

# we|you|they

KASIM - ARALIK 2017 - Sayı 6

MODA, ALIŞVERİŞ, KÜLTÜR VE YAŞAM DERGİSİ

by **Özdilek**

ALABİLİRSİNİZ

we|you|they dergisi  
mobil uygulamalarda



Available on the  
App Store

ANDROID APP ON  
Google play

Masallar  
Diyarı  
*Neuşehir*

**GÖZ  
SAĞLIĞI**  
için öneriler

**KEMAL GÖK**  
Özdilek Ev Tekstili'nin  
yeni projelerini ve  
hedeflerini anlattı

El Emegi  
Yılbaşı  
Hediyeleri

Vizyonun  
en yenileri

*Stilinizi  
Canlandırarak  
Trikolar*

*Ayşegül Aldinç ile*  
çok özel röportaj

**TESLA**  
PREMIUM

**TOZ TORBASIZ ELEKTRIKLI SÜPÜRGE**  
Bagless Vacuum Cleaner

ULTRA **SESSİZ**  
TESLA PREMIUM İLE  
**KESİNTİSİZ VE PRATİK TEMİZLİK**



**A** Verimli  
Enerji  
Tüketimi

70 dBA  
ULTRA SESSİZ



**TURBO  
FIRÇA**

**arnica™**

**TRIΔ  
PRO**

**ELEKTRIKLI DİK SÜPÜRGE**  
UPRIGHT VACUUM CLEANER

Çift filtre sistemi ile  
tozu ve kiri içinde  
**HAPSEDER !**



Katlanabilir sap



Hepa 13 filtre

[www.arnica.com.tr](http://www.arnica.com.tr)

[facebook.com/Arnica.Senur](https://facebook.com/Arnica.Senur)

[twitter.com/ArnicaEvAletler](https://twitter.com/ArnicaEvAletler)

[instagram.com/ArnicaEvAletleri](https://instagram.com/ArnicaEvAletleri)



**V**  
VITRIN<sup>®</sup>  
**V**



ULU ÖNDER  
**GAZİ MUSTAFA KEMAL ATATÜRK'Ü**  
SAYGI VE MİNNETLE ANIYORUZ.

# Edito



Sevgili We You They okurları,

Dergimizi çıktığı ilk günden bu yana hep sevdiniz, benimsediniz. Sizlerle birlikte 6. sayımıza ulaştık. Büyük emeklerle hazırladığımız yeni sayımızda yine sizler için birbirinden keyifli dosyaları ele aldık.

90'ların iz bırakan sanatçıları arasına ismini yazdıran fakat asla 90'larda kalmayan, her geçen yıl başarılarının üzerine yeni bir şeyler katan Ayşegül Aldinç'le çok keyifli bir kapak röportajı gerçekleştirdik. Dur durak bilmeyen, bir an bile yorulmayan Aldinç'le 90'lı yıllar ile günümüz arasındaki farkları, çalışmalarını, "iyi ki"lerini, enerjisinin kaynağını ve daha birçok şeyi konuştuk.

Yılbaşı yaklaşıyor, herkesi bir hediye telaşı sarmış durumda. Markalar, yeni yıl için hediyelik ürün çalışmalarına başladı bile. Fakat bu yıl sıra dışı bir hediye arayışındaysanız, el emeği hediye fikirlerinin ilginizi çekeceğini düşündük. Siz de yılbaşında sevdiklerinize özel bir hediye vermek istiyorsanız, el yapımı hediyeler dosyamızı incelemeyi unutmayın!

Sonbahar, tüm hızıyla etkisini hissettirmeye devam ediyor. Bu aylarda gardıropları ise kombinlerin vazgeçilmez haline gelen triko kazaklar ve deri parçalar süslüyor. Sezona dair alışveriş hazırlığındaysanız vitrin sayfalarımıza mutlaka bir göz atın.

Müşteri memnuniyetini ilke edinen ve ev tekstili sektöründe yıllardır başarıyla faaliyet gösteren Özdilek Ev Tekstili'nin başarı hikayesini merak ettik. Özdilek'in ürün yelpazesi ve pazar hedefleri gibi birçok detayı Özdilek Ev Tekstili Yurt İçi Satış ve Pazarlama Müdürü Kemal Gök'ten dinledik. Siz de bu başarı yolculuğunun detaylarını röportaj sayfamızda bulabilirsiniz.

Yeni yıl geldi gelecek derken, evlerde yılbaşı rüzgarları esmeye başladı. Yaşam alanlarının klasik ve dingin havası, yerini kırmızının ve yılbaşı temasının hakimiyetine bıraktı. Siz de yeni yılı ışıltılı yılbaşı objeleri ve süsleri ile karşılamak isteyenlerdenseniz, dekorasyon sayfamız tam size göre!

Son olarak, tüm We You They ekibi olarak, yeni yılın tüm insanlığa huzur ve mutluluk getirmesini diliyoruz. Mutlu yıllar!

Sevgiyle kalın...

*Güneş Özkan*

we|you|they

**İmtiyaz Sahibi**  
Özdilek Holding A.Ş.

**İmtiyaz Sahibi Temsilcisi**  
Emir Murat Özdilek

**Genel Yayın Yönetmeni**  
Güneş Özkan

**Sorumlu Yazı İşleri Müdürü**  
Ejder Solmaz

**Koordinatör**  
Merve Erdoğan

**Editörler**  
Nazlı Sancaklı  
Yalçın Çuhadar  
Şafak Bakşi

**Görsel Yönetmen**  
Büşra Tamdoğan

**Baskı**

Promat Basım Yayın  
San. ve Tic. A.Ş.

Orhangazi Mah. 1673 Sok. No: 34  
Esenyurt / İstanbul  
T: 0 212 622 63 63  
info@promat.com.tr

**Yayını Hazırlayan**

Brandworks İletişim Danışmanlığı  
info@brandworks.com.tr  
Lamartin Cad. No: 9/2  
Taksim / İstanbul

weyouthey@ozdilekholding.com.tr

**Yayın Türü**

WE YOU THEY DERGİ  
ULUSAL SÜRELİ YAYIN

We You They dergisinde yayınlanan yazı, fotoğraf ve illüstrasyonların her hakkı saklıdır. Kaynak gösterilmeden alıntı yapılamaz. Yazıların sorumluluğu yazarlara, yayınlanan ilanların sorumluluğu ise sahiplerine aittir.

# İÇİNDEKİLER



RÖPORTAJ  
**KEMAL GÖK**

- 6 / Özdilek'ten Haberler
- 14 / ÖzdilekPark'tan Haberler
- 22 / ÖzdilekPark'ta Sizin İçin

## VİTRİN

- 32 / Trikoyla Stilinizi Canlandırın
- 34 / Yeni Yılda Sevdiklerinizi Şımartın
- 36 / Alışveriş, Özdilekteyim.com ile Çok Keyifli
- 38 / Bir Sonbahar Hikayesi...

**Evlerde Yılbaşı  
Havası Esiyor**



**El Emegi Göz Nuru  
Yılbaşı Hediyeleri**



24



RÖPORTAJ

*Ayşegül Aldinç*

## SAĞLIK

46 / Kahvaltının Kesinlikle Mutlulukla İlgisi Var

48 / Göz Sağlığı İçin Bu Önerilere Dikkat!

## AKTÜEL

52 / Tam Zamanı Denilebilecek Öneriler

## GEZİ

54 / Masallar Diyarı



*Newshehir*

# Deri Asaleti



30

## SAĞLIK

58 / Bağışıklık Sistemini Güçlendirmek Elinizde

## GÜZELLİK

62 / Radarımıza Takılan Güzellik Ürünleri

## AKTÜEL

66 / Bakalım Biz'le Bilim Dünyası

## SİNEMA

68 / Cinetime'da Öne Çıkan Filmler

72 / Gişeleri Kasıp Kavuran Altın Efsane Bruce Willis

## AJANDA

74 / Birbirinden Keyifli Etkinlikler

## TEKNOLOJİ

78 / En Yeni ve En Gelişmiş Teknolojik Ürünler

## GURME

82 / Zengin Menü, Şık Dekorasyon, Sıcak Ortam Midpoint

## SOSYAL MEDYA

88 / Dikkatleri Çeken Sosyal Medya Hesapları

# ÖZDİLEK'TEN HABERLER



## Hüseyin Özdilek'e Slovakya Devlet Nişanı Verildi

Türkiye'nin köklü holdinglerinden biri olan Özdilek Holding'in Yönetim Kurulu Başkanı Hüseyin Özdilek'e, Türkiye - Slovakya ilişkilerine sağladığı katkılardan dolayı Slovakya Devlet Nişanı takdim edildi. Wyndham Grand İstanbul Levent'te düzenlenen gecede Slovakya Ankara Büyükelçisi Anna Turenicova tarafından Hüseyin Özdilek'e takdim edilen nişan, iki ülke arasındaki ticari ilişkilerin bir kez daha ne kadar güçlü olduğunu gösterdi. Hüseyin Özdilek'in ticari ve sosyal alanda Slovakya'nın her zaman çok büyük destekçisi olduğunu söyleyen Slovakya Ankara Büyükelçisi Anna Turenicova, bu başarılarından dolayı Özdilek'e Slovakya Devlet Nişanı vermekten duydukları mutluluğu dile getirdi.

## Özdilek Düzce AVM'de Cenaze İşleri Galası

Özdilek Düzce Alışveriş Merkezi'nde eylül ayı içerisinde Cenaze İşleri filminin galası gerçekleştirildi. Cenaze İşleri filminin galasına ev sahipliği yapan Özdilek Düzce AVM, sinemaseverlerle filmin oyuncularını buluşturdu. Filmin başrol oyuncularları Melih Selçuk ve Cemre Melis Çınar, galaya katılan misafirlerin film ile ilgili sorularını yanıtladı. Yoğun katılımıyla gerçekleşen galanın ardından Cenaze İşleri filmi seyirciyle buluştu.



## Özdilek Uşak AVM'de Bilim Gösterisi Yapıldı

Özdilek Uşak AVM'de bilim dolu günler yaşandı. 6 - 17 Eylül tarihleri arasında Özdilek Uşak AVM'de Bilim Gösterisi etkinliği ile çocuklar eğlenirken aynı zamanda yeni bilgiler öğrendi. Kuru buz, mekanik uçan halı ve buhar gibi maddelerle çeşitli gösterilerin yapıldığı etkinliğe katılan minik misafirler, dokunarak ve tadararak bilime dair yeni bilgiler edindi.



## Özdilek Turgutlu AVM'de Sultani Kuru Üzüm ve Sultani Yaş Üzümler Yarıştı

Turgutlu'nun kurtuluş yıl dönümü olan 7 Eylül şenlikleri kapsamında Özdilek Turgutlu Alışveriş Merkezi sponsorluğunda En Güzel Sultani Kuru Üzüm ve Sultani Yaş Üzüm yarışması düzenlendi. Yarışmaya katılan üreticiler, kuru üzüm ve yaş üzüm kategorilerinde jüri karşısına



çıktı. Turgutlu Kaymakamı, Turgutlu Belediyesi, Turgutlu Ticaret Borsası, Turgutlu Gıda Tarım ve Hayvancılık Müdürlüğü ve Özdilek Turgutlu Alışveriş Merkezi ortaklığında düzenlenen yarışmada dereceye giren yarışmacılara çeşitli ödüller verildi. Jürinin değerlendirmesi sonucunda yarışmada yaş üzüm dalında üçüncülüğü İlyas Demir, ikinciliği İsa Kızmaz ve birinciliği Mehmet Cebe isimli çiftçiler kazanırken; kuru üzüm dalında ise Recep Cebe 3., Mehmet Ali Gökaya 2. ve Hasan Pamuk 1. oldu. Mansiyon ödülü ise natürel ve organik üretilen üzüm dalında Halil Özdiñ'e verildi. Protokol üyeleri, kuru ve yaş üzüm yarışmasının düzenlenmesinden memnuniyet duyduklarını belirterek, Özdilek Turgutlu Alışveriş Merkezi'ne katkılarından dolayı teşekkür etti.

## Özdilek İzmir AVM'de Maşa ile Koca Ayı Etkinliği Gerçekleştirildi

Dünyaca ünlü sevilen çizgi film karakterleri Maşa ile Koca Ayı'nın gösterisi, 1 - 10 Eylül tarihleri arasında Özdilek İzmir AVM'de minik misafirleriyle buluştu. Sevilen kahramanlar ile şarkılar söyleyip dans eden çocuklar, birbirinden eğlenceli yarışmalarla da oldukça keyifli vakit geçirdi.



## Uzay Yolu Özdilek Yalova AVM'den Geçti

Yalovalı çocuklar, Özdilek Yalova AVM'de 13 - 17 Eylül tarihlerinde Uzay Etkinlikleri ile buluştu. Düzenlenen birbirinden eğlenceli çocuk etkinlikleri ile büyük bir beğeni toplayan Özdilek Yalova AVM, bu defa da Uzay Yolu etkinliğini okul öncesi dönemde uzayın gizemini keşfetmek isteyen çocuklarla buluşturdu. Ücretsiz olarak gerçekleştirilen etkinlikte eğlenceli vakit geçiren minik misafirler, uzaya dair birçok yeni bilgi edindi. 4 gün süren etkinliğin sonunda etkinliğe katılan çocuklar, kendi uzay maketlerini yaptılar.



## Özdilek Eskişehir AVM'de Gala Coşkusu

9 Eylül Cumartesi günü Özdilek Eskişehir Alışveriş Merkezi'nde bir Odunpazarı filmi olan Cenaze İşleri'nin galası yapıldı. Vizyondaki popüler filmlerin Eskişehir galalarını gerçekleştiren Özdilek Eskişehir AVM Cinetime Sinemaları, bu kez de Cenaze İşleri filminin galasına ev sahipliği yaptı. Çekimlerinin Eskişehir'de yapıldığı Cenaze İşleri galasına, filmin başrol oyuncular Melih Selçuk ve Cemre Melis Çınar katıldı. Galada sinemaseverlerle buluşan oyuncular, sinemaseverlerin sorularını yanıtladı.





## Çocuklar Özdilek Turgutlu AVM'de Niloya ile Eğlendi

Niloya, Turgutlulu minik misafirlerle Özdilek Turgutlu AVM'de bir araya geldi. Özdilek Turgutlu AVM'nin çocuklar için düzenlediği birbirinden eğlenceli etkinlikler eylül ayı boyunca devam etti. Çocukların en sevdiği çizgi film karakterlerinden Niloya ve Tospik, Özdilek'te iki gün boyunca çocuklarla buluştu. Saat 15:00 - 17:00 ve 19:00'da 3 seans olarak sahnelenen Niloya gösterisi, misafirler tarafından yoğun ilgi gördü. 23 - 24 Eylül tarihlerinde hafta sonu boyunca Özdilek Turgutlu AVM'ye gelen minik misafirler, Niloya ve Tospik ile birlikte şarkılar eşliğinde dans ederek keyifli anlar yaşadı.

## Maşa ile Koca Ayı, Özdilek Yalova AVM'de

Çocukların severek izlediği çizgi film Maşa ile Koca Ayı, 14 - 22 Ekim tarihleri arasında Özdilek Yalova AVM'de minik izleyicileri ile bir araya geldi. Yaptığı birbirinden güzel çocuk etkinliklerine devam eden Özdilek Yalova AVM, Maşa adında sevimli küçük kız çocuğu ve sirkten emekli olan bir ayı arasında geçen maceraları konu edinen çizgi film Maşa ile Koca Ayı'yı çocuklarla buluşturdu. Eğlenceli etkinlikte ilk olarak Maşa ile Koca Ayı'nın sahne gösterisini izleyen minik misafirler, sevilen kahramanlar ile şarkılar söyleyerek dans etti.



## Özdilek İzmir AVM'de Çocuklar Tiyatro ile Buluştu

23 - 24 Eylül tarihlerinde yapılan ve beğeni ile izlenen Başka Dünya Yok adlı tiyatro oyunu sonrasında, Özdilek İzmir AVM'de 30 Eylül - 1 Ekim tarihlerinde minik misafirlere özel interaktif tiyatro etkinliği gerçekleştirildi. 23 - 24 Eylül tarihlerinde sahnelenen Başka Dünya Yok adlı tiyatro gösterisi ile çocuklara çevreyi temiz tutmak ve geri dönüşümün önemi gibi kavramlar, eğlenceli bir dille sahnelendi. 30 Eylül - 1 Ekim tarihlerinde gerçekleşen Oyun Dostlarım adlı oyunla da çocuklara, internet bağımlılığının neden olduğu olumsuzluklar ve fazla televizyon izlemenin zararları konularında öğütler verilerek, oyuncularla oynamanın daha eğlenceli ve keyifli olduğu anlatıldı.



# Hasbro Gaming

OYUN SENİN OYUNUN



Mor kuklanın başrolde olduğu Tabu XL ile kartları 4 farklı şekilde anlatın, Tabu eğlencesini "extra large" yaşayın.



İşte dünyanın en sevilen denge oyunu! Şamata ve bol kahkaha seni bekliyor.



Elin üzerine kremayı sıkın ve heyecanlı bekleyiş başlasın! Tüm dünyada fenomen olan Pie Face, "tatlı" ama bir o kadar da çılgın bir eğlence...



Özel piyonları ve markaları ile Monopoly Empire iş dünyasının imparatoru olma fırsatı sunuyor. Unutmayın, zirvede sadece tek bir oyuncuya yer var!



Monopoly'de dijital devrim! Emlak piyasanızı son teknolojiyi kullanarak yönetin, servetinize servet katın!

### Özdilek Alışveriş Merkezleri'nden Motivasyon Gezisi

Özdilek Holding yönetimi, Sırbistan'ın başkenti Belgrad'a motivasyon gezisi düzenledi. 27 – 29 Eylül tarihleri arasında gerçekleşen geziye Özdilek Holding Yönetim Kurulu Başkanı Hüseyin Özdilek başta olmak üzere; perakende operasyonları genel müdürü ve yardımcıları, kategori müdürleri ve yardımcıları, işletme müdürleri ile destek birimleri müdürleri katıldı. Geçtiğimiz yıllarda Türkiye'nin güzide şehirlerine olan motivasyon gezisini bu yıl yurt dışına gerçekleştirmeyi tercih eden Özdilek Perakende Grubu, Belgrad'ın tarihi ve kültürel zenginliklerini yerinde inceleme fırsatı buldu. Osmanlı döneminden kalan tek cami olan Bayraklı Cami, Beogradzanka Kraliyet Sarayı, Nikola Pasic Meydanı, Parlamento Binası, Aziz Marko Kilisesi, Taş Meydan, Vuk Stefanovic Karadzic Heykeli, Nikola Tesla Heykeli ve



Üniversitesi, Terazi Meydanı, Cumhuriyet Meydanı, Knez Mihaylo Halk Tiyatrosu ve Öğrenci Meydanı gibi önemli noktaları gezen Özdilek yönetimi, bol bol hatıra fotoğrafı çektirdi.



### Sahne Sensin Özdilek Uşak AVM'de

Özdilek Uşak AVM'ye gelen çocuklar, Sahne Sensin etkinliğinde hünerlerini sergiledi. Sevimli Tavşan Gofret, Yaramaz Sincap Tarçın ve Tatlı Arı Karamel'in sevimli maskot şovları ile renk kattığı etkinlikte, sandalye kapmaca ve heykel oyunlarına katılan minik misafirler eğlenceli vakit geçirdi. Ayrıca yeteneğini gösterip eğlenceye katılan tüm çocuklara sürpriz hediyeler verildi. Her seansta sahneye çıkan minik misafirler, oyun çarkından çıkan görevi yerine getirerek çeşitli hediyeler kazandı.

### Özdilek Holding Yönetimi Bir Araya Geldi

Özdilek Holding'in altı ayda bir gerçekleştirdiği Yönetimin Kalite Süreçlerini Gözden Geçirme Toplantısı'nın 40'incisi, 19 Ekim tarihinde yapıldı. Özdilek Holding Yönetim Kurulu Başkan Vekili E. Murat Özdilek ile Özdilek Holding üst ve orta düzey yönetim kadrosu toplantıya katıldı. Toplantıda, Özdilek perakende operasyonlarının kalite yönetim süreçleri detaylı olarak ele alındı. Ayrıca, koşulsuz müşteri memnuniyeti için alınacak tedbirler tespit edildi.



Türkiye'nin  
1 numaralı  
tercihi

# En tatlı sabahlar **ÜLKER** **Çokokrem** 'le başlar



Çokokrem  
Cam Kavanoz 400gr



Çokokrem Kase 1000gr

Çokokrem Tüp



Çokokrem  
Cam Kavanoz 700gr



Çokokrem Kase 500gr



**ÜLKER**



## Özdilek, 4. Departman Mağazasını Erzurum'da Açtı

Özdilek, Mall of İstanbul, Torium AVM ve Vialand AVM'lerin yanı sıra 4. departman mağazasını Erzurum MNG Mall AVM'de açtı. Erzurum'un ve Doğu Anadolu'nun en büyük alışveriş merkezi olan MNG Mall AVM'de hizmete açılan Özdilek Departman Mağaza; Özdilek ev tekstili ürünleri, züccaciye ürünleri, aksesuarlar, çanta - ayakkabı, dekoratif ürünler ve giyim tekstil ürünlerini satışa sunuyor. 30 Eylül tarihinde Özdilek yöneticileri, çalışanları ve çok sayıda vatandaşın katılımı ile gerçekleşen açılıшта, seçkin markaların yüzlerce çeşit ürünü, açılışa özel indirim ve fırsatlarla ziyaretçilerin beğenisine sunuldu.

## Marsupilami, Özdilek İzmir AVM'de Sevenleriyle Buluştu

Özdilek İzmir AVM, minik misafirleri için hazırladığı birbirinden eğlenceli ve öğretici etkinliklerine ekim ayında da ara vermeden devam etti. Yardımseverliği ve çok hızlı oluşuyla çocukların severek izlediği çizgi film karakteri Uzun Kuyruk Marsupilami, Özdilek İzmir AVM'de minik misafirlerle buluştu. Çocukların heyecanla takip ettiği, kendi aralarında Uzun Kuyruk diye bahsettiği, doğayla olan dostluğu ve yardımsever olmasıyla tanınan Marsupilami ve Mimi, çocuklarla birlikte oyunlar oynadı. Minik misafirler, şarkılar eşliğinde günün tadını çıkardı.



## Özdilek İzmir AVM'de Kadınlar Kulübü Etkinlikleri Başladı

Özdilek İzmir AVM Kadınlar Kulübü, yeni sezon etkinliklerine başladı. Özdilek İzmir AVM, her çarşamba fasıl dinletisi ve her perşembe de el işi atölye etkinlikleri ile konuklarının keyifli vakitler geçirmesine olanak sağlıyor. Kadınlar Kulübü kapsamında yapılan el işi atölyeleri sık halhal yapımı ile başladı. Etkinliğe yoğun ilgi gösteren ve katılım sağlayan kadınlar, gün sonunda evlerine kendilerinin tasarladığı şık halhalları ile dönmenin mutluluğunu yaşadı.



## Özdilek Uşak AVM'de Sihirli Kumlar Etkinliği Yapıldı

Özdilek Uşak AVM, Sihirli Kumlar etkinliği ile minik ziyaretçilerini ağırladı. 30 Eylül – 1 Ekim tarihlerinde gerçekleşen etkinlikte, çocuklar kinetik kumlarla yaratıcılıklarını geliştirdi. Birbirinden güzel figürler yapan minik misafirler, etkinlik süresince eğlenceli saatler geçirdi. Etkinliğin sonunda çocuklar kinetik kumdan yapmış oldukları eserlerle hatıra fotoğrafları çektiler.



## Özdilek Uşak AVM'de Mutlu Oyunlar

Özdilek Uşak AVM'de oyun ve illüzyon dolu anlar yaşandı. 7 – 8 Ekim tarihleri arasında düzenlenen Mutlu Oyunlar etkinliğinde; tetris, jenga, kızma birader, puzzle ve solo labirent oyunları gerçekleştirildi. Etkinliğe katılan Uşaklı minik misafirler, birbirinden farklı oyunlarla eğlenerek, mutlu bir gün yaşadılar.

## Özdilek Afyonkarahisar AVM'de Aşure Günü

Özdilek Afyonkarahisar Alışveriş Merkezi, misafirlerine sunduğu geniş ürün yelpazesi ve kaliteli hizmetin yanı sıra gerçekleştirdiği sosyal ve kültürel etkinliklerle de oldukça beğeni topluyor. Bu etkinliklerden biri olan aşure gününde misafirlerine aşure ikram eden Özdilek Afyonkarahisar AVM, misafirleri ile birlik ve beraberlik içinde olmanın mutluluğunu yaşadı. Özdilek Afyonkarahisar AVM misafirleri, Özdilek'in geleneksel hale getirdiği aşure etkinliğini yoğun bir ilgiyle karşıladı. İşletme aktivite alanında görsel sunumuyla dikkat çeken aşure ikramı, lezzeti ile de Özdilek misafirlerinin beğenisini topladı. Her yıl Özdilek şubelerinde geleneksel olarak düzenlenen birlik, beraberlik ve bereketin sembolü olan aşure ikramları, bu yılda tüm şubelerde yoğun bir katılımı gerçekleştirildi.



## Köstebegiller Özdilek İzmir AVM'de Çocuklarla Buluştu

TRT Çocuk ekranlarında büyük - küçük herkesin seversen izlediği çizgi film kahramanı Köstebegiller, Özdilek İzmir AVM'de minik misafirlerle buluştu. Çocukların heyecanla izlediği ve takip ettiği Köstebegiller çizgi filminin sevilen karakterleri Boyo, Süslü ve Kösteban Özdilek İzmir AVM'de eğlenceli bir güne imza attı. 14 - 15 Ekim tarihlerinde 14:00 – 16:00 ve 18:00 saatlerinde minik misafirlerle buluşan Köstebegiller çizgi filminin sevilen karakterleri, çocuklarla birlikte çeşitli oyunlar oynayarak, şarkılar eşliğinde dans etti.



## İstanbul Muhafızları Özdilek İzmir AVM'de Çocuklarla Buluştu

İzmir Özdilek AVM, minik misafirleri için hazırladığı birbirinden eğlenceli ve öğretici etkinliklerine ekim ayında da ara vermeden devam etti. TRT Çocuk kanalının sevilen çizgi filmi İstanbul Muhafızları, Özdilek İzmir AVM'de minik misafirlerle buluştu. 21 – 22 Ekim tarihlerinde 14:00 – 16:00 ve 18:00 saatlerinde çocuklarla bir araya gelen İstanbul Muhafızları çizgi filminin sevilen karakterleri, çocuklara keyifli anlar yaşattı.





# ÖZDİLEKPARK'TAN HABERLER



## Özdilek Vakfı Balmumu Heykel Müzesi Açıldı

Eskişehir Büyükşehir Belediye Başkanı Prof. Dr. Yılmaz Büyükerşen'in yaptığı Türk liderler, sanatçı ve gazetecilerin balmumu heykellerinin yer aldığı Özdilek Vakfı Balmumu Heykel Müzesi, ÖzdilekPark İstanbul AVM'de açıldı. Yüzün üzerinde heykelin bulunduğu müzenin açılışına; Eskişehir Büyükşehir Belediye Başkanı Prof. Dr. Yılmaz Büyükerşen, Beşiktaş Belediye Başkanı Murat Hazinedar, Şişli Belediye Başkanı Hayri İnönü ve Özdilek Holding Yönetim Kurulu Başkanı Hüseyin Özdilek'in yanı sıra, balmumu heykelleri sergilenen tiyatro ve sinema oyuncularını ile gazeteciler katıldı.



## ÖzdilekPark Bursa Nilüfer AVM'de Çikolata Festivali

Bursa'nın gözde alışveriş merkezlerinden biri haline gelen ÖzdilekPark Bursa Nilüfer AVM'de Bursalı çocuklar, Çikolata Festivali etkinliğinde bulundu. 15 – 17 Eylül tarihleri arasında eğlence ve lezzet dolu anlar yaşayan minik misafirler, Çikolata Festivali etkinliği kapsamında çeşitli oyunlar ve yarışmalar sonucunda çikolata keyfi yaşadı. Çikolata ve şeker objelerinden oluşan platform üzerinde gerçekleşen festivalde çocuklar önce oyunlar oynadı, sonra diledikleri çikolatalarla masal ve çizgi film keyfi yaşadı. Son olarak greenbox tekniği ile fotoğraflar çektirerek, kendilerini çikolata şalesinde görme mutluluğuna ortak oldular.

## ÖzdilekPark AVM'lerde Çanta Kampanyası

Okul sezonunun açılması ile öğrencilerin heyecanına ortak olan ÖzdilekPark AVM'ler, özel gün etkinlik ve kampanyalarına eylül ayında da devam etti. Bu kapsamda ÖzdilekPark Antalya, ÖzdilekPark Bursa Nilüfer ve ÖzdilekPark İstanbul, 15 – 22 Eylül tarihlerinde 200 TL ve üzeri alışveriş yapan misafirlerine okul çantası hediye etti. Çanta hediyelerini gören minik misafirler büyük bir mutluluk yaşadı.





## ÖzdilekPark Antalya AVM'de Çocuk Olimpiyatları Yapıldı

ÖzdilekPark Antalya AVM'de gerçekleştirilen Çocuk Olimpiyatları etkinliğinde, eğlenceli ve keyifli dakikaların yanı sıra macera dolu anlar yaşandı. 30 Eylül – 1 Ekim tarihleri arasında gerçekleştirilen Çocuk Olimpiyatları etkinliğinde; çeşitli oyunlar, engel parkuru, tırmanma duvarı, cirit atma, dart, gülle atma, halter ve basketbol oynama gibi etkinlikler gerçekleştirildi. Birbirinden heyecanlı ve eğlenceli etkinliklerin sonunda tüm katılımcılara olimpiyat madalyası hediye edildi.



## ÖzdilekPark İstanbul AVM'de HyperX E - Spor Turnuva Coşkusu

ÖzdilekPark İstanbul AVM'de 21 Ekim tarihinde düzenlenen HyperX E - Spor Turnuvası, yarışmacılar arasında yaşanan kıyasıya rekabet ve eğlenceli karelere şahit oldu. Futbol tutkunlarının merakla beklediği FIFA 2018'in lansmanı, HyperX E - Spor Turnuvası'nda yapıldı. Toplamda 32 oyuncu katılımıyla gerçekleşen turnuvanın finali, Pascal Nouma'nın katılımı ve Emre Tilev'in sunumu ile büyük bir coşku ve heyecan içinde gerçekleşti. Pascal, hem final eşleşmelerinin çekilişlerini yaptı hem de finale kalan kişiler ile FIFA 2018 oynadı. Turnuvanın sonunda katılımcılara ve turnuva kazananlarına çeşitli hediyeler verildi.



## ÖzdilekPark Bursa Nilüfer AVM'de Keloğlan Masalları

Keloğlan Masalları Köyü, ÖzdilekPark Bursa Nilüfer AVM'de minik misafirlerle buluştu. 7 - 8 ve 14 - 15 Ekim tarihlerinde ÖzdilekPark Bursa Nilüfer AVM'de gerçekleşen Keloğlan Masalları Köyü etkinliğinde çocuklar, televizyonda izleyerek büyülendikleri Keloğlan'ın masalsi dünyasına yolculuğa çıktı. Minik misafirler, etkinlik boyunca Keloğlan'ın hikayelerine, danslarına ve müziklerine eşlik etti.



## ÖzdilekPark Bursa Nilüfer AVM'de Talihliler Araçlarına Kavuştu

ÖzdilekPark Bursa Nilüfer AVM'de 3 adet 2017 model Toyota C-HR 1.8 HYBRID ADVANCE çekilişi kazananları, arabalarını teslim aldı. ÖzdilekPark Bursa Nilüfer Alışveriş Merkezleri'nden, mağazalarından ve Özdilekteyim.com'dan aynı gün içerisinde toplamda 100 TL ve üzeri alışveriş

yaparak çekilişe katılan araba talihlileri, 6 Ekim Cuma günü belirlendi. Noter huzurunda Özdilek misafirleri ile açık olarak yapılan çekilişte 3 asil, 3 yedek talihli isimleri açıklandı. Çekiliş sonuçları ise [www.ozdilek.com.tr](http://www.ozdilek.com.tr) üzerinden yayımlandı.

### ÖzdilekPark Bursa Nilüfer AVM'de Oğuzhan Koç Konseri Yapıldı

ÖzdilekPark Bursa Nilüfer AVM, konser ve etkinlikleri ile misafirlerini en iyi şekilde ağırlamaya devam ediyor. Tiyatroculuk kariyerinin yanı sıra yapmış olduğu beste ve şarkılarıyla da büyük bir çıkış yakalayan Bursalı sanatçı Oğuzhan Koç, ilk defa canlı bir konser için Bursa'ya geldi. 21 Ekim Cumartesi günü ÖzdilekPark Bursa Nilüfer AVM'nin açık otoparkına kurulan konser alanı ile sevenlerine en



güzel şarkılarını seslendiren Oğuzhan Koç, sahnedeki sempatik hareketleriyle de hayranları tarafından oldukça beğeni topladı. Binlerce kişinin katıldığı konserde Oğuzhan Koç, hayranlarına unutulmaz bir müzik şöleni yaşattı.

### İlyas Yalçıntaş ÖzdilekPark Antalya AVM'de Hayranları ile Buluştu

ÖzdilekPark Antalya AVM, ünlü isimleri sevenleri ile buluşturmaya devam ediyor. ÖzdilekPark Antalya AVM'nin bu kapsamdaki konuğu yeni kuşağın genç ve başarılı sesi İlyas Yalçıntaş oldu. ÖzdilekPark Antalya AVM'de gerçekleştirilen mini konser ve imza etkinliğinde başarılı sanatçı yoğun ilgi gördü. Beğenilen şarkılarını hayranlarıyla beraber ÖzdilekPark Antalya AVM'de seslendirdi. Sabahın erken saatlerinden itibaren AVM'de yerlerini alan İlyas Yalçıntaş hayranları, ünlü sanatçıdan imza alabilmek için uzun kuyruklar oluşturdu. Konser sonrası yapılan imza etkinliğinde genç sanatçı, tüm hayranlarına tek tek imza dağıttı, sohbet etti ve hatıra fotoğrafı çekti.



### ÖzdilekPark Antalya AVM'de Kerem Eser ile Paytak Show Yapıldı

Çocukların ekranlardan tanıdığı ve beğenerek izlediği Paytak Show'un sunucusu Kerem Eser, ÖzdilekPark Antalya AVM'de minik misafirler ile buluştu. Ünlü Jonklör ve Sihirbaz Kerem Eser'in birbirinden güzel ve renkli şovlarını canlı izleme fırsatı yakalayan çocuklar, ÖzdilekPark Antalya AVM'de eğlencenin tadını çıkardı.



### Kurtlar Vadisi Vatan Filminin Galası ÖzdilekPark Bursa Nilüfer AVM'de Yapıldı

Merakla beklenen Kurtlar Vadisi Vatan filminin galası ÖzdilekPark Bursa Nilüfer AVM'de gerçekleştirildi. 10 Ekim Salı günü gerçekleşen galaaya çok sayıda sinemaseverin yanı sıra filmin başrol oyuncularından olan Necati Şaşmaz, Erhan Ufak ve Cahit Kayaoğlu katıldı. Galada filmin konusu ve filmin çekim süreci hakkında bilgiler veren başrol oyuncuları, konukların merak ettiği soruları yanıtladı. Serdar Akar'ın yönetmen koltuğunda oturduğu ve 15 Temmuz darbe girişimini konu alan film, misafirler tarafından büyük bir beğeni topladı.



*Sonbaharda evinizin modası  
yine Özdilek'te.*

Yumuşacık dokusu ve  
birbirinden farklı desenleriyle...

EN İYİ DİLEKLER İÇİN



**Özdilek**

[www.ozdilektem.com](http://www.ozdilektem.com)



# Kemal Gök

## “Özdilek markası güvenle eş değer”

Global ve köklü bir geçmişe sahip olan Özdilek Holding, uzun yıllardır ev tekstili sektöründe başarıyla faaliyet gösteriyor. Ülkemizin marka değeri yüksek en önemli şirketlerinden biri olan Özdilek, bir yandan faaliyetlerine devam ederken diğer yandan da yepyeni projelere imza atıyor. Bu başarı hikayesinin kilit noktalarını merak ettik. Bir araya geldiğimiz Özdilek Ev Tekstili Yurt İçi Satış ve Pazarlama Müdürü Kemal Gök, Özdilek’in yeni hedeflerine dair sorularımızı yanıtladı.

Röportaj Nazlı Sancaklı

“Çok sadık bir müşteri yapısı var markamızın. Bizi hiçbir zaman yalnız bırakmıyorlar, aksine destekliyor ve daha iyisi için teşvik ediyorlar.”

Özdilek Ev Tekstili’ni kendi içinde banyo ve yatak odası tekstili olarak ayırabiliriz. Bugün perde hariç banyo ve yatak odası tekstil ürünlerinin büyük bir kısmını kendimiz üretip bir kısmını da kendi markamızla üretiyoruz. Bu süreç kendi ev tekstili mağazalarımızın oluşmasına basamak olmuştur. Ev tekstili üretimimiz ile beraber sadece Özdilek markalı ev tekstili ürünlerinin satıldığı ev tekstili mağazalarımızı açmaya başladık. Böylece pazar payımız sürekli gelişti. Yurt içinde havlu ve bornozda %25, ev tekstilinde de %17 pazar payına sahip konuma geldik. Yani şunu söyleyebiliriz; müşterilerimiz ev tekstili mağazalarımızdan perde dışında evlerinde kullandıkları bütün tekstil ürünlerini satın alabiliyorlar. Özdilek daha önce perakende sektöründe AVM ve hipermarketlerle yer alıyordu. Günümüzde ise 143 adet ev tekstili mağazası ile birlikte çok daha önemli bir oyuncu konumuna gelmiştir. Tabii bunun yanı sıra ürünlerimizi, yurt içinde oluşturduğumuz bölge bayiliği sistemi ile yaklaşık 1.500 noktada satışa sunarak müşterilerimize hizmet veriyoruz.

**Özdilek, ülkemizde gelişimini sürdüren şirketler arasında. Bunu sağlayan en çok hangi özelliğiniz ya da piyasadaki hangi koşullardır?**

Kurum olarak en önemli özelliğimiz, müşteri memnuniyetine çok önem vermemiz. Bunlar verilerle de tasdikli. Biz müşteri şikayetlerine hızlı şekilde dönüş yapan bir firmayız.

Ayrıca ürünlerimizin kalitesine de çok fazla özen gösteriyoruz. Yani; Özdilek olarak her zaman ürünlerimizin arkasındayız. Müşteri bizim ürünümüzü alırken aklında “acaba herhangi bir problemde firma ürünün arkasında durur mu?” diye endişelenmiyor. Tüketicilerin kafasında buna dair en ufak bir soru işareti oluşsun istemiyoruz. Zaten yapılan araştırmalarda da güven endeksimiz çok yüksek. Özdilek bu özellikleriyle bugünkü başarısını yakaladı.

**Ürün yelpazeniz hakkında bilgi verebilir misiniz? Ürün yelpazenize eklemeyi planladığınız ürünler var mı?**

Yatak odası ve banyo tekstili üretimi yapıyoruz. Havlu, bornoz, paspas, nevresim takımı, yastık, yorgan gibi ürünleri kendi tesislerimizde üretiyoruz. Bunun yanı sıra battaniye, klozet takımı, halı ve abiye yatak örtüsü gibi ürünleri de bize ait olan tasarımlarla kendi markamızla üretiyoruz.

**Yakın gelecekte piyasaya sunacağınız yeni ürünleriniz var mı? Biraz anlatabilir misiniz?**

Yılda iki kez koleksiyonlarımız yenilenmekte olup, ürün geliştirme bölümümüzün yapmış olduğu çalışmalara da büyük önem veriyoruz. Bütün bunları yaparken yurt dışı desen tasarım firmalarından da destek alıyoruz.

**Öncelikle sizi tanımak isteriz.**

İsmim Kemal Gök, Özdilek Holding Yurt İçi Satış ve Pazarlama Müdürü’yüm. Uludağ Üniversitesi İdari Bilimler Fakültesi mezunuyum. 1989 yılında Özdilek Holding Ailesi’ne katıldım, yaklaşık 28 senedir de Özdilek çatısı altındayım.

**Özdilek’in gelişimini, dünü ve bugünü ile değerlendirebilir misiniz?**

Özdilek, 1971 yılında havlu üretimi ile yolan çıkan, 2006 yılında boya baskı tesisini kurarak günümüzde havlu – bornoz üretiminde yıllık 9 bin ton üretim kapasitesi, boya baskı üretiminde de yıllık 18 milyon metre boya baskı üretim kapasitesi ile sektörünün öncü kuruluşlarından biridir.





“Ev tekstili sektörünün reel büyüme hızı yıllık 6,5 oranında. Fakat Özdelek Ev Tekstili, her yıl yüzde 15 gibi bir büyüme gösteriyor.”

teşekkür maillerini de unutmamak gerek. Emeklerimizin karşılığını bu şekilde almak bizleri çok mutlu ediyor.

### Ürünlerinizi yurt dışında da satıyor musunuz? En fazla tercih edildiğiniz ülke ve bu pazardaki konumunuz hakkında bilgi verir misiniz?

Kendi ürettiğimiz koleksiyonları Rusya, Azerbaycan, Arnavutluk, İran, Kosova ve Kuzey Kıbrıs gibi ülkelere satıyoruz. Bunun yanı sıra Almanya’da kurulan Tex Idea firmamız kanalıyla Avrupa’ya ve Amerika’ya fason üretimi yaparak ürünlerimizi satıyoruz. Ayrıca, Amerika’da Sadem markasıyla ürünlerimizi pazarlamak için çalışmalarımız devam etmektedir.

### Özdilek müşterilerini nasıl tarif edersiniz, nelerden hoşlanıyorlar?

Özdilek müşterisi, geleneksel bir yapıya sahip. Çok sadık bir müşteri yapısı var markamızın. Bizi, hiçbir zaman yalnız bırakmıyorlar, aksine destekliyor ve daha iyisi için teşvik ediyorlar.

### Piyasa araştırmaları yapıyor musunuz, elinizde nasıl veriler var?

Her 2 - 3 yılda bir çeşitli araştırma firmalarına pazar araştırmaları yaptırıyoruz. Bize hem kendi mağazalarımız hem de genel pazarla

### Müşterilerden geri dönüşler geldiğinden bahsettiniz, bugüne kadarki en ilginç dönüş nasıl oldu?

Biz bu olaya bireyselden ziyade istatistiki veriler olarak bakıyoruz ama genel anlamda çok olumlu geri dönüşler aldığımızı söyleyebilirim. Hatırladığım en ilginç dönüş, bir mektuptu. Mektup sahibi kullanıcımız 15 - 20 yıl önce yuva kurarken evleri için bizim havlularımızdan almış fakat bir türlü eskitememiş. Mektubunda da “neden bu kadar sağlam havlular yapıyorsunuz?” diye tatlı bir sitemde bulunmuş. Tabii ürünlerimizin kalitesi için gelen



ilgili veriler sağlıyorlar. Bu araştırmaların içinde “Özdilek’in bilinirliği nedir?, Müřteriler neden Özdilek’i tercih ediyor?, Bizim eksik yönlerimiz neler?” gibi sorular yer alıyor. Firma olarak bunları tespit ediyor, ona göre planlama yapıyor ve strateji belirliyoruz. Araştırmaların sonuçları, yüzde 98’lik bir oranla Türkiye’de en fazla bilinen ev tekstili markasının Özdilek olduğunu veriyor. Müřterilerimizin yüzde 25’i erkek, yüzde 75’i ise kadın.

### **Satış sonrası müşterilerinize sunmuş olduğunuz hizmetler nelerdir?**

Kayıtsız şartsız bir müşteri memnuniyeti hedefimiz var. Kullanım hatası kaynaklı dönüşlerde dahi kesinlikle ürünün yenisiyle değişimini sağlıyoruz.

### **Ekleme istedikleriniz...**

Ev tekstili sektörünün reel büyüme hızı yıllık 6,5 oranında. Fakat Özdilek Ev Tekstili, her yıl yüzde 15 gibi bir büyüme gösteriyor. Bu başarının da ayrıca altını çizmek isterim. Tüm müşterilerimize teşekkürlerimizle...



# Özdilek Park'ta sizin için

## Levi's'in Yeni Sezon Skinny Jeanleri, Stili Yenilikle Buluşturuyor

Levi's'in yüksek belli, orta belli, uzun veya kısa paça giyilebilen skinny jean koleksiyonu, yıl boyunca çok yönlü bir rahatlık ve şıklık sunuyor. Gardıropların vazgeçilmezi skinny jeanler, kadınlar için mükemmel bir tercih olmaya devam ediyor. Belin altını sararak klasik bir silüet yaratan 711 Skinny jean, modern pin - up stili ile vücut hatlarını ortaya çıkararak ve beli sararak bacak boyunuzu uzun gösterirken; 721 High Rise Skinny ise hem tişörtlerle hem de denim gömlekle kombinlenebiliyor. Levi's'in ikonik jeni 501'in klasik tarzına sadık kalınarak daraltılan modeli 501 Skinny ise yüksek belli ve dar kesimi ile denimseverlere gündüzden geceye kullanım kolaylığı sağlıyor.



## Kombinlerin En Sık Tamamlayıcısı: Chelsea Botlar FLO'da

Trendlerin takipçisi olan kadınlar, FLO'nun yeni koleksiyonunda birbirinden farklı ve şık detayların yer aldığı Chelsea botlarla tarzından ödün vermiyor. Püskül, metal toka, bağcık ve daha birçok detayla buluşan Chelsea botlar sezona damgasını vuruyor. FLO, koleksiyonda nubuk, rugan ve deri gibi her kombine eşlik edecek seçenekler sunuyor. Siyah, bej, kahverengi ve vizon gibi renk seçeneklerini skinny jeanlerle, deri pantolonlarla ve taytlarla kombinlemek mümkün.

## Geleneksel Türk Muhallebisi, Mado'da Yepyeni Bir Lezzete Dönüşüyor

Geleneksel Türk muhallebisi, Mado'nun 167 yıllık tecrübesiyle yepyeni bir lezzete dönüşüyor. Doğal ve taze meyvelerle yapılan vişne taneli ve kivilili geleneksel Türk muhallebisi, Mado misafirleriyle buluşuyor. Hem sağlıklı hem de lezzetli Mado vişne taneli ve kivilili muhallebiler hiçbir katkı maddesi kullanılmadan Mado kafe ve restoranlarda servis ediliyor.







## Fakir'den Akıllı Isıtıcılar

Fakir Hausgerate'nin yeni ısıtıcıları soğuk havalara karşı pratik ve etkili ısınma sağlarken, akıllı teknolojisi sayesinde de enerji kullanımını minimum seviyede tutuyor. Hava sıcaklıklarının düşmeye başladığı bugünlerde yeni ısıtıcılarıyla soğuk havayı mekanların dışında bırakıyor. Kış mevsimine geçiş döneminde sert hava değişimlerine karşı önlem almak isteyenler için Fakir HT 1600 Motion Seramik Isıtıcı ve HT 2000 Seramik Kule Tipi Isıtıcı, minimum enerji kullanımıyla sıcak ortamlar oluşturuyor.



Isıtıcılar, fonksiyonelliğinin yanı sıra modern tasarımlarıyla da mekanlara dekoratif uyum sağlıyor.

## Sonbaharın En Sevilen Tasarımları COLIN'S'te

COLIN'S 2017 Sonbahar Kadın Koleksiyonu'nda jean pantolonlarla kullanılan nakış işlemeli, baskılı ve yazılı sweatshirtler, ekose desenli gömlekler öne çıkıyor. Serinleyen havalara, yumuşak dokulu baharlık kazaklar ve pantolonlar eşlik ediyor.



Sonbahar Erkek Koleksiyonu'nda ise kareli ve mikro desenli gömleklere sıkça rastlanıyor. Sweatshirt ve jean birlikteliği genç erkeklerin günlük giyimde vazgeçilmez oluyor. Sabah ve akşam serinleyen sonbahar havasına, tişörtlerle rahatlıkla kullanılan kolej tarzı bomber ceketler damgasını vuruyor.

## Burger King'den Yepyeni ve Doyurucu Bir Lezzet "King Fillet Chicken"

Burger King, hamburger düşünlerini yepyeni lezzetlerle buluşturmaya devam ediyor. Nefis göğüs fileto eti ile hazırlanan King Fillet Chicken, gönülleri fethedecek.

King Fillet Chicken'in fileto göğüs etiyle hazırlanması dikkat çekiyor. Göğüs fileto eti, doyurucu özel ekmeği, taptaze doğranmış domates ve maruldan oluşan King Fillet Chicken, şimdiden Burger King'in favori lezzetlerinden birisi olmaya aday.



## Mini Mini Coraplar Penti'de!

Minik desenler, ışıltılar, tatlı hayvanlar alemi ve dahası Penti ile kız çocuklarının dünyasına renk katmaya hazır! Kayıp ama mutlu balıklar, birbirini seven penguenler, mini tilkicikler, kedicikler ve sepmatik pandalar bu kış kız çocuklarının bacaklarını ısıtacak. Işıltılı pullar, simli desenler ve sloganlar şıklıklarına da şıklık katacak.



## D'S Damat'ın Yeni Koleksiyonu Kusursuz ve Dinamik

D'S Damat 2017 / 18 Sonbahar - Kış Koleksiyonu, özenle seçilmiş kumaşları, kusursuz kalıp seçenekleri ve geniş koleksiyonuyla bu sezon da tüketicilerine şık ve dinamik bir duruş kazandırıyor. Yeni sezonda lacivertin yanı sıra gri ve antrasit ağır basarken, koleksiyonu marsala ve camel gibi şık tonlar renklendiriyor. Her erkeğin en temel ihtiyacı lacivert ve gri takım elbiselere bu sezon kombinli yeşil takımlar rakip çıkıyor. Tek ceketler, buklet ve muline kumaşlar ile çeşitlenirken; yakası çıkartılabilen kürklü yün paltolar ise asil duruşun tamamlayıcısı olacak.



# Her Daim Yaşının En Güzel Kadını

## Ayşegül Aldinç

90'ların iz bırakan sanatçılarından. Herkes onu "yaşsız kadın" olarak tanımlıyor. Çünkü yıllar geçip gidiyor fakat o hiç değişmiyor. Tartışılmaz güzelliğinin yanı sıra başarı dolu işleriyle de adından söz ettiriyor. Diyet çalışmaları, konserler derken dur durak bilmiyor. Tarzıyla, sanata yaklaşımıyla, güzelliğiyle ve en önemlisi de dillerden düşmeyen şarkılarıyla hep gündemde. Son albümü Sek'iz'de müzisyen dostlarının kendisi için yazdığı yeni şarkıları yorumlayan Ayşegül Aldinç, bu abümünün şarkılarını kliplendirmeye devam ediyor. Enerjisi ve şakacı kişiliği ile bizi de etkisi altına alan Aldinç ile keyifli bir söyleşi yaptık.

Röportaj Nazlı Sancaklı

**M**alum güzelliğiniz dillere destan. Öncelikle güzelliğinizi neye borçlusunuz diye klasik ve bir o kadar da merak ettiğimiz bir soruyla başlamak istiyoruz.

Kişinin görünüşünün moraliyle çok yakın ilgisi var bence. Bu nedenle doğal güzelliği korumaya yönelik önlemler almanın çok doğal olduğunu düşünüyorum. Ben de bazı önlemler almaya gayret ediyorum tabii ki. Bu konuda çok özel reçetelerim yok açıkçası. Ancak düzenli uykuya,

sağlıklı beslenmeye ve düzenli hareket etmeye dikkat ediyorum. Bunların da sağlık için olmazsa olmaz asıl konular olduğuna inanıyorum. Yani kısacası kendiniz için özen gerektiren durumları önemseniz, sağlam kalabilirsiniz. "Kafama göre takılırım, bunları hiç umsamam" gibi düşünenlere de selam olsun.

**Kardeşiniz yok bildiğimiz kadarıyla. Tek çocuk olmak nasıl bir duygu?**

Ben pek memnun değilim aslında. Hatta kardeşimin olmasını çok isterdim. Tek kardeş olmak barışık olduğum bir konu. Bu sayede hep

çocuk ruhlu büyüdüm diyebilirim. Hep kendimi geliştirdim. Annemin desteği de oldu tabii. Onu her daim yanımda hissettim.

**İsminizi hem Türkiye'de hem de yurt dışında duyuran başarılı bir kadınsınız. Geçmiş baktığımızda "iyi ki" dediğiniz neler var?**

Hayatlarımız "iyi ki"lerle "keşke"ler arasında gidip geliyor. İlla ki hepimizin hayatında bu gelgitler yaşanıyor. Kimimiz kendiyi yüzleşme konusunda sıkıntı çekmezken kimimiz de kuyruğu dik tutmak adına kendine

dahi ketum davranıyor. Şüphesiz bende de var bu duygu geçişleri. İnsanız, olur öyle... İyi ki annemle babamın tek kızırım, iyi ki bugünkü mesleğime sahibim ve iyi ki her şeyi yaşayarak büyümüşüm.

**90'lı yıllarda peşi sıra hit şarkılar / albümler çıkardınız. Sizce pop müzik o dönemlerde daha mı kaliteliydi?**

O zamanlar duygular daha naifti. Bu belki de haber alma ağının bugünkü gibi olmadığıydı. O dönemde sevdiğimiz sanatçıları hayal ettiğimiz gibi görebilme emeli taşıyorduk. Fakat günümüzde hayatlar nerdeyse röntgeni çekilecek hale geldi. Bu da

doğal olarak hayal kırıklıklarını beraberinde getirdi. Öyle ki şimdilerde ilişkiler dahi "ilişikteki dosya" tadında ve tamamen yüzeysel yaşıyor. Şarkıların buna ayak uydurması da doğal kabul edilmeli. Her çağın hissetme şekli farklı.

**Müziğe yeni giriş yapanlardan tarzını ve yorumunu beğendiğiniz isimler var mı? Varsa kimler?**

İlk aklıma gelen Kalben. Tarzını çok beğeniyorum. Daha önce iş ve gönül birliği yaşama fırsatı bulmadığım, müziği ve tarzını sevdiğim tüm besteci - yorumcu arkadaşlarımla Sek'iz albümümde çalışma şansım oldu zaten.

“Şimdilerde ilişkiler dahi “ilişikteki dosya” tadında ve tamamen yüzeysel yaşıyor. Şarkıların buna ayak uydurması da doğal kabul edilmeli. Her çağın hissetme şekli farklı.”



**Son dönemde seslendirdiğiniz “Durum Leyla” şarkısı hala dillerde. Çok beğenildi. Albüme aldığınız şarkılarda en çok neye dikkat ediyorsunuz, bir kriteriniz var mı?**

Her şeyden önce bu albümde, şu zamana kadar çalışmadığım müzisyen dostlarımla çalışmayı tercih ettim. Ayrıca albümdeki isimlerin tarz olarak daha alternatif bir kafa yapısına sahip müzisyenler olmasına özen gösterdim. Çok fazla pop algılanacak bir şeyler yapmak istemedim. Kenan Doğulu'nun ve Harun Tekin'in şarkılarında elektronik bir müziğe selam çaktık mesela. Daha önce denemiştim. Benim için de bir ilk oldu bu. Nada'nın şarkısı çok önceden beri bendeydi. Bir ara, Sek'iz'den daha alternatif sularda yüzen bir albüm yapma fikrim vardı. “Gör Beni” şarkısı o günlerden kalmadır mesela. Çok seviyorum o şarkıyı. Şarkıları herkesten önce ben sevmeliyim ki enerjisi dinleyicilere de geçsin.

**Keşke ben söyleseydim dediğiniz bir şarkı oldu mu hiç?**

Tabii ki oldu. Kenan Doğulu ile çok önceden beri birlikte çalışma düşüncem vardı. Bakıldığında Kenan bir pop şarkıcısı ama aynı zamanda müzisyen kimliği de var biliyorsunuz. “Tutamıyorum Zamani”yi neden ben söyleyemedim diye üzülüşümdür hep. Şimdi “Kendisi” şarkısını okumak kısmet oldu. Proje albümüm Sek'iz'in beşinci video klibini de bu şarkımıza çektik.

**Yıllar içerisinde hem oyunculuk hem de müzik bir arada yürüdü. Bunu nasıl başardınız?**

Çünkü her ikisini de çok seviyorum. (Gülüyor.) Çocukluk yıllarımda her ikisinin de hayalini kurardım. Oyunculukta doğru projeyi seçmek çok önemli. Rol ile bütünleşebiliyorsanız şanslısınız demektir. Müzikte ise detaylar çok önemlidir. Başarının sırrı detaylarda.

“Ben yalnız kalarak  
şarj olabiliyorum.  
Tabii çalışmak da  
insanı enerjik  
kılıyor aslında.”



## Yeni dizi veya film projeleriniz var mı?

Oyunculuk, hayatımın hep gündeminde aslında. Sürekli teklifler geliyor ama henüz “ben bunda olmalıyım” diyebileceğim türde bir senaryoya rastlamadım.

## Yorulmadan üst üste konserler veriyorsunuz. Enerjinize herkes hayran. Kendinize vakit ayırabiliyor musunuz?

Olabildiğince. Ben yalnız kalarak şarj olabiliyorum. Tabii çalışmak da insanı enerjik kılıyor aslında. Bu bende de böyle. Konserlerimiz de devam ediyor. Bu sıralar bende tempo biraz yüksek yani. (Gülüyor.)

## Yeni albüm çalışmalarınız var mı? Sevenlerinizi neler bekliyor?

Yeni bir albüm yapar mıyım çok emin değilim. Sek’iz’in yolculuğu, Mabel Matiz’in sesi ile yer aldığı “Bir Tek Gördüğüm” şarkısını dijital ortamda müzikseverler ile buluşturmamız ve klibini çekmemizle başladı. Albüm ilgi görmeye devam ediyor. Bundan sonra tek ve sık şarkılarla sevenlerimin karşısında ve kulağında olmak gibi planlarım var.

## Ayşegül Aldinç’in hayat felsefesi nedir?

Doğru ve dürüst yaşamaya devam etmek istiyorum. Bu tanıma uyan insanları hayatıma çekebilmekle ilgili dileklerim var. Düşünsenize kim istemez ki huzur içinde çalışma ortamında mesleğini icra etmeyi?

## Kariyerinizdeki dönüm noktası ne oldu sizce?

Eurovision Şarkı Yarışması çok özel bir anıdır benim için. İlerleyen yıllarda Sezen Aksu’nun “Sorma” şarkısı ile kariyerimde önemli bir noktaya ulaştım sanıyorum. Sezen Aksu’nun desteğini hep hissettim. İyi ki var.

## Son olarak, sağlığınıza dikkat ettiğinizi vurguladınız. Nasıl besleniyorsunuz?

Etmek zorundayım. Kendi kendimin doktoruyum diyebilirim. Örneğin; hafiften üşütme belirtileri hissettiğimde kendimi gayet başarılı bir şekilde tedavi ederim. Fakat başaramadığım zamanlar da oluyor tabii. Bu yıl iki kez uzun süren bir grip yaşadım mesela. Şehir hayatı, havanın kirliliği, yediklerimiz ve içtiklerimiz vücudumuzu dayanıksız kılıyor. Herkes hasta. Ve tuhaftır ki geçmiyor da. Düzenli olarak rutin bazı hareketlerim var, onları yaparım. Mevsim

kaygım olmadan yüzer ve yürürüm. Kusunum, çok su içmemem. Evin her köşesinde ufak şişelerde su bulundururum, aklıma geldikçe içmeye çalışırım. Uykuma dikkat ederim. Geceleri çıkmayı pek sevmem.

Dikkat ederseniz insanlar çoğunlukla yemeklerde buluşur. Bu şekilde sosyalleşmek insana farkında olmadan kilo aldırır. Doğa içinde yürümek gibi sosyal aktiviteler tercih etsek ne iyi olur aslında değil mi? Ben daha çok doğayla iç içe olmaya gayret ederim. Özellikle doğanın kendini yenilediği mevsim geçişlerinin vücudumuzda yarattığı yorgunluk hissini hafifletmesi açısından, doğayla haşır neşir olmayı yararlı bulurum.

“Doğru ve dürüst yaşamaya devam etmek istiyorum. Bu tanıma uyan insanları hayatıma çekebilmekle ilgili dileklerim var.”



MAVİ  
Sırt Çantası  
119,99 TL



KEMAL TANCA  
Ayakkabı  
249,90 TL



NETWORK  
Ceket  
2.895 TL

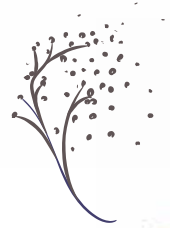


D'S DAMAT  
Kemer  
29,90 TL



# Deri Asaleti

Deri tasarımlar, her dönem olmazsa olmaz özelliğini bu dönemde de korumayı başarıyor. İster portföy bir çanta ister zarif bir elbise... Deri, kullanıldığı tüm ürünlere karşı konulmaz bir hava katıyor. Bu asil kumaşın göz kamaştırıcı şıklığını gardiropunuza taşımanız için sezonun en ışıltılı parçalarını sizler için derledik.



SARAR  
Eldiven  
119,20 TL



SAAT&SAAT  
Diesel  
1.026 TL



SÜVARI  
Cüzdan  
59,90 TL

İNCİ DERİ  
Ayakkabı  
199,99 TL



LITTLE BIG  
Deri Ceket  
149,90 TL



BEYMEN  
Bileklik  
48 TL







**TWIST**  
Deri Elbise  
**359 TL**



**VAKKO**  
Deri Kemer  
**595 TL**



**SAAT & SAAT**  
Skagen  
**769 TL**



**U.S. POLO ASSN.**  
Deri Cüzdan  
**99,95 TL**



**BEYMEN**  
Deri Kaban  
**3.395 TL**



**DERİMOD**  
Deri Ceket  
**899 TL**



**AYAKKABI DÜNYASI**  
Reebok Deri  
Ayakkabı  
**395 TL**

**NINE WEST**  
Deri Anahtarlık  
**49 TL**



**H&M**  
Deri Pantolon  
**49,99 TL**



**ATASAY**  
8 Karat Deri Bileklik  
**5.745 TL**

**İNCI**  
Deri Ayakkabı  
**199,99 TL**



**KEMAL TANCA**  
Deri Ceket  
**399,99 TL**



**LITTLE BIG**  
Deri Çanta  
**89,90 TL**



**MATMAZEL**  
Deri Çanta  
**99,90 TL**



# Trikoyla Stilinizi Canlandırın

Farklı tarzlara sahip kişilerin olduğu bir gruba dolabının olmazsa olmazını sorsak kesinlikle alacağımız tek cevap; vücudu saran, sıcacık ve yumuşacık kazaklardır! Bu sonbaharda da kombinleri yine birbirinden farklı triko kazaklar tamamlayacak.

H&M  
Kazak  
99,99 TL



KOTON  
Kazak  
99 TL



MANGO  
Kazak  
179,99 TL



VAKKO  
Kazak  
395 TL



COLIN'S  
Kazak  
69,90 TL

NETWORK  
Kazak  
379 TL



BEYMEN  
Kazak  
339 TL



D'S DAMAT  
Kazak  
49,90 TL





VAKKO  
Kazak  
1.125 TL



NETWORK  
Kazak  
299 TL



MANGO  
Kazak  
159,99 TL



TWIST  
Kazak  
259 TL



ADL  
Kazak  
99,90 TL



LC WAIKIKI  
Kazak  
fiyatı belli  
değil



FOREVER NEW  
Kazak  
349,90 TL



YARGICI  
Kazak  
279,90 TL



H&M  
Kazak  
69,99 TL



BEYMEN  
CLUB  
Kazak  
1.339 TL



KOTON  
Kazak  
79,99 TL





**D'S DAMAT**  
Erkek Saat  
**499 TL**



**DEFACTO**  
Kadın Eldiven  
**14,99 TL**

**ÖZDİLEK**  
Henry Çift Kişilik  
Battaniye  
**94,95 TL**



**ALTINYILDIZ**  
Classics Kravat  
**19,90 TL**



**CAMPANOLA**  
Diesel Bileklik  
**414 TL**



**AVVA**  
Cep Mendili  
**23,90 TL**



# Yeni Yılda Sevdiklerinizi Şımartın

Yeni yıla sevdiklerinize alacağınız birbirinden güzel yılbaşı hediyeleri ile mutlu bir başlangıç yapmaya ne dersiniz? İşte size yeni yıla yepyeni sürprizlerle başlamanızı sağlayacak hediye seçenekleri...



**KORKMAZ**  
Nosta Elektrikli  
Çaydanlık  
**315 TL**



**BISSE**  
Süet Kemer  
**145 TL**

**BEV**  
Kırmızı Yapraklı  
Nazarlık  
**55 TL**



**KİĞİLİ**  
Papyon  
**29,99 TL**

**MANGO**  
Çanta  
**239,99 TL**



**KEMAL TANCA**  
Guess Kadın Çanta  
**629 TL**





LEVI'S  
Sirt Çantası  
Fiyatı Belli Değil



TWIGY  
Çizgi Karakterli Panduf  
Fiyatı Belli Değil



L'OCITANE  
Terre de Lumière  
Kadın Parfüm  
397 TL



ATASAY  
Pırlantalı Kar  
Tanesi Kolye  
1.230 TL



VAKKO  
Cüzdan  
469 TL



CEYO  
Erkek Ev Ayakkabısı  
105 TL



KIĞILI  
3'lü Kravat, Mendil ve  
Kol Düğmesi Seti  
89.99 TL



TANTİTONİ  
2'li Şarap  
Kadehi  
24,90 TL



ATASUN  
Fendi  
1.125 TL



D'S DAMAT  
Erkek Saat  
499 TL



NOTEBOOK  
Su Kar Küresi  
64,50 TL



BEYMEN  
Dolce  
Gabbana  
Telefon Kılıfı  
572 TL



D&R  
Ecoffee cup  
Kahve Kupası  
49 TL



KOTON BEAUTY  
Sailor Citrus Erkek Parfüm  
39,99 TL



POLARIS  
Kadın Sirt Çantası  
69,99 TL



H&M  
Ponponlu Kadın Şapka  
49,99 TL



# Alışveriş, Özdilektem.com ile Çok Keyifli

Çevrim içi alışverişin adresi Özdilektem.com, modayı herkes için ulaşılabilir kılıyor. Modanın kalbinin attığı Özdilektem.com'da binlerce ürün yalnızca bir tık uzağınızda.



CCS SARAR  
Triko  
89,99 TL



FINESUITS  
Portföy Cüzdan  
39,90 TL



MATTHEW COX  
Bayan Çanta  
129,90 TL

FIRST  
COMPANY  
Bluz  
59,90 TL  
Etek  
69,90 TL



FIRST COMPANY  
Bayan Çorap 3'lü  
6,90 TL



EKOL  
Kaban  
399,90 TL



ADIDAS  
Atkı  
79,90 TL



PIERRE CARDIN  
Erkek Ayakkabı  
219,90 TL



**MAMMAMIA**  
Bayan Bot  
249,90 TL



**FINESUITS**  
Ceket  
299,90 TL



**HAYS**  
Bayan Panduf  
69,99 TL



**FIRST COMPANY**  
Elbise  
99,90 TL



**FINESUITS**  
Çanta  
129,90 TL

**İPEKYOL**  
Triko  
229 TL



**FINESUITS**  
Kaban  
249,90 TL

**TWIST**  
Pantolon  
259 TL



**SUITS**  
Erkek Ayakkabı  
149,90 TL



**DOCKERS**  
Erkek Bot  
249,99 TL



# BİR SONBAHAR hikayesi...

Yazı uğurladık, artık sonbahar geldi. Yaz mevsimini karşılayan çocuklar, okulda, sokakta ve parkta şıklıklarıyla göz kamaştıracak. Minikler için yumuşacık triko kazaklardan polarlara, yağmurluklardan tulumlara kadar sonbaharlık pek çok alternatif var.



FUNFAIR  
Sweatshirt  
29,90 TL  
Jean  
49,90 TL



LITTLE BIG  
Kazak  
39,90 TL



CEYO  
Ayakkabı  
99 TL



FUNFAIR  
Erkek Çocuk  
Eşofman Takımı  
79,90 TL



BEYMEN  
Kenzo Kot Pantolon  
445 TL



U.S. POLO ASSN.  
Hırka  
39,95 TL



PANÇO  
Ceket  
229,95 TL



LC WAIKIKI  
Yağmurluk  
89,95 TL







**U.S. POLO ASSN.**  
Kazak  
79,95 TL



**CEYO**  
Ayakkabı  
64,80 TL



**KOTON**  
Kapüşonlu Mont  
119,99 TL



**H&M**  
Kazak  
49,99 TL



**LITTLE BIG**  
Kazak  
14,50 TL



**ADIDAS**  
Ayakkabı  
225 TL



**PANÇO**  
Eşofman Altı  
79,95 TL



**KOTON**  
Ceket  
59,99 TL



**LUMBERJACK**  
Çocuk Bot  
149,99 TL



**KOTON**  
Erkek Çocuk  
Gömtük  
24,99 TL



**BEYMEN**  
Stella McCartney  
Ceket  
525 TL



**H&M**  
Polar  
49,99 TL

# El Emegi Göz Nuru Yılbaşı Hediyeleri

Yılbaşı dendiğinde akıllara ilk olarak hediyeleşme seremonisi gelir. Herkes sevdiklerine bütün bir yıl kendisini hatırlatacak küçük hediyeler seçmenin telaşına düşer. Fakat sürprizler hazırlamak ya da hediyelere karar vermek sanıldığı kadar kolay değil. Siz de yılbaşında sevdiklerinize özel bir hediye vermek istiyorsanız, el yapımı hediyeler hazırlayabilirsiniz.



## Yılbaşı Kar Küresi

Birçoğumuz, ters çevirdiğimizde içinde lapa lapa karların yağdığı kar kürelerini izlemeye bayılırız.

Yılbaşında sevdiklerinize bu hazırlanması son derece kolay kar kürelerinden hediye etmek isterseniz ihtiyacınız olan malzemeler: boş bir cam kavanoz, zevkinize göre içini süsleyeceğiniz bir obje ya da biblo, suda çözülmeyen dayanıklı silikon yapıştırıcı, suni kar ya da renkli simler ve gliserin.



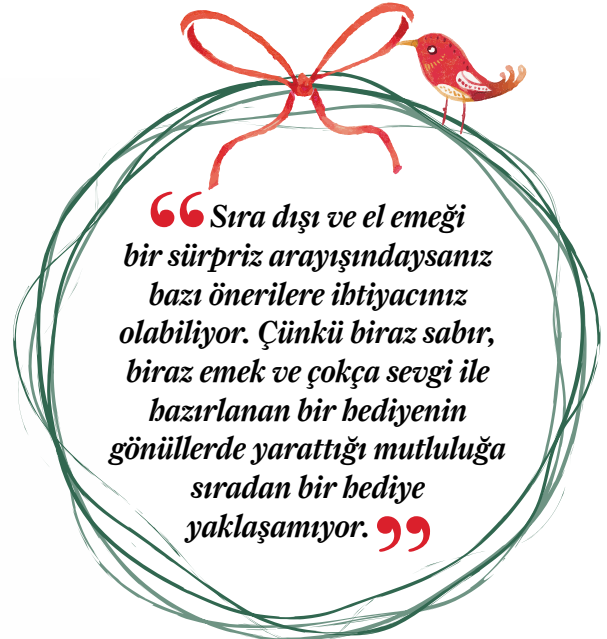
## Yılbaşı Çerçevesi

Sevdiklerinize, ofis ya da evlerinde onların yanı başındaymışsınız gibi hissettirmek istiyorsanız, el emeğinizle yapacağınız yılbaşı temalı çerçevelerden hediye edebilirsiniz. Bunun için de ahşap çerçeve, kontraplak, keçe yapıştırıcısı ve tercih ettiğiniz renklerde kecelere ihtiyacınız var.

- Yılbaşı küresine başlarken öncelikle kavanozun kapağını ters çevirin ve tam ortasına suya dayanıklı silikon ile kullanacağınız figürleri yapıştırın. Bir köşede kurumaya bırakın.
- Ardından kavanoza su doldurun ve kar küresini salladığımızda sim ya da yapay karların kavanoz içerisinde daha fazla hareket etmesini sağlamak için suya bir miktar gliserin ekleyin.
- Daha sonra su ve gliserin ile hazırladığımız suya dilediğiniz ölçüde parlak sim veya suni kardan dökün ve karıştırın.
- Biblo yapıştırdığımız kavanoz kapağını, kavanozla birleştirin ve sıkıca kapatın. Herhangi bir sızıntı yaşanmaması için kapağa silikon yapıştırıcı da sürebilirsiniz.
- Yıllarca saklanabilecek muhteşem kar küreniz artık hazır! Son olarak kapağa saracağımız kurdele ile kürenizi daha süslü hale getirebilirsiniz.



- Çerçevenin içine tam oturacak ebatlarda fon kağıdı kesin.
- Daha sonra kecelere dilediğiniz figürleri çizin ve bir makas yardımıyla çıkarın.
- Kestiğiniz figürleri zevkinize göre fon kağıdının üzerine dikkatlice yapıştırın.
- Dilerseniz son olarak çerçevenin camını takabilirsiniz. Tercihe göre streç film ile de sarabilirsiniz.



“Sıra dışı ve el emeği bir sürpriz arayışındaysanız bazı önerilere ihtiyacınız olabiliyor. Çünkü biraz sabır, biraz emek ve çokça sevgi ile hazırlanan bir hediyeğin gönüllerde yarattığı mutluluğa sıradan bir hediye yaklaşıyor.”



### El Yapımı Kahve Kupası

Züccaciye ürünleri satan dükkanlardan alacağınız desensiz kupalarla harika yeni yıl hediyeleri yaratabilirsiniz. Bunun için tek renk bir seramik kupa, beyaz ve kırmızı akrilik boya, şekilli delgeç, çift taraflı bant, ponpon fırça, su bazlı vernik ve sentetik fırça yeter de artar bile.

- Kupanızı güzelce temizleyip kurulaştırın.
- İlk olarak kupanızı katlar arasında kurumayı bekleyerek ponpon fırça ile 2 ya da 3 kat beyaz renge boyayın.
- Bardağınızın tamamen kurduğundan emin olduktan sonra delgeç ile çift taraflı banttan şekiller çıkarın ve bardağa yapıştırın. Yılbaşı temalı olması için kar tanesi şeklindeki delgeçlerden tercih edebilirsiniz.
- Ardından bardağı yine ponpon fırça yardımıyla 2 - 3 kat kırmızıya boyayın. Küçük kar taneleri etkisi yaratmak için de fırça ile bardağın üzerine hafif hafif püskürtmeler yapın.
- Boya tamamen kurduktan sonra bir iğne ile şekilli bantları bulunduğu yerden yavaşça kaldırın.
  - Tüm işlemlerinizi sonradan bardağınızı 4 - 5 kat olacak şekilde vernikleysin. Hediye kupanız artık kullanıma hazır!

### Yılbaşı Kapı Süsü

Sevdiklerinizin evlerinde, iş yerlerinde ya da diğer yaşam alanlarında kullanabilecekleri el emeği göz nuru bir diğer hediye seçeneği de cıvı cıvı renklere sahip yılbaşı temalı kapı süsleridir. Her baktıklarında sizi hatırlayacakları kapı süsleri için de yalnızca yuvarlak simit köpük, yeşil çam iğnesi, kurdele, kırmızı ve altın renkli yılbaşı süsleri, kozalak ve silikon yapıştırıcıya ihtiyacınız var.

- Öncelikle yuvarlak simit köpüğe yeşil çam iğnesini muntazam şekilde sarın.
- Daha sonra üzerine silikon yardımıyla kırmızı ve altın renkteki yılbaşı süslerini dizmeye başlayın. Süslerin dizilimi tamamen sizin zevkinize özgü olmalı.
- Biraz daha gösterişli bir kapı süsü elde etmek istiyorsanız yine kırmızı ve altın renkli detayları olan kurdelelerden yapacağınız bir fiyonk ekleyebilirsiniz. Fiyonk üzerine ayrıca altın renkli bir yılbaşı çanı da koyabilirsiniz. Hediyeniz hazır!



# LAV



YENİ BİR CAM  
**YENİ BİR  
HEYECAN**

   /LAVTurkiye

#yenibirheyecan



# Evlerde Yılbaşı Havası Esiyor



**BEV**  
Tea Light  
Mumluk  
29,90 TL



**HOMETIME**  
Kupa  
9,90 TL

Yılın son aylarında ve yeni yılın ilk günlerinde eviniz yılbaşı dekorasyonu izleri taşısın ister misiniz? Dekoratif yılbaşı objeleri, ağaç süsleri, mumluklar, şamdanlar, aydınlatma ürünleri ve daha birçok şey... Kırmızının ve yeni yıl temasının hakim olduğu yaşam alanlarınızda, ışıltılı yeni bir yıla hazır olun!



**BEYMEN**  
Dekoratif Cam Küre  
253 TL

**HOMETIME**  
Reed Diffuser  
Oda Kokusu  
24,90 TL

**YARGICI**  
Dekoratif Bal Kabağı  
87,92 TL



**HOMETIME**  
Kupa  
9,90 TL



**ÖZDİLEK**  
Deer Çift Kişilik Pamuklu Battaniye 59,95 TL  
Deer Tek Kişilik Pamuklu Battaniye 54,95 TL



**YARGICI**  
Dekoratif Yılbaşı Ağacı  
279,90 TL

**ÖZDİLEK**  
Cindy Yılbaşı Nakışlı Kutulu Havlu (Adet)  
15,95 TL



**SARAR HOME**  
Kahve Fincan Seti  
34,95 TL





D&R  
Sarmal Yılbaşı  
Masa Süsü  
17,49 TL



EURO DEKOR  
Kütük Mum 10,5x10 cm  
34,90 TL

KOÇTAŞ  
Hediye Paketi Aydınlatma  
129,90 TL



NOTEBOOK  
Melek Dekoratif  
Kar Küresi  
64,50 TL



BERNARDO  
Yılbaşı 2'li Kupa Seti  
29 TL



HOMETIME  
Silikon Kaplı Cam Matara 380 cc (Adet)  
14,90 TL



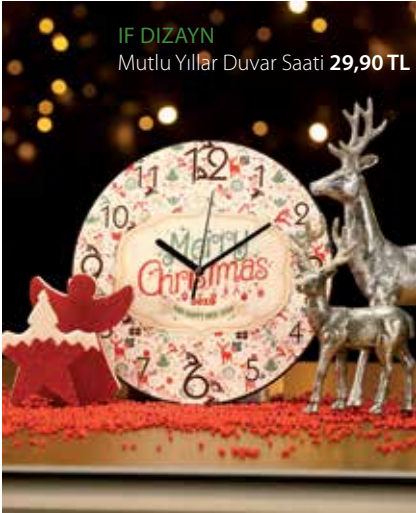
ÖZDİLEK  
Floretta Pinky Tek Kişilik Nevresim Takımı 79,95 TL  
Floretta Pinky Çift Kişilik Nevresim Takımı 99,95 TL



VAKKO  
Kırmızı İkili Fincan  
178 TL



IF DIZAYN  
Mutlu Yıllar Duvar Saati 29,90 TL



KOÇTAŞ  
Kozalaklı Yılbaşı Ağacı  
249,90 TL



BEYMEN  
My Drap Yılbaşı Peçete  
48 TL

BERNARDO  
Gotik Şamdan  
59 TL



# Kahvaltının Kesinlikle MUTLULUKLA İLGİSİ VAR



Selahattin Dönmez  
Uzman Diyetisyen

Okuduğum tüm makaleler kahvaltının, gün içinde aşırı açlık ataklarını önleyen, günün en önemli öğünü olduğunu, kaliteli kahvaltının da kişilere gün içinde mutluluk sağladığını belirtiyor. Harvard Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Bölümü, yayımladığı “6 Haftada Sağlıklı Beslenme Planı” adlı yayımda ise mutlu kahvaltının sırrının protein, diyet lifi, kalsiyum ve sağlıklı karbonhidratlar olduğunu bildiriyor. Bu nedenle uandıktan sonraki ilk 2 saat mutlaka kahvaltı yapılmalıdır. Peki, kahvaltı nasıl tanımlanmalı?

**B**ence kahvaltı için bilimsel olarak, gece boyunca açlık sonrasında vücuda enerji sağlayan ilk öğün diyebiliriz. Eğer kahvaltıda demir, kalsiyum mineralleri, B ve C vitaminleri yönünden zengin yiyecekleri barındıran bir kahvaltı öğünü planlarsanız, yorgunluktan halsizliğe, stresten açlık ataklarına kadar tüm olumsuzlukları yaşamadan mutlu bir gün geçirmenize olanak sağlayabilirsiniz. En sağlıklı kahvaltı modeli için sizlere önereceğim 5 önemli besini her gün kahvaltıda mutlaka düzenli olarak tüketmelisiniz. Her gün yiyeceğiniz bu besin değeri yüksek yiyecekler, kahvaltıyı mutlu kılmanın yanında daha güçlü bir bağışıklık sistemi ve daha akıllı bir beyin performansına kavuşmanızı sağlayacak.

## Her gün en az 2 dilim lokum kıvamında peynir!

Kalsiyum içeren peynir, geleneksel sağlıklı kahvaltımızın vazgeçilmez yiyeceklerinin başında gelir. Size önerim;

her gün 2 dilim peyniri kahvaltınızdan eksik etmemeniz. 2 dilim peynir sayesinde yaklaşık 10 gram kadar protein alırsınız. Bu miktar, günlük protein ihtiyacınızın yüzde 15 kadarını sağlayarak, güne dinç başlamanızı sağlar. Öğrenmede yardımcı B2 ve B12

vitaminlerinden zengin peyniri satın alırken, ailenizin sağlığını koruma altına almalısınız. Bunun için de hijyenik paketlerde ve soğuk zinciri kırılmamış olarak marketlere gelen güvenilir markaların peynirlerini tercih etmelisiniz.





## Her gün 1 yumurta iyidir

Sağlık otoritelerinin önerdiği, kahvaltıda tüketilebilecek en değerli demir kaynağı yumurtadır.

Yumurtanın içerisinde sinir sistemi iletimi için gerekli fosfor ve kolin ve hafızanın kuvvetlenmesi için önemli olan B12 vitamini vardır. Yumurtanın kabuğunun rengine bakmadan, sarısının rengine takılmadan (bu faktörler yumurtanın besleyici değerini değiştirmez) her gün 1 adet yumurta, daha iyi gören gözlerle sahip olmak ve uzun süre tok kalmak açısından önemlidir. Yumurta ayrıca, doğal bir besin olduğundan güçlü bir vücuda sahip olmak için de birebirdir. Yumurtayı ister köyden, ister marketlerde satılan paketlerden alabilirsiniz. Çünkü köy ya da market yumurtasının besleyici değeri aynıdır.

## Her sabah 1 su bardağı süt

Dengeli bir kahvaltı için peynir ve yumurtanın yanında mutlaka her gün 1 küçük su bardağı süt içmelisiniz. Süt, peynirden gelen kalsiyumun yanında ek kalsiyum desteği sağlarken, yumurtaya ek olarak protein ihtiyacına da yardımcı olacaktır. Süt içmeyi sevmiyorsanız sütünüze kahve ekleyebilir, taze meyvelerden koyarak lezzetli içecekler yapabilirsiniz. Süt tercihinizi de tam yağlı günlük, pastörize ya da UHT olanlardan yana kullanabilirsiniz.



## Bol domates ve 1 porsiyon taze meyve zindelik sağlar

C vitamini yönünden zengin domatesi yaz - kış kahvaltıda mutlaka bulundurun.

C vitamini, güçlü bir antioksidan olmasının yanı sıra bağışıklık sisteminin korunmasına ve gün boyu dinç kalınmasına önemli bir destektir.

Domatesin yanı sıra kahvaltıda 1 porsiyon (1 orta boy veya 2 küçük boy ya da 10 küçük taneli) C vitamini yönünden zengin taze meyve yemeyi ihmal etmeyin. Çilek, portakal, mandalina ve kivi kahvaltıda yenebilecek en lezzetli C vitamini deposu meyvelere örnektir.



## Ceviz veya tam buğday ekmeği en sağlıklı karbonhidrat alternatifidir

Ceviz ve tam buğday ekmeği, karbonhidratları saflaştırılmamış, beyin sağlığını destekleyen vitaminlerden yana zengin ve bol antioksidan içeren özelliktedir. Cevizde bolca omega 3, tam buğday ekmeğinde ise çinko ve magnezyum gibi bilişsel performansı etkileyen sağlıklı besin bileşenleri bulunur. Ya tam buğday ekmeği ya da ceviz ile sabah kahvaltınızı zenginleştirebilirsiniz. 1 dilim tam buğday ekmeği, 5 - 6 tam ceviz ile eşit karbonhidrata sahiptir.



# GÖZ SAĞLIĞI İÇİN bu önerilere dikkat!

Kırmızı et ve et yemekleri sofraların baş tacı durumunda. Özellikle ülkemizin yemek kültüründe et yemekleri ayrı bir öneme sahip. Fakat aşırı et tüketimi beraberinde bazı sağlık problemlerini getiriyor. Çünkü şölene dönüşen sofralarda et tüketimi kalp, damar, böbrek ve tansiyon hastalıklarını tetiklerken, diyabetin de yükselmesine zemin hazırlayabiliyor. Aniden yükselen diyabet ise körlükle sonuçlanabiliyor. **Göz Hastalıkları ve Vitreo Retinal Cerrahi Uzmanı Opr. Dr. Hüseyin Sanisoğlu**, aşırı et tüketimini ve diyabetik retinopati riskini anlatıyor.

**K**ırmızı et, her ne kadar vücut tarafından kullanılabilen kaliteli bir protein kaynağı olsa da önemli oranda yağ içerdiğinden tüketimine dikkat edilmesi gerekiyor. Çünkü kontrolsüz yenen kırmızı etler, vücuda önemli sağlık sorunları olarak dönüş yapabiliyor. Tüm dünyada en önemli körlük nedenlerinden biri olan diyabet hastalığının ani yükselişi de bu sorunların başında geliyor. Dikkat edilmeyen beslenme biçimi ise uzun dönemde diyabetik retinopatinin yanı sıra katarakt, glökom ve görme yetisinde kayıplara yol açabiliyor.

## Diyabetin olumsuz etkilerinin başında diyabetik retinopati geliyor

Tüm vücut sistemini ciddi oranda etkileyen diyabet, böbreklerde hasarlara, kalp ve damar hastalıklarına ve vücutta iyileşmesi mümkün olmayan yaralara sebep olabiliyor. Diyabetik retinopati ise diyabetin göz sağlığına olan olumsuz etkilerinin başında

**Dikkat edilmeyen beslenme biçimi ise uzun dönemde diyabetik retinopatinin yanı sıra katarakt, glökom ve görme yetisinde kayıplara yol açabiliyor.**

geliyor. Diyabet hastalarında çok sık görülen bu problem de uzun dönemde gözlerde önemli tahribatlara yol açabiliyor. Bu sebeple, diyabet hastalarının diyabetik retinopati olmak üzere görme ile ilgili problemlere karşı aksatmadan, sık sık kontrolden geçmeleri öneriliyor.

## Diyabetik retinopati nedir?

Gözün arka kısmında ışığın üzerine düştüğü dokular olan retinayı besleyen

ince kan damarlarının zarar görmesi ve bunun sonucunda oluşan görme kaybı retinopati olarak adlandırılıyor. Diyabet ise bu kan damarlarında tahribat oluşumunu tetikleyebiliyor. Diyabetik retinopatinin bir diğer önemli özelliği ise retina üzerinde yeni kan damarlarının oluşmasına sebep olmasıdır. Bu damarlar kolayca kanamalarıyla bilinir. Diyabetik retinopati, retinada oluşan tıkanıklıklar ve sızıntılarla kendini gösterir. Üç ayrı türü bulunan diyabetik retinopatide görüşü en az etkileyeni arka kısımda meydana gelen retinopatidir. Diğer bir tür olan pre-proliferatif retinopati, retinanın şişmesi ve kan sızdırması sebebiyle görüşü engelleme özelliği taşır. Son tür proliferatif retinopati ise çoğunlukla ani görme kayıplarıyla sonuçlanabilen şiddetli kanamalar sonucu ortaya çıkar.

## Bu belirtilere dikkat!

Bulanık, çift ya da perdeli görme sorunları yaşıyorsa, gözlerin önünde



ışıklar yanıp sönüyor, renksiz ya da koyu renkli noktalar görülüyorsa, gözlerde basınç ya da ağrı hissediliyorsa ve gözlerin dış kenarlarında kalan yerleri görmede zorluk yaşıyorsa, diyabetik retinopatiden şüphelenilmeli ve bir uzman desteğine başvurulmalıdır.

### **Diyabet hastalarının beslenme sınırına dikkat etmesi gerekiyor**

Diyabetik retinopatinin en mühim sebebi kontrolsüz diyabet ve ihmal edilen diyetlerdir. Bu nedendir ki diyabeti olan hastaların kan şekeri değerlerini kontrol altında tutmaları, sağlıkları açısından oldukça önemlidir. Kan şekeri verileri gerekli sınırlarda olmayan ve bu verilerin kontrolü sağlanmayan kişilerde uzun dönemde diyabetik retinopati ve körlük oluşması

“**Diyabetik retinopatinin en mühim sebebi, kontrolsüz diyabet ve ihmal edilen diyetlerdir.**”

kaçınılmazdır. Diyabet hastaları, diyetlerini ihmal ettiğinde ciddi sağlık sorunlarıyla karşılaşabiliyor. Bu nedenle kan şekeri seviyesini koruyabilmek için güne hafif bir kahvaltı ile başlamaya özen gösterilmelidir. Az ve sık beslenme ile et tüketimi sınırını korumaya da dikkat edilmelidir. Ayrıca şerbetli tatlılardan uzak durulmalı, tüketilecekse sütü tatlılar tercih edilmelidir. Etlerin tüketiminde ise kızartmalardan kaçınılmalı, etler pişirilirken de kuyruk yağı ve tereyağı gibi doymuş yağlar kullanılmamalıdır.



# PERFUME POINT

Calvin Klein  
**DIESEL**  
paco rabanne  
TOM FORD  
HERMES  
CAROLINA HERRERA  
ESTEE LAUDER  
YVES SAINT LAURENT  
GIORGIO ARMANI  
LANCÔME  
BVLGARI  
GUERLAIN  
CHANEL  
KENZO  
roberto cavalli

**Şimdi**  
**Zincir**  
**Mağazaları**  
ile Kozmetik  
**Sektörünün**  
**Hizmetinde!**

**Dünyaca**  
**Ünlü** Parfüm ve  
Kozmetik  
Markaları Aynı Çatı Altında

[www.perfumepoint.com.tr](http://www.perfumepoint.com.tr)

# TAM zamanı

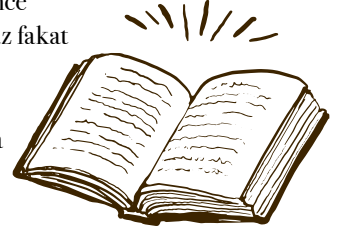


Soğuk ve yağmurlu havalar artık iyice kendini hissettirirken, vücut da sonbahar düzenine geçmeye çalışıyor. Kimileri için ise sonbahar “depresyon mevsimi” olarak adlandırılıyor. Ama hemen moralinizi bozmayın! Kasım - aralık aylarında “tam zamanı” denebilecek önerilerimizle sonbaharı daha kolay karşılayabilirsiniz.



## BOL BOL KİTAP OKUMANIN...

Sonbahar dendiği zaman akıllara ilk olarak yağmur, toprak kokusu, sıcak bir kahve ve keyifle okunan kitaplar gelir. Bu nedenle kasım ve aralık aylarının en keyifli aktivitesi de kitap okumaktır. Daha önce raflarda gördüğünüz fakat okuma fırsatı bulamadığımız kitapları, bu aylarda bir solukta bitirebilirsiniz.



## TAZE MEYVE SULARI İÇMENİN...

Tam bir hastalık zamanı olan kasım ve aralık aylarında bolca C vitamini tüketmek olası hastalıkların önüne geçecektir. Bu nedenle vitamin, magnezyum ve fosfor içeren portakal, limon, greyfurt ve nar gibi taze meyvelerin sularını çokça tüketebilirsiniz.





## SERĞİ GEZMENİN...

Kasım - aralık aylarının sergi gezmenin tam zamanı olduğunu söylemeliyiz. Siz de kışla buluşmaya gün sayarken sonbaharı evde oturarak geçirmek istemeyenlerdenseniz, birbirinden renkli sergilerle güzel vakitler geçirebilirsiniz.

## KESTANE PIŞİRMENİN...

Biraz sabır işi olsa da bu ayların olmazsa olmazları arasında keşane pişirmek gelir. Ağaçta yetişen bu yemiş, yüksek nişasta ve su içerir. Lif, potasyum, fosfor ve kalsiyum açısından besleyici olan keşane, B1, B2 ve C vitaminleri açısından da oldukça doyurucudur. Fakat 100 gramında ortalama 160 kalori bulunduğu için diyet yapan kişilerin keşaneyi kontrollü tüketmeleri gerekir.



## SİNEMAYA GİTMENİN...

Yaz aylarında açık havalarda vakit geçirmeye alışıp, sonbaharda hangi aktivitelerle uğraşacağını düşünenlerdenseniz, kasım - aralık aylarında sık sık sinemaya gidebilir ve zevkinize göre filmler izleyebilirsiniz. Tabii sinema fikri sevdiğiniz insanlarla gerçekleştirildiğinde daha büyük bir anlam kazanacaktır. Bu nedenle kalabalık arkadaş gruplarıyla film izleme organizasyonları düzenleyebilirsiniz.



## KIBRIS'A SEYAHAT ETMENİN...

Hala yaz havasının hakim olduğu Kıbrıs'a gitmek için belki de en güzel aylar, kasım ve aralık. Bu aylarda hava sıcaklığının 25 - 30 derece arasında değiştiği Kıbrıs'ta tatil alternatiflerinin tadını çıkarabilirsiniz.

# MASALLAR DİYARI

## *Nevşehir*

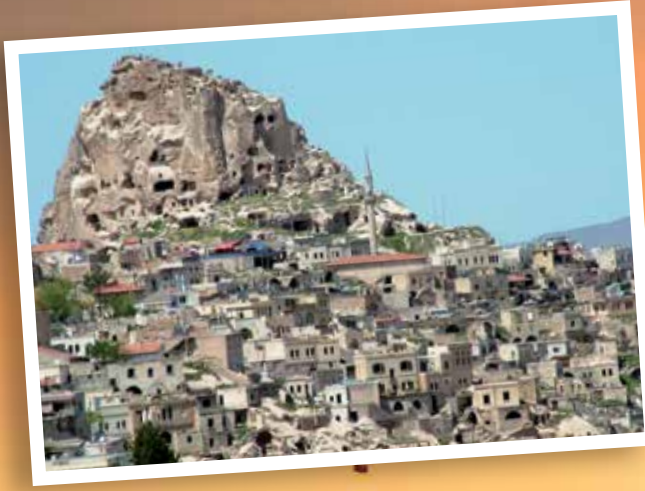
Doğanın bir sanat eseri gibi ince ince işlediği büyüğü bir coğrafya Nevşehir. Dünyanın eşsiz güzelliklerine sahip bölgelerinden olan bu şehir, rengarenk balonların, peri bacalarının ve gün batımının oluşturduğu harika kombinasyonla, ziyaretçilerine seyrine doyum olmayan manzaralar sunuyor. Birçok film ve dizide ev sahipliği yapan şehrin mutlaka görülmesi gereken yerlerini sizler için dosyamıza taşıdık.

### Göreme Açık Hava Müzesi

Nevşehir sınırları içerisinde yer alan Göreme Açık Hava Müzesi, sadece ülkemizin değil dünyanın da en önemli açık hava müzelerinden biri. Müzeye giriş yaptığımızda gözünüze ilk çarpan, kayaların içine oyulan şapel isimli yerleşim yerleri olacak. Kayalara oyulmuş evleri, rengarenk balonları, yeraltı şehirleri, güneşin doğuşu ve batışı ile buranın gizemli ve büyüleyici bir atmosfere sahip bir yer olduğunu hemen anlayacaksınız. Vadi boyunca birçok yapı, ziyaretçilerini tarihte yolculuğa çıkaracak. Özellikle müzedeki kiliselerde, Hz. İsa'nın hayatını ve İncil'deki olayları tasvir eden duvar resimlerini görebilirsiniz. Müze, 1985 yılından beri doğal ve kültürel varlık kategorisinde UNESCO Dünya Mirası Listesi'nde yer alıyor. Bu güzel coğrafyaya mutlaka vakit ayırın. Cünübirlik turlara feda edilemeyecek kadar özel bir yer burası, hem de 4 mevsim.







## Uçhisar

Uçhisar, vadileri, tarihi sokaklarındaki taş evleri, görkemli kalesi ve kayadan oyma butik otelleri ile Kapadokya coğrafyasının zirvesine kurulmuş bir bölge. Yıldızlara uzanacakmış gibi bir his uyandıran Uçhisar, nefis bir panoramik manzaraya sahip. Kapadokya'yı özel ve ilginç kılan özelliği ise çok eski dönemlerden bu yana içinde yaşayan toplulukların bıraktığı izler olsa gerek. Kartpostallık görüntüler içinde bol bol fotoğraf çekebileceğiniz bölgede, ısıklık ve puhu kuşlarının senfonisiyle peri bacalarının büyümesine kapılıp gideceksiniz.

## Peri Bacaları

Pers dilinde "Güzel Atlar Ülkesi" anlamına gelen Kapadokya'yı, çevresinde bulunan volkanik dağların püskürttüğü lavlar ve küller ile sıra dışı görüntüler oluşturuyor. 60 milyon yıldır süren ve hala devam eden bu kartpostallık görüntülerin adı, peri bacaları. Büyüleyici ve doğal güzellikleriyle ziyaretçilerinde hayranlık uyandıran peri bacaları, ülkemizin en önemli turizm merkezlerinden birisi konumunda. Ülkemizde gezilmesi gereken en özel yerlerden birisi olan peri bacalarında balon turlarına katılarak, keyifli anlar yaşayabilirsiniz.

## Ihlara Vadisi

Göz kamaştırıcı doğası ile Kapadokya'nın en ünlü yürüyüş alanlarından biri olan Ihlara Vadisi, dünyanın 2. büyük vadisi olarak biliniyor. Vadi, 14 km'lik uzunluğa hatta yer yer 100 metre derinliğe ulaşırsa da, adım attığımız andan itibaren vadinin büyüklü atmosferinde kendinizi kaybolmuş hissedeceksiniz. Ihlara Vadisi'nde gezebileceğiniz çok sayıda kilise ve manastır yer alıyor. Ancak bunlardan sadece 14 tanesi günümüze kadar gelebilmiş, 10 tanesi ise halen canlılığını sürdürüyor. Eğritaş, Kokar, Pürenli Seki, Daniel, Sümbüllü ve Yılanlı bunlardan sadece bazıları.



## Zelve

Kapadokya bölgesinde peri bacalarının en yoğun olduğu bölge olan Zelve Ören Yeri, üç vadiden oluşuyor. Adeta doğa harikası olan bu yer, 9. ve 13. yüzyıllarda önemli yerleşim merkezlerinden birisi oldu. Ayrıca papazlara verilen ilk dini seminerlerin bu yörede gerçekleştiği biliniyor. Aziz Simeon adına yapılmış şapel ve birçok kaya mekanı bulunan Zelve'de; manastırlar, kiliseler ve yerleşim yerlerinin yanı sıra tünel, değirmen gibi yapılar görülebilir. İkonoklastik döneme ait Balıklı, Üzümlü ve Geyikli kiliseleri vadideki en önemli kiliseler olarak günümüze kadar varlığını korumuş. Tarihe yolculuk edeceğimiz bu vadi, sıra dışı doğa manzaraları ile sizi hayrete düşürecek.

## Hacı Bektaş-ı Veli Külliyesi

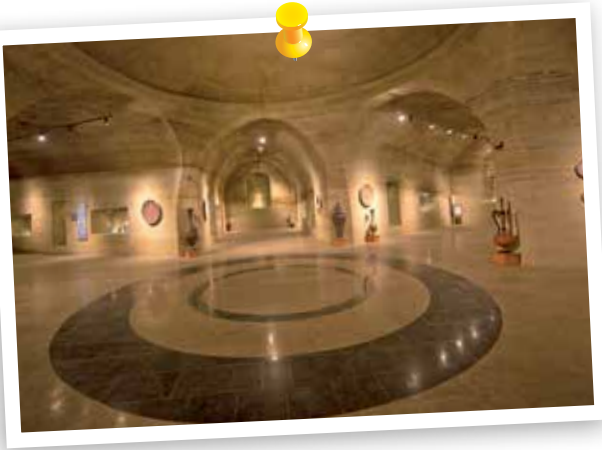
Hacı Bektaş-ı Veli, 13. yüzyılda yaşamış bir Türk düşünürüdür. Anadolu'da İslam'ın yayılmasında ve bölgenin Türkleşmesinde etkili olmuştur. Hacı Bektaş-ı Veli'nin insan, evren, Allah sevgisine ve hoşgörüyü dayalı öğretileri yüzyıllar geçmesine rağmen hala dillendiriliyor. Nevşehir'in Hacıbektaş ilçesinde bulunan külliyesi ve türbesi her yıl binlerce ziyaretçinin akınına uğruyor. Külliye, eski Türk saraylarında da gözlenen üç avlulu bir yerleşim düzenine sahip. Hacı Bektaş-ı Veli Külliyesi, Birinci Avlu (Nadar Avlusu), İkinci Avlu (Dergah Avlusu), Üçüncü Avlu (Hazret Avlusu) ve çevresinde bulunan yapılardan oluşuyor. Diğer hizmet birimleri bu avluların çevresine yerleştirilmiş. Burada Hacı Bektaş-ı Veli'nin ebedi istirahatgahının yanında bir de müze bulunuyor. Her yıl ağustos ayında düzenlenen Hacı Bektaş-ı Veli'yi anma festivaline binlerce kişi katılıyor ve anma törenlerinin yanı sıra birçok kültürel etkinlik de düzenleniyor. Külliye, yolunuz Nevşehir'e düşerse mutlaka görmeniz gereken bir yer.

Sıra dışı doğa manzaraları ile sizi hayrete düşürecek.



## Nevşehir Kalesi

Nevşehir kent merkezinin güneybatısındaki bir tepe üzerinde kurulu olan Nevşehir Kalesi, bölgeye kuş bakışı bakmanıza olanak sağlıyor. Nevşehir'in ilk yerleşim yerinde bulunan kale, sağlam bazalt bir tepe üzerine kuruldu. Osmanlı döneminde Nevşehirli Damat İbrahim Paşa tarafından onarılan yapı, son olarak 1966-1979 tarihleri arasında restore edildi. Kalenin, ovaya hakim bir noktada olması dolayısıyla, Selçuklu zamanında Bağdat'a giden kervan yolunun korunması amacıyla inşa edildiği tahmin ediliyor. Kalenin mimari üslubundan dolayı Bizans'a ait olduğu düşünceleri de var. Üçüncü derece arkeolojik sit alanı olarak ilan edilen Nevşehir Kalesi çevresindeki 11 mahalleyi içine alan kazı çalışmaları ile bir de yeraltı şehri bulundu.



## Nevşehir Müzesi

Kapadokya bölgesinde bulunmuş birçok tarihi eserin sergilendiği Nevşehir Müzesi, kesinlikle ziyaret edilmesi gereken noktalardan biri. Çeşitli eski eserlerle çevrelenmiş yoldan yürüyerek müzeye ulaşılabilir. Sizi, yol kenarında ağırlıklı olarak küpler, lahitler ve değişik taş heykeller karşılıyor. Müze, bir giriş bölümünden ve iki ayrı katta bulunan sergi salonlarından oluşuyor. Neolitik döneme ait 10.000 yıllık tarihi eserlerin yanı sıra Frigler, Urartular, Roma, Bizans ve Osmanlı dönemine ait birçok eseri görebilirsiniz.



## BALON TURU

Sadece Türkiye'nin değil, dünyanın da göz bebeği bölgelerinden biri olan Kapadokya'ya geldiğinizde mutlaka yapmanızı tavsiye ettiğimiz aktivitelerden biri de balon turları. Her yıl binlerce turist balon turu macerasını yaşamak için geldiği bölgede rengarenk balonlar, seyrine doyumlayacak manzaralar oluşturuyor. Peri bacalarını izleyerek özellikle gün doğumu anında masallar diyarına yolculuk edeceğinizi bu güzelliği kaçırmamanızı tavsiye ediyoruz.

## NE YENİR?

Anadolu'nun kültür mozaığı olan Nevşehir, tarihi ve kültürel değerleri, coğrafyası ve doğasıyla farklı kültürlerin izini taşıyor. Aslında en büyük kanıt ise yemekleri. "Nevşehir'de ne yenir?" sorusunun cevabı ve sofranızı süsleyecek eşsiz lezzetler; kömbe, Nevşehir tava, ağpakla, dıvıl ve aside tatlısı.





# BAĞIŞIKLIK SİSTEMİNİ GÜÇLENDİRMEK ELİNİZDE

Gripten kansere hatta depresyona kadar pek çok hastalıkla mücadele etmek için bağışıklık sistemini güçlü kılmamız gerekiyor. Bunun için de önce bağışıklık sistemini güçsüz düşüren etkenler ortadan kaldırılmalı. Bağışıklık sistemini olumsuz etkileyen çevresel faktörlerin başında ise kötü beslenme, elektromanyetik kirlilik, stres, sigara, hareketsizlik, gıda katkı maddeleri, aşırı antibiyotik kullanımı ve aşırı kimyasal maruziyeti geliyor. Biorezonans tedavisini Türkiye'ye tanıtan **Dr. Sinan Akkurt**, bağışıklık sistemini güçlendirmenin yollarını anlatıyor.



**S**ağlığımızın temeli bağışıklık sistemimiz. Çünkü o güçsüz düştüğünde normalde hastalığa yol açamayacak basit bir organizma bile ölümcül sonuçlara neden olabiliyor. Bağışıklık sisteminin gücüne güç katılması için; D vitamini yönünden zengin köy tereyağı, doğal soğuk sıkım zeytinyağı, kelle - paça çorbası, kemik suyu, bağırsaklardaki dost bakterileri arttıran ev yapımı yoğurt, sirke, turşu, kaya tuzu, yüksek protein kaynakları olan yumurta ve kabak çekirdeği tüketilmesi gerekiyor.



### **Beslenme alışkanlıkları incelenmeli**

Öncelikle kişi, kendi yaşam şeklini ve beslenme alışkanlıklarını inceleyip, bağışıklık sistemini nelerin yordüğünü tespit etmeli. Daha sağlıklı bir yaşam için her gün bir adım atarak kısa sürede önemli yol kat edilebilir. Örneğin; yoğurt evde mayalanmalı, turşu evde kurulmalıdır. Elektronik oyunlara ayrılan zaman farklı hobiler edinerek değerlendirilmelidir. Telefonla konuşurken telefonu kulağa dayamak ya da bluetooth kullanmak yerine kulaklık takılmalıdır. Kişi sadece paketli gıdalarla vedalaşarak bile birkaç hafta içinde çok daha zinde olduğunu fark edecektir.

### **Şekere elveda!**

Şeker tüketimini “neredeyse hiç”e indirerek vücudun mineral dengesi korunmalıdır. Unutulmamalıdır ki şeker ne gerçek bir besindir ne de hücrelerimizin ona ihtiyacı vardır. Şeker ihtiyacı tamamen psikolojiktir ve

gerekirse kişi bunu destek olarak da yenebilir.

### **Açık hava yürüyüşleri aksatılmamalı**

Hava soğudu, yağışlar başladı diye bilgisayar ve televizyon başında kalınmamalı. Açık hava yürüyüşleri, daha pozitif düşünmeyi, kasların çalışmasını, toksin atılımını hızlandırmayı ve ciğerlerin temiz hava ile dolmasını sağlayacaktır. Her fırsat, kendinizi sokağa atmak için değerlendirilmelidir.

### **Elektromanyetik kirliliğe dikkat!**

Özellikle şehir yaşamında elektromanyetik kirliliği tamamen hayatımızdan çıkaramayız belki ama en azından telefonu kulaklıkla kullanabilir, mikrodalga fırından sonsuza dek vazgeçebiliriz. Bulaşık, çamaşır makinelerine çalışırken yaklaşmamak, saç kurutma makinesini aralıklı kullanmak, kablolu interneti tercih etmek de zor olmayabilir.

### Susuzluk hastalıkları tetikler

Susuzluk pek çok hastalığın tetikleyicisidir. Örneğin; baş ağrıların yüzde 75'i susuzluktan kaynaklanır. Su, besinlerin hücrelere nüfuz etmesine, vücuttan toksinleri temizlemeye, kanın hücrelere yeterli oksijeni taşımaya, vücut sisteminin yeterli çalışmasına ve dolayısıyla bağışıklık sisteminin de iyi hale gelmesine yardımcı olur. Doğrusu, günde kilo başına 40 cc su içmektir. Suyun yerini başka hiçbir içecek ya da yiyecek tutamaz.

### Abur cuburlar evden uzak tutulmalı

Sigara ve alkolün zararlarını bilmeyen yoktur. Günümüzde yaygın olan üçüncü bir bağımlılık da abur cuburlardır. Bunların hemen hepsi katkı maddeleri içerir. Doğal olmayan tüm maddeler bağışıklık sistemini yorar. Yenilen abur cuburların tadının damakta kalma süresi, sebep olacağı zararların hayata etki süresinden daha kısadır. Kuru yemişler, çiğ fındık, fıstık gibi atıştırmalıklar sağlıklıdır.

### Doğal temizlik ve bakım ürünleri tercih edilmeli

Kişisel bakım ve temizlik ürünlerinin içerdiği kimyasallar da bağışıklık sistemini yoran unsurlardır. Bugün pek



çoğunun doğal ikamesi bulunabildiğinden mümkün olduğunca bu ürünler seçilmelidir. Eğer bütçeniz buna elvermiyorsa her alışveriş sepetinize bir tane doğal içerikli ürün ekleyerek hem sağlığınız için önemli bir adım atmış hem de bu üreticileri destekleyerek talebin

artması sonucu fiyatların makul seviyelere gelmesini sağlayabilirsiniz.

### Alerjiler bağışıklık sistemini olumsuz etkiliyor

Gıda intoleransları bağışıklık

sistemini yorar. Bunun için muhakkak test yaptırmalı ve tedaviye yönelinmelidir. "Bana bir şey olmaz" demeyin. Çünkü özellikle gluten, inek sütü, maya alerjileri günümüzde sinsi bir şekilde yaygınlaşıyor. Gıda intolerans testi için biorezonans metodundan yararlanabilirsiniz.

Biorezonansa özel kan testi ile parmaktan alınan birkaç damla kanda, gıda intoleranslarının yanında kimyasallar, ağır metaller, gıda katkıları, çevre toksinleri, virüs, bakteri, parazit ve kanser hücreleri de test edilebiliyor.

### Besinlerle bağışıklık sisteminizi güçlendirebilirsiniz

Sağlıklı bir yaşam şekli benimsedikten sonra bağışıklık sistemi nasıl daha güçlü kılınabilir sorusunu düşünmeye başlayabilirsiniz. Tabii ki kişisel sağlık koşullarına uygun beslenme dozu ve şekli için bir uzmana danışılmalıdır.



Tüm Ailenin Kefiri  
artık





### DALİN

Dalin, banyo sonrası karışmış ve zor taranan saçları açmak için özel olarak geliştirdiği "kolay tarama spreyi" ile çocukların banyo sonrası saç tarama işlemini eğlenceli bir hale getirirken aynı zamanda saçların parıldamasını sağlıyor. Saç tarama süresini azaltan ve elektriklenmeyi önleyen sprey ile saçlar kolayca şekil alıyor. Durulama gerektirmeyen özelliğiyle de kullanıcılarına pratik bir çözüm sunan ürün, Dalin'in birçok ürününde olduğu gibi alkol, paraben, SLS ve sabun içermiyor.

**Fiyat: 16,90 TL**

# Radarımıza Takılan Güzellik Ürünleri

Saçlarınızın, cildinizin, kısacası vücudunuzun ihtiyaçlarını iyi belirleyip doğru ürünler keşfedin. İşte size fikir verebilecek bazı kozmetik ve bakım ürünleri...

### NARS

NARS Cosmetics'in sonbahar - kış 2017 sezonuna özel sunduğu yeni Audacious Maskara'nın canlı bir siyah olan "Black Satin" rengine 3 yeni renk ekleniyor. Mor, kahverengi ve lacivert renk seçenekleriyle NARS Audacious Maskara kirpikleri ayırıyor, uzatıyor ve büyüleyici bakışlar vadediyor.

**Fiyat: 105 TL**



### LORIS

Türkiye'de bir ilki gerçekleştiren parfüm markası Loris, koku uzmanları ile 17 ilin kendi özel kokularını araştırdı ve her şehrin kendine has kokusunu özel birer parfüm haline getirdi. Parfümler arasında Eskişehir'den Trabzon'a, Antalya'dan Bursa'ya, Erzurum'dan Adana'ya kadar pek çok ilin kendine has kokusu yer alıyor. Her şehrin kendine özgü kokusundan üretilen parfümlerin aynı zamanda bay ve bayanlar için ayrı seçenekleri de bulunuyor.

**Fiyat: 15 TL**



### VICTORIA SECRET

Aşkın her halinden ilham alan yepyeni bir parfüm, Love! Victoria Secret, temiz hava ve yeni açan taze çiçeklerin benzersiz notalarını bir araya getirdi. İçeriğindeki ardıç ve kayısı çiçeği ile tazeliği günün her anında yaşatıyor. Herkesin sevgiye dair hikayeleri birbirleriyle bir noktada keşiliyor, herkes birbirinin hikayesinde kendinden bir şeyler buluyor. Aşk için yapılan fedakarlıklar, çılgınlıklar ve romantizm... Hepsi tek bir şisede hayat buluyor.

**Fiyat: 469 TL**



### PROCSIN

Procsin ve yıldızların fotoğrafçısı Nihat Odabaşı, saçlardan bir yıldız yaratmak için güçlerini birleştirdi. Panax Ginseng, Hindistan cevizi özlerinin güçlü etkisiyle cansız ve yıpranmış saçları canlandırmaya yardımcı olan Procsin Pearl Canlandırıcı ve Onarıcı Şampuanı geliştirdi. Zenginleştirilmiş formülü ile saç foliküllerini harekete geçiren şampuan, içerdiği bioaktif besinler ve botanikler, saç kırılmalarını gidermeye ve sağlıklı saç oluşumuna yardımcı oluyor.

**Fiyat: 32,90 TL**







### NUXE

Balın mucizevi etkisi ile zenginleşen bakım deneyimi Réve de Miel Vücut Peelingi ile cildinizi şımartın. NUXE Laboratuvarı'nda özel olarak geliştirilen yeni ikisi bir arada Réve de Miel Duş Peelingi, cildiniz için bal, şeker kristalleri ve değerli yağlar ile benzersiz bir bakım deneyimi vadediyor.

**Fiyat: 90 TL**



### SEPHORA

Sephora yeni göz makyaj ürünleriyle, bu sezonda da gözlerinizi ön plana çıkarıyor. Sephora Mixology Far Paleti ile sıra dışı bir makyaj için nude ve fresh tonlardan oluşan 18 rengi bir arada sunuyor. Palet içerisinde çift uçlu süper fırçası da hediye ediliyor.

**Fiyat: 129 TL**



### REVLON

Revlon ruj kategorisinde bir ikon olan Super Lustrous Ruj, en yeni renkleriyle sonbaharı daha da renklendiriyor.

Zenginleştirilmiş nemlendiriciler ve C & E vitaminleri içeriği ile dudaklara süper kremi ve pürüzsüz bir his veren Revlon Ruj, dudaklara rengi eşit olarak dağıtırken, gün boyu kalıcılığını koruyor.

**Fiyat: 29,90 TL**

### SİNOZ

Göz çevresi, cilt yapısının ince olması ve sürekli hareket halinde olması nedeniyle kırışmaya en hızlı başlayan bölgelerin başında geliyor. Sinoz Göz Çevresi Bakım Kremi, içeriğindeki shea ve jojoba yağları, meyan kökü ekstratı ve aloe vera jel ile göz çevresinde oluşan kırışıklık, kaz ayakları, morluk, halka ve göz altı torbaları gibi problemlere etkili çözüm sunuyor.

**Fiyat: 69 TL**



### ASHLEY JOY

Saç boyası ve ısıtma işlemleri sonucu yıpranan, güçsüzleşen ve kırılan saçlar yeniden sağlığına kavuşuyor. Avokado, boabab, jojoba, makadamy, argan ve Hindistan cevizi de dahil olmak üzere içerisinde 24 farklı bitkisel yağ bulunan Ashley Joy Saç Bakım Yağı, ekstra neme ihtiyaç duyan boyalı ve yıpranmış kuru saçlara sağlık aşıyor.

**Fiyat: 66,90 TL**



### TARGET PRO BY WATSONS

Sadece Watsons Mağazaları'nda satışa sunulan Target Pro by Watsons yaşlanma karşıtı cilt bakım serisi, cildinizin dayanıklılığını ve esnekliğini arttırmaya yardımcı olur. Target Pro by Watsons Yaşlanma Karşıtı Serum ise içeriğinde bulunan "Diamond Sirt" isimli kırışıklık karşıtı solüsyon ve Fransız lavanta özü içeriği ile cildin elastikliğini arttırmaya ve yüz konturunu belirginleştirmeye destek sağlar. Yaşlanma belirtilerinin görünür etkilerini de azaltır.

**Fiyat: 120 TL**

### KOTON BEAUTY

Koton Beauty, stili bir bütün olarak gören kadınlar için Modern Traveller serisini sunuyor. Modern Traveller serisinde yer alan fondöten ve concealer, pürüzsüz bir cilt görünümü vad ediyor. Ciltteki kırmızılıkları ve ton farklılıklarını gideren Modern Traveller Fondöten ve Concealer doğal görünen kusursuz ciltlere baz oluşturuyor. Koton Beauty Modern Traveller Serisi, seçili Koton Mağazaları'nda satışta sunuluyor.

**Fiyatı belli değil**



### PURE BEAUTY

Koreli kadınların cilt bakımı rutinlerinden esinlenerek geliştirilen Pure Beauty'nin yeni ürünü Pure Beauty CC Cushion, saniyeler içinde taze ve ışıltılı cilt görünümüne yardımcı oluyor. Tüm gün süren aydınlık görünüm için cildin ışıldamasına yardımcı olan ve aydınlatıcı pudra kompleksi içeren Pure Beauty CC Cushion, güçlü GKF 50 PA+++ özelliği ile cildi serbest radikallerin zararlı etkilerinden, UVA ve UVB ışınlarından korumayı destekliyor.

**Fiyat: 79 TL**



### COSMED

Her yaşa ve her cilt tipine uygun ürünleriyle farklı ihtiyaçlara yanıt veren COSMED, ALIGHT Arındırıcı Toz Temizleyici ile pürüzsüz ve aydınlık bir cilt sunuyor. Enzim peeling etkisiyle cildi arındırarak tüm problemleri çözerken, su ile aktif hale gelen bitkisel enzim yapısı sayesinde cildin daha pürüzsüz ve aydınlık olmasını destekliyor. COSMED'in tüm ürünleri yetkili eczaneler ve Watsons Mağazaları'nda satışta sunuluyor.

**Fiyat: 89,90 TL**



### KIKO MILANO

İtalyan makyaj markası KIKO Milano, turuncu rujları ile dudaklara enerji getiriyor. KIKO Milano'nun turuncu rujlarıyla bu sene göz kamaştırmaya hazır olun.

**Fiyatı belli değil**



### NATURALS BY WATSONS

Naturals by Watsons, her cilt ve saç tipinin ihtiyacını karşılayacak 7 özel seri sunuyor. Her seri, Olive, Argan, Aloe Vera, Marula, Prestige Rose, Paw Paw ve Rice Bran gibi sertifikalı organik maddeler ile formüle edildi. Naturals by Watsons Argan serisi ise Fas'tan gelen sertifikalı organik argan yağı ve doğal argan tohumu özü ile birlikte arganın cildi ve saçları canlandırmaya yönelik gücünü ikiye katlıyor. Argan yağı, kuru ciltler ve hasar görmüş saçlar için yoğun beslenme sağlarken, argan tohum özleri genç görünen bir cilt için esnekliğinin iyileştirilmesine yardımcı oluyor.

**Fiyat: 19,90 TL**

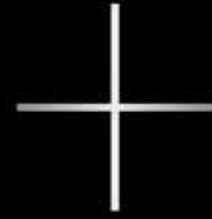




**WHITE  
NOW** CC

Tek  
Fırçalamada

**ANINDA  
BEYAZLIK\***



**KOMPLE  
BAKIM**

**Signal.**

\*Anında Beyazlık Etkisi Optik ve Geçicidir.

# bakalım biz'le bilim dünyası



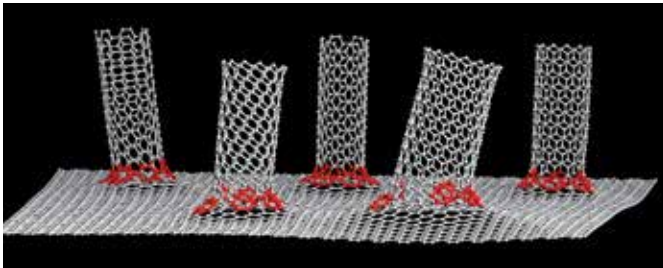
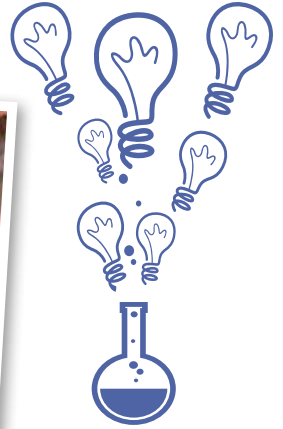
f /bakalimbiz

t /bakalimbiz

ig /bakalimbiz

## Yaraları 60 Saniyede Kapatán Devrim Niteliğindeki Cerrahi Yapıştırıcı: MeTro

Sydney Üniversitesi, tıp alanında devrim yaratacak nitelikte bir açıklamaya imza attı. Araştırmacıların geliştirdiği esnek yapıştırıcı ile açık bir yara 60 saniyede kapatılabiliyor. Sydney Üniversitesi'nin portalında paylaşılan habere göre oldukça esnek ve yapışkan olan bu cerrahi amaçlı yapıştırıcı, kısa sürede yarayı kapatarak zımba ya da dikiş kullanımına ihtiyacı ortadan kaldırıyor. Günümüzde yapılan cerrahi müdahaleleri kökten değiştirecek olan bu yapıştırıcıya MeTro ismi veriliyor. Amerikalı araştırmacıların iş birliği ile geliştirilen MeTro, elastik yapısı sayesinde akciğer, kalp ve arterler gibi genişleyen yapıların da dokusuna ayak uyduruyor.



## Lityum İyon Pillerin Yerine Geliştirilen Yeni Pil Prototipi, 5 Dakikada Şarj Oluyor

Araştırmacıların bir süredir üzerinde çalıştığı pil alternatifleri gelişmeye devam ediyor. Lityum iyon pillerin yerine daha iyi bir alternatif arayan araştırmacılar, çözümü ziftte bulmuş olabilir. Lityum iyon pillere kıyasla üç kat daha fazla enerji tutabilen lityum - metal piller, gelecek vadeden çözümler arasındaydı. Rice Üniversitesi'nde yapılan araştırmada, lityum - metal geliştirilerek farklı bir boyuta taşındı. Rice Üniversitesi araştırmacıları, lityum - metal pillerin anot kısmına zift eklemenin şaşırtıcı bir etkisi olduğunu keşfetti. Zift eklenmiş lityum - metal piller, hem daha hızlı şarj oluyor hem de pillerin kısa devre yapma ihtimali fazlasıyla azalıyor.

## Bilim İnsanları Canlı Hücrelere İlk Kez Video Yüklemeyi Başardı

Harvard Üniversitesi tarafından yapılan çalışma sonucunda, canlı bakterilere sonradan izlenebilecek bir video yüklendi. Moleküler kaydedici ismi verilen bu yöntem sayesinde veriler, canlılar üzerine sonradan erişilebilir bir şekilde kaydedilebiliyor. Koşan bir at videosunu bir bakteriye aktarmayı başaran ekip, görüntüde çok ufak bozulmalar olmasına rağmen sonradan verilere erişmeyi başardı. Uçakların kara kutusuna benzer bir mantıkla insanların sağlık verilerini hücreler sayesinde kaydetmeyi amaçlayan araştırmacılar, bu şekilde hastalıklara daha kolay çare bulunabileceğini düşünüyor.



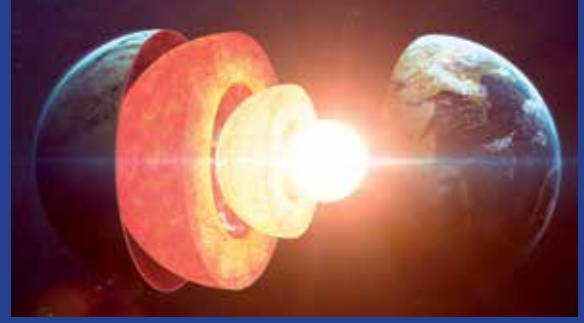
## İNSAN VÜCUDUNDAKİ BİYOLOJİK SAAT KEŞFEDİLDİ

Hall, Rosbash ve Young'ın çalışmaları, organizmanın günün doğal ritmine uyum sağlamasına yardımcı olan iç biyolojik saatin nasıl çalıştığını gösterdi. İnsanlar ve diğer organizmaların hücrelerinde ortak bir ilkeye göre çalışan biyolojik saatin çalışma prensiplerini bulan 3 bilim insanı Jeffrey C. Hall, Michael Rosbash ve Michael W. Young, bu yılki Nobel Tıp Ödülü'nün sahibi oldu. Nobel Komitesi'nden ödülle ilgili yapılan açıklamada: "Hall, Rosbash ve Young'ın çalışmaları, daha önce bildiğimiz ve organizmanın günün doğal ritmine uyum sağlamasına yardımcı olan iç biyolojik saatin nasıl çalıştığını gösterdi. Bitkilerin, hayvanların ve insanların biyolojik ritimlerini dünyanın devinimiyle nasıl uyumlu hale getirdiğini anlamamıza yardımcı oldu." ifadeleri yer aldı.



## 3 BOYUTLU YAZICI İLE ÇÖPLERDEN GÖZLÜK ÜRETİLİYOR

Bir Belçika işletmesi eski plastikleri güneş gözlüklerine dönüştürmek için 3 boyutlu yazıcı teknolojisini kullanıyor. Anrwep merkezli şirket, dönüştürülmüş plastiklerden yapılan 3 boyutlu ve baskılı güneş gözlüklerinin ilk parçasını piyasaya sürdü. Çöp kovasına koyulmuş araba gösterge panosu, plastik şişeler ve plastik buzdolapları toplanıp yeniden hayata döndürülüyor. Üretim süreci ise plastikleri parçalamak ve onları diziyeye dönüştürmeyi kapsıyor. Bu plastik teller daha sonra eritildiği ve tasarıma daldırıldığı 3 boyutlu yazıcı içerisine sokuluyor. Yapının her parçası ayrı olarak yazdırılıyor ve elle birleştiriliyor.



## DÜNYA'DAKİ YAŞAMIN NE ZAMAN BAŞLADIĞINA DAİR YENİ İDDİA

"Yeryüzünde yaşam ne zaman başladı?" Bu soru, yaklaşık 4 milyar yaşındaki bir kayada karbon bulunmasıyla bilim dünyasında tekrar gündeme geldi. Gezegenimizdeki yaşam yaklaşık 4 milyar yıl önce ortaya çıkmış olabilir. Bu hipotez, 3 milyar 950 milyon yaşındaki bir kayada karbon bulunmasıyla ortaya çıktı. Kanadalı bilim insanları, ülkenin kuzeydoğusunda rastlanan kayadaki grafit parçacıklarının yeryüzündeki ilk mikroorganizmalara ait olabileceğini düşünüyor. Bugüne kadarki araştırmalar, yeryüzündeki ilk yaşamın 3 milyar 800 milyon yıl önce başlamış olabileceğine işaret ediyordu. Dünya'nın 4 milyar yıl önce, geç dönem ağır bombardıman adı verilen gök taşı ve kuyruklu yıldız yağmuruna maruz kaldığı biliniyor.



## YAPAY DERİ İLE ROBOT ELLER DOKUNMA DUYUSU KAZANIYOR

Houston Üniversitesi araştırmacıları, robot elin sıcak ve soğuk arasındaki farkı algılayabilmesini sağlayan yapay bir cilt görevi görebilen ve geniş bir yelpazedeki biyomedikal cihaz için yeni avantajlar sunabilecek, esneyebilir elektronikler alanında büyük bir atılım gerçekleştirdi. Esneyebilir elektroniklerin üretilmesinde kullanılabilecek bu yöntem, hali hazırda var olan malzemeleri temel almasının yanı sıra sanayi üretimi için de elverişli. Araştırmacılar, yaptıkları çalışmada ilk olarak kauçuk kompozit formatında yarı - iletken üretti. Bu sayede, malzeme yaklaşık yüzde 50 oranında gerilse bile, elektronik bileşenlerin işlevselliğini kaybetmemesi sağlanıyor.



SİNEMA

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

CINETIME

# VİZYONDAKİLER



## Aile Arasında

**Vizyon Tarihi: 01 Aralık**

Senaryosunu Gülse Birsel'in yazdığı Aile Arasında filminin yönetmen koltuğunda Ozan Açıktan oturuyor. Filmin oyuncu kadrosunda Engin Günaydın, Demet Evgar, Erdal Özyağcılar, Devrim Yakut, Gülse Birsel ve Şevket Çoruh gibi birçok önemli isimler yer alıyor. Aile Arasında, eşi tarafından terk edilen Fikret'in, bir kız isteme için baba rolüne girmesi sonucu gelişen olayları konu ediniyor.





## Ketenpere

### Vizyon Tarihi: 03 Kasım

Yönetmenliğini Kamil Çetin'in yaptığı komedi türündeki filmin başrolünde Şafak Sezer yer alıyor. Senaristliğini de Şafak Sezer'in yaptığı filmin oyuncu kadrosunda ise Hakan Ural, Mehmet Esen, Serkan Şengül ve Elif Erdoğan gibi önemli isimler bulunuyor.



## Yol Ayrımı

### Vizyon Tarihi: 10 Kasım

Yavuz Turgul'un yönettiği, başrolünde Türk sinema tarihinin en önemli oyuncularından biri olan Şener Şen'in yer aldığı Yol Ayrımı, tüm hayatını babasından kendisine kalan tekstil imparatorluğunu daha da büyütmeye adanmış fakat geçirdiği bir kaza sonucu yaşamaya karşı bakış açısını değiştiren Mazhar Kozanlı'nın hikayesini anlatıyor.



## Justice League

### Vizyon Tarihi: 17 Kasım

Zack Snyder'ın yeniden yönetmen koltuğuna oturduğu Justice League, çizgi serideki en önemli kahramanları bir araya getiriyor. Filmin oyuncu kadrosunda; Gal Godot, Henry Cavill, Amber Heard, Ben Affleck ve Amy Adams gibi önemli isimler yer alıyor. Film, dünya için yeni bir tehlikenin ortaya çıkmasıyla Batman'ın yeni kötülüğe karşı koyacak bir süper kahraman ekibini bir araya getirmesini anlatıyor.



## Kardeşim Benim 2

### Vizyon Tarihi: 24 Kasım

2016 yılında vizyona giren Kardeşim Benim filminin devam halkası olan Kardeşim Benim 2, 24 Kasım'da izleyiciyle buluşuyor. Romantik - komedi türünde olan filmin yönetmenliğini Mert Baykal üstlenirken, başrolünde Murat Boz ve Burak Özçivit yer alıyor.



## Hunter Killer

**Vizyon Tarihi: 23 Kasım**

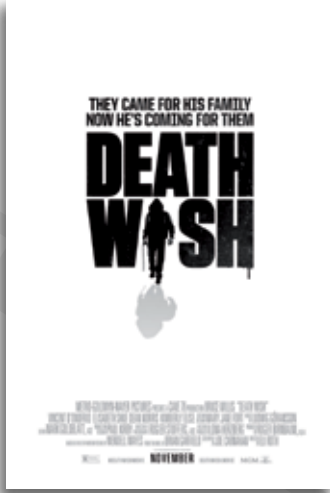
Yönetmenliğini Donovan Marsh ve Karina Kostadinova ikilisinin üstlendiği film, Don Keith'in romanından Peter Craig tarafından uyarlandı. Filmin oyuncu kadrosunda Billy Bob Thornton, Gerard Butler, Gary Oldman, Michael Trucco ve Michael Nyqvist gibi önemli isimler yer alıyor. Film, Amerikan donanma komandolarının, henüz testleri tamamlanmamış bir denizaltı ve onun kaptanı ile iş birliği yaparak kaçırılan Rusya başkanını kurtarmak için yola koyulmasının ardından gelişen olayları konu alıyor.



## Öldürme Arzusu

**Vizyon Tarihi: 08 Aralık**

Filmin yönetmen koltuğunda Eli Roth oturuyor. Bruce Willis'in başrolünde yer aldığı filmin oyuncu kadrosunda ise Vincent D'Onofrio, Elisabeth Shue ve Dean Norris gibi isimler yer alıyor. 8 Aralık'ta sinemaseverle buluşacak film, başarılı bir travma cerrahı olan Paul Kersey'in başından geçen sıra dışı bir olayı konu alıyor.



## Öteki Taraf

**Vizyon Tarihi: 08 Aralık**

Özcan Deniz'in yönetmenliğini yaptığı ve başrolünde oynadığı Öteki Taraf filmi, 8 Aralık tarihinde sinemaseverle buluşuyor. Öteki Taraf'ın başrollerinde Meryem Uzerli ve Aslı Enver de yer alıyor. Aşk ve gerilim içeren filmde Özcan Deniz, eşi ve yasak aşkı arasında kalan bir adamı canlandırıyor.

## Star Wars: Son Jedi

**Vizyon Tarihi: 15 Aralık**

Rian Johnson'ın yazıp yönettiği, Star Wars serisinin sekizinci bölümü olan Son Jedi, sevenleriyle 15 Aralık tarihinde buluşuyor. The Force Awakens ile tanıştığımız Rey'in, Luke Skywalker ile buluşmasının ertesinde olacakları konu edinen filmin oyuncu kadrosunda; Daisy Ridley, John Boyega, Mark Hamill, Domhnall Gleeson, Carrie Fisher, Laura Dern, Oscar Isaac, Gwendoline Christie ve Lupita Nyong'o gibi birbirinden ünlü isimler yer alıyor.







## Martıların Efendisi

**Vizyon Tarihi: 22 Aralık**

Yönetmenliğini Mehmet Ada Öztekin'in üstlendiği Martıların Efendisi filmi, 22 Aralık'ta vizyona giriyor. Sevilen oyuncu Mehmet Günür'un başrolde yer aldığı filmin oyuncu kadrosunda ise Nejat İşler, Timuçin Esen gibi önemli isimler de yer alıyor. Martıların Efendisi, deniz kıyısında sükunet içerisinde yaşayan bir adamın, bir kadınla tanışması sonrası değişen hayatını konu ediniyor.



## Acı Tatlı Ekşi

**Vizyon Tarihi: 22 Aralık**

Yönetmen koltuğunda Andaç Haznedaroğlu'nun oturduğu filmin başrollerinde Özge Özpırınççı ve Buğra Gülsoy yer alıyor. Çocukluk arkadaşı olan Duygu ve Murat'ın üniversitede başlayan ve yıllara uzanan aşk hikayesinin anlatıldığı Acı Tatlı Ekşi, aşk adına yapılan fedakarlıkların dokunaklı bir resmini çiziyor.

## Ferdinand

**Vizyon Tarihi: 22 Aralık**

Orijinal fikri Munro Leaf'imzalı çocuk kitabına dayanan filmin yönetmenliğini Carlos Saldanha üstleniyor. Ferdinand, arenada dövüşmekten sevinen tarlalarda çiçek koklamayı tercih eden bir boğanın öyküsünü anlatıyor. Ferdinand, sakin mizacına ve doğa sevgisine rağmen dış görünüşü sebebiyle vahşi bir canavar olarak algılanır. Tehlikeli bir canavarla karıştırıldıktan sonra yakalanıp evinden ayrı düşürülür. Kendini İspanya'da bulan Ferdinand, evine dönmeye kararlıdır. Ancak bunun için yardıma ihtiyacı olacaktır.



## Zirve

**Vizyon Tarihi: 10 Kasım**

Usta oyuncu Ricardo Darin'in başrolünde yer aldığı Zirve filmi yönetmenliğini Cannes Film Festivali Eleştirmen Haftası Ödülleri'nde Paulina ile ödül alan Arjantinli yönetmen Santiago Mitre üstleniyor. Film, La Cordillera'da gerçekleştirilen uluslararası siyasi zirveye katılan Arjantin başkanı Hernan Blanco'nun içinde bulunduğu hem siyasi hem de kişisel ikilemi konu ediniyor.



\*Sinema filmlerinin vizyon tarihleri kesin olmakla birlikte yapımcı ya da dağıtıcı firmalardan kaynaklı değişiklik gösterebilir.

# Gişeleri kasıp kavuran altın efsane Bruce Willis

Hafızalara Zor Ölüm adlı filmde canlandırdığı John McClane karakteriyle kazınan Amerikalı Aktör Walter Bruce Willis, Hollywood'un en çok aranan isimlerinden biri. Filmleri yaklaşık 3 milyar dolar gişe yapan Willis, aynı zamanda Emmy ve Altın Küre ödüllü bir aktör.

Bruce Willis,  
Friends dizisi ile 2000  
yılında en iyi konuk  
oyuncu dalında Emmy  
Ödülü kazandı.

**Yönetmen:** James Cameron  
**Oyuncular:** Bruce Willis, Vincent  
D'Onofrio, Elisabeth Shue,  
Dean Norris, Mike Epps  
**Dağıtımçı:** TME Film  
**Tür:** Dram, Suç, Aksiyon

**B**ruce Willis, 1955 tarihinde Amerikalı bir baba ve Alman bir annenin dört çocuğundan en büyüğü olarak Batı Almanya'nın Idar - Oberstein kentinde dünyaya geldi. Willis, canlandırdığı birçok karakter ile Hollywood'un cesur aktörlerinden biri. Aksiyon filmlerinin aranan yüzü olmayı başaran Willis, adından sıklıkla söz ettiren bir isim. Birçok etkileyici filme imzasını atan Bruce Willis, bu kez Öldürme Arzusu adlı yeni filmiyle sinemaseverlerle buluşuyor. Başarılı bir travma cerrahı olan Paul Kersey karakterine hayat veren Willis, yaşamını ölüm döşeğindeki vurulmuş, bıçaklanmış insanlarla uğraşarak geçirir. Stresli işinden sıyrıldığında ise sevgi dolu bir aile babasıdır. Kızı ve eşile mutlu bir hayat süren adam için bu düzen bir trajedi ile değişir. Evine düzenlenen saldırı sonrası eşi ölür, kızı ise komada yaşam mücadelesi verir. Hayatını tamamen değiştiren bu olaydan sonra Paul, mesleki yeteneğini kullanarak adeta bir ölüm makinesine dönüşür. Paul, ne pahasına olursa olsun intikamını almaya kararlıdır. Yönetmenliğini Eli Roth'un yaptığı dram-aksiyon türündeki film, 8 Aralık tarihinde seyircisiyle buluşuyor.

Bir röportajı sırasında "oyunculuk sayesinde kekemeliğimi yendim" diyen Bruce Willis, ilk oyunculuk deneyimine Montclair State Üniversitesi'nde okuduğu yıllarda okul içerisinde çekilen Cat on Hot Tin Roof filmiyle başladı. İlerleyen yıllarda New York'a yerleşen aktör, Broadway yapımı Heaven and Earth filminde rol aldı. Ünlü oyuncu asıl ününü ABC



kanalında yayınlanan Moonlighting adlı dizisiyle yakaladı. Zeki ve sempatik bir dedektif olan David Addison Jr.'a hayat veren Willis, 1985 - 1989 yılları arasında devam eden dizide Cybill Shepherd ile beraber oynadı. Bruce Willis, David Addison Jr. rolüyle en iyi erkek oyuncu dalında Altın Küre ve Emmy ödüllerini kazandı. Bu ödüller ile yapımcıların dikkatini çeken aktör, 1988 yapımı Die Hard'da canlandırdığı McClane karakteriyle sinema dünyası tarafından alkış toplarken, gişedeki başarıları da yapımcıların yüzünü güldürdü. Tüm bunların ardından da Hollywood'a yepyeni bir soluk getirdi.

Willis, 1990 yılında da Die Hard 2'de rol aldı. Aynı yıl dublaj yeteneğini sergilediği Look Who's Talking adlı filmde küçük Mikey'yi seslendirdi. Oyunculugun yanında senaristlik de yapmaya başlayan Willis, 1991 yılında senaryosunu kendisinin yazdığı Hudson Hawk adlı yapımda ve yine gişede başarıyı yakalayan The Last Boy Scout'ta oynadı. Ünlü yönetmen Quentin Tarantino'nun kült filmi Pulp Fiction'da oynadığı rol ile sinemaseverlerin kalbini bir kez daha fetheden Willis, Brad Pitt'le birlikte Twelve Monkeys filminde rol aldı.

Armageddon filminde, dünyaya çarpmak üzere olan bir meteoru yok etmek için kendini feda eden bir babayı canlandıran aktör, 1999 yapımı gerilim filmi The Sixth Sense filmi ile bir çocuk psikologuna hayat vererek adından sıklıkla söz ettirdi. Dönemin unutulmaz TV dizisi olan Friends'in bir bölümüne konuk olan Bruce Willis, gösterdiği performansla 2000 yılında da En İyi Konuk Oyuncu dalında Emmy Ödülü kazandı.

Bruce Willis 74 film, 6 dizide rol alırken, 5 filmin ve 1 dizinin de yapımcılığını üstlendi. Willis'in rol aldığı bazı filmler; Komşum Bir Katil, Büyük Şampiyon, Şeref ve Cesaret, Günah Şehri, Cehennem Melekleri, Rehine, Tetikçiler, Hızlı ve Emekli 2, The Prince ve Marauders'dır.



# AJANDA

## Şehrin Caz Hali Başlıyor

Türkiye'nin en uzun soluklu festivallerinden biri olan Akbank Caz Festivali, bu yıl 27. yaşını kutluyor. Geçmişten günümüze Cecil Taylor, Archie Shepp, McCoy Tyner, Pharoah Sanders, Jimmy Smith, Enrico Rava, John Scofield & Joe Lovano, Manu Katché ve David Sanborn gibi caz dünyasının saygın isimlerini izleyici ile buluşturan festival, 3 - 19 Kasım 2017 tarihleri arasında şehri cazın farklı renkleriyle kucaklayacak.



## Müzedede Bir Gece

Esaslı bir restorasyonun ardından 2013'te Türkiye'nin en modern müzelerinden biri olarak kapılarını açan Deniz Müzesi'nde, enfes ikramlar, canlı müzik ve DJ performanslarıyla renklenecek bir gece düzenleniyor. Ayrıca etkinlik boyunca konuklar müzeyi gezebilecek. Time Out İstanbul'un derlediği lezzet seçkisi, tüm misafirlerin hem gözlerini hem de midelerini doyuracağı bir ziyafet sunarken, saatler ilerleyince eğlence hareketlenecek. 24 Kasım gece yarısından sonra başlayacak ve 03:00'a kadar sürecek after-party ise müzenin özel bir alanında, katılımcılara unutamayacakları bir gece sunacak.

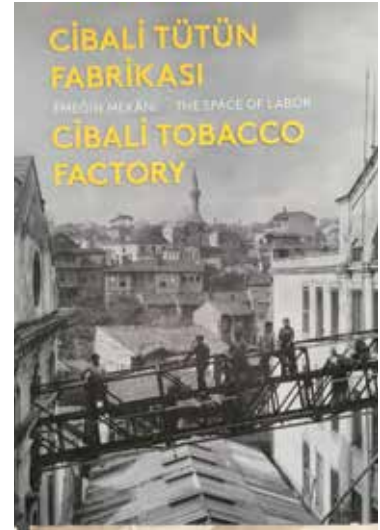
## 3. Ankara Uluslararası Komedi Festivali başlıyor

Türkiye'nin ilk komedi festivali olan Ankara Uluslararası Komedi Festivali'nin üçüncüsü, 4 - 20 Kasım 2017 tarihleri arasında düzenlenecek. Çok alternatifli bir programa sahip festival süresince, yerli ve yabancı ünlü güldürü sanatçıları çeşitli mekanlarda Ankara'daki seyircileri ile buluşacak. Programda tiyatrolar, stand up gösterileri, atölyeler, müzikaller, çocuk etkinlikleri ve amatör komedyenler için düzenlenen etkinlikler bulunduran festival, başkent seyircisine keyifli bir kışım ayı vad ediyor.



## Emeğin Mekanı: Cibali Tütün Fabrikası

Endüstri tarihimizin en önemli mihenk taşlarından biri olan Cibali Tütün Fabrikası'nın hikayesinin giriş bölümü, fabrika yapısının yeni misafiri ve mirasının koruyucusu Kadir Has Üniversitesi içinde yer alan Rezan Has Müzesi'nde anlatılıyor. Müzenin tematik sergilerine ayrılan üst salonunda ziyaretçisini ağırlayan Emeğin Mekanı: Cibali Tütün Fabrikası sergisi, fabrikanın yaklaşık 100 yıllık yaşamışlığına kapı araladı. Sergi, 30 Aralık 2017 tarihine kadar açık kalacak.



A man with wavy brown hair and a light beard is smiling and sitting on a stone ledge. He is wearing a light-colored, long-sleeved button-down shirt with a complex, abstract pattern of thin lines and a pair of blue jeans. The background is a rustic stone wall with a green metal pipe running vertically. In the top right corner, there is a dark blue rectangular box containing the text 'FIRST COMPANY' in white, with a white horizontal line and a red horizontal line below it.

FIRST  
COMPANY

## Bir Zamanlar Gazinoda Oyunu Bursa'da

Çağlar İşgören tarafından 2005 yılında İzmir'de kurulan, sanat danışmanlığını Haldun Dormen'in üstlendiği Sahne Tozu Tiyatrosu'nun prodüktörlüğünde hazırlanan Bir Zamanlar Gazinoda adlı oyun, seyirciyle buluşmaya devam ediyor. Haldun Dormen ve Kerem Atabeyoğlu'nun başrolleri üstlendiği oyunun kadrosu, Ruhsar Öcal ve Almıla Uluer Atabeyoğlu'nu da barındırıyor. 65. sanat yılında Haldun Dormen'in hem yazıp hem de başrolünde oynadığı Bir Zamanlar Gazinoda, 17 Kasım Cuma günü Bursa Atatürk Kongre Merkezi'nde olacak.



## Grammy Ödüllü Sanatçı Pinchas Zukerman İstanbul'da

20. yüzyılın ikinci yarısının en büyük kemancılarından biri olarak kabul edilen Grammy ödüllü sanatçı Pinchas Zukerman, Avrupa'nın en köklü oda topluluklarından biri olan Camerata Salzburg eşliğinde, 7 Aralık Perşembe akşamı İş Sanat sahnesine konuk olacak.



## Feridun Düzağaç Konseri

Kendi müziklerini üretmeye 1988'de üniversiteden dört arkadaşıyla birlikte kurduğu Tını grubuyla başlayan Feridun Düzağaç, 1997 Ocak ayında Beni Rahatta Dinleyin albümünü; 1998 Temmuz ayında da İstanbul'da yazdığı şarkılardan oluşan ikinci solo albümü Köprüden Önce Son Çıkışı'ı çıkardı. 2000 yılında yayınlanan Bülent Ortaçgil'e Saygı albümünde onun Sevgi şarkısını seslendirdi. Rock müziğin eskimeyen isimlerinden Feridun Düzağaç, 11 Kasım'da Sanat Performance sahnesinde en sevilen şarkılarını sizler için seslendirecek.



## Kırkıktan Sonra

Kim demiş "Her şeyin bir zamanı vardır" diye? Sen istediğin kadar kapat kapını pencereni, yeminler et, kendine sözler ver "Bir daha mı? Aslaa" diye. Aşk bir rüzgar gibi geçip gireriver kalbinize. Sonra uğraşıp dursun insanlar, "Yok yaşın kırkı geçmiş, yok bu yaşta aşk da neymiş" diye. 55. sanat yılında Aysen Gruda'nın başrolünde oynadığı komedi tufanı Kırkıktan Sonra oyunu, 1 Aralık Cuma günü İzmir Narlıdere AKM'de seyircisiyle buluşacak.



## Tan Taşçı'nın Yeni Projesi: Bu Gece de 90'lar

Tan Taşçı yeni konser projesi Bu Gece de 90'ları, hem kendi diskografisinde hem de proje albümlerinde seslendirdiği parçalarını bir adım öteye taşıyarak, 1980'li yıllarda doğup, 1990'lı yıllarda genç olan hedef kitlesine bir sürpriz yapıyor. Taşçı, Bu Gece de 90'lar konserinin repertuarı için, 1990'lı yılların en önemli aşk şarkılarını bir araya topluyor. Sanatçı bu özel konser serisinin galasını 28 Kasım tarihinde, İstanbul'un önemli alternatif performans sahnelerinden IF Beşiktaş'ta gerçekleştirecek.



**SOĞUĞA MEYDAN OKU!**

**Vücut ısıınızı koruyan içlik**

**BLACKSPADE®**

**THERMAL**



[www.blackspade.com](http://www.blackspade.com)

# TEKNO TREND

Sony'nin yeni fotoğraf makinesinden Samsung'un çamaşır makinesine, Philips'in bluetooth kulaklığından Casper'ın kasasız bilgisayarına kadar teknoloji dünyasının en dikkat çekici yeni ürünlerini sizlerin beğenisine sunuyoruz.

## Yepyeni tasarımıyla Bosch Condens 7000i W hem şık, hem akıllı

Bosch Condens 7000i W Yoğuşmalı Kombi üstün teknolojisi 24 ve 30 kw kapasiteleri ile evlerin ısıtma ve sıcak kullanım suyunu sağlıyor. Ön paneli titanyum cam ile tasarlanan kombi, evlere hem estetik katıyor hem de 36 desibel ses seviyesiyle konfor sunuyor. Condens 7000i W Yoğuşmalı Kombiler, oda sıcaklığı ve dış hava sıcaklığına göre ayarlanabilen CT100 akıllı oda kumandası ile kullanılabilir. Bu kumandanın en dikkat çekici özelliği, mobil telefona ya da tablete yüklenen bir uygulama ile kombiyi, istenilen yerden ve istenilen anda açıp kapatabiliyor olması.



## Arçelik'ten geniş aileler için buzdolabı

Türkiye'nin bir numaralı beyaz eşya markası Arçelik, misafiri bol geniş aileler için Custom Cool özelliği bulunan geniş hacimli ve enerji verimli ankastre kombi buzdolabını sunuyor. Arçelik Pro 540 Buzdolabı, toplam 540 litre iç hacmi ile geniş ailelerin ihtiyaçlarına cevap verecek şekilde tasarlandı. Toptan alışverişlerde alınan yiyecek ve içecekler için yer bulma sıkıntısına son veren buzdolabında büyük tencereler de rahatlıkla saklanıyor. Buzdolabı, ışıklı dokunmatik ekranı ile kullanım kolaylığı sağlarken, yumuşak kapı mekanizması ise güvenli kapı kapanma konforunu sunuyor. Arçelik Pro 540 Buzdolabı'nın 24 saatte 5 kg buz yapma kapasitesi de öne çıkan özellikleri arasında yer alıyor. A++ enerji sınıfında yer alan Pro 540 buzdolabı, bu özelliğiyle hem ekonomik hem de çevreye duyarlı bir ürün.

## Philips EverPlay Bluetooth Hoparlör ile kesintisiz müzik

Geliştirdiği ürünlerle müzik deneyimini bir üst seviyeye taşıyan Philips Sound, EverPlay Bluetooth Hoparlörler ile çitayı bir kez daha yükseltiyor. Şık ve modern bir tasarıma sahip EverPlay Bluetooth Hoparlörler, yüksek ses kalitesinin yanı sıra DuraFit kumaş kaplaması ve sağlam yapısı ile suya, toza ve darbeye karşı da dayanıklı. 30 metreye kadar güçlü bluetooth bağlantısı sunan EverPlay serisi, mikrofonuyla HandsFree telefon görüşmeleri için de kullanılabilir. Hem şarj kablosu hem de

taşıma askısı olarak kullanılabilen USB şarj kablosuyla EverPlay serisi hoparlörler, müziğini gittiği her yere götürmek isteyenler için tasarlandı.





## Samsung'dan hız ve tasarım harikası yeni taşınabilir SSD T5

Samsung Electronics, harici depolama ürünlerinin performansını üst seviyeye taşıyan, en yeni taşınabilir katı hâl sürücüsü modeli SSD T5'i tanıttı. Samsung'un tescilli V-NAND teknolojisini kullanan sektör lideri T5, kompakt ve dayanıklı tasarımıyla transfer hızı ve şifrelenmiş veri güvenliği sunarak, tüketicilerin en değerli bilgilerine her zaman, her yerden ve daha önce hiç olmadığı kadar kolay ulaşmasını sağlıyor. Standart harici disklerden 4,9 kata kadar daha hızlı olarak, 540 MB/sn'lik şaşırtıcı bir hız sunan yeni T5, veri erişimine anında yanıt vermek için özellikle çalışanlar, fotoğrafçılar, video içerik üreticileri, yaratıcı profesyoneller ve içerik kullanıcıları için geliştirildi. Ayrıca T5, 74x 57,3 x 10,5 milimetre boyutlarında ve yalnızca 51 gram ağırlığında olduğundan kolayca avuca sığıyor. Alüminyum metal yüzeye sahip T5'ler, Deep Black - Derin Siyah (1 TB ve 2 TB modellerinde) ve Alluring Blue - Çekici Mavi (250 GB ve 500 GB modellerinde) olmak üzere iki farklı renkte sunuluyor.



## Zyxel VMG3925 - B10B ile güvenli internet

Ağ teknolojileri alanında trend belirleyici konumunda bir firma olan Zyxel, en yeni modemlerinden VMG3925 - B10B ile anne babaların korkulu rüyası olan, sakıncalı içeriklere duvar örüyor. Ürünün ebeveyn kontrol özeliği sayesinde evde internet kullanımı kolayca planlanıyor ve zararlı içeriğe karşı koruma sağlanıyor. VMG3925 - B10B sayesinde ebeveynler kendileri modem arayüzünden gün ve saat ayarlaması yaparak hangi saatlerde, hangi cihazın internete çıkış yapabileceğini kontrol edebiliyor. Örneğin, çocuğun tableti hafta içi ebeveynin belirlediği zaman aralığında internete çıkacak şekilde ayarlanabiliyor ve ebeveynlerin kendi cihazları ise internet bağlantısına devam edebiliyor.



## Hotpoint'ten derin dondurucuda "No - Frost" teknolojisi

Şık tasarıma ve 340 litre dev hacme sahip A++ enerji sınıfı Hotpoint Derin Dondurucu, dikey tasarımı ile yerden tasarruf sağlıyor. No - Frost özeliği sayesinde ise "manuel defrost" sıkıntısını ortadan kaldıran Hotpoint, derin dondurucudaki No - Frost teknolojisi sayesinde kullanım ömrü boyunca buzlanma olmuyor. Buz çözme ve çözülen buzları temizleme zahmetine son veren Hotpoint Derin Dondurucu, tüketicilere büyük konfor ve zaman tasarrufu sunuyor. Sebzeleri, meyveleri, balıkları ve etleri ayrı ayrı bölmelerde dondurma imkanı sunan 7 çekmeceli Hotpoint No - Frost Derin Dondurucu, 340 litre hacmiyle tüketicilere geniş saklama alanı sunuyor.



## Mobil yaratıcılıkta dönüm noktası: Xperia XZ1

Sony'nin inovasyon ve ses gibi teknolojilerinden yararlanarak tasarladığı Xperia XZ1, yeni özellikleri ile çığır açıyor. Xperia XZ1, insan gözünün yeteneklerinin ötesine geçen detayları yakalayan en son teknoloji Motion Eye™ kamerası ve 3D Oluşturucu özelliklerine sahip. Bununla birlikte Xperia XZ1, HDR ekran da görüntü teknolojileri ve yüksek çözünürlüklü ses ile premium dinleme deneyimini sunuyor. Sony'nin mobil yaratıcılıkta çığır açan 3D teknolojisi, bir akıllı telefonda ilk defa kafa tarama, yüz tarama, yiyecek tarama ve serbest form tarama ile sadece bir dakikanın altında objeleri yüksek kaliteli tarıyor. Xperia XZ1, nefes kesici süper yavaş çekim video oynatma imkanıyla saniyede 960 kare video kayıt ile günlük yaşamınızın keyif verici anlarından ilginç videolar yaratmanızı sağlıyor. Ayrıca, 19 MP arka kamera yeni öngörülebilir yakalama fonksiyonu ile bir gülümseme tespit ettiğinde dahi siz daha deklanşöre basmadan otomatik olarak görüntüleri arabelleğe almaya başlıyor.



## Casper Nirvana One kasasız bilgisayarlarla hayatın keyfini sürün

Türkiye'nin bilgisayar markası Casper'ın farklı beklentilere hitap eden modellerinden biri olan Nirvana One ailesi, monitöre entegre edilen bileşenleriyle masaüstünde yer sıkıntısı olanların ihtiyaçlarını karşılıyor. Sadece monitörden oluşan bilgisayar tasarımı yedinci nesil Intel i5 ve i7 işlemci, 1 TB'a kadar depolama, Windows 10 işletim sistemi, 16 GB'a kadar bellek seçeneği gibi özellikleriyle performans ve tasarım öğelerini bir arada sunuyor.



## LG V30, üst düzey sinematografik yetenekleriyle yeni sınırları belirliyor

LG Electronics (LG), şirketin V serisi akıllı telefonlarının en son ve sabırsızlıkla beklenen üyesi LG V30'u duyurdu. LG V30, V serisi telefonların gücünü geliştirerek tamamen yeni bir mobil deneyim sağlarken, en uygun multimedya özelliklerini de sunuyor. Yeni V30, birçok kolay ve işe yarar özelliğe sahip. LG V30 sahip olduğu güçlü video becerileriyle kendisini akıllı telefon sinemacılığında lider yapıyor. Çiftli kamerası çok daha parlak ve canlı renkler için cam bir lense sahip olan sektördeki ilk F1.6 kamera ile destekleniyor. Cine Video modu kullanıcıların herhangi bir videografi eğitimine gerek duymadan V30 ile film gibi videolar çekmesine imkan veriyor. V30'un arkasındaki ana kamerasının F1.6 diyafram açıklığı daha aydınlık ve daha dinamik çekimler için içeriye daha fazla ışık girmesini sağlıyor.



## Sony'nin yeni RX10 IV fotoğraf makinesi

Sony, ünlü Cyber-shot RX10 serisinin yeni amiral gemisi modeli RX10 IV'ün çıkışını duyurdu. Sony'in RX10 serisi fotoğraf makinelerinde ilk defa yeni RX10 IV modelinde, fotoğraf makinesinin 0.03 saniyeye kadar kısa bir süre içinde odağı kilitlemesine imkan veriyor. Sensörün yaklaşık yüzde 65'ini kaplayan 315 aşama algılamalı AF noktası ile kontrast algılamalı AF'yi bir araya getiren bir Hızlı Hibrit AF sistemi bulunuyor. Bu yüksek hızlı odaklama, lensin kapsamlı 24 - 600 mm iv aralığını tamamlayarak, tüm nesnelerin kesin detay ve netlik ile yakalanabilmesini sağlıyor. Ayrıca, bir Cyber-shot fotoğraf makinesinde ilk defa RX10 IV modelinde Yüksek Yoğunluklu Takipli AF teknolojisi de kullanılıyor.



## Samsung'un Dijital İnverter Motor teknolojisine sahip yeni çamaşır makinesi

Samsung Electronics'in yeni çamaşır makinesi modeli WF90F5EGX4W/AH Dijital İnverter Motor ile yüksek verimli bir performans sunuyor. Fırçasız yapısı sayesinde motorun sürtünme olmadan yüksek etkinlikte çalışmasını sağlayan 10 yıl motor garantili Dijital İnverter Motor teknolojisi, makinenin yıllarca sorunsuz bir şekilde çalışmasını destekliyor ve enerji tüketimini düşürüyor. Enerji verimliliğini optimize etmek için tasarlanan WF90F5EGX4W/AH çamaşır makinesi, yüksek enerji verimliliği sağlarken, gürültü oranını ciddi ölçüde azaltıyor ve oldukça sessiz çalışıyor. A+++ enerji performansı, 9 kg yıkama kapasitesi ve maksimum 1.400 devir hızı ile öne çıkan WF90F5EGX4W/AH çamaşır makinesi aynı zamanda elmas kazanı, seramik rezistanı, voltaj kontrolü, otomatik yük dağıtım sistemi, gecikmeli bitir, smart check özellikleri ve suda bekletme fonksiyonu ile farklılaşıyor.



**P** 1860  
**ERNIGOTTI**  
**IL GELATO**

**İTALYAN NEŞESİ**



Yoğun lezzeti ile  
gerçek İtalyan dondurmasını  
şimdi sen de dene!

**#İtalyanNeşesi**

📱📌 perdigottiturkiye





# Zengin menü, şık dekorasyon, sıcacık ortam midpoint

Dekorasyonu, müşteri ilişkileri ve yemeklerinin lezzeti ile kapısında kuyruklar oluşturan Midpoint'e konuk olduk. Midpoint, birbirinden lezzetli tatları ve sıcacık ortamıyla hem midelerde hem de gönüllerde yer etmiş bir mekan.

“Herkesin Buluşma Noktası” sloganı ile yola çıkan Midpoint'in

hikayesi, 2002 yılına dayanıyor. Dört girişimci tarafından kurulan ve zamanla büyüyen Midpoint, bugün dünya mutfaklarından seçilmiş lezzetlerini, farklı tatlara uyarladığı zengin menüsünü, profesyonel hizmet anlayışını ve hızlı servis kalitesini müdavimleri ile buluşturuyor. ÖzdilekPark İstanbul AVM'de bulunan Midpoint şubesi de geniş mutfağı, bar konsepti ve sıcaklığı personeli ile misafirlerine rahat ortamda en üstün servisi sunuyor. Böyle bir mekanın tatlarını oldukça merak ettiğinizi duyar gibi oluyoruz. Sizleri daha fazla meraklandırmadan Midpoint'in enfes lezzetleri ile baş başa bırakıyoruz.



# Sriracha Chickhen

## Malzemeler

- 600 gram kemiksiz tavuk but
- Sriracha sos
- ½ portakal suyu
- 50 gram ayçiçek yağı
- 10 gram soya sosu
- 2 gram taze kekik
- 2 gram taze biberiye (rozmarin)
- 3 gram kırmızı toz biber

## Buğday Polentası için

- 50 gram tereyağı
- 50 gram siyez buğday unu
- 100 gram siyez buğdayı
- 10 gram rendelenmiş parmesan peyniri
- 10 gram kereviz sapı
- 3 gram sebze çöşni
- 100 gram süt
- 2 gram tuz

## Yapılışı

İşe öncelikle tavukları zeytinyağı, soya sos ve portakal suyu ile marine etmekle başlayın. Ardından buğday polentasını hazırlayın. Tereyağı ile siyez buğday ununu kavurun ve üzerine sütü ilave edin. Sırasıyla siyez buğdayını, sebze çöşniyi, tuzu, parmesan peynirini ve kereviz sapını ekleyin. Hazırladığımız polentayı servis tabağına alın. Daha sonra, önceden marine edilen tavukları ızgarada pişirin. Hazır olan tavukları rulo halinde sararak polenta yatağına üzerine yerleştirin. Tavukların üzerine ise marketlerde hazır olarak bulabileceğiniz sriracha sosundan ekleyin. Yanında garnitür, haşlanmış sebze ya da patates kızartması ile servis yapabilirsiniz.

2  
Kişilik

# Kinoa Salatası

## Malzemeler

- 100 gram marul
- 100 gram maskulin yeşillikleri
- 100 gram beyaz kinoa
- Taze nane
- Dereotu
- Maydanoz
- Taze soğan (isteğe bağlı)
- Domates
- Salatalık
- 50 gram zeytinyağı
- 3 gram tuz

## Yapılışı

İlk olarak kinoaı 12 dakika haşlayın. Diğer tarafta yeşillikleri istediğiniz boyutlarda doğrayın. Doğradığınız salata malzemelerini genişçe bir kasede, kinoa, zeytinyağı ve tuz ile harmanlayın. Daha sonra üzerine küp küp doğradığımız domates ve salatalıkları ilave edin. Son olarak salatanızın üzerini, ceviz ve portakal dilimleri ile süsleyin. Tercihinize göre ekstra zeytinyağı ve limon ile tüketebilirsiniz.

2  
Kişilik



Hayatınıza keyif katan  
**Elit Lezzetler**



[www.polonez.com.tr](http://www.polonez.com.tr)

# Coconut Brownie

## Malzemeler

### Brownie için

- 60 gram un
- 60 gram şeker
- 2 adet yumurta
- 50 gram tereyağı
- 50 gram bitter çikolata
- 30 gram kakao
- 40 gram damla çikolata

- 50 gram süt
- 20 gram ceviz
- 1 gram kabartma tozu

### Coconut kısmı için

- 300 gram süt
- 300 gram şeker
- 50 gram Hindistan cevizi

## Yapılışı

Bitter çikolatayı tereyağında eritin. Ardından yumurta, kakao, süt, kabartma tozu, un ve şekeri ilave ederek tüm malzemeyi harmanlayın. Hazırlanan karışımı, dilediğiniz şekildeki bir pişirme kalıbına alın ve 130 derecede 50 dakika kadar pişirin. Tatlınızın coconut kısmı için bir tencerede süt ve şekeri 20 dakika boyunca kaynatın. Elde ettiğiniz süt reçelini oda sıcaklığında soğumaya bırakın. Daha sonra 50 gram Hindistan cevizi ilave edip karıştırın. Hazırladığınız coconut karışımını pişirme kalıbındaki brownienin üzerine ekleyin ve tatlınızı buzdolabında soğumaya bırakın. Coconut brownienizi çikolata sos ve dondurma ile servis edebilirsiniz.

2  
Kişilik



# Rio Santo

Lezzetli Bir Yıl  
Sizinle Olsun!

2018



 /riosantosos  /riosantosos  
 /riosantosos  /riosantosos

riosanto.com  
riosantosos.com



# SOSYAL MEDYA

Her sayısında yüzleri gülümsetmeyi başaran Sosyal Medya sayfamızda bu kez, son dönemin sevilen ekran yüzlerini mercek altına aldık. Keyifli okumalar...



**Çağlar Ertuğrul (@caglarertugrul)**

Dağ filminde canlandırdığı Oğuz karakteri ile büyük bir hayran kitlesine kavuşan Çağlar Ertuğrul, müthiş benzerliğiyle Hollywood oyuncusu Jake Gyllenhaal'ın adeta Türkiye şubesi. Aslında makine mühendisliği mezunu olan başarılı oyuncu şu sıralar reytingleri alt üst eden Fazilet Hanım ve Kızları dizisinde boy gösteriyor. Instagram'da 404 bin takipçiye sahip olan Ertuğrul, hesabında eğlenceli günlük hallerini ve kamera arkası görüntülerine yer veriyor.



**Özge Özpırınçci (@ozpirincci)**

Birçok başarılı yapımda rol alan Özge Özpırınçci, son dönemde sahiplendiği sakat bırakılmaya dek yük taşıtılan dünyalar tatlısı bir sapa ile adından söz ettiriyor. İstismara uğrayan sapaı kurtaran ve babasının çiftliğine aldırın güzel oyuncu, Instagram sayfasında da bol bol oyunlar oynadığı eşşeği Zilli ve diğer evcil hayvanları ile olan fotoğraflarını paylaşıyor.



**Can Yaman (@canyaman)**

Dolunay dizisinin Ferit karakterine hayat veren Can Yaman, hukuk fakültesini bitirince de avukat olarak 6 ay kadar çalıştıktan sonra tatile çıkıp bir daha işe dönmemiş. Yakışıklı oyuncu, Gönül İşleri yapımının ardından 2015 yazında ilk kez başrol oynadığı İnadına Aşk dizisi ile gönüllere yerleşti. Bugün, ciddi bir hayran kitlesi bulunan Yaman, Instagram'da da oldukça aktif. Sık sık set görüntülerini paylaşan oyuncu, her bölüm sonunda izleyicilerinin görüşlerini sormaya da ihmal etmiyor.



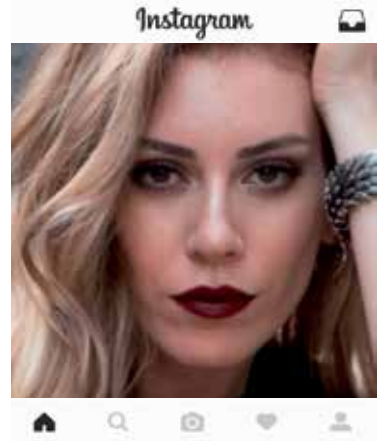
**Hande Erçel (@handemiy)**

Güneşin Kızları isimli yaz dizisiyle parlayan ve şu an çeşitli markaların yüz güzeli olan Hande Erçel, dizi ve sinema sektöründe emin adımlarla ilerleyen, ümit vadeden oyuncularından biri. Ciddi bir fan grubu olan oyuncu, Instagram'da da 6,5 milyon takipçiye sahip. Her fotoğrafı binlerce beğeni alan Erçel'in hesabında, rol aldığı projelerden ve röportaj verdiği yayınlardan özel çekim fotoğrafları yer alıyor.



**Çağlar Çorumlu (@caglar\_corumlu)**

Yılların eskitemediği başarılı tiyatrocularından olan Çağlar Çorumlu, birbirinden eğlenceli yapımlarda yer almaya devam ediyor. Son dönemin en eğlenceli skeçlerine imza atan başarılı tiyatrocunun, Güldür Güldür programıyla da haftanın birkaç akşamı evlere misafir oluyor. Yeteneği ile başarıyı yakalayan sayılı insanlardan olan Çorumlu, sosyal medya hesabında sevenleriyle, ailesi ve birlikte çalıştığı ekip arkadaşlarıyla olan fotoğraflarını paylaşıyor.



**Sinem Kobal (@sinemkobal)**

Son dönemde Birkan Sokullu ile rol aldığı Yüz Yüze dizisiyle ekranlara hızlı bir dönüş yapan Sinem Kobal, şu sıralar yeni projesinin heyecanını yaşıyor. Türkiye'nin en sevilen kadın oyuncularının başında gelen Kobal, Instagram'ın da aktif isimlerinden. 4,1 milyon takipçisinin olduğu Instagram profilinde özel çekim fotoğraflarını paylaşan güzel oyuncu, hesabında ayrıca arkadaşlarıyla olan günlük pozlarına da yer veriyor.



FUNFAIR



# Barbie

Barbie İLE  
HER ŞEY

MÜMKÜN



# HOT WHEELS



# LİMITLERİNİ ZORLA



MATTEL

© Mattel, Inc. 2017 Her hakkı saklıdır.