



SARIYER
BELEDİYESİ



TÜRKAN SAYLAN

SOSYAL YAŞAM REHABİLİTASYON VE TERAPİ MERKEZİ



SariyerBld



SariyerBelediye



SariyerBelediye



sariyer.tv.tr

You **Tube** / **sukrugenc**

444 1 722

www.sariyer.bel.tr



TÜRKAN SAYLAN

SOSYAL YAŞAM REHABİLİTASYON VE TERAPİ MERKEZİ

- REHABİLİTASYON VE TERAPİ • KİTAP OKUMA
- KİŞİSEL GELİŞİM VE YAŞAM KOÇU BİREYSEL LİDERLİK
 - KERMES • GÖÇMEN İLETİŞİM NOKTASI
 - MÜLTECİLER İLE BOĞAZ TURU
 - ÖZEL EĞİTİM SINIFI VE ÖZEL PROJELER
- YABANCI DİL KURSU (İNGİLİZCE - ALMANCA)
 - MATEMATİK EĞİTİMİ • PİYANO EĞİTİMİ
- PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK • EMEKLİ DİNLENME ALANI
 - HOBİ BAHÇESİ / (SEBZECİLİK, OSMANLI ÇİLEĞİ)
 - MEYVE BAHÇESİ • BAHÇIVANLIK KURSLARI
- KARDEŞ OKUL KADREŞ BELEDİYELER AĞAÇLANDIRMA ALANI
 - ULUSLARARASI 23 NİSAN ETKİNLİKLERİ
 - PARK BAHÇELER TASARIM
- ÇOK AMAÇLI SALON • BAHÇE ETKİNLİKLERİ KREŞ ÇOCUKLARI
 - MİNİ ARBORETUM • MESLEK EDİNDİRME HOBİ KURSLARI
 - GELENEKSEL YEMEK KURSLARI
 - ŞİİR DİNLETİSİ • NEFES KOÇU
 - KİTAP OKUMA VE DEĞERLENDİRME
 - S.T.K. ETKİNLİKLERİ • YOGA • PİLATES
- ZUMBA • LATİN DANSI • HALK OYUNLARI • YARATICI DRAMA
 - MAHALLE DERNEKLERİ • KÜMES HAYVANI BESİCİLİĞİ

**TÜRKAN SAYLAN SOSYAL YAŞAM
REHABİLİTASYON VE TERAPİ MERKEZİ**

Ferahevler, Muhtar Cad. No:16 Tarabya / İstanbul

Tel: 0212 262 23 06

SARIYER BELEDİYESİ

Pınar Mah. Günyüzü Sk. No:2 Sarıyer / İstanbul

TÜRKAN SAYLAN
SOSYAL YAŞAM
(REHABİLİTASYON VE TERAPİ)
MERKEZİ



Hazırlayan
Hüseyin COŞKUN
Sarıyer Belediyesi Meclis Başkan Vekili
Sarıyer Belediyesi Başkan Yardımcısı

Grafik Tasarım
Oya ÜNGÜDER

TÜRKAN SAYLAN SOSYAL YAŞAM
(REHABİLİTASYON VE TERAPİ)
MERKEZİ

**Tecrübeni
Paylaş**



Değerli Sarıyerliler,

Şahsım ve çalışma arkadaşlarım görev yaptığımız ilk günden bu yana hiçbir ayırım yapmadan ilçemizin her bir taşına dokunmanın, her bir insanın hayata tutunmasını sağlamanın ve özellikle de çocuklarımızın yarını için çaba sarfetmenin gururunu yaşıyoruz.

Yaptığımız her şeyi yaşamın içerisinde ve gönülden yapıyoruz. Tıpkı Profesör Doktor Türkan Saylan gibi. Adını vermekle gurur duyduğumuz merkezimizde gönülleri buluşturuyor, yaşamı inşa ediyoruz. Paylaşmayı, huzuru, birlik ve beraberliği her şeyin üstünde tutarak.

Sevgilerimle

Sarıyer Belediye Başkanı
İnş. Müh. Şükrü Genç



Değerli Sarıyerliler,

Sarıyer gibi özel ve ayrıcalıklı bir ilçeyi yönetirken, farklı bir yerel yönetim anlayışı uygulamayı temel hedef olarak belirledik. Göreve geldiğimiz ilk günden itibaren; hızlı karar alma, kararlılığı sürdürme, etkin, verimli, ekonomik ve nitelikli bir belediyecilik anlayışı oluşturmak için belirlediğimiz ilkeleri tek tek yaşama geçirmeye başladık.

Sosyal Belediyecilik vizyonumuzu hayata geçirirken, bir yandan da geliştirmek, hem hizmeti en üst kaliteye taşımak hem de çeşitlendirmek, Sarıyer’de en önemli başarı kriterlerimizden biri haline gelmiş bulunmaktadır.

Yönetim anlayışımızın doğrultusunda kentsel gelişim ve dönüşümü, sadece kum, tuğla, çakıl, demir, çimento, hafriyat olarak değil, her alanda, insani yatırımlar, kültürel, sanatsal, eğitim alanlarında da yapılan hizmetler olarak anlıyoruz.

Bizim için yaşamı örgütlemek, toplumun her kesimini yaşamın içerisine katmak olmazsa olmaz. Bu amaçla insanları bir araya getirecek, sosyalleşme imkanı tanıyacak semt evleri, yaşam evleri, yaşlı gündüz bakımevi gibi tesisler oluşturuyoruz. Her defasında üstüne bir şeyler katarak yukarıda belirttiğim gibi vatandaşlarımızın da katılımıyla içeriği geliştirmeye devam ediyoruz. Türkan Saylan Sosyal Yaşam Rehabilitasyon ve Terapi Merkezi’de bu anlayışımızın bir ürünüdür. İçerisinde birçok sosyal aktivite imkanı tanıyan merkez her geçen gün yeni özellikler kazanmaya devam ediyor. En önemlisi ise yaşanan bu değişimler vatandaşlarımızın katkıları ve istekleri ile gerçekleşmektedir.

Yapılan araştırmalar insan mutluluğu için önemli şeylerin neredeyse yarısının hiçbir maddi karşılığı olmadığını ortaya koyuyor. Sevgi ve dostluk, aile ile zaman geçirmek, komşuluk ilişkileri geliştirmek, insanlara yardımcı olmak kısacası bir sinerji yaratmanın bedeli yok. Sadece istemek ve başlamak. Sarıyer Belediyesi olarak şahsım ve tüm çalışma arkadaşlarımın da amacı Sarıyerliler’de var olan bu sinerjiyi daha da geliştirmek ve özgürce yaşayacakları alanları artırmaktır.

Bu doğrultuda göreve geldiğimiz ilk günkü istek ve kararlılıkla çalışmayı sürdürmeye devam edeceğiz.

Sevgilerimle

Sarıyer Belediye Başkanı
İnş. Müh. Şükrü Genç



Prof. Dr. Türkan Saylan Kimdir?

Türkan Saylan 13.12.1935 İstanbul'da doğdu. 1944 - 1946 yıllarında Kandilli İlkokulu ve 1946 - 1953 yıllarında Kandilli Kız Lisesi'nde okudu. 1963'de İstanbul Tıp Fakültesi'ni bitirdi. 1964 - 1968 yılları arasında Sosyal Sigortalar Nişantaşı Hastanesi'nden Deri ve Zührevi Hastalıklar Uzmanlığını almıştı.

1968 yılında İ İstanbul Tıp Fakültesi Dermatoloji Anabilim Dalı'nda Başasistanlığa başladı. 1971'de İngiliz Kültür Heyeti'nin bursuyla İngiltere'de ileri eğitim görmüş, 1974'de Fransa'da, 1976'da yine İngiltere'de kısa süreli çalışmalar yapmış, 1972'de doçent, 1977'de profesör olmuştu.

1976 yılında Lepra (Cüzzam) çalışmalarına başlamış, Cüzzamla Savaş Derneğini kurmuştu. 1986'da kendisine Hindistan'da "Uluslararası Gandhi Ödülü" verilmişti. 2006 yılına kadar Dünya Sağlık Örgütü'nün Lepra konusunda danışmanlığını yapmıştı. Uluslararası Lepra Birliği'nin (ILU) kurucu üyesiydi. Avrupa Dermato Veneroloji Akademisi'nin ve Uluslararası Lepra Derneği'nin üyesiydi.

1981-2002 yılları arasında 21 yıl, üniversitedeki görevinin yanında gönüllü olarak Sağlık Bakanlığı İstanbul Lepra Hastanesi Başhekimliği'ni yaptı.

1982 - 1987 yılları arasında, İstanbul Tıp Fakültesi Dermatoloji Anabilim Dalı Başkanlığı'nı, 1981 - 2001 yılları arasında İstanbul Tıp Fakültesi Lepra Araştırma ve Uygulama Merkezi Müdürlüğü'n yrt. Dermatopatoloji Laboratuvarının, Behçet Hastalığı ve Cinsel İlişkiyle Bulaşan Hastalıklar Polikliniklerinin kurulmasına öncülük etti. Ayrıca Ulusal Lepra Kontrol Programını koordinatörü olarak proje, planlama ve uygulamaları gerçekleştirmişti.

"Her eğitimli kadının bu Cumhuriyet'e borcu var!"

Prof. Dr. Türkan Saylan

*“Eğer bir yerlerde bilime,
demokrasiye, barışa, aydınlığa
aç bir çocuk senin ışığını
bekliyorsa, sönmeye hakkın
yoktur. Işıyacaksın! Ölüme
saniyeler kalmış olsa bile...”*

Prof. Dr. Türkan Saylan

1989’da Çağdaş Yaşamı Destekleme Derneği’nin (Ç.Y.D.D.) kurucularındandır ve Genel Başkanlığını yürütmüştür.

1990’da oluşan “Öğretim Üyeleri Derneği”nin kurucusudur ve ilk dönem İl. Başkanlığını yapmıştır.

1990’da oluşturulan “İ.Ü. Kadın Sorunları Araştırma ve Uygulama Merkezi”nin kuruluşunda görev almış ve 1996’ya kadar Müdür Yardımcılığı ile Kadın Sağlığı derslerinin koordinatörlüğünü yapmıştır.

1995’de mezun olduğu lise için oluşturulan Kandilli Kız Lisesi Kültür ve Eğitim Vakfı (KANKEV)’nin kurucusu ve başkanıdır. İstanbul Tabip Odası ve Korunmaya Muhtaç Çocuklar Vakfı üyesidir.

13.12.2002 tarihinde emekli olmuş ve resmi görevlerini devretmişti. Gönüllü kuruluş olarak; Ç.Y.D.D.’nin Genel Başkanlığını, KANKEV Vakfı ile Cüzamla Savaş Derneği Başkanlığını sürdürmekteydi.

9. Cumhurbaşkanı Süleyman Demirel tarafından 31 Mart 2000 tarihinde Sosyal Hizmetler Danışma Kurulu üyeliğine seçilmiştir.

Cumhurbaşkanı Ahmet Necdet Sezer tarafından 2 Şubat 2001’de YÖK üyeliğiyle görevlendirilmiş ve bu görevi Şubat 2007’de sona ermiştir.

2003 – 2004 yılları arasında Başbakanlık İnsan Hakları Danışma Kurulu üyeliği ve İstanbul İl İnsan Hakları Kurulu üyeliklerinde bulunmuştur.

2005 yılı başı olarak, toplam 440 yayını bulunmaktadır. Bunların 50’si yabancı dergilerde yayınlanmış tıbbi çalışmaları, 204’ü tıbbi, sosyal ve siyasal içerikli gazete makaleleri, 186’sı ise Türkçe tıbbi dergilerde ve kongre kitaplarında yayınlanmış araştırma, derleme ve olgu bildirimleridir.

1. Basamak Sağlık Hizmetlerinde Deri ve Zührevi Hastalıklar El Kitabı adlı ders kitabı, Cumhuriyet Kitap’larında yayınlanan, çocukluk yaşamını anlatan “At Kız”, makalelerini içeren Cumhuriyetin Bireyi Olmak, Radyo Cumhuriyet’teki programlarının dökümü olan “Radyo Cumhuriyet’te Çağdaş İnsan Söyleşileri ile İş Bankası’nca yayınlanan, Mehmet Zaman Saçlıoğlu’yla söyleşilerini içeren Güneş Umuttan Şimdi Doğar ve Doğan Kitap’ta yayınlanan, Zehra İpsiroğlu’nun sorguladığı Yapıcılığın Gücü ile son olarak da İskele Yayınları’ndan çıkan Şefik Görkey’le yapılmış Hekim Olmak adlı söyleşileri olmak üzere 5 kitabı bulunmaktadır.



TECRÜBELERİNİ PAYLAŞ

Bir insanın tüm bildikleri ve tüm birikimleri sadece kendisinde kalıyorsa bunları paylaşmıyorsa o kazanımlar yok olup gider.

Paylaşmak bazen bir ekmek olabilir bazen bir tas çorba, bazen de bir şarkı, bazen yaşama dair bir öğreti, bazen bilgi ve bazen de bildiklerini paylaşırsa çoğalıp artar ve geleceğe taşınır. Kısaca biz buna **"TECRÜBENİ PAYLAŞ"** dedik, yola çıktık. Yola çıktığımızda kazmayı ilk toprağa vurduğumuzda Aşık Veysel'in **"Benim sadık yârim kara topraktır ve uzun ince bir yoldayım"** türküleri dilimizdeydi. Toprağımızda vardı, uzun ince bir yolumuz da, hepsinden önemlisi umutlarımız ve hayallerimiz vardı.

Biz yaşama dair tecrübelerini, gönüllülük, paydaşlık ekseninde Sarıyerlilerle paylaşacak dostları bulacağımızdan emindik ve öyle de oldu. Onlarca gönüllü paydaş tecrübelerini bizlerle paylaşmak istediklerini söyleyip tesise akın ettiler. Yaşamı paylaşmak sosyalleşmek ayrıca tecrübelerin paylaşılacağı tümünün barındırılacağı bir merkez olsun düşüncesini gönüllülerle paylaştık, onlar tecrübelerini aktaracaklarını, projemize destek olacaklarını bildirip bizlerin umutlarına umut kattılar.

Yapıcılar yapıyı yapmaya başladılar kısa sürede tamamlanan kapalı alandan sonra çevre düzeni, bahçe, ağaçlandırma, bitki, kümes hayvanları, bahçevanlık çalışmaları, meyve ağaçları, spor ve eğitim çalışmaları birbirini izledi. Sonra bu tesisin adı ne olsun sorusunun cevabı aranmaya başlandı, genç kızların ve kadınların ortak sesi **"TÜRKAN SAYLAN SOSYAL YAŞAM MERKEZİ"** olması yönünde anket yapalım kararı alınmış oldu.

Her geçen gün gönüllü hoca ve eğitimcilerinin sayısı artıyor. "Burada Kardelenler yetiştirelim umut olsun ülkeye, zoru başarabilen Türkan hocaya armağan olsun ışıklar içinde uyusun", söylemi gür bir ses haline geldi ve tesisin ismi belirlenmiş oldu. Bir çok sponsorumuz, paydaşımız, gönüllümüz, iştirakçimiz, kardeş okul, kardeş belediyemiz ve S.T.K.'larının ortak görüşüyle çok amaçlı, çok çeşitli, fonksiyonel çalışmayı barındıran hayata dair ne varsa paylaşılan bir tesis ortaya çıkmış oldu.

Emekli dinlenme ve ağaçlandırma alanlarıyla yediden yetmişe herkese hitap eden merkez her yaştan birbirlerini dinleyen anlayan insanların huzur odağı olmayı başarmıştır.



TÜRKAN SAYLAN SOSYAL YAŞAM REHABİLİTASYON VE TERAPİ MERKEZİ NEDİR?

Tecrübelerini paylaşan insanların daha huzurlu olduğu bilinir, bölüştükçe çoğaldığını söyler büyüklerimiz. Biz de öyle başladık, sadece Sarıyerli değil Sarıyer’de yaşayan göçmenler de bu tesisi kullansınlar denildi ve farkı bir fonksiyon daha eklendi. Sarıyer’de yaşayan öncelikle Suriyeli kadın ve çocukların eğitim alacağı göçmen iletişim noktası hizmetini vermeye başladık.

Tesis büyüdükçe büyüdü, burada bir huzur mekanı, dinlenme alanı, eğitim alanı olmanın yanında kaybolmaya yüz tutmuş yemeklerin geleneksel mutfagımızın gelecek kuşaklara aktarılması için bünyesinde bir kuzine sobayla yemek yapma kurslarını da başlatmış olduk.

Bütçesiz hizmet nasıl olur? Bu tesiste para geçmiyor tüm etkinlikler ÜCRETSİZ.

Böylece spor, sanat, eğitimin dışında bir rehabilitasyon ve terapi merkezi gibi çalışmaya başlayan tesiste hafta içi beş gün psikolojik danışmanlık hizmetinin yanında, çok amaçlı eğitim salonu ve spor salonlarında, kişisel gelişim ve yaşam koçu, nefes koçu, yoga, pilates, zumba, piyano eğitimi, kitap okuma, felsefe günleri, şiir günleri, yaratıcı drama, halk oyunları, sağlıklı beslenme, geleneksel yemek kursu, bahçevanlık, kümes hayvan besiciliği vs. gibi bir çok kişisel gelişim ve yaşam becerileri öğretilmeye, öğrenilmeye başlandı gün geçtikçe çoğaldıkça çoğalıyor. Hizmet paylaştıkça gönüllü sayımız ve paydaşımız ile birlikte kursiyer ve katılımcılarımız da hızla artmaya başladı.

Kreş çocuklarının oyun ve hobi alanı olarak da kullanıldığı tesiste, haftanın belirli günlerinde program çerçevesinde Sarıyer’deki engelli okullarımızda tesisten yararlanmaları için gerekli düzenlemeler yapılmıştır. Bir **rehabilitasyon ve terapi** ortamının sağlandığı merkezde huzurlu, gönüllü hocalar eşliğinde tecrübelerini engelli öğrenciler ile paylaşan çok sayıda eğitmenimiz, stajyer öğrencimiz ve kuruluşlarımız var.

Çeşitli üniversite (MEF Üniversitesi, Koç Üniversitesi, Boğaziçi Üniversitesi, İ.T.Ü.) öğrenci kulüplerinin sosyal sorumluluk projelerine ev sahipliği yapan yaşam merkezi, farklı bir boyuta taşıdığı tecrübelerini paylaş olgusunu eğitimin birçok noktasında kullanmaya başlamış, Sarıyerlilerin ilgi odağı olmuştur. Mahalle derneğinin bir irtibat noktasının da olduğu merkezde çok amaçlı eğitim salonunda birçok kurum ve kuruluş S.T.K. toplantıları da yapılıyor.

Türkiye’nin değişik bölgelerinden hatta yurtdışından gelen konuklarımızla bir sonraki gelişlerinde birlikte getirdikleri ağaçları buraya dikerek mini bir arboretum oluşturup kardeşlik bahçesini zenginleştirdik. Her paylaşımın bir sonraki paylaşımın başlangıcını oluşturduğu projenin kısa sürede geldiği nokta, tecrübelerini paylaşan gönüllülerin bir uğrak merkezinin çok ötesinde yaşamı paylaşan insanların buluştuğu mekan olması Sarıyer Belediye Başkanımız Şükrü Genç’i ve bizleri çok duygulandırmıştı.

Türkan Saylan adı ile birlikte Ç.Y.D.D. Sarıyer şubesinin de aktif olarak kullandığı eğitim ve kermeslerine ev sahipliği yapan merkezimizde, dileyen herkesin yararlanacağı birer alan oluşturmanın mutluluğu ve gururunu yaşayan paydaş ve gönüllülerimiz ile mutlu gelecek, umutla yarınlar oluşturma özleminin hayalden ibaret olmadığını bize gösterdiler.

TÜRKAN SAYLAN SOSYAL YAŞAM REHABİLİTASYON VE TERAPİ MERKEZİ NEDİR?

Sağlığın, umudun, eğitimin, bilginin, becerinin birbirlerine aktarıldığı aydınlık ortamlarda, değişen dünyada her şeye paranın sıfırından bakan bir toplumda gönüllülük temelinde, birliktelikle, dayanışmayla paranın geçmediği bir dünyanın mümkün olduğunu gördük ve herkese göstermek istiyoruz.

Merkezin fonksiyonelliği her geçen gün çeşitleniyordu, günler ilerledikçe kadınların kendi sorunları ve ülke sorunlarını konuştuğu çözüm anlayışı ve önerilerinin bulunduğu bu merkez aynı zamanda kadın dayanışmasına da verilecek en güzel örnek mekanlardan biri olmuştur.

Burada bizimle paylaşımlarda bulunan bilgisini, öğretisini yaşama dair tüm güzellikleri bölüşen tüm katılımcı, gönüllü ve paydaşlarımıza sonsuz teşekkür ederken, yaşamın içinden olan hayatın tüm evrelerinde paydaşlık olgusunu bizlere aşılayan, çocukla çocuk, gençle genç, yaşlıyla yaşlı olan bizlere güvenip inandığı, yol gösterdiği hep yanımda olduğu için, desteğini her daim hissettiğimiz aynı zamanda da “Ben çocukluğumda neyin olmasını istediysem şimdi onları yapıyorum” dediği sözünün de hayat bulduğu bir Sarıyer’de birlikte yaşamayı, paylaşmayı sağlayan, yeni yeni kardelenler ve özgür bireyler yetiştirmeyi misyon edinmiş Sarıyer Belediye Başkanımız Sn. Şükrü Genç’e sonsuz teşekkür ediyoruz.

Sayılarının giderek çoğaldığı ve daha büyük merkezlerde tecrübelerimizi paylaşmak ve dayanışmayı çoğaltmak üzere yeni yeni dostluklar kurmak için bilginin paylaşıldığı, becerinin ve tecrübelerin aktarıldığı bir Sarıyer’de durmayın, siz de katılıp **TECRÜBELERİNİZİ** bizlerle **PAYLAŞIN**.

Sarıyer Beld. Bşk. Yrd. - Meclis Başkan Vekili
Hüseyin Coşkun



TÜRKAN SAYLAN SOSYAL YAŞAM MERKEZİ KAPILARINI AÇTI



TÜRKAN SAYLAN SOSYAL YAŞAM MERKEZİ KAPILARINI AÇTI

Sarıyer Belediyesi ve Uluslararası Lions 118 - T Yönetim Çevresi Federasyonu sponsorluğunda 2016 yılında yapımı tamamlanan Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezi, düzenlenen törenle hizmete açıldı.

Toplumsal her kesimini sosyal yaşama kazandırmak için anlamlı birçok projeyi hayata geçiren Sarıyer Belediyesi, son olarak tıp doktoru, akademisyen, yazar ve eğitimci Prof. Dr. Türkan Saylan'ın adının verildiği Sosyal Yaşam Rehabilitasyon ve Terapi Merkezi'ni açarak bir ilki daha gerçekleştirmiş oldu.

Hayatın tüm kesimlerini genci, yaşlısı, kadını, çocukları, doğa severleri bir araya getirmeyi başaran merkez ayrıca göçmenlerin de eğitim alacağı kapsamlı bir rehabilitasyon ve terapi merkezi olmayı amaçlıyor. Tesisin kurulum aşamasını kısa sürede tamamlanmasıyla Lions 118-T yönetim çevresi ve Sarıyer Belediyesi işbirliği ile yepyeni bir hizmet anlayışıyla Sarıyerlilere kapılarını açmış oldu. Ayrıca tesisin bu aşamaya gelmesinde emeği olan başta Sarıyer Belediye Başkanı Şükrü Genç, Lions 118-T yönetim çevresi ve tüm belediye personelimize, gönüllülerimize, paydaşlarımıza ve eğitim veren tüm hocalarımıza da saygı ve sevgilerimizi sunmak boynumuzun borcudur. Çok sayıda Sarıyerlinin katılımı ile yapılan açılışta konuşan Sarıyer Belediye Başkanı Şükrü Genç, sözlerine Prof. Dr. Türkan Saylan'ı anarak başladı. Saylan'ın özellikle de kız çocuklarının okuması için verdiği mücadelelerden bahseden Genç, "Burada bulunan Uluslararası Lions 118 - T Yönetim Çevresi Federasyonu yetkilileriyle birlikte bu merkezi kurmanın gururunu yaşıyoruz" dedi.

Tesis hakkında bilgi verildi

Uluslararası Lions 118-T Yönetim Çevresi Federasyonu Genel Yönetmeni Mukaddes Yamac, Sarıyer Ç.Y.D.D. Başkanı Gül Çağlayan, Sarıyer Belediyesi Meclis Üyesi Sevim Yalınkılıç ve Ferahevler muhtarı Turan Öztürk de yaptıkları konuşmalarda Türkan Saylan adının yaşatılmasından duydukları memnuniyeti dile getirdiler, Başkan Vekili Hüseyin Coşkun ise açılışa katılanlara tesis hakkında bilgi verdi. Konuşmalar sonrasında gerçekleşen plaket takdiminin ardından, açılış kurdelesi kesildi.



TÜRKAN SAYLAN SOSYAL YAŞAM MERKEZİ GENEL GÖRÜNTÜ





TÜRKAN SAYLAN'DA ENGELLERİ DOĞA İLE AŞIYORUZ

Hem yaşlıları hem doğaseverleri hem de çocukları bir araya getiren Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezi'nin konuğu bu kez engelli çocuklar oldu. Hobi bahçesi ve mini hayvanat bahçesinde gönüllüleri eğlenen özel çocukların oyunlarına Sarıyer Belediye Başkanı Şükrü Genç'te eşlik etti.

Toplumun her kesimini sosyal yaşama kazandırmak amacıyla şehrin içinde doğayla iç içe bir alanda hizmet veren Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezi'nde engelli çocuklar için yapılan çalışmalar devam ediyor. Özel bireyler hobi bahçesi, kardeş belediye ağaçlandırma alanı ve mini kümes hayvanı bahçesiyle yaşamlarındaki tüm engelleri doğayla aşıyor. Çocukları doğayla buluşturan merkezin sürekli konukları arasında kreş çocukları ve engelli çocuklar da var. Sarıyer Belediye Başkanı Şükrü Genç ve Bşk. Yrd., Meclis Başkan Vekili Hüseyin Coşkun tarafından karşılanan bireyler, sosyal yaşam alanında doyarsa eğlenildi. Çocukların oyunlarına katılarak, coşkularına eşlik eden Başkan Şükrü Genç, çocuklarla sohbet etti.

"Doğa Ve Sporla Tedavi Uyguluyoruz"

Prof. Dr. Türkan Saylan'ın adının verildiği Sosyal Yaşam Merkezi hakkında bilgi veren Meclis Başkan Vekili Hüseyin Coşkun, **"Burada yaşamı birlikte kurguluyoruz"** dedi. Merkezin aynı zamanda bir rehabilitasyon merkezi donanımında olduğunu anlatan Coşkun şu şekilde konuştu: "Buraya gelen insanlar kendilerinden bir şeyler aktarıyor ve böylece adeta bir kartopu gibi büyüyoruz.



Burası bir yaşam merkezi ve gelen insanlar rehabilitasyon görsün istedik. Haftanın 5 günü hizmet veren bir psikoloğumuz var. Doğa ve sporla tedavi uyguluyoruz. 850 kursiyerin hizmet aldığı merkezde yoga, pilates, kişisel gelişim, yaşam koçu, yabancı dil kursları, halk oyunları gibi birçok hizmet veriliyor. Eğitim veren hocalarımız gönüllü geliyor. Paydaşlık olgusunun yaşandığı bir yer."

Çocuklar Doğa İle Buluşuyor

Doğal yaşam alanlarının azaldığı bu günlerde merkezin adeta bir botanik bahçesine dönüştüğünü söyleyen Coşkun "Çocuklarla doğayı buluşturuyoruz. Burada kardeş belediyelerin ve okulların ağaçlandırma alanı var. Mini bir botanik bahçemiz var. Nesli tükenmek üzere olan bitkileri de burada yaşıyoruz" diye konuştu.

Suriyeliler Eğitim Görüyor

Projenin yapılmasının bir diğer amacının ilimizde yaşayan Suriyeli vatandaşlara ve çocuklarına eğitim vermek olduğunu söyleyen Hüseyin Coşkun; **"Sosyal yaşam merkezi adı altında mültecilere Türkçe ve İngilizce eğitimi veriyoruz. Burası aynı zamanda göçmen iletişim noktası"** dedi.







Gönüllülük çalışmaları yeni bir boyuta taşındı. Her mevsim farklı bir kermes farklı bir etkinlik.

Ç.Y.D.D. Sarıyer Şube Başkanı Gül Çağlayan ile arkadaşları, Prof. Dr. Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezi'nde bursiyer çocuklara destek ve Anneler Günü dolayısıyla kermes yaptı. Hayırsever kişi ve kuruluşlar tarafından bağışlanan veya dernek üyeleri tarafından üretilen kullanılmış ya da kullanılmamış eşya ve kıyafetleri satan Ç.Y.D.D. üyeleri, öğrencilerin eğitimine katkıda bulunmanın mutluluğunu yaşadıklarını belirttiler.





Günlük yaşamımızda hayat hızımız git gide artıyor. İstanbul gibi büyük şehirlerde hayatımız oldukça hızlı akıyor. Birçoğumuza gün yetmiyor. Geriye dönüp baktığımızda ise ne yaptığımızı, günün nasıl geçtiğini anlamıyoruz. Bütün bu koşturma, bir yerlere yetişme telaşı içinde günler gelip geçiyor. En son ne zaman durup kendinize baktınız? Dış dünya, yani iş, çocuklar, siyaset, faturalar, arkadaşlar, komşular vb. sayabileceğim bir çok dış etken bize kendimiz ile bağ kurmaktan alıkoyuyor. Ve nasılsın diye sorduklarında yuvarlanıp gidiyoruz işte cevabı hepimize çok tanıdık geliyor. Yuvarlanıp gidiyoruz... Tam da bu noktada yuvarlanıp gidiyoruz ben, bir akarsuyun içinde yolunu kaybetmiş, kendini suyun akışına bırakmış; yani her şey kendi kontrolü dışında olan bir nesneye benzetiyorum.

Biz insanları suyun içindeki bu nesneden ayıran en önemli özellik ise bizler ne istediğimizi, ne yapacağımızı veya yapmayacağımızı, bugün ve gelecekte nerede olmak istediğimizin kararını kendimiz verme gücüne ve bilincine sahip olmamızdır.



Kişisel gelişim ve koçluk tam da bu noktada devreye giriyor. Peki bu nasıl olacak? İşte bunun adı farkındalık. Kişi olarak kendimizde farkında olduğumuz konularda, olduğumuz kişiden olmak istediğimiz kişi olmak adına yapabileceğimiz çok şey var. Bunun için kişinin kendini bilmesi, kendisi ile bağ kurması ve gerçekten ne istediğini ve bu istediğine ulaşmak için özgüvenle eyleme geçmesi gerekmektedir. Bunun adı **Bireysel Liderlik**.

Zorunluluk halinde bir şeyleri değiştirmek bireysel liderliğimiz değildir. Bireysel Liderlik, kişinin kendi özgür iradesi ile hayatında pozitif değişiklik gerçekleştirmesidir.

Koçlukta önemli konulardan biri de zihniyet kavramıdır. Zihnimiz eşitliklerimizle dolu. Yani bir kavram olarak zihniyet. **"Alışkanlık haline gelmiş düşünce kalıbı"**. Yani kalıplarımız var. Bu kalıplar hepimizde farklılık gösterebilir. Herhangi bir davranışımızı değiştirmek istiyorsak zihniyetimize bakmamız gerekir. Hangi eşitliklerimiz var. Yani kısaca bakış açımızı değiştirmek ile değişim başlıyor.

Koçluk kavramı, bireyin hayat amacı, hayat hedefleri, değerleri ve güçlü yönleri ile ilgilidir. Özellikle kişinin güçlü yönleri ve değerlerini bilmesi hayat amacına ulaşmasında kaldıraç etkisi yaratır. Koçluk yoluyla pozitif değişimle ilgilidir. Hepimiz hayattan bir şeyler istiyoruz. Hayallerimiz var. Bu istek ve hayallerimizin gerçekleşmesi için evrene mesaj göndermek yeterli olmayacaktır. Bunların gerçekleşmesi için tam olarak ne istediğimizin farkında olmak, değişim için cesaret ve özgüven ile eyleme geçmek gerekir.

Koçluk süreçleri bireyin daha farkında, kendisi ile bağ kuran, dengeli, daha huzurlu, mutlu ve tatmini yüksek bir yaşam sürmesine hizmet eder. Toplum içindeki her bireyin bu bilinç ile yaşamaya başladığını düşünürseniz...

Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezi'nde kişisel gelişim odaklı bir çok eğitim gerçekleştirdik. Katılan arkadaşımızın hayatlarında pozitif etki yaratabilecek dokunuşlar yapmak amacı ile birlikte geliyoruz ve öğreniyoruz. İnşallah devam edeceğiz. Sevgilerimle,

Gönüllü Eğitmen
F. Fazıl Sağlam

KİŞİSEL FARKINDALIK VE GELİŞİM EĞİTİMİ



KİŞİSEL FARKINDALIK VE GELİŞİM EĞİTİMİ





Türkiye’de Bir İlk

Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezi’nde, Göçmen İletişim Noktası olarak da çalışmakta olan merkezimize gelen yabancı uyruklu konuklar sorunlarını iletebilecek, tecrübe ve bilgilerini paylaşabilecekler. Bahçesinde hobi alanları, Türkiye’nin ve dünyanın dört bir yanından gelen çiçek ve üzerinde özel kuş yuvalarının asıldığı ağaçlarla çevrili Sosyal Yaşam Merkezi’nin içinde çok amaçlı salon, özel eğitim sınıfı ve dinlenme alanı yer almaktadır. Merkezde ayrıca ücretsiz psikolojik danışmanlık hizmeti de verilmektedir.

Projenin yapılmasının bir diğer amacının ilimizde yaşayan Suriyeli vatandaşlara ve çocuklarına eğitim vermek olduğunu söyleyen Başkan Genç, “8 yıldır hiçbir ayırım yapmadan bölgenin her bir taşına dokunmanın, her bir insanın yaşama tutunmasını sağlamanın ve özellikle çocuklarımızın yarını için çaba sarfetmenin gururunu yaşıyoruz. Buradan destek olan herkese teşekkür ediyorum. Şunu bilmeliyiz ki eğitime önem vermeyen ülkelerin yolda yürümesi mümkün değildir” açıklamasında bulundu. Yaşamın içinde yer alan herkesin yerel yönetim hizmetlerinden yararlanmaları sağlanmalı; toplumda huzur ve barışı hoş görüyü tesis etmek zorundayız. Bu vesile ile ülkemizde misafir ettiğimiz göçmenlere özellikle Suriyelilere hizmet verecek tesisimiz bu anlamda bir ilktir.



İstanbul’da yaşayan mülteci çocuklar ve aileleri Sarıyer’de boğaz turuna çıktı. Sevgi ve Barış adlı teknede İstanbul’un güzelliklerini ilk kez görme fırsatı bulan çocukların mutluluğu gözlerinden okundu.

Türkiye’de Suriyeli nüfusun artışı hızla devam ediyor. Savaşın bedelini en ağır şekilde ödeyen çocuklar, olumsuzluklardan dolayı eğitimlerine devam edemiyor. Mülteci çocukların okula erişiminin önündeki engellerin başında maddi imkansızlıklar, uyum sağlayamama ve dil bilmeme gibi birçok konu geliyor.





Din, dil, ırk ayrımı yapmaksızın toplumun her kesimini sosyal yaşama kazandırmak için anlamlı projelere imza atan Sarıyer Belediyesi Suriyeli vatandaşlara destek vererek eğitimlerine katkı sağlıyor, aynı zamanda motivasyonlarını arttırmak için çeşitli etkinlikler düzenliyor.

İlk Kez Boğazı Gördüler

Ülkelerinden uzakta yaşamlarını zor şartlarda sürdürmeye çalışan mülteci çocuklara yardım eli uzatan Leo Kulübü ve Sarıyer Belediyesi 150'ye yakın Suriyeli'yi tekne turuna çıkardı. "Bir insanın hayalini paylaşmak kadar anlamlı başka bir şey yoktur" diyerek çocukları Sevgi ve Barış Teknesi'nde ağırlayan Belediye Başkanı Şükrü Genç, bedenlerinde ve ruhlarında savaşın izlerini hisseden çocukların yaralarını sarmak için çaba sarfettiklerini belirtti.

İngilizce ve Türkçe Öğreniyorlar

Aileleriyle birlikte boğazın eşsiz güzelliğini seyreden çocuklar keyifli bir günün sonunda Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezi'ni ziyaret etti. İstanbul'da yaşayan Suriyeli vatandaşlara Türkçe ve İngilizce eğitiminin verildiği Göçmen İrtibat Bürosu olarak da kullanılan yaşam alanını gezen çocuklar doğayla iç içe bir gün geçirdi. Mini hayvanat bahçesini ve yeşil alanı gezen çocuklar oyunlar oynayarak doyusya eğlendi.



Üniversite & Belediye İşbirliğinde Yeni Bir Boyut Adım Adım Geleceğim Projesi

"Adım Adım Geleceğim" projesi ile Türkiye'ye gelen mülteci çocuklarımız ve ailelerinin yeni yaşamlarına adapte olmaları için Prof. Dr. Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezi ev sahipliği ve MEF Psikoloji öğrencilerinin, psiko-sosyal desteği ile haftada bir gün 2-3 saat arası çocuklarımızın anneleri kıdemli Türkçe öğretmenlerinden Türkçe dersi alırken bu sırada da 2-13 yaş arası çocuklarla da yaratıcı etkinlikler yapılarak onların motor kabiliyetlerinin gelişimini ve aynı zamanda Türkçelerini





destekleyerek ve tüm bunların yanı sıra psikolojik gözlemler yaparak sıkıntılı durumlarda bu durumu psikologlara iletmek ve onların daha iyi bir hayat sürmesini sağlamak bu projenin temel gayesi olmuştur. Bu süreçte çocuklarda gözle görülür değişimler kaydedilmiş anneleri ise Türkçe eğitimlerini başarılı bir şekilde tamamlamıştır.

Projenin Ekibi

Cansu Yaren COŞKUN, Reyhan İKAN, Ceren KAYA, Hilal DURSUNER



Küçük Misafirler T.S.S.Y.M.'de Doyasıya Eğleniyor

Sarıyer Belediyesi Gündüz Bakımevi çocukları merkezden yararlanmanın ötesinde doğa ile iç içe farklı bir yaşam alanı içinde buluşuyorlar.



ÖZEL EĞİTİM SINIFI

Gündüz Bakımevi çocukları doğa ve çevreye sevgisini yaptıkları resimlerle, merkezin duvarlarında farklı bir boyuta taşıdılar.



YABANCI DİL KURSULARI



Başlangıç seviyesi, orta düzey ve ileri düzey İngilizce kurslarımız ile farklı bir boyut kazanan merkez, yabancı dil öğrenmek isteyenler ve bilgi tazelemek isteyen Sarıyerlilerin yeni çekim merkezi olmuştur.

Gönüllü hocalarımız **Begüm Genç, Zehra Konakoğlu, Bilal Başpınar** haftanın iki günü, ikişer saat verdikleri eğitimle özellikle kadınların ve öğrencilerin yararlandığı derslerle İngilizce konuşabilecek seviyeye taşıdıkları eğitim programını daha da ileriye getirmek için büyük çaba içerisindedir. Tüm derslerin ücretsiz olduğu merkezde farkındalığın ve paylaşımın yeni örnekleriyle karşılaşan Sarıyerliler, gösterilen gayret ve özveriye büyük bir hayranlıkla izlemeye devam etmektedirler.





Sarıyer Belediyesi Türkan Saylan Sosyal Yaşam Rehabilitasyon ve Terapi Merkezi

Türkan Saylan hayatını ülkesinin aydınlığına adanmış bir aydıındı. Özellikle eğitim alanında ki adanmışlığıyla bu ülkede eğitimdeki fırsat eşitliğine büyük ivme kazandırdı. Kurucusu ve ölümsüz manevi başkanı olduğu "Çağdaş Yaşamı Destekleme Derneği" aracılığıyla doğudaki kuş uçmaz kervan geçmez birçok beldede, köyde, mevrada genç kızlarımıza umut ışığı oldu. Onların yoksul yazgılarını değiştirdi.

Elbetteki Prof. Türkan Saylan'ı ebedi yolculuğuna uğurladıktan sonra, onun Başöğretmen Mustafa Kemal'in gösterdiği hedef doğrultusunda başlatıp ömür adadığı bu bayrak koşusu, devam edecekti. İşte bu amaçla, ülkemizin aydınlığını amaç ve hedef edinen Sarıyer Belediyesi, Atatürk'ün evrensel aydınlığından feyzalan Sarıyer Belediye Başkanımız Sayın Şükrü Genç, Başkan Yardımcımız Sayın Hüseyin Coşkun'un öncülüğünde biz gönüllü neferler bu bayrak koşusunu Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezi'nde aynı inanç ve amaçla sürdürüyoruz.

Bu merkezde, eğitim, kültür, sanat, spor ana başlıkları altında ve Atatürk aydınlığını yaymak, farkındalık yaratmak, hiçbir ayırım gözetmeden ülke insanına, ülke yararına bilgi ve çağdaş donanım sağlamak için tamamen gönüllülük esasına dayalı, ücretsiz verilen hizmetlerden biri de başlangıç ve ileri düzeyde gerçekleştirilen İngilizce eğitimidir. Ekim ayı başından okulların kapandığı Haziran ayına kadar haftada iki gün gerçekleştirilen İngilizce eğitimi sonunda çoğu ev hanımı olan kursiyerlerimiz kendilerini ifade edebilecek şekilde İngilizce konuşabilecek yeterliliğe ulaşmakta, ileri düzeyde ise istenilen hedefe ulaşmaktadırlar.

Kursiyerlerimiz bu merkezde İngilizce eğitimi yanı sıra yoga ve benzeri spor aktivitelerine, kitap okuma etkinliklerine, organik ürün yetiştirme uygulamalarına ve çeşitli kültürel panellere de katılma imkânı bulmaktalar. Tüm bu etkinlikler ülkemizin çağdaş gelişimi, insanımızın milli birlik ve beraberliğinin ülke yararına güçlenmesi, doğrultusunda fırsat eşitliği anlayışı yasal bir çerçevede denetlenebilir gönüllü hizmetlerdir. Bu projelerde gönüllü İngilizce öğretmeni olarak görev almak benim için de bir onurdur.

Siz de tecrübelerinizi paylaşarak aydınlık geleceğe umut olabilirsiniz. Yaşama dair neyi iyi yapıyorsanız bir başkasına aktarma noktasında Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezi sizi bekliyor.

İngilizce Öğretmeni
Bilal Başpınar



1989 yılında O.D.T.Ü. Matematik Bölümü'nden mezun oldum. İstanbul'da nitelikli özel okullarda 30 yıllık matematik öğretmenliği deneyimine sahibim. Bu süreç içerisinde yurt içi ve yurt dışında önemli çalıştaylara katıldım ve hizmet içi eğitimi alma imkânım oldu. Özel orta öğretim kurumlarında eğitim ve matematik eğitimine ilişkin meslektaşlarıma çok sayıda sunum yaptım. Master tezimde, eğitim teknolojilerinin matematik öğretimindeki başarılarını araştırdım. Doktora tezimde de; matematik felsefesini geniş çaplı araştırarak matematik eğitiminde yeni bir yaklaşımın kavramsal çerçevesini oluşturmaya çalıştım. Aynı zamanda yapılandırmacı eğitim yaklaşımında genelde eğitim ve özelde de matematik eğitiminin felsefi temellerini araştırdım. Almanya, İngiltere, Amerika'da matematik ve genel eğitime ilişkin önemli çalıştaylara katıldım.

Prof. Dr. Türkan Saylan bu toplumun çok saygın bilim insanlarından ve eğitimcilerinden biridir. Kendi adıyla anılan bu yaşam merkezinde ortaokul ve lise düzeyinde matematik dersleri, ayrıca matematik felsefesiyle ilgilenen yetişkinlere de ders vermekteyim.

Tecrübeni paylaş, çok kolay gibi gelse de bazen bir matematik formülünü anlatmak günler sürebilir. Sabır ve özveriyle gerek bireysel gerek grup dersleri ile metamatik öğretilmektedir.

Matematik Öğretmeni -Matematik Felsefesi
Dr. Mehmet ÖZDEMİR





Bütün S.T.K.'ların program dahilinde bilgi vererek her türden seminer panel ve toplantılarına da ev sahipliği yapan merkez adeta eğitim yuvası gibi çalışmasıyla kısa sürede tercih edilen mekanların başında yer almaya başlamıştır. Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezi'nde İsrâf Vakfı-Lions tarafından gerçekleştirilen panel, Kabataş Lions Kulübü uygulamalı sağlıklı beslenme paneli, Topağacı Kulübü tarafından gerçekleştirilen Çocuk İstismarı ve Önlemleri konulu birçok panele yer verilmiştir.



♥♥ SEVGİ GÜNÜ ve YENİ YIL ETKİNLİKLERİ ♥♥

Modern anlamdaki Sevgililer Günü 14 Şubat 1800 yıllarında Amerikalı Esther Howland'ın ilk Sevgililer Günü kartını yollamasıyla başladı ve bu Sevgililer Günü hediyesinin yollanması pek çok insana yayılarak toplumsal bir olay haline geldi. Bunun sonucunda Sevgililer Günü sevgi paylaşmanın olduğu bu gün T.S.S.Y.M.'de çeşitli etkinliklerle kutlanılıyor.





Psikolojik Danışmanlık Hizmeti

Psikoloji, zihinsel süreçleri ve davranışları inceleyen bilim dalıdır. Psikologlar konuşmak ya da hareket etmek gibi sadece gözle görülebilir davranışları değil; algı, motivasyon, duygu, rüyalar gibi soyut ama dolaylı olarak ölçülebilen davranışları da çalışmaktadır.

Prof. Dr. Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezi'nde 10 aydır faaliyet halinde olan psikolojik danışmanlık birimimiz çocuk, ergen ve yetişkinlere hizmet vermektedir. Günde 5-6 danışan kabul eden merkezimizde, her bir danışanımız için görüşme 45-60 dakika sürmektedir. Bu kapsamda başvuruların büyük bir çoğunluğu aile-çocuk olmak üzere genel olarak çocuk için danışılan konu dikkat eksikliği-hiperaktivite ve sınav kaygısıdır. Dikkat eksikliği-hiperaktivite ve sınav kaygısı yaşayan çocuklarımızın ailelerine de çocuklarıyla nasıl iletişim kurmaları ve çocuklara nasıl davranmaları gerektiği ile ilgili destek verilmektedir. Çalışmalarımız çözüm odaklı olup; destekleyici, koruyucu ve önleyicidir.

Merkezimizde uygulamaya geçen bir yenilikte, psikolojik danışmanlık ile spor etkinliklerimizin birbirini tamamlayıcı özellikte olmasıdır.



Psikolojik destek gören çoğu danışanımız aynı zamanda birimimizdeki spor faaliyetlerimize yönlendirilmektedir. Sporun psikolojik açıdan kişiye sunduğu katkılar oldukça fazladır. Spor aktiviteleri esnasında bireyde mutluluk hormonu (serotonin) salgılanmaktadır. Aynı zamanda kişi spor yaparken, diğer insanlarla etkileşim ve iletişim içine girmekte, bu aktiviteleri grup içinde deneyimleyerek kişisel gelişimlerine katkı sunmaktadır.



Merkezimizde, üyelerimiz için vakit geçirebilecekleri hobi bahçesi alanımız da bulunmaktadır. Danışanlarımız hobi bahçelerine yönlendirilerek; bir yandan meyve sebze ekerken, bir yandan da ruhsal açıdan rahatlamaktadır.



Kişisel gelişimi destekleyici yönde olan yaratıcı drama çalışmalarımız da bulunmaktadır. Yaratıcı drama sınıflarımız 10-15 kişilik gruplardan oluşmaktadır. Katılımcılarımız yaratıcı drama sınıflarında farklı roller deneyimleyerek, farkındalıklarını artırmaktadır.

Sonuç olarak, aylık gözlemlerim neticesinde; yaratıcı drama çalışmalarımıza katılan, hobi bahçesiyle ilgilenen ve spor faaliyetlerimize katılan danışanlarımızda ruhsal gelişim olumlu yönde etkilenmektedir. Şöyle ki kişilerde özgüven ve motivasyon artmakta olup, depresyona bağlı belirtiler azalmaktadır. Etkinliklerimizden faydalanan danışanlarımızda, mutsuzluğun ve stresin azaldığı da gözlemlenmiştir. Ayrıca kişiler, yeni insanlarla karşılaşarak yeni arkadaşlıklar edinmekte ve sosyalleşmektedirler.

Uzman Klinik Psikolog

Fatma Ceren Karaoğuz



Hayat çok kısa der büyüklerimiz. Önemli olan kısa ömrümüze nelerin sığdırıldığıdır. Bu anlamda T.S.S.Y.M.'de dileyen dilediği kadar yaşam tecrübelerini bir başkasına aktarabilir, hayat tecrübelerini onlarca insanla paylaşabilir.

Piyano eğitimi de çocuklar ve gençlerin ilgi odağıdır. Sağlıklı nesiller, sağlıklı ortamlarda yetişir, müziğin evrensel ritmiyle nota seslerinin çalkalandığı merkez her yaştan piyano severleri ağırlamaktadır.



Günün her saatinde, her yaşta emeklilerin keyifli çay, kahve sohbetlerinin yanında yaşam ve beceri ile dolu hayat hikayelerini gençlere aktardığı yeşillikler içerisinde muazzam dizayn edilmiş önemli bir alandır. Zaman içerisinde mahalle muhtarlarının ve meclis üyelerimizin toplantılarını yaptığı ferah ve oksijeni bol bir ortamda stres atmanın mutluluğunu yaşıyorlar.

"Mutlu birey, mutlu kent" sloganıyla yola çıkan Sarıyer Belediyesi'nin ileri yaştaki insanlarımıza sunduğu ferah ve güzel bir yaşam merkezi alanı olan T.S.S.Y.M. aynı zamanda emekli derneklerinin ve emekli sendika üyelerinin de buluştuğu yeni çekim merkezidir.





Hobi bahçeleri, şehir hayatının yapaylığından uzaklaşmak isteyenler için son yılların en popüler alternatiflerinden biri. Sarıyer Belediyesi tarafından ayrılmış alanlarda kendi istediğiniz ürünleri yetiştirme imkanı veren hobi bahçeleri, toprak ve doğayla zaman geçirmenin yanı sıra, yediğiniz gıdayı tanımanızı ve adım adım yetişmesine tanık olmanızı sağlıyoruz. Ekolojik tarımı öğrenmek isteyen herkese kapısı açık olan Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezimizde 1x2m² alanlarda mahsüllerinizi yetiştirebilirsiniz.



Dileyen herkesin hobisini gerçekleştireceği bir köşenin olduğu merkezde çok kapsamlı hobi bahçelerinde yeni dostlukların kurulduğu, çayların ve kahvelerin içildiği bambaşka bir atmosfer oluşturuldu. Yeşil alanlarda huzurlu zaman geçirenler ise stres ve depresyona ait etkilerden daha hızlı bir şekilde kurtuluyor, bağışıklık sistemleri güçleniyor, tansiyonu dengeleniyor, enerji seviyeleri artıyor, hatta ameliyat geçirenler daha hızlı iyileşiyor.





Günümüzde ormanlardan yararlanmak, şehir hayatında büyük ve çılgın inşaat projeleri ile gittikçe zorlaşmaktadır. Gene de şehir içinde yeşil alanlara kaçmak, hatta toprakla uğraşıp kendi mahsüllerinizi yetiştirmek mümkün. Tıpkı T.S.S.Y.M.'de olduğu gibi.



Dileyen herkesin bir kasa edinmesiyle bir yıl boyu kendi sebzelerini yetiştireceği yeterli miktarda hobi kasalarının mevcut olduğu merkez dileyen herkese hobisini gerçekleştireceği alan yaratmaktadır. Kent hayatının sıkıcı taraflarını bertaraf etmenin en etkili yolunun toprakla uğraşmak olduğunu söyleyen çok sayıda uzmanın da uğrak yeridir Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezi.





Her türlü sebzenin yetiştirildiği merkezde yaz - kış tüm ürünleri ekip biçmenin psikolojik rahatlığının yaşanacağı doğal ortamları çok sayıda Sarıyerliler sahiplenmiştir.



Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezi'nde duvarda saksılarda Osmanlı Çileği yetiştiriliyor. Çilek ile ilgili ilk bilgiler M.S. 23 - 79 yılları arasında yaşayan botanikçi Tillius tarafından aktarılır. Çilek, Fransa'da gelişir ve sonraki yıllarda kültürel değerini artırmaya başlar. Karadeniz Ereğli'ye özgü Osmanlı Çileği ise kralların yiyeceği ve içeceği olarak da adlandırılır. İlk olarak 1920'li yıllarda Karadeniz Ereğli'de ekimine başlanmıştır. İstanbul bölgesinden bu yıllarda Karadeniz Ereğli'ye getirilen çilek, yerli kültür olan diğer çilek ile etkileşim sürecine girmiş ve ortaya Osmanlı Çileği denen nazık ve aromalı bir çilek çıkmıştır.



Mevsim normallerinde, Mayıs ayı sonu ile Haziran ayı başlarında ilk meyvesini vermeye başlayan Osmanlı Çileği, Haziran ayı sonuna doğru artık meyve vermez. Hassas bir yapıya sahip olduğundan çok büyük ilgi isteyen Osmanlı Çileği üreticileri tarafından sabahın erken saatlerinde zedelenmeden toplanır ve 1 - 2 saat içerisinde hemen satışa çıkarılır. Toplanan çileğin açık havadaki ömrü sadece 15-20 saat olduğundan hemen tüketilmesi gerekmektedir.



Her bir karış boş alanın iyi değerlendirildiği bu merkezde nostaljik ekimler de oluyor. Sarıyer Ziraat Odası Başkanı Bilgin Çakıroğlu'nun özel ilgi alanı olan Osmanlı Çileği yetiştiriciliği merkezin en çok dikkat çeken alanlarının başında geliyor. Ekiminden, bakımına kadar her tür evrelerini kontrol eden Çakıroğlu, engin deneyimlerini Sarıyerlilere aktarmanın mutluluğunu yaşadığını söylüyor.



Sarıyer Belediye bünyesinde, Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezi'nde halka daha bilinçli, çok çeşitli birbirinden renkli ve farklı cinslerde meyve yetiştiriciliği öğretiliyor. Amaç tanıyarak büyötmek ve bilinçli tüketmek.



Günümüz çocuklarının meyvelerin marketlerde yetiştirildiğini zannettikleri bir dünyada doğayı doğallığı dalında yetişen meyveyi yemenin keyfini çıkartırken toprak sevgisi çevre bilinci ve tarımsal üretimin de ne olduğunu öğrendikleri renkli bir alandır meyve bahçesi.



Doğal sebze yetiştiriciliği her çeşit organik sebze ve zerbavatın ekildiği bu alanlarda kadınlar geleneksel yöntemleri gençlere öğretiyorlar. Birçok bölgesel ürün bu bahçede bir bir çiçek açıyor, sebze oluyor. Sarıyer Belediyesi, Park Bahçeler Müdürlüğü ile Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezi işbirliği ile sosyal sorumluluk projesi kapsamında çevre bilincini geliştirmek ve meslek edindirmek amacıyla tamamen ücretsiz olarak düzenlenen **“Bahçıvanlık Kursları’na”** yoğun ilgi oluyor.

Bahçıvanlık kursları eğitici kadrosu konularında uzman teknik ekip tarafından oluşuyor. Teorik bilgilerin dışında pratik uygulamalar, saha ziyaretleri ve teknik geziler gerçekleştiriliyor. Bahçıvanlık kurslarına meslek sahibi olmak isteyenler, bahçıvanlığı daha profesyonelce sertifikalı olarak yapmak isteyen bahçıvanlar, Peyzaj - Ziraat - Orman Fakültelerinden yeni mezun mühendis, mimar ve teknikerlerden pratik tecrübelerini arttırmak isteyen uzmanlar ayrıca hobi olarak bahçe bakımı ile ilgilenmek isteyen herkes katılabiliyor.

Kurslarda, bahçıvan adayları hem teorik hem pratik eğitim alacak olup, verilecek dersler şu şekildedir;





Proje Okuma, Toprak Hazırlığı, Ekim-Dikim Faaliyetleri, Sera Yapım Tekniği, Çevre Koşulları, Dış Mekan Bitkileri, Çim Alan Tesisi, Süs Bitkilerinde Budama, Süs Bitkileri Hastalıkları İle Mücadele, Kültürel Bakım, Meyvecilik, Toprak İşleme Alet ve Makinelerinin Ayarı ve Kullanılması.



Projenin ana iskeletini oluşturan ağaçlandırma alanı bu sayede Sarıyer'deki tüm okul çocuklarının uğrak alanı olurken aynı zamanda kendi okulları adına dikilen ağaçların bakımı ile de ilgileniyor böylece sürdürülebilir bir proje haline getirdiğimiz merkezin kayda değer önemli bir bölümünü ayırdığımız ağaç dikim alanlarıyla çeşitli türlerin yetiştirildiği özel bölümlerdir.



KARDEŞ OKUL KARDEŞ BELEDİYE AĞAÇLANDIRMA ALANI



Kardeş belediyecilik yerel yönetimlerin ulusal ve uluslararası kültürlerin etkileşim ve entegrasyonları için vazgeçilmez bir olgudur. Bu sayede ülkelerin anlaşılamadığı durumlarda kardeş belediyelerin çok iyi dost oldukları görülmektedir. Bu alanda da dostluk ağaçları yetiştiriyoruz.



KARDEŞ OKUL KARDEŞ BELEDİYE AĞAÇLANDIRMA ALANI



23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı dolayısıyla ülkemize gelen çocuklarımız da kendi ülkeleri adına diktikleri ağaçların oluşturulduğu çok anlamlı bir alan olarakta ayrı bir zenginlik ayrı bir güzellik olarak merkezde yerini oluşturmuştur.



ULUSLARARASI 23 NİSAN ETKİNLİKLERİ



23 Nisan Şenlikleri, Sarıyer'de her yıl büyük bir coşku ile kutlanıyor. Binlerce çocuğa ev sahipliği yapan Sarıyer, 1 hafta boyunca birbirinden renkli kutlamalarla tüm çocuklara hak ettikleri bir bayram yaşıyor.

Sarıyer Belediyesi, 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı'nı 11 ülke ve 7 bölgeden gelen çocukların katıldığı 1 hafta süren dolu dolu bir programla kutlamaktadır.



ULUSLARARASI 23 NİSAN ETKİNLİKLERİ



23 Nisan etkinlikleri bir hafta boyunca kortej yürüyüşleri, halk oyunları performansı, geziler ve atölye çalışmaları ile devam etti. **"Hepimiz Farklıyız, Hepimiz Eşitiz"** sloganıyla düzenlenen etkinliklerde, dünya çocukları yöresel kıyafetleri ve danslarıyla Sarıyerlilere görsel bir şölen yaşattı. Çocuklar düzenlenen kortej yürüyüşleriyle Sarıyer meydanlarını karnaval alanına çevirdi.



ULUSLARARASI 23 NİSAN ETKİNLİKLERİ



Her yıl kutladığımız Uluslararası 23 Nisan Şenlikleri kapsamında T.S.S.Y.M.'de her ülke ve her il adına dikilen çiçekler ve ağaçlar geleceğin yöneticisi olan çocuklar dostça, kardeşçe yaratacakları bir dünyanın temellerini atmış oluyorlar. Büyüyen her ağaç, açan her çiçek, çocuk sağlığını, çocuk dostluğu, çocuk sevgisini gelecek kuşaklara taşıyacaktır.



29 EKİM CUMHURİYET BAYRAMI ETKİNLİKLERİ



Sarıyer Belediyesi Bahçeköy Gündüz Bakım Evi ve Beylikdüzü Belediyesi Şehit Öğretmen Şenay Aybüke Yalçın Gündüz Bakım Evi'nin minik öğrencileri 29 Ekim Cumhuriyet Bayramı'nı birlikte kutladılar. Kreş öğrencileri, hazırladıkları Cumhuriyet şiirlerini büyük bir coşkuyla okudu.

29 Ekim Cumhuriyet Bayramı dolayısıyla Bahçeköy Gündüz Bakım Evi'nin öğrencileri Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezi'nin bahçesinde düzenlenen törende bir araya geldiler. Kutlama saygı duruşu ve İstiklal Marşı'yla başladı. Beylikdüzü Belediyesi'nden gelen arkadaşlarına ev sahipliği yapan Sarıyerli minikler Cumhuriyet coşkusunu birlikte yaşadılar.





Çocukların küçük yaştan itibaren Cumhuriyet ve Atatürk bilincini kazanmalarını amaçlayan bu etkinlikler hafta boyunca Sarıyer Belediyesi'nin diğer kreşlerinde de devam etti. Çocukların düzenlediği fener alayının ve bando gösterisinin ardından sahneye çıkan sihirbaz, öğrencilere heyecanlı dakikalar yaşattı. Elllerinde Türk bayrakları ile yaptıkları gösteriler veliler ve öğretmenler tarafından ayakta alkışlandı. Yapılan etkinliğin ardından Bahçeköy Gündüz Bakımevi, Beylikdüzü Belediyesi Şehit Öğretmen Şenay Aybüke Yalçın Gündüz Bakımevi'ni kardeş kreş ilan etti.



Bu salonda her şey el emeği ile yapıldı. Sabahları çocuklar için birer oyun alanı olan salonumuz günün ilerleyen saatlerinde yoga - pilates, zumba folklor ve çeşitli terapilerin yapıldığı çok amaçlı bir salon olmaktadır. Tüm dekorasyon ve tasarımının gönüllülerimizden Cihan Hanım'ın yaptığı çok amaçlı salonumuz, gün boyu yaşayan bir mekan olmasından öte; anlamlı dokunuşların ve hayellerin süslendiği bambaşka bir paydaş katkısının oluşturulduğu, kalplere dokunan bir merkez olma özelliği taşımaktadır.



PARK BAHÇELER TASARIM



Park Bahçeler Müdürlüğü personelinin özel çaba ve gayretleriyle yaptıkları ağaç tasarımlar ve kent mobilyalarını görenlerin hayretle baktıkları birer yaşam alanı için oluşturdukları farklı bir dünya çabasıdır.



PARK BAHÇELER TASARIM



BAHÇE ETKİNLİKLERİ KREŞ ÇOCUKLARI



Okul öncesi eğitim alan çocuklar, öğretmenlerinin eşliğinde hobi bahçesinde görerek, tanıyarak ve severek büyüyorlar ve büyütüyorlar.



BAHÇE ETKİNLİKLERİ, ENGELLİ BİREYLER İÇİN REHABİLİTASYON VE TERAPİ



Aynı zamanda çevredeki engelli okul ve rehabilitasyon merkezlerindeki çocukların da oyun ve etkinlik alanı olan T.S.S.Y.M. mahalle halkından ve eğitim yuvalarından tam not almaktadır. Tesisin çok amaçlı salonunda spor ve eğitim çalışmalarına da katılan engelli çocukların etkinliklerine zaman zaman başkanımız Sayın Şükrü Genç de eşlik etmektedir.





Projenin amacı, gerek yöre halkına, gerekse yurt dışından gelen çocuklarımıza bölge bitkilerini tanıtmak ve doğa sevgisi aşılamaktır. Günümüzde şehirler, toplumsal ilişkileri, günlük yaşamları, çalışma koşulları ve yoğunlukları, teknolojik imkanlar ve nüfus bakımından kırsal bölgelere göre büyük farklılıklar gösterir. Kırsal alanda **“doğal”** olarak nitelenen pek çok olgu, şehir hayatında yapay olarak gelişir. İnsanlar birbirini pek tanımaz. Tanıyan insanların ilişkisi çalışma veya kulüp, dernek gibi kurum üyelikleri çevresinde gelişir. Kurulan ilişkiler soyut-tur ve kent insanı yalnızdır. Kent hayatının bu özellikleri bireyi kent dışındaki doğal ortamlara yönlendirir. Doğal alanlarda gerçekleşen bu etkinlikler, doğal çevrenin bozulması, kirlenmesi ve çeşitli yönlerden zarar görmesi sonuçlarını doğurabilmektedir. Çevremizde sahip olduğumuz bu doğal kaynaklar yalnızca rekreasyonel etkinlikler için değil, artan nüfusun doyurulması, giydirmesi ve barındırılabilmesi için de hızla kullanıma açılmıştır. Bütüncül planlı olmayan kaynak kullanımı çevre sorunlarını da beraberinde getirmiştir.

Çevre sorunlarının arkasında yatan esas sorunların insanların kendisi olduğu gerçeği 1960'lı yıllardan sonra anlaşılmıştır. Çevre ve insan arasındaki hassas dengenin korunması bireyin sorumluluğundadır. Çevre eğitimi, bireyin sorumluluklarının bilincine varırmak ve yarattığı çevre sorunlarının çözümüne katılımlarını sağlamak için en uygun yol olarak görülmektedir. Çevre bilincine sahip, doğal kaynakların kısıtlı olduğunu bilen, çocukluğunun ilk yıllarından itibaren dünya üzerindeki biyolojik hayatın bir parçası olduğunu farkında olan nesiller yetiştirmek günümüzün duyarlı bireyinin temel amacıdır.



Arboretumlar bu bağlamda çevre ve doğa bilinci yaratmada, halka rekreasyonel olanaklar sunmada etkin olarak kullanılabilecek alanlardır. Arboretumlar, orijini bilinen yerli ve yabancı odunsu bitki türlerinin genellikle doğal bitki örtüsü bakımından zengin ortamlarda, uygun ekolojik koşullarda ve belirli bir zaman sürecinde bir araya getirilerek sergilendiği alanlardır. Bu alanlar, bitki türlerinin, genetik materyalinin korunduğu ve süreklilikleri için gerekli çabaların gösterildiği ayrıca bilimsel araştırmaların yapıldığı ortamlar olması yanında, oluşturdukları sosyal ve estetik mekânlarla bölge halkının yaşamında da önemli rol oynarlar. Pek çok bitkinin estetik yönlerini, doğal güzelliklerini merak eden insanlara bu özellikleri yakından görme ve inceleme fırsatı sağlarlar. Bu mekânlara giden bireyin, doğa içinde geçireceği zaman diliminde bedensel ve zihinsel olarak rahatlamasına ve dinlenmesine imkân sağlanmış olur. Su yüzeyleri, oturma ve seyir terasları, yürüyüş yolları, bitki koleksiyonları ve çocuk bahçeleri gibi birimlerle arboretumlar çok yönlü rekreasyon merkezleri olarak kabul edilebilirler.



Bu çalışma, Sarıyer Belediyesi tarafından, Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezi'nde bir arboretum oluşturulması isteği üzerine gerçekleştirilmiştir. Söz konusu çalışma alanının arboretum için çok küçük olması (1000m²) gerçek anlamda bir arboretum oluşturulmasına engel olmuştur. Bununla birlikte, hazırlanan proje ile arboretum kavramının özelliklerini yansıtan, bu özellikleri bölge halkına yaşadıkları çevrede yetişen bitkileri yakından tanıma ve bilgi edinme fırsatı veren, öncelikle çocuklar ve gençler olmak üzere tüm yöre halkına doğa ve çevre bilinci aşılayan, bu hedeflere ulaşırlarken onları eğlendiren ve hoş vakit geçirmelerini sağlayan bir mekan oluşturmak amaçlanmıştır.

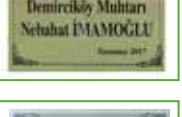
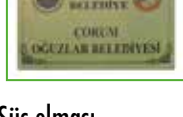
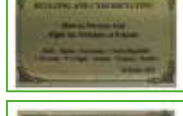




Görerek tanıyoruz, öğreniyoruz. Her bir ağacın her bir bitkinin çiçeğinin öyküsünün anlatıldığı merkezde çok çeşitlilik, çok zenginlik, çok uzun dostlukların kurulduğu yaratıldığı ayrı bir bakış açısıyla görülmeye değer farklı bir anlayışla peyzaj çalışması yapılıp tasarlanmaktadır.

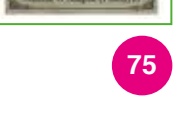
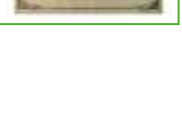
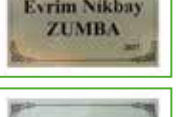
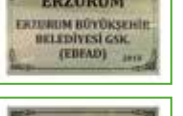
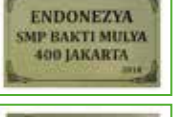
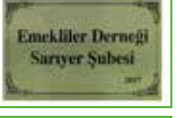
Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezi Bitkileri

Spirea - Keçi sakalı
 Forsythia - Altın çanağı
 Fraxinus excelsior - Dişbudak
 Eriobotrya japonica - Malta eriği
 Hypericum perforatum - Sarı kantaron
 Lonicera nitida - Çalı hanımeli
 Olea Europaea - Zeytin ağacı
 Bambusa ssp - Bambu
 Picea pungens - Mavi ladin (bodur)
 Agapanthus africanus - Afrika zambağı
 Yucca - Avize çiçeği
 Hydrangea - Ortanca
 Prunus persica - Şeftali
 Lilium - Zambak
 Prunus Laurocerasus - Bodur karayemiş
 Phormium tenax - Phot
 Sarothamnus scoparius - Katır tırnağı
 Fuje - Aşk merdiveni çiçeği
 Berberis vulgaris - Kadın tuzluğu
 Thuja Orientalis Aurea Compacta Nana - Top mazi
 Crataegus Monogyna - Alıç ağacı
 Ligustrum vulgare - Adi kurtbağı
 Viburnum tinus- Tüylü kartopu
 Acacia dealbata - Mimoza ağacı
 Buxus sempervirens - Adi şimşir
 Cercis siliquastrum - Erguvan ağacı
 Ginkgo biloba - Ginkgo ağacı
 Ilex aquifolium - Çobanpüskülü
 Acer palmatum - Japon akça ağacı
 Lagerstroemia indica - Oya ağacı
 Laurus nobilis - Akdeniz defnesi
 Liriodendron tulipifera - Amerikan lale ağacı
 Magnolia soulangiana - Saray manolyası



Malus floribunda - Süs elması
 Prunus cerasifera "atropurpurea" - Süs eriği

Thuja orientalis - Doğu mazısı
 Osmanthus heterophyllus - Osmantus
 Nerium oleander - Zakkum
 Photinia serrulata - Alev çalısı
 Buxus sempervirens - Şimşir
 Hydrangea - Ortanca
 Cupressopsis x leylandi - Leylandi
 Chamaerops excelsa - Tüylü palmye
 Azalea - Acelya
 Syringia vulgaris - Leylak ağacı
 Nandina domestica - Nandina
 Aesculus hippocastanum - Atkestanesi
 Fagus sylvatica - Kayın
 Erguvan
 Tilia argentea - İhlamur
 Çitlenbik
 Viburnum tinus - Tüylü ağacı
 Rosmanirus - Biberiye
 Pinus picea - Mavi ladin
 Pinus mugo - Minyatür çam
 Lavandula - Lavanta
 Viburnum plicatum
 Viburnum lucidum
 Viburnum burgwoodie
 Sophora japonica - Japon soforası
 Fındık
 Elma
 Armut
 Kayısı
 Kiraz
 Magnolia grandiflora - Manolya
 Rhododendron - Orman gülü
 Rosa spp.- Gül
 Minyatür taflan
 Sarılcı Arap yasemini
 Laurus nobilis - Akdeniz defnesi
 Abelia grandiflora - Abelya
 Albizzia Julibrissim - Gülbirşim



MESLEK EDİNDİRME KURSLARI



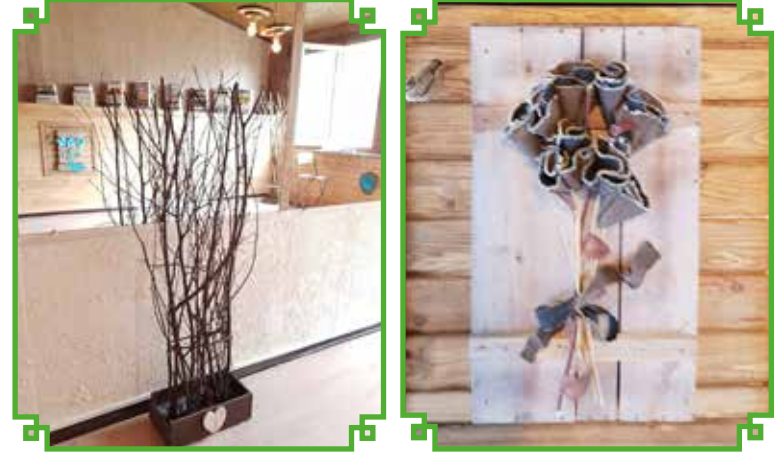
T.S.S.Y.M.'de yeni hobiler kazanıp, meslek edinmek isteyenlerin yararlanması amacıyla meslek edindirme kurslarımız her yıl halkımıza ücretsiz olarak yararlandırılmaktadır.

Sarıyer Belediyesi'nin T.S.S.Y.M.'de düzenlediği kurslara büyük ilgi gösteren Sarıyerliler merkezin tüm aktivitelerine katılarak adeta terapi oluyorlar. Vatandaşlardan gelen talepler doğrultusunda kurs sayılarını çeşitlendirilmesi çalışmaları devam etmektedir. Yetişkinler için yabancı dil eğitimi, matematik kursu, rehabilitasyon ve terapi, psikolojik danışmanlık, okuma yazma, resim, pilates, yoga, zumba, latin dansı, halk oyunları, şiir dinletisi, geleneksel yemek kursları, ahşap boyama, bahçivanlık kursları ile meslek edindirme amaçlı kurslar da dönemsel eğitimler arasında yer almaktadır.



MESLEK EDİNDİRME KURSLARI

El emeği göz nuru. Kalpten kalbe giden yol bu salondan geçiyor.





TECRÜBENİ PAYLAŞ

Sarıyer Belediyesi, Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezi bünyesinde yer alan Geleneksel Türk Mutfak yemekleri konusunda kadınlara yönelik yemek kursu programının yeni dönemine hazırlıklarını tamamlayan merkezimizde Geleneksel Türk Mutfak yemekleri kursları hafta içi ve hafta sonu olmak üzere iki farklı ders gruplarından oluşmaktadır.



Sebze ve meyve üretiminin çeşitlendiği merkezde, bahçeden toplanan ürünler mutfakta pişirilip sofraları şenlendirmektedir. Doğal ürünler ile yapılan yemekler paylaşılarak komşuluk ve dostluk ortamları yaratılmaktadır.



GELENEKSEL YEMEK KURSLARI



GELENEKSEL YEMEK KURSLARI



Çeşitli yöre ve bölgesel yemek aktivitelerinin yapılacağı merkezde sabırsızlanan Sarıyerlilerin heyecanları dorukta.





Şiir dinletileri ile dost sohbetlerinin yapıldığı merkezde çok sayıda şiir dostu bir araya gelmektedir.

Şiir yaşamdır,
Şiir nefes almak,
Şiir aşktır,
Şiir duygudur,
Şiir özlü anlatımdır.



Bir hizmet kuruluşu olan Uluslararası Lions 118-T Yönetim Çevresi Federasyonu'na bağlı Tarabya Lions Kulübü'nün Sarıyer Belediyesi'nin izni ve desteği ile üç yıldır haftada bir gün Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezinde **"Kitap Okuma ve Değerlendirme Kulübü"** çevre sakinlerinin katılımıyla devam ediyor.

Okuma oranıyla dünya ülkeleri arasında geri sıralarda olan ülkemizde kitap okuma alışkanlığımızı arttırarak, yeni düşünce ve bilgilere ulaşmaya sağlamasını amaçlıyoruz.

Çevre sakinlerinin düzenli katılımıyla dünya ve Türk edebiyatından kitaplar okuduk ve bunlarla ilgili kültür gezileri düzenledik. Kitap fuarına giderek yazarlarla tanıştık. Sarıyer Belediyesi'nde bulunan Down Cafe'de geniş katılımı kahvaltı yaparak kafeye destek olduk.

Kendimde de kısa sürede kitap okuma alışkanlığımın ve ilgimin arttığını gözlemledim. Ortalama 20 - 30 kişi olmakla beraber sayımız giderek artıyor. Aramızda değerli eğitimciler ve yazarlarımız da bulunuyor.

Katılımcılardan birinin **"Bu grupta olduğum için çok mutluyum, çünkü televizyon seyretmekten kurtuldum"** şeklinde konuşması, aslında çalışmalarımızın yaşamlarımızı olumlu yönde değiştirebileceğini gösteriyor.

Gelecek yıllarda da katılımcıların artarak devam edeceğini umuyorum.

Bize bu olanağı sağlayan Sarıyer Belediyesi'ne ve emeği geçen tüm görevlilerine kulübümüz adına sonsuz teşekkürlerimizi sunuyoruz.

Tarabya Lions Kulübü
Suna Simur





Yaratıcı Drama Nedir?

Yaratıcı drama; bir grubu oluşturan üyelerin yaşam deneyimlerinden yola çıkarak, bir amacın, düşüncenin, doğaçlama, rol oynama (rol alma) vb. tekniklerden yararlanarak canlandırılmasıdır. Yaratıcı drama bir sanat formudur; çünkü tiyatro başta olmak üzere müzik, resim, sinema, fotoğraf gibi pek çok sanat formundan beslenir.

Yaratıcı Drama Ne Değildir?

Yaratıcı drama, oyun değildir. Yaratıcı drama, tiyatro değildir. Yaratıcı drama dramatizasyon değildir.

Yaratıcı Dramanın Önemi Şu Şekilde Sıralayabiliriz:

Birey öncelikle kendini tanımayı öğrenir. Kendini ifade etmede güven kazanır, imgelem (hayal) gücünü artırır ve işbirliği yapabilmeyi geliştirir. Yaratıcılık ve estetik gelişimi, sözel olmayan iletişimin öğrenilmesini, bağımsız düşünebilmeyi ve karar verme becerilerinin kazanılıp gelişmesini sağlar. Bireyin başkaları ile benzerliklerini keşfetmesini sağlar ve birey hata yapma korkusu olmaksızın yeni davranışlar geliştirip sanat formlarına duyarlılık gösterir. Farklı olay ve durumlarla ilgili deneyim kazanır. Dört temel dil becerisini (konuşma, dinleme, okuma, yazma) kazanır ve geliştirir.



Yaratıcı Drama ve Yaşama Sanatı

Biz insanlar yaşam süresince konuşuyoruz, dinliyoruz, kitap okuyoruz, film izliyoruz ve bazen de kendimizi geliştirmek adına bazı eğitimlere katılıyoruz. Peki, gerçekleştirdiğimiz faaliyetlerden kalıcı öğrenme (anımsama) oranı sizce % kaçtır? Sizlerle, kalıcı öğrenme oranı hakkında bilimsel bir araştırmayı paylaşmak istiyorum.

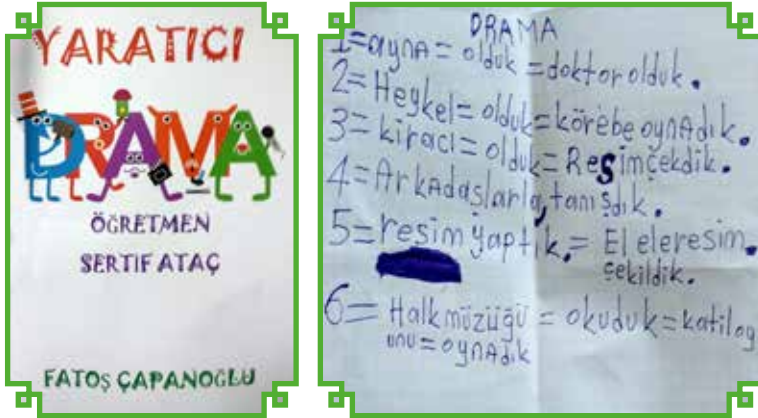
İnsanlar; okuduklarının %10'unu; duyduklarının %20'sini; gördüklerinin %30'unu; hem görüp hem duyduklarının %50'sini; görüp, duydukları ve söylediklerinin %80'ini; duyularının tümünü kullanarak öğrendiklerinin %90'ını anımsamaktadır. Yaratıcı dramada kalıcı öğrenme oranı %90'dır; çünkü yaratıcı drama, **"Yaşayarak Öğrenme"** modeline dayalı bir programdır.

Prof. Dr. Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezi'nde 11.01.2019 tarihinde başlayan "Yaratıcı Drama ve Farkındalık" adlı projemiz; yetişkin (15 katılımcı) bir grupla her cuma 10.30 - 12.30 saatleri arasında yaşama geçirilmektedir. Atölyemiz 10 hafta boyunca devam edecektir. Program sonucunda yeni projeler geliştirme ve uygulama gibi fikirler mevcuttur.

"Yaratıcı Drama ve Farkındalık" adlı projede hedefimiz, sanat formu atmosferinde bireylerin dinamik sürece katılımı sağlayarak hem öğrenme hem de eğlenme odaklı bir atölye serisini sürdürmektedir.

Bu programda tanışma ve iletişim- iletişim ve etkileşim- uyum ve yansıma- oyun ve yaratıcı drama- duyu ve algı-rol oynama ve doğaçlama- yazınsal türler (masal)- farkındalık ve empati - güven ve genel değerlendirme gibi atölye konuları sırayla uygulamaya konulacaktır. Atölye kazanımları ise atölye planının içeriğinde mevcuttur.

Yaratıcı Drama Eğitmeni Sertif ATAÇ



YAŞASIN YARATICI DRAMA

Yaratıcı dramaya ilk olarak tanışma etkinliği ile başladık hocamızın yönlendirmeleriyle renkli topları isimlerimizi söyleyerek karışık olarak birbirimize attık bu sayede kısa zamanda gruptaki arkadaşlarımızın isimlerini öğrendik. Tabi bunları yaparken gülümsemeyi unutmadık.

Daha önce çok duyduğum fakat başladktan sonra yeterince bilgimin olmadığını fark ettiğim yaratıcı dramanın öğrenmede en iyi yöntem olduğunu fark ettik. İletişim etkinliğinde dikkatli dinlemenin önemini kavradık. Aslında birbirimizi dikkatli ve yeterince dinlemediğimiz daha çok konuştuğumuz farkına vardık. Etkin dinlemeyi öğrendik.

Uyum ve yansıma etkinliğinde karşımızdakini ayna gibi görerek biz ne yaparsak onun da aynı şeyi yaptığını fark ettik. Aslında söz kadar vücut dilinin de önemini kavradık ve bunlar ile ilgili çeşitli oyunlar oynayarak mimiklerimizi doğru kullanmayı öğrendik.

Duyu ve algı etkinliğinde beş duyumuzun önemini anladık bir duyu organının eksik olmasının iletişimimizi zora sokarak iletişim kazalarına sebep olduğunu fark ettik. En önemli duyu organımızın görme duysu olduğunu farkına vardık ve empati kurmayı öğrendik. Toplum içinde engelli insanların hangi zorluklarla karşılaştıklarını farkına vardık.

Güven etkinliğinde, güvenin insan için en önemli değer olduğunu fark ettik ve bunu destekleyici doğaçlama oyunlar oynadık. Bütün duyguları karışık olarak çeşitli roller olarak doğaçlama olarak oynadık.

Masal etkinliğinde çocukluğumuza yolculuk yapıp ilk duyduğumuz veya bizi çok etkileyen masalları oynayarak aslında yaratıcı dramanın sadece oyun olmadığını içinde bütün sanat dallarını barındırdığını farkına vardık. Yaratıcılığın sınırının olmadığını keşfettik ve müthiş eğlendik.

Farkındalık etkinliğinde hayatın gerçek yüzünü gördük. Biz değişirsek dünya değişir sözünü sonuna kadar kavradık. Çocuklara ve hayvanlara olan saygının en az yetişkin insana duyulan saygı kadar önemli olduğunu fark ettik.

Bütün bu farkındalığı sağlayan ve geldiğim günle bugün arasında kişiliğime olumlu yönde katkıda bulunan, yüzlerce kitap okumuşcasına geliştiğimi fark ettiren, hayatıma çok değerli yeni dostlar kazandıran ve özgüven aşılayan, yaratıcı dramanın çok saygıdeğer hocası Sertif hocama Sarıyer Belediyesi nezdinde sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Fatoş ÇAPANOĞLU



HİNT KONSOLOSLUĞU İLE GERÇEKLEŞTİRİLEN ETKİNLİK



MAHATMA GANDİ VE VEJETERYAN FESTİVALİ Bütün Renkler Bir Arada

Sarıyer Belediyesi ve Hint Konsolosluğu Mahatma Gandhi'nin 150. doğum gününde Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezi'nde bir araya geldi. Bu anlamlı gün fidan dikiminin ardından Gandhi'nin yaşam tarzı olan vegan yemek sunumu ile son buldu.

Mahatma Gandhi'nin 150. doğum gününde Sarıyer Belediyesi ve Hint Konsolosluğu'nun ortaklaşa düzenlediği bir etkinlikte anıldı. Gandhi'nin yaşam felsefesi üzerine konuşmalar yapan Sarıyer Belediye Başkan Yardımcısı Hüseyin Coşkun, "Çok sayıda katılımcı oldu bugün bu çok sevindirici" diyerek ve gelecek günlerde farklı etkinliklerde yine Hintli misafirlerimizle bir arada olunacağını da haberini verdi.



MAHATMA GANDİ ANMA, AĞAÇLANDIRMA VE VEJETERYAN YEMEK FESTİVALİ



Fidanlar GANDİ İçin Dikildi

Coşkun, Gandhi'nin yaşam tarzının çok iyi anlaşılması gerektiğine vurgu yaparak konuşmasını şu sözlerle sürdürdü: "Bugün burada iki fidan diktik biri konsolosluk tarafından, bir diğeri de Başkanımız Şükrü Genç adına Gandhi içindi. Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezi kardeş belediyeler ile diktiğimiz fidanlardan oluşuyor. Böyle bir alanda Gandhi adına da bir fidanımızın bulunması hem barış hem hoşgörü hem de sevgi ve insanlık adına önemli. Gelecek günlerde Hint Konsolosluğu ile değişik etkinliklerde yine bir arada olacağız."



ULUSLARARASI YOGA GÜNÜ



ULUSLARARASI YOGA GÜNÜ





Yoga Beş Bin Yıllık Yazılı Tarihi Olan Bir Öğreti

Doğum yeri Hindistan fakat bugün tüm dünya yakından tanıyor yogayı. Dünya üzerinde pek çok üniversite yoga üzerinde derin araştırmalar yapıyor. Peki neden bu iş bu kadar ciddiye alınıyor, neden beş bin yıldır yaşıyor yaşatılıyor yoga? Neden insanlar günümüze kadar itinayla koruyarak getirdi yogayı? Çünkü yoga işe yarıyor!



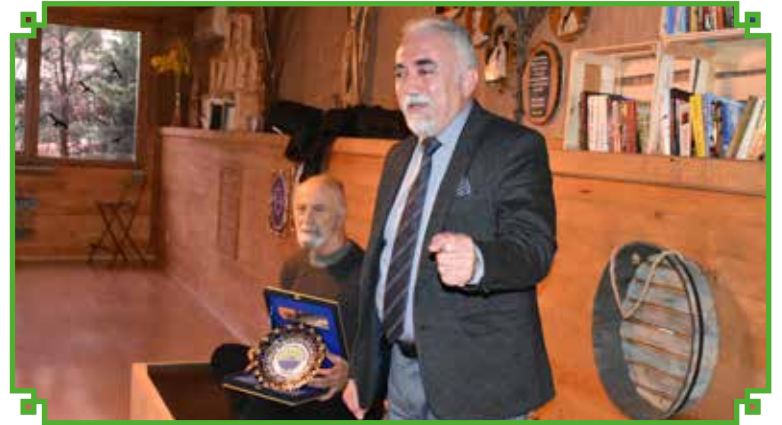


Peki ne işe yarıyor yoga?

Daha güçlü, daha esnek, daha estetik bir vücut için yaptığımızda işe yarıyor. Daha sakin, daha berrak, daha dingin bir zihin için yaptığımızda işe yarıyor. Daha derin, daha verimli, daha şifalı bir nefes için yaptığımızda işe yarıyor. Daha sağlıklı, daha dengeli, daha kaliteli bir yaşam için yaptığımızda işe yarıyor. Bu yüzden elimde olsa herkesin ama herkesin yoga yapmasını sağlarım.

Dünya Sağlık Örgütü'ne göre sağlık şöyle tanımlanmıştır: "Sağlık sadece hastalık ve sakatlığın olmayışı değil, bedence, ruhça ve sosyal yönden tam iyilik halidir." Yoga da pança koşa üzerinden yani beş beden kılıfı (fizik beden kılıfı, nefes beden kılıfı, akıl beden kılıfı, zihin beden kılıfı ve saadet beden kılıfı) üzerinden bireyi dengelemeyi hedefler. Yoga sanallarla (yoga duruşları) beden güçlenmiş esnemiş ve dengelenmiş olur, pranayama (nefes terapi) ile nefesi yavaşlamış ve çok daha verimli hale gelmiş olur. Yoga felsefesinin bireyin aklının, zihninin ve yaşamı anlamlandırma biçiminin yani mutluluk tanımının üzerindeki etkisi görecelidir ama yadsınamaz. (Bakınız Raja yoga (akıl yogası) jnana yoga, (bilgi yogası) karma yoga, (fiil yogası) bhakti yoga, (sevgi yogası) patanjali yoga sutraları ahimsa ilkeleri) özetle bütünsel yoga anlayışına göre uygulanan bir yoga seansından sonra bireyin bedeni güçlenmiş, esnemiş, dengelenmiş, nefesi yavaş ve daha verimli hale gelmiş, akli sakinleşmiş, zihni berraklaşmış olur. Yani yoga fiziksel bir aktivite olmaktan çok öte bir yaşam biçimidir.

Yoga Eğitmeni **Maral Gözetir**





Nefes koçluğu, nefesi davranış olarak inceleyen bir sistemdir. Birçok kişi çocukluğunda sahip olduğu doğal nefes alışkanlığını, zaman içinde farklı sebeplerle kendi kendine geliştirdiği bir davranış biçimi olan limitleyici nefes alışkanlığı sebebi ile bozar.

Nefes koçu ağızdan derin nefeslerin alındığı nefes seansı sırasında kişinin limitleyici nefes alışkanlıklarını analiz eder (kişinin doğal nefes alışkanlığı dışında her ne yapıyorsa bu tespit edilir), tespit ettiği probleme uygun teknik ve sistemlerle kişiyi doğal nefesine yönlendirmek ve farkındalık yaşaması için destek olur.

Nefes koçu, tıp dilinde **'hipnokapnia'** olarak bilinen duruma sebep olan 'limitleyici nefes alışkanlıkları' ile mekanik seviyede ilgilenmez. Bunun sonucunda kişide oluşan fiziksel, duygusal ve psikolojik sorunları ile tamamlayıcı bir şekilde çözmek için uğraşır.



Nefes Koçluğu Federasyonu, nefes eğitimleri ile nefes koçluğu eğitimlerinin, nefes koçlarının sertifikalarının ve çalışmalarının **'Nefes Koçluğu Federasyonu'** standartlarına uygun olup olmadığının denetlenmesi ve Nefes Koçluğu mesleğinin Türkiye'de belli standartlar korunarak yayılması amacı ile kurulmuştur.

Federasyon, nefes koçluğunun gereklilikleri ile ilgilendiği gibi **"Türkiye nefes alıyor"** sosyal sorumluluk projesi dahilinde Türkiye'nin farklı noktalarına, nefes seansına kendi imkanları ile ulaşamayanlara grup seansları ile ulaşmayı hedef edinmiştir. Bu çerçevede okullar, dernekler, belediyeler ile iş birliği içinde mümkün olan en geniş kitlelere ulaşmak için gönüllü çalışmalar yürütmeye devam ediyoruz.

Nefes Koçu / **Ebru Petersen**

Pilates Sporü ve Faydaları

Öncelikle konuya pilatesin yaratıcısı olan **Joseph Pilates**'in sözüyle başlamak isterim. **"Pilates en büyük fitness alınılığıdır."**

Ben de Joseph Pilates'e katılarak 1900'lü yılların başında geliştirilmiş olan bu spor dalının en etkin fitness türü olduğunu düşünmekteyim. İnsan vücudundaki merkez karın bölgesidir.

Pilates öncelikli karın merkezli çalışılan bir egzersiz türüdür. Pilatesin fiziksel ve zihinsel durumunuzda yapacağı inanılmaz değişikliklerden bazılarını sizlerle paylaşmak isterim:



- a) İyi bir kan dolaşımı,
- b) Derin ve sağlıklı nefes alıp verme
- c) Güçlenmiş akciğerler
- d) Güç ve esneklik
- e) Sağlıklı kemikler ve eklemler
- f) Gelişmiş duru ve düzgün postür
- g) Vücut dengesi ve koordinasyonu
- h) Sıkı bir karın
- ı) Enerji ve dayanıklılık



- i) Stres seviyesinde düşüş
 - k) Vücuttaki acı ve ağrılarda azalma
 - l) Zarar görmüş kas ve eklemlerin yeniden yaralanma ihtimalini önleme
- liste bu şekilde uzayıp gitmektedir. Tüm bunların bir anda olmasına inanmak güç olsa da pilates size vücudunuzu dolayısıyla da hayatınızı kontrol edebilme yetisi kazandırır.



Uzun yıllardır bu işi yapan biri olarak belirtmek isterim ki kişi pilates sporu sayesinde vücudunu tanır ve düzenli egzersizlerle posturundaki müthiş değişime şahit olur.

Duruş bozukluğundan etkin ve doğru kullanılmadığı için kısalan kaslara kadar tüm anatomik problemlerimizin çözümünü doğru pilates egzersizlerinde bulmamız mümkündür.

Detaylarda gizli olan bu mucizevi egzersiz türü doğru ve profesyonel bir eğitmen eşliğinde düzenli yapıldığı takdirde hayat kalitenizi arttıracak ve kaçınılmaz son olan yaşlanmayı mümkün olduğunca geciktirecektir.

Bütün öğrencilerime ve danışanlarıma söylediğim gibi sizlerle de paylaşmak isterim ki pilates yapın, geç yaşlanın.

Pilates Eğitmeni
Rumeysa Altunsoy





Zumba, kendi özel müzik ve ritimleri olan dans ve fitness egzersizidir. Dört temel dans adımı üzerine kurulmuştur. Bunlar Salsa, Merenge, Reggaeton ve Cumbia'dır. Fakat bunlar da kendi içlerinde ayrılırlar. Bunları da sadece eğitimi Zes'ler tarafından verilen Zumba eğitmenleri bilirler. O nedenle zumba dersleri lisanslı eğitmenler tarafından verilmelidir.

Zumba en yüksek enerjiye sahip egzersizlerden biridir. Asla bir dans dersi değildir. Herhangi bir sağlık problemi olmayan herkes zumba yapabilir. Çünkü zumba bir dans dersi değildir. Belirli ritimler eşliğinde, belirli hareketler kolay ve yapılabilir düzeydedir. İlk defa katılanlar için biraz can sıkıcı olabilir. Adımları tutturamazsanız hiç sinirlenmeyin. Çünkü, ilk seferde kimse adımları ritimlere uydurarak tam ve düzgün bir şekilde yapamaz. Her parçada müziğin belirli yerlerinde uygulanan aynı hareketleri ve ritimleri zamanla kavrayıp uygulamaya başladığınızda ise işte artık vazgeçilmezsiniz olurur Zumba. **"Hocam yeni parça yok mu"** diye sorarken buluverirsiniz kendinizi.



Özellikle spor yapmayı, fitness egzersizleri yapmayı çok sıkıcı buluyor iseniz o tam size göre. Yakılan kalori miktarı kişinin yaş ve kilosuna bağlı olarak değişmekle beraber bir ders boyunca yaklaşık 800 kaloriyi bulmaktadır. Yani bir saat boyunca yüksek tempoda koşsanız dahi ancak bu kaloringin yarısını harcayabilirsiniz.



Diğer sporlar gibi vücudun tek bir alanına yönelik değildir. Zumba sırasında yaptığınız hareketler vücudunuzdaki tüm kas gruplarını çalıştırır. Bu da sıkılaşıp daha fit ve sağlıklı bir vücuda sahip olmanızı sağlar.

Zumba'nın başka ne gibi yararları var, dersiniz;

- Stresinizi atmanızı sağlar.
- Koordinasyonunuzu geliştirir.
- Yeni arkadaşlar edinmenizi sağlar.
- Kendinize olan güveninizi geliştirir.
- Egzersiz sırasında ve sonrasında bolca serotonin denilen mutluluk hormonu salgılayacağınızdan ruh halinizi iyileştirir.

Yoksa siz hala zumba yapmadınız mı?

Lisanslı Zumba Eğitmeni
Evrin Nikbay





Çağdaş Yaşamı Destekleme Derneği gönüllü gençlerinden biriyim. İstanbul Teknik Üniversitesi Uçak Mühendisliği 2. sınıf öğrencisiyim. 5 yıldır Latin Dansları ile ilgileniyorum. Sarıyer Belediyesi Prof. Dr. Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezi'nde Çağdaş Yaşamı Destekleme Derneği Sarıyer Şubesi ile birlikte Latin Dansları atölyesi gerçekleştiriyoruz. 2018 yılı Kasım ayından beri atölyemiz devam etmektedir. Çağdaş Yaşamı Destekleme Derneği kursiyerleri ve gönüllülerin bulunduğu 30 kişilik ekip ile başladığımız atölyemiz yaklaşık aynı sayı ile hala devam etmekte. Çarşamba günleri saat 17.00 ile 20.30 arasında yaşam merkezinin aktivite salonunda gerçekleşmektedir.

Yaklaşık 1 yıldır Salsa, Bachata, Tango ve Forro danslarının temel figürlerini öğrenip daha sonra bu danslarda kombinasyonlar öğrenerek devam ettik. Sadece dansı değil aynı zamanda bu danslarının tarihçesi ve bu dansların çıktığı kültürlerle bilgiler de paylaşıp bu sayede dansı özümsemek için daha verimli dersler işledik. Bundan sonraki dönemde de daha çok Bachata ve Forro danslarına ağırlık vererek bu danslarda daha ileri seviyelere gelmeye çalışacağız.



Gönüllü Latin Dansı Eğitmeni
Mustafa Kemal Yiğit



Ç.Y.D.D. öğrencilerinin ve eğitimlerinin gözetiminde gerçekleştirilen kurslara çok sayıda öğrenci iştirak ediyor. Keyifli vakit geçirmenin yanında birliktelikten doğan güzel koreografilerle dünya folkloründen örnekler sunuyorlar. Cumartesi günü ikişer saatlik eğitimlerle tüm kursiyerler merkezin pozitif yansımalarına direkt katkı sunuyorlar.



Kültür sanatın bambaşka bir boyuta kavuştuğu Sarıyer’de, dileyen herkesin her dernek ve kurumun halk oyunları ekiplerinin çalışmalarını yapacağı prova ve performans sergileyebileceği çok amaçlı salonumuzda Selim Cihanoğlu hoca yönetiminde Sarfolk Derneği T.S.S.Y.M. her Cumartesi üçer saatlik derslerle Türk folklor ve halk oyunlarını dünyaya tanıtacak, festival ve gösterilerin ön çalışmalarını yaparak, gençler ve yetişkinlerin halk kültürünü gelecek kuşaklara taşıyacakları çalışmalarıyla farklı bir boyuta taşımının haklı gururunu yaşamaktadırlar.



Tecrübeyi Aktarmanın Yeri ve Sınırı Yoktur

Eğitimci, inşaat mühendisi Şevket Mehmet OĞUZ ile inşaat sektöründe çalışan mühendis, tekniker ve mimarlara yönelik mukayeseli keşif ile ilgili okullarda öğretilmeyen dersler bu eğitimin içeriğinde yer alacaktır.

Bu kurs kimler için uygun?

- İnşaat Mühendisleri
- Mimarlar
- Makine Mühendisleri
- Elektrik Mühendisleri
- Teknikerler
- Yukarıdaki meslek alanlarının öğrencileri

Bu eğitimde,

- İlave olarak yapılan veya yapılmayan işlerin listesinin hazırlanması
- Autocad üzerinde listedeki imalatların atasmanlarının yapılması
- Çevre ve Şehircilik Bakanlığı birim fiyatları ile metrajların yapılması
- Çevre ve Şehircilik Bakanlığı birim fiyatları olmayan imalatların özel birim fiyatlarının hazırlanması (Analiz yapılması)
- Özel yapılan işler ile ilgili imalat veya proforma faturaların hazırlanması
- Özel birim fiyatlar için endeks hazırlanması
- Kesin hesap dosyasının hazırlanması
- Uygulamaya yönelik detaylı bilgiler verilmektedir.

Ayrıca bu eğitimi alanlar aynı zamanda teklif çalışmaları, ihale şartlarının hazırlanması, maliyet kontrol, hak ediş konularında da uygulamaya yönelik detaylı bilgilere de sahip olacaklardır.

Eğitim sonunda ders notlarını ve dokümanlarını da bilgisayarlarına yükleyebileceklerdir.

Gereksinimler

Microsoft Office Excel
AutoCAD bilgisi

Eğitimci, İnşaat Mühendisi
Şevket Mehmet OĞUZ

FERAHEVLER MAHALLESİ GÜZELLEŞTİRME ve DAYANIŞMA DERNEĞİ

Sosyal sorumluluk projelerinin en önemlilerinden biri de açtığımız tüm semt evi, yaşam evi ve sosyal yaşam merkezlerinde bulundukları mahallenin dernekleri için birer çalışma ofisi oluşturmak, farklı bir dayanışma ve paydaşlık anlayışı ile farkındalık yaratıp sürece dahil olmalarını sağlamak temel hizmet anlayışını oluşturmaktır. Bu bağlamda Ferahevler Güzelleştirme Derneği, merkezimizde çalışma ofisi tahsis ederek mahallenin ilgi ve dikkati merkeze yönlendirmek.



T.S.S.Y.M.'de serbest dolaşimli sistemde kanatlı hayvan yetiştiriciliği hobi amaçlı yapılmaktadır. Serbest dolaşimli yetiştirme sistemi, katkı maddeleri içermeyen doğal ürünlere talebin artmasıyla, hayvanların kümes dışında özgür bir şekilde gezinmelerinin sağlanması amacıyla geliştirilen alternatif bir sistem Türkan Saylan Sosyal Yaşam Merkezi'mizde yer almaktadır. Bu yetiştirme sistemi tavukların kafes yada tamamen kapalı kümes ortamından uzaklaştırarak, yerde barındırılması ve açık alanda otlatılması esasına dayanmaktadır. Barınak, altlıklı yer sistemi ya da tünek tipte kapalı sabit barınak ile gezinti alanı toprak veya kumla kaplı gezinti alanı yada yeşillendirilmiş çayır alanı kanatlı hayvanlarımız yaşamalarını sürdürmeleri için merkezimizde yer almaktadır.



TECRÜBELERİNİ BİZLERLE PAYLAŞAN PAYDAŞLARIMIZA SONSUZ TEŞEKKÜRLER

TÜRKAN SAYLAN SOSYAL YAŞAM MERKEZİMİZDEN BASIN HABERLERİ

Paydaşlarımız



Katkı ve destekleri için;

* Lions 118 T Yönetim Çevresi, Aysen Ağma ve Veysi Ağma, Mukaddes Yamaç, Adnan Çubuk (Yoga Merkezi), Maral Gözetir (Yoga Merkezi), Achan Derneği, Oya Sebuk ve Sarıyer Belediyesi tüm müdürlüklerine gönüllü eğitimcilerimize katkı ve desteklerinden dolayı sonsuz teşekkürler...

* İlk günden bugüne emeği ile Güllü Alkan'a
Ayrıca tüm stajyer öğrencilere teşekkürlerimle...



Günümüzde birçok Tünel Sayısı
Beyan Marketine geçtikten günümüzde
Gözetimden ve baskıdan çok
Yararlanma Sayısı ile daha fazla
Kullanım alanı verilmektedir.

[illegible][illegible]

Dünge- Beladigung mit
 Düngem. durch Abfall aus
 Lärm von der Lager-
 stelle kommt es häufig
 vor
 der bei der Lager-
 stelle

[illegible]

Kajeti, jundi kumun ulah rekab
Maulana, ulah maulana gela
yate, maulana maulana ulah
ulah, ulah maulana. Kajeti, ulah,

1. Welche Aufgaben hat das
 2. Was ist die Aufgabe des
 3. Was ist die Aufgabe des
 4. Was ist die Aufgabe des
 5. Was ist die Aufgabe des
 6. Was ist die Aufgabe des
 7. Was ist die Aufgabe des
 8. Was ist die Aufgabe des
 9. Was ist die Aufgabe des
 10. Was ist die Aufgabe des

Substanzabhängigkeit

Wird bei einer Substanzabhängigkeit eine Substanz konsumiert, so führt dies zu einer Abhängigkeit von der Substanz. Die Abhängigkeit ist eine psychische Abhängigkeit, die durch eine Sucht entsteht. Die Sucht ist eine chronische Erkrankung, die durch eine Abhängigkeit von einer Substanz entsteht. Die Sucht ist eine chronische Erkrankung, die durch eine Abhängigkeit von einer Substanz entsteht.

Seraya bersedighiladom
alairang bawadigim yang
Kerindan gah mamaru balidom.
Ple lth ratanam asih amara
gan da kumamam hie sora
almayangim. ducenquram
Tosheku edan, Bazarlan
dilerim
MOSAW BAWAMAM

"Habe die meisten meiner Kollegen im Ausland, aber ich bleibe in der Schweiz, weil ich meine Familie hier habe und ich meine Arbeit hier machen möchte. Ich bin hier geboren und ich möchte hier bleiben."

12.04.2012

3. Kuvantatva: *szegedi székelyek letelepedése*
szegedi város területén, ahol a székelyek telepedtek le
azok a székelyek voltak.

Szegedi székelyek a városban éltek, a városban
székelyek voltak.

lytle vinnu, lytle hlygja ok gætt
 aðföst daga þess, málalega vandrög
 ok læðingur.

Jón, Salma
 hvernig

Befugnis ist gegeben, weil wichtig, dass
Singer Selbstbestimmung bestmögliche Ge-
sundheit für seinen Patienten bekommen soll, wenn
gute Gründe, bestehen.

Carole Singer

Edna Stasi
 Das ist heute richtig sehr schön gemacht.
 Einige Aufgaben sind richtig schön
 gemacht. Die Aufgaben sind richtig schön.
 Ich bin stolz auf die Aufgaben.
 GUT

Sünger Bastanbağcı
Türkçe Sözlük yazan evi çok
gizli ve gizli bir yer hile duvarı
insane duvarında bilmez yazan
Gizli perspektif çok gizli
Samsatlar gel benim pistiler çeren
kırık çukurluk karanlıkların bir parçası

Başla bu anı bu hisleri verdiğin
işin ardında gel senin
Sana Sana
Senel yazar

[illegible]

Sevgin
Hep ve daim olsun
Amin, canım Sevgin

[illegible][illegible]

Chlorophyll *a* and *b* fluorescence bioassays
dependant on optical for harmful algae
detection. Water and harmful phytoplankton
samples

[illegible][illegible]

Beim ersten Anblick des
Kleines der
Tiere:

Sind das
Geier

[illegible]

1. *Phragmites* 2. *Lythrum* 3. *Phlox* 4. *Verbena* 5. *Verbena* 6. *Verbena* 7. *Verbena* 8. *Verbena* 9. *Verbena* 10. *Verbena* 11. *Verbena* 12. *Verbena* 13. *Verbena* 14. *Verbena* 15. *Verbena* 16. *Verbena* 17. *Verbena* 18. *Verbena* 19. *Verbena* 20. *Verbena* 21. *Verbena* 22. *Verbena* 23. *Verbena* 24. *Verbena* 25. *Verbena* 26. *Verbena* 27. *Verbena* 28. *Verbena* 29. *Verbena* 30. *Verbena* 31. *Verbena* 32. *Verbena* 33. *Verbena* 34. *Verbena* 35. *Verbena* 36. *Verbena* 37. *Verbena* 38. *Verbena* 39. *Verbena* 40. *Verbena* 41. *Verbena* 42. *Verbena* 43. *Verbena* 44. *Verbena* 45. *Verbena* 46. *Verbena* 47. *Verbena* 48. *Verbena* 49. *Verbena* 50. *Verbena* 51. *Verbena* 52. *Verbena* 53. *Verbena* 54. *Verbena* 55. *Verbena* 56. *Verbena* 57. *Verbena* 58. *Verbena* 59. *Verbena* 60. *Verbena* 61. *Verbena* 62. *Verbena* 63. *Verbena* 64. *Verbena* 65. *Verbena* 66. *Verbena* 67. *Verbena* 68. *Verbena* 69. *Verbena* 70. *Verbena* 71. *Verbena* 72. *Verbena* 73. *Verbena* 74. *Verbena* 75. *Verbena* 76. *Verbena* 77. *Verbena* 78. *Verbena* 79. *Verbena* 80. *Verbena* 81. *Verbena* 82. *Verbena* 83. *Verbena* 84. *Verbena* 85. *Verbena* 86. *Verbena* 87. *Verbena* 88. *Verbena* 89. *Verbena* 90. *Verbena* 91. *Verbena* 92. *Verbena* 93. *Verbena* 94. *Verbena* 95. *Verbena* 96. *Verbena* 97. *Verbena* 98. *Verbena* 99. *Verbena* 100. *Verbena*

Why? The difference of the distance between the cylinder and the dome for each wavelength, causes each wavelength to have a different path length. Some wavelengths are in phase and some are out of phase.

klagen az kizig itirigimaz gusuz az
Sizler oldu. Anladim ki sizler, az
tekrar ve tekrardan bu kezden sonra
korkun. Bu kez bu kezden sonra, az
ve yine tekrardan - bu kezden sonra, az
Bu kezden sonra.

Aber: wenn
man nicht unbedingt bereit ist, eigene
kulturelle Identität aufzugeben, um in einem
anderen Land zu leben.

TÜRKAN SAYLAN SOSYAL YAŞAM REHABİLİTASYON VE TERAPİ MERKEZİMİZDEN



TÜRKAN SAYLAN SOSYAL YAŞAM MERKEZİMİZİN AÇILIŞINDAN KARELER





BOĞAZİÇİ KÜLTÜR SANAT MERKEZİ

Teknolojik alt yapısıyla muhteşem bir akustiğe sahip B.K.S.M., kapılarını İdil Biret ile açtı. B.K.S.M. sadece Sarıyer'in değil İstanbul'un da en prestijli mekanları arasında yerini şimdiden aldı. B.K.S.M., tamamı oturmalı düzende 640 kişiyi ağırlayabiliyor.



YAŞAR KEMAL KÜLTÜR SANAT MERKEZİ VE EVLENDİRME DAİRESİ

Sadece Sarıyerlilerin değil İstanbulluların da mutlu günlerine tanıklık eden, ulaşımı kolay, modernliği ve şıklığıyla göz alıcı bir merkez.



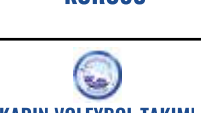
RIFAT ILGAZ KÜLTÜR MERKEZİ

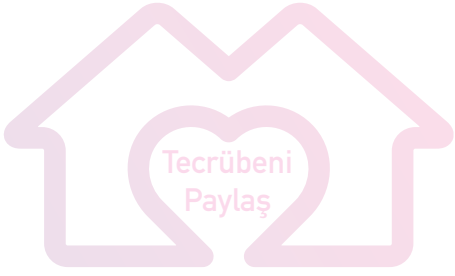
Rifat Ilgaz Kültür Merkezi Sarıyer'in ilk göz ağrısı. Nejat Uygur Sahnesi'nin de yer aldığı merkez, kurslara da ev sahipliği yapıyor.



RAUF DENKTAŞ KÜLTÜR MERKEZİ

Sanatseverleri de Ayazağa'da buluşturan görkemli bir sanat ve sosyal yaşam merkezi.

 Sarıyer Engelli Koordinasyon Merkezi	 SARIYER BELEDİYESİ KENT KÜLTÜRÜ VE YAŞAM DERGİSİ	 SARIYER BELEDİYESİ ÜCRETSİZ HİZMET BÖLÜMÜ
 YAŞAR KEMAL KÜLTÜR MERKEZİ	 YEŞİL ZABITA	 SARIYER PSİKOLOJİK DANIŞMA MERKEZİ
 BOĞAZ'IN MÜZESİ	 Denizcileşme Merkezi	 SARIYER YAŞLI BAKIM PROJESİ
 SARBEL	 RIFAT ILGAZ KÜLTÜR MERKEZİ	 RAUF DENKTAŞ KÜLTÜR MERKEZİ
 SARIYER KALKINMA EYLEM PLANI SKEP	 YAZ SPOR OKULLARI	 SARIYER BELEDİYESİ GENÇLER EYLEM MERKEZİ
 ECADEM	 SARIYER MESLEK EDİNDİRME KURSLARI	 SARIYER BELEDİYESİ SAĞLIK POLİKLİNİĞİ
 SARIYER BELEDİYESİ BOĞAZİÇİ KÜLTÜR SANAT MERKEZİ	 SARIYER BELEDİYESİ KÜLTÜR YAYINLARI	 ÖZGEÇAN ASLAN KADIN DANIŞMA MERKEZİ
 KİLYOS SOSYAL TESİSLERİ	 YAŞLI GÜNDÜZ BAKİMEVİ	 SARIYER BELEDİYESİ HALK DÂNSLARI TOPLULUĞU
 KÖYLÜ PAZARI	 SARFİT	 SARIYER BELEDİYESİ TÜRK SANAT MÜZİĞİ KOROSU
 SARIYER BELEDİYESİ TİYATROSU	 SARIYER BELEDİYESİ TÜRK HALK MÜZİĞİ KOROSU	 SARİYER TV
 KIZ KONUKEVİ	 KADIN VOLEYBOL TAKIMI	 SARIYER AİLE DANIŞMA MERKEZİ
 DEMİRTAŞ CEYHUN HALK KÜTÜPHANESİ	 ÇOCUK GÜNDÜZ BAKIM EVİ	 down town
 SEYRANTEPE SPOR TESİSLERİ	 SARIYER EDEBİYAT GÜNLERİ	 TÜRKAN SAYLAN SOSYAL YAŞAM REHABİLİTASYON VE TERAPİ MERKEZİ
 SARIYER'DE 23 NİSAN	 KİLYOS ÇEVRE ve SANAT GÜNLERİ	



TÜRKAN SAYLAN

SOSYAL YAŞAM REHABİLİTASYON VE TERAPİ MERKEZİ



**SARIYER
BELEDİYESİ**



**SARIYER
BELEDİYESİ**



TÜRKAN SAYLAN

SOSYAL YAŞAM REHABİLİTASYON VE TERAPİ MERKEZİ

**TÜRKAN SAYLAN
SOSYAL YAŞAM REHABİLİTASYON VE
TERAPİ MERKEZİ**

Muhtar Cad. No:16 Ferahevler - Tarabya / İstanbul
Tel: 0212 262 23 06

SARIYER BELEDİYESİ
Pınar Mah. Günyüzü Sk. No:2 Sarıyer / İstanbul

444 1 722

www.sariyer.bel.tr

You Tube / sukrugenc



SariyerBld



SariyerBelediye



SariyerBelediye



sariyer.tv.tr