

VİTRİN®

hayatı paylaş

SAYI: 120 Nisan/April 2024
www.vitrin-magazin.de

100
TÜRKİYE CUMHURİYETİ'NİN YÜZÜNCÜ YILI

MAGAZİN

KÜLTÜR
sanat

TREND

KADINCA
Güzellik
Sağlık

11. Frankfurt
Türk Tiyatro
Festivali başlıyor



BETTER TOGETHER.
Kommen Sie in unser Team.

Sie teilen unsere Begeisterung für Premiumfahrzeuge und haben Lust, in einem jungen und dynamischen Team zu arbeiten? Dann bewerben Sie sich mit nur 5 Klicks über unsere Website:

karriere.kalkan-auto.de



Als offizieller Vertragspartner brennen wir dafür, Sie von der Eleganz und außergewöhnlichen Performance der JAGUAR und LAND ROVER Modellpalette zu begeistern.

Unser qualifiziertes Team steht Ihnen mit jahrzehntelanger Markenkompetenz zur Seite und berät Sie ganz individuell. Unsere **JAGUAR und LAND ROVER Vertragswerkstatt** vor Ort garantiert Ihnen einen einwandfreien Service.

Lernen Sie uns kennen und erleben Sie die Neuinterpretation von modernem Luxus live in unserem Showroom in Aschaffenburg. **Wir freuen uns auf Sie.**



NEUBAU 2 MEHRFAMILIENWOHNHÄUSER MIT 61 WOHNHEITEN
BS LIVING - OFFENBACH
www.roza-immobilien.de

ROZA
IMMOBILIEN



Mehmet Büttev

Çaba Göstermeden Olmaz

Bir bakarsın koca bir kışı geride bırakmışız ve bahar gelmiş. Bir ağacın tek tek yiten yaprakları gibiyiz. Hangimiz önce düşecek belli değil. ama hepimiz döküleceğiz... O yüzden sağlığımızı korumalıyız. Gençlik yıllarında hiç kaybetmeyecek gibi görünüyor olsa da sağlığımız ile ilgili olan yatırımı da

bu yıllarımızda yapıyoruz. Peki hem geleceğe yatırım yapmak hem de bugünümüzü iyi yaşayabilmek için sağlığımızla ilgili nelere dikkat etmeniz gerekli. Bol su için, yeterli ve kaliteli uyku uyuduğunuzdan emin olun, egzersiz yapmayı unutmayın ve en önemlisi sağlıklı beslenin...

**SOCIAL MEDIA
CREATOR**

clean. minimalistic. modern

Du weißt nicht was du auf Social Media posten sollst?
Dann bist du hier richtig!

Wir erstellen deine Posts, Fotos & Videoproduktion und managen den Account für dich.

✉ info@artgallery-ab.de

📷 artgallery.smm

I.F.

VITRIN

CUP

09. Juni 2024

www.vitrin-magazin.de

info@vitrin-magazin.de

Lasst Die Spiele Beginnen!



Limon Grillhaus in Aschaffenburg - Ein Hauch von Bodrum in der Ägäis

Inmitten der bayerischen Stadt Aschaffenburg entführt das Limon Grillhaus seine Gäste auf eine kulinarische Reise in die sonnenverwöhnten Gefilde der Ägäis. Der Name "Limon" mag nach einer gewöhnlichen Zitrusfrucht klingen, aber hier steckt viel mehr dahinter.

Die Limon, die Zitrone, erinnert an die Wahlheimat Bodrum in der Türkei und symbolisiert die atemberaubende Schönheit der ägäischen Landschaft.

Das Limon Grillhaus bietet nicht nur eine reichhaltige Auswahl an traditionell zubereiteten Fleisch- und Fischgerichten, sondern auch das einzigartige "Limon Gefühl". Dieses Gefühl ist durchdrungen von der Wärme der türkischen Gastfreundschaft und dem unverwechselbaren Geschmack, der auf dem fantastischen Grill des Restaurants entsteht.

Ein besonderes Highlight ist das frische, selbst gebackene Brot, das den Gästen serviert wird und den Gaumen mit seinem authentischen Geschmack verwöhnt.

Bei schönem Wetter bietet der Biergarten des Limon Grillhauses die perfekte Gelegenheit, die Sonne zu genießen. Die beheizte Terrasse ermöglicht es den Gästen, auch in kühleren Monaten im Freien zu speisen und dabei den Blick auf den Zitronenbaum zu genießen.

Das Limon Grillhaus in Aschaffenburg lädt dazu ein, die Aromen der türkischen Küche in einem einladenden Ambiente zu erleben. Hier verschmelzen Tradition und Moderne zu einem unvergleichlichen Genussserlebnis. Tauchen Sie ein in die Welt des Limon Grillhauses und lassen Sie sich von der Magie der Ägäis verzaubern.

Wir wünschen Ihnen einen guten Start ins neue Jahr 2024!

Limon Grillhaus

Südbahnhofstr. 3
63739 Aschaffenburg

Reservierungen unter der 06021 5858560

Öffnungszeiten: Mo.-So. 11:00-14:00 und 17:00-22:00



**Südbahnhofstr. 3
63739 Aschaffenburg**

Reservierungen unter der 06021 5858560

Öffnungszeiten: Mo.-So.10:00-14:00 und 17:00-22:00

Liefer- und Abholservice!



@ f t tiyatroyfrankfurt info +49 163 152 77 37



11. Frankfurt Türk Tiyatro Festivali" için geri sayım başladı

Tiyatro Frankfurt'un 20. yılını kutlayacağı etkinlikte, 10 oyunun yanı sıra fuaye sohbetleri, atölye çalışmaları, çocuk oyunları, söyleşiler ve paneller yapılacak. Sahnelenecek oyunların büyük bir çoğunluğu Türkçe dilinde ve Almanca üst yazı ile sunulacak.

11. Frankfurt Türk Tiyatro Festivali, 16-26 Mayıs'ta, Ayla Algan anısına Frankfurt Gallus Theater'da gerçekleştirilecek.

Tiyatro Frankfurt'tan yapılan açıklamaya göre, Algan'ın yad edileceği 16 Mayıs'taki etkinliğin yanı sıra hayatını anlatan özel bir sergi de ziyaretçilerle buluşacak.

Kültür ve Turizm Bakanlığı, T.C. Frankfurt Başkonsolosluğu, Frankfurt Büyükşehir Belediyesi, Yurt Dışı Türkler ve Akraba Toplulukları Başkanlığı, Ziraat Bank, Türk Hava Yolları ve Altındal Grubu ve Evim mobilyanın desteğiyle hayata geçirilecek festival Frankfurt başkonsolosu Erdem Tunçer ile Frankfurt Kent Konseyi Başkanı Hilime Arslaner'in himayesinde yapılacak.

"20 yılda 100'ün üzerinde Türkçe oyunu tiyatro-severlerle buluşturduk"

Açıklamada görüşlerine yer verilen Festival Başkanı ve Tiyatro Frankfurt Genel Sanat Yönetmeni Kamil Kellecioğlu, bu yılki festivali Tiyatro Frankfurt'un onursal başkanlığını yapan ve ömrünü tiyatroya adayan Ayla Algan'a ithaf ettiklerini belirterek, "Ayla Algan'ın bize bıraktığı kültürü, tiyatro adabını onu yaşatarak devam ettireceğiz. Bu festivaller, toplumların kaynaşmasını sağlayarak, değerlerimizi ve Türk dilini, kültürünü, sanatını buralarda yaşama ve yaşatma adına çok önemli bir rol oynamaktadır." ifadelerini kullandı.



Festival Başkanı ve Tiyatro Frankfurt Genel Sanat Yönetmeni Kamil Kellecioğlu

Kellecioğlu, Türk tiyatrosunun tanıtılmasının önemine işaret ederek, şunları kaydetti:

"Ayla Algan'ın dediği gibi, 'Dünyaya tiyatromuzu tanıtmamız çok mühim'. Türk edebiyatının varlığı yurt dışında yok sayılırken, Türk yazarların dünyada ödül almasıyla bu durumun tersine döndüğünü, bu başarıda tiyatronun payı olduğunu belirtmişti. Tiyatro, insanın kendisiyle ve yaşadıklarıyla yüzleştiği, düşündüğü ve hissettiği bir aynadır. Bu ayna önümüze koyduğu gerçeklerle bizi besler, biz de onunla büyürüz. Türk tiyatrosu ile bu festivallerle büyü-

meye, toplumun güzeli doğruyu bulması konusunda ilerlemeye devam edeceğiz. 20 yıldır her türlü güçlüğe rağmen Frankfurt'ta Türk tiyatrosunu yaşamaya ve yaşatmaya devam ediyoruz. Bu 20 yılda 100'ün üzerinde Türkçe oyunu tiyatroseverlerle buluşturduk ve buluşturmayı sürdürüyoruz. 11. festivalde de hayatı paylaşmak için Türkçe ve Almanca bilen tüm milletten insanların festivalde buluşmasını sağlayacak olmanın gururunu ve heyecanını yaşıyoruz. Tüm Avrupalıları festivalimize bekliyoruz."



Etkinlik kapsamında 16 Mayıs'ta Çiğdem Spickermann "Boşluk ve Kadın", 17 Mayıs'ta İzmir Devlet Tiyatrosu "Fareler ve İnsanlar", 18 Mayıs'ta Ankara Devlet Tiyatrosu "Gidio'nun Düğümü", 19 Mayıs'ta Antalya Devlet Tiyatrosu çocuk oyunu "Masal Treni", Tiyatro Hemhal "Sevgili Arsız Ölüm-Dirmit", 20-21

Mayıs'ta Tiyatro "Şakşakçılar", 24 Mayıs'ta İstanbul Büyükşehir Belediyesi Şehir Tiyatroları "Sivrisinekler", 25 Mayıs'ta Tiyatro Dan "10 Yıl Sonra", 26 Mayıs'ta Tiyatro Siyah Beyaz ve Renkli "Fanatik" adlı eserleri sahneleyecek. Detaylı bilgi ve etkinlik programı www.tiyatrofrankfurt.com adresinden alınabilir.





AVRUPADAN

Almanya'da nisan ayında neler değişecek?

Almanya'da nisan ayında bazı değişiklikler olacak. İşte o gelişmeler...

Gaz fiyatlarında KDV artışı

Doğalgaz ve bölgesel ısıtma için geçici olarak uygulanan yüzde 7'lik KDV oranı, 1 Nisan 2024'ten itibaren normal seviye olan yüzde 19'a yükseltilecek. Elektrik ve gaz fiyat freninin yıl başında kaldırılmasının ardından, şirketlerin tüketicilere yansıtacağı bu artış, faturalarda belirgin bir yükselişe neden olabilir.

Ebeveyn Parası'nda kesinti

Ebeveyn Parası'na (Elterngeld) hak kazanabilmek için gereken yıllık gelir üst sınırı, çiftler için 300 bin avrodan 200 bin avroya, bekar ebeveynler için ise 250 bin avrodan 150 bin avroya düşürülecek. Bu değişiklik, 1 Nisan 2024'ten itibaren geçerli olacak ve gelecek yıllarda daha da sıkılaştırılacak.

Ebeveyn izni

Ebeveyn izni, bakımı paylaşan ebeveynler için 12 aydan 14 aya çıkarılacak. Bu, her iki ebeveynin de evde kalması halinde, temel ebeveyn parasının çocuğun ilk 12 ayı içinde en fazla 1 ay süreyle alınmasını mümkün kılacak.

Öğrencilere indirimli Deutschlandticket

Üniversite öğrencileri, Almanya çapında tüm toplu taşıma araçlarını kullanmalarına olanak tanıyan Deutschlandticket için aylık 29,40 avro ödeyecek. Bu, normal fiyatın yüzde 40 altında. İndirimli biletler, 2024 yaz döneminden itibaren geçerli olacak. Ancak, tüm üniversitelerin bu programa henüz katılmadığına dikkat edilmelidir.

Asgari ücret artışı

Nisan ayından itibaren, belirli mesleklerde çalışanların asgari saat ücreti artırılabilecek. Kalfalar en az 15

avro, vasıfsız işçiler ise en az 13 avro alacak.

Niteliklendirme yardımı

1 Nisan'dan itibaren, yapısal değişiklikler nedeniyle risk altında olan çalışanların eğitimlerine devam edebilmeleri için Niteliklendirme Yardımı (Qualifizierungsgeld) sağlanacak.

Kursiyerler için ulaşım yardımı

Meslek eğitimi yapanlara (Azubi), evlerinden uzakta oldukları için „ulaşım yardımı“ verilecek. Bu, ailelerini ziyaret etmelerini kolaylaştırmayı hedefliyor.

Yeni plastik vergisi kaydı

1 Nisan 2024'ten itibaren, gıda ve içecek ambalajlarını piyasaya sunan firmalar, oluşturdukları atıkların temizlik ve bertaraf masraflarını karşılama zorunluluğuna sahip olacak. Bu, çevre koruma çabalarını desteklemeyi amaçlıyor.



*Planen Sie Ihren
Urlaub mit uns
K.S.E Travel*

**Hayalinizdeki tatil
çok yakın!**



Römerstraße 55 · 63785 Oberrburg · Tel: 06022-652 15 10
Web: kse-travel.com · Mail: info@kse-travel.de

Inh. Saliha Özcan



Avukat- Noter | Esrar
Elif Burcu-Karakoc | Yasası

Almanya'da "Esrar Yasası" yürürlüğe girdi

2021'de Malta ve geçen yıl Lüksemburg'un ardından Almanya, Avrupa Birliği'nde (AB) esrarın keyif amaçlı kullanımını yasallaştıran en büyük ülke oldu.

Bundan böyle kamuya açık yerlerde 25 grama kadar esrar taşınmasına ve kullanılmasına izin verilecek.

Evlerde ise 50 grama kadar ekim yapılabilecek ve her yetişkin en fazla üç bitki büyütebilecek.

Fakat esrarın belirlenen miktarlarda yasal olarak satın alınabilmesi için kullanıcıların üç ay daha zaman gerekiyor.

Esrar satışı için devlet tarafından yetkilendirilen 'Cannabis Social Club' satışlara 1 Temmuz'da başlayacak.

Kar amacı gütmeyen bu dernekler, üyelerine günde en fazla 25 gram ve ayda en fazla 50 gram esrar satma hakkı verecek.

Yetkililer tarafından yılda en az bir kere kontrol edilecek bu dernekler, ortaklaşa kullanacakları açık arazilerde, seralarda ve kullanılmayan binalarda kenevir bahçeleri yapabilecek.

Her dernek en fazla 500 üyeye sahip olacak ve yıllık olarak kendilerinden üyelik ücreti alınacak. Üye olmak için başvuruların Almanya'da en az 6 aydır ikamet etmesi gerekiyor.

Kanzlei Elif Burcu-Karakoc

Rechtsanwältin und Notarin



Schwerpunkte als Rechtsanwältin

- Familienrecht
- Forderungsmanagement
- Allgemeines Zivilrecht
- Ausländerrecht
- Strafrecht

Schwerpunkte als Notarin

- Grundstücksrecht
- Erbrecht
- Gesellschaftsrecht
- Familienrecht
- Beglaubigungen
- Patientenverfügungen, Vorsorgevollmachten
- Schuldanerkenntnisse

www.elifburcu.de . mail: ElifBurcu@ElifBurcu.de

Borsigallee 18 . 60388 Frankfurt . Tel.: 069 133 847 - 0 . Fax: 069 133 847 - 27

Reklamlarınız için bizi arayın..

Tel.: 015123003316

Mail: info@vitrin-magazin.de

VITRİN



SunExpress, Türkiye turizmine katkısını artırıyor

2024 yazı için 28 yeni rota

- 2023 yılında bir önceki yıla göre %21 artışla 1,8 milyar euro gelir
- 28 yeni rota ile uçuş ağına rekor büyüme
- 2024 yılı için 8,4 milyon Almanya, Avusturya ve İsviçre'den olmak üzere toplam 15 milyon yolcu hedefi
- On yıl içinde filoda iki katından fazla büyüme: 160'ın üzerinde uçak

Türk Hava Yolları ve Lufthansa'nın ortak kuruluşu SunExpress, 2023 yılında bir önceki yıla göre %21 artışla 1,8 milyar euro gelir elde etti. Hava yolu, doluluk oranını %85 gibi

yüksek bir seviyede tutmayı başardı.

SunExpress, 2024 yaz sezonunda 28 yeni rota ekleyerek tarihinin en geniş uçuş ağına ulaşıyor.

SunExpress CEO'su Max Kownatzki, "Türkiye, bu yıl da seyahat severlerin aklındaki ilk ülkelerden biri olmaya devam ediyor. 2023'te gördüğümüz yüksek talep, bu yılki rezervasyon rakamlarına da yansıyor. Türkiye, sunduğu geniş aktivite yelpazesi, farklı deneyim olanakları

ve fiyat-performans oranı ile ideal bir seyahat destinasyonu olarak fark yaratıyor. SunExpress olarak, Türkiye'ye direkt seferlerimizi daha da genişlettik. Türkiye turizm pazarı büyümeye hazırlanırken Türkiye'nin turizm elçisi olarak biz de üzerimize düşeni yapıyoruz" dedi.



Avrupa ile Türkiye arasındaki en geniş uçuş ağı

SunExpress'in 2024 yaz programı kapsamında uçuş ağına eklediği 28 yeni rotanın 10'u Almanya, Avusturya ve İsviçre'yi kapsıyor. Hava yolu, yaz sezonunda Almanya, Avusturya

ve İsviçre'den Türkiye'deki 18 destinasyona ve 21 havalimanına toplam 117 rotada hizmet verecek.

Kownatzki, "SunExpress olarak, Avrupada yaşayan Türk kökenli misafirlerimizi ailelerine ve sevdiklerine kavuştururken, Anadolu kentlerinin yerel turizmde de desteklemeye devam ediyoruz" dedi.

2024 yılında 15 milyon yolcu

2023 yılında 12,6 milyon yolcu ile rekora imza atan SunExpress, bu yıl 15 milyon yolcu taşımayı hedefliyor. Bu yolcuların 8,4 milyonunun Almanya, Avusturya ve İsviçre'den olması bekleniyor.

Türkiye'yi yıl boyunca ziyaret edilen

bir destinasyon haline getirmeye kararlı olduklarını belirten **Kownatzki**, "Türkiye'nin 60 milyon turist hedefine ulaşmasına katkı sağlamayı sürdürüyoruz. Türkiye Turizm Tanıtım ve Geliştirme Ajansı ile birlikte Türkiye turizmde yurt dışında tanıtmak ve Türkiye'yi macera, spor ve dinlenmenin yanı sıra tarih ve kültürü birleştiren çok yönlü bir seyahat rotası olarak öne çıkarmak için çabalarımızı sürdürüyoruz" dedi.

Almanya'dan Türkiye'ye gelen her 2 ziyaretçiden 1'i, SunExpress ile uçtu

Yeni istihdam olanakları sunacak

On yıl içinde filo iki katına çıkacak

SunExpress, geçtiğimiz yıl şirket tarihindeki en büyük uçak siparişini verdi. Hali hazırda 77 adet uçağı ile hizmet veren hava yolu, 2035 yılına kadar filosundaki uçak sayısını

SunExpress Hakkında

Türk Hava Yolları ve Lufthansa'nın eşit ortaklığında 1989 yılında Antalya'da kurulan SunExpress, havacılık sektöründeki 35 yıllık tecrübesi ve tatil havayolu uzmanlığı ile Türkiye ile Avrupa arasında turizm elçisi görevini üstlenmiştir. 35 ülkede 200'den fazla rotaya uçuş gerçekleştiren SunExpress, merkez-

SunExpress, 2023 yılında Almanya'dan Türkiye'ye seyahat eden ziyaretçilerin %50'sinden fazlasını taşıdı. Türkiye, geçtiğimiz yıl Almanya'dan 6,2 milyon ziyaretçi ağırladı. Bu rakam, Almanya'yı Türkiye turizmi için ikinci en büyük pazar haline getirdi.

SunExpress, büyüme stratejisi doğrultusunda 2025 yılı sonuna kadar kokpit, kabin, hat bakım, yer hizmetleri ve genel müdürlük pozisyonları olmak üzere yaklaşık 1300 kişiyi istihdam etmeyi planlıyor.

166'ya yükseltecek.

Yeni siparişler, SunExpress'in Türkiye'ye yönelik artan talebi karşılama ve turizmi destekleme konusundaki kararlılığını temsil ediyor. Kownatzki, "Türkiye ile Avrupa arasındaki uçuşlarımızla turizm için önemli bir paydaş olduğumuzu bir kez daha kanıtladık. Planladığımız büyüme, Türkiye turizmine olan bağlılığımızın bir göstergesidir" dedi.

leri Antalya, Frankfurt, İzmir ve Ankara'da bulunan 3700 çalışanı ve 77 uçaklık filosu ile her yıl 12 milyondan fazla yolcu taşımaktadır. Skytrax tarafından son gerçekleştirilen küresel ankette 'Avrupa'nın En İyi Tatil Hava Yolu' seçilmiştir. SunExpress ile ilgili detaylı bilgiye ve uygun fiyatlı kaliteli uçuşlara www.sunexpress.com üzerinden ulaşabilirsiniz.

Ihr persönlicher Ansprechpartner vor Ort



T Connecting your world.

Nur bis 30.06.

300 €*
CASHBACK

Neuen MagentaMobil Tarif abschließen und alte Rufnummer mitnehmen. Cashback einlösbar in der MeinMagenta App.

* Im Aktionszeitraum 02.04.-30.06.2024 erhalten Kunden bei Abschluss eines neuen Mobilfunk-Vertrags mit einer Rufnummernmitnahme von einem anderen Mobilfunk-Anbieter und einer Mindestvertragslaufzeit von 24 Monaten in den Tarifen MagentaMobil mit oder ohne Endergerät (ausgeschlossen PlusKarten Tarife, Young Tarife, Special Tarife, DTAG-Tarife, for Friends Tarife, Corporate Benefits Tarife und Datentarife) 300 € auf ihrem Girokonto gutgeschrieben (z. B. MagentaMobil S ohne Smartphone für 39,95 €/Monat, einmaliger Bereitstellungspreis 39,95 €). Die Gutschrift wird nicht in Verbindung mit einer monatlichen Grundpreisbefreiung gewährt, wenn diese mehr als 3 Monate umfasst. Zum Erhalt der Gutschrift (nach Ablauf der Widerrufsfrist) ist bis 18.12.2024 eine Online-Registrierung über die MeinMagenta App (mit Klick auf Ihr Profil, „Cashback einlösen“) mit Vorlage der ersten Rechnung entsprechend den genannten Bedingungen erforderlich. Alternativ kann die Registrierung über <https://www.telekom.de/cashback-einloesen> erfolgen. **Ein Angebot von:** Telekom Deutschland GmbH, Landgrabenweg 151, 53227 Bonn.

Kompetente Beratung · Bester Service · Umfassende Produktauswahl · Persönliche Ansprechpartner



CAT GmbH



In der Seehecke 7
63924 Kleinheubach

Tel 09371 – 65 000 66

E-Mail mobilfunk@acr-kleinheubach.de

Web www.acr-kleinheubach.de

VİTRİN TOP 10

1. Zeynep Bastık - "Lan"
2. Emrah Karaduman & Merve Özbey - "Bir İmkansız Var"
3. KÖFN X Simge - "Yakışıklı"
4. Emre Fel - "Senden Güzeli Mi Var"
5. Derya Uluğ & Asil Gök - "Yansıma"
6. Ebru Yaşar & Siyam - "Yoksun"
7. Sefo - "Kapalı Kapılar"
8. Melis Kar - "Yatıya"
9. M Lisa - "Araba"
10. Mert Demir - "Cehennemim Dibi"



Glattbacher Straße 2 · 63741 Aschaffenburg · ☎ 06021 438 49 08
www.sahaara.eu

📷 sahaara_by_gulhan 📘 Beauty Palace SaHaara By Gülhan



Save the Date! Vom 10. bis 12. Mai 2024

Save the Date! Vom 10. bis 12. Mai 2024 präsentiert die Frankfurt Fashion Lounge Runway-Shows, Brand-Präsentationen und Events im Rahmen der Frankfurt Fashion Week. Seid gespannt auf ein volles Programm und haltet euch dieses Wochenende frei!

LET'S MAKE FASHION HISTORY TOGETHER

Zum achten Mal lädt die Frankfurt Fashion Lounge ausgewählte Marken und Designer*innen Hessen und national ein, ihre Arbeiten PRESSE, VIP'S und ENDKUNDEN zu präsentieren. In diesem Jahr stehen die Inspirationen unter dem funkelnenden Motto von Diamonds, Fashion und Art.

Mit Showroomkonzept, faszinierenden Runway-Shows, einem maßgeschneiderten Mentoring-Programm für Designer aus Hessen, beeindruckenden Ausstellungen, vielseitigen Events und einer extravaganen Aftershowparty schafft die Veranstaltung neue Dimensionen der Markenpräsenz und des Dialogs.

Jedes Element ist durchdrungen von Emotion, Stil, Progressivität, Zeitgeist und Intelligenz, harmonisch eingebettet in ein kuratiertes Rahmenprogramm.

In Kooperation mit Sofitel Frankfurt Opera, EastWestModels, Famous Face Academy, Wirtschaftsinitiative Frankfurt und Wirtschaftsförderung.

BADEN GÖZ

ESTETİĞİ

GÜZELLİK

Badem göz estetiği, son yıllarda popüler hale gelen bir estetik işlemdir. Bu işlem, gözlerin daha büyük ve daha genç görünmesini sağlamak için yapılan bir tür göz estetiği işlemidir. Badem göz estetiği, özellikle göz kapağındaki fazla yağ ve derinin azaltılması ile gözlerin daha dik ve canlı görünmesini sağlar.



" Badem göz estetiği işlemi, birçok avantaja sahiptir "

Badem göz estetiği işlemi genellikle lokal anestezi altında yapılır ve birkaç saat içinde tamamlanabilir. İşlem, göz kapağındaki fazla yağ dokusunun çıkarılması ve göz kapağı cildindeki fazla derinin alınması ile gerçekleştirilir.

Bu işlem sayesinde, gözler daha açık ve daha genç görünür.

İlk olarak, bu işlem, gözlerin daha genç ve daha dinamik görünmesini sağlar. Ayrıca, badem göz estetiği işlemi, göz kapağı sarkması veya çökmesi nedeniyle görme sorunları yaşayan kişiler için de bir çözüm olabilir. İşlem sonrası, hastalar genellikle kısa bir iyileşme süreci geçirirler ve işlemin sonuçları kalıcı olabilir.

Ancak, badem göz estetiği işleminin dezavantajları da vardır. İşlem sonrası, hafif şişlik, morarma ve rahatsızlık hissi yaşanabilir. Ayrıca, işlem sonrası izler bir süre görülebilir. Bu nedenle, badem göz estetiği işlemi öncesinde bir doktorla konuşmak ve işlem hakkında detaylı bilgi almak önemlidir.

Badem göz estetiği ne kadar kalıcı?

Kişiden kişiye değişir, ama genel olarak etkisi ortalama 4 ile 6 yıl arasındadır. Bunun nedeni cildin yaşlanmanın etkisiyle elastik yapısını zaman içerisinde daha fazla kaybetmesidir. Bunun sonucunda ortalama olarak 4 ile 6 yıl arasında badem göz operasyonu da etkisini kaybetmeye başlar ve göz kapağı çevresinde sarkmalar gözlenebilmektedir.





"Perfekte Lösungen aus einer Hand"

EK ELEKTROTECHNIK
INGENIEUR- UND MEISTERBETRIEB
Robert-Koch-Straße 14 · 64747 Breuberg
Tel: 06163 9393662




JATIES
 UJWELIER

"Ja, ich will"



Inh. Barış Bileci
 Landingstraße 3 · 63739 Aschaffenburg
 Tel. 0 60 21 - 79 34 284 · Handy 0177 - 86 16 613
 Öffnungszeiten: Mo.–Fr. 10–18 Uhr · Sa. 10–16 Uhr

www.juwelier-ates.de



KADINCA

Hoşgeldin **Bahar**

Eşarplar ve şapkalar yatak altlarına saklanmış, ince ceketler ve trençkotlarsa ortalıkta yok! Baharın gelmesiyle gardırobunuzun da yenilenmesi gerekiyor. İstedğiniz her şeyin elinizin altında olduğundan emin olmak için önerilerimizi okuyun!

" Yılın bu döneminde o beklenmeyen, ani Nisan yağmurları yağabilir. Fakat geçtiğimiz yıllarda nefis güneşli günlerle geçirdiğimiz de oldu Nisan ayını. O yüzden önemli olan denge ve beklenmedik karşısında hazırlıklı olmak."

Kışlıkları kaldırmak

İlk olarak güneşli havalara daha uygun giysilerinizi çıkarmak anlamlı olacaktır. Kışlıklar arasında daha ince olan üstler varsa bunları da henüz kaldırmayın. Yün kazakları, içi yünlü montları, kaşkolları, yün şapkaları ve kışlık botları kaldırabilirsiniz. Umarız artık ihtiyacımız olmaz!



Giyilmeye hazır

Gardırobunuzu bahara hazırlarken, çıkardığımız kıyafetlerin kirli olmasından ya da birazcık rutubet kokmasından daha kötü pek az şey vardır. Bu tür temizlenmesi gerekenleri bir kenara ayırın ve güzel kokan çamaşır deterjanlarıyla güzelce yıkayın.

Mevsim geçişi

Biliyoruz ki yazlık elbiselerinizi giymek için doğru zaman değil. Ama diğer taraftan gardırobunuzu hafifletmek istiyorsunuz. Renkli kotlar ya da pantolonlar tam da bu zaman için var. Tişörtler, bluzlar ve hafif kazaklar mevsim geçişinde en uygun olanlar.



Harika hissedin

Neden gardırobunuzu içinde harika hissetmediğimiz ya da bizi olduğumuzdan daha kötü gösteren kıyafetlerle dolduralım ki? Bir hayır kurumuna bağışlayın ya da arkadaşlarımızla değiş tokuş edin. Kısacası bahara hazır hissetin.

İşin en iyi kısmına gelince...

Bazen en moda ya da en güzel kıyafetlerimizi, modası geçmiş ama sevdiğimiz diğer kıyafetlere değişmek zorunda kalabiliriz. Aslında önemli olan ne kadar sıklıkla giydiğinizdir. Ayrılmak istemediğimiz bir kıyafetiniz varsa, en son ne zaman giydiğinizi, ne sıklıkla giydiğinizi düşünerek elveda diyebilirsiniz. Çok uzağa gitmesine gerek yok, sevdiğiniz birine hediye edin!

Genel kural: eğer geçen yıl hiç giymediyseniz, bu yıl giyme ihtimaliniz çok zayıftır.



T.C. Frankfurt Başkonsolosu Erdem Tunçer ve eşi Gül Hanım



T.C. Frankfurt Başkonsolosu Erdem Tunçer

Frankfurt Başkonsolosu Erdem Tunçer'den Geleneksel İftar Daveti

T.C. Frankfurt Başkonsolosu Erdem Tunçer ve eşi Gül Hanım, Kelsterbach'da bulunan Congressium'da geleneksel iftar yemeğine ev sahipliği yaptılar. Çok sayıda seçkin davetlilerin katıldığı İftar yemeğinden önce Türkiye Cumhuriyeti Frankfurt Başkonsolosu Erdem Tunçer kısa bir selamlama ve hoş geldiniz konuşması yaptı.

Foto: VİTRİN, Mehmet Doğan







KÖFN FIRTINA GİBİ ESİYOR

Salman Tin ve Bilge Kağan Etil'den kurulu pop müziğin popüler grubu KÖFN aynı anda 4 şarkıyla birden listelerde! Grup 'Yakışıklı', 'Gitme Sana Muhtacım', 'Bi Tek Ben Anlarım' ve 'Al Aramızdan' şarkılarıyla rekorlar kırarak kendisiyle yarışıyor...

Son dönemde Türkçe popun zirvesine tırmanmayı başaran, elektronik

-pop müzik türünün en önemli ikilisi olmayı başaran KÖFN ile Simge'nin ortak projesi 'Yakışıklı' 16 haftadır listelerin zirvesinde. Bu şarkı ile liderliğini koruyan KÖFN yeni single'i 'Gitme Sana Muhtacım' ile de listelere hızlı bir giriş yaptı. İlk haftasında zirveye göz kırpan şarkı 'Selami Şahin Şarkıları 2' albümünde yer alıyor.



Güzellik, sadelikte gizlidir ...

LECOIFFEUR | SEMRA.

SCHÜTZENSTR. 16
63450 HANAU
TEL: 0 61 81 - 25 82 02
FAX: 0 61 81 - 25 82 01

MO.RUHETAG
DI. - FR. 9.00 -18.00 UHR
SA. 8.00 -14.00 UHR



TEKNOBİLİM

LUCID AIR SAPPHIRE

Elektrikli Lucid Air Sapphire gün yüzüne çıktı. Elektrikli ilk lüks spor sedan olarak lanse edilen Lucid Air Sapphire, bu zamana kadar ki en uzun menzilli ve hızlı şarj edilen araç olma hedefiyle üretildi. ABD'li elektrikli otomobil üreticisi Lucid Motors ürünü olan bu aracın fiyatı ise 249 bin dolar olarak açıklandı.

Tesla Model X Plaid modelinin 138 bin dolardan satıldığını baz alacak olursak bu aracın yüksek rakamlı olduğunu daha iyi anlayabiliriz. Önümüzdeki yıl satışa çıkacak olan Lucid Air Sapphire, önde 20 ve arkada ise 21 inçlik jantlarla sunulacak. Öte yandan ısıtmalı, soğutmalı ve masaj fonksiyonlu koltuklar, Dolby

Atmos alt yapılı ses sistemi, üst düzey deri işçiliği, çift cam tavan ve birçok üstün donanım elektrikli Lucid Air Sapphire modelinde yer alacak. Lucid Air Sapphire, hızlı şarjda 300 kw'a kadar destek sunarken ev tipi AC akımda ise 19.2 kw'a kadar şarj desteği sağlayabiliyor. Ayrıca 22 dakikalık şarjla 483 km menzil sunuyor. Bu şimdiki kadar üretilmiş elektrikli otomobiller arasında en iyisi olarak geçiyor..

JEDER hat einen
Job verdient,
in dem er seine
berufliche Heimat
finden kann.

Werde
eigenständiger
DMF-Makler!

Ernsthofstraße 9
63739 Aschaffenburg
0160 90789930
06021 8665238
goekhan.sari@deutsches-maklerforum.de

DEUTSCHES MAKLERFORUM

RUNDUM BESSER BERATEN



GÖKHAN SARI

HAUPTGESCHÄFTSSTELLENLEITER





Bu araç 4975 mm uzunluğa, 1939 mm genişliğe, 1410 mm yüksekliğe ve 2960 mm aks aralığına sahip. 0.21 sürtünme katsayısı ile aerodinami canavarı da olan elektrikli Lucid Air Sapphire için yüklenme değerlerinde ise önde 283,4 litre, arkada ise 627 litre değerleri yer alıyor. Aracın ön

ve arka aksında çift motor bulunuyor. 1200 beygirden fazla güç üreten Lucid Air Sapphire, dört tekerlekten çekiş sistemini de yapısından dolayı doğal olarak sunuyor. 0-60 mil (0-96 km/s) 2 saniye altında olan Lucid Air Sapphire modelinin son hızı ise 320 km/s üstünde olacağı belirtildi.



Gömlek Rehberi

Klasik, casual, bohem ya da sportif. Birbirinden farklı stile sahip gömlek çeşitlerinden hangisinin size ve tarzınıza uygun olduğunu keşfedin.

ERKEKCE

Mevsim ne olursa olsun, görüntünüze biraz özenli bir imaj yansıtmak istediğinizde akla gelen ilk parça olan gömlekleri doğru kullanarak stilinizde

nasıl seviye atlatabiliriz? Oldukça pratik bazı kurallar var elbette ki ancak doğru parçaların bir araya gelmesi de önemli detaylardan.

Peki hangi gömlek türü hangi stil türüyle uyumlu, birlikte inceleyelim.

Örneğin; İtalyan yaka bir gömleği sportif bir pantolonla birleştirmek pek doğru olmaz. Çünkü bu tip gömleklerin bürokratik, ciddi bir havası vardır. Bu havayı kumaş pantolonlarla birleştirmek çok daha güçlü bir stil yaratacaktır.



Klasik Gömlek

Resmi bir giyim stiline sahipseniz klasik gömlekler hayatınızın bir parçası olmuştur. Ancak klasik olarak tabir ettiğimiz gömlekler de kendi içerisinde oldukça çeşitli. Örneğin; bir beyaz yakalıysanız kravat kullanabileceğiniz daha ciddi gömlekler tercih ediyor olmanız olası. Ancak çok da kurumsal olmayan bir giyim türünüz varsa daha rahat ve şık görünebilen gömlekleri tercih edebilirsiniz. Tıpkı keten gömlekler gibi tamamlayıcı parçalarda klas tercihler şart.



Gömlek Ceket

Mevsim geçişlerinde çok kalın parçalardan ziyade ince ve kat kat giyimin temel parçalarından biri gömlek ceketler. Çoğunlukla nötr tonlarda olması tercih edilen bu gömlek türü, ara mevsimler için oldukça pratik ve havalı tercihlerden. Johannes'in tercihi gibi bol cepli, sportif ve utility karışımı bir gömlek ceketten bahsediyorsak, tamamlayıcı parçalar arasında koyu denimler, nötr tonlardaki chino pantolonlar uygun olabilir. Gömlek ceketlerin içine ise mevsimlik trikolar, basic t-shirtler ya da benzer tonlarda hafif gömlekler tercih ederek güçlü bir styling yaratabilirsiniz.

Denim Gömlek

Hem şık hem de casual giyim türüne oldukça uyumlu parçalardan bir diğeri ise denim gömlekler. Çizgili t-shirtlerle ya da mevsimlik hırkalarla gün boyunca rahat ve bir o kadar da şık görünebilmeniz mümkün. Denim gömlekler denilince akla gelen ilk markalardan olan Levi's, Diesel gibi ikonik markalar tercih edilebilir.

Denim gömlek ne demek?

Denim gömlek, denim kumaş ile üretilen gömleklere verilen isimdir. Blue jeans olarak da bilinir. Denim erkek gömlekleri her sene olağanüstü ilgi görmeyi başarıyor. Özellikle kot pantolonlar ile kullanılan denim erkek gömlekleri her türlü kombine uyum sağlayabildiği için çok seviliyor.



Kredi'mi lazım?

Kolay Kredi

www.kolaykredi.de

Almanya'da yaşayan Türklerin finansman platformu



Emre Aydın “Gidiyorum”

Emre Aydın, Arel Koray Nalbant prodüktörlüğünde hazırlanan söz ve müziği kendisine ait “Gidiyorum” isimli yeni şarkısını, video klibiyle eş zamanlı olarak müzikseverlerle buluşturdu.



Nur Topal “Ey Kalbim”

Uzun yıllardır başarılı sahne performansları ve geniş repertuarı ile müzikseverlerin gönlünde taht kuran yetenekli sanatçı Nur Topal, müzik dünyasına sürpriz bir şarkıyla adım attı. Kendine özgü yorumu ve etkileyici tavırlarıyla dikkatleri üzerine çeken Nur Topal, ilk single çalışmasıyla dinleyicilerle buluşmanın heyecanını ve mutluluğunu yaşıyor.



Ebru Polat “Şımarık”



Son dönemlerde cover parçaları ile dikkatleri üzerine çeken sevilen şarkıcı Ebru Polat'tan yine iddialı bir şarkı geldi.

Adından sıkça söz ettirdiği sosyal medya paylaşımlarının yanı sıra kendine has aykırı tarzı ve söyleyişiyle de gündemden düşmeyen başarılı şarkıcı, Tarkan'ın en hit şarkılarından “Şımarık” şarkısına güzel enerjisiyle yeniden hayat veriyor. Cesur duruşunu yansıttığı kült şarkının söz ve müziği Sezen Aksu'ya ait.

Can Gox “Deli Eylül”



Bugüne kadar yaptığı albümler, tekliler ve sahne performansları ile adından söz ettiren, müzik yazarları tarafından “Anadolu Blues” terimiyle özleştirilerek ülkemizde öncüsü olarak gösterine Can Gox, kariyerinin 30. yılını yeni albümü “DEM” ile karşılıyor.

Can Gox'un Bayhan Müzik etiketiyle tamamı Nisan'da yayınlanacak olan “DEM” albümünün açılış şarkısı “Ben Yangınlar Gördüm” olurken, ikinci şarkı “Deli Eylül”de tüm dijital platformlarda yerini bu hafta aldı.

LASSEN SIE MIT IHREN SPENDEN KINDER ZUERST HEILEN

25 Jahre in der Türkei LÖSEV,
das sich für Kinder mit Leukämie
einsetzt, weitet seine Unterstützung
nun auf Kinder auf der ganzen
Welt aus.

Empfänger:
LÖSEV Stiftung gGmbH

Bank: ISBANK AG

IBAN:
DE46 1013 0600
6499 9330 00

BIC:
ISBKDEFXXX



T.C. Frankfurt Başkonsolosu Erdem Tunçer



DTGB Başkanı Turgut Sezgin



DTGB'den İftar Daveti

Deutsch Türkische Gewerbe Bund Rhein-Main (Dtgb) düzenlediği geleneksel iftar davetinde DTGB üyeleri, iş insanları ve çok sayıda davetliler katıldı.

Türk ve Alman siyaset ve iş dünyasını bir araya getiren programda T.C. Frankfurt Başkonsolosu Erdem Tunçer davetliler arasında yer aldı





RHEINMAIN



Necati Suözer
AOK Hessen

Elektronik sağlık kartı (eGK)

E-Reçetenin hayatımıza girmesinde sonra, elimizdeki sağlık sigorta kartının kullanımı ile ilgili teknik bilgiler hakkında sorular gelmeye başladı. Sizlerden gelen soruları sizin için özetledim

Elektronik sağlık kartı başka hangi işlevleri sunar?

Elektronik sağlık kartı (eGK) yalnızca sigortanın kanıtı ve ana veriler için bir saklama yeri değildir. Elektronik sağlık kartı ile aynı zamanda e.reçete de kullanılabilir. Bunun için sağlık kartının eczanede okutulması yeterlidir.

Doktor muayenehanesinde düzenlenen e-reçete daha sonra merkezi bir veri tabanından alınır ve hasta bu sayede ilaçlarını alır. Elektronik sağlık kartını e.reçete uygulamasına giriş yapmak için de kullanabilirsiniz.

İstenirse, yardımcı veriler elektronik sağlık kartında saklanabilir:

- Örneğin önceki hastalıklar veya ilaç intoleransı hakkında bilgi içeren bir acil durum veri kaydı
- İlaç planı
- Sigorta belgelerinin (tıbbi vasiyetname, vekaletname) ve organ bağış kartının saklanacağı yer hakkında bilgi

Elektronik sağlık kartı (eGK) ile AB'de iyi bakım

Elektronik sağlık kartının (eGK) arka yüzü başka bir amaca hizmet eder: "Avrupa sağlık sigortası kartı" olarak kullanılır. Yasal sağlık sigortalılar, AB'nin tüm ülkelerinde bürokratik olmayan bir şekilde tedavi edilebilir.

eGK Avrupa Birliği olmayan, EWR-Ülkelerinden „ İzlanda, Lihtenştayn, Norveç, İsviçre 'de“ Sırbistan Kuzey Makedoya ve Karadağ gibi ülkelerde de geçerliliği vardır.



Rana Ayhan (Moderatör, Öğretmen)

Almanya'ya Göç daha da kolaylaşacak

- Yeni Fırsat Kartı ve Puanlama Sistemi -

Göçün kolaylaştırılması, Kasım 2023'ten itibaren Nitelikli İş Gücü Göçüne ilişkin yeni Yasa kademeli olarak uygulandı. Peki hangi değişiklikler yürürlüğe girdi?

Kısaca hatırlayalım:

Yeni Nitelikli İş Gücünü Geliştirme Göç Yasası „Gesetz zur Weiterentwicklung der Fachkräfteeinwanderung“, üçüncü ülkelerden gelen vasıflı işçilere göç için yeni fırsatlar sunmakla birlikte yabancı mesleki niteliklerin tanınması için giriş seçenekleri genişletildi:

- Nitelikli işçiler Almanya'da daha hızlı ve az bürokrasi ile çalışabilecek.

- Nitelikli işgücünün göçüne ilişkin yeni bir yasayla Alman hükümeti engelleri ortadan kaldırıyor.

- Mavi Kart için kazanç eşiği düşürüldü. Kendi ülkesinde iki yıllık mesleki deneyimi ve yeterliliği olan herkes Almanya'ya vasıflı işçi olarak gelebilecek. Ayrıca puanlama sistemli ile yeni bir Fırsat Kartı da piyasaya sürüldü.

Yeni Yasa Kasım 2023'ten itibaren kademeli olarak yürürlüğe girdi:

- Kasım 2023'ten itibaren, yüksek nitelikli üniversite mezunlarının AB Mavi Kartı ile üçüncü ülkelerden Almanya'ya göç etme fırsatlarını genişletmek için değişiklikler yapıldı.
- Gelir sınırları önemli ölçüde düşürüldü, meslek grubu listesi genişletildi, kısa ve uzun vadeli mobilite mümkün hale getirdi ve aile birleşimi kolaylaştırıldı.
- Deneyimli BT-Uzmanlar AB Mavi Kart'ın alma hakkı sahip.
- Mesleki eğitim veya akademik dere-

ceye sahip olanlar ise gereken ön koşulları yerine getirmesi halinde oturma hakkı verilmesi söz konusu.

- Mesleki yeterliliğe (Ausbildung) veya üniversite diplomasına (Akademiker) sahip kalifiye işçiler, kendi sektörlerinde çalışabiliyor.
- Mesleki eğitim (Ausbildung) ve istihdamın (Beschäftigung) birbiriyle bağlantılı olma şartları ise kaldırıldı.
- Profesyonel Kamyon Sürücülerin istihdamı da kolaylaştırılması mevzu bahis.

Mart 2024'te Yeni Çalışma İzinleri

- Mart 2024'ten itibaren, Almanya'da bir Uyum Kursuna (Anpassungsqualifizierung) ya da Telafi Programına (Ausgleichsmaßnahme) katılanlar, Mesleki Denklik (Berufliche Anerkennung) almak için ülkeye giriş yapabilecek ve üç yıla kadar kalabilecekler.
- Kalifiye vasıflı işçilerin haftada 20 saate kadar yarı zamanlı çalışmasına izin veriliyor.
- Yeni bir denklik ortaklığı (Anerkennungspartnerschaft) sayesinde, üçüncü ülke vatandaşları önce ülkeye giriş yapabilecek ve daha sonra yeterliliklerinin Almanya'da tanınması için başvuruda bulunabilecek.
- Bu sürecin sorumluluğu, denklik başvurusu ve girişten sonra kalifikas-

yon da dahil olmak üzere denklik sürecinin (Anerkennungsverfahren) aktif takibi kalifiye işçilere ve işverenlere aittir.

- Oturma iznin mevcut geçerliği 1 yıl ve 3 yıla kadar uzatılabilecek.
- Kalifiye çalışanlar ülkeye giriş yapabilecek ve yetkili makam tarafından yeterlilik değerlendirmesi (Qualifikationsanalyse) yapıldıktan sonra 6 aya kadar kalabilecek.
- Mesleki deneyime sahip kişiler, tabii olmayan meslekler (nicht reglementierte Berufe) için ülkeye giriş yapabilirler. Bunun için gerekli şartlar, tanınan bir ülkede alınmış mesleki bir yeterlilik veya bir üniversite diploması ve en az 2 yıllık deneyimdir.

- Yabancı yeterliliğin tanınmasına alternatif olarak, Alman Sanayi ve Ticaret Odası (Deutsche Auslands-handelskammer) tarafından verilen bir Sertifika'da belirli koşullar altında yeterli olabilir.
- Almanya'da mesleki yeterlilikler için resmi bir tanıma gerekmemektedir ve

BT-Uzmanlarının (IT- Spezialisten) diplomaya ihtiyacı yoktur.

- Hemşireler için işgücü piyasasına erişim, yabancı vasıflı işçiler için ikamet izinleri, kolaylaştırılmış aile birleşimi ve öğrenci ve stajyerlerin istihdamı ile ilgilidir.

Haziran 2024'te Yeni Fırsat Kartı

- Haziran 2024'ten itibaren üçüncü ülke vatandaşları yeni Fırsat Kartı (Chancenkarte zur Arbeitsplatzsuche) ile ülkeye giriş yapabilecekler. Ancak burada mesleki denkliğiniz önemli. Denkliğe sahip kalifiye işçiler, koşulsuz olarak Fırsat Kartı alma hakkına sahip olacaklar.
- Denkliği olmayan meslek grupları ise kendi ülkelerinden tanınmış bir mesleki eğitim ya da üniversite diploması sunmaları gerekiyor.
- Alternatif olarak, Alman Dış Ticaret Odası'ndan alınan bir diploma da belirli koşullar altında kabul edilecektir.
- Buna ek olarak, temel Almanca (A1

GER Seviyesi) veya İngilizce (B2 GER Seviyesi) bilgileri şart koşuluyor.

- Mesleki nitelikleriniz, dil becerileriniz, mesleki deneyiminiz, Almanya ile bağınız ve yaşınız gibi kriterlere dayanan değerlendirme sistemine uygun en az 6 puan elde etmeniz gerekiyor. Kısmi denkliğe sahip kalifiye işçiler 4 puana sahip olabiliyor.
- Arnavutluk, Bosna Hersek, Kosova, Karadağ, Kuzey Makedonya ve Sırbistan vatandaşları için Batı Balkanlar Yasasının (Westbalkanregelung) geçerliliği süresiz olarak uzatılacak ve yıllık kota 50.000 çalışana çıkarılacaktır.

Özetle

1. Yeterliliğiniz: Yeterliliği olan herkes herhangi bir vasıflı meslekte çalışabilecektir.
2. Deneyiminiz: En az iki yıllık mesleki deneyime ve kendi ülkesinde devlet tarafından tanınan bir mesleki yeterliliğe sahip olan herkes işçi olarak göç edebilir. Gelecekte, mesleki yeterliliğin Almanya'da tanınması ge-

rekmeyecek - bu da daha az bürokrasi ve dolayısıyla daha kısaprosedürler anlamına geliyor.

3. Potansiyeliniz: Bir başka yeni özellik de puan sistemine dayalı bir iş arama Fırsat Kartı. Seçim kriterleri arasında nitelikler, Almanca ve İngilizce dil becerileri, iş deneyimi, Almanya ile bağınız, yaşınız ve eşiniz yer alıyor.



CEBİMDEKİ
DÜNYA

Uzm. Klinik Psikolog Emine ÖZAN
www.eskicir.blogspot.com , Oozan.Emine@gmail.com

KENDİNDEN UZAKLAŞAN İNSAN-KADIN

Birden kendini kaldırdı o kadın

Günlerce yataktan çıkmak istemeyen ve hunharca biriken işleri halledebilecek gücü kalmayan o kadın kendine konuştu bir müddet.

Aslında şöyle dedi birden, “birden miydi “ orası tartışılır bir boyuttaydı hâlbuki. Birden bire olmamıştı bir şeyler. Birikmiş birikmiş, epeyce birikmiş bir haldeydi üstelik. Ne zaman bu hale geldiğini anlayamayan bir yerden, bir de üstüne hak vermeyen bir duruşla yargılıyordu kendini en ağır en eleştirel bir sesle. Seslerin yoğun olduğu yerlerde insan kendini duyamaz kendini duya-

maz hiçbir şekilde. Bir an gelir, gereğinden fazla yükselen seslerin bekleşisi olur insan. “Haklıydı, doğrudu aslında” der durur bir yandan. Seslerin yoğunluğu içinde, kendini bir o tarafa bir bu tarafa doğru sürüklenir bulur kişi. Hâlbuki onun ihtiyacı sürüklenmek değil, tam aksine sakinleşerek nerede olduğunu anlamak ve neler yaşadığını anlamlandırmaktır.

Bugün bizlerden, kadınlardan konuşalım mı biraz? Bugün iç içe geçmiş seslerin karmaşıklığı ve uyumsuzluğu içerisinde kendine yer bulmaya çalışan kadınlardan bahsedelim. Üstüne üstün bir de kendine yer bulamayan kadınların, kendinden

dolayıymış diye suçlayıcı bir hal ile kendine yer bulamayışın sonucunu da yüklemesini konuşalım.

Kadın, toplumun ve dünyanın içinde şu zamanlarda dahi kendine yer bulmaya çalışan bir insan. Kadın, iş hayatının içinde daha fazlasını istememiş olursa dahi, gereğinden fazlasını vererek kabul edilebileceğini düşünen kıymetli bir güç. Kadın, anne olduktan sonra zihnindeki yarım ve eksikliğin sadece kendisinden kaynaklandığını kabullenen bir varlık.

Henüz, içine doğduğu aile de kabul edilmeyen, kendine ait bir yer bulamayan biri için, kendine ait bir dünya yaratması epey zahmetli, sorgulayıcı ve bir yandan da suçlayıcı tavırlarla hayata doğduğu evden itibaren devam etmeye çalışan kadın. “Doğduğum ev kaderindir” in sözü, kendine yer bulamamış her insan için, arada kalmışlığı ve hiçbir şekilde kendinde kalmamışlığı ifade eder oysa.

Dünyaya gelen o ilk yer, hayatı boyunca anımsayacağı ve hatırlayacağı bir hale gelecek kadar kıymetli ve hatırlanacak kadar mirası gelecek nesillere taşıyacak kadar da güçlü bir durumdur. Değişmesi muhtemel olan, ancak değişene kadarki olan süreçte de zorlayıcı duygularla devam edebilmenin güç ve güç olmanın yanı sıra zahmetli olacağını bilerek devam etmek bir yandan da “kişinin kendi oluşumu ortaya çıkaran bir potansiyeldir “aslında. Fark edilmesi ilerleyen zamanlarda mümkün olan, bastırılmış ve sindirilmiş olmanın en ağır halini gençliğinde, romantik ilişkilerinde, hak edilmemişliğin olmadığı bir noktada olduğunda “ hala

orada kalmakla ısrar eden” bir durum haline geliyor böylelikle. “Hala orada olmak” “tüm görülmemişliğe, tüm hak edilmemişliğe rağmen” hala orada olmak umut beslemek ve devamlılığı için çırpınmak anlamına geliyor bir yandan.

Kendini bulmak ve kendine bir yer edinmek epey zahmetli ancak zahmetin tatlı bir tada dönüşmesi için de üzerinde durulması gereken meselelerden hâlbuki. Nasıl biri olduğunu unutan, neler yapmaktan keyif aldığını hatırlamakta güçlük çeken, kendini birine göre ayarlamamanın ve düzenlemenin asıl kabul edilebileceğini kabul eden biri için, kendisinden, duygusundan uzaklaşması ve yabancılaşması olağandır üstelik. Kendini bir başkasına göre ayarlamak, doğduğu evin içi sistemde benzer tonda, ebeveynlerine göre kendine ayarlamak belki de kardeşlerine, yakın arkadaşlarına göre kendini ayarlama haliyle bütünleştiyse ve asıl doğrunun bu olduğunu benimsenmişse eğer, ikili ilişkilerde farklı bir yol ve farklı bir tadın olma ihtimali azımsanacak kadar küçüktür oysa.

Boyun eğme, olduğu gibi kabul etme, fedanın en doğru ve en tabii olduğunu doğru olarak kabul eden biri için “ kendi duygusundan, kendinden uzaklaşma hali” beklenilendir oysa.

Kendinden uzaklaşmanın olduğu her yerde, çatışma, depresif ve tükenmiş bir hal, başka birine dönüşme hal vardır. Neye ihtiyacım var sorusu bu hallerden uzaklaşmak ve kişinin kendini anlaması için önemli bir sorudur. Bir insan olarak, bir kadın olarak neye ihtiyacımız var sorusunu önce zihninize, sonra da kalbinizde tutun.

Sjögren Sendromu

Sjögren sendromu hastalarının yüzde 80-90'ını kadınlar oluşturur ve bu rahatsızlık genellikle 40'lı yaşlarda ortaya çıkar.

Sjögren sendromu; salgı yapan bezlerin özellikle gözyaşı ile tükürük bezlerini tuttuğu, otoimmün hastalıklar denilen gruba ait bir hastalık. Sjögren sendromu sıklıkla göz veya ağız kuruluğu gibi masum gibi görünen, ancak yaşam kalitesini oldukça düşüren yakınmalarla başlar. Sjögren sendromunun en önemli özelliği ise hangi belirti ön planda olursa olsun, tıpkı diğer "otoimmün" hastalıklar gibi vücudun bütününe ilgilendiren cilt, sinir sistemi, akciğerler veya damarlar gibi başka organ veya

sistemleri tutabilme potansiyeli olmasıdır.

Sjögren sendromunun pek bilinmediği için tanısı genellikle geç konulur. Buna bağlı olarak hastalar uzun süre hayat kalitesini düşüren yakınmalarla yaşamak zorunda kalır. Bunun sonucunda da ilk başlarda çoğunlukla ağız veya göz kuruluğu ile başlayan Sendrom zamanla, akciğer, böbrek ve karaciğer gibi organları da tutup, tüm vücudu ilgilendiren bir hastalığa dönüşebilir.

Belirtileri Nedir?

- Sjögren sendromunun en önemli belirtisi gözlerde ve ağızdaki kuruluğudur. Ağızdaki tükürük salgısı yeterli olmayınca diş çürükleri ve diş eti sorunları ile mantar plaklarının oluşumuna neden olur.
- Hastalık vajinal kuruluğa neden olur. Bunun sonucunda ağrılı ilişki, mantar ve idrar yolu enfeksiyonu gibi rahatsızlıklar ortaya çıkar. Oluşan cilt kuruluğu da enfeksiyon yerleşimini kolaylaştırır.

Risk Faktörleri

Sjögren sendromu toplumda her 100 kişiden birinde görülür ve geriatrik yaş grubu denilen 65 yaş üzerinde sıklığı yüzde beşe kadar çıkar. Çoğunlukla 40 yaşından sonra ortaya çıkan hastalık, kadınlarda erkeklere göre 9-10 kat daha fazla görülür. 40'lı yaşlardan itibaren diyabetten dep-

- Burun ve solunum yolunun kuruluğu, enfeksiyonların akciğerlere daha hızlı inmesine neden olur. Dolayısıyla bu hastalarda akciğer enfeksiyonları daha sık görülür.
- Göz kuruluğuna bağlı olarak ise enfeksiyon oluşumundan körlüğe kadar gidebilen sonuçlar oluşabilir.
- Halsizlik ve eklem ağrıları olabilir.
- Soğuk hassasiyeti ve soğukta uzuvlarda beyazlama gibi renk değişiklikleri ortaya çıkabilir. Bazen hastalarda "lenfoma" adı verilen bir çeşit lenf bezi kanseri gelişebilir.

resyona, hipertansiyondan kolesterole çeşitli hastalıklar nedeniyle ilaç kullanımı arttığı için, hastalığın belirtileri ilaçların yan etkileri ile karıştırılabilir.

Geriatrik yaş grubunda gelişen kurumalar ya da eklemlerdeki ağrılar, yaşlanmanın sonucu olarak yorumlanabilir. Tüm bu nedenler tanıda gecikmelere yol açar.



SAĞLIK

Sjögren Sendromu Tedavisi ve Yaşam Önerileri

Sjögren sendromunda uzun soluklu bir tedavi planlamak gerekir. Hidroksiklorakin içeren ve aslen sıtma tedavisinde kullanılan ilacın, otoimmün mekanizmayı ve kendi vücut hücreleri yok etmeye çalışması tedavide etkilidir. Bu ilaç kas ve eklem ağrılarına iyi gelir. Ağız kuruluğunu gidermek için ise tükürük salgısını artıran ilaçlar, hassas dişlere uygun diş macunu kullanımı, gargara, pastil ve sakız çiğneme önerilir.

Göz kuruluğu ise suni gözyaşı damlası ya da jellerle giderilebilir. Kornea hasarı bulunuyorsa göz doktoru tarafından daha ileri işlemler yapılabilir.

- Yatak odanızda, özellikle kış aylarında ev tipi nemlendiriciler kullanın.
- Tuzlu su spreyleri ile burnunuzu sık sık nemlendirin.
- Bol sıvı tüketin.
- Ağız kuruluğu için pastil ya da sakız kullanın.
- Her yıl düzenli olarak grip aşısı yaptırın.
- Cilt bakımınıza özen gösterin, özellikle banyodan sonra tüm vücudunuza yoğun bir nemlendirici uygulayın.

- Vajinal kuruluk sorunu için mutlaka jinekoloğunuzu ziyaret edin.
- Çene altı ve kulak ön yüzünde başta olmak üzere vücudunuzda herhangi bir şişlik oluştuğunda hemen doktora başvurun.
- Hidroksiklorakin içeren ilaç kullanıyorsanız, güneşli günlerde cilt lekelenmelerine karşı yüksek faktörlü koruyucu kremler kullanın.
- Her altı ayda bir hidroksiklorakin kullanırken görme alanı ve kuruluk açısından göz doktorunuza kontrollere gidin.





PSİKOLOG

Melek Abca (Uzman Psikolog)

KÜLTÜR İFLASI MI YAŞIYORUZ?

Abca: “Birlik ve beraberlik bağlarının güçlenmesine vesile olan bayramları fırsat bilmeli; bir arada olmanın, paylaşmanın, kültürel değerlerimizi yaşatmanın önemini hatırlamalıyız”

2000’li yıllardan itibaren, milenyum çağının getirdiği teknolojik imkanların da insanları daha çok koşturmaya, yanı sıra bireyselleşmeye ittiğini söyleyen Abca, şöyle konuştu:

“Yeni çağın getirileri bizi kendi farkındalığımızdan uzaklaştırdı; geleneklerimizden, kültürümüzden, masallardan, hikayelerden, o bilgelik boyutumuzdan uzaklaştırdı. Teknolo-

lojinin nimetlerini yaşamak varken onu yanlış kullandık. Yaşanan pandemi süreci bize yeniden birlik olmanın, birbirimizle paylaşmanın, kültürümüze sahip çıkmanın önemini hatırlattı. Şimdi hatırladıklarımızı tekrar yaşatma, öğrendiklerimizi sonraki nesillere aktarma vakti...”

Ciddi bir kültür iflasi yaşandığını belirten Abca, “Ekosistemlere baktığımızda her varlığın, her

nesnenin birbirine bir aidiyeti var, bütünlüğü var. Biz bu bütünlük içerisinde sadece birbirimizle değil, doğada birçok şeyin; ağacın, toprağın, güneşin farkındalığını unuttuk. Şükran duymayı unuttuk, şükretmeyi unuttuk. Hep “Anılarım geride kaldı, çocukluğum, büyüklerimiz geride kaldı” diye yakınıyoruz, ancak bu gidişati de değiştirmemiz gerekiyor” diye konuştu.

Çocuklarımıza manevi rehber olmalıyız

Günümüzde abartılı bir “kendi kendine yeterlilik” durumunun yaşandığını belirten Abca, “Atalar ve derin aile hikayelerinin unutulması, birbirimizle, dünyayla, vefat eden aile bireylerimizle ve geçmişimizle nasıl yaşayacağımıza dair hiçbir yönergenin olmayışı ciddi bir sorun. Bizi bağlayan ve birleştiren ortak hikayelerle, atalarımızın topraklarıyla bağlantımızı yeniden kurmalı, çocuklarımızı da yönlendirerek onlara manevi rehber olmalıyız. Onların kişisel gelişimine katkı sağlarken, onlara birlikte var olmayı da öğretmeliyiz. Çocuklarımızla film izleyelim sabah kahvaltılarını yapalım. Ama tek başına bunlar yetmiyor. Bizim geleneklerimizi, masallarımızı, kadim bilgileri bilge büyüklerimizden alıp, çocuklarımıza da aktarmalıyız. Bayramda, ailenin

tüm üyelerinin bir araya geldiği etkinliklerin, aile bağlarının pekiştirilmesi için çok önemli bir fırsat olduğunu söyleyen Abca, “Geniş aile olarak tanımlanan büyükanne, büyükbaba başta aile büyükleri ve yakınlarla ziyaretler düzenlemek, eskiden olduğu gibi bayram kahvaltılarında bir araya gelmek, çocukların psikolojik gelişimine de katkı sağlar. Çünkü çocuklar her zaman sadece ebeveynlerinin değil diğer aile büyüklerinin de yaşam deneyimlerine ve rehberliklerine ihtiyaç duyarlar. Memleket ziyaretleri aile bireylerine doğdukları, büyüdükları yerleri görme, anılarını tazeleme ve paylaşma olanağı da sağlar. Bu fırsatları iyi değerlendirmeli, kültürümüze sahip çıkmalıyız” açıklamalarında bulundu.

Grenzen der Selbstmedikation

AOK Hessen gibt Tipps zu verschiedenen Wirkstoffgruppen

Selbstmedikation ist praktisch: Ab in die Apotheke und ein rezeptfreies Erkältungs-, Schmerz-, Husten- oder Abführmittel kaufen. Schließlich kann bei leichten Alltagsbeschwerden ein nicht verschreibungspflichtiges Arzneimittel manchmal rasch Abhilfe schaffen. Doch das ist längst nicht so harmlos wie man meint. „Rezeptfreie Arzneimittel haben zwar in der Regel weniger und schwächere Nebenwirkungen. Dennoch hat die Selbstmedikation ihre Grenzen“, sagt Dr. Christoph-Gérard Stein vom Medizinischen Kompetenzzentrum der AOK Hessen.

Allgemein gilt: Patienten und Patientinnen sollten dann einen Arzt oder eine Ärztin aufsuchen, wenn die Beschwerden länger andauern, stärker werden oder sich verändern. „Auch bis dahin nie aufgetretene Symptome, hohes Fieber oder starke Schmerzen sind ein Alarmzeichen“, so Stein. Ebenso chronisch Kranke und Schwangere sollten immer zuerst

den Arzt oder die Ärztin fragen – genauso Eltern vor einer Selbstmedikation bei kleinen Kindern. Denn eine Behandlung auf eigene Faust kann zum Beispiel schiefgehen, wenn der Betroffene an chronischen Erkrankungen, wie Bluthochdruck, Herz-, Nieren-, Lebererkrankung, Asthma oder Diabetes, leidet.

Vorsicht bei Schmerzmitteln

Besonders Schmerzmittel können gefährliche Folgen haben. Bekannte, auch rezeptfrei erhältliche Substanzen wie Acetylsalicylsäure (ASS), Ibuprofen, Diclofenac, Naproxen oder Paracetamol sind zwar in der Regel gut verträglich und lindern

leichte bis mittlere Schmerzen zuverlässig. „Doch werden die Präparate über längere Zeit oder hoch dosiert eingenommen, können sie Nieren, Magen, Darm oder Leber schädigen“, warnt Stein. Auch das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen

AOK Hessen gibt Tipps zu verschiedenen Wirkstoffgruppen

kann sich erhöhen. Damit nicht genug: Paradoxe Weise können Schmerzmittel gegen Kopfschmerzen bei längerem Gebrauch wiederum zu Kopfschmerzen führen – eine Abhängigkeit ist entstanden.

Nasentropfen sachgemäß verwenden

Auch bei Husten, Schnupfen, Heiserkeit greifen die Deutschen gerne zu rezeptfreien Präparaten. Aber viele Nasensprays und -tropfen, die die Nasenschleimhaut abschwellen lassen und die Atemwege wieder frei machen, können zu einer körperlichen Abhängigkeit führen. Länger als eine Woche hintereinander angewendet, kann ein medikamentenbedingter Schnupfen entstehen, der immer mehr Nasenspray erfordert. Um diese

Krankheiten auskurieren

Bei den geringsten Beschwerden gleich zu einem Medikament greifen, sollte besser nicht zur Gewohnheit werden. Stattdessen gilt es, den Ursachen auf den Grund zu gehen. So stecken hinter Kopf- oder Rückenschmerzen oft Anspannung, Stress oder Fehlhaltungen. Eine Arbeitspause, ein Spaziergang an der frischen Luft, Rücken- oder Entspannungsübungen können oft Abhilfe

„Wegen all dieser Gefahren gilt, dass Schmerzmittel nicht länger als vier Tage hintereinander und höchstens an zehn Tagen im Monat eingenommen werden sollte“, betont Stein.

„Nasentropfen-Nase“ zu vermeiden, sollten abschwellende Nasensprays und -tropfen maximal fünf bis sieben Tage hintereinander gebraucht werden“, sagt Christoph-Gérard Stein. Bei Erkältungen ist ein Arztbesuch grundsätzlich dann angesagt, wenn das Fieber auf über 39 Grad steigt, bei eitrigem oder blutigem Auswurf, bei mühsamer Atmung sowie bei raselnden oder pfeifenden Geräuschen beim Atmen.

schaffen. Bei Erkältungen ist meist Ruhe das Wichtigste. Mal zu Hause bleiben und sich ins Bett legen kann Wunder bewirken. Wenn Patientinnen und Patienten sich mit einem Arzneimittel selbst behandeln, sollten sie auf Nummer sicher gehen.

Das heißt: Den Beipackzettel genau studieren und sich bei Unsicherheiten in der Apotheke beraten lassen.

MUCİZE AYNALAR

Altı farklı Aziz Nesin hikayesinden uyarlanan "Mucize Aynalar", hayallerini gerçekleştirmek için çabalamaktan hayatlarını yaşayamayan insanların hikayesini konu ediyor. Hayallerini gerçekleştirmek isterken tökezleyen, kendi dünyalarındaki güzellerin farkına varamayan ve onları kaybetme tehlikesi ile karşı karşıya kalan insanların yaşamına odaklanılan "Mucize Aynaları"ın yönetmen koltuğunda Tolga Örnek otururken, filminin oyuncu kadrosunda Cengiz Bozkurt, Boran Kuzum, Şebnem Bozoklu, Eren Demirbaş, Zerrin Sümer gibi isimler yer alıyor.

Yönetmen: Tolga Örnek

Tür: Komedi

Oyuncular: Cengiz Bozkurt, Şebnem Bozoklu, Eren Demirbaş, Boran Kuzum, Zerrin Sümer ...

İKİ GÖZÜM AHMET:
SÜRGÜN

İki Gözüm Ahmet: Sürgün, 28 Ekim 1957 yılında Malatya'da doğan ve 16 Kasım 2000'de Paris'te hayata gözlerini yuman Ahmet Kaya'nın 43 senelik kısa ömründeki yaşam ve toplumsal mücadelesini konu ediyor. Çocukken babasının aldığı saz ile müzik hayatına başlayan Ahmet Kaya, yıllarca verdiği mücadelenin ardından ülkenin en ünlü sanatçılarından bir olur. Gençlik yıllarında çeşitli işlerde çalıştıktan sonra arkadaşlarının yardımı ile albüm yapan Ahmet Kaya, söylediği şarkılardan dolayı kendisini adliye koridorlarında bulur ve zorunlu olarak gittiği Paris'te kardeşlik için mücadelesini sürdürür.

Yönetmen: Gani Rüzgar Şavata, Hakan Gürtop

Tür: Dram

Oyuncular: Özgür Tüzer, Aleya Solaker, Serdar Orçin, Ruhi Sarı, Metin Yıldız...

SİNEMA
KOLİK

AŞK FİLMİ

Aşk Filmi, film çekimi için gittiği görüşmelerde hayatını değiştirecek şeyler yaşayan genç bir kadının hikayesini konu ediyor. Gece, hayatı ve eğlenceye düşkün bir kadın olan Yaz, topmodellik yapmaktadır. Tesadüf eseri yeni çekilecek olan bir aşk filmi için görüşmelere giden Yaz, deneme çekimi yapılacağı sırada filmin yönetmen Uzay ile tatlı bir inatlaşmaya girer. Ancak bu inatlaşma ona, hayatını derinden etkileyecek ve unutamayacağı bir aşk acısı yaşatır.

Yönetmen: Deniz Denizciler

Tür: Dram, Romantik

Oyuncular: Cemre Baysel, İlhan Şen, Onur Büyüktopçu, Hande Katipoğlu, Erkan Petekkaya, İrem Yüksel...



HEP YEK: AŞİRET

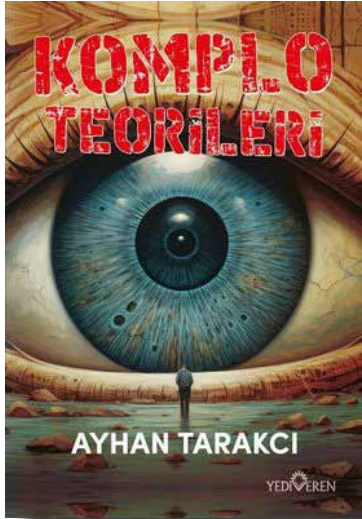
Hep Yek: Aşiret, mafyanın kızını bir aşiretin elinden kurtarmaya çalışan Gürkan ve Altan'ın başlarına gelenleri konu ediyor. Altan ve Gürkan, Yasemin'in düğünden kaçmasına neden olur. Bu durum üzerine ikili, İç Anadolu'nun en tehlikeli mafyasının kızı olan Yasemin'i, Hakkari'deki aşiretin elinden geri almak için zorlu bir maceraya girer. Bu süreçte Ejder ve Engizisiyon Cemal'in ölüm tehditleri ile boğulan Altan ve Gürkan, Yasemin'i geri almaya çalışırken bir bir çuval inciri berbat ederek kendilerini türlü saçmalıkların içerisinde bulurlar.

Yönetmen: Bilal Kalyoncu

Tür: Komedi

Oyuncular: İnan Ulaş Torun, Önder Açıkbaş, Savaş Satış, Berdan Mardini, Merve Cin, Ufuk Özkan...





KOMPLO TEORİLERİ

Bu kitabın amacı aklınızı birbirinden girift komplo teorileriyle bulandırıp dehşete düşürmek değil. Ben sadece ünlü komploların orijin hikâyelerini anlatmak istiyorum çünkü sandığımızın aksine birçoğunun kaynağı bilimsel bir kanıt ya da çalışmaya dayanmıyor. Azıcık derine kazmaya başladığınızda karşınıza ya eski bir bilim kurgu öyküsü ya da ilgi çekmek isteyen bir gazetecinin veyahut şizofreninin sınırlarında gezen sahte bir peygamberin yalanları çıkıyor. İşte bu kitapta sizlere 51. Bölge'den düz dünyaya; piramitlerden Reptilianlara ünlü teorilerin aslında nereden doğduğunu ve nasıl yayılıp çarpıtıldığını göstermek için elimde geleni yaptım. Milyonların inandığı hikâyelerin doğduğu kaynakları gördüğünüzde neler düşüneceğinizi gerçekten de çok merak ediyorum.

Yazar: Ayhan Tarakci

Yayınevi: Yediveren Yayınları



AURA

Kendi iç dünyamız ve ilişkiler okyanusunda ne kadar çaba gösterirsek gösterelim yine de en büyük engel kendimiziz. Yaşanmışlıklarda pişmanlık, gelecekte kaygı, şimdide ise büyük bir boşluk var. Eğer kendi oluşturduğumuz engelleri geçemezseniz olduğunuz yerde kalırsınız. Elinizdeki bu kitapta Hakan Özkan'ın ilişki, öz benlik, kaygı, yalnızlık gibi insanların hiçbir zaman kaçamayacağı temel problemler için hazırladığı çalışmaları ve yazılarını bulacaksınız. Kitap bittiğinde kaçmaktan yorulduğunuz problemlerle daha cesurca ve kendinize güvenerek yüzleşeceksiniz. Ardından hayatınıza yeni bir sayfa açıp kendinizden emin bir şekilde yeni hayatınıza "Hoş geldin!" diyeceksiniz.

Yazar: Hakan Özkan

Yayınevi: Olimpos Yayınları

OKUYAN NESİL

MAVİ SİSLERDEN

Her aile kendi hikayesini fısıldar; bazıları sessizce yaşanırken, bazıları ise derin izler bırakır. "Mavi Sislerden" ile Mehmet Erdem bu izlerin peşine düşüyor ve okuyucuyu, duygusal labirentlerle dolu bir yolculuğa çıkarıyor. Acının ve umudun iç içe geçtiği bu yolculukta, kayıpların ardından kalan boşluğu, sevginin iyileştirici gücünü ve insan ruhunun dayanıklılığını keşfedeceksiniz.

Bu kitap, kaybın yarattığı boşluğu doldurmanın, anlam arayışının ve insan ruhunun kırılabilirliği ile gücünün öyküsünü anlatıyor. Mehmet Erdem'in zarif kaleminden dökülen "Mavi Sislerden", kaybedişlerin ve buluşların, acıların ve sevinçlerin iç içe geçtiği yaşamın kendisine dair derin bir meditasyon sunuyor.

Yalnızca bir ailenin değil, her birimizin iç dünyasına dair evrensel soruları da beraberinde getiriyor. "Mavi Sislerden", ailenin, yasin ve yeniden buluşmanın hikayesi.



Yazar: Mehmet Erdem

Yayınevi: Memento Mori Yayınları

BEZ BEBEK

Arnavutluk'un Cirokastra şehrinde, varsıl bir aile olan Dobiler'in kızı "Bez Bebek", on yedi yaşındayken renkli ve cıvıl cıvıl baba evinden kasvetli Kadare konağına gelin gider. Gizli odaları, geçitleri, hatta zindanı olan bu üç yüz yıllık konağın ve oradaki yaşamın soğukluğu Bez Bebek'i zaman içinde "yiyip bitirmeye" başlar. Kayınvalidesinin ölümüyle biraz olsun rahatlayacakken, bu sefer de oğluyla, yani İsmail Kadare'yle yaşayacağı kuşak çatışması dert olur başına. Ait olduğu dünyanın ve dolayısıyla kendisinin yavaş yavaş geride kaldığını; âdeta kâğıttan, bezden yapılmışçasına hafifliği ve naifliğiyle bir gölge gibi geçip gittiğini fark eder.

Çağdaş Arnavut edebiyatının en büyük ismi kabul edilen İsmail Kadare'nin 1994'te kaybettiği annesine vefa borcunu ödediği romanı Bez Bebek, Şebnem Degni'nin çevirisiyle...

Yazar: İsmail Kadare

Yayınevi: Jaguar Kitap





Boğa: (21 Nisan -20 Mayıs)

Arkadaşlarınıza ayırdığınız zamanın bir bölümünü de sevgilinize ayırın. Bu günlerde kendisini çok ihmal edilmiş hissediyor. Bunu dile getirmiyor ama her an patlayabilir. İş hayatınızda güzel dostluklar kurmuşsunuz. İçinde olduğunuz dayanışma işleri kolaylaştırıyor, başarıyı getiriyor. Para sıkıntılarınız geçmişe oranla giderek azalıyor. Elinize geçecek yüklü bir para, sizi maddi olarak oldukça rahatlatacak.



Yengeç: (22 Haziran – 22 Temmuz)

Aklınızda iş ve aşk yaşamınızda yapmanız gereken değişiklikler var, olumsuz ihtimaller harekete geçmenizi engelliyor. Her şeye rağmen cesaretli olmalısınız. İşinizle ilgili konularda olumlu kararlar alabileceğiniz ve üstlerinizden destek görebileceğiniz bir gün. Çalışmalarınızın karşılığını parasal açıdan görmek keyfinizi yerine getirebilir.



Aslan: (23 Temmuz – 23 Ağustos)

Berber olduğunuz kişi yaşamındaki huzursuzlukları sizinle paylaşmak istiyor ve zaman zaman kapris yapıyor. Sevgilinizle iletişim zorluğu yaşayacağınız bugünlerde, kelimelerinizi dikkatli seçin. Çalışma hayatında ayrıntılar üzerinde daha çok durmalısınız. Birlikte çalıştığınız kişilerin hislerine ve gereksinimlerine karşı ilgisizlik duymaz her şeyi altüst edebilir.

Koç: (21 Mart – 20 Nisan)

Sevgilinize karşı olan duygularınızı sorgulayabileceğiniz bir ay. Bu durumda hissettiklerinizi ve sebeplerini anlamaya çalışın. Çalışma hayatında ayrıntılar üzerinde daha çok durmaya çalışın. Çabalarınız gözden kaçmıyor, ilgiyle izleniyorsunuz. Başkalarının hislerine ve gereksinimlerine karşı ilgisizlik duymaz her şeyi altüst edebilir.



İkizler: (21 Mayıs - 21 Haziran)

Partnerinizin size karşı hırçın ve anlayışsız davrandığını düşünüyorsunuz. Sevgiliniz bir art niyet taşıyor. Sonradan üzülmemek için iyi düşünün. Gereksiz bir gurur yüzünden kaçırdığımız iş teklifinin, bir dostunuz aracılığıyla yeniden yapılmasını sağlamaya çalışacaksınız. Ödemeler konusunda sıkıntıya girmemek için bugünden tedbirli olmaya çalışın.



Başak: (24 Ağustos – 23 Eylül)

Üzerinizde etki bırakacak kişileri doğru yorumlamaya ve kendi duygularınızı anlamaya dikkat edin. Aşk hayatınıza dair olan olayları düşünüp, uygun çözümler bulmaya çalışmalısınız. Yavaş yavaş duygularınız durulmaya başlayacak. Uzun süredir aklınızda olan bir projenize bugün ilk adımı atmayı düşüneceksiniz. Sizi mevcut koşullarınızdan kurtaracak her tür işe açkınsınız.



Terazi: (24 Eylül – 23 Ekim)

Sevgiliniz sizin yaşam kaynağınız. Kesinleşmemiş konular kafanızı kurcalarken, geleceğe ilişkin umutlarınız gittikçe yoğunlaşıyor. Yalnız ilişkinizin ciddiyetini yavaş yavaş aile büyüklere de anlatmaya başlamalısınız. Kariyerinizi doğrudan etkileyecek bir toplantıda bulunmanız mümkün. Soğukkanlı olmanız ve kontrolü elden bırakmanız gerekiyor.



Yay: (23 Kasım – 21 Aralık)

İşlerinizde yoğunlaşmanız nedeniyle aşk hayatınızda bazı sıkıntılar olabilir. Partneriniz aşka sizin gibi bakmıyor! Aslında gayet açık sözlü, rahat bir insan olmanız rağmen, gereksiz yere ketum olmaya çalışıyorsunuz. İşinizde daha yüksek bir performans elde etmek aslında elinizde. Biraz daha planlı ve programlı hareket etmeli, strateji kurmaya çalışmalısınız.



Oğlak: (22 Aralık – 20 Ocak)

Sevgilinizle bir soğukluk yaşıyorsunuz. Daha ilgili ve anlamaya yönelik bir yaklaşım aranızdaki sorunları çözebilir. Bugünlerde her zamankinden daha fazla sorumluluk üstlenmek zorunda kalabilirsiniz. İşinizle ilgili olumlu gelişmeler olurken resmi evraklarla ilgili bazı sorunlar yaşamaz mümkün. Parayla ilgili bazı sorunlarınızı çözebileceğiniz bir ay.

Kova: (21 Ocak – 19 Şubat)

Sevginizi ifade etmede zorluk çekebileceğiniz bir gün. Sağlıksız bir ilişkiyle sürdürülen bir gönül oyunundan rahatsızlık duyuyorsunuz. Bu ilişkiyi bir düzene sokmaya çalışın. İşleri iyi dağıtmanıza rağmen başınızı kaşıyacak vaktiniz yok. Sizi epeyce yoracağınız günler bekliyor. Harcamalarınızı kontrol edecek birine ihtiyacınız var.



Akrep: (24 Ekim – 22 Kasım)

Karşıt düşünceli olduğunuz sevgilinizin düşüncelerine saygı duymazsanız, ilişkiniz uzun sürmez. Çelişkide olduğunuz konuların sizin için olan önemini değerlendirin. Bir-iki gündür sınırlarınız biraz gergin. Bu gerginlik size yanlış işler yaptırabilir. Tartışmalardan uzak durmanız yarar var. Duygularınızın karmaşıklığı ve aceleciliğiniz, maddi konularda hatalı davranmanıza yol açabilir.



FRANKFURT BAŞKONSOLOSLUĞU
Adres: KENNEDYALLEE 115-117, 60596
FRANKFURT AM MAIN
Telefon: 00 49 69 713 773
Faks: 00 49 69 713 77 485
konsulat.frankfurt@mfa.gov.tr
http://www.frankfurt.bk.mfa.gov.tr
Görev Bölgesi: Hessen Eyaleti



MAINZ BAŞKONSOLOSLUĞU
Adres: AN DER KARLSSCHANZE 7, 55131
MAINZ
Telefon: 00 49-6131 98 26 00
Faks: 00 49-6131 83 51 19
konsulat.mainz@mfa.gov.tr
http://mainz.bk.mfa.gov.tr
Görev Bölgesi: Rheinland Pfalz ve Saarland
Eyaletleri

NÜRNBERG BAŞKONSOLOSLUĞU
Adres: REGENSBURGER STR.69 90478
NÜRNBERG DEUTSCHLAND
Telefon: Santral:00 49-911 946 76-0
Faks: 00 49-911 46 89 62
konsulat.nuernberg@mfa.gov.tr
http://www.nurnberg.bk.mfa.gov.tr
Görev Bölgesi: Kuzey Baviera ve Thuringen
Eyaletleri

tipWIN

Goldbacher Str. 13 (Passage) - 63739 Aschaffenburg



**Yayıncı ve
Yayın Direktörü**

Mehmet Bütev
0151 - 23003316
vitrin-magazin.de, info@vitrin-magazin.de
vitrin magazin
Mitglied des Presseverband: DVPJ

Fotos

Art Gallery
VITRIN Magazin

Haber Editörü

Mehmet Bütev

Titelseite

Frankfurt Türk Tiyatro Festivali

**Konular Editörü
Avukat
Moda ve Stil**

Hilal Bütev
Elif Burcu-Karakoc
Elif Er

Jeglicher Nachdruck ist nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlags gestattet.
Das Magazin ist nicht verantwortlich für die Anzeigentexte, Anzeigenbilder und Galariebilder.
Die von dem Verlag gestalteten Anzeigen unterliegen dem Urheberrecht.



MIRACLE OF DENIM

WWW.MIRACLEOFDENIM.COM
@MIRACLEOFDENIM