



ANKARA TUNALI HİLMİ ROTARY KULÜBÜ BÜLTENİ

Sayı : 2

Tarih : 10.08.2020

Kulüp 40, Dönem 2. Toplantısı

<https://tunalihilmirotary.org/>

27.07.2020 Tarihli Toplantı Notları:

KATILIM ORANI: % 68

MAZERETLİ ÜYELERİMİZ

- Didem GÜRKAN
- İrem ÖZYÜNCÜ
- Necati DEMİRBAŞ
- Raşit CERAN
- Şükrü TUNCEL

UR Başkanı

Holger KNAACK

UR 2430 Bölge Guvernörü

Serhan ANTALYALI

Guvernör Yardımcısı

**Ece KARADENİZ
KÖKSAL**

YÖNETİM KURULU

Başkan

**İlker Erdem
AYDINOĞLU**

As Başkan

Tunç KARAMAN

Sekreter

**Yasemin NACAR
GÜRKAN**

Sayman

Semih ÖZTAŞÇI

GDB

Deniz GÜRSOY AYALP

DÖRTLÜ ÖZDENETİM

“Düşündüğümüz, söylediğimiz ve yaptığımız şeyler”

- GERÇEĞE UYGUN MU?
- İLGİLİLERİN TÜMÜ İÇİN ADİL Mİ?
- İYİ NİYET VE DAHA İYİ DOSTLUKLARI SAĞLAYACAK MI?
- İLGİLİLERİN TÜMÜ İÇİN YARARLI MI?



ANKARA TUNALI HİLMİ ROTARY KULÜBÜ BÜLTENİ

BAŞKANIN MESAJI

Sinerjik dönemden hepinize merhaba sevgili dostlarım,

Dönemin 2. Toplantısını çok keyifli bir şekilde tamamladık. Özellikle alanında çok önemli bir ismi, Prof. Dr. Mahmut İlker Yılmaz' ı konuk ettik.

Prof. Dr. Mahmut İlker Yılmaz ile **Sağlıklı Yaşam için 'Yağmur'dan kaçarken Dolu'ya mı tutuluyoruz' FARKINDA MISINIZ?** konusunu konuştuk.



Toplantımıza katılan sinerjik dönemde kulübümüzden sorumlu Guv. Yardımcımız Ece Karadeniz Köksal'a, Başkent RK dönemdaş başkanım Yasemin Arıkan'a ve katılan siz değerli dostlarım ve eşlerine bir kez daha teşekkür etmek isterim.

Mevcut **UR aidatı ödemesi ve bölge aidat ödemesi** kulübümüzce yapıldı.

Türkiye Eğitim Gönülleri Vakfı' nın (TEGV) iş birliği ile yapılacak olan Özel Projeler başlığı altında **iki önemli küresel bağış projesine** (Ateşböceği ve Tasarı-Beceri Atölyesi) kulüp olarak katılma kararı aldık.

25 Temmuz' da **Didem dostumuzun Ocakbaşı' nda** birbirimizi ne kadar özlediğimizi yüz yüze söyledik.

26 Temmuz da bölge görevi olarak yine ev sahipliği yaptığımız **İş İnsanları İçin Etkili Konuşma Semineri' ne** katıldık.

Hepinizi sevgi ile kucaklıyor, önce sağlık dileyerek, saygılarımı ve şükranlarımı sunuyorum.

Rotaryen Sevgi ve Saygılarımla

Rtn. İlker Erdem AYDINOĞLU

2020-2021 Dönem Başkanı



ANKARA TUNALI HİLMİ ROTARY KULÜBÜ BÜLTENİ

2.TOPLANTI

"Rotary Fırsatlar Yaratır" derken kendimizi ve çevremizdekileri sağlıklı tutabilmek, en azından farkındalık için yüreklerle dokunabilmek adına sevgili dostum Prof. Dr. Mahmut İlker Yılmaz ile Sağlıklı Yaşam için 'Yağmur'dan kaçarken Dolu'ya mı tutuluyoruz' FARKINDA MISINIZ? konusunu konuştuk.

- Nobel Sarayından 44 Ülkeye Canlı Yayında Yaptığı Tıbbî çalışmaları anlatan
- 2008 Tübitak Ödülü, 2009 Yılı Eczacıbaşı Tıp Ödülü, 2009 Yılı Roche Tıp ödülü, 2010 Güven Tıp Ödülü Alan
- Avrupa Nefroloji Birliğince 5 yıl üst üste en iyi araştırmacı seçilen
- PUBMED'de 200'e yakın makalesi yer alan
- h-indeksinde tüm tıp dallarında ve Nefroloji alanında Türkiye'de 1'inci, Avrupa'da 6'ncı ve dünya'da 12'inci olan;

Ve alanında çok ciddi referanslara ve çalışmalara sahip olan Prof. Dr. Mahmut İlker Yılmaz ile "Sağlıklı Yaşam" adına yeni bir şeyler duymak ve öğrenmek istiyorum dedik ve konuğumuz bu konuda keyifli sohbetiyle bizi aydınlattı.



Her 100 gramlık tükürükten Yaklaşık ve Miktarları	Anastomoz Tıbbi	1995	2005	Fark
Brokoli	Yaklaşık	100	100	0%
	Yaklaşık	100	100	0%
	Yaklaşık	100	100	0%
Fasulye	Yaklaşık	100	100	0%
	Yaklaşık	100	100	0%
	Yaklaşık	100	100	0%
Patates	Yaklaşık	100	100	0%
	Yaklaşık	100	100	0%
	Yaklaşık	100	100	0%
Havuç	Yaklaşık	100	100	0%
	Yaklaşık	100	100	0%
	Yaklaşık	100	100	0%
Isenak	Yaklaşık	100	100	0%
	Yaklaşık	100	100	0%
	Yaklaşık	100	100	0%
Elma	Yaklaşık	100	100	0%
	Yaklaşık	100	100	0%
	Yaklaşık	100	100	0%
Muz	Yaklaşık	100	100	0%
	Yaklaşık	100	100	0%
	Yaklaşık	100	100	0%
Çilek	Yaklaşık	100	100	0%
	Yaklaşık	100	100	0%
	Yaklaşık	100	100	0%

Notlar: Veriler toprak, su, hava, ışık, ısı, ısıtma, ısıt

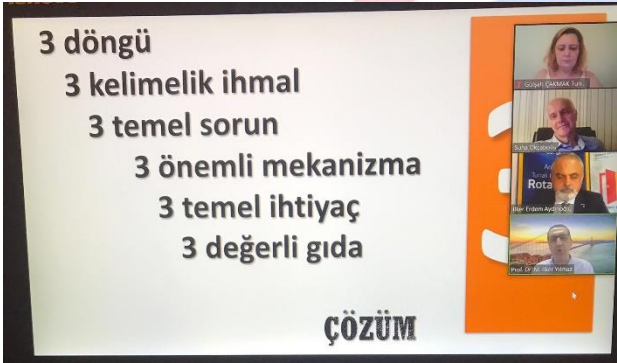


Ankara Tunalı Hilmi
Rotary
Kulübü



ANKARA TUNALI HİLMİ ROTARY KULÜBÜ BÜLTENİ

2.TOPLANTI



Muhteşem sunum ve bilgiler için Prof. Dr. Mahmut İlker Yılmaz'a teşekkür ederken, bizlerde Tunalı Hilmi Rotary Kulübü olarak hocamız adına; Güldünya Ormanı na ağaç bağışladık.



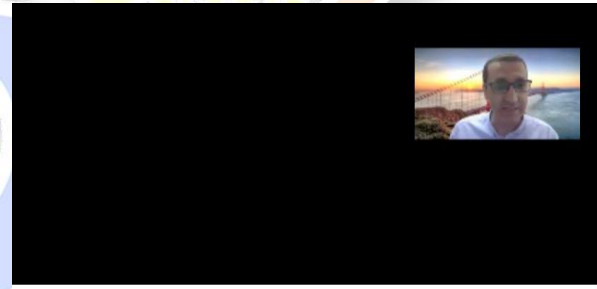


Ankara Tunalı Hilmi
Rotary
Kulübü



ANKARA TUNALI HİLMİ ROTARY KULÜBÜ BÜLTENİ

TOPLANTIDAN YANSIYAN KARELER...



3 ANLAMLI SONUÇ
SAĞLIK
VARLIK
ZAMAN



Bıyıklarımı düzeltmezsem olmaz ...





ANKARA TUNALI HİLMİ ROTARY KULÜBÜ BÜLTENİ

DİDEM DOSTUMUZDA OCAKBAŞI ...

Evet... Uzun zamandır bir araya gelmenin özlemi içindeydik değil mi dostlarım?..

Dostluklarımızı yürekten yaşayıp, dostlarımızın gözlerine bakarak samimiyetimizi aktarırken, hiç alışık olmadığımız bir durumla karşılaştık. Aslında toplumun bilinçli bireyleri olarak bizi zorlasa da toplantılarımızı ekranlara taşıdık.

Ancak buluşmalıydık, ama nasıl ??? Bizlere yakışır olmalıydı.

Didem dostumuz Ocakbaşı ve İşyeri Ziyaretleri Komite başkanı olduğu için hemen isteğimize karşılık verdi ve bizi mesafe içerisinde kendi Ocakbaşı'nda bir araya getirerek az da olsa özlemimizi giderdi.

Teşekkür ederim, teşekkür ederiz Didem ...





Ankara Tunalı Hilmi
Rotary
Kulübü



ANKARA TUNALI HİLMİ ROTARY KULÜBÜ BÜLTENİ

DİDEM DOSTUMUZDA OCAKBAŞI ...



Metin dostumuz, her zaman ki nezaketi ile dedi ki:

“Mangal bizim işimiz, parmaklarınızı yedikten sonra teşekkürleri alırım...”





ANKARA TUNALI HİLMİ ROTARY KULÜBÜ BÜLTENİ

İŞ İNSANLARI ETKİLİ İLETİŞİM SEMİNERİ

26 Temmuz 2020 tarihinde, "İş İnsanları Etkili İletişim Semineri" Bölge etkinliğine ev sahipliği yaptık.

Günlük hayatta birçok defa farkında olmadan yaşadığımız, yanlışlar yaptığımız ama aslında ne kadar önemli olduğunu dinleyince fark ettiğimiz önemli bir konuydu.

Okurken, konuşurken, vurgularken, seslenirken kişiliğimizin bir parçası haline gelen yanlışları değiştirmek lazım.

İnanılmaz etkilendik... Neler mi?

- Okumada "Doğru ses, doğru tonlama, doğru vurgu, noktalama işaretlerine uyum, nefes kullanımı..."
- Topluluk karşısında konuşma...
- Doğru bildiğimiz yanlışlar... v.s.

Teşekkür ederiz Şebnem Yiğit dostumuza, bizi aydınlattığı, bu farkındalığı kazandırdığı için...



Rotary
2430 Bölge



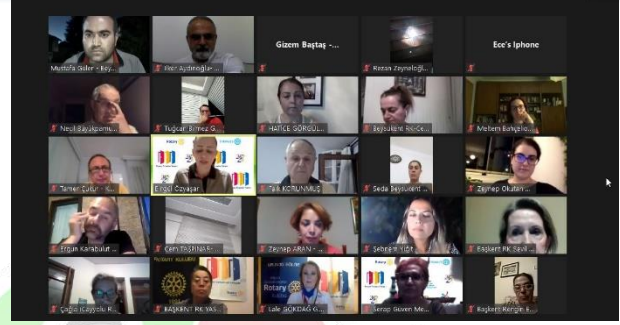
Rotary
Fırsatlar Yaratır

Rotary  TALKS



ANKARA TUNALI HİLMİ ROTARY KULÜBÜ BÜLTENİ

İŞ İNSANLARI ETKİLİ İLETİŞİM SEMİNERİ



EGİTİM

OKUMA

- *DOĞRU SES
- *DOĞRU TONLAMA
- *DOĞRU VURGU
- *NOKTALAMA İŞARETLERİNE UYMA
- *NEFES

KİTAP OKUMA SAA

TOPLULUK ÖNÜNDE KONUŞAMAMANIN NEDENLERİ

- Dil-dudak tembelliği
- Boğumlanma yani artikülasyon bozukluğu
- Hızlı konuşmak-zaman iyi kullanamamak
- Nefesimizi ayarlayamamak
- Hazırsız olmak
- Yeterince prova yapmamak
- Konuya yeterince hakim olamamak
- Heyecanlanmak

OKUNUŞU

- Ge-li-ceem
- Gidi-ceem
- Ya-pı-ca-ım
- Yap-mı-y-ca-ım
- Git-miy-ce-ini
- Se-vi-ce-t-ni
- Sev-miy-ce-t-ni
- O-lu-ca-ını
- Ok-mı-y-ca-t-ını
- Din-li-yen-le-ri
- Dİ-li-yen-le-ri

YAZILIŞI

- Geleceğim
- Gideceğim
- Yapacağım
- Yapmayacağım
- Gilmeyeceğini
- Seveceğini-Sevmeyeceğini
- Olacağını-Olmayacağını
- Dinleyenleri
- Dileyenleri

BAŞIMIZIN DERDİ: -İLE

*İLE sözcüğünü (Bağlaç ya da ilgeç) ayrı kullanmayınız.

- Para ile – PARAYLA
- Kardeşi ile – KARDEŞİYLE
- Anne ile oğul – ANNEYLE OĞUL
- Para ile iman – PARAYLA İMAN
- Sen ile ben – SENİNLE BEN
- İyi ile – İYİLİKLE
- Uçak ile – UÇAKLA

*İle bağlaçla ünlüyle biten bir sözcüğe eklenirken, "ile" nin başındaki -i ünlüsü -y- ünlüsüne dönüşür. Buna dönüşüm dönüşüm denir.

"ZOR" OLANLAR

- İnisiyatif
- İkamet
- katil
- katil zanlısı
- hukuka
- hükümet
- İddaname



ANKARA TUNALI HİLMİ ROTARY KULÜBÜ BÜLTENİ

BİLGİ DAĞARCIĞI

DOĞRU BİLDİĞİMİZ YANLIŞLAR...

Çin Seddi aydan görünebilir.

Ay üzerindeyseniz pek çok şey görebilirsiniz ama Çin Seddi bunlardan biri değildir. 1938 tarihli "Second Book of Marvels" isimli kitabında Richard Haliburton Çin Seddinin aydan görülebilen insan yapımı olan tek şey olduğunu iddia etti. Ama Çin Seddi sadece en fazla 10 metre genişliğinde ve çevresi ile aynı renkte ve bu da onu bırakın aydan, uydudan izlerken bile çıplak gözle görmeyi imkansız hale getiriyor.

Balık yanında yoğurt yenmez.

Bilinenin aksine balık tazeyse yoğurtla birlikte yenilmesinde sakınca yok. Zehirlenmenin sebebi yoğurt değil, balığın içinde bulunan 'histamin' proteini. Bu madde yoğurtta da olduğundan, birlikte yenildiğinde vücuttaki 'histamin' miktarı artabiliyor ve alerjik durumu olan kişilerde kızarıklığa ya da kaşıntıya neden olabiliyor. Balığının tazeliğine güveniyorsanız, yoğurtla birlikte tüketmenizin hiçbir sakıncası yok.

Amerika ismi Amerigo Vespucci'den almıştır.

Amerika, ismini İtalyan haritacı ve tüccar Amerigo Vespucci'den değil, Galli ve zengin bir Bristol tüccarı Richard Ameryk'ten almıştır. Ameryk, John Cabot'un ikinci transatlantik yolculuğundaki baş sermayedardı. Mayıs 1497'de Cabot, küçük gemisi Matthew'le Labrador'a ulaştı ve Vespucci'den iki yıl önce Amerika toprağına ayak basan ilk Avrupalı oldu.

Ispanak insanı güçlendirir.

Tıpkı Temel Reis gibi: Bu efsane, ıspanağın demir açısından zengin olduğu gerçeğinden ileri gelir. Fakat tam bu noktada bir hata yapılıyor, çünkü aslında ıspanakta sanıldığı kadar çok demir bulunmaz. Bu efsane bir el yazısı hatasından kaynaklanmaktadır. 1870'de bir doktor ondalık işaretini yanlış yere koyduğu için, ıspanağı olduğundan on kat fazla demir içeriyor gibi göstermiş oldu.



ANKARA TUNALI HİLMİ ROTARY KULÜBÜ BÜLTENİ

MUTLU GÜNLERİMİZ

- 27 Temmuz Zafer MENTEŞOĞLU dostumuzun kızı Deniz'in doğum günü,
- 28 Temmuz Metin TANDOĞAN dostumuzun doğum günü,
- 30 Temmuz Murat ÖZTÜRK dostumuz ve kıymetli eşi Aygül'ün evlilik yıldönümleri,
- 01 Ağustos Çetin Sezer GÖÇER dostumuzun doğum günü,
- 10 Ağustos Necati DEMİRBAŞ dostumuzun doğum günü,

**Biz çok güzel ve her geçen gün büyüyen bir aileyiz.
Dostlarımızın bu mutlu günlerini en içten dileklerimizle
kutluyoruz...**