

ALABANDA TURİZM İNŞAAT TİCARET A.Ş.
CİNNAH CAD. NO: 67 ÇANKAYA - ANKARA
www.alabanda.com.tr info@alabanda.com.tr
Tel: (312) 440 56 00 Faks: (312) 441 50 83

YURT İÇİ VE YURT DIŞI UÇAK BİLETLERİ
GEMİ TURLARI
VİZE HİZMETLERİ VE SEYAHAT
SİGORTASI
KONGRE VE ETKİNLİKLER
ARAÇ KİRALAMA
YURT İÇİ VE YURT DIŞI OTEL VE TURLAR

nam MOBİLYA

Her nevi ahşap işleri imalatı ve komple dekorasyon işleri

Nam Mobilya İmalat San. Tic. Ltd. Şti.
Karacakaya cad. Bilecik Sk. No:13/6
Sitelere Altındağ / Ankara

NAHİT RENDA

TÜFEKÇİOĞLU
Kauçuk San. ve Tic. Ltd. Şti.
TUV CERT
ISO 9001 - 2000

Adres: Avar Cad. No:6 Organize Sanayi Bölgesi
Sincan Ankara
Tel.: 0312 267 10 90
Faks: 0312 267 10 94

BÜLENT TÜFEKÇİOĞLU

Elimko Otomatik Kontrolde Güvenilir İsim

Elimko Elektronik
İmalat ve Kontrol Tic. Ltd. Şti.
8. Cad. 68. Sok. No:16 Emek / ANKARA
Tel: 212 64 50 (6Hat) Fax: 212 41 43

MALİK AVİRAL - GÜNGÖR ÖZGÜN

PENTA

PENTA Tıbbi Cihazlar ve Bilişim Sistemleri San. ve Tic. A.Ş.

Hoşdere Caddesi Fuar Sokak
Alper 2 İş Merkezi No: 5/3
Y. Ayrancı 06540 ANKARA

SERDAR ŞENTÜRK

TRIA Seo Tasarım Bay-Bayan
CEM - NERMIN
Birlik Mh. 450. Cd. 46/B
Çankaya/ANKARA
T: 0312 496 26 86

Ems Mekatronik®
Tic. Cihazları Endüstriyel Çözümler
Otomatik Fikürlerden Güçlü Çözümlere
Yatırım Çözümüne Üretim Destek
Uygun ve Kaliteli Çözümler

KEMAL DEMİR

SÜRPRİZ

Ankara Kavaklıdere Rotary Kulübü 1975

2430. Bölge

Dönem Başkanı
Cevat HEPER

Gelecek Dönem Başkanı
Sefa ÜNAL

Sekreter
Y. Güven ÖZEN

Sayman
Özlem SARIKAYA

Üye
Akın DERE

TOPLANTI YERİ
Crowne Plaza
Perşembe 19:00 - 21:00

Rotary
İş ve Meslek sahiplerinin Hizmet Kuruluşudur.
15 Günde bir yayımlanır

KULÜP MERKEZİ
Büklüm Sokak No:17/2
06660 Kavaklıdere Ankara

Tel: 0 312 425 30 53

www.kavaklilererotary.org
f ankarakavaklilererotarykulubu

2019-2020 Dönemi

Mark Daniel MALONEY
UR. Başkanı

M. Hakan KARAALİOĞLU
2430. Bölge Governörü

Sevgi SOLUK
9. Grup Governör Yrd.



*'Kendiniz için değil,
başlı bulunduğunuz ulus için el birliği ile çalışınız,
çalışmanın en büyükü budur''*
Mustafa Kemal Atatürk



Başkanın Mektubu

Sevgili Dostlarım,

Sizleri bu hafta başka konulara taşımak istedim, izninizle. Nihayet yaza geldiğimiz bu günlerde, içimizi ısıtan güneş bir yandan da bize tatil planları yaptırmaya başladı. Hepimiz denizin kokusunu içimize çekerek güneşlenmenin hayalini kuruyoruz. Acaba güneşe çıkmadan önce gerekli önlemleri alıyor muyuz? Güneşten koruyucu ürünü cilt tipine göre seçmemek, koruyucu ürünü güneşe çıktıktan sonra ya da düzenli aralıklarla yinelememek. Bunlar, kendimizi güneşin zararlı ışınlarından koruduğumuzu düşünürken en sık yaptığımız hatalardan birkaçı. Sadece bedenimizin değil psikolojimizin üzerinde de pek çok olumlu etkisi olan güneş, kendisinden doğru şekilde korunmazsak, bir dosttan maalesef düşmana dönüşüyor; cilt lekeleri, erken cilt yaşlanması, güneş yanığı ya da cilt kanseri gibi birçok sorun baş gösteriyor.

Güneşlenmeyi seviyoruz ancak güneşin zararlarından korumaya çalışırken doğru sandığımız yanlışlar yapıyoruz. İşte size güneşle baş başa kalmadan önce yapmamız gerekenler; Seçilecek güneşten koruyucu ürün, kesinlikle cilt tipine uygun olmalı; örneğin, alerjik ya da hassas cilde sahip olanlar, yoğun güneşte kalarak çalışanlar, hamileler, çocuklar, ciltte bariyer oluşturan fiziksel koruyucu ürünleri tercih etmeli. Cildi kuru olanlar, krem formundaki nemlendirici özelliği de olan ürünleri; aknesi olanlara yeni sivilce oluşumunu engellemek adına, yağlı değil su bazlı ürünleri kullanmalı. Deniz ve havuzda uzun süre vakit geçirenler, açık havada spor yapanlar ve terlemeye meyilli kişiler, tercihlerini suya dayanıklı(waterproof) koruyuculardan yana kullanmalı.

Güneşten korunmak isteyenlerin en sık yaptığı hatalardan birisi de koruyucu ürünü deniz kıyısında uygulamak. Oysaki kremin güneş altına çıkmadan en az 20-30 dakika önce sürülmesi gerekiyor ki ciltten emilip koruyucu özellik kazanabilsin. Koruyucu kremi yeterli miktarda sürmeye özen gösterin. Yapılan en önemli hatalardan biri de güneşten koruyucu ürünün etkisini tüm gün boyunca sürecini düşünmek. Ancak güneşten koruyucu ürünleri, UV ışınlarının yoğun olduğu dönemlerde yani 10.00-16.00 saatleri arasında, 2 saatte bir uygulamak gerekir. Deniz ya da havuzdan çıktıktan sonra ise bekletmeden koruyucuyu yeniden uygulamalısınız.

Güneş ışınları, sudan ya da kumdan yansır. Şemsiyenin altında olsanız da ışınların yaklaşık yüzde 35'ine maruz kalırsınız. Kapalı havalarda cildinizi etkileyen zararlı UV ışınlarının oranı yüzde 80'e ulaşır. Işınlar ayrıca pencerelerden, perdelerden ve araba camlarından süzülerek sizleri etkiler. Bu sebeplerden ötürü, ister gölgede olsun ister kapalı alanda, güneşten koruyucu bir ürün kullanmayı ihmal etmeyin.

Cildiniz akne veya alerjiye yatkınsa, vücut ürünlerini kesinlikle yüzünüzde kullanmamanız gerekiyor. Dudak bölgesi göz çevresi oldukça hassas bölgeler olduğu için, bu bölgelerde özel geliştirilmiş ürünler kullanmak, üstelik uygulamayı da sıklıkla yenilemek gerekiyor. Ten renginiz koyuysa ya da bronzlaştıysanız artık bir koruyucu ürün uygulamanıza gerek kalmadığını düşünebilirsiniz. Oysaki ne bronzlaşma ne de ten renginin koyuluğu güneş yanıklarının oluşmasını engeller. Aksine koruyucu kullanmaksızın güneş altında kalmak cildi hem yıpratır hem de zamanından önce yaşlandırır. Üstelik ten renginden bağımsız şekilde herkes cilt kanseri tehlikesiyle karşı karşıyadır.



A.Cevat HEPER
Kavaklıdere Rotary Kulübü
2019-2020 Dönem Başkanı

44.yıl

Sayı: 2063/03, 8 Ağustos 2019

Geçen Toplantı :

Toplantı No : 2062/02
Toplantı Tarihi : 25 Temmuz 2019
Toplantı Saati : 19:00 - 21:00
Toplantı Yeri : CP Ankara Plaza
Konuşmacı : RTN.D Ali DİNÇ
Konu : 24 Temmuz "Lozan Antlaşması ve Yaptırımları"

Bu Toplantı :

Toplantı No : 2063/03
Toplantı Tarihi : 08 Ağustos 2019
Toplantı Saati : 19:00 - 21:00
Toplantı Yeri : CP Ankara Plaza
Konuşmacı : Biz Bize
Konu :

Gelecek Toplantı

Toplantı No : 2064/04
Toplantı Tarihi : 22 Ağustos 2019
Toplantı Saati : 19:00 - 21:00
Toplantı Yeri : CP Ankara Plaza
Konuşmacı : Biz Bize
Konu : Dönem Projeleri

TOPLANTI GÜNDEMİ

Ankara Kavaklıdere Rotary Kulübü 8 Ağustos 2019 Gündem

- 1 Açılış ve Mutlu Günler,
- 2 1 - 15 Ağustos Tarihinde Bugün,
- 3 Biz Bize,
- 4 Kapanış.

BÜLTEN NOTU

2062/02 No'lu geçen haftanın toplantı notu;

- DB. Cevat Heper toplantıyı açtı, Onur konuğu konuşmacı Ali Dinç (Kulübümüz Üyesi), Sinan Debre, Abdurrahman Baştaş, Cihangir Dumanlı ve Kemal Özberk ile rotaryen eşlerini tanıttıktan sonra genel sekreter mutlu günleri sundu. Başkan takiben mutlu günlere ait "Tema Meşe Tohumu" sertifikalarını ilgilileri (Dilek-Nejat Oğuz, Gönül- Hasan Alün ve Selma – Ali Dinç 'e takdim ettikten sonra ;

- Başkan Onur konuğu konuşmacı Ali Dinç'in kısaca özgeçmişini sundu , ardından konuşmacıyı sunumunu yapmak üzere kürsüye davet etti. Konuşmacı 24 TEMMUZ "LOZAN BARIŞ ANTLAŞMASI" nın yıldönümü nedeniyle barışın yurdumuza sağladığı çıkarlar ve kayıplar hakkında kısaca istatistiki bilgiler verdikten sonra, antlaşmanın uygulanmasını ile harp tazminatları konularındaki gelişmelerden bilgiler verdikten sonra soruları da yanıtlayan konuşmacıya başkan yönetim kurulu adına teşekkürlerini sundu.

- Ardından Başkan Cevat Heper , GDB. Akın Dere ' ye söz verdikten sonra toplantıyı sona erdirdi.

Mutlu Günlerimiz

Doğum Günleri

05 Ağustos Tuğçe POLATKAN
10 Ağustos Nuran HAZAN
20 Ağustos Umut İŞLEYİCİ

Evlilik Yıldönümü

12 Ağustos Rana - Gürkan OLGUNTÜRK

Devam Kartları

İlk Gelen Üye : Kazım YETİŞ
Devam : % 53

Konuklar

9. Grup Rotary kulüplerinden sorumlu Guvernör Yardımcısı SEVGİ SOLUK SİNAN DEBRE (MISSION VALLEY SUNSET RK.- SAN DIEGO ABD, Rtn. Esen Çaltuğ'un konuğu), ABDURRAHMAN BAŞTAŞ (KIZILAY RK. DB. Cevat Heper'in konuğu), KEMAL ÖZBERK (GÖLBAŞI RK. GDB.), CİHANGİR DUMANLI (INTERNATIONAL RK.Üyesi, Ali Dinç ' in konuğu) ile Rotaryen Eşleri; Dilek OĞUZ, Gülen YEŞİLKAYA, Selma DİNÇ, Müzeyyen ÜNAL ve Bilge HEPER

Üyelik Bilgileri

Üye Sayısı : 42
Faal Üye : 29
Devamdan Muaf Üye : 13
Major Doners : 1
U.R. Vakıf Üyeleri Benefactor : 5
Kulüpten Ayrılmış Benefactor : 3
Kulüpte Faal PHD : 19
Kulüpte Faal PHDA : 2
PHD Rotaryen Eşi : 4
Kuküpten Ayrılmış PHD : 25

HABERLER / DUYURULAR:



➔ Rotabeste ana komitesi başkanı Teoman Şeşen önderliğinde, 2430. Bölge federasyonu ofis binasında, projenin ikinci toplantısını gerçekleştirdik. Önemli fikirlerin üretildiği, yarışma şartnamesinin kabul edildiği, bundan sonra nasıl bir yol haritası izleneceği konularında kararlar alınan bir oturum yapıldı.

➔ 06-12 Haziran 2020 tarihleri arasında Hawaii Honolulu'da UR Konvansiyonu gerçekleşecektir. Kişi başı katılım bedeli 350-USD dir. Konaklama ile beraber, iki kişilik odada kişi başı, 3995-USD tek kişilik odada 5295-USD dir.

➔ 2430. Bölge Federasyonu ve UR Aidatlarımızın ödemeleri, saymanımız tarafından gerçekleştirilmiştir.

➔ Ağustos ayı Rotary'de üyelik ve üyelik geliştirme ayıdır.

➔ Safranbolu Belediyesi Kent konseyinde, Safranbolu RK'ü temsil hakkını elde etmiştir. Başarılarından dolayı tüm kulübü ve dönem başkanı Kemal Ergüder'i kutlarız.

➔ Geçtiğimiz hafta sonu gerçekleşen, uzun dönem öğrenci değişim uyum kampı Ankara İbis otelde gerçekleşti. Son gün ben ve eşim Bilge ile, bir oryantasyon ve kapanış oturumuna katıldık, faydalı oldu. Kulübümüzün bir yıl misafirliliğini üstlendiği uzun dönem öğrencisi, Brezilya'lı Rafael'i GDB Başkanı Akın Dere ve eşi Vahide teslim alarak, kamptan ayrıldık.

➔ 6-8 Eylül tarihinde Sinop Diyojen RK'ü Rotaçaparı adında, balık tutma etkinliği düzenlemektedir.

Program
6 Eylül Cuma
Geliş saatleri ve kişi sayısına göre ekstra etkinlik organize edilecektir. Deniz kıyısında Bir Barbekü partisi neden olmasın!?
7 Eylül Cumartesi
10:00 Otel'den hareket
10:15 Şahin Tepesi / Sinop'a yukarıdan bakın...
11:00 Tarihi Hapishane ziyareti.
12:30 İnce Burun'a hareket / Türkiye'nin en kuzeyindeki yalnız feneri ziyaret...
14:00 Öğle Yemeği / Leziz Etili Kulak Hamurunu tatma olanlar için son fırsat (Sinop Mantısı diye bilinir)
15:00 Akliman ve Hamsaraz (Hamsılaş) Millî Parkı'na ziyaret. Yeşil ile Deniz'in buluşması...
16:00 Çaparı Zamanı... / Yetenekleri gözlem...
20:00 Akşam Yemeği (Vira Otel) / Eğlenceye ve sürprizlere hazır olun
8 Eylül Pazar
10:30 Otel'den hareket / Erfelek Tatlıca Şelaleleri. Bu eşsiz doğayı görmekten, şelale içinde yürüyerek tırmanmadan eğlence bitmez.
14:00 Öğlen Yemeği / Şelalede gözleme/ayran...
15:00 Sinop'a hareket
16:00 Sinop'ta serbest zaman

Ucretler
❖ 7 Eylül gezi programı, çaparı, öğlen ve akşam yemeği dahil kişi başı 350TL, alkol ekstra
❖ 8 Eylül Şelale Gezisi ve öğlen yemeği kişi başı 75TL
❖ Vira Otel'de 2 kişilik Oda/Kahvaltı ücreti 300TL/gece. Rez: 0 (368) 260 5444, info@viraotel.com www.viraotel.com



ROTAÇAPARI



Rezervasyon ve Bilgi için:

DB Akın Sönmez : (542) 356 6747
akinosptik@msn.com

Sayman Aykut Yılmaz: (542) 390 6050
Ayk.yilmaz@gmail.com