

G E L E C E D İ N İ Ş İ G İ



TED Edirne Koleji
Edebiyat, Kültür ve Sanat
Dergisi





H. Ođatlı

GELECEğİN IŖIđI DERGİSİ

YAYIN YÖNETMENİ

BANU BALCI

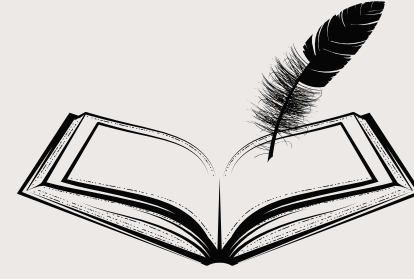
DİJİTAL DÜZENLEME

İBRAHİM UMUT İŖBİLİR
KUZEY CANKAT LEVENT

İÇERİK DENETLEME

AYSUN NOİ 
BANU BALCI
UđUR AKINLAR
CANSU TÜRKSOY GÖNÜL

YAZARLAR

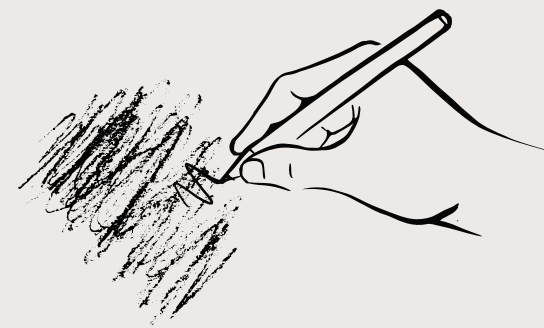


HAVİN ARGİN
DURU USLU
FİRDEVS ECE EDİS
 AđAN ARDA AK IN
ENES FURKAN BOYACI
MERT ALTUNTAŖ
ESLEM YENER
KUZEY DENİZ SUCU
IŖIL HÜSEYİN
EMİN VAREL
RECEP YAğIZ GÜLDÜREN

ASLI EDA ŖAN
YAğIZ DONDURMACI
İLKİM NAZ HOŖG R
BENAN NİSA KALAÇ
ASYA ELİF ÖZKURT
MUHAMMED AYKAÇ
DEFNE ERİN
GöKTUđ DEMİRTAŖ
BERRA GÜNER
DENİZ HACAT
ÖMER TUNA TEPE

PORTRELER

BAŖAK DİLA KEMERCİ



İçindekiler

TEKNO - BİLİM	4
GELECEĞİN CERRAHİSİ	5
DEPREMLERİN RİTMİ	6
ŞARJ GEREKTİRMEYEN PİL	7
GÖZ ARDI EDİLEN TEHLİKE	8
ULU KURTLAR GERİ DÖNÜYOR	10
YAPAY SİNİR AĞLARI	12
GEZELİM GÖRELİM	14
LONDRA	15
BİR MASAL ÜLKESİ “HOLLANDA”	16
GÜMÜLCİNE	17
KİTAP RAFLARINDAN	18
DİZİ VE FİLM TAVSİYELERİ	20
MÜZİK	24
CHOPIN	25
PORTRELER	26
ATILLA İLHAN	28
ORHAN VELİ KANIK	29
FARUK NAFİZ ÇAMLIBEL	30
AHMET HAMDİ TANPINAR	31
NAZİM HİKMET	32
YAHYA KEMAL BEYATLI	33
ZİYA OSMAN SABA	34
CAHİT SITKI TARANCI	35
SAĞLIK, SPOR VE BESLENME	36
BORDERLINE KİŞİLİK BOZUKLUĞU	37
NIKE	38
KAHVENİN TARİHÇESİ	39
SAĞLIKLI KURU YEMİŞLER	40
FIRINDA BALIK	41
EDEBİYAT	42
BENZE OL	43
KARA SEVDALI	43
KADIN GEÇMİŞTEN GÜNÜMÜZE	44
DEFNE	46
GİZEMLİ KAYIP	47
.....	.

ÖN SÖZ

Sevgili Okurlar,

Büyük bir heyecanla çıktığımız bu yolculukta ikinci yılımızı geride bırakmanın gururunu yaşıyoruz! Okul dergimizin ilk sayısından bugüne kadar geçen süre içinde sizlerin ilgisi, katkısı ve desteğiyle her sayımızda biraz daha büyüdük, gelişip zenginleştik.

Bu iki yıl boyunca sadece yazıları değil; hayalleri, fikirleri, duyguları ve yaratıcılığı sayfalarımıza taşıdık. Öğrencilerimizin kaleminden dökülen satırlarla, farklı içeriklerle bir okuldan çok daha fazlası olduğumuzu hep birlikte gösterdik.

Dergimiz, bir paylaşım alanı olmanın ötesinde okul kültürümüzün aynası oldu. Burada emeği geçen herkese sonsuz teşekkür ederiz.

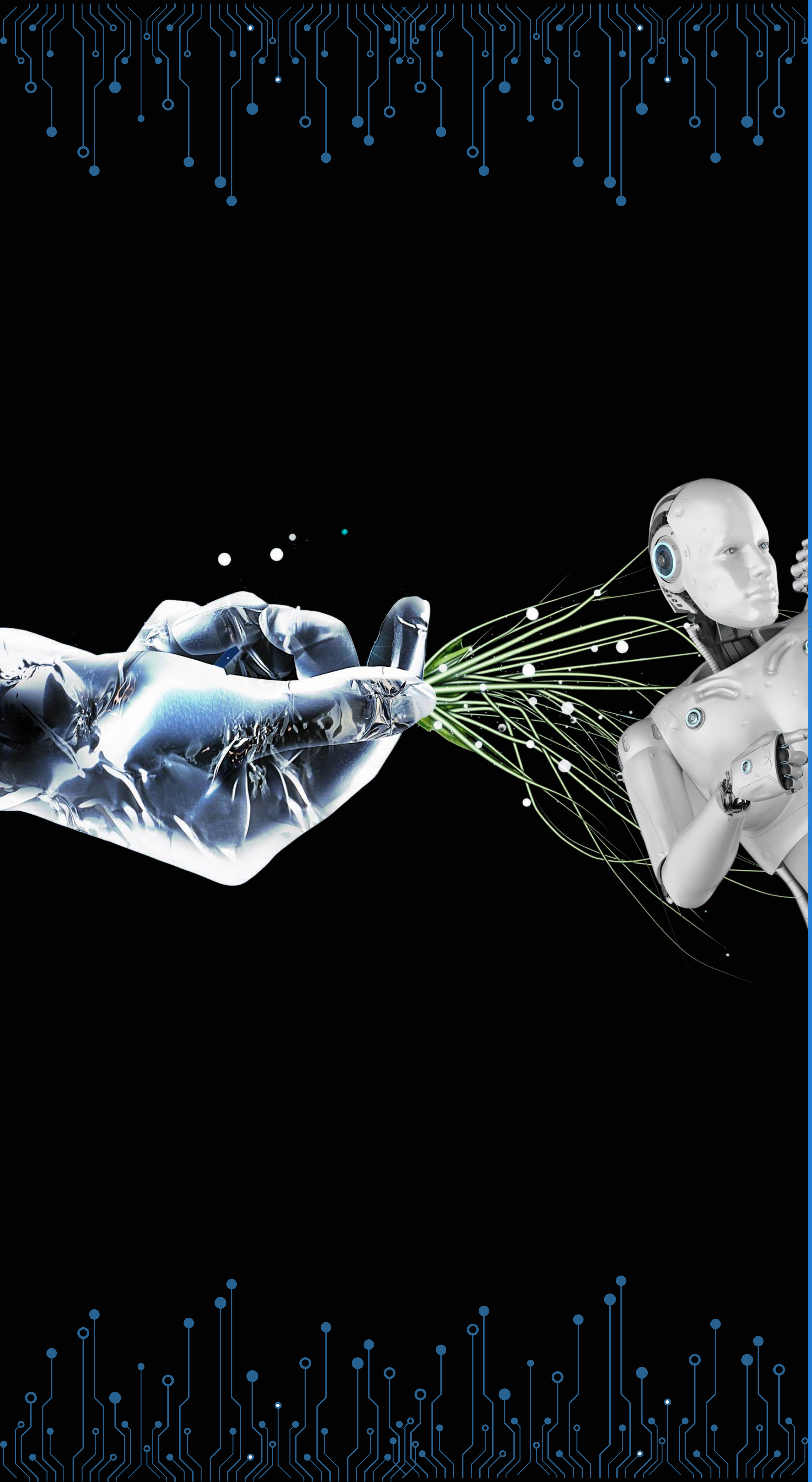
Yeni yaşımızda da aynı tutkuyla yazmaya, üretmeye ve paylaşmaya devam edeceğiz. Nice yıllara birlikte ulaşmak dileğiyle...

Kaleminiz güçlü, yolunuz açık olsun!

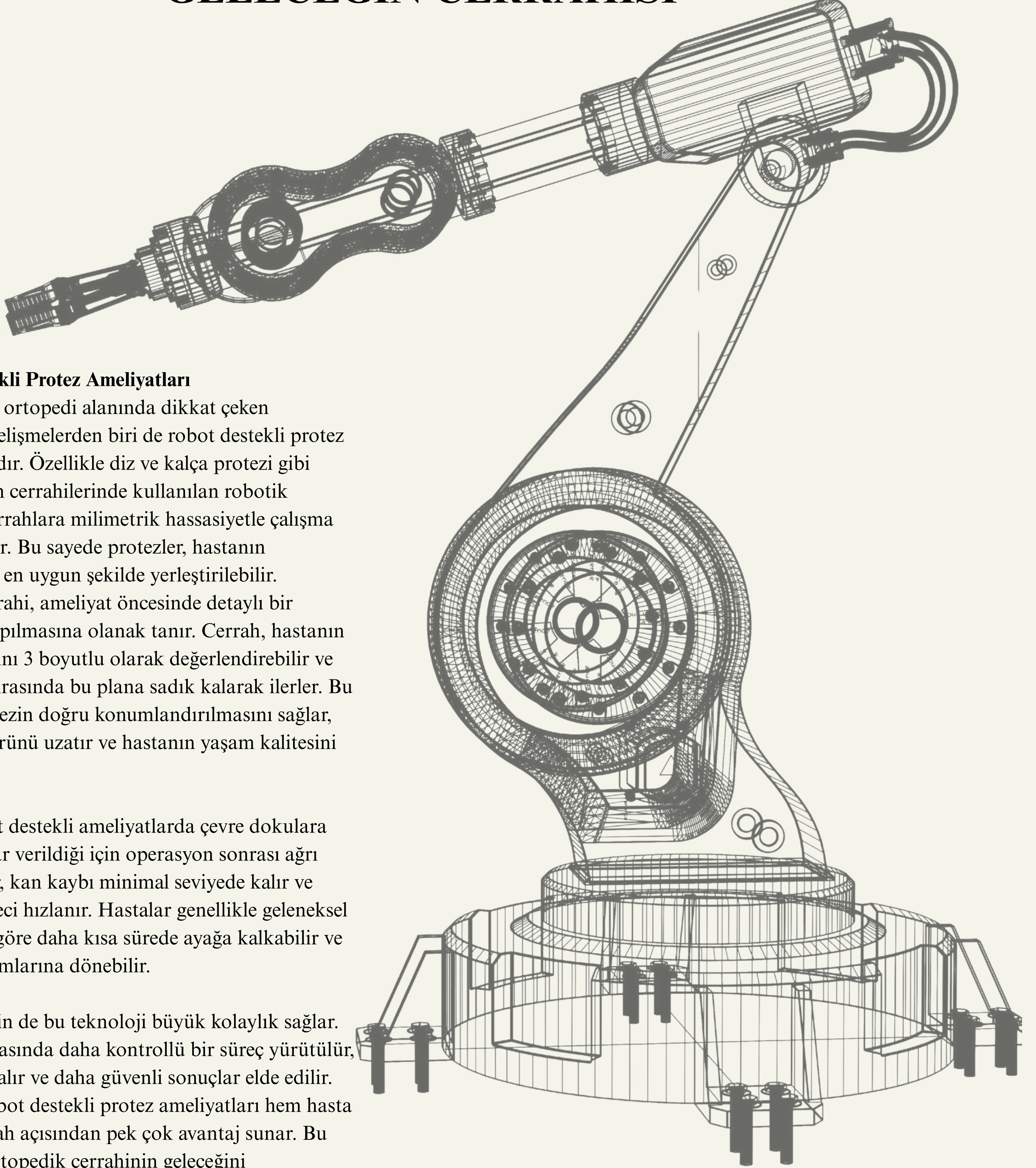


TED Edirne Koleji
Türk Dili ve Edebiyatı Öğretmeni
BANU BALCI

TEKNO-BİLİM



GELECEĞİN CERRAHİSİ



Robot Destekli Protez Ameliyatları

Son yıllarda ortopedi alanında dikkat çeken teknolojik gelişmelerden biri de robot destekli protez ameliyatlarıdır. Özellikle diz ve kalça protezi gibi büyük eklem cerrahilerinde kullanılan robotik sistemler, cerrahlara milimetrik hassasiyetle çalışma imkânı sunar. Bu sayede protezler, hastanın anatomisine en uygun şekilde yerleştirilebilir. Robotik cerrahi, ameliyat öncesinde detaylı bir planlama yapılmasına olanak tanır. Cerrah, hastanın kemik yapısını 3 boyutlu olarak değerlendirebilir ve operasyon sırasında bu plana sadık kalarak ilerler. Bu durum; protezin doğru konumlandırılmasını sağlar, protezin ömrünü uzatır ve hastanın yaşam kalitesini artırır.

Ayrıca robot destekli ameliyatlarda çevre dokulara daha az zarar verildiği için operasyon sonrası ağrı daha az olur, kan kaybı minimal seviyede kalır ve iyileşme süreci hızlanır. Hastalar genellikle geleneksel yöntemlere göre daha kısa sürede ayağa kalkabilir ve günlük yaşamlarına dönebilir.

Cerrahlar için de bu teknoloji büyük kolaylık sağlar. Ameliyat sırasında daha kontrollü bir süreç yürütülür, hata payı azalır ve daha güvenli sonuçlar elde edilir. Kısacası, robot destekli protez ameliyatları hem hasta hem de cerrah açısından pek çok avantaj sunar. Bu teknoloji, ortopedik cerrahinin geleceğini şekillendirirken hastalar için de daha konforlu ve güvenli bir iyileşme süreci vaat ediyor.

DEPREMLERİN RİTMİ

Yerin Altındaki Hikâye

Dünya'nın kabuğu, her ne kadar sağlam gibi görünse de aslında sürekli bir hareket içerisinde. Bu hareketlilik, bazen büyük yıkımlara neden olan depremler şeklinde kendini gösterir. Ancak çoğu zaman, bir depremin yalnızca o ana sıkışmadığını, öncesi ve sonrasında bir “hikâyesi” olduğunu unuturuz. Bu hikâyenin önemli kahramanları ise öncü ve artçı depremlerdir.

Sessiz Fırtınanın Ayak Sesleri Öncü Depremler

Öncü depremler, büyük bir depremin (ana şokun) hemen öncesinde meydana gelen, genellikle daha küçük ölçekli sarsıntılardır. Bu depremler, fay hattında enerjinin birikmeye başladığının bir göstergesi olabilir. Ancak her büyük depremden önce bir öncü deprem olmaz ve her küçük deprem de büyük bir depremin habercisi değildir.

Öncü depremler, genellikle ana depremin olacağı fay segmentinde birikmiş gerilimin kısmen boşalmasıyla meydana gelir. Bu küçük kırılmalar, ana şoka zemin hazırlar.

Jeologlar ve sismologlar için öncü depremler, potansiyel bir ana depremin uyarıcısı olabilir. Ancak bu ayrımı yapmak, olay gerçekleşmeden önce neredeyse imkânsızdır. Bu yüzden erken uyarı sistemleri için hâlâ araştırma ve geliştirme çalışmaları sürmektedir.

Büyük Sarsıntının Yankısı

Artçı Depremler

Ana depremin ardından gelen ve genellikle daha düşük şiddetli olan depremler, artçı depremler olarak adlandırılır. Bu depremler, yer kabuğunun yeni dengesine ulaşmaya çalışmasının bir sonucudur.

Artçı depremler, ana depremin büyüklüğüne ve bölgenin jeolojik özelliklerine bağlı olarak günler, haftalar hatta aylar boyunca sürebilir. Büyük depremlerden sonra artçıların sayısı yüzleri hatta binleri bulabilir.

Zaten hasar görmüş yapılarda yaşayan insanlar için artçılar büyük risk oluşturur. Aynı zamanda psikolojik olarak da toplum üzerinde uzun süren bir kaygı ve korku yaratabilir.

“Depremleri Anlamak Bir Bilim ve Toplum Meselesidir.”

Öncü ve artçı depremler, doğanın bize anlattığı hikâyenin parçalarıdır. Bilimsel olarak her biri, yer kabuğunun davranışlarını anlamamızda önemli veriler sunar. Toplumsal olarak ise bu bilgilerin doğru ve zamanında paylaşılması, hem can kaybını önlemek hem de bilinçli bir toplum oluşturmak için kritik rol oynar.

Sarsıntılarla Yaşamak, Bilgiyle Güçlenmek

Depremler engellenemez ancak onlara karşı daha hazırlıklı olabiliriz. Öncü ve artçı sarsıntıların ne anlama geldiğini bilmek, sadece bilim insanları için değil, hepimiz için önemlidir. Çünkü bilgi, depremler karşısında en sağlam temelimiz olabilir.

ŞARJ GEREKTİRMEYEN PİL

***“Şimdi telefonunuzu, dizüstü bilgisayarınızı
ve hatta elektrikli arabanızı şarj etmenize
gerek olmadığını hayal edin.”***

Telefonlardan elektrikli arabalara kadar hemen hemen her mobil aygıtta bulunan şarj edilebilir lityum-iyon (Li-ion) piller, tam şarj ile yalnızca birkaç saat veya gün dayanabiliyor; zamanla pillerin performansları düşüyor ve sık sık şarj edilmeleri gerekiyor. Bu da pillerin teknik sınırlarının yarattığı küresel bir sorunu ortaya koyuyor.

Bilim insanları, pillerin teknik sınırlandırmalarını aşarak bu hayali gerçeğe dönüştürmek için nükleer santrallerin “güvenli” ve “erişilebilir” bir yan ürünü olan radyokarbonla çalışan minik nükleer piller geliştirdi.

Karbonun kararsız ve radyoaktif bir formu olan karbon-14 ile betavoltaik pil üreten ekibin geliştirdiği son prototip, verimliliği büyük ölçüde artıyor, bu yenilikçi tasarım; zaman içinde zayıflayan ve üretimi çevreye zararlı olan lityum-iyon pillerin aksine elektrik üretmek için beta ışınımını kullanıyor.

Amerikan Kimya Derneği (ACS) 2025 bahar toplantısında sunulacak çalışmayı yapan Daegu Gyeongbuk Bilim ve Teknoloji Enstitüsünden (DGIST) Prof. Su-Il In, “Parmak büyüklüğündeki cihazlara güvenli nükleer enerji yerleştirebiliriz.” diyor.

“Sadece beta ışınları ürettiği için radyoaktif bir karbon izotopu kullanmaya karar verdim.” diyen In, sözlerine şöyle devam ediyor: “Dahası nükleer santrallerin bir yan ürünü olan radyokarbon ucuz, kolayca temin edilebilir ve geri dönüşümü kolay. Radyokarbon çok yavaş bozunduğu için radyokarbonla çalışan bir pil, teorik olarak binlerce yıl dayanabilir.”

Söz konusu pillerin birçok uygulama alanı olabileceğini söyleyen In, “Örneğin, bu sayede bir kalp pili bir kişinin ömrü boyunca dayanabilir ve cerrahi değiştirme ihtiyacını ortadan kaldırır,” ifadelerini kullanıyor.

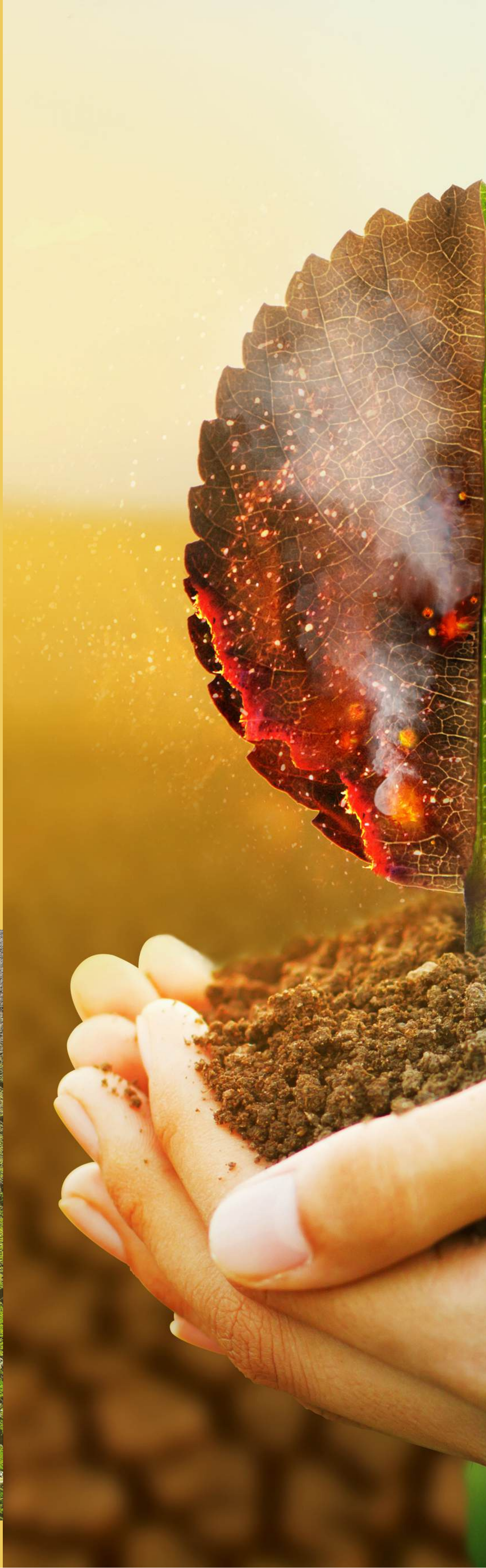
***“İleride kalp pili değişimine de gerek
kalmayabilir.”***

GÖZ ARDI EDİLEN TEHLİKE

Toprak, yaşamın temel kaynağıdır. Bitkilerin büyüdüğü, gıdaların üretildiği, ekosistemlerin beslendiği bu doğal kaynak; günümüzde artan insan faaliyetleri nedeniyle ciddi tehdit altındadır. Toprak kirliliği, verimli arazilerin kaybına, gıda güvenliğinin tehlikeye girmesine ve ekosistemde geri dönüşü olmayan zararlara yol açmaktadır.

Toprak kirliliği, genel olarak zararlı kimyasal maddelerin toprağa karışması sonucu oluşur. Bu maddeler arasında tarımda yoğun olarak kullanılan suni gübreler, pestisitler, endüstriyel atıklar, evsel çöpler ve madencilik faaliyetlerinden kaynaklanan ağır metaller bulunur. Bu kirleticiler zamanla toprağın yapısını bozar, canlılığını azaltır ve doğal dengenin bozulmasına neden olur.

Kirlilik sadece toprağı değil, dolaylı olarak insan sağlığını da etkiler. Kirli toprakta yetişen bitkiler, bu zararlı maddeleri bünyesine alarak besin zincirine taşır. Uzun vadede bu durum, çeşitli sağlık sorunlarına ve hastalıklara yol açabilir. Ayrıca, toprakta biriken zararlı maddeler yer altı sularına sızarak su kaynaklarını da kirletir.





“Toprak kirliliğini önlemek için bireysel, toplumsal ve kurumsal düzeyde alınabilecek birçok etkili önlem bulunmaktadır.”

Toprak, yaşamın sürdürülebilirliği için en temel doğal kaynaklardan biridir. Ancak günümüzde artan nüfus, sanayileşme ve bilinçsiz tarım uygulamaları, toprak kirliliğini ciddi boyutlara ulaştırmıştır. Bu durumu engellemek ve toprağı korumak için bireysel, toplumsal ve kurumsal düzeyde çeşitli önlemler alınabilir.

Öncelikle, tarımda kimyasal madde kullanımı azaltılmalıdır. Aşırı gübre ve pestisit kullanımı, toprağın yapısını bozar ve canlılığını yok eder. Bunun yerine organik tarım yöntemleri tercih edilmeli, doğal gübreler kullanılmalıdır.

Atık yönetimi, toprak kirliliğini önlemenin en önemli adımlarından biridir. Evsel, endüstriyel ve tarımsal atıklar uygun şekilde ayrıştırılmalı; geri dönüşüm sistemleri yaygınlaştırılmalı ve özellikle tehlikeli atıklar (pil, boya, ilaç vb.) doğaya değil, özel toplama noktalarına ulaştırılmalıdır.

Sanayi tesislerinin denetimi büyük önem taşır. Fabrikaların atıklarını kontrolsüz şekilde doğaya bırakmaları engellenmeli ve arıtma sistemlerinin kullanımı zorunlu hâle getirilmelidir. Devlet tarafından bu tesisler düzenli olarak denetlenmelidir.

Ayrıca, erozyonla mücadele de toprağın korunmasında etkilidir. Ağaçlandırma çalışmaları, bitkilendirme, nadas ve konturlu sürüm gibi yöntemlerle toprağın aşınması önlenabilir.

Toplumun çevre konusunda bilinçlenmesi de bir diğer önemli adımdır. Eğitim ve bilinçlendirme çalışmaları ile çocuklar, gençler ve yetişkinler çevreye karşı daha duyarlı bireyler hâline getirilebilir. Medya ve sosyal medya da bu konuda etkili araçlardır.

ÇAĞAN ARDA AKÇIN

TED Edirne Koleji
11. Sınıf Öğrencisi

ULU KURTLAR GERİ DÖNÜYOR

Soyu 10 bin yıl önce tükenen “ulu kurt” a (dire wolf) benzeyen, genetiği değiştirilmiş üç yavru; ABD’de gizli bir güvenlik alanında yetiştiriliyor. Nesli tükenmiş türleri hayata döndürmeyi amaçlayan Colossal Biosciences adlı şirket, bu gelişmeyi 7 Nisan Pazartesi günü duyurdu. Bu kurtlar, uzun beyaz tüylere, güçlü çenelere sahip ve şimdiden yaklaşık 36 kilo ağırlığında. Araştırmacılara göre yetişkinliğe ulaştıklarında 63 kiloya kadar çıkacaklar. Doğan üç yavruya Romulus, Remus ve Khaleesi adı verildi. Bu kurtlar, günümüzde yaşayan en yakın akrabaları olan gri kurtlardan çok daha büyük. Ancak bağımsız bilim insanları, bu gelişmenin ulu kurtların yakın zamanda Kuzey Amerika bozkırlarına döneceği anlamına gelmediğini söylüyor.

Bilim insanları, antik DNA örneklerini analiz ederek ulu kurtlara özgü bazı fiziksel özellikler tespit etti. Bu amaçla, Ohio'da bulunan 13.000 yıllık bir diş ve Idaho'da keşfedilen 72.000 yıllık bir kafatası parçası incelendi. Araştırmacılar, yaşayan bir gri kurttan alınan kan hücrelerini, CRISPR gen düzenleme teknolojisiyle 20 farklı genetik noktada değiştirdi. Bu genetik materyal, evcil bir köpeğin yumurta hücresine aktarıldı. Gelişen embriyolar yine evcil köpeklerden oluşan taşıyıcı annelere yerleştirildi. 62 gün sonra genetiği değiştirilmiş yavrular dünyaya geldi. Yavrular fiziksel olarak genç bir ulu kurda benzese bile Colossal'ın hayvan bakım uzmanı Matt James bu hayvanların vahşi davranışlarda bulunamayacağını iddia etti. Bunun nedeni, vahşi bir ulu kurttan bu davranışı gözlemleyerek öğrenme şanslarının olmaması. Colossal daha önce soyu tükenmiş yünlü mamutlar, dodo kuşları ve benzeri canlılara benzeyen türler üretmek için benzer projeler duyurmuştu. Aynı zamanda şirket, güneydoğu ABD' deki kritik derecede tehlike altındaki kırmızı kurt popülasyonundan alınan kan örnekleriyle dört kırmızı kurdun klonlandığını da açıkladı. Amaç, esaret altındaki az sayıdaki kırmızı kurt popülasyonuna genetik çeşitlilik kazandırmak ve türün yok olmasını önlemek. Her ne kadar yapılanları görmek yapılacaklar konusunda hayal kurmamızı sağlasa da gen çalışmasıyla nesli tükenmiş olan veya tükenmekte olan bir hayvanı geri getirmek kolay değil yani henüz tam anlamıyla mükemmel bir yöntem değil.



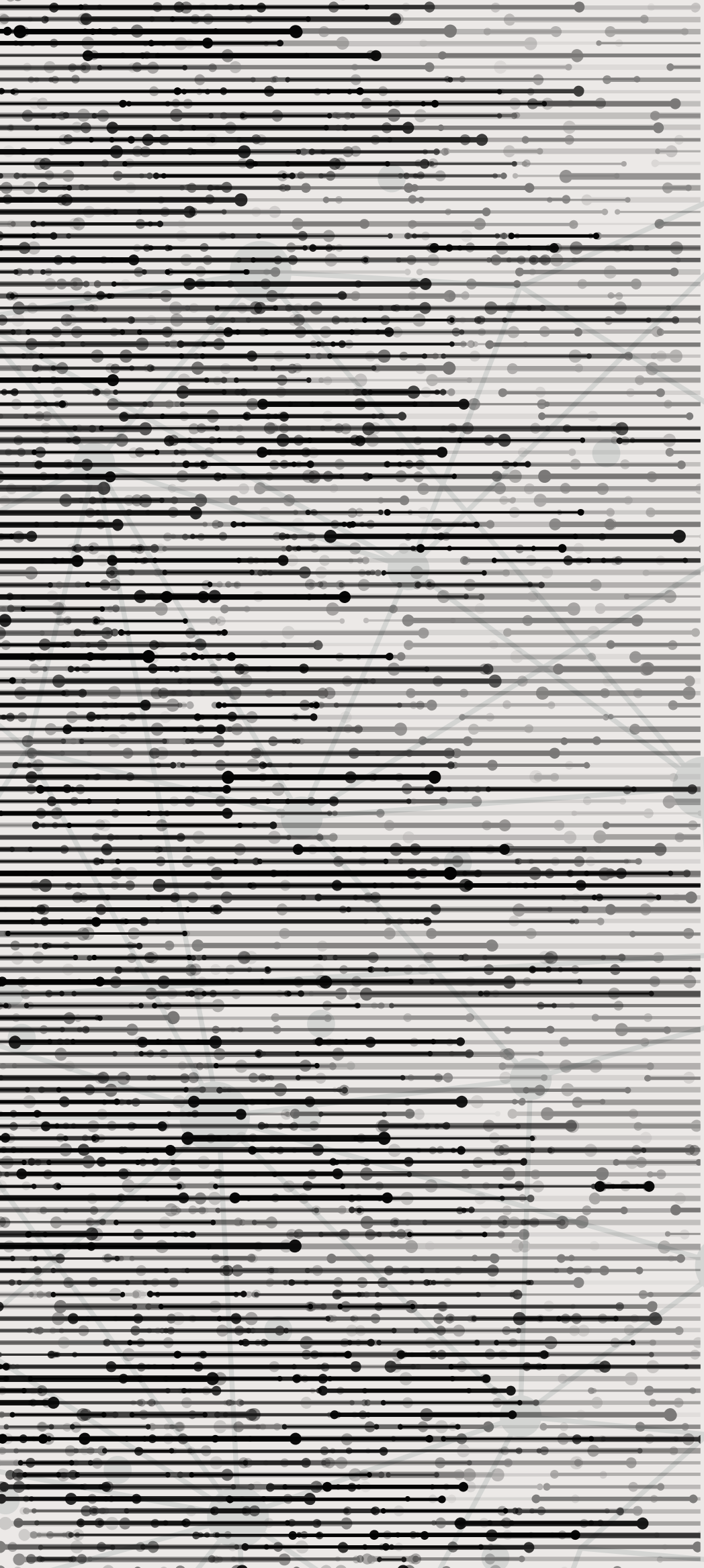
ENES FURKAN BOYACI

TED Edirne Koleji
11. Sınıf Öğrencisi

YAPAY SİNİR AĞLARI

Yapay sinir ağı, insan beyninin bilgiyi işleme şeklinden esinlenilerek geliştirilmiş dijital hesaplama modelleridir ve özellikle görüntü tanıma, sesli komut analizi, doğal dil işleme, öneri sistemleri, otonom araçlar ve tıbbi erken teşhis sistemleri gibi alanlarda çığır açıcı sonuçlar üretmektedir. Tıpkı biyolojik sinir sistemlerinde olduğu gibi, bu sistemlerde de temel yapı taşı nöronlardır; yapay nöronlar, beynimizdeki sinir hücrelerinin dijital bir karşılığı olarak birbirleriyle bağlantılı biçimde katmanlar hâlinde düzenlenmiştir. Katman, aynı anda çalışan birçok nöronun oluşturduğu yapıya verilen addır ve üçe ayrılır: verinin ağıla ilk kez sunulduğu giriş katmanı, bu verilerin işlendiği bir veya daha fazla gizli katman ve nihai çıktının üretildiği çıkış katmanı. Giriş katmanındaki her nöron, modele girdi olarak verilen bir veri parçasını temsil eder. Örneğin bir resimdeki bir piksel değeri ya da bir cümledeki bir harf.

Gizli katmanlardaki nöronlar ise giriş katmanından aldıkları verileri işler; her biri, kendisine bağlı önceki katmandaki nöronlardan gelen verileri belirli ağırlıklar ile çarpar, toplar ve bu toplamı bir aktivasyon fonksiyonu aracılığıyla dönüştürerek bir çıktı üretir. Bu çıktılar, bir sonraki katmanın nöronlarına gönderilir. Ağırlıklar, bağlantının gücünü yani bir bilginin karar üzerindeki etkisini belirleyen katsayılardır ve ağıl öğrenme süreci boyunca sürekli güncellenir. Aktivasyon fonksiyonu ise nöronun gelen sinyale nasıl tepki vereceğini belirleyen matematiksel bir dönüşümdür; doğrusal olmayan yapıları tanıyabilmek için ReLU, sigmoid veya tanh gibi fonksiyonlar kullanılır.

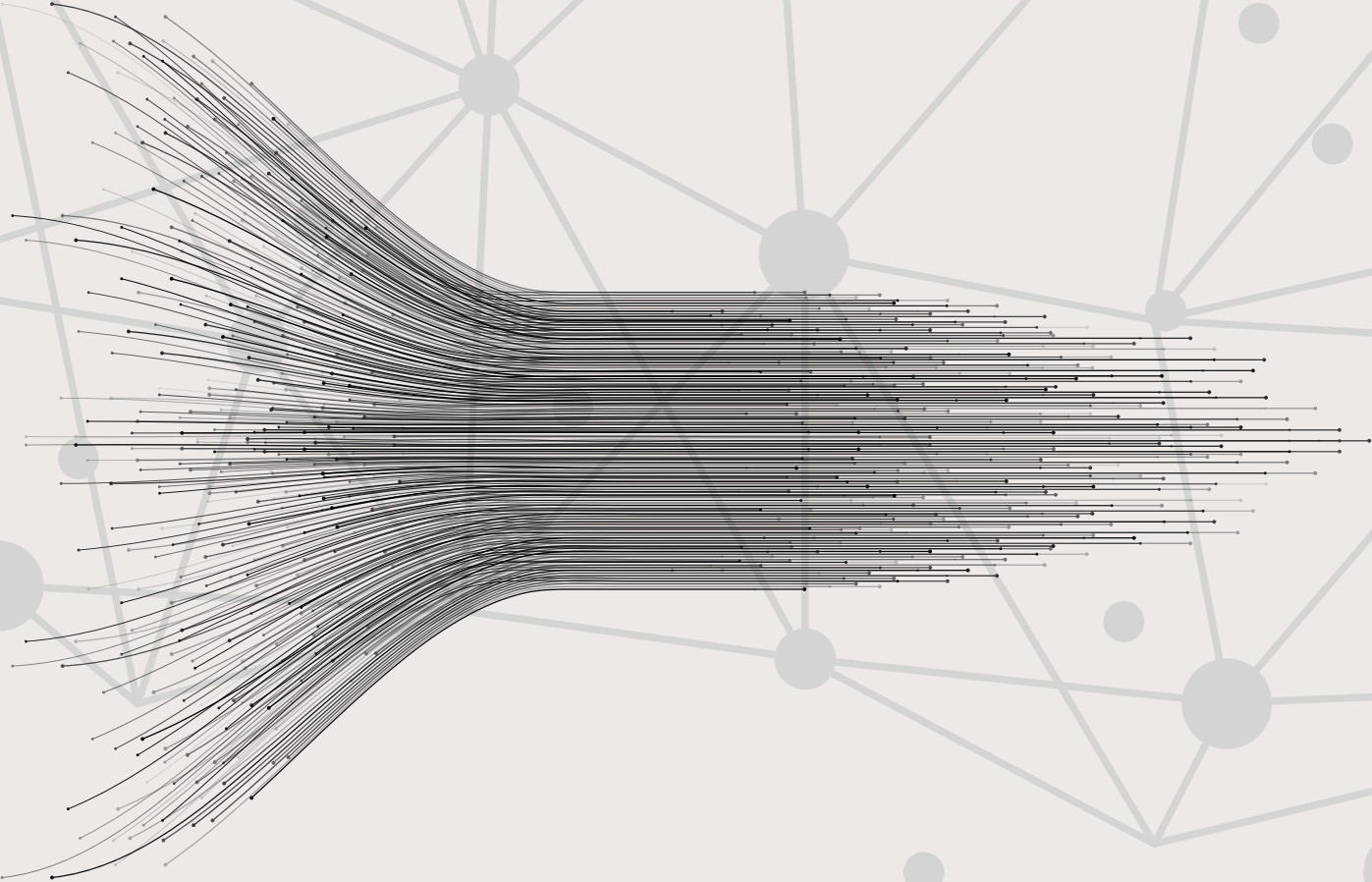


Katmanlar arasında yer alan bu tam bağlantılı yapı sayesinde, ağdaki her nöron bir önceki katmandaki tüm nöronlardan bilgi alabilir ve bu sayede veri içindeki karmaşık ilişkiler keşfedilebilir. Öğrenme sürecinde ağ, elde edilen çıktı ile beklenen çıktı arasındaki farkı değerlendirerek her bağlantının ağırlığını bu hataya göre günceller. Böylece sistem, her eğitim döngüsünde daha isabetli sonuçlar üretmeyi öğrenir. Bu yapı ve süreçler sayesinde yapay sinir ağları önceden belirlenmiş kurallarla sınırlı kalmadan veri içindeki örüntüleri ve bağıntıları kendi başına öğrenebilen sistemler hâline gelir.

“Teknolojinin kalbinde yer alıyor.”

Yapay sinir ağları modern teknolojinin kalbinde yer alıyor. Ancak onları sadece bir “mucize kutusu” gibi görmek, potansiyellerini olduğu kadar risklerini de gözden kaçırmamıza neden olabilir. Rast geleliğin etkisi, yorumlanabilirlik sorunu, etik riskler ve aşırı öğrenme gibi bilinmeyen yönler; bu sistemlerin daha dikkatli, şeffaf ve etik bir şekilde geliştirilmesini zorunlu kılıyor.

Yapay zekâda gerçek ilerleme, yalnızca daha derin ağlar kurarak değil; daha derin anlayışlar geliştirerek mümkün olacaktır.



“Derinlik, bilgiyle anlam kazanır.”

MERT ALTUNTAŞ

TED Edirne Koleji
11. Sınıf Öğrencisi

GEZELELM GÖRELELM



travel
THE
World



LONDRA

Londra, İngiltere'nin başkenti ve Birleşik Krallık'ın en büyük şehirlerinden biridir. Yüzyıllar boyunca hem Avrupa'nın hem de dünyanın en önemli şehirlerinden biri olmuştur. Bugün ise tarihî dokusu, kültürel çeşitliliği ve modern yaşam tarzıyla milyonlarca insanın ilgisini çekmeye devam ediyor.

Londra, binlerce yıllık bir geçmişe sahiptir. Şehir, Romalılar tarafından "Londinium" adıyla kurulmuştur. Orta Çağ'da önemli bir ticaret merkezi hâline gelmiş, İngiliz monarşisinin merkezi olmuş ve birçok tarihî olaya ev sahipliği yapmıştır. Westminster Abbey, Tower of London (Londra Kulesi) ve Buckingham Sarayı gibi yapılar, bu zengin tarihin canlı kanıtlarıdır.

Londra, dünyanın dört bir yanından gelen insanların yaşadığı kozmopolit bir şehirdir. Farklı dillerin konuşulduğu, çeşitli dinlerin yaşandığı bu şehir; kültürel çeşitliliğin bir yansımasıdır. Bu durum, Londra'da yemekten sanata kadar her alana yansımıştır. Sanatseverler için Londra bir cennettir. British Museum, National Gallery ve Tate Modern gibi dünyaca ünlü müzeler bu şehirde yer alır. Ayrıca West End bölgesi, tiyatro gösterileriyle ünlüdür. Müzikallerle ve sahne sanatlarıyla ilgilenenler için Londra unutulmaz bir deneyim sunar.

Modern yapıları ve kalabalık caddeleriyle bilinse de Londra aynı zamanda yeşil alanlarıyla da dikkat çeker. Hyde Park, Regent's Park ve St. James's Park, şehrin ortasında doğayla iç içe zaman geçirmek isteyenler için idealdir.

Londra'yı ziyaret edenlerin mutlaka görmesi gereken bazı yerler şunlardır:

- London Eye: Şehri kuş bakışı izleyebileceğiniz dev dönme dolap.
- Big Ben: Dünyanın en ünlü saat kulesi.
- Oxford Street: Alışveriş meraklılarının uğrak noktası.
- Thames Nehri: Şehrin kalbinden geçen bu nehir, birçok turistik tekne turuna da ev sahipliği yapar.





HOLLANDA

BİR MASAL ÜLKESİ

Geçtiğimiz yaz tatilinde ailemle birlikte Hollanda'yı ziyaret etme fırsatım oldu ve bu küçük ama etkileyici ülke beni gerçekten büyüledi. Avrupa'nın kuzeybatısında yer alan Hollanda, hem modern şehirleri hem de doğayla iç içe geçmiş düzenli yaşam tarzıyla dikkat çekiyor. İlk durağımız başkent Amsterdam'dı. Kanalları, tarihî köprüleri ve bisiklet yollarıyla adeta bir kartpostalı andıran bu şehirde, ulaşımın büyük kısmı bisikletle sağlanıyor. Hatta o kadar çok bisiklet vardı ki bazen yayalardan çok bisikletlilere dikkat etmek gerekti!

Amsterdam'da Van Gogh Müzesi ve Rijksmuseum gibi dünyaca ünlü sanat müzelerini gezmek inanılmaz bir deneyimdi. Ayrıca Anne Frank'ın evini görmek, tarihin acı yönünü de yakından hissetmemi sağladı. Hollanda'nın bir başka güzel yönü ise peynirleri ve rengârenk çiçekleri. Özellikle ünlü lale bahçeleriyle tanınan Keukenhof, tam bir görsel şölen sunuyor. Her yer mis gibi çiçek kokuyordu. Rotterdam ise modern mimarisi ve sıra dışı yapılarıyla Amsterdam'dan oldukça farklıydı ama bir o kadar etkileyiciydi. Hollanda'da insanlar çok yardımsever ve çevreye duyarlıydı. Sokaklar tertemizdi, geri dönüşüm sistemleri düzenli çalışıyordu ve herkes kurallara uymaya özen gösteriyordu. Bu da bana, gelişmiş bir ülkenin sadece teknolojiyle değil, insan bilinciyle de mümkün olduğunu gösterdi. Sonuç olarak Hollanda bana kültürel açıdan çok şey kattı. Tarih, sanat, doğa ve modern yaşamı bir arada görmek isteyenler için kesinlikle görülmesi gereken bir ülke. Eğer bir gün Avrupa'ya gitmeyi düşünüyorsanız Hollanda'yı listenizin en üstüne yazın derim!



GÜMÜLCİNE: TARİH VE KÜLTÜRLE İÇ İÇE SESSİZ BİR ŞEHİR

Yaz tatilinde farklı bir yer görmek istiyorsanız Gümülcine - Yunanistan'daki adıyla Komotini- tam size göre bir şehir. Yunanistan'ın kuzeydoğusunda, Türkiye sınırına oldukça yakın olan bu küçük şehir, hem doğal güzellikleri hem de zengin tarihiyle dikkat çekiyor. Gümülcine'ye ilk gittiğinizde sizi dar sokaklar, tarihi yapılar ve güler yüzlü insanlar karşılıyor. Şehir çok kalabalık değil ama bu onu daha da sevimli yapıyor. Sanki zaman biraz daha yavaş akıyor burada. İnsanlar huzurla yaşıyor.

Şehrin merkezinde bulunan Yeni Cami, Osmanlı Dönemi'nden kalma. Yanında saat kulesi var ve çevresi küçük dükkânlarla dolu. Burada dolaşmak çok keyifli. Özellikle eski çarşıda yürürken geçmiş hissedebiliyorsunuz. Gümülcine'de hem Türkler hem de Yunanlar birlikte yaşıyor. Sokaklarda hem Türkçe hem Yunanca konuşmalar duymak mümkün. Bu durum şehre farklı bir hava katıyor. Türk kahveleri, camiler, geleneksel kıyafetli insanları size Türkiye'deymişsiniz hissi verebilir.

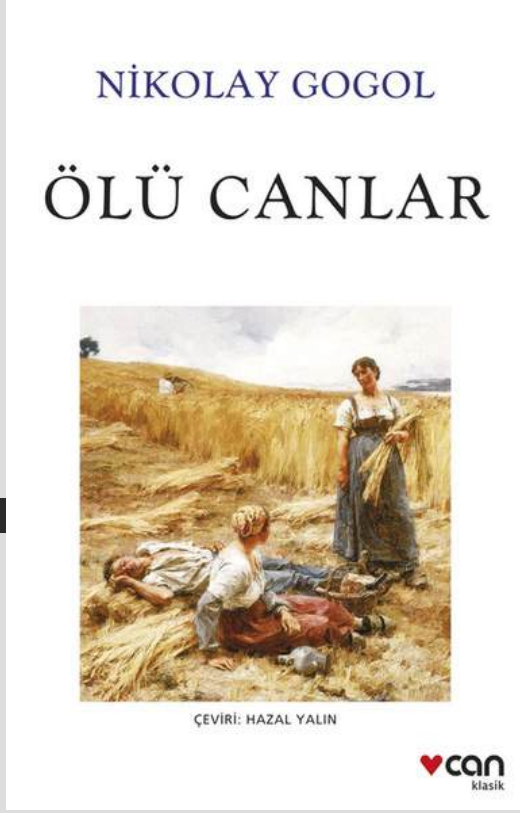
Gümülcine küçük bir şehir ama yapılacak şeyler az değil. Kahvehanelerde oturup sohbet edebilir, pazardan yerel ürünler alabilir ya da yakınlardaki doğa yürüyüşü alanlarını keşfedebilirsiniz. Eğer yazın giderseniz arabayla 20-30 dakikalık mesafedeki sahillere gidip denize girmek de mümkün.

Burada Türk ve Yunan mutfakları birleşmiş gibi. Börek, köfte, zeytinyağlılar, cacık ve baklava gibi yemekleri mutlaka denemelisiniz. Ayrıca Yunanların ünlü kahvesi ve mezeleri de çok lezzetli. Gümülcine, tarihi dokusu ve sıcak insanlarıyla görülmeye değer bir yer. Kalabalık şehirlerden sıkıldıysanız biraz dinlenmek ve farklı kültürleri tanımak istiyorsanız burası güzel bir tercih olabilir.



KITAP RAFLARINDAN





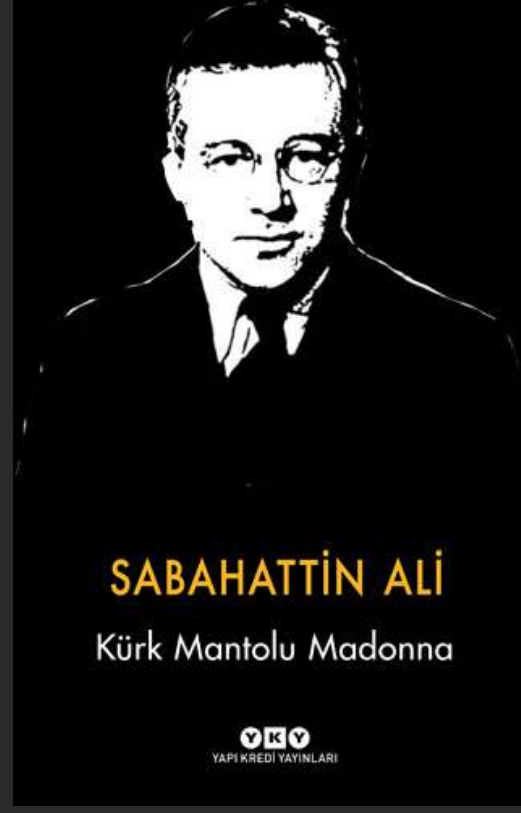
ÖLÜ CANLAR

NICOLAY GOGOL

Nikolay Gogol'un yazdığı Ölü Canlar adlı roman, klasik Rus edebiyatının en önemli eserlerinden biridir. Hem eğlenceli hem düşündürücü bir roman.

Romanın ana karakteri Çiçikov, Rusya'yı kasaba kasaba dolaşarak "ölü canlar" yani ölmüş ama resmî kayıtlarda hâlâ yaşayan köylüleri satın almaya çalışır. İlk bakışta bu ilginç ve garip bir konu gibi görünse de Gogol bu hikâye aracılığıyla Rus toplumunun bozulmuş yapısını, insanların açgözlülüğünü ve sahtekârlığını eleştirir. Eserde yer alan karakterler abartılı özellikleriyle dikkat çeker. Bu durum hem okuyucuyu güldürür hem de düşündürür. Yazarın mizahi dili, romanı sıkıcı olmaktan çıkarır ve sürükleyici hâle getirir.

Hazırlayan: Emin Varel



KÜRK MANTOLU MADONNA

SABAHATTİN ALİ

Size edebiyatımızın en etkileyici romanlarından biri olan Kürk Mantolu Madonna'yı tavsiye etmek istiyorum. Bu kitap, hem sade dili hem de derin duygusal anlatımıyla lise düzeyindeki herkesin kolaylıkla okuyabileceği ama bir o kadar da düşündürebilecek bir eserdir. Romanın başkahramanı Raif Efendi, dışarıdan sıradan bir memur gibi görünse de içinde büyük bir aşkı ve kırgınlığı taşıyan bir insandır. Gençliğinde Almanya'da tanıştığı Maria Puder adında bir kadına duyduğu saf ve derin aşk, onun hayatını tamamen değiştirmiştir. Raif Efendi'nin bu gizli kalmış geçmişi, kitabın sonunda büyük bir etkiyle ortaya çıkar. Eğer duygusal derinliği olan sade ve etkileyici bir roman okumak istiyorsanız Kürk Mantolu Madonna sizin için harika bir seçim olacaktır. Hem edebi yönüyle hem de anlattığı evrensel duygularla sizi içine çekecek bir roman.

Hazırlayan: Recep Yağız Güldüren



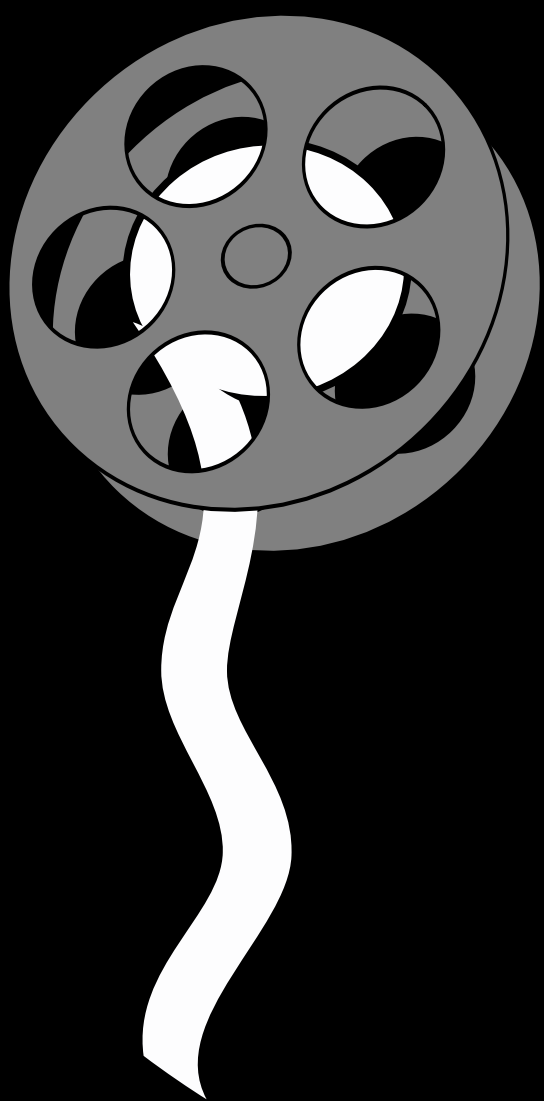
ÇALIKUŞU

REŞAT NURİ GÜNTEKİN

Sizlere Türk edebiyatının en sevilen romanlarından biri olan Çalığıuşu'nu tavsiye etmek istiyorum. Bu roman, Feride adında idealist ve güçlü bir genç öğretmenin hayatını konu alıyor. Feride'nin hayat dolu kişiliği, yaşadığı zorluklar karşısındaki direnci ve Anadolu'nun farklı yerlerinde öğretmenlik yaparken karşılaştığı olaylar, kitabı hem sürükleyici hem de ilham verici hâle getiriyor. Çalığıuşu, özellikle genç yaşta hayalleri olan, mücadele etmeyi seven herkesin kendinden bir şeyler bulabileceği bir roman. Feride'nin cesareti ve kararlılığı, okuyucuya umut veriyor ve idealizm duygusunu pekiştiriyor. Hem duygusal hem öğretici bir hikâye okumak istiyorsanız Çalığıuşu tam size göre!

Hazırlayan: Aslı Eda Şan

**D
i
z
i
T
A
V
S
i
Y
E
S
i
F
i
L
M**



IRON MAN



Iron Man, Marvel Evreni'nin en ikonik süper kahramanlarından biri olarak yalnızca yüksek teknolojili zırhlarıyla değil, aynı zamanda insani yönüyle de dikkat çeker. Gerçek adı Tony Stark olan bu karakter, dâhi bir mühendis, milyarder ve sivri dilli bir iş insanıdır. Afganistan'da kaçırılması sonucu hayatta kalmak için ilk zırhını yaparak Iron Man kimliğine bürünen Stark, teknolojiyi iyilik için kullanma yolunda büyük bir dönüşüm yaşar. Zekâsıyla geliştirdiği birbirinden güçlü zırhlar, yapay zekâ asistanlarıyla birleşerek bilim kurgunun sınırlarını zorlar. Ancak Iron Man'i özel kılan sadece teknolojisi değil; hataları, içsel çatışmaları ve zamanla gelişen sorumluluk duygusudur. Tony Stark, özellikle “Avengers: Endgame” filmindeki fedakârlığıyla kahramanlığın yalnızca güçle değil, yürekle de ilgili olduğunu kanıtlamıştır. 2008'de Robert Downey Jr. tarafından canlandırılmasıyla kültürel bir fenomene dönüşen Iron Man, süper güçleri olmadan da dünyayı değiştirebileceğimizi hatırlatır ve o unutulmaz sözle hafızalara kazınır: “I am Iron Man.”

YAĞIZ DONDURMACI

TED Edirne Koleji
11. Sınıf Öğrencisi

ATYPICAL



Günümüzde diziler insanları sadece eğlendirmiyor, aynı zamanda hayatı anlamamıza yardımcı olan araçlar hâline geldi. Bu anlamda Atypical, mutlaka izlenmesi gereken yapımlardan biri. Dizi, 18 yaşındaki otizmlili bir genç olan Sam Gardner'ın hayatını konu alıyor. Sam, bir yandan aşkı anlamaya çalışırken diğer yandan kendi ayakları üzerinde durmayı öğreniyor. Bu yolculukta ailesi, arkadaşları ve öğretmenleriyle olan ilişkileri de dikkat çekici bir şekilde işleniyor.

Atypical sadece bir otizm hikâyesi değil; aynı zamanda farklı olmanın kötü bir şey olmadığını, herkesin kendi hayat mücadelesini verdiğini çok sade ve etkileyici bir şekilde anlatıyor. Sam'in yaşadığı zorluklar bizlere empati kurmayı, sabırlı olmayı ve önyargılardan uzak durmayı öğretiyor. Dizide aile ilişkileri, kardeşlik bağları ve arkadaşlık gibi temalar da oldukça güçlü bir şekilde yer alıyor.

Dizi, hem eğlenceli sahneleriyle güldürüyor hem de duygusal anlarıyla düşündürüyor. Lise çağındaki izleyiciler için oldukça uygun olan Atypical, özellikle farklı bakış açılarına açık olmanın ve insanları oldukları gibi kabul etmenin önemini vurgulamasıyla öne çıkıyor.

Hem anlamlı hem de sürükleyici bir dizi arıyorsanız Atypical sizin için harika bir tercih olabilir. İzledikten sonra sadece Sam'i değil, belki de kendinizi de daha iyi tanıyacaksınız.

İLKİM NAZ HOŞGÖR

TED Edirne Koleji
11. Sınıf Öğrencisi

BİR CUMHURİYET ŞARKISI



“Bir Cumhuriyet Şarkısı” filmi, Türkiye Cumhuriyeti’nin kuruluş dönemini ve gençlerin bu yeni döneme olan inancını müzik ve dostluk ekseninde anlatan etkileyici bir yapım. Film, sadece tarihsel bir dönem tasviri yapmakla kalmıyor; aynı zamanda o yılların ruhunu, umutlarını ve ideallerini izleyiciye samimi bir dille aktarıyor.

Filmde, gençlerin Cumhuriyet’in ilk operasını sergilemek için verilen mücadele ve dayanışma mesajı, seyirciye hem duygusal hem de ilham verici bir deneyim sunuyor. Oyunculuklar ve dönemin atmosferi, filmin gerçekçiliğini artırırken, müzikler de hikâyeyi güçlendiren önemli bir unsur olarak öne çıkıyor. Cumhuriyet tarihini anlatan ve bu dönemin değerleri üzerinde duran film, insanlara millî bilinç aşılamanın yanında, birlik ve beraberlik mesajlarını da veriyor.

Tarih ve müzik temalı, anlamlı ve sürükleyici bir film arıyorsanız “Bir Cumhuriyet Şarkısı” kesinlikle listenizde olmalı.

**TÜRK DİLİ VE EDEBİYATI ÖĞRETMENİ
BANU BALCI**



Müzik

CHOPIN

Müzik tarihine adını altın harflerle yazdıran bestecilerden biri olan Frédéric Chopin, piyano denince akla gelen ilk isimlerden biridir. 1810 yılında Polonya’da doğan Chopin, kısa ömrüne rağmen klasik müziğin en duygusal ve etkileyici eserlerini kazandırmıştır.

Chopin, müziğe çok küçük yaşlarda başladı ve henüz 7 yaşındayken ilk eserlerini bestelemeye başladı. Genç yaşta büyük bir yetenek olarak tanındı ve müziğe olan tutkusu onu Avrupa'nın kültür başkentlerinden biri olan Paris’e taşıdı. Hayatının büyük kısmını burada geçiren Chopin, hem besteleriyle hem de piyanodaki olağanüstü yeteneğiyle insanları kendine hayran bıraktı.

Onu diğer bestecilerden ayıran en önemli özellik, eserlerinin büyük çoğunluğunu yalnızca piyano için yazmış olmasıdır. Bestelerinde duygu yoğunluğu ön plandadır; hüznü, özlemi, aşkı ve bazen de vatan sevgisini notalara ustalıkla aktarır. Özellikle nocturne, etüd, prelüd, mazurka ve polonez gibi türlerdeki eserleriyle tanınır.

En bilinen eserlerinden biri olan “Nocturne Op. 9 No. 2”, dinleyeni adeta başka bir dünyaya götüren yumuşak melodisiyle klasik müzik dünyasında bir başyapıttır.

Polonya’ya duyduğu derin özlem ise “Polonaise Op. 53 (Heroic)” gibi güçlü ve coşkulu eserlerinde açıkça hissedilir.

Chopin, 39 yaşında hayata veda etti. Ancak kısa yaşamına rağmen eserleriyle milyonlarca insanın kalbine dokunmayı başardı. Bugün hâlâ konser salonlarında, film müziklerinde ve müzik eğitimlerinde onun eserlerine sıkça rastlarız.

Frédéric Chopin, sadece bir piyanist ya da besteci değil, duyguları notalara dökabilen nadir bir sanatçıdır. Onu dinlemek, geçmişin zarafetini ve insan ruhunun derinliklerini keşfetmek gibidir.



PORTRELER



Değerli Okurlarımız,

Sanat, insanın duygu ve düşüncelerini ifade etme biçimidir; tıpkı şiir gibi. Şiir, kelimelerle; resim, çizgilerle duyguları anlatır. 11. sınıf öğrencim sevgili Başak Dila Kemerci ile Cumhuriyet Dönemi Türk edebiyatının önemli şairlerinin dizelerini ve portrelerini kara kalem tekniğiyle resmederek hem sanat hem edebiyat alanında farkındalık yaratmak istedik. Şiirin duygusunu ve derinliğini görsel sanatla birleştirerek izleyiciye çok boyutlu bir deneyim sunmayı hedeflediğimiz bu çalışmada, kara kalemin sade ama güçlü anlatımıyla şairlerin iç dünyasını ve eserlerinden yansıyan duyguları yansıtmayı tercih ettik. Bunun yanı sıra edebiyat, sanat ve teknolojiyi de birleştirdik. Portrelerin altına eklediğimiz karekodlar sayesinde şairlerimizin şiirlerini tek tuşla ulaşılabilir hâle getirdik.

Sevgili Öğrencim Başak Dila Kemerci,

Şairlerimizin ruhunu resmeden kalemin, edebiyat dünyamızda iz bırakan bir yolculuğun kapılarını araladı. Sadece portrelerini değil, aynı zamanda duyguyla yoğrulmuş dizelerini de tuvale taşıyarak bizlere hem sanatı hem de edebiyatı bir arada yaşattın.

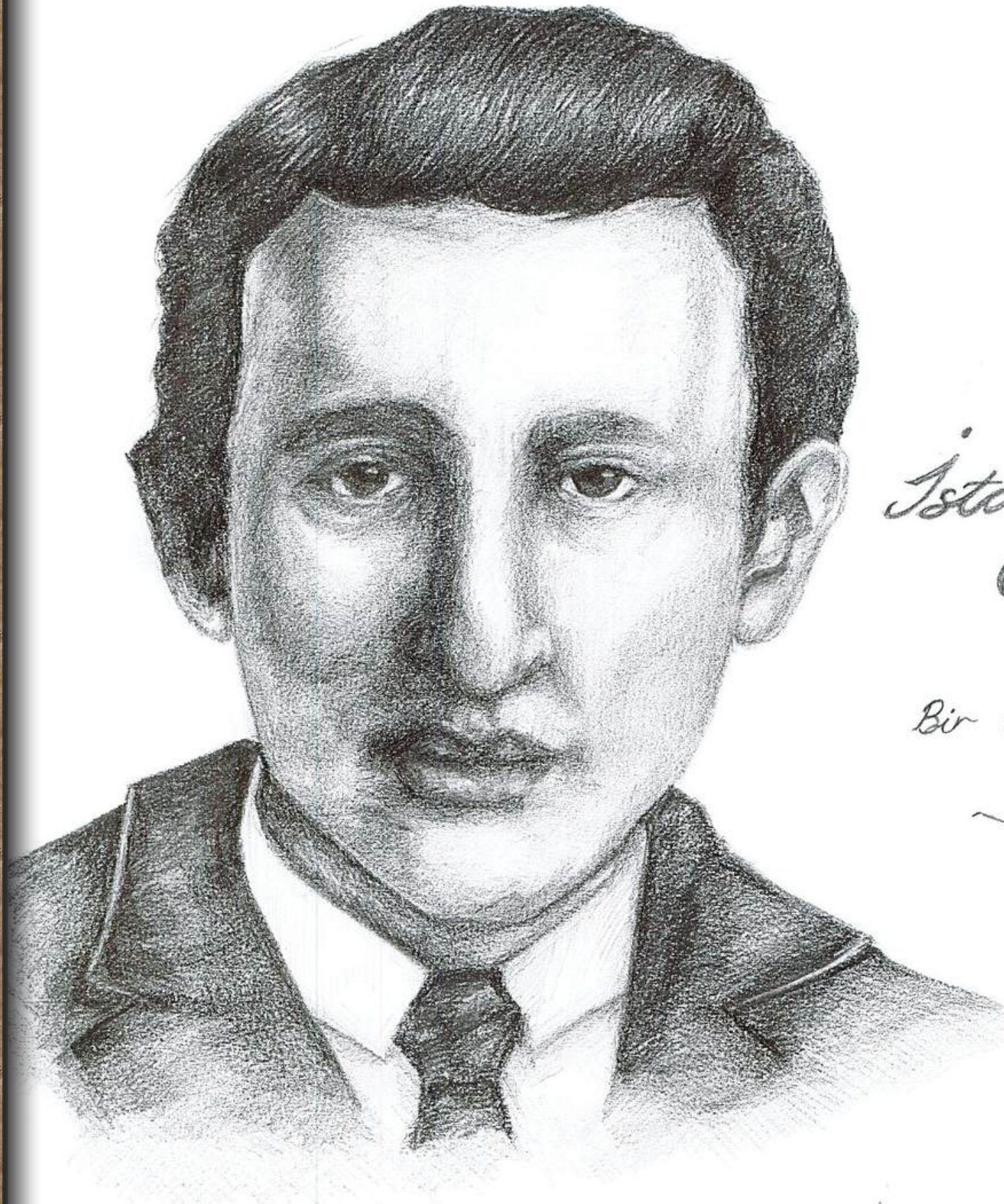
Sanatınla edebiyata sunduğun bu özgün katkı için sana en içten teşekkürlerimizi sunar, başarılarının daim olmasını dileriz. Yolun her daim ilhamla aydınlansın...

**TÜRK DİLİ VE EDEBİYATI ÖĞRETMENİ
BANU BALCI**

Ben aşk nedir bilmem
Eski kafalıyım.
Bir seri bilirim
Bir de adın geçince sıkışan kalbimi ...

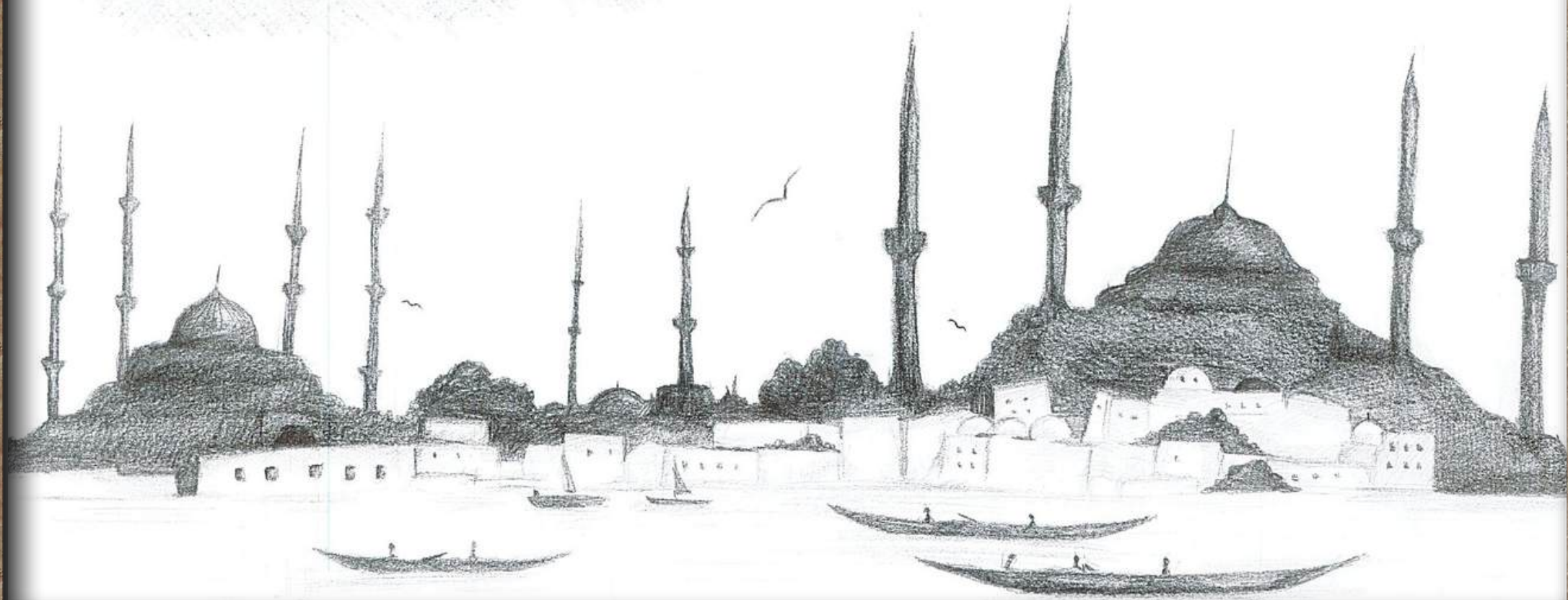


ATILLA İLHAN

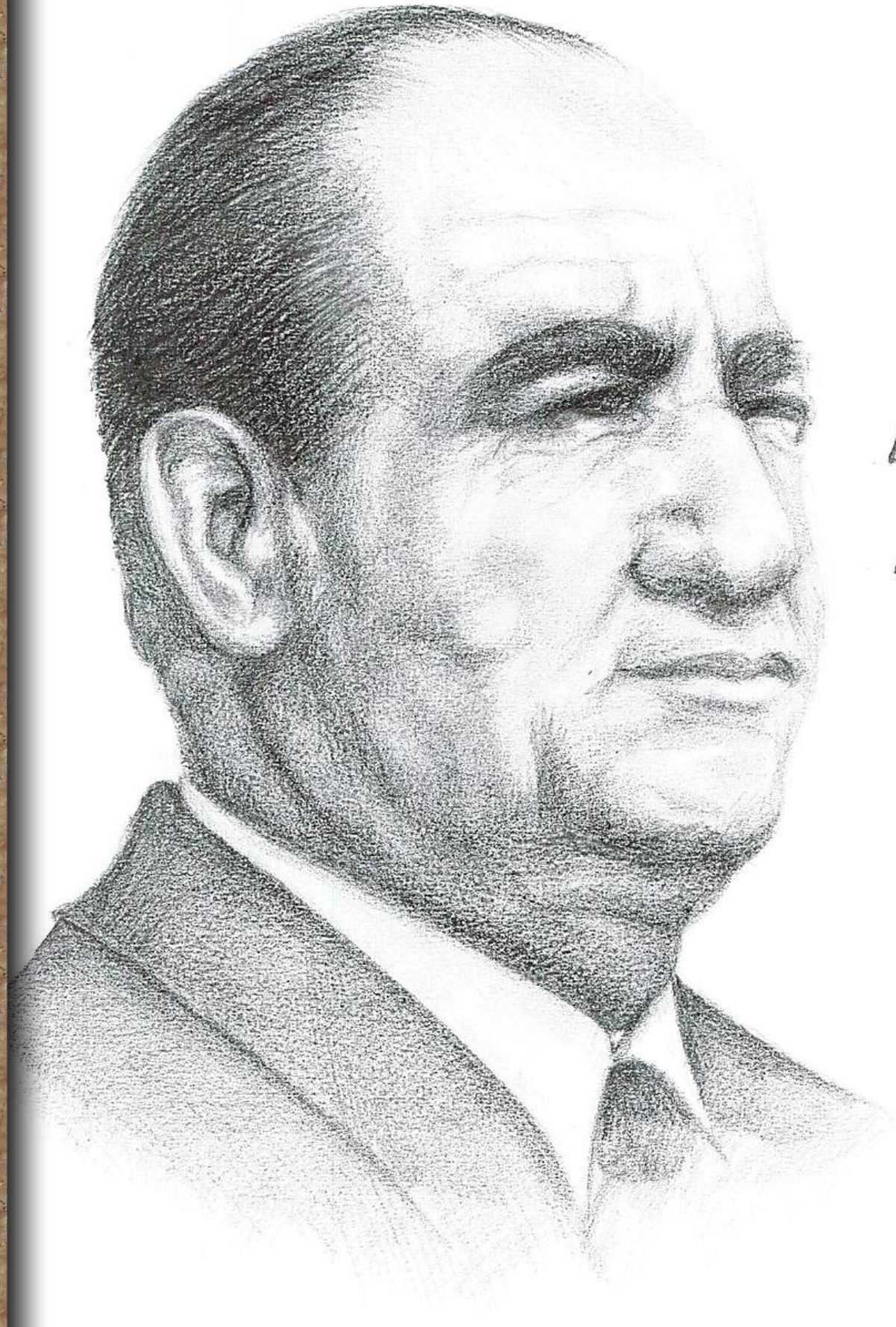


*İstanbul'u dinliyorum
Gözlerim kapalı.*

Bir Garip Şair Orhan Veli



ORHAN VELİ KANIK

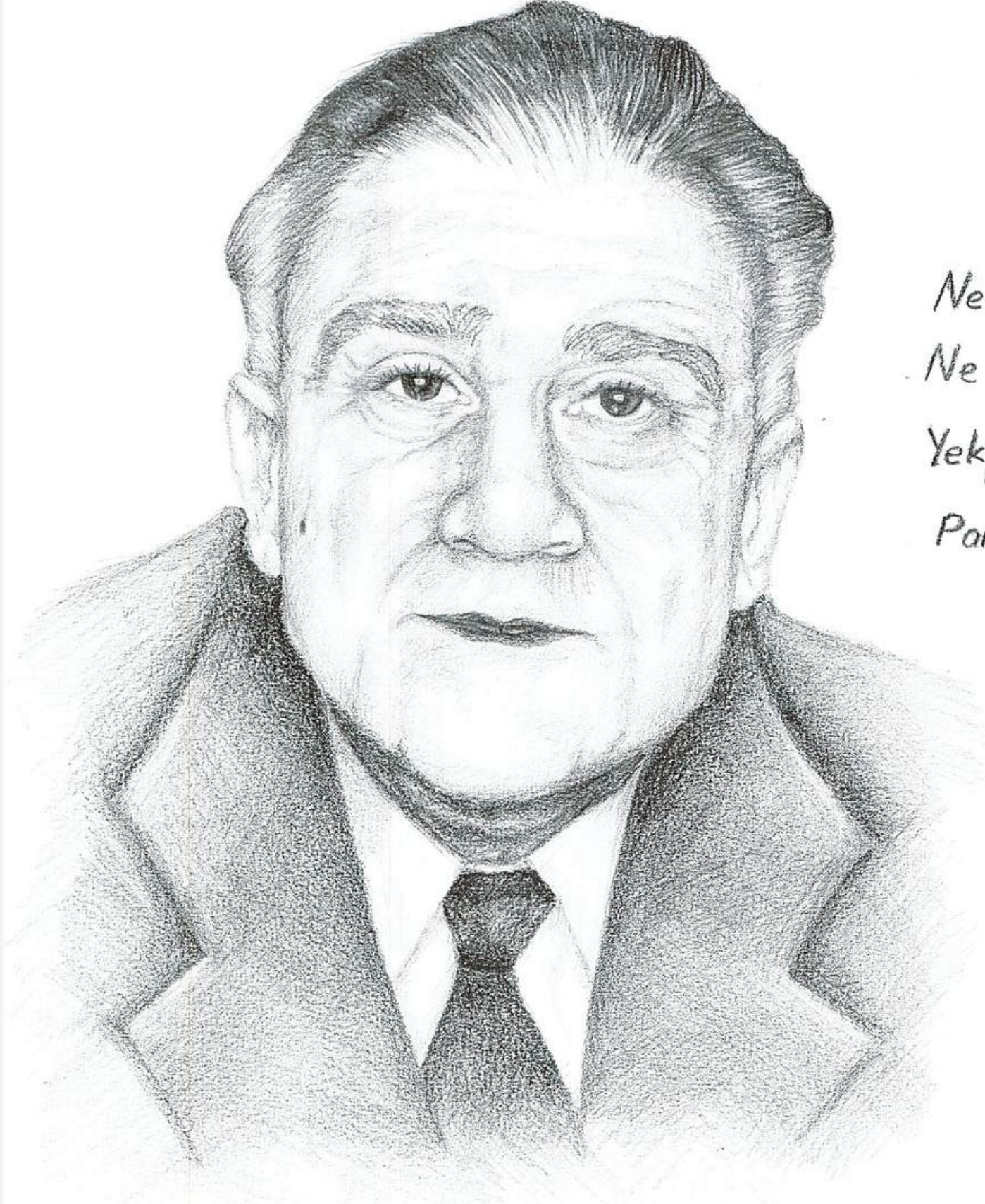


*Ey garip çizgilerle dolu han duvarları,
Ey hanların gönlümü sızlatan duvarları...*

Faruk Nafiz Çamlıbel



FARUK NAFİZ ÇAMLİBEL



Ne içindeyim zamanın,
Ne de büsbütün dışında;
Yekpare, geniş bir anın
Parçalanmaz akışında.

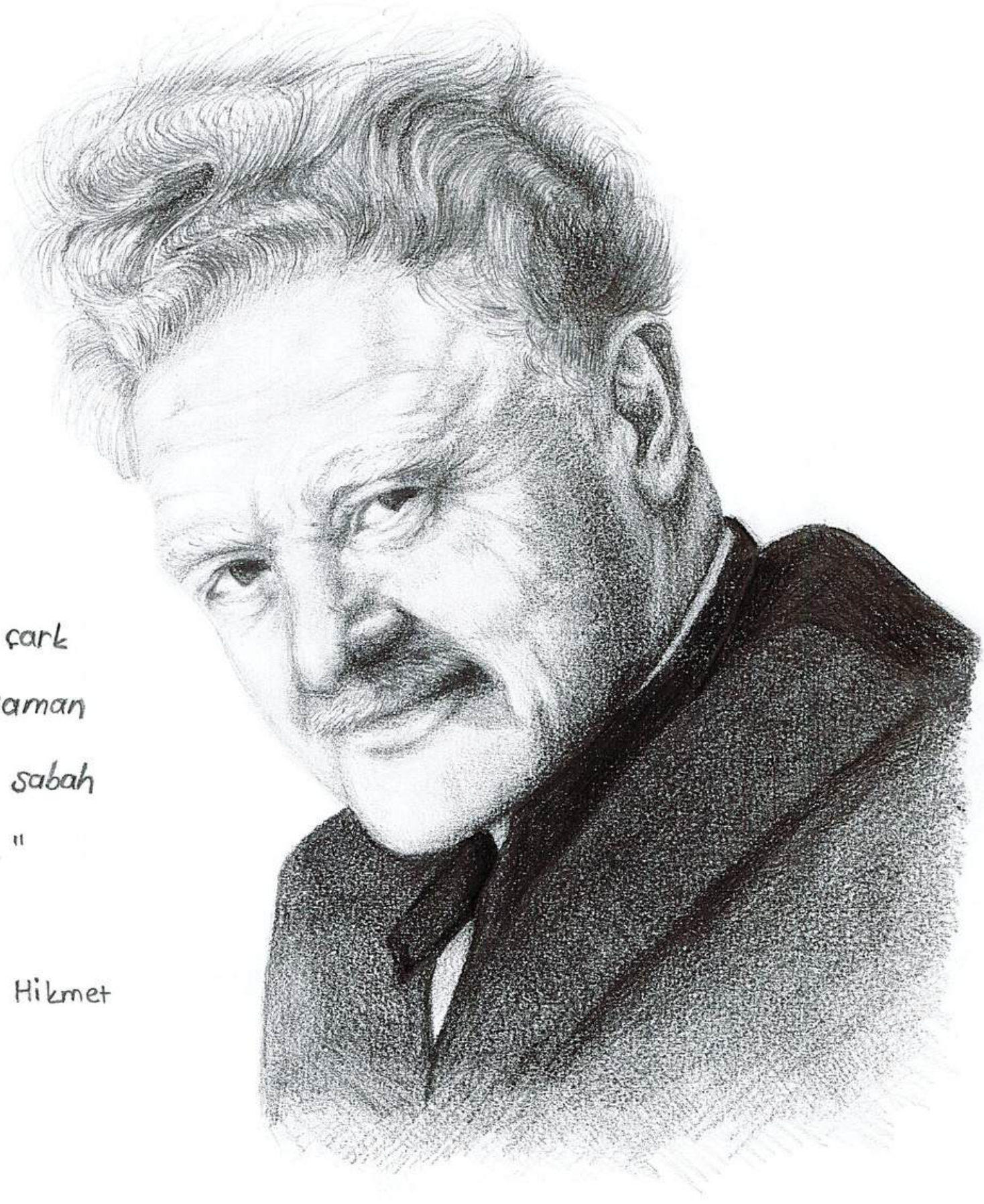
Ahmet Hamdi Tanpınar



AHMET HAMDİ TANPINAR

Dönüp duran bir çark
Akıp giden bir zaman
Yine, yeniden bir sabah
"Günaydın yaşamak."

Nazım Hikmet



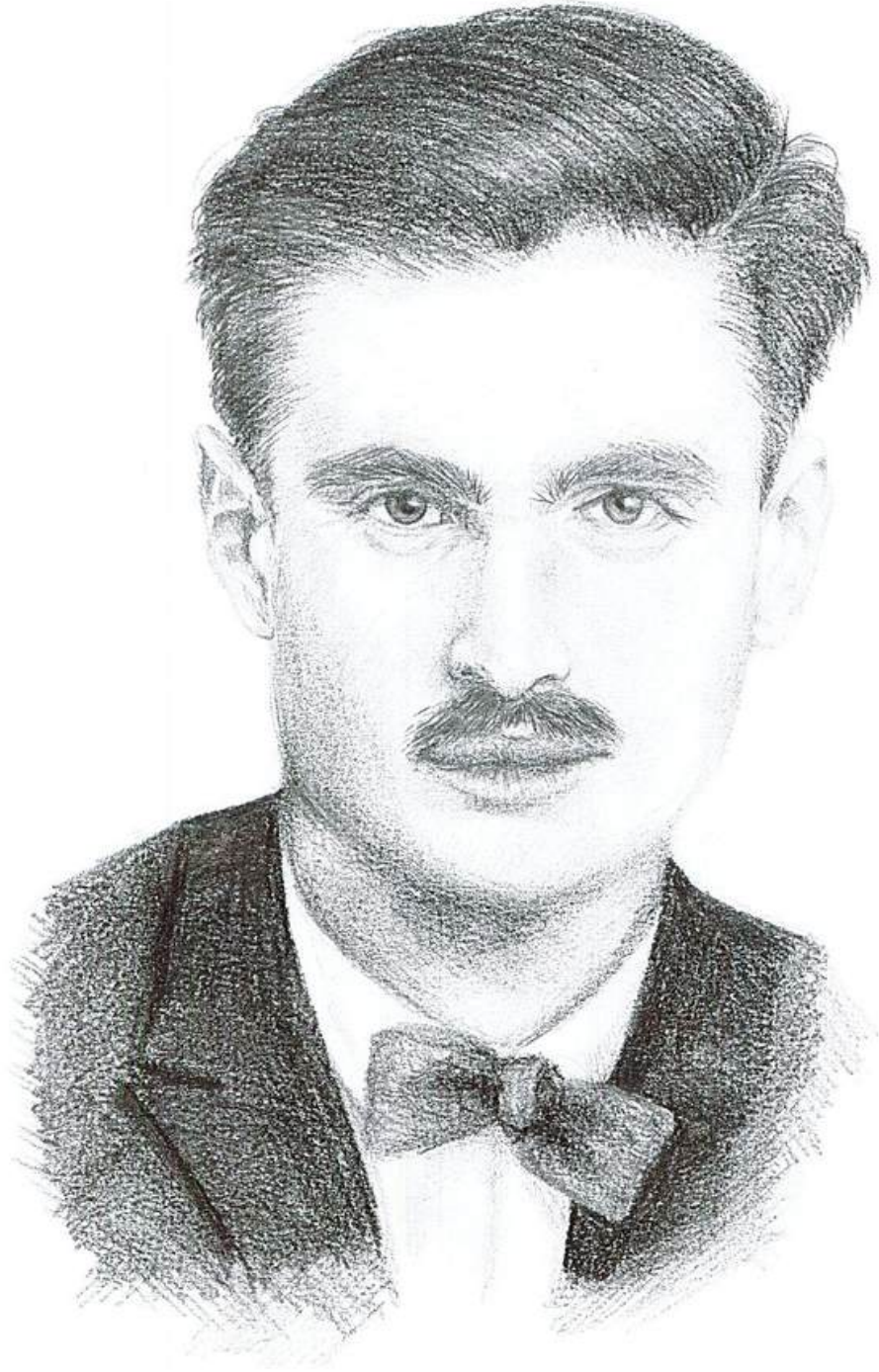
NAZIM HİKMET

Sana dün bir tepeden baktım aziz İstanbul!
Görmediğim gezmediğim, sevmeyiğim hiçbir yer.
Ömrüm oldukça gönül tahtına keyfince kurul!
Sade bir semti sevmek bile ömre değer.

Yahya Kemal Beyatlı



YAHYA KEMAL BEYATLI

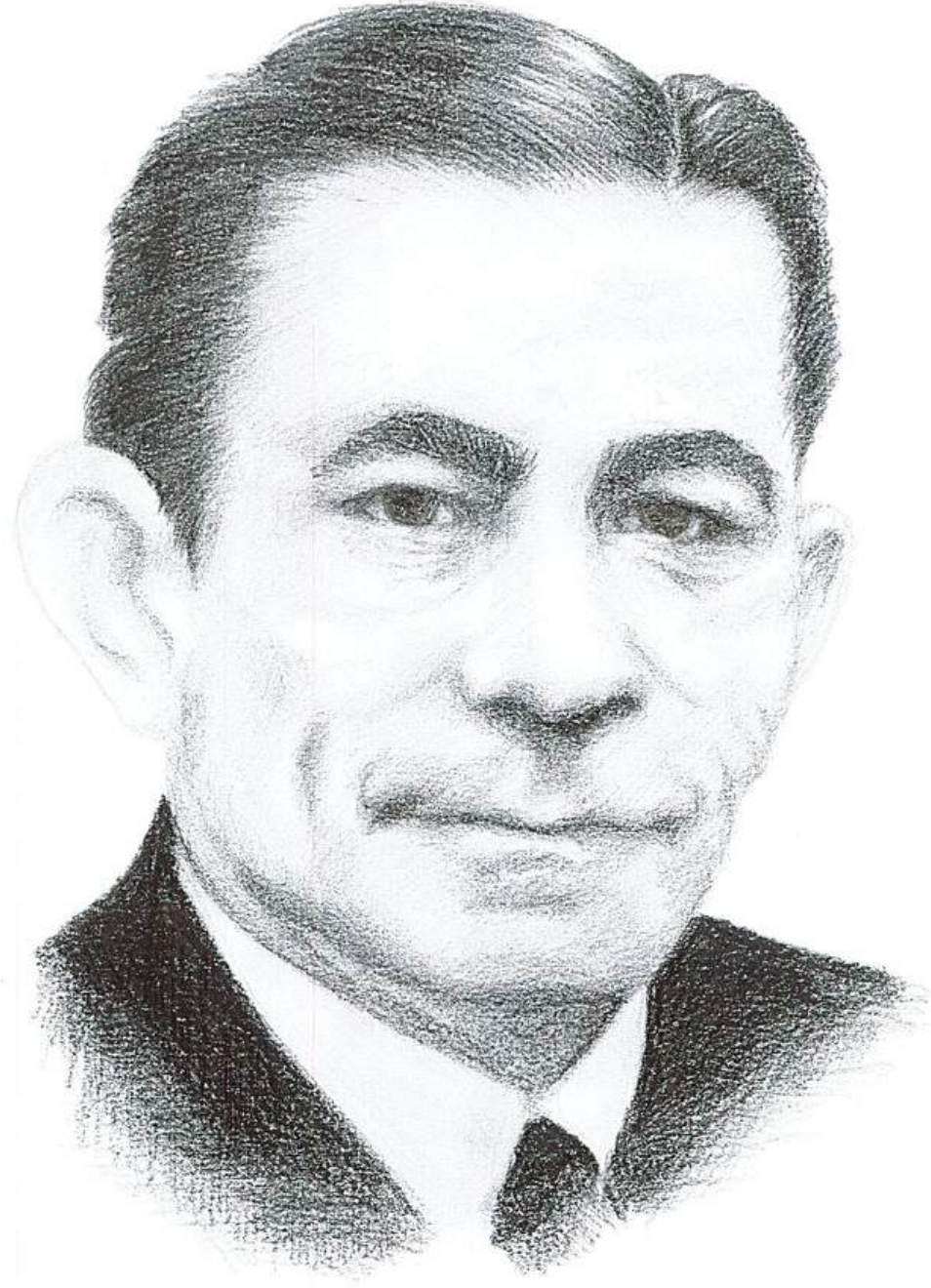


Simdi bombaş sebilden selviler bir şey sorar,
Hatırlatır uzayan dem gelişleri rüzgâr
Mermer basamaklarda uçuşan beyaz tüyler.

Ziya Osman Saba



ZİYA OSMAN SABA



Yaş otuz beş ! Yolun yarısı eder.
Dante gibi ortasındayız ömrün.
Delikanlı qağırmızdaki cevher,
Yalvarmak yakarmak nafîle bugün,
Gözünün yaşına bakmadan gider.

Cahit Sıtkı Tarancı



CAHİT SITKI TARANCI

SAGLIK, SPOR VE BESLENME



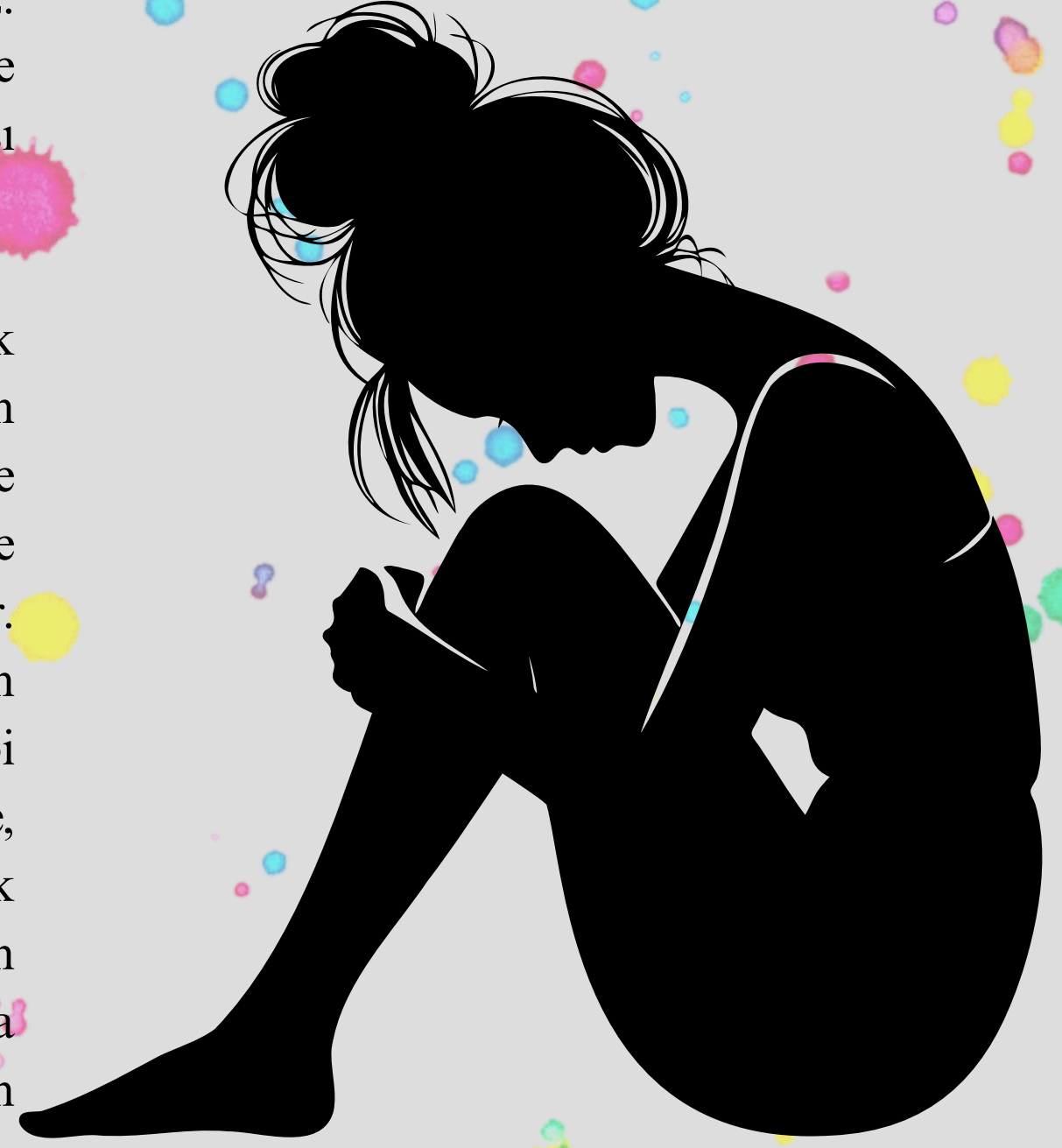
Healthy
Life

BORDERLINE KİŞİLİK BOZUKLUĞU

Borderline kişilik bozukluğu; kişinin düşünce ve algılama biçiminde, insanlara karşı olan duygularında ve ikili ilişkilerinde problemlere yol açan bir psikiyatrik rahatsızlıktır. Rahatsızlığı tanımlayan “borderline” kelimesi “sınırdan, belirsiz” anlamını taşır. Bunun nedeni borderline kişilik bozukluğunun ilk tanımlandığı dönemde, nevroz ve psikoz olarak adlandırılan iki psikiyatrik durum arasında sınır olarak kabul edilmesidir. Borderline kişilik bozukluğu genellikle ergenlik ve genç erişkinlik döneminde ortaya çıkar. Bu kişilerde ani ruh hâli değişiklikleri görülebilir. Bu bozukluğa sahip kişiler sık sık hayattaki rollerini, gerçekte kim olduklarını ve ne amaçla yaşadıklarını sorgulayan düşüncelere kapılır. Bu düşüncelerdeki hızlı değişim; kişinin değer yargılarının, ilgi alanlarının da değişmesine yol açar. Bu kişilere göre bir olay ya çok iyidir ya da çok kötüdür, ortalama olmaz. Borderline bozukluğu olan kişilerin insanlar hakkındaki fikirleri de sebepsiz yere çabucak değişebilir. Bir gün çok samimi bir arkadaş olarak gördüğü birine, ertesi gün bir düşmanmış gibi davranabilir.

Borderline kişilik bozukluğuna neden olan durumlar tam olarak aydınlatılamamış olsa da bazı faktörlerin varlığı, bu rahatsızlığın gelişimine neden olur. Örneğin genetik temellerin hastalık gelişiminde rol oynadığı düşünülür. Çünkü birinci derece yakınlarında borderline kişilik bozukluğu olan kişilerin, bu hastalığa sahip olma riski artmıştır. Borderline tanısı; doktorla yapılacak görüşme, hastadan bazı testlerin doldurulmasının istendiği psikolojik değerlendirme, hastanın tıbbi geçmişi (sahip olduğu hastalıklar, kullandığı ilaçlar vb.) ve muayene, belirti ve bulguların incelenmesi yardımıyla konulur. Borderline kişilik bozukluğu tanısı genellikle yetişkinler içindir. Tedavide kullanılan temel yöntem psikoterapidir. Gerekli görüldüğü durumlarda psikoterapiye ilaç tedavisi eklenebilir. Doktor, hastanın güvenliğinden endişe duyuyorsa hasta için hastane yatışı talep edebilir.

Psikoterapi ya da diğer adıyla konuşma terapisi, borderline kişilik bozukluğundaki temel tedavi yaklaşımıdır. Psikoterapi yönteminde hasta, terapist ile birlikte çalışır. Bu tedavi ile hastanın yaşamını normal bir şekilde devam ettirebilecek işlevselliği geri kazanması, hastada rahatsızlık hissi oluşturan duygu ve düşüncelerin yönetilebilmesi, dürtüselliğinin azaltılması, empati yeteneğinin geliştirilerek ikili ilişkilerin daha sağlıklı hâle getirmesi, hastalık hakkında bilgi sahibi olması amaçlanır. Borderline kişilik bozukluğu çok çabuk tedavi edilebilen bir rahatsızlık değildir. Tedavinin zaman alacağı ve hastanın sağlıklı hissetmesi için biraz zamana ihtiyacı olduğu unutulmamalıdır. Hastanın yakın çevresinin de destekleyici davranışlar sergilemesi ve hasta üzerinde baskı oluşturmaması faydalı olacaktır.





NIKE

Nike azimle mücadele eden, zorluklardan yılmayan bir adamın oluşturduğu gerçek bir başarı hikâyesidir. Nike'ın kurucusu Phill Knight, mücadelecî ruhu ve sürekli çözüm geliştiren yaratıcı zihniyle sıfırdan dev bir marka oluşturmayı başarmıştır. Knight, birkaç kez her şeyini kaybetme aşamasına gelse de umutlarını hiçbir zaman yitirmemiştir. Çünkü koşmak onun en büyük tutkularından biriydi. Kendisi de belirli bir seviyeye yükselmiş bir koşucuydu. Koşucuların daha rahat koşabilmesi için rahat ayakkabılar üretmek hedefiyle yola çıkmıştır.

Bir Swoosh'un Ardındaki Efsane

Dünyaca ünlü “swoosh” logosu, sadece bir spor markasının değil; aynı zamanda bir yaşam tarzının da sembolü hâline geldi. Atletizmden sokak modasına, basketboldan müziğe kadar her alanda etkisini gösteren Nike'ın hikâyesi, başarı, cesaret ve yenilikçilikle örülü. Ancak bu dev markanın arkasındaki gerçekler, çoğu kişinin bildiğinden çok daha fazlasını barındırıyor.

Marka adını “Yunan Zafer Tanrıçası Nike”dan aldı.

Nike'ın Sıçrayışı: Air ve Jordan Efsanesi

1980'lerde Nike'ın asıl sıçrayışı, efsanevi Air Jordan serisiyle geldi. Michael Jordan ile yapılan iş birliği, sadece spor değil, aynı zamanda moda ve popüler kültür açısından da devrim yarattı. Jordan serisi, tarihin en çok satan spor ayakkabılarından biri hâline geldi.

Nike Hakkında Az Bilinen Gerçekler

- İlk Nike ayakkabısı bir waffle makinesinden çıktı: Bill Bowerman, daha hafif bir ayakkabı tabanı üretmek için eşinin waffle makinesine lastik döktü. Bu yaratıcı deneme, bugünkü Waffle Trainer modelinin temelini attı.
- Swoosh logosunu çizen tasarımcıya hisse verildi: Carolyn Davidson, başta 35 dolar olsa da yıllar sonra Nike kurucusu Phil Knight ona teşekkür olarak hisse senedi ve logo işlemeli bir yüzük hediye etti.
- Nike'ın isimlendirme kararı bir rüya sonucu alındı: Ortaklardan Jeff Johnson, markanın adı konusunda kararsız kalınan bir dönemde bir rüya gördü. Rüyasında “Nike” adını duydu ve bu öneri kabul edildi.



KAHVENİN TARİHÇESİ

Kahvenin kökeni Afrika'nın doğusunda, özellikle Etiyopya'da yer alan Kaffa bölgesine dayanır. Efsaneye göre 9. yüzyılda Kaldi adlı bir çoban, keçilerinin kahve meyvesini yedikten sonra enerjik davrandığını fark etti. Bu meyveleri bir keşişe götürdü ve zamanla insanlar bu bitkiden elde edilen içeceğin uyanıklık verici etkisini keşfetmeye başladı.

Kahve önce Yemen'e, özellikle Mocha limanına ulaştı. 15. yüzyılda Arap Yarımadası'na, sonra da Osmanlı İmparatorluğu aracılığıyla İstanbul'a ulaştı. Osmanlılar kahveyi günlük yaşamın bir parçası hâline getirdi ve kahvehaneler önemli sosyal merkezler oldu.

Kahve, 17. yüzyılda Venedik üzerinden Avrupa'ya girdi. İlk kahvehaneler İtalya, İngiltere ve Fransa'da açıldı. Başta “şeytanın içeceği” olarak görülen kahve, kısa sürede entelektüel çevrelerin favorisi oldu.

Fransızlar kahveyi Karayipler'e, İspanyollar Orta ve Güney Amerika'ya, Portekizliler ise Brezilya'ya götürdü. Bugün Brezilya, dünyanın en büyük kahve üreticisidir.

Kahve, içerdiği kafein ve antioksidanlar sayesinde sağlığa birçok fayda sağlayan bir içecektir. Kafein; merkezi sinir sistemini uyararak zihinsel uyanıklığı artırır, dikkat süresini uzatır ve yorgunluğu azaltır. Ayrıca düzenli kahve tüketimi, Alzheimer ve Parkinson gibi nörolojik hastalıkların riskini azaltabilir. Kahve, aynı zamanda güçlü bir antioksidan kaynağıdır ve vücudu serbest radikallerin zararlı etkilerine karşı koruyarak bağışıklık sistemini destekler. Ancak tüm bu faydaların kahvenin dengeli ve aşırıya kaçmadan tüketilmesi durumunda geçerli olduğunu unutmamak gerekir.

SAĞLIKLI KURU YEMİŞLER

Yaklaşık kalori değerleri 100 gram için verilmiştir.

1. Badem
 - Kalori: 575 kcal
 - Faydalar: E vitamini, lif, protein açısından zengindir. Kalp sağlığını destekler.
2. Ceviz
 - Kalori: 654 kcal
 - Faydalar: Omega-3 yağ asitleri içerir. Beyin sağlığına iyi gelir.
3. Fındık
 - Kalori: 628 kcal
 - Faydalar: Magnezyum ve sağlıklı yağlar bakımından zengin. Kolesterolü dengelemeye yardımcı olabilir.
4. Kaju
 - Kalori: 553 kcal
 - Faydalar: Demir, çinko ve magnezyum kaynağıdır. Kemik sağlığı için faydalı.
5. Antep fıstığı
 - Kalori: 560 kcal
 - Faydalar: Protein ve lif oranı yüksektir. Tokluk hissi verir, kilo kontrolüne yardımcı olabilir.
6. Brezilya cevizi
 - Kalori: 659 kcal
 - Faydalar: Selenyum açısından çok zengindir. Antioksidan etkisi vardır.
7. Yer fıstığı (Teknik olarak baklagil ama kuru yemiş gibi tüketilir.)
 - Kalori: 567 kcal
 - Faydalar: Protein açısından zengindir. Kas gelişimi için destekleyicidir.

Alerji riski olanlar dikkatli tüketmelidir.

Kavrulmuş veya tuzlu olanlar yerine çiğ veya az kavrulmuş olanları tercih edin.



Balıkseverler için fırında pişirme yöntemi, hem sağlıklı hem de lezzeti ön planda tutan en zarif tercihlerden biri. Özellikle mevsiminde taze levrek veya çipura ile hazırlayacağınız bu tarif, sofranıza şıklık katarken damaklarda da iz bırakacak.

🐟 **Malzemeler:** (2 kişilik)

- 2 adet orta boy levrek veya çipura (ayıklanmış ve temizlenmiş)
- 1 adet limon (ince dilimlenmiş)
- 1 adet kırmızı soğan (halka halka doğranmış)
- 3-4 diş sarımsak (ezilmiş)
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 çay kaşığı tuz
- ½ çay kaşığı taze çekilmiş karabiber
- 1 çay kaşığı kekik veya taze biberiye
- İsteğe bağlı: Cherry domates, patates dilimleri

👩🍳 **Hazırlanışı:**

1. Fırını 180°C'ye (alt-üst ayar) önceden ısıtın.
2. Temizlenmiş balıkların her iki yanına bıçakla çizikler atın ve içini tuz-karabiber karışımıyla ovalayın.
3. Limon dilimlerini ve soğan halkalarını balığın içine ve üstüne yerleştirin. Sarımsakları da balığın içine serpiştirin.
4. Zeytinyağını balıkların üzerine gezdirin. Üzerine kekik serpin.
5. Arzuya göre fırın tepsisine birkaç cherry domates ve ince dilimlenmiş patates de ekleyerek yan lezzet oluşturabilirsiniz.
6. Balıkları yağlı kâğıt serili fırın tepsisine alın ve yaklaşık 25-30 dakika, üzeri hafifçe kızarana kadar pişirin.

🌿 **Püf Noktası:**

Balıkların kurummasını önlemek için üzerini fırının ilk 15 dakikasında alüminyum folyo ile kapatabilirsiniz. Son 10 dakikada folyoyu kaldırarak çıtır bir yüzey elde edebilirsiniz.



EDEBİYAT



BENZE OL

*Her gün her şey biraz daha
değişiyor,
Değişmeyen ise değişimin kendisiyle
akıp gidiyor,
Gitmeyen gidenlere bakıp yitiyor,
Yitmeyen yitenlerden birine
benzemeye çalışıyor,*

*Anlamıyor tabi kimse zamanı,
Anlasa o kimse belki bulucak
çözümü,
Ama yok bunu anlamak,
Nasıl anlayacak ki insanoğlu,
Kendini çözümleyemiyor zamanı mı
çözümlüyecek,
Yok olup gidicek ya da adepte
olucak başka yok yol.*

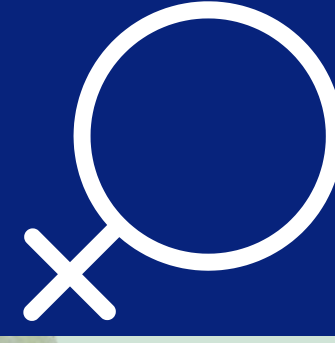


KARA SEVDALI

*Basit değildir bazen bazı sözler,
Dıştan bakınca anlamsız bir çırpınma,
İçte anlaşılır bir kavga,
Anlamaz yaşayana kadar,
Atlatana kadar o sözleri,*

*Kimse konuşmasın yaşayana kadar,
Sevene kadar gerçekten birini,
Anlayamazsın onurunu hiçe saymadan,
Aşık olmadan birine,
Söylemeden fütursuzca.*





KADIN GEÇMİŞTEN GÜNÜMÜZE

Kadın... Sözlük anlamına göre “Dişi cinsinde birey.”

Ama kadın, bu bir cümleyle özetlenemez. Anlamı derindir çünkü. Geçmişten günümüze, toplumdan topluma rolü ve anlamı değişen kadını birlikte inceleyelim.

MÖ Antik Mısır’a ve Mezopotamya’ya baktığımızda erkek üstünlüğünün olduğunu görüyoruz. Bu dönemde erkekler tek eşlilik ve çok eşlilik yapabiliyordu. Ayrıca bir anlaşmazlık hâlinde kadınlar kocalarından boşanamazken kocalarının “Sen benim karım değilsin!” demesi yeterli gelmekteydi. Sosyal yaşamda ise kadınların mülk edinme gibi bazı hakları olsa da yönetimde herhangi bir söz hakları yoktu. Sosyal yaşam konusunda ise özellikle Cahiliye Dönemi’nde kadınlara köle gibi davranılmakta, sadece doğurgan bir varlık olarak görülmekte, erkek çocuk doğurmadığında eziyet edilmekteydi. Eğitim hakkı zaten olmayan kadın, bu dönemde çok kötü muamele görmüştür.

İlk Türk devletlerine baktığımızda mecliste hükümdarın yanında bulunan kadın yani hatun onunla birlikte kararlar alabilmekteydi. O olmadığında ise meclise hatun başkanlık edebilmekteydi. Bu dönemde kadının söz hakkının oldukça fazla olduğunu görüyoruz. Ama Türklerde de çok eşliliğin devam ettiğini söyleyebiliriz. Aynı zamanda diğer devletlerde kadına yakışmayacak, namuslarına el uzatan kelimeler kullanılırken Türk toplumunda en değerli hazine anlamına gelen hatun kelimesinin kullanılması dahi kadına değer verildiğini göstermektedir.



Türkiye Selçuklularına geldiğimizde cariyeye anlamına gelen kölelerin varlığını görüyoruz. Cariyeler erkeklerin savaşımlara katılmasından dolayı daha çok kadınlardan seçilmiştir. Buna rağmen bu dönemde genel olarak kadın ile erkeğin eşit olduğunu söyleyebiliyoruz. Öyle ki dönemine göre diğer devletlerle kıyaslandığında kadına serbestlik tanınarak değeri verilmiştir. Osmanlı İmparatorluğu'nda ise kadın her yönden kısıtlanmıştır. Ve kağıt üzerinde ne kadar kadın ile erkeğin eşit olduğu söylenilse de durum gerçekte böyle olmamıştır. Öyle ki mahkemelerde iki kadın tanıklığı ancak bir erkeğin tanıklığına denk sayılmıştır. Harem, kölelik ve cariyelik kavramları da oldukça yaygın bir şekilde devam etmiştir. 1854 yılına gelindiğinde Tanzimat Fermanı ile kadına bazı haklar verilerek ayrıcalıklı bir konuma getirilmiştir.

Kurtuluş Savaşı zamanlarında ise fedakâr Türk kadını cephenin en önünde yer almış ve Mehmetçiklerimiz gibi mücadele etmişlerdir. Vatanları uğruna cepheden cepheye koşmuş, destek vermiştir. Kurtuluş Savaşı'nın ardından 1923'te Mustafa Kemal'in cumhuriyeti ilan etmesi üzerine kadınlara seçme ve seçilme hakkı, eğitim görebilme özgürlüğü gibi imkânlar sunulmuştur. Mustafa Kemal, kadınlarda çarşafı kaldırarak modern "Türk Kadını" profili çizmeye çalışmıştır. Kadınlar bu dönemde birçok yerde aktif rol almış ve erkeklerle eşit konumda görülmüştür. Kadın bu dönemde gerçekten değerlidir.

**“Yeryüzündeki her şey,
kadının eseridir!”**

M.Kemal Atatürk

Geçmişten günümüze kadını inceledik. Çeşitli dönemlerde çeşitli rollerde bulunduğunu gördük. Şimdi kadını tanımlayalım. Kadın, İslamiyet'teki gibi köle değildir! Kadın Osmanlı ve Selçukludaki gibi cariyeye değildir. Kadın; eğitimsiz, evine bakmakla sorumlu kimse değildir. Kadın, sadece doğurgan bir varlık değildir. Kadın, kadındır! İlk Türk devletlerindeki gibi en değerli hazine, Kurtuluş Savaşı'ndaki gibi fedakâr bir vatansever, Cumhuriyetteki gibi modern bir doktor, öğretmen, pilot. Kadın, toplumu toplum yapandır. Yeryüzünü şekillendirendir.

DEFNE

“Zaferin, bilgeliğin ve ölümsüzlüğün simgesi...”

Bugün sizlere tarih boyunca hem doğanın bir mucizesi hem de kültürel bir sembol olarak kabul edilen defne ağacından bahsetmek istiyorum. Defne, yalnızca hoş kokusu ve sağladığı faydalarla değil, aynı zamanda mitolojideki yeri ve taşıdığı derin anlamlarla da insanlık tarihine iz bırakmış bir ağaçtır. Defne ağacıyla ilgili en bilinen hikâye, Yunan mitolojisine dayanır. Efsaneye göre, Apollon ve Eros arasında bir tartışma yaşanır. Apollon, okçuluk konusunda kendini üstün görerek Eros’u küçümser. Buna kızan Eros, iki farklı ok hazırlar: Altın ucu olan ok aşkı aşılarmakta, kurşun ucu olan ok ise sevgiden kaçışı sağlamaktadır. Eros, Apollon’a altın oku fırlatarak onu derin bir aşka sürükler; su perisi Daphne’ye ise kurşun oku isabet ettirerek onun Apollon’dan kaçmasını sağlar.

Apollon, büyük bir aşkla Daphne’yi kovalar ancak Daphne onun sevgisini istemez. Ormanda kaçarken sonunda yorulur ve tanrılardan yardım dileyerek kendisini bir ağaca dönüştürmelerini ister. Babası olan nehir tanrısı Peneus, bu dileği kabul eder ve Daphne’yi bir defne ağacına çevirir. Apollon büyük bir üzüntüyle bu ağacın yapraklarına dokunur ve onun artık sonsuza kadar yeşil kalacağını söyler. O günden itibaren defne ağacı, Apollon’un kutsal bitkisi hâline gelir ve zaferin, bilgeliğin ve ölümsüzlüğün simgesi olur.

Bu efsanenin etkisi yüzyıllar boyunca devam etmiş, Antik Yunan ve Roma’da kahramanlara, şairlere ve büyük komutanlara defne taçları giydirilmiştir. Özellikle spor yarışmalarında ve savaş zaferlerinde defne yapraklarından yapılmış çelenkler, başarı ve onurun bir göstergesi olmuştur.



Bugün, belki de defne ağacına baktığımızda sadece yeşil yaprakları olan bir bitki görmek yerine, onun binlerce yıl öncesine uzanan efsanesini ve taşıdığı anlamları hatırlamak gerekir. Tarih boyunca insanlara ilham veren bu ağaç, doğanın bizlere sunduğu en güzel hediyelerden biridir.

GİZEMLİ KAYIP: ÇANAKKALE’DE YOK OLAN TABURUN HİKÂYESİ

Tarih: 21 Ağustos 1915 – Yer: Suğla Koyu, Anafartalar Cephesi

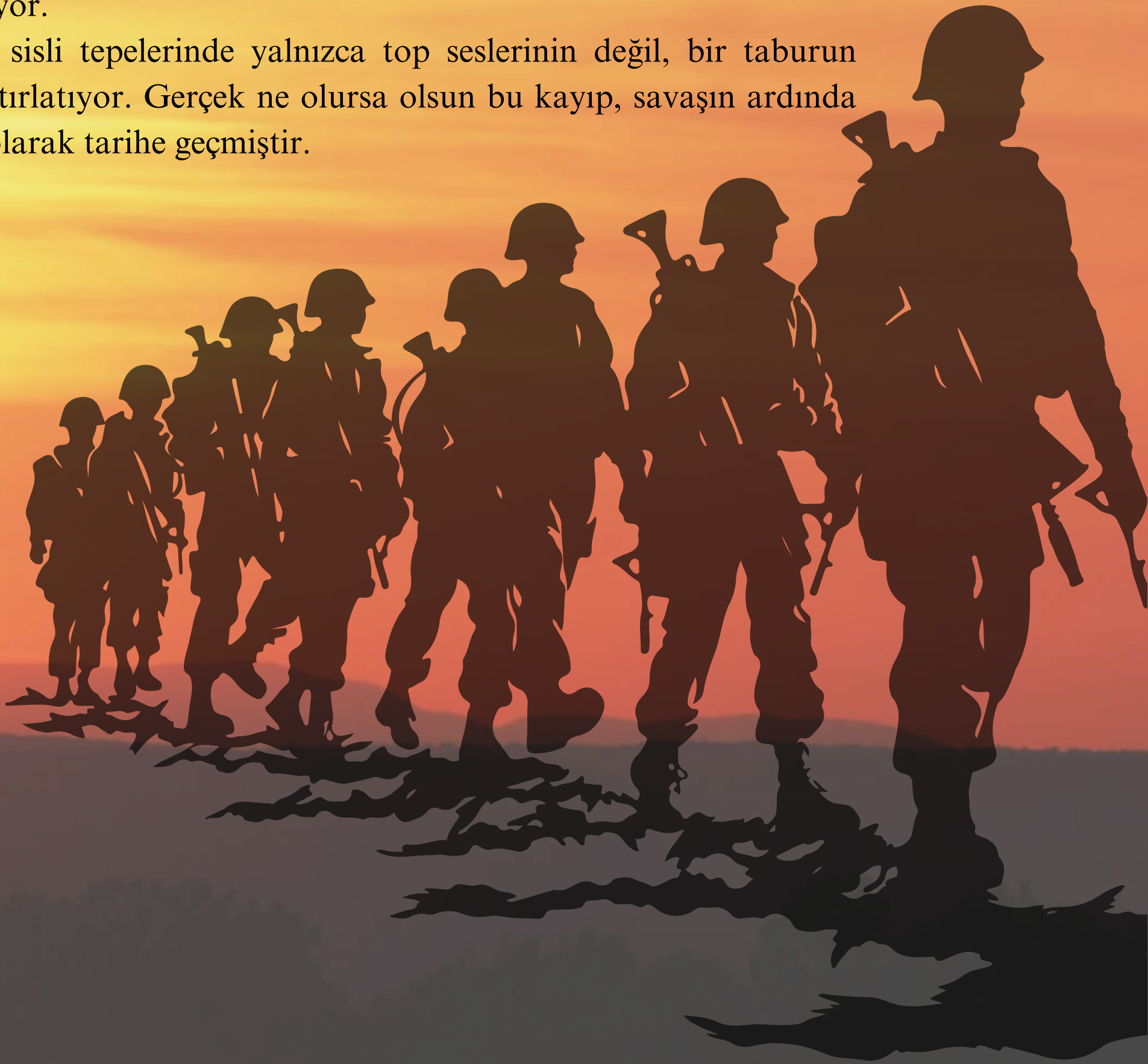
Çanakkale Savaşı, tarihin en kanlı ve zorlu muharebelerinden biri olarak anılırken içinde hâlâ sırları çözülememiş olaylar da barındırıyor. Bunlardan belki de en dikkat çeken, İngiliz birliklerine bağlı Norfolk Alayı’nın bir taburunun aniden ve iz bırakmadan ortadan kaybolduğu iddiasıdır.

Savaşın en çetin geçtiği günlerde, 1915’in Ağustos ayında, Britanya Kraliyet Ordusu’na bağlı yaklaşık 267 kişilik Sandringham Taburu, Suğla Koyu üzerinden Anafartalar Cephesi’ne doğru ilerlemek üzere emir almıştı. Sabah saatlerinde, bölük yoğun bir sisin içinden tepelere doğru harekete geçti. Görgü tanıkları, askerlerin kalın bir bulutun içine girdiklerini ancak bir daha onlardan haber alınamadığını aktarıyordu.

Bu olay, savaş sonrası İngiltere’de "kayıp tabur" efsanesine dönüştü. Hatta bazı iddialar, taburun âdeta gökyüzüne çekildiğini ileri sürdü. Bu olağanüstü iddialar yıllar boyu tartışmalara neden olurken uzmanlar bunun askerî ve doğal şartlarla açıklanabilecek trajik bir çatışma sonucu meydana geldiğini savunuyor.

Günümüzdeki tarihçiler, bu taburun büyük olasılıkla Osmanlı kuvvetleriyle çıkan çatışmada büyük kayıp verdiğini, cesetlerin ise ya tanınamayacak durumda olduğunu ya da kayalık ve engebeli arazide kaybolduğunu belirtiyor. 2000’li yıllarda yapılan araştırmalarda bölgeye ait bazı kalıntılar da bu savı destekliyor.

Yine de bu olay Çanakkale’nin sisli tepelerinde yalnızca top seslerinin değil, bir taburun sessizliğinin de yankılandığını hatırlatıyor. Gerçek ne olursa olsun bu kayıp, savaşın ardında bıraktığı en gizemli izlerden biri olarak tarihe geçmiştir.



ÖMER TUNA TEPE

TED Edirne Koleji
11. Sınıf Öğrencisi



2024-2025 MEZUNLARIMIZ

12-A



12-B





12-C



12-D



