

ŞEHİRİ KEŞFET

İSTANBUL & İSTANBUL

SAYI 137 TEMMUZ 2021 18 TL



40. İSTANBUL FİLM FESTİVALİ
SOSYAL TEMAS BAĞIMLILIĞIN EN BÜYÜK İLACI
RÖPORTAJLAR
SELEN BEYTEKİN
SEMA YAZICI - HAKAN YAŞAR



IstinyePark
Reframing Luxury



BEY MEN

BOSS
HUGO BOSS

BOTTEGA VENETA

BRUNELLO CUCINELLI

BURBERRY

Cartier

Christian
Louboutin

Christofle

CÉLINE

CLASS'CO

Dior

ERES

DOLCE & GABBANA

ETAO

Ermenegildo Zegna

EMPORIO ARMANI

FENDI
ROMA

Gilan

GUCCI

HERMÈS

HUBLOT

Loro Piana

LOUIS VUITTON

MaxMara

MICHAEL KORS

MIU MIU

MONCLER

PRADA

PAUL & SHARK
yachting



ROLEX

VAKKO

ZUMA

Şehrin Ritmi



tıkla
sayfaya
git

Sağlık



tıkla
sayfaya
git

Sağlık



tıkla
sayfaya
git

Şehri Keşfedin / Explore The City

İSTANBUL & İSTANBUL

ISSN 1308 - 6774

**İmtiyaz Sahibi ve
Sorumlu Yazı İşleri
Müdürü**

Nihat BAŞEĞMEZ
nihat@istandist.com

Genel Yayın Yönetmeni

Zeynep Rana AYBAR
rana@istandist.com

Reklam Rezervasyon

info@istandist.com

Sanat Yönetmeni

Didem TOPAL
didem@istandist.com

Web Tasarım

Beste ÇİÇEK
beste@istandist.com

Mali İşler

Kerim AYDIN
kerim@istandist.com

Yönetim Yeri

Fahrettin Kerim Gökay
Cad. Yıldız Sitesi Kat: 12
D: 50 No: 26
Kadıköy / İSTANBUL
Tel: 0216 550 79 98
www.istandist.com
info@istandist.com

MAMON
İstanbul

Selen Beytekin Röportajı



röportaja
gitmek
için
tıkla

Sema Yazıcı Röportajı



röportaja
gitmek
için
tıkla

Hakan Yaşar Röportajı



röportaja
gitmek
için
tıklayın

Zeynep Rana Aybar
rana@istandist.com



Her Anı Kutsayın

Pandemi başında hepimizi çipleyecekler, aşı olmam diyenlerin hepsi – ben dahil – aşı randevusu alabildiği ilk tarihe randevu alıp, aşısını aldı. Oldu çünkü artık nefes alabilmek, çalışabilmek, sosyalleşebilmek ve birçok şey daha istiyoruz. Hepinizin malumu üzere 1 Temmuz itibarı ile daha özgür, hissedeceğimiz zamanlara geçiş yapıyoruz. Etkinlik takvimleri yavaştan oluşmaya başladı. Sahne ışıkları yanacak, birlikte şarkılar söyleyebileceğiz, alkışlayabileceğiz, güneşe doğru aylak aylak yatabileceğiz, geceleri uzun uzun oturabileceğiz, sokaklarda aylaklık yapabileceğiz diye heyecanlıyım. Bu hastalıkla hala ve hala büyük bir mücadele içerisinde olduğumuzu unutmadan; sevin, gezin, sosyalleşin, yazın tadını çıkarın.

Sağlıkla, gülebildiğiniz, güneşi ruhunuzda hissedebildiğiniz, sevdiklerinize dokunabildiğiniz her anı kutsayın.

Bolca yazlık önerilerimizin olduğu, uzun bayram tatilinde İstanbul'da kalanlara alternatifler sunduğumuz, alanında dikkat çeken isimlerle söyleşilere imza attığımız 137. Sayımızı sizlerle paylaşıırken; huzuru, keyfi, spontane planı bol bir Temmuz ayı geçirmenizi diliyorum. Yeni sayımızla sizlerle buluşuncaya dek, muhabbetle kalın.

BANA KUŞLAR SÖYLEDİ

Yekta Kopan'ın yeni öykü kitabı Bana Kuşlar Söyledi'de çocuklar var, yaralı ama cesur, sorgulayan, yetişkinlerin dünyasına sığmayan çocuklar... Kimi alabildiğine gerçekçi kimi cesurca yaratıcı ve oyunbaz kimi de distopyanın sınırlarında gezinen bu öyküler, ele aldığı çetin meselelere karşın mizahtan, derin bir ironiden ve yaşam sevincinden asla ödün vermiyor.

Çoğumuz çocukluğa dair tek bir anıya sarılırız bazen. Bir gün, bir kişi, bir olay... Bütün çocukluğumuzu onun çevresinde öreriz. Hani çocukken bir yerimiz yara olduğunda tentürdiyot sürerlerdi üstüne, sonra da yanmasın diye üflerlerdi. Hayatımız boyunca birileri yaralarımıza iyi gelecek bir şeyler sürsün, sonra da acımızı almak için üflesin diye bekliyoruz.



1871'DEN BERİ BOL KÖPÜKLÜ NEFİS TÜRK KAHVESİ

1933 yılında Beşinci Yerli Mallar Sergisi'nde açılan stand.



1871'den beri kalitesini ve titizliğini hiç bozmadan
evlerimize nefis Türk kahvesini getiren Kurukahveci Mehmet Efendi,
bugün 55'ten fazla ülkede tüketiliyor.

Kurukahveci Mehmet Efendi, Türklerin dünyaya armağan ettiği
Türk kahvesini, her yudumda aynı kalite ve keyifle dünyaya ulaştırıyor.



YERYÜZÜNÜ ÖPMEK

Yeryüzünü Öpmek, tercih ettiğimiz gıdalar ve beslenme alışkanlıklarımız üzerinden modern tarım sisteminin çarpık işleyişini ve gıdanın temel unsuru olan toprağı nasıl yok ettiğimizi sarsıcı ve sahici bir dille bizlere anlatıyor.

Josh Tickell bu etkileyici ve güncel çalışmasında, ayaklarımızın altında yatan şeyin güzelliğı ve önemi konusunda gözlerimizi açmaya davet ediyor bizi. Sağlıklı toprağın önemini yeterince kavrayamadığımızı, tarımsal ekosistemlerimizin ise hayati tehlike altında olduğunu söylüyor.



SARDUNYA

KARAKÖY



Akdeniz mutfağının geleneksel tatlarını İstanbul'un ruhuna uyumlayan *Sardunya Karaköy Restaurant*, deniz ürünlerini yalın bir konseptle Boğaz'a taşıyor.

En iyi ve en taze deniz ürünlerini farklı pişirme yöntemleri ile sunulduğu mutfak menüsü, yenilikçi konsepti ile Boğaz'ın en güzel noktalarından birinde misafirlerini ağırlıyor.

Sardunya Karaköy özenle hazırlanmış her bir tabağında Akdeniz'in geleneksel tatlarını benzersiz bir şekilde 43 yıldır misafirlerine sunuyor.

Pazar sabahları Boğaz tutkunlarına, haftanın yorgunluğu unutturmak için 10:00 – 14:00 saatleri arasında kahvaltı servisi veriyor.

Yalı konsepti ile tasarlanmış olan Sardunya Karaköy, aynı zamanda düğün, nişan, bekarlığa veda, kurumsal iş yemekleri ve toplantılar için 200 kişilik kapasitesiyle büyük organizasyonlara yönelik planlanmış bir yer. Yabancı gruplarınız ve misafirleriniz için İstanbul' u anlatmanın en güzel yolu Sardunya Karaköy'den geçiyor.

Bekliyoruz ...

Sardunya Karaköy Restaurant

Meclis-i Mebusan Caddesi No:22 Salıpazarı, Fındıklı, İstanbul telefon 0212 249 1092
www.sardunyakarakoyyali.com

FRIEDA

Annabel Abbs'in dört karakterin farklı bakış açısıyla kaleme aldığı ikinci romanı Frieda, daha anlamlı bir hayat arayan cesur bir kadının dünyadaki yerini bulma mücadelesini gür bir sesle aktarıyor: yaramaz ve sinayıcı, coşkulu ve zorlayıcı...

Aristokrat bir Alman baronun kızı Frieda, İngiliz dili profesörü kocası Ernest Weekley ve üç çocuğuyla Nottingham'da yaşamaktadır. Ernest ile olan evliliğine hapsolan Frieda, yaratıcı enerjisi ile dikkat çeken, meteliksiz ama hırslı genç yazar D.H. Lawrence ile tanışır. Fırtınalı ilişkileri pek çok roman karakterine ilham olurken, edebiyatın gidişatını sonsuza dek değiştirecek yaratıcı bir taşkınlığı ortaya çıkarır. Ancak görev ve hür irade ikilemi arasında yaptığı seçimin Frieda için korkunç bir bedeli vardır.



BOSPHORUS BREWING CO



Louis Vuitton'un dünya gezginleri için hazırlamış olduğu Şehir Rehberi koleksiyonunda yer alan **Bosphorus Brewing Company**, İstanbul'da türünün tek örneği.

Gayrettepe'de gizli bir bahçede konumlanmış İngiliz Pub atmosferinde bir lezzet durağı. Mekanın şık dekorasyonu ve profesyonel kadrosu, pub tutkunlarının yurtdışında deneyimlediği tatları ve daha fazlasını İstanbul'a taşıyan eşsiz bir konsept.

Lezzet şeflerinden Çiğdem Alagök'ün yönetimindeki mutfak, misafirlerine İngiltere ve Belçika'daki pubların etkileyici dünyasını sunuyor.

Ev yapımı sosisler, patates cipsleri, özel tempura hamuruyla hazırlanan kızartmalar, deniz ürünleri, et çeşitleri ve tatlıların yanı sıra Bosphorus Brewing'in çok özel içecekleri hem Türk, hem de yabancı misafirlerin beklentilerine fazlasıyla yanıt veriyor.

BOSPHORUS BREWING COMPANY

ESENTEPE MAH. YILDIZ POSTA CAD. NO:1/1A GAYRETTEPE İSTANBUL

TELEFON 0212 288 64 99

WWW.BOSPORUS-BREWING.COM

FACEBOOK BBC.IST INSTAGRAM BBC.IST

BANA KUŞLAR SÖYLEDİ

Yekta Kopan'ın yeni öykü kitabı Bana Kuşlar Söyledi'de çocuklar var, yaralı ama cesur, sorgulayan, yetişkinlerin dünyasına sığmayan çocuklar... Kimi alabildiğine gerçekçi kimi cesurca yaratıcı ve oyunbaz kimi de distopyanın sınırlarında gezinen bu öyküler, ele aldığı çetin meselelere karşın mizahtan, derin bir ironiden ve yaşam sevincinden asla ödün vermiyor.

Çoğumuz çocukluğa dair tek bir anıya sarılırız bazen. Bir gün, bir kişi, bir olay... Bütün çocukluğumuzu onun çevresinde öreriz. Hani çocukken bir yerimiz yara olduğunda tentürdiyot sürerlerdi üstüne, sonra da yanmasın diye üflerlerdi. Hayatımız boyunca birileri yaralarımıza iyi gelecek bir şeyler sürsün, sonra da acımızı almak için üflesin diye bekliyoruz.



MÜZİĞİN YILDIZLARIYLA BULUŞMAK İÇİN GERİ SAYIM BAŞLADI

Dünya starlarının müzikseverlere eşi benzeri olmayan bir gece yaşatacağı “Turkcell Platinum İstanbul Night Flight” konser serisinin altıncı sezonunun startı Ağustos ayında veriliyor.

Turkcell Platinum’un ana sponsorluğunda, Events Across Turkey organizasyonu ile düzenlenecek “Turkcell Platinum İstanbul Night Flight” konser serisinin tarihleri açıklandı. Avrupa’nın En İyi Event Ödülü etiketine sahip olan etkinliğin konserleri bu yıl 21 Ağustos-26 Kasım 2021 tarihleri arasında gerçekleşecek. Birçok kültür ve sanat etkinliğinin yanı sıra sayısız konsere ev sahipliği yapan Harbiye Cemil Topuzlu Açıkhava Tiyatrosu, Aspendos Antik Tiyatro ve Volkswagen Arena’da gerçekleşecek konserler serisinde müzikseverler dünyanın önde gelen sanatçılarının eserlerini Turkcell Platinum’un Ana Sponsorluğunda dinleme şansı bulacaklar.



40. İSTANBUL FİLM FESTİVALİ ULUSAL YARIŞMA

İstanbul Kültür Sanat Vakfı (İKSV) tarafından T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı desteğiyle düzenlenen 40. İstanbul Film Festivali kapsamındaki Ulusal Yarışma 1-13 Temmuz tarihlerinde yapılacak; gösterimler Maximum UNIQ Açıkhava'da kurulan sinemada gerçekleştirilecek. Festival biletleri 29 Haziran Salı günü 10.30'dan itibaren passo.com.tr/tr üzerinden satışa açılacak.

İstanbul Kültür Sanat Vakfı (İKSV) tarafından T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı desteğiyle düzenlenen 40. İstanbul Film Festivali Ulusal Yarışma filmleri, 1-13 Temmuz tarihlerinde izleyicilerle buluşuyor. Yarışmada yapımı 2020-2021 sezonunda tamamlanan 13 film yer alıyor. 34. kez Anadolu Efes'in katkılarıyla gerçekleştirilen Türkiye Sineması bölümü kapsamındaki Ulusal Yarışma filmlerinin gösterimleri, film ekiplerinin katılımıyla Maximum UNIQ Açık hava'da yapılacaktır.



5. İSTANBUL TASARIM BİENALİ

Istanbul Kültür Sanat Vakfı (İKSİV) tarafından, Vitra sponsorluğunda ve T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı desteğiyle düzenlenen, Borsa İstanbul'un Yüksek Katkıda Bulunan Kuruluş olarak destek verdiği 5. İstanbul Tasarım Bienali, kurulumu pandemi sebebiyle ertelenen Büyükkada Şarkı Hatları başlıklı yeni yerleştirmeye şehre veda ediyor.

Stimuleringsfonds, İstanbul Büyükşehir Belediyesi, Hollanda İstanbul Başkonsolosluğu ve Adalar Belediyesi'nin desteğiyle gerçekleştirilen proje, 23 Haziran-12 Temmuz tarihleri arasında, Büyükkada-Haliç hattında görülebilecek. Büyükkada Şarkı Hatları isimli yüzen bahçe, 23 Haziran'da Yenikapı'dan yola çıkarak Büyükkada'ya gidecek ve burada 30 Haziran'a kadar kalacak. 30 Haziran'da ise tekrar deniz üzeri seferine başlayıp Haliç'e gelecek ve 12 Temmuz tarihine kadar Haliç'te ziyaret edilebilecek.



PASION TURCA'DAN 20.YIL SÜRPRİZİ

70 ülkede 200'den fazla sanatçı 2500'den fazla konser ve dans gösterisi ile Türkiye ve dünyanın birçok ülkesinde dünyaca ünlü isimleri hayranları ile buluşturan Pasion Turca sektördeki 20. yılını Temmuz ayı itibariyle 1 sene boyunca çeşitli etkinliklerle kutlamaya hazırlanıyor.

2001 yılında Yunanistan'da gerçekleştirdiği Pink Martini konseri ile organizasyonlara başlayan ve 20 yıldır hiç durmadan sanata ve müziğe yatırım yapan Pasion Turca, Lara Fabian, Buika, Mariza, Pink Martini, Cesaria Evora, LP, Joaquin Cortes gibi dünyaca ünlü 200'den fazla ismi ilk kez Türkiye'deki dinleyicileri ile buluştururken, ülkenin kültür ve sanat hayatına yaptığı katkılarının yanı sıra dünyaya ihraç ettiği "Harem" grubu başta olmak üzere birçok önemli Türk sanatçının konsept albümlerinin yayınlanması ve şarkılarının 200'den fazla derleme albüme lisanslamasını sağlayarak Türk Müziğini de dünya ile buluşturdu.



28. İSTANBUL CAZ FESTİVALI

Istanbul Kültür Sanat Vakfı (İKSİV) tarafından, 24 yıldır Garanti BBVA sponsorluğunda gerçekleştirilen İstanbul Caz Festivali kapılarını 1 Eylül'de, 28'inci kez açmaya hazırlanıyor. Açık hava mekânlarında düzenlenecek 40'a yakın konser ve çeşitli yan etkinliklerle festival, İstanbul'un cazla hissedildiği günleri geri getiriyor.

24 günlük festival maratonunda konser verecek isimler arasında Afrika müziğinin dört Grammy ödüllü kraliçesi Angélique Kidjo, pop müzikteki yetkinliğini caza taşıdığı "İhtimaller" projesiyle Kenan Doğulu, Ennio Morricone'ye adanmış albümü "Morriconne Stories"den parçalarla Avrupa cazının önde gelen alto saksofonistlerinden Stefano Di Battista, Hollandalı müzisyen ve prodüktör Niels Broos ile festivale özel projesiyle Mabel Matiz, bu topraklardan şarkılarla dünyaya gerdan kırdıran ve geçen yıl Grammy'ye aday gösterilen Altın Gün, ilham kaynağı olan Atlantic Records'ın kurucusu Ahmet Erteğün'ün hikâyesini şarkılar eşliğinde sahneye taşıyan Karsu, BBC Yılın Sanatçısı Ödülü'nü kazanan ve Glastonbury ve Latitude festivalleri gibi önemli müzik sahnelerinde yer alan Arlo Parks ve daha nice isim var.



49. İSTANBUL MÜZİK FESTİVALİ

Istanbul Kültür Sanat Vakfı (İKSİV) tarafından, 18 Ağustos - 16 Eylül tarihleri arasında düzenlenecek 49. İstanbul Müzik Festivali konserleri, İstanbul'un en keyifli açık hava mekânlarında gerçekleştirilecek. Festival, teması, repertuarı ve yan etkinlikleriyle, "Başka bir dünya mümkün mü?" sorusuna müziğin diliyle yanıt arayacak.

İstanbul Kültür Sanat Vakfı (İKSİV) tarafından, TC Kültür ve Turizm Bakanlığı'nın katkılarıyla düzenlenen İstanbul Müzik Festivali, tarihinde ilk kez, programındaki tüm konserleri açık hava mekânlarda gerçekleştirecek. Festival, bir ay boyunca 14 farklı mekânda Türkiye ve yurtdışından 30'un üzerinde solist, topluluk ve orkestrayı ağırlayacak.

İSTANBUL
KÜLTÜR
SANAT
VAKFI

İKSİV MÜZİK

49. İSTANBUL MÜZİK FESTİVALİ
18 AĞUSTOS - 16 EYLÜL 2021



katkısıyla



T.C. KÜLTÜR VE TURİZM
BAKANLIĞI

İKSİV kurucu sponsor

Eczacıbaşı

desteğiyle



BIGCHEFS İLE HAYATİ FARKINDALIKLA

Dünyadan lezzetlere, kültürümüzden izlere, büyük değerlere ve hatırdaki kalıcı anılara ev sahipliği yapan BigChefs, ilkbahar-Yaz menüsünü “hayatı farkındalıkla, özenle ve sağlıklı sürdür” mottosuyla hazırladı.

Birbirinden farklı ve nefis kahvaltı çeşitleri, sağlıklı ve doğal salataları, dolu dolu kase seçenekleri, lezzetli ve doyurucu vegan ürünleri, sokak lezzetleri, ızgaraları, fırında hazırlanan yemekleri ve uluslararası enfes tatlarının yer aldığı yeni menüsü ile hem göze hem damağa hitap ediyor. Ayrıca menüye ilk defa giren şinitzel, mükemmel tadıyla damaklarda iz bırakıyor. İlkbahar-Yaz menüsünde hafif lezzetleri tercih edenlere Uzman Diyetisyen Ulaş Özdemir tarafından hazırlanan beslenme önerilerine yer veren BigChefs, sürdürülebilir bir dünya için sağlıklı ve kaliteli yaşam ilkesini destekliyor.



HAPPY MOON'S

Happy Moon's, pandemiyle birlikte değişen tüketici alışkanlıklarından yola çıkarak zincir restorancılıkta farklı bir çalışmaya imza attı.

Konuklarının yoğun talebi üzerine ünlülerin beslenme uzmanı, diyetisyen Nilay Keçeci ile birlikte fit bir menü hazırladı. Menüde; Keçeci'nin özel tarifleriyle hazırlanan, düşük kalorili olmasının yanı sıra lezzetin ön planda tutulduğu sağlıklı besinler ve farklı vegan tatlar yer alıyor. Fit maş fasulyeli tavuk şiş, ananaslı biftek ve tofulu dürümün de aralarında bulunduğu toplamda 12 ayrı lezzetten oluşan menü ile sağlıklı beslenme sürecinin adeta tek seçeneği olarak görülen salata tariflerine çok sayıda alternatif sunuluyor.



OSMAN SEZENER'İN ŞEFLİĞİNDE “KITCHEN BODRUM”

Türkiye'nin Ve Dünyanın En Özel Lezzetlerini Bir Araya Getiren The Bodrum Edition Yeni Sezonda Da Misafirlerine Büyüleyici Bir Gastronomi Deneyimi Sunuyor. Eşsiz Lezzetleriyle Adından Sıkça Söz Ettiren Osman Sezener, Konuklarını Bu Sezon Modern Ege Ve Anadolu Mutfağı İle Kitchen Bodrum'da Ağırlayacak.

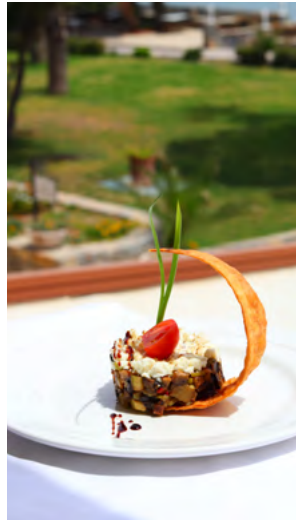
Türkiye'nin büyüleyici Turkuaz Kıyısında yer alan Ian Schrager'in Marriott International iş birliği ile açılan ve Türk yeme - içme dünyasına yenilikçi bir bakış açısı getiren The Bodrum EDITION yeni sezonda da yaz mevsiminin en önemli duraklarından olmaya devam ediyor. “Yılın GQ Şefi” ödülüne layık görülen ve eleştirmenlerden tam not alan ünlü Şef Osman Sezener'in önderliğinde misafirlerini ağırlayan “Kitchen Bodrum”, sezonun en yeni mekanları arasında yerini aldı.



AZKA OTEL MENÜSÜNÜ YENİLEDİ

Bodrum'un en gözde yeri Bardakçı Koyu'nda bulunan Azka Otel, menüsünü yenileyerek bu yaz misafirlerinin hem gözüne hem de damaklarına hitap edecek.

Denize sıfır konumu ve beş yıldızlı hizmetiyle tatilcilere kaliteli tatil anlayışı sunan Azka Otel, Türk ve dünya mutfağından eşsiz lezzetlerle de misafirlerini ağırlıyor. Bu sezon menüsüne kattığı birbirinden lezzetli kokteylleri ve ödüllü şef Metin Gökçeoğlu imzalı Türk mutfağından sevilen tatları modern sunumu ve Azka'ya özgü tarifleriyle tatilcilerin beğenisine sunuyor. A La Carté restaurantın yanı sıra yılın 12 ayı kullanılabilen açık büfe ana restaurant, beach snack bar, pool bar ve lobby barıyla hizmet veren Azka Otel, şeflerinin misafirleri için hazırladığı lezzetleri muhteşem ambiyansında misafirleriyle buluşturuyor.



TORO LATIN GASTRO BAR

Six Senses Kocataş Mansions, İstanbul içerisinde konumlanan Toro Latin Gastro Bar, Steak & Sushi gecelerinin özel teklifleri ve hafta içi her gün avantajlı fiyatlarla sunulan imza kokteylleri ile yaz akşamlarına renk getiriyor.

Six Senses Kocataş Mansions, İstanbul bünyesinde yer alan; dünyaca ünlü şef Richard Sandoval'ın restoranı Toro Latin Gastro Bar, Sushi ve Steak gecelerini misafirleri ile buluştururken hafta içi her gün belirli saatlerde seçili Latin kokteyllerini %50 avantajlı fiyatlarla misafirleriyle buluşturuyor. Her Çarşamba saat 18:30-22:00 arasında misafirlerle buluşan Sushi Gecesinde, Toro Latin Gastro Bar'ın dünyaca ünlü sushi'leri misafirlere unutulmaz bir lezzet deneyimi sunuyor. Sushi şefi tarafından özenle hazırlanan sushi'ler ve bölgeye özel ceviche çeşitleri ile dikkat çeken Sushi gecesi; Peru mutfağının sıra dışı yemek mirası ile misafirlerine lezzet şöleni yaşıyor.



ELITE WORLD SAPANCA'NIN TUZ ODASI

Elite World Sapanca Convention & Wellness Resort; wellbeing konseptini geliştirmeye devam ediyor. Elite World Sapanca'nın misafirleri; Fit Life Spa & Wellness'ın bütünsel bir yaklaşımla hazırladığı tuz odası, cilt bakımı, sıkılaştırma, detoks gibi uygulamaları ile misafirlerinin arınmasını sağlıyor.

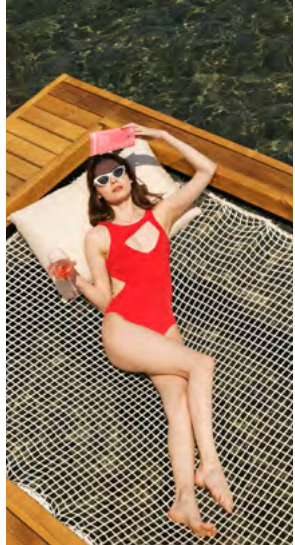
Doğanın huzur veren atmosferinde ayrıcalıklı hizmetleri ile dikkat çeken Elite World Sapanca Convention & Wellness Resort, açık alan etkinliklerinin yanı sıra Fit Life Spa & Wellness'da yer alan tuz odası, cilt bakımı, sıkılaştırma, kişiye özel detoks programı uygulamaları ile misafirlerine farklı ve keyifli deneyimler yaşatmaya devam ediyor.



BODRUM'DA BİR AKDENİZLİ; FOLIE

Bodrum Haremtan Koyu'nda açılan Folie Restaurant & Sea, denizin üzerinde geniş bir güneşlenme platformu, hem damağa hem göze hitap eden deniz ürünleri, şık ambiyansı ve gündün akşama uzanan eğlence tarzı ile “beach club” anlayışını yepyeni bir boyuta taşıyor!

Masmavi Ege'nin kıyısında, sıcacık yaz güneşinin altında, kulağınızda Akdeniz notaları... Güne serin kulaçlar, dostlarla sohbet, bir keyif kahvesi ve eğlenceli bir ortamda, Folie'de başlamanın tadı bu. Folie Restaurant & Sea, alışılmış “beach club” kavramını değiştirerek deniz kenarında geçirilecek günü sabahdan günbatımına dek, bütünüyle yeniden tanımlıyor.



KURUÇEŞME BOAZ RESTORAN AÇILDI

Ege'den gelen kabuklu deniz ürünlerini, İstanbul'un büyüleyici manzarasıyla yeniden tanımlayan BOAZ, İstanbul'un gastronomi dünyasına hızlı bir giriş yaptı. Gurme lezzet avcıları, farklı tatların izinden gidenler ile konfor düşkünlerini, Kuruçeşme'de sırtını koruya ön cephesini Boğaz'a karşı buluşturuyor.

Pandemiye karşı üst düzey hijyen tedbirlerinin alındığı BOAZ, misafirlerini Ege'nin esintisini sunan özel lezzetler ile Boğaziçi'nin büyüleyici manzarasının başrol oynadığı bir yolculuğa çıkarıyor. Ege'den getirdiği kabuklu deniz ürünleri menüsü ve rehberlik hizmetiyle gastronomi dünyasında ezberler bozuluyor.



ELEMENTA HOTEL KAPILARINI AÇIYOR

Yalıkavak'ın en gözde koylarından Tilki-cik'te yer alan Elementa Hotel, 52 oda-sıyla lüks butik otel konseptinde hizmet veriyor.

Adını topraktan, havadan, ateşten ve sudan alan otel, misafirlerin sanat sevgisini mimari-sine katan, yemeklerinde harmanlayan, servis hizmetinde buluşturan bir mekân olarak dikkat çekiyor. Bu sezon ilk misafirlerini ağırlayan otelin, resmi açılışı ise 25 Haziran'da sanat, iş ve cemiyet dünyasından isimlerle gerçekleştirilecek. Akdeniz yemekleriyle lezzet deryasında yüzdüren, bulutların üzerindeymiş gibi bir uyku yaşatan, antik Yunan heykelleriyle dolu Agora Bahçesinde kokteyller sunan otel, ilk misafirleri tarafından çok sevildi. Otel ayrıca kişiye özel tatil seçenekleriyle de öne çıkıyor.



REGES, A LUXURY COLLECTION RESORT&SPA

Reges, a Luxury Collection Resort & Spa, Çeşme, bünyesinde yer alan SPA Reges'te birbirinden özel, yeni ve farklı spa program ve üyelik paketleri ile yaz tatiline derin bir iyilik ve denge hissi katıyor.

Reges, a Luxury Collection Resort & Spa, Çeşme, Marriott otel grubuna ait The Luxury Collection markasının Türkiye'deki üçüncü, İzmir'deki ilk oteli olarak Ege Denizi'nin büyüleyici sahili Çeşme'de rakipsiz lüksü tanımlayan servis anlayışı ile hizmet vermeye devam ediyor. The Luxury Collection'ın lüks otel kategorisinde bulunan Reges Çeşme, markanın rafine servis anlayışını tüm alanlarında hissettirmeye devam ederken SPA Reges ile de konuklarına benzersiz bir SPA deneyiminin sözünü veriyor.





Yazar: Prof. Dr. Nevzat Tarhan

“SOSYAL TEMAS BAĞIMLILIĞIN EN BÜYÜK İLACI”

Madde bağımlılığından dijital bağımlılığa kadar her türlü bağımlılıkta beynin ödül ve kontrol sisteminin bozulduğunu kaydeden Psikiyatrist Prof. Dr. Nevzat Tarhan, bağımlılığa yol açan en önemli etkenlerin zayıf aile, yanlış arkadaş, mutsuzluk ve yalnızlık olduğunu söyledi. Sosyallik, sosyal beceriler ve sosyal temasın bağımlılığın en büyük ilacı olduğunu belirten Tarhan, “Bağımlıların çoğu yalnız. Sosyal izolasyon ve yalnızlık gençlerdeki bağımlılığın en büyük sebeplerinden birisi.” uyarısında bulundu.



Bağımlılıkta beyin ödüle doymuyor

Bağımlılıkta beyindeki ödül ceza sisteminin bozulduğunu belirten Prof. Dr. Nevzat Tarhan, “Bağımlılığa psikiyatride ödül yetmezliği sendromu diyoruz. Beyin, ödüle doymuyor. Bu asır hedonizmi yücelten bir asır. Şu anda yaşam felsefesi olarak insanlara zevkinin peşinde koşmaları öneriliyor. Haz ve hız peşinde koşmayı ego ideali olarak sunan bir zamanda yaşıyo-

ruz. Gençler zengin olmayı, ünlü olmayı, varlıklı olmayı ve hızlı yaşamayı hayal ediyorlar.” dedi.

Gençlerde oyun ve dijital bağımlılık görülüyor

Toplumsal olarak istenmeyen karakter özelliklerinden Narsisizm, Makyavelizm ve Psikopati’yi inceleyen bir kişilik envanteri olan karanlık üçlüye değinen Prof. Dr. Nevzat Tarhan, “Karanlık üçlüde üç kişilik özel-

liğı vardır. Narsistik kişilikte; bencil, çıkarıcı, kendine hayran, ego-sunu kutsallaştırmış kişilik özelliğı vardır. İkincisi antisosyal kişilik özelliklerine sahip suçta becerikli kişilerdir. Yalan söylerler, suçluluk ve pişmanlık hissetmezler. Üçüncü kişilik Makyavelist kişilik. Hedefe ulaşmak için her şey serbest diye düşünür. Bu üç özelliğın bir arada bulunduğı kişilerden uzak durmak gerekir.

Bu çağda, bu insanlar çoğaldı.” dedi. Bağımlılığın bu asrın öğretisi olduğunu kaydeden Prof. Dr. Nevzat Tarhan, “Bağımlılık ve depresyonun sebebi sosyal virüstdür. Bu virüsün adı hedonizm virüsüdür. Hedonizm virüsü, hazcılık, zevk-cilik virüsü özellikle gençleri esir etmiş durumdadır. Gençlerde oyun bağımlılığı ve dijital bağımlılık şeklinde görüyoruz.” dedi.





Bağımlılığın gelişmesinde en önemli üç etken

Bağımlılığın gelişmesinde üç etken olduğunu belirten Prof. Dr. Nevzat Tarhan, “Dijital bağımlılıkta ya da madde bağımlılığında en büyük etkenin zayıf aile, yanlış arkadaş ve mutsuzluk olduğunu görüyoruz. Bu üçü birleştiği zaman o kimse bağımlılığa aday oluyor. Evde aile bağları zayıf, huzur yok, cazibe yok, çekim yok. Çocuk yalnız

kalmış. Böyle durumlarda arkadaş çevresi de kötüyse çok rahat bağımlılığa yönlendirilebilir.” uyarısında bulundu.

Aileye önemli görevler düşüyor

Bağımlılığın önlenmesinde aileye önemli görevler düştüğünü kaydeden Prof. Dr. Nevzat Tarhan, “Aile bağları zayıf olduğunda, evde kurallı ortam oluşturulmadığında, tatlı bir disiplin olmadığında çocuğun

bağımlılığa yönelmesi kolaylaşıyor. Öyle olunca anne farklı, baba farklı söylüyor. Evde anne babanın koalisyon kurması lazım. Çocukla koalisyon kurulması lazım. Anne baba sorunları önce kendileri konuşacak, çözecekler, ondan sonra çocukla konuşacak. Anne ve baba farklı bir şey söyleyince çocuk kendi hoşuna giden neyse onu yapıyor. Çocuk her şeye karşı

çıkıp itiraz ediyor ve karşı koyma davranışı geliştirir. Her şeyi protesto ediyor. Bu çocuk ancak sanal ortamda mutlu oluyor.” dedi.

Evdeki huzurlu ortam en önemli kalkan

Evdeki huzurlu ortamın dışardaki tehlikelere karşı kalkan oluşturduğunu kaydeden Prof. Dr. Nevzat Tarhan, “Evin ortamı huzurlu olursa gençler bağımlılığa yönelse bile oradaki sahte





hayatı görüyor. Oradaki eğlence sahte, gülüşler sahte, arkadaşlıklar sahte. Genç bu sahteliği gördükten sonra vazgeçiyor. Bağımlılıkta, yeni kuşak gerçekten risk altında. Benmerkezciler, konforcular. Ancak anne ve baba olarak biz iyi örnek olsak onların düzelmesi, hatalarından dönmesi çok kolay. Çünkü temiz, pırıl pırıl çocuklar. Doğru ve yanlış sosyal medyadan öğ-

rendikleri için geçici olarak kanabiliyorlar. Eğer anne baba veya çevre iyi örnek olursa hemen toparlıyorlar.” dedi.

Bağımlılığın çeşitli kriterleri olduğunu belirten Prof. Dr. Nevzat Tarhan, “Bunlardan biri ona maruz kalmadığın zaman yoksunluk hissetmedir. Madde ya da sanal dünya olabilir. Ona ulaşamadığı zaman sinirli, huzursuz

oluyorsun. Mesela bir seyahate gittin internet yok, çıldırdın, sağa sola çatıyorsun. Sen de bağımlılık başlamış demektir. Online olmama korkusu var şu anda. Böyle çok fazla örnekler görüyoruz.” diye konuştu.

Bağımlılıkta beynin kontrol sistemi bozuluyor

“Bağımlılıkta ikinci kriter kişinin planlarından daha uzun kullanması” diyor Prof. Dr. Nevzat Tarhan, “Kişi internete bir saat gireceğim diyor, 4-5 saat girmiş. Bağımlılıkta beynin kontrol sistemi bozuluyor ödül ceza sisteminde. Kontrol güçlüğü en büyük bağımlılık sebebi. Kişi direksiyon hakimiyetini kaybediyor. Haz yönünden direksiyona yöneliyor. Halbuki hayat bir yolculuktur. O yolculukta bir hedefimiz var. Ona

doğru giderken hazlar bir tarafa çekiyor, gerçekler bir tarafa çekiyor. Ama biz bu ikisinin arasında hedefimize uygun doğru kararlar vererek, doğru seçimler yaparak ilerlememiz lazım.” dedi.

Gençlerdeki bağımlılığın en büyük sebebi yalnızlık

Sosyallik, sosyal beceriler ve sosyal temasın bağımlılığın en büyük ilacı olduğunu belirten Tarhan, “Bağımlıların çoğu yalnız. Sosyal izolasyon ve yalnızlık gençlerdeki bağımlılığın en büyük sebeplerinden birisi. Mutlu değil çünkü. Çocukta başka bir seçenek yok. Stres azaltma tekniği olarak yöneliyor ona. Stresini azaltmak için yöneliyor, rahatlıyor ama bu sefer rahatladıkça dozunu artırıyor. Bir müddet sonra hayatındaki tek ilgi alanı o oluyor. Dijital tekno-



lojileri tabii ki kullanacak. Ama ihtiyacı olan kadar kullanacak. Biz internetin nesnesi olmayacağız öznesi olacağız. Biz yöneteceğiz, o bizi yönetmeyecek. Küresel bir salgın bu. Çocuklarımızı korumamız gerekiyor.” dedi.

Bağımlılığın ortaya çıkmasındaki önemli etkenlerden birinin sosyal dayanakların zayıflaması olduğunu

ifade eden Prof. Dr. Nevzat Tarhan, “Bizi yine de bir arada Anadolu irfanı tutuyor. O da hızla tükeniyor. 20-30 sene sonra artık şimdiki yakın sıcak ilişkiler, Anadolu’da kalmayacak. Yeni kuşak evliliği ayak bağı gibi görüyor. Bu küresel hastalık bize de sirayet etti. Şu an da genciz diye övünüyoruz ama 10 sene sonra nüfusumuz yaşlanacak.” diye konuştu.

Duygusal ihmal de yalnız hissettiriyor

Duygusal ihmale de dikkat çeken Prof. Dr. Nevzat Tarhan, “Biz çeşitli koruyucu çalışmalar yaparken risk gruplarını ayırıyoruz, parçalanmış aileler var, çocuklar var özellikle bakım evlerinde devletin koruma altına aldığı çocuklar var. Bu çocuklar için yalnızlık en büyük sorun. Anne ve babanın olmayışı, sevgi yoksunluğu, empati yoksunluğu.

Böyle kişiler duygusal ihmal yaşıyor. Duygusal ihmal yaşayan kimselerde mesafesiz terk edişler vardır. Ailede bir sorun yok gibi gözüküyor anne kendini eve temizliğe vermiş. Çocuğun karnını doyurup altını temizliyor ve doğru mutfığa gidiyor. Çocukta duygusal ihmal oluyor. ‘Annem beni sevmiyor, annem masadaki örtüyü daha çok seviyor’ diyor. Bizim kültürümüz-



de özellikle babalar çocuklarını herkesin içinde sevmezler. Bu eski düşüncedir. Çocuğa sevgisini mutlaka göstermelidir. Uykuda sev kültürü geçmişte kaldı, şimdi bir saat zaman ayır.” diye konuştu.

Son sığınak ailedir

Ailede demokratik bir ortamın da önemine işaret eden Prof. Dr. Nevzat Tarhan, “Ailede de çocuklar sorulara yanıt alacak, almayınca hadi beraber araştıralım diyecek. Öğrenen örgüt olacak. Anne baba hepsi öğrenecek. Ders arkadaşı ve yol arkadaşı olmalı. Arkadaş olunmaz diyorlar. Nasıl olmaz? Pozitif psikolojide hedef arkadaşı vardır. Hedef vardır giderken iki üç saat seninle ders çalışacağız dersin bu hedef arkadaşlığıdır. Çocuğunuzla bunu kurun. Birlikte eğlenin, gülün, ders çalışın.

Evin lideri anne ve baba olmalı. Çocuğa bunu kaptırmamak lazım.

Toplumsal normlar bozuldu, kale yıkıldı. İç kale var sadece, son sığınak ailedir. O da yıkılırsa aile yok olur. Anne baba çocuğa emir vermek yerine seçenek sunmalı. Çocuk özerklik duygusunu tatsın. Seçeneklerden biri cazip olmalı yoksa anne çocuk savaşları olur.” diye konuştu.

Bağımlılık tedavi edilebilir

Prof. Dr. Nevzat Tarhan, bağımlılığın tedavi edilebildiğini belirterek “Tedavide bozulan ödül ceza sisteminin düzeltilmesi hedeflenir. Beyindeki ödülle ilgili bozulan mekanizma ilaçlarla temizlenir. Detoks dönemi iki ya da üç hafta sürer. Ondan sonra tedavi de rehabilitasyon başlar.

Kişiye özel terapiler yapılır. Tedavinin aşamalarından biri de önlemeye ilişkin çalışmalardır. Burada zayıf ve risk grubundaki kişilerin rehabilite edilmesi ve mutluluk oranlarının artırılması önemlidir. Burada da devreye pozitif psikoloji girmektedir.” diye konuştu.

Mutluysa maddeye yönelmez...

Günümüzde bağım-

lılık tedavisindeki anlayışın da değiştiğini kaydeden Prof. Dr. Nevzat Tarhan, “Bağışıklık sistemini güçlendirip hastalığı kendi kendine yenmenin yolunu açıyorsun. Deniyorsun ona rağmen düzelmezse ameliyata alıyorsun. Bağımlılıkla mücadelede artık insanların mutluluk puanlarını yükseltmek gerekiyor. İnsan mutluysa maddeye yönelmez.” dedi.





Yazar: Taylan Kümeli

SELÜLİTE SAVAŞ AÇIYORUZ

Sağlıklı beslenme ve diyet danışmanı Taylan Kümeli yaza harika görünüp müthiş hissederek girmenin formülünü açıklıyor!

Yaz aylarının yaklaşması ile selülit probleminin iyi hissetmemizin önünde bir engel oluşturduğu gerçeğiyle yüzleştığımız günlerdeyiz... Vücutta biriken yağın düzensiz bir şekilde cilt altına yerleşmesi sonucu ortaya çıkan bu portakal kabuğu görünümüne karşı uygulayabileceğiniz birçok savunma metodu olsa da en hızlı ve en etkili çözüm için Taylan Kümeli, Pure Body anti-selülit setini öneriyor.



Bu kit için Taylan Kümeli selülitte karşı etkili bir diyet listesi hazırladı.

Bu kit için özel olarak bir diyet listesi hazırlayan Taylan Kümeli; “Cildimizin şeklini koruyabilmesi ve vücudumuzu sarması için sağlam bir zemine bağlı olması gerekir. Bu sağlam zemin, kas dokumuzdur. Kas dokusu ile cilt arasında bir yağ dokusu bulunur. Cildimizin en üst tabakasını cildin altındaki kas dokusuna bağlayan bir bağ dokusuna sahibiz. Bu bağ dokusunun kapasitesi ve özellikleri vücudumuzun hangi bölgesinde bulunduğuna göre değişir. Bu özellikler;

kişiden kişiye, yaşam tarzına, cinsiyete, ırklara göre farklılık gösterir.

Selülit cilt altındaki yağ tabakasının kalınlaşması ve bağ dokusunun esneklik sınırını aşması ile başlar. Gerilen ve artık daha fazla esneyemeyen bağ dokusu deriyi tutar, bağ dokusunun daha zayıf olduğu yerlerde ya da bağ aralarındaki boşluklarda ise yağ katmanı cildi dışarı doğru iter. Bu yüzden düzensiz, portakal kabuğu görüntüsü veren, çöküntü ve çıkıntılar oluşur. İşte bu duruma selülit görünümü diyoruz. Ne yazık ki kadınlar hormonlardan duruma daha meyilli.”



Röportaj: Zeynep Rana AYBAR

SELEN BEYTEKİN

Hayatta Beni En Çok İnsan İlişkileri Zorluyor

Tanımıyorsanız sizi Selen Beytekin ile tanıştırmak isteriz. Bizim radarımıza müzisyen kimliği ile takılmış olsa da; hem inşaat, hem matematik mühendisi. Bitti mi bitmedi. Bir de üzerine mimar. Yok artık demeyin, koltuğunun altında daha çok karpuz var. Adeta tembel ruhlara ibret olsun diye var olduğunu düşünüyorum. Nasıl yapıyor, nasıl ediyor, hayatın altından nasıl kalkıyor, müziği hayatının neresinde tutuyor derken; her şeyden biraz konuştuğumuz röportajımızla sizleri başbaşa bırakalım...



Yeni girdiğin bir ortamda kendini tanıtırken, en çok nasıl anlatmayı seviyorsun? Seninle yeni tanışacaklara buradan nasıl bir merhaba demek istersin?

Öncelikle şunu diyebilirim ki; insanlarla yeni tanıştığımda kendimi tanıtırken zorlanıyorum çünkü kendimden bahsetmeyi pek sevmiyorum hatta beceremiyorum.

Ortak bir alanımız var ise konunun içerisinde belli belirsiz kendimi tanıtabilecek şekilde konuşuyorum ve sonunda da kimse tam olarak ne yaptığımı anlamıyor. O yüzden sizin okuyucularınıza merhaba derken; genel olarak eğitimim ve profesyonel meslek alanlarımın; müzik, mimari, mühendislik, matematik, tasarım ile ilgili olduğunu

söyleyebilirim. Yüksek mimar ve inşaat mühendisiyim. Aynı zamanda da müzisyenim. Caz söyleyip, piyano çalıyorum ve bahsettiğim mesleklerimin hepsini profesyonel olarak yapmaya devam ediyorum.

Mühendis, mimar, müzisyen... Çok yönlü biri olmak zordur. Bazılarımız tek bir şeyi doğru yapmayı beceremezken, sen durumunu nasıl açıklıyorsun? Bu fazla hırslı olmak mı,

çalışkan olmak mı, bir şeylerden kaçmak için kendini fazla meşgul etmek mi, garantici bir ruh hali mi yoksa sen sadece şanslı doğanlardan mısın? Bir koltukta 5 karpuz taşımanın bir formülü varsa daduymak isteriz tabii...

Yapısal olarak bütünlüğümü hep bölünmüş, farklı ilgi alanlarımla oluşturdum. Çocukluğumdan beri merakı yüksek, öğrenmenin heyecanlandığı biri oldum. Haz duygusu ve yaptığım







işten mutlu olmam önceliğimdir. Hiçbir şeyi başarılı olacağım diye yapmadım. Enküçük bir hırsım yok, hatta tam tersi kimse umurumda olmaz. Çalışkanımdır ama anlamsız çalışarak boşa da vakit harcamam. Garantici olma kısmı, hayatta bir türlü başaramadığım şeydir çünkü gelişmek için hep risk alırım. Durumun özü şanslıyım diyebilirim. Çünkü içimde korkularım yok. Eleştirilme korkum, kendimi kanıtlama isteğim, yarışa girme hevesim,

var olma çabam hiçbir zaman olmadı. Bence benim yaptığım hiçbir şeyin abartılacak bir yanı yok.

İnsan korkularıyla yüzleşip, doğru yönetip, sıyrılabilirse; bırakın 5 karpuz taşımayı, yerçekimsiz ortamda karpuz yağmurunu bir nefesiyle dağıtır.

Biyografini okurken, hayat seni hiç zorlamamış gibi bir özet çıkıyor ki mutlaka köşelerine denk gelmişsindir. Hayat seni en çok nerelerde zorladı / zorluyor?

Yaptığım işlerde zorlanmak gibi bir tanımım hiç olmadı. Yapana kadar zevkle uğraştım. Fakat zorlandığım konular hep insan ilişkileri oldu ve maalesef hala da oluyor. Biraz önce bahsettiğim korku dolu insanların kendilerini içi boş var etme çabaları hep etik ve hatta insani olmayan şekilde stratejiler izlemelerine ve benim de bir türlü bu stratejileri zamanında

anlamayıp her seferinde tökezlememe sebep oldu:) Derler ya insan karşısındakini kendi gibi görür, ona göre davranır. Ben karşımdakine güvenmeyi, dürüst olmayı, birlik olmayı, ortak ve anlamlı bir amaç için çalışmayı değerli gördüm. Hiçbir zaman da değerlerimden doğal olarak şaşmam. Şimdi zorlansam da insanların zamanla güzel olan özlerine döneceğine inancım sonsuz.





Sadece arada bir size katılan birileri olsun yeter.

Buaralar hayatını en çok ne meşgul ediyor? Hepimizde olduğu gibi pandemi gündemlerimizi alt üst etti. Bu sürecinasıl geçirdin?

Buaralar hayatımı en çok ben meşgul ediyorum! Kendimle uğraşmaktan bıkmış durumdayım! Zaten kendi dünyamda yaşayan bir insandım, pandemide

kendi dünyama dair değişen birşey olmadı, tam tersine onu daha da yoğunlaştırdı, güçlendirdi. Yapaylığı, sahteliği, politik olmayı, idare etmeyi zaten hiç sevmezdim. Pandemi öncesi bence dünya öyle bir hale gelmişti ki; baktığımda içini görebildiğim birşey benim için neredeyse kalmamıştı. Bu dönemde herkes “gerçek” bir sorunla karşılaştığı için yapaylık çöktü ve öz ortaya

çıkmaya başladı. Gör-
düklerim daha gerçek,
hissettiklerim daha
anamlı oldu. Konser
vermeyi, iş yapmayı
bir kenara koyarak
sadece maneviyat
konuşuyorum. Bunlar
hayatın gerçekleri tabii
ama bu durumlarda
hayatınızda nelerin
yanlış ya da yanlış de-
ğilse bile daha doğru
olabileceğini görüp,
bu değişimi önce
kendiniz için başlata-
biliyorsanız o zaman

görünenin ötesinde,
uzun süreçte herşeyin
çok daha güzel olaca-
ğına eminolabilirsiniz.

**Caz, varoluşunun tam
aksine elitist bir mü-
zik olarak algılanıyor.
Türkiye’de ve dünya-
da sokaktan çıkmış bir
müziğin daha elitist
bir dünyaya hizmet
etmesini ve böyle
bir algısının olmasını
neye bağlıyorsun?**
İşte beni tam da kız-
dıran sorulardan biri,





kendimi tutmadan ne düşündüğümü paylaşmak istiyorum. Bunu Türkiye’de cazın özünü bilmeyen ve onu beceremeyenlerin başka stratejilerle bir yerlere gelerek eksiklik ve yetersizliklerini saklamak amacıyla cazı ulaşılmaz gösterip, kendilerine statü katmaya çalışmalarına bağlıyorum. Cazın kökeni Gospel’a dayanır.

“Beyaz Cazı” dediğiniz analitik müzik son yıllarda çıkan bir kavramdır. Dünyaca ünlü bütün caz müzisyenlerinin ilk çaldığı, söylediği yer kilisedir ve hepsinin en sevdiği müzik Gospel’dir. Gospel temiz, renkli, parlak ve zengindir. En önemlisi en küçük bir yıkıcılığı yoktur. Hep yaratıcı ve onarıcıdır. Cazın kökeni de bura-

dan gelmektedir. Mardi Gras, New Orleans, 1900'lerin başındaki Big Band'ler... Hepsi enerji yumakları halinde insanları bir araya getiren, mutlu eden, eğlendiren, paylaştıran, dans ettiren, hayal kurduran ve ümit veren müziklerin çıktığı, geliştiği yerlerdir. Türkiye'de cazı sıkıcı bulmalarının sebebi zaten bunu bilmemeleri. Ben de hep müziğimde bu enerjiyi yansıtıyorum. Konserlerimde insanlarla müzikle iç içe

geçiyorum. Kurduğum kendi internet radyom "Mami Hata Radio" da sadece siyahi müzikleri çalıp, anlatıyorum. Ve kendim bile inanamıyorum, insanlar gelip biz cazı bilmiyormuşuz, artık sürekli keyif alarak dinliyoruz diyorlar. Yani cazın, özünü paylaştıkça bağlandığımız insanlar ne mutlu ki; gittikçe artıyor.

Okurlarımıza bir kitap, bir albüm, bir film önerisinde bulunmanisteyelim...





Kitap: Kurtlarla Koşan Kadınlar/ Clarissa P. Estes

Film: The Clark Sisters: First Ladies of Gospel (Filmi cazın kökeni olduğunu söylediğim Gospel'in en güçlü isimlerinden biri olan Clark Sisters'ın müziği ve aynı zamanda hayat enerjilerini anlatmak için seçtim. Önce filmi seyredip sonra aşağıdaki

albümü dinlerseniz; eminim neden bahsettiğimi hissedeceksiniz. Özellikle de albümde "Endow Me" isimli parçayı...)

Albüm: Twinkie Clark & Friends: Live In Charlotte

Biz bir şehir dergisiyiz. Haliyle Selen'in İstanbul'unu merak ediyoruz. Bu şehrin renkli hali seni bes-



liyor mu, bunalıyor mu? İstanbul'da kendini en rahat ve ait hissettiğin yerler neresi?

İstanbul'un kaotik yapısı beni beslemek yerine aslında bunalıyor çünkü bunlar da oldukça yapay hale geldi. Fakat İstanbul'un kültürel zenginliği, çeşitliliği

ve doğal olan güzelliklerine hayranım. Ait hissettiğim yerler, hep tarihi dokusu bozulmamış olanlar... Bunlar arasında Atatürk Arboretum'u, Çukurcuma, Adalar, eski eser olanfabrikalardan tutun birçok yer var. Yeter ki özü korunmuş olsun.



Röportaj: Didem Topal

Sema Yazıcı

“Biz her projemizde; o projenin gerekliliklerine, mekânın dokusuna ve işlevine uygun özel tasarımlar yapıyoruz.”

Sema Hanım, bize biraz kendinizden ve Sakura Mimarlık'ın kuruluşundan bahsedermisiniz?

Sakura Mimarlık özel sektördeki 15 yıllık deneyimin ardından 2018 yılında butik bir içmimarlık firması olarak kuruldu. Kurulduğumuz günden itibaren kişiye ve markalara özel projeler üreten ve uygulayan

bir firma olduk. Bu süreçte ilk günden itibaren hem kız kardeşim hem de meslektaşım Yedigâr Tanrıverdi ile uyum içerisinde projelerimizi yönettik. Bugün geldiğimiz noktada şirketimize bir değer daha katarak kendi üretimimiz olan mobilya ve ithal aksesuarlardan oluşan bir marka daha oluşturarak Sakura Konsept'i





hayata geçirdik. Çok yakında e-ticaret sitemizde kurularak daha fazla kişiye ulaşmış olacağız.

Mimarlığı seçmenizdeki etkenler nelerdir? Meslek seçiminizin sonrasında mimarlığın yanı sıra ilginizi çeken alanlar oldu mu?

İç mimarlık aslında aile mesleğinden gelen bir alan oldu. Ailemizin fabrika ve üretim tesislerine

müteahhitlik hizmeti veren bir inşaat firması vardı. Çocukluk dönemimizde bizim evimizde projeler konuşulur dönem dönem şantiye ziyaretleri yapılırdı. Biz iki kardeş olarak işin daha keyifli ve estetik kısmında kalmayı tercih ettik.

Size göre sizin tasarımlarınızı farklı ve özel kılan şey nedir?

Biz her projemizde; o projenin gerekliliklerine, mekânın dokusuna



ve işlevine uygun özel tasarımlar yapıyoruz. Projelerimizde estetik ve işlevi aynı paralelde yürütüyoruz. Her projemizde sanatsal dokunuşlar yapmaya özen gösteriyoruz. Ayrıca projenin en başında yaptığımız üç boyutlu sunumlar ile danışanlarımıza projenin bitmiş halini neredeyse gerçeğe yakın olarak sunuyoruz. Böylece projenin

başında hayal ettikleri her şey gerçeğe dönüşüyor ve işin sonunda olumsuz bir sürpriz ile karşılaşmıyorlar.

Mimarlık mesleği ve kişinin karakteri konusuna nasıl bakıyorsunuz, sizce meslekte başarı için yetenek ve bilgiden bağımsız olarak karakter ne kadar önemli? Bir mimar için olmazsa olmaz özellikler nelerdir?





Mimarlık mesleği kesinlikle sabır ve disiplinli bir çalışmayı gerektiriyor. Şantiye süreçlerinde doğru koordinasyon ve iletişim becerileri çok önemli. Öyle zamanlar oluyor ki şantiyede bir usta ile proje detayını konuşurken hemen arkasından kurumsal bir firmanın üst düzey

yöneticilerine konsept sunumu yapmanız gerekiyor. Dolayısıyla her daim aktif ve gelişmeye açık olmanız gerekiyor. Mimarlık sürecinin psikoloji ve iletişim ile doğrudan ilişkili olduğunu düşünüyorum.

Hangi konseptte ve ölçekte olursa olsun

tasarımlarınızın ardında sizi ifade eden ve asla vazgeçmem dediğiniz ilkeleriniz var mı? Tasarım felsefenizi nasıl tanımlarsınız?

İç mimaride tasarım bir bütün olarak ele alındığında anlamlı ve hedefe ulaşmış oluyor. Bir restoran projesinde mutfak alanı doğru çözülmemişse, yeterli kapasiteye hizmet etmiyorsa istediğiniz kadar şık bir mekân

tasarlayın proje amaca hizmet etmemiş olur. Dolayısıyla projelerimizde işlev ve estetik doğru orantıda gider. Ayrıca tasarımlarımızda mekâna değer katmak bizim için çok önemlidir. O mekânlarda bulunan insanların bazen bir tablo bazen de bir bitki ile o keyfi ve değeri hissetmelerine dikkat ederiz.





Portföyünüze baktığınızda otelden konuta, ofisten restorana birçok farklı alanda mimari ve iç mimari üretime devam ediyorsunuz. Bu çeşitliliği nasıl sağlıyorsunuz?

Aslında günün koşullarına göre projelerimiz şekilleniyor. Ülkemizde yapılan yatırımlar bizi çok etkiliyor. Örneğin iki sene önce ofis ve

restoran projelerini çok aktif yürütürken pandemi ile birlikte konut projelerine talep arttı ve bizim de çalışmalarımız o yönde gelişti. Tabii bu konuda şirketimiz esnek yapısı da çok önemli. Biz sadece tek bir alanda hizmet veren bir firma değiliz. İç mimarinin bulunduğu her dalda aktif olarak rol alıyoruz.

**Sizce yeni nesil
yaşama ve çalışma
alanları gelecekte ne
tür konseptlerde bir
araya gelecek ve nasıl
mekan örgütlenmeleri
oluşturacaklar?**

Aslında bu konuda pandemi çok belirleyici oldu. Bu süreçte doğaya ve açık alana yönelik ihtiyaçlar arttı. Dolayısıyla zamanla bu durumun daha da gelişeceğini düşünüyorum. Konut ve ticari mekânlarda mutlaka

açık hava ile bağlantılı alanların düşünülecek, doğa temasının daha fazla işleneceği tasarımlar yapılacaktır. Belki kırsal alanlarda daha fazla yaşam alanları kurulacak, çalışma sistemlerinde daha esnek sistemler geliştirilecektir.

**Son olarak geleceğe
yönelik hedeflerinizi
öğrenebilir miyiz?**
Öncelikle salgın sürecinin bir an önce





bitmesini ve sağlıklı bir şekilde hayatımıza devam etmemizi diliyorum. Sakura Mimarlık olarak bugüne kadar kendi çizgimizde birçok projeye imza attık. Bundan sonrada hedefimiz aynı kalite anlayışı ile daha fazla kişiye ulaşip insanların

hayatına dokunuşlar yapan projelere imza atmak. Ayrıca yeni markamız Sakura Konsept'i e-ticaret sitemizin açılması ile birlikte perakende sektöründe mimari projeleri bütünleyen, uluslararası bir marka haline getirmek.



Röportaj: Didem Topal

Hakan Yaşar

“Başta kadim şehir İstanbul olmak üzere bugünün ‘şehirli insan hayatına dair’ görsel notlar düşerek sokağın hikayelerini yarının kuşaklarına ulaştırmayı hedefliyorum.”



Sizi daha yakından tanıyabilmemiz adına biraz kendinizden bahseder misiniz?

1970 Aydın'da doğdum. Üniversite eğitimini Boğaziçi Üniversitesi'nde tamamlayıp profesyonel iş hayatına atıldım. Sırasıyla Koç Üniversitesi, Çukurova Holding ve Unilever'de çalıştım. 2003

yılında hobi olarak başladığım fotoğrafa İfsak temel eğitimi ve sonrasındaki ileri düzey eğitimlerle devam ettim. Çeşitli ulusal ve uluslararası dergi, gazete ve internet sitelerinde fotoğraflarım yayınlandı. Yurtiçi ve yurtdışında karma fotoğraf sergilerine katıldım. Profesyonel iş hayatını Dijital

Pazarlama Yöneticisi olarak tamamladım. Ayrıca 2011-2013 yılları arasında İFSAK Yönetim Kurulu Üyeliği ve Eğitim Biriminde öğretmenlik görevlerini üstlendim. Çeşitli proje gruplarının küratörlüğünü ve danışmanlığını yaptım. 2012 yılında 'Uluslararası Fotoğraf

Sanatı Federasyonu (FIAP)'nın verdiği AFIAP (Artist-FIAP) unvanını taşımaya hak kazandım. Yurtiçi ve yurtdışındaki fotoğraf yarışmalarında çeşitli derecelerim bulunmaktadır. Son 8 senedir sokak fotoğrafçılığı alanında üretim yapmaktayım. Böylece, başta kadim





şehir İstanbul olmak üzere bugünün ‘şehirli insan hayatına dair’ görsel notlar düşerek sokağın hikayelerini yarının kuşaklarına ulaştırmayı hedefliyorum. Halen EFOD üyesi olmanın yanı sıra Fon Sokak bağimsız sokak fotoğrafçılığı grubunun yöneticisi ve eğitmeniyim. Sokak fotoğrafçılığı konusunda hem teorik hem de pratik uygulamaları içeren seminerler vermekteyim.

Fotoğraf çekmeye nasıl başladınız?

Benimkisi kelimenin tam anlamıyla “bir kitap okudum, hayatım değişti” durumu. 33 yaşına basmama günler kala Ernie J. Zelinski’nin “Çalışma(-ma)’nın Keyfi” kitabını okuyarak kendimi ve hayatımı epeyce sorguladığım bir dönemde; arkadaşım doğum günü hediyesi olarak kompakt dijital fotoğraf makinesi hediye etti. Öncelikle

çözülmesi gereken elektronik cihaz olarak epeyce kurcaladım. Bu arada fotoğraf da yavaş yavaş bünyeye nüfuz etmeye başladı. Zamanla bu ilgi sonucunda daha büyük makineler, bir sürü ekipman, fotoğraf gezileri başladı. Ama şunu net olarak söyleyebilirim ki esas

kırılma noktası fotoğraf eğitimiyle oldu. Eğitim aldıktan kısa bir süre sonra eğitmen olarak insanların karşısına geçmek öğrenme sürecini daha da ivmelendirdi.

Size bu meslekte bir kariyer yapabileceğinizi düşündüren ilk işiniz neydi?





Açıkçası fotoğraf ve kariyer kelimelerini hiçbir zaman yan yana koyamıyorum. Ya fotoğrafçısıdır ya da değildir yaklaşımını daha doğru görüyorum.

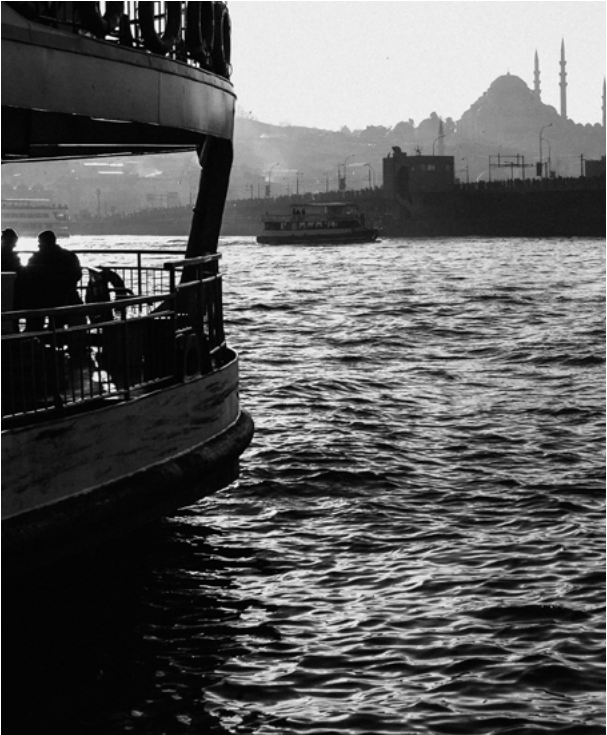
Fotoğrafın senin için anlamı nedir? Pek çok farklı tür varken neden sokak fotoğrafçılığını tercih ettin?

Benim için fotoğrafın anlamını 3 maddede ifade ederim; şahit olmak, dahil olmak,

olmayanı oldurmak. İlk zamanlarda ürettiğim fotoğraflarda belki de teknik kusursuzluk arayışının vermiş olduğu hisle gerçek dünyanın görsel birer replikası hali vardı. Hatta bir parça da genel beğeni görsün, alkışlansın beklentisi. Buna bir de dijital fotoğraf teknolojisinin tüm imkânlarını, pek çok farklı ekipmanı kullanma kaygısını da ekleyebiliriz. Sonra fark ettim ki, fotoğrafı

çeken benim ve makine sadece bir 'araç'. Bu farkındalıktan sonra fotoğrafın benim için anlamı evrildi ve artık fotoğraf benim için bambaşka bir iletişim diline dönüştü. Birey olarak kendimi aradığım, anlattığım, sorguladığım, konumlandırıdığım; serbest bir hareket alanına

sahip oldum. Şöyle ki; elimde çerçevesi, sınırları teknik olarak belirli bir kadraj var, evet ama ben gerçek hayattan ne kadarlık bir parçayı seçmek ister ve bu kadrage koyarsam o 'benim fotoğrafım' oluyor. Zaman içinde de kendime dedim ki "sen oraya fotoğraf koyma,





o kadraya hikaye koy". İşte bunu dediğimde karşıma çıkan fotoğraf türü sokak fotoğrafçılığı oldu.

Sokak fotoğraflarında şahit olmak hatta bizzat yaşayarak parçası olmak vardır. Şehrin gecesini, gündüzünü, dört mevsimini, ilk düşen kar tanesini, baharda erguvanların coşkusuunu çekerken bunlara hüznümüzü, sevinçlerimizi, telaşlarımızı, durgunluklarımızı, kavuşma-

larımızı ya da ayrılıklarımızı da ekleriz. Ben de kendimi içine katarak şehirli insanın hayatına bakmaya ve bu insanların farklı hayatlarını görmeye başladım. Bu arayışta izleyici, aktör, yönetmen rolleri arasında sürekli dolaşıp durdum. Bu inanılmaz bir macera ve konular sonsuz çeşitlilikte, üstelik hepsi kendi hikayesiyle. Evet, ben artık bir hikaye anlatıcısıydım.



Fotoğraf çekimi yapacağınız yerleri neye göre belirliyorsunuz?

Aslında belirlemediyorum, sadece sokağa çıkıyorum, şehre karışıyorum. Tam bu noktada konuşmamız gereken kocaman bir konu karşımıza çıkıyor; İstanbul...

Sokak fotoğrafı için tüm dünyadaki listelerin ilk 10'unda yer alıyor. Öyle bir şehir ki 3 imparatorluğa başkent olmuş, 2 kıta

üzerine kurulmuş... bir benzeri yok! Dolayısıyla şehrin tarih dolu sokaklarında ya da mekanlarında dolaşırken her an zaman tüneline gidip geliyoruz. Nasıl stüdyo fotoğrafında düz gri ya da siyah fon var ve konu onun önünde çekiliyorsa, bizim sokak fotoğraflarında fona İstanbul'u koymamız inanılmaz bir lüks. Düşünsenize vapurda çekilen bir karenin

fonunda Ayasofya ile Sultanahmet Camii'ni tüm ihtişamlarıyla kadraja alabiliyoruz. Buna benzer nice örnek var. Tarih, kültür, inanç, modern dünya iç içe. Bir de buna İstanbul'da yaşayanların sosyo-kültürel ve sosyo-ekonomik çeşitliliğini ekleyince cazibe merkezi olma sıfatını dolu dolu hak ediyor. İstanbul'u bu özel konumunda ayrı bir yerde tutmak yerinde olur. Konu böylesine

güçlü olunca sadece şehre karıştırmak yeterli oluyor. Yine de belirtmem gerekir ki Eminönü, Karaköy, İstiklal Caddesi ve Kadıköy bir parça daha benim fotoğraflarımda öne çıkan yerler.

İçinde bulunduğunuz 'an' sizin için nasıl fotoğrafı çekilesi bir ana dönüşüyor? O andan neleri alıyor fotoğrafı insanlara neler veriyorsunuz?





Hikâye arıyorum. Elimde fotoğraf makinesi yürüyorum. Yürüdüğüm sokak, cadde ya da meydana göre ışık ayarlarımı daha baştan belirlemiş oluyorum. Böylece makineyle başka işim kalmıyor, ben sadece akışında hayata bakıyorum. Sokak fotoğrafçılığında iş; herkesin zaten defalarca geçtiği bilindik yerleri yine aynı şekilde göstermek değil, bence önemli olan oralarda hayatı ya da hayata dair izleri bir hikayeci yaklaşı-

mıyla anlatmak. Bunu yaparken en çok “o ana” dair duyguyu yakalamaya çalışıyorum. Eğer bunda başarılı olmuşsam duyguyu “fotoğrafın izleyicisine” aktarmak mümkün oluyor. Sokaklar değişir, şehirler değişir, mevsimler değişir ama duygular neredeyse hepimiz için aynıdır.

Günümüzde fotoğrafçılık daha çok dijital olarak icra edilmekte, bu konu hakkındaki düşünceleriniz nelerdir?

Kendimi bu sorunun en doğru muhataplarından biri olarak görüyorum :) Hiç analog çekmedim. Bazen acaba biraz da keyfini, heyecanını yaşasam mı diyorum ama yine de dijital kameramdan ayrılamıyorum. Dijital çekmenin avantajları çok fazla. Her şeyden önce çekeceğiniz fotoğrafı daha çekmeden makinenin LCD ekranında ya da elektronik vizörde görme şansına sahipsiniz. Fotoğrafçının

çekim sırasında ışık şartlarını en doğru şekilde görmesi büyük bir avantaj. Çektikten hemen sonra kontrol edebilme imkânının olması da -varsa- hatasını hemen düzeltmesine yardımcı oluyor. Daha çok çekebilenin maliyeti filmli makinelerle göre çok düşük. Bunlar yeni başlayanların daha hızlı ilerlemelerini ve tecrübe edinmeleri kolaylaştırıyor. Dijital fotoğraf üretiyor olsa da fotoğrafçının çekim





sırasında disiplinli davranması, fotoğrafı mümkün olduğunca çekerken tamamlaması gerekir. Özellikle “bunu fotoğrafı işlerken hallederim” yanılışına düşmemek lazım.

Bir dönem herkes çektiği fotoğraflarla fotoğrafçı oluyordu. Şimdi ise herkes fotoğraf çekiyor sosyal medyada yayımlıyorlar. Bunu nasıl değerlendirirsiniz?

Bunun genel itibarıyla olumlu bir şey olduğunu düşünüyorum. Sosyal medyada

fotoğrafını yayınlamak, insanlara bu şekilde ulaşmak, hatta belli bir popülerliği yakalamak önemli bir motivasyon. Fotoğrafa sadece hobi olarak yaklaşan ama sosyal medya deneyimi sonrası profesyonel anlamda fotoğrafla uğraşmaya başlamış pek çok fotoğrafçı var. Sosyal medya bu insanların kendilerini keşfetmeleri için çok iyi bir katalizör. Öte yandan unutulmaması gereken konu; sosyal medya adı üzerine sosyal olma, iletişimde olma mecrası. Sanatın

mecrası olarak tanımlamak çok doğru gelmiyor bana. Fotoğrafçının durduğu nokta ve üretiminin değerlendirilmesi sosyal medya beğenileri üzerinden yapılamaz. Üretimin türüne göre değerlendirme mecrası; sanat eleştirmenleri, editörler, sanat yönetmenleri gibi işin ehli insanlar hatta kurullardır. İleride neye evrilir onu şimdiden söylemek pek mümkün değil.

İşte bu bir Hakan Yaşar karesi dedirten fotoğraflar nasıl ortaya çıkıyor?

Öncelikle yaşasın muhteşem hatalarım, ıskaladıklarım diyorum. Işığı anlamam, istediğim gibi kullanmam 3 senemi aldı. Hatta şimdi atölyelerimde önce bunu katılımcılara aktarmaya, öğretmeye çalışıyorum ki kimse 3 sene harcamasın. Fotoğrafa çıkmadan ön hazırlık konusunda sanırım





epeyce tecrübe sahibi oldum. Sokağa çıkınca ışık her şeyi belirliyor. Lens tercihimden ne tip fotoğraflar arayışında olacağıma kadar. Eğer o hayalimdeki ışık düzenine denk gelmişsem bekliyorum, daha avantajlı olabileceğim bir açı var mı mutlaka onu arıyorum. Şehirde fotoğraf çekmenin en keyifli kısmı yansıma olabilecek yüzeylerin çok fazla olması. Makinemde hiç bir

ayarım sabit kalmıyor. Sokağın dinamizmi ve değişen şartlarına aynı hızda cevap vermek gerekiyor. Kafamda hep bir fotoğraf oluyor hayalini kurduğum, o ortamda çekeceğime inandığım ve ben o fotoğrafın ve hikâyenin peşinden koşuyorum. Belki de en önemlisi; fotoğraf çekerken sadece yaptığım işe konsantre oluyorum. Ne telefon, ne kulaklık... Algılarımı kısıtlama ihtimali olan her şeyi

uzaklaştırıyorum.
Tecrübelerinize dayanarak özellikle fotoğraf çekmeye yeni başlayan bu röportajı takip eden okuyucuları için ne gibi tavsiyelerde bulunmak istersiniz?

Onlar da muhteşem hatalar yapsınlar. Her hata sonrasında çözüm ve yeni bilgiler getirir. Ellerinde işlerini görecektir bir fotoğraf makinesi varsa ekipmana takılıp kalmasınlar. Dijital fotoğraf

makineleriyle üretim yaptığımız bu dönemde daima daha iyisi, gelişmiş, son modeli olacak... Ama bizim derdimiz “fotoğraf” olsun. Eğitim alsınlar, seyahat etsinler, hikâye anlatan fotoğraflar üretsinsinler.

Sizi nereden takip edebilirler okuyucularımız?

Çoğunlukla instagramı kullanıyorum.

@hakanyasar

