

KORONA- VİRÜS

Hayat Eve de Sığar,
Telefona da,
Bilgisayara da...
Yeter ki Farkında Olalım!

www.tgsp.org.tr

**KORONAVİRÜS
NEDİR?**

**STK'LAR
KARANTİNA
SÜRECİNDE
NELER YAPTI?**

**#HİJYEN
ÖNEMLİ DEDİK
TÜRKİYE'DE
GÜNDEM OLDUK**

**LÜGATIMIZDAKİ
GENİŞLEME İÇİN
KORONAVİRÜS
SÖZLÜĞÜ**



TÜRKİYE'M! YARIN YENİ BİR GÜÇLE ÇIKACAĞIZ EVDEN.

O güçle dolduracağız fabrikaları,
dükkanları, yolları, tarlaları, sokakları
ama bugün evde kalmalı.

#evdekaltürkiye



Öğrencinin dostu Bankkart Genç, hem banka kartı hem kredi kartı!



Bankkart Genç'in kredi kartı özelliğini açtırmak için Şubeye gelmen yeterli.
Bankkart Genç şifreni, **0850 258 00 00 Müşteri İletişim Merkezimizden, İnternet Şubemizden, Ziraat Mobil'den** ya da **Şubelerimizden** alabilirsin. Üstelik, Bankkart Genç'te aidat yok, **1 ay boyunca faizsiz/masrafsız Harçlık Avans'ın var.**



Ziraat Bankası

Bir bankadan daha fazlası



**Müşteri İletişim
Merkezi**
www.bankkart.com.tr



İÇİNDEKİLER

- 6 Neden Koronavirüs Bülteni?
- 7 Koronavirüs Nedir?
- 8 Kurumların Haberleri
- 12 Online Faaliyetler
- 15 Basında Biz
- 16 Görüşler
Dr. Veysel Dinç
- 18 Görüşler
Dr. Ahmet Özdiñ
- 20 Öneriler
- 24 Lügatımızdaki Genişleme için
Koronavirüs Sözlüğü

Yayımlayan
Türkiye Gençlik STK'ları Platformu

Yayın Danışmanı
Süleyman Ragıp Yazıcılar

Hazırlayan
Salih Yüzgenç

Tasarım
Nurgül Ersoy



Yapım
Nuhun Gemisi
Reklam ve İletişim
Hizmetleri

Nisan - Mayıs - Haziran / 2020



Türkiye Gençlik
STK'ları Platformu
(TGSP) tarafından
periyodik olarak
yayımlanan ücretsiz
e-bültendir.



Beylerbeyi Mah. Beylerbeyi
Çamlıca Cad. No:5
Üsküdar / İstanbul
Telefon: +90 216 321 84 77
Email: info@tgsp.org.tr



İmer Faruk Terzi
TGSP YÖNETİM KURULU BAŞKANI

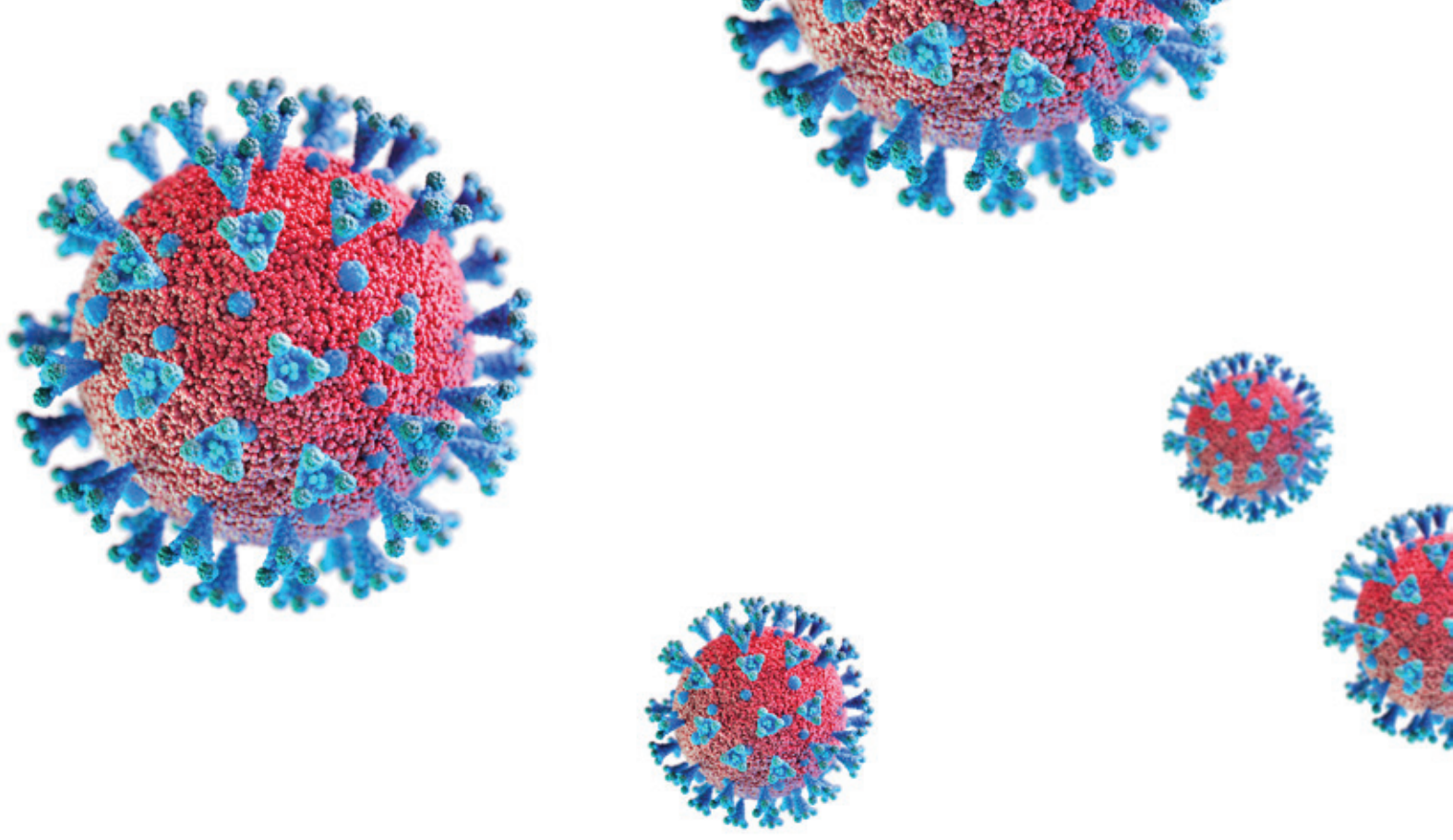
Şimdi Daha Fazla Dayanışma Vakti!

TGSP olarak STK'ların kapasitesini geliştirme, iş yapabilme olanaklarını daha da güçlendirme misyonu güdüyoruz. Bunun nedeni de açık: Ülkemize faydalı olabilmek ve yeryüzünün daha güzel bir hâle gelmesini sağlamak...

Son birkaç aydır gündemimize giren ve karantina, sokağa çıkma yasağı gibi hayatlarımızı başka bir evreye çeviren Koronavirüs (Covid-19) salgını, bu alanda neler yapabileceğimiz konusunda bizi hem düşündürdü hem de dertlendirdi.

Karantinanın ilk günlerinde STK'larımız için yayınladığımız Koronavirüs Sürecinde STK'lar İçin Stratejik Planlama dijital kitapçığı ile bu süreci hem STK hem de kamuoyu nezdinde en az moral bozukluğu ve problem ile atlatmayı amaçladık. Şimdi de aslında Koronavirüsle beraber gelinen durumumuzu, bu süreçte neler olduğunu okuyacak; faaliyetlere ve STK'larımızın etkinliklerine göz gezdirmiş olacağız.

Elbet bugünlerin de son bulacağını, tekrar sevgi ve muhabbetle kucaklaşabileceğimizi biliyoruz. Ama beklemek durmak demek değil; an'ın kıymetini bilerek çalışmaya devam edeceğiz. Bu doğrultuda herkese sağlık ve afiyet diler, TGSP olarak her durum ve koşulda çalışmalarımızı sürdüreceğimizi bilmenizi isterim.



Neden

“Koronavirüs Bülteni?”

Türkiye Gençlik STK’ları Platformu olarak toplumu oluşturan ve topluma fayda sağlayacak her alanda gayretle çalışmaya devam ediyoruz.

Çin’in Wuhan kentinden başlayarak tüm dünyayı etkisi altına alan “Covid-19 (Koronavirüs)” salgınına karşı korunmak da, oluşturulması gereken kamuyu açısından STK’lar üzerinde ciddi bir sorumluluk oluşturdu. Dünya üzerinde milyonlarca insanın hayat akışını etkileyen, yüzbinlerce can kaybına neden olan bu virüse karşı önlem almak hem devletlerin hem de kamuyu oluşturan temel unsurlardan olan STK’ların görevlerindendi.

TGSP bünyesindeki birçok STK’nın çözüm odaklı çalışmalar geliştirerek sürece katkı sunduğunu görmüş olduk. Aynı şekilde merkezi olarak da özellikle sosyal medya hesaplarımızdan Koronavirüs hakkında bilgiler aktarmaya, karantina günlerinde dikkat etmemiz gereken hususlara ve evlerimizde olduğumuz şu günlerde verimli zaman geçirebilmek adına yapılabilecek aktivitelerden bahsettik.

“TGSP Koronavirüs Bülteni” ile de Koronavirüs’e karşı Türkiye’deki mevcut durumu, geline süreci ve STK’larımızın bu husustaki çalışmalarını görmüş olacaksınız.



Koronavirüs Nedir?

İlk olarak Çin'in Wuhan Eyaleti'nde 2019 Aralık ayının sonlarında gözük-ken, solunum yolunda gelişip; bir grup hastada yapılan araştırmalar so-nucunda 13 Ocak 2020'de tanımlanan bir virüstdür.

Tabii şunu da söylemek lazım: Koronavirüs her ne kadar hastalığın adı olarak algılansa da bu bir "virüs ailesi"nin genel adı. Yani, Sağlık Bakanlı-ğının açıklamasına göre Koronavirüsler (CoV), so-ğuk algınlığından Orta Doğu Solunum Sendro-

mu (MERS-CoV) ve Şid-detli Akut Solunum Send-romu (SARS-CoV) gibi daha ciddi hastalıklara kadar çeşitli hastalıklara neden olan büyük bir vi-rüs ailesidir.

2020 yılı itibariyle kav-ramsallaşan Yeni Koro-navirüs (COVID-19) şu an tüm dünyayı etkisi altına alan, binlerce kişiye bu-laşan ve hâlâ bulaşması mümkün olan, yine bin-lerce kişinin ölümüyle (net rakam her an de-ğiş-mekte) sonuçlanan bir özelliğe sahip.

“**Koronavirüs her ne kadar hastalığın adı olarak algılansa da bu bir “virüs ailesi”nin genel adı.**

STK'lardan Koronavirüs'e Karşı "Sosyal Mesafeli" Mücadele!

Dünyamızı etkisi altına alan Koronavirüs salgınına karşı devletlerin aldığı önlemler kadar STK'ları da ilgilendiren, onların da sorumluluğunda olan meseleler vardı. Özellikle mevcut karantina durumunda sokağa çıkma yasağı, yaşlılarımızın ve yalnız yaşayanların market, ilaç vs. ihtiyaçlarının karşılanması, sağlık çalışanlarımıza yapılan

jestler, maske-eldiven ihtiyaçları vb. konular STK'ları harekete geçirdi.

Ülkemizde salgının seyri aşağı doğru inerken, bunda TGSP üye STK'larının Koronavirüs'le mücadelesinin payının da büyük olduğunu söylemek gerek. Ocak ayından bu yana mücadele kapsamında STK'larımız neler yapmış, kısaca göz atalım.

Biz Bize Yeteriz Türkiye'm!

Koronavirüs sürecinde sosyal yardım ve dayanışmanın daha güçlü olabilmesi amacıyla Cumhurbaşkanlığı'nın başlattığı ve çok güçlü bir etki oluşturan "Biz Bize Yeteriz Türkiye'm" kampanyasına TGSP olarak yaptığımız yazılı açıklama ile destek de bulunduk ve üye STK'larımızı da bu kampanyaya davet ettik.



Koronavirüs Sürecinde STK'lar için Stratejik Planlama

Yaşadığımız süreçte iş yapabilme, kapasite yönetme ve saha çalışmaları için bazı bilgilere ihtiyacımız vardı, çünkü yeni ve ani bir süreç yaşıyorduk. STK'lara düşen büyük rolün üstesinden gelebilmek için tavsiye

niteliğinde, TGSP olarak yayınladığımız "**Koronavirüs Sürecinde STK'lar için Stratejik Planlama**" ile STK'ların hem kendi kitlelerine hem de topluma yönelik projelerini nasıl devam ettirebileceğine, örnek uygulamalara ve

ilişkilerini nasıl planlayabileceklerine dair notlar, bilgiler paylaştık. Kitapçık için www.tgsp.org.tr adresini ziyaret edebilirsiniz.

COVID-19 YENİ KORONAVİRÜS



Yeni Koronavirüs (COVID-19)

Solumun yolları enfeksiyonuna yol açan bir virüsdür. İlk olarak Aralık 2019'da Çin'de ortaya çıkmıştı. Öksürük ve nefes darlığı, en yaygın görülen belirtilerdir. Hastalığın çoğu tedaviye ihtiyaç duymadan almadaki zorluk gibi ciddi hastalık gelişebilir. Güncel bilgiler için www.saglik.gov.tr adresini ziyaret edin.

Kamuoyunu Bilgilendirme

STK'larımızın bu süreçte Sağlık Bakanlığı'nın açıklamaları ve yönlendirmeleri esas alınarak kamuoyunu bilgilendirdiğini, kendi hitap ettikleri kitleler başta olmak üzere herkese yönelik içerikler oluşturduklarını gördük. Özellikle Kızılay gibi kurumların Türkçe'nin yanında Arapça ve İngilizce dillerinde de bilgilendirmeler yapması ülkemizde mülteci statüsünde bulunan misafirlerimiz için de çok önemli oldu.

Erzak ve Hijyen Paketleri

Yardımlaşma deyince dünyada akla gelen ilk ülke olmak kolay değil. Bunun arkasında çok ciddi bir paylaşma ve iş yapabilme potansiyelimiz var. STK'larımızın savaş, kıtlık, afetler gibi insani krizlerin yanında Ramazan, Kurban gibi özel zamanlarda erzak dağıtımını yaptığını biliyoruz. Ancak Koronavirüs bu nevi bir durumdan



bakılınca bir ilk oldu. Bunu da erzakların yanına “Hijyen Paketleri” koyarak tamamladılar.

Yaşlı, yalnız yaşayan ve ihtiyaç sahiplerine hem erzak hem de hijyen paketi yardımı yapıldı. Dayanışmanın toplumsal bir süreç olduğu ve her durumda uygulanabilir olmasının en güzel örneğiydi bu...



Sağlık Çalışanlarına Vefa

Koronavirüs sürecinde en fazla fedakârlık gösterenler kuşkusuz sağlık çalışanları oldu. Onları evlere kapama, karantinaya girmek gibi durumları olmadı... Görevlerinin başında, sürecin en az hasarla geçmesi için mücadele ettiler.

TGSP üye STK'larının da bu süreçte sağlık çalışanlarının yanında olduğunu görmek çok güzel bir görüntü oldu. Onlara verebileceğimiz tüm manevi desteği vermek mecburiyetindeyiz. STK'lar çikolata, çiçek ve kitap hedi-



yeleri ile yurt genelinde birçok sağlık çalışmamıza moral vermeye çalıştılar.

Camiler Hayır Çarşısına Dönüştü

Karantina kapsamında alınan önlemler dolayısıyla toplu ibadet etmek de yasaklandı. Ramazan ayını da bu anlamda buruk olarak geçirirken, camilerden de uzak kaldık. Ancak yine de camilerin toplumsal dayanışmaya olanak sağladığını görmek, STK'ların bu doğrultuda gösterdiği gayreti bilmek bizleri çok mutlu etti. Yurt genelinde, hatta yurt dışında da Diyanet İşleri Başkanlığı'mıza bağlı camilerde ihtiyaç sahipleri için hayır çarşıları kuruldu.



Nakdi Destek de Unutulmadı

Yaşanan süreçte ekonomik dengele-
rin de değiştiğini, bazı dalgalanma-
ların yaşandığını gördük. Sokağa çık-
ma yasağı, özellikle sokakla ilişkili
kazanç sağlayan esnaf, seyyar satıcı
vs. mesleklerdeki insanları birtakım
mağduriyetlere uğrattı. Devletin eko-
nomik desteklerinin yanına STK'ların
da devreye girmesi, ihtiyacımız olan

dayanışma ruhunun ne kadar önemli
olduğunu bir kez daha gösterdi. TGSP
üye STK'larının topladıkları milyon-
larca TL'lik nakdi yardımları ihtiyaç
sahiplerine ulaştırması, bu süreçte
olası maddi ve ekonomik krizlerin
önüne geçebilmek için de ciddi bir
adım oldu...



Sigaradan Kurtulmanın da Tam Zamanı!

Tabii Koronavirüs bir sağlık sorunu ol-
ması ve mevcut bazı sağlık sorunlarını
da tetiklemesi, kronik rahatsızlıkların
da ciddi sonuçlara yol açtığını öğren-
dik. Aynı zamanda uyuşturucu, alkol
gibi bağımlılıklar da virüsün etkisini
artırıyor. “Peki ya sigara?” diyenler
varsa, onu da söyleyelim: Sigara Ko-
ronavirüs’e yakalanma riskini tam 14
kat arttırıyor! Bu anlamda bu süreçte
tüm olumsuz alışkanlık ve bağımlılık-
larımızdan kurtulmamız gerektiğini
söylemiş olalım. STK’lar tarafından
da gündeme alınan bir konuydu bu...
Bu bir fırsat olsun.



Hayat Eve de Sığar, Telefona da, Bilgisayara da...

Yeter ki Farkında Olalım!

Karantina sürecinde en çok merak edilen konulardan biri, milyonlarca insanın evlerinde hiç alışık olmadıkları bu denli bir süre zarfında ne yapacağı, nasıl vakit geçireceğiydi. Sosyalleşmeyi ve dışarıda vakit geçirmeyi çok seven yurdumuz insanı için ilginç bir deneyim oldu bu.

Türkiye ve dünyada iyiliği yaymak, yer yüzünü daha güzel bir yer haline getirmek amacıyla çalışan STK'larımız, bu süre zarfında yüzlerce etkinlik ve projelerini haliyle askıya almak durumunda kaldı. Ama başlıkta da dedik ya, yeter ki dert olsun; hayatı eve sığdırmak için illa ki bir şeyler yapılabilir!

STK'ların merkezde olduğu sayısız Instagram - YouTube canlı yayını, özel oturumlar ve paylaşımlar evlerimizde kaldığımız bu dönemin dolu dolu geçmesi için güzel vesileler oldu. Üstelik sadece Koronavirüs değil; birçok konuda toplumun her kesimine



fayda sağlayacak çok kaliteli yayınlar yapıldı.

İnternet üzerinden toplu buluşmalar, kontenjanlarla belirlenen atölyeler, neredeyse her gün gerçekleşen konser-etkinlikler bu günleri en az moral kaybı ve can sıkıntısıyla atlatmamıza yardımcı oldu.

Saymakla, Anlatmakla Bitmez...

TGSP'nin çeşitli yayınlarla hem üye STK'lar hem de Türkiye geneli buluşmalara katıldığını gördük. Saymakla bitiremeyeceğimiz yüzlerce online faaliyetin tamamını buraya sığdıramayacağız. Neredeyse tüm STK'ları

mızın ellerinden geldiğince yükün altına girdiğini, hep birlikte dayanışma ruhu ortaya koyduğumuzu ve zorluklara karşı mücadeleyi elden bırakmadığımızı görmek, ne kadar da güzel, değil mi?

		HAYAT EYE SÖYER			
			GENÇKONK Genç Kurumlar Birliği Kurumları	13 Nisan-19 Nisan Faaliyet Takvimi	
13 Nisan Pasifite	20:30	Genç Kurumlar Birliği Kurumları Milletlerarası Kurumları	Farhan Aksoy		
	22:00	Genç Kurumlar Birliği Kurumları Milletlerarası Kurumları	Dr. Zeynep Toprak		
14 Nisan Söy	17:30	Online ÖSYM Söy Toplantısı	Özlem Kaya		
	19:00	Avrupa Kurumları Milletlerarası Kurumları	Mehmet Aksoy, Dr. Zeynep Toprak		
	20:00	Online ÖSYM Söy Toplantısı	Özlem Kaya		
	22:00	Buğdaycı Kurumları	Ali Aksoy		
15 Nisan Çarşılar	18:30	Genç Kurumlar Birliği Kurumları	Farhan Aksoy		
	22:00	Genç Kurumlar Birliği Kurumları	Dr. Zeynep Toprak		
16 Nisan Pasifite	20:00	Online ÖSYM Söy Toplantısı	Özlem Kaya		
	20:30	Genç Kurumlar Birliği Kurumları	Farhan Aksoy		
	21:15	Online ÖSYM Söy Toplantısı	Özlem Kaya		
17 Nisan Çarşılar	22:00	Genç Kurumlar Birliği Kurumları	Farhan Aksoy		
	19:00	Avrupa Kurumları	Mehmet Aksoy, Dr. Zeynep Toprak		
	20:15	Online ÖSYM Söy Toplantısı	Özlem Kaya		
	22:00	Genç Kurumlar Birliği Kurumları	Farhan Aksoy		
18 Nisan Çarşılar	18:00	Genç Kurumlar Birliği Kurumları	Mehmet Aksoy, Dr. Zeynep Toprak		
	21:00	Genç Kurumlar Birliği Kurumları	Farhan Aksoy		
19 Nisan Pasifite	15:00	Genç Kurumlar Birliği Kurumları	Farhan Aksoy		
	15:00	Genç Kurumlar Birliği Kurumları	Farhan Aksoy		
	20:00	Avrupa Kurumları	Mehmet Aksoy, Dr. Zeynep Toprak		
	22:00	Genç Kurumlar Birliği Kurumları	Mehmet Aksoy, Dr. Zeynep Toprak		

SEMİNER

HSVkadinkozası

27
MART
2020
CUMHA
SEMMER
18:00
19:30

İBN-i HESD SALONU

COVID-19

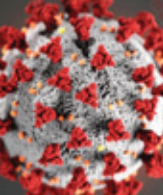
PANDEMİ KORKUSU MU? KORKU PANDEMİSİ Mİ?

DOÇ. DR.

İLKER İNANÇ BALKAN

İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Enfeksiyon Hastalıkları ve Klinik Mikrobiyoloji Ana Bilim Dalı





İBN-i HESD SALONU

Kıvılcık İlanı:
www.hayatvakfi.org.tr

İBN-i HESD SALONU

Kıvılcık İlanı:
www.hayatvakfi.org.tr

Ramazan Özel
Ödüllü
Bilgi Yarışması 10
#AilecekYarışıyoruz

Birinciye Kitap Seti İkinciye Powerbank Üçüncüye Mangala

Yarışmamız YouTube kanalımızdan canlı yayımlı ve www.kahoot.it sitesi üzerinden yapılacaktır.

30.04.2020 Perşembe 23:00

YediHilal YediHilal

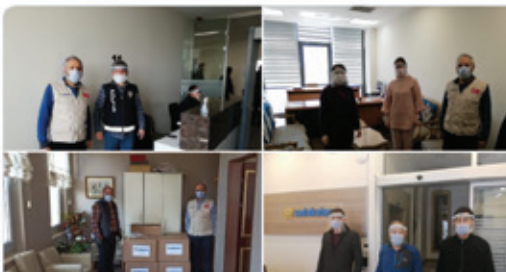
www.youtube.com/yedihilalTV CANLI YAYIN

www.yedihilal.org

Sadakatağı Derneği @sadakataşi

Üsküdar ve Ümraniye Vefa sosyal destek grupları koordinasyonu ile kamu görevlilerinin kullanımı için 700 adet koruyucu siperlik maske teslim edildi.

#EvdeKal



Konu:
Alkol Bağımlılığı



Prof. Dr. Hakan COŞKUNOL

**23 Nisan
Perşembe
16.00**

**#EvineSağlık
Buluşmaları**



YESİLAY

 YouTube
CANLI yayın

ihşan üzere yaşamak ve **RAMAZAN**



 23 NİSAN
PERŞEMBE
20:00

 Prof. Dr.
Soner Duman

#HIJYEN ÖNEMLİ Dedik

Türkiye’de Gündem Olduk

Koronavirüse karşı alınacak en etkili önlem malumunuz, hijyeni elden bırakmamak. Özellikle elleri sık sık yıkamak, dezenfektan veya kolonya ile ovuşturmak sıklıkla uzmanlar tarafından önerildi.

TGSP olarak buna dikkat çekmek, hijyen konusunda sosyal bir farkındalık çalışması yapmak istedik. Bu doğrultuda TGSP Yönetim Kurulu’ndan başlayan hareket, Türkiye’de birçok kişi tarafından uygulanmış oldu ve hijyen konusunda güzel bir etkileşim sağlandı.

Basında Neler Oldu?

Tabii Koronavirüse dair STK’ların duruşu ile alakalı basın açıklamamız, çeşitli TV programları ve online buluşmalarla hem üye STK’larımızla hem de tüm Türkiye ile buluşmaya gayret ettik.



Koronavirüs Tedbirleriyle Diğer Bulaşıcı Hastalıklar da Azaldı

Dr. Veysel Dinç
TGSP Başkan Yardımcısı



Tıbbi açıdan bakacak olursak, Koronavirüs salgını bizi nasıl etkiledi?

Aslında Koronavirüs çok da yabancı olmadığımız bir virüs ailesi. Sars, Mers gibi ölümcül olabilen tipleri olduğu kadar grip veya nezle gibi daha hafif semptomlarla atlatılan çeşitleri de mevcut. Covid-19'u diğer virüslerden ayıran en önemli özelliklerinden biri çok hızlı bir bulaşma yoluna sahip olmasıdır. Nitekim Çin'in Wuhan bölgesinde ortaya çıktıktan sonra dört ay gibi kısa bir sürede tüm Dünya'da yayılmış oldu. Ülkemizde de ilk vakalar görülmeye başladıktan sonra radikal ve geniş çaplı tedbirler alınmaya başlandı. Virüs bu-

laşını engellemek için bir şekilde kişiler arası fiziksel teması engellemek gerekiyordu. Büyük ölçüde bunu başarmış durumdayız. Tedbirlerin uzun sürmesi ve bazı yaş grupları için sokağa çıkma yasağı bireysel olarak bu işten etkilenen herkeste psikolojik bir yük olarak tezahür edebilir elbette. Ancak sağlık çalışanları gibi bazı meslek gruplarının virüs ile karşı karşıya kalma riskine rağmen çalışmalarını sürdürmek zorunda oldukları unutulmamalıdır. Empati yapıp sabırla beklemek durumundayız.

Pandemi Süresince Neler Kazandığımızı Göreceğiz

İstatistikler Koronavirüs sebebiyle insanların karantinada olmasının, sokağa çıkma yasağının da etkisiyle diğer ölüm oranlarının düştüğünü söylüyor. Acaba bu alınan önlemler, diğer hastalıklara karşı da bir şuur uyandırabilir mi?

Yaptığım gözlemlerde de dediğiniz gibi bir durum olduğunu söyleyebilirim. Evde kal çağrıları ile araç ve insan trafiğinin, şehir içi ve şehirlerarası ulaşımın durma noktasına gelmesi ve buna bağlı yaralanmalı araç kazalarının, başka hastalıklar nedeniyle acile başvuru oranlarının görüyoruz. Yine bireysel hijyen kurallarına bu dönemde dikkat edilmesi ile bulaşıcı bazı hastalıklarda da azalma olduğu söyleniyor. Bir şekilde bu iş bittiğinde etraflıca bir değerlendir-



me yapılmalı ve sonuçlar toplumla paylaşılmalıdır. Pandemi süresince kendimizi korurken başka ne gibi kazanımlar elde ettiğimizi de görmüş olacağız.

Dijitalizmin Egemenliği Pekişecek

Devlet başta olmak üzere STK'ların ciddi çalışmaları oldu. Sürecin bir süre daha devam edeceği de belli; sizce sürdürülebilir olarak neler yapılabilir?

Son yıllarda küresel ölçekli salgınların sıklığında bir artış vardı. Covid-19 ile birlikte bu süreç pik noktaya ulaştı. Toplumların ve devletlerin bundan sonra daha hazırlıklı olacakları kesindir. Bu hazırlığın hangi alanlarda olacağı, hayatımızda nelerin değişmesi gerektiği sorusu şimdiden sorulmaya başlandı ve ilerleyen günlerde bu tartışmaların yoğunluğu giderek artacaktır. Şurası gerçek ki; dijitalizmin hayatın tüm alanlarında olan

egemenliği bu işin sonunda biraz daha pekişmiş olacaktır. Yüz yüze görüşme olanağının azalmasıyla ikili ilişkilerin sanal bir zeminde sürdürülmesi bir süre sonra farklı problemlerle bizleri karşı karşıya getirebilir. Bunu önüne geçmek için her ferdin, her STK'nın, özel ve resmi her kurumun hem kendi iç işleyişlerinde hem de dışa dönük ilişkilerinde yeni, sağlıklı ve sürdürülebilir bir iletişim dili kurulumak zorundadır.

Ayrıca bundan sonra da salgınların olabileceği bir gerçektir. Bunun kabulünde ve yaşanılabilir tedbirler çerçevesinde, bireysel ve toplumsal psikolojiyi daraltmayan bir iletişimi sürdürmek durumunda olacağız. Tüm bunları konuşacağımız günler gelece kadar şimdilik **'Evde Hayat Var'** diyerek herkesi tedbirlere uymaya davet ediyorum. Ayrıca vakit ayırdığınız ve dinlediğiniz için teşekkür ediyorum.



“ Son yıllarda küresel ölçekli salgınların sıklığında bir artış vardı. Covid-19 ile birlikte bu süreç pik noktaya ulaştı. Toplumların ve devletlerin bundan sonra daha hazırlıklı olacakları kesindir.

Mekânın Asıl Sahibi:

Mikroplar

Dr. Ahmet Özdiñ
TGSP Yönetim Kurulu Üyesi



Koronavirüsün tarihsel sürecini dinleyebilir miyiz sizden?

Süreç insanoğlunun var olmasından beri devam ediyor. Hadi el yükseltelim ve diyelim ki; silisli kayalıklarda bulunan iki milyar yıllık fosilize bakterilerin elektron mikroskoplarıyla çekilen fotoğrafları sayesinde, bunların günümüzdeki bakterilerle önemli bir morfolojik farkının olmadığı anlaşılmış. Bu demek oluyor ki mikrop dediğimiz gözle görülmeyen küçük canlılar bizden çok daha yerli, hatta mekânın sahibi :).

Zincirin Son Halkası: Koronavirüs

Tarih öncesi dönemlerde yaşayan insanlar, nedenini anlayamadıkları ama kendilerini hastalandıran bir gücün olduğunu düşünüp onu kötü ruh olarak nitelendirmiş. Bu inanış yüzyıllarca devam etmiş. Bulaşıcı hastalıkların da toplu yaşamayla birlikte başladığını söyleyebiliriz. Tarih boyunca genel ismi “veba” olarak koyulmuş salgın hastalıklar, savaşlardan ve doğal felaketlerden çok daha fazla can aldığı biliniyor. Her yüzyılda sayısını tespit edemediğimiz çeşitli etkenlerden neşet eden salgınlar zincirinin son halkası Koronavirüs. Bu yüzyılın ilk salgını da değil; SARS, kuş gribi, domuz gribi ve MERS’i de gördük.

Peki Koronavirüsü bu kadar gündemimize dahil eden ne oldu? Bir sonraki soruda :).

“Ötekileştirilemeyen Ölüm!”

Yaşamış olduğumuz bu salgının ve bugünlerin, insanlığı; bizleri değiştirmesini bekliyor muyuz?

Yaşadığımız dünyada toplu ölümler ilk kez olmuyor. Savaşlar, doğal afetler, açlık, susuzluk... “İstatistikleri” anlamlı farklarla değiştirdiği ortada.



Peki neden Koronavirüs psikolojik olarak bizi bu kadar etkiliyor. Cevabı iki kelimeyle özetlenebilir: “Ötekileştirilemeyen ölüm!” Bu şu demek, diğer ölümlerden ayrı bu ölüm sınıf, yaş, cinsiyet ayırt etmeden her an kapımızı çalabilir. Çünkü komşumuzun, akrabamızın, arkadaşımızın kapısı çalındı. Hastalığa ve ölüme bakış açımız, aile ve sosyal ilişkilerimizde kısa vadeli değişimler bekleyebiliriz. Ama asıl teknolojiye bu hızlı uyumumuz, uyandığımızda bizi nasıl bir dünyayla karşılaştıracığını bilmiyoruz.

Hatalıkla Topyekûn “Savaş” Gerekir

Koronavirüsle alakalı çok farklı yorum ve paylaşımlar oldu, hem de “uzmanlar” tarafından. Pandemi hastalıklar için de belli etik anlayışlardan, düşüncelerden bahsedebilir miyiz?

İnanç ve değerlere göre yaklaşım farklılığı var ama insanların geneli hastalığı “düşman” şeklinde algılıyor. Dolayısıyla hastalıkla topyekûn “savaş” da gerekir. Savaş koşullarında da çok sayıda etik sorunların çıkması muhtemel. Sağlık alanında etik sorunları oluşturan başlıca neden; kaynakların sınırlı oluşu. İlaç, aşı, hastane, yoğun bakım, solunum cihazı bunlar hepsi sayılabilen ve bir gün birileri ulaşabildiği için diğerlerinin ulaşamadığı kaynak konumuna gelebilir. Bu durumda elinizdeki kaynakları ihtiyaca göre ve adaletli bir şekilde paylaşırmanız beklenir. Yalnız bu o kadar da kolay değil. Karantina, zorla tedavi, ilaç denemeleri, plazma bağışları ve buna benzer konuların çok sayıda etik ikilem oluşturduğu ya da oluşturacağı açık.

“ Her yüzyılda sayısını tespit edemediğimiz çeşitli etkenlerden neş’et eden salgınlar zincirinin son halkası Koronavirüs. Bu yüzyılın ilk salgını da değil; SARS, kuş gribi, domuz gribi ve MERS’i de gördük.

Koronavirüs Bahanesiyle

Bazı Öneriler

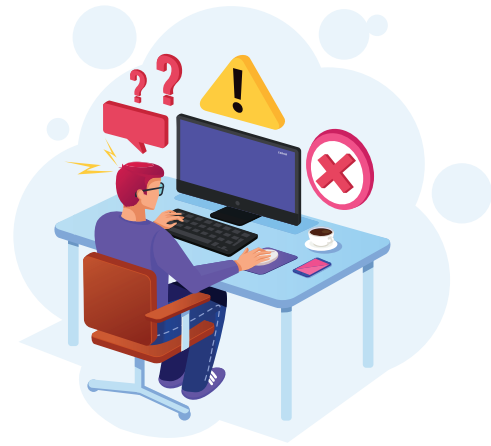
“Koronavirüs Bahanesi” derken şunu kast ediyoruz: Şu an dünya ciddi bir salgın sorunuyla karşı karşıya ve dikkatimizi buna yoğunlaştırdık. Gündem, asıl mevzu bu salgın üzerine inşa edilmiş durumda. Bu sebeple de vereceğimiz öneriler şu an Koronavirüs

üzerinden ama hayatın tamamına yaymamız gereken anlamlar içeriyor.

O zaman Koronavirüs dolayısıyla hayatımızı “uzaktan yaşadığımız” şu günlerde, bu yazıdaki önerilerimize kulak verin.

Trafik Sadece Yolda Değil; Haberlerde de Olur

İnternetle beraber sosyal medya da bir haber kaynağı/aktarıcısı durumuna dönüştü. Bu durumda da kontrol edilmesi imkânsız bir haber akışı oluştuğunu görüyoruz. Yanlış, provakatif, kaygı arttırıcı, şüphe uyandırıcı haberlerden bazı kişi ve kurumlar elbette prim sağlıyor. Bu yüzden lütfen güvenilir ve doğru haber için “her duyduğumuza, her gördüğümüze” inanmayalım ve her önümüze gelen bilgiyi paylaşmayalım.



Hayatı “Uzaktan Yaşamak” Zor Gelmesin

Covid-19 salgını sebebiyle toplu programlar ve etkinliklere yasaklama getirildi. Buradan yola çıkarak da, internet gerçekten çok iyi bir alternatif mecra oluşturmuş oldu. Bakanlıkların etkinlikleri, tiyatrolar ve sayısız STK faaliyeti online uygulamalara taşındı. Hatta birçok müzisyenin de sosyal medya üzerinde canlı yayınlarla konser verdiğini görmüş olduk. Bu süreç bize hayatın uzaktan da yaşanabileceğini; bazen bunun bir zorunluluk olacağını gösterdi.



Ekonomik Durumlar Her Zaman Önemli

Salgın sürecinde ciddi anlamda ekonomik bir kaygı, gerilim oluştu. Bu kaçınılmaz durum karşısında devletin önlemlerinin yanına kendi önlemlerimizi de koymamız şart. Bir gelir-gider tablosu yapmak, aylık harcamaları kontrol altına almak ve gereksiz olabilecek harcamalardan kaçınmak ekonomik anlamda sizleri rahatlatabilir. Ayrıca; gücümüz el verdiğince ihtiyaç sahiplerine de destek olmaktan geri durmamalıyız...



Sanal Alemin Önemi Kavranmalı

Dünyanın mevcut seyrinin dijitalleşme üzerine olduğunu söylemeye gerek yok. Bu doğrultuda karantina günlerinde gündemimize daha net giren internet üzerinden görüşme, toplantı, görüntülü sohbet uygulamalarının önemi malum olmuştur. Madem bu araçları mecburi de olsa kullandık; o zaman normal hayatımıza döndüğümüzde de aktif olarak kendilerinden faydalanmayı unutmayalım. Zira çoğu zaman bize vakit tasarrufu sağlayacaktır.



Önemli Bir İkaz: Kilo Almaktan Kaçınalım

Önemli bir ikaz çünkü evlerimizde olduğumuz bu zaman diliminde ister istemez can sıkıntısı, ruh halimizdeki gel-gitler nedeniyle kendimizi yeme içmeye verebiliyoruz. Özellikle de şekerli besinlere. Bu da fazla kilo almamıza; dolayısıyla da zaten sağlığımız için evlerimizde olduğumuz bu günlerde gereksiz yere başka sağlık sorunlarımızın oluşmasına yol açabilecektir. Aman dikkat...

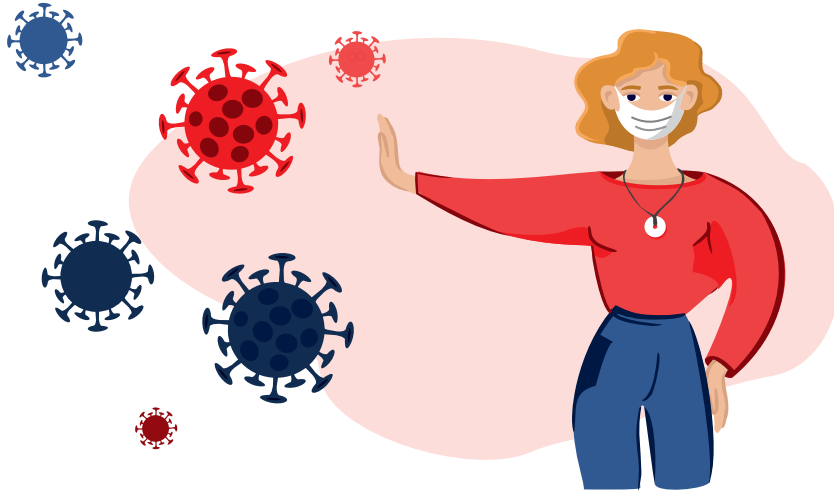
Aile İçin nemli Zamanlar

Koronavirüsün yol açtığı karantina dolayısıyla okullardaki eğitime ara verildi ve birçok iş yeri evden çalışma sistemine geçti. Bu durumda maaile herkes evdeyken, ilginç bir dönemi de yaşamış olduk. Bu zamanları güzel bir şekilde değerlendirmek bizim elimizde. Unutulmaya yüz tutan geleneksel grup oyunlarımız (körebe vs.), aile içi bilgi yarışmaları, kitap okuma ve film izleme saatleri gibi güzel programlar oluşturabiliriz.

Ayrıca toplu ibadetlerin kısıtlanması sebebiyle evde kendi cemaatimizi oluşturup namazlarımızı ailecek kılmak da



mümkün. Bunun yanına toplu sohbet etmeyi, tartışmayı, birbirimiz vesilesiyle öğrenebilmeyi de koyabiliriz.



Evde Kalalım da, Çıkınca Ne Yapalım?

Covid-19'a karşı en önemli önlem sosyal mesafeyi ayarlamak, birebir ilişkilerden kaçınmak ve sonuç olarak evde kalmak. Sosyal medya üzerinden yayılan mevcut kampanyalar (EVDEKAL, HAYATEVESİĞAR, EVDEHAYATVAR VS.) zaten bunu yeterince söyledi. Ancak zaruri durumlarda dışarı çıkmamız gerektiğinde yapmamız gereken bazı şeyler var. Bunları kendimiz için olmasa bile çevremiz için yapmamız gerekiyor. Evvela evden çıkmadan önce gitmeniz gereken yerleri planlayın ve bir rota oluşturun. İhtiyaç-

larınızı önceden bir kağıda yazın. Telefona değil; kâğıda. Zira mümkün mer-tebe cep telefonunuzla temas etmeyin.

Hiçbir şekilde fayda sağlamayacak ve amaçlarımızı karşılamayacak yerlere gitmeden ve en önemlisi insanlara temas etmeden evinize geri dönün. Yanınızda dezenfektan veya kolonya bulunması; kapı kolu, asansör düğmesi gibi yerlere temas edeceğinizde size yardımcı olacak bir peçete ve eldiven-maskeyi de bulundurmayı unutmayın.

Manevi İnşa İçin İyi Bir Fırsat!

Özellikle şehir hayatında yaşayanlar için yüksek tempo, iş ve okul hayatımızın stresini evlerde bir nebze azalttık. Bu dönemi iş işten geçmeden bir arınma, bazı net kararlar alma dönemi yapabiliriz. Geçmişin muhasebesini yapıp; gelecek için de net kararlar alarak sorumluluklarımızı bilerek, karantina sonrasına “merhaba” diyebiliriz...



Son Olarak: Durum Ne Kadar Ciddi Olsa da, Korkacak Bir Şey Yok!

Aslında hepimiz farkındayız: Koronavirüs sağlığınıza sadece fiziki olarak değil; psikolojik olarak da zarar veriyor! Dünyada ve Türkiye’de fiziki zararı milyonlar olsa da, dünya nüfusunun hemen hemen tamamında bir korku, endişe ve gerilim oluşması Koronavirüsün bir başka etkisi.

Mevcut psikolojik sıkıntısı/rahatsızlığı olanlar tabii ki bu durumdan daha çok etkileniyor. Onlar için rahatlatıcı, normal hayatın akışından olan bazı aktiviteleri evlerimize tatbik etmemiz şart. Kaldı ki Koronavirüsün ortaya çıkardığı endişe atmosferinin kişilerde vesveseye yol açma tehlikesi bariz bir şekilde gözüküyor.

Yaşadığımız bu süreçte korku psikolojisinin oluşması elbette normal ancak herhangi bir ruhsal veya fiziki endişeye yol açması halinde kendimizi, bu durumun olduğu insanları



kontrol altına almamız gerekiyor. Kaldı ki virüsle mücadelede gidişatımızın iyi olduğu, yani doğru yolda olduğumuz ortada. Korkacak bir şey yok...

Lügatımızdaki Genişleme İçin

Koronavirüs Sözlüğü

“ İlk olarak 2019’un son günlerinde Çin’in Wuhan eyaletinde gözüken ve ardından tüm dünyaya yayılarak ciddi bir etkiye neden olan Koronavirüs (Covid-19), sadece sağlık çalışanlarının değil normal vatandaşın da bazı kelimeleri, kavramlarını öğrenmesine veya bilmesine gereklilik sağladı. “Bu kelimeler benim ne işime yaracak?” demek de var ama gündemde sürekli dolaşan, ağızlara pelesenk olan bazı kelimeleri bilmek virüsle olan mücadelemizde önemli bir ayrıntı olacaktır. ”



Koronavirüs

Soğuk algınlığından Orta Doğu Solunum Sendromu ve Ağır Akut Solunum Sendromu gibi daha ciddi hastalıklara neden olan bir virüs ailesi. Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından virüsün resmi

adı SARS-CoV-2 (Şiddetli Akut Solunum Sendromu-Koronavirus-2) olarak belirlenmiştir. Dünya Sağlık Örgütü virüsün neden olduğu hastalığı tanımlamak için COVID-19 terimini kullanmaktadır.



COVID-19

Çin’in Wuhan eyaletinde solunum yolu belirtileri gelişen bir grup hastada yapılan araştırmalar sonucunda 13 Ocak 2020’de tanımlanan bir vi-

rüs. 30 Ocak 2020’de COVID-19, Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından küresel bir sağlık acil durumu ilan edilmiştir.

Karantina

Bulaşıcı bir hastalığın yayılmasını önlemek için belli bir bölgenin veya yerin kontrol altında tutulup giriş çıkışların engellenmesi biçiminde uygulanan sağlık önlemi.



Pandemi

Dünyada eşzamanlı olarak çok yaygın bir şekilde çok fazla sayıda insanı tehdit eden bulaşıcı hastalıklara verilen isim. WHO tarafından 11 Mart 2020 tarihinde Koronavirüs pandemi, yani küresel salgın hastalık olarak ilan edilmiştir.



Epidemi

(Salgın) Bir hastalığın veya başka bir durumun yaygınlaşması ve birçok kimseye birden bulaşması.

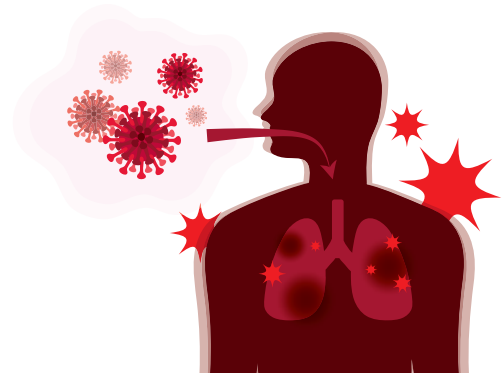


İzolasyon

(Yalıtım) Hastalığın yayılmasını engellemek için hastaları sağlıklı bireylerden uzaklaştırma tekniği.

Enfeksiyon

Organizmada hastalığa yol açan bir mikrobun genel veya yerel gelişmesi, yayılması.



Kaynak: Türkiye Cumhuriyeti Cumhurbaşkanlığı - İletişim Başkanlığı



2019'da bizi yalnızca siz
burada gördünüz.
Müşterilerimizi ve
mesajlarını ise;

365
Gün

905
Farklı
Mecrada

325 Milyon
482 Bin 663* kişi

Daha neler yapabileceğimizi bilmek isterseniz, kahvemizi içmeye bekleriz.

*Yalnızca yazılı basın yansıma verileri kullanılmıştır. TV ve Dijital Medya yansımaları dahil değildir.

medya

medyadokuz.com

Levent Cad. Levent Mah. Sülün Sk.
No:32/2, Beşiktaş / İstanbul
bilgi@medyadokuz.com
Tel: 0212 352 19 99



DEĞER VERDİĞİN NE VARSA ONUN İÇİN ÇALIŞIYORUZ SEN İSTE

Çünkü Türkiye'nin millî değeri
Türk Telekom bunun için var.



Bu topraklarda küçük iyilikler karşılıksız yapılır

İşte bu yüzden **Mobil Şube** ve **İnternet Şube**'den yapılan **EFT**, **havale** gibi birçok bankacılık işlemi ile 20 bini aşkın kamu bankası ve **PTT ATM**'lerinden yapılan pek çok işlem **BİZDE ÜCRETSİZ**.

**ŞART
YOK
KOŞUL
YOK**



Üstelik Mobil Şube ve İnternet Şube'den **17.20**'ye kadar EFT yapabilirsiniz.



VAKIF KATILIM
Ortak geçmiş, ortak gelecek.

0850 202 1 202 | 444 44 77 | vakifkatilim.com.tr