

OPTİSYENİN SESİ

E-DERGI
Sayı: 42 MAYIS 2017
Optik Magazin Dergisi

ben.x[®]
sunglasses

ben.x[®]
memory eyewear

by **mercan**

f i y t v in
@benxeyewear

www.mercanoptik.com.tr



Geleceğin progresifi
Progresifin geleceği

nucleo

A Variable Base Curve Lens



8 HABER

Gözlüğümüzü takıp 1950'lere dönüyoruz

10 HABER

İş Görüşmesinde Etkili İzlenim Bırakmanın Yolları

12 MODA

Az GörenlHangi moda hangi yıldan geldi

16 YEMEK

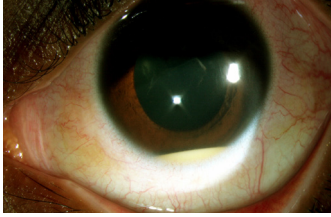
Piknik Mevsimi Geldi! Baharın Mis Kokuları İçine Mangal Kokusu Karışacak.

18 MODA

Renkli trend: Aynalı güneş gözlükleri

20 SAĞLIK

Göz problemlerinizi yüzünden hayattan kopmayın!



DOSYA KONULARI

SAĞLIK Göz sağlığı için hangi besinler tüketilmeli? 22

SAĞLIK ÜVEİT 24

HABER Onbir Ayın Sultanı Ramazan! Ramazanda Ne Yemeli Ne ememeli? 26

HABER Gözlüğü aksesuar deyip basite almayın ! 28

HABER Türkiye'de bir ilk ! 30



SAĞLIK Doç. Dr. Murat UYAR / Optometrist Türkiye için Gerekli midir? 32

KÖŞE YAZISI DR.Hüseyin ÇIRPAN / Zemindeki Parfüm 42

FIRTINA ÖNCESİ Prof. Dr. Mikdat Kadioğlu / Umutsuz olmayın 46

GÖZLÜKÇÜ BABA Metin TURANLI / Esra Beni Eversene... 48

SEKTÖRDEN Siracüddin ÇAĞLAR / ESKİ KÖYE YENİ ADET GETİRMEK 50



Gözlüğümüzü Takıp 1950'lere
Dönüyoruz.

8

YOLNAME

Mustafa Küreli'nin kaleminden;
İTALYA

54



OPTİSYENİN SESİ E-DERGi
Ayda bir yayınlanır
Mayıs 2017

www.optisyeninsesi.com Adına
İmtiyaz Sahibi
Orhan Küreli

Sorumlu
Yazı İşleri Müdürü
Ozan Küreli

Yazı Kurulu Üyeleri
Mustafa Küreli, Llm. Av. Oğuz Ünal
Hakan Hürsever, Prof. Dr. Miktad Kadıoğlu
Dr. Ahmet Doğan Ataman, Mehmet Can
Şahin

Görsel Yönetmen
Mustafa Küreli

Grafik Tasarım-Uygulama ve Editöryal
Çalışma Tuna Yıldırım / CLINART Str. Arş.
Sağ. Dan. Org. Yay. Ltd. Şti.
(0 212 291 54 83)

Reklam Pazarlama
0 535 586 05 93
tunayildirim1972@gmail.com

Fotoğraf Editörü
Cesur Erol

E-Posta:
bilgi@optisyeninsesi.com
dergi@optisyeninsesi.com

*Yayımlanan yazıların sorumluluğu yazarına
aittir. Reklamların sorumluluğu ise reklam
verene aittir. Dergide yayımlanan yazı
ve resimler kaynak gösterilmek suretiyle
iktibas edilebilir. Optisyenin Sesi günlük
ortalama raytingi 3000 olan
www.optisyeninsesi.com internet sitesinde
yayımlanmaktadır.*

*Bu dergi Mayıs 2017 tarihinde
internetten online olarak izlenebilmiştir.*



ben.x[®]
sunglasses

ben.x[®]
memory eyewear

by **mercan**

f i y t in
@benxeyewear

www.mercanoptik.com.tr



Mayıs Naneleri

**Her yerde bahar
hissediliyor.
Sokaklar, caddeler
çiçek dolu. Her
yanı, laleler,
sümbüller çeşitli
kokular sardı.
Renk, ahenk içinde
doğa.**

Mevsim meyveleri bir biri ardına tezgâhlarda görülmeye başladı. Tüm canlılık yaza hazırlarken bizleri, kışlıklarda çıktı. Kışlık hazırlıkları Nane'yle başlar. Unutulmaya başlasa da eski toprak dediğimiz büyüklerimiz kışın kullanmak üzere Mayıs Nane'si kuruturlardı.

Hala bu alışkanlıklarını devam ettirenler var. Bu güzel alışkanlığı hatırlarken, Mayıs ayı potansiyellerini de bu mantıkla benzeştirelim.

Optisyen adaylarımızın mezuniyet gecesi ve Anneler Günü derken dopdolu bir Mayıs ayını karşılıyoruz!

OptisyeninSesi e-dergi, 43.sayısıyla okurlarıyla buluşuyor. Her sayfası güncel haberler, seçkin kişilerle söyleşi, eğitim, moda, kültür-sanat, gezi, yaşam ve stil gibi yaşamın tüm renklerini içinde barındıran OptisyeninSesi e-dergi, Sektöre dair ne varsa meslektaşlarıyla paylaşmaya devam ediyor.

Mayıs ayı ile birlikte tüm meslektaşlarımıza hayırlı işler diliyorum.

Orhan Kürelİ



Gözlüğümüzü takıp 1950'lere dönüyoruz

Bu yaz güneş gözlüklerinde vintage ve retro modası var. Büyük çerçevelerin yanı sıra özellikle yuvarlak çerçeveler ve kedi gözü modeller dikkat çekiyor. Renk olarak kırmızı ön planda.

Metal çerçeveli gözlükler ise artık modanın gerisinde kaldı ve yerini pleksi gözlüklere bıraktı.

Bu sezon 50'li yılların yansımasını tekrar görüyoruz. Geçtiğimiz yıllarda 80'ler daha çok gündemdeyken bu yıl biraz daha geriye gidiliyor. 2011 yılı güneş gözlüğü modası, büyük çerçeveli gözlükler. Tabii büyük çerçeveli gözlükler herkesin yüzüne uymuyor. Özellikle küçük yüzlüler büyük çerçeveli gözlüklerden uzak durmalı. Yani gözlük alırken yüz şeklinize göre gözlük seçmelisiniz. Bu yıl eski moda pilot gözlüğüne benzeyen Jackie Onassis tarzı büyük kare çerçeveler daha çok tercih ediliyor... Aksesuar trendleri arasında en çok öne çıkan detay ise, fötr şapkalar. Jean üzerine beyaz bir gömlek ve fötr şapka ile bu yılın trendini yakalayabilirsiniz. Bu kıyafet için tavsiyemiz Tom Ford'un TF199 modeli.

Kedi göz çerçeveler dikkat çekici!

Yaz aylarında çılgın gözlüklere de rastlayacağız. Özellikle 'kedi göz' denilen ve renkli çerçeveleriyle dikkat çeken modeller, birçok kişinin ilgisini çekeceğe benziyor. Tabii kırmızı rengi de unutmamak gerek. Bu yıl kırmızı çerçeve o kadar moda ki, herkes mutlaka kırmızı çerçeveli bir güneş gözlüğüne sahip olmak isteyecek.

Gözlüğünüzü yüz şeklinize göre seçin

Yüz hatları yuvarlak olanlar: Yüz hatları yuvarlak olanlar köşeli gözlükleri tercih etmeli. Çünkü diğer gözlükler yüzünüzün yuvarlaklığını daha çok belirginleştirir. Eğer büyük bir yüze



sahipseniz büyük kare çerçeveli gözlükleri tercih edin.

Yüzünüz kalp şeklindeyse: Geniş gözlüklerden uzak durun. Çünkü bu tür gözlükler yüzünüzü olduğundan daha uzun gösterir. En uygunu pilot gözlükler. Bu tür gözlükleri sevmiyorsanız renkli camlı gözlük tercih edin.

Yüz hatları küçük olanlar: Çerçevesiz gözlükler daha şık duruyor. 1980'li yılların modası Wayfarer modeli klasik bir gözlük modeli ve küçük yüzlülere çok yakışan bir model. Kate Moss gibi pek çok ünlünün de tercihi.

Yüz hatları uzun olanlar: Yüzünüzün en ve boyunu orantılamak açısından dikdörtgen çerçeveli gözlükleri seçmelisiniz. Bu tarz gözlükleri Diesel'de bulabilirsiniz.

Yüz hatları kare olanlar: Jackie Onassis tarzındaki gözlükler kare yüzlüler için çok ideal. Bu yüze sahip olanlar köşeli gözlüklerden uzak durmalı.

Vazgeçilemeyen renkli camlar

Geçen yazdan beri gözbebeği olan renkli cam fırtınası, bu yaz da devam ediyor. Brad Pitt ve Johnny Deep, Cannes'da bunu kanıtladılar.



Vintage Eyeglasses

LOOKING FOR ONE-OF-A-KIND STYLE? THESE PRACTICAL COLLECTIBLES FROM THE 1950s TO 1970s COMBINE QUALITY CRAFTSMANSHIP WITH BOLD DESIGN.



İş Görüşmesinde Etkili İzlenim Bırakmanın Yolları

Çoğunlukla iş bağlantılarımızı önce e-mail yada Twitter gibi sosyal medya yoluyla yapıyoruz. İlk izlenimi yazdıklarımız yoluyla gerçekleşse de, kalıcı bir izlenimi ancak yüzyüze iletebildiğimiz hislerle sağlıyoruz.



Sesimizin tonu, vücut dilini kullanma şeklimiz ve göz teması daha önce oluşturduğumuz izlenimi sağlamlaştırabilir de yerle bir edebilir de. 'Siz söylediklerinizin fiziksel görüntünüzden daha önemli olduğunu düşünebilirsiniz ama gerçek şu ki insanlar sizi daha ceketinizi çıkarırken tartmaya başlıyor', diyor konuşma koçu ve 'Hoşsohbet kadın' ın yazarı Christine K. Jahnke. İnsanlar sizi kıyafetlerinizdeki renk seçiminden, ceketinizin üzerinize nasıl oturduğundan, saç şeklinizden

hatta tırnaklarınızın uzunluğundan fark edebilirler. Görünüşünüzle ilgili hiçbir şeyin dikkat dağıtıcı olmasını ya da iletmek istediğiniz asıl mesajı engellemesini istemezsiniz.

İşte daha iyi bir izlenim için ipuçları

Göz teması kurun: Leonardo Davinci' nin ünlü sözünde dediği gibi 'gözler ruhun aynasıdır' . Elbette aşırıya kaçmayın, bütün bir toplantı boyunca göz göze bakamazsınız ya da dik dik bakmak istemezsiniz. Hedef kişiyle ilk tanıştığınızda ve en önemli cümlelerinizi



iletirken göz teması kurmayı unutmayın. Konuşmadaki suskunluk anlarında tavana bakmayın, cevapları tavanda aradığınız düşünülebilir. Bunun yerine etrafa bakabilirsiniz.

Duruşunuza dikkat edin

Anneniz size dik durmanızı söylerken çok haklıydı. Omuzlarınız dik olsun ve asla kollarınızı önünüzde bağlamayın. Oturduğunuzda hafif öne eğilebilirsiniz ; arkanıza yaslanmanız düşmenize neden olabilir.

Ellere dikkat

Toplantılar el sıkışmayla başlar. Yarım elle sıkışmak yerine (soğuk bir izlenim verecektir) , elinizin tamamını kullanın. Samimi olsun ama asla çok uzun yada fazla sıkı değil. Sonra ne yaptığınız oldukça önemli. Ellerinizi masada ya da kucağınızda kenetlemek gergin olduğunuzu gösterir. Bunun yerine ellerinizi ayrı tutun ya da serbestçe birini diğerinin üzerine koyun.

Mizahı akıllıca kullanın

Gülümseme sizi kendine güvenli ve rahat gösterir. Günlük hayattan bir şaka kendinizi çok ciddiye almadığınız mesajını iletir , buzları kırar ve karşı tarafı rahatlatır. 'Mizahı ancak söylediklerinizi açıklayıcı bir amaca hizmet ediyorsa kullanın ve elbette kültürü dikkate alın. Kahkahalarınıza dikkat edin. Her söylediğinden sonra gülen biriyle ne kadar iletişim kurabilirsiniz?' diyor Jahnke.



Hangi moda hangi yıldan geldi

1920'lerden 1990'lara trend yolculuğu

2014-2015 sonbahar-kış sezonundan söz ederken 50'leri, 60'ları, 80'leri anıyoruz sürekli. Geçmişin izleri hâlâ üzerimizde. Biz de o yıllara geri dönelim dedik ve 1920'lere kadar uzanan bir moda yolculuğuna çıktık. Bakın hangi trend hangi yıldan bugüne gelmiş...



1920 Korse gitti, rahatlık geldi

1920'ler modada yeni ve modern bir dönemin başlangıcı oldu. Kadınlar daha özgür, rahat kıyafetleri keşfetti. Bazı kalıplar yıkıldı, özellikle gençler çağdaş ve spor tarzları denemeye başladı. 1. Dünya Savaşı sonrasında kadınların giyim tarzı da bağımsızlık hareketinden etkilendi. Lüle lüle saçlar yerini kısa ve rahat kesimlere

bıraktı. Fırfırlar gitti, yerine sadelik ve rahatlık geldi. Düşük belli dökümlü giysiler, eteklerde saçak, boncuk, payet ve volan 20'lerin trendleriydi. Charleston elbiseler, tüvit kıyafetler de modaya bu yıllarda girdi. Jarse kumaşlar, bej ve koyu lacivert renkleri modaydı.

1925'te kadınlar dizin biraz altına kadar inen pilili eteklere büyük ilgi gösterdi. 1928'de

vücuda oturan kıyafetler moda oldu. Haute couture'un merkezi şimdi olduğu gibi Paris'ti. 20'lerin en belirgin özelliği, Paris kültürünün yansıması olan şık ve zarif kıyafetlerdi. Payetler, kürkler, şaşıklı detaylar; püsküllü elbiseler, dalgalı saçlar, uzun eldivenler feminen tarzı yansıtıyordu. Korse, yerini daha hafif ve seksi iç çamaşırlarına bıraktı.

Coco Chanel'den küçük siyah elbise

Modanın unutulmaz ismi Coco Chanel, korseyi reddeden ve pantolon giyen ilk kadınlardan biri oldu. Chanel, özgürlükçü tasarımlarıyla 1920'lerde devrim yarattı ve 20. yüzyıl modasına damgasını vurdu.

1925'te unutulmaz takımlar, vücuda oturan etek ve ceketler, o zaman için devrim niteliğindeydi. 1926'da "küçük siyah elbise" koleksiyonuyla çağır açtı.

1930-1945 Sırt dekoltesi, uzun eldiven

2. Dünya Savaşı sonrasında moda sert çizgiler hâkim oldu. Abartılı vatkalılar, kelebek kollar döneme damgasını vurdu.

Bu dönemde yaşanan büyük ekonomik buhran, modayı da etkiledi. Hazır giyime rağbet azaldı, kadınlar dikiş dikmeye başladı; kıyafetler onarılıp tekrar tekrar giyiliyordu. 1920'lerin özgür ve çağdaş havası da yerini muhafazakârlığa bıraktı. Etek boyları bileğe kadar uzadı, salaş ve erkekse tarzın yerini kadınsı çizgiler aldı.



30'ların sonuna doğru boyundan bağlı gece elbiseleriyle sırt dekoltesi öne çıktı. 1933'te geniş omuz ve ince bel modaydı. Verev kesimli elbiseler feminen tarzı simgeliyordu.

Moda dünyası 1930'da Schiaparelli sayesinde kadın kıyafetlerinde fermuarla tanıştı.

Eldivenler o dönemin en önemli aksesuarıydı. Gece elbiseleri uzun eldivenlerle tamamlanıyordu. Günlük kıyafetlere ise deri ya da kumaş kısa eldivenler eşlik ediyordu.

Kadınlar gece-gündüz kürk giyiyordu.

Ayakkabıda ise parmakları ve topukları açıkta bırakan modeller, apartman topuklar, bilekten bağlı ve tokalı modeller modaydı.

Çantada boncuklu tasarımlar popülerdi. 30'ların sonlarında deri kullanılmaya başlandı.

1945-1960 Kalem etek

Kıvrımları ortaya çıkaran klasik kum saati kesimi moda dünyasına bu yıllarda girdi. 50'li yıllar kadın bedeninin gerçek anlamda özgürleştiği dönemdi. Kıvrımları ortaya çıkaran kesimler, kadınsı dokunuşlar modaya damgasını vurdu. Düz kesimli, dar kalıplı elbiseler bel kıvrımına vurgu yaptı. Kıyafetleri inci, eldiven gibi feminen aksesuarlar tamamladı.

50'lerde orta yaşlı kadınlar daracık kalem etekleri tercih ederken, genç kızlar uçuşan kloş eteklerle özgürce hareket ediyordu.

"Cigarette" olarak adlandırılan dar pantolonlar, kısacık dar ceketler modaydı. Seksi gecelik "baby doll" tarzı bluzların altına mini etek giyiliyordu.

Brigitte Bardot stili sarı saçlar gözdeydi.

Büyük çantalar 50'lerde popülerdi. Grace Kelly'nin kocaman Hermes'yle karnını gizlemesi, o yıllardan itibaren büyük çantalara ilgiyi artırdı.

Kabarık balon etekler Audrey Hepburn sayesinde 50'lerin şık ve klasik parçaları arasına girdi.

Audrey Hepburn'ün kapri pantolonu

Audrey Hepburn'ün sinemaya girmesiyle

modada yeni tarzlar öne çıktı. Hepburn, biniciler için tasarlanan kapri pantolonu filmlerinde giymekle kalmayıp günlük hayata da taşıyarak devrim yarattı. Kaprinin üzerine giydiği gömleğin düğmelerini göğüs hizasına kadar açtı. İnce, uzun boynunu pembe fularla sardı. Saçlarını kısacık, kahküllü kestirdi. Hanımefendi ifadesini ele avuca sığmaz çocuk görüntüsüyle birleştirip özgür kadının sembolü oldu. Hepburn, 1950'li yıllarda kadınların idolü haline geldi ve moda tarihine geçti. Dünyanın gelmiş geçmiş en zarif giyinen kadınlarından biriydi.

1960 Hippi tarzı, mini etekler

Amerika Başkanı'nın eşi Jackie Kennedy'nin "first lady stili" tarihe kazındı. Moda ilk kez elit kesimin hâkimiyetinden çıktı.

Mary Quant tarafından tasarlanan mini etek "sokak tarzı" olarak hayatımıza girdi.

Jackie Kennedy sayesinde French manikür ve peçeli şapkalar moda oldu.

Hippi gençliğin etkisiyle "hippie look" bu dönemin moda akımı oldu: Üst üste takılan kolyeler, bol paçalar, saç bantları, batik ve şal desenleri, jean pantolonlar, çiçek desenleri... Hippi tarzın tersine, vücut kıvrımlarını öne çıkaran elegan tarz da modaydı.

Maksi ve mini etek boyu modanın yeni konseptleriydi. Maksi pantolonlar mini eteklerle birleşti ve yeni bir tarz ortaya çıktı. 60'ların belirgin özelliklerinden biri de "canlı" elbiselerdi. Puanlı ve çizgili baskılardan oluşan bu giysiler pop-art stilinden ilham alıyordu. Yves Saint Laurent, "trapez line" adındaki, göğüsten aşağı bollaşan elbiseleri modaya kazandırdı.

Unisex tarz, 60'larda kendini iyice hissettirdi.

Pançolar, mokasenler, uzun madalyon kolyeler, küt burunlu botlar, zincir kemerler, puantiye desenler dönemin trendleriydi.

Hanım hanımcık tarz, 60'ların en önemli moda akımıydı. Yumurta topuklar, zarif kıyafetleri tamamlıyordu.

1970 Kısa şort, İspanyol paça, disko tarzı

70'ler, moda tarihinin en parlak ve çarpıcı dönemlerinden biriydi. Punk, disko, yuppie tarzları o dönemin devrim niteliğinde moda akımlarıydı.

O yılların trendi iddialı, genç ve modern çizgilerdi: Kısacık dar şortlar, apartman

topuklu ayakkabılar, kolsuz atletler, kısa üstler, boyundan bağlı maxi elbiseler, uzun soket çoraplar, desenli pantolonlar, ince kemerler, İspanyol paçalı pantolonlar, yumurta topuklu botlar...

Elbiselerde akıcı kesimler ve biçimsiz çizgiler öne çıktı. 1970'lerin sonlarına doğru disko tarzı parladı. Parlak taytlar ve elbiseler, saç bantları, rengârenk spor ayakkabıları, göz alıcı kıyafetler disko tarzını yansıtıyordu.

Punk grupları moda da yön vermeye başladı. Yırtık jean'ler, tişörtler, iddialı kısa saçlar, deri ceketler punk tarzının simgeleri idi.

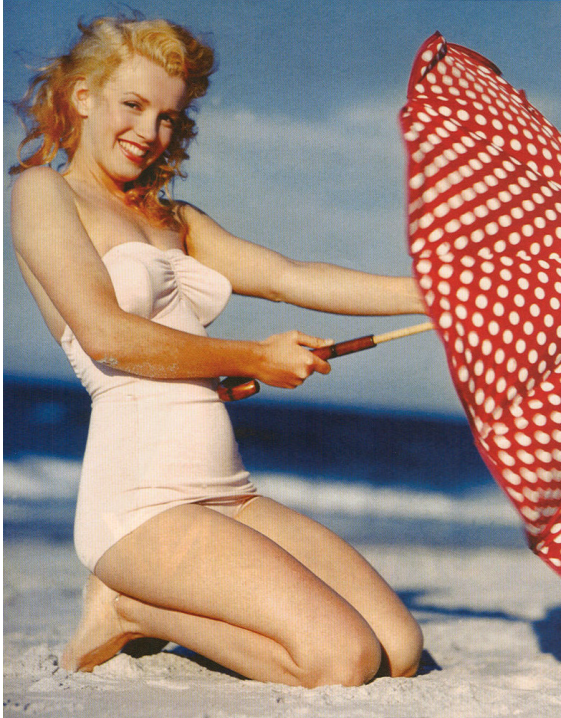
Bol paçalı pantolonlar, yüksek belli kesimler bu dönemin trendleri arasındaydı.

1980 Pilot gözlüğü, vatka, Madonna

Markalar bu dönemde büyük önem kazandı, Ralph Lauren ve Calvin Klein önde gelen isimlerdi.

Flashdance filmi, sweatshirt'ün moda olmasını sağladı. Aerobik, egzersiz ve dans içerikli televizyon dizileri ve filmler, moda da etkiledi. Tozluk gibi, profesyonel dansçıların giysileri sokağa indi.

Michael Jackson'ın rekorlar kıran albümü



Thriller, moda da ilham verdi. Kırmızı-siyah deri pantolon ve ceket, eldiven, güneş gözlüğü ve büküm büküm saçlarla Michael Jackson taklidi gençler ortalığı sardı.

80'lerin sonuna doğru, II. Dünya Savaşı'nda pilotların giydiğine benzeyen kahverengi havacı ceketleri ve havacı tarzı güneş gözlükleri yeniden moda oldu.

Madonna, müziği ve giyim tarzı ile 80'lerde tüm dünyaya örnek oldu. Genç kadınlar onun "sokak çocuğu" stilini taklit etti: Tozluk üzerine kısa etek, gerdanlıklar, plastik bilezikler, balık ağı eldivenler, saç bantları, dipleri koyu uçları açık renk dağınık saçlar, dantel kurdeleler....

Kısa, dar, likra ve deri mini etekler, boru şeklinde elbiseler, bolero tarzı ceketlerle beraber giyildi.

Siyah o dönemin moda rengiydi. G Dış giyimde kullanılan iç çamaşırları trendiydi. G Converse ve Air Jordan basketbol ayakkabıları 80'lerde moda oldu. G Asitle yıkanmış kotlar, deri ceketler yine o dönemin modasıydı.

1990 Likralı tayt, jean, siyah

1990'lar modası deyince jean ve tişörtler, kısacası rahatlık ve cool tarzlar akla gelir.

90'larda moda trendleri birbiri ardına rüzgâr gibi geçti gitti. Önce grunge akımı (salaşlık), sonra minimalist şıklık moda oldu. 2000 yılına doğru ise abartılı teatral görünüm ile minimalizm kapıştı.

Amerikan modası 90'ların baskın akımlarından biriydi. Floresan ve neon tonlarındaki kıyafetler 80'leri aratmadı. Mavi, yeşil, turuncu, pembe renkler kıyafetlerde ve aksesuarlarda göze çarpıyordu.

Likralı taytlar, daracık deri etekler, mini elbiseler, payetli ve dantelli kokteyl elbiseleri 90'ların vazgeçilmez parçalarıydı.

Kolej modası özellikle gençler arasında yaygındı. Pilili etekler, uzun soket çoraplarla tamamlanıyordu.

Jean, sadece günlük spor giysi olmaktan çıkıp gece de giyilen şık bir kıyafet olarak kabul gördü.

Siyah ve koyu renkler, 90'ların sonuna doğru çok popüler oldu. Baştan aşağıya siyah giyinmek isyankâr gençliği simgeliyordu.

Piknik Mevsimi Geldi! Baharın Mis Kokuları İçine Mangal Kokusu Karışacak.

**Yaşasın nihayet bahar geldi!
Bu demek oluyor ki ızgaraları ısıtmaya başlamak gerek!**

Bahar aylarıyla birlikte mangal yapmak için parklara, bahçelere çıktığımız şu günlerde Ünlü Şef Gürkan Topçu mangal tüyolarını anlatarak, Pazar keyfinde profesyonelleşmenize yardımcı oluyor. Bahar aylarıyla birlikte mangal yapmak için parklara, bahçelere çıktığımız şu günlerde “Öncelikle hepimizin evinde, arabamızın bagajında ya da başka bir yerde mutlaka bir mangalımız vardır. Mangal nasıl olmalı sorusuna gelince; mangalımızın ızgarasının döküm olması çok önemlidir (döküm ızgaramız yoksa herhangi bir mangal da olabilir). Mangalımızda genellikle tavuk, köfte ve sucuk tercih edilir maliyeti ve çabuk pişmesinden dolayı. Mangalda pişecek etleri de sıralamamız gerekirse; köfte, lokum (bonfile) kuzu pirzola, antrikot ve kuzu sırtı finalde ise baharatlı oldukları için sucuk ve sosis tercih edilebilir. Tabi birde mangal sonrası final mevsimin olmazsa olmazı karpuzu unutmayalım.”

MANGALDA KULLANILACAK ET ÖNEMLİDİR

Mangalda kullanacağınız etlere de dikkat etmeniz gerekir. “Örneğin tavuk ürünü yaparsak taze olmasına dikkat etmeliyiz. Tavuk yaparsak marine etmemizde fayda vardır. Fakat kemikli etten mangal yaparsak etimizin dinlenmiş olmasına dikkat etmeliyiz. Ayrıca mangalımızın yanında gazlı içecekler yerine ayran ve meyve suyu gibi içecekler tercih etmemizde de fayda vardır.”

“Mangal hakkında kısa tüyolarım ise sizlere öncelikle mangalımız yakarken



meşe mangal kömürü kullanmalıyız.” diyerek mangal yakmanın ipuçlarını meraklılarına sunan başarılı Şef’in “Mangalımızın en altına alüminyum folyo koymanızda fayda vardır Bundan sonra sırasıyla kömür, çıra araya gazete kağıdı en üste tekrar kömür dizerek mangalımızı yakmalıyız. Mangalın üzerine bir baca koymak da da fayda vardır, hava sirkülasyonunu sağlar.” sözleri de mangal yakımında yol haritası çiziyor. Şef Gürkan’ın diğer mangal önerileri ise şöyle: “Mangalınız kor haline gelmeden eğer mümkünse fındık kabuğu da ekleyin böylece daha uzun bir kor elde edebilirsiniz. Mangalınızdaki kömür kor haline geldikten sonra etleri pişireceğiniz ızgaranızı iyice ısıtın yeterince ısıdıktan sonra var ise üzüm sirkesi yoksa soğan yardımı ile ızgaranızı güzelce temizleyin böylece etlerinizin ızgaraya yapışmasını önlemiş olursunuz. Sonrasında keyifli bir

mangal sizleri bekliyor olacak. Bu arada unutmadan söyleyeyim istedim ben doğayı çok sever ve korurum. Lütfen ama lütfen mangaldan sonra ateşimizin söndüğünden emin olalım ki herhangi bir yangına sebebiyet vermeyelim. Mangaldan sonra tekrardan lütfen çöplerimizi de bırakmayalım. Herkese şimdiden afiyet olsun keyifli mangallar.”

ETİN MİKTARI VE PİŞİRİLME ŞEKLİ ÖNEMLİDİR

Uzman Diyetisyen Orçun Kürüm ise mangal keyfini sağlık açısından değerlendiriyor. Kürüm, mangal yaparken ve yapmadan önce sağlığımız açısından nelere dikkat etmemiz gerektiğini şöyle

anlatıyor: “ Burada dikkat etmemiz gereken etin miktarı ve pişirilme şeklinin ne kadar sağlıklı olup olmadığıdır. Dumanda pişirilen etler ve aleve direk temas eden etlerde kanserojen bir takım maddeler artıyor. Bunu azaltmak için elbette daha seyrek mangal yapmak gerekebilir. Maksimum haftada 1 mangal yapmak mantıklı olabilir. İkinci kısım ise etin üzerinde siyahlaşan yerler etten sıyrılarak kırmızı et tüketilebilir. Ayrıca aldığımız kolesterol miktarı da çok mühim. Bizim günlük ortalama 300 miligram almamız gereken kolesterol miktarı var. Biz bunu süt ürünlerinden gün içinde alıyoruz. Haftasonu keyif yapmak istiyorsak mangaldan birkaç gün önce günlük kolesterol tüketimini azaltıp mangalımıza daha fazla yer ayırabiliriz. “



Renkli trend: Aynalı güneş gözlükleri

80'lerdeki haliyle akıllarda kalan aynalı güneş gözlükleri bu yaz yeniden hayatımıza girmeyi başardı...



Geçmişte bu gözlükleri takanlara zevksiz damgası vurulmuş olsa da bu sezon dünyaca ünlü tasarımcıların koleksiyonlarında aynalı camlar ilk sırada yer alıyor. Birbirinden şık tasarımlarıyla sokak stiline ışık tutan aynalı gözlükler modanın değişen rüzgarlarına uyumlu bir biçimde ayak uyduruyor. Durum böyle olunca ünlü isimler de bu moda uydu. Aynalı gözlük trendinin öncülleri arasında dünya starlarından Paris Hilton, Heidi Klum, Selena Gomez gibi isimler yer alıyor.

İLK AMERİKAN ASKERLERİ KULLANMIŞ

İlk aynalı gözlükler, Ray-Ban tarafından 1930'lu yıllarda üretilmiş ve Amerikan Ordusu'na satılmış. Aynalı gözlükler 1940 ve 1950'li yıllarda polislerin, ordu mensuplarının ve pilotların kullandığı bir gözlük çeşidi olmuş. Sebebi ise rahatsız edici güneş ışınlarını engelleyerek gözü üst seviyede koruması ve gözlerin dışarıdan gözükmemesiydi. Şimdilerde sporcuların güneşten korunmak için sıklıkla kullandığı bu gözlükler, çeşitli model ve çerçeveleriyle yükselen bir moda trendi olarak yeniden karşımıza çıktı.

STİLİNİZLE BÜTÜNLEŞTİRİN

Aynalı gözlük trendini uygularken, bu trendi stilinizle bütünleştirmek ve gözlük seçimlerinizde size yardımcı olacak birkaç ipucunu paylaşalım. Öncelikle gözlük seçimlerinizde yüz hatlarınızın etkili olacağını hatırlatalım. Yuvarlak yüz hatlarına sahipseniz, köşeli ve geniş olan yüz hatlarınızı biraz aşan gözlük çerçevelerini tercih edebilirsiniz. Böylece yüz hatlarınızda görsel bir denge yaratmış olursunuz. Yüzünüz üçgen bir biçimde, alın bölgesinde geniş çene kısmına doğru incelen bir yapıda ise yuvarlak hatlı ve

kalın çerçeveler seçmeniz uygun olabilir. Yüz hatlarınız oval bir biçimde geliyorsa, dikdörtgen modelleri seçebilirsiniz. Gözlüğün büyüklüğünün elmacık kemiklerinizi geçmemesine de özen göstermeniz gerekir. Dikdörtgen biçimde yer alan gözlükler seçimleriniz arasında en çok dikkat etmeniz gereken modeller arasında yer alıyor. Bir büyüğü yüzünüzde abartılı ve itici gözükürken, bir küçüğü ise yüzünüzde kaybolabilir. Kare yüz hatlarının elmacık kemikleri ve çeneleri çıkıktır. Bu yüzden oval ve kıvrımlı gözlükler seçmeniz doğru olur.



Göz problemlerinizi yüzünden hayattan kopmayın!

Birçoğumuz hayatımızın belli dönemlerinde göz alerjisi, miyop, hipermetrop ya da astigmat gibi göz sorunlarıyla ya da göz alerjisiyle karşı karşıya kalıyoruz.

Görme sorunları yaşam kalitemizi etkileyerek hayatımızın her alanın olumsuz yansıyabiliyor. Üstelik bu sorunlar okul dönemindeki çocuklardan, gençlere, iş hayatını iç planda tutan yetişkinlerden yaşlılara kadar hemen her yaştan insan göz sorunlarıyla baş etmeye çalışıyor. Göz sorunlarımızı uzman tavsiyele doğrultusunda en sağlıklı şekilde çözmek gerekiyor.

Mevsimsel göz alerjilerinden korkmanıza gerek yok!

Göz alerjisini yaşayan kişiler, rahat edici kumlu göz hissi, kırmızı, kaşıyan ve yaşlanan şişkin gözler sorunları ile karşılaşır. Göz alerji en sık görüldüğü bahar mevsiminde olduğumuz şu günlerde çevresel alerji faktörleri çok daha zorlayıcı oluyor. Özellikle böyle dönemlerde alerjen maddelerle temastan kaçınmalı, ellerinizi sık sık su ve sabunla yıkamalı, gözlerinizi ovuşturmamalı ve makyaj malzemelerinizi kimseye paylaşmamaya özen göstermelisiniz. Kontakt lensiniz varsa kullanım süresini sınırlandırmak ya da günlük kullan-at lensleri tercih etmek sizi göz alerjisinden koruyacaktır. Size uygun tedavi için doktorunuza mutlaka danışmalısınız.

Spor keyfinizden vazgeçmeyin!

Gözleriniz bozuksa spor yaparken performansınız düşer, keyif almaktan çok stres yaşarsınız! İster kariyerinizin doruğunda olimpiik bir atlet olun ister sadece ara ara koşmaktan hoşlanıyor olun, kontakt lensler size



keskin bir görüş sağlar ve gözlüklerin aksine sizi engellemeden rahat hareket etme özgürlüğü sunar. Rutin bir göz muayenesi ile göz bozukluğunuz olup olmadığını ya da görüş performansınızı nasıl artırabileceğinizi doktorunuzdan öğrenebilirsiniz.

Günlük kullan-at lensler ile göz sorunlarına “Elveda”, hayata “Merhaba” deyin!

Hem göz alerjisiyle başa çıkmak hem de gönül rahatlığı ile kontakt lens kullanmak günlük kullan-at lenslerle mümkün. Her gün yeni bir çift lensin sağlayacağı hijyen, alerjen maddelerin lensinizde birikmesini engellemeye yardımcı olur. Aynı zamanda bu lensler, bazı kullanıcılarda kendi başına alerji yaratan lens solüsyonlarıyla temasa gerek bırakmaz.

www.mercanoptik.com.tr

ben.x[®]
sunglasses



ben.x[®]
memory eyewear

by


merican

www.benxeyewear.com



@benxeyewear

Göz sağlığı için hangi besinler tüketilmeli?

Op. Dr. Cüneyt Karaarslan, A vitamininin ‘kuru göz’ ve ‘gece körlüğü’ gibi hastalıkların önlenmesinde oldukça etkili olduğunu, bu durumun geçmişten bu yana bilindiğini ifade ederek, “Bilhassa yaşlanma ile ortaya çıkan katarakt ve makular dejenerasyon gibi görme sorunlarının önlenmesinde vitaminler, mineraller (A, C, E, çinko, beta karoten, lutein ve zeksanthin, omega 3 ve 6) ve bazı bitkisel ürünlerin rolü oldukça fazla” dedi.



HASTALIĞI ÖNLEMEDE YARDIMCI

A, C, E vitaminleri, lutein ve zeukszantin gibi güçlü antioksidanların tüm göz sağlığı için büyük önem taşıdığını belirten Dr. Cüneyt Karaarslan, bu vitamin ve minerallerin yeterli tüketildiğinde, gece körlüğü ve katarakt gibi birçok hastalığın önlenmesinde yardımcı olduğunu kaydetti.

Son yıllarda lutein ve zeaksanthin’in yaşa bağlı göz hastalıklarının gelişmesindeki koruyucu rolü üzerine

yapılan bilimsel çalışmalara dikkat çeken Dr. Cüneyt Karaarslan, “Bu iki bileşiğin göz dokusunda yer alan karotenoitler olması ve antioksidan etkileri göz sağlığı açısından önemini arttırıyor” dedi.

HANGİ BESİNLER NEYE FAYDALI?

Aldığımız besinlerin, göz kapağından retina kadar birçok yararı olabileceğini vurgulayan Dr. Karaarslan, meyve ve sebzelerin göz sağlığı üzerine olan etkilerini de şöyle açıkladı:

“Kayısı, havuç, mango, şeftali, yumurta

ve ciğer, göz yüzeyinin nemli kalmasını sağlayarak, gözü; göze giren yabancı maddelerden arındırıyor. Göz kapaklarını besleyerek, göz kızarıklığını ve iltihaplanma riskini azaltıyor, güneş ışınlarına karşı korunma sağlıyor. Kiraz, üzüm, çilek, yeşil çay uzun çalışma saatleri nedeniyle oluşan gözlerdeki gerginliği azaltıyor.

Gözdeki kan damarlarını besleyerek, gözlerin canlı ve parlak olmasını sağlıyor. İleride katarakt olma riski de, yine bu meyveleri tüketerek azaltılabiliyor. Sarı dolmalık biber, muz, mandalina, portakal ve üzüm, içeriklerindeki lutein ve zeuksanthin aracılığı ile retinayı koruyor. Aynı zamanda göz etrafında oluşan ince çizgileri azaltıyor. Ayçiçeği, susam, avokado, fındık ve badem, göz kapaklarını besleyerek, gözlerin şiş veya kırmızı görünmesini engelliyor. Gözlere

kan oturmasını önlemesinin yanı sıra, göz ağrılarını azaltıyor. Özellikle içeriğindeki E vitamini makuler dejenerasyonu önüyor.

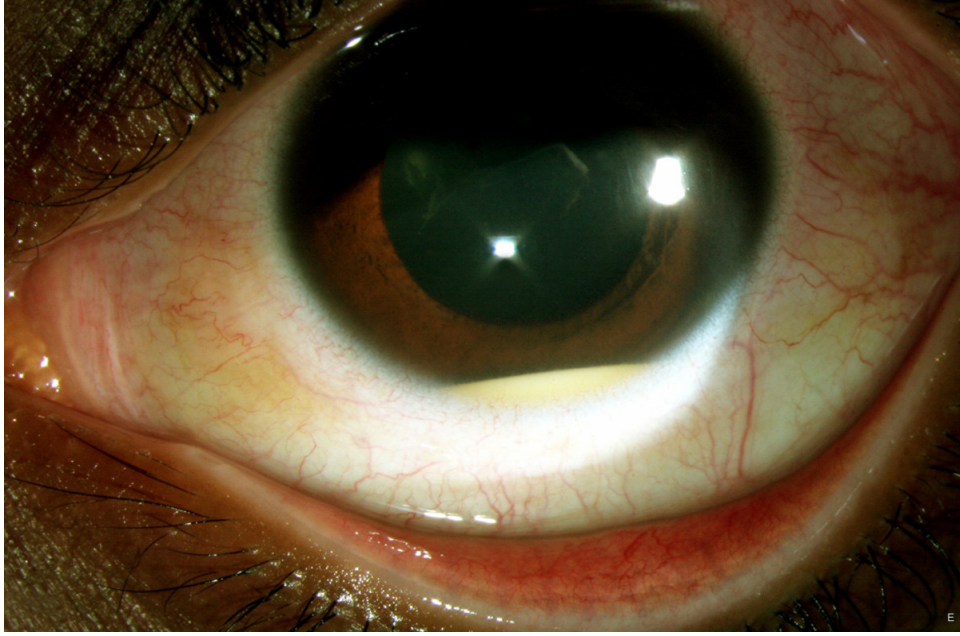
Sarımsak, pırasa, çilek, yeşil çay, gözün bağışıklık sistemini kuvvetlendiriyor. Gözde arpacık çıkma riskini azaltırken göz ağrısına, sulanmasına ve kızarmasına engel oluyor. Kepekli makarna, tam buğday ekmeği, gözdeki damarları koruyor. Ayrıca vücudun stresle daha kolay baş etmesine yardımcı olarak, göz etrafında oluşabilecek çizgileri azaltıyor.

Papatya çayı, süt, yoğurt, muz, göz etrafında oluşan halkalara ve göz torbalarına iyi geliyor. Göz ağrılarını, kızarıklıklarını ve çizgilerin oluşumunu azaltıyor. Havuç, şeftali gibi besinlerde bulunan beta karoten geceleyin daha iyi görmeyi sağlıyor.”



ÜVEİT

Göz yuvarlağının ortasında bulunan jel benzeri maddenin çevresini 3 tabakadan oluşan bir kılıf sarar. Ortadaki tabaka, “uvea”dır. Uveanın iltihabına “üveit” denir. Üveit, gözün uvea adını verdiğimiz iris, koroid ve kirpiksi cisimden oluşan tabakalarının hepsini veya birini etkileyebilir.



Uvea, artık gözün ayrı bir uzmanlık alanı olarak kabul edilmektedir. Uvea ile ilgili hastalıkların tanı ve tedavisi, immünoloji (bağışıklık bilimi) ve genetik dallarındaki giderek artan gelişmelerle desteklenmektedir. Tedavide başarıyı arttıran en temel faktörler; erken teşhis, düzenli takip, uyumlu hasta hekim ilişkisi ve doğru tedavidir. Bu şartlar sağlandığında zarar görmüş göz çoğu kez kurtarılabilir. Tedavi tamamlansa bile, hasta en az üç ayda bir izlenmelidir. Hastalık sessiz olarak tekrarlayabileceğinden kontrollere ara verilmemesi gerekir. Diğer organlarla ilgili farklı belirtiler hakkında da göz doktoruna bilgi verilmesi şarttır. Örneğin ağızda aft oluşu, ciltteki lekeler, romatizmal belirtiler vb. Üveit son derece karmaşık bir hastalıktır ve her hastada farklı bir seyir izleyebilir. Tedavisi de hastalığın seyri gibi kişiye özeldir. Uygulanacak tedavide ilacın dozunun, uvea

konusunda uzman ve tecrübeli hekimler tarafından belirlenmesi şarttır.

Üveitin Sebepleri

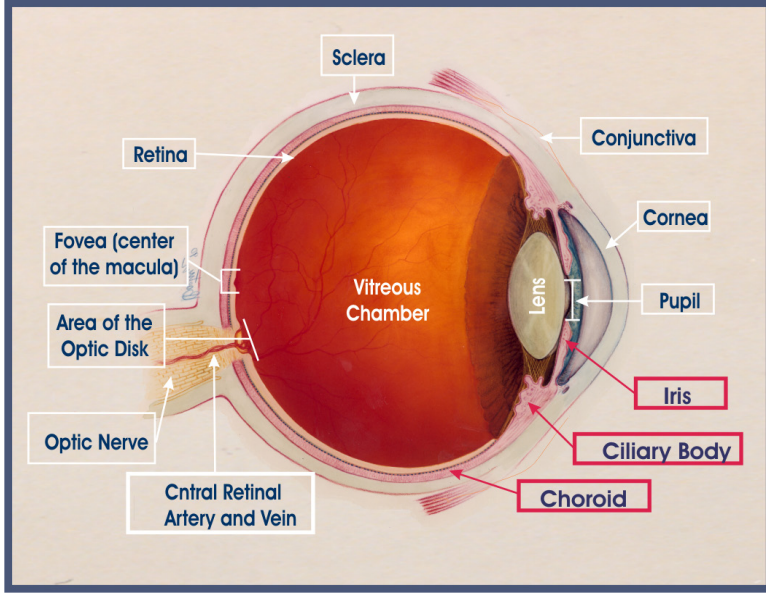
Üveit hastalarının %30 ila 40'ında hastalığın nedeni tam olarak tespit edilemez. Üveitler virüsler, mantarlar ve parazitler gibi etkenlerle oluşabileceği gibi, vücuttaki bir hastalığın gözdeki belirtisi olarak da ortaya çıkabilir. Bu yüzden çeşitli tahlillerle hastalıkları araştırmak gerekir. Ayrıca kollajen doku ve otoimmün kaynaklı olarak tanımladığımız sistemik hastalıklar eşliğinde de üveit oluşabilmektedir. Bunlara örnek olarak behçet hastalığı, ankilozan spondilit ve romatoid artrit verilebilir.

Üveite yol açabilen rahatsızlıklar:

Behçet hastalığı

Enfeksiyonlar (bakteri, virüs, parazit ya da mantarlar) başka bölgelerden göze yayılabilir. Tüberküloz, sifilis (frengi), herpes, toxoplazmoz, v.b.

Göz travması ve ameliyatları



Otoimmün reaksiyon (bağışıklık sistemi hastalıkları), romatizmal hastalıklar, ülseratif kolit, sarkoidoz.

Üveitin Belirtileri

Üveit, gözün ön bölümünde oluştuğunda şiddetli dönemlerinde gözde kızarıklık, bulanık görme, göz çevresinde ağrı, ışığa karşı hassasiyet ve uçuşmalar şeklinde belirti verir.

Üveit, gözün arka bölümünde yoğunsa, belirtiler çoğunlukla bulanık görme şeklindedir. Üveit görme merkezini tutarsa ani görme azalması ve doku hasarına bağlı kalıcı görme kaybı meydana gelir. Merkezi bölgenin dışında meydana gelen üveitin başlıca belirtileri;

Göz kanlanması

Göz sulanması

Işığa karşı hassasiyet ve kamaşma

Lekeli ve bulanık görme veya ciddi görme kaybı

Ani oluşan ışık çakmaları

Göz küresinde ağrı

Üveitin Çeşitleri

Ön tarafta yer alan

Ara tarafta yer alan

Arka tarafta yer alan

Üveit Nasıl Teşhis Edilir?

Ne şiddette olursa olsun, üveit acil bir hastalıktır. Geç kalındığında hastalık ilerler ve iltihap nedeniyle göz bebeğinde şekil bozuklukları, katarakt, göz tansiyonu yükselmesi gibi kalıcı yan etkiler bırakabilir. Belirtiler başlayınca yapılacak ilk iş üveit

konusunda tecrübeli bir göz doktoruna muayene olmaktır. İlk muayene için geç kalınması görmenin kalıcı bir şekilde kaybına neden olabilmektedir.

Bazı üveit çeşitlerinin tipik görünümü vardır ve teşhis hemen konulabilir.

Bu durumlarda bile, gözün arka bölümünün tutulması söz konusu ise görmenin ne derece tehdit

edildiğinin anlaşılması ve tedavinin etkinliğinin izlenmesi için anjiyografi,

ultrasonografi, ERG gibi ileri teknikler gerekli olabilir. Örneğin,

ICG adı verilen (indosiyen yeşili) bir boyayla yapılan anjiyografiler

şüpheli durumlarda hastalık

hakkında doğrudan tanıya götürücü bilgiler verebilmektedir. Daha sonra

romatologlar, göğüs hastalıkları, cilt hastalıkları ve nöroloji uzmanlarıyla

ortak araştırmalar yapılabilir.

Behçet hastalığı ağızda ve cinsel bölgede tekrar eden "aft" şeklinde yaralar halinde görünen ve gözde

üveit yapan bir hastalıktır. Ancak behçet hastalığı vücutta hemen bütün

sistemleri tutabilen, eklem, büyük ve küçük damarlar, solunum, santral sinir

sistemi ve sindirim sistemi organlarının tutulumuna neden olabilen müzmin

iltihaplı bir hastalıktır. Hastalığın bulgu ve belirtileri tutulum gösteren

organlarda alevlenmeler şeklinde görülür ve bazı belirtiler uzun

sürelili devam etse de kişiden kişiye değişen, lezyonların görülmediği ve

kişinin şikayet etmediği dönemler de yaşanmaktadır.

Onbir Ayın Sultanı Ramazan! Ramazanda Ne Yemeli Ne Yememeli?

Bu sene Ramazan (Oruç) ayı 26 Mayıs cuma günü itibariyle başlayacak ve 24 Haziran cumartesi günü sona erecek. Oruç ibadetini yerine getirmek isteyenler bu tarihler arasında oruçlarını tutabilecek ve ibadetlerini yerine getirebilecek.

Ramazan ayının yaz aylarına denk gelmesi beslenmeyi daha da önemli kılıyor.

Sağlıklı bir ramazan geçirebilmek için iftar ve sahurda **dengeli bir şekilde** beslenmek büyük bir önem arz etmekte.

Rahat bir şekilde oruç tutabilmek ve vücut dengesini koruyabilmek için uygulanması gereken adımlar:

Sık ve hafif öğünler hem sindirim sistemini yormayacaktır hem de metabolizmanın yavaşlamasını önleyecektir. Bu sayede günü daha rahat geçirmek mümkün olacaktır.

İftarda yemeğe bir çorba ile başlanmalı ve bir süre ara verildikten sonra çok ağır olmayan küçük öğünlerle devam edilmelidir.

Yemeklerin seçiminde çok yağlı, tuzlu ve şekerli besinlerden kesinlikle kaçınılmalıdır. Çiğ sebze ve meyve tüketimine özen gösterilmelidir. Yine süt ve süt ürünlerinin tüketimi hem dengeli beslenmek adına yararlı olacaktır hem de sıvı dengesini sağlamak açısından faydalı olacaktır.

Hem iftarda hem sahurda lifli besinlerin tüketilmesi tokluk süresini uzatacak ve barsaklarımızın rahatlamasını sağlayacaktır.



Ramazan ayının vazgeçilmezi ramazan pidesi tüketimi mutlaka sınırlı tutulmalıdır. Pidenin besleyici değeri yumurta ve susam nedeniyle oldukça yüksektir. Zaman zaman kepek unlu yada tam buğday unlu gıdalara yer vermek sağlığımız için iyi olacaktır.

Tatlı tüketimi mutlaka ölçülü tutulmalıdır. Şerbetli tatlılar yerine sütlü tatlılar tercih edilebilir.

Yemeğin hemen üstüne kesinlikle şekerli çay, kahve yada bitki çayları tüketilmemelidir.

İftardan bir-iki saat sonra yapılacak hafif tempolu yürüyüşler hem ramazan ayında alınan kilolara çözüm olabilir hem de sindirim sistemimizi rahatlatmaya yardımcı olabilir.

Sahur için mutlaka gece kalkılmalıdır. Acıkmadan yenilen sahur yemeği kilo problemi yaşamamıza neden olabilir. Ayrıca sahurda ceviz, fındık, tuzsuz badem gibi besleyici değeri yüksek ve gün boyu tokluk sağlayacak besinlere yer verilmesi yararlı olacaktır. Sahurda kızartma ve hamur işi gibi yiyeceklerden uzak durmak oldukça yararlı olacaktır.

Havaların sıcaklığı nedeniyle gerçekleşen aşırı terleme ile kaybedilen minerallerin yerine konulabilmesi açısından maden suyu tüketimi yararlı olabilir. Hem iftar sonrası hem de sahurda bol bol sıvı tüketilmelidir. Günlük yaşamda vücudumuz için gerekli 2 litre su tüketimi konusuna ramazan ayında özellikle dikkat etmek gerekir. Ramazan ayında dengeli beslenmek ve sağlığımızı korumak çok zor değil. Belirli küçük kuralları yaşamımıza yerleştirmek ile büyük problemlerin önüne geçilebilir. Ramazanda beslenme ile ilgili sorularınız için lütfen eczacınıza yada hekiminize danışınız. İyi ve sağlıklı bir Ramazan geçirmenizi dilerim.



Gözlüğü aksesuar deyip basite almayın !

Gözlük seçimi hem göz sağlığı hem de estetik kaygıların giderilmesi açısından önemli.

Doğru seçilmeyen gözlük, kişinin gözlüğe adaptasyonunu zorlaştırırken, tedavi amaçlı uygulamalarda hastalık derecesini artırabiliyor. Gözlük, uzman hekim tarafından reçete edilmeli ve yine uzman bir optisyen tarafından uygulanmalı. Üsküdar Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu Optisyenlik Programı Öğretim Üyesi Yrd. Doç. Dr. İbrahim Şahbaz, gözlük seçiminde dikkat edilmesi gerekenler konusunda şu uyarılarda bulundu:

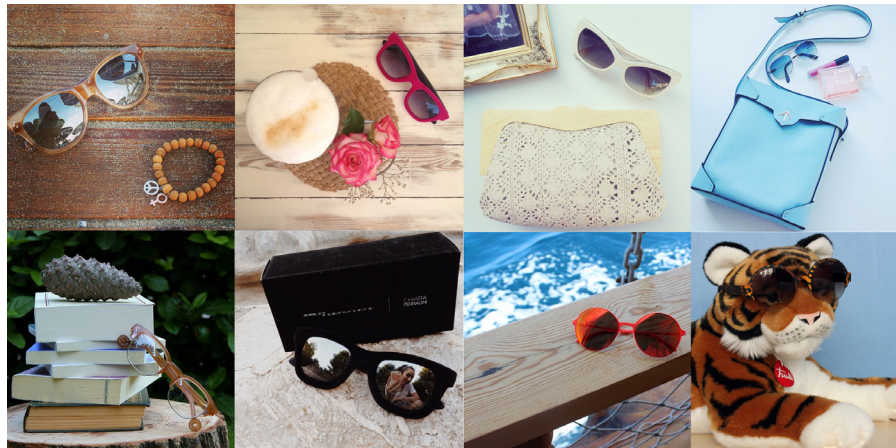
Gözlük seçimi yapılırken gözlüğün kullanıcının yüz şekline uyumu dikkate alınmalı. Pupila mesafesi veya şakak genişliği veya göz çukuru gibi standartlara dikkat edilirse kullanıcının rahat bir seçim yapması, dolayısıyla cam numaralarına daha kolay adapte olması sağlanabilir. Çerçeve seçiminde mevcut reçete değerlerinin uygulanabilir formlarına yönelmek, kullanıcının hem estetik hem de görme performansını üst seviyeye taşıyacak bir sonuca götürür bizi.

Kullanıcının yaşı, tarzı, bireysel kimliği dikkate alınarak yapılacak bir gözlük seçiminde kişinin görme ihtiyacı giderilirken aynı zamanda bir tamamlayıcı aksesuar haline dönüştürülen gözlüğün günlük yaşamdaki yeri daha keyifli ve kalıcı hale getirilebilir.

Saç ve ten rengiyle uyumlu olmalı

Çerçeve seçiminde renkler kişinin saç ve teni ile uyum gösterecek şekilde belirlenirse özellikle ilk kullanıcılar için bu uyum kişinin tek gözlük sahibi olacaksa şayet; gözlüğün, her gün aynı giysiyi giymek gibi bir sıkıcı durum oluşturmasını engelleyebilir.

Kullanıcının bilinen bir alerjik durumu var ise mutlaka tespiti doğru yapıp alerji yapmayan materyallerden üretilmiş çerçevelere yönlendirilmelidir.



Sağlıklı bir gözlük kullanıcısının uzun vadeli memnuniyeti için uygulama ve kullanıma dair tüm detaylar konusunda bilgi sahibi olması en doğal hakkıdır. Özellikle spesifik değerleri olan reçetelerde (multifocal, prizmatik veya yüksek numaralı camlar gibi) kullanıcı yeterince bilgilendirilmelidir.

Özellikle multifocal dediğimiz birden fazla odaklı camlarda kullanıcının mesleği ya da aktif kullanım alanları dikkate alınarak yapılacak seçimler kullanıcının memnuniyetini artırır yönde olacaktır. Gözlük, bir yüz giysisidir. Gözlüğün tıpkı bir yüz giysisi olduğunu unutmadan, üretim kalitesi iyi belirlenmiş markalardan seçilmesi sonrasında yaşanacak servis vs. gibi taleplerde sorunsuzluğa daha da yaklaştıracaktır kullanıcıyı. Uzman bir hekim tarafın-

dan belirlenmiş olan gözlük reçetesinin yine uzman bir optisyen tarafından uygulanması seçimlerin ticari kaygılardan uzaklaştırıp tamamen sağlıklı bir kullanıma yönlendirecektir.

Uzman optisyenlere danışın

Özellikle tedavi amaçlı yapılan uygulamalarda (göz tembelliği şaşılık az görme gibi ..) mutlaka iyi bir optisyen doktor ve hasta iletişimi kullanıcının faydasına olacaktır.

Doğru olmayan ya da eksik olan gözlük seçimlerinin kullanıcıyı mutsuz edeceği gibi aynı zamanda hekimin tedavisini de tamamlamayacağından, mutlaka güvenilirliği tescil edilmiş optik sektöründeki uzman optisyenlerden hizmet almak öncelikli tercihimiz olmalıdır.



Türkiye’de bir ilk !



Grilamid “TR90” gözlük çerçevelerinin ilk üreticisi olan Sezer Plastik Kalıp Sanayi, 2006 yılından bu yana araçlara sağladığı fason üretim tedarik hizmetlerini sonlandırıp, Optisyenlik Müesseselerine doğrudan online satış hizmetini, B2B bayilik altyapısının sağladığı çok cazip ve ekonomik fiyatlarla vermeye başlıyor.

Grilamid “TR90” hammadde kullanımıyla 2006 yılında piyasanın öncüsü olarak üretime başlamış ve piyasada bilinen birçok markanın uzun yıllar fason üreticiliğini üstlenmiştir.

Tüm kalıplarımızı kendi tesisimizde son teknoloji içeren CNC makine ekipmanları ve tecrübemizle üretmekteyiz. CE ve TSE ISO 12870 standartlarına uygun olarak yüksek kalitede üretilen çerçevelerimiz bugüne kadar birçok takdir ve övgüye mazhar olmuştur.

Türkiye’nin ilk gözlük üreticilerinden olan firmamız, artık üretici ile optisyenlik müesseselerinin doğrudan ticaret yapması amacıyla internet üzerinden B2B altyapısının sağladığı büyük avantajlar ile online pazarlamaya geçiyor. İsviçre menşeli orijinal “TR90” malzemelerden %100 yerli emek ve sermaye ile Türkiye’deki kendi tesislerimizde ürettiğimiz yüzlerce renk ve model, dünya pazarına sunulmadan önce diverso markamızla sadece Türkiye’de artık bir tık yanınızda.

www.diverso.com.tr

Aşına olduğunuz yüksek kaliteli ürünlerimizi çok avantajlı ekonomik fiyatlardan temin etmek isteyen tüm gözlükçü ve optisyenlerimizi sitemizi ziyaret etmeye ve kayıt olmaya davet ediyoruz.

diverso®



diverso®



OS
HABER

2017 İlkbahar/Yaz'ın En Çarpıcı Gözlükleri



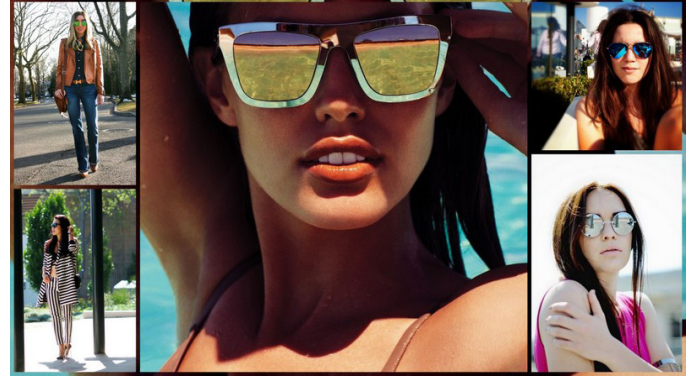
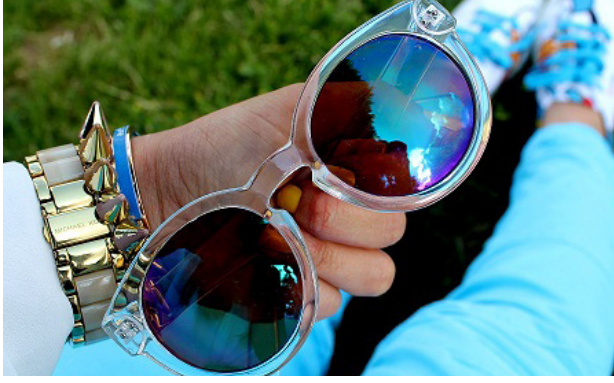
Yüksek modanın başrolü belli oldu. İlkbahar/Yaz 2017 sezonunda giyinmeye gözlükten başlıyoruz! Fendi, Stella McCartney, Gucci, Marni ve Emilio Pucci büyük çerçeveli, renkli ve çarpıcı, Burberry Prorsum ile Bottega Veneta ise klasik ve zamansız modelleriyle şıklık yarışına hazır. Sizin kazananınız hangisi?

İlkbahar / Yaz 2017 Gözlük Trendleri

Kadınlar için çok havalı modeller ile İlkbahar / Yaz 2017 Gözlük Trendleri hazır !

2016 sezonu renk, desen, şekil ve genel stilleri ile çanta , ayakkabı ve makyajda çok renkli bir sezon olarak karşımıza çıkıyor.Bu renkliliğe

aksesuarlarda eşlik ediyor.İlkbahar yaz 2016 gözlük modası özellikle güneşin kendini göstermeye başladığı bahar ve yaz aylarına birbirinden güzel model ve stilleri ile geliyor.Kadın için gerekli aksesuarlardan olan gözlükler kıyafeti tamamlayan en güzel unsurlardandır. İlkbahar için genellikle büyük boyutlu farklı tasarımlı gözlükler karşımıza çıkıyor.2017 bahar ve yaz sezonunun gözlük trendlerine göz atalım. New Yorktan Londraya, Parise ve Milonaya moda haftalarında yer alan gözlükler kıyafeti detaylandırmak ve genel estetik yapmak için tasarlanmışlardır.



Büyük boy güneş gözlüğü

2017 yılında küçük boyutlu gözlükler olsa da ilkbahar ve yaz mevsimi için piste büyük boy gözlükler daha fazla görülüyor. Bu trend sonbahar ve kış mevsiminde de devam edecek. Çiçek bezemeleri ile yuvarlak çerçeveli gözlükleri Dolce ve Gabbana da görüyoruz. Çizgili kelebek çerçevelerin yanı sıra altın parıltılı kare çerçevelerde oldukça şık tasarımlardan. Havacı gözlükleri, kare gözlükler, yuvarlak gözlükler ve kedi gözü gözlükleri şık ve ilginç tasarımları ile podyumlarda boy gösterdi.

Kedi gözü güneş gözlükleri

Kedi gözü gözlükleri bu sezonda şaşırtıcı olarak beklendiği gibi çok büyük boyutlu değil. Kedi ve

yuvarlak kombinasyonu tek bir stil içinde birleştirilmiştir. Orman yeşili çerçeveler, çiçek detaylı çerçeveler baharın güzelliğini ve ihtişamını yansıtır. Ayrıca çerçevelerde sarımsı bir renkte hakimdir. Kedi gözü çerçevelerde sarı renk camsız dipsiz çerçeveler sıkça kullanılmıştır.

Geometrik güneş gözlükleri

Pistlerde ilginç geometrik şekilli gözlüklerde görülmektedir. Dikdörtgen, yuvarlak ve kedi gözü çerçeveler ilginç tasarım ve renkleri ile bizleri karşılıyor. Bazı muhteşem fütüristik parçalarda pist üzerinde görülebiliyor. Kahverengi ve diğer toprak renklerinde beşgen tasarımlı çerçeveler, kare, kedi gözü çerçeveler gibi geometrik kombinasyonlar kullanılmıştır.





Havacı stili güneş gözlüğü

Muhteşem havacı güneş gözlükleri birden fazla tonları ve fütüristik çerçeve tasarımları ile dikkat çekiyor. Büyük boy tasarımların yanı sıra ,yüzü yarıya kadar kaplayan,koyu renkli çerçevelerde tasarımlar arasında. Kırmızı ve yeşil çerçeveli havacı gözlükleri stilleri ile en beğenilenler arasında yerini alıyor.Güneşi andıran tonu ile sarı çerçeveli ve camlı havacı gözlükleri de şık tasarımlardan.

Gözlüklerde detaylar

Gözlükler,detayları ,türleri formları ve tasarımları ve ilginç bezemeleri ile dikkat çekiyor.Farklı tonları ile oldukça fütirist etkiye sahip tasarımlar ortaya çıkıyor.Kaş hattı boyunca üstünde sallanan dantel detayları ile dikkat çeken yuvarlak mercekli gözlüklere mutlaka bir göz atın. Gözlüklerde ki bir diğer önemli detay ise çiçek bezemelerinin her tarafta görülmesidir. İlgili: İlkbahar / Yaz 2017 Aksesuar Trendleri

Düzensiz şekilli gözlükler

Renkler tabi ki gözlüklerin farklılığı bakımından önemli fakat benzersiz şekilli tasarımları ile gözlükler büyük ilgi uyandırıyor. Dairesel parçaların kenarları erimiş gibi görünmektedir. Gözlükler ayakkabı ve çanta



üzerine yapılan hayvan şekilleri gibi tasarlanmıştır.Koyu çerçeveli kırmızı ve beyaz çizgili Dolce Gabbana parçaları da dahil olmak üzere 2017 güneş gözlükleri renkli formları ve çerçeveleri ile dikkat çekiyor.Yıldız şeklindeki ve kalp şeklindeki gözlükler en ilginç tasarımlardan.

Kare şekilli güneş gözlükleri

Yuvarlak gözlükler harika bununla birlikte kare şeklindeki gözlüklerde görülmeye değer kesinlikle.Kare gözlüklere koyu ve karanlık çerçeveler ile gizem katılmıştır.Bunun yanında kare gözlüklerde renkli çerçevelerde sıkça görülür.

Kedi ve yuvarlak birleşimli çerçeveler

Kedi gözü kıyafete seksilik katar. Yenilikçi etkisi ile yuvarlak çerçevede hoş tasarımlardandır.Böylece bir tasarımda ikisini birleştirmek ortaya çok stil bir tarz çıkarıyor.Bu iki kombinasyon bize yılın en iyi çerçevelerinden birini sunuyor.Koyu ve yuvarlak çerçeveler renkli kedi gözü üstler ile birleştirilmiştir.Kırmızılar ,pembeler ve kahverengiler çerçevelerde kullanılan diğer renklerdir.

Koyu çerçeveli gözlükler

Çerçeveler bir çok farklı renkte tasarlanmıştır ama koyu çerçeveler her

zaman için tarz olan çerçevelerden dir. Yuvarlak ve kedi gözü kombinasyonlarında fütüristik çerçeve görünümü,gri çerçevelerle asabi kırmızı ve beyaz çerçeveler ile birleştirilmiştir.Koyu çerçeveli kedi gözü çerçeveler ve güzel havai gözlükleri en tarz tasarımlar arasında.

Benekli ve sade çerçeveler

Çerçeveler üzerinde altın boyalı ışıltılı detaylar yer alıyor.Bunun yanı sıra gözlüklerin çerçeveleri üzerinde kondurulan beneklerle şık ve sade tasarımlar elde edilmiştir.Hafif şeftali renkli çerçeveler ve tamamen sade çerçeveler koleksiyonlarda yer alıyor.

Yansıtıcı çerçeveler

Pistlerde görülen ilginç eğilimlerden biride adeta bir ayna gibi görüntüyü yansıtan çerçeveler dir. Bu geçmişten gelen bir trenddir.Gözler kaşlar ve burun köprüsü tamamen gözlükle kaplıdır.Yansıtıcı gözlüklerde mavi,turuncu gibi canlı renklerin yanı sıra siyah renkte kullanılmıştır.

Sarımsı çerçeveli güneş gözlükleri

Özellikle yuvarlak çerçeveli gözlüklerde sarımsı bir renk tonu kullanılmıştır.Harika çiçek

süslemeleri ile Dolce ve Gabbana gözlüklerini bulabilirsiniz.Sarımsı ombre çerçeveler,çerçevesiz tasarımlar onları takan modellerin yüzünün yarısını kaplamıştır.Belirgin ve temiz bakmak için sarı tonlu çerçeveler kullanılmıştır.

Renkli çerçeveli güneş gözlükleri

Bir çok tasarımcı çerçevelerin geleneksel renklerini değiştirme yoluna gitmiştir.Nispeten kullanılan koyu gözlüklerin yanı sıra,kırmızı ,mor ve turuncu çerçeveler çok fazla kullanılmıştır.Muhteşem kedi gözü çerçevelerde mor renk ağırlıkta kullanılmıştır.Her zaman daha seksi gösteren renkli çerçeveli gözlükler tasarımcılar tarafından sıkça kullanılmıştır.Elma şekeri kırmızısı ve yeşil çerçevelerde bolca kullanılmıştır.

Mavi çerçeveli gözlükler

Yuvarlak ve kedi gözü tasarımlarında mavi renk en trend renkler arasında gelir.Deniz mavisi tasarımlar yazın yaklaşması ile birlikte çok fazla kullanılmıştır.Bahar için kullanılan renk ise mor renktir.Kedi gözü ve yuvarlak birleşimli çerçevelerin yanı sıra mavi renk havacı gözlüklerinde de oldukça sık kullanılmıştır.Bahar ve ya düzenlemesi olan mavi renk sizlere eğlenceli bir görünüş verecektir.





Altın ve metalik kare gözlükler

Altın her eğilimde metalik sürümler içinde yer almıştır. Bu yüzden ilkbahar yaz 2017 gözlük trendine de yansımıştır. Açık renk camlı kare çerçeveler üzerinde parıldayan altın rengi oldukça şık görünüyor. Gözlükler üzerinde altın mücevherlerin ağırlığı da görülüyor. Plastik altın çerçeveler, pembe, açık mavi ve toprak tonları kare tasarımlara yansımıştır. Gümüş versiyonlu ışıltılı çerçeveler bronzlaşmış ten ve koyu ruj ile harika görünüyor.

Fütüristi güneş gözlükleri

Eğer asi ve fütüristik modeller isterseniz ilkbahar yaz gözlük trendlerinde serin çağdaş parçaları bulabilirsiniz. Ağır bezemeler ve ilginç sanatlar gözlüklerde yer alır. Siyah ve gri çerçevelerde fütüristik teknoloji dünyasının çizgilerini görebilirsiniz. Dikdörtgen çerçeveli gri gözlükler dikkat çekenler arasında.

Plastik çerçeveli camlar

2016 sezonunda çerçevelerde farklı malzemelerde kullanılmıştır. Bunlardan biride plastik çerçeveler. Plastik çerçevelerde farklı tonlar kullanılmıştır. 3 D efektler, muhteşem turuncu plastik çerçeveli gözlükler ombre çerçeveler, leopar baskılı plastik çerçeveler 2017 sezonunun en hoş gözlük tasarımlarından.



Çerçevesiz gözlükler

Çerçevesiz gözlüklerde 2017 trend aksesuarlarından kesinlikle. Mavi gölgeli yüzü kapsayacak biçimde tasarlanan havacı gözlükleri, sarı tonlu gözlükler en güzel tasarımlar arasında ayrıca benekli çok daha küçük boyutlu gözlüklerde koleksiyonlarda yer alıyor.





gör
hayatı!

Her koşulda tam koruma! Pixar kaplama teknolojisinin sunduğu tüm ayrıcalıklar Pixar BLUV'da

Pixar BLUV cihazlardan yansıyan mavi ışık ve UV korumasının yanın sıra, standart PIXAR kaplamanın tüm koruma özelliklerini de taşır.



Yansımaları önler,
görüş netliği sağlar



Su
tutmaz



Çizilmelere
karşı dirençli



Toz ve kir tutmaz,
kolay temizlenir



Buhar itici
özellik



Maksimum
UV Koruma



Mavi ışık
önleyici

Zaman ve Saat Modası

Zaman M.Ö. 4000 yılından beri hayatımızda olan bir kavram. Belki de çok sığındığımız, en çok kıskandığımız... Zamanın ölçülmesi ise yine bu yıllarda güneşin hareketlerine göre yapılan bir çubuk ve gölge boyunun esas alındığı saatle başlamıştır.



Sonralarda daha kullanışlı olan su ve kum saatleri icat edilmiş ve böylece insanlar sürekli bir yerlere ya da bir şeylere yetismeye çalışmak zorunda kalmaya başlamışlar. Zaman insanoğlunun belkide karşısında en aciz kaldığı kavram olarak karşımıza çıksa da, tarihte yaratıcılık konusunda büyük bir deneyim yaşattığı kesin.

Zaman makinaları yaratıcılık sınırının en uçuk noktalarından biri olsa da, ilk önceleri elle kurulan saat, sonrasında yapılan mekanizmalar ve dijital saatlerle günümüze kadar gelen komplike bir mekanizma oluşturulmuş.

Günümüzde en az bir bluz ya da pantolon gibi saatte de moda çok önemli hale gelmiştir.

Bayan saat ve erkek saat 2016 modasında bayan saat modellerinde en çok bilekliklerle kombinlenmiş modeller dikkat çekiyor. Yılların eskitemediği saatler Retro modasıyla birlikte rüzgar gibi zarif bilekleri süslemeye bu yıl da devam ediyor. Şimdi ise retro saatler mini olarak farklı bir moda da yaratıyor. Renkli bilekliklerle süslenen retro saatler yaz aylarının göze çarpan ince detayı olacak bizden söylemesi. Bu yıl saatlerde çeşitliliğin çok fazla olduğunu söyleyebiliriz, çünkü retro rüzgarının yanı sıra zımbalı özellikle de yılın sembolü olan kuru kafalar oldukça revaçta. Gold, beyaz ve bronz renkli saatler yine tüm asaletiyle bu yılda bilekleri süslemeye devam edecek gibi görünüyor.



Saat, bayanlar kadar çok aksesuar kullanamayan erkeklerin de baş tacı. Özellikle büyük ve gösterişli saatler bu yıl yine çok moda! Erkekler kullanmaktan zevk aldıkları ve vazgeçemedikleri saatlerde tasarım kadar dayanıklılık, kalite ve teknik güzelliği de önemsiyorlar. Erkekler büyük kadranlı ve spor görünümlü olduğu kadar klasik çizgisi olan tasarımları da taşımaktan büyük mutluluk duyuyorlar.



14 Mayıs 2017 Anneler Günü



Her yıl Mayıs ayının ikinci pazar gününde kutlanan anneler günü 2017 yılında 14 Mayıs pazar günü kutlanacak. Annelerin pek çoğu “benim için en değerli hediye sensin yavrum” dese de anneler günü hediyeleri her annenin yüzünü güldürecek kadar değerli hediyelerdir. Çoğu kişi tarafından tüketim çılgınlığı olarak isimlendirilse de sizi 9 ay boyunca karnında taşıyan, doğum sancılarını çekerek dünyaya getiren ve hayatı size sıfırdan öğreten annelerinizin bu özel günlerinde onları unutulmadıklarını hatırlatmanız son derece önemlidir.

Evde Yapılabilecek Anneler Günü Hediyeleri

Eğer bu günü gerçekten bir tüketim çılgınlığı olarak görüyor ve bu şekilde değerlendirmek istemiyorsanız bu durumda evde yapılabilecek hediyeler arasında seçimde bulunabilirsiniz. Zaten çoğu anne hazır alınan maddi bir hediyeyle değil, çocuğunun kendisi için emek harcıyarak yapacağı bir hediyeyle tercih eder. Burada önemli olan annenizi unutmadığınızı ve ona değer verdiğinizi göstermenizdir. Anneler günü kartı, daha küçük çocuklar için anneler günü boyaması ya da anneler gününde ona hazırlayacağınız özel kahvaltı servisi akla ilk gelen basit ve maliyeti düşük hediyeler arasında yer almaktadır.



Anneler Gününde Ne Alınır?

Kadınlara alınabilecek en güzel hediyeler arasında yer alan tek taş yüzük modelleri ve altın kolye modelleri aynı zamanda anneler gününde en vazgeçilmez hediyeleri arasında yer almaktadır. Yine annelerin mutfakta çok fazla vakit geçirmeleri nedeni ile küçük ev aletleri, tencere takımları, su takımları gibi mutfak eşyaları da güzel anneler günü hediyeleri arasında yer almaktadır. Burada önemli olan annenizin kullanacağı ve onun hayatını kolaylaştıracak olan bir hediye bulabilmektir.

Anneler Günü tarihçesi

Anneler günü, anneleri onurlandıran özel bir gündür. Değişik günlerde ve değişik ülkelerde kutlanır. Bu günde anneler çeşitli hediyeler alır. Bu günü farklı ülkelerdeki insanlar yılın farklı günlerinde kutlarlar. Anneler günü geleneği, Antik Yunanlıların Yunan mitolojisindeki pek çok tanrı ve tanrıçanın annesi olan Rhea onuruna verdikleri yıllık ilkbahar festivali kutlamalarıyla başlar. Antik Romalılar da ilkbahar festivallerini İsa'nın doğumundan 250 yıl öncesinden ana tanrıça Kibele onuruna kutluyorlardı.

ABD'de Anna Jarvis'in kaybettiği kendi annesi için 1908 yılında başlattığı anma





Zemindeki Parfüm

Bu yazımda, okuduğum bir kitapta beni çok etkileyen bir anekdotu paylaşmak istiyorum. Konu, Estée Lauder'in 1960'lı yıllarda Paris'te Galeries Lafayette mağaza raflarına nasıl girdiğiyle ilgili. Önce firma hakkında kısa bir bilgi: 1994 yılında Estée Lauder kurucusu olduğu firmadan emekli olduğunda, firma Amerika'nın büyük mağazalarının kozmetik bölümlerinin %45'ini kontrol eden, 118 ülkede 10 binden fazla çalışanı olan yıllık cirosu 4 milyar dolar olan bir imparatorlukmuş. New York City'de doğan bir kadın için görkemli bir yolculuk... 1948'de Saks Fifth Avenue mağazasında ilk reyonunu açıncaya kadar, Estée Lauder'in New York City mağaza yöneticilerinin peşinde, avı peşinde koşan bir avcı gibi olduğunu yazmış Time Dergisi. Bu arada Estée Lauder'ın, 1998 yılında 20. Yüzyılın en etkili 20 işletme dehası arasındaki tek kadın olduğu bilgisini de verelim. Şirket zaman içinde büyüyünce, Amerika dışına çıkmaya karar vermiş ve 1960 yılında Londra'nın meşhur mağazası olan Harrods'ta ilk reyonunu açmayı başarmış. Bir mülakatında, "Londra'nın en iyi mağazasıyla başlarsam, diğer bütün büyük mağazalar arkasından gelir." demiş. Onun böyle düşünmesine karşılık Paris'te işler hiçte umduğu gibi gitmemiş. Paris'in en prestijli mağazası olan Galeries Lafayette'nin kozmetik satınalma yöneticileri küçümsemişler kulağa, kurgulanmış Fransız gibi gelen isme sahip Amerikalı iş kadını. Hatta onunla görüşmeyi bile kabul etmemişler. Israrlı görüşme taleplerine olumsuz karşılıklar gelmesi üzerine Lauder, kendisinin bir şeyler yapması gerektiğini düşünmüş ve benim çok etkilendiğim hareketi yapmış: Galeries Lafayette'in parfüm bölümüne gitmiş, şirketinin en başarılı parfümü olan Youth Dew şişenin kapağını açmış ve halının üzerine boca etmiş. Harvard Business School Profesörlerinden olan Nancy Koehn, Brand New kitabında sonrasını şöyle anlatıyor: İki gün boyunca, Galeries Lafayette çalışanları defalarca müşteriler tarafından bu kokuyu nereden alabilecekleri sorusuna

muhatap olmuşlar. Bu konuşmaların bir kısmını mağazanın kozmetik satın alma yetkilisi de şahit olmuş ve kadınların Youth Dew hevesinden çok etkilenmiş. Bir kaç hafta içerisinde Estée Lauder, Galeries Lafayette'de ilk reyonunu açmış. Böyle bir durumda ben ne yapardım diye düşünmeden edemiyorum. Çok ilham verici sıra dışı bir davranış. Lauder'i bu kadar etkili kılan da bu ve bunun gibi seçimleri olsa gerek. Hepimiz, şirketimizin geleceğini böylesine etkiyebilecek seçim anlarıyla karşı karşıyayız sürekli olarak. Estée Lauder'ın parfümünün halıda bıraktığı kokunun kalıcılığı bir kaç gün ve sadece yüzlerce kişiyi etkilemiş olmasına rağmen, şirketinin geleceğini dönüştürmesine yetmiş.

Peki, birey olarak kendimizin veya şirketimizin arkada nasıl bir koku bıraktığına ve bu kokunun diğerleri ve müşterilerimizle ilişkimizi nasıl etkilediğine baktığımızda ne görüyoruz?

Heybemize attığımız dikkat edelim: arkamızda bıraktığımız "koku" bize destek de olabilir, canımızı acıtabilir de...

(Kaynak: G. Jaagar ve J. Ericson, See New Now, 2009.)





gör
hayatı!

Her koşulda tam koruma! Pixar kaplama teknolojisinin sunduğu tüm ayrıcalıklar Pixar BLUV'da

Pixar BLUV cihazlardan yansıyan mavi ışık ve UV korumasının yanın sıra, standart PIXAR kaplamanın tüm koruma özelliklerini de taşır.



Yansımaları önler,
görüş netliği sağlar



Su
tutmaz



Çizilmelere
karşı dirençli



Toz ve kir tutmaz,
kolay temizlenir



Buhar itici
özellik



Maksimum
UV Koruma



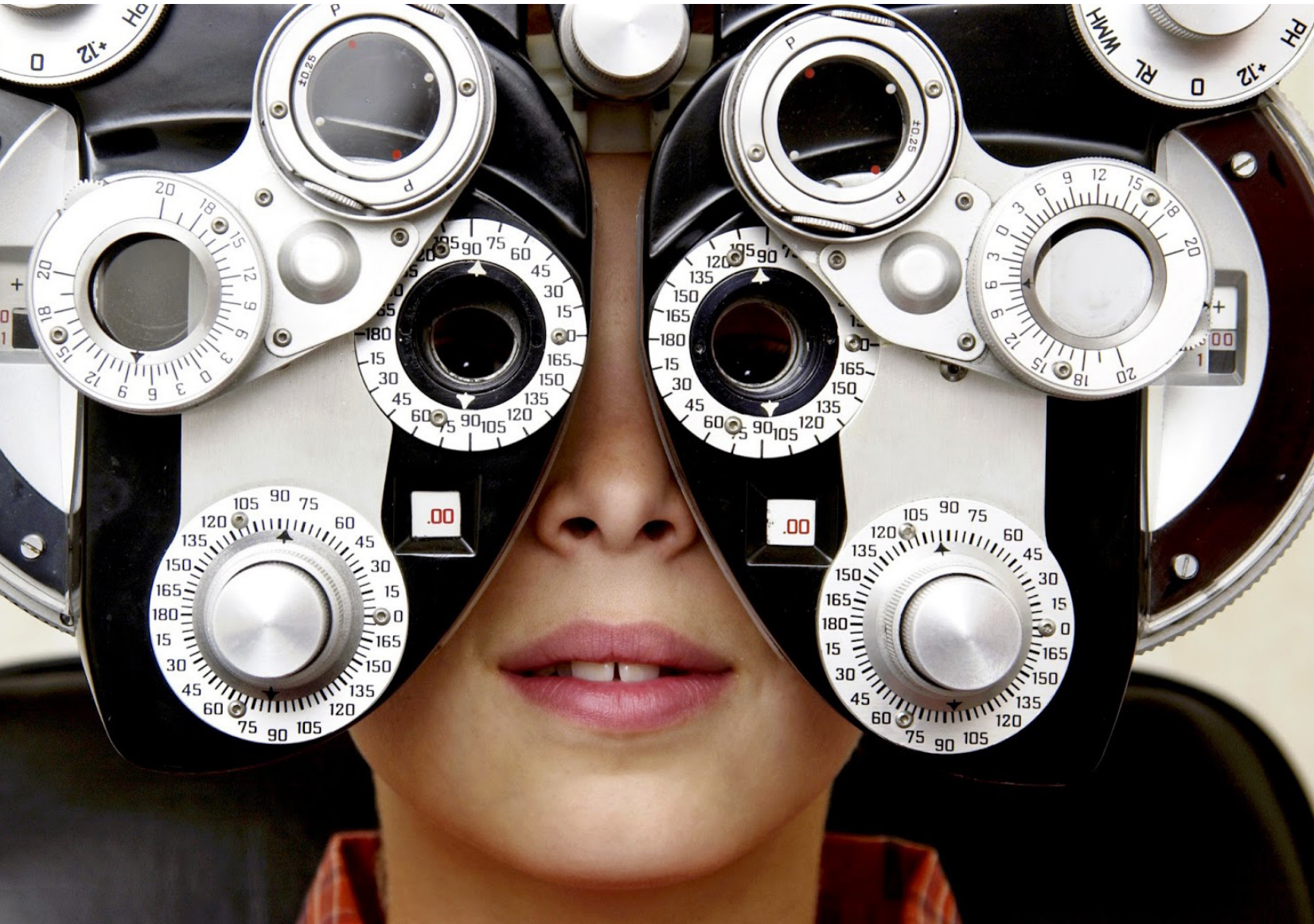
Mavi ışık
önleyici



Tedavisi olmayan göz hastalıkları

Yaşam dünyaya gözleri açmayla başlıyor, yummayla, kapatmayla bitiyor; şairin dediği gibi ömür göz açıp kapayıncaya kadar geçiyor... Ömür boyunca beş duyunun hepsinin yeri ve önemi ayrı olsa da görme bambaşka; öyle ki içinde "göz" veya "görme" geçmeyen şiir, şarkı neredeyse pek yok. Günümüzdeki bilimsel ve teknolojik gelişmelere ve ilerlemelere rağmen ne yazık ki bazı göz hastalıklarının henüz tam tedavileri mümkün değil. İşte bu nedenle de ne yazık ki çeşitli suistimallere şahit olmaktadır. Gözü

ve görmeyi ilgilendiren tüm alanlarda (tıbbi, cerrahi ve optik) tüm yaklaşımları sağlama yetkisine sahip tek meslek dalı olan göz hastalıkları uzmanı olabilmek için ülkemizde liseden sonra en az 11 yıl olmak üzere zorunlu hizmetlerle 14-15 yıl gibi uzun ve çok zorlu bir süreç söz konusudur. 50000 hekimin girdiği Tıpta Uzmanlık Sınavı olan TUS'da ilk 200'e girip 5 yıl boyunca, nöbetler dahil, gece, gündüz çalışıp bir göz uzmanı olabilmek neredeyse 4 adet dörder yıllık fakülte bitirmeye denk gelmektedir.





Umut Tacirlerine Dikkat

Günümüzde tam tedavileri olmamakla birlikte, deneysel çalışmaların sürdüğü başta tavukkarası (retinitis pigmentosa) ve Stargardt hastalığı olmak üzere çeşitli göz hastalıklarında yanıltıcı bilgi ve reklamlarla çaresiz insanlara umut ticareti yapanlar arasında ne yazık ki sülükçüler gibi göz uzmanı olmayan tıp doktorları da var. Bunların hiçbir ciddi bilimsel çalışmaları olmamasına rağmen, çeşitli medya organlarında ve web sitelerinde çeşitli pazarlama taktikleriyle insanları çekmeye çalışıyorlar. Bu hastaların az da olsa kalan görüntülerini

tehlikeye atacak herhangi bir uygulama, belki de birkaç yıl sonra çıkacak gerçek bir tedavi şansını tamamen kaybetmelerine neden olabilecektir.

Bu konuda Bakanlık'ça yasal denetimlerin yanı sıra toplumun da aydınlatılması çok gereklidir. Sadece göz hastalıklarından değil, göz sağlığından da sorumlu 4000 göz hekiminin resmi derneği Türk Oftalmoloji Derneği'nin gozsagligi.todnet.org/ sitesinden yararlanılabileceği gibi göz hastalıkları uzmanlık belgesi olan hekimlere danışılması da uygun olur.



Umutsuz olmayın

Bilsek de bilmesek de, istesek de istemesek de havanın içinde ve suya bağımlı yaşıyoruz. Havadan sudan konular hayatımızda giderek daha da büyük önem kazanırken, açıklanmaya ve yorumlanmaya muhtaç ayrıntılar içeriyor.

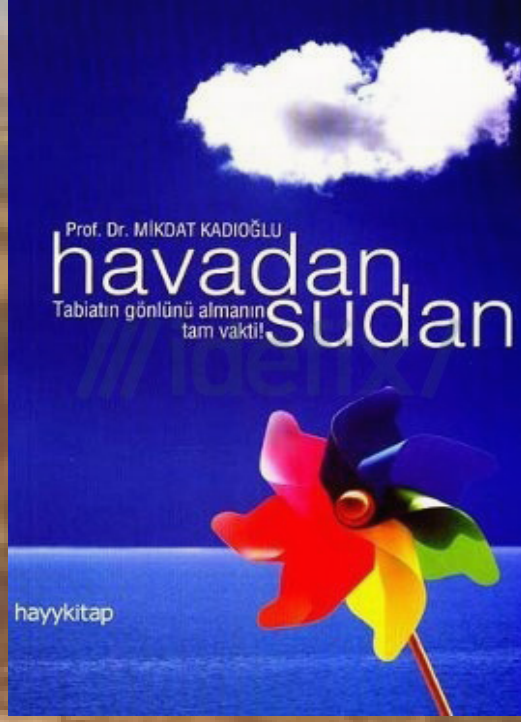
Kullanılabilir su kaynaklarının gün geçtikçe azalması yaşam türlerini tehdit ediyor. İnsanoğlu, dünyada kıymetini bilemediği suyu kıvılcıkta arıyor. Ama hâlâ her şeyin sonu gelmiş değil. Bireysel olarak alacağımız önlemlerle tabiatın gizli tehdidi kuraklığa karşı gelebiliriz.

Bilsek de bilmesek de, istesek de istemesek de havanın içinde ve suya bağımlı yaşıyoruz. Havadan sudan konular hayatımızda giderek daha da büyük önem kazanırken, açıklanmaya ve yorumlanmaya muhtaç ayrıntılar içeriyor. Yıllardır bu köşede ve çeşitli gazetelerdeki yazılarımla aktarmaya çalıştığım bu konuları ikinci kitabımda değerli okuyucularıma derli toplu bir şekilde sunmaya çalıştım. Hayykitap'ın "Yeryüzünün Ahengi" serisinden yayınlanan "Havadan Sudan" isimli kitabımda, köşe yazılarımda ve üniversitedeki derslerimde kullandığım gibi sade bir dil ve üslupla; önce bilgilendirmeye, sonra olası felaket ve afet senaryolarını anlatmaya, son olarak da uygulanabilir çözüm önerileri sunmaya çalıştım.

UNUTULMADAN YAZDIM

Eğlendirerek bilgilendirmeyi hedeflediğim kitabın değerli okuyucuları bu sayede hem doğayı tanıyacak, onu koruma bilinçlerini geliştirecek, hem de güncelliğini hiç kaybetmeyen iklim, hava ve su ile ilgili önemli problemimiz hakkında doğru bilgilenecek.

Susuzlukla boğuşan ağaçlar, seller, yağmur bombaları, kuruyan göller, ölen balıklar, Kuran'daki yağmurlar, sıcak hava dalgaları, 24 saat çalışan klimalar, incelen ozon, bas bas bağırان elektronik kirlilik, ana rahmine kadar sızan



kimyasallar, deprem fırtınaları, kıyı şeridinde yükselen sular, rüzgârgülleri, fırladıklar, poyrazlı şiirler, gök gürültülü sağanak yağışlar, alçak ve yüksek basınçlar, yoldan önce donan üst geçit ve viyadükler, çevreye Fransız kalan siyasi partiler, fırtınalar, türbülanslar, asit yağmurları, küçük bir çocuktan küresel ısınmayla ilgili büyük öneriler, kalkan ağlarına takılan yunuslar, tüyünden çapari yapılan martılar... Hiçbirini unutulmadan ele almaya çalıştığım yazılardan oluşan kitap, karikatürlerle desteklendi.

BEYAZ ADAMA SORUYORUM

Küresel ısınma, sıcak hava dalgaları, sel baskınları, tükenen doğal kaynaklar insanoğlunun doğayı kontrol altında tutma, hükmetme isteğinin sonucu onun bize ve gelecek nesillere isyanıdır. Yıllardır zehirli atıklarını doğaya bırakan, sera gazlarını soluduğumuz havaya salan insanoğlu için "Tabiatın gönlünü almanın tam vakti"dir.

En bilimsel mevzularda "havadan sudan" konuşan bir akademisyen olarak tüm insanlığa kitabımla sesleniyorum: "Sakın umutsuz olmayın!"

Susuzluk, kuraklık, küresel ısınma, sıcak hava dalgaları, sel baskınları hakkında önce bilgilendiriyor, sonra olası felaket ve afet senaryolarını süregelirken beyaz adama soruyorum: "Son ırmak kurduğunda, son ağaç yok olduğunda, son balık öldüğünde; beyaz adam paranın yenilemeyen bir şey olduğunu anlayacak mı?"

Havadan sudan konuşmanın, havadan sudan yazmanın asıl şimdi tam zamanı... Yoksa gelecek için çok geç olacak! Siz de önce bu kitap ile bilgilenin sonra da doğa ananın kalbini kazanmak için üstünüze düşen görevleri yerine getirin.



Esra Beni Eversene...

Bazen insana rahat battığı olur.

Aynen benim gibi.

İki dükkan neyine yetmiyor be adam? Ne bakarsın çoluk, çocuğun lafına? Sanki başka bir piyasaymış gibi sen tut, iki sokak ötede üçüncü dükkanı aç. Sonra da kara kara düşün. Eleman, kira, diploma, elektrik, vergi falan derken kafayı yemek üzereyim. Ne diye öylesine hırsla kapıldım bilmem. Ama saf adamız abicim. Kolay dolduruşa geliyorum. Bunu hissetmiş olacak ki, 1 haftadır oğlan gözüme görünmüyor.

Gerçi işlerin böyle bıçak gibi kesileceğini o da bilemezdi. İş olmadığında da gelen müşteriler de bir cins mi oluyor ne? Reklamlardan görüyorlar herhal, cebine 50 lira koyan gelip güneş gözlüğü istiyor. 100-150 lirası olansa Rayban dan başka bir şeye tenezzül etmiyor. Tam böyle işsizlikle ilgili çareler ararken, canımın sıkıntısını bekarlığımıza veren bilgisayarlı Erol, "hadi seni evlendirelim" dedi. Bak işler nasıl açılır?

Güldüm geçtim. Akşamında da Keyf-i Ala'da evlilik programı seyreden Sedo ile Murat hoca'nın dilindeyim.

"Evlensene oğlum sen! Katıl şu evlilik programlarına. İzleyelim bizde. Senden kralını mı bulacak bu programlar?

Boysa boy! Kariyer desen kralı var. Mal, mülk te yerinde. Ben senin yerinde olsam var ya, 5 dakika düşünürsem şerefsizim."

Akşam eve geldiğim de düşünüyorum. "Amann, başıma iş mi açacam ya!..."

Öte yandan, "neden olmasın?" diyorum.

İşler bozuk. Artık ciddi bir hamle yapmam lazım. Reklam yapabilecek gücüm yok. Dükkanın birini kapatsam, o da çare değil.

Dost var, düşman var.

Yeteneklerimi ölçüyorum. Hiç bir becerim yok.

Benden bir cacık olmaz.

Bu evlilik programı ile ...

-Yok canım. El alemleri kendimize güldürmeyelim.

"Ne ilgisi var abicim diyorum" kendi kendime.

54 yaşındayım. Üç dükkanım var. En iyi bildiğim konu gözlük. Eee, tezgah tar adamız, icabında. İyi-kötü ağzımızda laf yapar. Habire gözlük mevzusu açıp, sözü Burçak optiğe getirmekte var. Bundan iyi reklam mı olur? Hem bakarsın, hakikaten zengin birini bulurum.

Ama oğlum var. Burçak kabul etmez böyle bir şeyi. Burçak mı kabul etmeyecek? Sen ona paranın ucunu göster yeter. Bir dükkanda ona aç. Rızası önemli. Yoksa telefon açıp, bizi rezil etmesin orda.

Sabahı kadar bu şekilde düşünüp durdum. Ertesi gün ilk iş telefonla programı aradım. Bir hafta içinde de Esra Erol'un karşısındaydım.

Harun Çekirge

54 yaşında. Üç dükkan, Bir tarla, Dört ev, İki araba sahibi, 22 yaşında erkek çocuğu var. Sevgi ve saygıya dayalı, dostluğa önem veren, zevk sahibi, kendi ayakları üzerinde durabilen 25 ile 65 yaş arası bir bayanla evlenmek istiyor diye takdim edildim.

Bu yaş aralığı niye bu kadar geniş? Diye sordu Esra hanım. Ben her yaşla anlaşabilen bir yapıya sahibim gibi bir şey söyledim.

Tabii, asıl derdim, zengin ve yaşlı biri ile mantık evliliği. Olur ya, genç ve güzel birini de yakalarsam en azından bir aşk evliliği yaparım diye düşünüyorum. Biri olmazsa, diğeri..

Bir sürü talibim çıktı. Ama kolay kolay beğenmemeye çalışıyorum. Ne kadar gündemde kalırsam o kadar iyi. Beraber çay içtiğimiz kadınların hesabı yok. Bir haftalık- On beş günlük flört lerimiz de oluyor. Her flörtte benden hediye bir gözlük te karşı tarafa gidiyor. Ama olsun. İlk başlarda ki utangaçlığım da kalmadı. Bütün bunlara katlanmama sebep olan dükkanlarda iş patlaması oldu. Her gün tv'deyim. Ben haftanın 5 günü İstanbul stüdyolarındayım. İşler bir açıldı, sormayın. Yeni elemanlar aldık. Müşterilerimizden telefon açıp akıl verenler var. O Almacı kadın sana yaramaz Harun bey evladım. Sen o Ankaralıya bir şansa daha ver. Harun abi, ya seni çok seviyoruz. Bak şimdi dükkandayız. O muhasebeci ablayı sana çok yakıştırdık. Harun bey, bizi hatırlarsınız. Geçen sene çiçekli bir gözlük almıştık ya... Annem diyor ki, o Azeri, kadından size hayır gelmez. Onun gözü yükseklerde. Orada oturan o dahiliyeciler doktor kadın çok hanım hanımcık... Ben de böyle bir şey bekliyorum ama, gelmiyor ki. Bir tane bile göz doktoru bir kadın katılmadı ki, kapalım hemen. Üstte muayene, altta dükkan.

Ondan sonra istediği kadar Optometri gelsin. Vazgeçtim göz doktorundan eczacı bilem yok. En azından güç birliği yapardık.. 7,5 aydır tv'de görünüyorum. Artık kendi çapında şöhretli sayılırım. Dükkanın yolunu unuttum. İtiraf edeyim. Artık dükkan mükkanda pek umurumda değil. Gittiğimde de çabuk sıkılıyorum. O spotları, o ortamı özlüyorum. Bir iki reklam filminde oynadım. Evlilik programlarını konu alan "Kızım seni Ali'ye

vereyim mi? " diye yeni bir diziden teklif aldım. Evliliği de unuttum. Bu tür programlara çıkmayı ayıp ve alçaltıcı bir şey olarak gören ben için şimdi hayat sahne, spotlar, alkışlar, polemikler den ibaret. Nasıl? Beni mi çağırıyorlar? Geldim! Geldim!

Sahne 4! Motor!
BAŞLA!





ESKİ KÖYE YENİ ADET GETİRMEK

İnsan yaratılışı itibariyle gelişime değişime ve yeniliklere açıktır. Kendini ve yaptığı işini yeniliklere ve değişime açık tutan cesur insanlar, eski köylerini yeni hale getirerek kasabaya, hatta şehre dönüştürürler.

Ekonomik hayatın temel unsurları olan işletmeler, mal ve hizmet üreterek insan ihtiyaçlarını karşılar ve sahiplerine kâr sağlarlar. Zamanla ekonomilerin büyümesi, pazarların artması, üreticilerin artması, tüketicilerin bilinçlenmesi gibi gelişmeler, işletmelerin rekabet gücünü önemli ölçüde etkilemektedir.

Geçmişten günümüze optiğin gelişimini göz önüne alırsak, yenilikleri ve değişimi alışkanlık hale getiren firmaların her geçen gün daha verimli ve daha güçlü bir halde çalıştığına şahit oluruz.

Firmalar yaptıkları yenilik ve değişikliklerle kendi işinin amelesi, kalfası, ustası hatta mimar ve mühendisi olurlar. Sadece takip ve taklitte ayakta kalmaya çalışanlar ise bir gün illaki kaçınılmaz sonla yani firmanın batması ile karşı karşıya kalmaya mahkum olurlar.

Firmalar kendi kapasitelerini iyi analiz edip, neleri başarıp neleri başaramayacağını, hangi ürünlerle hangi firmalara satış yapabileceklerinin detaylı incelemelerini yaparak buna göre strateji geliştirmeleri şarttır.

Sektördeki en büyük hatamız kendimizi iyi analiz edememekten kaynaklanmaktadır. Ve maalesef kopyacılık kolay geldiğinden ar-ge çalışmalarına gerekli yatırım yapamıyoruz. Hangi firmada hangi model satıyor takip edip, onu kopyalamak kolayca kaçmaktır.

Bu yüzdendir ki sadece taklitte yaşamaya çalışıyoruz. Oysa ki modellerini kopyaladığımız bir çok firmanın bizden en büyük farkı, eski köye yeni adet getirmek için yeni ve yenilikçi tasarımlarla adım atmalarıdır.

Perakende sektöründe ki bir çok optikçi arkadaşlarımız sosyal medyadan yeni model ve ürünleri takip ederek kim daha yenilikçi ve gelişime açık ise ona şans vermektedirler.

Bu durumda her üretici firma, her sene hiç olmazsa, kendine has birkaç ürün geliştirirse ve

piyasaya yeni ürün sürerse, hem iç piyasanın hem de ihracat yaptıkları firmaların daha çok dikkatini çeker ve yaptıkları ar-ge çalışmalarının karşılığını kat be kat alırlar.

Değişim ve gelişim yönetimi oldukça zor bir iştir. Özellikle de kalıplaşmış değerlerimizden taviz vermeden değişime yön verebilmek daha da zordur. Patronlar ve yöneticiler, değişimin piyasa üzerindeki etkilerini dikkate aldıkları sürece başarılı bir değişim yönetiminden söz edilebilir ve bu sayede kendilerini geliştirmiş olurlar. Şu bir gerçektir ki, dünya ile birlikte Türkiye’de süratle değişmektedir. Özellikle her optikçinin internet kullanım zorunluluğunu göz ardı etmezsek, ne demek istediğimi daha net anlamış oluruz.

Değişim ve gelişime ayak uyduramayan firmalar ne kadar büyük olurlarsa olsunlar, ne kadar yıkılmaz olurlarsa olsunlar yok olacaklardır. Zaman bizi bertaraf etmeden, bizim kendimizi yenilememiz gerekmektedir. Yani eski köye yeni adet getiremezsek, eskilerde kalmaya razıyız demektir. Diğer taraftan, sürekli değişen modeller ve piyasaya çıkan yenilikler, optikçilerin ihtiyaçlarının çeşitlenmesine, üretimin artmasına ve model çeşitliliğine yol açmıştır. Ürün model ve renklerinin çoğunluğu, kar oranlarının her geçen gün düşmesi, rakiplerin sürekli artmasını da göz önünde bulundurursak, eski köye yeni adet getirmemizin şart olduğunu daha iyi anlayabiliriz.

İşte bu durumda değişim ve yenilikçilik, hem rekabet edilebilirliği sağlamakta hem de rakiplerin bir adım önüne geçerek rekabet yaratmaktadır. Unutulmamalıdır ki, esas olan rekabet etmek değil, rekabet yaratabilmektir.

Yeniliklere ne kadar çok önem verirse, o kadar çok gelişiriz. Ne kadar hızlı değişim ve gelişime sahip olursak da o kadar çok gelişir ve yenileniriz. Bütün bu döngüye sahip olan firmalar ise başarı grafiğini her geçen gün yukarılara taşıyacak öncü firmalar olmaya devam edeceklerdir.

Unutmayalım ki, her yenilik değişime, her değişim de gelişime kapı açar.

Köyünüz eski de olsa, yeni adetler edinmeniz dileğiyle, değişim gelişim ve yenilik dolu bir hayat dilerim.



gör
hayatı!

Her koşulda tam koruma! Pixar kaplama teknolojisinin sunduğu tüm ayrıcalıklar Pixar BLUV'da

Pixar BLUV cihazlardan yansıyan mavi ışık ve UV korumasının yanın sıra, standart PIXAR kaplamanın tüm koruma özelliklerini de taşır.



Yansımaları önler,
görüş netliği sağlar



Su
tutmaz



Çizilmelere
karşı dirençli



Toz ve kir tutmaz,
kolay temizlenir



Buhar itici
özellik



Maksimum
UV Koruma



Mavi ışık
önleyici

YOLNAME

Yazı ve Fotoğraflar: Mustafa KÜRELİ
mkureli@gmail.com



Positano - Italy



Hiç gökkuşağının altından geçtiniz mi?

Bilirsiniz; bazı şeyler, bazı yerler anlatılmaz, yaşanır deriz! İşte öyle bir yere gidiyoruz. Ne kadar anlatsam, ne kadar süslü kelimeleri sıralasam yine de Positano'yu yeterince anlatamam. Bilemiyorum ki; limon kokulu sokakları, “deniz dudağı” pastel renkli evleri, en keyifli kahveleri, Akdeniz'in mavisini nasıl anlatsam?

Roma, Fiumicino havaalanından araba ile yola çıkarak birkaç saat oluyor. Roma'nın trafik hengâmesinden kurtulup böyle bir güzelliğe gelmek adeta üzerimizdeki kirden pastan kurtulmuşluk hissi veriyor.

Evet, gökkuşağının altından geçtik sanki! Kuzey İtalya'daki Cinque Terre'yi aratmayacak güzellikler göreceksiniz, bu limon cennetinde nefis “limoncello”lar içeceğiz. Amalfi Kıyıları, Sorrento Yarımadasından Salerno'ya kadar uzanan 40 kilometrelik bir kıyı şeridi. Yüksek sarp kayalıkları, denize uzanan renkli ve sevimli köyleri, dar ve bol virajlı yolları, süslü bahçeleri, turkuaz renkli suları, yeşil dağların üzerinden nefes kesici manzaralarıyla, sadece İtalya'nın değil, dünyanın da en güzel kıyı şeritlerinden birisi “Amalfi coast” ve onun incisi Positano'dayız.

Tepelerini Limon ağaçlarının kapladığı, neredeyse bütün evlerini çiçekli balkonların süslediği, rengârenk ve dolambaçlı sokakları ile kartpostalları süsleyecek kadar güzel, romantik bir kasaba Positano.

Bir yer düşünün sokakları limon koksun. Bir yer düşünün en güzel güneş orada batsın. İşte burası... Olası!

Sırtını dağlara, yüzünü denize çevirmiş, adeta bir cennet köşe Positano. Dik yamaçlı bir tepeye kurulmuş bu küçük kasaba, begonviller ve sardunyalar ile bezenmiş daracık sokaklara sahip göz kamaştırıcı bir tatil beldesi. İtalya'nın en romantik ve şirin kasabalarından biri! Akdeniz'in güler yüzlü, sıcakkanlı ve hayat dolu insanların yaşadığı rüya gibi bir doğa parçası!

Çevre güzellikleri seyretmek için kıvrıla kıvrıla giden asfalt yolda saatte 30 km hızla yol alıyoruz. Üstü açık bir arabada fularını savurarak giden, siyah- beyaz yıllarımızın en güzel âşıkları Rita Hayword ve Humphrey Bogart'ı arıyor gözlerim. Bu yol ancak hayalimde canlandırdığım kırmızı cabrio bir Cadillac ile onlara yakışır. Çünkü Avrupa'nın en ünlü yollarından biri burası ve adı “Aşk Yolu”

Napoli'ye 60 km uzaklıkta yer alan bu şirin kasabaya kıvrıla kıvrıla giden yol, İtalya'nın





güney sahilleri boyunca, eşsiz manzaralar sunuyor. Yağlı boya tabloları andırıyor sanki. Uçsuz bucaksız, denize nazır, birbirine kavuşan iki tepenin birleştiği yerde, üst üste sırlanmış rengarenk evleriyle olağanüstü bir manzara karşılıyor bizi.

İtalya'nın Campania bölgesindeki Sirenuse Adaları'na bakan dik yamaçlar üzerine kurulan Positano, ortaçağda Amalfi Cumhuriyeti'nin bir limanı olarak anılıyor ve 16 ve 17. yüzyıllarda oldukça zenginleşiyor. Daha sonra yaşanan ekonomik krizlerle sıkıntıya düşen kasaba halkı oldukça zor zamanlar yaşıyor. 1860-1870 yılları arasında, yaklaşık 6 bin kasabalının Amerika'ya göç etmesiyle, Positano sessizliğe bürünüyor. Evler, bahçeler limon ağaçları bakımsız kalıyor. Kasaba adeta terk ediliyor. Evler yıkılmaya, ağaçlar kurumaya başlıyor ve nüfusu 2 binlere kadar düşüyor.

Bu terkedilmişlik sonucu XX. yüzyılın ilk yarısında fakir bir balıkçı köyü olarak günlerini geçiren kasaba, 1953 yılında John Steinbeck'in yazdığı Positano'yu anlatan bir yazısı yayınlanıncaya kadar sürüyor. Bu yazı ile bir anda kasabanın kötü talihi değişiyor. Adeta bir turizm patlaması yaşanıyor ve akın akın turist





gelmeye başlıyor. İşin ilginç tarafı, Steinbeck, buranın turistik olarak gelişmesinin çok zor olduğunu, yeterince turist çekemeyeceğini yazmış!

Kasabanın süsü ve orta çağ sanatının güzel örneklerinden biri olan, Santa Maria Assunta Kilisesi, Tiran denizine nispet yaparcasına, çini kubbesiyle manzaranın güzelliğine güzellik katıyor. XIII. yüzyıldan kalma, korsanlar tarafından Bizans'tan çalınarak buraya getirilen ve Bizans'ın simgesi siyah Meryem ikonu kilisenin değerini daha da arttırıyor.

Herkesi kendine hayran bırakan bu şirin kasabanın oldukça parlak bir geçmişi var. IX. ve XI. yüzyıllar arasında Amalfi Cumhuriyetinin bir parçası olan Positano, ilk denizcilik yasalarının çıkarıldığı yer olarak tarihe geçiyor. Bir limanı dahi olmamasına rağmen X. yüzyılda, Venedik cumhuriyetinin en güçlü rakiplerinden biri oluyor.

Günümüzde Positano'nun cıvıl cıvıl sokakları turist kaynıyor. Yaz aylarında, daracık sokaklarının tıklım tıklım olduğu küçük kasabada, arabanızı park edecek yer bulmak neredeyse imkânsız. Sorrento'dan



Sita bus denen otobüslerle 1 saat süren kasaba bugün Avrupa sosyetesinin, ünlülerin ve zengin yat sahiplerinin en gözde yerlerinden birisi. Positano birçok filme sahne olmuş, bu filmlerden bir kaç tanesi “Only You”, “Under the Tuscan Sun”, “Kath and Kimderella”. Ayrıca The Rolling Stones üyelerinden Mick Jagger ve Keith Richards, gurubun ünlü şarkılarından “Midnight Rambler” burada bestelemiş. Positano, dik ve dar sokaklarında yük taşımak için eşekler kullanılıyor. Tepelerdeki ev sahipleri için bu eşekler çok önemli bir ihtiyacı gideriyor. Alışveriş sonrası en iyi taşıma aracı bunlar çünkü. Valiziniz varsa ve tepedeki bir otelde kalıyorsanız ilk başvuracağınız kişiler de bu eşeklerin sahipleri. Şehir o kadar dik ki bazı kitaplarda “The Vertical city” (Dikey şehir) olarak geçiyor. Her yer yokuş her yer merdiven! Positano, yürüyerek keşfedebileceğiniz bir yer, başka türlü de mümkün değil zaten. Denize paralel uzanan yamaçlarda, üstü üste sıralanmış, pastel renkli evlerin arasında uzanan daracık sokaklarda yürümek pek bir keyifli. Evler, sokaklar, bahçeler ve manzara muhteşem. Evlerin her birinin manzarası çok güzel.

Başınızı nereye çevirseniz bir başka güzellikle karşılaşıyorsunuz. Gözünüzün alabildiğine Akdeniz, limon çiçekleri ve yemyeşil ağaçlar, begonviller, çiçekler, çiçekler... Bu kartpostal görünümündeki kasabaya Napoli’den trenle ulaşmak da mümkün. Feribotla gelmek isterseniz de Sorrento, Amalfi ve Salerno’dan gemiler çalışıyor. Napoli’den kalkan Circumvesuviana banliyo treniyle 30 dakikada Sorrento’ya, oradan da bu yollar için özel olarak imal edilmiş dar SITA otobüslerine binip 20 km’lik harikulade bir yolculukla Positano’ya ulaşıyorsunuz. Genellikle mekân önerisi yapmam ama bu başka! Kısaca şu kadarını söyleyeyim; eğer yolunuz düşerse, bir akşamüstü Positano’da, Franco’nun barında Güneşi batırın. Ömrünüze ömür katın... Steinbeck’in dediği gibi; “Positano çok derin bir anlama sahip. Orada olduğunuzda bu büyülü yerin farkına varmanız imkânsız gibi, ancak ayrıldığınızda sürekli aklınıza gelecek ve o zaman büyüsunü hissedeceksiniz”. Gezenlere, gezmek isteyenlere, gezmesini bilenlere bitmeyen yolculuklar diliyorum.















OPTİSYENİN SESİ

E-DERGI
Sayı: 42 MAYIS 2017
Optik Magazin Dergisi

ben.x[®]
sunglasses

ben.x[®]
memory eyewear

by **mercan**

f i y t v in
@benxeyewear

www.mercanoptik.com.tr