

HAVA-İŞ

TÜRKİYE SİVİL
HAVACILIK SENDİKASI
TURKEY CIVIL
AVIATION UNION

BAHAR
SPRING 2020



TOLEYİS GENEL BAŞKANI CEMAIL BAKINDI İLE MÜLAKAT

INTERVIEW WITH
PRESIDENT OF TOLEYİS
CEMAIL BAKINDI

42 ↗



*Biz bize
yeteriz...*

DLA SINAVI İÇİN METOTLAR

THE METHODS
FOR DLA EXAM

↗ 64

"ÜYELERİMİZ İÇİN
HER ŞEYİ YAPARIZ"

"WE DO EVERYTHING
FOR OUR MEMBERS"



6



SAĞLIKLI YAŞAM
ÖNERİLERİ

ADVICES FOR
HEALTHY LIFE



26

UÇUCU EKİPLERİN
ÇOK TEHLİKELİ İŞ
GRUBUNA GEÇİRİLMESİ

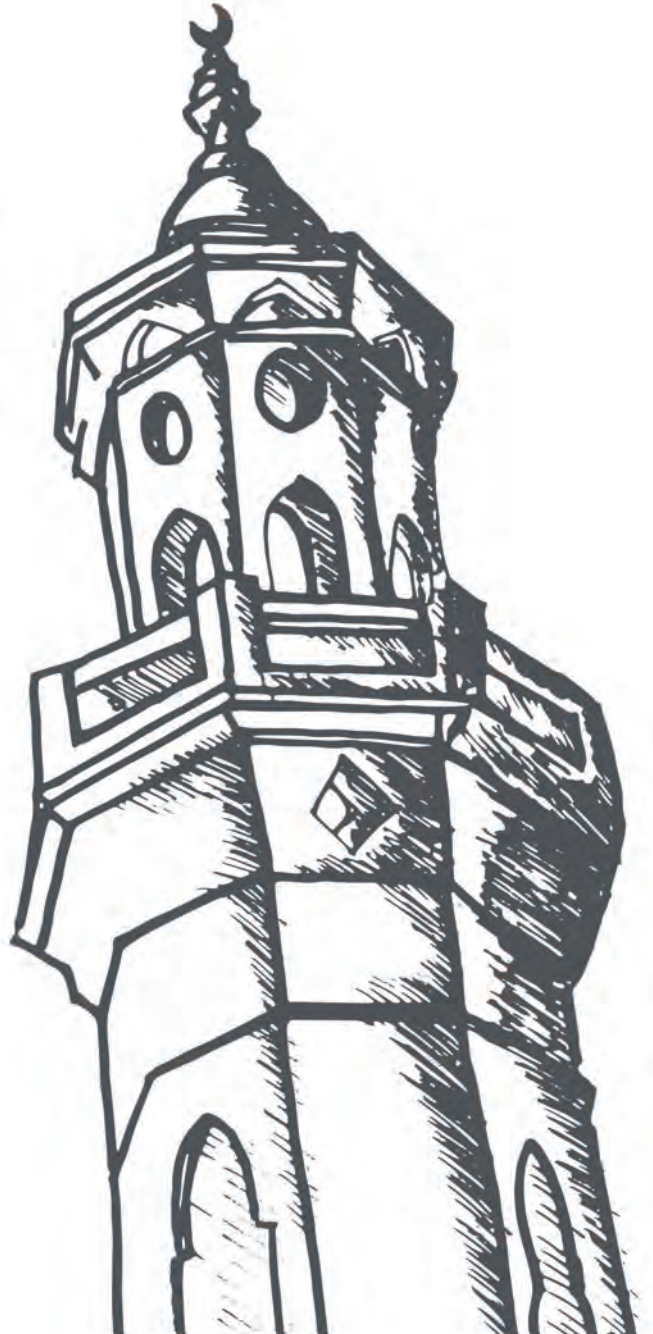
TRANSFER OF FLIGHT CREW
TO THE VERY DANGEROUS
BUSINESS GROUP

↗ 7



Biz bize yeteriz...

HOŞ GELDİN
RAMAZAN
ON BİR AYIN SULTANI





Değerli Arkadaşlar,

Dünya olarak zor zamanlar geçirdiğimiz bu günlerin en kısa süre içerisinde son bulması temennisiyle sizleri selamlıyorum.

Koronavirüs dünyaya yayılmaya başladığı andan itibaren Devletimizin tüm birimleri yüksek hassasiyet göstermiş ve gerekli tüm tedbirleri almıştır. Sözde gelişmiş ve medeni devletler, halklarının en temel ihtiyaçlarına dahi cevap vermemiş ve çoğu coğrafyada insanlık dramı yaşanmıştır.

Devletimiz sadece sağlık alanında yaptığı çalışmalarla bile birçok gelişmiş ülkeden daha proaktif davranmış ve yerinde tedbirler almıştır. Bununla birlikte sekteye uğraması kaçınılmaz olan ekonomik hayata dair önlemleri de ilk andan itibaren gayet başarılı bir şekilde almaya devam etmektedir.

Sayın Cumhurbaşkanımızın Mart ayı ortasında açıkladığı "Ekonomik İstikrar Kalkanı" programıyla başlatılan istihdam devamlılığının sağlanmasına yönelik kanun değişiklikleri hızla hayata geçirilmiştir. Ekonomik olarak en çok etkilenen sektörlerin başında gelen havacılık sektöründe de ek düzenlemeler yapılarak işçilerin korunması sağlanmıştır. Bu kapsamda yetkili sendika olduğumuz THY A.O. da "Ekonomik İstikrar Kalkanı" programında açıklanan "Kısa Çalışma Ödeneği"ne başvurmuş olduğunu tarafımıza bildirmiştir.

Aynı zamanda Mart ayının başından itibaren tarafımızca yapılan girişimler neticesinde toplanan İSG Kurulları vasıtasıyla salgın süresince çalışanların sağlığını korumak adına alınacak ek tedbirler işverene bildirilmiş ve bahsedilen önlemlerin hayata geçmesi sağlanmıştır.

Dear Friends,

I greet you with the hope that these difficult days we experience as the world will end as soon as possible.

Since the time Coronavirus began to spread through the world, all units of our State have showed high sensibility and taken the whole necessary precautions. So-called developed and civilized states were not able to even answer to the basic needs of their people and human drama has been experienced in many geographies.

Even only with the studies in health area, our State has acted more proactively than many developed countries and taken proper precautions. Besides, it has continued to take precautions successfully for the economic life that is inevitable to be interrupted since the first moment.

Law amendments aimed at ensuring the continuity of employment, which were initiated with the "Economic Stability Shield" program announced by our dear President in mid-March, have been rapidly implemented. In the aviation sector, which is the head of the most economically affected sectors, workers were protected by making additional regulations. In this context, THY A.O. that we are authorized union also informed us that it has applied for the "Short Work Allowance" announced in the "Economic Stability Shield" program.

At the same time, additional measures that will be taken to protect the health of the employees during the epidemic were declared to the employer through the OHS Boards gathered as a result of the initiatives made by us since the beginning of March, and the mentioned measures were supplied to be implemented.

Değerli Arkadaşlar,

Sendikamız Hava-İş de bu zor zamanların atlattılması için elinden gelen her şeyi yapmaktadır. Şu ana kadar hazırladığımız bültenlerimizde koronavirüs nedir ve nasıl önlem alınır, kabin, kokpit ve yer hizmetlerinde çalışan arkadaşlarımızın yaşadıkları sorunları, aldığımız önlemleri ve sağlıklı beslenme konusunda görüş ve önerilerimizi sizlere aktardık. Sizlerin de uzman önerilerini dikkate almanızı ve bu doğrultuda kişisel önlem almanızı istirham ederiz. Unutmayın, "Koronavirüs alacağınız tedbirlerden daha güçlü değildir!".

Değerli Emekçi Kardeşlerim,

Salgın tehlikesinin başlamasıyla birlikte yaşanan süreçte işvereni, alınacak tedbirler konusunda uyardı ve ek tedbirler almaya yöneltecek girişimlerimiz devam etmektedir...

Yurtdışında yaşayan Türk vatandaşlarının salgın sürecinde Ülkemize ulaşabilmelerini sağlamak için Devletimiz tarafından başlatılan tahliye uçuşlarında üyemiz olan havacılık emekçileri, en az sağlık çalışanları kadar önemli bir görev üstlenmiştir.

Bununla birlikte işverenin birçok noktada çalışanları mağdur etmeye yönelik girişimlerini öncelikle SHGM ve ilgili bakanlıklarla yaptığımız yazışmalar yoluyla durdurma girişimlerine devam etmekteyiz. Bu konuda üyesi olmaktan gurur duyduğumuz Türkiye İşçi Sendikaları Konfederasyonu (Türk-İş) ve Uluslararası Taşımacılık İşçileri Federasyonu (ITF) tarafından verilen destekler, işveren ile yaşadığımız anlaşmazlıklar konusunda elimizi güçlendirmektedir.

Bu süreçte Hava-İş olarak üyelerimizin maddi manevi tüm ihtiyaçlarını karşılayabilmek adına "Acil Durum Hattı" oluşturduk. Nisan ayının başı itibariyle Acil Durum Hattımıza ulaşan 2000'e yakın üyemizin taleplerini karşılamaya çalıştık. Aynı zamanda Kısa Çalışma Ödeneği sürecinin başlamasıyla maaşlarda yaşanacak maddi kayıpların olumsuz sonuçlarının önüne geçebilmek adına bankalarla anlaşmalar yapıp üyelerimizin faydalanmasını sağladık.

Dear Friends,

Our Union Hava-İş does absolutely everything to overcome these difficult times, too. Until now in our bulletins we prepare, we have transmitted to you what coronavirus is and how precautions can be taken, the problems our friends working in cabin, cockpit and groundhandling experience, the precautions we have taken, our opinions and suggestions about healthy nutrition. Friends, we request you to consider experts' suggestions and take your personal precautions accordingly. Remember, "Coronavirus is not more powerful than the precautions you will take!"

Dear Laborer Friends,

Our initiatives to warn the employer about precautions that will be taken and to direct him to take additional precautions have continued within the process together with the beginning of the epidemic danger.

Aviation laborers, who are our members, have undertaken an important role like healthcare workers in the evacuation flights initiated by our State to ensure that Turkish citizens living abroad can reach our country during the epidemic.

In addition, we are keeping on our initiatives to stop the attempts of employer to victimize the employees in many points via our correspondence made firstly with SHGM and related ministries. The supports given in this subject by Confederation of Turkish Trade Unions (Türk-İş) and International Transport Workers' Federation (ITF) which we are proud of being a member strengthen our hand against the disagreements we have with employer.

In this process, as Hava-İş, we created an "Emergency Line" in order to meet all the material and moral needs of our members. As of the beginning of April, we tried to meet the demands of our nearly 2000 members who reached our Emergency Line. At the same time, we enabled our members to get benefit by making agreements with banks in order to prevent the negative consequences of material losses that would be experienced in salaries with the beginning of Short Work Allowance process.

Süreç içerisinde üyelerimizin yaşayacağı maddi zorlukları birlikte aşmak adına Yönetim Kurulu Kararı ile diğer sendikalara da örnek olacak şekilde Nisan - Mayıs - Haziran aylarında üyelerimizden aidat almayacağımızı ilan ettik...

Değerli Üyelerimiz,

Havacılık emekçisinin sesi olan dergimizin bu sayısında Emeğin Öncüleri söyleşimizin konuğu, TOLEYİS, Türkiye Otel Lokanta Dinlenme Yerleri İşçileri Sendikası Genel Başkanı Sayın Cemal Bakındı Beyefendi oldu. Kıymetli bir emek savunucusu olan Sayın Başkan'ı, TOLEYİS Sendikası'nı ve oradaki emekçileri daha yakından tanımak, gönül birliğimize katkı sağlayacaktır. Sayın Başkan'ın yarım asra yakın emek mücadelesi elbette herkese güzel misaller sunmaktadır. Türk-İş çatısı altında mücadele veren emekçileri ve güzide sendikalarımızı birlikte tanımaya devam edeceğiz...

Dergimizde yer alan birbirinden kıymetli yazı, görüş ve haberleri sizlere sunmaktan büyük keyif alıyorum. Özenle hazırlanan dergimizin sayfalarında gezinirken güzel vakit geçireceğinizi umuyorum. Yıllardır Sendikamızın mottosu olan "biz bize yeteriz" sözümüzün bu zor zamanlarda Ülkemizi kapsayan bir iyilik hareketinin başlığı olması da bizleri mutlu etmiştir. Bu vesileyle "Biz Bize Yeteriz Türkiyem" iyilik hareketine imkânlarınız ölçüsünde değerli yardımlarınızı istirham ederiz. Biz, birlikte güçlüyüz. Unutmayın, Allah'ın izniyle birlikte azlar çok olur, dertler yok olur.

Bu zorluğu birlikte ve en kısa sürede atlatmayı temenni ediyor, vefat edenlere Allah'tan rahmet ve hastalara da acil şifalar diliyorum.

Yakında ulaşacağımız mübarek Ramazan ayında bu seferlik sofralarımız ayrı ayrı kurulsun da gönüllerimiz bir olsun. Yine hep birlikte güzel, bereketli ve şen Ramazan sofralarında afiyetle buluşmayı ümit ediyorum. Tüm İslam âleminin Ramazan'ı mübarek olsun.

Uçaklarımızın, tekrar semada süzüleceği günlere erişmek temennisiyle herkese esenlikler dilerim. Birlikte güzel ve sağlıklı yarınlara...

We declared that we will not receive dues from our members for three months April - May - June as a sample to other unions with Decision of Board in order to overcome together the financial difficulties our members will experience in the process...

Dear Members,

In this issue of our journal which is the voice of aviation laborers, the guest of the Pioneers of Labor interview is Dear Cemal Bakındı who is the President of TOLEYİS (Türkiye Otel Lokanta Dinlenme Yerleri İşçileri Sendikası). To know closely Dear President who is a precious labor defender, TOLEYİS Union and the laborers working there will contribute to our heart unity. Labor struggle of Dear President for nearly half century surely submits beautiful examples to everyone. We will continue to know laborers struggling under the roof of Türk-İş and our distinguished unions together...

I am very pleased to present you valuable articles, opinions and news in our journal. I hope you will have a good time while browsing the pages of our journal that are carefully prepared. We are happy to see that our motto being used for years by our Union "We are enough for us" has become the title of a favor movement covering all of our Country in these difficult times. On this occasion, we request your valuable help to this "We are enough for us my Turkey!" favor movement within your possibilities. We are powerful together. Do not forget; with permission of Allah, when we come together, few becomes more and problems disappear.

I hope to overcome this difficulty together as soon as possible, I wish Allah's mercy to those who passed away and urgent healing to the patients.

Let our hearts united in this blessed Ramadan month even though our tables are prepared separately for this time. I hope to meet again in beautiful, plentiful and cheerful Ramadan tables together. May Ramadan of the entire Islamic world be blessed.

I wish everyone well-being hoping to see the days when our planes will take place in the sky again. To beautiful and healthy future together.

ALİ KEMAL TATLIBAL
HAVA-İŞ SENDİKASI GENEL BAŞKANI | PRESIDENT OF HAVA-İŞ UNION

Biz bize yeteriz...

İÇİNDEKİLER CONTENTS



42

TOLEYİS GENEL BAŞKANI SAYIN CEMAİL BAKINDI
BEYEFENDİ İLE MÜLAKAT

INTERVIEW WITH PRESIDENT OF TOLEYİS UNION
DEAR CEMAİL BAKINDI



22

YENİ KORONAVİRÜS
ENFEKSİYONU
NEW CORONAVIRUS
INFECTION



54

ANADOLU SESLERİ
ANATOLIAN VOICES



7

UÇUCU EKİPLERİN ÇOK TEHLİKELİ İŞ
GRUBUNA GEÇİRİLMESİ
TRANSFER OF FLIGHT CREW TO THE
VERY DANGEROUS BUSINESS GROUP



69

ZİYARETLER VISITS



58

ONUR ENGÜR BEYEFENDİ İLE SÖYLEŞİ A CONVERSATION WITH DEAR ONUR ENGÜR



72

8 MART DÜNYA EMEKÇİ KADINLAR GÜNÜ MARCH 8TH INTERNATIONAL WOMEN'S DAY



26

SAĞLIKLI GÜNLER HEALTHY DAYS



64

DLA SINAVI İÇİN METOTLAR THE METHODS FOR DLA EXAM



70

MARKA VE DEĞER BRAND AND VALUE

TÜRKİYE SİVİL HAVACILIK SENDİKASI
TURKEY CIVIL AVIATION UNION

Hava-İş Sendikası Adına İmtiyaz Sahibi
The Holder of Privilege in the Name
of Hava-İş Union
Ali Kemal TATLIBAL

**Sorumlu Yazı İşleri Müdürü ve
Genel Yayın Yönetmeni**
Responsible Editor and Editor in Chief
Celalettin MERİÇLİ

Yayın Danışmanı | Editorial Consultant
Doğan NARBOĞA

Yayın Kurulu | Editorial Board
Muhammed Salih UĞUR
Muhammed Safa ARIKAN
Sefer KACAGAN
Aslıcan ORHAN

Yönetim Yeri | Management Place
Hava-İş Genel Merkezi | Hava-İş Central Office
İncirli Caddesi Volkan Apt. No: 68/1-2
Bakırköy - İstanbul / 444 7 962

Hava-İş Ankara Şubesi
Hava-İş Ankara Branch Office
Ambarlar Yolu Beyaz Saray Ap.
No:10/2 Sıhhiye - Ankara / 0 312 230 08 03

Hava-İş Antalya Şubesi
Hava-İş Antalya Branch Office
Demircikara Mah. Burhanettin Onat Cad.
Ocean City A Blok, Kat: 1 D: 2
Muratpaşa - Antalya / 0 242 321 05 72

Hava-İş Batman Şubesi
Hava-İş Batman Branch Office
Meydan Mah. Komanda Cad. Ayaz Plaza,
No: 3 Kat: 2 D: 6
Batman / 0 488 212 73 72

Hava-İş İzmir Şubesi
Hava-İş İzmir Branch Office
Atıfbey Mah. 680 Sok. No: 14 D: 2
Gaziemir - İzmir
0 232 463 66 89

Hava-İş Sabiha Gökçen Şubesi
Hava-İş Sabiha Gökçen Branch Office
Yenişehir Mah. Bakü Caddesi
Arma Rezidans No: 6 D: 62
Pendik - İstanbul / 0 216 491 22 10

Hava-İş Adana Temsilciliği
Hava-İş Adana Representation Office
Turgut Özal Bulvarı Güzelyalı Mah. Kibritoğlu
Sitesi A Blok Kat: 1/1
Adana / 0 322 352 70 59

Yapım ve Organizasyon
Production and Organization
Felah Yayıncılık ve Yapım
Felah Publishing and Production
Kuleli Mah. Papatyalı Sokak No: 7-2/1
Üsküdar/İstanbul

Hava-İş Dergi bilgi ve temin için
For information and access to Hava-İş Journal
dergi@havais.org.tr

*Her hakkı mahfuzdur. Kaynak gösterilerek
"kısmi" alıntı yapılabilir. Yazıların sorumluluğu
yazarlarına aittir. Reklamlar, reklam
verenlerin sorumluluğundadır.
*All rights reserved. Partial quotation can
be used by pointing out the source. The
responsibilities of the writings belong to
the writers themselves. Advertisements'
responsibilities belong to advertisers.

*Hava-İş Dergisi, Türkiye Sivil Havacılık
Sendikası resmi yayın organıdır. Ücretsizdir.
Hava-İş Journal is an official publication of
Turkey Civil Aviation Union. It is free.

SAYI 110 | ISSUE 110

www.havais.org.tr



Değerli Arkadaşlar,

Dünyayı etkisi altına alan koronavirüs (Covid-19) hakkında siz değerli çalışma arkadaşlarımızı bilgilendirmeye devam ediyoruz.

Şu ana kadar hazırladığımız bültenlerimizde koronavirüs nedir ve nasıl önlem alınır, kabin, kokpit ve yer hizmetlerinde çalışan arkadaşlarımızın yaşadıkları sorunları, aldığımız önlemleri ve sağlıklı beslenme konusunda görüş ve önerilerimizi sizlere aktarmıştık.

Sendikamız Hava-İş, tüm birikimi ve gücüyle her zaman sizlerin yanındadır! Yapılması gereken her şeyi takip ediyor ve gerekli tüm önlemlerin alınması konusunda çalışıyoruz. Bununla birlikte sizlerin de uzman önerilerini dikkate almanızı ve bu doğrultuda kişisel önlem almanızı istirham ederiz. Unutmayın, "Koronavirüs alacağınız tedbirlerden daha güçlü değildir!"

Tüm dünya ahalisi olarak bu zorluğu birlikte ve en kısa sürede atlatmayı temenni ediyor, vefat edenlere Allah'tan rahmet ve hastalara da acil şifalar diliyorum.

Birlikte güzel ve sağlıklı yarınlara...

Dear Friends,

We keep on informing you, our dear colleagues, about Coronavirus (Covid-19) affecting the whole world.

Until now, we have transmitted to you what coronavirus is and how precautions can be taken, the problems our friends working in cabin, cockpit and groundhandling experience, the precautions we have taken, our opinions and suggestions about healthy nutrition in our bulletins we prepare.

Our Union Hava-İş is always with you with its whole experience and power! We follow everything that should be done and we work on taking all of the necessary precautions. In addition to this, we request you to consider experts' suggestions and take your personal precautions accordingly. Remember, "Coronavirus is not more powerful than the precautions you will take!"

As all of the people over world I hope to overcome this difficulty together as soon as possible, I wish Allah's mercy to those who passed away and urgent healing to the patients.

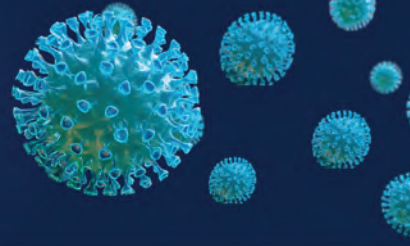
To the beautiful and healthy futures together...

ALİ KEMAL TATLIBAL
HAVA-İŞ SENDİKASI GENEL BAŞKANI | PRESIDENT OF HAVA-İŞ UNION



Biz bize yeteriz...





UÇUCU EKİPLERİN ÇOK TEHLİKELİ İŞ GRUBUNA BİR AN ÖNCE GEÇİRİLMESİ IMMEDIATE TRANSFER OF FLIGHT CREW TO THE VERY DANGEROUS BUSINESS GROUP

ARDA ERSÜMER

HAVA-İŞ SENDİKASI GENEL MEVZUAT SEKRETERİ

HAVA-İŞ UNION GENERAL SECRETARY OF LEGISLATION



Siz değerli üyelerimize tekrar merhaba derken Sendikamızın Koronavirüs (Covid-19) hakkındaki girişimlerini özetlemek ve uçucu ekiplerin "Çok Tehlikeli İş Grubu"na geçirilmesinin zamanının geldiğini anlatmak istiyoruz.

Dünya Sağlık Örgütü'nün "PANDEMI" olarak ilan ettiği bu durumda bizler neler yaptık ve yapmaya devam ediyoruz, bunları özetlemek istiyorum.

HAVA-İŞ SENDİKASI OLARAK ALDIĞIMIZ ÖNLEMLER

Şubat ayında Çin Halk Cumhuriyeti'nde karantinalar başlar başlamaz İş Sağlığı ve Güvenliği Uçuş Kurulunu olağanüstü toplantı yapmaya çağırdık. Kurulu daha önce New York uçuşunda yaşanan ve yaralanmalara sebep olan türbülans vakasından hemen sonra olağanüstü toplanmaya çağırmıştık.



Hello again to our dear members; we want to summarize attempts of our Union about Coronavirus (Covid-19) and to explain that it is now the time for flight crew's being transferred to "Very Dangerous Business Group".

What have we done in this case which was declared as "PANDEMIA" by World Health Organization and what are we doing continuously? I want to summarize these.

THE PRECAUTIONS THAT WE HAVE TAKEN AS HAVA-İŞ UNION

As soon as quarantines started in February in People's Republic of China , we called the Occupational Health and Safety Flight Board to hold an extraordinary meeting. We had called this board to have an extraordinary meeting just after the turbulence case that had previously occurred in New York flight and caused injuries.





Yapılan toplantıya Hudutlar ve Sahiller Sağlık Müdürlüğünden de yetkilinin gelmesi ile Sendikamıza sizlerden gelen talepler ve bizlerin tespitleri iletilerek gerekli önlemlerin alınması istenmişti. Bu toplantıdan yaklaşık iki gün sonra THY, Çin Halk Cumhuriyeti'ne yapılan seferlerde frekans azaltma yoluna gitmişti. Bu durum, oraya uçuş icra edecek olan üyelerimizin daha uzun süreyle yatı seferinde kalmasına ve riskin üyelerimiz için artmasına neden olmaktaydı. Bunun üzerine Şirket ile yapmış olduğumuz ilgili yazışmalarımızı sizlerle de paylaşmış ve seferlerin iptalini istemiştik. Yazışmalardan hemen sonra Sağlık Bakanlığımızın da bildiriyle buraya yapılan seferler durdurulmuştu.



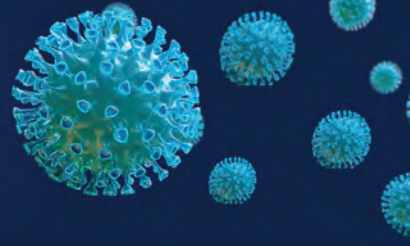
Mart ayının başlarında yine sizlerin Sendikamızı bilgilendirmesi ile birlikte Şirket ile resmî yazışmalar yapılmış ve Albania Air adına yapılan İtalya seferleri durdurulmuştu. Yine mart ayının başında üyelerimiz için alınan önlemler ve bunların artırılmasına yönelik Şirket ile resmî yazışmalar yapılmış ve yine siz değerli üyelerimizle paylaşmıştı. Ben bu yazıyı kaleme alırken tüm temsilci arkadaşlarımız, İş Sağlığı ve Güvenliği Uçuş Kuruluna bildirilmek üzere tespit edilen aksaklıkların listesini çıkartmakta ve alınması gereken önlemler konusunda çalışmalarını yapmaktalar. Bunlardan bazıları, ikram ile ilgili yapılması gereken değişiklikler ile uçucu ekiplerimiz için alınması gereken elzem önlemleri içermektedir. Bunlar da sizlerle paylaşılacaktır.

En riskli durumda olan hamile uçucu üyelerimiz, daha önce Sendikamızın kazanımı olan asgari ücret olarak, sağlık sigortaları yatırılarak ve SGK primleri ödenerek bu süreci evlerinde geçirerek atlatacaklardır. Konusunda uzman olan doktorlarımızdan edindiğimiz bilgi, hamile bir bayana en düşük dozda ilaç bile vermeye korkulduğu ve eğer böyle bir durumla karşılaşırsa taşıdıkları yavrularının çok büyük bir risk altına gireceği yönündeydi. Bu zor dönemi risk geçene kadar evlerinde geçirmeleri, Sendikamızın protokolle sağlamış olduğu bir kazanımdır.

With the coming of the official from the Health Directorate of Borders and Coasts to the meeting, requests from you and our determinations were conveyed to our Union and required measures' being taken was demanded. Approximately two days after this meeting, THY went on frequency reduction in the flights to the People's Republic of China. This situation caused our members who will be flying there to stay longer in overnight stay and an increase the risk for our members. Upon this, we shared with you the related correspondence made with the Company and asked for the cancellation of the flights. Immediately after the correspondences, the flights made there were stopped with the notification of our Ministry of Health.

In the beginning of March, with your informing our Union, we made formal correspondences with the Company and stopped Italy flights made in the name of Albania Air. Again in the beginning of March, we made formal correspondences with Company about precautions taken for our members and their being increased and we shared this with you, our dear members. While I am writing this article, all of our representatives are making a list of hitches being located to report to Occupational Health and Safety Flight Board and they are working on the precautions to be taken. Some of them contain the changes about treats and necessary precautions to be taken for our flight crew. These will be shared with you, too.

Our pregnant flight members who are in the most risky position can stay at their home during this process by getting the minimum wage previously earned by our Union, their health assurance will be paid and SGK premiums will be also paid. We get the information from expert doctors that even minimum dose of medicine to a pregnant woman is avoided and if there is such a case, the babies they carry will be under a huge risk. Their staying at home until this process ends is a gain obtained by our Union with the protocol.



TÜM SAĞLIK ÇALIŞANLARINI ALKIŞLIYORUZ

Sağlık Bakanımızın ve oluşturduğu Bilim Kurulunun açıklamaları bizler için bu süreçte çok büyük önem taşımaktadır. Ülkemizin bir an önce bu felaketten kurtulması için hepimiz üstümüze düşen ne görev varsa yapmalıyız. Büyük risk altında çalışan ve gecesini gündüzüne katan tüm sağlık personelimizi gururla alkışlıyoruz.

UÇUCU ÜYELERİMİZİN ÇOK TEHLİKELİ İŞ GURUBUNA GEÇİRİLMESİ

İş Sağlığı ve Güvenliği açısından iş grupları 3 ana başlık altında toplanmıştır:

WE CLAP ALL OF HEALTH WORKERS

Explanations of our Health Minister and Scientific Board he has constituted are very important for us in this period. We should do what we need to do so that our country can get rid of this disaster as soon as possible. We clap our health workers working under a huge risk and adding their nights to their days with honour.

THE TRANSFER OF OUR FLIGHT CREW TO VERY DANGEROUS BUSINESS GROUP

Business groups are collected under 3 main titles in terms of Occupational Health and Safety:

1 Az Tehlikeli / Less Dangerous

2 Tehlikeli / Dangerous

İş yeri tehlike sınıfları, 5510 sayılı Sosyal Sigortalar ve Genel Sağlık Sigortası Kanunu çerçevesinde, Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığınca belirlenmektedir.

NEDEN ÇOK TEHLİKELİ İŞ GRUBU?

Uçucu ekipler aşağıda sıralayacağımız risklerden dolayı Çok Tehlikeli iş grubunda yer almalıdır:

- İçinde bulunduğumuz durum, bir virüsün insan hayatını ne kadar riske attığının ve yayılması hâlinde toplumların düşmüş olduğu durumun göstergesidir. Sadece bu virüs için değil, sıtma virüsü, zika virüsü, ebola virüsü, sars virüsü, domuz gribi, sarıhumma hastalığı, menenjit, kolera, tifo vs. hastalıklarına en büyük risklerle maruz kalanlar uçucu ekiplerdir.

3 Çok Tehlikeli / Very Dangerous

Danger classes of workplaces are determined by The Ministry of Labor and Social Security in the framework of Social Insurance and General Health Insurance Law No. 5510

WHY IS VERY DANGEROUS BUSINESS GROUP?

Flight crew should exist in Very Dangerous Business Group because of the risks we count below:

- The situation we are in is an indicator of how much a virus risks human life and the situation in which societies will fall if it spreads. Not only for this virus, but also for malaria virus, zika virus, ebola virus, sars virus, swine flu, yellow fever disease, meningitis, cholera, typhoid etc., those who are exposed to with the biggest risk are flight crew.

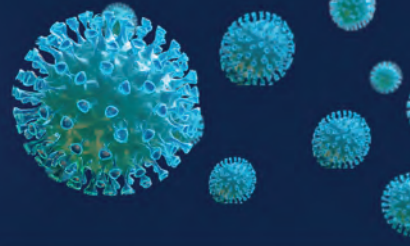




- Uçucu ekipler, uçulan irtifalara bağlı olarak radyasyona maruz kalmaktadır. Bunun bilim insanları tarafından havacılık camiası adına çalışması yapılmalıdır.
- Gidilen ülkelerde hijyen ve iklim değişiklikleri, en çok uçucu ekipleri etkilemekte ve onların hastalanmalarına yol açmaktadır. Hastalanan uçucu ekiplere bir de rapor almama, işten çıkarılma baskısı yapılmaktadır!
- Ülkelerin politik durumları ve süreçleri en çok uçucu ekipleri risk altında bırakmaktadır. Otel baskınları, kaçırılma durumları bunlara örnektir.
- Uçak içi verilen ikram ve sürekli bu şekilde yapılan beslenme, ileride farklı rahatsızlıklara yol açabilmektedir. Doğunluk hissi veren gıda çeşitleri için araştırma yapılması ve bunun yol açabileceği rahatsızlıkların belirlenmesi gerekmektedir. (İSG Uçuş Kurullarında Sendika diyetisyenimiz çalışmalarını ve sizden gelen geribildirimlerini sunmaktadır.)
- Yatı seferi uygulanan ülkelerdeki farklı beslenme düzenleri, uçucu ekiplerin maruz kaldığı diğer bir konudur.
- Uçak içerisinde maruz kalınan basınç farklılığı, iniş ve kalkışlarda sürekli maruz kalınan yer çekimi ivmesi, uçucu ekipleri etkileyen ve ileride maruz kalınması muhtemel rahatsızlıkların belirlenmesi gerekliliğinin bir göstergesidir. Bu rahatsızlıklara barometrik kulak rahatsızlıkları bir örnektir.
- Özellikle kabin ekiplerinin servis yapmış olduğu ekipmanlar yüzünden oluşan kronik rahatsızlıklar belirlenmelidir. Bel ve boyun fıtıklarının ileriki yıllarda özellikle kabin ekiplerinde sıklıkla baş etmek zorunda oldukları rahatsızlıklardır.

- Flight crew are exposed to radiation depending on the altitudes being flown. This should be studied by scientists on behalf of aviation society.
- Hygiene and climate changes in the countries affect mostly flight crew and they cause their getting sick. Those who get sick are also under the threat of being dismissed and not being able to get report due to illness!
- Political situation and processes of the countries cause risks mostly on flight crew. Hotel raids and abduction are examples of this situation.
- Treat given in the plane and nutrition in this same type can result in different diseases in the future. It is necessary to make a research for the variety of foods that give the feel of fullness and to determine the diseases which this case causes. (In the ISG Flight Boards, our Union dietician submits these studies and the feedbacks coming from you.)
- Different nutrition orders in the countries where flight crew stay overnight is another subject.
- The pressure difference being exposed in the plane, the gravitational acceleration that is constantly exposed during the landings and take-offs are indicative of the necessity to identify any disturbances affecting the fly crews and likely to be exposed in the future. Barometric ear disorders are examples of these disorders.
- Chronic disorders especially caused by the equipments with which cabin crew make services should be identified. Slipped disc and neck hernia are the disorders that especially cabin crew frequently have to deal with in the next years.





• İstenmemesiyle birlikte yaşanmış olan ve yaşanması muhtemel olan kaza kırımlar Çok Tehlikeli iş grubunda olması gerekliliğinin bir göstergesidir.

• İş Sağlığı ve Güvenliği Uçuş Kurulu istatistiklerine göre en çok iş kazası, uçucu ekiplerde görülmekte ve bunların en aza indirilmesi için çalışmalar yapılmakta, İSG uzmanları tarafından kişilerle birebir görüşme yapılarak bu kazaların en aza indirilmesi sağlanmaya çalışılmaktadır.

• Uçucu ekipler için standart çalışma saatleri yoktur. Günün her saati işbaşı yapmakta ve mesaisini açmaktadır. Bu ise sürekli uyku düzensizliğine yol açmaktadır. Melatonin gibi vücut için elzem önem taşıyan hormonları çoğu zaman salgılayamamaktadır. Düzensiz uykunun yol açtığı rahatsızlıklar günümüzde bilinmekte ve bu sebeple sağlık birimlerine başvuran hastalar ilaçla tedavi edilmektedir. Ne var ki uçucu ekiplerin bu ilaçları dahi kullanmaları yasaklanmıştır.

• Uyku bozukluğuna yol açan diğer bir konu ise gidilen ülkelerdeki saat farklılıklarından kaynaklı "jet lag" durumudur. Jet lag: Uzun uçuşlar sonrası ortaya çıkan, vücudun biyolojik saati ile iniş yapılan yerin saatinin uyuşmamasıdır. Bu durumun; aşırı yorgunluk, uykusuzluk, dikkatsizlik ve sindirim bozukluğu rahatsızlıklarına yol açtığı bilim insanları tarafından kanıtlanmıştır. İcra edilen ER (saat farkını içeren uzun uçuş görevi) seferlerinde gidilen ülkelerdeki istirahat süreleri kısaltılmış olup uçucu ekiplerin jet lag'a maruz kalma durumları daha fazla artmıştır.

Mesai süreleri ise uçucu ekiplerin maruz kaldığı diğer bir olaydır. Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı talimatları, haftalık çalışma sürelerini güvence altına almıştır. Uçucu ekiplerde bu

• Accident faults that have occurred even though they are not wanted and will probably be experienced are the indicators the necessity of their existing in Very Dangerous Business Group.

• According to the statics of Occupational Health and Safety Flight Board, occupational accidents are mostly seen in flight crew and studies are being made to decrease these to minimum; these accidents are being tried to be decreased to minimum with one to one meetings which are held by ISG experts.

• There are not standard working hours for flight crew. They begin their works in any hour of the day. This causes a constant sleep disorder. Most of the time, it is not able to secrete hormones that are essential for the body, such as melatonin. Diseases caused by irregular sleep are known today and patients who apply to health units due to this are treated with medication. However, flight crew are prohibited from using these drugs.

• Jetlag which is caused due to time differences of countries is another situation resulting in sleep disorder. Jetlag is the mismatch between the body biological clock and the time of landing place and it appears after long flights. It has been proven by scientists that this condition leads to extreme fatigue, insomnia, carelessness and digestive disorders. Rest periods in the countries to be fled in the ER (long flight mission including time difference) flights have been shortened and the exposure of flight crews to jet lag has increased more.

Overtime period is another situation flight crew is exposed. The Ministry of Labor and Social Security instructions have secured weekly working hours. For flight crew, this period is 56 hours per week





süreler haftalık 56 (TİS ile), SHGM-FTL'de ise 60 saattir. Günlük çalışma saatleri ise min. 13 saat, ER seferlerinde 17 saate kadar çıkmaktadır. Bunlara uzatılmış görevler ve SKPK (Sorumlu Kaptan Pilot Kararı) eklendiğinde 2 saat kadar daha uzamaktadır. SHGM-FTL'de yazan "Konumlandırma" maddesini işin içine hiç katmıyorum. Her normal çalışandan 2 kat daha fazla çalıştığımız ortadadır.

TÜM BUNLARIN DIŞINDA NEDEN ÇOK TEHLİKELİ İŞ GRUBUNDA OLMAMIZ GEREKMEKTE?

Tüm uçucular, icra ettikleri görevin yanı sıra birer ilk yardımcısıdır. Sağlık personeli ile aynı derecede görevlerini icra etmektedirler. Çoğu sağlık mensubunun defibrilatör yetkisi yokken uçuş ekiplerinin sertifikalandırılmış yetkisi vardır.

Tüm uçucular "Acil Durum Yetkisi" ile yetkilendirilmişlerdir. Havacılık dilinde buna kısaca "Emergency" denilmektedir. Havacılıkta hataların bir zincir olduğunu bilen tüm uçuş ekipleri sürekli teyakkuz hâindedir. Sadece uçucuların anlayabildiği bazı uçuş sözleri vardır: "Her iniş ve kalkış bir Emergency'dir." Bu sözün meslektaşlarımızca çok ciddi bir manası vardır; çünkü havacılık kanla yazılmış bir meslektir.

Emergency olarak eğitim aldıkları ve bu eğitimden 100 tam puan alamayanların uçuşa başlatılmadığı bir meslektir. Kokpit ve kabin ekipleri sürekli bu eğitimlerden geçer ve bilgilerini işte bu yüzden tazeler.

(with CLA) and 60 hours in SHGM-FTL. Working hours per day are minimum 13 hours, in ER flights it may extend to 17 hours. When extended missions and RCPD (Responsible Captain Pilot Decision) are added to these, they are extended for another 2 hours. I never include the "Positioning" item written in SHGM-FTL. It is obvious that we work 2 times more than every normal employee.

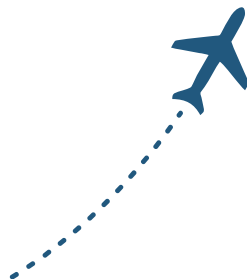
EXCEPT ALL OF THESE, WHY SHOULD WE TAKE PLACE IN VERY DANGEROUS BUSINESS GROUP?

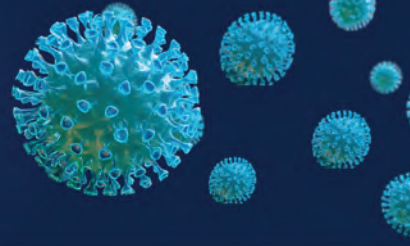
All of flight crew are also first aid in addition to their duties. They carry out their duties in the same degree with a health worker.

While most healthcare professionals do not have defibrillator authorization, flight crew have certified authorization.

All of flight crew are authorized by the "Emergency Authority". It is named as "Emergency" shortly in aviation language. All flight crew who know that aviation is a chain of errors are always on the lookout. There are some flight words which only flight crew can understand: "Every landing and take off is an Emergency." This sentence has very serious meaning by my colleagues; because aviation is an occupation written by blood.

It is an occupation that they get educated as Emergency and those who cannot get 100 exact marks from this education cannot begin flights. Cockpit and cabin crew always get this education and they refresh their information.





1

Decompression

(Havada ani yahut yavaş tazyik boşalması) / (Sudden or slow pressure discharge in the air)

2

Karaya acil iniş / Emergent landing ashore

3

Suya acil iniş / Emergent landing into the water

4

Motor yangınları / Motor fires

5

Kabinde yangın / Fire in the cabin

6

Kabinde duman / Smoke in the cabin

7

Tüm tahliye esasları / All eviction principles

8

Kokpit emergency'leri / Emergency of cockpit

Uçucu ekiplerin hepsinin tüm bunları adı ve soyadı gibi bilmesi ve gerektiğinde hayat kurtarabilmesi gerekmektedir. Ekip üyeleri hep birlikte hareket etmelidirler.

Havacılıkta bu kadar az kaza kırımın yaşanması uçucu ekipler sayesinde iken, uçucuların "Çok Tehlikeli" sınıfta yer almaması ve bu grubun hassasiyetleriyle muamele görmemesi sizce de ilginç değil midir?

Şimdi soruyoruz size, bir vakit uçucuların "Az Tehlikeli" sınıfa geçirilmesi için çaba sarf edenler şimdi nasıl uçağa binip özverileriyle çalışan kaptanlarımızın ve kabin ekiplerimizin yüzüne bakacak?

Geçtiğimiz bu zorlu süreçlerin bir an önce son bulması ve Türk Hava Yolları başta olmak üzere tüm havacılık camiasının bu süreci kazasız belasız atlatması temennilerimle herkese emniyetli uçuşlar dilerim.

All of flight crew should know these very well like their names and surnames and it is necessary to save a life when it is necessary. Crew members should act together.

Isn't it interesting for you,too that flight crew is not in "Very Dangerous" group and treated according to this group's sensitivity even though so few accidents are experienced in aviation thanks to flight crew?

Now, we are asking you: How will those who have made efforts to put the flight crew into a "Less Dangerous" class look at the faces of our captains and cabin crews who work with their devotion?

I wish everyone safe flights, with the wishes that these difficult processes will come to an end and the entire aviation community, especially Turkish Airlines, will survive this process without any accident.



aersumer@havais.org.tr

GÜNDEM DAİR

MUHAMMED SAİD YILDIRIM
HAVA-İŞ YÖNETİM KURULU YEDEK ÜYESİ

MEHMET ÖZCAN
HAVA-İŞ DENETİM KURULU ÜYESİ

Değerli Arkadaşlarımız,

Çin'de başlayıp tüm dünyaya yayılan koronavirüs salgınıyla birlikte Hava-İş olarak sürecin başından itibaren üyelerimizin bu riskten korunması adına elimizden geldiğince üyelerimizi bilgilendirmeye ve koruyucu tedbirlerin alınması adına işveren ve ilgili kuruluşlarla yazışmalar yapmaya başladık.

Henüz ülkemizde virüs görülmemişken 5 Şubat tarihinde konunun uzmanı Prof. Dr. Cemal Üstün Hocamızın hazırlamış olduğu koronavirüs hakkındaki tanı, görüş ve önerilerini içeren bir dokümanla üyelerimizi bu konuda bilgilendirmeye başladık. Bu tarihten itibaren işveren ile başta iş sağlığı ve güvenliği konuları olmak üzere alınacak tedbirleri görüşmeye başladık.



Mart ayına geldiğimizde ise virüsün ülkemizde tespit edilmesinin akabinde işveren ile düzenli olarak yürüttüğümüz İSG toplantısını olağanüstü olarak toplayıp en riskli grupların başında gelen havacılık çalışanı üyelerimiz için alınması gereken tedbirleri ilettik.

Ancak toplantı sonrasında alınan kararların uygulanmasında görülen aksaklıkların giderilmesi için işverene gerekli tedbirlerin eksiksiz uygulanmasını belirten bir yazı gönderdik.

O tarihlerde henüz havacılık çalışanı üyelerimiz arasında enfekte olmuş çalışanlar bulunmamaktaydı. İşverenin bu İSG kurullarında alınan kararları uygulamadaki eksiklerini üyelerimize duyurup, önceliğin çalışanların sağlığı olduğunu ve bu kararları uygulamada yaşanan sorunların devam etmesi hâlinde başta SHGM ve yetkili otoritelere başvuracağımızı belirttik.

Tüm bu süreçler yaşanırken Dünya Sağlık Örgütü'nün Çin merkezli salgını pandemi ilan etmesiyle havacılık sektöründe ekonomik açıdan çok büyük bir kriz başlamış oldu. Avrupa, Uzak Doğu ve Asya merkezli birçok havayolu şirketi, operasyonları büyük oranda veya tamamen durdurma kararı aldı. Ülkemiz havacılık sektörü de çok geçmeden operasyonlarını yolcu taşımacılığı anlamında kademeli olarak neredeyse durma noktasına getirmiş oldu.

Biz yeteriz...
Bize

 **HAVA-İŞ**
TÜRKİYE SİVİL HAVACILIK SENDİKASI
Turkish Civil Aviation Union 

02.04.2020

Sayı :2020.28/60.01-264

Konu :Covid-19 Önlemleri Hk.

SİVİL HAVACILIK GENEL MÜDÜRLÜĞÜ'NE
ANKARA




20.03.2020 tarihinde yayımlanmış olduğunuz Covid-19 Önlemleri Konulu 51859319-010.06.02-E.6143 sayılı genelge, başta THY olmak üzere havayolu şirketlerince yanlış anlaşımış, uygulamada esnasında farklılıklar ortaya çıkmıştır.

Bilindiği üzere THY A.Ö'nün "Ekonomik İstikrar Kalkanı" programında açıklanan kısa çalışma ödeneğine başvurmasından sonra tarafınızca yayımlanmış genelgeye aykırı olarak sağlık kısıtı bulunan Kokpit personeli sağlık muayeneleri için verilen süre temdit edilmesine rağmen işveren tarafından ücretsiz izne çıkarılmıştır. Ancak bir diğer havacılık şirketi olan MNG'de sağlık kısıtı olan personel hâlihazırda çalışılmaktadır. Anlaşılan o ki havayolu şirketleri tarafınızca yayımlanmış olan genelgeyi kendilerince yorumlamışlar ve birbiriyle çelişen uygulamalar ortaya koymuşlardır.

Bu süreçte hak kaybı yaşayan Kokpit ekiplerinin yaşadıkları hak kayıplarının ve mağduriyetlerin giderilmesi adına ilgili personelin temdit edilmiş süreler boyunca çalışabilmesine dair yeni bir genelge yayınlamanızı istemekteyiz.

Bu farklılıklar T.C İçişleri Bakanlığının 21 Mart 2020 tarihinde Valiliklere gönderdiği "65 Yaş ve Üstü ile Kronik Rahatsızlığı Olanlara Sokağa Çıkma Yasası Genelgesi" nde belirtilen kronik rahatsızlıkların tespiti konusunda yaşanan karışıklıktan ortaya çıkmaktadır. İlgili genelgede geçen cümlede zikredilen "bağışıklık sistemi düşük, ve kronik akciğer hastalığı, astım, KOAH, kalp/damar hastalığı, böbrek, hipertansiyon ve karaciğer hastalığı olanlar ile bağışıklık sistemini bozan ilaçları kullanan" hastalıklar Genel Müdürlüğünüzün kısıt kodlarının kapsamına grip girmediğine dair netlik kazandırmak adına ilgili kısıt kodlarının açıklamalarını detaylı bir şekilde tarafımıza bildirmesi hususunda gereğinin yapılmasını arz/ rica ederiz.


Saygılarımızla.


 **TÜRKİYE SİVİL HAVACILIK SENDİKASI**
 İsmail İRİCAN
Genel Teşkilat Sekreteri  Ayşe ABİCAN
Genel Sekreter

İncirli Cad. 68/1 Volkan Apt. Bakırköy - İstanbul / Tel: 0212 660 20 95 • Fax: 0212 571 90 51/ www.havais.org.tr

Biz Bize

Bu süreçte hem sağlık açısından hem de maddi olarak ciddi kayıplar yaşamaya başlayan üyelerimizin daha az zarar görmesini sağlamak üzere Hava-İş olarak bir kriz masası oluşturmaya karar verdik. Bu sayede yaşanması muhtemel sorunlara hızla müdahale edip üyelerimiz menfaatine çözümler oluşturmayı kararlaştırdık.

**HAVA-İŞ**
TÜRKİYE SİVİL HAVACILIK SENDİKASI
Turkish Civil Aviation Union



Sayı :2020.28/60.01-267
Konu :Kısa Çalışma Ödeneği Yanarlandırılması Hk.

07.04.2020

TÜRKİYE İŞÇİ SENDİKALARI KONFEDERASYONU

Sayın Cumhurbaşkanımızın açıkladığı "Ekonomik İstikrar Kalkanı" programı kapsamında yetkili sendika olduğumuz Türk Hava Yolları Anonim Ortaklığı, 01.04.2020 tarihi itibarıyla "Kısa Çalışma Ödeneği" programına başvurduğuna tarafımıza ve üyelerimize iletmıştır.

Sürecin başlaması ile birlikte işveren ile yaptığımız görüşmelerde iyi niyet ilkesi gereği tüm çalışanların kayıtsız şartsız bu uygulamadan yararlanması gerektiğini, bu zor zamanlarda işçileri maasız ve çaresiz bırakılmaya yönelik hareketlerin ciddi sonuçları olacağını hatırlattık.

Görüşmelerimizde özlük hakları başta olmak üzere birçok konuda olumlu sonuçlar almamıza rağmen işveren bir kısım üyelerimizin Kısa Çalışma Ödeneğinden yararlanması konusunda atması gereken adımların bir kısmını atmakta tereddüt etmektedir. Bu durum da üyelerimiz olan işçilerde bir belirsizlik ve öntimizdeki 3 ay boyunca sürececek bir mağduriyet oluşturmaktadır.

İşveren ile çözüme kavuşturamadığımız meselelerin başında Kısa Çalışma Ödeneği uygulamasına geçilmeden (1 Nisan öncesi) işverenin mülki durumundan dolayı teşvik edilmek suretiyle kendiliğinden işsizlik izni alan işçilerin durumu gelmektedir. İşverenin Kısa Çalışma Ödeneği programından yararlanmaya başlaması ile birlikte mülki durumla alakalı risk ortadan kalkması olmasına rağmen ücretsiz izinleri iptal edip bu işçileri sistemin içerisinde dahil edilebilecekken bu konuda henüz herhangi bir adım atmamıştır. Bu da sayıları 2500'e yakın işçi için ciddi mağduriyetler doğurmaktadır. Ancak THY A.O ve Lufthansa ile ortak kuruluş olan Sunexpress Havayollarında durum tamamen işçi lehine olup daha önce ücretsiz izne çıkan personel Kısa Çalışma Ödeneğinden faydalanacaktır.


Bununla birlikte pilot ve kabin memuru üyelerimize Kısa Çalışma Ödeneği programının başladığı tarihten sonra SHGM genelgesi ve İşçileri Bakanlığı'nın "65 Yaş ve Üstü ile Kronik Rahatsızlığı Olanlara Sokağa Çıkma Yasası Genelgesi" hükümlerini işçi aleyhine yorumlamak yoluna giderek bu işçiler arasında sağlık kısıtı olan personele ücretsiz izne çıkması yolunda baskı kurmaktadır. Bu yönde sayıları 1000'e yakın olan bu kapsamdaki işçiyi de Kısa Çalışma Ödeneği programının dışına bırakmaya çalışmaktadır.


İşveren tarafından yapılan bu iyi niyetten uzak ve işçileri mağdur etme amacı taşıyan uygulamalar hususunda ilgili bakanlıklar ve SHGM nezdinde girişimler başlatılmıştır.

Üyesi olmaktan gurur duyduğumuz Türkiye İşçi Sendikaları Konfederasyonu Yönetiminden işçileri mağdur etmeye yönelik bu uygulamalarından dolayı THY Yönetimine karşı yürüttüğümüz mücadelelerimizde yanımızda olmalarını ve resmi bir yazı ile THY Yönetimini alınsı olduğu bu yanlış kararlarından dönmek üzere ıkaz etmesini talep etmekteyiz.

Saygılarımızla,

TÜRKİYE SİVİL HAVACILIK SENDİKASI


Hani BIRCAN
Genel Teşkilat Sekreteri


Sedat Ali ÇANGÜL
Genel Sekreter

İncirli Cad. 68/1 Volkan Apt. Bakırköy - İstanbul / Tel: 0212 660 20 95 • Fax: 0212 571 90 51 / www.havis.org.tr

yeteriz...

Karşılaştığımız ilk acil durum, birçok noktaya yapılan uçuşların durdurulması ile birlikte yurt dışında olup ülkesine dönmek isteyen Türk vatandaşları için planlanan tahliye uçuşlarındaki enfeksiyon tehdidine karşı işverenin almaktan imtina ettiği ek tedbirler konusu oldu. İlk tahliye uçuşu gerçekleşmeden işverene gönderdiğimiz yazılar vasıtasıyla bulaşma riskini ortadan kaldıracak ve

çalışanların ailelerine kadar uzanması muhtemel bir sağlık probleminin önüne geçilmesi için alınması gereken önlemleri ilettik. Bunlar arasında uçuşları icra edecek ekiplerin bulaşma riskini aza indirmek için N95 maske kullanılması, koruyucu tulumların temin edilmesi, uçuşlarda ikram servisinin iptal edilmesi gibi hususlarda işveren ağır ısrarlarımız neticesinde adımlar attı.

BU SÜREÇTE ÜYELERİMİZİN 7/24 ULAŞABİLECEKLERİ ACİL DURUM HATTI'NIN KURULMASIYLA ÜYELERİMİZİN HER TÜRLÜ İHTİYAÇLARINDA YANLARINDA OLABİLECEĞİMİZİ BELİRTTİK. BU VESİLEYLE KURULMUŞ OLAN ACİL DURUM HATTI'NA YAKLAŞIK 2000 ÇAĞRI ALARAK ÜYELERİMİZE GEREKLİ DESTEĞİ SAĞLADIK.


Tahliye uçuşlarında 50.000'den fazla Türk vatandaşını ülkemize, ailelerine kavuşturan gizli kahramanlar havacılık emekçileri, virüsün bulaşma ve ağır hastalık ihtimaline rağmen millî bir mesele olarak bu görevi hakkıyla yerine getirdiler.


Sürecin başından itibaren diğer birçok sektörde olduğu gibi havacılık sektörü için yaklaşmakta olan ekonomik sorunlar baş göstermeye başlayınca Sayın Cumhurbaşkanımızın önderliğinde alınan tedbirlerle birlikte sektörümüzde yaşanması muhtemel bir işsizlik sorununun önüne geçilmiş oldu.

Biz Bize

24.03.2020 tarihinde THY A.O.'nun "Ekonomik İstikrar Kalkanı" programı kapsamında "Kısa Çalışma Ödeneği"ne başvurduğunu tarafımıza bildirmesiyle birlikte öncelikle sürecin üyelerimiz için neler getirip neler götüreceğine dair hazırlıklar yapmaya başladık. Temsilcilerimize

hazırladığımız kitapçıkla üyelerimizin yaşaması muhtemel sorunlarıyla alakalı bilgilendirmeler yaptık. Bununla birlikte işveren, üyelerimiz olan çalışanlarına henüz bilgilendirme yapmadan sürece dair bir bilgilendirme maili hazırlayıp üyelerimize durumu anlatmaya çalıştık.

**HAVA-İŞ**
TÜRKİYE SİVİL HAVACILIK SENDİKASI
Turkish Civil Aviation Union



08.04.2020

Sayı :2020.28/60.01-268
Konu :Kısa Çalışma Ödeneği İb.

**TÜRK HAVA YOLLARI A.O.
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ'NE
ATATÜRK HAVALİMANI/İSTANBUL**


Ortaklığımız tarafından 01.04.2020-30.06.2020 tarihleri arasında kısa çalışma ödeneğine başvurduğumuz hususu sendikamıza yazılı olarak bildirilmiştir.


Yine ortaklığımız tarafından Covid-19 salgını nedeniyle İşçileri Bakanlığı tarafından yayınlanan ve mail ekine eklenen genelge gerekçe gösterilerek genelge kapsamında bulunduğu İddia edilen 60 yaş üstü ve kronik rahatsızlığı olan üye personelin kısa çalışma ödeneğinden faydalanmayacağı ve zorunlu ücretsiz izne çıkarılacağı yönünde üyelerimize mail yoluyla bildirimde bulunulmuştur.

Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı ve İşkur ile tarafımıza yapılan görüşmelerde "İşyerinde kısa çalışma uygulanabilmesi için gerekli şartları taşıyan işyerilerindeki diğer işçiler gibi kronik hasta ve 65 yaş üstü olan kişiler de kısa çalışmadan yararlanabileceklerdir." görüşü bildirilmiştir. Nükleim bu durum daha sonrasında İŞKUR'un resmi web sayfası sıkça sorulan sorular kısmında yanıtlanarak yayınlanmıştır. (<https://www.iskur.gov.tr/duyuru-sorular-sorular-kisacik-ortakligimiz-senadikasi/iletisim/iletisim>)

Tüm bu açıklamalarımız ışığında İşçileri Bakanlığı Genelgesi gerekçe gösterilerek İş Kanunu 25/3 uyarınca sözleşmeleri askıya alınan ve zorunlu ücretsiz izne çıkarılmak istenen personelin kısa çalışma ödeneğinden faydalanması için gerekli başvurunun İŞKUR'a yapılmasına, yasal zorunluluk uyarınca İŞKUR'a yapılan bu bildirimden sendikamıza bilgi verilmesi hususunu bilgilerinizte sunar, gereğini yapılmasını arz/rica ederiz.

Saygılarımızla.

TÜRKİYE SİVİL HAVACILIK SENDİKASI

Hami BIRCAN
Genel Teşkilat Sekreteri



Sedat Ali CANGÜL
Genel Sekreter

yeteriz...

Kısa Çalışma Ödeneği sistemine dair işveren temsilcileri ile sürecin işçi lehine olması ve Sayın Cumhurbaşkanımızın belirttiği gibi herhangi bir iş kaybı yaşanmaması konusunda görüşmeler ve toplantılar yaptık. Yaptığımız toplantılar ve görüşmelere rağmen başta sağlık kısıtı olan kabin ve kokpit üyelerimiz başta olmak üzere kendi istekleriyle ücretsiz izne ayrılan çalışanların durumlarında ne yazık ki işveren, olumlu adımlar atmaktan kaçındı. Karşılıklı bir anlaşmazlığa dönüşen bu durumu aşmak üzere SHGM ve bakanlıklar nezdinde girişimlerimiz oldu.

Sağlık kısıtı olan kokpit ve kabin ekiplerinin durumlarını netleştirmek ve işverenin iş sözleşmelerini askıya alma kararını önlemek üzere öncelikle SHGM müdürlüğü ve Çalışma Bakanlığı ile yazışmalar yaptık. Gelen cevaplar üzerine işverene, vermiş olduğu kararı geri çekmesini ve ilgili çalışanların Kısa Çalışma Ödeneği'nden yararlandırılmasını talep ettik. Aynı zamanda THY'nin bağlı şirketlerinde uyguladığı işçi lehine kararları bayrak taşıyıcımızın aslı unsuru olan üyelerimize de aynı şekilde uygulamasını talep ettik.





TÜRK-İŞ
TÜRKİYE İŞÇİ SENDİKALARI KONFEDERASYONU
CONFEDERATION OF TURKISH TRADE UNIONS
CONFEDERATION DES SYNDICATS TURCIERS DE L'INDUSTRIE
TÜRKSCHER GEWERKSCHAFTSBUHND

Hayırcı Sokak No: 10. 06410 Yenışehir - Ankara
Tel: +90 312 433 31 25 (4 Hat) • Faks: +90 312 433 68 09 - 433 85 80 • e-posta: turki@turkis.org.tr

Sayı: 2020 - 304 / 134
Ref: **Türk Hava Yolları A.O.
Yönetim Kurulu Başkanlığına
İstanbul**

Ankara, 9 Nisan 2020

Küresel düzeyde yaygınlaşan korona virüsünün hemen tüm ülkelerde, başta sağlık ve çalışma hayatı olmak üzere birçok alanda, ekonomik ve sosyal hayatı etkilediği bilinmektedir. Özellikle mal ve hizmet üretimi ile istihdamın sürdürülebilmesi için tedbir alınmaktadır.

Ekonomik İstikrar Kalkamı önlem paketi içerisinde "Kısa Çalışma" ödeneğinin hak etme koşulları ile başvuru ve değerlendirme süreçlerinde kolaylık sağlanacağı belirtilmiş ve bu yönde yapılması gerekli yasal düzenlemeler ivedilikle gerçekleştirilmiştir.

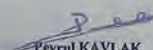
İçinden geçilen bu zor dönemde işletmeler tarafından yoğun olarak kısa çalışma talebi ile İŞKUR'a başvurular yapılmaktadır. Konfederasyonumuz işveren konfederasyonu TİSK ile birlikte toplu iş sözleşmesi uygulanan ve işletmeler gibi niceliksel olarak büyük ve kurumsal yapının olduğu işletmelerde, başvuruların öncelikli olarak neticelendirilmesi için girişimde bulunmuştur.


Çalışma hayatı açısından, yaşanan Covid-19 krizine karşı geliştirilen tedbirlerin temelinde güvenli şartlarda çalışma ile işçilerin korunması, ayrımcılık yapılmaması, sosyal güvenlik veya istihdam korumasıyla işlerin muhafaza edilmesi bulunmaktadır. İstihdamı ve ücreti korumanın ilk sırada yer alması hem mevcut krizin atlatılmasında hem de gerçekleşecek ekonomik canlanmaya insan odaklı yaklaşımı teşvik edecektir. Üçlü yapıda çalışmalarını sürdüren Uluslararası Çalışma Örgütü'nün de (ILO) yaklaşımı bu doğrultudadır. Çalışma standartlarına gösterilecek uyum, kriz ve sonrasındaki istihdam ve çalışma koşullarında düzenlemeyi uzun süreli ve sürdürülebilir kılacaktır. Çalışanların iş ve gelir güvencesini sağlamaya yönelik yaklaşımların anahtarı sosyal diyalog kültürü ve işyeri işbirliği kültürüne katkıda bulunmaktadır.

Konfederasyonumuz üyesi Hava-İş Sendikasının örgütlü olduğu ve toplu iş sözleşmesi imzaladığı Kurumumuzda, "kısa çalışma" ödeneğine başvuru süreci ile başlayan anlaşmazlığın sosyal diyalog çerçevesinde iyi niyet ilkesiyle çözüme kavuşturulması, ülkemizin gözbebeği THY'nin dünyadaki imajı açısından da önem taşımaktadır.

Tüm çalışanlarımızın kısa çalışma ödeneğinden -herhangi bir hak kaybına uğramadan- yararlanması, kronik rahatsızlığı bulunan ve kısa çalışma için başvuru öncesi THY A.O.'nun teşviki ile ücretsiz izne çıkan üyelerin de mevzuatı çerçevesinde kısa çalışma ödeneğinden yararlandırılması, böylece hiçbir işçinin mağdur edilmemesi ve ortaya çıkabilecek belirsizliğin ortadan kaldırılması, meselenin çözümü için uygun bir başlangıç olacaktır.

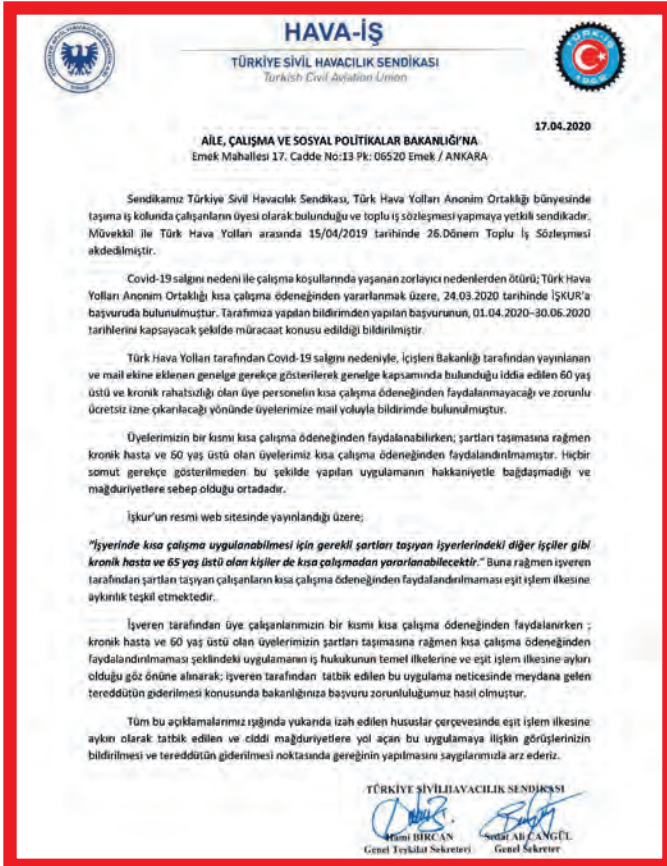
Saygılarımızla,


Pevrul KAVLAK
Genel Sekreter


Eyüp ALEMDAR
Genel Teşkilatlandırma Sekreteri

Biz Bize

Bu süreçte üyesi olduğumuz ulusal ve uluslararası kuruluşlarla çalışanların yaşadığı sıkıntıları paylaştık. Üyesi olduğumuz Türk-İş Konfederasyonu tarafımıza ve THY'ye gönderdiği destek yazısında; işvereni, yaşanan ekonomik sıkıntılar içerisinde çalışanları mağdur etmemesi konusunda uyardı ve Sendikamızın yanında olduğunu net bir dille beyan etti. Yine üyesi olduğumuz Uluslararası Taşımacılık İşçileri Federasyonu (ITF) ile yaptığımız istişareler nihayetinde THY Yönetimine yönelik yazdığı yazıda Türkiye Cumhuriyeti Devleti'nin çalışanlara tanımış olduğu bu hakları işçi lehine olacak şekilde yorumlamasını istedi.



Kısa Çalışma Ödeneği sürecinde üyelerimizin yaşayacakları maddi kayıpları göz önüne alarak elimizi taşın altına koymanın bilinciyle Genel Başkanımız Sayın Ali Kemal Tatlıbal ve Yönetim Kurulumuzun almış olduğu karar ile Nisan - Mayıs - Haziran aylarında üyelerimizden aidat almamaya karar verdik. Almış olduğumuz karar ile diğer sendikalara da örnek olduğumuzu belirtmekte fayda var.

Aynı zamanda üyelerimizin aylık zorunlu ödemeleri, taksitleri ve ihtiyaçları için bankalarla görüşmeler gerçekleştirdik. Kısa Çalışma süresince üyelerimizin alacakları maaşı da düşünerek bankalarla ertelemeli kredi anlaşmaları yaptık ve bunun sonucunda yaklaşık 2000 üyemiz bu anlaşmalardan yararlanmış bulunmaktadır.

yeteriz...

ÇİN'DE BAŞLAYAN VE BİR KÜRESEL SALGINA DÖNÜŞEN KORONAVİRÜS TEHLİKESİ İLK BAŞ GÖSTERDİĞİ ANDAN İTİBAREN HEM SEKTÖRÜMÜZDEKİ GELİŞMELERİ YAKINDAN TAKİP ETTİK HEM DE ÜYELERİMİZİN BU SÜRECİ EN AZ ZARARLA ATLABİLMELERİ İÇİN ELİMİZDEN GELENİ YAPMAYA GAYRET ETTİK VE ETMEYE DE DEVAM EDECEĞİZ.

Sizlerin de bildiği üzere hayatını kaybeden çok kıymetli meslektaşlarımız oldu. Buradan bir kez daha koronavirüs bulaşması sonucunda hayatını kaybeden meslektaşlarımıza Allah'tan rahmet, acılı ailelerine ve tüm havacılık camiasına baş sağlığı diliyoruz.

Sendika olarak ilk andan beri bu tarz acıların önüne geçmek, virüs riskiyle karşı karşıya olan üyelerimizin bu süreci sağlıklı bir şekilde atlattması için çabalıyoruz. Bu dönemde siz değerli üyelerimizin, üyesi olduğumuz ulusal ve uluslararası kuruluşların yanımızda olduğunu görmek bizleri daha güçlü kılıyor.

Hep dediğimiz gibi "Birlikte Güçlüyüz, Birlikte Başaracağız" mottosuyla kanatlarımızın rüzgârla, göğsümüzün övünçle dolacağı güzel günlerde görüşmek dileğiyle, sağlıklı kalın.

 myildirim@havais.org.tr

 mozcan@havais.org.tr



YENİ KORONAVİRÜS ENFEKSİYONU (2019 - nCoV)

NEW CORONAVIRUS INFECTION (2019- nCoV)

PROF. DR. CEMAL ÜSTÜN

Acıbadem Bakırköy Hastanesi, Enfeksiyon Hastalıkları ve Klinik Mikrobiyoloji, İstanbul
İstanbul Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Gaziantep

Acıbadem Bakırköy Hospital, Infectious Diseases and Clinical Microbiology, İstanbul
İstanbul Hasan Kalyoncu University, Faculty of Health Sciences, Gaziantep

26 Mart 2020

26 March 2020



Koronavirüs, hayvanlarda yaygın olarak görülen 4 farklı virüs türüne verilen isimdir. Koronavirüsler, mutasyona uğradıktan sonra hayvanlardan insanlara ve sonrasında da insandan insana bulaşabilir.

Koronavirüsün insandan insana bulaşabilen türünün ilk örneği 2003 yılında ortaya çıkan SARS virüsüdür. Ayrıca 2012 yılında Suudi Arabistan'da ortaya çıkan MERS koronavirüsü ise mutasyon geçiren ikinci koronavirüstür.

KORONAVİRÜS NEDİR?

Son günlerde Çin'de ortaya çıkan ve mutasyon sonucu yarasalardan insana bulaştığı tahmin edilen koronavirüs ise "2019-nCoV" olarak adlandırılmıştır. Virüsün Çin'in Wuhan şehrindeki "Deniz Ürünleri Pazarı" kaynaklı olduğu tespit edilmiştir. Pazarda satılan yarasa eti ile insana bulaştığı tahmin edilmektedir.

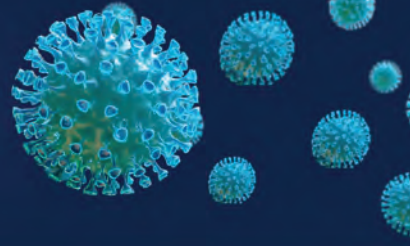


Coronavirus is the name given to 4 different virus types seen extensively in the animals. After mutation, Coronavirus can be transmitted firstly from animals to human, then from human to human.

The first sample of Coronavirus that is transmitted from human to human is SARS virus which appeared in 2003. Besides, MERS coronavirus which appeared in Saudi Arabia in 2012 is the second coronavirus mutated.

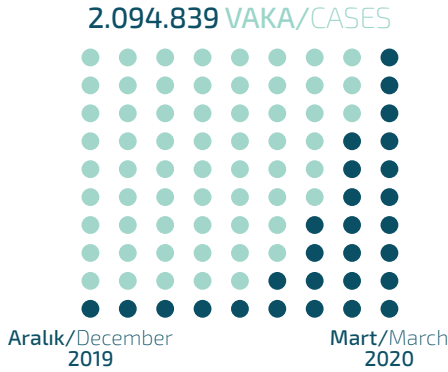
WHAT IS CORONAVIRUS?

Coronavirus is named as "2019- nCoV" which has recently appeared in China and is estimated it transmitted to human from bats. It has been determined that the virus originates from the "Seafood Market" in Wuhan, China. It is thought to be transmitted to human by bat meat sold in the bazaar.



Bu virüsün önemi; yeni bir tür olması, insanda hastalık yapması, insandan insana bulaşması ve hızlı yayılmasından kaynaklanmaktadır. Ayrıca insanda yaptığı hastalığın sonuçlarının henüz tam olarak bilinmemesi ve ölüm oranının henüz net olarak saptanamaması nedeniyle de önem kazanmıştır.

Aynı türden olan SARS enfeksiyonunda ölüm oranının %11, MERS enfeksiyonunda %35 olması hızlı bir şekilde insandan insana bulaşan bu virüse karşı son derece ciddi tedbirler alınmasını zorunlu kılmıştır. İlk kez 29 Aralık 2019 tarihinde bildirilen bu virüs enfeksiyonunda şimdiye kadar ölüm oranı %6,5 olarak görülmektedir. 26 Mart 2020 itibariyle dünyada toplam 2.094.839 vakadan 135.569 ölüm bildirilmiştir.



Bugüne kadar geçen süreçte meydana gelen bu hastalıkta ölüm oranının SARS ve MERS virüs enfeksiyonuna göre düşük olması bir yana, pandemiye neden olması ciddi önlemlerin alınmasını zorunlu kılmıştır.

NASIL BULAŞIR?

Virüsler insandan insana aksırık, öksürük, hapşırma ve enfekte materyaller ile (ağız burun salgıları) temasla bulaşmaktadır. Hastalıklı insanlara bir buçuk metreden daha yakın mesafede olan kişiler bulaşma açısından risk altındadır.

The importance of this virus derives from its being a new type, making the people sick, transmitting from human to human and its spreading fast. It has also gained importance due to the fact that the consequences of the disease in humans are not yet fully known and the mortality rate has not been determined clearly yet.

The mortality rate of 11% in the same type of SARS infection and 35% in the MERS infection necessitated very serious measures to be taken against this virus, which is transmitted from human to human quickly. In this virus infection, which was first reported on December 29, 2019, the mortality rate has been seen as 6.5% so far. As of March 26, 2020, 135.569 deaths were reported from 2.094.839 cases worldwide.

2.094.839 vaka/cases

135.569 ölüm/deaths

The fact that the mortality rate in this disease, which has occurred in the period to date, is very low compared to the SARS and MERS virus infection, reveals the necessity of not causing serious concern.

HOW IS IT TRANSMITTED?

Viruses are transmitted from human to human by sneezing, coughing and contact with infected materials (mouth-nose secretions). People who are less than 1,5 meters away from diseased people are at risk for transmission.

Ayrıca hastalıklı insanların ağız ve burun salgıları ile direk temas edilmesi, bulaşma açısından risk oluşturmaktadır. Bu nedenle korunmada maske ve el temizliğinin sağlanması son derece büyük önem taşımaktadır. Cansız materyaller üzerinde virüs 9 güne kadar canlı kalabildiğinden Çin'den ithal edilen eşyalar uygun bir şekilde dezenfekte edilmelidir.

BELİRTİLERİ NELERDİR?

Hastalık, virüsün solunum yolu ile (ağız ve burun) alınmasından 2-14 gün (kuluçka süresi) sonra ateş, boğaz ağrısı, burun akıntısı, öksürük, baş ağrısı, hâlsizlik/ kırılganlık ve göğüs ağrısı (grip belirtileri) gibi belirtilerle ortaya çıkmaktadır. Virüs enfeksiyonu, risk grubundaki kişilerde ağır seyretmekle birlikte zatürreye (pnömoni) neden olmakta ve ölümcül olabilmektedir.

Hastalık açısından ölüm riski olan bireyler ise; yaşlılar, bağışıklık sistemi zayıf olanlar (kanser hastaları, gebeler) ve kronik hastalığı (akciğer hastalığı, astım, kalp hastalığı, böbrek yetmezliği, diyabet) olan kişilerdir. Çin'deki salgından ölen vakaların %50'si 60 yaş üstü olup ek hastalıkları olan kişilerdir.

TEDAVİSİ NEDİR?

Henüz kesin etkili bir tedavisi olmayan bu virüs hastalığında sadece destekleyici tedavi verilebilmektedir. Koruma önlemlerinin sıkı bir şekilde uygulanmasıyla virüsün yayılması önlenebilmektedir.

In addition, direct contact with mouth and nose secretions of diseased people poses a risk for transmission. For this reason, providing mask and hand cleaning in protection is of utmost importance. Since the virus can stay alive for 9 days, the goods imported from China should be disinfected properly.

WHAT ARE ITS SYMPTOMS?

The disease occurs with symptoms such as fever, sore throat, runny nose, cough, headache, malaise and chest pain (flu symptoms) 2-14 days (incubation period) after the virus is taken via the respiratory tract (mouth and nose). Virus infection, although severe in people at risk, causes pneumonia (pneumonia) and can be fatal.

Hastalık açısından ölüm riski olan bireyler ise; yaşlılar, bağışıklık sistemi zayıf olanlar (kanser hastaları, gebeler) ve kronik hastalığı (akciğer hastalığı, astım, kalp hastalığı, böbrek yetmezliği, diyabet) olan kişilerdir.

Individuals who are at risk of death in terms of disease are the elderly, those with a weakened immune system (cancer patients, pregnant women) and people with chronic disease (lung disease, asthma, heart disease, kidney failure, diabetes).

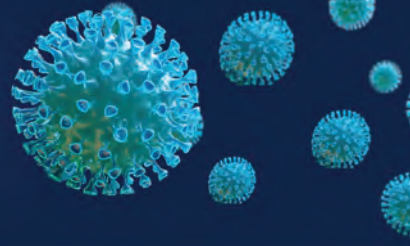
Individuals who are at risk of death in terms of disease are the elderly, those with a weakened immune system (cancer patients, pregnant women) and people with chronic disease (lung disease, asthma, heart disease, kidney failure, diabetes). 50% of the cases

that died from the epidemic in China are people over 60 years old and had added diseases.

WHAT IS ITS TREATMENT?

Only supportive treatment can be given in this virus disease, which has no definitive effective treatment yet. The spread of the virus can be prevented by strict practices of protection measures.





Bu nedenle karantina uygulaması ve kuluçka dönemi süresince, 14 gün süre ile temaslı kişiler izole edilmelidir. Evde gözlem altında tutulmalıdır. Tedavide kullanılan bazı antiviral ilaçlar olmakla birlikte henüz koronavirüsüne yönelik spesifik bir ilaç bulunmamıştır.

Ülkemizde de koronavirüs salgını olduğundan grip benzeri yakınması olanlardan boğaz sürüntü örneği alınarak ilgili Sağlık Bakanlığı Hastanesine ulaştırılmakta ve birkaç gün içinde sonuç alınmaktadır. Tetkik sonuçlanana kadar eğer hastalık hafif seyrediyor ise evde istirahat ve izolasyon önerilmektedir. Hastalığı ağır geçiren şahıslar ise Sağlık Bakanlığı Referans Hastanelerinde yatırılarak takip ve tedavisi yapılmaktadır.

NASIL KORUNMALIYIZ?

Hastalıktan korunma amaçlı henüz bir aşı geliştirilmemiştir. Aşı çalışmaları başlatılmış olup; ancak önümüzdeki yıllarda piyasaya sürülebilecektir. Hastalık, el temizliği ve maske kullanımı ile kontrol altına alınabilmektedir. Bu nedenle koruyucu önlemlerin alınması, virüs bulaşmasını önlemede hayati öneme sahiptir.

Çin kaynaklı bu hastalığa karşı gerekli tedbirler, Sağlık Bakanlığı tarafından daha olay ilk duyulduğunda alınmaya başlamıştı. 11 Mart 2020 günü Sağlık Bakanımız Sn. Fahreddin Koca'nın yaptığı açıklama ile ilk vakayı öğrenmiş olduk. Maalesef can kayıplarımız olsa da iyileşip taburcu olan hastalarımız daha fazladır. Devletimiz hiç şüphesiz elindeki tüm imkânları seferber etmiş durumdadır, milletimiz de Bakanlığımızın uyarılarına daha fazla riayet ederse bu hastalığı en az kayıpla atlatacağımıza inancımız tamdır.

For this reason, during quarantine practice and incubation period, people in contact should be isolated for 14 days. They should be kept under observation at home. Even though there are some anti-viral drugs, a specific medicine for Coronavirus has not been able to be found yet.

As Coronavirus has appeared in our country, a throat swap sample from these patients who have symptoms like a flu is taken from these patients and delivered to the relevant Ministry of Health Hospital and results are obtained within a few days. If the disease is mild until the examination is completed, resting and isolation at home is recommended. Persons suffering from the disease are hospitalized and followed up and cured in the Ministry of Health Reference Hospitals.

HOW SHOULD WE BE PROTECTED?

A vaccine has not yet been developed for disease prevention. Vaccination studies have been initiated; however, it will be available in the coming years. The disease can be controlled by hand cleaning and mask use. For this reason, taking protective measures is vital in preventing virus transmission.

Necessary precautions against this Chinese origin disease were started to be taken by the Ministry of Health when the event was first heard. On March 11, 2020, We learned the first case with the explanation made by our Minister of Health Fahreddin Koca. Unfortunately, even though we have loss of life, our patients who recover and discharge are more. Our state has undoubtedly mobilized all the possibilities it has, and if our nation complies with the warnings of our Ministry more, we believe that we will cope with this disease with the least loss.

**BESLENME
SADECE MİDEYİ
BESLEMENİN
DEĞİL
HÜCRELERİ DE
BESLEMENİN!**



**NUTRITION
DOES NOT MEAN
TO FEED ONLY
STOMACH BUT
ALSO TO FEED
CELLS!**

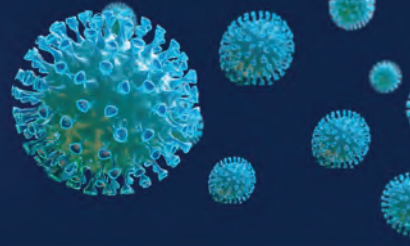
UZMAN DİYETİSYEN
EXPERT DIETICIAN

İREM ERDEM

SAĞLIKLI GÜNLER
HEALTHY DAYS

Beslenme hakkında bugüne kadar pek çok yazı okudunuz yahut video izlediniz; ancak belirli konularda doğru beslenmede bireylerin kafası hâlâ karışık. Aslında beslenme, sanıldığı kadar da karmaşık bir sistem değildir. Önemli olan, beslenmeyi bu kadar zihninizde büyütmemenizdir. Bu yazımda beslenme ile ilgili bazı sorulara cevap vererek beslenmeyi en temel hâlde sizlere anlatmaya çalışacağım.

You have read a lot of articles about nutrition to this day or you have watched; however, individuals are still confused about some specific subjects in proper nutrition. In fact nutrition is not such a complex system as it is thought. It is important not to expand the nutrition so much in your mind. I try to explain you the nutrition basically by answering some questions about nutrition in my article.



1) HERKES TARAFINDAN MERAK EDİLEN KONU: KİLO ALMANIN NEDENLERİ NELER?

Ağırlık kazanmamızın tek sebebi fazla yemek değildir. Alınan kaloriler sayılarak aslında kilo almamızın nedeninden uzaklaşıldı. Oysaki diyet yiyecekler veya içecekler, şekerli veya kalorisiz olduğu hâlde ağırlık kazanımında büyük rol oynar.

Fazla miktarda yediğimiz her şey vücudumuzda depolanır. Aldığımız kaloriyi de en çok yağdan aldığımız için yağı da depolarız; ancak yağ depolarının içinde sadece yağ bulunmaz. Bu yağlarda aynı zamanda vücudun istemediği asitler de vardır. Kilo vermeyi zorlaştıran da aslında bu biriken asitlerdir. Vücuttaki her işlev, akıllı hareket eder ve asit birikmiş bir bedende enerji yakmaya uğraşmaz. Vücutu asitten kurtarmak ise vücuttaki yağların kolayca enerji olarak kullanılabilmesi demektir.

Peki, vücudumuzda asit biriktiğini nasıl anlarız? Aslında kendinizi sorgulamanız bu anlamda yeterli olacaktır. Örneğin sabah kalktığınızda kabızlık durumu yaşıyorsanız vücudunuz asitlenmiş demektir. Vücutunuzda şişkinlik hissederseniz, yani ödem artışı var ise asitlenmişiniz demektir. Kırmızı et, işlenmiş et (sucuk, salam, sosis), kızartmalar, beyaz undan ve basit şekerden yapılmış tüm yiyecekler ve içecekler, hormonlu ürünler ve katkı maddeleri vücudumuzun asitlenmesini arttırır. Sigara içmek, çok fazla çay ve kahve tüketmek, su tüketiminizin yetersiz olması, haftada tüketilen porsiyon sayısının 10'dan az olması, yemekten sonra şişkinlik ve özellikle öğlen yemeğinden sonra yorgunluk ve hâlsizlik de birer asitlenme belirtisidir. Vücutunuzun asitlenmesi sadece kilo vermenizi değil, başta bağışıklık sisteminiz olmak üzere vücuttaki tüm sistemlerinizi etkiler.

1) THE SUBJECT THAT IS WONDERED BY EVERYONE: WHAT ARE THE REASONS OF PUTTING ON WEIGHT?

The only reason of putting on weight is not to eat much. By counting calories, we move away from the reason of putting on weight. In fact, diet foods or beverages cause putting on weight even though they are sugarless or acaloric.

Everything we eat in large quantities is stored in our body. We store the fat because we get the calories mostly from fat; however, not only fat exists within fat store. There are also acids that the body does not want within this fat. In fact what makes losing weight so difficult is these acids. Every function in the body moves smart and does not bother to burn energy in an acid-accumulated body. Saving the body from acid means that the fats in the body can be easily used as energy.

Well, how do we know that acid accumulates in our body? Actually, it will be enough to question yourself. For example, if you have constipation when you get up in the morning, this means your body is acidified. If you feel bloating in your body, that is, if there is an increase in edema, this means you are acidified. Red meat, processed meat (sausage, salami, sausage), fries, all foods and drinks made from white flour and simple sugar, hormone products and additives increase the acidification of your body. Smoking, consuming too much tea and coffee, inadequate water consumption, less than 10 servings per week, bloating after eating and fatigue and fatigue especially after lunch are signs of acidification. Acidification of your body affects not only your weight loss, but all your systems, especially your immune system.



Vücudumuzu bu asitten nasıl kurtarabiliriz? Öncelikle son zamanlarda vücudunuzun asitlenmesini arttıracak bir beslenmeniz olduysa sebze ağırlıklı beslenmeye ve kaliteli yağlar tüketmeye özen gösterin. Badem, ceviz gibi kuruyemişleri aşırıya kaçmadan kâfi miktarda tüketin. Zencefil, zerdeçal, tarçın gibi baharatları beslenmenize ekleyin. Özellikle küçükbaş hayvanlardan elde edilmiş etleri, peynirleri tercih edin. Lor peyniri ve kefirini tercih edin. Prebiyotik besinlerden olan turşu, tarhana gibi yiyecekleri tüketin. Omega 3 alımının yeterli olması için mevsimindeki balıkları tercih edin. Kuru baklagilleri haftada iki gün tüketin. Meyveler iyi bir antioksidandır. Zeytinyağı en iyi yağ seçimidir. Beslenme dışında iyi bir uyku, yeterli su tüketimi, çok fazla çay-kahve tüketmemek, sigara içmemek, mümkün olduğunca kimyasallardan ve katkı maddelerinden uzak durmak asitlenme sürecinizi engelleyecektir.

2) BAĞIŞIKLIK SİSTEMİMİZİ NASIL GÜÇLENDİRECEĞİZ, VİRÜSLERDEN NASIL KORUNACAĞIZ?

Malumunuz olduğu üzere ocak ayından beri gündem koronavirüs etrafında dönmeye başladı. Neredeyse tüm sektörlerle beraber havacılık sektörü de bundan fazlasıyla etkilendi. Başta uçuş görevlileri olmak üzere, bu sektör içerisinde görev alan veya havalimanı bölgesinde çalışan her personel bu virüsten nasıl korunacağını merak etmekte.

Tüm virüslerden korunmak için en başta kişisel hijyen büyük önem taşımaktadır. Ellerinizi sık sık yıkamanız, yıkayamadığınız durumlarda kolonya kullanmanız büyük fayda sağlayacaktır. Hapşırırken veya öksürürken dirsek içiniz ile ağzınızı kapatmanız, etrafınızdaki bireylere bulaşma olmaması için büyük önem taşır.

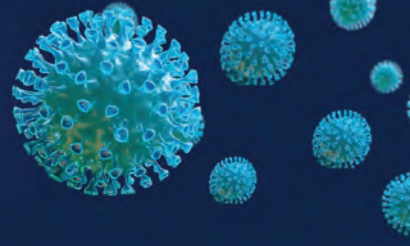
How can we protect our body from this acid? First of all, if you have had a diet that will increase the acidity of your body recently, be sure to eat a vegetable-based diet and consume quality oils. Consume enough nuts such as almonds and walnuts in moderation. Add spices such as ginger, turmeric, cinnamon to your diet. Prefer meat and cheese especially from sheep and goats. Prefer cottage cheese and kefir. Consume the foods like pickles, tarhana which are from prebiotic foods. For the intake of omega 3's being enough, choose fish in the season. Consume legumes two days a week. Fruits are a good antioxidant. Olive oil is the best choice. Except nutrition, a well sleep, enough water consumption, not to consume too much tea-coffee, not to smoke, to avoid from chemicals and additives will prevent your acidification process.

2) HOW DO WE STRENGTHEN OUR IMMUNE SYSTEM, HOW DO WE PROTECT FROM VIRUS?

As you know, the agenda has started to revolve around coronavirus since January. Aviation sector with nearly all sectors has been affected by this. Every person working in this sector or working in the airport area, especially the flight attendants, is wondering how to protect from this virus.

Personal hygiene carries the utmost importance to be protected from all viruses. Washing your hands frequently and using cologne in cases where you cannot wash will provide great benefit. Covering your mouth with your elbow while sneezing or coughing is very important to prevent contamination to individuals around you.

If we evaluate in terms of nutrition, I will try to explain you the answer of the question: "Which type of nutrition makes us affected less from all the viruses especially corona?"



Beslenme açısından değerlendirecek olursak, "Nasıl beslenirsek başta korona olmak üzere diğer tüm virüslerden en az etkileniriz?" sorusunun cevabını sizlere açıklamaya çalışacağım.

Öncelikle virüs yapısına değineceğim. Bağışıklık sistemimiz, virüslerle savaşmak için bir ordu gibidir. Virüsler, vücuda mukoza yoluyla girer ve yaşamak için canlı hücrelere ihtiyaç duyarlar.

Hücre içine girdiğinde buradaki savunmayı gösterecek asıl hücreler T lenfositlerdir. Hücreye girdiği anda makrofajların virüsü yiyip yok etmesi gerekir. Bu etkiyi de nitrik oksit denilen bir gaz üreterek sağlar. Bunu çamaşır suyu, oksijenli su gibi temizlik malzemelerine benzetebiliriz. Bu virüs, hücrenin baş edebileceği miktarda değilse ve antioksidanlar tükendiyse, hücre apoptoza uğrar. Apoptoz, programlanmış hücre ölümü olarak bilinir.

Apoptozu en iyi yeterli ve kaliteli bir gece uykusunda ve açlıkta sağlarız. Ancak bazen virüs yükü fazla olduğunda hücrenin apoptoza uğrayacak süresi kalmamaktadır. Bu durumda virüsleri temizlemek antioksidanlar ile mümkün olacaktır. Bu durumda beslenme ile nasıl antioksidan kapasitemizi arttırırız konusuna eğilmemiz gerekir!

Antioksidan kapasitenizi arttırmak için en başta beslenmenizde sülfür bileşikleri içeren sebzelere yer vermeniz gerekir. Bunların en başında sarımsak, brokoli, karnabahar ve beyaz lahana gelmektedir. Sülfür takviyesi için son dönemde yapılan pek çok uygulama da mevcuttur. Sağlık için girilen sülfür havuzları, bağışıklık için damardan glutatyon alma günümüzde çokça yaygınlaşmıştır.

First of all, I will touch on the structure of virus. Our immune system is like an army to fight against viruses. Viruses enter the body through mucosa and they need alive cells to live. When they enter inside of cell, the basic cells which will show defence are T lymphocytes. As soon as it enters the cell, macrophages has to eat and destroy the virus. It provides this effect by producing a gas named as nitric oxide. We can compare this to cleaning

materials such as bleach, oxygenated water. If this virus is not enough for the cell to cope with and antioxidants are exhausted, the cell will undergo apoptosis. Apoptosis is known as programmed cell death.

We provide apoptosis at most in an adequate and qualified night sleep and in hunger. However, sometimes when the virus load is high, the cell does not have time to undergo apoptosis. In this case, it will be possible to remove viruses with antioxidants. In this case, we should focus on how we increase our antioxidant capacity through nutrition!



Tüm virüslerden korunmak için en başta kişisel hijyen büyük önem taşımaktadır.

Ellerinizi sık sık yıkamanız, yıkayamadığınız durumlarda kolonya kullanmanız büyük fayda sağlayacaktır.

Hapşırırken veya öksürürken dirsek içiniz ile ağzınızı kapatmanız, etrafınızdaki bireylere bulaşma olmaması için büyük önem taşır.

Personal hygiene carries the utmost importance to be protected from all viruses. Washing your hands frequently and using cologne in cases where you cannot wash will provide great benefit.

Covering your mouth with your elbow while sneezing or coughing is very important to prevent contamination to individuals around you.



In order to increase your antioxidant capacity, you should add vegetables containing sulfur compounds into your diet. The first of these is garlic, broccoli, cauliflower and white cabbage. There are also many recent applications for sulfur supplement. Sulfur pools entered for health, intravenous glutathione for immunity has become very common today.

Sülfür bileşiklerini fazla miktarda alsak vücudumuzda depo edebilir miyiz? Evet, edebiliriz. Tiol havuzu vücutta sülfürün biriktiği yerdir. Ancak beslenmemize dikkat edip tiol havuzunun içeriğini arttırabileceğimiz gibi istemeden azaltmamız da mümkündür. Nitrit ve nitrattan zengin işlenmiş etler (sucuk, salam, sosis, tütsülenmiş-kurutulmuş etler) bizim tiol havuzumuzun içeriğindeki sülfürü azaltır. Bunun dışında hava kirliliği, kirliliği, kirliliği şehir suyu, sigara, kimyasal atıklar, bitkilere verilen hormon takviyesi veya nitritli gübreler bu havuzu azaltmada etkilidir. Gereksiz yere kullanılan antibiyotik veya ağrı kesicilerin de bu havuzda rol aldığı bazı araştırmalarda gösterilmiştir.

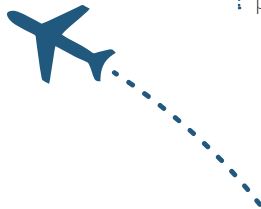
Bizim yapabileceğimiz en iyi şey, gerekli beslenme yöntemiyle bu tiol havuzunu arttırmaktır. Yukarıda da bahsettiğim gibi, sülfür içeren sebzeler tüketerek nitrik oksit salınımını arttıracak pancar gibi tüm mor ve koyu yeşil yapraklı bitkileri tüketerek ve berry grubu dediğimiz yaban mersini gibi kırmızı-mor meyveleri tüketerek bu havuzun içeriğini arttırabiliriz. Aynı zamanda beslenmemizde C vitaminine yer vererek, D vitaminimizin yeterli olmasını sağlayarak, prebiyotik-probiyotik tüketerek bu havuza katkıda bulunabiliriz. Vücut sıcaklığımıza yakın derecelerde ılık bir su içerek boğazımızın temizlenmesini sağlayabiliriz.

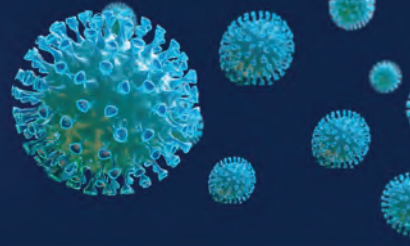
Ayrıca kısa bir bilgi notu: Vücudun en iyi savunması akşam saatlerine doğru gelişir, bunun sebebi stres hormonu olarak bilinen kortizolün en yüksek sabah salınmasıdır. Kortizolün artması bağışıklık hücrelerini de etkiler, savunma azalır. Günlük veya diğer işlerinizi yapabilmemiz için vücutta bir miktar stres olmalıdır. Vücutta uygun miktarlarda kortizol olması sizi yapacağınız işte motive eder ve işi gerçekleştirmenizi sağlar.

If we take sulfur compounds in large amount, can we store them in our body? Yes, we can! Thiol pool is where sulfur accumulates in the body. However, it is possible to pay attention to our nutrition and increase the content of the thiol pool or to decrease it unintentionally. Processed meats rich in nitrite and nitrate (sausage, salami, sausage, smoked-dried meats) reduce the sulfur in our thiol pool. Apart from this, air pollution, polluted city water, cigarettes, chemical wastes, hormone supplements given to plants or nitrite fertilizers are effective in reducing this pool. Some studies have shown that antibiotics or painkillers used unnecessarily play a role in this pool.

The best thing we can do is to increase this thiol pool with necessary nutrition type. As I mentioned above, we can increase the content of this pool by consuming all purple and dark green leafy plants such as beets that will increase nitric oxide release by consuming sulfur-containing vegetables and by consuming red-purple fruits like blueberries, which we call berry group. At the same time, we can contribute to this pool by including vitamin C in our diet, ensuring our vitamin D is sufficient, and consuming prebiotic-probiotic. We can ensure that our throat is cleaned by drinking warm water close to our body temperature.

In addition, a short information note: The best defense of the body develops towards the evening hours, because cortisol known as stress hormone releases at the highest level in the morning. Increase in cortisol affects immune cells, defense decreases. There should be a little amount of stress in the body to be able to do daily activities or the other works. Existence of cortisol in the body in appropriate amount motivates you and provides your carrying out your duties.





3) VİTAMİN-MİNERAL TAKVİYESİ ALMAK BAĞIŞIKLIĞIMIZI ARTTIRIR MI?

Son yıllarda vitamin-mineral takviyeleri epey artmış durumda. Özellikle uçuş görevlileri arasında yurtdışında yeni çıkan gıda takviyelerine gösterilen meyil çok fazla. Peki, gerçekten düzenli bir şekilde vitamin-mineral takviyesi kullanmak bağışıklığımızı arttırır mı? Bu sorunun cevabı bazı durumlarda evet, bazı durumlarda ise hayır. Eğer siz düzenli beslenen bir kişiyse ve beslenmenize sağlıklı gıdaları eklemeyi ve bunları yeteri kadar almayı başarabiliyorsanız herhangi bir vitamin-mineral

takviyesi kullanmanıza gerek kalmayacaktır; ancak farklı bir durumdan dolayı yeterli kadar iyi beslenemediğiniz bir dönemdeyseniz ve seçtiğiniz yiyeceklerin içeriğine dikkat edemediyse o zaman bu süre içerisinde vitamin-mineral kullanmanız faydalı olabilir.

Vitamin reklamlarında "hastalıklardan korur, bağışıklığı arttırır" gibi sloganlara yer verilmesi son derece yanlıştır. Bunlar doğru ifadeler değildir. Aslında burada yapılan şey bağışıklığı optimize etmektir, yani olması gerektiği seviyeye getirmektir.

Günümüzde yapılan pek çok araştırmada vitamin kullanımının immün sistem üzerine olumlu etkileri kanıtlanamıştır. İmmün sisteminizi dengede tutmak için herhangi bir vitamini veya mikro besini daha fazla almanıza gerek yoktur. İmmün sistemin gerektiğinden fazla yanıt vermesi de vücut için her zaman olumlu etkiler sağlamayabilir.

3) DOES TAKING VITAMIN-MINERAL SUPPLEMENTS INCREASE OUR IMMUNITY?

Vitamin-mineral supplements have increased a lot in recent years. Especially among flight attendants, the trend towards new food supplements abroad is very high. So, does using a regular vitamin-mineral supplement really increase our immunity? The answer of this question is yes in some cases, no in some cases.

If you are a person who regularly feeds and can manage to add healthy foods to your diet and

take them enough, you will not need to use any vitamin-mineral supplements; However, if you are in a period that you are not feeding well enough due to a different situation and you could not pay attention to the content of the food you choose, then it may be useful to use vitamin-mineral during this period.

It is extremely wrong to use slogans such as "protects from diseases, increases immunity" in vitamin advertisements. These are not correct statements. In fact, what is done here is to optimize immunity, that means to bring it to the level it should be.

In many studies conducted today, the positive effects of vitamin use on the immune system have not been proven. You don't need to take any more vitamins or micronutrients to keep your immune system in balance. The immune system's responding more than necessary may not always provide positive effects for the body.

Eğer siz düzenli beslenen bir kişiyse ve beslenmenize sağlıklı gıdaları eklemeyi ve bunları yeteri kadar almayı başarabiliyorsanız herhangi bir vitamin-mineral takviyesi kullanmanıza gerek kalmayacaktır; ancak farklı bir durumdan dolayı yeterli kadar iyi beslenemediğiniz bir dönemdeyseniz ve seçtiğiniz yiyeceklerin içeriğine dikkat edemediyse o zaman bu süre içerisinde vitamin-mineral kullanmanız faydalı olabilir.

If you are a person who regularly feeds and can manage to add healthy foods to your diet and take them enough, you will not need to use any vitamin-mineral supplements; However, if you are in a period that you are not feeding well enough due to a different situation and you could not pay attention to the content of the food you choose, then it may be useful to use vitamin-mineral during this period.

Son olarak, yediğiniz bir sarımsağın yahut içtiğiniz bir sirkenin bağışıklığınızı arttırmak için ekstra bir katkısı yoktur; fakat bu yiyeceklere bir misyon ekleyerek yemeniz doğal olarak interferon salgınızın artmasını sağlar. İnterferonun artması ise vücudunuza inandığınız etkinin sunulmasıdır.

4) BESLENMEMİZE MÜDAHALEDE BULUNANLARA DUR DİYELİM!

Beslenme, üzerinde çok fazla konuşulacak veya tartışılacak kadar karmaşık bir sistem değildir. Kişiye özgü beslenme, bireyin kendi bedenini tanıyıp kendisi için en iyi beslenme modelini seçmesidir.

Etrafınızda sizin beslenmenize müdahale eden kişilere lütfen dur deyin. Çok kilo verdin, çok kilo aldın, çok yedin, az yedin, haberlerde izledim-internette okudum şu yiyeceği kesin yememelisin vb. sözler söyleyip beslenmenize karışan herkese "Dur!" deyin. Sizin bedeniniz, sizin beslenmeniz, sizin kararınız!

Günümüzde özellikle iş yerleri de dâhil olmak üzere maalesef herkes başkasının ne yediğine gereksiz bir ilgiyle odaklanmış durumda. Bu durum, başta beslenmeniz olmak üzere psikolojinizi de olumsuz yönde etkiler. Bu yüzden zayıflama sürecinizi veya sağlıklı beslenmenizi bireysel veya bir uzmandan yardım alarak sürdürün. Zihninizde beslenme davranışını büyütmeyin.

Finally, a garlic that you eat or a vinegar you drink has no extra contribution to increase your immunity; but adding a mission to these foods will naturally increase your interferon secretion. The increase of interferon is the presentation of the effect you believe in your body.

4) LET'S SAY STOP TO THOSE WHO INTERVENE IN OUR DIET!

Nutrition is not a complicated system to talk about or discuss too much. Personal nutrition is the individual's getting to know his body and choose the best nutrition model for himself.



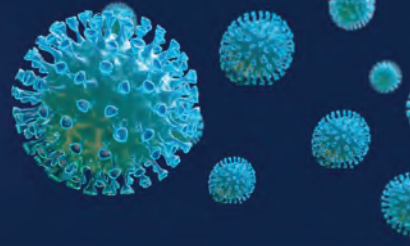
Antioksidan kapasitenizi arttırmak için en başta beslenmenizde sülfür bileşikleri içeren sebzelere yer verin. Bunların en başında sarımsak, brokoli, karnabahar ve beyaz lahanadır.

In order to increase your antioxidant capacity, you should add vegetables containing sulfur compounds into your diet. The first of these is garlic, broccoli, cauliflower and white cabbage.

Please say stop to the people around you who intervene in your diet. Say "Stop!" to everyone who intervenes in your nutrition by saying the words such as "You lost a lot of weight, gained a lot of weight, ate a lot, ate a little, I watched in the news - I read on the internet, you shouldn't eat that food, etc.". This is your body, your nutrition, your decision!



Today, everyone -especially including workplaces- unfortunately focuses on what the others eat with an unnecessary interest. This situation affects your nutrition and psychology negatively. So, keep on your slimming process or healthy nutrition individually or by getting an expert support. Do not expand nutrition behaviour in your mind.



5) BİLİNE 3 HATALI BİLGİ, DOĞRUSU NE OLMALI?

a) Yağ dokum kasa dönüştü veya kas dokum yağa dönüştü.

Yağ dokusu ve kas dokusu birbirinden çok farklı yapıdadır. Yağ dokusu, çoğunluğunun yağdan oluştuğu bir yapıda iken kas dokusu glikojen, mineral, kas lipidi, su ve proteinden oluşan bir yapıdadır. Yağ kaybı için negatif enerji dengesi gerekirken kas için kasın çalıştırılması ve beslenme boyutunda desteklenmesi gerekir. Kas kazanımını, kasınızı çalıştırmadan kazanamayacağınız gibi kazandığınız kas kütlesini de bir haftada veya daha kısa bir sürede eritemezsiniz. Yağ kaybı ise kasa göre daha kolay bir denkleme sahiptir ve kolayca yağ kütlesi kaybı sağlanabilir. Bir uzman rehberliğinde zayıflama sürecindeyseniz yağ kaybı hedefli bir süreç olacağına şüpheniz olmasın. Bu programlar, kas kaybını engellemek ve vücuda gerekli olan makro ve mikro besinleri yeterli miktarda vererek yağ kaybı hedeflemektedir.

b) Kalori açığı sağlıyorum, günde çok az kalori alıyorum; fakat neden kilo veremiyorum?

Ağırlık kaybı demek enerji açığı oluşturmak kadar basit gibi görünse de mekanizma bu kadar basit değildir. Yediğimiz yiyeceklerin sindirilmesi, emilmesi ve metabolize edilmesi vücudumuz için bir iştir. Proteini yeteri kadar veya size uygun miktardan biraz daha fazla alırsanız vücudun işini attırıp daha fazla enerji harcamasını sağlayacaktır.

Burada unutulmaması gereken önemli nokta şudur: Fazla protein alımı, vücuttaki oksidatif stresi artırır. Karbonhidratların ise vücuda yüklediği iş daha azdır, ayrıca glikojen deponuz genişledikçe, yani karbonhidrat alımınız arttıkça ağırlık kaybınızı hemen tartıda göremezsiniz. Bu sebeple kalori açığını sağlarken aynı zamanda doğru protein, yağ, karbonhidrat dağılımı yaparak ağırlık kaybının en ideal şekilde olması sağlanır.

5) 3 KNOWN INCORRECT INFORMATION, WHAT SHOULD BE THE CORRECT?

a) My adipose tissue turned into muscle or muscular tissue turned into fat.

Adipose tissue and muscular tissue is very different from each other structurally. While adipose tissue is in a structure where most of it consists of fat, muscle tissue is composed of glycogen, mineral, muscle lipid, water and protein. While a negative energy balance is required for fat loss, muscle must be operated and supported in the size of nutrition. You can not obtain muscle gain without working out your muscle and you cannot melt the muscle mass you gain in a week or less. Fat loss, on the other hand, has an easier equation than the muscle, and fat mass loss can be easily achieved. If you are in the slimming process under the guidance of a specialist, you should not doubt that fat loss will be a targeted process. These programs aim to prevent muscle loss and to provide fat loss by providing sufficient amount of macro and micronutrients to the body.

b) I provide a calorie deficit, I get very few calories a day; but why can't I lose weight?

Although losing weight seems as simple as creating an energy deficit, the mechanism is not that simple. It is a job for our body to digest, absorb and metabolize the food we eat. If you get enough of the protein or a little bit more than the right amount for you, it will increase the body's work and spend more energy.

The most important Point that should not be forgotten here is that: Excess protein intake increases oxidative stress in the body. Carbohydrates have less work on the body, and as your glycogen tank expands, that is, your carbohydrate intake increases, you cannot immediately see your weight loss on the scale. For this reason, while providing the calorie deficit, it is ensured that weight loss is the most ideal way by distributing correct protein, fat and carbohydrates.



c) Yumurta hakkındaki bilgilerimiz ne kadar doğru?

Yumurta ile kolesterol ilişkisi: Yumurta sarısının kolesterol değeri yüksektir. Pek çok birey kolesterol veya kalp rahatsızlıklarında yumurtayı hayatından çıkarıyor. Hâlbuki yumurtanın fosfolipid yapıdaki yağı, kan kolesterolü üzerinde iyi huylu kolesterolü (HDL) yükseltici özelliğe sahiptir. Kolesterol seviyenizi düşürmek için her gün 1 yumurta yemek iyi bir öneri olacaktır.

Diğer bir nokta: Gezen tavuk yumurtasını mı almalıyız? Yumurtanın en iyisini, en doğalını almak ve tüketmek istemek en tabii hakkımız; fakat bu konuda da bir açıdan maalesef kandırılmaktayız. Her pis yumurta, yani üzerinde toz veya saman olan yumurta A sınıfı yumurta demek değildir. Dolayısıyla bu durum yumurtayı da daha sağlıklı kılmamaktadır. Yumurtanın hijyeni, taşınması ve depolanması da önemlidir.

Köydeki bir tavuğun da sağlık durumunu kimse garanti edemez, buna rağmen o tavuğun gezmesi büyük önem taşır.

Yumurtanın üzerindeki ilk sayı kadar diğer sayıların da önemi vardır. Diğer kodlar bize yumurtanın hangi ilde yetiştiği, kümes numarası ve işletme numarası gibi bilgileri verir. Kodun altında yazan tarih ise yumurtlama tarihidir ve son tüketim tarihi yumurtlamadan itibaren 28 gün olmalıdır.

Peki, 3 kod numarası ile başlayan yetiştirme metoduna sahip bir yumurtayı tüketirsek ne olur? En büyük kaybı besleyiciliğinde görürüz. Yumurtanın doğal ortamda beslenmemesi yumurtanın genetiğini etkiler. Bu da uzun vadede bizim sağlığımızı olumsuz yönde etkileyebilir.

Hepinize özgürce ve sağlıklı beslendiğiniz günler dilerim.

c) How accurate is our information about eggs?

Egg and cholesterol relationship: Egg yolk has high cholesterol value. Many individuals remove the egg from their life in cholesterol or heart disease. However, the egg's phospholipid oil has a feature to increase benign cholesterol (HDL) on blood cholesterol. It would be a good advice to eat 1 egg every day to lower your cholesterol level.

Another Point: Should we get the roving chicken egg? To buy and consume the best and most natural egg is our most natural right; but unfortunately, we are deceived in this regard. Not every dirty egg, that is, an egg with dust or straw, does not mean class A egg. Therefore, this does not make the egg healthier. Egg hygiene, transportation and storage is also important.

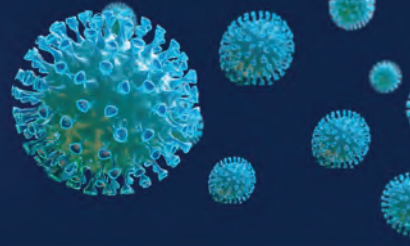
Nobody can guarantee the health of a chicken in the village; however this chicken's wandering is also very important.

Other numbers are as important as the first number on the egg. Other codes give us information such as in which city the egg grew, coop number and business number. The date written under the code is the ovulation date and the expiration date should be 28 days from ovulation.

Well, what happens if we consume an egg with a breeding method that starts with a 3 code number? We see the biggest loss in its nourishment. Failure to feed the egg in the natural environment affects the genetics of the egg. This may affect our health negatively in the long period.

I wish all of you the days when you feed yourself freely and healthily.





BULAŞICI HASTALIKLARIN YOĞUN OLDUĞU DÖNEMLER İÇİN ÖRNEK BESLENME PROGRAMI

SAMPLE NUTRITION PROGRAM FOR THE PERIOD OF CONTAGIOUS DISEASES' BEING INTENSIVE

UZMAN DİYETİSYEN
EXPERT DIETICIAN

İREM ERDEM



Koronavirüs vakası son dönemde (Covid-19) tüm gündemi ele geçirmiş durumda ve herkes bu virüsten korunma yöntemlerini araştırmakta. Bunun için biz de hem yer hizmetlerinde çalışan uçucu üyelerimize hem de uçuş ekibi üyelerimize tavsiye niteliğinde sağlıklı, yeterli ve dengeli beslenebilmeleri için nasıl bir beslenme programı izleyebileceklerini bir günlük örnek beslenme programı hazırlayarak katkı sağlamak istedik. Faydalı olması temennisiyle.

The Coronavirus case has recently captured the entire agenda (Covid-19), and everyone is exploring the ways to get rid of this virus. For this, we wanted to contribute to both our volatile members working in ground services and our flight crew members by preparing a daily sample nutrition program in order to provide a healthy, sufficient and balanced nutrition program. I wish it will be beneficial.

SABAH

- Kalktıktan sonra 1 su bardağı ılık su
- 1 adet haşlanmış yumurta (zerdeçal, pul biber, kekik, karabiber ilave edilebilir) veya 1 yumurta ile hazırlanmış bol maydanozlu / dereotlu / taze soğanlı / biberli omlet (+ zeytinyağı ile)
- Bol yeşillik
- 1 dilim peynir veya 2 yemek kaşığı lor peyniri
- 5 adet zeytin veya 2 tam ceviz
- 2 ince dilim esmer ekme
- 1 tatlı kaşığı bal veya 1 yemek kaşığı tahin
- Ihlamur veya limon ilaveli çay

Yer hizmetlerinde çalışanlar sabah işe giderken hazırladıkları kahvaltısını bir saklama kabına koyabilir veya bol yeşillikli peynirli bir sandviç hazırlayabilir.

Erken evden çıkacak uçuş görevlileri yanlarına kuru meyve ile çiğ kuruyemiş veya sandviç alabilirler.

Uçakta kahvaltı yapacak olanlar; esmer ekme, peynir tabağı, varsa taze meyve veya yanında taşıdığı kuru meyve/çiğ kuruyemiş ve bal tüketebilir. Sıcak kahvaltıda ise omlet veya kaygana alabilir.

KUŞLUK

1 adet mevsim meyvesi (portakal, mandalina, nar, elma, kivi), ilaveten 5-6 adet çiğ badem veya 2 tam ceviz, kuşburnu veya limonlu çay.

MORNING

- A glass of warm water after getting up
- 1 boiled egg (turmeric, chili pepper, thyme, black pepper can be added) or an omelette with olive oil with parsley / dill / fresh onion / pepper prepared with boiled egg
- Lots of greenery
- A slice of white cheese or 2 tablespoons of cottage cheese
- 5 olives or 2 walnuts
- 2 thin slices of brown bread
- 1 dessert spoon of honey or 1 tablespoon of sesame paste
- Linden tea or tea with lemon addition

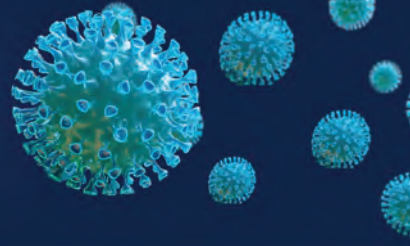
Ground workers can put their breakfast which they prepare in the morning while going to work in a storage container or prepare a sandwich with lots of greenery and with cheese.

Flight attendants who will leave the house early can take with them dried fruits, raw nuts or sandwiches.

Those who will have breakfast on the plane can consume brown bread, cheese platter, fresh fruit, if any, or dried fruit / raw nuts and honey they carry with them. For hot breakfast, they can take omelets.

LATE MORNING

One season fruit (orange, mandarin, pomegranate, apple, kiwi); in addition, 5-6 raw almonds or 2 walnuts, rose hip or tea with lemon.



ÖĞLE

- 1 kâse çorba (mercimek, brokoli, tarhana, tavuk suyu, ezogelin çorba)
- 1 porsiyon etli / etsiz sebze yemeği (karnabahar, lahana, pırasa, kereviz, ıspanak)
- 1 ince dilim esmer ekmek veya 3-4 yemek kaşığı bulgur pilavı
- 1 su bardağı ayran veya 4 yemek kaşığı yoğurt

Yer hizmetleri çalışanları; çorba, etli veya etsiz sebze yemeği veya et yemeği (kızartma olmasın), bol yeşillikli salata/haşlanmış sebze/turşu (limonlu), esmer ekmek veya bulgur pilavı, yoğurt. Ayrıca meyveyi ara öğün için yanına alabilir.

Uçuş görevlileri; et/tavuk/balık yanında sebze tüketilebilir, soğuk meze tabağını porsiyonu büyütmeden tüketebilir. Yoğurt ve uçakta meyve var ise mutlaka tüketilmelidir.

İKİNDİ

- Zencefil çayını (1 parça zencefil 1 su bardağı su ile 5 dakika kaynatın) limon ve bal ekleyerek tüketin. İlaveten 5-6 adet çiğ badem veya 2 tam ceviz yanında yenebilir.
- 1 avuç kabak çekirdeği, 1 yemek kaşığı yaban mersini, çekirdekli kuru üzüm, 2-3 adet kuru kayısı, 3-4 adet kuru erik
- Bir su bardağı kefir, zencefil, 1 dilim ananas
- 1 adet mevsim meyvesi, 2-3 yemek kaşığı yoğurt, 1 tatlı kaşığı keten tohumu

AT NOON

- A bowl of soup (lentils, broccoli, tarhana, chicken broth, ezogelin soup)
- One portion of vegetable meal with ot without meat (cauliflower, cabbage, leek, celery, spinach)
- One thin slice of brown bread or 3-4 tablespoons of cracked wheat pilaf
- A glass of airan or 4 tablespoons of yoghurt

The staff of ground services can consume soup, vegetable meal with or without meat or meat meal (not fried) a salad with lots of greenery, boiled vegetable /pickle (with lemon), brown bread or cracked wheat pilaf, yoghurt. Besides, they can take fruit for snack with themselves.

Flight attendants can consume meat / chicken/ fish in addition to vegetable; they can consume cold appetizer plate without enlarging the portion. Yoghurt and fruit –if exists in the plane- should be consumed.

LATE AFTERNOON

- Consume ginger tea with lemon and honey (a piece of ginger should be boiled with a glass of water for 5 minutes). In addition, 5-6 raw almonds or 2 walnuts can be eaten.
- 1 handful of pumpkin seeds, 1 tablespoon of blueberries, raisins with seeds, 2-3 dried apricots, 3-4 prunes
- A glass of kefir, ginger, a slice of pineapple
- One season fruit, 2-3 tablespoons of yoghurt, 1 dessert spoon of linseed





AKŞAM

- 1 kâse çorba
- 4 adet ızgara köfte / 2 el ayası kadar kırmızı et / 2 el ayası kadar beyaz et
- Haşlanmış brokoli / havuç, pancar veya turp ilaveli bol limonlu yeşillikli salata
- 1 ince dilim esmer ekmek veya 3-4 yemek kaşığı bulgur pilavı
- 1 porsiyon etli / etsiz yeşil mercimek veya nohut yemeği (susuz)
- Turşu
- 1 kâse cacık veya 1 su bardağı ayran
- 1 porsiyon büyük balık veya 150 gr somon
- Taze soğan

BESLENMEYLE İLGİLİ 12 ÖNEMLİ NOT

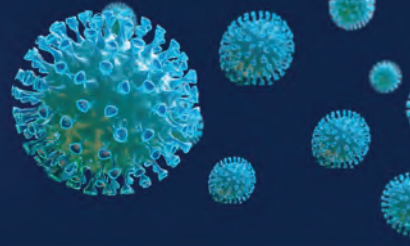
- 1- İşlenmiş et tüketiminizi sınırlayın. Omega 3 alımı için balık tüketiminizi artırın.
- 2- Özellikle sebze ve meyveye her gün beslenmenizde yer verin. Mor sebze ve meyvelere önem verin; pancar, yaban mersini, dut, ahududu. Sülfür içeren sebzeler bağışıklık için son derece önemlidir: karnabahar, brokoli, lahana, soğan, sarımsak.
- 3- Bol sıvı alımı bu dönemde daha da önemlidir. Günlük su tüketiminizi muhakkak karşılayın. Bunun dışında bitki çayları da tüketebilirsiniz.
- 4- Probiyotik yiyeceklerden olan yoğurt ve kefire, prebiyotik yiyeceklerin başında gelen tarhana ve turşuya beslenmenizde yer verin.

EVENING

- One bowl of soup
- 4 grilled meatballs / Red meat up to 2 palms / White meat up to 2 palms
- A greenery salad with plenty of lemons added to boiled broccoli / carrot, beet or radish
- One thin slice of brown bread or 3-4 tablespoons of cracked wheat pilaf
- One portion of green lentils or chickpeas meal with or without meal (without water)
- Pickle
- A bowl of cacik or 1 glass of airan
- One portion of big fish or 150 gr salmon
- Fresh onion

12 IMPORTANT NOTES ABOUT NUTRITION

- 1- Reset your processed meat consumption. Increase your fish consumption for omega 3 intake.
- 2- Especially include vegetables and fruits in your diet every day. Pay attention to purple vegetables and fruits; beets, blueberries, mulberries, raspberries. Vegetables containing sulfur are extremely important for immunity: cauliflower, broccoli, cabbage, onion, garlic.
- 3- Intake of plenty fluids is more important in this period. Make sure you meet your daily water consumption. You can also consume herbal teas.
- 4- Include yogurt and kefir, which are probiotic foods, tarhana and marinade, which are the prebiotic foods, in your diet.



5- Kuru baklagillerin tüketimini arttırın.

6- Baharatları daha sık kullanın.

7- Hareketinizi arttırın, evde bile olsanız kendinize uygun bir aktivite bulun.

8- İyi uyuyun, alkol almayın, sigarayı bu dönemde bırakabiliyorsanız bırakın veya azaltın.

9- Şekerli, unlu, kızartılmış ve işlenmiş yiyeceklerin tüketimini mümkün olduğunca azaltın.

10- Eğer yeterli beslenmediğinizi düşünüyorsanız C vitamini, omega 3 gibi takviyeler kullanın.

11- Uçuş görevlileri yatıya giderken yanında kuruyemiş / kuru meyve / haşlanmış kuru baklagiller / somon / tonbalığı gibi taşıyabileceği sağlıklı yiyecekleri yanında bulundurmalı.

12- Uçuş görevlileri mümkün olduğunca gece yemek yemekten kaçınmalı, çok acıkırsa ana yemek yerine peynirli salata, sandviç veya 1 kâse yoğurt ile geçiştirmeye çalışmalıdır.

5- Increase the consumption of dry legumes.

6- Use spices more often.

7- Increase your movement, find an activity that suits you even if you are at home.

8- Sleep well, do not drink alcohol, stop smoking if you can in this period or at least reduce it.

9- Reduce consumption of sugary, floury, fried and processed foods as much as possible.

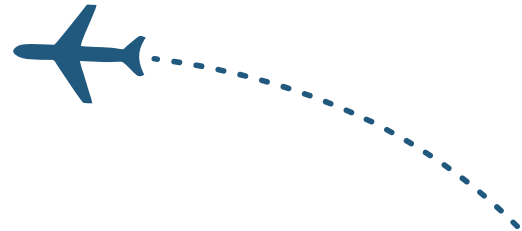
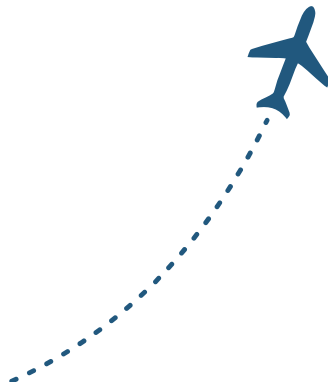
10- If you think you are not feeding yourself enough, use supplements such as vitamin C and omega 3.

11- Flight attendants should carry healthy foods that they can carry with them, such as nuts / dried fruits / boiled legumes / salmon / tuna, while going to overnight stay.

12- Flight attendants should avoid eating at night as much as possible, and if s/he is very hungry, s/he should try to replace it with a salad with cheese, sandwich or 1 cup of yoghurt instead of the main meal.



ierdem@havais.org.tr



TOPLANTILAR MEETINGS

ÖLGE VE İL TEMSİLCİLERİ TOPLANTISI
"KHK ve Örgütlenmenin Önündeki Engeller"

24 Şubat 2020



TÜRK-İŞ BÖLGE VE İL TEMSİLCİLERİ TOPLANTISI
THE MEETING OF TÜRK-İŞ REGIONAL AND
PROVINCIAL REPRESENTATIVES



ZİYARETLER VISITS



TÜRK - İŞ ZİYARETİMİZ
OUR TÜRK - İŞ VISIT





TOLEYİS, TÜRKİYE OTEL LOKANTA DİNLENME YERLERİ İŞÇİLERİ SENDİKASI GENEL BAŞKANI SAYIN CEMAL BAKINDI BEYEFENDİ'YLE MÜLAKAT

Hava-İş Sendikası olarak üyelerimize, Türk sivil havacılığına, mümtaz Anadolu emekçilerine hitap ettiğimiz dergimizde istedik ki, Türk-İş çatısı altında emek mücadelesi veren sendikalarımız arasındaki bağı kuvvetlendirelim, üyelerimiz; kıymetli sendikalarımızı tanısin-bilsin, bağımız artsın, kardeşliğimiz pekişsin. Bu saikle, Genel Başkanımız Sayın Ali Kemal Tatlıbal Beyefendi'nin tensipleriyle dergimizin her sayısında bir sendikamızın genel başkanıyla mülakat yapmaya başladık. "Emeğin Öncüleri" olarak tarihe düşmeye başladığımız notların beşincisini ise TOLEYİS, Türkiye Otel Lokanta Dinlenme Yerleri İşçileri Sendikası Genel Başkanı Sayın Cemal Bakındı Beyefendi ile gerçekleştirdik. Bizleri makamında ağırlayıp TOLEYİS'e, sendikacılığa, emeğe, emekçiye dair sorularımıza verdiği birbirinden kıymetli cevaplardan ötürü Sayın Genel Başkan'a teşekkür ederiz.

DOĞAN NARBOĞA



Değerli Başkanım, sizleri daha yakından tanımak namına bize kendinizi anlatır mısınız?



1950'de Manisa Salihli'de doğdum. Babamı küçükken kaybettiğim için 8 yaşında çalışmaya başladım. Tahsil hayatım da çalışmayla beraber devam etti. 1971 yılında Ege Üniversitesi Gazetecilik Bölümü'ne başladığım esnada İzmir'de dünyaca ünlü bir otelde çalışmaya başladım. 1973'te mezun olduğumda OLEYİS'in bölge başkanı seçildim.



1977'te sendika DİSK'e katılma kararı aldığımda ben bunun doğru olmadığını savundum; fakat mâni olamadım. Dolayısıyla bizim şubemizi kapatıp benim de görevime son verdiler. Biz de o sene Eylül ayında TOLEYİS'i kurduk. 1980'e kadar olan anarşi döneminde çok sert bir mücadeleyle Sendikamızı elimizden geldiğince örgütledik. Ortaya bir maya çıktı. 1980 darbesiyle tüm sendikalar gibi bizim de faaliyetlerimiz sona ermişti. 1983'te çıkan yeni genelgeyle tekrar serbest oldu tabii; fakat darbe yönetimi olduğu için de farklı engeller vardı, birçok hakkımız elimizden alınmıştı. Bu engelleri de mücadele ederek aştık. %10 barajı vardı, bunu aşabilmek için ideolojik yapısı bizimle uymayan bir sendikayla birleşmek zorunda kaldık. Zamanla onlar üst yönetimi ele geçirdi; fakat ilerleyen zamanlarda olağanüstü kongreyle yönetime yeniden biz geçmiş olduk.

1981'de çocuklarım henüz çok küçüktü ve İstanbul'a gelmek istemediler. İzmir'de kaldım ve İzmir Başkanı oldum tekrar; fakat kısa bir süre sonra bıraktım.

Sendika içerisinde hem örgütlenme hem büyüme hem de sendikanın idaresi bakımından çok zorluklar çıktı. 1984'ten sonra çok hızlı bir örgütlenme ile büyük bir sendika hâline geldik. Ancak kötü yönetimden dolayı büyük sıkıntılar da meydana geldi.

19 Mart'ta 1990'da Genel Başkanlığa seçildim, hâlen de bu görevi sürdürüyorum. Görevi devraldığımda sendika borç batağında, kendi aracı ve kendi gayrimenkulü yoktu, her şey kiralıktı. 1,5 yıl içinde tüm borçları ödedik. Artık bütün şube meskenleri ve kullandığımız araçlar bize ait.

Aktif profesyonel sendikacılığımın 47. yılındayım.



Allah ömrünüzü ve emeğinizi bereketli kılsın Başkanım. Sayın Başkanım, otel, lokanta ve dinlenme yerleri sektörlerinde çalışan emekçi kardeşlerimizi size sormak istiyoruz. Bu sektörde çalışan emekçilerin genel sorunları nelerdir? Bir sendika olarak emekçilerimiz için mücadelesini verdiğiniz en büyük sorun, konu nedir?

Bizim sektörde çalışan emekçi sayısı bir milyona yakın. Köy kahvesinde sigortalı çalışandan en lüks otellerde çalışan garsonlara, barlara, pavyonlara kadar çalışan olduğu için çok yönlü sorunlar var. Ancak en büyük iki sorunumuz: Kayıt dışılık ve fazla çalışma süresi. Bunlar aslında Türkiye'nin genel sorunları.

Kayıt dışılık şu an Türkiye'de %39 oranında. Bu kayıt dışılık belki de en yüksek bizim sektördedir diye tahmin ediyorum. Biz bunu kontrol de edemeyiz, zaten bu sendikaların işi de değil. Bu oran büyük otellerde %3-5'tir belki; ama orta ölçekli ve daha alt sınıflarda çok daha fazladır.

Bir de şu yönü var: Kalan %61'lik kesim içinde de kayıt dışılık var. Şöyle ki: Çalışan kişi 5 bin lira maaş alıyor, işveren sigortaya 2500 lira gösteriyor. Biz bunun sebebini sorduğumuzda "Herkes öyle yapıyor." deniyor; fakat herkes "Herkes öyle yapıyor." derse bu işin içinden çıkamayız.



Bir diğer sorumuz da yeteri kadar basın desteğimizin olmaması diyebilirim. Türkiye'de ortalama iş kazasında ölen insan sayısını biliyor musunuz? Günde 2,5 kişi. Affedersiniz, hayvanlara ayırdıkları haberi biz işçi kesimine ayırmıyorlar. Trafikte ölen köpeği haber yapıyorlar; ama iş kazalarında ölenler görmezden geliniyor. Kimse asgari ücretli bir ailenin hangi şartlarda nasıl geçindiğini program yapmıyor. Veyahut da şu insanların şu sorunları var diye program yapılmıyor.



Başkanım, temsilcisi olduğunuz iş sahalarında çalışan emekçiler, uzun çalışma süreleri, yoğun iş süreçlerinde çalışmak durumundalar. Dikkat edilmesi gereken bir meslek hastalığı söz konusu mudur? Alınması gereken bir tedbir, bir yenilik var mıdır? İşverenlerin uygulaması gereken; ama sıklıkla ihmal edilen yahut geliştirilmesi gereken acil bir konu var mıdır?

İş sağlığı ve güvenliği açısından çok büyük bir problemimiz yok. Bizim sektörümüzün tehlikesi diğer sektörlerde çok daha az. Bizim sektörde önemli olan hijyendir. Bu hususta da denetimi belediyeler yapıyor, bu zaten bizim sahamızın dışında.

Meslek hastalığı yönünden eskiden beri bizim sorumuz sigara. Ben şahsen 7,5 senedir sigara içmiyorum. Hatta bir dönem Sigara ve Sağlık Ulusal Komitesi'nde de görevliydim.

Sektörde çoğu kişi sigara içmiyor ve pasif içici durumuna düşüyor. Eskiden restoranlarda hiç durmadan sigara içilirdi ve çalışanlar çok hasta olurdu. Kapalı alanlarda sigara yasağı hükümetin aldığı en güzel kararlardan birisidir. Denetimlerinin de ciddi ölçüde yapılması gerekiyor. Hatta mümkünse mugayir davranılma oranının sıfırlanması lazım. Şu anda özellikle 5 yıldızlı otellerde bu kurala uyuluyor. Sahil kesiminde de genel itibarıyla bu kurala itibar edilir. Fakat bilinmeli ki küçük restoran ve kahvehane gibi yerlerde bu yasağı delip işlerine devam edenler var.

Yaşanmış bir olayı anlatayım: Avusturalya'da otuzlu yaşlarda bir garsonun akciğer kanserinden ölmesi sonucu bir tetkik yapılıyor. Pasif içicilikten etkilenerek akciğer kanseri olduğu tespit ediliyor. Daha sonra gencin ailesine 600 bin dolar tazminat ödeniyor. Elbette bu ülkenin insan hakları bize göre daha gelişmiş; fakat durum budur.

Bu noktada denetimler artırılmalı. Devlet bu yasağı koydu evet; ama bu denetim sadece devletin sorumluluğunda değil, gönüllülük esasıyla sigara içmeyen vatandaşlar da sorumluluk üstlenmeli.





Başkanım eğlence, hizmet ve restoran sektörlerindeki sermaye hiç olmadığı kadar küreselleşmiş durumda. Örneğin bir marka bünyesinde dünyaya yaygın binlerce otel, on binlerce restoran zinciri var. Ülkemizde de bu zincirlerin şubeleri oldukça yaygın. Emekçiler açısından küresel bir girişimde çalışmanın, belki sigorta ve kayıt dışılık açısından olumlu sonuçları var gibi; ama insani açıdan ve emeğin özneliği açısından nasıl etkileri vardır, bunu değerlendirmenizi istirham etsek?

Yabancı sermaye, yerli sermayeye göre sendikalaşmada çok çok iyi. Türk hukukuna saygılı olma, problem çıkarmama, sendikaların örgütlenmesine saygı göstermede en öndeler. Bizim zaten en güçlü tarafımız yabancı sermayede. Yerli sermayeye sendika dedim mi sanki yurtdışından gelen yabancı düşman gibi bakıyorlar. Bunu önüne geçemedik maalesef. Bu noktada Türk sermayesinin bakışını ve mantığını değiştiremedik. Neticede yabancı sermayeli firmaların sendikalaşma oranı yüksek, yerli sermayenininki az.

İşletmeler sendikalaşmanın faydasını tam anlayamıyorlar. Onlar sadece palyatif olarak işlerimizi görelim, ucuz maliyetlerle işin içinden çıkalım diyorlar. Hâlbuki bizim sektörümüz tamamen insan kaynaklı ve insan odaklı bir sektör. Bunun için az ücretle çalışan insanları orada çalıştırdığınız zaman hizmetinizin kalitesi düşüyor. Kaliteniz düştüğü zaman otelinizin fiyatı düşer, yemeğinin kalitesi düşer ve turisti kaçırsınız. Makro açıdan bakınca da ülkeye girecek olan döviz miktarı düşer ve turizm gelirimiz azalır. Yabancı sermayeli şirketler bu işi çok iyi yapıyor. Kaliteli hizmet veriyor, kaliteli eşya kullanıyor, kaliteli yemek veriyor, kaliteli istirahat sunuyor, kaliteli spor imkânı sunuyor, ona göre de ücretini alıyor. Fakat bizim yerli müteşebbisimiz âdeta o kaliteyi yakalamamak için o seviyeye çıkmamak için uğraşılıyor, günü kurtarmaya çalışıyorlar.

Mesela şu an bir kriz ortamı var malum. Bazı oteller kapandı, bazıları çalışmayı durdurdu. Bir arkadaşımız bugün İstanbul'daki en lüks otele gidiyor. Şu an en yüksek ücret alan yer orası. Buranın doluluk oranı 1991 Körfez Krizi'nde %7'ye düşmüştü; ama fiyatı ve kalitesi düşmemişti. Şimdi yine düşmeyecek, kalitesi de düşmeyecek hizmeti de fiyatı da. Bu önemli. İki yıldızlı üç yıldızlı bir otele gidiyorsunuz, oranın da müşterisi var elbette; ama görevlinin elbiseleri eski, yamuk yumuk, yıpranmış. Bu olmaz, oranın da düzgün olması lazım. Ne olursa olsun iyi hizmet, iyi para karşılığında olmalı, personel dil bilmeli.





Bir de işin şu tarafı var: Türkiye'de özel sektör çayın taşından çayın kuşunu vuruyor. Bu ne demek? Müteşebbis öz sermaye koymuyor ortaya. Diyelim ki 1 milyar sermayesi var, buna 50 milyon koyuyor, 950 milyonu faizle kredi alıyor. Hem faizi ödeyecek hem krediyi ödeyecek. Nereden ödeyecek bu parayı? Bunların önlenmesi lazım. Ana sermayesi olmayan bir kuruluşun kârı ne olur? Anca faizi verirsın taksitleri verirsın. Bu şekilde çok zararlar edildi.

Madem küreselleşme konusuna girdik, bunun farklı boyutlarını da konuşalım. Dünya çok hızlı değişiyor. Artık kapitalist sitem çalışıyor. Şimdi endüstri 4.0 konuşuluyor. Hatta bugünkü salgını buna bağlıyorlar. Bu salgın endüstri 4.0'ın bir denemesi diyenler bile var, insanları evden çalıştırmaya başladık. Dünya artık nüfusu taşıyamaz hâle geldi. Aynı hava, aynı su, aynı toprak. 60 sene önce dünya nüfusu ne kadardı şimdi ne kadar?

Hızlı değişim şart. Değişime uyabilen ülkeler ileriye daha hızlı gidecek, uyamayanlar gidemeyecek. Eğer bu ülkeyi bir yere götüreceksen iyiyi de kötüyü de birlikte paylaşmak zorundayız. Bunu sağlayacak olanlar da siyasilerdir. Onlar da doğru siyaset güdecek. Yani işini bihakkın yapacak, elini vicdanına götürececek, Allah korkusu olacak. Bu mümkün olursa işimiz çok daha kolay olur.

Rahmetli Özal geldi, Liberal sistemi kurdu ki biz dünyadan daha önce geçtik bu sisteme. Bize ekonomiyi öğretti. O zamanlar sendikalar Özal'ı çok tenkit etti; ama hizmetlerini kabul etmek lazım. Özellikle turizm sektörünü ülkeye soktu. Allah rahmet eylesin. Bakınız, bugün bizim turizm gelirlerimiz olmasa enerji açığımızı kapatamayız, bu gelir oraya gidiyor. Oradan pay biçin...

Biz ülkemizin bir çeşmesine bir tas koyanın elini öperiz, bu anlayıştayız. Farklı bir düşüncemiz yok, ülke güzel olsun. Bizim haklarımızı, bizim insan olduğumuz, bizim de bu ülkenin bir parçası olduğumuzu kimse unutmasın. İnsanlar dünyaya gelirken ırkını, cinsiyetini, dinini, mezhebini, ana babasını seçme hakkına sahip değil. Ee biz de işçi olarak dünyaya gelmişiz, biz de bu dünyanın bir parçasıyız. Çoluğumuza çocuğumuza bakacak düzeyde olalım...

Türkiye esasında çok zengin bir ülke. Tarımı ihmal ettik, geliştirmemiz lazım. Türkiye'nin kalkınma için seçenekler üretmesi lazım. Dayanıklı tüketim ürünlerinde Avrupa'ya çok yakınız. Otomobilde yakınız. Tekstilde üç ülkeden biriyiz. Ben şahsen Çin'i kabul etmiyorum. Çin ucuz malla, sürümle fakirliğe hizmet ediyor; ama İtalya çok farklı. Biz ise ortadayız; ama kaliteli ürün yapıyoruz.

Havacılıkta çok iyiyiz, Türk Hava Yolları marka oldu, kimin hizmeti geçtiyse teşekkür ediyorum. Do&Co'daki arkadaşlar da bizim bünyemizde. Bu kalite, THY'yi marka yaptı. Yeni İstanbul Havalimanı inşAllah çok daha yüksek kapasitelere çıkar. Zorluklar içerisinde ilerliyor, bunları görüyoruz. Allah kolaylık versin.



Peki Başkanım, TOLEYİS, IUF (Uniting Food, Farm and Hotel Workers Worldwide) ve EFFAT (European Federation of Food, Agriculture and Tourism Trade Unions) üyesi. 18 nolu sendikal iş kolu (Konaklama ve Eğlence İşleri) açısından küresel sendikacılıkta aktif rol almanın sizce faydaları nelerdir?

IUF ve EFFAT ile bağlantılı bir şekilde sürekli yurt dışı ziyaretlerimiz oluyor. Bu noktada özellikle Balkan ülkelerini tercih ediyoruz. Bağlarımız bu açıdan çok kuvvetli.

Benim sendika anlayışında işçileri yurt dışına çıkarmak vardır. İşçiler yurt dışını görerek Türkiye'de ne haklara sahip olduğunu bilmesi lazım. Bu noktada bize çok faydası var.



Başkanım, emeğin hakkını alın teri kurumadan emekçiye vermeyi emreden bir dinin mensubu olan Anadolu toplumu olarak, emek ve hak mücadelesinde ne konumdayız? Emekçi hakkını alabiliyor mu? Otel, lokanta, dinlenme yerleri işçilerinin dünyadaki konumuyla Anadolu emekçilerinin elde ettikleri maddi-manevi haklar arasında bir kıyas yapmanız mümkün müdür?

Dünyadaki çoğu ülkeye göre bazı sorunlarımız olsa da bizim konumumuz daha ileride diyebilirim. Bizim koruyacağımız iki önemli yasa var: Vergi yasası ve kıdem tazminatı yasası. Kıdem tazminatı iş güvencesidir, dokundurmamız lazım. Adaletsiz vergi yasası ise ekmeğin zorla elden alınması gibi bir durumdur maalesef. Bu haklı mücadeleyi kazanacağımıza inanıyoruz.

Bir de Avrupa'da şu var: İşçiler sendikalaşmayı bir destek olarak görüyor. Aylık aidatını veriyor, herhangi bir sorunu olduğu zaman da sendikaya gidip diyor ki benim şu sorunumu çöz. Olaya buradaki gibi toplu sözleşme olarak bakmıyor.



Başkanım, biraz da genel konulara değinelim müsaadenizle. Türkiye'de sendikalaşmayı nasıl görüyorsunuz? Teknik alt yapı ve bilgi açısından sendikal teşkilatlanmayı artırmak için neler yapılabilir?

Türkiye nevi şahsına münhasır bir ülke. Müslüman ülkeler içerisinde demokrasiyi yaşatabilen tek ülkeyiz. Birçok darbe ve darbe teşebbüsü atlattık. Yani demokrasisi bu kadar müdahaleye rağmen bugüne gelebilen bir ülkeyiz. Demokrasinin olmadığı yerde, çok partili sistemin, sandığın olmadığı yerde özgür ve bağımsız sendikacılıktan kimse söz edemez. Demokrasi ne kadar gelişmişse sendikacılık da o kadar ileri gider. Dolayısıyla biz bu kadar ihtilal yaşanmış bir ülkede bu noktada duruyorsak oturup bu konumda nasıl durduğumuzu irdeleyebiliriz.





12 Eylül'de ihtilal olduğunda 3 sene sendikacılık yoktu. Sıfır. Sendika yönetim kurulu toplantılarına bile polis geliyordu. Şimdi o zaman doğan çocuk neyi ne kadar hatırlıyor, biliyor? Bu müdahaleler sendikacılığı geri götürmüş, sınırlama getirmiş. Sendikacılığın yapılabilmesi için gerekli en önemli şey, demokrasi ve uluslararası standartlardır. Bu standartlara ILO standartları diyoruz. Hülasa, sendikal mücadelede demokrasi ve uluslararası normlar varsa bir yere varılabilir...

Burada tabii tarafların eksikleri var. Biz sendikaların da kusuru var. Çok fazla yapamıyoruz; ama işçileri eğitmekte eksik kalıyoruz. Bu da bizim bir eksiğimiziz.

Bir de Türkiye'de demokrasinin eksik olan bir ayağını söyleyeceğim: Yasama, Yürütme, Yargı. Demokrasi bunlarla mı kalıyor? Soruyorum. Bunlar sadece üçlü vazgeçilmezdir. Esas bunların da üzerinde 4. güç dediğimiz basın. Hür basın. Demokrasinin vazgeçilmezi hür basındır. Basın halkın yararına ve hür olduğu sürece sendikal teşkilatlanma da gelişir. İşçilere özgüven gelir, seslerini daha özgür duyurabilirler.

Her şeye rağmen Türkiye'deki sendikacılık diğer ülkelerden ileride. Sendikalı sayısı Avrupa'da daha fazla olabilir; ama reel sendikalı sayısı değil bu. Aidiyete, bağlılığa dayalı. Biz daha güçlüyüz.



Mensubu olduğumuz Türk-İş'in Türkiye için önemi nedir?

Türk-İş, ülkemizin birliği için son derece önemli katkısı olan demokratik bir kuruluştur. Bugün çalışma hayatımızda ne varsa bunda Türk-İş'in katkısı büyüktür.

Türk-İş'i bizzat işçiler kurmuştur, bir takım kuruluşlar değil! Kimin kurduğu bellidir. Türk-İş'in işçiler tarafından kurulması, 24 ilkesinin sağlıklı olması ve bizim onlara bağlı kalmamız bugün bu konuma gelmesinin sebebidir. Bu ilkeler, partiler üstü politikalar içeriyor. Bu, tüm siyasi partilere eşit mesafede duran ve işçi haklarının önüne siyaseti koymayan bir anlayıştır. Biz de bunu savunduk hep. Biz işçi hareketinin yanına herhangi bir siyasi yandaşlık koyarsak kaybederiz. Öyle olsaydı bu hareket yaşamazdı, siyasi hasımlarımız olurdu...

Bakın, hikmet-i vücudunuz neyse sonunuz da odur. Bir insan anne babasının genlerini taşır. Ne ile var olmuşsanız onu taşırsınız. Dünyaya nasıl geldiyseniz öyle yaşar ve öyle gidersiniz. Türk-İş'i de bizzat işçiler kurmuştur. Bu gayet açık ve gayet basit...

Türk-İş, ülkede yaşanan her felakette nerede olursa olsun yardımcı olmuştur. 1974'te Kıbrıs Harekâtı'nda bizler işçiler olarak birer günlük ücretlerimizi hemen verdik. Mehmetçiğe bir şey oldu hemen verdik. Zلزelelerde bölgelere gittik, eğitim ihtiyaçları olduğunda okullara gittik. Bunları çoğu kimse görmez. Olur biter, unutulur.



Türk-İş sadece işçi haklarını ve menfaatlerini koruyan bir kurul değil, ülkenin en iyi gününde de en zor gününde de devletiyle, milletiyle birlikte olmuştur. Biz hiçbir zaman Taksim Meydanı'na kızıl bayrak dikmedik. Biz herkesin yakasına birer Türk bayrağı verdik. Biz 77'de TOLEYİS'i Taksim'deki kızıl bayrakları indirip Türk Bayraklarını dikmek için kurduk. Siz o günleri görmediniz ve çoğu kimse de bilmiyor. Bakınız TOLEYİS binasında 12 ay Türk bayrağı inmez...



Siz ve sizin gibi kıymetli emekçilerimizle ay yıldızlı al bayrağımızın ilelebet Anadolu'da dalgalanması için çalışıyoruz Başkanım. Rabbim özgürlüğümüzü daim etsin. Peki Başkanım, müsaadenizle sizleri daha yakından tanımak adına hususi bir soru da yöneltelim: Yoğun bir koşturmaca arasında sizleri dinginleştiren, yapmaktan keyif aldığınız bir el uğraşı, herhangi bir ilgi alanınız var mıdır?

Torunlarımı sevmek benim için en güzel uğraş. Şahsi olarak tek hobim bu.

Ayrıca 8 Mart Dünya Kadınlar Günü'ne çok önem veriyorum. Bine yakın kadın çalışanımıza Kıbrıs'ta 2 gün eğitim düzenledik.

Bunun dışında kadın haklarına ve kadın çalışanlarımıza yönelik faaliyetlere özellikle çok önem veriyorum. Dünyaya gelirken ırkımızı da cinsiyetimizi de seçme hakkımız yok. Ayrımcılık çok vahim bir hatadır. Bakınız, son zamanlarda kadın cinayetleri artmış durumda. Bir araştırma getirdi arkadaşlar. En çok kadın cinayeti bizim iş kolunda oluyormuş. Toplum hiç duymuyor ama. Bunlar arasında kaç kişi sendikalı araştırın dedim. Bir tane bile çıkmadı. Neden bizim iş kolunda? Malum pavyon gibi yerlerde çalışan kişiler sorunlu şahıslar. Kültür ve eğitim sorunu da var. Böyle olunca da netice bu oluyor maalesef...



Başkanım, son olarak görüş ve önerilerinizi alalım: Türkiye'deki emekçi kardeşlerimize söylemek istedikleriniz, dilek ve temennileriniz nelerdir?

Emekçilerin tek adresi Türk-İş'tir. Bu kuruluş ülkenin birliği ve beraberliği için bir çimentodur. İlanihaye yaşayacak bir kuruluştur. Hep birlikte sahip çıkalım. Kavga değil, dayanışma içerisinde olalım. Birlik ve dayanışmadan güç doğar. Yani bugün şu sendikanın sorunu varsa "Aman boş ver." dememek lazım. Yarın bir gün o sorun senin başına gelebilir. Bir sendikanın sorunu varsa hep birlikte hareket etmemiz lazım. Bizim, Türk milletinin kendinden başka dostu yok, görüyorsunuz. Türk-İş'in de kendi sendikalarından başka dostu yok. Herkes bizi örselemeye çalışıyor. Oysaki Türkiye'de bu kadar sendikasız kesim varken hiçbiri diğerlerine gitmiyor, bize Türk-İş'e geliyor. Türk-İş bu ülkenin geleceğidir. Hepimiz sahip çıkmak zorundayız, emekçi kardeşlerimiz de sahip çıkmalı. Sendikalarımız bunun bir parçası. Aynı gemi içerisindeyiz. Geminin ufak bir yeri delindiği zaman su sızarsa her yer su altında kalır. Türk-İş'e bir iğne batarsa hepimiz hissederiz. Dolayısıyla ona gözümüz gibi bakacağız, tüm işçilere de bunu anlatacağız.



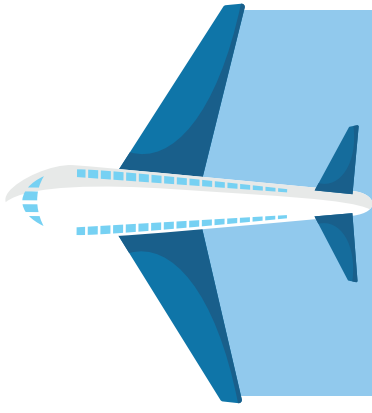
Ülkenin bir ihtiyacı olduğunda biz Türk-İş olarak yevmiyemizle yardımcı olacağız dediğimiz zaman hangi işçimiz karşı çıkar? Bizim işçimiz bu. Biz buyuz.



Değerli Başkanım, vakit ayırıp bizlerle görüşlerinizi paylaştığınız için Hava-İş ailesi olarak teşekkür ederiz.

Ben teşekkür ederim. Sayın Genel Başkan'a, Hava-İş ailesine selam ederim. En kısa sürede sağlıklı ve güzel günlerde buluşmak temennisiyle...





YOLLARDAYIZ... ON THE ROAD...





TOPLANTILAR MEETINGS



ABANT İSG BULUŞMALARINA DEVAM EDİYORUZ...
WE KEEP ON ABANT OHS MEETINGS...



ANADOLU NATOLIAN Voices Sesleri

Türkiye'de havacılığın kalbi İstanbul'dur. İstanbul'u ise coşkun bir ırmak gibi Anadolu besler. Anadolu'nun gelişmesi İstanbul'u, Türkiye'yi her açıdan daha muteber kılar!

Anadolu'da son yıllarda açılan-yenilenen havalimanları, turizm başta olmak üzere sanayi, eğitim ve iktisadi kalkınmayı müspet yönde etkilemeye devam etmektedir. Hava-İş Sendikası olarak bizler de gelişimin destekçisi olmayı ve sahamız dâhilindeki emekçi kardeşlerimizin iş ve sosyal hayatlarına katkı sağlamayı sürdürmekteyiz. Hedefimiz, hava ulaşımının ana unsuru olan emekçilerimizin olduğu her yerde olmaktır. İşte bu sebeple şubelerimiz, temsilciliklerimiz tüm Anadolu'da emekçinin yanında olmaya devam etmektedir.

Genel Başkanımız Sayın Ali Kemal Tatlıbal Beyefendi'nin tensipleriyle "Anadolu Sesleri" söyleşilerimizle tüm Anadolu sathındaki birlikteliğimizi ve üyelerimiz için neler yaptığımızı anlatarak tüm emek camiasına bir misal sunmak niyetindeyiz. İşte bu güzel maksada istinaden başlattığımız "Anadolu Sesleri" söyleşilerimizin üçüncüsünü, Hava-İş İzmir Şube Başkanımız Sayın Hatem Ertosun Beyefendi ile gerçekleştirdik...

Sayın Başkan'la gerçekleştirdiğimiz söyleşimiz:

HAVA-İŞ İZMİR ŞUBE BAŞKANI SAYIN HATEM ERTOSUN BEYEFENDİ İLE MÜLAKAT

AN INTERVIEW WITH HEAD OF HAVA-İŞ İZMİR BRANCH DEAR HATEM ERTOSUN

The heart of aviation in Turkey is İstanbul. Anatolia feeds İstanbul like an exuberant river. Development of Anatolia validates İstanbul, Turkey in every respect!

Airports that have recently been opened and renovated in Anatolia keep on affecting positively especially tourism, industry, education and economic progress. As Hava-İş Union we continue supporting this development and contributing to our labor friends' business and social lives within our area. Our target is to be in everywhere that our laborers who are the basic elements of aviation exist. For this reason, our branches, representation offices continue to be near laborers in the whole Anatolia.

We aim at submitting a sample to the whole labor society by explaining what we have done for our members and our unity in the whole Anatolia with our conversations "Anatolian Voices" with approbations of our General President Dear Ali Kemal Tatlıbey. We have made the third of our "Anatolian Voices" conversations that we have started due to this beautiful aim with Head of İzmir Branch Office of Hava-İş Dear Hatem Ertosun...

Our interview with Dear Ertosun:

Hatem Bey, sizleri tanıyalım lütfen.

Merhabalar. 2 Ocak 1967 Van doğumluyum. İlk ve ortaokulu Van'da bitirdikten sonra baba mesleğimiz olan çiftçilikle uğraştım. Aynı zamanda amatör futbol oynamayı ve koşuyu çok sevdiğim için atletizme bir dönem ilgilim oldu. 1987'de askerliğimi Kayseri Hava İndirme Tugayı'nda paraşütcü komando olarak yaptım. Uçakla ilk askerde tanıştım ve 6 kez paraşütle atlayış yaptım.

Askerliğimin son dönemleri yaklaşırken THY'nin Van Satış Müdürü olan eniştem vasıtasıyla THY'de çalışmak üzere iş teklifi aldım. Babamla birlikte ziraatle uğraştığımızdan bu teklifi ilk başta kabul etmemiştik. Bir vakit sonra askeriyedeki üstlerimle top oynarken futbol topunun sol el bileğime çarpmasıyla bileğim kırıldı ve iki ay erken tezkere almak durumunda kaldım. Kolu kırık birisi olarak babama da yardım edemeyeceğimden ötürü babam, eniştemin yanında çalışmama müsaade etti ve ben 26 Haziran 1989 yılında THY'de mevsimlik işçi olarak işe başladım. Akabinde farklı konum ve pozisyonlarda yıllarca emek verdik...



Emeğinize sağlık Hatem Bey. Peki, biraz da Hava-İş İzmir Şubesi olarak geçmiş faaliyetlerinizden, üyelerimizden bahsedebilir misiniz lütfen.

İzmir şube olarak yaptığımız hasbi faaliyetlerden dolayı tüm üyelerimizle çok sıcak bir yakınlaşma kurduk. Ailelerimiz birbirlerini tanıdı, artık her faaliyette ve organizasyonda birbirimizi arar olduk. Bu hasbi münasebetin İzmir'deki tüm havacılık camiasına güzel ve organik bir değer kattığı kanaatindeyim.

Dear Ertosun, let's know you.

Hi. I was born in Van on January 2, 1967. I was busy with farming as a father occupation when I finished primary and secondary school in Van. At the same time, I was interested in athleticism as I used to like playing football and running for a while. In 1987, I did my military service as a paratrooper commando in Kayseri Airborne Brigade. I met with plane for the first time in military and I jumped 6 times with a parachute.

As the last years of my military service approached, I received a job offer to work at THY through my uncle-in-law, Van Sales Manager of THY. Firstly we refused this offer because we engaged in agriculture. After a while, my wrist of left hand was broken while we were playing football in military with my seniors and I had to be discharged from military 2 months early. Since I could not help my father as a someone who had a broken wrist, my father permitted me to work with my uncle-in-law and I began to work in THY as seasonal laborer on June 26, 1989. We laboured for years in different situations and positions...



Thanks for your labors Dear Ertosun. Well, can you mention about your previous activities and our members as Hava-İş İzmir Branch Office.

Because of voluntarily activities we have made as İzmir Branch, we have established a good sincerity. Our families met with each other; in every organization and activities we look for each other. I think this sincerity contributes a beautiful and organic value to the whole aviation sector in İzmir.

İzmir gibi güzide bir şehrimizdesiniz bizim de önemli bir noktamız. Kısmet olursa bu zorlu günleri atlattıktan sonra İzmir'deki üyelerimiz için planladığımız faaliyetlerden, yapmak istediklerinizden de bahsedebilir misiniz lütfen.

Koronavirüs musibeti gelmeden önce tüm üyelerimiz ve aileleriyle birlikte yapmayı planladığımız piknik sözümüzü durum düzelince nasipse en kısa zamanda yerine getireceğiz.

İleriki tarihlerde İzmir'in eski tarihî beldesi olan Efes kentini tüm üyelerimizle birlikte ziyaret edeceğiz. Bunun dışında üyelerimizin talepleri ve ihtiyaçları doğrultusunda Hava-İş İzmir Şube olarak elimizden geldiğince gayret gösteremeye devam edeceğiz inşAllah.



You are in a distinguished city like İzmir; it is also an important point for us. If it is possible, can you mention about the organizations and activities that you plan to do for our members after these difficult times.

Before this Coronavirus disaster, we had a picnic organization that we planned to do with all of our members and their families; we will make it real if it is possible.

In the future, we will visit Efes which is an old historical district of İzmir with all of our members. Apart from this, as the İzmir Branch of Hava-İş, we will continue to show as much effort as we can in line with the demands and needs of our members with the permission of Allah.

Peki Hatem Bey, bir emekçi sizce neden sendikalı olmalıdır? Sendikalı olmanın emekçiye kattığı değerler nedir?

Bir çalışan olarak sendikalı olmanın ne kadar faydalı olduğunu, kendi tecrübelerimden anlatmak isterim müsaadenizle: Mevsimlik işçi yahut iş güvencesi olmadan çalışmak demek, çalıştığınız yerde kimi zaman hiç vasfı olmayan birilerinin bile size talimatlar verdiği bir durum demektir. Diğer işçi statüsünde çalışanlar kadrolu ve sendikalı olduklarından herkes kendi görev pozisyonunda çalışırlar; çünkü sendikanın yapmış olduğu TİS sonucu işveren, kaidelere uymak zorunda kalır. Bazı şartlar değişmiş olsa da bunun özü hâlâ geçerlidir. Bizler zamanında hem çok çalıştırılan hem de en az ücreti alan çalışanlardık. Herhangi bir sorunda direkt işverenle muhatap olurduk; ama sendikalı çalışanlar bir problem olduğunda

Well Dear Ertosun why should a laborer be a member of union? What are the values that being a member of a union contributes to laborers?

As a worker, I want to explain how much being a member of a union is beneficial on the base of my experience: Working as seasonal workers or without job security means a situation where even someone who has no qualification at your workplace gives you instructions. Other workers in employee status work in their own task positions because they are unionized and staffed; because of CLA made by Union, employer has to obey the rules. Even though some conditions change, the essence of this is still valid. We were those who were worked most but got paid least. We had to be directly in contact with employer; however, workers who were unionized firstly got information from



ilk olarak sendikadan bilgi alıp işverenin karşısına daha güçlü bir şekilde haklarını bilerek ve öz güvenle çıkardı. İş güvencesi sağlayan, seni her zaman savunan ve arkanda duran bir güçtür sendika. Bu yüzden kıymetini bilmek ve onu korumak gerekir.

Meslek hayatınız boyunca unutamadığınız bir anınızı paylaşmanızı istesek?

Havacılık sektöründe unutamadığım ve unutamayacağım olay, 29 Aralık 1994 günü THY'nin Boeing 737 tipi Van uçağının düşmesi ve benim buna yakın bir şekilde tanık olmamdır. Uçağın enkazı içinde vefat eden ve yaralanan insanlara yakinen tanık olduğum için olayın şokunu uzun zaman atlatamamıştım.

İş dışında ilgilendiğiniz bir hobiniz, bir uğraşınız var mıdır?

İş dışında hobi olarak düzenli spor yaparım. Çocuklarımla zaman geçiririm. Kendi bahçemle ilgilenip onu geliştiririm. Film izlemeyi severim.

Son sözünüzü alalım Hatem Bey: Hava-İş ailesine iletmek istediğiniz mesajınız nedir?

Salgın tehlikesi geçtikten sonra sendikal mücadeleye kaldığımız yerden daha istekli ve daha azimli bir şekilde devam edeceğimizi ve tüm üyelerimizin onayını alan bir sendika olmak için elimizden geleni yapacağımızı bildirmek isterim.

Dünyamızda ve ülkemizde meydana gelen bu hastalığı en kısa sürede, en az vaka ve kayıpla atlatıp sağlıklı ve güzel günlere ulaşmak dileğiyle. Bu süreçte vefat edenlere rahmet diler, hastalarımıza da acil şifalar dilerim.

Değerli görüşlerinizi bizlerle paylaştığınız için teşekkür ederiz. Çalışmalarınızda başarılar dileriz...

Ben teşekkür eder, tüm emekçilerimize esenlikler dilerim.

union when there was a problem and they met with employer more powerfully by knowing their rights with self confidence. Union is a power supporting you, advocating your rights and providing you job assurance. So, it is a must to know its value and protect it.

Can you share with us one of your memories that you cannot forget during your business life?

The event that I cannot forget in aviation sector is that on 29 December 1994 THY's Boeing 737 Van plane crashed and I witnessed it closely. I could not survive the shock of the incident for a long time, as I witnessed the people who died and were injured in the wreckage of the plane.

Are there any hobbies that you are interested in except work?

Except work as a hobby I do sports regularly. I spend time with my children. I am interested in my own garden. I like watching movies.

Let's take your last words Dear Ertosun: What is the message that you want to transmit to Hava-İş family?

I want to declare that after this epidemic disease finishes, we will continue our union struggle with more enthusiasm and more willing and we will do what we can to be a union that gets the confirmation of the whole members.

I wish we will get rid of this disease which appears in the whole world and our country in the shortest time, with the least case and loss and we can reach the healthy and beautiful days. I wish mercy to those who died in this process, and wish our patients urgent healing.

Thank you for sharing your precious opinions with us. We wish you success in your works...

I thank you and wish well-being to all of our laborers.

Biz Bize Söyleşi
Conversation By Ourselves
ONUR ENGÜR



? **Onur Bey, sizleri tanıyalım lütfen.**

Merhaba, ben Onur Engür. 1978 yılında Bakırköy'de doğdum. Annem de bir Türk Hava Yolları çalışan olduğu için ilköğrenimimi daha çok anneannem ve dedemin yanında tamamladım. Sonrasında Saint Benoit Fransız Lisesi'nden mezun oldum.

İlk çalışma hayatıma lisede yaz tatilinde başladım. Yabancı dilimi geliştirmek için tatil köylerinde çeşitli görevler aldım. Liseden mezun olduğum yaz döneminde kongre ve seminer organizasyonları yapan bir turizm şirketinde çalışmaya başladım. Aynı sene Yıldız Teknik Üniversitesi Mütercim-Tercümanlık Bölümü'ne girdim ve lisans hayatıma başladım. Türk Hava Yolları ile tanışmam da aynı sene oldu. 1997 yılının Mart ayında part-time rezervasyon memuru olarak göreve başladım.

Okul ve iş hayatını birlikte sürdürürken Türk Hava Yolları'nın bana en büyük hediyesi olan eşimle de aynı ünitelerde tanıştım. Kısa bir süre sonra da evlilik hayatına adım attık. Bundan sonra hem okul hem iş hem evlilik birlikte yürümeye başladı.

Dear Engür, Let's know you.

Hi, I am Onur Engür. I was born in Bakırköy in 1978. I completed my primary school education near my grandparents as my mother was also a worker of Turkish Airlines. After that, I graduated from Saint Benoit French High School.

I began my first work life in summer holiday when I was at high school. I carried out different tasks in holiday villages to improve my foreign language. In summer when I graduated from high school, I began to work in a tourism company that made congress and seminar organizations. In the same year, I entered Department of Translation and Interpretation of Yıldız Teknik University and began my licence life. I met with Turkish Airlines in the same year. In March, 1997 I began my duty as part-time reservation officer.

In the same unit, I met with my wife who is the biggest present Turkish Airlines has given me while I was maintaining my school and business life together. After a short time, we got married. After that, both school and business life went on together.

Mezuniyetimden sonra da Türk Havayolları ailesinden kopamadım. Çeşitli iş teklifleri olmasına rağmen burada part-time verdiğim emeğin devamlılığını sağlamak istedim. Zaman içinde Türk Hava Yolları'nda Pazarlama ve Satış Genel Müdür Yardımcılığı altında yurt içi ve yurt dışındaki çeşitli projelerde görev aldım. Hâlen aynı departman altında Harbiye Satış Müdürlüğü'ne bağlı Taksim Satış Şefliği görevini yürütmekteyim.

2006 yılında hayatımın en önemli dönüm noktası olan oğlum Kuzey dünyaya geldi. Şu anda eşimle en büyük dileğimiz ve hedefimiz, onu iyi bir evlat olarak yetiştirmek ve onun iyi bir eğitim almasını sağlamak.



Aile saadatinizin ömür boyu devam etmesini temenni ederiz. Peki Onur Bey, satış ofislerinde normal şartlarda çalışma şartları nasıl sizce? İyileştirilmesi gereken acil bir durum var mıdır?

Satış ofislerinde normal şartlarda çalışma düzeni olarak personelin lehine tüm şartlar mevcut durumda. Özellikle benim de çalıştığım şehir satış ofisi olarak adlandırılan Taksim Satış Ofisi'nde vardiya düzeninde çalışmaktayız. Burada hem yolcu hem acente hem de kurumsal işlemler yapılmaktadır.



After my graduation, I could not leave Turkish Airlines family. Even though I got different job offers, I wanted to continue my labor which I gave there as part-time. Within time in Turkish Airlines under General Manager Assistant of Marketing and Sales, I took charges in various projects at home and abroad. I still carry out the duty of Taksim Sales Chief related to Harbiye Sales Management under the same department.

My son Kuzey was born in 2006 as the most important turning point of my life. Now,our biggest wish and target of me and my wife is to grow him up as a good person and to provide him a good education.

We hope that your family happiness will continue for life. Well Dear Engür, what do you think about the working conditions in sales offices under normal conditions? Is there any emergent situation that should be improved?

In the sales offices, all conditions are available in favor of the staff as working order under normal conditions. Especially at the Taksim Sales Office, which is also called the city sales office where I work, we work in a shift order. Here, both passenger, agency and corporate transactions are carried out.





Çalışan personelin banko aralıkları, iş sağlığı güvenliği kapsamında yolcu ile arada mesafe bulunacak ve araya girilemeyecek şekilde düzenlenmiştir. Personelin dinlenme mekânları mevcuttur. Molalar için küçük şirin bahçemizi de kullanabilmekteyiz. Şehir satış ofisinde çalışıldığı için yemek molalarında şehir içinde sosyalleşme imkânları da mevcut. İşe geliş ve gidişler, sadece satış ofisine özgü vardiya servisleri ile gerçekleştirilmektedir. Personellerimiz üniforma giydiği için oturdukları siteye veya binaya olabildiği kadar en yakın mesafeden servislere binmektedirler.

THY'nin belirlediği miktarda yemek çekleri dışarıda yemek ihtiyaçları için kullanılsa da ofisimizin bulunduğu semtin yüksek fiyat skalasına yeterli gelmemektedir, bu sebepten ötürü çek miktarının artırılması hepimizin lehine olacaktır.



İş yaşamınız boyunca bir sendika mensubu olmanın size kattığını düşündüğünüz yönler?

Sendikanın gücünü ve anlamını ilk olarak 2002 yılında part-time dönemden sözleşmeli statüye geçtiğimiz zamanlarda hissettim. Bizlerin hiç beklemediği bir anda part-time olarak çalışmalarımızın karşılığını Sendika yöneticilerinin Türk Hava Yolları yöneticileri ile olan sıkı pazarlıkları ve görüşmelerinin sonucunda aldık. 2002 yılından itibaren Türk Hava Yolları'nın büyüme eğimine eşlenik olarak bütün işçiler hak ettikleri ücreti aldılar.

Türk Hava Yolları gibi büyük şirketlerde işçilerin tek tek özlük haklarını, çalışma koşullarının iyileştirilmesini, ücret, emeklilik vb. konularını bireysel olarak dile getirmeleri ve seslerini zamanında uygun şekilde yönetime iletebilmeleri çok mümkün olmayabilirdi. Sendikanın önemi buradan gelmektedir.

Sendikanın her şeyden önce bizlere psikolojik bir destek ve rahatlık sunduğunu düşünüyorum. Çalışanların haklarının gözetildiği bir mekanizmanın varlığı, iş barışını sağlar. Bu nedenle bu oluşumun içinde bir temsilci olarak yer almaktan mutluluk duymaktayım.

The counter intervals of the working personnel are arranged within the scope of occupational health safety in such a way that there exists a distance between passengers and personnel and nobody can break this distance. There are resting places for personnel. We can use our small cute garden for the breaks. There are socialization opportunities in meal-break within city because we work in city sales Office. Arrivals and departures to work are carried out with shift buses only specific to the sales office. Since our staff wear uniforms, they get on the work buses as close as possible to the site or building where they live.

Even though meal cheques in an amount determined by THY are used outside for food needs, it is not enough to encounter the high price scale of the district where our office takes place; so, increasing the amount of cheque will be in our favor.

What are the sides that you think being a union member during your work life contributes to you?

I first felt the strength and meaning of the union in 2002 when we switched from part-time term to contractual status. At a time that we did not expect, we got our labor's returns as part-time thanks to tight bargaining and negotiations of Union managers with THY managers. Since 2002, all of workers have gotten their wages as they deserve conjugated to the growth slope of Turkish Airlines.

In large companies such as Turkish Airlines, it may have not been possible for workers to mention individually about subjects like employee personal rights one by one, improvement of working conditions, wages, retirement etc. and to transmit their voices to management on time suitably. The importance of union comes from here.





Bizler de sizler gibi değerli üyelere ve yol arkadaşlarına sahip olmaktan mutluluk duyuyoruz. Onur Bey, gitmekten keyif aldığınız biri yurt içi diğeri yurt dışı iki şehir söylemenizi istesek?

İstanbul gibi bir metropolde doğup yaşadığım için ve ailemin de bir köyü olmadığı için Balıkesir Edremit civarında seyahat etmeyi, çevredeki doğal güzellikleri keşfetmeyi; oksijen, deniz ve tarihin bir arada olduğu Körfez'de tatil günlerimi ve izinlerimi geçirmeyi çok seviyorum. O bölgede sahip olduğumuz zeytin ve meyve bahçesi sayesinde bütün stresimi atıyorum.

Bazen çok sıcak günlerde Kaz Dağları ve şelalelere gitmeyi denize tercih edebildiğimiz hem yaz hem kış gidilebilecek ılıman iklime sahip bir bölge olduğundan Körfez'i ve orada yaşayan insanları kendime yakın buluyorum.

Yurtdışı tatil noktalarından ise yine doğal güzelliğini korumuş ve sizi butik havalimanı ile sıcacık karşılayan, ailemle keyifli vakitler geçirebildiğim, yerel lezzetlerini tatma imkânı sunan Tayland Koh Samui Adası'nı ilk sıraya koyarım.

Bu adada geniş ve uzun plajlar mevcut, yılın her mevsiminde denize girme imkânı ve doğa turları da var. Tayland'ın geleneksel misafirperverliğini hissettiren ada insanları, keyifli bir tatil yapmamızı kolaylaştırıyorlar ve bizi en güzel şekilde ağırlıyorlar. Özellikle ülkemizde en soğuk olan ocak-şubat aylarında bu keyifli adaya gitmek insana tekrar yaz mevsimini yaşattığı için keyfi harikadır.

I think union provides us a psychological support and comfort above all. The existence of a mechanism that thinks the rights of the employees ensures business peace. For this reason, I am happy to exist in such a constitution as a representative.

We are happy to have valuable members and fellow travellers like you. Dear Engür, can you say two cities/regions one abroad, one domestic that you enjoy going?

I was born in a metropolis like İstanbul and my family does not have a village; so, I love travelling nearby Balıkesir Edremit, discovering natural beauties around, spending my holiday in Körfez where sea and history exist together. I get rid of my stress thanks to our olive and fruit garden in that area.



Sendikanın her şeyden önce bizlere psikolojik bir destek ve rahatlık sunduğunu düşünüyorum. Çalışanların haklarının gözetildiği bir mekanizmanın varlığı, iş barışını sağlar. Bu nedenle bu oluşumun içinde bir temsilci olarak yer almaktan mutluluk duymaktayım.

I think union provides us a psychological support and comfort above all. The existence of a mechanism that thinks the rights of the employees ensures business peace. For this reason, I am happy to exist in such a constitution as a representative.



We sometimes prefer going to Kaz Mountains and waterfalls rather than sea; Körfez has a warm climate that you can go both in summer and winter and I feel myself close to its people.

As holiday points from abroad, I can put Thailand Koh Samui Island in the first place that preserves its natural beauty, greets you with its boutique airport, provides local tastes and there I can spend pleasant time with my family. There are broad and long beaches in this island; you can go swimming in

every season of the year and there are natural tours. Island people who make us feel the natural hospitality of Thailand ease our having vacation in pleasure and they host us in the better way. It is wonderful to go to this pleasant island especially in January-February which are the coldest months of our country as it makes you live summer again.





Meslek hayatınız boyunca unutamadığınız bir anınızı paylaşmanızı istesek?

23 yıllık Türk Hava Yolları geçmişimle birçok anı biriktirdim. Birkaç tanesini saymam gerekirse Çorlu Havalimanı'nda görevdeyken Sayın Cumhurbaşkanımızı taşıyan Türkiye Cumhuriyeti uçağının kapısını açarak kendisini karşılamamı ve hemen arkasından aramızda geçen tatlı diyalogu hiç unutamam.

Diğer bir anım da yine Çorlu Havalimanı'nda yaşandı. İstanbul Havalimanı'na hava koşulları nedeniyle iniş yapamayan bir uçağın buraya inmesi olayı. Gece acil olarak evimden havalimanına gittiğimde uçakta Türkiye'nin en önemli iş, siyaset ve sanat insanlarının bulunduğunu öğrendim. Zor koşullarda bu uçağı karşılayarak tüm yolculara yemek ve otel transfer hizmeti vermemiz, en sonunda Şirketimizin gücü ile hepsini memnun ederek ağırlamamız ve bunun üzerine kendilerinin teşekkürünü hiç unutamam. Hepsiyle bir gece yarısı ansızın topluca tanışacağım hiç aklıma gelmezdi.



İş dışında ilgilendiğiniz bir hobiniz, bir uğraşınız var mıdır?

Çocukluğumdan beri her zaman arabalara merak duymuşumdur. Öyle ki, ailece yaptığımız seyahatlerde babamın direksiyon başındaki her hareketine dikkat kesilirdim. Bu sevgi, zamanı gelip ehliyetimi aldığımda ilk arabamı modifiye ettirmekten duyduğum sevinç sonrasında büyük bir araba tutkusuna dönüştü. Çeşitli arabalara binmek ve onları sıradanlıktan kurtararak modifiye etmek, onları küçük farklar katarak kişiye özel kılmak en büyük hobim oldu.

İş dışında zamanımın büyük bir kısmını oto sanayilerinde geçirmekten, ustalarla keyifli sohbetler etmekten, araştırma, tamir ve modifikasyon uygulamalarına zaman ayırmaktan büyük keyif alıyorum.

Can you share with us one of your memories that you cannot forget during your business life?

I have saved many memories with my Turkish Airlines past of 23 years. If I have to mention some of them, I cannot forget this time when I was on duty in Çorlu Airport that I opened the door of Turkish Republic plane which carried our Dear President, greeted him and we had a very sweet dialogue.

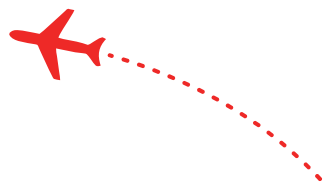
Another memory was also in Çorlu Airport. A plane that could not land on İstanbul Airport because of weather conditions landed on here. When I went to airport at night emergently, I learned that there were the most important business, politics and art people on the plane. In hard conditions, we greeted this plane, we gave food and hotel transfer services to the whole passengers, at last we hosted them very well with the power of our Company and they thanked to us. I cannot forget this. I could not even imagine that I would meet all of them in the middle of night.

Are there any hobbies that you are interested in except work?

I have been interested in cars since my childhood. I used to pay attention to every move of my father at the wheel in the trips we made with my family. This love turned into a big car passion after the joy of having my first car modified when the time came and got my driver's license. It became my biggest hobby to ride a variety of cars and to modify them by freeing them from mediocrity, making them personal with little difference.

I enjoy spending most of my time outside of work in the auto industries, having pleasant conversations with the masters, and taking the time to research, repair and modification applications.

I have a 1972 model car now like the one my father used in my childhood. I enjoy travelling within İstanbul with this car in beautiful weather.



Şu anda da çocukluğumda babamın kullandığı gibi ben de 1972 model bir araca sahibim. Bu araçla güzel havalarda İstanbul içinde keyifli gezintiler yapmaktan büyük keyif alıyorum.

Son yıllarda edindiğim yeni hobim ise yürüyüş yapmak, koşu yapmak ve çeşitli maratonlara katılmak.



Keyfiniz, afiyetiniz daim olsun. Onur Bey, malumunuz zor zamanlardan geçiyoruz, inşAllah bu günler de geçecektir. Bu zor zamanlarda kabin-kokpit-yer hizmetleri-ofis-teknik tüm arkadaşlarımıza ve Milletimize buradan seslenmek istediğiniz bir şeyler, dilek-temenniniz var mıdır?

Koronavirüs kaynaklı geçirdiğimiz bu zor dönemlerde öncelikle devletimizi yönetenlere ve Şirketimize bağlılığımızı her zaman olduğu gibi yine göstermemiz gerekiyor. Büyüklerimizin aldığı kararları bir sapma yapmadan uygulamamız gerekiyor, sonrasında ülkemizin hızlı bir şekilde güzel günlere kavuşacağına inanıyorum.

Hayatın normale dönmesi ve seyahatlerin başlaması ile birlikte Türk Hava Yolları'nın da eski gücüne çok kısa bir zamanda döneceğine inancım tamdır. Biz çalışanların bu uğurda ne gerekiyorsa yapmamız gerektiğini, belki öncesine göre iki kat daha fazla çalışmamız gerektiğini düşünmekteyim. Türkiye'nin en iyi markası olan ve Türk bayrağını dünyanın her noktasına taşıyan Türk Hava Yolları'nın başarısı için elimizden gelen tüm çabayı sarf edeceğiz.



Onur Bey, kıymetli görüşlerinizi bizlerle paylaştığınız ve size tanık olma fırsatı verdiğiniz için çok teşekkür ederiz.

Ben teşekkür eder, herkese esenlikler dilerim.

My new hobby that I have recently acquired is to make trekking, run and to attend to different marathons.

May your health and enjoy last permanently. Dear Engür, you know we experience hard times; we hope these days will end. In these difficult times, are there anything, wish-demand that you want to say from here to our cabin, cockpit, groundhandlings, office, technique friends and our Nation?

In these difficult times we have due to Coronavirus, we need to show our loyalty to our governors and our Company, as always. We need to practice the decisions made by our elders without deviation; then, I believe in that our country will arrive the beautiful days quickly.



Türkiye'nin en iyi markası olan ve Türk bayrağını dünyanın her noktasına taşıyan Türk Hava Yolları'nın başarısı için elimizden gelen tüm çabayı sarf edeceğiz.

We will do our best for the success of Turkish Airlines that is the best brand of Turkey and carries Turkish flag to every point of the world.



I believe in that Turkish Airlines will also get its former power in a short time with life's turning into normal and travels' being started. I think that we as workers need to do what should be done and we have to work 2 times more than before if it is necessary. We will do our best for the success of Turkish Airlines that is the best brand of Turkey and carries Turkish flag

to every point of the world.

Dear Engür, we thank you for sharing your dear opinions with us and for giving us the opportunity to witness you.

I thank you and wish well-being to everyone.



UZMAN EĞİTMEN - İNGİLİZCE ÖĞRETMENİ
EXPERT EDUCATOR - ENGLISH TEACHER
MELEK SÖNMEZ

DLA İNGİLİZCE SINAVINDAKİ GENEL VE SENARYO SORULARINI CEVAPLAMAK İÇİN FİKİR GELİŞTİRİCİ METOTLAR

THE METHODS OF DEVELOPING OPINION
TO ANSWER THE GENERAL AND SCENARIO
QUESTIONS IN DLA ENGLISH EXAM



Değerli Arkadaşlar Merhaba,

Hava-İş dergimizde yayınlanan yazılarımdan istifade ettiğinizi duymak, olumlu yorumlarınızı almak beni çok mutlu ediyor ve çözüm odaklı yeni metotları sizlerle paylaşmak için bana inanılmaz bir motivasyon sağlıyor. Hepinize teşekkürlerimi sunuyorum.

Son yazımda İngilizce okumayı pekiştirmek ve DLA sınavında bulunan "retelling" sorularında başarılı olma metotlarını paylaşmıştım. Bu yazımda, sizlerden bana en sık yöneltilen sorulardan biri olan "DLA general veya scenario sorularını kısa sürede yanıtlamakta zorlanıyorum, bunun için ne yapmalıyım?" sorusuna çözüm yollarını paylaşacağım.

DLA sınavında size yöneltilen bir "general question" yani "genel soru" ve "situational question" yani "durum sorusu"nu size ayıran 15 saniye gibi kısa bir düşünme süresinde söyleyeceklerinizi bulmak için konu ile ilgili geçmişte edindiğiniz bir bilgi birikiminiz olmak

Hello Dear Friends,

I am very happy to get your positive comments and to hear that you get benefit from my articles published in our Hava-İş journal. This motivates me incredibly to share new solution-oriented methods with you. I thank all of you.

In my last article, I shared the methods to improve reading in English and to succeed in "retelling" questions in DLA exam. In this article, I will share solution ways to the question that is one of the most frequently asked questions from you "I have difficulties to answer DLA general or scenario questions in a short time. What should I do for this?"

It is necessary to have knowledge that you have acquired before about the subject to find what you say in a short time as 15 seconds thinking process to the general question and situational question in DLA exam. For example, like a question that was asked before in DLA exam as general question "Do you think dog fights should be banned?"



zorundadır. Örneğin DLA sınavında sorulmuş olan genel sorulardan biri olan "Sizce köpek dövüşleri yasaklanmalı mı? Nedenlerinizi belirtiniz." gibi bir soruda; hayvan hakları, toplum yargı biçimleri ve sizin buna reaksiyonunuz ile ilgili belli bir bilgi birikiminiz ve düşünme biçiminiz olmalı ki 15 saniye düşünüp gerekli cümle kalıpları ve kelimelerle düzenleyip cevaplamaya başlayabilirsiniz. Nitekim bunu şöyle ispatlayabiliriz: "Uçakta bir turbülans esnasında ne yaparsınız? Nedenlerini belirtiniz." gibi bir genel soruda söyleyecekleriniz hazır; çünkü daha önce bu konuda eğitim aldınız ve bu sürekli yaşadığınız bir eylemdir. Dolayısıyla tek yapmanız gereken, doğru İngilizce kelime ve cümle kalıplarını pekiştirip 75 saniye içinde cevaplamaktır.

Bize yöneltilen bir soruyu kısa bir sürede ve etkili bir biçimde cevaplayabilmek için "bilişsel yetilerimizi" her an aktif tutmalıyız ve geliştirmeliyiz. Öncelikle "bilişsellik" ne demektir bunu açıklamamız gerekir: Bilişsellik, bir bireyin yaşadığı çevreyi algılayışı ve farkındalık içinde davranış biçimidir. Yetişkinlik çağına geldiğimizde beynimiz milyonlarca sinir yolları geliştirmiştir ki bu sayede gerekli bilgiyi hızlı bir biçimde hatırlarız ve alışkın olduğumuz sorunları kolayca çözer ve yabancı olmadığı görevleri minimum zihin çabasıyla yerine getiririz. Fakat eğer bu alışageldiğimiz yöntemlere yapışıp kalır ve beynimizin gelişmesi ve ilerlemesi için gerekli dürtüleri sağlamıyorsak yerimizde sayarız. Hafızamız da tıpkı kas gücümüz gibi sürekli antrenmana ihtiyaç duyar. Beynimizi ne kadar farklı çalışmalarla beslersek sorun çözme ve bilgileri hatırlama yeteneğimiz de o kadar artacaktır. Peki, bunun yöntemi nasıl olmalıdır?

DLA sınavında belli konuları kapsayan sorular vardır. Bu konular temel olarak; sağlık, toplum, çevre bilinci, havacılık, arkadaş ilişkileri ve

Explain the reasons", you should have knowledge and a way of thinking about animal rights, the forms of society judgement and your reactions against this; so you can start answering with necessary sentence patterns and words while thinking in 15 seconds. We can prove this in this way: When you see a question of "What do

you do during a turbulence on the plane? Explain the reasons.", what you will say is ready; because you have got educated about this situation and this is a case you constantly experience. So, the only thing that you should do is to answer the question in 75 seconds with appropriate English words and sentence patterns.



Bize yöneltilen bir soruyu kısa bir sürede ve etkili bir biçimde cevaplayabilmek için "bilişsel yetilerimizi" her an aktif tutmalıyız ve geliştirmeliyiz.

We should keep our "cognitive ability" active all the time and improve it to be able to answer a question directed to us in a short time effectively.



We should keep our "cognitive ability" active all the time and improve it to be able to answer a question directed to us in a short time effectively. Firstly, we should explain what "cognition" is. Cognition is an individual's perception of the environment he lives in and his behaviour in awareness. When we reach adulthood, our brain improves millions nerve paths; thanks to this, we can remember necessary information quickly and solve the problems we are accustomed to and carry out familiar duties with minimum mind effort. However, if we stick to these methods we are used to and not provide necessary impulses to improve our brain, we will make no headway. Our memory needs training like our muscles. The more we feed our brain

with different studies, the more our ability to solve problems and remember information will increase. Well, how should its method be?

In DLA exam, there are some question covering specific subjects. These subjects are basically health, society, environmental




teknolojidir. Yukarıda da belirttiğim gibi havacılık soruları ile ilgili sorun yaşamıyorsunuz; çünkü bilgi dağarcığınız buna hazır. DLA sorularına etkili fikirlerle ve istenen kelime gruplarıyla cevap verebilmek için planlı bir ön çalışma yapmalısınız; fakat bu kesinlikle ezbercilik olmamalıdır.

Hava-İş Genel Merkezimizde devam eden DLA derslerimizde DLA sınavında sorulan konular üzerinde fikir yürütme ve kelime çalışmaları yapmaktayız ki bu zaman içinde, gelen üyelerimizi hem fikir bakımından hem de İngilizce kelime ve dilbilgisi bakımından inanılmaz geliştiriyor ve sorulara verilen yanıtlar hem daha kaliteli hem de daha kısa sürede gerçekleşiyor.


Derslerimize devam eden ve hepimiz gibi çok kıymetli bir meslektaşınız olan öğrencim Duygu Var, şu cümleleri kaleme alarak teşekkürlerini iletti: "DLA İngilizce sınavı sadece bir İngilizce sınavı değil, aynı zamanda dünyayı algılama biçimimizi İngilizce cümlelerle ifade etme biçimidir. Belki de sınava girenlerin bu denli korkmasının sebeplerinden biri de budur. Genel olarak karşılaştığımız en sık şikâyet, sınava giren arkadaşlarımızın sorulara Türkçe bile verecek cevaplarının olmayışındır. Konu ile alakalı hiçbir fikre sahip olmamaları, İngilizce konuşurken daha çok strese girmelerine ve soruya cevap verememelerine sebep oluyor. Hava-İş'in bizlere sunduğu DLA derslerinden sonra hem çeşitli konular üzerinde fikir dağarcığım gelişti hem de İngilizce cümle yapılarım daha zenginleşti." Biz de Hava-İş ailesi olarak arkadaşımıza güzel düşüncelerinden dolayı teşekkürlerimizi sunduk.

awareness, aviation, friendship and technology. As I stated above, you have not got difficulties in the questions about aviation; because your knowledge is ready for this. You should do a well planned preliminary study to be able to answer DLA questions with effective ideas and desired word groups; however, this should not be a rote learning.

We make the studies of vocabulary and stating opinion on the subjects asked in DLA exam in our DLA courses continuing in Hava-İş Central Office. During this time, we improve our members in terms of both opinion and English vocabulary and grammar; so the answers given to questions appear more quantitatively and in a shorter time.

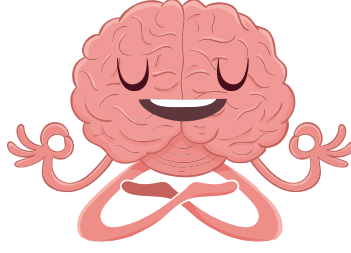

Hafızamız da tıpkı kas gücümüz gibi sürekli antrenmana ihtiyaç duyar. Beynimizi ne kadar farklı çalışmalarla beslersek sorun çözme ve bilgileri hatırlama yeteneğimiz o kadar artacaktır.

Our memory needs training like our muscles. The more we feed our brain with different studies, the more our ability to solve problems and remember information will increase.


My student Duygu Var who keeps on our courses and is your precious colleague like all of you thanked us with these sentences: "DLA English exam is not only an English exam; it is also a way to express the form of our perception of the World with English sentences. Maybe one of the reasons why those entering the exam are so afraid is that. The most common complaint we encounter is that our friends entering the exam do not have any answers against the questions even in Turkish. They do not have any opinion about the subject; that results in their getting stressed while speaking English and they cannot answer. After DLA courses Hava-İş submitted to us, my knowledge about various subjects improved and my English sentence patterns got rich." We thanked our friends because of her beautiful thoughts as Hava-İş family.



DLA İngilizce sınavına hazırlık yaparken derse devam eden arkadaşlarınız, fikir ve zihin bakımından kendilerini geliştirdiklerini ve günlük hayatın getirdiği rutinin ne kadar zihin törpüsü olduğu gerçeğini vurguluyor. Bu görüşe katılmamak mümkün değil, zira rutin olarak aynı şeyleri yapmak ve belli bir alışkanlıktan çıkmamak gelişimimizi engeller. Dolayısıyla alışkanlıklarınızı kırmak ve yeni şeyler öğrenmek için kendinize meydan okumalısınız.



Your friends continuing the courses while being prepared for DLA English exam express how they have developed themselves in terms of idea and mind and they emphasize the reality that the routine which Daily life brings is a mind rap. It is not possible to

disagree with this view; to do the same things as a routine and not to exit from a habit prevents your improvement. So, you have to challenge yourself to learn new things and to break your habits.

ALIŞKANLIKLARIMIZ BİZİ RAHATA ALIŞTIRIR VE GELİŞİMİMİZİ DURDURUR

Hayatımız boyunca hep belli bir çizelgeye bağlı kalmaya çalışırız. İlk ve orta öğretim, üniversite ve hatta çalışma hayatımız boyunca hep belirlenmiş bir programa veya rutine bağlı kalmaya ve bu sayede hata yapma olasılığımızı düşürmeye çalışırız. Ne yazık ki bu kalıplaşmış döngüler zaman içinde vazgeçilmezlerimiz olur ve çoğu durumda hayatımızı kolaylaştırır; fakat fark etmeyiz ki aslında bu rutinler bizi kısıtlayan, gelişmekten alıkoyan baş unsurlar hâline gelmiştir. Bazı dönemlerde içinde bulunduğumuz alışkanlıkları ve rutinleri kırmak zorunda kalırız. Yeni durumlar ve sorunlarla karşılaştığımızda zihin hareketlerimiz artar ve beynimiz alışkın olmadığı durumu çözmek için yeni sinir ağları oluşturmaya çalışır ki bu da bizi daha üretken kılar.

Sadece değişimler veya sorunlar değil, başlayabileceğimiz yeni aktiviteler de zihnimizi aktif hâlde tutabilir ve geliştirir. Bunun için başlayacağınız aktivitenin içinde dört anahtar unsur bulunmak zorundadır.

OUR HABITS ACCUSTOM US TO COMFORT AND STOP OUR IMPROVEMENT

During our life, we always try to stick to a certain schedule. We try to stick to a stated program or a routine during our primary and secondary school, university and even our business life; doing so, we try to decrease the ratio of making mistakes.

Unfortunately, these stereotype loops become our indispensable during time and they ease our life in many cases; however, we do not realize that these routines become the elements that restrict us and prevent our improvement. We sometimes have to break our habits and routines. When we encounter new situations and problems, our mind movements increase and our brain tries to create new neural networks to solve this new situation and that makes us more productive.

Not only changes and problems but also new activities we will start keep our mind active and improve it. For this, there has to be 4 key elements within activities that you will begin.



Rutin olarak aynı şeyleri yapmak ve belli bir alışkanlıktan çıkmamak gelişimimizi engeller. Dolayısıyla alışkanlıklarınızı kırmak ve yeni şeyler öğrenmek için kendinize meydan okumalısınız.

To do the same things as a routine and not to exit from a habit prevents your improvement. So, you have to challenge yourself to learn new things and to break your habits.





YAPTIĞINIZ AKTİVİTE SİZE YENİ BİR ŞEYLER ÖĞRETİYOR MU?

Başladığınız aktivite veya hobi her ne kadar zor veya bilgi gerektiriyorsa gerektirsin, zaten iyi olduğunuz bir alanı kapsıyorsa sizin için iyi bir zihin çalışması olmayacaktır. Aktivite daha önce yapmadığınız, alışkın olmadığınız ve sizi günlük rutininizden, konfor alanınızdan çıkaran bir eylem olmalıdır. Beynimizi güçlendirmek için sürekli yeni şeyler öğrenmeli ve yeni yetenekler geliştirmeliyiz.



AKTİVİTE MERAK UYANDIRAN VE ZORLAYICI UNSURLAR BARINDIRIYOR MU?

En iyi zihin aktiviteleri tam odaklanma ve süreklilik gerektirir. Sadece belli süreçlerde değil, sürekli zihin çabası gerektiren etkinlikler sizi geliştirecektir. Bu nedenle merakınızı ve ilginizi çekecek bir etkinlikle uğraşarak karşılaştığınız güçlüğü aşma azmini gösterebilirsiniz.



ETKİNLİKLERİNİZİN ÜZERİNE SÜREKLİ YENİ SEVİYELER EKLEYEBİLİYOR MUSUNUZ?

Başlayacağınız aktiviteye önce kolay seviyeden başlayın ve daha sonra başardıkça seviyeyi bir üst kademeye geçirin. Sınırları zorladıkça kabiliyetlerinizin gelişmesini sağlarsınız. Her ne zaman ki içinde bulunduğunuz seviyede kendinizi huzurlu ve konforlu hissetmeye başlamışsanız artık bir üst seviyeye geçmek için performansınızı arttırmanızın zamanı gelmiş demektir.



AKTİVİTE ÖDÜLENDİRİCİ Mİ?

Ödüller zihnimizi sürekli aktif tutar ve öğrenme sürecimizi destekler. Yaptığınız aktiviteden veya hobiden fayda sağlamanız, sizi her zaman meraklı ve ilgili kılacaktır. Dolayısıyla mutlaka ilginizi çekecek ve sizi ödüllendirecek aktiviteler seçin ki zorluklar sizi yıldırap vazgeçirmesin.

Sağlıklı ve güzel günler dileriz...

DOES THIS ACTIVITY TEACH YOU A NEW THING?

If the activity or hobby that you start covers the area that you are already good at will not be a good mind work for you even though it needs information and it is hard. The activity should be something that you are not accustomed to, you did not do before and it should take you out from your Daily routine and comfort area. We should learn new things to strengthen our brain and we should improve new talents.

DOES THE ACTIVITY CONTAIN INTRIGUING AND CHALLENGING ELEMENTS?

The best mind activities need exact focus and continuity. The activities that need continuous mind effort -not only during a specific time- will improve you. For this reason, while dealing with an activity that attracts your interest and curiosity, you can show the determination to overcome the difficulty that you encounter.

CAN YOU ADD NEW LEVELS TO YOUR ACTIVITIES CONTINUOUSLY?

Start your activity from easy level and pass to the higher level when you succeed at former level. As you push the limits you will improve your skills. When you feel yourself peaceful and comfortable in the level that you are in, this means that it is time to increase your performance to pass to the higher level.

IS THIS ACTIVITY REWARDING?

Rewards keep our mind active all the time and support our learning process. To get benefit from activity or hobby that you make will make you always curious and interested. Choose the activities that attract your attention and reward you so that the difficulties will not discourage you.

Wish you healthy and beautiful days...



TÜRK-İŞ



**AİLE, ÇALIŞMA VE SOSYAL HİZMETLER BAKANI SAYIN ZEHRA
ZÜMRÜT SELÇUK HANIMEFENDİ İLE TÜRK-İŞ BULUŞMASI**
TÜRK-İŞ MEETING WITH MINISTER OF FAMILY, LABOUR AND
SOCIAL SERVICES DEAR ZEHRA ZÜMRÜT SELÇUK



MARKA VE DEĞER BRAND AND VALUE



Evvela İdlip'de şehit olan ve Vatan için canını seve seve feda etmiş olan tüm şehitlerimizin ruhları şad ola, diyerek başlayalım yazımıza.

Geçtiğimiz sayıda, futboldaki değerler manzumesinden bahsetmiştik; ancak vahşi kapitalizm maalesef futbola da sıçramış durumda ve gün geçtikçe etkisini daha fazla gösteriyor. 24 saat diliminde gündemin bu denli değiştiği ve sanal ortamların hâkimiyetinde yol yürüyen gidişatın nereye varacağı kestirilememektedir. Elbette bu değişimden spor ve özellikle futbol da nasibini almış bulunuyor.

Son zamanlarda Koronavirüs hastalığının patlak vermesi neticesinde emekliye yakın futbolcuların cazibe merkezi hâline gelen Çin ekonomisinin son aylarda trilyonlarca dolar erimesi, dünya dengelerini sarsmaya başladı. Bahsi geçen virüsün aşısının bulunması ise sorunun kökten halledileceği anlamına gelmiyor. Neden?



Son zamanlarda Koronavirüs hastalığının patlak vermesi neticesinde emekliye yakın futbolcuların cazibe merkezi hâline gelen Çin ekonomisinin son aylarda trilyonlarca dolar erimesi, dünya dengelerini sarsmaya başladı.

Chinese economy which has become an attraction point for football players close to their retirement lost trillions of dollars because of Coronavirus in last months and this caused a shake in World balances.



MEHMET MÜMTAZ ALKILIÇ

Firstly, I want to begin my article by saying "rest in peace" to all of our martyrs who sacrificed their lives for our Homeland in Idlib.

In our previous issue, we mentioned about a set of values in football; however, wild capitalism has unfortunately jumped to football and it is showing its effects more day by day. Where the walking path which is under the virtual environment's domination will reach cannot be predicted in such an environment the agenda changes within 24 hours. Surely, sports and especially football is affected by this change.

Chinese economy which has become an attraction point for football players close to their retirement lost trillions of dollars because of Coronavirus in last months and this caused a shake in world balances. When a vaccination for this virus is found, this will not mean this problem will be solved permanently. Why?



Bu virüs; psikolojik, sosyolojik, kültürel ve ekonomik düzeyde insanların yaşam tarzlarına ve anlayışlarına yeni bir bakış açısı getirecek.



Uluslararası ilişkilerin yeniden gözden geçirilmesine neden olacak.



Artık hiçbir şey gerçekten eskisi gibi olmayacak.

Bu son maddeyi daha da genişletebiliriz; fakat değişimleri hep birlikte yaşayıp göreceğiz.

Futboldaki değerler manzumesi üzerinden gidersek son 20 yıldır devam eden markalaşma süreci, kulüplerin yapısal süreçlerini de değiştirdi. Organik büyüme sabır ister; ancak globalleşmenin getirmiş olduğu hız ve ivme, ister istemez inorganik büyümenin kucağına itti kulüplerimizi. Taraftarın aidiyet duygusunun getirmiş olduğu dinamikler, spor yönetimini ve yöneticisini rotasını bilmeyen bir kaptan pozisyonuna soktu. Sponsorluklar, TV yayın gelirleri ve diğer gelirler de çıkmaz sokaktan kurtulmak için yeterli olmamaktadır. Zira geçtiğimiz günlerde bir kulübümüzün yöneticisi, konuşmasında "Artık pahalı transferler olmayacak." demişti. Bu öngörü, diğer kulüplerimizin de aynı zaviyede olduklarına dair bir ipucu vermektedir bize...



Hülasa, tek çıkar yol sabır ve azimle, sahip olduğumuz değerlerimizi kaybetmeden kendimize ait yeni değerler üretmek ve bu değerleri büyütmekten geçiyor. Ülkemizdeki tüm kulüplerimize ve Millî Takımımıza katkıda bulunması dileğiyle.

Esen kalın...



malkilic@thy.com

This virus will bring a new perspective to people's life styles and understandings psychologically, socially, culturally and economically.

It will cause the international relationship's being reviewed.

From now on, nothing will be same.



We can expand the last sentence; however, we will see the changes together.

If we continue over the set of values in football, the process of branding which has continued for the last 20 years has changed the structural process of clubs. Organic growth needs patience; however, speed and momentum that globalisation has brought pushed our clubs through inorganic growth willingly or unwillingly. The dynamics brought by fans' sense of belonging put the sports management and manager into a captain position who does not know his route. Sponsorships, TV broadcast income and the other incomes are not enough to get rid of this dead end. Recently, the manager of one of our clubs said in his speech: "There will not be expensive transfers anymore." This foresight gave us a clue that other clubs are also in the same situation...

To sum up, the only way is to produce new values which belong to us without losing our values we have and to grow them up. I wish this will contribute to all of our clubs in our country and to our National Team.

Stay in well-being...



71

MARCH
INTERNATIONAL
WOMEN'S DAY

8

MART
DÜNYA EMEKÇİ
KADINLAR GÜNÜNÜ

8 Mart Dünya Emekçi Kadınlar Günü'nü üyelerimizle birlikte Sendikamıza yakışır şekilde yurdun dört bir yanında coşku ile kutladık. Bu adreslerden biri de Ankara Şubemizin düzenlediği ve gelenekselleşen "8 Mart'ta Sanatta Buluşuyoruz" etkinliği oldu. Her yıl olduğu gibi bu yıl da kadın üyelerimizle tiyatrodaki bir araya gelindi.

Ankara Altındağ Sahnesi'nde sahnelenen ve güçlü bir oyuncu kadrosuna sahip Gulyabani adlı oyunda bir araya gelen üyelerimiz doyasıya eğlendi. Hüseyin Rahmi Gürpınar'ın yazdığı Gulyabani oyununun sonunda tüm katılımcılara **yeşeren kalemler** olarak adlandırılan, toprağa dikilince rengârenk çiçek açan özel baskılı kalemlerden hediye edildi.

Ankara'daki ve il dışından gelen üyelerimizle birlikte oyunu izleyen Ankara Şube Başkanı Soner Yiğit, yaptığı değerlendirmede şunları ifade etti: "Çalışan kadınların eşit haklara sahip olduğu, emeğin sömürülmediği, sendikal hak arayışlarının sınırlandırılmadığı, iş barışının ve huzurunun sağlandığı günlere ulaşmak için hep birlikte mücadele etmeye devam edeceğiz."

We celebrated 8th March World Labor Women's Day with our members in all over the country with enthusiasm. One of these addresses was the "We Meet in Art on 8th March" event which became a tradition and was organized by our Ankara Branch. As every year, this year we met with our female members in the theater.

Our members, who came together in the game named Gulyabani, which was staged in Ankara Altındağ Stage and has a strong cast, had a lot of fun. At the end of the Gulyabani game written by Hüseyin Rahmi Gürpınar, all participants were presented with special printed pens, which were called **green pencils**, and bloomed colorfully when planted in the ground.

Ankara Branch President Soner Yiğit, who watched the game with our members from Ankara and from outside the province, said in his evaluation: "We will continue struggling together to reach the days that working women have equal rights, labor is not exploited, trade union rights are not restricted, work peace and peace is provided."



DIYAFRAM NEFESİNİZİ KULLANMAYI BİLİYOR MUSUNUZ?



İş hayatında daha başarılı olması için eğitim ve seminerlerle üyelerine çeşitli hizmetler sunan Hava-İş Sendikası, son 1 yıl içinde birçok ilde onlarca dil kursu ile anlaşmalar yapmış, Bolu Abant'ta binlerce üyesine İSG seminerleri düzenlemiştir.

Hava-İş Ankara Şube Başkanlığı, Genel Merkez'in işaret ettiği konuların başında olan, üyelerinin kişisel gelişimine katkı sunmak için seminer ve eğitim çalışmalarına devam ediyor. Ankara Şube Başkanlığının organizasyonu ile başlatılan "Diksiyon, Etkili İletişim ve Hitabet Semineri" ile katılımcı üyelerimize bu alanda kişisel kazanımlar edinmeleri hedeflendi.

Ünlü tiyatro sanatçısı ve eski Devlet Tiyatroları Genel Müdürü Rahmi Dilligil'in sunduğu seminere katılım sağlayan üyelerimizin farklı bir formatta sunulan seminerden çok memnun kaldığı gözlemlendi.

TÜM KATILIMCILARA SERTİFİKA VERİLDİ

Seminer sırasında özellikle diyafram nefesi kullanımının öğretildiği bölümde bazı katılımcıların zorlandıkları gözlemlendi. Yaklaşık altı saat süren seminer, üçer saatlik iki ayrı bölümden oluştu. Seminerde mimik ve jestlerin etkili kullanımı, konsantrasyon tekniği ile dikkat dağınıklığının önlenmesi, kendini etkili ifade etme gibi iletişimde önemli yer tutan birçok teknik katılımcılara sunuldu. Seminer sonunda tüm katılımcılara seminere katılım sertifikası verildi.





DO YOU KNOW HOW TO USE YOUR DIAPHRAGM BREATH?



Hava-İş Union that submits various services to its members with education and seminars to be more successful in business life has made agreements with tens of language courses in many cities in the last one year and organized OHS seminars to thousands members in Bolu Abant.



Hava-İş Ankara Branch Presidency continues its seminar and education works to contribute to its members' personal development which is one of the subjects Central Office points out. With "Diction, Effective Communication and Oratory Seminar" started by the organization of Ankara Branch Presidency it was targeted to make our attendant members to obtain personal gains.

It was observed that our members who participated in the seminar presented by the famous theater artist and former General Director of State Theaters Rahmi Dilligil were very satisfied with the seminar presented in a different format.

CERTIFICATES WERE GIVEN TO ALL PARTICIPANTS

During the seminar, it was observed that some participants had difficulties especially in the section where the diaphragm breath was taught. The seminar, which lasted for approximately six hours, consisted of two separate sections for three hours. In the seminar, many techniques that have an important place in communication such as the effective use of gestures and gestures, prevention of distraction with concentration technique, and self-expression were presented to the participants. At the end of the seminar, all participants were given a certificate of participation.

YETİŞKİN KİTAPLIĞI

ADULT LIBRARY



Mahremiyet - Nazife Şişman - İnsan Yayınları

Mesafelerin eridiği günümüz dünyasında mahremiyeti konuşmak müşkül bir mesele artık. Gittikçe daha değişken bir hâl alan mahremiyeti, tekno-kapitalist dünyada nasıl anlamamız gerektiğini tartışan bu derleme çalışması, disiplinler arası bir okuma sağlıyor.

In today's world where distances are melting, talking about privacy is a challenge. This compilation study, which discusses the increasingly volatile privacy and how we should understand it in the techno-capitalist world, provides an interdisciplinary reading.



Başı Sinuklar İçin Kılavuz - Kemal Sayar - Kapı Yayınları

Psikiyatrist Kemal Sayar'ın yara almak, yaralanmak metaforu üzerinden geliştirdiği, bir nevi okurla konuşmalar şeklinde hazırlanan kitap, birlikte iyileşme amacını güdüyor. Sesine ses arayanlara ses olmanın ve beraber eksik parçaları tamamlamanın önemini hatırlatıyor.

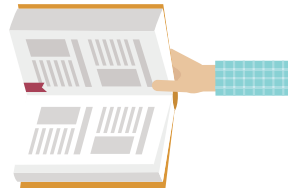
The book, developed by psychiatrist Kemal Sayar through the metaphor of getting injured and being injured, is a kind of conversation with the reader, and aims to heal together. It reminds those who seek voice to their voices the importance of being a voice and completing the missing pieces together.



Bisiklete Övgü - Paul Fournel - Zebraska Yayınları

Yazarın bisiklet sporuna olan tutkusu o kadar büyüktür ki kaleme aldığı bu kitabı bisiklete özel bir ilgisi olmayan okurlar bile büyük bir keyifle okuyacaktır. Bir Fransız haritasını ve bir bisikleti mutlaka hazır bulundurun.

The author's passion for cycling is so great that even readers who do not have a special interest in cycling will read this book with great pleasure. Make sure you have a French map and a bike ready.



ÇOCUK KİTAPLIĞI

CHILD LIBRARY



Moda Lila'dan Sorulur - Beatrice Masini - Can Çocuk Yayınları

Kız çocuklarının görkemli ama kibar, şatafatlı ama şık görünmek zorunda olduğu düşüncesine bir reddiye olarak doğan bu kitapta tamamen kendi zevkine göre, sade ve rahat elbiseler diken Lila'nın yaşamını okuyoruz.

We read the life of Lila, who sews simple and comfortable dresses according to her own taste in this book, which was born as a denial to the thought that girls should look glorious but polite, gaudy but stylish.



Boşluk - Anna Llenas - Nesin Çocuk Yayınları

Çocukların zaman zaman kendilerini bir boşlukta hissettiği, yani bir nevi karamsarlığa düştüğü anlar vardır ve o anlarla nasıl başa çıkacaklarını bilemeyen yetişkinlerin imdadına, özenle hazırlanan kitaplar koşar. Bu da tam böyle: Büyük küçük herkesin can sıkıntısına birebir kitap.

There are moments when children feel themselves in a vacuum from time to time, that is, a kind of pessimism, and carefully prepared books run to the help of adults who do not know how to deal with those moments. This is exactly the same: A book like a solution to boredom of everyone from every age.

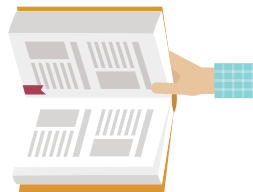


Şeker Nine - Mustafa Işık - Martı Çocuk Yayınları

1877 - 1878 Osmanlı-Rus Savaşı sırasında yaşadıkları yerleri terk ederek Anadolu'ya sığınan muhacirlerin trajedisinin işlendiği kitapta, bir kız çocuğunun savaşa giden babasının dönüşünü beklemesi ve savaşın acı yüzü yer alıyor.


In this book that the tragedy of the refugees who took refuge in Anatolia leaving the places they lived during the 1877 - 1878 Ottoman-Russian War is mentioned, a girl's waiting for the return of her father who went for war and the bitter face of the war take place.

KİTAP TANITIMLARI
BOOK INTRODUCTIONS





HANGAR BULMACA

			Dilenciye verilen para. Hektar.	Rasındaki Kahraman Doktorumuz.	İkel bir silah. Radyumun simgesi.	Kira geliri getiren mülk. Kokmak işi. Nikel simgesi.	Beyaz. Kemiklerin toparlak ucu.	Kaynata. Ananeli.	Erkek.	Ustalık./ Başa ve boyna sarılan şallar.
	Bir zeka oyunu. İkincil.		Kudret. Kayığın ortasında su biriken yer.		Şöhret. Ayak.		Uykucu. Sodyum simgesi.		Cet. Ar.	
	Bir çeşit kabak yemeği.				Yaşlı. Üretmek.		Dağ./ Gebze Yüksek Teknoloji Enstitüsü.		(E'dat) Evet. Uzklık anlatır.	
Eskiden kama eya./ Yara iyileşir kabuk bağlama.	Kadın masajı. Müzikte bir nota.		Tunturaklı konuşma.		Katya (orta harfler). Anadolu Ajansı.		Bahçe. Akarsu yatağı.		Lezzet. Mısır hava tanrısı.	Fakirlik.
			Halattan yapılmış yemmer. Şahrin adı.			İbrani İncil. Mühendis cetveli.			İkel benlik. Tanıtım.	
Alın ya da boynuzla vuruş. Boru sesi.			Şaşmak işi. Uzun saplı yayvan kap.			Birick. Sağır olmak.		Türkiye'de bir il. Kararsız.		
	Daha uzak. Siyasi gelişmelerin geçtiği yer.			İri taş parçası. Judo'da dövüş.	Tavla'da üç sayısı. Ayakkabı çekeceği.		Kaba kumaş. Bir nota.		Vilayet.	Tekin olmayan.
İlçe. Göz boyası.			Halattan örülmüş ağ.			Kayak. Ar ve hayıya sebep olacak şeyler.		İnandırmak. Daha iyi.		
			Reddetmek. Yaş değnek.		Amca. Karılmak.			Kafa. Rus'çada evet.		Bir yerde oturma.
Bu yüzden.	Bajırsaktır. Kastamonu ilçesi.			Ağarmak işi. Bir bağlaç.			Afrika zebra'sı. Yanında.		Gelecek. Sıra dağlar.	
			Yazlık köşk. Çığa balığı.			Ölçü aletinin derecelendirilmesi. Muğla ilçesi.				
Sebzeye yetiştirilen yer. Baryum simgesi.				Tıraş aleti. İlaç.			İsviçre'de nehr. Feodal dönemde ordu.		Milimper. Çoğul eki.	
	Altın simgesi. Rey.		Zihin.		Evropiyum simgesi.	Kırmızı. Türkiye Cumhuriyeti.	Organik kimyada bir örnek. Köpek.		Bayrak. Yabancı.	
Numara. Basık ve geniş.		Namaza kalkmak için okunan ezan.				Kazanılmış bağışıklık yetmezlik sendromu.		Birbirinin elini tutarak.		
				Kuyruk sokumu kemiği.			Dinlenme.		Mason töreni.	



CODE PUZZLE

22	25	21	26	7	2	7	5	9	19	20	11	26	25	8	16	5	11	■	7
7	4	20	■	11	20	14	■	■	7	7	■	5	11	5	■	11	7	6	2
20	11	■	7	14	8	20	20	■	11	8	17	■	5	23	7	■	■	21	26
■	■	7	8	■	8	■	8	7	■	20	8	■	21	5	23	20	8	■	20
21	6	■	18	20	6	11	14	■	5	19	5	11	■	■	7	21	■	5	8
5	26	18	■	20	26	■	21					■	4	7	■	■	21	16	■
6	■	20	■	8	20	■	■					21	5	19	■	19	5	8	7
23	7	11	7	■	■	6	15					20	■	7	14	5	■	7	11
■	17	19	17	■	7	6	8					23	7	■	7	17	26	■	26
7	6	■	■	19	8	■	7	■	4	6	14	■	24	6	■				
6	19	20	19	■	22	7	12	7	■	19	11	7	■	11	7	11	■	8	24
22	■	19	■	7	12	11	■	22	5	5	■	6	24	■	■	21	23	■	6
■	15	■	12	5	■	26	20	7	16	■	5	19	■	7	26	■	6	21	20
24	6	7	■	16	7	6	■	9	■	23	24	■	18	20	7	11	■	■	■
20	■	22	20	■	15	■	19	20	23	20	■	21	7	■	21	5	11	6	7
15	15	■	21	6	20	14	20	■	15	6	15	■	21	13	20	■	8	■	21
■	17	23	20	2	■	7	11	19	■	7	23	■	20	20	■	18	7	26	13



Biz bize yeteriz...





Biz bize yeteriz...

BİZ BİZE YETERİZ TÜRKİYEM

ZİRAAT BANKASI

ANKARA KAMU KURUMSAL ŞUBESİ-1745

IBAN TR 65 0001 0017 4503 2156 2050 21

ZİRAAT KATILIM

ANKARA KURUMSAL ŞUBESİ

IBAN TR 22 0020 9000 0014 3597 0000 45

VAKIFBANK

T.A.O., KOLEJ ŞUBESİ

IBAN TR 55 0001 5001 5800 7310 2018 04

VAKIF KATILIM

ANKARA KURUMSAL ŞUBESİ

IBAN TR 45 0021 0000 0003 4994 7000 01

HALKBANK

BAKANLIKLAR ŞUBESİ

IBAN TR 34 0001 2009 4080 0005 0002 30

Hesap Adı: Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı

**# BİZ BİZE YETERİZ
TÜRKİYEM**

KORONA YAZ 8119'a
KISA MESAJ GÖNDER.
10 TL BAĞIŞTA BULUN!



BİZ BİZE YETERİZ
TÜRKİYEM



www.havais.org.tr

BAHAR
SPRING
2020