

15 yılın imzası

Güzel Sanatlar Fakültesi kuruluşundan bu yana verilen emeği, İstanbul Atatürk Kültür Merkezi'nde açılan büyük sergiyle izleyicilerle buluştu

Anadolu Üniversitesi Güzel Sanatlar Fakültesi kuruluşunun 15. yılı nedeniyle bir sergi düzenledi. İstanbul Atatürk Kültür Merkezi'nin sergi salonlarında 8 Haziran'da açılan sergi ulusal basından da büyük ilgi gördü.

Güzel Sanatlar Fakültesi lisans ve yüksek lisans öğrencileriyle öğretim elemanlarının eserlerinden oluşan sergi, aynı zamanda **Yılsunu Öğrenci Sergisi** olma niteliğini de taşıyor. Rektör Engin Ataç'ın girişimi ve Kültür Bakanlığı'nın desteğiyle gerçekleşen sergi, GSF'nin bugüne kadar gerçekleştirdiği en büyük etkinlik olarak değerlendiriliyor.

GSF Dekanı Prof. Mehmet Erem,



Fotoğraflar: Hüseyin Eryılmaz

sergiyi kıvanç verici bir durum olarak değerlendirirken, dekan yardımcılardan Doç. Bilgehan Uzun'er ise Anadolu Üniversitesi'nin

prestijinin arttığının altını çizerek; "Bu sergi ile hem ne kadar önemli bir fakülte olduğumuzu gösterme fırsatı bulduk, hem de bu işin pazanının İstanbul'da bulunması sebebiyle mezunlarımıza iş kapılarının açılmasını sağladık" diye konuştu. 24 Haziran'a kadar sürecek olan sergi İstanbul'da Atatürk Kültür Merkezi 1, 2 ve 3 nolu sergi salonunda gezilebilir.

1985 yılında Grafik ve Seramik bölümü ile kurulan GSF bugün bunlara eklenen İç Mimarî, Çizgi Film, Heykel, Resim ve Baskı Sanatları Bölümleri ile sayısını yediye ulaştırdı. Kurulduğu günden buyana 700 mezun veren fakülte 71 öğretim elemanı ile eğitimini sürdürüyor.

-Serhat KARAKAYA-



İstanbul AKM'de düzenlenen GSF sergisi, Rektör Engin Ataç'ın girişimleri sonucu gerçekleşti

Kepleri hazırlayın!

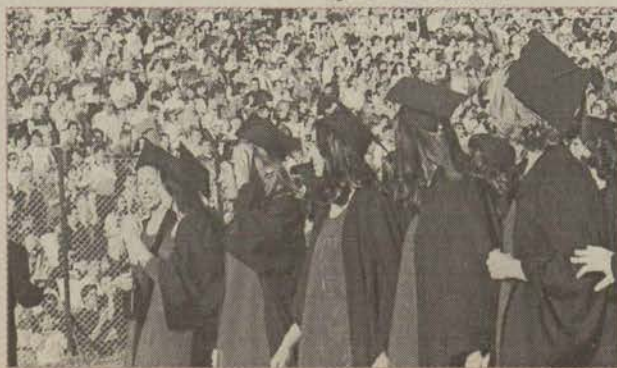
Üniversitemiz 1999-2000 öğretim yılı mezunları yuvadan uçmaya hazırlanıyor. Yüzlerce öğrenci ve yakınının katılacağı tören için herşey hazır

Üniversitemiz yine sevinç ve hüznün beraber yaşanacağı bir güne tanık olacak. 1999-2000 öğretim dönemi mezunlarımız üniversite yıllarına, düzenlenecek bir törenle nokta koyacak. Yüzlerce öğrenci ve yakını konser ve gösterilerle günboyu eğlenceli dakikalar geçirecek, gökyüzü keplerle dolacak.

Nilüferli gece

42. dönem mezunlarını verecek üniversitemizin 25 Haziran'da düzenlenecek mezuniyet törenine müzik dünyasının ünlü isimleri de eşlik edecek. Kendine özgü sesi ve yorumuyla tanınan Nilüfer en güzel şarkılarıyla yaşanan heyecana ortak olacak.

Geçen yıl gerçekleştirilen mezuniyet töreninde sergiledikleri gösteri ile büyük beğeni toplayan



BESYO öğrencileri bu sene de izleyicilerin karşısına çıkacak. Geç saatlere kadar sürecek olan eğlenceye havai fişek gösterisi de ayrı bir renk katacak.



Anadolu Haber "DALYA" dedi

Yayın hayatına başladığı günden beri yüklediği habercilik misyonunu hiç taviz vermeden sürdüren Anadolu Haber 100. sayıya

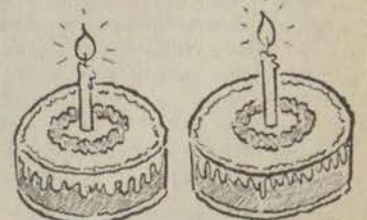
Anadolu Haber, kurumsal kimliği ve basın etiğini ön planda tutan yayın anlayışı ile 100. sayıya ulaşmanın hakkı gururunu yaşıyor.

26 Şubat 1998'de başladığı yayın hayatını, haftalık periyotlarla sürdüren gazetemiz, üniversitemiz öğrenci, öğretim elemanı ve çalışanlarının kurum içi iletişimini sağlamada önemli bir misyonu yerine getiriyor. Anadolu Haber, ülkemizdeki üniversiteler içinde haftalık periyotlarla yayın yapan ilk ve önder gazete olma özelliğini taşıyor. Gazetemizi örnek alan bazı üniversiteler de benzer şekilde gazete yayımını başlatmış durumdadır...

Kampus, öğrenci yaşamı, kültür-sanat, kulüpler, spor ve bilimsel etkinliklere ilişkin haberleri, hem kurum içi iletişimde, hem de kurumumuzla ilişkide bulunan yerel ve ulusal kuruluşlara üniversitemizin etkinliklerini duyurmada büyük bir görev üstlenmiş durumdadır...

Haber toplama ve tasarım ekibinde öğrencilerin çalıştığı gazetemiz, gazeteciliğe merak duyan öğrenciler için de bir staj olanağı sağlıyor. Öğrenciler gazeteciliği, öğretim elemanlarının danışmanlığında yaşayarak öğreniyorlar...

ÇİZGİMİZAH



Anadolu Haber 100. sayıya ulaştı...

Atla ÖZER

haber@anadolu.edu.tr

Neler canınızı sıkıyor?

Esra Torun

*Bozüyük
Yüksekokulu
Seramik/2*

Rahatsız olduğum şeylerin başında bu güzel kampusten uzakta bir yerde okuyur olmam geliyor. Bununla birlikte televizyonlarda izlediğimiz bir çok programı kesinlikle beğenmiyorum. İçeriğinin yanı sıra çoğu kez karşımıza çıplak kadınlar çıkarılıyor, bunun kötü tarafı bu insanlar sanatçı olarak sunuluyor.



Mine Öztürk

*Açıköğretim
Fakültesi
Kamu
Yönetimi/1*

Televizyonlarda izlediğim bir çok program beni ve zannederim bir çok insanı rahatsız ediyor. İnsanların saatlerce televizyon başında vakit geçirmesi beni rahatsız ediyor. Eskişehir yaşayan insanların öğrenmeye olan tavını sevmiyorum.



Hürriyet İşksolu

*Eğitim
Fakültesi - Si
nif Öğretmenliği/1
Basının magazin*



haberlere ağırlık vermesi beni rahatsız ediyor. 2. ve 3. sayfalarını bile bu tür haberlere ayıyorlar. İnsanların özel hayatlarına çok fazla kaşınıyorlar.

Burak N. Malatya

İİİB - Maliye/1

Kamuyuuna aktarılan haddinden fazla magazin haber var ve iyice iğrençleşti. Halkı ilgilendirmeyen şeyleri önümüze koyuyorlar. Bu durum ciddi gazetelerde de var. Bu durum da beni fazlasıyla rahatsız ediyor.



Fadime Öztürk

*Bozüyük
Yüksekokulu
Seramik/2*

Bozüyükte arkadaşlarımla birlikte kalıyorum. İnsanların davranışlarından, tavırlarından oldukça rahatsız oluyorum. Bu arada her gün yeni bir yolsuzluğun ortaya çıkması tüm insanları rahatsız ettiği gibi beni de rahatsız ediyor.



larından oldukça rahatsız oluyorum. Bu arada her gün yeni bir yolsuzluğun ortaya çıkması tüm insanları rahatsız ettiği gibi beni de rahatsız ediyor.

Anadolu Haber'den...

100. sayımıza ulaştık...

Yaşamda önemli günler vardır. Kurumların gündelik aktivitelerinde de özel günler, kurumsal birlikteliğin önemli taşlarını oluşturmaktadır.

Anadolu Haber gazetemiz de, 26 Şubat 1998'de başladığı yayın serüveninde bu haftaki sayısıyla 100. sayıya ulaştı.

100 rakamı ve katları ile kuruluş yıldönümleri, gazetelerin okurları ve çalışanları ile daha bir kenetlendiği dönemlerdir.

Ayrıca bu dönemler, yayın kuruluşları için yeniliklere imzaların atıldığı dönemleri oluşturmaktadır. Anadolu Haber olarak biz de 100. sayımıza ulaşmakla sizlere daha güzel bir gazete sunma arayışımızı daha da artırdık.

Gazetemizin web sitesi bu yeniliklerden biri olacaktır. Şu anda deneme yayını (anadoluhaber.8k.com) adresinden başlattık. Deneme yayını-mızdaki eksikliklerimiz giderildikten, tasarımı-mız tam olarak oluştuğundan ve BAUM yeni sisteme (UNIX) geçtikten sonra, gazetemiz sizlere, üniversitemiz web sitesi içerisinde kendi sitesinde sıcaklığına yayına başlayacaktır.

Anadolu Üniversitesi Basımevi, Türkiye'de en yoğun baskı faaliyetleri içerisinde olan bir matbaadır. Özellikle açıköğretim sınavları öncesindeki "kapalı devre baskı" süreci, bu yoğunluğun had safhada olduğu gündür.

Matbaamızdaki bu iş yoğunluğu ve sınav evraklarının bir an önce basılması gerekliliği nedeniyle gazetemizin baskı işlemlerinde gecikmeler oldu.

Bu konuda gerek kurum içi, gerekse de kurum dışındaki bazı okurlarımızdan tepkiler aldık.

Ancak bu gecikmeler, yukarıda bahsettiğim ve elde olmayan nedenlerden kaynaklanıyor...

Daha nice sayılarımıza...

Doç. Dr. Halil İbrahim GÜRCAN
haber@anadolu.edu.tr



Kampus Faresi

GSF'den AÇIKLAMA

GSF'den yapılan açıklamada, Anadolu Haber'in 98. sayısında "çıkırtı krizi" başlıklı yazıda bir yanlış anlama olduğundan bahisle şu açıklama yazısı gönderilmiştir:

GSF bilgisayar laboratuvarları öncelikli olarak eğitim amaçlı, ikinci olarak da hizmet amaçlıdır. Laboratuvarların girişlerinde Stüdyo Çalışma Programı bulunmaktadır ve bu program doğrultusunda öğrencilere eğitimin dışında hizmet vermeye de çalışmaktadır. Yoğun bir ders programını yüklenen Bilgisayar Stüdyosu'nda sürekli ders yürütülmekte, ancak Cuma Saat 9:00-12:00 arası serbest çalışma sistemini yürütmekte ve fakülte veya bölüm ayrımlı güt-

meden tüm öğrencilere eldeki imkanlar dahilinde hizmet vermeye çalışmaktadır.

Çıkırtı almak için bilgisayar laboratuvarlarımız bir hizmet bürosu değil, eğitim birimidir. Öğrencilerimiz acil çıktı ihtiyaçlarını kentteki kuruluşlardan da karşılayabilir. Ayrıca renkli çıktı ünitesi okulun diğer pek çok biriminde de mevcuttur.

Kantinlerden AÇIKLAMA

Üniversitemiz Yunussemre ve İki Eylül Kampusleri'ndeki kantinlerde farklı fiyatlar uygulandığına ilişkin 98. sayımızın Kent Gezgin'i köşesindeki habere ilişkin yapılan incelemede, kantinlerde fiyat farklılığı bulunmadığı bildirilmiştir. Yazıda geçen ayramın farklı fiyatlarla satılması, kantinlerin işletmecisi tarafından ele al-

arak bir öğrenci kanalıyla kantinlerden ayrıntı satın alınmış ve satın alınan ayrıntıların fişlerinde herhangi bir farklılık bulunmamıştır.

Kent Gezgin'i'ndeki yazı, bir ay önce yazıldığı ve matbaamızın kapalı devrede olması yüzünden gazetemizin geç çıkması nedeniyle gazetemiz muhabirinin bir ay önce bizzat kendisi tarafından tespit ettiği fiyat farkı bugün ortadan kalkmıştır. Bu farklılıkların ortadan kaldırılmış olması öğrencilerimiz için sevindirici bir olaydır.

Ayrıca üniversitemizdeki sekiz fakülte kantininin işletmecisi Fevzi Gündüz'ün haberimiz üzerine olayın üzerine giderek sorunun çözülmesi yönünde kantinlerde bir araştırma yaptırması da önemli bir olaydır.

Sorumlu

YAYINCILIK

Anadolu Haber, kurum içi yayın organı olarak, kurumumuzda aksayan yönleri tespit ederek ilgililere duyurma, üniversitemize yakışır bir üniversite yaşantısının oluşmasına katkıda bulunma yönündeki yayınları sürdürmektedir. Bu yayınları yaparken amaç hiçbir zaman karalama olmamıştır ve bundan sonra da olmayacaktır. Bazı haberlerimiz, sorunların yaşandığı biçimlerde "zülfü yâre" dokunduğu için tepki çekebilmektedir. Ancak, bunun yukarıda belirttiğimiz amaçlarla yapıldığı gözönünde bulundurulmalıdır. Saygıyla duyururuz...

●ANADOLU HABER●



Anadolu Haber

Anadolu Üniversitesi haftalık iletişim gazetesi

ISSN 1302-0005

06 - 12 Haziran 2000 Sayı: 100

Sahibi:
Prof. Dr. Engin ATAÇ

Genel Yayın Yönetmeni:
Prof. Dr. Haluk GÜRGEN

Yazı İşleri Müdürü:

Doç. Dr. Halil İbrahim GÜRCAN

Haber Editörü : **Uzm. Ufuk TÖZELİK**
Kültür-Sanat Editörü: **Ar. Gör. Deniz KILIÇ**
Spor Editörü : **Ar. Gör. Haluk BİRSEN**
Görsel Yönetmen : **Öğ. Gör. Sibel ONURSOY**

Sayfa düzenleme: **Çenk KÖKSAL**
Anadolu Üniversitesi Basımevi'nde 5000 adet basılmaktadır.

İletişim Adresi:
Anadolu Üniversitesi, Yunussemre Kampüsü,
Valık Binası, 26470 Eskişehir
Tel: 0-222-335 05 81 / 1790 Faks: 0-222-335 36 16
E-posta: haber@anadolu.edu.tr

Cambridge sınavları üniversitemizde

Üniversitemiz dünyaca kabul edilen, öğrencilerden kamu personeline kadar birçok kesimden ilgi gören Cambridge dil sınavlarının (IELTS) temsilcisi oldu

Geçtiğimiz yıl kurulan Yabancı Diller Yüksekokulu'nda dönem başından bu yana bütün birimlere hazırlık eğitimi vermeye başlayan üniversitemizde bir gelişme de dil sınavlarında yaşandı. Bundan sonra University of Cambridge Local Examination Syndicate (UCLES) İngilizce sınavları Anadolu Üniversitesi'nde de yapılacak.

Düzeğe göre sınav

Dünyanın en önemli yabancı dil sınavlarından biri olarak kabul edilen ve her yıl binlerce insanın başvurduğu Cambridge Yabancı

Dil Sınavları (IELTS) farklı düzeylerde gerçekleştiriliyor. Türkiye'de

The British Council tarafından düzenlenen sınavlar 7-12 yaş grubu

için Young Learners, lise öğrencileri için Key English Test (KET) ve Preliminary English Test gibi çeşitli dallarda uygulanıyor.

KPDS yerine IELTS

Ayda iki kez yapılan IELTS sınavının sonuçları ise Akademik kariyer yapmak isteyenlerin İngilizce seviyesini ölçen KPDS'nin yerine de kullanılıyor. Cambridge dil sınavları hakkında ayrıntılı bilgi ve başvuru için Eğitim Fakültesi İngilizce Öğretmenliği bölümünden Prof. Dr. Zula Balpınar'la iletişime geçebilecekleri bildirildi.

◆ ÇELİK ÇELİKYAMAN ◆



'Özürülüler birinci sınıf vatandaşdır'

Devlet Bakanı Şuayip Üşenmez, üniversitemizin özürülülerle ilgili önemli çalışmalar yaptığını ve geliştirilecek projelerde Eskişehir'in pilot il olarak belirlendiği belirtti

Toplumun büyük bir kesimini oluşturan özürülü insanları sorunları çeşitli tartışma ortamlarında masaya yatırılıyor. Başbakanlık Özürülüler İdaresi Başkanlığı ile Sakatlar Demeyi Eskişehir Şubesi tarafından Özürülülüğe Genel Bakış başlıklı bir panel düzenlendi. Atatürk Kültür ve Sanat Merkezi'nde gerçekleştirilen etkinliğe katılan Devlet Bakanı Prof. Dr. Şuayip Üşenmez, özürülülerin haklarının ulusal ve uluslararası sözleşmelerle güvence altına alındığına dikkat çekerek, özürülülerin daha önce olduğu gibi bundan sonra da birinci sınıf va-

tandaş olacaklarını bildirdi.

Eskişehir pilot il

Özürülülerin karşılaştığı sorunların sadece devletin gayretleriyle çözümünün mümkün olmadığına dikkat çeken Devlet Bakanı Şuayip Üşenmez, yerel yönetimler ve sivil toplum örgütlerinden de destek istedi. Anadolu Üniversitesi'nin özürülüler için yaptığı çalışmaların önemine değinen Üşenmez, geliştirilecek olan projeler için Eskişehir'in pilot il olarak seçildiğini ve çalışmalarda üniversitemizin de yer alacağını sözlerine ekledi.

Miniklerden okuma bayramı

Bu yıl okula başlayan minik öğrenciler, düzenlenen okuma bayramında hünelerini sergiledi



Mustafa Kemal Paşa İlköğretim Okulu birinci sınıf öğrencileri yıl sonunda gerçekleştirilen okuma bayramında izleyicilerin karşısında çıktı. 6 Haziran'da sinema salonunda yapılan gösteriye İstiklal Marşını söyleyerek başlayan minikler, Küllükesi masalını da sahnelledi. Şiirlerin okunduğu eğlenceli folklor grubu da oyunlar sergiledi. Gösteri sonunda miniklere kırmızı kurdela takıldı.

◆ MEİSA KAYAALP ◆

Radyo A'da bir pilot



İstanbul Havacılık Kulübü üyesi Suat Şimşek, Radyo A'ya konuk oldu. Havacılık Şenlikleri kapsamında 5 uçakla gösteri yapan ekipte yer alan Şimşek, havacılık yaşamını anlattı. Geçtiğimiz yıl Türk-Yunan dostluğu çerçevesinde 10 uçakla Yunanistan'a giden ekipte de uçan Şimşek'in aynı zamanda Efes Rallisi birinciliği bulunuyor.

Ev yemeği arayanlara

Eskişehir Meslek Yüksekokulu'nun bitişiğinde bulunan eski memur lokali müşterilerine yeniden "merhaba" diyor. Ev yemekleri yanında izgara çeşitlerinin de bulunduğu lokalde sabah kahvaltılarının yanı sıra akşam yemekleri de verilmeye başlandı.



Alo, orası bilecik mi?

Bilecik meslek yüksekokulu telefon numaraları değişti. Yeni telefon numaraları ise şöyle:
228-216-00-61 olup 4 hat üzerinden hizmet vermeye başladı.

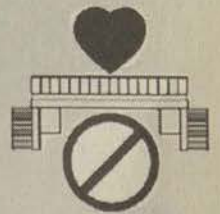
Avrupa'dan istekler

Yurt dışında yaşayan ve açıköğretim fakültelerinde öğrenim gören yaklaşık 1200 öğrenci, geçtiğimiz günlerde Avrupa'daki 11 il (Berlin, Brüksel, Den Haag, Frankfurt, Hamburg, Köln, Münih, Stuttgart, Paris, Viyana) merkezinde yıl sonu ve seçme sınavlarına girdi. Sınavlarda herhangi bir sorun yaşanmazken öğrenciler, Açıköğretim Fakültesi'nin çalışmalarını genellikle internetten takip ettiklerini ve Anadolu Üniversitesi Rektörlüğü'nden internet ağlarının daha da güçlendirilmesini istiyor.

Geçmiş olsun

Rektör Yardımcısı Prof. Dr. Atilla Barkana, 2 Haziran'da anjiyo operasyonu geçirdi. Barkana'nın sağlık durumu iyi. Hocamıza geçmiş olsun diyoruz.

Anadolu Haber



Hayatının değerini bilenler üstgeçidi kullanıyor!

Havada şenlik

Merkez kampustan sonra İki Eylül Kampüsü de geleneksel havacılık şenliği ile coşarken, öğrenciler birbirinden ilginç uçak ve parüşüt gösterileri ile eğlenceli dakikalar geçirdi

Anadolu Üniversitesi Sivil Havacılık Yüksekokulu'nda iki gün süren Bahar Şenliği bu yıl da eğlenceli dakikalar sahne oldu. Öğrenciler dans, paraşüt ve uçuş gösterileri ile coşarken düzenlenen konserlerle yüzlerce insan sınavlar öncesinde stres attılar.

Öğrencilerin yoğun ilgi gösterdiği şenliklerde, Türk Hava Kurumu (THK) paraşüt atlayışları, TOP-AIR ve İstanbul Havacılık Kulübü'nün uçuş gösterileri öğrenciler tarafından büyük alkış aldı. Birçok öğrencinin stand açtığı panayırda müzik sanat dünyasının ünlüleri öğrencilerin

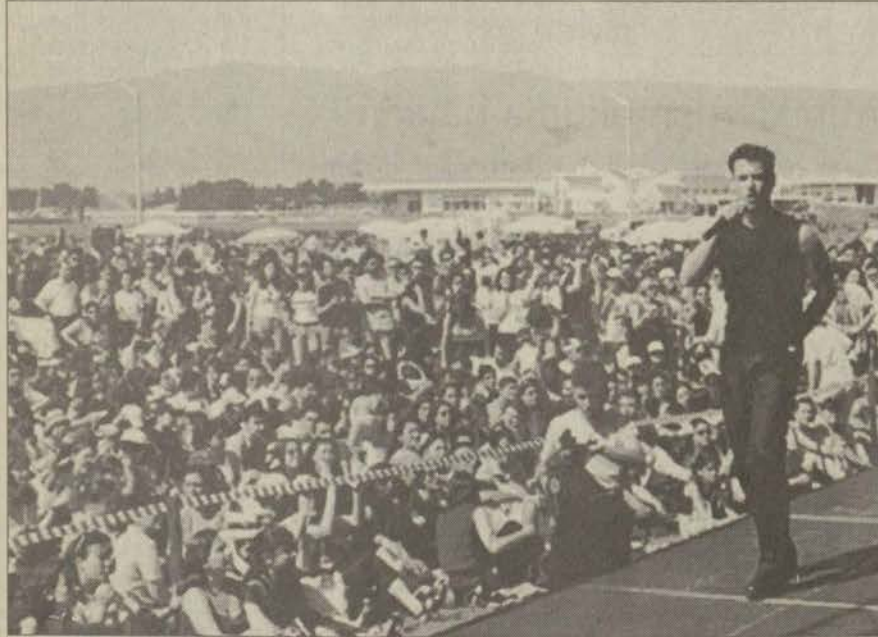
çoşkusuna ortak oldu.

Mert Erken, Burak Aziz, Sarper, Grup Eylül ve Fatih Erkoç gibi isimler iki gün süren panayırda şarkılar ile panayıra ayrı bir renk kattı.

Haber ve fotoğraflar:

◆ Oğuzhan MACİT ◆

◆ Çelik ÇELİKİYAMAN ◆



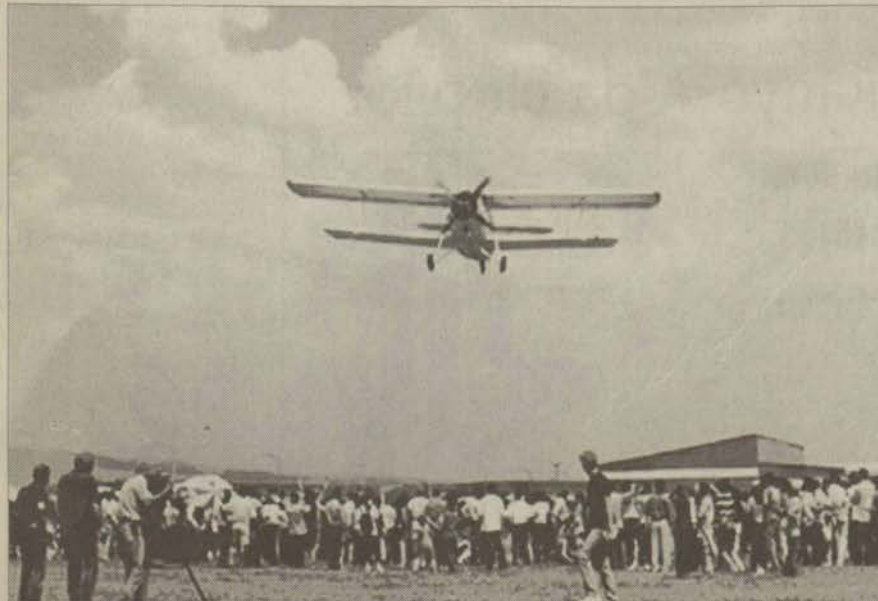
YÜKSELEN DEĞERLER: Günümüzün yükselen değerleri içinde pop önemli bir yer tutuyor. Özellikle gençler, birbiri ardına kaset çıkararak genç popçulara büyük rağbet gösteriyor. Bahar şenliğine müzikleri ile katılan Fatih Erkoç, Mert Erken, Burak Aziz, Sarper ve Grup Eylül öğrencilerden tam not aldı.



PARAŞÜTLE UÇMAK: Sivil Havacılık'taki Bahar Şenliği'nde, öğrencilerin oluşturduğu paraşüt ekibi, havada kuğu gibi süzülerek belirlenen yere başarı ile indiler.



MÜZİK ve DANS: İki Eylül Kampüsü'nde Sivil Havacılık Yüksekokulu tarafından düzenlenen Bahar Şenliği'nde, üniversitemiz Halk Dansları Topluluğu ve Halk Müziği korusu öğrencilere farklı bir şenlik yaşattı.



UÇMAK ya da UÇAMAMAK: Uçmak birçok insan için imrenilerek bakılan bir olay. Nitekim bahar şenliğinde üniversitemiz ve Top Air uçaklarının yaptıkları akrobasi gösterisi, birçok kişi için uçmak özlemini bir defa daha duyumsadıkları ve uçanlara imrenerek baktıkları bir şölene dönüşmüştü...



Konservatuvardan çifte başarı

Anadolu Üniversitesi Devlet Konservatuvarı Müzik Bölümü üç öğrencisini Akdeniz Gençlik Orkestrası'na gönderirken bir öğrencisini de Çaykovski Devlet Konservatuvarı'na uğurluyor.

Akdeniz ülkelerinin öğrencilerden oluşan Gençlik Orkestrası'na (Orchestre des Jeunes de La Méditerranée), bu yıl seçilen 8 kontrabas öğrencisinden 3'ü Anadolu Üniversitesi Devlet Konservatuvarı Müzik Bölümü öğrencisi. Bu büyük başarıya imza atan öğrencilerden Hacer Özlü Lisans 1, Gökhan Gençler Lisans 3 ve Ayça Özsöğüt ise henüz Lise 2. 'ci sınıfta öğrenimlerini sürdürmekte.

Konservatuvar Müzik Bölümü Kontrabas Öğretim Üyesi Esra

Gül Atalay ise öğrencilerinin böyle bir organizasyona seçilmesinden son derece memnun olduğunu belirterek: "Mimar Sinan Üniversitesi'nde daha henüz öğrenciyken bu orkestrada ben de görev almıştım. Şimdi öğrencilerimin yer alması benim için ayrı bir gurur kaynağı. Öğrencilerim kendilerini evrensel bir parkurda sinama şansını ele geçirdiler. Fakir ülkelerdeki genç müzisyenlerle dostluk kurmaları da onların ufuklarını genişletecektir. Ama sanırım en önemlisi bu uluslararası organizasyona Anadolu Üniversitesi üç öğrencisini birden yollayarak damgasını vurmuştur" diye konuştu.

Her yıl Fransa'da düzenlenen bu etkinliği Akdeniz ülkelerindeki öğrenciler oluştuluyor. Orkestranın bu yaz gerçekleştirecek 2000 sezonunda İstanbul, Tunus ve Fransa'da konserler yer alıyor.

Çaykovski'de bir Anadolu

Devlet Konservatuvarı üç öğrencisini Fransa'ya yolcu ederken



Fotoğraf: Hüseyin Erilmez

Gençlik Orkestrası'na (Orchestre des Jeunes de La Méditerranée), bu yıl seçilen üç Anadolu Üniversitesi Devlet Konservatuvarı Müzik Bölümü öğrencisi ortadan; Hacer Özlü, Ayça Özsöğüt ve Gökhan Gençler

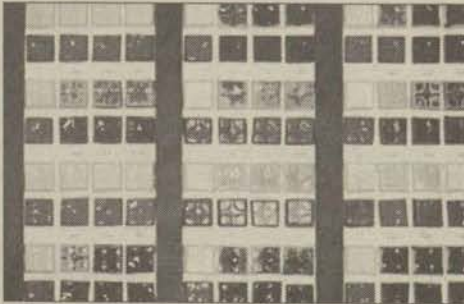
bir öğrencisini de yüksek lisans eğitimi için Moskova'ya uğurluyor. Keman Bölümü Lisans öğrencisi Şenol Aydın, dünyanın en önde gelen konservatuvallardan

birisi olarak gösterilen Çaykovski Devlet Konservatuvarı'na giren 3. Türk Sanatçı olma gururunu yaşıyor. Genç keman sanatçısı Şenol Aydın Moskova'da 4 sene alaca-

ğı eğitimin ardından tekrar Anadolu Üniversitesi'ne dönüp öğretim görevlisi olarak çalışmalarına devam edeceğini belirtti.

◆ Serhat KARAKAYA ◆

Bozüyük'ten gelen seramik



Anadolu Üniversitesi Bozüyük Meslek Yüksekokulu Seramik Bölümü bir sergi gerçekleştirdi. 12 Haziran'da Anadolu Üniversitesi Kütüphane ve Dökümantasyon Merkezi Sergi Salonu'nda açılan sergi öğrenci ürünlerinden oluşuyor. Sergi 25 Haziran'a kadar gezilebilir.



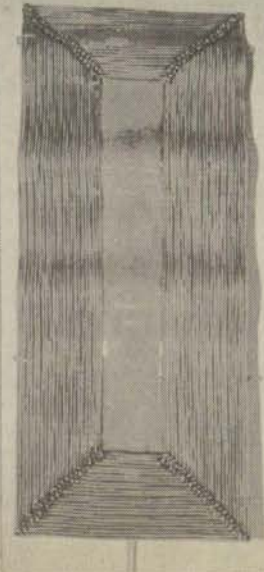
GSF ödüle doymuyor

Üniversitemiz Güzel Sanatlar Fakültesi Grafik Bölümü son sınıf öğrencilerinden Pars Kunt ve Polat Gülkaş 13. Ankara Film Festivali Afış Yarışması'nda üç ödülünden ikisini kazandı. Sağlık Bakanlığı'nın düzenlediği "Sigarasız Temiz Bir Dünya" konulu afiş yarışmasında ise 3. sınıf öğrencilerinden Feyza Yüzbaoğlu'nun çalışması ödüle değer bulundu.

Ayrıca Grafik Bölümü'nden Öğ.Gör. Cemalettin Yıldız, Bursa Yıldırım Belediyesi'nin ve Bursa Osmaniye Belediyesi'nin düzenlediği amblem yarışmalarında iki ödül aldı. Türkiye'deki Güzel Sanatlar Fakülteleri içindeki Grafik Bölümü öğrencilerinin bu başarıları, iş dünyasında özellikle tercih edilir bir konuma geldiğini gösteriyor.

Pınar Genç'e bir ödül daha

Engelliler Entegre Yüksekokulu öğretim üyesi Yard. Doç. Pınar Genç ödüllerine bir yenisini daha ekledi. 61. Devlet Seramik Yarışması'nda başarı ödülü kazanan Yard. Doç. Pınar Genç, 6 Haziran'da Ankara Resim Heykel Müzesi'nde düzenlenen törenle ödülünü aldı. Yarışmaya, optik yarılsamanın kullanıldığı üç parçadan oluşan "Stoneware" duvar panosuyla katılan Genç, daha önce de 59. Devlet Seramik Yarışması'nda başarı ödülünün sahibi olmuştu.



Esra Kınıklı'ya Eczacıbaşı ödülü



Anadolu Ü. Devlet Konservatuvarı Müzik Bölümü öğretim görevlilerinden Esre Kınıklı, İzmir Kültür Sanat ve Eğitim Vakfı tarafından düzenlenen "3. Dr. Nejat Eczacıbaşı Ulusal Beste Yarışması"nda "Suit" adlı eseriyile üçüncülük ödülü aldı.

Eserinin erkekler korusu ve küçük orkestralar için olduğunu belirten Kınıklı, ödülünü 17 Haziran'da İzmir Festivali'nin açılışında alacak.

Eğitim'den karma sergi

Eğitim Fakültesi Güzel Sanatlar Eğitimi Bölümü öğrencileri açtıkları karma sergiyle beğeni topladı. 7 Haziran'da Eğitim Fakültesi A Blok'da açılan sergi dönem sonuna kadar gezilebilir.

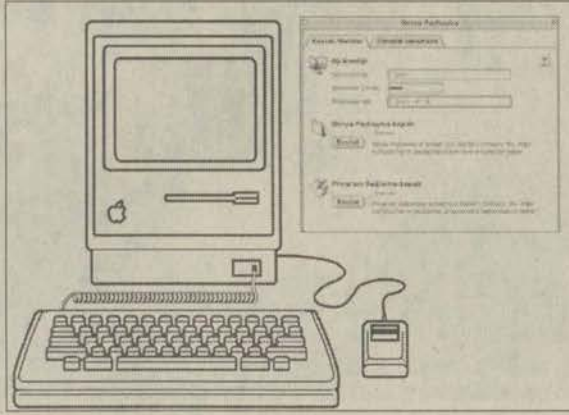
Macintosh kullanıcıları dikkat!

Ethernete bağlı bilgisayarlarda yaşanan program çakışmasının seçinin devre dışı bırakılarak önlenilebileceği açıklandı. Yapılacak diğer işlem ise bilgisayarınızın adı bölümüne kendi adınızı ve dahili numaranızı yazmak.

Üniversitemizde ethernet bağlantısını kullanan bilgisayarlarda bir süredir program çakışması meydana geliyor. Birçok personel programları kilitletiği ve ağa bağlı yazıcıdan çıktı alamadığından şikayet ediyor. BAUM tarafından yapılan açıklamada bu sorunun çözümünün ise ancak seçinin kapatılması ile mümkün olacağı bildiriliyor. Yetkililer kullanıcılardan bilgisayar adını yazarken, isimlerinin ilk harfi ve soyadı ile birlikte dahili telefonun yazılmasını istiyor. Böylece sorun yaşandığı zaman kullanıcıların birbirlerine ulaşmaları kolaylaştığı belirtiliyor.

Seçicini kapatın

Bilgisayar Araştırma ve Uygulama Merkezi üniversitemiz web sitesinde ethernet ağına bağlı olarak yaşanan program çakışmalarının önleniminin yolunu açıkladı. BAUM macintosh marka bilgisayarlarda yaşanan



sorunun çözümü için öncelikli seçicinin kapatılmasını önerirken, bilgisayar adı bölümüne kullanıcıların kendi isimleri ile dahili telefonlarını yazmalarını istedi. Yetkililer bunun için izlenmesi gereken yolu şöyle açıkladı:

İsim ve telefon yazın

Elma sarkan menüsünden

Dosya Paylaşma bölümüne girerek Başlat/Durdur kısmında yer alan "Bilgisayarın Adı" satırına isminizin baş harfi, soyadınız ve iç hat telefon numaranızı yazın. Örneğin Taner Şehri isimli kullanıcı T.Şehri-4170 olarak Bilgisayarın adını değiştirerek, kullanıcılar arası iletişim sağlanmış olur.

◆ Çelik ÇELİKİYAMAN ◆

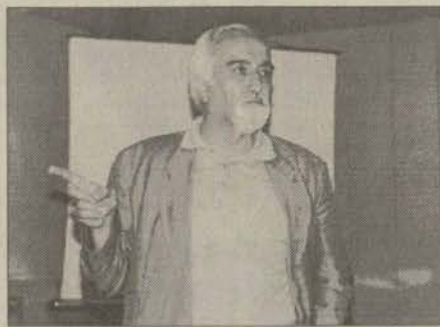
Kaygılarınızı yenin

Prof.Dr. İnal Cem Aşkun, bol kahkahalı geçen söyleşide gençlerin iş bulma kaygısından kurtulmaları gerektiğini söyledi

Üniversiteyi bitiren gençlerin en büyük sorunlarından bir tanesinin iş bulma kaygısı olduğu bildirildi. Psikolojik Danışma ve Rehberlik Merkezi tarafından düzenlenen ve Prof. Dr. İnal Cem Aşkun'un katıldığı 'İşe Girme ve İş Bulma Sorunları' konulu konferans baştan sona kahkaha doluydu. Etkinlikte sık sık espri yapan Aşkun, gençlere iş aradıkları sırada asla kaygıya kapılmalarını tavsiye etti.

Kaygılanmayın

Prof. Dr. İnal Cem Aşkun, 7 Ha-



ziran'da gerçekleştirilen söyleşide öğrencilerden büyük ilgi gördü. Aşkun'un birbiri ardına yaptığı espri gençleri kahkaha boğdu. İnsanın en iyi iş bulabileceği yerin yaşadığı, tanıdığı çevresi ol-

duğunu belirten Aşkun, "Gençler iş bulma konusunda kaygıyı yenip, yeteneklerine göre bir işte çalışmalıdırlar" dedi.

Kendinizi sorgulayın

Gençlerin kişiliğini ve yeteneklerini keşfetmesi gerektiğini anlatan Prof. Dr. Aşkun, kendi kendini sorgulamanın şart olduğuna dikkat çekti. Aşkun, işe girmek isteyenlerin ben ne biliyorum, yeteneklerim ne, neyi iyi yapabilirim, insan ilişkileri açısından gücüm ne gibi sorulara cevap vermesi gerektiğini de sözlerine ekledi.

◆ Melisa KAYAALP ◆

Yardımlara devam

Gönüllü Toplumsal Hizmetler Kulübü üyeleri, depremzedeler için topladığı ihtiyaç malzemelerinden sonra şimdiki Eskişehirli Çolak ailesi için yardım topluyor. Yenibağlar mahallesinde oturan ve altı çocuğu sahibi Pakize Çolak, kısa bir süre önce

esni kanser nedeniyle toprağa vermiş. İnsanların yardımları ile geçindiklerini belirten Çolak, Gönüllü Toplumsal Hizmetler Kulübü'nün yardımları ile moral bulduklarını söylüyor. Kulüp üyeleri, aileye bundan sonrada yardımların devam edeceğini

belirtirken, "Sıra, Pakize Hanıma ve oğluna iş bulmakta, iş adamlarından ve öğrencilerden biraz daha duyarlılık bekliyoruz" şeklinde konuşuyorlar. Çolak ailesine yardım etmek isteyenler 320-09-53 nolu telefon arayabilirler.



Ahmet CEMAL

Okuma Köşesi

EDEBİYAT OKURLUĞU VE ÜTOPYALARIMIZ

Geçenlerde Marmara Üniversitesi Güzel Sanatlar Fakültesi'de, sanat eğitimi bağlamında ütopyalann önemini konu alan bir sempozyum düzenlenmişti. Bu sempozyum sırasında sonranın gerçeklerine erişebilme açısından ütopya kuranın gerekliliğine de sıkça değinildi.

Günlük dilimizde 'ütopya', büyük çoğunlukla erişilmesi olanaksız istekler ve hedefler anlamında kullanılır. Bu, kısmen doğrudur; çünkü bugün düşüremizde birer ütopya olarak kurguladıklarımızın gerçekleşebilme olasılığı, yine bugünün koşulları içerisinde çoğunlukla yoktur. Ancak ütopyanın gerekliliği de kendini sanırım bu noktada belli eder. Çünkü ütopyalarmızda direnmek, onları bugünün koşullarının aşılması cesaret kırıklığıyla bir yana atmak, aynı zamanda o ütopyalarmın gerçekleşme koşullarını yaratmak için çaba göstermek anlamını da taşır.

Bir noktanın hiç gözden kaçırılmaması gerekir: Bugünün bize doğal gelen ve benimsediğimiz, büyük gerçeklerinin hemen hepsi, bir zamanlar birilerinin, ütopyalarmızdan hiç vazgeçmemiş birilerinin ütopyalarmıdır. Özellikle bilimsel buluşların tarihini gözden geçirirsek, bu durumu çok açık biçimde görebiliriz.

O halde ütopyalarmın geleceğe yönelik düşüncelerimizin, tasarımlarmızın doğal bir parçası saymak, bir abartma olmayacaktır.

Gelgelelim çok önemli bir soru, her yerde olduğu gibi burada da karşımıza çıkıyor: Bilgi olmadan ütopya kurulabilir mi? Bu sorunun yanıtı, yine her yerde olduğu gibi, burada da hayır'dır. Çünkü bilgi temelinden yoksun bir ütopya, genellikle sonuna kadar yalnızca bir 'uçukluk' olmaya yarıldır.

O zaman bir soru daha soralım: Edebiyat okurluğu ve edebiyatın aynı zamanda - elbette kendine özgü - bir bilgi kaynağı olma niteliği, burada da yardımımıza koşabilir mi?

Bu sorunun da yanıtı, kocaman bir evet'dir. Çünkü adına dünya edebiyatı dediğimiz o tükenmez dağarcık, bize her şeyden önce ütopyalarmın kurgulamanın sayısız yollarını gösterir. Bütünüyle kurgu ürünü ortamlarda yine bütünüyle kurgu ürünü olaylar ve kişilerle sergilenen edebiyat, bu sergilenimin üstesinden gelebilmek, sergilediğini inandırıcı kılmak için giriştiği gerçeklik arayışıyla bize, ütopyalarmız bağlamında ayaklanmamıza yere basabilmenin koşullarını nasıl arayacağımızı da öğretir.

Jules Verne, o ünlü 'Denizler Altında Yirmi Bin Fersah' romanındaki Nautilus'u ile ilk atom denizaltısının ütopyasını kurmuştu. Yazarmın yaşadığı dönemde ne atom parçalanmıştı, ne de bu parçalanmadan elde edilebilecek enerji söz konusuydu. Ama Jules Verne, 'doğadan elde edilen sonsuz bir enerjinin yardımıyla' işleyecek denizaltı ütopyasını, doğadan böyle bir enerji elde edilebileceği gibi sağlam bir gözlemlenim ve saptamanın temelinde oturmuştu.

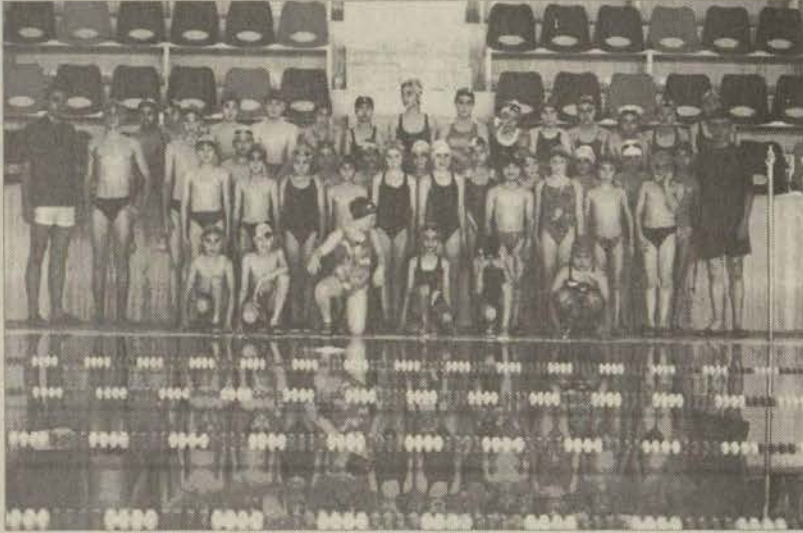
Bu açıdan bakıldığında Jules Verne'i okumanın, bir ütopyanın nasıl gerçekçi bir bakış açısıyla kurgulanabileceğini öğrenme yollarından biri olduğunu rahatlıkla söyleyebiliriz.

Yukarıdaki örnek, dünya edebiyatı diye adlandırdığımız birikimin bütünü için de geçerlidir. 'Hayal dünyamız' dediğimiz dünya, sürekli beslenmeden ayakta kalabilecek bir dünya değildir. Gelmiş geçmiş büyük yaratıcıların yaşam öykülerini incelediğimizde, bunların aynı zamanda görsel ufuklarını, bakış açılarını okuma yoluyla da sürekli zenginleştirmeyi hiçbir zaman savsaklamamış kişiler olduğunu görürüz.

Ütopyalarmız, okuduğumuz ölçüde gerçeklik kazanacaktır...

İki bin kişi yüzüyor

Anadolu Üniversitesi Kapalı Yüzme Havuzu, üniversite bünyesinde her hafta iki bin kişiye hizmet veriyor



Üniversitemizin kapalı yüzme havuzu, haftanın iki günü 24 saat, diğer günlerde ise 7.30-23.00 saatleri arasında üniversitemiz öğrencileri ve çalışanlarına hizmet veriyor.

Havuz sayesinde öğrenciler, üniversite personeli, öğretim elemanları ve yakınları, yüzme havuzunun olanakları sayesinde sağlıklı bir yaşam için egzersiz yapma ve günün stresinden kurtularak dinlenme imkanı buluyor.

Her kesimden ilgi

Havuz bünyesinde 6 antrenör, 4 cankurtaran görev yapıyor. Kayıtlar, havuz müdürlüğünden alınan formlarla her ayın 5'i ile 10'u arasında yenileniyor. Havuzda çalışma yapan gruplar, işletme

Engelliler Eğitim Merkezi öğrencileri, 6-16 yaş grubu çocuklar, BESYO öğrencilerinden, izci gruplarından ve yetişkinlerden oluşuyor.

Müzik eşliğinde yüzme

Yüzmeye gelen gruplar, havuzdaki müzik yayını sayesinde çalışmaları müzik eşliğinde sürdürüyorlar. Yüzme Havuzu Müdürü Öğ. Gör. Haluk Okur, "Havuzumuzdaki müzik yayını, yüzmeye gelen öğrencileri ve personel gruplarının yüzme performansını artırıyor" diyor.

Çocuklar da unutulmuyor

Yüzme havuzundan yararlanılanlar arasında yalnızca yetişkinler bulunmuyor. Havuz, 4-6 yaş grubu çocuklarla kreşlere pilot çalışmalar

yapıyor. Havuz yöneticileri, çocuklara yüzme öğretilmesi yönünde üniversitemiz çocuk yuvasından olumlu bir yanıt beklediklerini söylüyor.

Kayıtlı sayısı bin kişi

Havuzda kayıtlı 1032 kişi bulunuyor, haftalık havuzda giren kişi sayısı ise 2 bin civarında. Havuzda rağbetin bu kadar çok olması beraberinde bir takım sorunlar da getiriyor.

Temizliğe özen

Bu sorunların en önemlisinin temizlik olduğunu belirten Havuz Müdürü Öğ. Gör. Haluk Okur, havuzun ve çevresinin hijyenik olması için büyük çaba sarfettiklerini belirterek, "Bu kadar çok kişinin havuzda gimesi, akıllarda "pis" olma korkusunu ya-

ratabilir. Ancak havuzumuzun temizliği için gereğinden büyük bir çaba harcıyoruz ve havuzumuzun düzenli olarak ilaçlamasını yapıyoruz" şeklinde konuşuyor.

Yardımcı olmalılar

Okur, havuz çalışanlarının temizlik yönündeki uğraşlarına, havuz kullanıcılarının da yardımcı olmaları gerektiğini söyleyerek, kullanıcıların özellikle soyunma odalarını daha temiz bırakmalarını istiyor.

İçilebilir su

Gelişmiş bir altyapıya sahip olan havuzda, yetkililer suyun temizliğine büyük önem veriyor. Sürekli kontrolden geçen suya her ay içilebilir raporu veriliyor.

◆ Ayça ÇİFTER ◆

Şampiyon Drunks

Yabancı Diller Yüksekokulu'nda düzenlenen futbol turnuvasını Drunks takımı kazandı.

Üniversitemizin en çok öğrenci barındıran birimlerinden Yabancı Diller Yüksekokulu, çeşitli etkinlikler düzenleyerek öğrencileri kaynaştırıyor. Yüksekokulda son olarak öğrenci ve öğretmenlerin katılımıyla halı saha futbol turnuvası gerçekleştirildi. Yaklaşık 2 ay devam eden ve lig usulü yapılan maçlar sonucunda öğrencilerden oluşan Drunks takımı birinci oldu. Okutman Jonathan Ross tarafından organize edilen turnuvada 21 takım kıyasıya bir mücadeleye girdi. Maçlar çok sayıda öğrenci tarafından ilgiyle izlendi.

Türkiye Kupası da gitti

Türkiye Bayanlar Birinci Hentbol Ligi şampiyonluğunu TMO'ya kaptıran Anadolu Üniversitesi, Türkiye Kupası'nı da TMO kaptırdı.

20-24 Mayıs tarihlerinde Mersin'de oynanan Türkiye Kupası play-off maçlarında finale kalan Anadolu Üniversitesi finalde TMO'ya 26-19 yenilerek Türkiye Kupası'nı TMO'ya kaptırdı. İlk maçını Sümer Holding ile oynayan Ana. Ü., bu maçı 41-16 kazanarak play-off maçlarına iyi bir başlangıç yaptı. İkinci maçında İzmir Büyükşehir Belediyesi ile oynayan Ana. Ü. karşılaşmadan 30-17 galip ayrılarak yoluna devam etti. Üçüncü maçında da Üsküdar Belediyesi'ni 26-18 yenilen Anadolu Üniversitesi bu sonuçla finale kaldı. Finalde karşılaştığı Türkiye Bayanlar Hentbol Ligi Şampiyonu TMO'ya 26-19 yenilen Anadolu Üniversitesi sezonun ikinci kupasını da TMO teslim etti.

En büyük sağlık

Personel Kupası'nda 2000 yılının en büyüğü finalde İdari- Mali İşler Daire Başkanlığı'nı 2-1 yenen Sağlık-Kültür ve Spor Daire Başkanlığı oldu.

15 Mayıs'ta başlayan Personel Kupası heyecanı 9 Haziran'da oynanan final maçı ile sona erdi. Geçen yıl oynanan final maçının rövanşını niteliğini de taşıyan karşılaşmayı 2-1 kazanan Sağlık-Kül. ve Spor Daire Baş. bu yılın da şampiyonu oldu. 26. dakikada 6 numaralı forma ile oynayan Mehmet Bozyer İdari- Mali İşler'i 1-0 öne geçiren golü attı. Gol pozisyonunda kaleci Turgay Sakçı'ya faul yapıldığı gerekçesi ile uzun

süre Sağlık-Kültür ve Spor'lu oyuncular hakem üçlüsüne itirazlarda bulundular. İtirazlar sırasında Sağlık Kültür O Spor'un yedek oyuncularından 15 numaralı Levent Balkan kırımlı kartla saha dışına gönderildi. Pozisyonunda hafif bir sakatlık geçiren kaleci Turgay'ın tedavisi için oyun bir süre durakladı. İdari- Mali İşler'in golünden sonra üst üste ataklarla gol arayan Sağlık-Kültür, aradığı golü 30. dakikada 16 numara ile

oynayan Gürbüz Bozçal'ın kafa golü ile buldu. İlk yarı 1-1 berabere sona erdi.

İkinci yarı ilk on dakikasında Sağlık-Kültür ve Spor tam saha baskı ile rakip kalede gol aradı. Ancak yakaladığı çok sayıda gol pozisyonundan yararlanamadı. İdari-Mali İşler ikinci devrede kontra ataklarla gol ararken Sağlık-Spor'un kalesinde büyük tehlikeler yaratmasına karşın bir türlü aradığı golü atamadı. 59. dakikada penaltı noktası

üzerinden kazandığı çift vuruştan yararlanamadı. Karşılaşmanın son dakikalarında Sağlık-Kültür ve Spor sağ kanattan geliştirdiği kontra atakta Gürbüz'ün ara pasında topla buluşan Korgül Sabaz topu ağlara göndererek takımına galibiyeti ve kupayı getiren golü attı. Bu golle Sağlık Kültür ve Spor Daire Başkanlığı hem geçen yıl ki final maçının rövanşını vermemiş oldu hem de Personel Kupası'nı bu yıl da müzesine götürdü.

Basketbol yaz okulu açılıyor

Her yıl çok sayıda öğrenciye hizmet veren Anadolu Üniversitesi yaz okulları basketbol yaz okulu ile yaza merhaba diyor. Gelen öğrenci kayıtları devam eden okulun, 19 Haziran'da birinci dönemi açılacak. 27 Temmuz'da sona erecek olan birinci dönemin ardından 3 Ağustos'ta ikinci dönemi başlayacak. 15 Eylül'de ikinci dönemle birlikte 2000 yaz basketbol okulu da sona erecek.



Bu yaz renkler civil civil

Civil civil renkler, tiril tiril kıyafetler yaz mevsiminin en güzel habercisi. Diğer yazların aksine bu yaz bir değil birçok renk moda.

Bu yaz neredeyse her rengin moda olması, moda tarihinde ilk kez gerçekleşiyor. Tüm bu renklilik de yeni binyıla çok yakışıyor. Dolayısıyla bu yılı bayanlar, tüm bu çok renkliliği severek yaşıyor.

Bu yıl üstünüze birşeyler almak için herhangi bir mağazadan içeri girer girmez çok renklilik sizi karşılıyor. O kadar çok rengi ve çeşidi bir arada görüyorsunuz ki, bir yan-

dan mutluluk duyarken diğer yandan da aklınız karışabiliyor. Canlı renkler, tatlı pastellerle birleşirken özellikle pembe tonlar ağır basıyor. Diğer yandan parlak sarılarla, mavinin ve kırmızının her tonuna rastlanıyor.

Bu renk cümbüşü içinade seçtiğiniz kıyafetlerinizi yine canlı renklere dönüşen ayakkabılar, çantalar ve şallar 2000 yazını daha da renklendirerek tamamlıyor.

Günde bir bardak süt için

Süt tüketimi, çocuklar için olduğu kadar yetişkinler için de önem taşıyor. Uzmanlar herkesin günde bir bardak süt içmesi gerektiğini söylüyor

Anne sütü özellikle ilk altı ay için bebeklerin temel besin kaynağı. Daha sonra nedense süt tüketimi düşmeye başlıyor. Oysa bir çok yararlı besin gibi sütün de periyodik olarak tüketilmesi sağlık açısından çok önemli. Süt yetişkinler için de çocuklar olduğu kadar yetişkinler için de aynı önemi taşıyor. Yapılan araştırmalar Türkiye'de süt tüketiminin kişi başına yıllık 5 litre olduğunu gösteriyor. Bunun en büyük zaran orta yaş dönemlerinin korkulu rüyası kemik erimesi ile kendini gösteriyor.

Günde bir bardak süt

Süt içerdiği besin değerleri açısından belki de en zengin gi-

da. Yüzde 86'sı su, yüzde 3.5'i yağ, yüzde 4.4'ü protein, yüzde 5'i karbonhidrat ve yüzde 1'i de minerallerden oluşuyor. Günde içilen bir bardak süt, vücudun ihtiyaçlarını büyük oranda karşılıyor. Süt ayrıca A, B2 ve B12 vitaminlerini de içeriyor ki bunlar da sağlık açısından son derece değerli.

Çocuklar için

Çocukların süt sevmemeleri süt tüketimindeki düşüşün en büyük sebeplerinden biri. Oysa diş ve kemik gelişimi sırasında gerekli temel minerallerden kalsiyum en çok sütle karşılan-

biliyor. Çocukların sütü sevmemeleri durumunda cazip hale getirmek için sütü tatlılar yapmak ya da sıcak süte kakao ile farklı bir aroma katmak iyi bir yol olabilir. Çocuklara süt verirken dikkat edilmesi gereken nokta hijyen konusu. Sütün mutlaka pastörize seçilmesi veya kaynatılarak mikroplardan arındırılması gerek.

Kalsiyum deposu

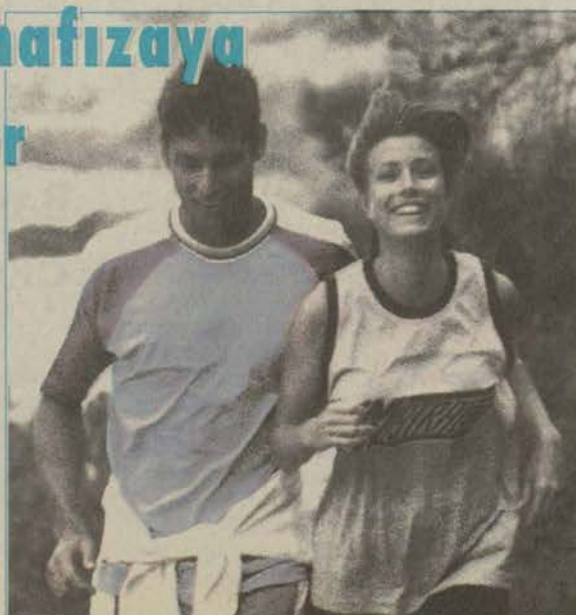
Yetişkin bir insanın vücudunda 1000-1200 mg. kalsiyum bulunuyor. Bunun yüzde 99 kadarı kemik ve dişlerde depolanmış durumda. Kalan bölüm ise kanda proteine bağlı olarak taşıyor. Sütün sadece çocuklukta alınan bir gıda gibi düşünülmesinin ne kadar büyük bir hata olduğu açık.

◆ Neslihan ÖZCAN ◆



Yürüyüş hafızaya iyi geliyor

Yapılan son araştırmalar yaşlıların yürüyüş yapmasının hafıza ve muhakeme yeteneğini keskinleştirdiğini ortaya koydu. 60-75 yaşları arasında 124 erkek ve kadın üzerinde yapılan araştırmada, beyin fonksiyonlarını ortaya koyan basit testlere tabi tutulan yaşlılar arasında, plan yapma, yapılan seçimleri hatırlama ve değişen durumlara göre daha çabuk alanlarında yüzde 25 iyileşme tespit edildi. Doktorlar yaşlıların bol bol yürüyüş yapmalarını bu yüzden tavsiye ediyor.



Sizin cildiniz nasıl?

Herkesin cilt yapısı aynı değildir. Ama cilt güzelliği herkes için önemlidir. Peki hangi cilt yapısına sahip olduğunuzu biliyor musunuz?

Kuru cilt: Kendini kötü hava koşullarından, stresten koruyamayan hassas bir cildir. Yüzünüzün her tarafında gerginlik hissedersiniz. Yanak, ağız ve alın bölgesinde pullanmalar görülür. Sivilsesiz, düzgün ve gözeneksiz bir görünüme sahiptir.

Normal cilt: Sıkı, sağlıklı, sivilsesiz bir cilt türüdür. Ama arada bir önemsiz sivilce ve kuruluklar görülebilir. Genellikle ender görülen, hassas olmayan bir cildir.

Yağlı cilt: Daha çok genç yaş grubu ve 30 yaş dönemine kadar olan yaş grubunda sık rastlanan bir cilt türüdür. Kolaylıkla işlem görebilir. Parlak, siyah ve açık gözeneklere, sivilcelere yatkındır. Cilt dokusu düzgün değildir. Aşırı yağlı olduğunda parlaklığa yol açıp, makyajı olumsuz etkileyebilir.

Normal/yağlı cilt: Karma cilt tüm yaş grubunda görülür. Özellikle 20-30 yaş grubunda daha sıktır. Yağlılığa, sivilcelere ve siyah



Aklınızda bulunsun

Uzun
ömürlü
çiçekler



Taze bir demet çiçeğin vazodaki ömrünü uzatmak için bir sarmaşık dalı kullanabilirsiniz. Çiçekler tazeliklerini daha uzun zaman muhafaza edecektir. Yalnız vazodaki suyu devamlı değiştirmeyi unutmayın.

Üniversi
temiz...

