1. Geri dönüşüm, yeniden değerlendirilebilme olanağı olan atıkların çeşitli işlemlerden geçerek üretim sürecine yeniden dahil olmasıdır. Geri dönüşüme olan ihtiyaç, savaşlar nedeniyle ortaya çıkan kaynak sıkıntılarıyla baş göstermiştir.

Geri dönüşümün amacı; kaynakların tükenmesini önlemek ve atık çöp miktarını azaltmaktır. Cam, kağıt, alüminyum, plastik, pil, motor yağı gibi maddeler geri dönüştürülerek tekrar kullanılabilir hale gelir bu da ülke ekonomisinde önemli bir rol oynar. Aynı zamanda ülkelerdeki katı atıkların depolanması ve taşınması gibi sorunları da engeller.

Geri dönüşümün bir çok faydaları vardır. Geri dönüşüm doğal kaynakların korunmasını ve enerji tasarrufunu sağlar. Atık miktarını azaltarak çöp depolama işlemlerini kolaylaştırır. Hava ve çevrenin kirlenmesini önler. Yararlı atıkların boşa gitmesini önler. Ekonomiye katkı sağlar.

2. Batıl inanç, olaylar veya objeler arasında doğa bilimleri ile açıklanması mümkün olamayan ve/veya çelişen şekilde yani doğaüstü olarak nedensellik ilişkisi kurmaktır. Örneğin önünüzden kara kedi geçmesinin uğursuzluk getireceğine inanmak bir batıl inançtır, çünkü kimse bunun size uğursuzluk getireceğini kanıtlayamaz ya da sizin uğursuzluk olarak tanımladığınız şey bir başkasın için uğursuzluk olmayabilir. Bunlara ek olarak her türlü büyü ve fallar da batıl inanç olarak kabul edilir. Eski dini inançların (paganizm, şaman inanıcı, çok tanrılı dinler gibi) bir kısmı da zamanla batıl inançlar olarak toplumun kültüründe yaşamaya devam ederler. Bugün gerek Türkiye'de gerek Dünya'da bunun birçok örneği vardır.

Batıl inançların kökeni çok eskilere dayanır. İnsanlar kötü hava koşulları, hastalıklar gibi neden sonuç ilişkisi kuramadıkları şeyleri batıl inançlarla ilişkilendirmişlerdir. Bugün doğa bilimleri yardımıyla birçok şeyi açıklayabilmemize rağmen insanların çoğu hala batıl inançlara inanmaktadır bunun nedeni batıl inançların derin kültürel ve geleneksel bağlarıdır.

Türkiye'deki batıl inançlar

Mezarlıklardaki ağaçları kesenler çarpılır.

Türbeden bir şey çalan kişi çarpılır.

Mezarlığı parmak ile göstermek, kişinin parmağını kurutur.

Elden ele bıçak ya da makas verilmez, eğer verilirse bu ileride o kişilerin arasının bozulmasına sebep olur.

Yattığınızda çoraplarınızı çıkarıp yatağın baş tarafına koymanız, ömrünüzü kısaltır.

Eğer bir evin başında baykuş öterse, o evde bir ölüm ya da felaket olur.

Ekin olan tarlada cinsel birliktelik yaşanırsa, o tarlanın bereketi olmaz.

Dr. Hakan BİRDAL

Hamile kadın aş erdiğinde neye bakarsa çocuk ona benzer.

Gece ıslık çalınmaz.

3. KÜRESEL ISINMA: Atmosfere salınan karbondioksit gibi sera etkisi yaratan gazların, yer kabuğu ve denizlerin ortalama sıcaklıklarında artışa neden olmasına küresel ısınma denir. Sera etkisi doğal bir olaydır fakat çeşitli zararlı gazların insanlar tarafından atmosfere salınması sonucu denge bozularak küresel ısınmada artışa neden olur.

Dünya'daki sera etkisine neden olan gazlar %36-70 Su buharı, %9-26 Karbon dioksit, %4-9 Metan ve %3-7 ile Ozon'dur.

Sera etkisi: Atmosferin stratosfer katmanındaki gazlar ve su baharı doğal sera etkisi yaratarak dünyanın ısı dengesini korumaktadır. Bu katman güneşten gelen zararlı ışınları ve ısının bir kısmını yansıtarak uzaya geri gönderir. Geçen ışınlar da yer kabuğunu ısıtır ve ısınan hava tekrar yükselerek stratosferdeki sera gazları sayesinde atmosferde kalır.

KÜRESEL ISNMANIN SONUÇLARI:

Küresel ısınma iklim değişikliklerine sebep olarak, şiddetli kasırgalar ve sellere neden olurken, uzun süreli kuraklıklar ile de çölleşmelere neden olmaktadır.

Kutuplardaki buzulların erimesi kıyı kesimlerin tamamen sular altında kalmasına sebep olacaktır. Bu da dünyadaki yaşanabilir alanı daraltacaktır.

Karlı dağlardaki ısı değişimleri nedeniyle sık sık çığlar oluşacak ve çevresindeki yerleşim yerlerine tehlikeye sokacak.

Su kaynaklarının hızla tükenmesi sonucu susuzluk baş gösterecek.

Sıcaklık artışları kuraklık, çölleşme ve orman yangınlarına neden olmaktadır.

Küresel Isınmaya Karşı Neler Yapabiliriz?

Küresel ısınma ile mücadele için; insan davranışlarından dolayı meydana gelen ormansız alanların çoğaltılması adına yoğun bir şekilde her bölgeye ağaç dikimi yapılmalıdır.

Şehirleşmenin en önemli etkenlerden olduğu küresel ısınmanın engellenmesi için, kırsal alanlardan şehirlere olan göç engellenmelidir. Köy yaşamından örnek alınarak bir yaşam alanı oluşturulmalıdır.

Gelişmenin etkisi ve sonucu olarak giderek büyüyen sanayinin çevre açısından daha iyi koşullarda yürütülmesi gerekir. Atıklar ile ilgili yasal mevzuatların bütün ülkelerde katılaşması gerekir.

Dr. Hakan BİRDAL

İnsanlık için çok önemli olan enerji kaynakları gereksiz yere tüketilmemeli ve servet olarak görülüp tasarruf yapılmalıdır.

Kullandığımız birçok materyalin geri dönüşümü mümkündür. Bizlerde geri dönüşüm hakkında kendimizi ve çevremizi bilinçlendirerek, küresel ısınma yı engelleyebiliriz.

4. Tütün bağımlılığı nedir?

Sigara dünyada ve ülkemizde önemli bir halk sağlığı sorunudur ve yüksek oranda nikotin içerdiği için bağımlılık yapma potansiyeline sahiptir.

Sigara, nargile, pipo içme veya dumanının solunması zamanla kişide psikolojik ve fiziksel bağımlılık oluşturur. Tütün ürünlerinde 4000'den fazla kimyasal madde bulunmaktadır. Esas bağımlılık yapan madde nikotindir. Koklanarak burundan çekilen ya da çiğnenen dumansız tütünler de nikotin kadar yüksek düzeyde zehir içermektedir.

Yol açtığı sağlık sorunları:

Kalp ve damar hastalıkları

Bronşların daralması sonucu akciğer rahatsızlıkları ve KOAH

Damarlarda tıkanma ve buna bağlı felç

Midede gastrit, ülser ve mide kanseri

Ciltte sararma, kırışıklık, cilt kanseri

Ağız kokusu ve dişlerde sararma

Gebelikte sigara içilmesi erken doğuma ve buna bağlı olarak çeşitli gelişim bozukluklarına, doğum sonrası ise sütün kesilmesine yol açar.

Pasif İçicilik nedir?

Pasif içici, sigara kullanmayan ama sigara dumanına maruz kalan kişidir. Pasif içici olmanın etkileri sigara dumanına maruz kalmanın zamanı, yoğunluğu ve sıklığına göre değişmekle beraber her yıl milyonlarca insan sigaranın neden olduğu hastalıklar nedeni ile ölmektedir.

Tütün dumanına maruz kalmak kanser, kalp hastalıkları ve KOAH gibi birçok hastalığa neden olmaktadır.

Çocuklar tütün dumanının zararlı etkilerine karşı çok daha hassastırlar.

Tütün dumanına sadece 30 dakika bile maruz kalmak, uzun süreli sigara kullanıcılarında beliren fiziksel etkileri ortaya çıkarmaktadır.

Dr. Hakan BİRDAL

Sigara, sadece içenleri ilgilendiren bireysel bir sorun değil,.içenlerin yanında yaşayan eş ve çocuklardan, olağanüstü büyük paralar kazanmaları nedeniyle dolaylı şekilde sigara içimini özendiren sigara şirketlerine, Sağlık bakanlığından, Milli Eğitim bakanlığına dek bir çok kişi ve kurumu kapsayan ciddi bir psikososyal bir sorundur. Bu nedenle:

Eğitim kurumlarında çok erken yaşlardan başlayarak yaygın eğitim programları uygulanmalı,

Sigara ve tütün ürünlerinden alınan vergiler artırılmalı, bu ürünlerin fiyatları cazip olmaktan çıkartılmalı,

Sigara ve tütün ürünleri üreten fabrika kurulması koşulları zorlaştırılmalı hatta sigaranın bir sektör olmaktan çıkarılmasını sağlayan düzenlemeler yapılması,

Tütün yetiştiriciliği yapılan. Tarım alanlarında başka ürünlerin yetiştirilmesini özendiren devlet destek programlarının hazırlanarak uygulanması

Tüm sağlık kurumlarında yaygın, kamu sağlığı hizmeti olarak sigara bağımlılığı önleme ve tedavi birimleri kurulmalı, bağımlılığın önlenmesi ve tedavisinde kullanılan ilaçlar ve diğer tedavi yaklaşımları sosyal güvenlik sistemi kapsamında katkı payı alınmadan ve ücretsiz sağlanmalıdır.

Sigarasız bir dünya dileğiyle…

5. Madde bağımlılığı, vücudun işlevlerini olumsuz yönde etkileyen maddelerin kullanılması, bundan dolayı zarar görüldüğü hâlde bu maddelerin kullanımının bırakılamamasıdır. Bağımlı, madde kullanımına ara verdiğinde yoksunluk belirtileri yaşar. Zamanla madde kullanım sıklığını ve dozunu artırır.

Uyuşturucu olarak kullanılan maddelerin kimyasal yapıları birbirinden farklıdır. Kullanıldıklarında merkezi sinir sisteminin farklı bölümlerini etkileyerek fiziksel ve psikolojik tahribata yol açarlar. Uyuşturucu maddelerin hiçbir güvenli kullanım şekli yoktur. Kullanan herkes için bağımlı olma riski eşittir. Hücrelerimiz vücuda giren her maddeyi tanır ve bir daha unutmamak üzere hafızasına alır. Hücresel öğrenme süreci denen bu durum herkes için geçerlidir.

Aklı ve iradeyi işlemez hale getirir. Kişiyi normal yaşam ve davranışlarından uzaklaştırır.

Bulantı, kusma, karın ağrıları, kabızlık, ishal, mide ve bağırsak spazmlarına/kanamalarına sebep olur.

Tüm iç organların zarar görmesine ve buna eşlik eden bir dizi hastalığa neden olur.

Zehirlenmelere ve bu yolla gelen ölümlere sebep olur.

Dr. Hakan BİRDAL

Uyuşturucular, bireyin çevreye uyum yeteneğini azaltır. Bağımlı giderek aileden ve çevresinden koparark, yalnızlaşır. Çoğu zaman bu tabloya ağır bunalımlar eşlik eder.

Madde kullanan ve tedavi olmak isteyen, bu konudaki problemlerine çözüm arayan kişi ve yakınları hastanelere bağlı Alkol ve Madde Bağımlılığı Tedavi Merkezleri (AMATEM) ile psikiyatri kliniklerine başvurarak tedavi olabilirler. Hasta ve doktor işbirliğiyle yürütülen tedavi, 2-6 hafta arasında hastanede yatarak arındırma ve bir yıl süre ile psiko-sosyal tedavi şeklinde gerçekleşmektedir.

En iyi korunma yolu hiç başlamamaktır.

6. Sosyal ağlar belli bir amaca yönelik olarak açılan, internet sitesi içerisinde insanların tıpkı sosyal yaşantılarında olduğu gibi sembolik jest ve mimikler kullanarak birbirleriyle etkileşimde bulundukları web siteleridir. Bugün sosyal ağlar dediğimizde en büyük örnek olarak karşımıza Facebook, Twitter ve LinkedIN gibi web siteleri çıkmaktadır.

Sosyal ağ sitelerinin büyük bir kısmı belli bir amacı kendine hedef edinmiştir. Örneğin Facebook'un asıl amacı sizin gerçek hayatta tanımış olduğunuz kişilerle etkileşime geçmenizi sağlamaktır. LinkedIN'in amacıysa profesyonel iş ağı olarak size iş dünyası ve proje bazlı bir sosyal ağ deneyimi sunmaktadır.

Günümüzde en popüler ve ülkemizden erişilebilen sosyal ağ siteleri şunlardır;

Facebook – Tanıdığınız kişilerle iletişime geçebileceğiniz sosyal ağ sitesidir.

Instagram – Fotoğraf bazlı paylaşımda bulunabilmeniz için meydana getirilmiş sosyal ağ sitesidir.

Google+ (Plus) – Google tarafından meydana getirilmiş, tanıdığınız ve ilgi duyduğunuz kişilerle etkileşimde bulunabileceğiniz sosyal ağ sitesidir.

Tumblr – Hem kişisel blog hem de blogcuların içerisinde yer aldığı yaratıcı bir sosyal ağ projesidir.

Sosyal ağların hem yararlı hem de zararlı tarafları vardır

Sosyal ağların yararları:

-İstediğiniz zaman bilgiye ulaşabilirsiniz.

-Eski arkadaşlarımızı bulabileceğiniz gibi yeni arkadaşlıklar da edinebilirsiniz.

-Gruplar kurabilir ve de çeşitli düşünceler ortaya koyabilirsiniz.

-Ruh ikizinizi ve partnerinizi bulabilirsiniz.

Günümüzde sosyal ağlar giderek yayılmakta ve kullanımı bireyler, toplumlar için gerekli hale gelmektedir. Medyaya ve çeşitli iletişim kaynaklarına bakıldığında

Dr. Hakan BİRDAL

sosyal ağları kullanarak bazı isyanların, iç savaşların, devrimlerin vb şeylerin artık sosyal ağlar üzerinden ilk adımlarının gerçekleştirildiği görülmektedir.. Facebook sosyal ağların başında gelen siteler arasında sayabiliriz.

Sosyal ağların zararları:

-Sosyalleşmeyi bitirir.

-Çeşitli tuzaklar olabilir.

-Bazı hackerlerle karşılaşabilir ve de güvenliğinizi tehlikeye atabilirsiniz.”

7. Deprem

yer kabuğunun derin katmanlarının kırılıp yer değiştirmesi veya yanardağların püskürme durumuna geçmesi yüzünden oluşan sarsıntı.

Deprem, yer sarsıntısı veya zelzele, yer kabuğunda beklenmedik bir anda ortaya çıkan enerji sonucunda meydana gelen sismik dalgalanmalar ve bu dalgaların yeryüzünü sarsması olayıdır. Sismik aktivite ile kastedilen meydana geldiği alandaki depremin frekansı, türü ve büyüklüğüdür. Depremler sismograf ile ölçülür. Bu olayları inceleyen bilim dalına da sismoloji denir. Depremin şiddeti Moment magnitüd ölçeği (ya da eskiden kullanımda olan Richter ölçeği) ile belirlenir. Bu ölçeğe göre 3 ve altı şiddetteki depremler genelde hissedilmezken 7 ve üstü şiddetteki depremler yıkıcı olabilir. Sarsıntının şiddeti Mercalli şiddet ölçeği ile ölçülür. Depremin meydana geldiği noktanın derinliği de yıkım kuvvetine etkilidir ve yer yüzüne yakın noktada gerçekleşen depremler daha çok hasar vermektedir.

Dünya yüzeyinde gerçekleşen depremler kendilerini bazen sallantı bazen de yer değiştirme şeklinde göstermektedir. Bazen yeryüzüne yakın bir noktada güçlü bir deprem gerçekleştiğinde tsunamiye sebep olabilir. Bu sarsıntılar ayrıca toprak kayması ve volkanik aktiviteleri de tetikleyebilir.

Genel olarak deprem sözcüğü herhangi bir sismik olayın -Doğal bir fenomen olarak gerçekleşmiş veya insanların sebebiyet verdiği- ürettiği sismik dalgaları adlandırmak için kullanılır. Depremler genellikle kırıkların (fay hatları) çatlamasıyla oluşur. Bunun yanı sıra volkanik faaliyetler, toprak kaymaları, mayın patlamaları veya nükleer testler sonucunda da gerçekleşebilir.

8. Seyahat etmekten hoşlanır mısınız

sorusuna vereceğim cevap tabiki de evet. Yeni yerler görmek, yeni insanlar tanımak, farklı lezzetleri tatmak ve şehrin, gezdiğimiz yerin havasını tüm bedenimizde hissetmektir. Tarifsiz bir mutluluk verir. Hele bir de seyahat esnasında her şey planladığınız gibi gitmişse o zaman değmeyin keyfimize.

Bir seyahate başlamadan önce gideceğimiz yeri iyi tespit etmek gerekir. Zorunlu bir seyahat değilse (iş, okul, sağlık) öncelikle gideceğiniz yer hakkında bir ön araştırma

Dr. Hakan BİRDAL

yapın. Gideceğiniz yeri belirledikten sonra o yer hakkında bilgi edinin. Mesela ben bir seyahate çıkacağım zaman gideceğim yer hakkında şunları araştırırım: Nereleri gezmeliyim, Yöresel lezzetleri nelerdir, en güzel örneklerini nerelerde tadarım. Yöreye özgü alışverişleri nerede yapabilirim. Farklı mekanları araştırır farklı renkleri bulurum.

Yolculuk benim için önemlidir. Seyahate çıktığımda canımın sıkılmaması için her zaman müzik dinler, fırsat buldukça da kitap okumaya çalışırım. Tabi yol boyu güzel manzaralar görürsem her şeyi bir kenara bırakır sadece manzarayı izler ve düşler kurarım.

Kendinize arada zaman ayırmayı unutmayın. Kişinin kendine en güzel ayıracağı zamanlardan biriside seyahat etmektir. Ne zaman bunalsanız, sıkılsanız seyahat etmeyi asla ihmal etmeyin.

9. Üniversite eğitimi almak, önünüze koyulan 3-5 kitabın içindekileri öğrenmekten biraz daha farklı bir şeydir. Hele günümüzde, dünyanın en iyi üniversitelerinde verilen derslerin kayıtlarına elektronik ortamda ulaşabildiğimiz gerçeğini düşündüğümüz zaman, eğer amaç o birkaç kitabın içindekileri öğrenmek ise, üniversite sınavları için harcanacak zamanla internet üzerinden bunun daha etkin bir biçimde gerçekleştirilebileceğini söyleyebilirim. Bu durumda üniversite eğitiminin bir miktar teorik bilginin öğrenciye aktarılmasından biraz daha fazla bir şeyler içermesi gerektiği ortaya çıkmaktadır. Bu nedenle özellikle vakıf üniversitelerinde iş dünyasıyla birlikte yürütülen derslere özel önem verilmektedir. Öğrencilerin, eğitimlerine devam ederken, eğitim aldıkları disipline ilişkin olarak uygulamayı görmeleri, nasıl bir meslek grubu içinde yer alacaklarına ilişkin ilk elden bilgi edinmeleri bu derslerle sağlanabilmektedir. Verilen eğitim sadece ilgili disipline özgü eğitimle kalmamaktadır. Öğrenciler, lise eğitiminden farklı olarak ilgi duydukları alanlarda dersler alarak, gelişimlerini farklı boyutlarda da sürdürebilmektedirler. Hatta benim üniversitemde olduğu gibi, bazı üniversitelerde öğrenci bu konuda serbest bırakılmamakta, sportif veya kültürel bir faaliyete ilişkin bir dersi almak zorunda bırakılmaktadır.

Olay sadece bilgiyle de ilişkili değil. Üniversite hayatı, gençler için sosyal açıdan gelişim olanağı da sunmaktadır. Özellikle, A'dan Z'ye bütün olanakları sunan yerleşkelerde öğrenim olanağına sahip olanlar açısından bakarsak, bu öğrenciler kendilerine ait bir yaşam alanına sahiptir ve hayatlarını bir öğrenci kasabasında geçirmektedirler. Bu açıdan üniversite hayatının gençler için ana kucağından, baba ocağından ayrılmadan önce önemli bir geçiş mekanizması görevi üstlendiğini de söylemek olanaklıdır.

10. Güvenlik kameraları en çok tercih edilen güvenlik sistemlerinden biridir. Yani güvenlik kamerası güvenliğimizi arttıran sistemlerdir. Güvenlik kamera sistemleri

Dr. Hakan BİRDAL

ile istediğiniz bölgeleri 7/24 saat istediğiniz bölgenin güvenliğini sağlayabilir ve izleyebilirsiniz.

Peki bu güvenlik kamerası çeşitleri nelerdir?

IP Güvenlik Kameralar

Dome Kameralar

Gece Görüşlü Güvenlik Kameraları

CCTV Güvenlik Kameraları

Mobese Güvenlik Kameraları

Kablosuz Analog Kameralar

Kutu Kameralar

PTZ Kameralar

Güvenlik kameraların yukarıda da belirttiğim gibi birçok çeşidi vardır. Bu çeşitlerin her birinin kendine ait özelliği vardır. Örneğin IP güvenlik kameraları istediğiniz yerde ve istediğiniz zaman kablosuz olarak kameranıza bağlanıp güvenlik kameranın yakaladığı görüntüleri canlı olarak izleyebilirsiniz. Gece görüşlü güvenlik kameraları ile geceleri kayıt alınan görüntüleri net bir şekilde izleyebilirsiniz. Güvenlik kameraları en önemli avantajı da istenilen zaman görüntü kaydedebilmesidir. Bunu dvr kayıt cihazı yani dijital kayıt cihazı ile sağlamaktadır.

Güvenlik kameralarını neden kullanmalıyız?

İş yerinizin iç ve dış güvenliğini sağlamak

İş yerinizin çalışanları denetleyebilirsiniz.

Çocuğunuz var ise ve bir dadı tuttuysan yinede aklınız çocukta kalıyorsa güvenlik kamerası takabilirsiniz

Evinizin iç ve dış güvenliği sağlamak için.

11. Para, insanların çeşitli gereksinimlerini gidermek amacı ile belli bir mal karşılığında ödedikleri kağıt veya metal parçasıdır. Genel manada düşünüldüğünde insanların dünyevi anlamdaki en büyük gayesi para kazanmaktır; zira ihtiyaçların temin edilmesi için paraya sahip olmak şarttır. İnsanlar arasındaki alışverişi en kolay hale getiren varlık yine paradır. Para henüz icat edilmeden önce, insanlar alışverişlerini mal takası şeklinde yapmaktaydı. Örneğin birisine ekmek verip, karşılığında ondan yumurta alıyorlardı. Bu durum da alışverişte çeşitli sıkıntıların çıkmasına sebep oluyordu.

İnsanların bu dünyadaki en büyük gayelerinden biri, gereksinimlerini giderecek olan parayı kazanmalarıdır dedik. Ancak aslında para bir amaç değildir yahut amaç

Dr. Hakan BİRDAL

olmamalıdır. Parayı değerli ve anlamlı kılan onun araç olarak görülmesidir. Onu ihtiyaçları gidermek için bir araç olarak değil de amaç olarak görenler onun kölesi olurlar. Böyle insanların tek gayesi sürekli daha fazla, daha fazla para kazanmaktır. Bu nedenle kazandıkları ile yardıma muhtaç insanlara hiçbir katkıda bulunmadıkları gibi, kendi ihtiyaçları için harcamaktan bile fazlasıyla çekinirler. Cimrilik veya pintilik dediğimiz duygu, onların her damarında, her zerresinde kol gezer. Oysa onu sadece bir vasıta olarak görenler, onunla yardım yapmaktan, yoksulu doyurmaktan asla çekinmezler. Kendilerinden de kısmazlar; çünkü bilirler ki para her daim biriktirmek için değil, harcanmak için kazanılır. Paranın kölesi olmak kadar kötü bir durum olamaz. İyi insanlar, yardımsever insanlar her daim onun kölesi değil efendisi olmuşlardır.

12. İnsan farklı duygulara sahiptir. Acıma, sevme, özleme gibi…Mutluluk bu duyguların belki de en güzelidir. Öyle ki ne denli sıkıntılı zamanlarda olsak da anlık mutluluklar bile yüzümüzü güldürmeye yeter.

İnsanın hoşuna giden, onu pozitif düşünmeye yönlendiren mutluluk nasıl kazanılır? Bu sorunun cevabını tersten yola çıkarak açıklamak mümkündür. Aslında gerçek mutluluğun tanımı da bu olur. Mutluluk sahip olduğumuz nimetlerin farkında olmaktır. İnsan sahip olmadıklarından ziyade sahip olduklarına baksa hayatının merkezine şükrü koysa mutlu olmaması için elinde hiçbir sebep yoktur. Peki elimizde olanlar, mutlu olmamızı sağlayacak

şeyler nelerdir: En önemlisi sağlığımızdır. Ailemiz, eş ve dostlarımızdır. Bunların var olduğunu, yanımızda olduğunu bilmek en büyük sevgi kaynağımızdır.

Bazen ne kadar kendimizi avutsak da esas mutluluk elimizdekilerin var olduğunu bilmek diye nafile. Çünkü maalesef çoğumuz elimizde olan şeylerin kıymetini kaybedince anlıyoruz. Hastalanmadan önce sağlığın kıymetini bilmiyor, kaybedince varlığını aramaya başlıyoruz. Ne zaman kulaklar duymamaya başlasa sesin kıymetini anlıyor ne vakit gözlerimiz görmese görmenin önemini kavrıyoruz.

Basit zenginliklere kavuşma arzusu ile mutlu olmak yerine elimizdekilerin kıymetimi elimizdeyken bilmek gerekir. Mutluluğumuza sıkı sıkı sarılıp hiç bırakmayalım. İyi bir aileden kıymetli, insanı mutlu eden bir şey yoktur. Mutluluğu uzakta değil yanı başınızda arayın.

13. Hayal kurmayı çok seviyoruz. Oturduğumuz yerde birinin gelip bize para vermesi veya iş teklif etmesi fikrine bayılıyoruz. Bunun için çalışmak gerektiğini gördüğümüzdeyse motivasyonumuz bir anda düşüyor. Hayal kurmak güzeldir, aslında bütün önemli gelişmelerin önce hayalle başladığı bir dünyadayız. Hayal kurmanın önemini küçümsemiyorum kesinlikle ama bir yandan da hedefimiz olmadan da b ir şey elde edemeyeceğimizi düşünüyorum.

Dr. Hakan BİRDAL

Hayallerimizi somut hedeflere, hedefleri belli eylemlere dönüştürürsek biraz yol alabiliyoruz. Harekete geçmek genellikle en büyük sorunu yaşadığımız nokta. Hayal kurmanın ötesine gidip gerçekleştirmek istediğimiz hayali ölçülebilir hedeflere bağlamalıyız. Sonrasında bu hedeflere ulaşmak için de çalışmamız. Çalışmadan başarı beklemek sadece naiflik (en kibar kelimeyi kullanmaya çalıştım) olmaz aynı zamanda da hayattan beklediğimiz hiç bir şeyin gerçekleşmediği hissini doğuracağı için bizi mutsuz eder. Hayallerinize ulaşabilmek için doğrudan etkileyebildiğiniz tek şey kişisel çabanız. Onun dışında her şey başkasına veya dış şartlara bağlı. Hayal kurmak size yol gösterir belki ama tek başına bir yere götürmez

14: Her geçen gün biraz daha artan trafik (kara, hava, deniz veya demiryolu) ve

onun yol açtığı sorunlar, içinde yaşadığımız yüzyılda gelişmiş veya az gelişmiş bütün

ülkelerin ve özellikle Türkiye'nin en önemli sorunlarının başında gelmektedir. Günlük

yaşantımızın hatırı sayılır bir kısmı ya bizzat trafik içinde veya trafiğe maruz kalan

alanlarda geçmektedir. Trafik, modern hayatın ayrılmaz bir parçasını oluşturmaktadır.

Fakat kullandığımız araçlar, her ne kadar bizi varmak istediğimiz yerlere eski

yöntemlere göre daha hızlı ve konforlu ulaştırsalar da, yol açtıkları sorunlar nedeniyle

her geçen gün biraz daha çekilmez hale gelmektedirler. Yaşamı bir

taraftan oldukça kolaylaştıran ulaşım araçları, diğer taraftan yaşam için çok önemli

tehdit olmayı da sürdürmektedirler. Günümüzde giderek artan trafik ve onun yol açtığı sorunlar, psikolojiden

sosyolojiye, hukuktan tıbba, coğrafyadan çevreye, ekonomiden etik alana kadar

çağdaş yaşamın merkezinde yer almaktadır. Trafik kazaları neden olduğu sorunlar

nedeniyle kimi zaman bir terör olarak bile nitelendirilmektedir. çözüm önerileri:

ENGELLİ TEDBİRİ: Engellilerin ulaşımının doğru etüd edilerek kalıcı ve sürdürülebilir mekansal tasarım ve planlama yapılmalı. Açık ve kapalı otoparklarda engelliler için ayrılmış özel yerlerin erişim ve yararlanmalarının elektronik kilit, bariyer gibi kontrollü şekilde kullanılmasına yönelik tedbir alınmalı. YAYA KALDIRIMI: Yayalar için yatay ve düşey işaretlemeler ile alt ve üst geçitler yeterli değil.

Dr. Hakan BİRDAL

BİSİKLET YOLU: Bisiklet yollarının diğer taşıt yollarından ayrı olması gerekiyor. YOL ÇALIŞMALARI: Gerekli izin ve tedbirlerin alınarak kamuoyunu bilgilendirici haberler yapıldıktan sonra, trafiğin yoğun olmadığı gün ve saatlerde yeterli personel ve ekipmanla mümkün olan en kısa sürede alt yapı çalışmaları gerçekleştirilmeli.

TRAFİK İŞARETLEMELERİ: Trafik güvenliğini sağlamaya yönelik; hız kesici kasis ve sinyalizasyon sistemleri yaygınlaştırılmalı, işaretlerin görünürlüğünü engelleyen ağaç, bina gibi engeller kaldırılmalı.

15. Dünya değişiyor ve globalleşen ekonomide artık eskisi gibi sınırlar kalmadı, hele de internet sonrası iş yapış şekilleri tamamen değişti. Bu yeni yüzyılda sadece bilgi birikimi ve deneyim yeterli olmuyor, aynı zamanda iyi bir yabancı dil bilmekte gerekliliklerden birisi olarak gösteriliyor. Peki hangi dili ve ne kadar öğrenmek lazım gibi sorular hep soruluyor. İlk etapta bilinmesi gereken şey mutlaka İngilizce bilmek gerekliliği. İnternet üzerindeki web sayfalarının %80'inden fazlasının içeriğinin İngilizce olması zaten hepimize bir ipucu veriyor. Eğer İngilizcem var ve ikinci dile karar veremedim diyorsanız yaptığınız meslek, aldığınız eğitim, içinde bulunduğunuz sektör veya ilgileriniz belirleyici olacaktır. Eğer inşaat işleri ile uğraşıyorsanız Rusça, Latin Amerika ülkeleriyle alakalı bir şeyle uğraşıyorsanız İspanyolca, ticaret ile uğraşıyorsanız Çince ön plana çıkacaktır. Arapça, Japonca, Fransızca gibi diller de her zaman gözde ve bilinmesi gerekenlerden birisi olmuştur. (TYS için türkceyi öğrenmenizden de konuşa blilrsiniz.) Ne kadar öğrenmek gerekiyor sorusuna gelirsek bu yaptığınız işin gerekliliğine göre değişecektir. Öncelikle ihtiyacınızı doğru tespit etmeniz gerekiyor. Başarılı olmak ve dünya ile entegre olabilmek için mutlaka erken yaşlarda yabancı dil eğitimine başlamak, kendimizi bu konuda belli bir seviyeye getirdikten sonra da ikinci bir dilde de uzmanlaşmak gerekmektedir. Yabancı dil çok rahat bir şekilde unutulmasından dolayı ömür boyu tekrar gerektirir. Bu anlamda internet üzerinden yabancı makale ve yazıları okumak, yabancı dizi ve filmleri altyazısız izlemek, yabancı arkadaşlar edinip bolca konuşmak ve eğer bütçeniz varsa yurtdışına gidip herkesin yabancı olduğu bir ülkede ilgili dili konuşma ve anlama zorunluluğunda kalmak yabancı dili unutmamıza hatta ilerletmemize yararlı olacaktır.

16. Müslümanlar için çocuk yetiştirmek çok önemlidir. Doğru bir ahlaka, doğru bir vicdana sahip iyi insan ve iyi Müslüman olan çocuklar yetiştirmek, Müslüman olan her ebeveynin birinci gayesidir.

Çocuk yetiştirmeyle ilgili Allah (c.c.) Kur'an-ı Kerim'de kullarına yol gösterecek ayetler indirmiştir. Birçok ayette çocukların ve neslin hayırlı olması için edilecek dualar bulunmaktadır.

Hayırlı bir çocuk sahibi olmak için, anne ve babanın çocuk eğitimine dikkat etmeleri gerekir. Peygamberimiz Hz. Muhammed (s.a.v.) hadis-i şeriflerinde çocukların hayır

Dr. Hakan BİRDAL

üzere yetiştirilmesi gerektiğini belirtir. Bunun için de çocukların aile ortamının huzur kaynağı olduğunu bilmesi gerekir.

Eğer bir çocuk ailesinin yanında huzurlu değilse ya da yeterli ilgiyi görmezse o zaman başka alanlara ve kişilere yönelir. Arkadaş ortamına kendini kaptıran çocuklar eğer kötü bir arkadaş çevresine sahiplerse ailelerine karşı ilgisiz ve de saygısızca davranabilirler. Ama ailesinden iyi eğitim alan ve yeterli yakınlığı kuran çocuklar kötü arkadaşlar edinmez ve dolayısıyla arkadaş ortamı yüzünden ailesinden uzaklaşma ihtiyacı da duymazlar.

Anne ve baba evlatlarının hayırlı olmasını ve hayırlı yetişmesini istiyorlarsa, önce kendileri hayırlı birer insan olmalıdır.

Çocuklara ahlak eğitimi veren anne ve baba, kendileri hata yapar ama çocuklarına o hatayı yapma derlerse, yapılan ile söylenilen çeliştiği için bu çocuğa iyi bir örnek olmaz. Dolayısıyla bu tutarsızlık, çocuğun anne ve babaya olan saygısının da azalmasına neden olabilir.

Aynı zamanda hayırlı bir evlat yetiştirmek isteyen anne ve babaların, kendi anne ve babalarına karşı hayırlı birer evlat olmaları gerekmektedir. Bir çocuğun annesi ve babası kendi anne ve babalarına nasıl hayırlıysa, çocuk da ailesine o şekilde davranacaktır.

Eğer ebeveynler evlatlarının hayırlı bir çocuk hayırlı bir insan olmasını istiyorlarsa, çocuklarının boğazından haram lokma geçirmemeliler. Helal rızık ile beslenen çocuk hayırlı bir evlat olacağı gibi, ailesinin hayra ve helal olana yönlendirdiği çocuk da hayırlı bir evlat olacaktır.

Hayırlı evlat sahibi olmak isteyen ailelerin çocuklarının terbiye etme ile ilgilenmeleri gerekir.

17. İnsan hayatı çeşitli aşamalardan oluşur. İnsanın hayatında verimli olduğu ve verimsiz olduğu vakitler vardır. İnsanların en verimli olduğu vakitler gençlik dönemleridir. İnsanlar ihtiyarladıkça hareketlerde yavaşlamalar ve takattan düşmeler olur. Yaşlı olanların bu durumlarının bilincine vararak onlara yardım etmek lazımdır. Yaşlılara saygı duymak bizim kültürümüzün bir parçasıdır. Yaşlılara saygının her yerde yapılması gerekmektedir. Minübüste onlara yer vermek onların engin deneyimlerinden yaralanmak, onların nasihatlarını dinlemek, gereksinimlerini gidermek de birtakım saygı çeşitlerindendir. Tanıdığımız dahası tanımadığımız kişilere saygı duymak gerekir. Onlara göstereceğimiz bu saygı ileriki zaman diliminde bizlere de saygı gösterilmesi manasına gelmektedir. Küçük yaştakiler bizleri örnek alacak ve bizim davrandığımız gibi hareket edeceklerdir.

İnsanlara saygı, özellikle de yaşlılara saygı göstermek insanlık vazifesi olarak da isimlendirilebilir. Saygılı davranmak için dikkat edilmesi gerekenlerden biri ise onlara yapacağımız hitaptır. Hitap ederken adlarını söylememeli belli hitap

Dr. Hakan BİRDAL

kelimeleri kullanmalıyız. Yaşlıların yanında sululuk yapılmamalı, konuşurken cümlelerinin bitmesi beklenmelidir. Yaşlıların kalpleri kırılmadan düşünceler söylenmeye çalışılmalıdır. Ayrıca yaşlılara hizmet edilmeli onlara asla buyruk verilmemelidir. Onlar büyük olduğu için bu hem saygısızca olur aynı anda da hak etmedikleri şekilde bizim için emek sarf etmiş olurlar. Bu sebeple yaşlıların her daim ihtiyaçlarına titizlikle yaklaşılmalıdır. Yaşlılara saygılı olma sadece konuşma bakımından değil aynı anda davranış bakımından da geçerlidir. Bir banka sırasında yerimizi onlar ile paylaşmak ya da yaşlı biri tarafından verilen vazifeyi yapmak büyüklere olan saygının bir göstergesidir. Kişi yaşlılara saygı göstermez ise küçüklerine de sevgi gösteremeyecek ve iyi bir nesil olmayacaktır. Unutmayalım ki bir gün bizler de yaşlanacağız. Kendi yavrularımız olacak ve kendi yavrularımız da bizlerin davrandığı gibi yapacaklardır. Tüm bu nedenlerden dolayı yaşlılara saygı göstermeli, onların gönüllerini kırmamalıyız. İleride kendimize nasıl davranılmasını istiyorsak bizler de aynı şekilde öyle davranmalıyız.

18. Turizm, dinlenmek, eğlenmek, görmek ve tanımak gibi amaçlarla yapılan geziler ve bir ülkeye veya bir bölgeye gezmen (turist) çekmek için alınan ekonomik, kültürel, teknik önlemlerin, yapılan çalışmaların tümüdür. Turistik gezi, insanların sadece bir yerden bir yere gitmesi değil kültürel, ekonomik ve toplumsal olarak da iletişim içinde olmalarıdır. Turizm sayesinde insanlar hem diğer ülkelerin, hem kendi ülkelerinde yaşadıkları bölgenin dışındaki güzelliklerin, hem de geçmişte yaşamış olan insanların bırakmış oldukları kültürel mirasın farkına vararak, gelecek kuşaklara daha yaşanılabilir bir dünya bırakmanın gerekliliğine inanarak hayata farklı açılardan bakabilirler. Turistler gittikleri ülke ya da bölgede gördükleri yerler karşılığında o yöre halkına para kazandırırlar. Yani turizm ziyaret edilen ülke ve bölgenin ekonomisine büyük bir maddi katkı sağlar.Turistlerin barınmaları, eğlenip dinlenmeleri için yapılan oteller, moteller, pansiyonlar, plajlar, lokanta ve gazinolar, kamp alanları, eğlence yerleri, spor ve avcılık tesisleri, kaplıcalar birer turizm kurum veya kuruluşudur. Bu kurumların sayısı, konforu, personelinin güleryüzlülüğü, buralara ulaşım kolaylığı turist akımını arttırır. Turizmi arttıran bir başka bir etmen de tarihi anıtların bolluğudur. Eski kent harabeleri, ünlü anıtlar (camiler, kiliseler, açıkhava tiyatroları, müzeler vb...) her zaman insanların ilgisini çekmiştir. Bunların yanı sıra doğa güzellikleri de önemli bir ilgi kaynağıdır

19. "Bana arkadaşını söyle, sana kim olduğunu söyleyeyim" sözünü, "bana ne giydiğini söyle, sana kim olduğunu söyleyeyim" olarak değiştirsek, ne dersiniz? :) Bizce çok da yanlış olmaz. Çünkü farkında olsak da olmasak da, ne giydiğimiz kişiliğimizle doğru orantılıdır. Her karakterde insanın kendine özgü bir giyim stili mevcuttur. Gelin birlikte, hangi karakterin hangi giyim tarzını tercih ettiğine bir göz atalım. Dikkat Çekici ve Başarı Odaklı Karakterler Genelde başarı odaklı karakterler, dikkat çekici fakat asil kıyafetleri tercih eder. Bu tarz insanlar her daim iyi ve kaliteli görünmek ister, kıyafetlerini genelde iyi markalardan tercih ederler.

Dr. Hakan BİRDAL

Bu tarzın kadınları daima şık ve özenli, erkekleri ise genelde abartıdan uzak kıyafetleri tercih ederler. Kadınların makyaj ve saçı daima özenli, kadınsıdır. O saç markete gidilse bile fönlü olacak! Mükemmeliyetçi Karakterler Mükemmeliyetçi insanlar, temiz, düzenli ve özenli bir görünüm tercih ederler. Ciddi, gösterişten uzak ve düz renkleri tercih eden mükemmeliyetçi insan tipi deyince gözünüzün önüne takım elbiseler, döpiyesler, düz abartısız ve dekoltesiz elbiseler gelsin. Bu insanlar "jilet gibi" tabirine tam manasıyla uyar. Sevimli ve Girişken Karakterler Bu karakterdeki insanlar genelde kıyafetlerinde, iç dünyalarının dışarı vurumu olan desenler, çiçekler ve pastel renkler kullanmaktan hoşlanırlar. Aksesuarlar da sevimli karakterler için önem taşır. Renkli çantalar, saatler, farklı şekillerde gözlükler sevimli karakterlerin olmazsa olmazıdır. Bu karakterin erkekleri de her türlü rengi kullanır, pembe ve tonlarından dahil kaçınmazlar. İddialı ve Ağır Karakterler Bu karakterin insanlarını kıyafetlerinden hemen tanıyabilirsiniz. Genelde en çarpıcı giyinen karakterler bu insanlardır. Bu karakterin kadınlarının kıyafetlerinde ağırlıkla kullandığı renkler kırmızı, siyah ve metalik renklerdir ve üzerilerinde deriler, leopar desenleri görebilirsiniz. Bu karakterin erkeklerinin ise siyah renk ve takım elbise en çok dikkat ettikleri unsurlardır. Genelde sade ama ağır kıyafetler kullanırlar, gömlek-pantolon ikilisine de bayılırlar. FotorCreated Sıra Dışı ve Özgür Karakterler Özgür ruhlarını her zaman kıyafetlerine de yansıtan bu insanlar, görüntülerinin de sıra dışı olmasını isterler. Kendi imajlarını oluşturan bu karakterler, genelde kullanacakları kıyafetlere eklemeler yaparlar; broş, fular, arma gibi. Daha çok otantik kıyafetlerle görebileceğiniz bu karakterin insanları, marjinal diye adlandırdığımız insanlardır ve popüler olan şeylerden mümkün olduğunca uzaklaşırlar.

20. Doğal afetler, en geniş anlamı ile insanlara zarar veren olaylardır. Başka bir ifade ile can ve mal kaybına yol açan doğal olaylardır. Afetin ilk özelliği doğal olması, ikincisi can ve mal kaybına neden olması bir diğeri çok kısa zamanda meydana gelmesi ve son olarak da başladıktan sonra insanlar tarafından engellenememesidir. Bazı afetlerin yeryüzünün nerelerinde daha çok olduğu bilinmektedir. Örneğin deprem, heyelan, çığ, sel, don ve bazı afetlerin sonuçları depremde olduğu gibi doğrudan ve hemen ortaya çıkar. Ama kuraklıkta olduğu gibi bazılarının sonuçları ise uzun bir zaman sonra ve dolaylı olarak görülür. Doğal Afetler iki ana grupta incelenir, Jeolojik ve Meteorolojik.

Jeolojik Afetler

Bunlar doğrudan doğruya kaynağını yer kabuğu ya da yerin derinliklerinden alan doğal afetlerdir.

• Deprem

• Heyelan

• Yanardağ patlamaları

Dr. Hakan BİRDAL

• Tsunami

Meteorolojik Afetler

Atmosferdeki doğa olayları sonucunda meydana gelirler.

• Sel

• Çığ

• Fırtına

• Kuraklık

• Orman yangını

• İklim değişiklikleri

• Kasırga

• Hortum

Meteorolojik afetlerin oluşumunu hazırlayan temel etkenler atmosfer kökenli olmasına rağmen, bazılarında afetin oluştuğu yerin özellikleri de etkili olmaktadır. Sel, çığ ve sis buna örnek olarak verilebilir. Doğal afet, insanların etkisi olmadan meydana gelen, büyük yıkımlar yaparak insanların canına veya malına zarar veren doğa olaylarına verilen isimdir. Kasırga, deprem, sel bırer doğal afettir...

21. Medyanın depremdeki rolünden bahs ederken ilk önce akla gelen Van depremi oluyor. Türkiye'nin son on yıllardaki en büyük depremini yaşayan Van'da hayatını, sevdiklerini, yuvasını kaybeden binlerce insan var. Hava soğuk, moraller de binalar gibi yerle bir olmuş durumda… Türkiye adeta kenetlendi depremzedelerin acısını hafifletmeye çalışmak için, daha önceki felaketlerde olduğu gibi. Ama Van'da farklı olan birşey vardı: sosyal medyanın, özellikle Twitter'ın, kullanımı.

Sosyal medyanın insanlar arasında yarattığı etkileşim sayesinde depreme ve depremzedelere gösterilen duyarlılık arttı. Eskiden olsa ne yakınımızdaki birkaç kişi dışındakilere gösterebilirdik hislerimizi, ne de bu kadar çok kişinin konuya verdiği önemi farkedebilirdik. Başkalarının fikirlerini okumak, onlara karşılık vermek, kendi aldığı haberleri paylaşmak derken herkes Van'dan bahseder hale geldi.

Haber çabucak bütün dünyaya yayıldı, herkesin dikkatini çekti. Biz kendi aramızda durumun vehametini anlamaya çalışırken yaklaşık 8 milyon takipçisi olan Amerikalı şarkıcı Rihanna Twitter'da "Turkey, we're praying for all of you #Pray4Turkey" (Türkiye, hepiniz için dua ediyoruz) yazdı. Kısa sürede "#Pray4Turkey" dünya çapındaki gündem konuları arasında bir numaraya kadar çıktı ve normalde yaşananlardan haberdar bile olmayacak binlerce kişi Türkiye'ye iyi dileklerini gönderdi. Herkesin #Pray4Turkey yazdığını gören Türkler, yaşanan felaketi daha çok sahiplendi. Sosyal medya, yardımların organize edildiği bir platform haline

Dr. Hakan BİRDAL

geldi. Türkiye'ye geri dönersek… Olayın şoku atlatıldıktan ve hasarın ciddiyeti anlaşıldıktan sonra birçok kişi Twitter ve Facebook'ta Van'a destek gönderecek olan kurumların iletişim bilgilerini paylaşmaya başladı. Bu arada, bütün yardım kuruluşlarının bilgilerini tek platformda toplamak ve deprem bölgesindeki ihtiyaçları doğru şekilde belirtebilmek için WordPress'te "Yalnız Değilsin Van" başlıklı bir site kuruldu. Sosyal medyanın en değerli katkısı ise şüphesiz enkaz altındaki kişilere ulaşma konusunda oldu. Twitter kullanıcıları tarafından kayıp olduğu bildirilen kişileri verilen adreslerde arayan AKUT Derneği, belki de başka şekilde ulaşamayacağı kişilerin hayatını kurtardı. Sosyal medyayı çok başarılı şekilde kullanan AKUT, "her ihbarı doğru kabul edip tek tek değerlendirmekle yükümlüyüz" şeklinde açıklama yaptı. Dernek, Twitter'ı tek yönlü bilgi kaynağı olarak kullanmayıp yazanlara cevap vererek bilgi kirliliğini azaltmayı da başardı. Sosyal medya genellikle bir eğlence aracı olarak kullanılsa da, zor günlerde tamamen farklı bir işlev taşıyabildiğini gösterdi bize bu iki günde.

22. Uygarlığın Gelişmesinde Sanat mı Bilim Mi Daha Önemlidir

Uygarlık yani diğer adıyla medeniyet geçmişten günümüze var olan her dönemden birtakım iler taşımaktadır. Bu etkileşim gerek sanatsal gerekse bilimsel anlamda olmuştur.

Uygarlık gelişirken bilimin bu gelişeme katkısı oldukça fazladır. Çünkü yapılan bilimsel araştırmalar insan ufkunu sürekli geliştirmekte insanoğlu bu sayede her geçen gün daha önce tahmin bile edemediği bilimsel verilere sahip olabilmektedir. Bugün araba kullanabiliyor, uçağa binip okyanuslar aşabiliyor, telefonla konuşabiliyor hatta uzaya çıkabiliyorsak bunlar tamamen bilim sayesindedir. Bilim her geçen gün insanlık ve medeniyetin gelişmesi adına yenilikler ortaya koymaktadır.

Uygarlığın gelişmesinde sanatın da etkisi yok değildir. Ancak bu etki bilimin etkisi kadar fazla değildir. Çünkü bilim akla, sanat duygulara hitap eder ve insanoğlu attığı adımları aklıyla attığında daha yükseklere tırmanır. Sanat ruhumuzu, bilim ise aklımızı dolayısıyla yeni icatlarla birlikte medeniyeti besler. Bu nedenle bilimin uygarlığa katkısı sanattan daha fazladır.

23. Tarihi dönemlerden günümüze kadar geçen süre içerisinde insan yaşamı çeşitli devinimler geçirmiş ve sürekli değişim göstermiştir.

Geçmiş dönemlerde insan yaşamını kolaylaştıracak birçok teknolojik icat yapılmış ve insanlığın hizmetine sunulmuştur. Bu icatlar insan yaşamını kolaylaştırdığı gibi zamandan tasarruf etmesini sağlamıştır. Teknoloji birçok alanda insan hayatını etkilemiştir. Şüphesiz bu etki olumlu yönde olmuştur. Sağlık, iletişim, ulaşım vs. birçok alanda teknoloji kendini göstermiş ve varlığıyla insan hayatını kolaylaştırmıştır. Bu yüzdendir ki teknolojinin yaşamımızdaki yeri büyük öneme sahiptir.

Dr. Hakan BİRDAL

Günümüzde teknolojinin varlığını hissetmek hiçte zor değil. Evlerde, işyerlerinde, sokakta görmeniz mümkündür. Kısacası her yerde teknolojiyi görmek mümkündür. Evlerin vazgeçilmezi televizyonlar bile gün geçtikçe gelişiyor ve özellikleri artıyor. Ve çağımızın vazgeçilmezi bilgisayarlar. Onlarda teknolojinin birer eseri olup her geçen gün kendini yenilemekte ve geliştirmektedir.

Cep telefonları, elektronik mutfak gereçleri ve daha adı sayılacak birçok makine ve cihaz insan hayatını kolaylaştırmak üzere insanların hizmetine sunulmuştur. Teknolojinin yaşamımızdaki yeri günümüzde daha fazla paya sahiptir. Her gün elimizden düşüremediğimiz cep telefonları bile müthiş bir gelişimle birçok işimizi ufacık cihazlarla halletmemizi sağlar hale geldi.İnsan hayatını kolaylaştırdığı sürece ve kendini geliştirdiği sürece insanlığında onu takip edeceğine şüphe yoktur. Hayatımıza büyük yenilikler getiren ve bizlerin Dünya'ya açılan kapısı olan teknoloji, her daim gelişime ve büyümeye devam edecektir. Teknolojinin yaşamımızdaki yeri de hiçbir zaman değişmeyerek en önemli ihtiyaçlarımızdan biri olarak kalmaya devam edecektir.

24. Bilgisayarın yararları zararları nedir?

Bilgisayar; Bilgisayar belirli komutlara göre veri işleyen ve depolayan bir makineye verilen isimdir.

Yarar; Bir şeyden elde edilen sonuç, fayda anlamına gelmektedir.

Zarar; Bir şeyin, bir olayın yol açtığı kötü sonuçlara verilen isimdir.

Bilgisayarlar çok farklı biçimlerde karşımıza çıkabilirler. 20. yüzyılın ortalarındaki ilk bilgisayarlar büyük bir oda büyüklüğünde olup, günümüz bilgisayarlarından yüzlerce kat daha fazla güç tüketiyorlardı. 21. yüzyılın başına varıldığında ise bilgisayarlar bir kol saatine sığacak ve küçük bir pil ile çalışacak duruma geldiler. Toplumumuz kişisel bilgisayarı ve onun taşınabilir eşdeğeri, dizüstü bilgisayarını, bilgi çağının simgeleri olarak tanıdılar ve bilgisayar kavramıyla özdeşleştirdiler. Günümüzde çok yaygın kullanılmaktadırlar.

Bilgisayarların yararları

1. Bilgiye ulaşım hızlandı.

2. Bilgi paylaşımı hızlandı.

3. Bilgi paylaşımı kolaylaştı.

4. Küreselleşmeye katkıta bulundu.

5. Bilgisayar okuryazarlığı diye bir kavramın ortaya çıkmasını sağladı.

6. Film, Video, Oyun gibi içeriklere anında ulaşım imkanı sundu.

7. İnsanlar aradıkları bilgi için saatlerceansiklopedileri karıştırması engellendi.

Dr. Hakan BİRDAL

8. İnsalar arası iletişim hızlandı.

9. İnsanların oturdukları yerden sosyalleşmesi sağlandı.

10. İnsanların farklı kaynaklara ulaşmalarına imkan verdi.

11. Farklı ülkelerdeki farklı insanlarla tanışmayı kolaylaştırdı.

12. Yeni arkadaşlar bulabilmeye imkan tanıdı.

13. İşletmelerin yeni müşteriler bulabilmesine imkan tanıdı.

14. Küresel rekabet ortamını kızıştırdı.

15. İşletmelerin daha az maliyetle daha fazla kar elde etmelerine olanak sağladı.

16. Tanınmayı yani ünlü olmayı kolaylaştırdı.

17. Yeni iş sahalarının açılmasına imkan tanıdı.

Bilgisayarların zararları

1. Bağımlılık yapar.

2. Kötü insanlarlada tanışmaya olanak sağlar.

3. Müstescen içeriklerde bulunur.

4. Dijital verilen çalınmasına yol açabilir.

5. Uzun süre bilgisayar başında oturanlarda omurgalarında eğrilik, bileğinde karpal tünel sendromu gibi hastalıklar oluşmasına sebebiyet verir.

6. Bireylerin asosyol olmasını sağlar.

7. Vakit kaybına yol açar.

8. Kullananlar dijital dolandırıcılık ve sahtecilikle karşı karşıya kalabilir.

9. Aile içinde anlaşmazlık gibi sorunlara yol açabilir.

10. İnsanlar arasındaki sosyal bağların kopmasını sağlar.

11. Akrabalık ilişkilerinin azalmasına sebebiyet verir.

12. Göz hastalıklarına davetiye çıkarır.

Bilgisayarların zararlarının önlenmesi

Bilgisayarların zararlarının önlenmesi için bilgisayarı kullanan kişi kim olursa olsun bilgisayar kullanımına bir sınırlama getirilmelidir. Örneğin; Bir çocuk bilgisayar kullanacaksa ödevi bitene kadar kullanmalıdır.

Dr. Hakan BİRDAL

Evdeki bilgisayar evin orta noktasında bir yere konulmalı böylece bir aile bireyi bilgisayarı kullanırken diğer aile bireylerinin bilgisayar kullanımını kontrol altında tutmasına olanak sağlar.

Bilgisayara şifre konarak olmadık zamanlarda çocuklar tarafından açılması engellenebilir. Filitre kullanarak internette zararlı içeriklere bilerek yada bilmeyerek girmesi engellenebilir

25.SPOR; belli kurallara ve tekniklere uyularak yapılan, bedensel gelişmeye faydalı, eğlenmek ve yarışmak amacı da olan beden hareketlerinin hepsine birden spor denilir. Spor sağlımız için çok önemli bir yere sahiptir. Kişi spor sayesinde stres ve sıkıntılarını biraz da olsa atar.

Sporu hayatımızda düzenli aralıklar ile yapmalıyız. Sadece kilolu olanlar spor yapmalıdır diye yanlış bir inanca sahip olmamalıyız. Çünkü zayıflar da spor yapmaz ise hasta olabilirler. Spor bize sağlımızın kıymetli olduğunu gösterir. Yaşam kalitemizi artırır. Fiziksel performansımız artırır. Spor çocuk ve gençlerde mutluluğu sağlar, öfkeyi kontrol edebilmeyi sağlar, saLdırganlığı engellemeye yardımcı olur. Yetişkin insanların ise dinç ve aktif görünmesine yardımcı olur. Spor sayesinde daha da fit görünüme sahip oluruz ve göze hoş görünürüz. Atatürk spor ile ilgili şunları söylemiştir: " Spor ahlaktır"., Ben Türk Gençliğinin spor yaparak güçlü olmasını isterim" vb demiştir.

Spor hayatımızdan hiç bir zaman çıkarmamalıyız. Her şeyin az da olsa devamlı olanı iyidir. Bunun için sporu az da yapsak düzenli bir şekilde yapmalıyız. Bu sayede sağlıklı nesiler olalım ve spor disiplinini gelecek kuşaklara da aktaralım.

26.Her insanın olduğu gibi yani erkeklerin çocukların dünyada hakları olduğu gibi kadınlarında dünya üzerinde bazı hakları vardır.

Kadın hakları, kadınların erkeklerle eşit olarak sahip olmuş olduğu sosyoekonomik, siyasi ve yasal hakların tümüne verilen isimdir. Kadın hakları 19. yüzyılda gelişti ve çok büyük bir önem taşımaya başladı. Dünya üzerinde kadın haklarını savunan birçok kurum ve kuruluş bulunmaktadır. Bu kuruluşlar 19. yüzyıldan sonra gelişmeye başlamışlardır.

Kadınların Hakları Şunlardır:

1- Kadınlara seçme ve seçilme hakkı 19. yüzyıldan sonra verilmiştir.

2- Kadınları korumak için 8 Mart dünya kadınlar günü ilan edilmiştir.

3- Kadınlara iş gücü hakkı verilmiştir. İsteyen kadın istediği işte çalışabilmektedir.

Dr. Hakan BİRDAL

4- Eskiden kadınlar eğitim görememekteydi. Yasalarla birlikte kızların okuması zorunlu hale geldi.

Gazi Mustafa Kemal Atatürk, kadınların her alanda ileri bir seviyede olmasını arzu ederek bütün dünya ülkelerinden önce 5 Aralık 1934 tarihinde Türk Kadınına "Seçme ve Seçilme Hakkı" tanıdı. 5 Aralık 1934 günü dünyada kadınların yasal olarak milletvekili seçme ve seçilme hakkına sahip olduğu ülke sayısı 28, bu hakkın kullanıldığı ülke sayısı ise sadece 17 idi. 5 Aralık 1934'de Türkiye Cumhuriyetinde kadınlara seçme ve seçilme hakkı tanınırken, o dönemde Avrupadaki bazı gelişmiş ülkelerde bile kadınların bu hakkı bulunmuyordu. Seçme ve seçilme hakkına Fransa'da kadınlar 1944, İtalya'da 1945, Yunanistan'da 1952, Belçika'da 1960 ve İsviçre'de 1971 yılında kavuştular.

Kısaca açıklamak gerekirse Günümüzdeki uluslararası insan hakları bildirgesinde her insanın eşit olduğu ve özgür olduğu ısrarla vurgulanmıştır. Her insanın haklarına ve ana özgürlüklerine hiçbir ayrım gözetmeksizin fırsat eşitliği alanında sahip olmuş olduğu ve cinsiyete dayalı ayrımcılığın kabul edilemeyeceği açıkça belirtilmiştir.

Yani dünya üzerinde erkeklerin ve çocukların sahip olduğu her hak kadınlar içinde geçerlidir.

27. Anne olmak için illaki çocuk doğurmak şart değildir. Bir çocuğu koruyan, onun bakımını üstlenen, seven ve kabul eden insanlar da anne-baba oluyor. Bir çocuğu karnında değil yüreğinde büyütenler de annedir. Bir çocuğa biyolojik olarak can vermeyen ama ona emek harcayıp sevgisini verenler de babadır. Bir çocuğu büyütmek için çalışanlar, o çocuğu topluma kazandırmak için her şeyini ortaya koyanlar da anne-babadır.

Evlat Edinme: Durumu evlat edindirilmeye uygun bir çocukla, durumu evlat edinmeye uygun kişi/eşler arasında hukuki bağlar sağlanarak çocuk ebeveyn ilişkisinin kurulmasıdır. Anasız babasız çocukların korunması ve ana baba sevgisi sağlanması, çocuksuz kişilerin çocuk sahibi olmalarını ve isimlerinin devam ettirmeyi sağlama, çocuğun esenliğinin sağlanması evlat edinmenin 3 ana prensibidir. Evlat edinmenin yararları olduğu kadar zararları da bulunmaktadır. Fakat evlat edinmenin yararları daha ağır bastığı için ülkemiz kanunları bazı şartlar dahilinde evlat edinmeye izin vermektedir.

Evlat edinmenin yararları; çocuksuz veya istediği sayıda çocuk sahibi olmamış kişilerin çocuk özlemini gidermek, çocuksuz ailelerde evlat edinme yoluyla evlilik birliğinin sarsılmasını engellemek, çoğunlukla kimsesiz veya bakıma muhtaç

Dr. Hakan BİRDAL

çocukların sıcak bir aile ortamına kavuşmalarını sağlamak ve bu yolla çocuğun psikolojik gelişime katkıda bulunmak, soy bağı bakımından evlat edinme yoluyla daha sağlam bir koruma yaratmak, üvey çocuğun evlat edinilmesinde sosyal manevi ilişkiyi hukukileştirmek, evlat edinme yoluyla aile ortamına kavuşan çocukların topluma yararları insanlar olarak yetişmelerini yaygınlaştırmak ve özellikle suç işleme olasılığını azaltmak, evlilik dışı çocukların neseplerinin evlat edinme yoluyla düzeltilmesini sağlamaktır.

28. Ebeveyn olmak dünyadaki en zor (ama aynı zamanda en tatmin edici) iş olabilir.

Her zaman hatasız ve mükemmel olabileceğiniz bir şey değildir. Çoğu ebeveyn bir yandan iş hayatı, arkadaşları, ev idaresi ve diğer sorumluluklarını yerine getirmeye çalışırken bir yandan da çocukları için ellerinden gelenin en iyisini yapmaya çalışırlar.

İyi aile ilişkileri sadece eğlenceli değil, aynı zamanda

* çocukların güvenli ve sevgi dolu hissetmesini sağlayan ve bu sayede beyin gelişimlerinin sağlıklı seyretmesini sağlayan

* çocukların yeme, uyuma, öğrenme ve davranış sorun ve zorluklarının üstesinden gelmesini sağlayan önemli bir unsurdur.

En meşgul aileler için bile ilişkileri geliştirmek ve sıkılaştırmak için kimi yöntemler bulunmaktadır.

Birlikte kaliteli zaman geçirin

* Beraber mümkün olduğunca çok vakit geçirin, örneğin beraber sofraya oturun ve sohbet edin.

* Her aile bireyi birbiri ile birebir diyaloglar kursun, yakınlaşsın.

* Düzenli olarak hep birlikte eğlenceli şeyler yapın.

* Doğum günleri gibi özel durumlar için hep birlikte plan yapın.

Olumlu iletişim kurun

* Her şey hakkında konuşun (zor mevzularda bile)

* Birbirinizi tüm dikkatinizle dinleyin

* Duygularınızı birbirinizle paylaşmanız doğal olsun

* Birbirinizi eleştirmekten çok teşvik edin.

* Problemleri çözmek için birlikte çalışın.

* Disiplin modeli sevgi, sabır ve anlayış üzerine kurulsun.

* Takdir ve sevgi sözcüklerini birbirinizden sakınmayın.

Dr. Hakan BİRDAL

Hayattaki tüm iyi ilişkilerin anahtarı ortaktır; iyi iletişim. Bu, tüm kültür, din ve aile yapılarındaki ilişkilere uygulanabilir.

Bir takım olarak birlikte çalışın

* Herkesin uyması gereken aile kuralları yaratın.

* Aile kuralları ve aile tatilleri gibi şeyler hakkında kararlara büyük çocukları dahil edin.

* Ev işlerini paylaşın.

* Herkesin ihtiyaçlarını karşılayacak aile aktiviteleri planlayın.

* Çocukların kendileri hakkındaki bazı kararları kendilerinin vermelerini sağlayın (sizin koyduğunuz sınırlar içinde ve gelişim düzeylerine uygun olduğu sürece)

Birbirinizi takdir edin

* Birbirinizin hayatlarına ilgi gösterin.

* Gündelik şeylerden bahsederken herkesin konuşmaya dahil olmasını sağlayın.

* Birbirinizin özel ve önemli günlerinde birbiriniz için orada olun.

29. Komşuluk, ülkemizde en güzel ve önemli kavramlardandır. Komşu demek, bir sorun olduğunda ilk komşumuza danışıp, sorunları çözeriz. Milli değerlerimizden olan, atasözü ve deyimlerde komşuluk ilişkileri hakkında sözler söylenmiştir. Ve büyük bir önem taşır.

Kültürlerimiz de, komşuluk konularında, samimiyiz. Komşular da, aileden bir parça olarak görürüz. Çünkü onların sorunlarını çözünce mutlu oluruz. Onlar da, sevildiğini hissederek karşılıklı, etkileşim içinde oluruz. Örneğin, evimizde yemek yaptığımız zaman, onlara bir tabağa koyup, götürürsek, bunlar komşuluk ilişkilerin de en güzel davranışlardır.

Komşularla aramız iyi olursa, kendimizi, güvende, huzur da mutlu hissederiz. Komşularımız da etkilenir onlar da mutlu, güvende kendini hisseder. Bu neden le, iyi komşu ve çevre edinmemiz lazımdır. Ve bizim de elimizden geldiği kadarıyla, iyi komşu olmalıyız.

30. Ticaretin Tanımı: Ticaret, kar amacı ile mal ve hizmetlerin, para ile ifade edilebilen bütün değerlerin alım ve satım işlerinin tamamı olarak tanımlanabilir.

Ticarette üç taraf bulunur. Bunlar üreticiler, tüketiciler ve aracılardır. Ticaret, ürünlerin üreticiden tüketiciye ulaşmasını sağlar. Ticaret, kar amacı gayesiyle yapılır. Ticarette her zaman üretici ile tüketici karşı karşıya gelmez. Çoğu zaman üreticiler ve tüketiciler arasında aracılar görev alır. Aracılar, bu faaliyeti kar amacı ile yaparlar. Kâr olmayınca ticaret de olmayacaktır. Ticaretin fonksiyonu, fazla

Dr. Hakan BİRDAL

üretilen ürünleri ihtiyacı olanlara ulaştırmaktır. Tüketicilerin, ürünleri çoğu zaman doğrudan doğruya üreticilerden satın almaları oldukça zordur. Ürünlerin, tüketicilere ulaştırılmasında dağıtım sisteminden yararlanılır.

Ticaretin Türleri:

Perakende Ticaret: Perakende kelimesi, parçalara ayırmak anlamına gelir. Perakendeci de malları küçük miktarlar halinde satan kişiyi ifade eder. Perakende ticaret, malların doğrudan doğruya tüketicilere satılmasıdır.

Toptan Ticaret: Toptancılar; üretici ve perakendeci arasında aracılık yapan (depolama, taşıma, dağıtım gibi faaliyetlerle uğraşan) büyük ölçekli işletmelerdir. Toptancılar, imalatçıdan satın aldıkları büyük miktardaki malların, perakendecilere dağıtımının yapıldığı bir sistemde aracı rolü üstlenir. Perakendecilerin çoğu ürünleri, üreticiler ya da toptancılardan alır.

Dış Ticaret: Ülkelerin birbirleriyle yapmış oldukları ticarete dış (uluslararası) ticaret denir. Ülkeler, ihtiyaç duydukları bütün malları kendileri üretemez. Ülkede yeterli miktarda üretilmeyen mallar, dış ticaret yoluyla elde edilir. Örneğin ülkemizde pamuk, fındık, krom üretimi yeterlidir; fakat petrol üretimi yeterli değildir. Dolayısıyla petrolü başka ülkelerden alırız. Dış ticaret ödemelerinde uluslararası geçerliliği kabul edilen döviz kullanılır. Bazı durumlarda ise takas yöntemi ile dış ticaret gerçekleştirilebilmektedir. Dış ticarette ülkeler arası belli bir mesafenin olması; ürünlerin taşınması, teslimi ve bedellerinin ödenmesi gibi birçok riski de beraberinde getirmektedir. Dış ticaret ikiye ayrılır:

İhracat: İhracat, yurt içerisinde üretilen malların başka ülkelere satılmasıdır.

İthalat: İthalat, dış ülkelerden mal satın alma işidir.

31.Yapılan araştırmalara göre dünyadaki mevcut çevre kirliliğinin %50'si son 35 yılda meydana gelmiştir. Çevre kirliliğinin bu kadar artmasının sebeplerine hızla gelişen teknoloji ve sanayinin etkilerini, nüfus artışını ve doğal kaynakların bilinçsiz tüketilmesini gösterebiliriz. Hayatımızı kolaylaştıran teknolojik gelişmelere dur diyemeyiz ama en azından çevreye olan zararlı etkilerini azaltmaya yönelik önlemler alabiliriz.

Gelin, çevre kirliliğini önlemek için neler yapabileceğimize bakalım...

• Evimizde ve iş yerimizde su, kağıt ve elektrik tüketimini bilinçli olarak yapmalı, bu konuda çevremizi uyarmalıyız.

• Çöplerimizi kesinlikle çevreye atmamalı, cam, plastik ve kağıt gibi atık maddelerin geri dönüşümünü sağlayarak doğamıza katkıda bulunmalıyız.

• Balkonumuzu ve bahçemizi yeşillendirmeli, yeşil alanların artması için ağaç dikmeli, ormanların tahribatını önlemeliyiz.

Dr. Hakan BİRDAL

• Evimizde ve bahçemizde ozon tabakasına zarar veren kimyasal maddeler kullanmamalıyız.

• Evlerimizde ısı yalıtımı yaptırmalı, güneş enerjisi veya doğalgaz enerjisini tercih etmeliyiz.

• Otomobil egzozlarının verdiği zararlı etkiyi azaltmak için mümkün olduğunca toplu taşıma araçlarını kullanmaya özen göstermeliyiz.

• Plastik tabak, bardak gibi eşyaların yerine karton olanları tercih etmeliyiz.

• Alışverişlerde gereksiz yere plastik poşet harcamamaya dikkat etmeli ve plastik poşetleri yeniden kullanmalıyız.

• Banyoda ve mutfakta sürekli kullandığımız ürünlerin her zaman en büyük boyunu almayı tercih etmeliyiz.

• Evimizde kağıt havlu yerine bez havlu kullanmalıyız.

Çevre kirliliğinin engellenmesi için bunlar gibi birçok yöntem mevcut... Peki, siz çocuklarınıza temiz bir çevre bırakmak için nelere dikkat ediyorsunuz?

Dr. Hakan BİRDAL