakın ışık sağlandığı ve çok fazla sulanmadıkları sürece taş kaktüsler oldukça hızlı ve kolay gelişirler.

İri taneli nemi alabilen ama tutmayan kumlu toprak kullanılmalı, geniş ama çok derin olmayan saksılar seçilmelidir.

İdeal büyüme alanı çeşitli renk ve boyutlardaki yuvarlak taşlarla karışık bir çanak olabilir.

Taş kaktüslerin çiçek açma mevsimi kuzey yarım kürede kışa rastlar.

Kara Yolu

Arkadaşlar, kara yolları, otoyollar, caddeler ve sokaklar tekerlekli araç, hayvan ve insanların yolculuk yapabilmeleri için düzenlenmiş yollardır. Kara yolu sözcüğünü genellikle kentler arasındaki; cadde ve sokak sözcüklerini ise kent içindeki yollar için kullanırız.

Trafiğin yoğun olduğu ve araçların hızla seyrettiği kara yollarına ise otoyol diyoruz. Otoyollara bisiklet gibi bazı tekerlekli araçların girmesine izin verilmez.

İlk yollar, hayvan ve insanların açtığı keçi yolu da denilen patikalardı. Daha sonra, silah ve kesici araçlar yapmayı öğrenen insanlar, çakmaktaşı türünden maddeleri aramak için mağaralarından ve avlandıkları çevrelerden uzaklaştılar. Aralarında mal takası başlayınca da yollar gerekli oldu.

İlk yollar MÖ 3000'den önce tekerlekli araçların geliştirildiği Orta Doğu'da yapıldı ve giderek batıya, Avrupa'ya yayıldı. Bilinen ilk uzun yol Basra Körfezi'ndeki Sus'tan bugünkü İzmir'e uzanan Perslerin Kral Yolu'ydu. Tarihçi Heredot'a göre, 2857 kilometrelik bu yolu aşmak 93 gün sürüyordu.

Avrupa'daki ilk yollar, MÖ 1900-300 arasında Yunanlı ve Etrüsk tüccarların, Kuzey Avrupa'dan Akdeniz ve Adriya

Denizi'ne kehribar ve kalay taşımak amacıyla kullandığı "Kehribar Yolları"ydı.

Eski Mısırlılar, yaklaşık MÖ 2500'de Gize'deki Büyük Piramit gibi yapıların inşasında kullanılan taş blokları taşıyabilmek için yollar yaptılar. Mısırlılar ile Eski Yunanlılar'ın tapınaklarına giden yollar taş döşeliydi.

İlk başarılı yol mühendisleri, orduların ilerlemesini sağlamak için yollar yapan Romalılar'dı. MÖ 400 ile MS 400 arasında merkezi Roma olmak üzere yaklaşık 112000 kilometre uzunluğunda yol yapıldı. Bunların en ünlüsü yapımına MÖ 312'de başlanan Appia Yolu'dur. Bu yol Roma'dan, İtalya'nın batı kıyısı boyunca güneye doğru uzanıyor, sonra doğuya dönerek Adriya Denizi kıyısındaki Brindisi'ye ve oradan da Otranto'ya ulaşıyordu. Appia Yolu'nun toplam uzunluğu 660 kilometreydi.

Roma yolları, düzgün ve çok dayanıklı yollardı. Günümüzde birçok yol, bu eski yollar izlenerek yapılmıştır. Romalılar, yol yaparken bataklık ve vadi gibi doğal engelleri de aşmayı başarmışlardı. Orman içinde yol açarken, yolun iki yakasında 70 metrelik bir bölge, pusu kurulmasını önlemek amacıyla ağaçtan arındırılırdı. Yolların kalınlığı 1-1,5 metre arasında değişiyordu. Kumdan bir temel üzerine büyük yassı taşlar yerleştiriliyor, bu taşlar kireçle karıştırılmış daha küçük taşlarla örüldükten sonra üstüne kalın bir kat ya da kaba taneli

kum dökülüyor, en üste çakmaktaşına benzer kaya parçaları döşeniyordu. 10,5 m genişliğindeki Appia Yolu, çizgilerle şeritlerle ayrılmış, iki yönlü bir kara yoluydu. Bu yollar iki tekerlekli savaş arabaları, 8 ya da 10 atın çektiği dört tekerlekli arabalar, iki tekerlekli at arabaları ve piyadeler içindi.

burada gene kara yoluna geçiyorlardı. Balkan Yarımadası'nı izleyen yol İstanbul'a varıyor, Ankara ve Antakya üzerinden Anadolu'yu aştıktan sonra İran'dan geçerek Semerkant'a ulaşıyordu. Oradan dağları aşıp Doğu Türkistan'a gelen yol, Takla Makan Çölü'nün çevresini dolaşıyor ve Çin

İPEK YOLU

Yolların en ünlüsü İpek Yolu, 2000 yılı aşkın bir süre Avrupa bağlantılarıyla birlikte, dünyanın en uzun yolu olma özelliğini taşıdı. MÖ 200'lere tarihlenen İpek Yolu'nun Avrupa bağlantısı İspanya'da Cadiz'den başlıyor, Pireneler'i aşarak İtalya kıyısında Appia Yolu'nu izleyerek Brindisi'ye ulaşıyordu. Yolcular ve tüccarlar bu limandan gemilerle Yunanistan'a gidiyor,

Seddi'nin en batı girişi olan Yeşim Kapısı'ndan girerek İmparatorluk Yolu üzerinden Sian'a ve Büyük Okyanus kıyısında Şanghay'a varıyordu. İpek Yolu'nu da içine alan bu büyük ticaret yolu Cadiz'den Şanghay'a kadar 12800 kilometre uzunluğundaydı.

Roma İmparatorluğu'nun çöküşünden sonra yol yapımı geriledi. Buna karşılık 12. yüzyıldan başlayarak kentler içinde taş döşeli sokak sayısı giderek arttı. Güney Amerika'da yaşayan İnkalar Ekvador'da, Quito'dan başlayarak güneyde Peru'da Cuzco'nun ötesine geçen bir yol ağı kurdular. Yollardan biri kıyı boyunca gidiyor,

öbürü And Dağları'nı izliyordu. And yolunun genişliği 7,5 metreydi. Yol yüzeyi, taş ve katran benzeri doğal bir madde olan asfaltla kaplanmıştı. Yüksek dağları aşmak için tüneller oyulmuş ve yollar duvarlarla desteklenmişti. Geniş uçurumları geçmek için yünden ya da liften halatlarla kurulan asma köprülerden yararlanılır, küçük hendekler ise taşla doldurulurdu. İnkalar tekerlekli araba yapmayı bilmedikleri için, bu yolları yalnızca yük hayvanları ve yayalar kullanırdı.

18. yüzyıla gelindiğinde Avrupa'da yolcu ve yük arabalarıyla düzenli olarak insan ve eşya taşımacılığı başlamıştı. Ne var ki, yolların bozuk ve bakımsız olması yolculuğu engelliyordu. İngiltere'de bazı yollar istendiğinde açılıp kapanan bir engelle denetleniyor ve geçiş ücreti alınıyordu. Bu yollara "paralı yol" dendi.

John Loudon McAdam, 1815 yılında İngiltere'de yolların akaçlanabilmesi (Su birikmesini önlemek) için deneyler yaptı. Yol yüzeyinin çevredeki topraklardan daha yüksek tutulması gerektiğini öne sürdü. Kendi adını alan makadam yol kaplamasının en altında granit gibi sert bir taştan yapılma katman bulunur. Bunun üzerine daha küçük ve yumuşak taştan bir katman serilir. Ağır taşlar yükü taşırken, küçük taşlar da suyun süzülmesini ve yanlardaki akaçlama kanallarına aktarılmasını sağlar. Günümüzde makadam yol yapımında, ağır taşlar döşendikten sonra beton, asfalt ya da sıcak katranla birbirine yapıştırılmış mıcır tanelerinin üzerine ince bir kum tabakası dökülür ve tümünün üzerinden silindir geçirilerek sıkıştırılır.

19. yüzyılda demir yollarının gelişmesiyle birlikte yol yapımı yavaşladı. Yalnızca kentlerdeki sokaklar ve demir yollarıyla bağlantılı yollara önem verildi. Yüzyılın sonuna doğru yeni bir taşıma aracı olarak

bisikletin ortaya çıkması daha iyi yolların yapılmasını sağladı. Bisiklet kullanımının artması 1890'larda birçok yolun onarılmasına yol açtı. Bakımı yapılan eski makadam yüzeyler bisiklet için uygundu. 1900'lerden sonra motorlu taşıtların yaygınlaşması yol yapımında hızlı gelişmelere neden oldu.

İlk otomobil ve kamyonların yolları kısa sürede bozan sert lastik tekerlekleri vardı. Ayrıca kaldırdıkları toz bulutları rahatsız edici ve tehlikeliydi. Şişme lastiklerin kullanılması, yolların zarar görmesini önledi. Ne var ki, toz sorununa bir çare bulunamamıştı, trafik ise giderek artıyordu.

Mühendisler, kent sokakları için denenen çeşitli kaplama türlerini kara yollarına da uygulamaya çalıştılar. Asfalt ilk kez Paris'te, 1854'te kullanıldı. Petrol sanayisinin yan ürünleri olan kömür katranı ve bir tür zift olan bitüm dolgu aracı olarak kullanılıyor, sonra üzerine çakıl döşeniyordu. Bu yol kaplaması türü ağır trafik olmayan yollarda hâlâ kullanılmaktadır.

İlk portland çimentolu beton kaplama 1865'te, İskoçya'da kullanıldı. Beton, trafiği yoğun yollar için en uygun kaplama gereci olarak kabul gördü. Bu uygulamada betonun altına konan, çimento karıştırılmış kırık taş, kül ya da toprak tabakası temeli oluşturur. Daha sonra kalınlığı 15 cm ya da daha fazla olan 10-40 metre uzunluğunda hazırlanmış kalıplara beton dökülür. Beton parçalar arasındaki boşluklar bitümle doldurulur. Bitüm betonun sıcak havada genleşip soğuk havada büzüşmesini sağlar. Ayrıca suyun temele inmesine de engel olur. Ağır ve hızlı taşıtlar kalın ve sağlam yollar gerektirdiğinden, toprak zemin yeterince güçlü değilse, temel daha kalın tutulur. Ağırlığı geniş bir alana yayan kalın bir temel, zeminin zayıf olduğu durumlarda yükün taşınabilmesini sağlar.

Dünyanın gelişmiş ülkelerinde kara yolunda uzun yolculukların çoğu, yüksek hızlı araçlar için yapılmış otoyollarla gerçekleştirilir. Trafiğin düzenli akmasını sağlamak için bu yollara giriş ve çıkışlar yalnız belli

kavşaklarda yapılabilir. Bu yolların fazla inişli çıkışlı ya da virajlı olmamasına özen gösterilir.

Bu biçimde yapılan ilk yol, New York'ta William Niles White'in tasarımıyla gerçekleştirilen Bronx Irmağı Otoyolu'ydu. Dört şeritli, 24 km uzunluğundaki bu otoyolun iki yanında yola girişleri engelleyici park alanları vardı. Yol yalnızca otomobillerin kullanımı için tasarlanmıştı ve doğayı bozmamasına özen gösterilmişti.

1920'lerde İtalyan diktatörü Mussolini İtalya'da üç şeritli yollar yaptırdı. Aynı yıllarda Almanya'da, Adolf Hitler döneminde, otoyollar özellikle orduların hareketini kolaylaştırmak amacıyla yapıldı.

PAN AMERİKAN YOLU

ABD'nin güneyinden başlayan ve bütün Orta Amerika'yı geçerek Panama'ya ulaşan Panamerikan Kara Yolu 1923'te tasarlanmaya başlandı. 5390 km uzunluğundaki kara yolunun yapımı 1930'larda büyük ilerleme gösterdi. 1940'ların başında yolun yüzde altmışı tamamlanmıştı. İkinci Dünya Savaşı'nda duraklayan çalışmalar, savaş sonrasında sürdürüldü. 1980'lere gelindiğinde, yağmur ormanlarından geçen 400 kilometrelik bir bölümü dışında tümüyle tamamlanmıştı.

Yeni yollar, aşırı trafik nedeniyle tıkanan eski yolların yerine yapıldığı gibi, kentlere uğraması

zorunlu olmayan taşıtların kent dışında hız kesmeden gidebilmesini sağlamak için de yapılır.

Yolların tasarı aşamasında trafik yoğunluğu, yolu ne türden araçların kullanacağı ve ortalama hızlarının ne olacağı incelenir. Önce zemin araştırması yapılır. Yolun nerelerden geçeceği, yerleşme yerleri ile tepe, ırmak gibi doğal oluşumlar göz önüne alınarak saptanır.

Mühendisler yoldan geçecek araçların türüne göre en uygun gereçleri seçmek ve yeni yolun öteki yollarla birleşeceği noktaları belirlemek zorundadır. Otoyolları birbirine bağlamak için genellikle "yonca yaprağı kavşaklar" kullanılır. Bunlar bir yoldan öbür yola geçişte trafiğin sürekli akışını sağlayan kavşaklardır. Kavşaklara yaklaşıldığını gösteren ışıklandırma sistemleri de tasarlanır.

Eski çağlardan 15.-16. yüzyıllara kadar, doğu ile batı arasında bir ticaret köprüsü olan Anadolu'nun kara yolu ulaşımında önemli bir yeri vardı. Keşiflerden, özellikle de Ümit Burnu'nun aşılmasından sonra Hindistan ve Çin'e karadan ulaşım eski önemini yitirdi. 19. Yüzyılda Süveyş Kanalı'nın açılmasıyla gelişen deniz ticaret yolları, Anadolu üzerinden kara yoluyla yapılan kervan ticaretinin önemini iyice azalttı.

Osmanlılar'da kara yolu yapımı, askeri amaçlara hizmet etmek üzere tasarlanmıştı. İlk ticaret yolları da ordunun sınırlara hızla ilerlemesini sağlamak üzere yapılmış bu kara yollarını izledi.

Osmanlı İmparatorluğu'nda devletçe bir ulaştırma tasarımı yapılmadı ve kara yollarının gelişmesine yeterince önem verilmedi. 19. Yüzyılda başlayan dünya ticaretine açılma ve batılılaşma siyaseti,

yapım ayrıcalıkları yabancılara verilen liman ve demir yollarının modernleştirilmesiyle sınırlı kaldı ve kara yollarının gelişmesinde önemli bir ilerleme görülmedi. Osmanlılar'dan Cumhuriyet dönemine kalan kara yolu uzunluğu 4450 kilometresi toprak olmak üzere 18335 kilometreydi. Cumhuriyet kurulduktan sonra 1950'ye kadar, daha çok demir yolu ulaşımına ağırlık verildi. Kara yollarının toplam uzunluğu ise, önemli bir bölümü toprak ve ham yol olmak üzere 47080 kilometreye ulaştı.

İkinci Dünya Savaşı'ndan sonra kara yolu yapımına hız verildi. Bunun nedeni, dünyada ulaştırma alanında kara yollarının ağırlık kazanması ve petrolün bol ve ucuz olmasıydı.

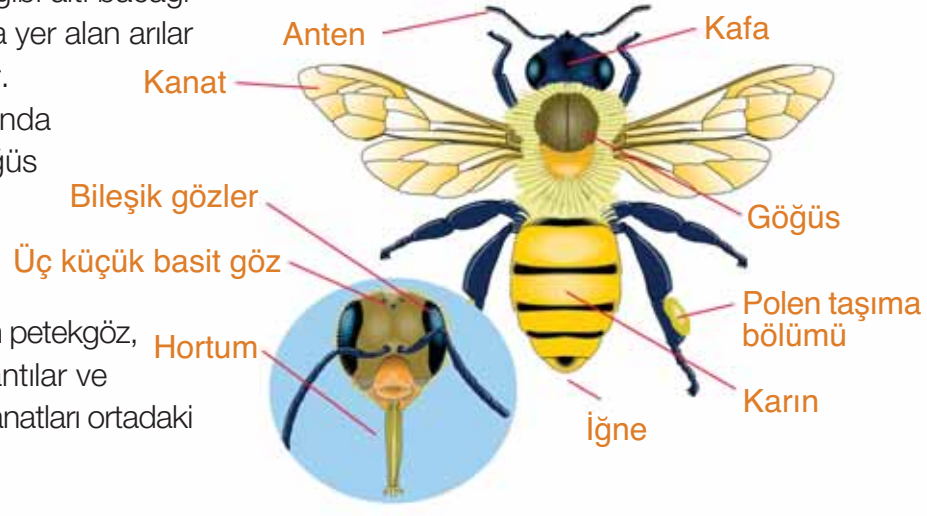
Türkiye'de otoyol yapımı 1972'den sonra başladı. Yapılan ilk otoyollar Boğaziçi Köprüsü ile bağlantılı olarak 1973'te hizmete giren çevre yollarıdır. Daha sonra otoyol yapımı Ankara, İzmir, Bursa, Adana, Gaziantep gibi büyük kentlerin çevresinde de yaygınlaştı. Günümüzde ihtiyaçlar doğrultusunda otoyol ve duble yol yapımları hızla sürdürülmektedir. Yolların kalitesi iyileştirildikçe can ve mal kayıplarına yol açan kazalar azalıyor, insanlar gidecekleri yere daha çabuk ve güvenle ulaşabiliyorlar.

Dünyanın birçok yerindeki ana yollarda çeşitli taşıtların izlemesi gereken yolları belirleyen, kavşaklarda geçiş önceliğini ve banketleri gösteren çizgiler bulunur. Yollardaki trafik işaretlerinin üç değişik işlevi vardır. Düzenleyici işaretler, hız sınırlarını ve geçiş önceliğini gösterir. Uyarı işaretleri, keskin viraj ve dik tepe gibi tehlikeleri haber verir. Bilgilendirme işaretleri ise uzaklıklar, yer adları, turistik yöreler ve başka bilgiler içerir. Her ülkede kullanılan ve genellikle uluslararası alanda da geçerli standard işaretler vardır. Farklı dilleri konuşan insanların anlayabilmeleri için bu işaretlerde, sözcükler yerine simgeler kullanılır.

ARI

Arkadaşlar, arılar belki de en faydalı böceklerdir. Beslenmemizde önemli bir yer tutan bal üretimini gerçekleştirirler. Çiçektozlarını taşıyarak çiçekli bitkilerin çoğalmasına yardımcı olurlar.

Arıların da bütün böcekler gibi altı bacağı vardır. Zarkanatlılar sınıfında yer alan arılar iki çift zarsı kanada sahiptir. Uzunlukları 1 ile 3 cm arasında değişen gövdeleri baş, göğüs ve karın olmak üzere üç bölümden oluşur. Başlarında üç tane basit, iki tane de bileşik göz denilen petekgöz, duyu organı olan ipliksi uzantılar ve ağız bulunur. Bacakları ve kanatları ortadaki göğüs bölümündedir. En arkadaki karın bölümü gövdenin öbür bölümlerinden daha uzundur ve halka biçimindeki bölütlerden oluşur.

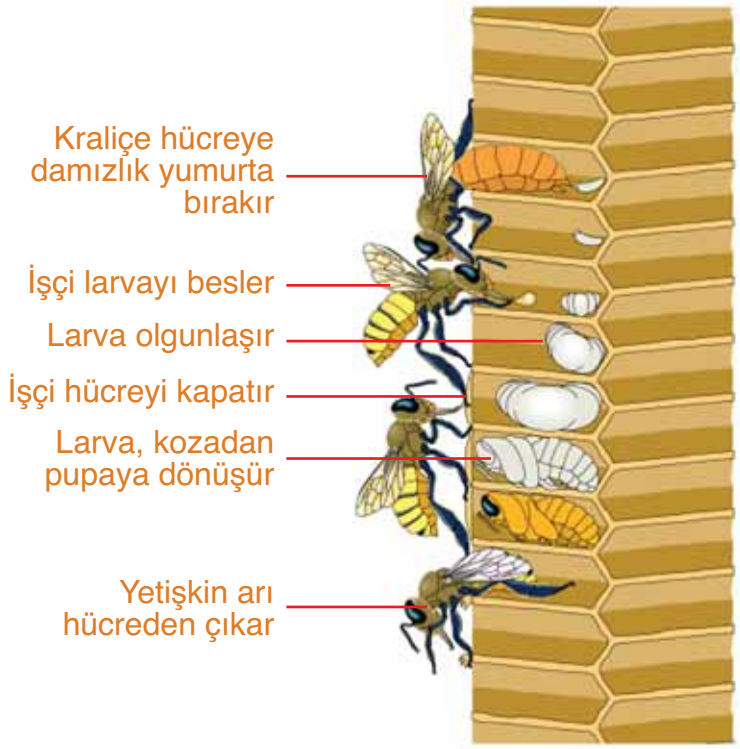


Bir arı erişkin duruma gelinceye kadar dört gelişme evresinden geçer: Yumurta, larva, pupa (krizalit) ve erişkin. Yumurtadan çıkan bir larva bol bol çiçektozu, balözü ve bal yiyerek geliştikten sonra pupa evresine girer. Bu evredeyken biçim değiştirerek kanatlı ve erişkin bir arıya dönüşür.

Arıların gövdesi, özellikle arka bacakları ve karınlarının altı ince tüylerle kaplıdır. Arka bacaklarındaki fırça gibi tüyler temel besinleri olan çiçektozlarını toplamaya yarar. Arılar ile yabanarılarını ayıran başlıca özellik, arılarda bazı gövde tüylerinin çatallanmış olmasıdır. Aslında yabanarıları arılar kadar tüylü değildir. Ama bazı asalak arılar yabanarılarına öylesine benzer ki, bu en yakın akrabalarından ancak göğüslerindeki çatallanmış tüyleriyle ayırt edilebilirler.

Dünyanın her yanında, özellikle çiçeklerin bol olduğu yerlerde yaşayan arıların 12000 kadar türü tanımlanmıştır. Bunların bir bölümü insan için değerli bir besin olan balı üretir; bir bölümü ise başka arıların yuvalarında barınan ya da yumurtalarını bu hazır yuvalara bırakan asalak arılardır.

Aynı ailenin üyeleri olan balarıları ve toprakarıları genellikle bulutlu havalarda çiçektozu toplamaya çıkarlarsa da, arıların çoğu gün ışığını sever. Bu böceklerin çiçeklerden uzakta yaşaması olanaksızdır. Çünkü çiçeklerden topladıkları çiçektozu ve emdikleri balözüyle beslenirler. Balözü emmelerini sağlayan boru biçimindeki dilleri, bazen gövdeleri kadar uzundur. Çiçektozunu yalnız dişiler toplar. Bu iş için başvurdukları yöntem son derece ilginçtir. Toprakarılarının ve balarılarının dişilerinde arka bacakların dış yüzeyi hafifçe çukurlaşarak bir oyuk biçimini almıştır. Bu oyuğa çiçektozu kesesi denir. Dişi arı, gövdesindeki tüylere yapışan çiçektozlarını, arka bacaklarında bulunan ve çiçektozu fırçası denen kıllarla fırçalayarak alttaki çiçektozu kesesine doldurur. Böylece iri ve sımsıkı bir çiçektozu topağı oluşturur. Yaprakkesen arılar ise çiçektozlarını karınlarının alt bölümünde toplarlar.



Arıların en büyük yararı bitkilerin tozlaşmasına yardımcı olmalarıdır. Çiçekler arasında dolaşırken erkek çiçeklerden aldıkları çiçektozlarını dişi çiçeklere taşır ve böylece bitkilerin döllenmesine aracılık ederler. Döllenme sonucunda oluşan meyvenin tohumlarından yeni bitkiler gelişir; bu bitkiler de balözü sağlar.

Arılar çiçeklerden emdikleri balözünü "bal kursağı" denen özel bir kesede hiç sindirmeden biriktirir ve yuvaya döndükten sonra bu kesenin içindeki balözünü ağızlarından çıkarıp ya yavrularını besler ya da bal yapımı için depolarlar.

Yalnızca dişi arıların iğnesi vardır. Savunmasız olan erkek arıların tek işlevi üreme zamanında dişileri döllemektir. Bunun dışında yuva yapmak ya da yavru arılar için besin toplamak gibi herhangi bir görev üstlenmezler.

Arıların çoğu, sanıldığının tersine, toplu yaşama alışkanlığında değildir. Her dişi başka arılardan yardım beklemeksizin ayrı bir yuva kurar ve yavrularının bakımını tek başına üstlenir. Yuva yapmak için toprağın altında tüneller kazar ya da ağaç gövdelerindeki oyukları kullanırlar. Gene de yalnız yaşayan arılardan bazıları yuvalarını birbirinden çok uzağa değil yan yana kurar; hatta bazen ayrı yuvalara açılan tünellerin girişi ortaktır.

Arıların yalnızca birkaç türü, söz gelimi balarıları ve toprakarıları toplu halde yaşar. Koloni denilen arı ailesinde bir anaarı (arıbeyi ya da kraliçe) ile erkek ve işçi arılar vardır. Çoğunluğu oluşturan işçi arılar koloninin günlük işlerini yapan dişilerdir. Toplu yaşayan arılar yalnız yaşayan arılardan farklı olarak balmumu üretebilir. Bal kursağı çeperinden salgılanan balmumu, arının karın bölütlerini oluşturan parçaların arasından incecik pullar halinde çıkar. Arılar, oldukça yüksek sıcaklıklarda bile erimeyen balmumuyla hazırladıkları peteklerde kışın kullanacakları balı ve çiçektozunu biriktirir, yumurta ve larvaları barındırırlar.

Atalarımız balından yararlanmak üzere arı yetiştirmeye binlerce yıl önce başlamış ve bu yararlı böceklerin bir türünü evcilleştirmişler. Balarısının hazırladığı petekler çift yüzlüdür ve her iki yüzünde de yüzlerce göz ya da odacık bulunur. Çok ince balmumundan yapılan petek gözleri düzgün altıgenler şeklindedir. Arıcılar, kovandan kolayca çıkarabilmek için petekleri çıta dedikleri tahta çerçevelerin arasına yerleştirirler.

Balarıları peteklerin içini rasgele değil belli bir düzene göre doldurur. Peteğin tepesinde bir yay oluşturarak iki kenarda yarıya kadar inen gözler bal doldurmak için ayrılmıştır. Bu bal gözlerinin altındaki birkaç sıra petek gözüne çiçektozu topakları yerleştirilir. Peteğin orta ve alt bölümlerindeki gözlere ise anaarı yumurtalarını bırakır. Büyük bir arı kolonisinde 60 bin kadar işçi arı vardır ve bunların hepsi dişidir. Bu işçi

arıların iğnesinin ucu olta iğnesi gibi kıvrıktır. Bu yüzden saplandığı yerde kalır ve bir kez sokan balarısı iğnesini yitirdiği için ölür. İşçi arılardan daha iri yapılı ve kocaman gözlü olan erkek arıların tek görevi, sürü oluşturma zamanında genç anaarıyı döllemektir. Yaz sonunda bu görevini yerine getiren erkek arılar işçi arılar tarafından kovandan atılır ve işçi arıların bakımıyla yaşamaya alışkın oldukları için çok geçmeden açlıktan ölürler. Koloninin bütün yükünü taşıyan işçi arılar yazın sonuna kadar öyle çalışırlar ki ancak altı hafta kadar yaşayabilirler. Ama yaz sonunda yumurtalardan çok sayıda işçi arı çıkar ve bütün kış yaşayan bu işçiler koloninin bakımını üstlenir.

Bir işçi arı erişkin duruma gelip petekteki gözünden dışarı çıktığı anda kovanda onu bekleyen pek çok iş vardır. Üç hafta boyunca petek gözlerinin bakımını ve temizliğini üstlenir. Ardından anaarının bıraktığı yumurtalardan yeni çıkan larvaların beslenmesine yardımcı olur. Daha sonra balmumu üretmeye başlar ve bununla yeni petek gözleri hazırlarlar. Üçüncü haftanın sonunda ilk kez kovandan dışarı çıkarak çiçektozu ve balözü toplamaya yollanır. Ama kovandaki işlerini de aksatmaması gerekir.

İşçi arı balözü toplayabileceği bir yer bulduğunda taşıyabileceği kadar balözünü bal kursağına doldurur ve kovana döndüğünde öbür işçilere kaynağın yerini bildirir. Bu iş için iki ayrı dans geliştirmişlerdir.

Toprakarıları yeryüzünün özellikle soğuk bölgelerinde yaşarlar. Bu arıların genç anaarısı kışı toprakaltında uyuyarak geçirir. Bahar geldiğinde yuvasından çıkar ve kolonisini kuracağı bir yer aramaya başlar. Anaarı yuvada balmumundan bir göz hazırlar ve içine altı ya da yedi tane yumurta bırakır. Ayrıca ürettiği balları biriktirmek için gene balmumundan genişçe bir kap yapar. Yumurtadan çıkan larvaların çok fazla beslenmesi gerektiğinden, anaarı bütün gün yavruları için balözü ve çiçektozu toplar.

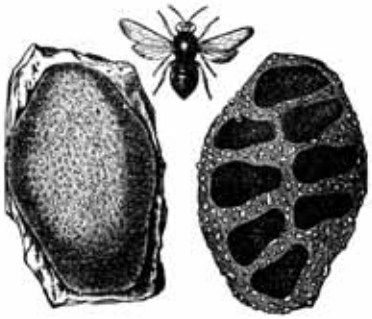
Toprakarısı, yaşam çevrimini bir yılda tamamlar ve baharda yeni kuşaklar için yeni bir çevrim başlar. Ama tropik bölgelerdeki toprakarısı kolonileri balarıları gibi oğul vererek bir yıldan uzun yaşayabilirler.

Balarıları gibi toprakarılarının da soktuğu zaman ağrı veren bir iğnesi vardır. Ama tropik bölgelerdeki toprakarılarının bir bölümü iğnesizdir. Bu arılar kendilerini korumak için sürü halinde saldırır, yapışkan ve acı bir sıvı bulaştırırlar.

Yeryüzünün hemen heryerine dağılmış olan arı türlerinin büyük bölümü topluluk oluşturmadan, ayrı yuvalarda yaşar. Bu grubun en tanınmış örneği madenci arılardır. Dişileri yeraltında 20 cm derine inen yuvalar kazdıkları için bu arılara madenci arı denmiştir. Dişi arının genellikle seyrek otlar arasındaki çıplak bir alanda kazdığı bu yuva, kenarındaki küçük toprak tepeciğiyle hemen dikkati çeker. Kazılan tünelin sonunda hepsi ayrı bir yöne giden yan tüneller bulunur. Bu tüneller, bir arının yumurtadan çıkıp kanatlı bir erişkine dönüşmesine yetecek genişlikte odacıklardır. Dişi arı bu odacıklardan her birine bal ve çiçektozundan hazırladığı bir

“arı ekmeği” ile bir yumurta bırakır, sonra yuvanın girişini toprakla kapatır. Yumurtadan çıkan larvalar bu yiyeceklerle beslenip gelişerek pupa evresine girer ve baharda kanatlı bir arı olarak dışarı çıkar. Madenci arıların da yaşam çevrimi bir yıllıktır.

Yalnız yaşayan arıların çoğunun yuvası toprak altında, bazılarınınki de ağaç oyuklarındadır. Bir bölümü de başka canlıların açtığı oyuklarda yuvalanır. Bu grubun en yaygın örneği olan yaprakkesen arıların dişisi, yaşlı ağaç kütüklerinin çürümüş odununu oyar. Daha sonra, keskin çeneleriyle kopardığı yaprak parçalarıyla bu oyuğun içinde odacıklar yapar. Dişi arı bu odacıklara yumurtlar ve yumurtadan çıkan larvaların beslenmesi için yanlarına bal ve çiçektozundan hazırladığı bir yiyecek topağı bırakır. Çiçektozlarını karınlarının altında toplayan yaprakkesen arıların bazı türleri, yalnızca boş salyangoz kabuklarını yuva olarak kullanırlar.



Ilıman iklimlerde yaşayan duvarcı arıların yuvası çimentodan yapılmış gibi çok sağlamdır. Bu arıların dişisi korunaklı bir yerde, genellikle kayaların ya da saçakların altında yarım portakal büyüklüğünde bir yuva hazırlar. Bir duvarcı ustasının elinden çıkmışçasına sağlam olan bu yuvanın içi çok sayıda odacığa bölünmüştür. Bütün yalnız yaşayan arılar gibi bu arıların dişisi de yumurtlamadan önce yuvasına bal ve çiçektozu depolar.

Yabanarıları gibi gözalıcı renklerle bezenmiş olan guguk arıları, guguk kuşlarından esinlenerek böyle adlandırılmıştır. Çünkü yumurtalarını başka kuşların yuvalarına bırakarak yavrularının sorumluluğundan kaçan guguk kuşları gibi bu arılar da “yuva asalağı”dır. Dünyanın hemen her yerinde görülen guguk arılarının dişisi, yalnız yaşayan arıların yuvaları üzerinde yavaş yavaş uçarak yumurtalarını bırakabileceği bir yer arar. Uygun bir yuva bulduğunda hızla içeri süzülür ve arının kendi larvaları için topladığı yiyeceklerin üstüne bir yumurta bırakır. Guguk arısının larvası hızla gelişir ve yuvadaki yiyeceklerle yetinmeyip, yuva sahibinin larvalarını da yer.

Bal ve balmumu gibi değerli ürünler veren arılar binlerce yıldır insan eliyle özel kovanlarda yetiştiriliyor. Ama arıların bal ya da balmumu üretmekten çok daha önemli bir işlevi vardır ve yeryüzünde arıcılığa verilen önem asıl bundan kaynaklanır. Gerçekten de arılar olmasaydı birçok bitki döllenemeyeceği için yeryüzünden silinirdi. Bitkilerin üreyebilmesi, çiçek tozlarını taşıyan böceklerin varlığına bağlıdır. Tozlaşma denen bu süreçte en büyük görev de çiçekten çiçeğe dolaşan arılara düşer. Bu nedenle, tarım bitkilerinin tozlaşmasına yardımcı olarak insanın, yabani bitkilerde tozlaşmayı sağlayarak da hayvanların temel besin kaynaklarının tükenmesini önleyen arıların varlığı büyük önem taşır.

3

10 adet sandalyeyi, kare şeklindeki bir odanın her duvarında eşit sayıda sandalye olacak şekilde yerleştirebilir misiniz?

4

Bahçedeki 7 keçinin lahanalara ulaşmasını sadece üç düz çizgi çizerek engelleyebilir misiniz?

Meslek

Ekmeğini taştan çıkaranlar

Taş Ustaları

Taş ustalığı çok eski tarihlerden beri Anadolu'da süregelen bir meslektir. Daha ilk çağlarda coğrafyamızda taş ustası yetiştiren okullar kurulmuştu. Bu okullarda yetişen ustaların Akdeniz çevresindeki hemen heryerde eserleri vardır. Binlerce yıldır ayakta kalan taş yapılar ve heykellere ülkemizin heryerinde rastlamak mümkün. Türklerin Anadolu'ya yerleşmeleri ile birlikte taş işçiliği ayrı bir boyut kazanmıştır. Doğu Anadolu'da ilklerine rastlanan mezar taşları ve türbeler en eski örneklerdir.

Eski çağlarda kullanılmış bir taş ocağı

Bitlis Ahlat'ta Ahlat taşından yapılmış Emir Bayındır Kümbeti

Anadolu'da kentler ve kaleler kuran atalarımız, kalıcı ve dayanıklı yapıların inşaası için taşı seçtiler. Özellikle Anadolu Selçukluları döneminde bir çok taş yapı inşaa edildi. Bunlardan biriside 1228 yılında yapılan ve Dünya Miras Listesi'nde yer alan

Sivas Divriği Ulu Camii

Sivas Divriği Ulu Camii'dir. Osmanlılar hakim oldukları bölgelerde kervansaray, cami, han, hamam, çeşme, köprü ve medreseler yaptılar.

Cumhuriyetimizin ilk yıllarına damgasını vuran önemli yapıların hepsinde taş kullanılmıştır.

Taş ustalığı ve yontuculuk yakın tarihlere kadar önemli bir meslekti. Bu meslek de diğer el sanatları gibi ustadan çırağa, babadan oğula aktarılarak çağlar boyunca yaşatılmıştır. Betonun icadı ve hızlı kentleşme taşa ilgiyi azaltınca taş ustaları da birer birer kayboldu. Günümüzde sadece bazı özel yapılarda, mezar ve süslemelerde kullanılır hale geldi.

Taş, mimaride duvar, zemin, taşıyıcı, sütun ve süsleme yapımında kullanılır. Ayrıca süs eşyası ve takı yapımında da kullanılır. Ülkemizde süs eşyası yapımında yaygın olarak kullanılan taşlar; lületaşı, oltu taşı ve obsidyendir. Yeraltından çıkarıldığında beyaz ve çok yumuşak olan lületaşı kolaylıkla işlenebilir. Eskişehir'de çıkarılır ve işlenir. Aslında bir çeşit kömür olan oltu taşı, ocaklar açılarak yeraltından çıkarılır. Volkanik bir taş olan obsidyen genellikle yüzeyden toplanır.

Yapılarda kullanılan taş çeşitleri bölgenin jeolojik yapısına göre yöresel olarak farklılıklar gösterir. Güneydoğu'da yaygın olarak kefeke de denilen havara taşı kullanılır. Bu taş, toprak altında nemini koruduğu için yumuşaktır ve kolaylıkla işlenebilir. Isı ve havayla karşılaştığında hızla kurur ve sertleşir.

Karadeniz ve Batı Anadolu'nun bazı bölgelerinde yapılarda kayrak taşı kullanılmıştır. Kayrak taşı, kimi yerlerde kiremit yerine çatı kaplaması olarak da uygulanmıştır.

Ankara çevresinde bolca bulunan pembemsi renkli andezit ve Konya'nın Sille taşı da kolay işlenebilir oldukları için yaygın olarak kullanılmıştır. Birinci ve İkinci TBMM binaları andezit taşından yapılmıştır. Ahlat taşı ve Anadolu'da kara taş denilen yapı

taşları ise volkaniktir. Bu taşlar sert oldukları için işlenmesi çok zordur.

Taş işçiliğinin en güzel örneklerini göreceğimiz Mardin'de genellikle yöreye özgü kalker taşı kullanılmıştır. Ocaktan çıkarıldığında yumuşak olan bu taş kolaylıkla işlenir ve zamanla sarımtırak bir renk alarak sertleşir.

Birinci TBMM Binası-Ankara

Çok değerli ve dayanıklı bir taş cinsi olan mermerin birçok çeşidi, yurdumuzda çıkarılmakta ve işlenmektedir. Mermer sert olduğu için hem çıkarılması hem de işlenmesi çok zordur. Bu yüzden diğer taşlara göre maliyeti de hayli yüksektir. Günümüzde mermer ustaları kent mezarlıkları çevresinde yoğunlaşmıştır. Mermer daha çok mezar, kaplama, döşeme, lavabo, mutfak tezgahı ve süs eşyası yapımında kullanılıyor.

Anıtkabir'in ve TBMM binasının yapımında ağırlıklı olarak bir çeşit gözenekli mermer olan traverten kullanılmıştır.

Taş duvar yapımı

Karşılıklı iki sıra halinde dizilen taşların arasına topraktan yapılan sulu harç dökülür.

Horasan Harcı

Tarihi eserlerde taşın aralarına "horasan" denilen harç yapılırmış. Toprak elenir, kavrularak yakılır. Kireç ve yumurtanın akı da ilave edilerek oluşturulan harç, taşın koltuğunun yapıştırıldığı yere konur.

Horasan harcı kullanılarak yapılan evler tarihi eser sınıfına girmektedir. Bu harç günümüzde de kullanılmaktadır.

Bu harç duvarı sağlamlaştırır. Her tarafı tarakla düzeltilen taşın, özellikle arka tarafları harcı tutması için girintili çıkıntılı hale getirilir. İçten ve dıştan iki sıra taşla döndükten sonra, ortada yaklaşık 40 cm. Boş bırakılan alan çamur harçla doldurulmaktadır. Cıvık kireç taşların bütün deliklerini doldurur. Eskiden duvarların kalınlığı 80-90 cm. iken

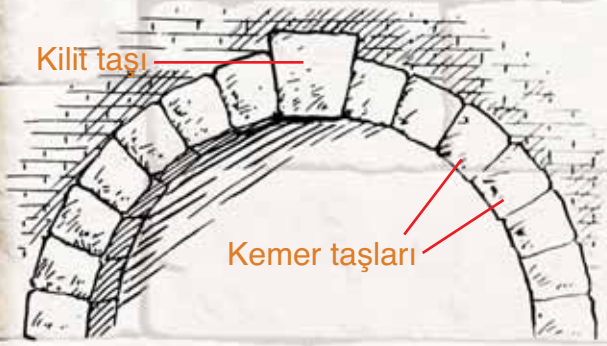
Anıtkabir-Ankara

günümüzde taşlar çift sıra olarak örülmektedir. Bir taş 20 cm. olursa, diğeri de 20 cm.dir. Çift taş 40 cm.dir. Ortada kalan boşluk moloz taşla, taşların ara boşlukları ise harçla doldurulur.

Hem soğuğa karşı korunaklı, hem de binanın sağlam olması için evler bu teknikle yapılmaktadır.

Taş binalarda ustalık isteyen en zor bölümler, pencere ve kapı üstlerinde yer alan taş kemerlerdir.

Mostar Köprüsü, Bosna-Hersek



Ancak en büyük kemerler köprülerde yer alır. Bu köprüler, büyük taşların birbirini sıkıştırmasından oluşan kemerler üzerine kurulur ve kemerin ortasında yer alan kilit taşı yapıyı bir arada tutar.

Taş duvarlar, özel olarak üretilen kesme taş ya da doğadan toplanan taş ile örülür. Anadolu'da evler ve bahçe duvarları genel olarak toplama taş ile yapılır.

Taş yontucuları; Gönye, levye demiri, tarak, külünk, balyoz, çekiç, kalem (farklı boyutlarda kaleme benzeyen büyük çivi) ve keski gibi aletleri kullanırlar. Tarak demirci ustaları tarafından taş yontucuları için özel olarak yapılır. 2 ya da 3 milimetre derinliğindeki tarağa benzeyen aşındırıcı ağızları çeliktendir. Külünk ise uçları her iki yöne doğru incelen bir çeşit kazmadır.

Taş ustası, önce kullanacağı taşı çıkartacağı ocağı belirler. Taşı ocağından çıkartmak çok emek isteyen, zor bir iştir. Günümüzde

makineli testerelerin ve iş makinelerinin kullanıldığı ocaklarda eskiden tamamen el emeği ile taş çıkartılırdı.

Kullanılacak blokların ana kayadan kopartılması ocağın yapısına göre değişse de taş ocaklarının çalışma teknikleri aynıdır.

Taşın doğal yapısında bulunan damarlar düzgün bloklar elde etmeye elverişliyse, bu damarlar çatlatılarak gerekli taş ana gövdeden ayırılır.

Taşı koparmak için kullanılan yöntemlerden birisi ısı şokudur. Önce alınacak olan bölge belirlenir ve sınırları ısıtılır. Yeteri kadar ısıtılan bloğun üzerine soğuk su dökülerek ısıtılan hat boyunca çatlaklar oluşturulur. Bu çatlaklar genişletilerek istenilen bölüm koparılır.

Başka bir yöntem de ise ince uçlu kalemle olabildiğince derin bir yarık açılır. Zayıflamış olan bölgeden, balyoz ya da külünk ile şok etkisi yaratacak bir kuvvet uygulandığında blok çatlar ve parçalanır.

Eskiden beri en yaygın kullanılan teknik ise kamalamadır. Ana kayadan alınacak bölüm "V" şeklinde oyuklar açılarak belirlenir. Bu oyuklara taşın cinsine göre kamalar atılarak, taş ana kayadan kopartılır. Yumuşak taşlar için ahşap, sert taşlar için ise metal kama kullanılır.

Taşıma olanakları sınırlı olduğu için, eskiden taş ocaklarda işlenir, hayvanlara yüklenerek kullanılacağı yere taşınırdı. Taşa son şekli, ustalar tarafından kullanılacağı yerde verilirdi. Günümüzde ise ocaklardan büyük bloklar halinde çıkartılan taş, kentlere yakın atölyelere taşınıp işleniyor ve kullanıma hazır olarak inşaatlara gönderiliyor.

Eski taş ustaları, ocaklardan gelen taşı inşaat alanında işlerlerdi. Taşı gerekli aletler yardımıyla kullanacağı yere uygun olarak keser, işler, süslemesini yapar ve yerine koyardı.

Taşlar önce külünk ile düzeltilir. Sonra tarak ile yontularak istenilen şekil verilir. Üzerine süsleme ya da yazı işlenecek olan taşa önce istenen şekil çizilir. Sonra taşçı kalemleri ve çekiçle şekil yontulur. Yerine konulan taşta yapım aşamasında meydana gelen hatalar varsa özel bir harç ile tamir edilir.

Günümüzde hâlâ bazı yörelerimizde taş işçiliği yapılmaktadır. Az sayıda taş ustası, teknolojinin getirdiği olanakları da kullanarak şaheserler yaratmaya devam ediyor. Özellikle ikinci konut ya da yazlık villaların yapımında yöresel taşlar kullanılıyor. Bunun yanında gün geçtikçe artan restorasyon çalışmaları da taş ustalarını aranır hâle getirdi. Artan ihtiyaç doğrultusunda birçok okulumuzda taş ustalığı bölümleri açıldı.

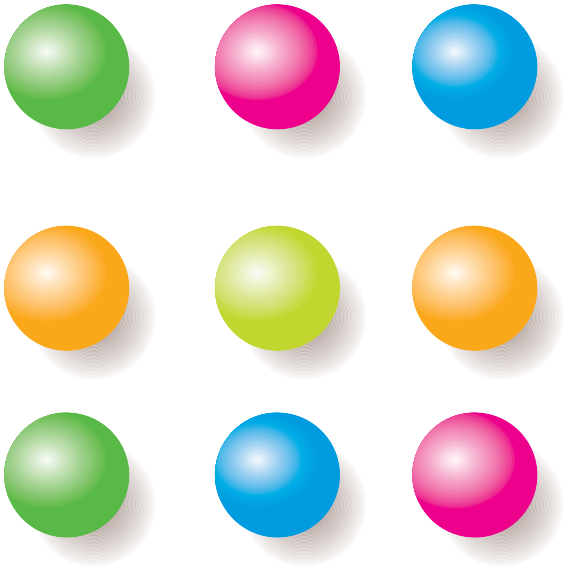
5

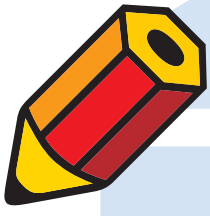
Listedeki hayvan isimlerini aşağıdaki tabloda bulup işaretleyebilir misiniz?

I	A	C	P	X	M	T	S	C	X	G	E	T	D	U	U	S	A	R	P	Q	C	Z	Z
N	U	T	P	O	K	F	M	N	L	B	X	T	A	V	Ş	A	N	G	X	X	A	K	H
E	K	W	İ	T	K	K	L	P	G	G	X	E	T	C	K	M	Q	X	G	J	T	Ö	N
B	C	O	E	Z	Z	R	U	E	J	U	F	İ	E	S	X	U	E	V	Q	H	W	P	E
U	W	E	Y	X	K	T	L	C	N	C	F	S	Y	J	G	R	L	V	R	R	Q	E	Y
C	G	Z	N	U	J	İ	G	M	U	C	G	I	O	C	Q	Z	Z	M	K	J	V	K	P
L	Q	E	H	H	N	E	F	Y	U	H	R	R	O	K	F	W	P	V	A	A	O	E	N
M	U	W	J	C	E	B	S	P	O	L	İ	T	N	A	A	W	K	E	R	N	L	Z	B
T	E	R	İ	L	F	Y	M	H	K	N	J	L	L	Z	K	O	E	P	A	F	L	L	E
S	K	K	I	S	P	Z	W	F	G	A	O	A	Z	B	L	O	N	M	K	L	E	I	P
J	J	N	X	N	O	Y	R	A	K	S	A	N	L	L	L	X	İ	X	U	X	N	F	Q
P	U	S	M	S	N	İ	D	E	K	I	B	V	İ	R	U	Ö	S	T	L	K	L	B	U
P	I	U	B	U	M	E	D	K	L	K	T	D	İ	W	G	A	F	A	A	D	E	K	V
Y	D	N	H	A	Y	Q	O	Z	U	B	A	C	H	Y	A	D	M	L	K	M	W	Y	I
N	P	U	I	I	L	P	D	O	Y	M	N	K	E	Ç	İ	A	N	P	W	H	Z	T	T
E	E	Y	T	K	Y	İ	O	K	R	İ	J	E	L	Y	P	I	F	A	M	L	K	I	B
H	E	R	D	A	J	N	N	A	S	R	A	P	I	M	F	B	S	K	V	L	F	V	D
A	V	U	E	V	B	B	I	A	O	E	X	C	E	L	E	I	Y	A	Z	O	B	C	T
A	v	E	C	V	Y	H	I	W	E	I	S	Ş	F	U	P	V	V	X	G	T	E	V	I
G	Q	Q	K	I	U	J	M	B	G	K	M	S	P	M	C	V	H	I	X	L	V	B	I

TAVŞAN
SAMUR
KÖPEK
KARAKULAK
LAMA
ALPAKA
BOZAYI
PARS
SİNEK
ARMADİLLO
KEÇİ
ANTİLOP
SIRTLAN
KEDİ
BALİNA
YUNUS
GELİNCİK
KOYUN

6





Kare şeklinde dizilmiş 9 topu, kaleminizi hiç kaldırmadan dört düz çizgiyle birleştirebilir misiniz?

Verem Savaş Eğitimi Haftası

Ocak Ayının İlk Haftası

Verem hastalığı gerekli önlemler alınmadığı ve tedavi edilmediğinde oldukça tehlikeli sonuçları olabilen bir hastalıktır.

Sevgili arkadaşlar, veremden korunma yollarını yeniden hatırlayalım.

BCG adı verilen verem aşısını zamanında yaptıralım. İyi beslenip sütü kaynatarak içelim. Spor yaparak vücudumuzun direncini artıralım, temizliğe önem verelim. Verem bulaşıcı bir hastalıktır. Bu nedenle verem hastalığına yakalanan kişilerle yakın temasta bulunmayalım. Onların eşyalarını kullanmayalım. Uykumuza dikkat edelim, terliyken su içmeyelim, soğuk havalarda kalın giyinelim. İçki ve sigara, verem mikrobunun en iyi arkadaşlarıdır. Bunlardan kaçınalım.

Enerji Tasarrufu Haftası

Ocak Ayının İkinci Haftası

Günlük yaşantımızda enerji kullanımı çok önemlidir. Bilinçsizce kullanımı, hem şimdiki hem de gelecek nesillerin hayatını olumsuz yönde etkileyecektir. Enerjinin bilinçli ve gereği kadar tüketilmesi, aile bütçemize olduğu kadar ülke ekonomisine de önemli faydalar sağlar.
İzlemediğimiz zaman televizyonu ve radyoyu kapatalım. Evimizde boşa yanan lambaları kapatmayı unutmayalım. Enerji tasarruflu cihazlar kullanalım. Pencere yalıtımlarına daha çok özen gösterelim. Enerji tasarrufu konusunda öğrendiklerimizi, dinlediklerimizi ömür boyu uygulayalım.

Sivil Savunma Günü 28 Şubat

Sivil savunma, düşman taarruzlarında, tabii afetlerde ve büyük yangınlarda halkın can ve mal kaybının asgariye indirilmesi için yapılan savunma çalışmalarına sivil halkın katılmasıdır. Her türlü silahsız koruyucu ve kurtarıcı tedbirlerin alınması ve yapılması gereken faaliyetler hakkında 28 Şubat Sivil Savunma Gününde kamuoyu bilgilendirilir.

Yeşilay Haftası

Mart Ayının İlk Haftası

İçki, sigara, uyuşturucu madde alışkanlıklarıyla savaşmak, bunların kötülüklerini insanlara anlatmak, bu konuyla ilgili yayınlar yapmak amacıyla 1920 yılında Yeşilay Derneği kurulmuştur. İçki, sigara, uyuşturucu gibi maddeler sağlığımızı bozan, vücudumuza zarar veren ve bağımlılık yapan maddelerdir. Hepinizin bu tür maddelerden uzak durduğunu zaten biliyoruz arkadaşlar.

Spor yapmak, arkadaşlarımızı iyi seçmek, hoşumuza giden etkinliklerle uğraşmak, sosyal çalışmalara katılmak, hobiler geliştirmek, bu tür zararlı alışkanlıklardan uzak durmamızı sağlayacaktır.

Deprem Haftası 1-7 Mart

Deprem, can ve mal kaybına sebep olan doğal afetlerden biridir. Yer kabuğunun çatlaması sonucu meydana gelir. Yurdumuz da deprem kuşağı üzerinde bulunmaktadır. Geçmişte çok büyük depremler yaşanan ülkemizde gelecekte de çeşitli şiddette depremler yaşanabileceği, bilim adamları tarafından belirtilmektedir. Depremin yol açtığı can ve mal kayıpları ve benzeri diğer acı sonuçlarından korunmak veya en aza indirmek, insanların bilinçli ve eğitimli olmasına bağlıdır. Deprem kuşağında yaşayan bütün insanlar depremle ilgili bilgilendirilmeli, yaşamlarını ona göre düzenlemelidirler. Bu amaçla Deprem Haftasında deprem anlatılır, insanları bilinçlendirme çalışmaları yapılır.

Dünya Kadınlar Günü 8 Mart

1910 yılında Dünya Kadınlar Kongresinde alınan kararla 8 Mart günü Dünya Kadınlar Günü olarak kabul edilmiştir. Bu önemli günde kadının toplumdaki yeri, kadının yaşadığı zorluklar üzerinde durulur. Çözüm önerileri ve çalışmaları da gündeme getirilir.

İstiklâl Marşı'nın Kabulü 12 Mart

Bir milletin bağımsızlık sembollerinden biri de milli marşıdır. Tarih sayfasına eşsiz bir Kurtuluş Savaşı ile adını yazdıran Türk Milleti'nin kazandığı zaferden sonra bir milli marşa ihtiyacı vardı. Dönemin Milli Eğitim Bakanı bir yarışma düzenledi. Yarışmaya 724 şiir

katıldı. Elemeler sonucu 6 şiir kaldı. O zaman Burdur Milletvekili olan Mehmet Akif'in para ödülünden rahatsızlık duyduğu için yarışmaya katılmadığı öğrenildi. Dönemin Milli Eğitim Bakanı Hamdullah Suphi, böyle bir marşın ancak şair Mehmet Akif tarafından yazılabileceğine inandı ve şaire bir mektup yazdı. Mehmet Akif para ödülünün kaldırıldığını öğrenince 48 saatte bir şiir yazdı. İşte bu şiir bugünkü milli marşımız olan İstiklâl Marşı idi. Mecliste okunduğunda dakikalarca ayakta alkışlandı. Böylece 12 Mart 1921 günü büyük çoğunlukla TBMM tarafından İstiklâl Marşı, milli marşımız olarak kabul edildi.

Şiirin bestelenmesi için açılan ikinci yarışmayı Ali Rıfat Çağatay'ın bestesi kazandı. İlk iki dörtlük bu beste eşliğinde İstiklâl Marşı olarak söylenmektedir.

Bilim ve Teknoloji Haftası

8-14 Mart

Evrende meydana gelen olayların bir bölümünü konu olarak seçen ve bu olayları deneysel yöntemlerle açıklayan, gerçekliğe dayanan yasalar çıkaran düzenli bilgilerle uğraşma işine bilim denir. Bilimin konusu, insan ve çevresindeki her türlü olaylardır. İnsan bu olayları anlamak ve kendi yararına çevirmek için bitip tükenmek bilmeyen bir çaba içerisindedir. Bilimsel bilgilerin kullanılmasıyla teknoloji ortaya çıkmıştır. İnsanlığın gelişmesi ve ilerlemesi için teknolojinin önemi çok büyüktür. Teknolojinin insanlığa çok büyük faydası olduğu kadar doğru kullanılmadığında zararını da göz ardı etmemek gerekir.

Tıp Bayramı 14 Mart

14 Mart 1827 tarihinde topraklarımızdaki ilk modern tıp okulu "Tıbhane-i Amire ve Cerrahhane-i Amire" kuruldu. Okul aynı zamanda sağlık eğitimi ve kurumlaşmasında atılan ilk adımlardan birisidir. Bu okulun açılış günü olan 14 Mart "Tıp Bayramı" olarak kutlanmaktadır.

Her 14 Mart'ta yeniden ülkemizde yaşanan sağlık sorunlarına dikkat çekilir ve çözüm yolları aranır.

Tüketiciyi Koruma Haftası 15-21 Mart

Yaşamımızı sürdürebilmek için bir takım mal ve hizmetlere ihtiyaç duyarız. Biz bu mal ve hizmetleri satın alırken bir bedel öderiz. Ancak bazen ödediğimiz bedelin karşılığını istediğimiz gibi alamayız. Tüketici olarak yaptığımız alışverişlerden memnun kalmadığımızda haklarımız olduğunu, ne yapacağımızı, nereye başvuracağımızı bilmemiz gerekir. 15 Mart 1962 yılında Amerika Başkanı John F. Kennedy, yaptığı bir konuşmada tüketicilerin ekonomik anlamda yerinin önemli olduğundan bahsederek tüketici haklarından ve örgütlenmeleri gerektiğinden söz etti. Tüketicilerle ilgili hareketlenme Amerika'da başlayıp zamanla Avrupa'ya da yayıldı. Ülkemizde de birçok kurum bu konuda çalışmalar yapmaktadır. Bu kurumlardan biri de TSE'dir.

Yaşlılara Saygı Haftası

18-24 Mart

Gelenek ve göreneklerimizin en önemlilerinden biri olan yaşlılara saygı, toplumun temel taşlarından biridir. 18-24 Mart Yaşlılara Saygı Haftasında, yaşlı bireylerin toplumdan soyutlanmasını önlemek, yaşama bağlılıklarını artırmak, kültür ve değerlerimize daha sıkı tutunmayı sağlamak amacı ile birçok faaliyet gerçekleştirilir. Unutmayalım, yaşlılara saygı, tüm insanlar için minnet borcudur.

Meteoroloji Günü 23 Mart

Atmosfer olaylarını inceleyen bilim dalına meteoroloji denir. Meteoroloji, Atmosferde meydana gelen yağmur, kar, dolu, şimşek ve yıldırım olaylarını inceler. Hava olaylarını inceleyip hava tahminlerinde bulunur. Bu bilimle uğraşan bilim adamlarına meteorolog denir.

Hava olaylarını önceden bilmek, insan hayatını kolaylaştıran bir unsurdur.

Günümüzde meteoroloji biliminin ve teknolojinin sayesinde haftalık hava tahminleri alınabilmekte ve tahmin sonuçları da çok yüksek oranda doğru çıkmaktadır.

Dünya Su Günü 22 Mart

Su, bireylerin ve ulusların devamlılığı için yaşamsal bir kaynaktır. Ancak, dünya nüfusunun artması, küresel ısınmaya bağlı iklim değişiklikleri, suyun yeryüzündeki dağılımı ve kullanım şekli, su ile ilgili ciddi sorunların ortaya çıkmasına yol açmaktadır. Son 10 yılda kısıtlı su kaynağı üzerindeki küresel su talebi 6-7 kat artmıştır; bu oran dünya nüfus artış oranının iki katından fazladır. Dünya genelinde 2.4 milyar insan yetersiz ve kalitesiz su nedeniyle sağlıksız koşullarda yaşamaktadır. Bu olumsuz tablo karşısında uluslararası kuruluşlar, su kaynaklarının daha etkin bir biçimde kullanılması ve yönetilmesinin gerekliliğine dikkat çekmektedir. Birleşmiş Milletler (BM) Genel Kurulu tarafından, 1992 yılında Rio de Janerio'da düzenlenen BM Kalkınma Konferansı'nda dünyada suyun giderek artan öneminden dolayı her yıl 22 Mart gününün "Dünya Su Günü" olarak kutlanmasına karar verildi.

Dünya Tiyatrolar Günü 27 Mart

Uluslararası Tiyatro Enstitüsü, 1948 yılında kuruldu. Bu Enstitüsü 1961 yılında aldığı bir kararla 27 Mart gününü Dünya Tiyatrolar Günü olarak kabul etti.

İlk çağlardan beri insanlar tiyatro yapmışlardır. Ülkemizde orta oyunu meddahlık, köy seyirlik oyunları gibi çeşitli oyunlarla tiyatro karşımıza çıkar. Tiyatro, bizlere insan hayatından kesitler sunar. İzleyenler tiyatro oyununda kendinden birşeyler bulur. İnsana dair, hayatın parçalarından örnekler veren tiyatroda müzik, dans da yer alır.

Orman Haftası ve Ağaç Bayramı 21-26 Mart

Ormanlar, doğanın ayrılmaz bir parçası. Adeta yeryüzünün süsü diyebileceğimiz, sayılamayacak kadar yararı olan ağaçlar ve ormanlar, aynı zamanda başka canlılara da barınaktır.

Ne yazık ki her yıl değişik nedenlerle birçok orman yok olmakta veya yok edilmektedir. Bunun sonucu olarak doğal denge bozulmakta, pek çok olumsuz sonuçlar doğmaktadır. İklimlerin değişmesi, toprak kaymaları, erozyon, sel gibi felaketlerin oluşmasında orman kayıplarının önemli payı vardır.

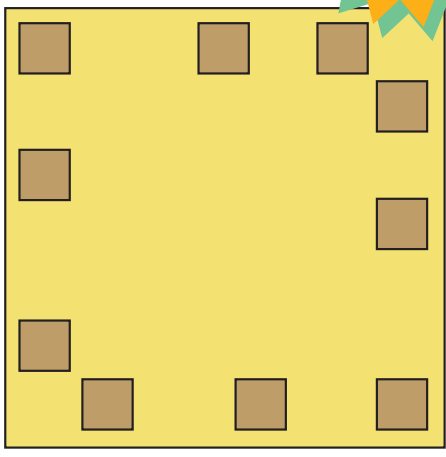
Ormanları korumak, çevrenin ağaçlandırılması, her bilinçli vatandaşın görevidir. Unutulmamalıdır ki, bir orman kolay meydana gelmiyor. Bugün dikilen her ağaç, gelecek için bir yatırımdır.

bilmece bulmaca çözümleri

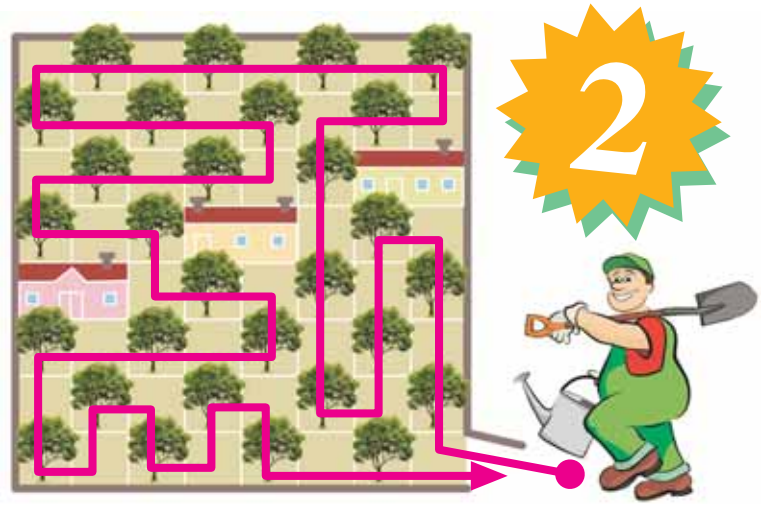
1

Dört kıza birer elma verilir. Kalan son elma da sepetle birlikte beşinci kıza verilir.

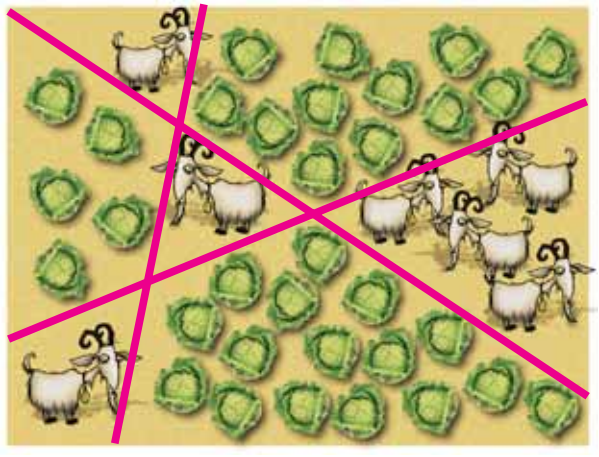
3



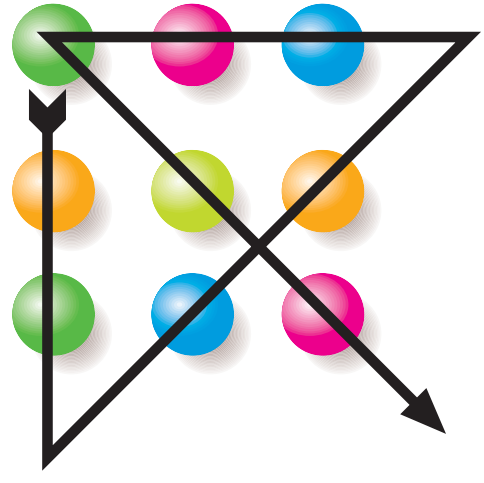
2



4



5

A	C	P	X	M	T	S	C	X	G	E	T	D	U	U	S	A	R	P	Q	C	Z	Z
U	T	P	O	K	F	M	N	L	B	X	T	A	V	Ş	A	N	G	X	X	A	K	H
E	K	W	İ	T	K	K	L	P	G	G	X	E	T	C	K	M	Q	X	G	J	T	Ö	N
C	O	E	Z	Z	R	U	E	J	U	F	İ	E	S	X	U	E	V	Q	H	W	P	E
U	W	E	Y	X	K	T	L	C	N	C	F	S	Y	J	G	R	L	V	R	R	Q	E	Y
C	G	Z	N	U	J	İ	G	M	U	C	G	I	O	C	Q	Z	Z	M	K	J	V	K	P
L	Q	E	H	H	N	E	F	Y	U	H	R	R	O	K	F	W	P	V	A	A	O	E	N
M	U	W	J	C	E	B	S	P	O	L	İ	T	N	A	A	W	K	E	R	N	L	Z	B
T	E	R	İ	L	F	Y	M	H	K	N	J	L	L	Z	K	O	E	P	A	F	L	L	E
S	K	K	I	S	P	Z	W	F	G	A	O	A	Z	B	L	O	N	M	K	L	E	I	P
J	J	N	X	N	O	Y	R	A	K	S	A	N	L	L	L	X	İ	X	U	X	N	F	Q
P	U	S	M	S	N	I	D	E	K	I	B	V	I	R	U	Ö	S	T	L	K	L	B	U
P	I	U	B	U	M	E	D	K	L	K	T	D	I	W	G	A	F	A	A	D	E	K	V
Y	D	N	H	A	Y	Q	O	Z	U	B	A	C	H	Y	A	D	M	L	K	M	W	Y	I
N	P	U	I	I	L	P	D	O	Y	M	N	K	E	Ç	I	A	N	P	W	H	Z	T	T
E	E	Y	T	K	Y	İ	O	K	R	I	J	E	L	Y	P	I	F	A	M	L	K	I	B
H	E	R	D	A	J	N	N	A	S	R	A	P	I	M	F	B	S	K	V	L	F	V	D
A	V	U	E	V	B	B	I	A	O	E	X	C	E	L	E	I	Y	A	Z	O	B	C	T
A	v	E	C	V	Y	H	I	W	E	I	S	Ş	F	U	P	V	V	X	G	T	E	V	I
G	Q	Q	K	I	U	J	M	B	G	K	M	S	P	M	C	V	H	I	X	L	V	B	I

6