



PTİSYENİN

E-DERGI
Sayı: 27 OCAK 2016
Sesi
Optik Magazin Dergisi



Metin Turanlı

2016 Falınız bizden...

Güneş Gözlüğü ve "Cool" olmak
Arasındaki Psikolojik Bağ

Prof. Dr. Mikdat Kadioğlu
Kelebek Etkisi

YOLNAME
Londra

ben.x®

Colour your day

*with easily changeable temples
and various colour options
more colourful days*



ben.x[®]
MEMORY EYEWEAR

Geleceğin progresifi Progresifin geleceği



nucleo

A Variable Base Curve Lens

A graphic element for the Nucleo logo, featuring a blue sphere with three elliptical orbits around it, each with a small blue sphere at a point. To the right of this is a stylized blue '4D' logo.

OCAK 2016

EDİTÖRDEN 7 SEKTÖRDEN VE DÜNYADAN HABERLER 8

8 HABER

Fuarın yıldızı yine Novax

12 TARİH

Tarihte ilk resim

16 HABER

Güneş Gözlüğü Ve “Cool” Olmanın Modern Anlamı Arasındaki Kültürel Ve Psikolojik Bağ

22 MODA

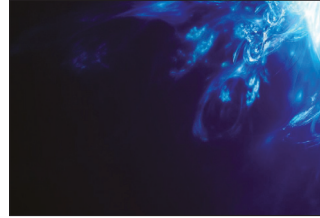
Mavi Işık: İyi ve Kötü yönleri

26 HABER

En çok hangi millet gözlük kullanıyor?

30 FUAR

Silmo İstanbul Optik Fuarı



DOSYA KONULARI

SAĞLIK Karasu Glokom 36

SİZİN KALEMİNİZDEN Metin Turanlı / 2016 Fahnız bizden... 36

SAĞLIK Uveit ve Behçet Hastalığı 38

SAĞLIK Murat Uyar / Sadece iyi görmek sağlıklı gözlerin garantisi midir? 42

FIRTINA FIRTINA ÖNCESİ Prof. Dr. Mikta Kadıoğlu / Kelebek Etkisi 44





TARİHTE İLK RESİM 12

YOLNAME

Mustafa Küreli'nin kaleminden;
Londra

46



OPTİSYENİN SESİ E-DERGI
Ayda bir yayınlanır
Ocak 2016

www.optisyeninsesi.com Adına
İmtiyaz Sahibi
Orhan Küreli

Sorumlu
Yazı İşleri Müdürü
Ozan Küreli

Yazı Kurulu Üyeleri
Mustafa Küreli, İlm. Av. Oğuz Ünal
Hakan Hürsever, Prof. Dr. Miktaf Kadioğlu
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 Ocak 2016 tarihinde internetten online olarak izlenebilmiştir.

ESERİNE İYİ BAK TÜRKİYE!

Güneşli günler başlıyor...

Koyduğunuz milyonlarca tuğlayla Avrupa'nın ilk, ülkemizin en donanımlı Onkoloji Kenti ve Hastanesi LÖSANTE açıldı...

%100 başarı hedefimizle artık hiç kimse kansere karşı yalnız olmayacak.

Bu büyük esere iyi bakalım ve destek olmaya devam edelim.

www.birtugladasenkoyarmisin.com

Hastane Oteli

LSV Okulları

LÖSANTE
Çocuk ve Yetişkin Hastanesi

Güneşli yarınları görebilmem için...

**Bir tuğla da
siz koyun!**

Yıllardır el ele vererek binlerce lösemili çocuğumuzu hayata kazandık.
Bugün ülkemizin en donanımlı Onkoloji Hastanesi'ni kurarken de hız yalnız bırakmayacağınza inanıyoruz.

LÖSEV
Lösemili Çocuklar Vakfı



Bir yılı daha geride bıraktık.

Çoğunlukla üzücü olaylarla dolu bir yıl olan 2015'in, yerini daha aydınlık, daha ferah, ülkemiz ve dünyamız için daha güzel bir 2016'ya bırakmasını yürekten diliyorum.

AKILCI DÜŞÜNCENİN üstünlüğünü kabul edebilmek, ister pragmatik isterse etik sebeplerden ötürü olsun, bireylerin ve dolayısıyla ulusların ilerlemesi için elzemdir. Atatürk'ün deyişiyle "Hayatta en hakiki mürşit (yol gösterici) ilimdir".

Optisyeninsesi olarak dünyayı değiştiremeyiz elbette. Fakat İzmir'den, Adana'dan, Urfa'dan, Ağrı'dan, Rize'den ve daha ülkemizin pek çok noktasından gelen e-posta ve telefonlara bakılırsa, her ay yüzlerce kişi her ay yeni sayımızı okumak için sabırsızlanıyor. Bir sektörün dokusuna bu kadar nüfuz edebilmek, bu kadar içten bir şekilde kabul görüp heyecan uyandırmak, 10 yıldır yayıncılık yapan biri olarak söyleyeyim, sıkça görülen bir durum değil.

Sadece dergimizin değil, bildiğiniz gibi optisyeninsesi.com ve facebook sayfamızda da sürekli yeni içerik yayını yapıyoruz.

Çoğunluğu dergide olmayan bu harika haberlerimizi okuyucularımız çok seviyor.

Oldukça hareketli bir yılı geride bıraktık. Çoğunlukla üzücü olaylarla dolu bir yıl olan 2015'in, yerini daha aydınlık, daha ferah, ülkemiz ve dünyamız için daha güzel bir 2016'ya bırakmasını yürekten diliyorum.

Orhan Kürelİ

Fuarın Yıldızı bu yıl da; NOVAX!

Bu yıl içerisinde katıldıkları beşinci optik ihtisas fuarını da başarıyla tamamladılar.

MIDO-Milano/İtalya, OPTO-Brno/Çek Cumhuriyeti, VISION EXPO-New York/A.B.D. ve SILMO-Paris/Fransa'nın ardından başarılı geçen bir fuarı daha geride bıraktık.

10-13 Aralık 2015 tarihleri arasında İFM'de gerçekleşen Silmoİstanbul Optik Fuarı'nın yıldızı, her geçen yıl artan bir ilgiyle bu yıl da NOVAX oldu.

Beta Optik | NOVAX standını ziyaret eden meslektaşlarımız, yapılan çekiliş sonucu bir önceki yıl olduğu gibi, yine değerli hediyeler kazandı.





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



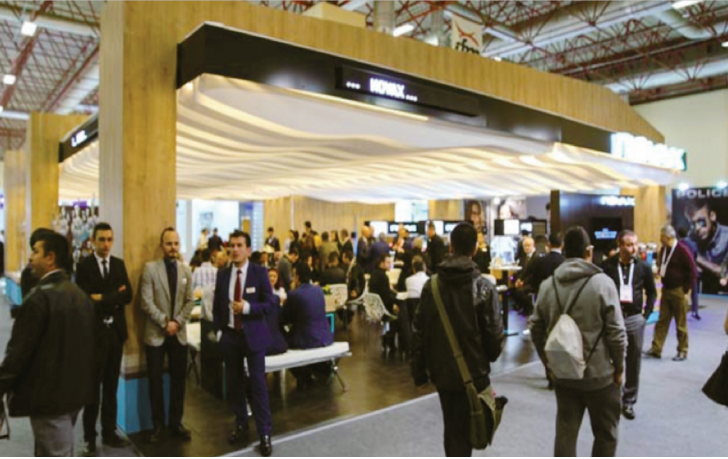
Maksimum
UV Koruma



Mavi ışık
önleyici

Geçen yıla kıyasla bu yıl çok daha fazla ziyaretçinin ilgi gösterdiği fuarda, Novax ilgi odağı oldu.

Firmamız yeni lanse ettiği inovatif progresif ürünü, Nucleo 4D'nin bir sunumunu da gerçekleştirerek, piyasaya resmen arz etmiş oldu. Camber teknoloji ile Novax free form iç yüzey tasarımın mükemmel kombinasyonu olan Nucleo 4D lansmanı büyük ilgi gördü. Fuar süresince Novax standını ziyaret eden meslektaşlarımız arasında yapılan çekiliş sonucu; Nidek LE700 marka otomatik cam kesme makinesinin talihlisi, Soma-Damla Optik olmuştur. Bir çok ülke distribütörümüz ün de hazır bulunduğu fuar, özellikle düzenlediğimiz kampanyaya gösterilen yoğun ilgi nedeniyle oldukça hareketli geçti. Üniversitelerimizin Optisyenlik programı öğrencilerinin de ziyaret ederek, ürünlerimiz hakkında bilgi aldıkları bir başarılı fuarımızı daha tamamlamış olduk. Destekleriyle bize güç veren tüm meslektaşlarımıza, en içten duygularımızla teşekkür ederiz.



PIXAR[®]UV

maksimum görüş performansı
maksimum **UV** koruma



gör
hayatı!

süper hidrofobik
integral anti-refle kaplama + **UV 400 koruma**



Yansımaları önler,
görüş netliği sağlar.



Su
tutmaz



Çizilmelere
karşı dirençli



Toz ve kir tutmaz,
kolay temizlenir.



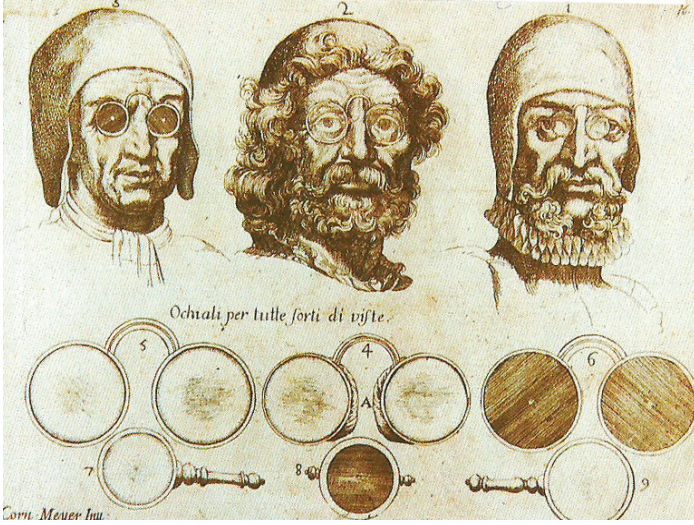
Buhar itici
özellik.



Maksimum
UV Koruma

Gözlüklü İlk Resim

Gözlüklerin resmedildiği en eski örnek ise Tommasso da Modena imzalı, Provans Kardinali Hugh'un vidalı gözlüklerle resmedildiği 1352 tarihli freskidir. Domenico Ghirlandajo da 1480 yılında St. Jerome'u masasının başında gözlüklü olarak resmetmiştir.



St. Jerome, ilk gözlüklerin yapımından bin yıl önce ölmüş olsa da gözlükler burada bilgeliğin sembolü olarak resimdeki yerini almaktadır. İncil'i İbranice metinleri esas alarak Latince'ye çeviren ilk kişi olan St. Jerome, kütüphanecilerin., eğitimcilerin, çevirmenlerin ve yazarların azizi, Fransızlar tarafından ise gözlük ustalarının azizi olarak kabul ediliyordu.

Gutenberg'in 1450'lerde matbaayı icat etmesiyle birlikte , gözlükler zanaatkarlar, keşişler ve diğer din adamları tarafından kullanılmaya başladı. Kitaplar herkesin

ulaşabileceği kadar yaygınlaştınca, gözlük talebinde de hızlı bir artış olur. 15. yüzyılın sonunda , seyyar gözlük satıcıları Batı Avrupa sokaklarını doldurur. 1665 yılından sonra , ilk gazete London Gazette'in basılmasıyla birlikte talep daha da yükselmeye devam eder.

Çift odaklı gözlüklerin mucidi ise Benjamin Franklin. Cam merceklerin üst kısımları uzak görüşü, alt kısımları ise yakın görüşü düzeltiyordu. Benjamin Franklin, 1785 Mayıs'ında Londralı hayırsever George Whatley'e yazdığı

My Life.



My Style.



ROBERT RÜDGER

MY NEW EYEWEAR



bir mektupta “Artık gözlüklerimi takıp çıkarmak zorunda değilim, sadece gözlerimi aşağı yukarı hareket ettirmem yetiyor” demişti. Franklin bu gözlükleriyle zamanının yüz yıl ötesindeydi. 1700’lerde Franklin’in çift odaklı gözlüklerinin yanı sıra Benjamin Martin’in icad olan kemik çerçeveli Martin’s Margins gözlükler, kulaklara takılan saplı gözlükler, Amerikan Başkanı George Washington ve Napolyon Bonaparte gibi gözlüklerini sürekli takmak zorunda olmayanların tercihi makas açılımlı gözlükler üretilmeye başlamıştı.

İlk gözlükçü dükkanı 1783’de Philadelphia’da açıldı. Francis Mc Allister mağazasında gözlükleri bir sepetin içine yığıyor, müşteriler de bunları tek tek deneyerek gözlerine uygun geleni

alıyorlardı. 1815’te artık kendi altın ve gümüş çerçevelerini üretmeye başlamıştı. 1820’ler ve 1830’larda Mc Allister’in yanı sıra 300’ün üzerinde üretici ve ihracatçı iş yapıyordu.

Tek gözde, göz çevresi kaslarıyla sıkıştırılarak kullanılan “monokl” gözlükler 1720 yılında üretildi ama çok daha sonra 1880’lere ve 20. yüzyıl başında yaygınlaştı. Özellikle aristokratlar moda akımlarının da etkisiyle statü sembolü olarak monokl biçimini tercih ediyordu. 1727 yılında Londra’da Edward Scarlett’in gözlük sapını bulmasıyla gözlükler bugünkü şekline kavuştu. Saplar kafaya göre ayarlanabildiği için gözlük burun üzerine daha az ağırlık yapıyor, düşme tehlikesi de önlenmiş oluyordu.



The World sees **(with)** us.



gör
hayatı!



vê
a vida!

Sieh das
Leben!

voir
la Vie!

ve
la vida!

**увидеть
жизнь!**

چشم انداز
زندگی

انظر
للحياة!

Discover the potential

www.betaoptik.com

BETA®
OPTIK

Bunu da araştırdılar!

Güneş Gözlüğü Ve “Cool” Olmanın Modern Anlamı Arasındaki Kültürel Ve Psikolojik Bağ

Şu güneş gözlüğü denilen mucizeyi kim taksa yürüyüşü daha bir kendinden emin, saçları daha bir ahenkle dans eder hale gelmiyor mu?



İşlevi güneşten korumaktan çok insana bir endam, bir seksapel kazandırmak gibi değil mi?

Hah işte bunu fark eden İngiliz bilim insanları güneş gözlüğündeki kerameti araştırmışlar. Nottingham Trent Üniversitesi sanat ve tasarım bölümünden Vanessa Brown'un araştırması gündelik objelere yüklediğimiz anlamlar üzerine.

Önümüzdeki senenin başında çıkacak olan kitabında ise güneş gözlüğü ve “cool” olmanın modern anlamı arasındaki kültürel ve psikolojik bağı inceliyor.

Buna göre öncelikle, güneş gözlüğünün sihri, yüzünüzde bir simetri yaratıyor olmasında yatıyor. Çünkü araştırmalar gösteriyor ki, bir yüzü çekici bulmamızı sağlayan en önemli etkenlerden biri yüzdeki simetri. Güneş gözlüğünü takar takmaz



For sports too - it's
WILLSONITES



WILLSONITE
Styles Illustrated:



Another
WILLSONITE
Exclusive!
"Boulevard" 6.75

Sun

WILLSON PRODUCTS, INC. • READING, PE
Makers of industrial goggles, gas masks, helmets, respirators

**See how Ray-Ban® G-15 Sun Glasses
open your eyes to safer driving!**



1. Here you are on a long drive into the hot afternoon sun. It's hard to see oncoming traffic. The more you squint to shut out the glare, the more tired and irritable you get. You'll feel lucky to get home in one piece. What you need is a pair of new Ray-Ban G-15 Sun Glasses.

2. Now you're driving with your eyes wide open... into the same pitiless sun. But you have on Ray-Ban G-15 Sun Glasses, and they're worth every cent they cost. Their neutral gray lenses filter out harsh glare, let you see everything in true natural colors. If you weren't so relaxed and comfortable, you wouldn't know you had them on!

3. Developed for the Air Force by Bausch & Lomb, Ray-Ban G-15 lenses are finest optical glass, ground and polished to curve. In genuine lifetime 1/10 12K gold filled frames, or smart new plastic frames for men and women. Try on Ray-Ban G-15 Sun Glasses in bright sunlight... and you'll never settle for anything else! See Ray-Ban G-15 and other specialized lenses for outdoor living at leading optical and other quality outlets everywhere. Bausch & Lomb Optical Co., Rochester 2, N. Y.



18" to 125
where

BAUSCH & LOMB

FINISHED NAME IN SUN GLASSES



da göz çevresinde asimetri yaratan ne kadar çok ayrıntı varsa hepsini kapatmış oluyorsunuz.

Gözlüklü bir insanın yarattığı bir diğer etki ise gizem. Karşınızdaki insanın gözlerine bakarak onun zekasına, samimiyetine ve kendine güvenine dair birçok fikir edinebileceksen, güneş gözlüğü buna izin vermiyor. Yine araştırmalar gösteriyor ki birinin gizemli olması ona karşı duyduğunuz seksüel arzuyu arttırıyor. Ayrıca güneş gözlüğünü takan insan da kendini daha anlaşılmaz hissediyor. Bir nevi kamuflaj...

Güneş gözlüğü mucizesi bununla da bitmiyor. Güneş gözlüğü ve cazibe arasında tarihsel olarak kurduğumuz bir bağ var. Satışları 1920'lerde

popülerleşmiş ama günlük yaşantımıza girmesi 20 yıl sonrasını bulmuş güneş gözlüklerinin reklamları da ilk zamanlarda öncelikle kış sporlarıyla, denizle ve uçak yolcuğuyla özdeşleştirilmiş.

Bu sebeple insanların kafasında modernliğin bir sembolü gibi belki de. Bunun yanında 1950 ve 1960'lı yıllarda Hollywood starlarının

halk arasında tanınmamak, paparazzi ışıklarından korunmak için güneş gözlüklerine rağbet etmesi de insanların cazibeye dair oluşturdukları algıyı etkilemiş.

Sonuç olarak güneş gözlüğü takarak bir taşla üç kuş vuruyorsunuz: simetri, gizem ve cazibe; Bilimsel araştırma sonucudur.

NOVAX®

FreeForm® Gözlük Camları



gör
hayatı!



Türkiye

Gücünü ve
Potansiyelini Keşfet

www.betaoptik.com

BETA
OPTİK



My Life.

My Style.



ROBERT RÜDGER

MY NEW EYEWEAR

Palladium Optik'ten Bir Yenilik Daha!

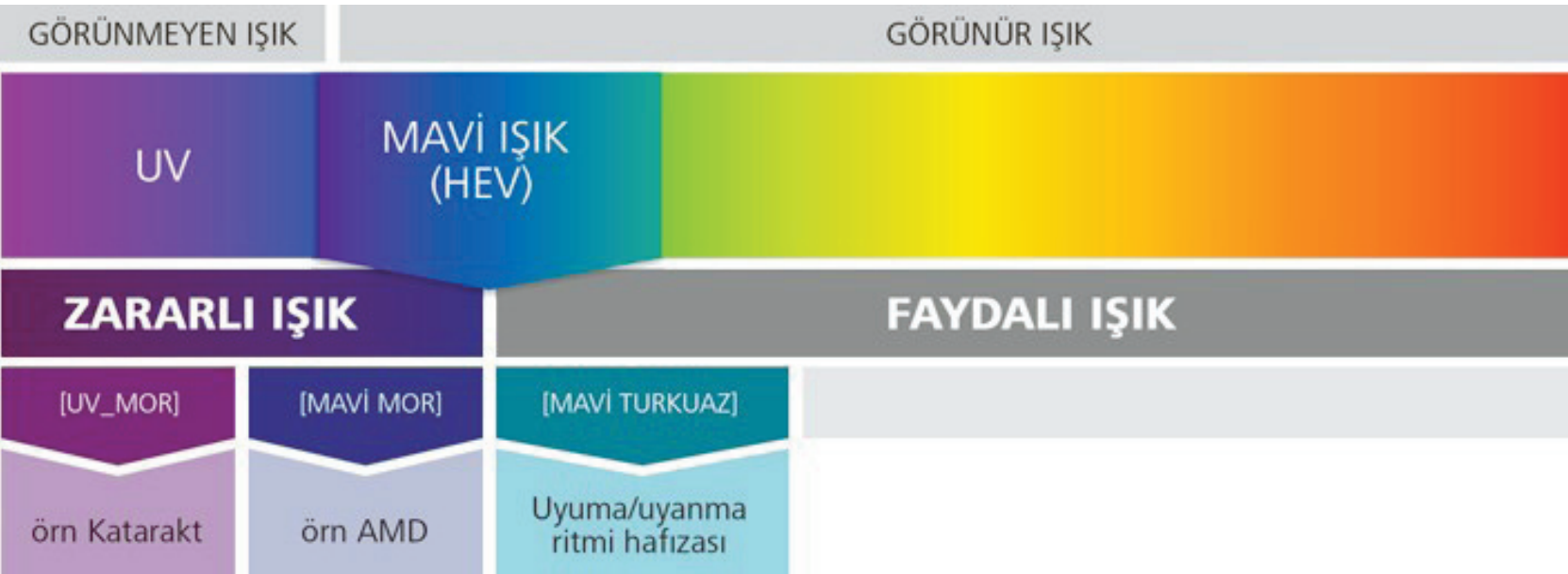
Almanya ve Avusturya'nın en prestijli markası ROBERT RUDGER
Palladium Optik farkıyla Türkiye'de.

Erkeklerle özel, güçlü, sıradanlıktan uzak bir çizgide; titanyum , doğal ahşap ve buffalo boynuzunun yüksek teknoloji ile birleştiği, her zevke uygun, şık ve çarpıcı görünümleri ile de üstün kalite vaat ediyor.

Grubumuzun önde gelen koleksiyonu, her zaman söylediğimiz gibi farkı fark yaratanlarla yaşama ayrıcalığını siz değerli müşterilerimize yaşattığımız için bir kez daha gururluyuz.

Mavi Işık: İyi ve Kötü yönleri





Ne kadar mavi ışığa ihtiyacımız vardır? Nasıl ve ne zaman kendimizi mavi ışığa karşı korumalıyız?

Mavi ışığın faydalı ve zararlı etkileri üzerine hararetli bir tartışma sürmektedir.

Bir yandan, mavi ışık kış depresyonu ve uykusuzlukla mücadelede yardımcı bir araç olabilir. Öte yandan mavi ışık insan gözüne kalıcı şekilde zarar verebilir. Mavi ışıkla ilgili işin aslı nedir? Her gün maruz kaldığımız suni ışıkla ilgili neler değişti? Vücudumuz bu dalga boyunun biyolojik etkilerine neden ihtiyaç duyuyor? Nasıl ve ne zaman kendimizi mavi ışığın potansiyel zararlı etkilerine karşı korumalıyız? Mavi ışığın iyi ve kötü yönlerini keşfetmek için okumaya devam edin.

Göz ile görünür ışık spektrumu

İnsan gözüne ulaşan ve giren ışık 390 ila 780 nm aralığındaki dalga boylarını içeren görünür ışığa ve morötesi aralık (UV ışığı) ve kızılötesi aralık (IR ışığı) içeren görülmeyen spektruma bölünür.

Uzmanlar UV ışığının cilt ve gözler gibi biyolojik dokulara hasar verme potansiyeline sahip olduğunu ve bu nedenle insanların bu bağlamda uygun yollarla güneş koruması kullanmaları gerektiğini bir süredir biliyorlar. Fakat mavi mor ışıkta aynı zamanda özellikle gözlere hasar verme potansiyeli vardır. Mavi mor ışığın morötesi ışıktan daha az enerjisi olabilir fakat UV ışığının aksine büyük kısmı gözün ön tarafından emilen mavi ışık retinaya kadar erişir.

390 ila 500 nm arası mavi mor banttaki ışık bileşeni yüksek enerjili görünür ışık (HEV high-energy visible) olarak adlandırılmaktadır. 390 ila 440 nm arasındaki dalga boyları özellikle kritik olarak görülmekte ve yüksek enerjili gelen ışığın neden olduğu retina hasarını içeren fotoretinitin olası nedenlerinden biri olarak düşünülmektedir.

Mavi ışığın faydalı yönleri

Bilimsel çalışmalar, hormon dengemizi ayarlama da yardımcı diğer noktaların yanında ışığın da vücudumuzda biyolojik etkisinin olduğunu göstermiştir. Melatonin hormonu uyuma/uyanma çevrimimizin ayarlanmasında önemli bir görev üstlenir ve bu süreç için ihtiyaç duyduğumuz ışık enerjisi daha çok gözlerimizden emilir. Bu süreçteki diğer önemli faktör melanopsin adı verilen ve görünür spektrumun kısa dalga boyu kısmında daha aktif olduğu görülen gözdeki ışık emici pigmenttir. Bu, retinamıza erişen mavi ışığın psikolojik sağlığımızın yerinde olmasında bir rolü olduğu anlamına gelmektedir, bu nedenle kış depresyonu ve uykusuzluk tedavisinde ışık tedavisi başarıyla uygulanmaktadır.

Vitaminlerin üretiminde UV ışığının da rolü vardır, bu da ışık uyarısının metabolizmamızda önemli bir etkisinin olduğu anlamına gelmektedir. Özetle, vücutlarımızın mavi ışığa ihtiyacı var. Somut bir örnek vermek gerekirse, birçoğumuz yaşa bağlı uykusuzluğun ne olduğunu biliyoruz, yaşlılar daha az uykuya ihtiyaç duyuyorlar anlamına gelen bir durumdur bu. İnsan gözüne erişen ışık bu olayda önemli bir görev üstlenmişe benzetilmektedir. Yaşlıların genelde mağdur olduğu katarakt mavi ışığın bir bölümünün retinaya erişmesini engellemekte ve katarakt hastalarını tedavide kullanılan göz içi merceklerinin de mavi ışığı bloke etme etkileri bulunmaktadır. Bu durum, genelde yaşlıların gündüz-gece ritimlerinde karmaşıklığa neden olmakta ve ihtiyaçları olan uyku miktarını değiştirmektedir.

Fakat diğer birçok durumda olduğu gibi burada da kural “her şey kararında olacak”tır.

Mavi ışığın zararlı etkileri

Kızılötesi ve mavi-mor bandında çok yoğun ışık insan gözüne zarar verebilir. Ağrılı konjonktiva ve kornea enfeksiyonuna sebep olabileceği gibi gözün kristal merceğine de (örn: katarakt) ve özellikle de retina (maküler dejenerasyon) zarar verebilir.

Bu nedenle yoğun güneş ışığı olan zamanlarda, özellikle de su veya karlı dağ yamaçları gibi kamaşmanın çok fazla olduğu durumlarda %100 UV korumalı güneş gözlüğü takmak çok önemlidir.

Modern dünya: yüksek oranda mavi ışık içeren ışık kaynakları

Işık yayan diyotlardan (LEDler) ve Xenon ışıklarından enerji tasarruflu ampullere ve ekranlardan yayılan elektromanyetik radyasyona, hayatlarımızı daha iyi ve daha kolay hale getirmek için tasarlanmış olan tüm “yeni ışık kaynakları”, eski geleneksel lamba ampullerinden çok daha fazla yüksek oranda mavi ışık içerirler. Işığın farklı spektral bileşimi eskiye göre çok daha ciddi oranda mavi ışığa maruz kaldığımız anlamına gelmektedir. Bu durumun görmemizde zararlı etkisi olabilir mi?

Şimdilik, bilgisayar ekranlarının kullanılmalarının veya bu yeni ışık kaynaklarına uzun süre bakmanın retina zarar verip vermediğine dair soruların cevaplarını bulacak bir çalışma yapılmamıştır. Fakat unutulmamalıdır ki gözlerimiz, kapalı bir havada dışarıda geçirilen bir saatte, içeride ekranın karşısında geçirilen bir saatte göre 30 defa daha fazla mavi ışığa maruz kalmaktadır.

Mavi ışık filtreli net gözlük camları

Net gözlük camlarında genelde iç mekanlarda kullanılıyorsa UV korumasının gerekli olmaması mantıklıdır. Şeffaf gözlük camlarının DuraVision® Blue Protect gibi mavi ışık filtresi ile üretilmesi mümkündür. Fakat neden?

Işık kaynaklarından veya ekranlardan gelen mavi ışık radyasyonu bazı kişilerin gözleri için rahatsız edici veya yorucu olabilir. Mavi filtre, kişilere daha net görme sağlayabilir: Görünür ışığın farklı dalga boyları kornea ve göz merceği tarafından biraz farklı şekillerde kırılır, böylece hepsi retinadaki aynı odak noktasına düşmez. Bu türden bir durum bazı kişilere tanıdık gelecektir– örneğin kırmızıyı uzaktan ve maviyi yakından daha net görmenin daha kolay olması veya kırmızı, yeşil ve mavi çizgileri olan grafiklere odaklanmanın aynı veya benzer renkli çizgileri olan grafiklere odaklanmaya göre daha yorucu olması.

Bazı kişiler, yüksek oranda mavi ışık içeren ışık kaynaklarının kendilerini gece daha uykusuz

bırakabildiğini hissetmektedirler. Karanlık bir odaya girdiğimizde, alacakaranlıkta veya gece dışarı çıktığımızda gözlerimiz farklı bir görme moduna geçer. Az ışıktaki, insan gözü yeşil hassasiyetinden yüksek enerjili mavi spektrumuna geçer. Bu, mavi ışığı daha yoğun şekilde algıladığımız anlamına gelir, bu da artan kamaşma hissini yaratabilir. Bu etki, arkadan gelen aracın farlarından, özellikle de modern Xenon veya LED farlı araçlar söz konusu olduğunda, gözlerin kamaşması sonucu körlük yaşayan sürücülere tanıdık gelecektir. Mavi ışık filtreli gözlük camları bu durumlarda daha rahat görme yaratabilir.

DuraVision® BlueProtect ilave bir katman olarak uygulanabilen net gözlük camları için tasarlanmış bir cam kaplamasıdır. Geleneksel ZEISS marka DuraVision® Premium kaplamanın tüm faydalarını sunmakla birlikte temizlemesi kolay bir tasarımda optimize edilmiş bir sertlik de içerir. BlueProtect, mavi ışığı 390 ila 440 nm bandında azaltan bir mavi filtre içerir. Bu, 450 ila 500 nm bandında mavi ışığın faydalı etkilerini kaybetmeden iç mekan etkinlikleri boyunca mavi ışığa karşı koruma isteyen herkes için iyileştirilmiş görme rahatlığı anlamına gelir. DuraVision® BlueProtect gözlük camları dış mekan etkinlikleri için güneş gözlüğünüzü takmayı veya %100 UV koruması da sağlayan PhotoFusion® camları kullanmayı tercih etmediğiniz sürece tüm gün boyunca takılabilir.

Dijital cihazlar görmemizi nasıl değiştiriyor Tabletler, akıllı telefonlar ve diğer dijital ekranlar maruz kaldığımız ışık spektrumunu değiştirmekle kalmıyor ayrıca görme davranışımızı da değiştiriyorlar. Nesnelere daha önce hiç olmadığı kadar “yakından” bakarak daha fazla zaman geçirdiğimizi fark etmemiz önemlidir. Bunun sebebi genelde arka plan aydınlatmasının çok zayıf olmasıdır. Bu, çocuklarda bile bir sorundur: “okul miyopisi” okula başladıktan itibaren çocuklarda artan uzağı görememe eğilimi anlamına gelmektedir.

Uzağı bakmaya yeterli zamanı ayırmazsak, gözlerimiz yeterli rahatlama fırsatı yakalayamayacak ve bizler farklı mesafelere hızlıca odaklanabilme yetimizi “unutacağız”. Bu dijital göz yorgunluğuna sebep olur. Ayrıca, dijital ekranlara baktığımızda daha az göz kırparız, bu nedenle korneamız gözyaşı sıvısıyla daha seyrek nemlendirilir. Bu, göz yorgunluğuna yol açabilir. Ve en kötüsü görmemizde bozukluk yaratabilir. Önerimiz: Dizüstü bilgisayarınızla, tabletinizle veya akıllı telefonunuzla çalışmakta olsanız bile daha sık uzağı bakarak gözlerinize daha sık mola verdirmenizi öneririz. Ve gözlerinizin, aşırı UV ve mavi-mor ışığa karşı uygun şekilde korunmalarını sağlayarak yeterli aydınlığa maruz kaldıklarından emin olun.



En çok hangi millet gözlük kullanıyor?

Türkiye’de yılda 17 ila 18 milyon gözlük camı satılıyor. Gözlük pazarının büyüklüğü ise 1 milyar euro... Pazarın yüzde 49’u güneş gözlüğü, yüzde 34’ü çerçeve, yüzde 12’si gözlük camı ile yüzde 4’ü kontak lens olarak biliniyor.



Türk insanı gözlük kullanmayı sevmiyor. Bu göz kontrollerini ihmal etmenin yanı sıra gözlüklü görünmek istememesiyle de ilgili.

Sebebi ise hasta ve yaşlı görünmemek... Bundan dolayı kontak lens ve lazer operasyonlar artıyor...

Türkiye’de numaralı gözlük kullanma oranı yüzde 18 iken Avrupa’da bu yüzde 50’yi geçiyor. Yani yüzde 50’nin görüşünün düzelmesi gerekiyor. Bunu siyasi söylem olarak kullanmak isteyen çıkacaktır ama işin doğrusu bu...

Düzeltilen göz veya numaralı gözlük kullanımı batıdan doğuya, kuzeyden güneye azalma gösteriyor. Amerika’da yüzde 58 iken, Batı Avrupa’da yüzde 54 rakamlarında dolaşıyor. Japondarda numaralı gözlük kullanımı yüzde

52 iken, Avustralya’da bu oran yüzde 49 ortalamada... Asya ortalaması yüzde 18, Ortadoğu ortalaması ise yüzde 15 civarında...

Öncelikle gözlük camı üretiminin yüksek teknoloji olduğunu söylemek gerekiyor. Küresel rekabet alanına giren bir alan ve ihracatı da o derece önemli.

Teknoloji sadece gözlük camlarını geliştirmede. Aslında okuma mesafesi olarak kabul edilen 40 cm mesafeyi de değiştirdi. Bilgisayar kullanımı sebebiyle artık okuma mesafemiz 70-80 cm’ye çıktı.

Malum cep telefonlarımıza bakarken artık biraz uzaklaştırıyoruz. Bunun anlamı eski okuma gözlüklerinin teknoloji kullananlar için yeniden hesaplanması ve değiştirilmesi gerekiyor.

Türkiye’de yılda 17 ila 18 milyon gözlük camı satılıyor. Gözlük pazarının büyüklüğü ise 1 milyar euro... Pazarın yüzde 49’u güneş gözlüğü, yüzde 34’ü çerçeve, yüzde 12’si gözlük camı ile yüzde 4’ü kontak lens olarak biliniyor.

Pazarın büyümesi için yapılması gereken en önemli nokta; Göz kontrollerinin periyodik olarak yapılmasıdır.

Pek çok ülkede ilkokula başlayacak çocuklardan mutlaka göz kontrol belgesi isteniyor.

Sağlıklı göremeyen bir çocuğun derslere intibaki da geç oluyor.

Diğer taraftan eğer 7 yaşına kadar göz kontrolü yapılmazsa, çocuklarda görüş bozukluklarının düzeltilmesi mümkün olmamaktadır. İdeal göz kontrol yaşı 1,5 olduğunu da hatırlatalım...

Türkiye’deki göz doktoru sayısı 3 bin 250 iken 5 bin civarında optik mağazası bulunuyor.

Yukarıdaki rakamlara kaçakları da eklediğimizde 25 milyon gözlük camı, 12 milyon gözlük çerçevesi ve 5 milyon gözlük satışına ulaşıyor rakamlar...

Dünyada 4,2 milyar insanın görüşünün düzeltilmesi gerekiyor. Halen bu rakam 1,7 milyar insan olarak tahmin ediliyor. Gözlük pazarının büyüklüğü 28 milyar dolar civarında.

Dünya pazarına Türkiye’nin yapabildiği ihracat ise yüzde 1’i bile bulmuyor...

Teknoloji görmeyenler için de çalışmalar yapıyor.

Bugünün cep telefonlarının yerini bu alacak. Bu gözlük camından öte bir yazılım teknolojisidir.

Önce gözlük camında uluslararası rekabete ulaşmalıyız ki ardından diğerini üretebilelim...



Uluslararası Optik ve Teknolojileri, Optik Teknolojisi ve Ürünleri Fuarı Yurt Dışı İş Gezisi



TARİH

27.02.2016
29.02.2016

YER

Milano

FUAR ALANI

Fiera Milano (Rho)

GEZİYİ DÜZENLEYEN ORGANİZATÖR

OSİV TURİZM

FUAR HAKKINDA

Uluslararası Optik ve Teknolojileri, Optik Teknolojisi ve Ürünleri Fuarı

SERGİLENECEK OLAN ANA ÜRÜNLER

Her yıl İtalya'nın Milano kentinden düzenlenen MİDO, Optik dünyasının en büyük fuarı olma özelliğini taşımakta. Optik çerçeve, güneş gözlüğü, spor gözlüğü, gözlük ve aksesuarları, mikroskoplar, dürbün, barometres, lensler, kontakt lens ve aksesuarları gibi ürün gruplarının sergilendiği fuara dünyanın bir çok ülkesinden katılımcı ve ziyaretçi akın etmekte.

TUR PROGRAMI

1. Gün
26.02.2016

ANKARA – İSTANBUL – MİLANO 26 Şubat saat 06:30'da Esenboğa Havaalanı Dış Hatlar Acenta Kontuarı önünde buluşma. THY seferi ile 08:30'da Sabiha Gökçen Havaalanı'na hareket. Yerel saat ile 10:55'de İstanbul'dan Milano'ya hareketin ardından 13:00'de Milano'ya varış. Aracımız ve rehberimiz eşliğinde otelimize transfer.

2. Gün
27.02.2016

Sabah kahvaltısının ardından aracımız ve rehberimiz eşliğinde Fiera MILANO 2015 Uluslararası Optik ve Teknolojileri, Optik Teknolojisi ve Ürünleri Fuarı ziyareti. Fuar ziyaretinin

3. Gün
28.02.2016

Sabah kahvaltısının ardından aracımız ve rehberimiz eşliğinde Fiera MILANO 2015 Uluslararası Optik ve Teknolojileri, Optik Teknolojisi ve Ürünleri Fuarı ziyareti. Fuar ziyaretinin ardından otelimize dönüş.

4. Gün
29.02.2016

MİLANO – İSTANBUL – ANKARA Sabah kahvaltısının ardından otelden çıkış işlemleri sonrası aracımız ve rehberimiz eşliğinde havalimanına transfer. THY seferi ile 14:00' da İstanbul'a hareket. Saat 17:50' de Sabiha Gökçen Havaalanına varışın ardından yerel saat ile 20:40' da Esenboğa Havalimanına hareket 21:45' de varış ve turumuzun sonu.

FİYATLAR

ÇİFT KİŞİLİK ODADA KİŞİ BAŞI | **1200 €**

TEK KİŞİLİK ODADA KİŞİ BAŞI | **1400 €**



PAKET FİYATINA DÂHİL OLAN HİZMETLER

- THY ile Gidiş - Dönüş Milano Uçak Bileti
- Şehir merkezi Oda Kahvaltı Konaklama 3 * Otel
- Havaalanı - Otel - Havaalanı Transferleri
- Fuar alanı - Otel - Fuar alanı Transferleri
- Fuar alanında Tercümanlık ve Rehberlik Hizmeti
- OSİV Turizm Deneyimli Rehberlik Hizmeti
- Havalimanı ve Güvenlik Vergileri
- Yurtdışı Çıkış Harcı
- Seyahat Kiti
- Program Sürecince OSİV Turizm Refakati
- Seyahat Sağlık Sigortası
- Fuar Giriş Bileti
- İtalya Şehir Konaklama Vergisi

OTEL BİLGİLERİ
Euro Hotel ★★☆☆



PAKET FİYATINA DÂHİL OLMAYAN HİZMETLER

- Öğle ve Akşam Yemekleri
- Şahsi Harcamalar
- Oteldeki Ekstralar
- 20 Kg Aşan Bagaj Ücreti
- Şahsi Tercümanlık Hizmetleri
- Program Dışı Tüm Rezervasyon Değişiklikleri
- Vize Hizmet Bedeli (Talebiniz doğrultusunda vize hizmetiniz 150 € bedel ile Acentamız tarafından sağlanmaktadır)

Talebiniz doğrultusunda vize başvurularınız ve şahsi tercümanlık hizmetleri acentamız tarafından sağlanabilmektedir.

OSİV Turizm Yetkilisi: Yusuf GÜRLEYEN

SEYAHATİ DÜZENLEYEN ORGANİZATÖR ACENTA BİLGİLERİ
OSİV TURİZM "A" GRUBU SEYAHAT ACENTASI
1354. Cad. No: 117 Kat: 2 İ.O.S.B Yenimahalle / ANKARA
T: +90 312 394 57 60 - F: +90 312 394 57 62 - Gsm: +90 553 259 56 76
e-mail: info@osivtur.com | web: www.osivtur.com
"Önceliğimiz Doğruluk, Kalite ve Güvenilirliktir."

Silmo İstanbul Optik Fuarı

2010 yılında Avrupa Kültür başkenti seçilen ve Türkiye'nin de her daim ekonomi ve kültür başkenti olarak anılan İstanbul, Avrupa ile Asya arasında bir köprü oluşturması vesilesi ile Türkiye Optik Sektörünün ticaret merkezi olma niteliğini her daim taşımıştır.



Bu misyon ve vizyon ile ilki 2015 yılında gerçekleşen ve optik sektörünün yanı sıra moda, sanat, spor ve ekonomi dünyasından da birçok ünlü ismi ağırlayarak birçok ilk'e imza atan İstanbul Optik Fuarı İSOF, bir ilk'e daha imza atıyor.

İstanbul Optik Fuarı İSOF, Türkiye'nin uluslararası coğrafyada ki optik endüstrisi gücünü arttırarak odak noktası olmak ve yakın-orta doğu, Avrasya bölgelerindeki optik endüstrisi ticaret hacmini ülkemize taşımak vizyonu ve misyonu ile hareket ederek, optik sektöründeki dünyanın en önemli organizasyonlarının başında gelen ve içinde

bulduğumuz yılda 48.yaşını kutlayan Silmo Paris Optik Fuarı ile güçlerini birleştiriyor.

Optik sektöründe Türkiye'nin tek ihtisas fuarı olan Silmoİstanbul Optik Fuarı, yeni ismi ve markası ile kapsama alanını daha da büyütüyor. Optik Sektörü içerisindeki ilgili tüm firmalar arasında işbirliğinin sağlanması, markalaşma ve tasarıma yönelik hizmetleri, katılımcı, ziyaretçi ve yenilikçi ürünleri ile sektörümüzde önemli bir ticari platform oluşturup, sektöre yükselen bir ivme kazandırmayı amaç edinen Silmoİstanbul Optik Fuarı, 10-13 Aralık 2015 Perşembe-Pazar günleri arasında İstanbul Fuar Merkezi Yeşilköy 9 ve 10.salonlarda kapılarını yurtiçi ve yurtdışı ziyaretçilerine açacak.

İlk olarak 26-29 Aralık 2013 tarihleri arasında



İstanbul Fuar Merkezi 9 ve 10.salonlarda organize edilen İstanbul Optik Fuarı İSOF 2013, 89'u yerli, 3'ü yabancı olmak üzere 92 katılımcı firma, T.C Sağlık Bakanlığı, Sosyal Güvenlik Kurumu (SGK), Türkiye Gözlük Sanayicileri Derneği (GÖZSANDER), Gözlükçüler ve Optisyenler Konfederasyonu, Tüm Optik ve Optometrik Meslek Adamları Derneği ve 5 üniversitenin iştirakleri ve sunumları ile başarılı bir şekilde gerçekleşti.

2128 optisyenlik müessesesi (Türkiye), 72 dış ülkelerden optisyenlik müessesesi, 128 sektörle ilgili kurum ziyaretçisi ve 260 serbest ziyaretçi ile 11.850 giriş yapılarak başarılı bir şekilde gerçekleşti.

Yerli ve yabancı 400'ün üzerindeki gözlük markalarının 2015 koleksiyonları, gözlük kılıfları, optik camlar, kontakt lensler, kontakt lens aksesuarları ve bakım ekipmanları, güneş gözlüğü camları, optimetrik, oftalmolojik cihazlar ve aksesuarları, oftalmolojik ölçüm tanı ve tedavi cihazları, optik atölye ve laboratuvar için aletler, gözlük parçaları, optik endüstri makinaları ve sektöre ait tüm yeni teknolojik gelişmelerin ziyaretçilere sunulacağı Silmoİstanbul 2015, ilk yılında da İSOF 2013'e ev sahipliği yapan İstanbul Fuar Merkezi'nde gerçekleşecektir. İstanbul Fuar Merkezi, İstanbul Atatürk Havalimanı Yeşilköy bölgesinde bulunmaktadır.

Uluslararası Optik ve Teknolojileri, Optik Teknolojisi ve Ürünleri Fuarı Yurt Dışı İş Gezisi



TARİH

27.02.2016
29.02.2016

YER

Milano

FUAR ALANI

Fiera Milano (Rho)

GEZİYİ DÜZENLEYEN ORGANİZATÖR

OSIV TURİZM

FUAR HAKKINDA

Uluslararası Optik ve Teknolojileri, Optik Teknolojisi ve Ürünleri Fuarı

SERGİLENECEK OLAN ANA ÜRÜNLER

Her yıl İtalya'nın Milano kentinden düzenlenen MİDO, Optik dünyasının en büyük fuarı olma özelliğini taşımakta. Optik çerçeve, güneş gözlüğü, spor gözlüğü, gözlük ve aksesuarları, mikroskoplar, dürbün, barometres, lensler, kontakt lens ve aksesuarları gibi ürün gruplarının sergilendiği fuara dünyanın bir çok ülkesinden katılımcı ve ziyaretçi akın etmekte.

TUR PROGRAMI

1. Gün
26.02.2016

ANKARA – İSTANBUL – MİLANO 26 Şubat saat 06:30'da Esenboğa Havaalanı Dış Hatlar Acenta Kontuarı önünde buluşma. THY seferi ile 08:30'da Sabiha Gökçen Havaalanı'na hareket. Yerel saat ile 10:55'de İstanbul'dan Milano'ya hareketin ardından 13:00'de Milano'ya varış. Aracımız ve rehberimiz eşliğinde otelimize transfer.

2. Gün
27.02.2016

Sabah kahvaltısının ardından aracımız ve rehberimiz eşliğinde Fiera MILANO 2015 Uluslararası Optik ve Teknolojileri, Optik Teknolojisi ve Ürünleri Fuarı ziyareti. Fuar ziyaretinin

3. Gün
28.02.2016

Sabah kahvaltısının ardından aracımız ve rehberimiz eşliğinde Fiera MILANO 2015 Uluslararası Optik ve Teknolojileri, Optik Teknolojisi ve Ürünleri Fuarı ziyareti. Fuar ziyaretinin ardından otelimize dönüş.

4. Gün
29.02.2016

MİLANO – İSTANBUL – ANKARA Sabah kahvaltısının ardından otelden çıkış işlemleri sonrası aracımız ve rehberimiz eşliğinde havalimanına transfer. THY seferi ile 14:00' da İstanbul'a hareket. Saat 17:50' de Sabiha Gökçen Havaalanına varışın ardından yerel saat ile 20:40' da Esenboğa Havalimanına hareket 21:45' de varış ve turumuzun sonu.

FİYATLAR

ÇİFT KİŞİLİK ODADA KİŞİ BAŞI	1200 €
TEK KİŞİLİK ODADA KİŞİ BAŞI	1400 €



PAKET FİYATINA DÂHİL OLAN HİZMETLER

- THY ile Gidiş - Dönüş Milano Uçak Bileti
- Şehir merkezi Oda Kahvaltı Konaklama 3 * Otel
- Havaalanı - Otel - Havaalanı Transferleri
- Fuar alanı - Otel - Fuar alanı Transferleri
- Fuar alanında Tercümanlık ve Rehberlik Hizmeti
- OSİV Turizm Deneyimli Rehberlik Hizmeti
- Havalimanı ve Güvenlik Vergileri
- Yurtdışı Çıkış Harcı
- Seyahat Kiti
- Program Sürecince OSİV Turizm Refakati
- Seyahat Sağlık Sigortası
- Fuar Giriş Bileti
- İtalya Şehir Konaklama Vergisi

OTEL BİLGİLERİ

Euro Hotel ★★☆☆



PAKET FİYATINA DÂHİL OLMAYAN HİZMETLER

- Öğle ve Akşam Yemekleri
- Şahsi Harcamalar
- Oteldeki Ekstralar
- 20 Kg Aşan Bagaj Ücreti
- Şahsi Tercümanlık Hizmetleri
- Program Dışı Tüm Rezervasyon Değişiklikleri
- Vize Hizmet Bedeli (Talebiniz doğrultusunda vize hizmetiniz 150 € bedel ile Acentamız tarafından sağlanmaktadır)

Talebiniz doğrultusunda vize başvurularınız ve şahsi tercümanlık hizmetleri acentamız tarafından sağlanabilmektedir.

OSİV Turizm Yetkilisi: Yusuf GÜRLEYEN

SEYAHATİ DÜZENLEYEN ORGANİZATÖR ACENTA BİLGİLERİ

OSİV TURİZM "A" GRUBU SEYAHAT ACENTASI

1354. Cad. No: 117 Kat: 2 İ.O.S.B Yenimahalle / ANKARA

T: +90 312 394 57 60 - F: +90 312 394 57 62 - Gsm: +90 553 259 56 76

e-mail: info@osivtur.com | web: www.osivtur.com

"Önceliğimiz Doğruluk, Kalite ve Güvenilirliktir."

Karasu Glokom

Uzmanlara göre halk arasında ‘karasu’ veya ‘göz tansiyonu’ olarak bilinen glokom, tedavi edilmediği takdirde görme kaybı ile sonuçlanabiliyor.



Özellikle 40 yaş üstündekileri vuran hastalığın Türkiye’de görülme oranının akraba evlilikleri nedeniyle daha yüksek olduğu tahmin ediliyor.

“Göz içi basıncı normalden yüksek olan kişilerde ortaya çıkan ve görme hücrelerinin kaybına neden olan glokom, her yaşta ortaya çıkabilmesine karşın 40 yaş üstündeki kişileri tehdit ediyor”

Dünyada geri dönüşümsüz körlüğün ikinci nedeni olan glokomun görülme sıklığının yüzde 2 olduğunu, bu oranın 40 yaş üstünde yüzde 5-6’ya

kadar çıktığını ifade eden Tamçelik, dünyada yaklaşık 70 milyon Glokom hastası olduğunu söyledi.

Glokom nedeniyle 7 milyon kişinin kör olduğunu, bunların yarısından çoğunun iki gözünü de kaybettiğini belirten Prof. Dr. Tamçelik, “Erken tanı yöntemi ile gerekli önlemler alınmazsa 2020 yılında bu oranın yaklaşık 2 misline çıkması bekleniyor” diye konuştu.

Belirti vermeden ilerleyen hastalığın tedavi edilmediği takdirde körlük ile sonuçlanabildiğine

Dünyada geri dönüşümsüz körlüğün ikinci nedeni olan glokomun görülme sıklığının yüzde 2 olduğunu, bu oranın 40 yaş üstünde yüzde 5-6'ya kadar çıktığı.

dikkati çeken Tamçelik, "Glokomdan korunmak için 40 yaşından sonra mutlaka yılda bir kez göz tansiyonu ölçtürülmelidir" şeklinde konuştu.

Glokomun sadece göz hekimleri tarafından teşhis edilebildiğini, bunun için göz tansiyonu ölçümü, görme siniri hasarının analizi, görme alanı testi ve kornea kalınlık ölçümü yapılması gerektiğini vurgulayan Tamçelik, "Ancak sadece göz tansiyonu ölçümü ile glokom teşhisinin konmayacağı iyi bilinmelidir. Çünkü glokom demek, sadece göz tansiyonu yüksekliği demek değildir. Beraberinde mutlaka tanı için ek muayene yöntemleri de yapılmalıdır. Hastalık kararını sadece göz hekimleri vermelidir" uyarısını dile getirdi.

- "Ailesinde hastalık olanlar dikkat" -

Birinci derece akrabalarında glokom görülenlerin yüksek risk taşıdığını kaydeden Prof. Dr. Tamçelik, "Bu kişiler, gözlerinde herhangi bir problem olmasa bile erken tanı açısından düzenli olarak göz kontrollerini yaptırmalıdır. Çünkü bu bireylerde glokom gelişme riski, ailesinde glokom öyküsü olmayanlara göre on kat daha fazladır" uyarısında bulundu.

Prof. Dr. Tamçelik, diyabetli hastalarda glokom gelişme riskinin, normal bireylere göre üç kat daha fazla olduğunu, ayrıca yüksek miyop veya hipermetrop kusuru olanların, göz yaralanması geçirenlerin, kortizonlu ilaç ve sigara kullananların, şeker ve migren hastalarının glokom riski altında olduğunu sözlerine ekledi.

DÜNYA GLOKOM HAFTASI

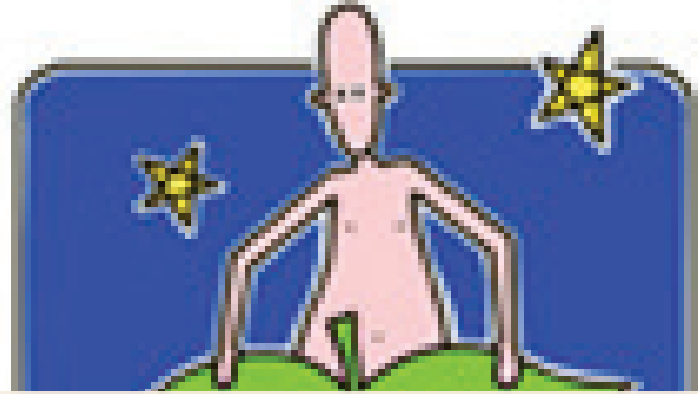
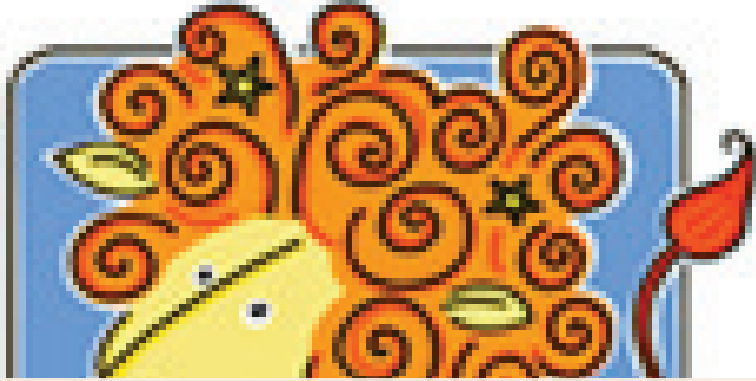


SİZİN KALEMİNİZDEN

Metin TURANLI



2016 falınız bizden..



KOÇ BURCU (21 MART-19 NİSAN)

Tartışmalara girmekten çekinmemeniz sorunlara neden olabilir. Müşteri(ya da hasta) her zaman haklıdır, özdeyişini unutmayın. Sinirlendiğinizde, biraz geri de kalıp, dinlenmeniz iyi olur.

BOĞA BURCU (20 NİSAN-30 MAYIS)

İşyerinizde yapmak istemediğiniz şeyler için sizi zorlayanlar olabilir. Fikirlerinizi açıkça dile getirin. Uranüs'ün olumlu etkisini hissedeceksiniz.

İKİZLER BURCU (21 MAYIS-21 HAZİRAN)

GAP bölgesini de kapsayan uzunca bir seyahatiniz var. Yükseleniniz iyice yükselmiş durumda. Verimli geçecek bu turunuzda yapacağınızı tahsilatlarla takdir toplayacaksınız.

YENGEÇ BURCU (22 HAZİRAN-22 TEMMUZ)

Mars'ın sabah ve akşam saatlerinde ki olumsuz

açıları ufak-tefek sorunlar yaratsa da size bir şey olmaz. Bir mağazayı daha zincire katacak gibi görünüyorsunuz.

ASLAN BURCU (23 TEMMUZ-22 AGUSTOS)

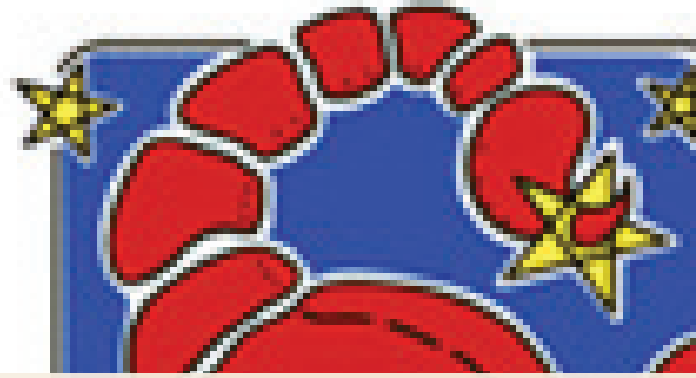
Maddi durumlarınızı açık etmemekte fayda var. Aldığınız primleri arkadaşlara duyurmayın. Sizden faydalanmaya çalışanlar olabilir.

BAŞAK BURCU (23 AGUSTOS-22 EYLÜL)

Bu sene de Antalya Dedeman da yapılacak bayi toplantısına davetlisiniz. İyi eğlenin, tadını çıkarın. Dönünce içkili kafayla verdiğiniz siparişler yeterince canınızı sıkacak.

TERAZİ BURCU (23 EYLÜL-22 EKİM)

Burcunuzun adamısınız. Tam bir denge unsurusunuz. Patrona ve arkadaşlarınıza farklı konuşmalarınız, şirket içinde ki konumunuzu güçlendiriyor. Jupiter' in salınımlarına dikkat!



AKREP BURCU (23 EKİM-21 KASIM)
Manevi duygularınız yüksek. Sezgileriniz yüksek. Aşk hayatınız fırtına gibi. Bu hayat size güzel..

YAY BURCU (22 KASIM-21 ARALIK)
Yönetici gezegeniniz, sizi iyi yönetemiyor. Ona güvenmeyi deneyin. Her şeyin bir sınırı olmalı. Ama siz bu sınırı aşıyorsunuz. Çalışanları bezdiriyorsunuz. Sürekli olarak onlara hatalarını belirtmek, herkese "yanlış yapıyorsun" gibi yaklaşımlarınız yüzünden elemanlarınız sizden soğuyabilir. Burç dilinde "dıldır etme" başka nasıl denir?

OĞLAK BURCU (22 ARALIK-19 OCAK)
Hayalini kurduğunuz bir projeyi hayata geçirmek için uygun bir sene. Ama kafanız gibi burcunuzda karışık. Aşk, iş, sağlık hepsi birbirine karışmış. Ayu çıkabülü, meteor düşebülü, her şey olabülü.

KOVA BURCU (20 OCAK-18 ŞUBAT)
Fiziksel enerjiniz yükseliyor.2016 ile beraber uyuyan ruhunuz uyanıyor. Gökyüzü bu sene sizinle beraber. Siz hala bodrum da ki evin taksitlerini ödemekle meşgulsünüz. Yuh yani!

BALIK BURCU (19 ŞUBAT-20 MART)
İyi niyetlisiniz.Geleceğinize ve sektörünüze yönelik güzel duygularınız var.Size sazan denmesine aldırmayın.2016 sizinle gurur duyacak.

Uveit ve Behçet Hastalığı

Üveit nedir?

Gözün şekli bir tenis topuna benzer. İç kısmı jöle kıvamında, 'vitreus' adı verilen bir madde ile doludur. Bu jöle dolu boşluğu çevreleyen üç tabaka vardır. En iç kısımda yer alan 'retina', ışığın hissedilmesine ve görüntülerin beyne iletimine yardımcı olur. Orta tabakada retina ile sklera arasında ise 'uvea' tabakası bulunur. En dış kısımdaki tabaka olan beyaz güçlü duvar ise 'sklera' olarak adlandırılmaktadır. Üveit; ortada yer alan uvea tabakasının inflamasyonuna (iltihabına) verilen addır.

Uveanın önemi nedir?

Uvea tabakası göze gelen ve gözden giden kanı taşıyan kan damarlarını (toplardamarlar, atardamarlar, kılcal damarlar) barındırır. Uvea, retina gibi gözdeki birçok dokunun beslenmesini sağladığı için uveanın inflamasyonu görmenize zarar verebilir.

Üveitin belirtileri nelerdir?

Üveitin sık görülen bazı belirtileri şunlardır:

- Işığa karşı hassasiyet
- Görme bulanıklığı
- Ağrı
- Uçuşan cisimcikler
- Göz kızarıklığı

Üveit aniden ağrı ve göz kızarıklığı ile ortaya çıkabileceği gibi ağrısız görme bulanıklığı ile de görülebilir. Basit bir 'kırmızı göz' durumu aslında üveit gibi ciddi bir sorun olabilir. Eğer gözünüzde kızarıklık ve ağrı varsa bir Göz Hastalıkları Uzmanı tarafından muayene ve tedavi edilmelisiniz.

Üveitin sebebi nedir?

Üveitin birçok değişik sebebi vardır;



- Behçet Hastalığı (ülkemiz gibi Akdeniz ülkelerinde önemli bir üveit sebebidir)
- Vücudun başka bölgeleriyle ilgili hastalıklar (örn. romatizmal hastalıklar, sindirim ve solunum sistemi hastalıkları)
- Bakteriler (örn. tüberküloz, sifiliz)
- Virüsler (örn. herpes simpleks, herpes zoster (zona), suçiçeği)
- Mantarlar (örn.histoplazmozis)
- Parazitler (örn.toksoplazmozis, toksokara)
- Göz travması

Hastaların önemli bir kısmında ise sebep bulunamamaktadır

Üveitin tanısı nasıl konulur?

Göz içerisindeki bir inflamasyon görmeyi etkileyebilir, eğer tedavi edilmezse körlüğe bile neden olabilir. Onun için hastanın takibi ve tedavisi çok önemlidir. Belirtiler ortaya çıktığında bir göz doktoru tarafından detaylı göz muayenesi yapılması gereklidir. Mümkünse, hastanın "Üveit ve Behçet Hastalığı" konusunda uzman bir göz hekimi tarafından takibi tercih edilmelidir. Göz doktorunuz gözünüzün ön ve arka kısımlarını muayene edecektir. Üveitlerin bir kısmında muayene ile tanı koymak mümkünken, bir kısmında tanı koyabilmek veya tanıyı teyit etmek amacıyla bazı testler gereklidir. Bunlar içerisinde kan testleri, deri testleri, göğüs, eklem, beyin filmi gibi incelemeler yer almaktadır. Üveit vücudunuzun diğer bölgelerindeki hastalıklarla da ilişkili olabileceği için doktorunuz genel sağlık durumunuzu da öğrenmek isteyecektir. Gerekli görülürse diğer uzmanlık bölümlerine de muayene olmanız istenebilir.

Üveitin tipleri var mı?

Üveitin gözün hangi bölgesini etkilediğine bağlı olarak çeşitli tipleri vardır. Üveitin gözün ön kısmına yakın bölgede, iris etrafında yer

alması durumunda hastalık ön üveit (iritis, iridosiklit) olarak adlandırılır. Uvea inflamasyonu gözün orta kısmında ve vitreus tabakasında yer alırsa orta üveit (siklitis, pars planit) olarak adlandırılır. Gözün arka kısmındaki bir inflamasyon arka üveit (koroidit, retinit, kororetinit, retinokoroidit, nöroretinit) olarak adlandırılır. Hastalık ayrıca başlangıç şekli (ani/sinsi başlangıçlı) ve seyrine göre de (akut/kronik/tekrarlayan) tiplendirilir.

Üveit nasıl tedavi edilir?

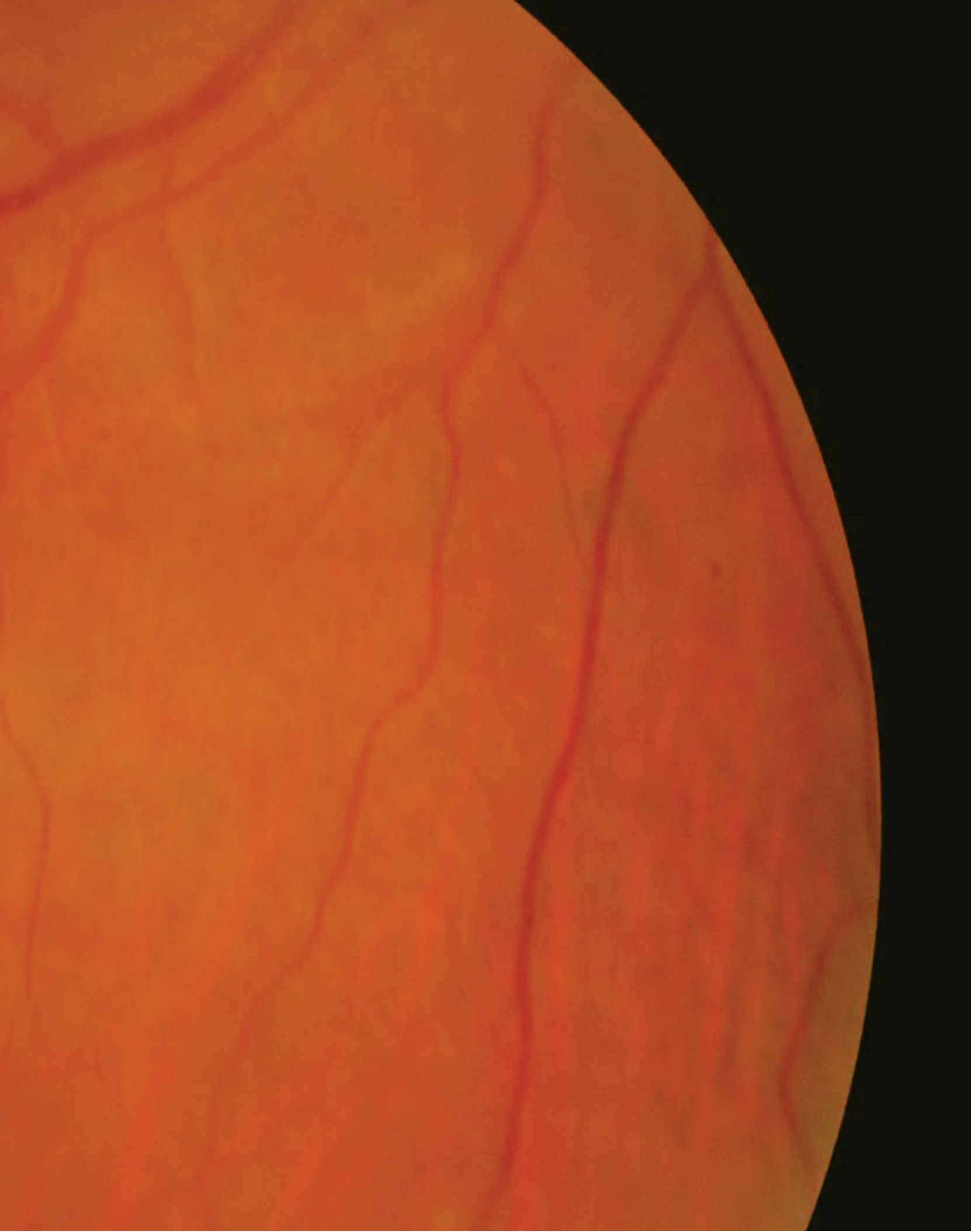
Üveit gözde geri dönüşümsüz hasara yol açabilecek ciddi bir hastalıktır. Mümkün olan en kısa sürede tedavi edilmelidir. Özellikle kortikosteroidler ve göz bebeğini büyüten damlalar inflamasyonu ve ağrıyı azaltırlar. Daha ciddi inflamasyonlar için ağızdan veya damardan alınan ilaçlar, göz çevresi veya göz içine yapılan enjeksiyonlar ve cerrahi müdahaleler gerekebilir.

Üveitin komplikasyonları nelerdir?

En önemlileri şunlardır:

- Göz basıncının artması (glokom)
- Göz basıncının düşmesi (hipotoni), gözün küçülmesi (fitizis bulbi)
- Katarakt (gözün doğal merceğinde bulanıklaşma)
- Neovaskülarizasyon (yeni ve anormal damarların gelişmesi)
- Retina hasarı (örn. sarı noktada (maküla) hasar, retina dekolmanı)
- Gözün ön kısmında yer alan ve saydam olan kornea tabakasında kireçlenme
- Kalıcı körlük

Bu komplikasyonlar da göz damlası, ağızdan/damardan ilaçlar, enjeksiyonlar, lazer veya cerrahi tedavileri gerektirebilir. Eğer kısa zamanda düzelmeyen 'kırmızı göz'ünüz varsa hemen bir göz doktoruna başvurunuz.





Sadece iyi görmek sağlıklı gözlerin garantisi midir?

Gözlerinizin sağlıklı olup olmadığı sizin iyi görüp görmemenizle mi alakalıdır sorusuyla çok sık karşılaşıyoruz. Bunun yanıtı, ‘kesinlikle hayır’dır. Örneğin 40 yaş üzerinde yüzde 2 sıklıkla rastlanan glokom (göz tansiyonu) hastaları, geç dönemlere kadar merkezden çok iyi görebilirler.

Ancak fark ettiklerinde, genellikle bir borunun içinden bakıyormuş gibi dar bir alan görürler. Ne yazık ki kaybedilen görme ve görme alanı hiçbir şekilde tekrar geri kazanılamaz. Sadece kalan görme ve görme alanını korumak için tedavi edilebilirler.

Benzer bir şekilde damarları ve retinayı etkileyen damar sertliği, yüksek kolesterol ve şeker hastalığı da çok iyi görenlerde bile damar tıkanıklıkları, göz kanamaları ile ani ve kalıcı körlüklere neden olabilir. Özellikle kişinin kırklı yaşlardan sonraki göz muayeneleriyle bu risk faktörleri ve riskli durumlar kolaylıkla yakalanabilmekte, bazı başarılı tedavilerle bu körlüklerin yüzde 95’i önlenabilmektedir.

Televizyona yakından bakabilirsiniz.
Televizyona yakından bakmak veya uzun süre



bilgisayar kullanmak gözü bozar mı? Bulanık görmesi olanlar genellikle televizyona veya ekrana zaten yaklaşarak bakmak zorunda kalırlar. Bu bir neden değil, bir sonuçtur. Dolayısıyla kesinlikle gözü bozmaz; hatta göz tembelliği olan bir çocuğun daha iyi gören gözünü bantlayarak gözlükleriyle tembel gözünü fazladan çalıştırmak için televizyonu, bilgisayarı ve cep telefonu oyunlarını özellikle önermekteyiz. Ancak uzun süreli ve dikkatli bakış gözleri yorduğu gibi, normal gözlerde bile doğal göz kırpma sayısını azalttığından kuruma, yanma, batma, kızarıklık, yorgunluk ve ara ara refleks sulanmalar oluşabilir.

Gözlük takmak numarayı artırmaz.

Çocuklarda göz derecesinde değişme nasıl olur? Gözlüklerini düzenli bir şekilde kullanırlarsa numaraları bir süre sonra düşer

mi?

Genellikle büyüme (ergenlik) döneminde hipermetroplarda göz numaralarında (dioptrilerinde) azalma, miyoplarda ise artma gözlenir. Gözlük takıp takmamak numaranın artmasını ya da azalmasını hiçbir şekilde etkilemez. Ancak ne kadar erken yaşta fark edilir ve düzenli takılırsa, elbette görme kuvveti ve gelişimi de o kadar iyi olur. Genellikle yaklaşık yirmi yaşlarında numara sabitlenir. Yine de yıllık veya en geç iki yılda bir yapılan muayene ile numarada ve varsa astigmatizma açılarındaki ufak değişiklikler belirlenmelidir.



Kelebek etkisi

**Kelebek etkisi
küçük
bir esinti
değişiminin
korkunç bir
fırtınaya yol
açabileceğini,
atmosferin en
küçük bir fiziksel
değişime karşı
ne kadar duyarlı
olduğunu
anlatıyor.**

Normal yaşantımızda olduğu gibi hava durumunda da küçük şeylerin zincirleme etkisi hava tahmininde büyük değişikliklere yol açıyor, özellikle de uzun vadeli tahminlerde.

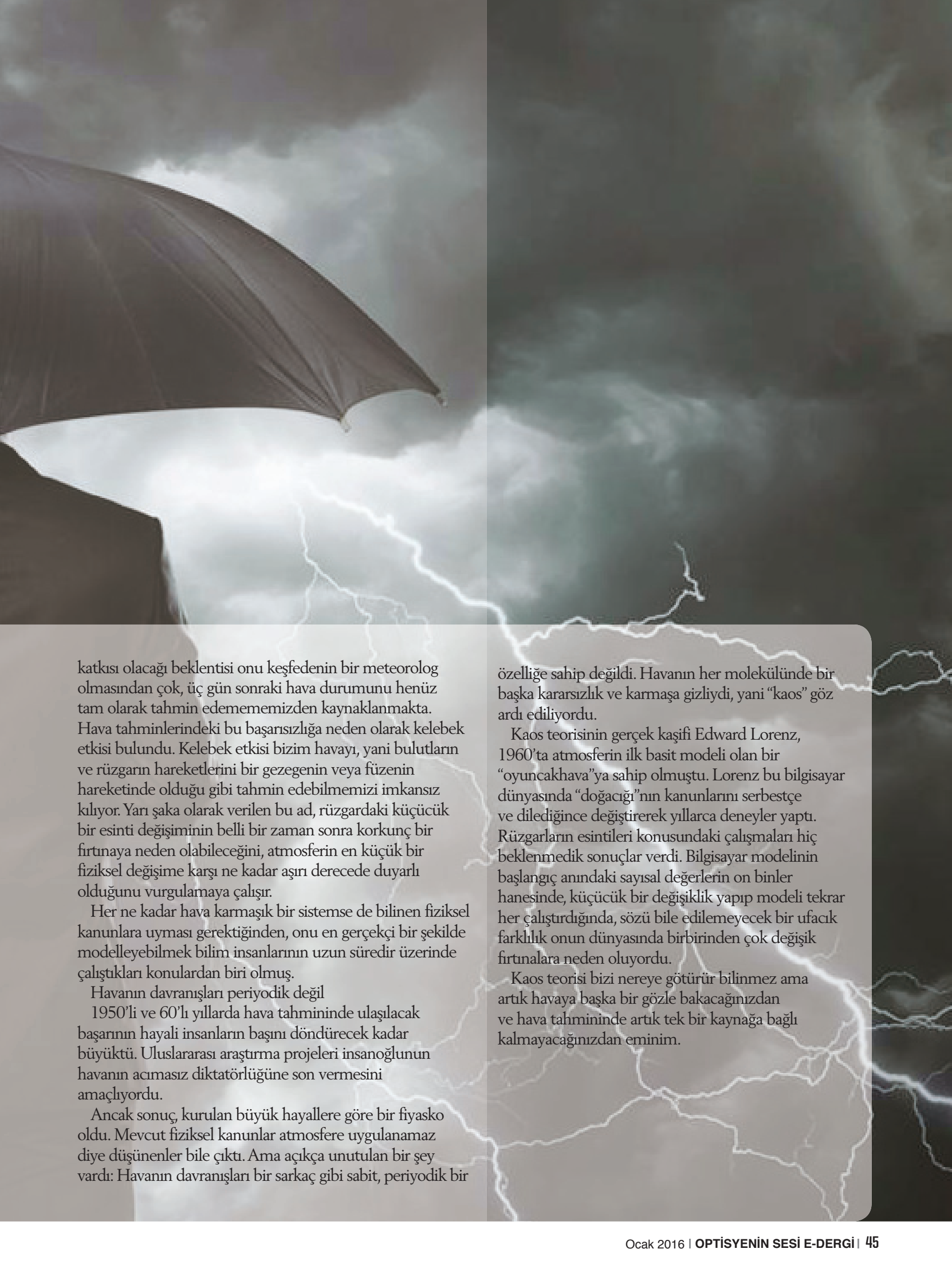
Geçtiğimiz yaz için İklim ve Toplum İçin Uluslararası Araştırma Enstitüsü'nün (IRI) uzun vadeli hava sıcaklığı tahminlerini aktarmıştım. IRI'nın "Yaz çok sıcak geçecek" tahmini özellikle poyrazın etkisinde serin bir yaz geçiren bölgeler açısından yanıltıcı; "özür dilerim"! Aslında yanlış olan tek bir merkezin tahminine bağlı kalmaktı. Normalde havanın kelebek etkisinden kurtulmak için bu tür analizlerde birden çok tahmin bir arada değerlendirilir.

Peki, profesyonel amaçlı uzun vadeli tahminlerde mutlaka dikkate alınan havanın kelebek etkisinedir?

Doğaya yeni bir bakış açısı geliştirildi

Doğadaki karmaşa çok açık, şöyle gökyüzüne bir bakmak yeterli: Bulutlar, aslında doğadaki birçok başka cisim gibi, karışık ve düzensiz bir yapıya sahip; sonsuz değişik şekiller alıyor; aralarından birinin tıpkısının aynısını tekrar gözleyemeyiz. Üstelik, bulutların biçimlerindeki karmaşa ve düzensizlik, doğadaki diğer sistemlerde görülenlerden çok farklı. Doğanın bu karmaşık, düzenli-düzensiz yapısının sırrını çözmek için yeni bir bakış açısı geliştirildi ve bu, kaos teorisi olarak adlandırıldı.

Şüphesiz, kaos teorisinin atmosferik bilimlere büyük bir



katkısı olacağı beklentisi onu keşfedenin bir meteorolog olmasından çok, üç gün sonraki hava durumunu henüz tam olarak tahmin edemememizden kaynaklanmakta. Hava tahminlerindeki bu başarısızlığa neden olarak kelebek etkisi bulundu. Kelebek etkisi bizim havayı, yani bulutların ve rüzgarın hareketlerini bir gezegenin veya füzenin hareketinde olduğu gibi tahmin edebilmemizi imkansız kılıyor. Yarı şaka olarak verilen bu ad, rüzgardaki küçücük bir esinti değişiminin belli bir zaman sonra korkunç bir fırtınaya neden olabileceğini, atmosferin en küçük bir fiziksel değişime karşı ne kadar aşırı derecede duyarlı olduğunu vurgulamaya çalışır.

Her ne kadar hava karmaşık bir sistemse de bilinen fiziksel kanunlara uyması gerektiğinden, onu en gerçekçi bir şekilde modelleyebilmek bilim insanlarının uzun süredir üzerinde çalıştıkları konulardan biri olmuş.

Havanın davranışları periyodik değil

1950'li ve 60'lı yıllarda hava tahmininde ulaşılabilecek başarının hayali insanların başını döndürecek kadar büyüktü. Uluslararası araştırma projeleri insanoglunun havanın acımasız diktatörlüğüne son vermesini amaçlıyordu.

Ancak sonuç, kurulan büyük hayallere göre bir fiyasko oldu. Mevcut fiziksel kanunlar atmosfere uygulanamaz diye düşünenler bile çıktı. Ama açıkça unutulmuş bir şey vardı: Havanın davranışları bir sarkaç gibi sabit, periyodik bir

özelliğe sahip değildi. Havanın her molekülünde bir başka kararsızlık ve karmaşa gizliydi, yani "kaos" göz ardı ediliyordu.

Kaos teorisinin gerçek kaşifi Edward Lorenz, 1960'ta atmosferin ilk basit modeli olan bir "oyuncakhava"ya sahip olmuştu. Lorenz bu bilgisayar dünyasında "doğacı"nın kanunlarını serbestçe ve dilediğince değiştirerek yıllarca deneyler yaptı. Rüzgarların esintileri konusundaki çalışmaları hiç beklenmedik sonuçlar verdi. Bilgisayar modelinin başlangıç anındaki sayısal değerlerin on binler hanesinde, küçücük bir değişiklik yapıp modeli tekrar her çalıştırdığında, sözü bile edilemeyecek bir ufaklık farklılık onun dünyasında birbirinden çok değişik fırtınalara neden oluyordu.

Kaos teorisi bizi nereye götürür bilinmez ama artık havaya başka bir gözle bakacağınızdan ve hava tahmininde artık tek bir kaynağa bağlı kalmayacağınızdan eminim.





Özgür Ülkenin Özgün Şehri... *Londra*

Günlük konuşmalarımızda İngiltere olarak andığımız Birleşik Krallık, aslında İngiltere, Galler, İskoçya ve Kuzey İrlanda'dan oluşan bir birleşik ülke. Bir zamanlar, "Üzerinde Güneş Batmayan İmparatorluk" adıyla anılan çok renkli, çok kültürlü; bir yandan alabildiğine özgür diğer yandan alabildiğine gelenekçi, demokrasinin beşiği ama monarşinin de kalesi bir ülke.

İstanbul'dan hareketle üç buçuk saat süren uçak yolculuğundan sonra Londra'nın beş havaalanından biri olan Stansted Havaalanı'na inerken uçağın penceresinden Londra'nın altın gibi parlayan ışıkları aşağıdaki hayatın renkliliğini anlatır gibi. Gerçekten de ıslıl ıslıl göz kamaştıran bir şehir karşılıyor bizi.

Zenginliği, ısıltısı, canlılığı ile hemen sizi içine alıveriyor bu sekiz milyonluk metropol. Bir saat bile boş kalamayacağınız, sürekli değişen bu kentte her an yapacak bir şey ya da gidecek bir yer var. Sergiler, müzeler, konserler, kütüphaneler, alışveriş merkezleri, lokantalar, şovlar, mağazalar, parklar sizi bekliyor. Hele bir de tarih merakınız varsa kaybolup gideceğinize garanti verebilirim.

Havaalanında karşımıza çıkan ilk İngiliz,

pasaport kontrolünü yapan polis oluyor. Gayet kibarca ve güler yüzle, "Hoş geldiniz," diyerek karşılıyor bizi. Hemen kontrolünü yapıyor ve pasaportumuzu geri verirken iyi tatiller dilemeyi de unutmuyor. Danışmayı bulup şehir merkezine nasıl gideceğimizi soruyor ve en hesaplı ulaşımın, bir kat alttan giden tren olduğunu öğreniyoruz. Danışmadan öğrendiğim kadarıyla taksi doksan-yüz pound yazıyormuş, oysa tren yirmi iki buçuk pound. Bir poundun neredeyse üç lira olduğunu düşünürsek, aradaki farkın epeyce hatırı sayılır olduğu anlaşılıyor.

Dünya sıralamasında pahalı ülkeler arasında sayılan İngiltere'de karşılaştığınız her fiyatı üç ile çarparsanız karalar bağlar, ne bir şey yiyebilir ne de alışveriş yapabilirsiniz. Herhangi bir şey beş pound ise beş pounddur. Üç ile çarpmak keyfinizi kaçırmaktan başka bir işe yaramayacaktır.

Tren ile kırk beş dakikada Marble Arch'ta iniyor, oradan da taksi ile Hammersmith semtindeki Victoria dönemi binalarından oluşan bir sokakta, evden bozma küçük otelimize kavuşuyoruz. Londra merkezden başlayarak, dairesel olarak altı bölgeye ayrılmış. Hammersmith, ikinci bölgede. Metro ve otobüs





Çok renkli, çok kültürlü, bir yandan alabildiğine özgür diğer yandan alabildiğine gelenekçi, demokrasinin beşiği ama monarşinin de kalesi bir ülke.

biletleri buna göre fiyatlandırılıyor.

Otelin resepsiyonunda Pakistanlı bir genç karşılıyor bizi. Güler yüzle odamızı gösteriyor. Oda üç metreye üç metre ölçülerinde, yani dokuz metrekare. Bırakın odada adım atmayı, valizlerimizi bile içeri alamıyoruz. Pakistanlı Hüseyin hemen sorunu çözüyor ve otelin en büyük şömineli odasını bize veriyor.

Dışarı çıkıp, Hammersmith metro istasyonunun karşısında bir kafede bir şeyler atıştırıp, kahvelerimizi de içtikten sonra otelimize dönüyor ve günü bitiriyoruz.

Sabah pırıl pırıl bir hava karşılıyor bizi. Aylardan kasım, dahası yağmurdan gözümüzü açamayacağımızı düşünerek geldiğimiz Londra'da güneş var. Kahvaltıya iniyoruz, servis yapan genç bir kız. Adeta moda dergisinden

fırlamış bir manken. Boyu posu, endamı, kaşı gözü... Bir sarışın afet. Kıza bakmaktan kahvaltı yapamıyoruz. Masaya servis yapıyor, "Aman efendim, siz zahmet etmeyin ben





edeyim,” diyesim geliyor. Getir yurduma sal televizyoncular sokağına, el âlem güzel görsün. Hele bir de otelin dış merdivenlerini ayağında terlik, hortumla su tutarak yıkarken görünce acımadım, dersem yalan olur. Öğlene kadar çalışıyor, otelin odalarını temizliyor, dış merdivenlere kadar yıkıyor, kahvaltılarını veriyor, bulaşıkları yıkıyor ve gidiyor.

Dünyaca ünlü, kızarmış tost ekmeği, yumurta, salam ve fırınlanmış fasulyeden oluşan geleneksel İngiliz kahvaltı tabağından damak tadımıza uyanları seçip yiyerek kahvaltı faslını bitiriyoruz. Hava 12 derece, yağış yok, hatta güneş zaman zaman güneş gözlüğü bile taktırıyor. Bir turist daha ne ister?

Londra, suyun şekil verdiği ve köprüleriyle anılan açık bir müze adeta. Şehre can veren Thames Nehri, Londra’nın pırlanta gerdanlığı gibi. Nehrin etrafına dizilmiş St.Paul Katedrali, Tower of London, Westminster Abbey, Big Ben ve parlamento binası da gerdanlığın taşları gibi.

Thames Nehrinin üzerinde sekiz adet köprü var. Nehrin kenarında yürüyerek, kafelerinin keyfini çıkartmak, kahvelerinin tadını almak, ara sokaklarda kaybolmak hiç bu kadar neşelendirmemişti bizi. Gittiğimiz her yerde büyük turist gruplarıyla karşılaşıyoruz. Bu kış günü bu kadar turist almasına şaşırıyoruz. Herkes elinde harita ile bir sonraki gideceği yeri arıyor. Şehrin altı örümcek ağı gibi metro ile donatılmış. Dünyanın ilk toplu taşımalarını yapmakla övünüyorlar. Bütün Londra’yı metro ve otobüs ile gezebilirsiniz ama önerim mümkün olduğunca yürüyerek gezmeniz. Her sokakta karşınıza sürpriz bir eser veya müze ya da bir güzel pub çıkabiliyor çünkü.

Buckingham Palace, Big Ben ve House of Parliament gibi turistik yerlerin dışında, 1805 yılında Amiral Lord Nelson’un Napoleon’u yendiği Trafalgar Savaşı anısına yapılmış anıtın olduğu Trafalgar Meydanı’ndaki Ulusal Müze ve Ulusal Portre galerisi, British Museum ve Bilim Müzesi mutlaka gezilmesi gereken yerler. Dünya tarihi ve bilim alanındaki

gelişmeleri bu müzelerde gözlemleyebilir, İngiliz tarihi hakkında biraz daha fazla bilgiye sahip olabilirsiniz. Hemen eklemeliyim ki Londra'da birçok müze ücretsiz.

Kraliçe II. Elizabeth'in yönetiminde, yazılı bir anayasası bile olmayan, demokrasinin ve futbolun beşiği bir ülkede sokakları adımlamak değişik bir duygu. Kraliçe, hâlâ çok önemli bir kişilik. Halkın gözü kulağı kraliçede. Kraliyet düğünlerinin bütün dünyada ne kadar ilgi gördüğünü hepimiz biliriz. Kısa bir zaman önce Prens Charles ve Prenses Diana'dan olan torun Prens William'ın, Kate Middleton ile evlendiği masal gibi düğün, bütün dünyayı ekran başına kilitlemişti.

Kraliyet ailesinden herhangi birinin attığı her adım haber oluyor. İngiliz kızlar taze gelin Kate Middleton'u kendilerine örnek



alıyorlar. Middleton her gün bir derginin kapağını süslüyor, gazetelere haber oluyor. Ve İngiliz halkı da sıkı bir şekilde takip ediyor. Her akşam tüm metro istasyonlarında ücretsiz olarak "London Evening Standart" gazetesi dağıtılıyor. Yani herkes her şeyden neredeyse zorla haberdar ediliyor.

Bir hafta Londra'yı gezmek için ideal bir

Londra; suyun şekil verdiği, köprüleriyle anılan açık bir müze adeta. Şehre can veren Thames Nehri, Londra'nın pırlanta gerdanlığı gibi.





süre. Thames Nehri kenarındaki dev dönme dolap London Eye, Waterloo Station, St. Paul Katedral, Big Ben saat kulesi, Hyde Park, London Bridge (Londra köprüsü), Tower Hill, Tower Bridge, Victoria, Sloane Square, Piccadily Circus, Leciester Square, Oxford Circus, New Bond Street, Camden Town, Covent Garden, Kew Garden, Richmond, Liverpool Street, Knightsbridge, Trafalgar Square, Chinatown, Soho mutlaka görülmesi gereken yerler. James Bond'u anlatan kurşun

şeklindeki bina ve yeni yapılan piramide benzetilen Londra'nın en uzun binası da ilginizi çekebilecek yerlerden.

Londra'da İki tip taksi var. Biri, yoldan çevirebileceğiniz, sevimli nostaljik bir tarzı olan ve oldukça pahalı taksiler; diğeri ise rezervasyon yaptırarak kullanabileceğiniz mini cab denilen taksiler. Ulaşım konusunda (Transport for London) web sayfası "www.tfl.gov.uk" size çok yardımcı olacaktır. Bu web sitesinden, şehir içindeki bütün ulaşımınızı planlayabilirsiniz.

Thames Nehri'nin iki yakasına kurulmuş Londra, West End ve Central London olmak üzere ikiye ayrılmış. Waterloo Station, Londra'nın merkez demiryolu istasyonu. Waterloo'ya geldiğiniz zaman London Eye, Southbank Centre, Big Ben, Tate Modern Sanat Galerisi, Embankment, Southwark, Waterloo Bridge, County Hall, Queen Elizabeth Hall, King's College ve IMAX'a ulaşmanız çok kolaylaşacak. Eğer yürümeyi seviyorsanız, hepsini yürüyüş mesafesinde sayabilirsiniz. Zaten çoğu Thames Nehri'nin çevresinde bulunuyor.

Kraliyet ailesine ait pek çok mücevherin



sergilendiği Tower Hill, ilgi çeken yerlerin başında geliyor. Çok şaşıklı olmasa da kocaman bir saray. Hemen yanında Thames Nehri'ndeki sekiz köprüden biri olan mavi köprü, Tower Bridge ve karşısında bulunan Central London bölgesi yer alıyor.

Londra, yüzyıllar boyunca dünyanın her yerinden gelen gezginlerin gözde duraklarından biri olmuş. Aynı ilgi bu gün de sürmekte. Bu ilginin bir nedeni de şehre gelen herkesin kendini ev sahibi gibi hissetmesi. Gerçekten biz de birkaç saat içinde yabancı olduğumuzu unutup, havasına kapılıyoruz. Londralıların kibarlığının da bunda önemli bir payı olduğunu söylemeden geçemeyeceğim. Hiç bir yerde duyamayacağınız kadar "Lütfen" ve "Teşekkür ederim" sözlerini duyacağınızdan emin olabilirsiniz.

Bir arkadaşım, "Londra'yı gezerken hiç acele etme, nasıl olsa bitiremezsin," demişti. Gerçekten de hiç acele etmeden, sindire sindire gezmek gerekiyor. Roma imparatorluk döneminin Londinium'undan Victoria hükümdarlığına; İkinci Dünya Savaşı'ndan günümüze dek üst üste geçmiş zengin bir tarih ve kültür keşfetmenin oldukça zor olduğuna



karar veriyor, acele etmekten vazgeçiyoruz.

Dünyadaki nüfus hareketliliğinden en çok nasibini alan ülkeler arasında olan İngiltere'nin başkenti Londra giderek daha da popülerleşmekte. Londra'da yaşayan insanların etnik çeşitliliğine bakarsanız adeta bir dünya başkenti gibi. Üç yüz çeşit dil konuşulduğunu okumuştum. Zaten sağa sola baktığınızda göreceğiniz Araplar, Afrikalılar, Çinliler, Filipinliler, Avustralyalılar, Karayiplerden gelenler, Hintliler, Taylandlılar ve daha birçok ulustan insanı görmek olası. Ayrıca Londra'nın yılda on milyon turist ağırladığını





da eklemeliyim. Pahalılığına rağmen bu kadar insanı kendine çekmesi, şehrin bir tılsımı olduğunu düşündürüyor bize.

Bir şehri gezmenin en iyi yolu turistik yerlerden başlamaktır. Önce en ünlülerinden başlayıp daha sonra ara sokaklara dalarak öteki yüzünü tanımak gibi bir alışkanlığımız var. En uygun taşıtla, yani ayaklarımızla gezecek, yavaş da olsa tadını çıkararak hatta sürpriz bir şeyler görme olasılığını da kaybetmeyeceğiz.

Metro ile Trafalgar Meydanı'na ulaşıyoruz. Meydan cıvı cıvı! Güvercin besleyenler, bir şeyleri protesto eden protestocular, sokak sanatçıları, müzisyenler ellerinden geleni yapıyor. Nereye bakacağınızı şaşırtıyorsunuz. Amiral Nelson'un elli iki metre yükseklikteki heykeli meydanı tepeden izliyor. Meydana bakan kamu binalarının arasında biri var ki görmeden gitmek olmaz. Zaten kapısındaki insan kuyruğu ile kendini gösteriyor. Evet "National Gallery" dedikleri ulusal müze.

Sırada, zaman zaman kraliçeye ev sahipliği de yapan Buckingham Sarayı var. Kraliçenin sarayda olup olmadığını gönderdeki bayraktan anlıyoruz. Kraliçe sarayda ise bayrak göndere çekiliyor. 1702 yılında Buckingham Dükü için yapılmış bu saray, simge yapılardan biri.

Saat 11.30 u bekliyoruz. Sarayda nöbet değişimi yapılacak. Dillere destan bu tören için binlerce kişi meydanı dolduruyor. Sarayın avlusuna bakan parmaklıklar hınca hınç dolu. Herkes fotoğraf makinelerini hazırlamış bekliyor. Atlı polisler güvenliği sağlıyor.





Yaklaşık yarım saat süren tören, bandonun çaldığı melodilerle saat 12.10 civarında tamamlanıyor.

Saraydan ayrılıp biraz yukarıya çıkıyor ve kraliçenin atlarının bakım gördüğü Royal Mews'e geliyoruz. Ahırda kraliyet düğünlerinde kullanılan ve gelinleri taşıyan arabalar sergileniyor. Dışarı çıkıp biraz dinlenmek amacıyla bir *pub*'a giriyoruz. Barda on civarında fıçı bira musluğu var. Garsona sadece bira, derseniz size "bitter" yani acı dedikleri siyah biradan getiriyor. Mayasına kattıkları şerbetçiotu nedeniyle biraz acımsı olan bitter biranın adına hiç de uymayan bir tadı var. Gayet yumuşak ve meyvemsi! En çok içtikleri birayı "Ale" olarak adlandırıyorlar. Bizim bildiğimiz, alıştığımız biranın adı ise "Lager". Bira isteyenler çeşmelerin üstünde yazan isimleri söyleyerek istiyorlar. Ortaya bir karışık yap da diyebilir, hiçbirinin tadından mahrum kalmayabilirsiniz. O zaman, yarım pint dedikleri 250 ml'lik





Londra'da, en eskisi beş yüz yaşında olmak üzere beş binden fazla pub olduğu söyleniyor.

küçük bardaklarla sekiz çeşit birayı masanıza diziıyorlar.

Londra'da, neredeyse bütün *pub*'lar çok güzel dekore edilmiş. En eskisi beş yüz yaşında olmak üzere beş binden fazla *pub* olduğu söyleniyor. Biz, daha yürüyecek çok yolumuz olduğu için bira tadımını daha sonraya erteliyor, kahve ile yetiniyor ve yine sokaklara atıyoruz kendimizi. Hedefimizde, 1065 yılında yapılan ve dört yüz yıl kraliyet

ailesine ev sahipliği yapan Wesminster Palace (saray) var. Sarayın sadece Avam Kamarası ve Lordlar Kamarası halka açık. Bir yanda Victoria Tower, diğer yanda Big Ben saat kulesi. Londra'nın kalbindeyiz sanki. Big Ben adının, kulenin adı olmayıp kuledeki on üç buçuk ton ağırlığındaki çanın adı olduğunu not ederek nehir kenarına iniyoruz.

Nehrin diğer yakasında, Parliament Meydanı'nın tam karşısında bulunan ve neredeyse tüm Londra'dan görünen, dünyanın en büyük dönme dolabına yöneliyoruz. Yüz otuz beş metre yüksekliği ile gökyüzünü delen dönme dolap ağır ağır dönüyor. Bir turu yarım saatte tamamlıyor ve hatırı sayılır bir bilet ücreti gerekiyor. En ucuz standart bilet elli Türk lirası civarında. Hizmette sınır yok. Eğer küçük bir servet ödemeyi göze alırsanız akşam yemeğini dönme dolapta, özel bir kapsül içinde ve Londra'ya 135 metre yüksekten bakarak yiyebilirsiniz. Resmi adı "British Airways London Eye" olan dönme dolabın çapı 424 metre ve 1600 ton ağırlığında.





Abbey'e çeviriyoruz. İngiltere ve ingilizler için çok önemli olaylara tanıklık etmiş bu mabette bir de ünlü ve önemli insanların yattığı mezarlık var. Krallar, kraliçeler, en büyük devlet adamları, bilim adamları, askerler, müzisyenler ve edebiyatçılar bu mezarlıkta yatıyor. Dokuz yüz yıldan bu yana bütün kraliyet düğünleri burada yapılıyor. Hâlâ ibadete açık. 31 metre yüksekliğindeki batı kapısından geçtiğimizde karşılaştığımız ilk ve en çok ziyaret edilen mezarın adsız bir askere ait olması ilgi çekici. Üzerinden yürünmesi yasak olan tek mezar da bu zaten. Kraliyet alayı bile bu mezarın etrafından dolaşmış. "Tomb of the unknown warrior", yani, adı bilinmeyen savaşçının mezarı olarak isimlendirmişler. Kilisenin iç tarafında VII. Henry şapeli var. Muhteşem bir ahşap işçiliği ile yapılmış oymalarına ve duvar işçiliğine hayran olmamak mümkün değil. Tüm şapel Bath şövalyeleri tarikatının bayrak ve sancakları ile süslü.

Dışarı çıktığımızda acıktığımızı hissediyoruz. İngilizlerin ulusal yemeği

"Fish and Chips" yemek niyetindeyiz. Yani bildiğimiz mezgit balığı, yanında da patates ve tabii buz gibi İngiliz birası, Ale. Yemeğin lezzetine lezzet katan bir şey daha var ki o da *pub*'ların atmosferleri. On dört yaşından küçüklerin girmesi yasak olan bu *pub*'larda, on sekiz yaşından küçükler alkollü içki de verilmiyor.

İkinci Dünya Savaşı'nda, Alman bombardımanı sonucu yerle bir olan, şimdi ise karakersiz binaların, iş merkezlerinin ve gökdelenlerin bulunduğu "City of London"u gezilecek yerler listemizin dışına atıyoruz. İş günleri dışında hayalet şehir haline gelen bölgede eskiye dair hiç bir şey kalmamış gibi. Savaş, bu eski bölgenin hafızasını bile silmiş sanki.

Sevimli ve şık mimarisi ile insanı kendine hayran bırakan "Tower of London"un önüne geldiğimizde güneş devrini tamamlamış, Thames Nehri'nin suları karşı yakadaki binaların silüetlerini yansıtmaz olmuştu. Tarihi, kanlı ve korkunç hikayelerle dolu Tower of London, yapımının üzerinden geçen

Resmi adı "British Airways London Eye" olan dönme dolabın çapı 424 metre ve 1600 Ton ağırlığında.



dokuz yüz yıl boyunca zaman zaman kraliyet sarayı, hapisane, işkencehane ve idam yeri olarak kullanılmış. Yılda iki milyon ziyaretçi alan kule-sarayın surlarında ilginç ve renkli kıyafetleri ile ilgi çeken ve adına “Beefeaters” denilen muhafızlar dolaşıyor. XIX. yüzyılda etrafındaki hendek doldurulmuş ve yemyeşil bir bahçeye çevrilmiş.

Oyalanmadan, Londra’nın simge

yapılarından “Tower Bridge”e yöneliyoruz. Gotik taş işçiliğiyle İngilizlerin gurur duyduğu yapılarından biri de bu tarihi “Kuleli Köprü”. Cıvıl cıvıl insan kalabalığı ile birlikte köprüyü geçip tekrar geri dönüyoruz. Akşam olmak üzere. Piccadilly Circus’a gidip şehir ışıklarının izini süreceğiz. Ama önce bir kahve içerek enerji toplamak niyetindeyiz. Adım başı rastladığımız *pub*’lardan birine giriyoruz. Siparişimizi verip beklerken bir yandan da gördüklerimiz hakkında yorumlar yapıyoruz. Biraz önce siparişimizi alan garson bize doğru geliyor, eli boş. “Abi, siz Türk müsünüz?” diyor. Sahibinin de Türk olduğu bir *pub* bulmuşuz. Malum sohbet başlıyor. Kahvelerimizi içip, İzmir kökenli Giray ile vedalaşıyoruz.

Göz alıcı neonları, dev mağazaları, alışveriş caddeleri, sokak müzisyenleri ile insanların en önemli uğrak yerlerinden biri olan “Piccadilly Circus”, yüz yıllık ışıltısını ve cazibesini hiç kaybetmeden tüm canlılığıyla insanları kendine çekmeye devam ediyor. Bu kadar



Göz alıcı neonları, dev mağazaları, alışveriş caddeleri, sokak müzisyenleri ile insanların en önemli uğrak yerlerinden biri olan “Piccadilly Circus”, yüz yıllık ışıltısını ve cazibesini hiç kaybetmeden tüm canlılığıyla insanları kendine çekmeye devam ediyor.

kalabalık tabii ki bir o kadar da gürültü demek. Biraz ötesinde bulunan başka bir kalabalık meydan “Leicester Square”de de gişe filmleri oynatan sinemalar ve gece klüpleri var. Bütün akşamı burada geçirip yorgun argın otelimize dönüyoruz.

Ertesi güne, yine aynı güzel sarışının verdiği kahvaltı ile başlıyoruz. Bu gün yolculuğumuza Hyde Park’tan başlayacağız. Parkın Marble Arch köşesindeki “Speakers’ Corner” en çok merak ettiğimiz yerlerden biri. Önceki yıllarda halk gösterilerinin yapıldığı yer olan bu köşe, şimdilerde sadece pazar günleri söyleyecek bir sözü olanların, bir yükseltiye çıkarak konuşma yaptıkları yer olarak kullanılıyor. Oraya vardığımızda belediye görevlisi olduğunu sandığımız birileri kamyonetle getirdikleri kürsü, sandalye, şezlong gibi eşyaları çimenlerin üzerine diziordu. Biraz yürüyünce parkın içindeki Serpentine adlı yapay göle ulaşıyoruz. Gölde gezinti yapan kayıklar çok hoşumuza gidiyor. Sabah kahvemizi, Gölde gezen kayıkları seyrederek içiyoruz.

1 milyon 380 bin metrekare büyüklüğü ve konumu ile Londra’nın akciğerleri gibi algılanan Hyde Park, binlerce ağaca, kuşa, sincaba ev sahipliği yapıyor. Kraliçe’nin bile bazen yürüyüş için buraya geldiği, herkesin severek, koruyarak yaşattıkları bir yaşam alanı. Festivaller burada düzenleniyor, her türlü şenlik burada yapılıyor. İçinde gölet, gölette adası, Peter Pan heykeli, sincaplar, kuğular, ördekler ve daha bir sürü canlı özgürce yaşıyorlar. Bir saat kadar daha parkın başka bir köşesinde kurulu panayır tipi hediyelik eşya dükkanlarında oyalanıp, derin derin nefes alarak parktan çıkıyoruz.

Kensington Caddesi tarafından çıktığımız için karşımıza; Kraliçe’nin çok sevdiği ancak genç yaşta kaybettiği için kırk yıl yasını tuttuğu kocasının anısına yapılan





“Albert Memorial” anıtı ve hemen karşısında kubbesiyle dikkat çeken “Royal Albert Hall” çıkıyor. Hızlı adımlarla Thames Nehri kıyısına inmek üzere yola koyuluyoruz. İngilizlerin “Under Ground” dedikleri metro ile birkaç dakikada London Eye dönme dolabının hemen yakınındaki iskeleye ulaşıyoruz. Nehirde *cruise* denilen teknelere binerek gezinti yapmak niyetindeyiz. Sekiz buçuk pound, yani yaklaşık yirmi beş lira

ödeyerek, bir saatlik tur için biletlerimizi alıyor ve tekneye biniyoruz.

Kuru bir ayaz var. Fotoğraf çekebilmek için güvertede durmak zorundayım. Şehri bambaşka bir açıdan görmek, muhteşem yapıların fotoğraflarını çekebilmek için harika bir yolculuk oluyor bu kısa gezi. Tate Modern, St Paul’s Cathedral, The City Of London School, Tower Of London, Tower Bridge, birçok tarihi bina ve köprü ile London Eye, Big Ben ve Houses Of Parliament ‘i de görme imkânı buluyoruz. Açıkta kalan yüzüm ve ellerim soğuktan morarmaya yüz tutmuşken gezi bitiyor. Ama olsun, şimdi bile çektiğim fotoğraflara değdi doğrusu, diye düşünüyorum.

Nehri gören sıcak bir *pub*’ın cam kenarında, sıcacık kahvelerimizi yudumlarken buluyoruz kendimizi. Günler kısa, çabucak akşam oluyor. Günün nasıl geçtiğini anlamadık. Yorulduk, acıktık. Dünden gözümüze kestirdiğimiz, Hammersmith metro istasyon meydanındaki bir lokantaya gideceğiz. İki yüz yıllık tipik bir İngiliz restoranı. Oturduğumuz sandalyeler, masa, duvardaki tablolar ve yer döşemesi



Başka bir müzeye gittiğinizde bilet alıp içeri girersiniz. Burada ise durum tam tersi. Bileti alıp dışarı çıkıyorsunuz!

çok eski ama bir o kadar da zevkli ve uyumlu. Bizi karşılayan garson kız, üst katta meydana bakan pencere kenarında bir masa gösteriyor. İşte şimdi Londra'dayım, diyorum içimden. İngiliz kibarlığı ve zevki ile bütünleşmiş bu mekânın huzuruna varıyor ve beyaz şarap eşliğinde enfes bir akşam yemeği ile günü bitiriyoruz.

Son iki günümüzün ilki olan bu günü, önceden rezervasyon yaptırdığımız bir yolculuğa ayırdık. Piccadilly'ye açılan caddelerden birinden konforlu bir otobüs ile hareket ediyoruz. Gidiş-dönüş toplam üç yüz Kilometre yolumuz var. İlk durağımız Windsor Castle, yani Windsor Sarayı. Dokuz yüzyıl hanedana hizmet ve tanıklık etmiş bu sarayda İngiliz Kraliyet ailesine ait bir çok eser sergileniyor. Fotoğraf çekmek yasak. Zümrüt, elmas ve yakutlarla süslü hançerler, oymalı işlemeli gümüş kaplı tüfek ve tabancalar, şövalyelerin zırhları ve çok özel sanat eserleri

ziyarete açılmış.

Yeniden yola çıkıyoruz. Otobüsümüz homurdanarak yönünü "The Roman Bath" yani Roma hamamına çeviriyor. Adeta küçük bir İtalyan kasabası gibi. Sarı boyalı binalar, panayırlar, sokak sanatçıları. M.S. 43 yılında Romalıların İngiltere'yi işgal etmesinden sonra yapılan bu hamam, daha sonraları şifalı su merkezi olarak kraliyet ailesine de hizmet etmiş.

Yeniden yola çıkıp asıl hedefimize kavuşuyoruz. Salisbury şehrinin altı kilometre dışında adına "Stonehenge" denilen dünya miras listesinde kayıtlı, yaklaşık beş bin yıllık dikili taşların bulunduğu tarihi alana giriyoruz. Salisbury Düzlüğü'nde bulunan, eski zamanlarda dinsel törenler için kullanılan ve Kelt rahiplerinden oluşan bir sınıf olan Druid'lere atfedilen büyük taşlardan oluşan bir çember bu Stonehenge. Yontularak





düzgünleştirilmiş ve dışarıdan bu bölgeye taşınmış, dik konumundaki halen 17'si ayakta duran 30 taştan oluşuyor.

Stonehenge'in çemberini bölen ve yapının girişinden geçen eksen, yaz dönencesindeki gün doğumuna (21 Haziran) doğru konumlandırılmış. Buna karşılık, İrlanda'da yaklaşık olarak aynı zamanlarda inşa edilen ve benzer bir yapı olan Newgrange anıtının kış dönencesindeki gündeğümüne (21 Aralık) yöneltilmiş olmasını da not ettikten sonra çevreyi dolaşmaya başlıyoruz. Hava çok soğuk. Rüzgar bıçak gibi kesiyor. Biletlerimizi ve audio elektronik rehberimizi alıp taşların bulunduğu araziye giriyoruz. Başka bir müzeye gittiğinizde bilet alıp içeri girersiniz. Burada ise durum tam tersi. Bileti alıp dışarı çıkıyorsunuz!

Üç metreden yüksek, dikine duran taşlardan oluşan Stonehenge, göz alabildiğince uzanan Salisbury düzlüğündeki tek yükselti. *Sarsen* ve *lintel* olarak adlandırılan iki grup taş Stonehenge çemberini meydana getiriyor. *Sarsen*'lerin her biri yirmi altı ton ağırlığında ve hepsi üç metrenin üzerinde bir yüksekliğe sahip. Bir çember oluşturacak şekilde dizilmişler. *Lintel*'ler ise her biri altı ton ağırlığında ve yatay olarak, giriş gibi *Sarsen*'lerin üzerine yerleştirilmişler. Çemberin iç kısmında ise benzer taşlardan oluşturulmuş olan başka bir iç çember

daha var. Peki bu taşlar ne işe yaramış acaba, diye düşünebilirsiniz. Otobüste yol boyu hiç susmadan konuşan rehberimiz bu soruyu, "İki teori var," diyerek yanıtlıyor: "Birincisi; Astronomi bilimi için. Bu en güçlü olasılık. Çünkü günümüzde astronomlar Stonehenge'in şifresini çözerek 56 yıllık ay ve güneş tutulma döngüsünü keşfettiler. Güneşin ve ayın hareketlerinin Stonehenge'in yapısı içine yansıtıldığını buldular. Stonehenge çevresinde bulunan taşların ya da deliklerin hepsi döngünün içinde farklı günleri ya da yılları temsil ettiği artık biliniyor," diyor ve ekliyor; "İkinci teori de, bazı insanlar buranın gizli bir tapınma yeri olduğunu söylüyor." Kısaca anıt binyıllardır koruduğu gizemli havayı bugün de devam ettiriyor.

Aklıma Şanlıurfa'da, değerini bulamamış, yeterli tanıtımını yapamadığımız, neolitik döneme ait ve 11 bin 500 yıllık geçmişe sahip olan, dünyanın en eski tapınağı olarak bilinen Göbeklitepe geliyor. Derin bir iç çekip Stonhenge taşlarının etrafında dönmeye devam ediyoruz. Hızlı hızlı fotoğraflarımızı çekip daha fazla üşümeden otobüse koşuyoruz. Otobüsümüz güneş batarken hareket ediyor. Londra'ya döndüğümüzde hava kararıyor. Piccadilly'de otobüsten iniyor, bir şeyler atıştırdıktan sonra yorgun bir halde otele dönüyoruz.

Sabah yine "Best model of London" kızımızın verdiği kahvaltı ile güne başlıyoruz. Londra'da son günümüz. Günlerden Pazar. Kahvaltıdan sonra otelden çıkıp, beş dakikalık bir yürüyüşten sonra Hammersmith metro istasyonuna kavuşuyoruz. Amacımız bu günü çarşı pazar gezerek geçirmek. Pazar günleri Liverpool Sokağı'nda "Old Spitalfields Market" adında büyük bir pazar kuruluyor. Renk renk, çeşit çeşit tasarım ürünleri, incik boncuk, takı, tekstil ve daha neler neler. Buradan başka Camden Town'daki Camden Market'i ve Notting Hill'deki Portobello Marketi de görmek gerekiyor. Portobello Market, Londra'nın çok güzel bir

Şanlıurfa'mızdaki hakettiği değeri bulamamış ve halen yeterli tanıtımını yapamadığımız, neolitik döneme ait ve 11 bin 500 yıllık geçmişe sahip olan dünyanın en eski tapınağı Göbeklitepe'yi hatırlıyoruz...



bölgesi. Amsterdam'ı hatırlatan, rengarenk ve kutu kutu evleri var. Camden Town ise başka bir ilginç yer. Uçuk kaçık ve marijinal diyebileceğimiz her şey burada. Çeşit çeşit insan, tarz, tip hepsi buraya toplanmış. İnsan nereye, kime bakacağını şaşıyor.

Bu günümüzü Londra'nın pazarlarını, arka sokaklarını, çarşılarını gezerek tamamlayıp biraz erken denilebilecek bir saatte otelimize dönüyoruz. Valizlerimi toparlayıp, hazırlık yapacağız. Gönülsüz geldiğim Londra'dan üzülerek ayrılacağım hiç aklıma gelmezdi. Şimdiden Londra'ya yeniden gelme planlarını yapmaya başladım bile.

Her ülke, her şehir için söylenen "Yapmadan, görmeden dönme!" listeleri vardır. Tabi İngiltere'den de yapmadan dönülemez bazı şeyler var. Örneğin *fish&chips* yemeden, çay kültürünü gözlemlemeden, tiyatrolara gitmeden, sergileri müzeleri gezmeden, köşebaşı publarda *happy hours* keyfini yaşamadan, alışveriş yapmadan dönmek olmaz. İşte size görmeden dönmeyin, diyebileceğim

kısa bir öneri listesi.

Buckingham Palace, Victoria Memorial, Trafalgar Square, National Gallery, Wellington Arch, London Eye, Tower Bridge, Hyde Park, Tower of London, Science Museum, Royal Albert Hall, Albert Memorial, London Zoo, Westminster Abbey, Imperial War Museum, Victoria ve Albert Museum, Madame Tussaud Museum (Balmumu Heykel Müzesi), See Life Aquarium, Thames Nehri tekne turu, Big Ben saat kulesi, Houses Of Parliament, Natural History Museum, British Library (Ulusal kütüphane), British Museum, St Paul's Cathedral, Museum Of London, Oxford Street (Alışverişin kalbi), Piccadilly Circus, Harrods Alışveriş Merkezi, ve Camden Town...

Gezenlere,

Gezmek isteyenlere,

Gezmesini bilenlere,

Bitmeyen yolculuklar diliyorum.

mkureli@gmail.com



PTİSYENİN

E-DERGI
Sayı: 27 OCAK 2016
Sesi
Optik Magazin Dergisi



Metin Turanlı

2016 Falınız bizden...

Güneş Gözlüğü ve "Cool" olmak
Arasındaki Psikolojik Bağ

Prof. Dr. Mikdat Kadioğlu
Kelebek Etkisi

YOLNAME
Londra

ben.x®