JCI

GENÇ LİDERLER VE GİRİŞİMCİLER DERNEĞİ

BEŞİKTAŞ ŞUBESİ
AYLIK BÜLTENİ

JCI Beşiktaş

ARALIK 2021 Sayı 7

Üye, Aday Üye ve hatta Alümnilerimizden Köşe Yazıları, Aralık Ayı Etkinlikleri ve Nicesi için Keyifli Bir Yolculuğa Hazır Olun!

Sevgili okurlarımız,

JCI Beşiktaş bülteni; sevgili üyelerimize, aday üyelerimize ve de merak edip okuyan siz kıymetli okurlara şube faaliyetlerimiz ile ilgili bilgi vermekte ve aylık film, müzik, kitap ve mekân önerilerimizi, üyelerimizle yaptığımız röportajları ve üyelerimizin sizler için her ay farklı konseptteki önerilerini ve üyelerimizin kaleme aldığı bülten köşelerini sunmaktadır. Bültenimiz her ayın ilk Pazar günü yayınlanmak ile birlikte, içeriği siz sevgili okurlarımızın önerileri de dikkate alınarak çeşitlendirilecektir.

Keyifli Okumalar!

İçindekiler

s. 03

Şubedeki Gelişmeler

Üye Vizyon Toplantısı

JCI Beşiktaş ve JCI İstanbul Kahve Etkinliği

s. 04-19

Üyelerimizin Kaleminden

Akıllı Tarım, Sezgin Koç

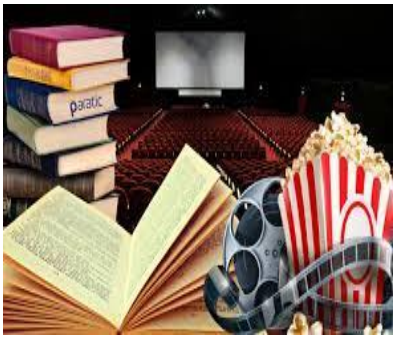
Afazi, Dilan Özcan

Aralık Ayında İstanbul'da Yapılacaklar, Nisan Özdilli

Uydu Kentlere Alternatif Bir Bakış Açısı:, Zeynep Seyhan

Pilates, Sena Yüksel

Gelecekte Sosyal Sorumluluk, Bora Ersezen



S. 20-22

Ayın Beğenileri

Film Köşesi

Müzik Listesi

Ayın Kitabı

Ayın Mekanları

ETKİNLİK
Üye Vizyon Toplantısı

Üye ve aday üyelerimiz ile her ayın başında gerçekleştirdiğimiz "Üye Vizyon Toplantılarımız" sayesinde, üyelerimiz ve aday üyelerimiz kaynaşırken, şubemizin aylık faaliyetlerini değerlendiriyor ve gelecek ayki planlarımız konuşuluyor.

Bu ay gerçekleşen üye vizyon toplantımız ise, Saymanımızın bizleri ağırlamasıyla MySpace MR'da gerçekleşti.

ETKİNLİK
JCI Beşiktaş ve JCI İstanbul Ortak Kahve Etkinliği

JCI Beşiktaş ve JCI İstanbul şubeleri olarak Troica Coffee de Eğitmenimiz Emre Bereket eşliğinde «Kahve Nedir? Çeşitleri Nelerdir? Kahve Demlemenin İncelikleri Nelerdir? Gibi sorularımıza yanıt bulurken bir o kadar keyifli bir gün geçirdik ve lezettli kahveleri hem yaptık hem de tattık. Şimdiden tavsiyemizdir.

AKILLI TARIM

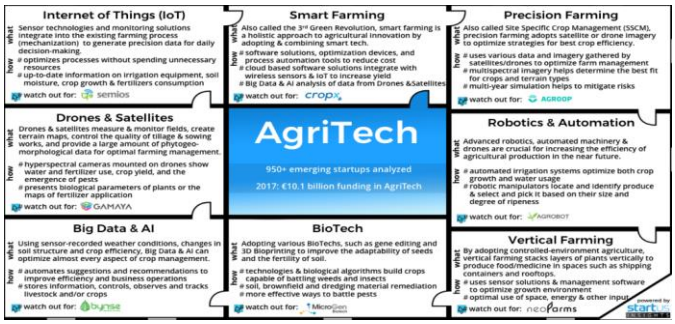
SEZGİN KOÇ
JCI Beşiktaş Üyesi

Akıllı Tarım nedir açıklamadan önce, neden Akıllı Tarıma ihtiyaç duyuyoruz? Geleneksel tarım yöntemleri gıda taleplerini karşılayamıyor mu? Bu sorulara bilimsel veriler ışığında cevap arayalım.
Araştırmalara göre 2050 yılına kadar dünya nüfusunun 9 milyarı aşacağı ve şehirleşme oranının ise %49' dan %70' e çıkacağı söyleniyor. Türkiye nüfusunun ise 2050 yılında 100 milyon olacağı ve şehirleşme oranının dünyadakine paralel gideceği tahmin ediliyor. BM Gıda ve Tarım Örgütü' nün önceki yıllardaki raporuna göre 2050' de artan Dünya nüfusunun ihtiyacını karşılamak için 2006' dan bu yana %70 daha fazla yiyecek üretmek zorundayız. İklim değişikliğinin olumsuz sonuçları dolayısıyla zorunlu ek maliyetlerle birlikte süreç bir hayli zor olacaktır. BM, "Dünya' da Gıda Güvenliği ve Beslenme Raporu" tarafından alınan bilgilere göre 821.6 milyon kişi açlık tehditi ile karşı karşıya iken 670 milyon yetişkin ve 120 milyon çocuk obezite ile mücadele etmektedir. Burada ki tutarsızlığın yanı sıra gıdanın üretimden tüketime olan sürecinde yaklaşık üçte biri çeşitli sebeplerle israf olduğu biliniyor. Bu veriler ışığında şunu rahatlıkla söyleyebiliriz ki gıda taleplerini yaklaşık 30 yıl sonra karşılayamayacak olmamızdır. Bu yüzden sağlıklı, maliyeti olabildiğince düşük ve daha fazla gıda üretmemiz gerektiği sonucuna varıyoruz. Tam bu noktada teknolojinin gücü devreye girerek Endüstri 4.0 çözümlerine odaklanarak daha verimli ve daha fazla gıda üretmini ortaya koyuyor. Böylelikle Tarım 4.0 ve Akıllı Tarım kavramları ile karşılaşıyoruz. Peki Akıllı Tarım nedir?

Akıllı tarım, tarımsal verimliliği arttırmak için kaynak kullanımının daha aza indirgenmesini sağlayan, çevreye daha az zarar verilmesini sağlayan ve toprak-ürün yönetimini sağlayan tekniktir. En temel amaç uygulanan girdilerin ihtiyaç duyulduğu yerde, zamanda, miktarda kullanılmasıdır. Toprak işlemeden hasada kadar üretimin yaklaşık olarak her döneminde kullanılabilmektedir. Çoğunlukla internet kullanarak ekipmana ve alana yerleştirilen çeşitli sensörler kullanıcılar için bir bilgi sisteminin oluşturulmasına izin veren bulut tabanlı bir platforma veri sağlar.
Tarım 4.0 ile tarlanın hangi bölgesine, ne ölçüde ve ne tür gübreler koyulması gerektiği, nasıl bir ilaçlama yapılacağı, bitkinin sulama zamanı, toprağın durumu, tahmini hasat zamanı, detaylı ve gerçek zamanlı bir şekilde görebilmekteyiz.
OnFarm yaptığı bir araştırmada Akıllı Tarım çözümleri ile ortalama bir çiftlik için verimin %1.75 arttığını, enerji maliyetlerinin dönüm başına 7-13 olduğunu ve sulama için su kullanımının %8 oranında azaldığını belirledi.Tarımın akıllı olmasından bahsediyoruz peki bu nasıl oluyor arkasındaki teknolojiler nedir. Şimdi bunları başlıklar altında inceleyelim.

AKILLI TARIM

SEZGİN KOÇ



Dikey Tarım: Dikey Tarım ile sıradan tarım sistemlerine göre daha küçük alanlarda daha az israfla 10 kat daha fazla mahsül yetiştirme imkanı bulabiliyorsunuz. Gökdelen, kullanılmış depo, nakliye konteynırları, apartmanlarda, balkonlarda, teraslarda, küçülmüş arazilerde, mini bahçelerde farklı araçlarla tarım ürünlerinin dikey olarak yetiştirilmesine dayanan bir sistemdir. Bu tarım şekli çevresel faktörleri kontrol etmek için iç mekan tarım teknikleri ve Kontrollü Çevre Tarım (CEA) teknolojisini kullanır. İklim değişikliğine bağlı olumsuz hava şartlarının etkisi, geleneksel tarımda görülen arazi kayıpları, zirai kalıntı, su ve atık sorunları gibi konular değerlendirildiğinde yeni tarım tekniklerine ihityacın kaçınılmaz olması dikey tarımı ortaya çıkarmıştır. Dikey tarım sektöründe artık LED' ler kullanılarak klasik aydınlatma sistemlerine göre daha fazla verim ve tasarruf elde edilmiştir.

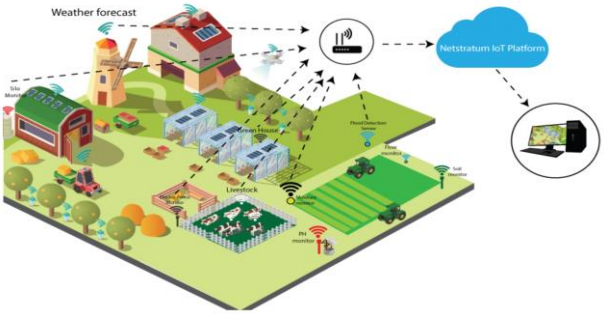
Akıllı Tarım Otomasyonu: Genellikle "akıllı çiftçilik" ile bağlantılı olan çiftlik otomasyonu, mahsullerin ve çiftlik hayvanlarının üretim döngüsünü otomatikleştirerek çiftlikleri daha verimli hale getiren bir teknolojidir. Robotik, insansız hava araçları gibi teknolojiler modern tarımı değiştirme konusunda ciddi adımlar attırıyor. Bu teknolojilere hasat otomasyonu, otonom traktörler, tohumlama ve ayıklama dronlar eşlik ediyor. Tarım robotları için küresel pazarın 2024 yılına kadar 10.1 milyar dolara yükseleceği tahmin ediliyor.

Toprak DNA Testi: Çiftçiler, DNA haritalama teknolojisi sayesinde, toprak sağlığı ölçümlerini analiz etmek ve topraklarına daha iyi bakmak için mikrobiyomları ve organik maddeleri kullanabilirler. Tarım teknoloji firması olan Pattern, ekin hasarını tahmin etmek ve önlemek için tarlada bulunan haşereleri, nematodları, bakterileri, virüsleri ve toprak sağlığı için toprak DNA testi kullanır. Böylece çiftçiler arazileri üzerinde daha net bilgilere sahip olabiliyorlar.

Blockchain: Gıda tedarik zinciri, ürün sigortası, ürün alım satım ve ürün izlenebilirliği alanlarında kullanılır. Örnek olarak IBM firmasının IBM Food Trust platformunu verebiliriz. Bu platform, daha güvenli gıda tedariği için Blockchain teknolojisini kullanıyor. Daha güvenli, daha akıllı ve daha sürdürülebilir bir gıda ekosistemi ile tüm ağ katılımcılarına avantaj sunar. İşlemlerin ve verilerin dijitalleşmesi, yetiştiriciler, işleyiciler, nakilyeciler, perakendeciler, düzenleyiciler ve tüketiciler dahil olmak üzere tedarik zinciri üzerinde çalışmanın daha verimli bir yolunu sağlar.

AKILLI TARIM

SEZGİN KOÇ



Hassas Tarım: Çiftçilerin nem seviyelerini, toprak koşullarını, haşere stresini ve mikro iklimleri kontrol ederek verimliliği arttırmayı ve maliyetleri yönetmesine olanak tanır. Grand View Research tarafından hazırlanan bir rapora göre Hassas Tarım pazarının 2025 yılına kadar 43.4 milyar dolara ulaşacağı tahmin ediliyor.

Akıllı Sensörler: En başarılı tarım teknolojilerinden biridir. Uzak sensörler, uydular ve İHA'lar, tüm bir alan üzerinde 24 saat bilgi toplayabilir. Bitki sağlığını, toprak durumunu, sıcaklığı, nemi vb. durumları izlerler. Sensörler kuru alanları ve besin eksikliği olan alanları tespit etmek için dronlar aracılığıyla bir tarım alanını gökyüzünden tarayabilir. Bütün bu sensör teknolojileri çiftçilerin verim artışına katkıda bulunabilecek, kendi tarım arazileri hakkında veri toplamasını sağlıyacaktır.

Lazer Korkuluklar: Sığırcık, karatvuk ve karga gibi zararlılar, hasadın son 48 saatinde mahsulün %75'ne kadarını yok edebilir bu da büyük gelir kayıplarına yol açabilir. Rhode Island Üniversitesi bu problem için lazer korkuluklar icat etti. İnsanlar tarafından görülemeyen ama kuşlar tarafından algılanabilen yeşil lazer ışık yansıtılarak kuşlar korkutulur. Cihazın mahsul kayıplarını %90' a kadar önleyebileceği iddia ediliyor.

Akıllı Tarım'ın gelecekte ne kadar önem kazanacağını yapılan pazar araştırmalarına bakarak son kez yineleyelim.

Akıllı tarım pazarı 2020 yılında 13.8 milyar dolardan 2025 yılına kadar 22 milyar dolar büyüyeceği tahmin ediliyor. 2017 -2022 arasında tarımsal teknolojiler ve akıllı tarım uygulamalarının küresel ölçekte pazar payının 9,58 milyar dolardan 23,14 miyar dolara çıkması beklenmektedir. CEMA (Avrupa Tarım Makineleri Birliği) "Tarım 4.0: Tarımın Geleceği" Raporu'nda ise, Avrupa'da yıllık cirosu 26 milyar avro olan, 450 farklı tarım makinesi üreten 4.500 üretici olduğu ve bu sektörde 135.000 kişinin istihdam edildiği belirtilmektedir. Tarım ve teknoloji ilişkisinin artmasıyla, akıllı tarım kapsamında, makine ile makinenin haberleşmesi, drone uygulamaları, otonom traktörler, sensörler, bulut teknolojisi ve arttırılmış gerçeklik uygulamaları gelişmektedir. Tarımda kullanılan nesnelerin interneti uygulamalarının küresel ölçekte 2023 yılına kadar 30 milyar dolarlık bir hacme ulaşması öngörülmektedir.

Start Us Insights verilerine göre 2017 yılında tarım teknolojilerine 10.1 Milyar Euro fonlanmıştır. Bu veriler akıllı tarım uygulamalarının 2030 yılına kadar tarım sektörünü en fazla etkileyecek faktör olucağını göstermektedir.

Bir sonraki sayıda köşemizde buluşmak dileğiyle… ☺

AFAZİ

Dilan Su ÖZCAN
Uzman Psikolog
AloFreud Hattı Kurucusu
Jcı Beşiktaş Aday Üyesi

Kimi zaman yorulduğumuzda, üzgün olduğumuzda, aşırı bir duygu içine girdiğimizde çok iyi bildiğimiz bir şey için doğru kelimeyi bir türlü bulamayız. Dilimizin ucunda, YA DİLİMİZİN UCUNDADIR YA DA UCUNDA, AMA ÇIKMAZ.
Ya da aynı şekilde, durup dururken, üstelik aynı dili konuşuyor olmamıza karşın, karşımızdakinin ne dediğini anlayamayız. İşte bu yaşadığımız her şey geçici ve hafif afaziler olabilir. Peki afazi olduğunu nasıl anlayacağız.

Afazi, bu işlevlere ayrılmış beyin alanlarının hasar görmesi sonucu, dilin konuşma veya anlama yetisinin yitirilmesidir. 1880'lerde afazinin yalnızca, sözcük yitimi değil, aynı zamanda bilgiyi iletecek uygun kelimeleri bulup kullanma becerisinin de yitimi olduğunu öne sürülmüştür. Bu durum ne duyusal, entelektüel ya da psikiyatrik işlevlerdeki kusurlara ne de kas zayıflığı ya da bilişsel bozukluğa bağlıdır. Gelelim afazinin günümüze uyum sağlayabilmiş ve son halini alan tanımına ve afaziyi anlamaya. Ne dersiniz?

Afazi sözcüğü, esasen sözlü ya da yazılı dille ilgili, çeşitli iletişim bozuklukları olarak tanımlanır. Yani aslında beyin hasarının ardından, hastalar okumakta ve büyük olasılıkla yazmakta güçlük çekme gibi çok özgül sorunlar yaşayabilirler. Kimi düşüncesini tamamlayamaz. Kimi sorulara cevap olarak alakasız uygunsuz ya da uyduruk diyebileceğimiz sözcükler kullanarak yanıt verir. Bu durumda "Afazi" çeşitli dil sorunlarını tanımlayan aslında daha geniş bir tanımdır.

AFAZİ

Dilan Su ÖZCAN
Uzman Psikolog
AloFreud Hattı Kurucusu

Kimi insanlar özellikle sözcüklerin sesi ve anlamıyla ilgili belleğini kaybederken, kimi de sözcükleri doğru söyleyebilmek için dillerini ve dudaklarını nasıl koordine edeceklerini unutmuş görünür. Tam anlamıyla bazı sözcükleri ağızlarında toparlayamazlar.

Afazili hastalarla yapılan ilk çalışmalarda, beyinde baskınlık keşfedilmiştir. Yani nedir bu Dilan diye soracak olursanız beynin sol yarı küresindeki hasar bulgusudur aslında. Gerçekten de afazi beyin haritası çıkaran ve beyindeki belli özel iletişim sorunlarıyla ilişkili çok özgül lezyon yani hasar bölgeleri haritalanmaya başlamıştır. Özellikle nöropsikologların ayrıca ilgilendiği alanlardır.

Genelde beynin sol küresinde gerçekleşen bir hasardan kaynaklıdır. Çünkü sol küremiz dil anlama ve üretme yeteneğinin olduğu yerdir. Nadiren de olsa sağ bölümde hasarın görülüp afazi yaşandığı da olur. Farklı bölgelerdeki görülmelerine göre afazi farklı isimler alabilir.

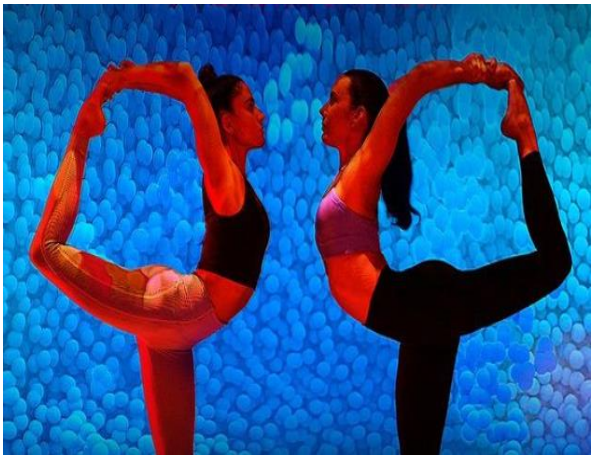
Kimi klinisyenler, afazi hastaları kadar çok afazi biçimi bulunduğuna ve onları sınıflandırmaya çalışmanın da nafile olduğuna inanırlar. Diğerleri ise hastaları arasındaki şaşırtıcı benzerliklerden etkilenip, çok özgül belli semptomların hasta alt grupları tarafından paylaşıldığını düşünür. Gelelim Afazinin terapisine, yani bizim aslında ilgilendiğimiz kısmına ve tedavi sürecine.

Terapi sesli çıktıyı ya da konuşmayı bozan afazi bir konuşma patolojisi kabul edilmektedir. Konuşma patolojisi ilk olarak bir eğitim sorunu gibi sanki öğrencide ya da ailesinde bir sorun varmış gibi algılanmış olsa da, beyindeki hasarı inceleyen nörologların yanı sıra, psikolog ve psikiyatrların da ilgi alanına girecek uyum sorunlarına yol açabilir. Kimi konuşma bozuklukları tamamen fizikseldir ve nöromüsküler etkinliklerdeki sorunlara dayanır.

Afazi üzerine terapiler ise genellikle adlandırma, sözcük ve cümle tamamlama, sözcük ve cümleleri okuma ve. duyduğunu yazma gibi birincil dil işlemlerini ölçmeye çalışan tanı testleriyle başlar. Tabii farklı sorunlara farklı terapiler önerilir. Bazı nörologlar dil terapisyeniyle çalışır bazıları ise konuşma terapisyeni ile çalışır. Bazıları ise herhangi bir tedavi uygulamadan, önceki dil bilgisi ve yeteneklerinden tam ya da kısmi olarak yerine gelmesi demek olan kendiliğinden iyileşmenin kanıtlarına da dikkat çekmiştir. Herkesin yoğurdu yiyişi farklı tabi. 😊 Doğru eller her zaman çok önemli ve bu nedenle gideceğiniz doktorun da eğitimini sorgulamak, öğrenerek gitmek önemli. Tüm bunların yanı sıra konuşma eğitimi ve konuşmayı geliştirecek de hali hazırda son dönemde konuşma terapistleri de artmaya başladı. Bu alanlarda eğitim alan terapisyenler de tercihleriniz arasında olabilir.

Aralık Ayında İstanbul

NİSAN ÖZDİLLİ/
JCI Beşiktaş Aday Üyesi



Sergi

REFİK ANADOL'DAN ALKAZAR RÜYASI
Hope Alkazar- Aralık ayı boyunca

Yapay sinir ağlarını ve en son yapay zeka teknolojilerini kullanan Refik Anadol Studio'nun iki bölümden oluşan yeni projesi Alkazar Rüyası, HOPE Alkazar'da katılımcılara eşsiz bir deneyim sunuyor. Ücretsiz olan etkinlik için yalnızca online rezervasyon yapmak yeterli.

Etkinlik web sayfası:
https://hopealkazar.com/experiences/refik-anadoldan-alkazar-ruyasi

Spor

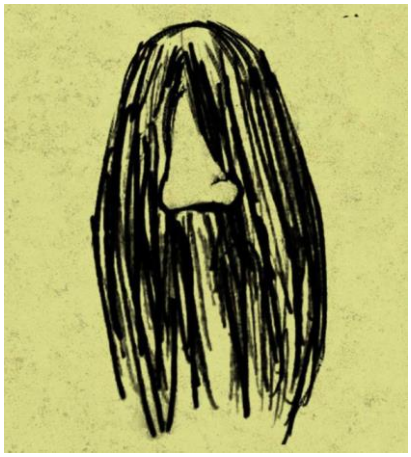
CİHANGİR YOGA CY1
Hope Alkazar- Aralık ayı boyunca

Türkiye'de yoganın iyileştirici, özgürleştirici ve bütünleştirici gücünün daha çok insana ulaşması için yola çıkan Cihangir Yoga, HOPE Alkazar'da aralık ayı boyunca CY1 dersleri düzenliyor.

Etkinlik web sayfası:
https://hopealkazar.com/experiences/cihangir-yoga-cy1#event-list

Aralık Ayında İstanbul

NİSAN ÖZDİLLİ



Konser

ChrIstmas Market İstanbul Galataport – 17-26 Aralık

Paket Postanesi Rıhtımı'nda kurulacak dev çadırda gerçekleşecek etkinlikte atlı karınca, buz pateni pisti, fotoğraf çekim noktaları, ağaç evler ve yeme içme alanları gibi deneyim noktaları yer alacak.
Etkinliğe bilet alan misafirler, hafta içi günde tek seans, hafta sonu günde iki seans olarak katılabilecek. Her seans birbirinden farklı sanatçıların yer aldığı konserlerle tamamlanacak.
Biletler için web sayfası: https://www.passo.com.tr/tr/etkinlik-grubu/christmas-market-istanbul-galataport-istanbul/116613

Stand-Up

DENİZ GÖKTAŞ
Bahçe Galata – 18 Aralık 20:30

Son zamanların en komik ve en zeki sahne insanlarından olan Deniz Göktaş, stand up gösterisini güzel insanlarla bir araya gelmek, güzel oyunlar sahnelemek, güzel bilgiler paylaşmak hayaliyle kurulan Bahçe Galata sahnesinde sergileyecek.

Biletler için web sayfası: https://tiyatrolar.com.tr/tiyatro-bilet/deniz-goktas-stand-up

.

Gezi- Yemek

DEKK İSTANBUL
Harbiye

En sevilen filmlerin, albümlerin, kitapların bir harmanı niteliğinde olan muhteşem bir özenle yaratılmış yeme, içme ve eğlence merkezinde; Banko Burger, Green Department, Nappo, Rita Deli ve Yumami gibi birbirinden lezzetli restoranlar bulunmaktadır.
Dekk, dj performansların sergilendiği geniş avlusunda, misafirlerine aralık ayı boyunca açık havada buz pateni deneyimi de sunuyor.

UYDU KENTLERE ALTERNATİF BİR BAKIŞ AÇISI: SEESTADT, VİYANA

ZEYNEP SEYHAN/
JCI Beşiktaş Aday Üyesi

Merhaba ben Zeynep. 2013 ODTÜ Mimarlık mezunuyum. 5 yılı eğitim, 8 yılı profesyonel hayat olmak üzere 13 yıldır aktif olarak mimarlıkla ilgilenmekteyim. Kent mekânı ve sosyal yapısı üzerine gözlem yapmayı ve araştırmayı seviyorum. Bugüne kadar Dünya'nın birçok farklı şehrinde yaşadım. Her kentin kendine has bir aurası ve insanı vardır. Bu yazımda da bu deneyimlerimden bir tanesini paylaşmak istedim.

--

Yıl 2016 Viyana Teknik Üniversitesi'nde değişim öğrencisi olduğum zamanlar. Bir yandan derslerim devam ederken bir yandan da elimden geldiğince şehirde olup biten mimarlık aktivitelerini takip ediyorum. Ankara'nın mimarlık üzerine tattığım kurak ortamından sonra bana ilaç gibi geliyor tabi Viyana. Neredeyse her konuşmada kulağıma Avrupa'nın büyük şehirlerinde konut sıkıntısının olduğu kiraların maaşlara oranla çok fazla yükseldiği ve devletin buna çözüm bulmakta yetersiz kaldığı tartışılıyor.
Viyana hükümetinin buna sunduğu çözümlerden birisi şehrin çeperinde bulunan Seestadt isminde 260 hektarlık bir alanda akıllı şehir geliştirmek. Yani bizim tabirimizle bildiğimiz uydu kent. Bu süreç 2005 yılında yaklaşık 16000 kişiye ev sahipliği yapacak 16000 kişiye ise iş imkânı sunacak bu yeni yerleşkenin yarışma ilanı ile başlıyor. Ben Seestadt'ı yarışmanın ilanından 11 yıl sonra ziyaret ediyorum. Bu yazıda bir uydu kent olan Seestadt'la ilgili çok önemli bulduğum bazı başlıklardan bahsetmek istiyorum.

1.ETAPLAMA

Toplamda 2,6 milyon metrekare inşaat alanına sahip olması planlanan bu proje üç etaptan oluşmakta. Seestadt'ı ziyaretimde ilk etap tam olarak tamamlanmış, konut sahipleri evlerine yerleşmiş ve yaşam başlamıştı. Bu "tam olarak tamamlanmış" kısmını biraz daha açmak istiyorum. Zira bizim fazlası ile eksik olduğumuz bir konu.
İlk olarak Seestadt'ın daha inşaatı başlamadan önce metrosu kullanıma açılmış. Bu en çok takdir edilesi konulardan bir tanesi. Çünkü, kentin inşaatında görev alacak olan herkese alana kolay ve nitelikli ulaşım imkânı sunulmakta. Bir diğer konu ben oradayken inşaat halinde olan bir şehrin içinde olmama rağmen toza dumana hiçbir şekilde maruz kalmamış olmam. Gezdiğim bölge tamamlanmış etaplardan bir tanesiydi. Yani marketi, restoranı, cafesi, fırını ve bir kentin sunabileceği daha ne kadar olanak varsa hepsi hizmete açılmış yeni sakinler evlerine yerleşmeye başlamış ofisler tutulmuştu. İnşaat halindeki etaplar ve yerleşime açılan bölge arasındaki setler ise inşaatın gürültüsünü bölgeden tamamen elimine etmişti. Kısacası Seestadt sakinleri istedikleri hayat kalitesine ulaşmak için yıllarca bekletilmemişler, en başında hesaplanan stratejiler çalışmaya başlamış kent yaşamaya ve kazanmaya çoktan başlamıştı.

UYDU KENTLERE ALTERNATİF BİR BAKIŞ AÇISI: SEESTADT, VİYANA

ZEYNEP SEYHAN

2. KONUT SAKİNLERİ VE ÇALIŞAN SAYISININ EŞİT OLMASI

Bu konu kulağa biraz basit gelebilir. Tasarladığın şehre en başında eklediğin konut kadar ofis de koyarsın olur biter. Ancak bu işin arkasında çok daha zahmetli bir organizasyon var. Şehrin aslında gelişmesi onlarca yıl sürecek olan bir şehirle aynı imkanları sağlamasının sebebi de tam olarak bu organizasyon. Seestadt daha planlama aşamasında iken burada 16000 konut sakininin yanında 16000 de çalışanın olması ön görülüyor. Yeni planlanan yerleşkeye iş imkanlarını getirirken uygulanan en önemli prensip iş çeşitliliği. Yani 16000 kişiye iş imkânı sunan bir fabrika kurmak yerine, farklı şirketler, küçük fabrikalar, start-uplar, ARGE şirketleri ve küçük işletmeleri bölgeye çağırarak kentin iş ağını sağlam ve sarsılmaz bir şekilde kuruyorlar.

Bu girişimler arasında bana en ilginç geleni, çoğu zaman şehrin dışına atılan ve uzak tutulmaya çalışan fabrikayı şehrin içine tekrar getirmek. Bu fikrin arka planında günümüz teknolojilerinin bazı ürün çeşitlerinin kent ortamında üretilebilmesine imkân vermesi yatıyor. Fabrikanın kentin bir parçası olması burada çalışanların hala kent yaşamına aktif olarak katılabiliyor olması onların yaşam kalitesini yükseltirken aynı zamanda ulaşıma dair birçok maliyetin de ortadan kalkmasını sağlıyor.

UYDU KENTLERE ALTERNATİF BİR BAKIŞ AÇISI: SEESTADT, VİYANA

ZEYNEP SEYHAN

3. HER BİR BİNANIN FARKLI BİR MİMARLIK OFİSİ TARAFINDAN TASARLANMASI

Biz Türkiye'de son 20 yılda devasa projelerin tek bir elden çıkmasını çok normalleştirdik. Şahsen çalıştığım ofislerde 1,5 milyon metrekarelik projelerin tek bir kişi tarafından çizildiğine de şahit oldum. Seestadt ise tam tersi tasarım sürecinden uygulama sürecine kadar aceleye getirilmemiş ve gerekli özenin gösterildiği bir proje. Bu kent, tek bir müteahhit firma ve tek bir mimarlık ofisinin elinden çıkmıyor. Kentin tasarımı uzun süren çalıştaylar, tartışmalar ve halkın katılımının da olduğu workshopların sonrasında bir yarışma projesi ile şekilleniyor. Sonrasında ise, bir araya gelerek kenti oluşturan küçük parseller farklı mimarlık ofisleri ve inşaat firmaları tarafından tasarlanıp inşa ediliyor. Böylelikle bir kentin içinde yaşadığı insanları mutlu edebilmesi için gerekli olan en temel prensiplerden birisi "Çeşitlilik" sağlanmış oluyor. Bu "Düzen içinde çeşitlilik" kuramı kentin sosyal kültürel ve ekonomik yapısının da çeşitli olarak büyümesine imkân sağlıyor.

Bir diğer konu ise, kent içindeki birçok farklı mimarlık ofisi ve inşaat firmasının projeye dahil olması. Yani sadece birkaç şirketin yararına olmuyor bu devasa proje. Böylece milyon metrekarelik projeler tek bir ofiste çalışan tek bir kişinin elinden çıkmıyor daha küçük parseller için tasarım yapan mimarlar ise projeye gerekli özeni gösterebiliyor.

UYDU KENTLERE ALTERNATİF BİR BAKIŞ AÇISI: SEESTADT, VİYANA

ZEYNEP SEYHAN

4. KENTİN SOSYAL ALANLARI

İyi bir kenti kötü bir kentten nasıl ayırt edebilirim diye soruyorsanız, binaları o kentten tamamen çıkartın ve geriye kalanlara bakın. Eğer geriye kalan boşluk bir kent sakininin her adımında keyifle deneyimlediği bir mekân ise o kent başarılı bir kenttir. Seestadt'daki kent boşlukları yavaşlatılmış trafik, tramvay, küçük yeşil parklar, doğal habitat ve göl, yaya yolları, bisiklet yolları ve bunları çevreleyen ticari ve sosyal alanlarla kurgulanmış. Yani sıkıcı Sovyet konut bloklarında ya da bizim çok iyi bildiğimiz TOKİ'lerde olduğu gibi markette işinizi bitirip hemen eve kaçmıyorsunuz. Belki marketten dönerken yolunuzun üstünde bir parkta kaykay yapan gençleri izliyorsunuz ya da yürürken önünden geçtiğiniz çiçekçi dükkanının önünde biraz durup vitrini izleyip eşinize bir çiçek almak aklınıza geliyor ya da biraz mola vermek için oturduğunuz bir bankta hiç tanımadığınız birisi ile 10 dakika muhabbet ediyorsunuz ve yeni şeyler öğreniyorsunuz. İşte Seestadt bir kentlinin mutlu olması için gerekli bu sosyal kurguya kentsel boşlukların kesintisiz ve insan ölçeğine uygun tasarımı ile zemin hazırlamakta.

PİLATES

SENA YÜKSEL/JCI Beşiktaş Üyesi

Herkese Merhabalar,

Ben Sena JCI Beşiktaş üyesiyim. Sizlere bu yazımda pilatesin tarihinden, ortaya çıkış sebebinden ve hayatımızın her evresinde neden bulunması gerektiğinden bahsedeceğim.
Öncelikli olarak sağlık nedir? Temelde hayatta var olabilmek için ilk bilmemiz gereken ve kendimize ilk sormamız gereken soru budur.
Sağlık nedir?

Sağlık, sadece hastalık ve sakatlık durumunun olmayışı değil kişinin bedenen, ruhen ve sosyal yönden tam bir iyilik halidir. Dünya Sağlık Örgütü sağlığı, "sadece hastalıkların ve rahatsızlıkların olmayışı değil, bir bütün olarak fiziki, ruhi ve sosyal açıdan iyi olma hali" olarak açıklar.«

Şimdi de «Sağlık ve pilates arasındaki bağlantı nedir?» bunu görelim;

Pilates genel olarak hayatımıza Ebru ŞALLI ve pilates toplu videolarıyla birlikte girdi. Günümüzde bile pek çok insanın aklına pilates denilince kocaman bir pilates topu ve kadınların yapmış olduğu bir antrenman çeşidi olarak gelmekte. Oysa ki pilates hiç de öyle sanıldığı gibi sadece topla yapılan ve sadece kadınların yaptığı bir antrenman çeşidi değil. Her şeyden ziyade pilates bir antrenman çeşidi olmayıp bir fizik tedavi rehablitasyon çeşididir. Fakat günümüzde spor salonlarında hep bir antrenman çeşidi kategorisine konulduğu için bundan sonraki cümlelerimde pilatesten bir antrenman olarak bahsedeceğim.
Gelin şimdi birlikte pilatesin tarihçesini ve çıkış sebebini inceleyelim;
Pilatese kendi soyadını veren Joseph Pilates, 9 Aralık 1883 yılında Almanya, Dusseldorf yakınlarındaki Mönchengladbach şehrinde doğar. Çocukluğu boyunca raşitizm, astım ve ateşli romatizma ile savaşır. Bu rahatsızlıkların üstesinden gelmek için vücut geliştirme, jimnastik, dalış ve diğer fiziksel aktivitelerle uğraşır. Doğu ve Batı egzersiz ve felsefelerini okur ve büyük ölçüde eski Yunan ve Roma yöntemlerinden etkilenir.
1926 yılında Joseph ve eşi Clara Pilates New York'ta ilk Pilates stüdyosunu kurar. New York'un çeşitli kesimlerinden insanlar elit tabaka, sirk çalışanları, jimnastikçiler ve dansçılar stüdyoya gelmeye başlar. Özellikle dans topluluğu, yaptığı işin gerçek değerini anlayan ve Joseph Pilates'in insan vücudu işleyişi ile ilgili içsel ve derin bilginin farkına varan George Balanchine, Ted Shawn, Martha Graham gibi öncüler ve diğer birçok az bilinen dansçılar stüdyoyu uğrak yeri haline getirirler. Onlar bu yöntemin vücutlarına gerek rehabilitasyon gerek performanslarını artırmak için olsun neler yapabileceğinin farkına varırlar.
Kariyeri boyunca Joseph Pilates, icat ettiği çeşitli cihazlarda 600'ün üzerinde egzersiz geliştirir. Cihazları ve egzersizleri geliştirirken, iyi bir sağlığa ulaşmak için "bütün"ü çalıştırmak gerektiği rehber felsefesi olur.

PİLATES

SENA YÜKSEL

Pilates; aslında tamamen bizim kendi vücut ağırlığımızı kullanarak yapmış olduğumuz, küçük kas gruplarımızı çalıştırdığımız yani vücudumuzun direncini artırdığımız bir direnç antrenmanıdır. Sizlerin fiitness salonlarında yapmış olduğunuz ağırlık çalışmaları sizin büyük kas gruplarınızı çalıştıran bir güç antrenmanıdır.

Küçük kas grupları derken neyden bahsediyoruz? Bu küçük kas grupları nelerdir?
Eklemlerimizin arasında bulunan ve iki eklemi birbirine bağlayan kaslar, omurlarımızın her birinin arasında bulunan ve omurlarımızı birbirine bağlayan kaslar, organlarımızı saran kaslar. İşte bütün bu kas grupları küçük kas gruplarıdır. Ve sizin günlük hareketlerinizi bile rahatlıkla yapabilmeniz için, ani darbeler ve hareketlere karşı bedeninizi daha korunaklı tutabilmek için bu küçük kas gruplarınızı güçlü hale getirmeniz gerekmektedir. Bu küçük kas grupları güçlü olmadığı takdirde ani hareketlerde vücutta ciddi sakatlanmalar ve hasarlar meydana gelmektedir.
Keza çoğumuz doğru nefes alım tekniğini bilmiyoruz. Oysa ki nefesi doğru alabiliyor olmak bile insanın hayat kalitesini artıran en önemli faktörlerden biri. Doğru nefes nasıl alınır, havadaki oksijenden nasıl maksimum seviyede yararlanılır, doğru nefes tekniğiyle gün içerisinde nasıl daha az yorgunluk hissiyatı oluşur? Panik atak hastalıklarında hissedilen nefes darlığı sorunu, nefes kontrolüyle nasıl minimal hale getirilebilir hatta ve hatta panik atak hastalığı ortadan kaldırılabilir? İşte yine bu soruların cevabı pilateste saklı. Pilatesin bir diğer güzelliği ise vücudunuzda doğuştan var olan veya sonradan oluşan omurgasal ve kassal rahatsızlıklar nasıl düzeltilebilir? Ve yine bu soruların da cevabı pilateste saklı.

Siz, siz olun, hayatınızın her yaşında, her evresinde pilatesi bulundurun. Çünkü pilates öyle mucizevi birşey ki bazen sizin günlük motivasyon kaynağınız, bazen dostunuz, bazen psikoloğunuz, bazen fizik tedavi uzmanınız ve çoğunlukla sağlığınız...

Pilateste kalın, sağlıkla kalın □

Sosyal Sorumluluğa Farklı bir Pencereden Bakmak
Gelecekte sosyal sorumluluk

BORA ERSEZEN/
JCI İstanbul Alümnisi

Herkese Merhabalar, ben Bora Ersezen JCI İstanbul Şubesi Alumnisiyim. Anadolu Üniversitesi İktisat Fakültesi Kamu Yönetimi Bölümünden 2001 yılında mezun oldum. 2000 yılından itibaren çeşitli sivil toplum kuruluşlarında gençlik çalışmaları konusunda proje geliştirme ve organizasyon alanlarında çeşitli çalışmalar gerçekleştirdim. 2005 yılında Bahçeşehir Üniversitesi Hükümet ve Liderlik Okulu Bünyesinde yapılan Siyaset okulu programını tamamladım, ayrıca Hükümet ve liderlik okulu yayınlarından çıkan makale kitabında "Türkiye'nin Türki Cumhuriyetlerle İlişkileri" isimli bir makalem yayınlandı.

2003'yılından bu yana gençlik ve kadınlarla ilgili çalışmalarına devam etmekteyim, ayrıca JCİ İstanbul, Kalder ve Gain Global derneklerinde üye olarak bulunmaktayım. Halen 2 sivil toplum kuruluşunda aktif olarak sürdürdüğüm çalışmalarımı son yıllarda kişisel gelişim, Kurumsal Sosyal sorumluluk, halkla ilişkiler ve İnsan kaynakları projeleri üzerine yoğunlaştırdım. Değişik bir çok alanda yazmaya ve üretmeye ve proje geliştirmeye devam etmekteyim.

--

Gelecekte sosyal sorumluluk

"Nasıl bir gelecek?" sorusu herkese sorulur ve herkes kendi hayalleri, hedefleri ve planları doğrultusunda bir cevap verir. Bireyler eğitim düzeyleri, sosyal ve ekonomik düzeyleri, kültürel düşünceleri ile çok farklı ulaşmak istedikleri yerlere ulaşmaya çalışırlar. Çalışma hayatı, okul hayatı ve toplumsal hayatta yaşam devinimi içinde her zaman farklı işlere, olgulara, etkinliklere yaklaşmaya çalışır insanlar. Böylelikle sosyal hayatlarında da yeni açılımlar yaparak kendi alanlarında veya yabancı oldukları bir alanda sosyal çalışmalara girerek, kendi yetkinliklerini ön plana çıkarabilir, günlük iş hayatından veya okul hayatından çıkarak farklı bir işler yapma yoluna girmek isteyebilirler.
Bu anlamda karşımıza sosyal çalışmalar çıkar. İnsanların yaşamlarında ve geleceklerindeki planlamalarında yol gösterici olabilir. Neden böyle bir şey ortaya çıkar? Toplumda bir sistem içinde yaşamlarını devam ettiren insanlar farklı alanlarda neler yapabileceklerini hangi alanda başarılı bir proje veya amacı ortaya koyabileceğini göstermek ister. Bunun yolu da çeşitli alanlarda çalışmalar yapan sivil toplum kuruluşlarında gönüllü olarak çalışmak ve bireysel sosyal sorumluluğu geliştirmektir.

Sosyal Sorumluluğa Farklı bir Pencereden Bakmak
Gelecekte sosyal sorumluluk

BORA ERSEZEN

Cinsiyetler arası değerlendirilme yapıldığında son yıllarda bu tür çalışmalara katılımlarda artış oranı yine kadınlarda. Sosyal konulara daha fazla duyarlılık, eğitim ihtiyacı, ekonomik olarak da bir gelir kaynağı yaratmak isteyen kadın grupları bu açıdan ön plana çıkmaya başladı. Özellikle yerel yönetimlerimizin faaliyet alanlarında yaptıkları istihdam kaynaklı, üretim ve el emeğine dayalı projelerde kadınlar ve gençlerde büyük bir katılım oranı görülüyor. Gelecekteki sosyal sorumluluk dediğimiz noktalardan bir tanesi de bu sosyal projelerde kadın başvurularının artmasıdır. Böylelikle kadınlar bu alanda daha fazla söz sahibi olabilecek, bir proje havuzuna ve çalışma alanına daha fazla girebilecektir.
Gelecekteki sosyal sorumluluk anlayışında artık yavaş yavaş yerel yönetim, sivil toplum kuruluşları, ajanslar ve özel sektör birer paydaş haline gelmeye başlamıştır. Bu durum gelecek proje üretimlerinde, ortaya konacak istihdam kaynaklarında ve sosyalleşmede ortaya çıkacak yegane unsur olacaktır.

Gelecekteki sosyal sorumlulukta teknolojik gelişmeler ve sosyal inovasyon dediğimiz kavramlar ne kadar gelişme gösterse de, en önemli temel kaynak insan olacaktır. İnsan doğal olarak yani gönüllü kaynakları yönetimi dediğimiz sistemler, kurumsal iletişim içine mutlaka girecek ve ayrı bir istihdam kaynağı olarak sosyal sorumluluğun alt yapısı olmaya devam edecektir.
Gelecek tasarımcıları özellikle inovatif alanda ve teknolojik tabanlı gelişmeler üzerine çok faydalı ve birçok önemli projeler yapmaktadırlar. Bu projelerden yapılan sosyal sorumluluk tabanlı olan projelerde insan odaklı ve olanlarda mutlaka gönüllülük kavramı bir sisteme oturmalı ve bu gelişmede yer almalıdır. Proje mutlaka önemli, teknolojik imkanların projelerde kullanılması da önemli ama gönüllülük yönetimi ile entegrasyon yapılması buna göre projelerin yazılması da son derece önemli konulardan biridir.

Sosyal Sorumluluğa Farklı bir Pencereden Bakmak
Gelecekte sosyal sorumluluk

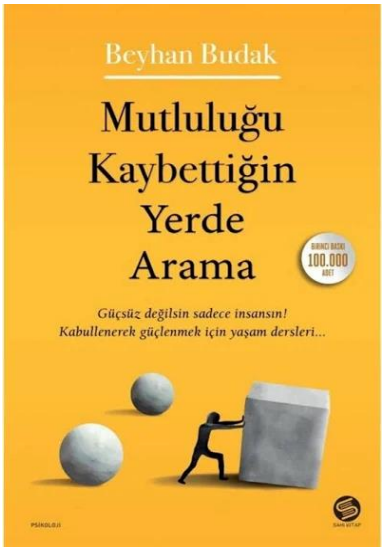
BORA ERSEZEN

Bireysel sosyal sorumluluk

Bir toplumu oluşturan en önemli etkenlerden biri de bireydir. Birey doğumdan ölümüne kadar toplum içinde çeşitli katmanlardan geçerek belli bir sistemi devam ettirir. Çocukluk, ergenlik ve yetişkinlik dönemleri kapsamında çevresel faktörler sayesinde bir çok şeyi öğrenir ve bunları gözlemleyerek yapmaya çalışır. Beyinsel olarak sürekli kendini yenileme aldığı eğitimlere göre gelişme ve yetkinliklerini ortaya çıkarma gibi çeşitli teknikleri kullanarak toplumda bir statü sahibi olmaya çalışır.
Birey eğitim hayatından başlayarak, etrafındaki birçok olaya karşı farkındalık kazanır. Eğitim, çevre, aile, sağlık ve benzeri birçok konuda fikir sahibi olmaya başlar. Kimi zaman bazı çözümler üretmeye çalışır, kimi zaman üzerinde düşünerek bir katkı koymaya çalışır. Burada bireyin karşısına ilk kez okul yıllarında kulüp organizasyonları, iş hayatında sosyal çevre ve aktif olarak bir şeyler yapmak isterse de sivil toplum kuruluşları çıkar.
İşte bu aşamada birey etrafında gözlemlediği herhangi bir konuda fikirlerini, düşüncelerini ifade etmek bunu diğer bireylerle paylaşmak veya gönüllü bir organizasyona girerek bu konuda gönüllü bazı çözümler üretmek için çaba ve zaman harcar. Bu noktada bireyin bir bütünlük halinde bu çalışmaları yapmak istediği anda karşısına yepyeni bir kavram çıkar, '*sosyal sorumluluk*' kavramı. Sosyal sorumluluk kavramı, bireyler arasında genellikle bir kampanyaya katılım şeklinde anlaşılabilir. Sosyal medya üzerinden bir destek olarak veya bir zaman dilimi içinde belli bir projeye dahil olmak ve çalışmak veya CV'ye eklemek şeklinde bir olgu olarak da anılabilir. Bireysel sosyal sorumluluk kavramı ile ilgili olarak oturtmak istediğimiz kavram aslında bireyin belli bir zaman dilimi içinde, belli bir konuda yetkinliğini ortaya çıkartabilecek, plan ve fikirleri ile o kuruma öncülük edebilecek sosyal bir birey olmasını sağlamak olmalıdır.
Öncelikle bu kavramın gelişmesi için birey yetkin olduğunu düşündüğü bir konuda bir sivil toplum kuruluşu belirlemeli iletişim kanallarını kullanarak, o kurum ile ilişkilerini güçlendirmeli ve üreteceği projelerle kuruma yön vermelidir. Birey bundan çekinmemelidir, bunu ortaya koyduğu güçlü fikirlerle desteklemeli ve geliştirmelidir. Birey sosyal sorumluluk alanında geçici olarak değil, bir aidiyet duygusu ile bir sivil toplum kuruluşunda çalışarak ve projeler üreterek yapmalıdır. Ürettikçe o sivil toplum kuruluşu da gönüllü kaynaklarının nasıl ve daha iyi kullanıldığını görecektir.
Amaç geçici bir hedef olmamalıdır. Birey sosyal sorumlulukta ben de varım demelidir. Bunu gönüllü çalışmalarda en güzel şekilde ifade etmeyi de bilmelidir. Belki gelecekte bu sayede kurumsal sosyal sorumluluk kavramı yanına bir de *Bireysel Sosyal Sorumluluk kavramını* ekleriz,

Bora Ersezen

Kitap, Müzik, Film, Mekan



Kitap

Mutluluğu Kaybettiğin Yerde Arama, Beyhan Budak

Güçsüz değilsin, sadece insansın.Her şeyle savaşamazsın.Her konuda en iyisini yapamazsın.Her zaman mantıklı davranamazsın.Bazen akışına bırakmak gerekir. Bazen savaşmak ve kazanmak yerine yenilgiyi kabul etmek gerekir. Çünkü dünya, yapmak istediklerimizden, kontrol edebileceklerimizden ve gücümüzün yetebileceğinden daha fazlasını içerir.

Kabullenerek nasıl güçleneceğini keşfedeceğinbir yolculuğa var mısın?

SCAN ME

Müzik

Jcı Beşiktaş Spotıfy Listesi

JCI Beşiktaş'ın Spotify hesabı üzerinden paylaştığımız ve her ay, o ayın zevklerine göre güncellediğimiz müzik listemizi bu ay da güncelledik. Listemize aşağıda bulunan linkten ulaşabilirsiniz

Film

Phantom Thread.

Tanıtım Videosu için tıklayınız.

https://youtu.be/zW2CCixjDo4

Imdb Puanı: 7.5/10

Kitap, Müzik, Film, Mekan

Mekan

Milli Saraylar Beykoz Cam ve Billur Müzesi

Beykozda bulunan Müze, yaklaşık olarak 390 dönüm arazide yaklaşık 3000 metrekarelik kapalı alanda Türk Cam Sanatının dünyaya tanıtılması amacıyla kurulmuştur. Müze alanı içinde bulunan ormanlık alan 117 farklı ağaç türüne ev sahipliği yapması bakımından botanik müze özelliğini taşıyor.

Müzeye giriş 15-TL
Müzenin bahçesine giriş 5 TL
Otopark Ücreti 10-TL

JCI

GENÇ LİDERLER VE GİRİŞİMCİLER DERNEĞİ

BEŞİKTAŞ ŞUBESİ
AYLIK BÜLTENİ

JCI Beşiktaş

ARALIK 2021 Sayı 7

Bir sonraki sayımızda görüşmek dileğiyle...