

Bizim Aachen

AACHEN VE ÇEVRESİ İÇİN TÜRKÇE DERGİ | 07



Kültür & Sanat > 6
Zeynep Bakşı Karatag



Gündem > 8
Seçim sonuçları



İçimizden biri > 13
Sevgi Sakar

“Peki ama biz kaç kişiyiz?”

AACHEN VE ÇEVRESİNDEKİ NÜFUS YAPILARI



Çevre > 21
Aachen Ormanı



Başka işler yapanlar > 19
Erdoğan Dakman

ÜCRETSİZ

Haziran / Temmuz 2014

1200 YILLIK
AACHEN TARİHİNİ
2400 m²
ALANA SİĞDİRDİK

7 Haziran
Cumartesi

Saat 14'de:
Aachen Arkaden'de
„Şarlman Yılı“
Açılış Töreni

Saat 16'da:
Bir „Şarlman
Figürü“nün bağış
amaçlı açık artırması

Aachen Arkaden

Alışveriş Merkeziniz

www.aachenarkaden.de

İÇİNDEKİLER

- 4 AKTÜEL | Üstün Gözler**
- Elektronik Oturma İzni Kartı
 - Alsdorf'ta müslümanlar için mezarlık
- 5 NE? NEREDE? NE ZAMAN?**
- Aachen ve çevresinde Haziran ve Temmuz aylarındaki bazı önemli etkinlikler
- 6 KÜLTÜR VE SANAT**
- Zeynep Bakşi Karatag: "Ustalardan beslediğim ruhuma, kendimden de birşeyler katıp güzel eserler yorumlamak istiyorum..."
- 8 GÜNDEM**
- Seçim sonuçları
- 9 BİR KONUDA FİKRİNİZİ ALALIM**
- Alman dostlarımız bizim hakkımızda olumlu veya olumsuz neler düşünüyorlar?
- 10 GENEL KÜLTÜR**
- Almanya'daki resmi ve dini tatiller
- 11 FİKİR FIRTINASI | Muhsin Ceylan**
- Partilerde Asli Alman Kastı
- 12 BUNLARI BİLİYOR MUYDUNUZ?**
- CHIO Aachen 11 Temmuz'da başlıyor
 - Türkiye'den Almanya'ya göçün 50. yılından önce gelenler
- 13 İÇİMİZDEN BİRİ**
- Sevgi Sakar: Aachen Belediye Meclisi için tek bayan adayımızdı
- 14 BUNLARI BİLİYOR MUYDUNUZ?**
- Aachen'in kardeş şehirleri
- 15 KAPAK KONUSU**
- "Peki ama biz kaç kişiyiz?" Aachen ve çevresindeki nüfus yapıları
- 18 YALNIZ DEĞİLSİN! | Dr. Sıla Yüce Çıtır**
- Panik Bozukluğu
- 19 BAŞKA İŞLER YAPANLAR**
- Erdoğan Dakman
- 20 PERDE ARKASI | Necip Tokoğlu**
- Eski tatiller
- 21 ÇEVRE SAYFASI**
- Aachen Ormanı ve yürüyüş yolları
 - Bio-Garanti Belgeleri
- 22 SUDOKU SAYFASI**
- 23 BİLMECE SAYFASI**
- 24 SİZ VE BURCUNUZ**
- Bayanların burçlara göre giyim tarzları
 - Burçlara göre parfüm (1): Su grubu burçları
 - Haziran ve temmuz aylarında doğanların ruh halleri
- 25 KADIN SAYFASI**
- 2014 Yaz sezonunun moda trendleri
 - Minik yavrularımızı beslerken nelere dikkat etmeliyiz?
 - Evinizde işlerinizi kolaylaştıracak küçük ve faydalı bilgiler (1)
- 26 SAĞLIKLI YAŞLANMA**
- Hızlı yaşlanmamak için nelere dikkat etmeliyiz?
- 27 ÖNCE SAĞLIK | Dr. Murat Kopuk**
- Ayak mantarına dikkat!
 - Erken teşhis hayat kurtarır!
 - Dikkat: Bu yaz böcek ve haşareler artacak!
- 28 BULMACA SAYFASI**
- 29 YEMEK KÜLTÜRÜ**
- Türkiye'nin Lezzet Haritası (Böl.5): Karadeniz mutfağı
 - Yaz yemekleri tarifleri
- 30 ÇÖZÜMLER SAYFASI**
- Bulmaca, sudoku, bilmece çözümleri
 - Bizim Aachen Dergisi Reklam, İlan, Tanıtım Fiyatları
- 31 KENDİNİZİ TEST EDİN**
- Şekillerle Karakter Testi

BAŞLARKEN

Değerli Okurlarımız,

Dergimizin ikinci yılında, yedinci sayımızla sizlerle tekrar birlikteyiz. Sizler bu sayımızı okurken, bizler bu ay sonuna kadar çıkarmamız gereken diğer üç Almanca dergimizin hazırlığı ile uğraşiyor olacağız. Yani haziran ayı içinde toplam dört adet dergi hazırlamamız gerekiyor. Hepsinin toplamı tam 184 sayfa. Yazılar ve resimler toplanacak, bir araya getirilerek sayfalar hazırlanacak, sonra baskıya gönderilecek ve dağıtılacak. Toplam olarak tam 43.000 adet dergi. Bu kez sayfa sayımızın biraz az olmasının da nedeni bu.

Kapak konusu olarak bu sefer hep şu merak ettiğimiz konuyu seçtik: "Peki ama biz kaç kişiyiz?" Sizleri fazla sayıya boğmadan, konuyu basit biçimde incelemeye çalıştık. Şimdi kaç kişi olduğumuzu, kaçımızın Alman pasaportu olduğunu biliyorsunuz.

Her seferinde yazdığımız gibi, dergimizin kapısı katkı sunmak isteyen herkese açık. Yazmak veya bir katkı sunmak isterseniz, bizi aramanız veya bir mail yollamanız yeterli. Eğer ele alınmasını istediğiniz belli bir konu olursa, bunu da bizlere bildirebilirsiniz...

28 Haziran'da Ramazan başlıyor. Oruç tutan herkese şimdiden "Allah kabul etsin!" diyelim ve çok erken olmasına rağmen bayramınızı kutlayalım.

Ağustos ayı başında yine ilginç konu ve konukların yer alacağı yeni sayımızla sizlerle olmak dileğiyle.

Sağlıkla kalın...

Günel Günel



KÜNYE

Sahibi: FACTOR: G MEDIEN & IDEEN

Adalbertsteinweg 26, 52070 Aachen

Tel.: 0241 / 990 78 68 **Fax:** 0241 / 990 787 44

E-Mail: dergi@bizimaachen.de

Internet: www.bizimaachen.de

Yayın Yönetmeni: Günel Günel

Yayın Ekibi: Serpil Erdemir, Muhsin Ceylan, Sadık Toraman, Funda Şen, Necip Tokoğlu, Dr. Sıla Yüce-Çıtır, Üstün Gözler, Dr. Murat Kopuk.

Baskı: Mainz Druck & Verlag | Aachen

Dergi adeti: 5.000

Yasal uyarılar: Yayınlanan tüm yazı ve fotoğrafların yasal hakkı firmamıza aittir. Yazılı izin alınmadan hiçbir yerde kullanılamaz; aksi durumlarda yasal işlem başlatılır. İsim belirtilerek yazılan yazıların, gönderilen fotoğrafların sorumluluğu o kişilere aittir.

Büro saatleri: Hafta içi hergün saat 10 ile 17 arası.

AKTÜEL

Elektronik Oturma İzni Kartı (Aufenthaltstitel)



Alsdorf'ta müslümanlar için de bir mezarlık var:

Geçen sayımızda sizlere *Aachen Hüls*'de bulunan mezarlıktan bahsetmiştim. Gelecek birkaç sayımızda da Aachen'in çevresindeki mezarlıklar hakkında bilgi vermek istiyorum.

Alsdorf'un *Kellesberg* semtinde bulunan genel mezarlıkta müslümanlar için de bir bölüm ayrılmıştır. Buradaki mezar yerleri 25 yıla kadar kiralanabiliyor. Üstelik, arzu edilmesi durumunda bu kiralama hakkı uzatılabilir.

Aachen'da olduğu gibi, burada da cenazelerin bir tabut içerisinde gömülmesi zorunludur.

Kellesberg mezarlığında maalesef islami usullere göre cenazelerin yıkılabileceği bir gusülhane mevcut değildir. Fakat Alsdorf'a bağlı bir yerleşim yeri olan Mariendorf'taki DİTİB Camisi'nde bu tür ihtiyaca cevap vermek için bir gusülhane inşa edilmiştir. İslami usullere uygun cenaze yıkama işlemi burada belli bir ücret karşılığında yapılmaktadır.

Kellesberg mezarlığıyla ilgili daha geniş bilgi almak için:
Alsdorf Belediyesi
Mezarlıklar Dairesi
Hubertusstr. 17, 52477 Alsdorf

Katja Nelles ve Nadine Baerten
Telefonlar:
02404/50 349 ve 02404/50 362
E-Posta:
katja.nelles@alsdorf.de
müracaat edilebilir.

Okurlarıma sağlıklı bir yaşam ve huzurlu, imanlı ölüm diliyorum. Selam ve saygılarımla...



Üstün Gözler
0178 / 849 05 25



Kartın ön tarafı



Kartın arka tarafı

1 Ekim 2011 tarihinde yapılan yeni bir düzenlemeyle, daha önce pasaportların içindeki sayfalara yapıştırılan oturma izni uygulaması iptal edilerek, elektronik oturma hakkı kart sistemine geçildi.

Türkiye Cumhuriyeti Dışişleri Bakanlığı da aldığı bir kararla, eski pasaportların Avrupa normlarına uygun bir hale getirilmesi için yeni pasaport düzenlemesi getirdi. Hala mavi renkli olan eski pasaportu kullananların 2015 yılı sonuna kadar bu pasaportlarını yenilemeleri gerekiyor. Bu nedenle hala eski pasaportu olanlara 2015 yılı sonuna kadar uzatma süresi veriliyor. Bu tarihe kadar pasaportların mutlaka yenilenmesi gerekiyor.

Yeni oturma kartı uygulaması 2012 yılı Temmuz ayından itibaren başladı. Bu kart için önceleri 60 € alınırken, itirazlar sonucu Sosyal Mahkeme kararıyla 1 Temmuz 2013 tarihinden itibaren bu rakam 28,80 €'ya düşürüldü.

Bu kartı almak için gereken belgeler ise şöyle: Eski ve yeni pasaportlar, yeni oturma hakkı almak için doldurulacak sarı başvuru belgesi (bu belgeyi başvuru için gittiğinizde, yabancılar dairesinde alıp dolduracaksınız), bir adet biometrik vesikalık resim. Eğer ARGE'den sosyal yardım alıyorsanız, durumunuzu belirten bir belge de gerekiyor.

Kart başvurusunu mutlaka kendiniz yapmanız gerekiyor. Başvuru sonrasında yaklaşık 6 hafta işlemler sürüyor. Berlin'den size kartınızın düzenlendiğine dair bir yazı geliyor. Bu yazıda kartınızı aynı anda imza olarak da kullanmak isterseniz diye size bir kod numarası yollanıyor. Eğer kullanmak isterseniz, bu kod numarasını bulunduğunuz yerdeki yabancılar dairesine bildirmeniz lazım. Fakat bizler bunu sakıncalı bulup genelde yaptırmıyoruz. İstemediğiniz takdirde bu kod numarasının bir özelliği kalmamış oluyor ve başvurmanız da gerekmiyor.

Berlin'den gelen bu yazıdan yaklaşık iki veya üç hafta sonra yabancılar dairesinden yeni kartınızın geldiğine dair bir mektup geliyor. Kartı almak için bizzat kendinizin gitmesi gerekiyor. Eğer zamanınız yoksa birine vekalet verebilirsiniz. Bu durumda o kişinin sizin eski ve yeni pasaportlarınızla birlikte, kendi pasaportunu veya nüfus belgesini de götürmesini öneririm.

Bu konuda daha fazla bilgiyi yabancılar dairesindeki Uyum (*Integration*) Bürosu'ndan alabilirsiniz. Büro her Çarşamba saat 15:00-17:30 saatleri arası açık oluyor. Kendiniz direk oraya giderek veya bu saatler arasında 0241 / 519 823 15 numaralı telefonu arayarak bilgi alabilirsiniz.

Üstün Gözler



**Osmanlı İmparatorluğu
ve Türkiye Cumhuriyeti
Koleksiyon Pulları**
Necip Tokoğlu
www.turkey-philately.com
Tel: 02405 / 89 80 90



NE? NEREDE? NE ZAMAN?

AACHEN VE ÇEVRESİNDE HAZİRAN VE TEMMUZ
AYLARINDAKİ BAZI ETKİNLİKLER

**KARL DER GRÖSSE
MACHT • KUNST • SCHÄTZE**
BÜYÜK ŞARLMAN
GÜÇ • SANAT • HAZİNE
20 Haziran - 21 Eylül 2014 arası

Tarihi belediye binası, hazine dairesi ve yeni kurulan Şarlman Merkezi'nde üç büyük sergi düzenleniyor. Şarlman döneminden kalma eserlerin yer aldığı sergilere girişler ücretli. Grup ve gençlere indirimler uygulanıyor. İsternirse tüm sergiler için tek bir bilet almak da mümkün (14 €). Sergiler her gün saat 10'dan itibaren ziyarete açık.



15. MULTIKULTIFEST
15. ÇOKKÜLTÜRLÜ FESTİVAL
15 Haziran 2014 Pazar

Festival bir yürüyüşle başlıyor ve bütün gün süren gösterilerle devam ediyor. 50'den fazla standla farklı kültürler kendilerini tanıtıyorlar.



DEUTSCHLAND FÜR ANFÄNGER
YENİ BAŞLAYANLAR İÇİN ALMANYA
27 Haziran 2014 tarihine kadar

Aachen'da Reichweg 30 adresinde bulunan Nadelfabrik'te açılan sergi oldukça ilginç. Alman alfabesindeki 26 harften yola çıkılarak hazırlanan sergide A'dan (Arbeit) Z'ye (Zukunft) kadar her harf için biraz ciddi, biraz ironik, biraz esprili konular seçilmiş. Sergi pazartesten perşembe gününe kadar saat 08-18, cuma günleri ise 08-14 saatleri arasında gezilebilir. Girişler ücretsiz.



HEILIGTUMSFAHRT 2014
KUTSAL ZİYARET 2014
20 - 29 Haziran 2014 arası

Her yedi yılda bir düzenlenen dini etkinlik nedeniyle Aachen'a 100.000 civarında kişinin hacı olmak için geleceği tahmin ediliyor.

MELAN[®]
macht Märkte

Her an size yardıma hazırız
Tel.: 0241-18 95 400
www.melan.de

porta!

Am Gut Wolf, Aachen

27.07.

03.10.

real-

Breslauerstr., Aachen

29.06.

03.08.

OBI

Debyestr., Aachen

19.06.

16.11.

Uniklinik APAG P2

Pauwelsstr., Aachen

15.06.

13.07.

toom

Schumanstr., Würselen

22.06.

20.07.

METRO

Schumanstr., Würselen

08./09.06.

06.07.

internet üzerinden de başvurabilirsiniz



ZURICH[®]

Alles aus einer Hand!

• **Kraftfahrt**

> PKW

• **MultiPlus**

> Unfall

> Hausrat

> Wohngebäude

> Haftpflicht

> Rechtsschutz

Herşey tek elden ve sadece tek kişi muhatabınız!

MultiPlus Paketimizle rahat uyku uyuyabilirsiniz!



**Zurich Generalvertretung
Necmi Çetir**



Wilhelmstr. 38, 52070 Aachen

Tel.: 0241 9977 0404

Fax: 0241 9977 0407

E-Mail: necmi.cetir@zurich.de

www.zurich.de





Zeynep Bakşı Karatag: "Ustalardan beslediğim ruhuma, kendimden de birşeyler katıp güzel eserler yorumlamak istiyorum..."

Würselen Belediyesi'nden bir kişi dergi büromuzu telefonla arayarak, dergi olarak bizleri 29 Mart akşamı gerçekleştirilecek bir konsere davet etti. Zeynep Hanımı ilk kez orada tanıma ve dinleme fırsatımız oldu. Harika bir konserdi. Bir saat süren konserden sonra sohbet ederken bir röportaj sözü de almıştık kendisinden. İşte o söyleşi...

Zeynep Hanım ne zaman ve nerede doğdunuz?

1974 yılında, sayısız şiir ve şarkıya ilham olmuş İstanbul'da yaşama merhaba demişim. Her daim özlenen bu masalsı şehirde dünyaya gelmekle şanslı bir başlangıç yaptığımı düşünüyorum. Almanya'ya gelene değin hep orada yaşadım.

Müzikle ilk tanışmanız ne zaman oldu?

Belki bir film repliği gibi olacak ama güneşin doğduğu efsane topraklardan gelmişiz. Anadolu'dan... Annem ve babam yıllar önce Dersim'den İstanbul'a göç etmişler. Her ne kadar metropolde yaşıyor olsanız bile, köklerinizin olduğu topraklar başınızın tacı oluyor. Tıpkı evimizin duvarında asılı duran babamın üç telli curası gibi.

Kendisi de bir halk ozanı olan babamın curasından çıkan duygulu, içli, sihirli her bir dokunuş, sadece bir tını olmaktan çıkıyordu benim için. Kulağıma, dilime, yüreğime asılı kalan her bir türkü gitmem gereken yolu gösterir gibiydiler.

Yani çocuklukta evde başladı bu tanışma. Daha sonra bir müzik eğitimi aldınız mı?

Bu anlamda ilk adımı orta ve lise eğitimimi bitirdikten sonra, 1996 sonlarında Müjdat Gezen Sanat Merkezi'nde attım diyebilirim. Burada sevgili Seha Okuş hocadan solfej dersleri aldım. Bu sayede onun kadife sesinden sayısız türkü dinleme fırsatım oldu. Seha hocanın da teşvikiyle 1997 yılında İstanbul Üniversitesi Devlet Konservatuvarı sınavlarına girdim ve kazandım. Okulu üçüncü yılında evlenme nedeniyle yarım bıraktım.



Almanya'ya geliş süreciniz başladı. Burada neler yaptınız müzikle ilgili olarak?

Aslında bütün planlarım müzik üzerineydi ve tam bu istikamette birşeyler yaparken birdenbire önceliklerim değişti. Karşınıza biri çıkıyor, aşık oluyorsunuz ve herşeyi arkanızda bırakmayı göze alabiliyorsunuz. Bende olduğu gibi... 1999 yılında eşim Murat'la yaşamı paylaşmaya, hayatımızı birleştirmeye karar verdik ve bu vesileyle Almanya'ya gelmiş oldum.

Bu yeni başlangıç, müzikten kopuşu da beraberinde getirmiş oldu diyebilirim. Önceliklerin yeri tekrar değişti. Sadece yolunu, izini, dilini bilmediğin bir ülkeye değil; hayatına girmiş bir dolu insana da adapte olma durumundasın. Bu zorlu bir süreç oldu. Sonrasında aileye katılan iki nefes, iki küçük yürek... Oğullarım Barış ve Deniz... Kısacası 10 yılı aşkın bir süre müzikle ilgili herşeyi askıya almak zorunda kaldım.

Müziğe yeniden dönüşünüz nasıl ve ne zaman oldu?

Ne kadar uzun ara verirseniz verin, içinizde var olan her daim canlı kalıyor. Şarkı söylemek benim için yemek, içmek, uyumak, nefes almak gibi karşısında duramadığım birşey... Doğru vaktin geldiğini düşünerek 2012 yılında eşimle dinlemekten ve söylemekten keyif aldığımız eserler üzerinde çalışmaya başladık.

ZEYNEP BAKŞI KARATAG



Bize biraz müzik tarzınızdan ve prodüksiyonlarınızdan bahseder misiniz?

Kendisi de bir müzisyen olan eşim Murat, yapılmış olanı yapmayalım, farklılığımız olsun telaşı ile değil de, kendi kulak zevkimize uygun düzenlemeler yaptı. Şimdiye kadar defalarca yorumlanmış ve düzenlenmiş eserler bu aranjelerle farklı bir hal aldılar. Dinleyici olarak ta yenilerden ziyade, eski dönemin müziğine takılıp kaldığımız için, ortaya çıkan sonuç tamamen bizi yansıtıyordu. Cahit Berkay, Fikret Kızılok, Edip Akbayram, Timur Selçuk, Selda Bağcan gibi sanatçıların 1970'li yıllarda yaptığı tarzın, günümüzün modern batı müziği ile birleşmiş hali diyebiliriz. Tabii bu arada Pir Sultan Abdal, Karacaoğlan, Kul Himmet, Kul Nesimi, daha yakın tarihe gelecek olursak Aşık Veysel, Aşık Mahsuni Şerif, Nesimi Çimen, Neşet Ertaş gibi saymakla bitmeyecek halk ozanlarına olan aşk da var. Onlarla beslediğimiz ruhumuza kendimizden de birşeyler katıp güzel eserler sunmak istiyoruz.

Başlangıçta yaptığımız çalışmaları sadece kendimiz için yapıyor, kendimiz dinliyorduk. Hepsini olmasa bile, bazı eserleri bir süre sonra Youtube kanalı ile internette paylaşmaya başladık. Bu videolar zamanla Facebook ve Twitter gibi sosyal medyada da paylaşılmaya başlandı ve bir dinleyici kitlesi oluşturduk diyebilirim. Yine sosyal medyadan bana ulaşıp „Artık bir albüm

yapma zamanı gelmedi mi?“ diye sorular oluyor. İlerleyen zamanda çalışmalarımızı bir albümde toplayabiliriz.

Geçtiğimiz Mart ayında Würselen Altes Rathaus'da bir konser verdiniz. Okurlarımıza biraz o konserden bahseder misiniz?

Würselen Belediyesi'nden Silke Tamm-Kanj ile 8 Mart Dünya Kadınlar Günü çerçevesinde yapılan bir proje idi bu: „Lieder&Lyrik“. Nazım Hikmet, Gültan Akın ve yeni dönem şairlerin şiirlerini, seslendirdiğim eserlerle buluşturdum. Çoğunluğunu Alman konuklarının oluşturduğu güzel bir katılım oldu. Hiç bilmedikleri bir dilde, tanımadıkları bir müzikle insanların yüreklerine dokunup, mutlu bir şekilde evlerine

uğurladık. İstedığımız tam anlamıyla buydu zaten.

Müziğe pratikte tekrar dönmüş oldunuz. Bundan sonraki projelerinizden biraz bahseder misiniz? Başka konserler olacak mı yakında?

Aldığımız pozitif reaksiyonlardan dolayı „Lieder & Lyrik“ konseptini belli aralıklarla sahneye taşımak istiyoruz. Böylelikle hiçbir etnik köken, dil, din ayırımı yapmaksızın topraklarımızdaki değerlerimizi canlı tutabilmek adına bir katkı sağlamış olacağız. Ayrıca multikültürel çalışmalara ve entegrasyon adı altında yapılacak projelere dahil olmamız için öneriler var.

Son olarak söylemek istediğiniz birşey var mı?

Son olarak ekleyebileceğim; şartlarınız el verdiği sürece, ertelediklerinizi öne çekip hayata geçirmeniz. Her bireyin sadece kendisi için ayrabileceği bir zaman dilimi olmalı... Şarkı söyleyin, dans edin, seyahate çıkın, mutlaka dünya klasiklerinden bir kitap okuyun... Tek bir yaşam hakkımız var; en iyi şekilde kullanalım... Güzelliklerle kalın...

Bu güzel sohbet için size çok teşekkür ederiz. Yeni konserlerinizi sabırsızlıkla bekleyeceğiz.

Günel Günel

Lieder & Lyrik
aufgespannt zwischen
Orient & Okzident

Zeynep Karatag (Gesang)
Katharina Blasel (Violine)
Ralf Hollnack (Gitarre)
Konstanze Weber-Hilfer (Querflöte)
Anush Manukian (Rezitation)

29.03.2014, 20 Uhr
Kulturzentrum Würselen
Altes Rathaus Saal

Eintritt : freiwillige Gabe
Veranstalterin: Stadt Würselen,
Gleichstellungsstelle / Frauenplenum
Kulturstiftung Würselen

GÜNDEM

Seçim Sonuçları

25 Mayıs tarihinde bölgemizde farklı seçimler yapıldı. Avrupa Birliği Meclisi seçimi (*Europawahl*), Aachen Şehirler Bölgesi Valiliği (*StädteRegionsrat*) ve Meclisi (*StädteRegionstag*) seçimi, belediye başkanlığı ve belediye meclisi seçimleri ile uyum meclisleri seçimleri.

Bu seçimlerin sonuçlarına kısa kısa değinelim istedik. Kim nerede kazandı? Bizlerden kazananlar oldu mu? Katılım oranları ne durumdaydı?

Avrupa Birliği Meclisi

Aachen Şehirler Bölgesi (*StädteRegion*) Avrupa Parlamentosu'nda iki sandalyeye sahip. Seçimlerde oy kullanma oranı % 53,5 oldu. İşte kazananlar:



Martin Schulz
(SPD)



Sabine Verheyen
(CDU)

Aachen Şehirler Bölgesi Valiliği

Adaylardan hiçbiri yeterli çoğunluğu alamadığı için 16 Haziran'da en çok oyu alan iki aday (CDU ve SPD) arasında yeni seçim yapılacak.

Aachen Şehirler Bölgesi Meclisi

Oy kullanma oranı % 52,07 oldu. 72 sandalyeli mecliste bizim adaylarımızdan kazanan olmadı. Asıl üzücü olan ise, aşırı sağcı söylemlili AfD ve Neo-Nazi partisi olan REP birer sandalye elde ederek meclise girdiler. NPD'den bir kişi Stolberg'te, REP'ten bir kişi de Alsdorf'ta şehir meclisine girdi.

Bölgede Seçimi Kazanan Belediye Meclisi Üyelerimiz

Bizim insanlarımız da bir çok yerde meclis üyeliği için değişik partilerde seçim yarışına katıldılar. Seçimlere giren adaylarımızın hepsini tebrik ederiz. İşte onların içinde seçimleri kazanan altı insanımız. Başarılar diliyoruz!



Sait
Başkaya
Aachen
(Piraten)



Sadi
Ünal
Alsdorf
(SPD)



Reyhan
Akkuş
Baesweiler
(SPD)



Sadettin
Özdemir
Baesweiler
(SPD)



Uğur
Uzungeliş
Eschweiler
(SPD)



Demet
Jahwer
Würselen
(SPD)

Belediye Başkanlığı Seçimleri

Roetgen hariç 9 yerde seçim yapıldı. Baesweiler ve Herzogenrath'ta adaylardan hiçbiri gerekli olan % 50 oyu alamadı ve seçimler en çok oyu alan iki aday arasında yenilenecek. Oy kullanma oranları % 47 ile % 65 arasında idi. İşte kazananlar:



Marcel Philipp
Aachen (CDU)



Alfred Sonders
Alsdorf (SPD)



Rudi Bertram
Eschweiler (SPD)



Margareta Ritter
Monschau (CDU)



Karl-Heinz Hermanns
Simmerath (CDU)



Tim Grüttemeyer
Stolberg (CDU)



Arno Nelles
Würselen (SPD)



Seçimler
yenilenecek

Uyum Meclisi Seçimleri

Monschau, Roetgen ve Simmerath'ta uyum meclisi yok. Seçimlerin yapıldığı yerlerdeki oy kullanma oranları ise % 9 ile % 18,5 arasında değişiyor. Yani oy kullanmaya ilgi maalesef çok az. İşte kazananlarımız:

Aachen Uyum Meclisi (14 sandalye)

- Eyüp Özgün
- Safi Özbay
- Leyla Kalkan
- Cengiz Uluğ

Alsdorf Uyum Meclisi (10)

- Önder Günay
- Ender Günay
- Metin Öden
- Çetin Öden
- Aynur Karakaruk
- Aliye Demir
- Mevlüt Zorlu
- İbrahim Kaçınmaz
- Selahattin Doğanç

Baesweiler Uyum Meclisi (10)

- Reyhan Akkaş
- Kazım Karakök
- Serkan Yalçın
- Gülay Gürbüz
- Hakan Sarıoğlu
- Zeynep Tosuncuk
- Abdullah Eldemir
- Ümit Akçay

Eschweiler Uyum Meclisi (11)

- Ferdi Küsek
- İlker Zaman
- Yasemin Turhan-Şahintürk
- Pelin Zaman-Müller
- Perihan Sürücü
- Cevat Mengi

Herzogenrath Uyum Meclisi (10)

- Mustafa Bir
- Saziye Cirişoğlu
- Ramiz Ahmetoğlu
- Ayşe Önder
- Derya Kalyoncu
- Duygu Emine Tarasi

Stolberg Uyum Meclisi (10)

- Ahmet Ekin
- Meryem Dilsiz
- Hatice Alıcı
- Turgay Sacu
- Erol Kılıç
- Gürhan Doğan
- Recep Yılmaz
- Selda Başarır

Würselen Uyum Meclisi (10)

- Demet Jawher
- Üstün Gözler
- Çağdaş Türkyılmaz
- Sevgi Ramacher
- Necati Öztürk
- Müjgan Fitnat Kösemek

BİR KONUDA FİKRİNİZİ ALALIM

Alman dostlarımız bizim hakkımızda olumlu veya olumsuz neler düşünüyorlar? Bizim nelerimizi takdir ederken neler onların gariplerine gidiyor?



Bu sayımızda biraz değişiklik yapalım dedik ve sorularımızı Alman dostlarımıza yönelttik.

Bizim hakkımızdaki olumlu veya olumsuz düşüncelerini; gariplerine giden taraflarımız olup olmadığını bilmek istedik. Verdikleri yanıtların bazıları zaten bildiğimiz şeyler ama ilginç yorumlar da almadık değil.

Dergimizde yaptıkları yorumları onların resimleri ve isimleriyle yayınlayacağımızı söylediğimizde ise pek sıcak karşılamadılar. Yanlış anlaşılma korkusu sezdik. Bu nedenle de onların bizim hakkında yaptıkları yorumları isim belirtmeden genel bir yazı şeklinde sunmaya karar verdik.

Hatta onların hiç değinmedikleri ama bizim merak ettiğimiz konulardaki düşüncelerini bile sorduk ve ilginç yanıtlar aldık.

Onlar sadece kendi yorumlarını yaptılar. Haklı olup olmadıklarına herkes kendisi bu yazıyı okuyup karar verecek.

Funda Şen ve
Günal Günal

Bizlerle komşuluk ilişkileri

Pek çoğu bizlerle komşu olmayı istiyor. Aile içindeki sıcak ortam ve komşularla olan ilişkilerimize ve yardımseverliğimize hayranlar. Biz de onlara şu atasözümüzü anlatıyoruz: "Ev alma, komşu al!"

Türk marketlerinden alış-veriş yapmak

Hepsinin ortak kanısı aynı. Marketlerimizi çok iyi buluyorlar: Temiz, taze ve hesaplı fiyatlar! Yalnız raflardaki bir çok ürünle nasıl bir yemek yapabileceklerini bilemiyorlar. Biz de, bu durumda, onlara marketteki personele sorabileceklerini söylüyoruz.

Bazıları bizleri çabuk öfkelenen insanlar olarak görüyorlar

Herhangi bir tartışmada hemen parlayan, kavgaya hazır kişilermiş gibi algılıyorlar. Onlara sadece bizim değil; İtalyan, İspanyol, Yunanlı gibi Akdeniz'den gelenlerin ortak bir özelliği olduğunu söylüyoruz.

Camiye yakın bir evde oturmak

Hemen hemen hepsine bunu biz sorduk: Camiye çok yakın bir evde otursalar ezan sesinden rahatsız olurlar mı? Söyledikleri; "Birkaç gün garibime gider, sonra alışırım. Kilisenin ya da trenyolunun kenarında oturanlar birkaç gün sonra o sesi duymuyorlar." Onlara birşey demiyoruz ama tolerans denen şey işte bu olmalı.

Erkek çocuklarımıza paşa muamelesi

Kız çocuklarımıza erkek çocuklarımız kadar özen göstermiyormuşuz. Dışarıda veya okullarda gördükleri örneklerden yola çıkarak böyle bir kaniya varmışlar. Kız çocuğunun hiç bir önemi yokmuş gibi algılıyorlar. Bunun genel olmadığını anlatsak ta, verdikleri örneklere diyecek söz bulamıyoruz.

Eleştiriye fazla açık değilmişiz

Herhangi (genelde işyerinde) bir tartışmada, yapılan eleştirilere fazla açık olmadığımızı, sürekli kendimizin haklı olduğunu iddia etmeye çalışmamızı anlamadıklarını; yapılan olumsuz bir eleştiriyi hemen "yabancı düşmanı" bir tavırmış gibi algılamamıza üzülmüyorlar. Bir de, bir tartışmadan sonra ertesi gün, onların konuyu unutmalarına/kapamalarına rağmen, bizlerin uzun bir süre aynı konuya takılıp kaldığımızı, konuyu kapatmadığımızı söylüyorlar. Bu konuda hepimiz biraz düşünmeliyiz.

Hoşlarına giden veya gariplerine giden bazı yönlerimiz

- Düğünler için onbinlerce Euro harcamamız ve geline takılan onca altın. "Demek ki evliliğe çok önem veriyorsunuz" diyorlar.
- Çok sakacıymışız. "Birbirinizle alay edercesine sakalaşıp, sonra birlikte gülüyorsunuz".
- Kadınlarımız erkeklerimize oranla daha şık ve bakımlıymış. Kendilerini geliştirme konusunda da daha öndelermiş.
- Çok misafirpervermişiz. Evde konuklarımızı çok iyi ağırlıyormuşuz. Hatta düğünlerimizde davet edilmeyen kişilerin bile kolaylıkla katılabiliyor olması birinin dikkatini çekmiş.
- 6. Nazar boncuğunun neyi sembolize ettiğini hepsi merak ediyor. Bir de bıçak, makas gibi şeyleri uğursuzluk getirir diye elden ele vermememiz dikkatlerini çekmiş.
- Bayanların dini nedenlerle başörtüsü takmalarını normal bulmalarına rağmen, çok küçük yaşta kızların kapanmalarını garipsiyorlar.
- Evlerimizde hergün çok çeşitli ve farklı yemekler pişirmemiz de dikkatlerini çekmiş. Mutfak kültürümüze hayranlar.
- Bazılarımızın, evlerde ayakkabılarını kapının dışında merdiven boşluğuna bırakmaları gariplerine gidiyor.

YENİ AACHEN'da

Fahrschule

ASLAN

E-Mail: AslanFahrschule@hotmail.com

A

MOTOR

B

ARABA

BE

Araba + Römork

Adalbertsteinweg 46
52070 Aachen

Tel: 0241 / 951 805 22
Fax: 0241 / 951 805 23
Mobil : 0177 / 50 55 444

Büro Saatleri:
Pazartesi - Perşembe: 12:00 - 19:00
Cumru: 12:00 - 17:00
Cumartesi: 10:00 - 13:00

SÜRÜCÜ KURSU



"Bugün tatil!" Aachen'da hangi tarihte hangi bayram kutlanır?

Bu sayımızda tüm Almanya'da resmi tatil günü olarak kutlanan resmi ve dini bayramları tanıtmaya çalışacağız. Bunların dışında farklı eyaletlerde kutlanan dini bayramlar var. Biz burada sadece Kuzey Ren Vestfalya eyaletinde kutlanan iki dini bayramdan bahsedeceğiz. Diğer bayram ve anma günlerini de başka bir sayımızda ele alacağız.

Ülke Çapındaki Resmi Bayramlar



Yeni Yıl (Neujahr)

31 Aralık'ı 1 Ocak'a bağlayan gece (yılbaşı gecesi) yeni yıl başlangıcı olarak kutlanır. Diğer ülkelerde olduğu gibi, Almanya'nın her yerinde yılbaşı eğlenceleri yapılır ve yeni yıl gece yarısı yapılan havai fişek gösterileriyle karşılır. **1 Ocak** tüm ülke çapında resmi tatil günüdür.



İşçi Bayramı (Tag der Arbeit)

1 Mayıs dünyanın bir çok ülkesinde olduğu gibi işçilerin bayramıdır. Alman Sendikalar Birliği (DGB) 1 Mayıs günü sabahı bir çok şehirde yürüyüş ve mitingler düzenler. Bir önceki akşam "Mayıs'a giriş dansı" (Tanz in den Mai) sloganı altında müzikli eğlenceler yapılır. Böylece eski bir gelenek yaşatılarak, ilkbahar mevsimi ve Mayıs ayının gelişi kutlanır. Bu gece gençler ismine "Maibaum" denilen süslü ağaç dallarını sevgililerinin evlerinin girişine dikerler. Bu süslü ağaç ilkbahar aylarının üretkenlik sembolüdür.



Alman Birliği Günü

(Tag der Deutschen Einheit)

3 Ekim 1990 tarihinde Batı ve Doğu Almanya'nın resmi antlaşma yaparak birleştikleri gündür. Bir çok toplantı düzenlenerek günün anlamı hakkında konuşmalar yapılır.

Ülke Çapındaki Dini Bayramlar

Almanya'daki dini bayramların bazıları tüm ülke çapında kutlanırken, bazıları eyaletlere göre değişir. Bunun nedeni bazı bayramların katolik, bazılarının ise protestan bayramı olmasıdır. Alman nüfusunun yarısı katolik, diğer yarısı ise protestandır. Kuzey Ren-Vestfalya eyaleti katoliklerin yoğun olduğu bir bölgedir. Aachen'daki hristiyanların 3/4'ü katolik, geri kalan 1/4'i ise protestandır.



Paskalya (Ostern)

Paskalya Hristiyanlığın en önemli ve kilise takviminin temel bayramıdır. Kilisenin bu en eski bayramı Hazreti İsa'nın ölümü (çarmıha gerilişi) ve yeniden dirilişi (Paskalya Pazarı) anısına yapılır. Çarmıha geriliş ve yeniden diriliş Hristiyanlığın temel inançlarıdır. Ölüm bir son olarak değil, bir kurtuluş olarak anımsanır. Paskalya bayramı her yıl ilkbahar dolunayından sonraki ilk Pazar günüdür. Paskalya'dan önceki Cuma günü (Karfreitag) ve Paskalya Pazartesi'si (Ostermontag) resmi dini bayram günleridir.



İsa'nın Göğe Yükselişi (Christi Himmelfahrt)

Paskalya'dan sonraki 40. gün İsa Peygamberin göğe yükselişi anlamına gelen dini "Christi Himmelfahrt" bayramıdır. Bu bayramın içeriği İsa'nın babaya (Allah'a) ulaşmasıdır. Bu bayram, Pantkot yortusundan dokuz gün önceki Perşembe gününe rastlar.



Pantkot Yortusu (Pfingsten)

Pazar (Pfingstsonntag) ve Pazartesi (Pfingstmontag) günlerinden oluşan Pantkot yortusu Paskalya bayramından sonraki 50. güne rastlar. İsa Peygamberin müritlerine kutsal ruhun pantkot yortusunda malum olması,

Hristiyanlaştırma hareketinin başlangıcı sayılır. Pantkot yortusu bu nedenle kilisenin doğuşu olarak ta nitelenir. Pazartesi dini tatil günüdür.



Noel (Weihnachten)

Noel bayramı üç gün devam eder. 24 Aralık, "Kutsal Gece" (Heilige Nacht), İsa Peygamberin doğum tarihi olan birinci Noel günü (**25.12.**) ve ikinci Noel günü (**26.12.**). 24 Aralık akşamı Hristiyan aileler birbirlerine karşılıklı olarak hediye sunarlar. Hediye dağıtılması esnasında Noel ağacının mumları yakılır. Noel şarkıları söylenir. Çocuklara hediyelerin Noel Baba (Weihnachtsmann) veya İsa Peygamberi çocuk olarak gösteren tasvirler (Christkind) tarafından getirildiği anlatılır. Bazı aileler hediyeleri dağıtması için Noel Baba kostümlü birisini tutarlar. Birinci ve ikinci tatil günlerinde çoğu hristiyan kilisedeki bayram ayinlerine katılır.

Kuzey Ren Vestfalya Eyaletindeki Dini Bayramlar

Katolik Yortusu (Fronleichnam)

Katolik yortu töreni Pantkot yortusundan sonraki ikinci Perşembe günü kutlanır. Almanca "Fronleichnam", kelimesi "fron" (Tanrı) ve "leichnam" (vücut) kelimelerinden oluşur. Katolik kiliselerinde düzenlenen ayinlerde ekmek ve şarap (ki bunlar İsa'nın etini ve kanını temsil eder) yenilerek kutlanır. Baden-Württemberg, Bavyera, Hessen, Rheinland-Pfalz, Saarland, Saksonya ve Thüringen eyaletlerinde de dini tatil günüdür.

Azizler Yortusu (Allerheiligen)

Azizler Yortusu **1 Kasım** günü kahramanlar ve ölenlerin anılarıyla birlikte kutlanır. Bugün mezarlıklar ziyaret edilir ve mezarlar çiçek ve mumlarla süslenir. Katolik kilisesine ait mezarlıklarda mum yakılır. Mum ışıkları ölenleri aydınlatan ebedi ışığı sembolize eder. Baden-Württemberg, Bavyera, Rheinland-Pfalz ve Saarland eyaletlerinde de dini tatil günüdür.



Partilerde Aslı Alman Kastı

Geçtiğimiz ay, Mahalli seçimler, Avrupa Parlamentosu (AP) ve Uyum Meclisleri için sandığa gittik. Partilerin ve adaylarının perçemleri kesilip kucaklarına düştü. Almanya'daki AP seçimlerinin galibi, % 2,6'lık oy kaybına rağmen % 35,3'le Hıristiyan Birlik Partileri (CDU/CSU) oldu. Sosyal Demokrat Parti (SPD) ise % 6,5'lik oy artışıyla % 27,3'e yükseldi. Bu seçimlerde Almanya'da, en büyük hezimetini yaşayan parti, liberal Hür Demokrat Parti (FDP) oldu. AB karşıtı söylemleri ile tanınan göçmen düşmanı aşırı sağcı, sağ populist partiler ilk defa meclise girerken, Almanya'da ilk kez barajsız yapılan AP seçimleri, % 48,1 katılımı gerçekleşti. Seçmen, ekonomik kaygılarını sandığa yansıtarak, aşırı sağcı ve sağ populist partilerin oylarını artırıp, onları hiç beklenmedik bir güçle AP'ye göndererek, merkez partilerine ciddi bir uyarıda bulundu.

Tek cümleyle AP seçim sonuçları değerlendirilmesi: Seçimlerde Avrupa Parlamentosu'nun 3 büyük grubu Hıristiyan Demokratlar, Sosyalistler ve Liberaler oy kaybederken, aşırı sağ grupların oy oranında büyük artış kaydedildi, seçimlere aşırı sağ gruplar damgasını vurdu. Fransa'da, aşırı sağcı Ulusal Cephe Partisi, oylarını tavan yaptırarak, ülkede "siyasi deprem" yaşattı.

Başbakan Merkel'in AB Komisyonu Başkanı adayı Lüksemburg'un eski Başbakanı Jean Claude Juncker. Büyük Koalisyon ortağı SPD'nin adayı ise Martin Schulz. Oldukça uzun süreceğe benzeyen pazarlıklar başladı. 28 üyeli AB'nin Komisyon Başkanı konusunda gelecek ay sonuna kadar ancak karar verilebilecek gibi gözüküyor. Bu kararda, Almanya'daki büyük koalisyon modelinin AP'ye taşınması bizleri şaşırtmamalı.

Bu sonuca nereden mi varıyoruz? Çok basit; Başbakan Merkel ile Başbakan Yardımcısı Gabriel'in ortak hareket et-

meye başlamalarından. Bakın, Gabriel ne diyor: "Sosyal demokratlar olmadan AB komisyonu başkanı seçilemez. Ekonomik kalkınma için yatırımları artırma, vergi kaçakçılığı ile mücadele, mali sistemler ile bankaların regüle edilmesi, gençler arasındaki işsizlikle mücadele, yeni göç ve mülteci politikalarının yürütülmesi ve adil vergi sisteminin yürürlüğe konması gibi hedeflerin yerine getirilmesi durumunda işbirliğine hazırız".

Eyaletimiz genelindeki yerleşim merkezlerinden 101'indeki Uyum Meclisi seçimlerinde ise, 1,2 milyon seçmenden 2010 senesindeki kullanılan 130 bin oy, 2014'de, 277 bine çıktı. 3.700 adayın yarıştığı bu seçimlerde eski katılım oranı % 4 oranında artarak, % 14 olarak gerçekleşti. Bölgemizden kimlerin nerelerde seçildiklerini **Bizim Aachen**'in elinizdeki sayısından isim isim öğrenmek de mümkün. Yeni seçilenlerin hepsine başarılar dilerken, toplum için hayırlı icraatlara imza atmalarını bekliyoruz.

AP seçimleriyle aynı gün Almanya'nın on eyaletinde yapılan yerel seçimlerden biri de, eyaletimiz Kuzey Ren Vestfalya'daydı. NRW Yerel Seçimlerinde, SPD, belediye başkanlıklarını muhafaza ederek, % 29,4'le oyla birinci, CDU % 27,2 ile ikinci, Yeşiller % 19,5'le üçüncü parti olurken, Sol Parti % 7, FDP % 5,1, AfD % 3,6 oy aldı.

17,5 milyon nüfuslu NRW'de, 4,26 milyon göçmen asıllı yaşıyor. Bu da eyalet sakinlerinin % 25'ine tekabül ediyor. Bu rakamlarla, mahalli seçimlere geçmek istiyorum. NRW'deki mahalli seçimlerde SPD, sahip olduğu belediye başkanlıklarını korudu. Ciddi herhangi bir sürpriz yaşanmadı. İkinci tura kalan Belediye Başkanı seçimlerinden de kayda değer bir değişiklik beklenmiyor. Alınan toplam oy sayısına bakıldığında ise, CDU, birinci parti çıktı bu mahalli seçimlerden.

Eyalet nüfusunun dörtte birini göçmen asıllıların oluşturduğu NRW'de, mahalli seçimlerdeki adaylara bakıldığında; bu oranı, bırakın seçilecek sıraları listelerin genelinde bile göçmen asıllı yeni yerlileri görmek, maalesef gerçekleşmedi. Bu da şu demek: Büyük merkez partiler, toplumdaki demografik yapıyı, siyasi aktörlüğe taşımakta oldukça hantal ve tutucu. Bu üst perdeden bakmayı terketmeyen merkez partiler, gidilecek her seçimde kan kaybetmeye devam edecektir. Bu gidişatta, aşırı sağcı, ırkçı populist partilerin işine yarayacaktır. Toplumun demografik yapısının kamuya ve siyasete taşınmadığı Almanya'da, bunun başlıca sorumluları, merkez partilerdir.

Şehrimiz Aachen'ın nüfusuna baktığımızda, toplumun beşte biri göçmen asıllı. Peki, bu oran şehrimizi idare edenler arasında ne kadar? Partilerdeki aslı Alman kastını kırmak dıştan çok kolay değil. Bunu bizzat partinin içindeki ileriye gören, vicdan sahiplerinin ve politik aklın yapması lazım. Yıldızlı sözlerle, kulağa hoş gelen süper paketlenmiş ifadelerle ileriye gidilemeyeceğini görmek için politoloji, sosyoloji okumuş olmak gerekmiyor. Mevcudun sürdürülmesi, merkez partilerin dışında herkese yarıyacaktır.

Alman vatandaşı olmayanların temsil edildikleri seçimle işbaşına gelenlerin bulunduğu tek kurum olan Uyum Meclisi uygulaması, ya meşguliyet ve arka bahçe olarak görülmekten çıkarılıp, şehrin diğer komisyonları gibi aynı haklarla donatılmalı, ya da bu uygulamadan vazgeçilmelidir. Partiler olarak sunduklarımız, vatandaşlar olarak da katılımlarımız noktasında kendimizle yüzleşmeye mahkumuz.

Aslında layıkıyla tartışmaktan itinayla kaçınılan, hep 'ama'larla başlayan cümlelerle tali yollara şuurlu bir şekilde yönlendirilen can yakıcı bu iki konunun detaylarına nasip olursa ileriki sayılarda girmek ümidiyle acilen hepimizin terketmesi gereken bu politik ikiyüzlülükle ilgili söyleyeceklerimizi şimdilik burada keselim...

Muhsin Ceylan



BUNLARI BİLİYOR MUYDUNUZ?



CHIO Aachen: Dünyanın en ünlü uluslararası at yarışları turnuvası bu yıl 11 Temmuz'da başlıyor



Bu yıl 99. kez düzenlenecek turnuva ilk kez 13 Temmuz 1924 tarihinde yapılmış. Laurensberg At Koşusu Derneği tarafından organize edilen turnuvanın adı "Uluslararası At Yarışları Turnuvası". Kısaltılmış **CHIO** adı ise yarışmanın İngilizce tercümesinin baş harflerinden oluşuyor.

İlk başladığından bugüne sürekli olarak farklı kategorilerin eklendiği yarışmalar ilk zamanlar 6 gün sürerken, son 16 yıldır 10 gün sürüyor.

At terbiyesi, zıplama, atlı araba yarışlarının yanı sıra bir çok farklı dalda

yapılan turnuvada ulusal ve uluslararası birçok ödül dağıtıyor. Hatta bazı büyük firmalar kendi adlarına ödül dahi koyuyorlar. Turnuvaya birçok Aachenlı gönüllü olarak yardımcı olurken, birçok firma da maddi yardımda bulunarak sponsor oluyor.

Yarışmalar nedeniyle, her yıl olduğu gibi, bu yıl da Aachen'a ziyaretçi akını bekleniyor. Ünlü konukların da boy gösterdiği yarışmaların bir kısmı televizyondan canlı olarak yayınlanıyor. Geçen yıl toplam olarak 360.000 bilet satıldığını belirtirsek, organizasyonun büyüklüğünü daha iyi anlatmış oluruz.

2007'den bu yana bir "Kardeş Ülke" uygulaması var. Bu yıl kardeş ülke İsviçre ve etkinliklerle kendi kültürlerini tanıtmaya olanağı bulacaklar.



2. Dünya Savaşı nedeniyle 1939 ile 1946 yılları arasında yapılamayan turnuva 1947'de tekrar başlıyor. 1986 yılında da Aachen'da gerçekleştirilen "Dünya Atlama Yarışmaları" nedeniyle CHIO iptal edilmiştir.

Gelecek yıl 100. kez düzenlenmesi planlanan turnuva, ne yazık ki Ağustos 2015 tarihinde Aachen'da yapılacak olan beş daldaki "Avrupa Kupası" nedeniyle üçüncü kez kesintiye uğramış olacak.

Daha fazla bilgi: www.chioaachen.de

Resimler © www.aachen-emotion.com



Bu resim, bir Berlin gazetesinde konuyla ilgili çıkan haberi gösteriyor.

Türkiye'den Almanya'ya göçün 50. yılından önce gelenler

Türkiye'den Almanya'ya çalışmak üzere işçi gönderilmesinin başlangıcı olarak, Türk-Alman İşçi Alımı Anlaşması'nın imzalandığı 31 Ekim 1961 tarihi

kabul edilse de Almanya'ya ilk gelenler Birinci Dünya Savaşı'nda yetim kalmış, yüzlerce öğrenci/işçi çocuktur. 314 kişilik ilk grup Nisan 1917 sonunda

Sirkeci'den askeri bir trene bindirilip on günde Berlin'e ulaşır.

En küçüğü 7 yaşındaki İbrahim olan 14-16 yaşlarındaki erkek çocuklarının olduğu bu ilk grup, Berlin'e gelince belediyeye ait binalarda misafir edilirler. Kısa süre sonra Koppenplatz'daki ilkokul (*Grundschule*) avlusunda Harbiye, Ticaret ve Ziraat nazırlıklarından temsilciler ve büyükelçi Tahir Bey'in huzuruna mavi pelerin ve mavi kepile çıkarıldıklarında Alman gazetelerine konu olurlar.

Gönüllü olan, ancak burada maden ocaklarında **üç yıl hiç maaş almadan** çalışacaklarından haberi olmayan, 200 çocuktan oluşan ikinci bir grup bunu takip eder. 1919 yılında ise bu yetimlerden ölmeyip sağ kalanlar, bir gemiye bindirilip geri gönderildiler.

Aachen Belediye Meclisi için tek bayan adayımızı

Sevgi hanım, sohbeti başlamadan önce, bize biraz kendinizi tanıtır mısınız?

Ben 37 yaşındayım ve Würselen'de doğdum. Üç kardeşin en büyüğüyüm. Aileme yakın olabilmek için halen Würselen'de yaşamaktayım ve bir oğlum var. 16 yaşından beri C&A'da çalışmaktayım. Oğlumun okula başlamasıyla, ben de abitur yapıp yeniden okumaya başladım. Şu an Köln Üniversitesi'nde hukuk okuyorum. Babam emekli maden işçisi. Bu yüzden Soma'daki maden faciası aklıma geldikçe derin bir üzüntü içindeyim. Buradaki şartlarla Türkiye'deki şartlar karşılaştırılmaz derecede farklı ve inşallah yakın bir zamanda Türkiye'deki çalışma şartları da gelişir. Vefat eden işçilerin ailelerine baş sağlığı dilerim!

Hukuk eğitimi bitirdikten sonra belirli bir hedefiniz var mı?

Hakim olmak istediğim için hukuk okuyorum. Beni hukuğun her alanı ilgilendiriyor ama en keyif aldığım ve ilgimi çeken bölüm medeni hukuk.

Hukuk eğitimi deyince, kitaplar arasında, sürekli okuyan, yazan biri geriyor hemen gözümün önüne. Başka şeyler için de zaman bulabiliyor musunuz?

Evet, bazen kitaplar arasında boğuluyorum, fakat aileme ve dostlarıma her zaman vakit ayırmaya çalışıyorum. Düzenli olarak spor yapıyorum. Spor salonunun yanında, dışarıda doğada da koşu yapmayı seviyorum. Bundan bir-iki yıl önce şirketler arasında düzenlenen maraton koşusuna katıldım ve fırsat bulduğumda tekrar katılmayı düşünüyorum. Ayrıca bir kaç hafta önce boks sporuna başladım.

Geçen hafta yapılan yerel seçimlerde SPD'den şehir meclisi için aday oldunuz. Ne zamandan beri politika ile ilgileniyorsunuz ve parti üyesisiniz?

Siyasete her zaman ilgim vardı. Bir gün arkadaşlarla üniversiteden dönerken, sadece siyaset hakkında konuşmamayı, aktif olarak katılıp bazı şeylerin gelişmesinde ve değiştirilmesinde katkıda bulunmamıza karar verdik. Böylece en kısa zamanda partilerin seçim programlarına bak-

tım ve SPD'ye üye olmaya karar verdim. İlk başta SPD'nin gençlik kolu olan Jusos'a ve Aachen doğu bölgesi cemiyetine katıldım. 2012'den beri de Aachen'in alt bölge yönetim kurulunda üyeyim ve 2013'den bu yana da Göç ve Çeşitlilik Çalışma Grubu'nun (AG Migration und Vielfalt) başkan yardımcılığı görevini yürütüyorum.



Aday olma fikri nereden doğdu? Siz mi kendinizi hazır hissettiniz yoksa partiden mi öneri yapıldı?

Partide şehir meclisi için adaylığa katılacak kişilere karar verildiğinde beni destekleyen ve şehir meclisinde görmek isteyen çok üye vardı. Kendi isteğim de olduğu için buna çok sevindim. Partim beni desteklediği için mutluyum ve bana bu fırsatı verdikleri için onlara çok teşekkür ediyorum.

Şimdiye kadarki seçimlere bakarsak, listedeki yeriniz çok iyiydi. Seçileceğinize adeta kesin gözü ile bakılıyordu, fakat olmadı. Ne oldu sizce?

Evet, parti listesindeki sırama bakacak olursak, şimdiye kadar yapılan seçim sonuçlarına göre kazanmam gerekiyordu. Çok yoğun bir seçim çalışması yapmamıza rağmen, SPD uzun bir zamandır görülmemiş bir oy kaybına uğradı ve maalesef ben seçilemedim.

Kafanızda Aachen'da çözüm bekleyen sorunlar olarak gördüğünüz şeyler nelerdi? Seçilmiş olsaydınız hangi konular üzerinde yoğunlaşacaktınız?

Aachen'da özellikle seçim bölgem olan Panneschopp bölgesinin geliş-

tilmesinde katkıda bulunmak istiyordum. Orada yaşayan ve çalışan vatandaşlarımızı desteklemeliyiz. Gençlerimizin kendilerini geliştirmelerini ve daha fazla olanaklara sahip olmaları için sağlam ve kalıcı bir ortam kurulmasının gerekli olduğunu düşünüyorum. Yaşlı vatandaşlarımız için de daha uygun yaşam şartları gerek. Bunlar öncelikli konularım olacaktı. Mahallemizin, oyun parklarımızın, spor tesislerimizin güvenliğinin ve temizliğinin sağlanması ve özellikle Elsassstrasse'nin çekiciliğini arttırmak lazım. Mevcut olan dükkanlarımızın kalıcılığını sağlamak ve yeni işyerlerinin açılması önemli konular.

Sizce, bizlerin en büyük sorunları neler?

Yukarıda belirttiğim konular aslında hepimiz için önemli olan ve her yerde sağlanması gerekli olan durumlar. Gençlerimizin meslek edinmesi ve iş hayatına sağlam ve güvenli bir şekilde katılmaları büyük bir sorun maalesef. Onlara sadece yön göstermek değil, fırsatlar da vermek gerekli.

Bundan sonra da aktif olarak politikaya devam edecek misiniz?

Tabii devam. Partideki çalışmalarına ve seçilen arkadaşlara destek olmaya devam edeceğim. Partide danışmanlık (Sachkundige Bürgerin) gibi bir görevim de var. Politikada yılmak olmaz. Partim beni sürekli destekliyor. Gelecek seçimlerde tekrar aday olacağım.

Okurlarımıza politikayla ilgilenmelerini, bir partiye üye olmalarını önerir misiniz?

Herkesin yoğun olarak siyasetle ilgilenmesini bekleyemezsiniz. Fakat haklarımıza sahip çıkmak ve korumak için siyasetle ilgilenmeliyiz. Hangi yaşta olursak olalım siyaset hepimizi etkiliyor. Bu yüzden fırsatları değerlendirmeleri lazım. Şimdi ve gelecekte huzurlu ve güvenli bir hayat yaşayabilmemiz, verdiğimiz kararlara bağlı. Bunun için oylarımızı kullanmamız ve düşüncelerimizi dile getirmemiz gerekiyor. Gençlerimiz eğer ilgi duyarlarsa elbette bir partiye üye olup katkıda bulunmalılar.

Bize zaman ayırdığınız için teşekkür eder, çalışmalarınızda başarılar dilerim.

Günal Günal

BUNLARI BİLİYOR MUYDUNUZ?

Aachen'ın Kardeş Şehirleri

Dergimizin ikinci sayısında Aachen'ın dokuzuncu kardeş şehri olan İstanbul/Sarıyer'i kapak konusu yapmış ve ileride Aachen'ın diğer sekiz kardeş şehrini de sizlere tanıtacağımızı söylemiştik.

Evet, Aachen'ın tam sekiz kardeş şehri daha var. Bunlardan birisi, iki Almanya'nın birleşmesinden önce Doğu Almanya'da olan, fakat şimdi ülke içinde olan bir şehir. Diğer yedisi ise başka ülkelerde. Amerika'dan Asya'ya kadar uzanan bir alanda bulunuyor bu şehirler.

Her kardeş şehrin Aachen'da birer derneği bulunuyor ve ilişkiler bu dernekler üzerinden yürütülüyor.

Montebourg / Fransa



Montebourg **1960** yılından bu yana Aachen/Walheim'in kardeş şehri. Montebourg, Fransa'nın kuzey batısında, Cotentin yarımadasında bulunan küçük bir sahil kasabası ve yaklaşık 3.000 nüfusa sahip. Montebourg'da ticaret ve tarım yapılıyor. Roma kalıntıları, Süt Müzesi ve manastırı görülmeye değer. Kurulan dernek daha çok aile, öğrenci ve sporcu değişimi alanlarına ağırlık veriyor.

Reims / Fransa



Reims şehri **1976** yılından bu yana Aachen'ın kardeş şehri. Fransa'nın kuzey doğusunda yer alan Reims yaklaşık 200.000 nüfusa sahip bir üniversite kenti. Teknik üniversitesi ve dünyaca ünlü şampanyaları ile tanınmıştır. Aachen'da kurulan dernek daha çok üniversite, aile, kültür, bilim, ekonomi ve spor alanlarına ağırlık veriyor ve sosyal-kültürel etkinlikler düzenliyor.

Halifax-Calderdale / İngiltere



Carderdale **1979** yılından bu yana Aachen'ın kardeş şehri. İngiltere'de Manchester şehrine yakın olan kent, 150.000 nüfusa sahip. Bankacılık, inşaat malzemesi ve şekerleme gibi sektörlerin geliştiği kentin doğa yapısı ve tarihi binaları da görülmeye değer güzellikte. Kurulan dernek daha çok okul, aile ve spor alanlarına ağırlık veriyor ve kültürel etkinlikler düzenliyor.

Naumburg / Almanya



Naumburg **1981** yılından bu yana Aachen'ın kardeş şehri. Sachsen-Anhalt eyaletinde bulunan kent yaklaşık 35.000 nüfusa sahip. Bağcılık ve şarap üretimine ağırlık verilen kent daha çok tarihi kilisesi ve binalarıyla önem kazanıyor. Kurulan dernek daha çok vatandaşların karşılıklı kaynaşmasına önem veriyor ve farklı derneklerin tanışmalarını sağlayacak etkinlikler düzenliyor.

Toledo / İspanya



Toledo **1985** yılından bu yana Aachen'ın kardeş şehri. Madrid'in 70 km güneyinde bulunan Toledo, 83.000 nüfuslu bir yerleşim birimi. Marsipan fabrikaları ve el sanatları ile ünlü Toledo'nun eski şehir merkezi UNESCO'nun "İnsanlığın Kültür Mirası" arasında yer alıyor. Tarihi kilise, cami ve sinagogları görülmeye değer. Kurulan dernek daha çok dil öğrenimi konusuna ağırlık veriyor.

Ningbo / Çin Halk Cumhuriyeti



Ningbo **1986** yılından bu yana Aachen'ın kardeş şehri. Çin'in doğusunda bir liman kenti olan ve üniversitesiyle de ünlü şehrin nüfusu 6 milyona yakın. Çin'in 2. büyük limanının olduğu Ningbo'da çelik, makina, tekstil ve gıda sektörleri çok gelişmiş. Tarihi tapınakları görülmeye değer. Kurulan dernek daha çok tıp ve bilim alanlarında bilgi alışverişine ve öğrenci değişimine önem veriyor.

Arlington / ABD



Arlington **1993** yılından bu yana Aachen'ın kardeş şehri. ABD'nin Virjinya eyaletinde bir nehir kenarında yer alan bir liman kenti ve yaklaşık 200.000 nüfusu bulunmakta. ABD'nin başkentinin hemen yanında yer alan kent, ünlü Pentagon binası ve tarihi eski asker mezarlığı ile tanınıyor. Kurulan dernek daha öğrenci değişimi alanına ağırlık veriyor ve kültürel ve müzik etkinlikleri düzenliyor.

Kostroma / Rusya



Kostroma **2005** yılından bu yana Aachen'ın kardeş şehri. Moskova'nın 300 km kuzeyinde yer alan kent yaklaşık 270.000 nüfusa sahip. Tekstil, hafif sanayi, ağaç işleri gibi faaliyetlerin öne çıktığı Kostroma, kuyumculuk sanatıyla da ünlü. 18. ve 19. yüzyıldan kalan tarihi binaları görülmeye değer. Dernek aile ve öğrenci değişimi konularına ağırlık veriyor ve kültürel etkinlikler düzenliyor.

KAPAK KONUSU: PEKİ AMA BİZ KAÇ KİŞİYİZ?

Aachen şehri ve Aachen Şehirler Bölgesi nüfus yapıları ve bizler

Her lafı geçtiğinde veya sorulduğunda tahminen birşeyler söylediğimiz bir konuyu ele aldık bu sayımızda kapak konusu olarak: Yaşadığımız şehir olan Aachen'ın nüfusu ne kadar? Kaç kişi yaşıyor bu şehirde? Bunların kaç yabancı, göçmen? Peki ama biz kaç kişiyiz?

Peki Aachen Şehirler Bölgesi'nin (Städte-Region Aachen - Aachen ve ilçeleri) nüfusu ne kadar? Hangi ilçe daha çok nüfusa sahip? Peki ama biz kaç kişiyiz?

Bu nedenle, Aachen Belediyesi ve Aachen Şehirler Bölgesi İstatistik Dairelerini telefonla arayarak, gerekli olan rakamları istedik. Yollanan rakamlar biraz karmaşıktı. Her bir daire farklı şekillerde rakamlar yollamış. Birinde olan bilgi bazen diğerinde yok. Bu nedenle ikisinde de ortak olan rakamları, sizleri sayılarla bunaltmadan özetlemeye çalışacağız.

Aachen'da genel olarak nüfus

31 Aralık 2013 tarihi itibarıyla (eldeki son bilgiler) Aachen'ın toplam nüfusu **249.746**; yani yuvarlak bir rakamla, bu şehirde 250.000 insan yaşıyor.

Bu nüfusun içinde erkekler kadınlara oranla biraz fazla. Bunun nedeni sınırlı Aachen Teknik Üniversitesi. Erkek öğrencilerin daha yoğun olduğunu sanıyoruz. Rakamlar şöyle:

Erkeklerin sayısı: 128.593
Kadınların sayısı: 121.153

Medeni duruma göre dağılım

Medeni duruma göre dağılımlar hayli ilginç. Aachen nüfusunun yarısı bekar. Medeni hale göre rakamlar şöyle:

Bekar: 126.207
Evlili: 91.273
Boşanmış: 17.890
Dul: 14.376

Evlilerin oranı yaklaşık % 35 civarında. Yani sadece her üç kişiden biri evli.



Katolikler mi, Protestanlar mı daha çok Aachen'da?

Aachen Katoliklerin yoğun olduğu bir şehir. Buraya kadarını biliyorduk. Burada çok ilginç bir rakam çıkıyor karşımıza. İstatistiklerde, kiliseye vergi verenler sayılmış sadece. Nüfusun yaklaşık % 47'si (119.147 kişi) Katolik; yaklaşık % 15'i ise Protestan (38.090 kişi) olarak belirtilmiş.

Diğer dinlere ait olan kişileri bile gözönüne alsak bu rakam çok düşük görünüyor. Sadece 157.237 kişi kilisele kayıtli Hristiyan. Yani nüfusun bir

kısmı kiliseye vergi ödememek için kiliselerle ilişkilerini kesmiş görünüyor. Diğer dinlere ait bilgiler ise ne yazık ki bize gelen bilgiler içinde yok.

Yaş gruplarına göre dağılım

0 - 17 arası: 34.660 (yaklaşık % 15)
18 - 29 arası: 61.535 (yaklaşık % 25)
30 - 49 arası: 64.412 (yaklaşık % 25)
50 - 64 arası: 44.345 (yaklaşık % 17)
65 ve üstü: 44.794 (yaklaşık % 18)

Burada 18 yaş altındakilerin azlığı dikkat çekici. Yaşlanan bir nüfus. Sokakta ki her üç kişiden biri 50 yaşın üstünde.

Bütün vergi hizmetleriniz için Aachen'daki yeni Yeminli Mali Müşaviriniz...



Wirtschafts- und Steuerberatungsgesellschaft mbH

Grüner Weg 19b
52070 Aachen · Germany

Telefon +49 (0) 241 - 60 84 45 10
Telefax +49 (0) 241 - 60 84 45 19
Mobil +49 (0) 176 - 22 128 671
www.cessur.de · info@cessur.de



YILMAZ BASER CESSUR

Geschäftsführer

Dipl.-Betriebswirt (FH)
Steuerberater

Fachberater für Sanierung und Insolvenzverwaltung (DStV e.V.)



„H2Owie schön“ – Ein Sommerabend am Wasser

Die Erzählerin Lotte von der Inde entführt ihr Publikum in eine Welt der Märchen und Geschichten.

Sonntag, 22.06.2014, um 20.30 Uhr im Kennedypark, Holzhäuschen am Teich

Bis 27.06.2014 | Deutschland für Anfänger: Die Ausstellung
Eine Ausstellung erklärt Deutschland.

In der Nadelfabrik, Montag bis Donnerstag von 8.00 bis 18.00 Uhr, Freitag von 8.00 bis 14.00 Uhr

05.07.2014 | Tag im Park
Kinderprogramm, Kabarett und Musik im Kennedypark, ab 15.00 Uhr

08.07.2014 – 27.07.2014 | Ukraine Heimat
Fotoausstellung in der Nadelfabrik



stadt aachen

KAPAK KONUSU:

Alman olmayan Aachenlılar

İstatistiksel rakamlar, kişilerin geldikleri ülkeler esas alınarak tutuluyor; o kişinin etnik kökenine bakılmıyor. Bize gönderilen rakamlara göre cebinde başka bir ülke pasaportu taşıyanların sıralaması şöyle:

Türkiye:	6.478
Polonya:	1.758
Çin:	1.651
Hollanda:	1.586
Yunanistan:	1.512
İtalya:	1.014
İspanya:	1.002
Bosna-Hersek:	1.000
Rusya:	991
Sırbistan:	949
Belçika:	922
İran:	830
Ukranya:	653
Fransa:	650
Fas:	602
Irak:	552

Bize gönderilen sayılar sadece bu 16 ülkeden gelenler. Sayıları 500'ün altında olanların ülkelerini yollamadılar.

Fakat burada tam net olmayan birşey var... Çifte vatandaşlığı olanlar bu rakamlara dahil mi? Yoksa bu kişiler bu rakamlardan çıkarılmışlar mı?

Tekrar tekrar yazışmalar sonucunda bu rakamların sadece o ülkenin pasaportunu taşıyanlar olduğunu anladık. Bize diğerlerinin sayıları da gerekiyordu. Bu konuda maalesef zar zor toplam rakamları alabildik. Buna göre oluşan tablo şöyle:

Yabancı pasaportlular:	36.732
Alman pasaportu (da) olanlar:	13.007
Toplam sayı:	49.739

Peki bu rakamlar içinde bizim sayımız ne kadar? Biz kaç kişiyiz?

Türkiye kökenli Aachenlılar

Bize gönderilen rakamlarda Türkiye kökenlilerin sayısı 6.478 gözüküyordu. Tekrar yazdık Aachen İstatistik Dairesi'ne. Sadece bir rakam yolladılar. Türkiye kökenli olarak Aachen'da Alman pasaportu (da) olanların sayısı 1.845.

Nihayet Aachen'da biz kaç kişiyiz sorusuna somut bir yanıt bulduk:
6.478 + 1.845 = **8.323 kişiyiz.**

Aachen İstatistik Dairesi'nin bize yolladığı iki sayfalık sadece Türkiye pasaportu ile burada yaşayanlar listesine baktığımızda (ki Alman pasaportu taşıyanlarda da aynı olacağını tahmin ediyoruz), burada da erkeklerin sayısının biraz fazla olduğunu görüyoruz. 6.478 kişinin 3.423'ü erkek, 3.055'i ise kadın. Sonuçta kaç kişi olduğumuzu biliyoruz. Peki bizim nüfusumuz da yaşlanıyor mu genel nüfus gibi?

Yaş gruplarına göre dağılımımız

31 Aralık 2013 tarihinde Aachen'daki en yaşlılarımız 85 yaşında gözüküyorlar. 2014'de bunlar 86 oldular ve 4 kişileri. Biz onlara sağlıklı yıllar dileyelim.

Bizlerin yaş gruplarına göre dağılımımız ise şöyle:

0 - 17 arası:	yaklaşık % 9
18 - 29 arası:	yaklaşık % 22
30 - 49 arası:	yaklaşık % 39
50 - 64 arası:	yaklaşık % 18
65 ve üstü:	yaklaşık % 12

Buraya bakarak 18 yaş altındaki nüfusumuz daha düşük diyebiliriz. 30-49 yaş grubundaki insan sayımız genelde göre oldukça yüksek. Bizlerde de 50 yaş üstündekilerin toplam oranı % 30. Bizler de bu toplumun geneli ile birlikte yaşlanıyoruz.

Şimdi Aachen'ın ilçelerine bir bakalım.



PEKİ AMA BİZ KAÇ KİŞİYİZ?

Aachen Şehirler Bölgesi'nin nüfusu

Buradan bize gönderilen sayılar daha yeni bir tarih: 7 Mayıs 2014. Burada Aachen'in nüfusu daha az olarak gözüküyor. Sanki beş ay içinde Aachen'dan 13.326 kişi çekip gitmiş gibi görünüyor. Biz bunu bir yana bırakıp, gönderilen sayıları inceleyelim.

Aachen Şehirler Bölgesi'ndeki yerleşimlerin nüfusları:

Aachen:	236.420 (bölgenin % 43,8'i)
Stolberg:	56.206 (bölgenin % 10,5'i)
Eschweiler:	54.671 (bölgenin % 10,1'i)
Alsdorf:	46.567 (bölgenin % 8,6'sı)
Herzogenrath:	46.564 (bölgenin % 8,6'sı)
Würselen:	37.206 (bölgenin % 6,8'i)
Baesweiler:	26.363 (bölgenin % 4,8'i)
Monschau:	12.085 (bölgenin % 2,5'i)
Simmerath:	15.122 (bölgenin % 2,8'i)
Roetgen:	8.312 (bölgenin % 1,5'i)
Toplam:	539.516 (toplam % 100'ü)

Yaş gruplarına göre dağılım

0 - 17 arası:	87.810 (yaklaşık olarak % 16,3)
18 - 29 arası:	93.420 (yaklaşık olarak % 17,3)
30 - 49 arası:	148.690 (yaklaşık olarak % 27,5)
50 - 64 arası:	103.840 (yaklaşık olarak % 19,3)
65 ve üstü:	105.760 (yaklaşık olarak % 19,6)

Bu rakamlarda ilk dikkati çeken şey, 50 yaş üstü nüfus oranının Aachen'a göre artıyor olması. Aachen'da nüfusun % 35'i 50 yaşın üzerindeyken, Aachen Şehirler Bölgesi'nde bu oran 38,9'a çıkıyor. 18 yaş altı ve 30-49 yaş arasındaki nüfusta da biraz azalma görülürken, 18-29 yaş arasındaki grupta bayağı bir artış (% 8) görüyoruz.

Nüfus sürekli yaşıyor; gerek Avrupa'da, gerek Almanya'da ve gerekse yaşadığımız bölgede. Yaşlanan kıta Avrupa ve en büyük sorun yaşlıların bakımı...

Göçmen bir geçmişi olanların oranı

Yollanan istatistikler arasında birşey dikkatimizi çekiyor. *Migrationshintergrund* (göçmen bir geçmiş). Bize yollanan (rakamlar yok, sadece % olarak var) oranların içinde çifte vatandaş olanların olduğundan şüphemiz kalmıyor.

Bölgedeki göçmen olanların şehir nüfusuna oranları:

Aachen:	% 30,0 (yaklaşık 70.926 kişi)
Stolberg:	% 21,4 (yaklaşık 12.029 kişi)
Eschweiler:	% 18,1 (yaklaşık 9.896 kişi)
Alsdorf:	% 25,7 (yaklaşık 11.967 kişi)
Herzogenrath:	% 20,7 (yaklaşık 9.406 kişi)
Würselen:	% 20,3 (yaklaşık 7.553 kişi)
Baesweiler:	% 26,2 (yaklaşık 9.907 kişi)
Monschau:	% 8,4 (yaklaşık 1.015 kişi)
Simmerath:	% 6,7 (yaklaşık 1.013 kişi)
Roetgen:	<i>maalesef istatistiksel bilgi yok</i>

Aachen, Alsdorf ve Baesweiler'de rakamlar % 25'in üstünde (her 4 kişiden biri). Herzogenrath, Stolberg, ve Eschweiler'de ise % 20 civarında (her 5 kişiden biri). Monschau ve Simmerath'da (ve sanırım Roetgen'de) ise bu oranlar % 10'un altına düşüyor.

Peki ama Aachen Şehirler Bölgesi'nde biz kaç kişiyiz?

Bu konuda bize yollanan maalesef bir tek rakam var: Türkiye kökenli göçmen bir geçmişi olanların Aachen Şehirler Bölgesi'ndeki (Aachen şehri dahil) sayısı.

Toplam: 16.290 (toplam nüfusa göre oranımız % 3) (Erkek: 8.436 ve kadın: 7.854)

Bu sayının **8.323**'ü Aachen şehrinde yaşadığına göre, geriye kalan (16.290 - 8.323 =) **7.967** kişi Aachen'in ilçelerinde yaşıyor demektir.

Günel Günel

• Bütünleme Sınavlarına Hazırlık

*Nachprüfungs-
vorbereitung*

• Tatil Kursları Ferienkurse



**Son başvuru tarihi:
10 Temmuz 2014**

**Anmeldeschluss:
10. Juli 2014**

Herşey
çocuklarımızın
başarısı ve
geleceği için...

Nachhilfezentrum
Aachen

Peterstr. 81/83 • 52062 Aachen
0241/46829014

www.nachhilfezentrum-aachen.de

Nachhilfezentrum
Mariadorf

Eschweilerstr. 70 • 52477 Alsdorf
02404/9030210

Panik Bozukluğu

Merhaba Sevgili Okurlar,

Bu sayıdaki konumuz
Panik Bozukluğu...

Panik bozukluğunu anlayabilmemiz için panik atağı, beklenti anksiyetesi ve agorafobi gibi kavramlar üzerinde durmamız gerekmektedir. Ancak sizi tanımlarla sıkmak istemiyorum. Bu nedenle isterseniz bu hastalığı bir örnek üzerinden anlamaya çalışalım.

Bir gün evde otururken aniden, göğsünüzde sıkışma, çarpıntı, baş dönmesi, terleme, vücudunuzda uyuşmalar, bulantı ve boğulma hissi yaşamaya başladınız. Pencereyi açmanıza rağmen hava alamıyor gibisiniz. Kendiniz ya da çevrenizdekileri tuhaf ve farklı hissediyorsunuz. İçinizi saran korku öyle güçlü ki, o an kalp krizi ya da beyin kanaması geçirdiğinizi, kontrolünüzü kaybedeceğinizi ve hatta öleceğinizi düşünmeye başladınız. Bu şikayetler yaklaşık 10 dakika gibi bir sürede giderek şiddetlendi ve yaklaşık yarım saat içinde (bazı kişilerde daha uzun sürebilir) kendiliğinden geçti. Belki bu sırada en yakın acil servise başvurduunuz ve yapılan tetkikler normal olduğu için, korkulacak bir durum olmadığı ve bazen stres ile bu şikayetlerin yaşanabileceği söylenerek taburcu edildiniz.

Yaşadığınız bu durum panik atağıydı.

Aradan belli bir süre geçti ve benzer şikayetleri bu defa da isteyken, okuldayken, arkadaşlarınızla otururken, televizyon izlerken ya da alışverişinizi yaparken tekrar yaşadınız. Yine o yoğun iç sıkıntısı, bunaltı, çarpıntı, nefes almada güçlük şikayetleriyle felç geçireceğinizi düşündünüz. Belki yine en yakın sağlık kurumuna başvurduunuz. Gerekli tetkikler yeniden yapıldı ama yeniden bir sorun olmadığı söylendi. Korkunuz artmaya başladı. Bu şikayetlere bir de bu atakların bir daha gelip gelmeyeceği, gelirse nerede, nasıl geleceği korkusu eklendi.

Bu durum ise beklenti anksiyetesi, yani korku ataklarının beklenmesi olarak tanımlanır.



Geçen zamanla birlikte bu korku atakları hiç beklemediğiniz anlarda sizi sık sık ziyaret etmeye başladı. Kontrolünüzü kaybetme, çıldırma ve ölüm korkusu hayatınızı etkilemeye başladı. Ya dışarıda kalp krizi ya da beyin kanaması geçirirsem, ya o sırada kontrolümü kaybedip kendime, eşime, çocuklarıma veya çevremdekilere zarar verirsem, garip davranışlar sergileyip insanlara rezil olursam, ya o sırada yardım alabileceğim kişi veya hastanelerden uzak olursam korkusuyla önlem alma ihtiyacı hissetmeye başladınız.

Başınıza bir şey gelirse korkusuyla dışarı yalnız başınıza çıkmaktan, evde yalnız başına kalmaktan, toplu taşıma araçlarına binmekten, işe gitmekten, kalabalık yerlere, çarşıya, pazara çıkmaktan, bazen asansöre binmekten, dar caddelerden geçmekten bile kaçınır hale geldiniz.

Bu yaşadığınız sorunun adı ise "Agorafobi", yani atağın geleceğini düşündüğünüz alanlardan kaçınma.

Kimileri için önlemler bir alandan kaçınmakla kalmaz. Baygın halde bulunurlarsa diye kişiler üzerinde yakınının, doktorunun telefon numarası ve adresini taşıyabilir, gittikleri yolun üzerinde herhangi eczane veya hastane olmasına özen gösterebilir, bayıldığında çalınacak korkusuyla takı takmayabilir veya kontrolünü yitirip kendisine ya da çevresindekilere zarar verme korkusuyla kesici aletleri bir dolaba kilitleyebilirler.

Kadınları erkeklerden daha fazla etkileyen panik bozukluğu ortalama 25-30 yaşlarında başlamaktadır. Bazı kişiler, gün içinde hepimizin yaşayabileceği hafif çarpıntı, terleme, baş dönmesi ve nefes alamama gibi duyumları yanlış değerlendirerek o an kalp krizi geçirdiğini, felç olacağını ve aklını yitireceğini düşünebilir. Beyindeki nörotransmitter denilen bazı hormon değişikliklerinin hastalığın ortaya çıkışında etkisi olduğu gösterilmiştir.

Tedavide bazı durumlarda uygun doz ve sürede ilaç, bazı durumlarda psikoterapi, bazı durumlarda ise hem ilaç hem de psikoterapi ile hastanın yaşam kalitesi düzeltilir.

Yinelemek zorundayım ki, burada üzerinde durulması gereken en önemli nokta; tedavinin bireysel olduğudur. Yani tedavi hastadan hastaya değişir. Her ilaç, her hastada aynı etkiyi ya da aynı yan etkiyi yaratmayabilir. Bu nedenle kulaktan dolma bilgilerle ilaç kullanmak ya da bırakmak kesinlikle doğru değildir. Tedavide kullanılan antidepressan ilaçlar bağımlılık yapmazlar. Benzodiazepin grubu ilaçların ise bağımlılık riski vardır. Ancak bu ilaçlar önerilirken, hasta mutlaka kısa süre ve düşük dozda kullanması konusunda bilgilendirilir. Doktorunuzla iletişimde olursanız kaygılanmanızı gerektirecek bir durum yoktur.

Saygı ve sevgilerimle...

Psikiyatrist Doktor
Sıla Yüce Çıtır



BAŞKA İŞLER YAPANLAR: ERDOĞAN DAKMAN



Kalitesiz ayakkabılar ucuz ama bir o kadar da sağlıksız. Bunun yerine biraz daha kaliteli ayakkabı almalı ve gerektiğinde tamir ettirmeli. Ucuz ayakkabılar kısa süre dayanırken, iyi ayakkabıların ömrü daha uzun oluyor. Sonuçta daha ucuza geliyor bile diyebilirim.

Ayakkabı tamirciliği yanında anahtarcılık da yapıyorsunuz. İkisi bir arada zor olmuyor mu?

Biz daha çok ayakkabı tamiri üzerine çalışıyoruz. Anahtarcılık ve küçük tabelalara isim yazma işleri ek işimiz. Tam bir çilingirlik değil yani. Biz sadece istek olduğunda anahtarları çoğaltıyoruz. Biraz yan gelir olsun diye yaptığımız bir iş.



Müşterileriniz daha çok kimlerdir?

Bizim her yaşta müşterimiz var. Ayaklarının kıymetini bilen insanlar bizi tercih ediyor ve hep memnun kalıyorlar. Siz yeterki işinizi temiz ve düzgün yapın.

Bize zaman ayırdığınız için teşekkür eder, iş hayatınızda başarılar dileriz.

Sadık Toraman

Günümüzün "Satın al-Kullan-At" kültürüne karşı bir iş...

Erdoğan bey öncelikle kısaca sizi tanıyabilir miyiz?

Ben 1968 yılında Çorum'un Sungurlu ilçesinde doğdum. 1992'de Almanya'ya geldim ve o zamandan bu yana Aachen'da yaşıyorum. Evliyim ve 2 kızım var.

Bu mesleğe nasıl başladınız?

Bu işe Türkiye'de amcamın yönlendirmesiyle başladım ve yıllarca bu mesleği yaptım.

Almanya'ya gelince, önceleri bir çok farklı işte çalıştım. İçimde, hep öğrenmiş olduğum bu mesleği yapma isteğim vardı. Sonunda karar verdim ve kendi işyerimi açtım. Uzun yıllardır City Passage'ın içindeki bu dükkanı işletiyorum.

Ayakkabı tamirciliği emek ve sabır isteyen bir iş. Yıllarımı verdiğim ve işimi severek yaptığım için, bu işi emekliliğe kadar sürdürmeyi düşünüyorum.

Teknolojinin ilerlemesiyle bir çok meslek dalı kaybolmaya yüz tutmuş durumda. Küçük işyerleri büyük firmalarla rekabet edemez duruma geldi ve hergün dükkanlar kapanıyor. Siz bu durumdan ne şekilde etkileniyorsunuz?

Aslında beni pek etkilediğini söyleyemem. Çünkü hatırı sayılır çoğunlukta müşterim var. İşimi emek vererek ve

severek yaptığım için, bundan memnun olanlar her zaman geliyor. Hatta Adalbert Kilisesi'nin altında ikinci bir dükkan daha açtım.

Günümüzde aldığımız eşyaları "Satın al-Kullan-At" mantığı ile kullanıyoruz. Tamir ettirmek, yenisini almaktan daha pahalıya gelir gibi bir anlayış var. Siz ise bu anlayışa karşı çıkan bir iş yapıyorsunuz. Bu konuda neler söyleyeceksiniz?

Aslında işin gerçeği hiç öyle değil. Sınıldığı gibi pahalıya gelmiyor, aksine daha ucuz. Ben müşterilerimden biliyorum bunu. Hem daha uzun süre kullanabiliyorlar ve hep sonradan teşekkür ediyorlar bana.

Günümüzde ayak sağlığının önemi arttı. Ayak sağlığı iyi ayakkabıyla olur.

ANATOLIAN

MUSICAL INSTRUMENTS

- Özel ve gruplar için bağlama kursları
- Bağlama ve diğer çalgıların tamiri ve satışı



www.anatolianmusic.com
info@anatolianmusic.com

Tel.: + 49 (0) 241 95 45 15 77
Kaiserplatz 23 52062 Aachen

Eski

Tatiller

Bugün de biraz nostalji yapalım, tatil vakti gelmişken. Eskiler iyi hatırlar her yaz araba ile yollara düştüğümüz günleri. Geçen gün aile fotoğraflarımızı elden geçirirken dikkatimi çekti, fotoğraflar hep Avusturya dağlarında, Yugoslavya'da mısır tarlalarının yanı başında ve o meşhur çeşmeli çınar ağacının yanındaki otoparkta çekilmiş. Orada herkesin bir anısı vardır, tatile gidenler tatilden dönenler ile karşılaşır, rüşvetçi polisler nerede pusuya yatmış gibi bilgiler alınır ve su bidonları ile termoslar doldurulurdu. Pek ilginçtir, yol boyu bizi durduran Yugoslav ve Bulgar polislerinin tek bir hobileri vardı, para koleksiyonu. Özellikle Alman Markı bu sosyalist koleksiyonerleri pek mutlu ediyordu. Bizler de başımızın gözümüzün sadakası olsun diyerek bol keseden para ve sigara dağıtıp yolumuza devam ediyorduk. Gurbetin ilk yıllarında hiç bitmeyecekmiş gibi görünen bu ikibinbeşyüz, üçbin kilometrelik yolculuğa bile alışmıştık zaman ile. Hatta sevinirdik, bazı yollar bu sene otoban olmuş diye, çünkü ilk senelerde Almanya dışında pek otoban yoktu ve İstanbul'a üç günde ulaşıyorduk.

Bu yolculuklarda en çok yıprananlar da şoförler oluyordu mutlaka. Hele acemi şoförler hemen belli olurdu, çoğunun hali siyah beyaz kovboy filimlerindeki Kötü Hurşit'lerden beter, uykusuz tıraşsız sefil bir halde gözlerini ovarak arabalarından iner, „Belgrad'a yüzelli kilometre kaldı, Ayşe bana bir kahve ayarla“ gibi laflar ederlerdi. Babam da onları gördü mü „Amerika halt etmiş, hakiki kovboylar bizde“ derdi. Sanki Fransa turunda bisiklet yarışı koşuyormuş gibi etaptan etaba yarışır, şehirden şehire ip ucunda Tarzan gibi sallanır, kilometreleri saya saya bitiremezlerdi. Herkesin ağızında da aynı laf dolaşırdı: „Biz araba ile bitiremiyoruz bu yolları, atalarımız at üzerinde Viyana'ya kadar nasıl gelmiş hayret!..“ derlerdi.

Tatil dönüşlerinde atalarımız gibi bizler de Trakya'dan geçerken arabanın



boş kalan her köşesini değerlendirip erzak istiflerdik. Kavunlar karpuzlar çocukların ayak altlarında yuvarlanırdı, bagaj kapağı açıldığında mis gibi turşu kokuları gelirdi burnumuza ve boş kalan her köşeye kekik ve pul biber gibi Almanya'da zor bulunan baharatlar yerleştirilirdi. Maazallah bir de lastik patladı mı bu seyahatte bütün aile pirincin taşını ayıklarcasına bagajı parti parti boşaltmaya geçerdik, en altta olan yedek lastiğe ulaşınca kadar. Arka koltukta oturanlar da mızımızlanmaya başlarsa `bize hiç yer kalmadı' gibisinden, Bulgaristan'daki sosyalist kaçakçılardan bir tekerlek Kaşkaval kaşar peyniri alınır, Yugoslavya tarlalarından da koltuk altına kadar mısırlar yerleştirilir ve „Almanya Alamanya benim gibi enayi bulaman ya“ türküleri ile yola devam edilirdi.

Bu yıllarda güzel dilimiz Türkçe de yeni bir tabir kazandı : „Almanci“. Kolay da değildi Almanci olmak yani... Almanya'ya gelir gelmez ağır bir iş bulup maden ocağında veya fabrikada haşatın çıkıncaya kadar çalışacak-sın, bir sene geçmeden bankadan bir kredi, altına da iki numara büyük bir araba çekeceksin, memlekete vardın mı kahveye oturup garibanlara bir güzel hava atacaksın : „Valla işim çok rahat, patronun sağ kolu oldum iki günde `Ahmetciğim sen olmasan bu işler yürümez' diyor her gördüğünde. Bir de o sarışın bacısı Helga var ya, gözlerini benden ayıramıyor avrat“ gibi laflar sayesinde hemen Almanci olup çıkıverdi birçok gurbetçi.

Bu arada çocuklarının eğitimine önem vermeyen, hatta yaz tatilinde mahkeme kararı ile çocuğunun yaşını büyütüp, Almanya'ya gelir gelmez çocuğunu okuldan alıp fabrikaya sokan veliler de gördük. Yetmişli yıllarda ikinci kuşak dediğimiz çocukların yüzde yetmişinden çoğu gittiği okuldan diplomasız ayrılmak zorunda kalıyordu hatta, babaları seneye daha yeni, daha eşek gibi bir arabayla tatile gidebilsin diye... Demek istediğim o „Almanci“ tabiri yersiz yere takılmadı bunu hak edenlere. Neyse, lafı uzatmayıp dönelim eski tatillerimize...

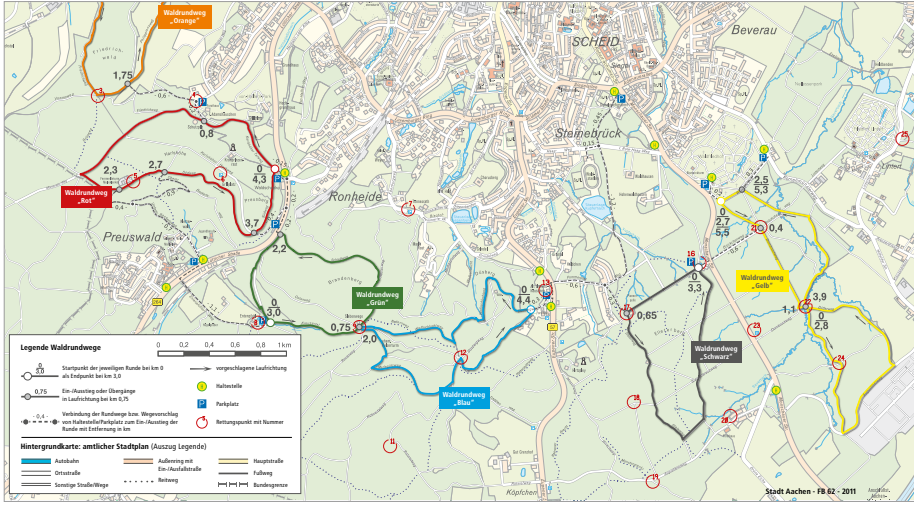
Sırbistan-Bosna Savaşı bir anda bitiriverdi bu uzun yolculukları, araba ile tatile gitmek çok zorlaştı ve Türk Hava Yolları dünyanın en büyük hava yollarından biri olmak üzere kolları sıvadı. Ben ise ne zaman mısır ve fasulye tarlaları görsem eski tatilleri anımsarım, o bitmeyen yolları ve güneşin doğduğunda Edirne'ye varıp Selimiye Camii'nin yanındaki çorbacıda kahvaltı edişimizi...

Çorba demişken, ben Beyti'ye gidip bir kelle paça söyleyim. Sizlere de iyi tatiller diliyor, Ağustos ayında tekrar görüşmek üzere diyorum.



Necip Tokoğlu

ÇEVRE SAYFASI



Aachen Ormanı ve yürüyüş yolları

Aachen ve çevresi Almanya'da yeşil alanlar ve ormanlar yönünden çok zengin olan bölgelerden biridir. Özellikle, şehrin güney kısmında yeralan, Belçika ve Hollanda sınırlarına kadar uzanan Aachen Ormanı bunların içinde en önemlisidir.

Aachen lehçesiyle (Öcher Platt) **Öcher Bösch** (Aachener Wald) diye adlandırılan ormanlık alan, şehrin yaklaşık 4 km güneyinde yeralır ve 2.357 hektarlık bir alanı (8,2 km x 2,5 km) kaplamaktadır. 2003 yılında Yeşil Barış Örgütü tarafından beş yıl geçerli olan "Ekoloji Belgesi"ne (Umweltsiegel) de layık görülen (2008'de bu süre tekrar beş yıl uzatılmıştır) orman, şehrin akçigerleridir diyebiliriz.

Yazın sıcak günlerinde (aslında yılın her döneminde) iş yorgunluğundan

kurtulmak, stres atmak, doğa ile içiçe olmak, ailece güzel bir gün geçirmek için yaşlı-genç demeden herkesin mutlaka sık sık ziyaret etmesi gereken bir mekan Aachen Ormanı...

Ormanda Aachen Belediyesi tarafından yapılmış tam beş adet koşu ve yürüyüş yolu bulunuyor. Yukarıdaki haritada da görüldüğü gibi bu parkurlar beş değişik renkle işaretlenmiş.

Her parkurda tüm yol boyunca yerlere çakılmış renkli küçük kazıklar, size

yolunuzu bulmanızda yardımcı oluyor. Yani kaybolma korkusuna kapılmanıza gerek yok. Ayrıca yol boyunca göreceğiniz panolar size nerede olduğunuz, yakınlarda neleri görebileceğiniz gibi bilgiler de sunuyor.

Bunun yanında herhangi bir kaza olması durumunda dahi önlem alınmış. Yolların üzerinde belli noktalarda tam 37 adet kurtarma noktası bulunuyor. Herhangi bir durumda en yakındaki kurtarma noktasına giderek oradaki numarayı telefonla acil yardım numaralarından birini arayarak bildirmeniz (112 veya 0241/192 96) yeterli. En kısa süre içinde size yardım ulaşıyor.

Aachen'daki tüm resmi dairelerde ücretsiz bulabileceğiniz bir de broşür hazırlanmış. Burada parkurlar hakkında yolun uzunluğu, eğimi (iniş ve çıkışlar) vs. gibi her çeşit bilgi mevcut.

Ziyaret etmenizi önereceğimiz bu ormana giderken uygun bir spor veya yürüyüş ayakkabısı giyin. Yanınıza mutlaka arada bir atıştırmak için sandviçler, meyve ve içecek bir şeyler alın.

Yürüyüşünüz sırasında önünüze çıkacak küçük dereler, su akıntıları, savaş döneminden kalmış kalıntılar başka bir zevk katacaktır gezintinize.

Kendinize zaman ayırın ve doğa ile içiçe bir gün geçirin.

Bio - Garanti Belgeleri

Alışveriş yaparken bir sürü ürünün üzerinde farklı "Bio" belgesi sembolleri ile karşılaşılıyor. Bunların hangisine ne kadar güvenebiliriz?



Almanya Bio Belgesi



Avrupa Birliği Bio Belgesi

Aldığınız bir ürünün gerçekten bio olup olmadığından emin olmak istiyorsanız yukarıdaki bu amblemleri aramanız gerekli. İlki Almanya'da üretilen ve satılan ürünler için; ikincisi ise tüm Avrupa Birliği ülkelerinde uygulanan standartlar.



TAG DER ARCHITEKTUR

Mimarlık günü olan 29 Haziran 2014 pazar günü saat 12:00 - 16:00 arasında planlayıp ve uyguladığım **Wintergarten projesi**

Am Friedrich 3,
52074 Aachen-Kronenberg
adresinde ziyaretçilere açıktır. İlgi duyan herkesi bu çalışmamı görmeye davet ediyorum.
Kemal Gündoğan

ENTWURF • PLANUNG • KONSTRUKTION • BAULEITUNG

WINTERGÄRTEN



- Wintergärten
- Terrassenüberdachungen
- Holz-/Glaskonstruktionen
- Dachgeschossausbau mit Glasdächern

Amyastr. 92
52066 Aachen
Telefon: 0241 65494
Telefax: 0241 604892

www.glasundraum.de
e-mail: info@glasundraum.de

SUDOKU SAYFASI

Sudokuda boş kareler 1 ile 9 arasındaki rakamlarla doldurulur. Bu rakamları yerleştirirken dikkat etmeniz gerekenler: 1'den 9'a kadar her rakam her sütunda, her satırda ve her bölgede sadece bir kez kullanılabilir.

basit

	6		1		2		8	
		7	9	4	8	3		
6		5				2		3
		3		7		9		
9		8				5		1
		4	3	5	6	8		
	9		8		7			5

normal

			6	1	5	9		
		9						
	2			3	4			8
7						4		6
5		4				8		1
1		2						3
9			4	5				3
						6		
		1	7	8	6			

zor

		5	1		2	4		
4		7				8	6	
7	1	6	9				4	
5				1	7	9	8	
1	2			4			5	
		4	9		8	2		

3			6	2	8	1		
			9			7		
			5			8	3	9
6	8	1						3
9								8
5						6	2	1
2	1	6			5			
		9			2			
		8	1	6	3			4

				5				
5	4						8	7
		7	4		3	2		
		4		2		7		
3			8		7			9
		2		3		4		
		3	9		8	1		
4	8						9	6
				1				

			5	8				
		7		3				
			4	9			1	
1	6			8		3		5
	7						4	
5	3			6		8		7
	9		7		1			
				5		4		
				6		2		

	1	5		2		8	6	
			4		3			
7								9
	6			4			7	
8			3	9	1			6
	9			8			4	
4								2
			1		6			
	7	6		3		5	8	

6			4				2	
				1				3
			7			8		
2		6		8				
	4		3	6	7		5	
				9		4		1
		8			6			
1				5				
	7				1			9

	5							
8				4				7
			6		1	8		
		1			7	6		
	9			3			5	
		4	8			9		
		6	1		9			
	8			2				7
								2

4				9				2
	1						4	
	9	8	4		6	5	7	
		4	7		8	6		
5								4
		2	1		4	9		
	2	3	9		5	7	1	
	4						3	
7				2				8

		5	3					1
			4	5	6			
9					8			
4	7				1	8	2	
	3						9	
	5	6	7				4	3
			5					8
			1	8	4			
7					3	6		

1	6						5	2
4				2				7
			7		3			
		9					4	
	4			3				1
		6					9	
			8		6			
2				5				4
6	5						9	8

BİLMECE SAYFASI

9x9-Kare

Bu soruda 1'den 6'a kadar olan rakamları yerleştirmeniz isteniyor. Fakat aradaki işaretlere uygun olmalı rakamlar. Daha küçük bir sayı gelmesi gereken yerlere (>), daha büyük bir sayı gelmesi gereken yerlere (<) sembolleri konmuş. Aynı sayı gelecek yerlerde ise (=) işaretleri bulunuyor.

2	<	3	>		<	<		
^		v		^		^		=
	>		<		<	<		
=		^		^		^		^
3	>		<		<	<		5
v		^		^		^		^
2	<		<		<	<		
^		^		v		v		v
	<	4	>	1	<		=	2

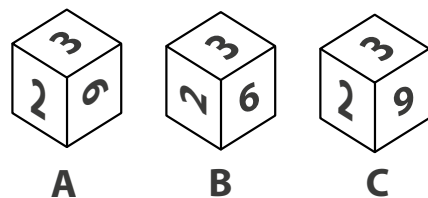
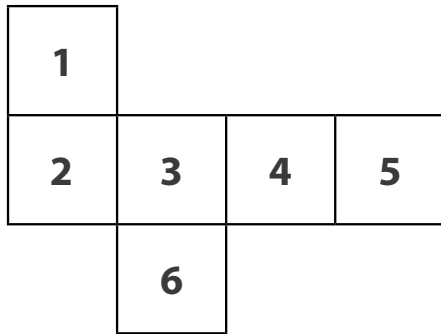
Hangi sayılar gelecek?

Her sırada bir sayı eksik. Mantıksal olarak gelmesi gereken sayılar nedir?

- 2 5 _ 11 14 17
- 2 4 6 8 _ 12
- 2 7 12 17 22 _ 32
- 3 1 4 2 5 _ 6
- 1 4 9 16 25 _ 49 64
- 2 4 8 16 _ 64 128
- 0 2 6 14 30 62 _ 254
- 5 9 16 29 54 _ 200

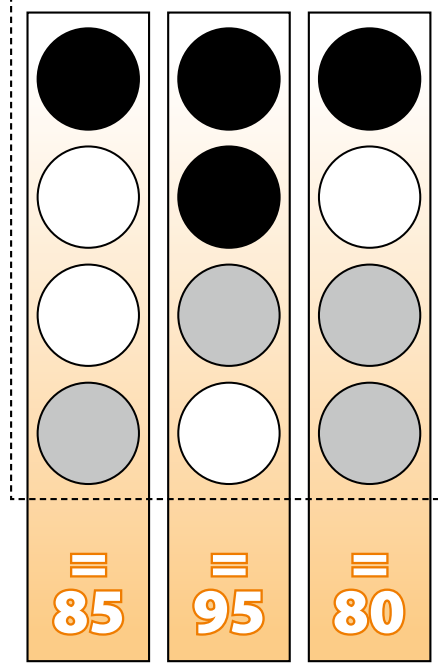
Kutunun kapalı hali

Aşağıda görülen açık haldeki kutuyu tekrar kapattığınızda hangi şekil elde edilmiş olur?



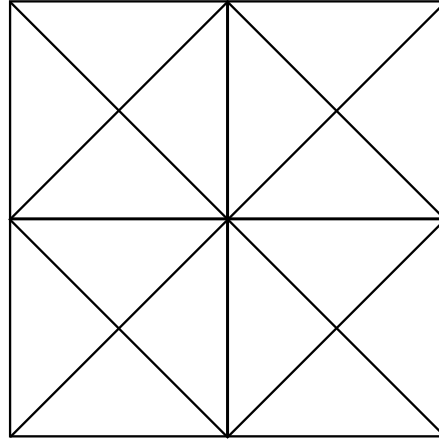
Sayıları bulmak

Aşağıda üç sütun halinde dizilmiş, üç farklı renkte daireler görülüyor. Her bir renk belirli bir sayıyı temsil ediyor. Bu sayıları bularak işlemlerin doğru çıkmasını sağlayabilir misiniz?



Kaç üçgen sayabilirsiniz?

Aşağıda sizce irili ufaklı toplam kaç adet üçgen var?



İşlemleri yapın

Boş kutulara yerleştireceğiniz doğru rakamlarla işlemlerin hepsi doğru çıksın.

$$\begin{array}{|c|c|c|} \hline 0 & & 7 \\ \hline \end{array} + \begin{array}{|c|c|c|} \hline 2 & 4 & \\ \hline \end{array} = \begin{array}{|c|c|c|} \hline & 8 & 4 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{|c|c|c|} \hline & 1 & 7 \\ \hline \end{array} + \begin{array}{|c|c|c|} \hline & 1 & 1 \\ \hline \end{array} = \begin{array}{|c|c|c|} \hline 2 & & 8 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{|c|c|c|} \hline & 5 & 4 \\ \hline \end{array} + \begin{array}{|c|c|c|} \hline & 5 & 8 \\ \hline \end{array} = \begin{array}{|c|c|c|} \hline & 1 & 2 \\ \hline \end{array}$$

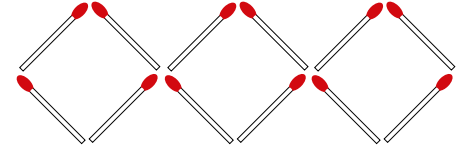
Sihirli kare

Aşağıda size verilen kırmızı renkteki sayıları karenin içindeki yerlere öyle bir yerleştirmeniz gerekiyor ki, yatay, dikey ve çapraz olarak toplandıklarında hep aynı sihirli sayıyı versinler: **1, 4, 5, 8, 9, 12, 13, 16, 17, 20, 21, 24, 25, 28, 29, 32.**

5			32
		8	
	1	28	
25			4

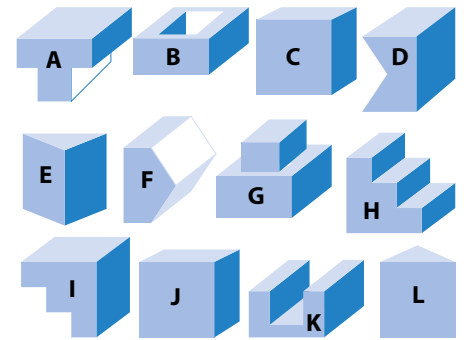
Kibrit çöplerinden dört eşit kare

Aşağıdaki 12 kibrit çöplü ile elde edilmiş üç eşit kare görülüyor. Dört tane kibrit çöpünün yerini değiştirerek dört eşit kare yapabilir misiniz?



İki parçalı küpler

Her şekil bir diğeriyle birleştiğinde bir küp oluşturuyor. Eşleri bulun!



SİZ VE BURCUNUZ



Bayanların burçlara göre giyim tarzları

**Koç (21 Mart / 20 Nisan)**

Koç burcu kadınları genellikle havalı olur. Özellikle giysileriyle dikkati çekmek onlar için başlı başına bir zevktir. Aksesuar kullanmaya bayılırlar. Gösterişli ve şatafatlı giysiler tam onlar içindir. İpekli kumaşları tercih ederler. Alışverişe plansız çıkarlar ve ilk beğendiklerini alırlar.

**Boğa (21 Nisan / 21 Mayıs)**

Boğa burcu kadınları boğazlarına düşkün oldukları için biraz kilolu dururlar. Kolay kolay kıyafet seçemezler. Tercihleri genellikle bol giysiler üzerinedir. Vücut hatlarını pek ortaya çıkarmak istemezler.

**İkizler (22 Mayıs / 21 Haziran)**

Kıyafet seçimi konusunda oldukça cesur olurlar. Herkesin kolayca giyemeyecekleri kıyafetleri büyük bir rahatlıkla giyerler. Cesaretleriyle insanları şaşırtırlar. Çok abartılı ve bol renkli giysileri tercih ederler.

**Yengeç (22 Haziran / 23 Temmuz)**

Duygusal bir yapıya sahip olan Yengeç burcu kadınları genellikle açık renkleri tercih ederler. Aksesuar kullanmaya bayılırlar. Küpe, kolye, zincir ve kemer düşkünlüdürler. Çok çılgın giyinmeyi severler.

**Aslan (24 Temmuz / 23 Ağustos)**

Koç burcu kadını gibi çok abartılı giysileri severler. Dişiliklerini ön plana çıkartmak isterler. Hepsini bir kraliçe gibi görünmeye bayılır. İlgi çekmek onlar için çok önemlidir. Daha çok şık abiyeleri tercih ederler.

**Başak (24 Ağustos / 23 Eylül)**

Başak burcu kadını her şeyde olduğu gibi kıyafet seçme konusunda da zariftir. Aksesuarları bile dengeli olarak kullanırlar. Seçtiği renkler genellikle pastel tonlarıdır. Hanım hanımcık giyinmek onların tarzıdır. Alışverişe gitmeden önce cüzdanına bakar öyle çıkarlar. Giysileriyle fazla dikkati çekmez istemezler.

**Terazi (24 Eylül / 22 Ekim)**

Zariflikleriyle dikkati çeken Terazi kadınları kıyafetleriyle de beğeni toplarlar. Zarif şapkalar, değişik gözlükler ve çekici aksesuar kullanmaktan hoşlanırlar. En önemlisi de giysilerinde uyuma büyük önem gösterirler. Döpiyes tercihleridir.

**Akrep (23 Ekim / 22 Kasım)**

Gizemli ve çekici Akrep kadınının en sevdiği renk siyahtır. Kararsız olduğundan ve çok zor beğendiğinden alışverişte zorlanırlar. Ancak seçtiği giysiler hep dişiliğini ön plana çıkaran giysilerdir. Transparan giysiler tam onların tarzıdır. Şık bir çanta ve şık bir ayakkabı olmazsa olmazdır.

**Yay (23 Kasım / 20 Aralık)**

Dikkat çekmek ve beğenilmek isterler. Moda konusunda her zaman önde olmayı tercih ederler. Kırmızı ve yeşil gibi tüm renkleri giysilerinde taşımak isterler. Kıyafetleriyle adeta şov yaparlar. Ellerine geçen parayı kıyafete yatırmaktan asla çekinmezler, ama genelde kot pantolonunu tercih ederler.

**Oğlak (21 Aralık / 18 Ocak)**

Giysilerinde klasikliği ve modernliği aynı anda kullanmaktan büyük zevk duyarlar. Özellikle deri giysileri çok severler. Kahverengi vazgeçemedikleri tek renktir. Burçlarının en büyük özelliği ne istediklerini bilmeleridir. Alışverişte onlar için fiyat değil, kalite önemlidir. Aksesuar olmazsa olmazlarıdır.

**Kova (19 Ocak / 20 Şubat)**

Bu burcun kadınları için en önemli şey rahat edebilmeleridir. Modadan çok kendi rahatlarını düşünürler. Onlar için önemli olan içinde sıkılmayacakları bir giysidir. Genellikle bol kıyafetleri tercih ederler. Alışverişte acelecidirler. Çoğu kıyafetlerini kendileri dikerler veya diktirirler.

**Balık (20 Şubat / 21 Mart)**

Bu burcun kadınlarının en önemli özelliği çok kararsız olmalarıdır. Ne giyeceklerine bir türlü karar veremezler. Parlak ve saten türü kumaşları tercih ederler. Spor giyimden yanı sıra, klasik giyimden de hoşlanırlar. Alışverişte başkalarının tavsiyelerinden çok kolay etkilenirler. En şık giyinen burçlardan birisidir.

BURÇLARA GÖRE PARFÜM (1): SU GRUBU (Yengeç, Balık, Akrep)

Sofistike ve zarif su kadınının müthiş bir estetik gözü vardır. Çalışma masasındaki kalemlikten evindeki saksıya, saçına taktığı taraktan kullandığı parfüme kadar, yaşamındaki tüm ayrıntılar onun ince zevkini yansıtır. Giyim onun için gerçek bir tutkudur ve modayı takip etmek bir yana, çizgisini kendi yaratır. Daima bakımlı olan Su kadını, şehrin en iyi güzellik merkezlerinin sürekli müşterisidir. Daima bakımlı görünmeyi tercih eden Su kadını, kendini en kötü hissettiği zamanlarda bile rujunu tazelemeyi ihmal etmez. O, elegan mekanlarda, elegan dostlarıyla uzun saatler süren sohbetlere katılmaktan hoşlanır. Tam bir kalite aşığı olan Su kadını, kalabalık bir ortamda zarafeti ve kokusuyla dikket çeker. Kendisindeki zarafeti tamamlayan fresh ve sabunumsu kokular, onun dünyasındaki şıklığın tamamlayıcısıdır.

Haziran ve Temmuz aylarında doğanların ruh halleri

Haziran: Aynı anda birden fazla şeyi düşünür. Nazik ve tatlı dillidir. Hassastır, kararsızdır. Komik ve eğlencelidir. Konuşkandır. Kolay arkadaş edinir. Kolay incinir. Gribe yatkın bünyesi vardır. Çok inatçıdır.

Temmuz: İyi bir sırdaş. Anlaşılması güç. Aşırı gururlu. Başkalarının düşüncelerine aşırı önem verir. Sokulgandır. Kin tutar. Sempatiktir. Yalnız olmayı sever. Kolay öğrenir. Arkadaş sıkıntısı çekmez. Zor ikna olur. Ağır işleri sever.



“Bu yazın moda rengi **Orkide Moru**” 2014 Yaz Sezonunun Moda Trendleri

Yaz alış-verişlerinize çıkmadan önce yazımıza göz atmanızı öneririz. Bu sezon bayanlar sade ve doğal görünümün yanısıra gösterişi ön plana çıkarabilecek kıyafet seçim alternatifleri bulabilecekler. Gün içerisinde ise sportif kıyafet seçimlerinizde tarzınızı destekleyecek şortlar, eşofman tarzı pantolonlar, taytlar, elbiseler, bol triko ve elbise tarzı tişörtle şık ama spor da görünebilirsiniz. Bu sezon bilek ve diz altında biten pantolonlar, ince askılı elbiseler, pilili etekler, hırkalar ve deri şortlar tercihleriniz arasında yer alacak gözüküyor. Gece kıyafetlerinde ise iddali ve cesur bayanlar için ipek şifon kıyafetler, derin ve dekolte kıyafetler, transparan şeritler ve derin yırtmaçlarla dişiliğinizle göz kamaştırabileceksiniz. Gece kıyafetlerinde doğal olmanın yanısıra şık bir bayan imajı yaratmak isteyenler için A kesimli gece elbiselerini tercih edebilirsiniz. Hacimli diz boyu etekler, dantel ve fırfırlı asimetrik etekler de tercihleriniz arasında olabilir.



Gıdaların kirlendiği bir ortamda minik yavrularımızı beslerken nelere dikkat etmeliyiz?

Bu konuda yapılabilecek şeyler fazla değil maalesef. Fakat yine de dikkatli olabileceğimiz bazı şeyler var:

- Hazır mamalar alma yerine, kendiniz taze malzemelerle hazırlayın.
- Isıtmak için mikrowelle kullanmayın.
- Mümkün olduğunca pakete girmiş şeyleri ve konserve yedirmeyin.
- Sütü çevrenizdeki çiflikten taze alın. Yoksa mutlaka *bio* olanını tercih edin.
- Meyveli yoğurt alma yerine, kesinlikle evde yaptığınız yoğurdu yedirin.
- Taze olarak dondurulmuşlar dışında, dondurulmuş hazır gıdalar vermeyin.
- Plastik olan herşeyden uzak durun.
- Bu konuda araştırma yapın, uzmanlara sorun ve kendinizi bilinçlendirin.

Evinizde işlerinizi kolaylaştıracak küçük ve faydalı bilgiler (1)

- Gözlüğünüzün vidası çok çabuk çıkıyorsa vidayı takmadan önce,vidanın gireceği deliğe renksiz oje damlatın. Vidayı öyle takın.
- Satın aldığınız ayakkabılar ayağınızı sıkıyor ise onları bir kaç dakika buhara tutun.
- Makasınızı bilemek istiyorsanız, zımpara kağıdı kesin.
- Halıdaki sigara yanıklarından, yanık yerler üzerinde zımpara kağıdı ile dairesel hareketler yaparak kurtulabilirsiniz.
- Mobilyaların yerlerini değiştirdiğinizde halıların üzerinde iz bırakır.Bu izleri yok etmek için izlerin üzerine bir parça buz koyun ve erimesinibekleyin. Daha sonra üzerinde elektrik süpürgesini gezdirin. İzden eser kalmadığını göreceksiniz.
- Fermuarlı giyeceklerinizi çamaşır makinesine koymadan önce kapalı olup olmadığını kontrol edin. Açıkta zedelenebilirler.
- Üst üste koyduğunuz bardaklar yapışıp çıkmıyorsa bir leğenin içerisine koyun. Üstteki bardağın içerisine buz koyup leğenin içerisine yavaş yavaş

sıcak su koyun. Bardakların kolayca çıktığını göreceksiniz.

- Satın aldığınız plastik ve cam eşyaların üzerine yapıştırılan etiketlerden kurtulmak için etiketin üzerine yemeklik margarin sürün ve 15 dakika bekletin. Bir bez ile ovalayıp yıkayın. Hiç bir leke ve çizilme oluşmayacaktır.



- Ütü yapmayı kolaylaştırmak ve süreyi azaltmak için ütü masasının kılıfının altına alüminyum folyo koyun. Sıcaklığı geri yansıtacağından ütü yapmak daha kolay olacaktır.
- Bez pabuçların temizlenmesi sorun oluyor ise pabuçları bir yastık kılıfının içerisine koyun. Kılıfın ağzını kapayın ve çamaşır makinasında yıkayın. Yeni gibi olacaklardır.
- Buz kalıplarınızı su ile doldurmadan önce bölmelere portakal, limon

ve dilediğiniz meyve parçacıkları yerleştirirseniz dekoratif buzlar elde etmiş olursunuz.

- Eğer ayaklarınız çok ısınıp şişiyorsa onları saatlerce sıcak suda bekletmeyin, aksine kolonya ile ovalayın. Bileklerinizi ve ayaklarınız şişmeyecektir.
- Eğer ayaklarınız çok hassas ise, sıcak havalarda şikayetleriniz artıyorsa, her sabah bir kaç damla zeytinyağı ile ovalayın.
- Pamuklu giysilerinizin çekmemesi için ilk yıkamada bir gece soğuk suyun içerisinde bekletin, sonra yıkayın, çekmeyeceklerdir.
- Dirsek ve topuklarınızın sertleşmesini istemiyorsanız, bir dilim limon ile ovun. Böylece yumuşacık olacaksınız.
- Yeni bir tava satın aldığınızda ilk önce içinde bir miktar sirke kaynatın. Bu işlem ilerde kızartmalarınızın tavaya yapışmasını önleyecektir.
- Cevizle dost olun. İçindeki yağ beyin hücreleri için çok yararlıdır. Kan şekerini düşürdüğü için şeker hastalarına da uzmanlar tarafından tavsiye edilir.
- Duvarınıza çivi çakacağınız zaman işaretlediğiniz yerin üzerine çapraz bant yapıştırın. Çiviye öyle çakın. Duvarın alçısını çatlatmamış olursunuz.

Hızlı yaşlanmamak için nelere dikkat etmeliyiz?

Erkek veya kadın olalım bazı günlük alışkanlıklarımız bizi, asıl yaşımızdan daha fazla göstermemize yol açabilir. İşte dikkat edilmesi gereken bazı hususlar:

Üstünüze fazla yük almayın!

Yapacaklar listeniz hiçbir zaman kısalmıyorsa, hareketli hayatınızın stresi vücudunuzu yoruyor olabilir. "İnsanlar multitasking'i iyi bir şey zannediyorlar ama aslında hiçbir şeyi bitirmiyor, streslerine stres ekliyorlar" diyor uzmanlar. Birçok araştırma kronik stresin hücrelere zarar veren molekülleri tetiklediğini söylüyor, bu da erken yaşlanmaya yol açıyor. Her şeyi bir anda yapmaya çalışmaktansa adım adım işlerinizi bitirmelisiniz.

Tatlıyı çok yemeyin

Tatlı vücudunuza eklediği kiloların dışında yüzünüzü de ciddi bir şekilde yaşlandırır. Vücudumuzda, her hücrede şeker molekülleri kendilerini protein liflerine yapıştırır. Bu zararlı süreç, parlaklığınızı azaltır, gözaltınızda koyuluklar ortaya çıkarır, şişkinlik yapar, kırışıklık oluşturur ve gözeneklerinizi büyütür. Cildinizin ıslatısını korumak istiyorsanız tatlıları bırakın.

Geceleri 5 saatten az uyumayın

Doğru bir uyku düzeninizin olmaması hem gözaltındaki torbalara yol açar hem de hayatınızı kısaltır diyor uyku uzmanları. İdeal uyku süresi 7 saattir. Eğer gün içinde düşük enerji, psikolojik yorgunluk, dikkat sorunları ve kilo probleminiz varsa yatağa erken girin.

TV karşısında çok oturmayın

11 bin kişiyle yapılan bir çalışmada, araştırmacılar 25 yaş ve üzerindeki insanlarda her bir saat televizyon izleme süresi için insanın potansiyel yaşama süresinden 22 dakika gittiğini saptadı. Günde ortalama 6 saat televizyon izleyenlerin hiç izlemeyenlere oranla 5 sene az yaşadıkları ortaya çıktı. Bunun sebebi ise televizyon izlemekten çok pasif bir şekilde oturup hareket etmemek. 30 dakikadan uzun bir süre oturduğunuzda vücudunuz hücrelerinize şeker atmaya başlıyor, bu da kilo almanıza yol açıyor. Televizyon izliyor da olsanız, ofiste çalışıyor da olsanız her 30 dakikada bir kalkıp biraz yürüyün.

Günün büyük bir kısmını oturarak geçirmeyin

Gününün büyük bir kısmını oturarak

geçiren insanların, böbrek, kalp ve damar, kanser ve obezite hastalıklarına yakalanma ihtimali daha yüksektir. Sık sık egzersiz yapmak bu sağlık sorunlarını önlemeniz ve daha uzun yaşamanız için önemli. Yapılan araştırmalara göre haftada 2,5 saat ve üzerinde egzersiz yapanlar yaklaşık 10-13 yıl daha uzun yaşıyor.



Göz kremi kullanın

İyi bir göz kremi, cilt bakımının temelidir. Göz çevresinin cildi daha incedir, dolayısıyla yaşınızı daha çok gösterir. Göz çevresini nemli tutmak yaşınızı ciddi ölçüde düşürür. En etkili göz kremlerinin içinde Retin A diye bir vitamin, emoliyan ve nemlendiriciler vardır. Bunlar nemi, antioksidanları, hyaluronik asitleri ve C vitaminini bölgede hapsediyor ve göz çevresindeki deri sıkılaşıp, ince çizgiler yok oluyor.

Çok makyaj yapmayın

Çok fazla makyaj yapmak, özellikle yağ bazlı ürünler cildinizdeki gözenekleri tıkar. Aynı zamanda aromalı, kimyasal ve alkollü cilt bakımı ürünleri de cildin doğal yağlarını yok edip kurutabilir, bu da erken çizgiler ve kırışıklıklara yol açar.

Yüzünüzü yastığa yaslayarak uyumayın

Yüzüstü veya yan yatmak, yani yüzünüzü yastığa yaslayarak uyumak kırışıklık ve hızlı yaşlanmaya yol açabilir. Yüzünüzdeki bağlayıcı dokular ve kollajen yaşlanmayla birlikte güçsüzeleşir. Her gece yüzünüzün aynı tarafını yaslayarak uyursanız, o bölgede kırışıklıklar kaçınılmaz olabilir. Yastığınızdaki kırışık çizgiler de kalıcı olabilir. Sırt üstü yatmaya özen gösterin veya saten bir yastık kılıfı kullanın.

Eviniz hep sıcak mı?

Dışarısı buz gibiyken evin içini fazla ısıtmak havadaki nemi tamamen emiyor. Bu da kuru ve şiş cilde yol açabilir, zamanla yaşlanma belirtileri de oluşabilir. Alternatif olarak kalorifer peteklerinin üstüne bir kap ile su koyun, böylece yok olan nemi telafi edin.

İçecekleri pipetten içmeyin

Koyu renkli meşrubatları pipetle içmek dişlerinizde leke bırakmayı önler ama nasıl gözlerinizi kısmak kırışıklık oluşturuyorsa, dudaklarınızı

büzüştürmek de dudak etrafında erken kırışıklıklara yol açabilir. Sigara içerken de benzer bir durum ortaya çıkar.

Tüm yağlardan vazgeçmeyin

Gençlik için bir takım yağlar beslenmede çok önemli. Yağlı balıklarda (somon ve uskumru gibi) kalp dostu omega 3 yağları bulunur. Bu yağlar ceviz ve keten tohumunda da vardır. Omega 3 cildi yumuşak ve enerjik tutar, kırışıklıkları önler. Aynı zamanda kalp ve beyin sağlığı için de çok yararlı. Haftada en az iki kez balık tüketmeye çalışın.

Kambur oturmeyin

Bir bilgisayarın karşısında saatlerce kambur oturmanız, omurganızda tehlikeli bir postür oluşturur. Omurganın bizi desteklemesi için dengeli bir S kavis var. Yanlış postür ve kambur oturma, omurgayı bu doğal duruşundan uzaklaştırır. Dolayısıyla kaslar, diskler ve kemikler normalden daha çok sıkışır. Bu kötü duruş ağrı ve yorgunluğa yol açtığı gibi kalıcı şekil bozukluğuna kadar gidebilir. Doğru postürünüzü korumak için bütün gün kendinizi kontrol edin. Kulaklarınız, omuzlarınız ve kalçanız oturduğunuzda dümdüz bir çizgi oluşturmalı.

ÖNCE SAĞLIK

Ayak mantarına dikkat!

Yaz aylarında sıcakların artmasıyla birlikte ayakta ortaya çıkabilecek kaşıntı, kızarıklık, sulanma, su dolu kabarcıklar, normal görünen tırnağın renginde değişme gibi durumlarda tırnak mantarından şüphelenin.

Mantarlar nemli vücut bölgelerinde üreyen mikroorganizmalardır. Ayak mantarının üreyebilmesi için ayak kabının içi oldukça elverişli bir yerdir. Uzun süreli kapalı ve dar ayakkabıların giyilmesi, duştan çıktıktan sonra ıslatılan ayağın kurulanmaması ve aşırı terleme gibi durumların ayak mantarının ortaya çıkmasında oldukça etkisi vardır. Bu mikroorganizmalar bulaşıcıdır. Ayak mantarından kurtulmanız için aşağıdaki yolları deneyebilirsiniz:

- Ayak temiz ve kuru tutulmalıdır.
- Pamuklu, yün veya emici maddelerden yapılmış çoraplar giyilmelidir.
- Ayakkabılar ayağa tam olmalı ve böylece ayağa ya da tırnaklara travma azaltılmalıdır. Dar burunlu, yüksek topuklu, eski, yıpranmış ayakkabılar, çorapsız giyilen ayakkabılar veya başkasının ayakkabısı giyilmemelidir.
- Halı döşeli zeminler, banyo yerleri, duşlar, jimnastik salonları, soyunma odaları, yüzme salonları, hamamlar



gibi yüksek yoğunlukta mantar sporları içerebilecek yüzeylerde yalın ayak yürümekten kaçınılmalıdır.

- Tırnaklar kısa ve düz kesilmelidir. Kenarlarını yuvarlak kesmeyin.
- Vücudun diğer kısımlarında olan yüzeysel mantar enfeksiyonlarının tedavisini yaptırın. Normal ve anormal tırnakları kesmek için farklı tırnak makasları kullanın.
- Aile üyeleri veya yakın arkadaşlar, hasta ile temas eden kişilerde eğer mantar hastalığı belirtileri ortaya çıktı ise tırnak mantarı için tedavi edilmelidir.

Ayak Mantarı Nasıl Teşhis Edilir?

Kaşınma, yanma, etkilenen bölgenin sulanması görülebilir. Ayakta kızarıklık olabilir. Ayak tabanı, parmakları veya tırnakta kızarıklık ve inflamasyon oluşabilir. İçi su toplamış yaralar gözleenebilir. Kabuklanıp, dökülmeler olabilir. Tırnakta renk değişikliği, kalınlaşma, kabalaşma gelişebilir. Yukarıdaki şika-

yetlerin bulunması ayak mantarı belirtileridir ve hastalığın teşhisinin konulmasında önemli yer kapsamaktadır.

Mantar hastalığının teşhisi için cilt kültürü ve kimyasal maddelerle inceleme yapılabilir. Tedavide kişisel bakım çok önemlidir. Cildi kuru ve temiz tutmak gerekmektedir. Ayak devamlı kuru tutulmalıdır. Temiz çoraplar giyilmelidir. Doktorunuz size mantara yönelik ideal ilaçları verecektir. Bunlar deriye sürülen ilaçlar veya ağız yoluyla alınan ilaçlar olabilir. Şayet mantar enfeksiyonunun olduğu bölgede bakteriler de enfeksiyon yapmışsa antibiyotik tedavisi de gerekmektedir. Ayak mantarı zor iyileşebilir ve yeniden tekrarlayabilir. Aylar süren uzun süreli ilaç tedavisi gerekebilir.

Ayak Mantarı Nasıl Görülür?

Ayak mantarının görüntüsü herkeste aynı değildir. Bazı kişilerde sadece ayak parmakları arasında (özellikle son iki ayak parmağı arasında) soyulma, kepeklenme, kaşıntı ve çatlaklar şeklinde görülürken bazı kişilerde ise ayak tabanında ve yanlarında kızarıklık, kepeklenme ve su toplayan yaralar görülebilmektedir. Kimi hastalar ayak parmakları arasında son derece tatlı bir kaşıntının meydana geldiğini söyleyerek ayak mantarını tarif ederler.

**Erken teşhis hayat kurtarır!**

Almanya'da her yıl 75.000 kadının meme kanserine yakalandığını biliyor musunuz? Özellikle yaşın ilerlemesiyle birlikte kadınlarda meme ve rahim kanseri; erkeklerde ise prostat ve bağırsak kanseri riski artmaktadır. Çağın vebası denilen kanser, erken teşhis konulduğu takdirde tedavi edilebilir bir hastalık haline geliyor. İlerlemiş vakalarda ise bu şans giderek azalıyor.

Bu nedenle düzenli aralıklarla uzmanlara kontrole gitmek gerekiyor. Kan tahlili, röntgen gibi yöntemlerle bir çok hastalık ve risk daha tam bir sorun olmadan, hastalık ilerlemeden erken teşhis edilip önlenilebilir. Bu tür kontrollerin çoğunu sağlık kasaları üstleniyor. Bu yüzden sağlığını ihmal etmeyin.


**Dikkat: Bu yaz böcek ve haşareler artacak!**

Geçtiğimiz kış dönemi bölgemizde fazla soğuk olmadı ve adeta bir bahar havası yaşadık. Kar yağmadı, dondurucu bir soğuk olmadı. Pek fazla şikayetimiz de olmadı. Fakat yetkililer bu yaz böcek, haşere ve sivrisinek sayısında bir artış beklendiğini ve dikkatli olunması gerektiğini belirtiyorlar. Kışın, havaların çok soğuk olduğu dönemlerde böcek, haşere ve sivrisinek yumurtalarının pek çoğu bu soğuğa dayanmayıp ölüyor. Aksi durumlarda da sayıları artıyor. Isırık, kaşıntı durumlarında direkt doktora başvurmanızda fayda var. Özellikle küçük çocukların ciltlerini sürekli kontrol etmelisiniz. Şüpheli haşere ısırıklarında doktorunuza mutlaka danışın!

Dr. Murat Kopuk



BULMACA SAYFASI

Çekici, cazibeli Bir toprak işleme aracı	↓	Kadın rakip Kaba nesnenin düşme sesi	↓	Atn tırnağına takılan demir	↓	Suudi Arabistan'ın başkenti	↓	Bir amaç uğruna vazgeçme Gene, bir daha	↓	Gür, uzun bıyık	↓	Arabalık Kalpte bir kapak				
↓	↓	↓	↓	Gece kıyafeti Bayramın bir önceki günü	↓	↓	↓	↓	↓	Bel kemiği Bilimsel	↓	↓				
Sesle ilgili Gömleklik ince bir kumaş	↓	↓	↓	↓	↓	Büyükanı Tasmaya bağlanan ip	↓	↓	↓	↓	↓	↓				
↓	↓	↓	↓	Yanda olan, yana düşen Zorla alma	↓	↓	↓	↓	↓	Uzaklık anlatan bir söz Rica anlatan bir söz	↓	↓				
Sazan ailesinden bir balık	↓	Saçları kıvrıma aracı, sarmaç Kafa dengi	↓	↓	↓	↓	↓	Kâğıt kenar boğluğu Yemin, söz verme	↓	↓	↓	↓				
↓	↓	↓	↓	↓	↓	Her zaman Bir nota	↓	↓	↓	↓	↓	Sinir bilimi				
Bir haber ajansı Geleneklerle ilgili	↓	↓	Aslında Hedefi vurma	↓	↓	↓	↓	↓	↓	Karışık renkli İlave	↓	↓				
↓	↓	↓	↓	Fotoğraftaki Aachen' in ünlü yiyeceği	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	Kont				
Aynlırken esenlik dileme	Gözde, favori Beden gelişimi tamamlanmış	↓	↓					↓	↓	Rus dilinde evet Saçaklı çatlı dağ evi	↓	↓	↓			
↓	↓	↓	↓					Gece Hiç olmazsa	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	
Tanı Kısa çizgi	↓	↓	↓					↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
↓	↓	↓	↓					↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	Rumen para birimi
Deha sahibi kimse, dâhi	Altı kurul	↓	Göktürk harfleri Masa tenisi aracı	↓	Kısa süreli eğitim	↓	'Bir de' anlamında söz Bir yumruk oyunu	↓	↓	Doğum yapıran kadın Şehir dışı	↓	↓	Bilgisayar yazılımında kullanılan ön sayfa			
↓	↓	Nem İnce, keskin ses	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	Canlı yayın	↓	↓			
Mikrobik hastalık Baldır	↓	↓	↓	↓	Bir Balkan ülkesi Taşta yere basan parça	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓			
↓	↓	↓	↓	Kısaca Türk Silahlı Kuvvetleri Oyunu yönetme	↓	↓	↓	↓	Ozan İnandırma, kandırma	↓	↓	↓	↓			
Bir şeyin tamamı Amacıya Aza	↓	↓	↓	↓	↓	Cambaz ve hayvan gösteri yeri Hayvansal bir besin	↓	↓	↓	↓	↓	↓	Kuvvet alanında güç çizgileri			
↓	↓	Erkek keçi (Tersi) Bir organımız	↓	↓	↓	↓	Bir kap kaplama aşımı Rey	↓	↓	↓	↓	↓	↓			
Rüzgâr Halat yapılan bir bitki	↓	↓	↓	Para gibi küçük marka	↓	↓	↓	↓	↓	Avrupa Birliği para birimi, Avro	↓	↓	↓			
↓	↓	↓	↓	↓	↓	Yanında başkası olmayan	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓			

YEMEK KÜLTÜRÜ

Yaz yemekleri

Bolca taze sebze ve meyve yeme zamanı geldi. Masalardan zeytinyağlı hafif yemekleri, salataları eksik etmemek ge-

Tübyaz

Malzemeler: 4 Patlıcan, 200 gr. beyaz peynir, 3 yumurta, 1 domates, 7-8 dal maydanoz, 4 YK sıvıyağ, 4 YK galeta unu, 1 ÇK rendelenmiş Hindistan cevizi, tuz ve karabiber.

Hazırlanışı: Patlıcanları kabuklarıyla, uzunlamasına ortadan ikiye keserek kaynar tuzlu suda 5 dakika haşladıktan sonra iyice süzülmesini sağlayın. Patlıcanları yağlanmış tepsiye dizin. Kaşıkla ortalarındaki etli kısmı hafifçe alın.

Patlıcan içlerini ince ince kıyarak bir kaseye alın. Ezilmiş beyaz peynir, yu-



murta, kıyılmış maydanoz, rendelenmiş domates, sıvıyağ, tuz, karabiber ve Hindistan cevizini iyice karıştırın. Hazırladığınız harcı patlıcanların içine doldurun. Üzerlerine galeta unu serpererek 180 derece ısıtılmış fırında pişirin. Sıcak olarak ve yanında pide veya pilavla servis yapın.

Barbunyalı Taze Fasulye

Malzemeler: 1 kg. taze fasulye, 1/2 kg. barbunya fasulyesi, 1 büyük soğan, 2 adet domates, zeytinyağı, tuz ve 1 TK toz şeker (isterseniz).

Hazırlanışı: Barbunyaları ayıklayarak üzerine geçecek kadar su ilavesi ile bir tencereye alın ve koyu renk suyunun çıkması için sadece 5-6 dakika kaynatın. Suyunu süzerek bir kenara alın.

Taze fasulyeleri yıkayıp, ayıklayın. Düdüklü tencereye küçük doğradığınız soğanları ilave edin, zeytinyağı ve şeker ilavesi ile birkaç dakika kavurun.



Taze fasulyeleri ve barbunyaları ve küp doğranmış domatesleri ilave ederek hepsini karıştırın. Yarım su bardağı kadar su ve tuzu ilave edin. Yemeğimiz düdüklü tencerede piştiğinden su kaybı olmayacaktır; bu nedenle su miktarını mümkün olduğu kadar az koymaya çalışın.

Alinazik

Malzemeler: 3-4 adet közlenmiş büyük boy patlıcan, 300 gr. yağlı kıyma, 1 büyük kase yoğurt (katı), 2-3 diş sarımsak. (Üzerine; 1 YK tereyağı, pul biber, tuz ve karabiber.)

Hazırlanışı: Közlenmiş patlıcanları soyarak küp şeklinde doğrayın. Kıymayı gerekirse biraz sıvıyağ ilavesi ile rengi kahverengiye dönene kadar hafif ısıda kavurun. Çok az pul biber, tuz ve karabiber ilave ederek altını kapatın. Doğranmış patlıcanları yoğurtla ve



rendelenmiş sarımsak ile iyice karıştırın ve biraz tuz ilave edin. Servis tabağına alarak, üzerine kıymayı dökün. Tereyağını kızdırıp, biraz pul biber ilave edin ve bunu kıymanın üzerine gezdirin. Üzerine yeşilbiber koyarak servis edin.



Türkiye'nin Lezzet Haritası

Ankara Ticaret Odası ve Ankara Patent Bürosu, Türkiye'nin lezzet haritasını çıkardı. 81 ili kapsayan bu haritaya göre, Türkiye, 2.205 çeşit yöresel yiyecek ve içecekten oluşan zengin mutfağıyla lezzetli bir ülke.

Bölüm 5: KARADENİZ MUTFAĞI

Karadeniz mutfağından illere göre patentli bazı yemek örnekleri şöyle:

Amasya: Kesme ibik çorbası, unutma benî, eli böğründe.

Artvin: Hıngal, çergebaz, gendima.

Bartın: Pumpum çorbası, yumurtalı isbut, kabak burması.

Bayburt: Tatlı çorba, galaçoş, ekşi lahana.

Bolu: Kedi batmaz, kaldırık dolması, kaşık sapı.

Çorum: Leblebi, cızlak, çullama.

Düzce: Çerkez tavuğu, şıl böreği, lepsi.

Giresun: Hamsi böreği, çalıçileği çorbası, karalahana diblesi.

Gümüşhane: Köme, lemis, haşıl. Hakkari: Gulul çorbası, kepaye, kiflik.

Karabük: Göbü, katlaç, malak.

Kastamonu: Köle hamuru, cırık tatlısı, delioğlan sarığı.

Ordu: Melocan (diken ucu) kavurması, mısır yağlaşı, hoşgıran kavurması.

Rize: Anzer balı, hamsi çiğirtası, enişte lokumu.

Samsun: Samsun pidesi, turşu kavurması, kocakarı gerdanı.

Sinop: Sinop kestanesi, nokul, mamalika.

Sivas: Sivas kebabı, peskutan çorbası, pezik turşusu.

Tokat: Tokat kebabı, bacaklı çorba.

Trabzon: Vakfikebir ekmeği, Akçaabat köftesi.

Zonguldak: Çaycuma yoğurdu, Osmanlı çileği, beyaz baklava.



ÇÖZÜMLER SAYFASI

28 BULMACA SAYFASI

Çeşitli çeşitli Büyük Siyah daire	D	Farklı Farklı Siyah daire	R	Aynı Aynı Siyah daire	N	Yeni Yeni Siyah daire	R	Büyük Büyük Siyah daire	F	Çok Çok Siyah daire	P	Arka Arka Siyah daire	G
Ç	A	P	A	A	A	B	İ	Y	E	O	M	A	
Yeni Yeni Siyah daire	V	O	K	A	L	Y	E	D	İ	G	İ	R	
Z	E	F	İ	R	Y	A	N	A	L	T	A		
Sicil Sicil Siyah daire	T	B	İ	G	U	D	İ	M	A	R	J		
A	K	K	E	F	A	L	D	A	İ	M	A		
Büyük Büyük Siyah daire	A	A	E	S	A	S	E	N	A	L	A		
Ö	R	F	İ	P	R	I	N	T	E	N	S		
Aynı Aynı Siyah daire	A	S											
V	E	D	A										
T	R	A	B										
T	İ	R	E										
Ş	T	R	K	H	E	B	E						
Ö	K	E	R	U	T	U	B	E	T	E			
İ	N	T	A	N	R	O	M	A	N	Y	A		
İ	N	C	İ	K	T	S	K	Ş	A	İ	R		
Ü	Z	E	R	E	S	İ	R	K	A				
T	Ü	M	T	E	K	E	K	A	L	A	Y		
Y	E	L	J	E	T	O	N	E	K	Ü			
K	E	N	E	V	İ	R	Y	A	L	N	I	Z	

22 SUDOKU SAYFASI

4	6	9	1	3	2	7	8	5
8	3	2	7	6	5	1	9	4
1	5	7	9	4	8	3	2	6
6	1	5	4	8	9	2	7	3
2	4	3	5	7	1	9	6	8
9	7	8	6	2	3	5	4	1
7	2	4	3	5	6	8	1	9
5	8	1	2	9	4	6	3	7
3	9	6	8	1	7	4	5	2

3	9	7	6	2	8	1	4	5
8	4	5	9	3	1	7	6	2
1	6	2	5	4	7	8	3	9
6	8	1	2	5	4	9	7	3
9	2	3	7	1	6	4	5	8
5	7	4	3	8	9	6	2	1
2	1	6	4	9	5	3	8	7
4	3	9	8	7	2	5	1	6
7	5	8	1	6	3	2	9	4

3	1	5	7	2	9	8	6	4
6	8	9	4	1	3	7	2	5
7	2	4	8	6	5	3	1	9
1	6	3	5	4	2	9	7	8
8	4	7	3	9	1	2	5	6
5	9	2	6	8	7	1	4	3
4	5	1	9	7	8	6	3	2
2	3	8	1	5	6	4	9	7
9	7	6	2	3	4	5	8	1

4	5	7	8	9	3	1	6	2
3	1	6	5	7	2	8	4	9
2	9	8	4	1	6	5	7	3
9	3	4	7	5	8	6	2	1
5	7	1	2	6	9	3	8	4
6	8	2	1	3	4	9	5	7
8	2	3	9	4	5	7	1	6
1	4	9	6	8	7	2	3	5
7	6	5	3	2	1	4	9	8

23 BİLMECE SAYFASI

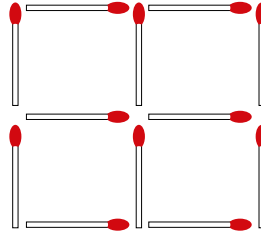
9x9-Kare

2	<	3	>	1	<	2	<	4
^		v		^		^		=
3	>	1	<	2	<	3	<	4
=		^		^		^		^
3	>	2	<	3	<	4	<	5
v		^		^		^		^
2	<	3	<	4	<	5	<	6
^		^		v		v		v
3	<	4	>	1	<	2	=	2

Sihirli kare

5	12	17	32
20	29	8	9
16	1	28	21
25	24	13	4

Kibrit çöplerinden dört eşit kare



Kaç üçgen sayabilirsiniz?

Burada dört farklı büyüklükte üçgenler bulunuyor. Bunları büyükten küçüğe doğru $D > C > B > A$ olarak varsayalım. Bu durumda 16 adet A, 16 adet B, 8 adet C ve 4 adet D büyüklüğünde üçgen bulunuyor. Toplam olarak 44 adet üçgen.

Bizim Aachen Dergisi Reklam / İlan Fiyatları *

	1 kez	3 kez (%10 indirim)	6 kez (%25 indirim)
Arka Kapak	1.000 €	900 €	750 €
1/1 Sayfa	600 €	540 €	450 €
1/2 Sayfa	350 €	315 €	262 €
1/3 Sayfa	250 €	225 €	187 €
1/4 Sayfa	200 €	180 €	150 €
1/6 Sayfa	150 €	135 €	112 €
1/8 Sayfa	120 €	108 €	90 €

* Bütün fiyatlar baskıya hazır haldeki reklamlar içindir ve üstüne yasal geçerli vergi (% 19 MwSt.) eklenir.

TANITIM: Firma, işyeri, hizmet veya ürün tanıtımları (bir kez olmak kaydıyla) 1 veya 1/2 sayfa olarak (yukarıdaki fiyatlarla) yapılır. Bize göndereceğiniz yazı, logo, resimler ve iletişim bilgilerinizle (Telefon, faks, E-Mail, internet vb.) sizin için sayfa tasarımını ücretsiz yapıyoruz. Daha fazla bilgi için bizi arayabilirsiniz.

KENDİNİZİ TEST EDİN



1



2



3



4



5



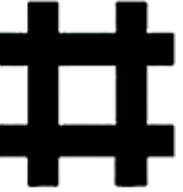
6



7



8



9

Şekillerle Karakter Testi

Bu psikologların kullandığı bir analiz biçimi... Ruh halinizi anlatan en yakın şekli seçin ve ne anlama geldiğini okuyun... Şaşıracaksınız! Fotoğrafta 1'den 9'a kadar olan şekiller psikologlar tarafından ortaya çıkarılmış, defalarca test edilmiş, şekiller ve renkler değişerek bugünkü halini almış. Önce hangi görsel size daha yakın geliyorsa seçin, dokuz ana karakterden hangisi size uyuyor bulun?

1. İçedönük-Hassas-Kolay Etkilenen:

Kendinizle ve çevrenizle ilgili düşüncelere etrafınızdaki çoğu kişiden daha sık ve derin bir şekilde dalıyorsunuz. Üstün körü hareketler ve konuşmalardan nefret ediyorsunuz. Geyik muhabbeti yapmaktansa, yalnız kalmayı tercih edebiliyorsunuz. Ama yakın arkadaşlarınızla olan ilişkileriniz o kadar kuvvetli ki bu da size ihtiyacınız olan uyumu ve gücü getiriyor. Yine de yalnız başına kalmaktan hiç sıkılmıyorsunuz.

2. Özgür-Geleneklere Karşı-Tutulamayan:

Kendinizi geliştirmenizi sağlayacak özgür ve kimseye bağlı olmayan bir hayat peşindedir. Hobilerinizde ya da işinizde sizi başarıya ulaştıracak yeteneklere sahipsiniz. Bağımsızlığa olan düşkünlüğünüz bazen sizden beklenenin tam tersini yapmanıza neden olabiliyor. Öyle her gördüğünüz şeye üzerinde düşünmeden uyacak tiplerden değilsiniz. Aksine kendi fikirleriniz doğrultusunda gitmeyi yani, akıntıya karşı kürek çekmeyi seviyorsunuz.

3. Dinamik-Aktif-Dışadönük:

İlginç ve çeşitli işlere girebilmek için risk almaktan kaçınmıyorsunuz. Rutin bir hayat sizi etkisiz hale getirebiliyor. En çok sevdiğiniz şey tüm olaylarda başrol oynamak. Aslında olayları başlatan kişi de siz oluyorsunuz.

4. Ayakları Yere Basan-Dengeli-Uyumlu:

Komplike olmayan ve doğal bir yaşamı, bir aşkı ve işi amaç edinmişsiniz. İnsanlar size saygı duyuyor, çünkü sizin ayaklarınız öyle bir yere basıyor ki, herkes sizden destek alıyor. Siz de bu insanlara güven sağlamayı biliyorsunuz. Çok sıcak ve insancıl olarak tanıyorsunuz. Basmakalıp ve çok abartılı olan her şeyi reddediyorsunuz. Modanın getirdiği yeniliklere de bağlı değilsiniz. Aksine, sizin için giyim pratik ve rahat olmalı.

5. Profesyonel-Pragmatik-Kendini Tanıyan:

Hayatını eline alıp şansını kadere bırakmak yerine yaratmayı sevenlersiniz. Problemlerinizi pratik ve karışık

olmayan yöntemlerle çözüyorsunuz. Günlük hayatınızda gerçekçi olmayı tercih ediyorsunuz. İşte ise, herkes sizi sorumluluk sahibi olarak tanıyor. Sizin kendinize olan güveniniz sayesinde etrafınızdakiler de sizden güç alıyor. Fikirlerinizi uygulamaya koyana kadar rahat edemiyorsunuz.

6. Barışçıl-Tedbirli-Agresif Olmayan:

Anlaşması kolay bir insansınız. Kendi özel hayatınıza ve özgürlüğüne düşünkün olduğunuz için de arkadaşlarınızı pek yormuyorsunuz. Bazen hayatın anlamını düşünmek ya da kendi kendinize eğlenmek için her şeyden uzaklaşıp yalnız kalmak istiyorsunuz. Bu yüzden de kaçabileceğiniz güzel mekanlar nerede biliyorsunuz. Ama siz yalnızlık düşünkü bir insan da değilsiniz. Sadece hayatın size vermiş olduklarını takdir eden, dünyayla barışık bir insansınız.

7. Dikkatsiz-Oyun sever-Neşeli:

Spontane ve özgür bir hayatı seviyorsunuz. Hayata bir kere gelinir ilkesinden yola çıkarak dolu dolu yaşamayı istiyorsunuz. Çok meraklı ve her yeni şeye açık bir insansınız. Tüm değişikliklerin sizi büyüttüğüne inanıyorsunuz. Bağlı kalmak kadar sizi sıkı bir şey yok. Sürpriz yapmaktan ve sürprizlerle karşılaşmaktan çok hoşlanıyorsunuz.

8. Romantik-Hayalci-Duygusal:

Çok duygusal bir insansınız. Olayları gerçekçi tarafından görmeyi reddediyorsunuz. Sizin için duygularınızın size söyledikleri önemli. Ayrıca yaşamda hayallere yer olması gerektiğini savunuyorsunuz. Romantizmi reddeden ve her şeyi akılcı bir yolla çözmeye çalışan insanlarla anlaşamıyorsunuz. Hayallerinizi, duygularınızı sınırlayacak her şeyi reddediyorsunuz.

9. Analitik-Güvenilir-Kendinden Emin:

Hayatınızı insanların gözden kaçırdığı küçük değerli taşlarla doldurmayı seviyorsunuz. Bu nedenle kültür sizin hayatınızda önemli bir yer oynuyor. Yine de siz şık ve zarif duygularınızın çevreden etkilenmemesini sağlıyorsunuz. Sizin için zarif ve görgülü bir hayata sahip olmak çok önemli. Ve yine aynı tarzdaki insanlarla birlikte olmayı tercih ediyorsunuz.



Taş fırın'da pide ve lahmacun

GRILL • RESTAURANT • CAFÉ



Süt danası ve hindi döner



Meşhur dövme yayık ayran



Mangalda ağızınıza layık taze balık ve kebab çeşitleri



Zengin salata çeşitleri



Taş fırın'da pizza çeşitleri



Tereyağlı baklava



Taş fırın'da künefe

Özel toplantı ve eğlencelerinizi kutlayabileceğiniz 80 kişilik özel bölümümüz mevcuttur.

حلال
Tüm etlerimiz
helal kesimdir!

Zengin mutfağımız ve güleryüzlü personelimizle siz sayın müşterilerimizin her zaman hizmetinizdeyiz!



Roermonder Strasse 335
52072 Aachen-Laurensberg



Telefon: 0241 / 170 11
www.marmarisgrill.de



Ücretsiz Otopark