



Maltepe Rotary Kulübü

BÜLTEN

2009 - 2010 Dönemi

15 Aralık 2009

Bülten # 11





Maltepe Rotary Kulübü

Kuruluş / Charter

26.05.1982 / 17.04.1985

Toplantı Yeri ve Günü

Ankara Bilkent Oteli
Perşembe / Saat: 19:30

6. Grup Guvernör Yardımcısı

A. Sait ERELMALI

Maltepe Rotary Kulübü
2009-10 Dönem Başkanı

Mustafa TANIŞIK

Asbaşkan

M. Haluk TEMİZİÇLİ

Kulüp Yönetimi

Turhan ÖZTOYGAR

Sekreter

Yusuf Ziya ÇINAR

Sayman

Atila AKSOY

Üyelik ve Üyelik Geliştirme

Ufuk GÜNEŞ

Halkla İlişkiler

Murat TEMUR

Hizmet Komitesi

Engin ÇOPUR

Rotary Vakfı

Yalçın ATAY

Bülten Komitesi

Reşat ÖZKAN

Haberleşme Adresi

Eskişehir Yolu üzeri 499. Sokak
Azatbey Sitesi No: 26 06810
Çayyolu - ANKARA
Tel : +90 (312) 235 10 11
Faks : +90 (312) 235 05 50



John - June KENNY

U.R. Başkanı ve Eşi



Hasan - Esin AKDUMAN

U.R. 2430. Bölge Guvernörü ve Eşi



Mustafa - Asuman TANIŞIK

Maltepe Rotary Kulübü Başkanı ve Eşi

DÖRTLÜ ÖZ DENETİM

DÜŞÜNDÜKLERİMİZ, SÖYLEDİKLERİMİZ, YAPTIKLARIMIZ

1. GERÇEĞE UYGUN MU?

2. İLGİLİLERİN TÜMÜ İÇİN ADİL Mİ?

3. İYİ NİYET VE DAHA İYİ DOSTLUKLAR SAĞLAYACAK MI?

4. İLGİLİLERİN TÜMÜ İÇİN HAYIRLI MI?

BAŞKAN'IN MESAJI



Değerli Dostlarım,

Yılın bu son günlerinde Maltepe Rotary Kulübü bu yarı yılda ürettiğimiz hizmetler içimizi ısıtıyor, hizmet aşkımızı güçlendiriyor. Projelerimizi bir biri ardına uygulamaya koymanın gurur ve sevincini yaşıyoruz. Dönemimizin en büyük potansiyelli projesi olan RYLA Semineri ile ilgili çalışmalarımız hızla devam ederken, bu konu ile ilgili hizmetlerinden dolayı tüm kulüp üyelerine teşekkür ederim.

Rotaryen Sevgi ve Saygılarımla.

Rtn. Mustafa TANIŞIK
2009 – 2010 DÖNEM BAŞKANI

TOPLANTILARIMIZ

Toplantı Tarihi : 03.12.2009 Üye Sayısı : 39
Toplantı No : 15 Katılan Üye : 24
Toplantı Konusu : Governör Ziyareti ve Asamble

Toplantıdan Notlar : Yılın son ayının ilk toplantısı eşli olup Governör Ziyaretini de kapsadı. Rorayen eşlerinin toplantısı bir salonda devam ederken UR 2430. Bölge Governörü Rtn. Hasan AKDUMAN ile Kulübümüz Yönetim Kurulu başka bir salonda toplantı halinde idi. Saat 17.30 daki birleşik toplantı Dönem Başkanı Rtn. Mustafa TANIŞIK'ın açış konuşması ile başladı. Ardından kulübümüze girişleri kabul edilen 4 yeni üyenin eşleri birlikte düzenlenen törenle rozetleri takıldı. Mutat konuşma ve giriş andının okunması ardından Bölge Governörü Rtn. Hasan AKDUMAN konuşmasını yapmak üzere kürsüye davet edildi. Maltepe Rotary Kulübü'nün hizmetlerini överek Türk Rotarysinin Cumhuriyetin kazanımları ve ilkelerinin her zaman yılmaz savunucusu ve koruyucusu olarak insanlığa hizmetini sürdüreceğini belirtti. Toplantı karşılıklı dilek ve temennilerle son buldu.

Toplantı Tarihi : 10.12.2009 Üye Sayısı : 39
Toplantı No : 16 Katılan Üye : 16
Toplantı Konusu : Biz Bize

Toplantıdan Notlar : Haftanın biz bize toplantısı Dönem Başkanı Rtn. Mustafa TANIŞIK'ın iyi dilekleri ile açıldı. Mutat duyuru ve bilgilendirmelerin ardından Kulübümüzün düzenleyeceği RYLA Semineri ile ilgili Geçmiş Dönem Başkanı Rtn. Atilla AKSOY geniş bilgi verdi. Toplantı iyi dileklerle son buldu.

MUTLU GÜNLERİMİZ

Doğum Günü

28 Aralık Pazartesi

Rotaryenler

Hilmi ÖZKAZANÇ

Doğum Günü

20 Aralık Pazar

Rotaryen Eşleri

Esin / Ufuk GÜNEŞ'in Eşi

Doğum Günü

06 Aralık Pazar

12 Aralık Cumartesi

27 Aralık Pazar

Rotaryen Çocukları

Şenel / Ruhi ESİRGİN'in kızı Sezin

Funda / Cezmi TOKTAŞ'ın kızı N.Pelin

Sema / Yılmaz ÖNEL'in kızı Özgü

Evlilik Yıldönümü

05 Aralık Cumartesi

20 Aralık Pazar

Hatice / Yücel KARAOĞUZ

Figen / Orhan ULUSMAN



SAĞLIK KÖŞESİ

Kulak Zarı Delinmesi

Mide Ağrılarını Gidermede Yardımcı Besinler

Karnabahar

Haşlanmış karnabahar, mideyi asit saldırılarından koruyarak tüm sorunları giderebilir. İçeriğindeki gefarnato maddesi ülser ilacının hammaddesi olarak kullanılır.

Lahana

Çiğ olarak yenen lahana ülser ve gastrite iyi gelir. Lahana suyu ile elma suyunu karıştırarak içerseniz ülser ve gastrit ağrılarını önler.

Patates

Çiğ patates suyu mide yanmasının doğal ilacıdır. Patatesi soyup meyve püresinde sıkın. Su havuç suyu veya kereviz suyu ile katıştırıp için.

Maden Suyu

Maden suyu mide asidinin büyük bölümünü etkisiz hale getirir.

Ispanak

Ispanağı buharda pişirin, yada haşlayarak tüketin. Taze yapraklarını salata olarak yiyin. Mideniz rahatlar.

Baklagil

Fasulye, mercimek, bezelyede bulunan bioflavionid maddesi midenin koruma faktörünü artırır.

Muz

Mideyi seven besinlerin başında gelir. Ara öğünlerde yenen bir muz midedeki yanma hissini ortadan kaldırabilir.

Kızarmış Ekmek

Midenin salgıladığı aşırı asidi kurutarak yanma hissini giderir.

FIKRA KÖŞESİ



Tu Ti Tu Tu Tu

Temel İngiltere’de lüks bir otele yerleşmiş, oda servisine açıp :
“Tu Ti Tu Tu Tu” demiş.

Oteldekiler telaşa kapılmış. Bu mesajı çözmek için oraya buraya koşturmuşlar, çözememişler. Sonunda konsolosluktan bir çevirmen bulmuşlar ve Temel’in ne dediğini anlamışlar:
“2 Çay 222’ye”