

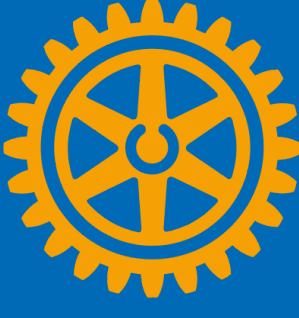


Antalya Lara
Rotary
Kulübü



***İYİLİK
İÇİN
BİRLEŞİN***

AĞUSTOS 2025
AYLIK BÜLTEN



Başkanın Mesajı

Tuğçe ÖZTÜRK ALMAÇ
2025-2026 Dönem Başkanı

Değerli Rotary Ailem,

Dönemimin planlanan ikinci ayına dinamik bir giriş yaptık.

Dönem boyunca kulüp üyelerimiz ile beraber ve kulüp üyelerimizin ayrı ayrı gerçekleştireceği gezilere yönelik bir kültür bültenimizin olduğunu duyurmaktan mutluluk duyarım. Bu kapsamda Edirne ve Çanakkale şehirlerimizde tarihi ve kültürel mirasımıza yolculuk yapmak gurur vericiydi. Dönem boyunca gerçekleştireceğimiz gezilerimizle kültür bültenimizle ilham olmayı amaçlıyoruz.

Bildiğimiz üzere Ağustos, üyelik geliştirme ayıdır. Bu ayın temasına uygun olacak şekilde üyelerimizin arasındaki iletişimin güçlendirilmesi, iletişim bozucu etkenlerin azaltılması amacıyla 'Kuşak Çatışması' isimli sunum gerçekleştirildi ve kulübümüze yeni bir üye kazandırıldı. Dinamik kulüp olma yolunda azimliyiz. Aday üyelerimiz ile beraber üyelerimizin niceliksel artışından ziyade niteliksel olarak artışını amaçlamaktayız.

Bu ay Hukuk Komitesi projeleri kapsamında İş Hukuku ve İş Güvenliği Eğitimi gerçekleştirildi. Bu kapsamda özel sektörde farklı şirketlerde çalışan insan kaynakları ve muhasebe uzmanlarına yönelik eğitim gerçekleştirildi.

Dönem boyunca gerçekleştireceğimiz bazı projeler belki tek seferlik olacaktır. Ancak bazı projeler var ki bu projelerin süreklilik arz eden projeler olması gerektiğine inanmaktayım. Polio Fonuna destek!

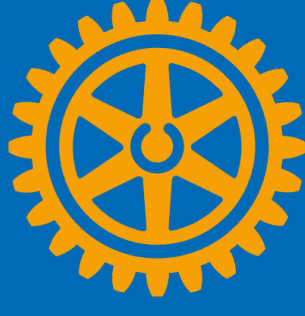
Dönem başlamadan önce geri dönüşümle hazırladığımız Polio kumbaramız, bu ay da olağan toplantımıza misafirdi. Yine 'World's Greatest Meal' başlığı ile Polio Fonuna destek olmamızdan dolayı umutluyum. Son zamanlarda Polio vakılarında görünen artış, bizi bu konuda daha istikrarlı şekilde hareket etmeye zorlamalıdır.

Ağustos demek Lara Rotary'de tenis turnuvası demektir. Her yıl eğitime destek olmak amacıyla gerçekleştirdiğimiz turnuvamızda bu yıl da 'Köy Okulumuza' destek olmak için bir aradayız.

Biliyorum ki bir adım atarak topluma örnek teşkil ediyoruz. Birlikte güçlerimizi birleştirerek daha fazla kişiye dokunuyoruz ve bu çabanın doğal sonucu olarak yaşadığımız topluma ve dünyaya karşı birey olma sorumluluğumuzu yerine getiriyoruz. Çalışmalarımızın aynı azim ve hassasiyetle devam etmesi dileğimle,

Rotaryen sevgi ve selamlarımla,

Antalya Lara
Rotary
Kulübü



İYİLİK İÇİN BİRLEŞİN

Antalya Lara
Rotary
Kulübü

*İYİLİK
İÇİN
BİRLEŞİN*

2025/8
**TARİHİ
KÜLTÜR
ROTALARI
NO:1 EDİRNE**



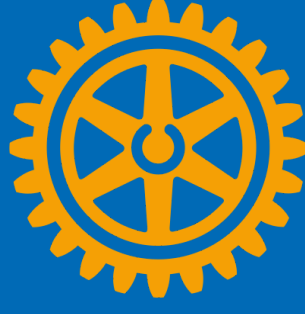
**KÜLTÜR BÜLTENLERİ
YAYINDA!**

Antalya Lara
Rotary
Kulübü

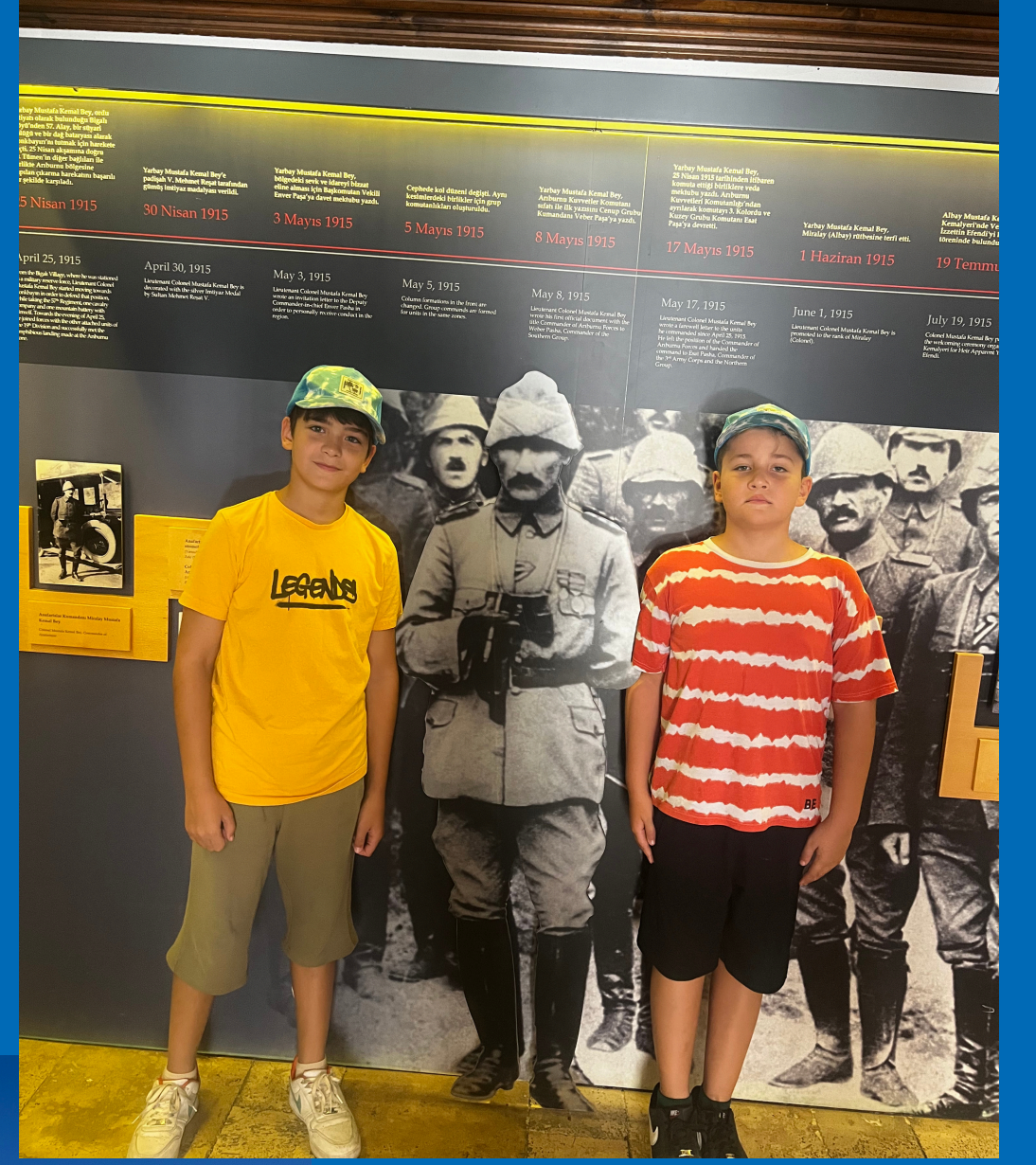
*İYİLİK
İÇİN
BİRLEŞİN*

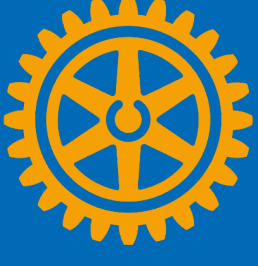
2025/8
**TARİHİ
KÜLTÜR
ROTALARI
NO:2
ÇANAKKALE**



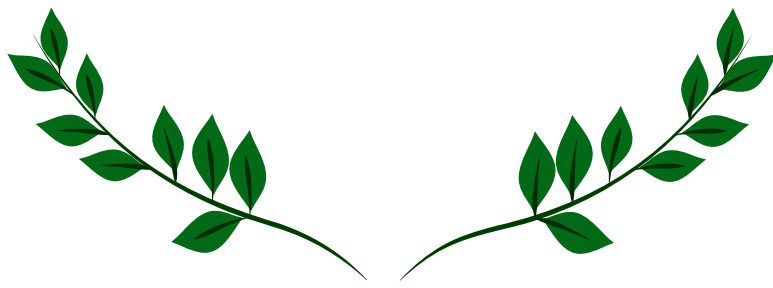


ROTAKİDSLER ÇANAKKALE'DE



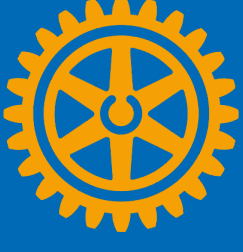


Üyelik ve Üyelik geliştirme ayı amacına yönelik olarak kulüp üyelerimizin yaşları ve dönemleri itibariyle birbirlerini daha iyi anlamaları ve iletişimin güçlendirilmesi amacıyla Konuşmacı Bankasına önerdiğimiz dönem saymanı Yücehan Akyüz Başhamamcı tarafından 'Kuşaklar Arası Farkları Anlamak ve Kuşak Çatışması' isimli sunum gerçekleştirildi. Sunum akabinde toplumsal önem de arz eden kuşak çatışmalarına karşı nasıl hareket edilmesi gerektiğinden bahsedilerek barışçıl çözüm yöntemleri konusunda farkındalık oluşturuldu.

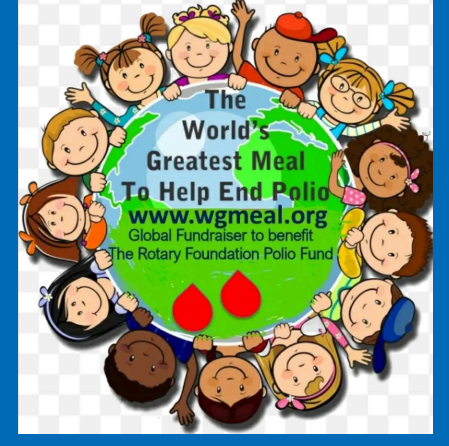


WORLD'S GREATEST MEAL 2'

Antalya Lara
Rotary
Kulübü



**END
POLIO
NOW**



Rotary Worlds Greatest Meal to Help End Polio

Yönetici Nauman Abbasi Rotarian · 1g ·

RESULTS from WGM Event#9449 Türkiye

Antalya Lara Rotary

District 2430

Number of participants in the event: 12

World's Greatest Meal 2

Total donation to TRF Polio Plus program:
US\$20.00

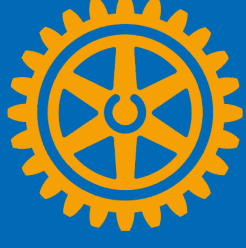
Message from Tugce Ozturk Almac

We are honored to support the polio fund at every regular meeting.

Contribution to the polio plus fund: US\$20.00, transformed in US\$60.00 with the matching of the Bill & Melinda Gates Foundation, funds for 428 Polio Vaccines. — **Susanne Rea ve 2 diğer kişi** ile birlikte.



Kulüp olağan toplantısında Polio Fonuna destek olmak amacıyla 'World'Greatest Meal 2' etkinliği düzenlendi. Bu kapsamda toplanan 20 USD Dolar bağış, Bill ve Melinda Gates vakfının da katkısıyla 60 Dolar ile 428 polio aşısını beraberinde getirdi. Söz konusu etkinliğin Uluslararası Rotary Facebook sayfasında yayınlanması ile ülkemizin ve bölgemizin de etkinliğine de dikkat çekildi.



İŞ HUKUKU VE İŞ GÜVENLİĞİ EĞİTİMİ



16.08.2025 Cumartesi günü özel sektörde farklı şirketlerde çalışan İnsan Kaynakları çalışanları ve yöneticilerine yönelik olarak İş Hukuku ve İş güvenliği Eğitimi verilerek iş ilişkilerinin hukuka ve usule uygun şekilde ve barışçıl yöntemlerle kurulması ve sona erdirilmesinin mümkün olduğu, çalışanların ve işverenlerin çalışma ilişkisi içinde iş güvenliğini gerektirecek konularda nasıl hareket etmesi gerektiği detaylı şekilde anlatıldı.



ANTALYA LARA ROTARY KULÜBÜ 5. GELENEKSEL ÖZEL TENİS TURNUVASI

KATEGORİLER
ERKEKLER
TEŞVİK
18+
40+
50+
60+
MASTER DOUBLE
ERKEKLER DOUBLE



KATEGORİLER
KADINLAR
TEŞVİK
18+
40+
50+
KADIN DOUBLE
DİĞER KATEGORİLER
MASTER TEK
MASTER MIX
KARIŞIK ÇİFTLER

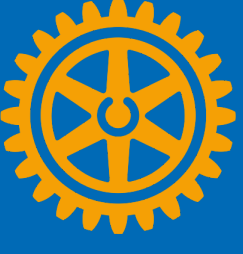
TURNUVA TARİHİ

25 Ağustos-7 Eylül

Turnuvadan elde edilen gelirler
'BİR KÖY OKULUMUZ VAR'
projemizde kullanılacaktır.

Son Kayıt Tarihi
22 Ağustos

Kayıt İletişim 0532 223 21 36



ÇOCUKLARDA
HİPERTANSİYON

DİKKAT



Antalya Lara
Rotary
Kulübü

*İYİLİK
İÇİN
BİRLEŞİN*

Çocuklarda Hipertansiyon

Çocuklarda Hipertansiyon Nedir?

Hipertansiyon, kan basıncının normalden yüksek seyretmesi durumudur. Çocuklarda da görülebilir ve erken fark edilmezse kalp, böbrek ve damar sağlığını olumsuz etkileyebilir.



Belirtiler

- Baş ağrısı
- Yorgunluk
- Görme sorunları
- Burun kanaması
- Çarpıntı

Risk Faktörleri

- Obezite ve fazla kilo
- Ailede hipertansiyon öyküsü
- Fazla tuz tüketimi
- Hareketsiz yaşam
- Böbrek ve kalp hastalıkları

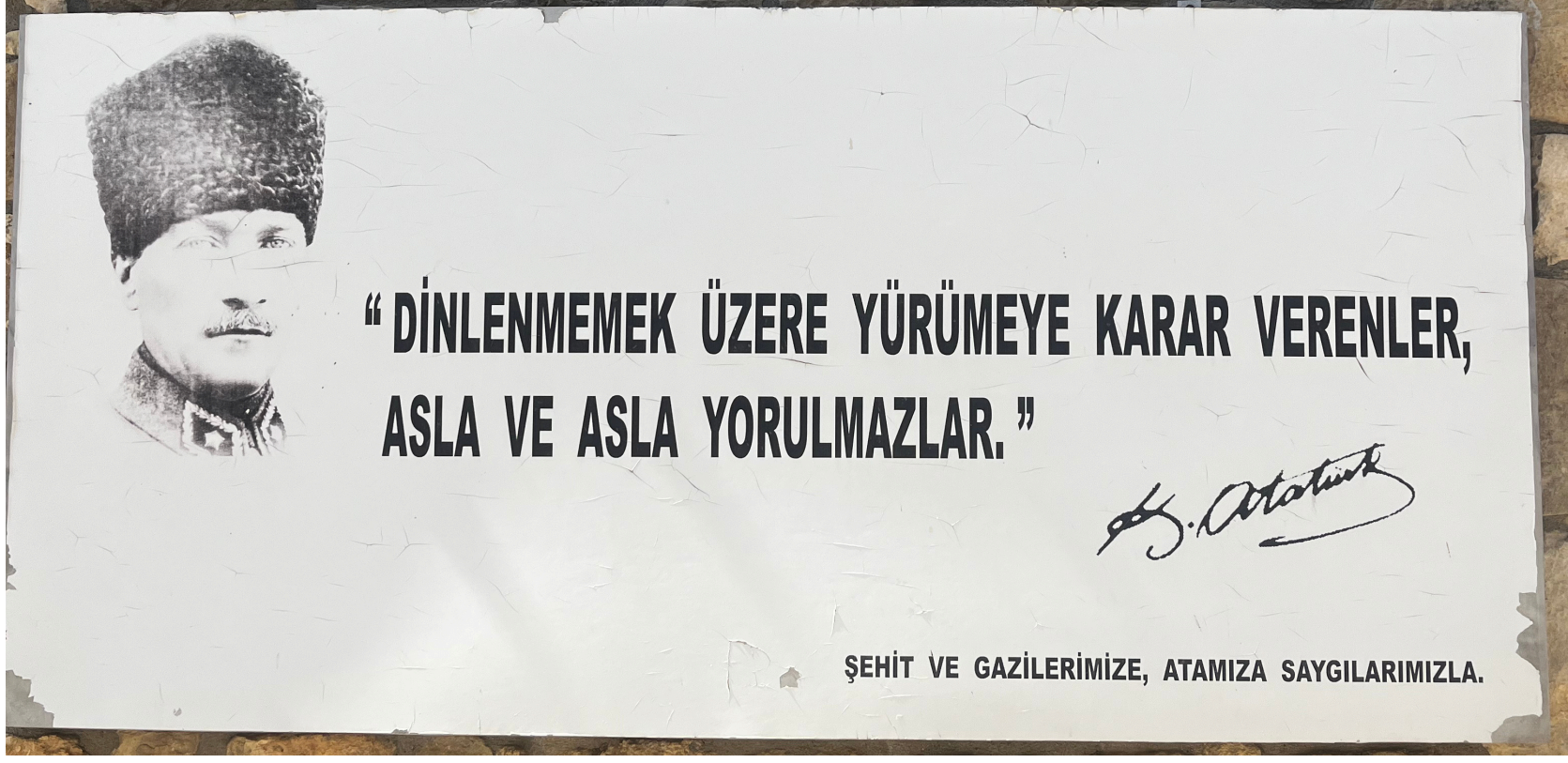
Korunma Yolları

- Sağlıklı ve dengeli beslenme
- Düzenli egzersiz (günde en az 30 dk hareket)
- Tuz ve hazır gıdaları azaltmak
- Düzenli doktor kontrolü

Unutmayın!

Çocuklarda hipertansiyon erken teşhis edildiğinde kontrol altına alınabilir. Düzenli sağlık kontrolleri ile çocuğunuzun kalbini ve geleceğini koruyun. 





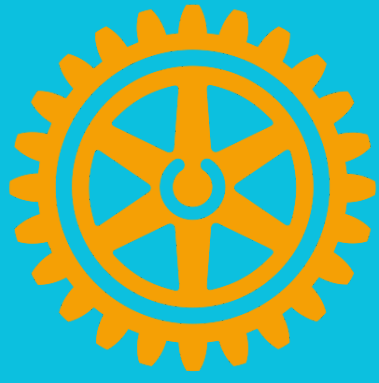
Dörtlü Özdenetim

“Düşündüğümüz, söylediğimiz veya yaptığımız şeyler:

- 1) GERÇEĞE UYGUN MU?
- 2) İLGİLİLERİN TÜMÜ İÇİN ADİL Mİ?
- 3) İYİ NİYET VE DAHA İYİ DOSTLUKLAR SAĞLAYACAK MI?
- 4) İLGİLİLERİN TÜMÜ İÇİN YARARLI MI?”



Antalya Lara
Rotary
Kulübü



*İYİLİK
İÇİN
BİRLEŞİN*

www.antalyalararotary.org