

İmtiyaz Sahibi ve Genel Yayın Yönetmeni

Afyonkarahisar Valiliği Adına

Nurullah KAYA

Afyonkarahisar Vali Yardımcısı

Editör

İlknur YÜKSEL DÖNMEZ

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü

İbrahim KAYAR

İl Basın ve Halkla İlişkiler Müdürü

Yönetim Kurulu

Nurullah KAYA

Afyonkarahisar Vali Yardımcısı

Dr. Mehmet BOZTEPE

Afyonkarahisar Vali Yardımcısı

Mehmet KEKLİK

Afyonkarahisar Vali Yardımcısı

Görsel Sanat Yönetmeni

Öğr. Grv. Mehmet Akif AĞTAŞ

Yayın Kurulu

Prof. Dr. Ayşegül KÖROĞLU

Dr. Öğr. Üyesi Meryem ŞAHİN

Sevdegül ÇEKİÇ

Emine AĞTAŞ

Saliha SARGIN

Damla Yıldızhan KARTAL

Sümeyra KAYA

Emine BAKSİ

Süleyman DÖNMEZ

Mehmet KESKİN

Serkan BAKSİ

İlknur YÜKSEL DÖNMEZ

Redaksiyon

Serkan BAKSİ

Emine BAKSİ

Ertun Kıvanç DİKMEN

KadınKültür
Kadına dair...



Kadın Kültür Dergisi

Ocak 2021 Sayı: 1

Yayın Türü

Süreli Yayın



Yönetim Yeri

Afyonkarahisar Valiliği B Blok

kadinkulturevleri.com.tr

dergi@kadinkulturevleri.com.tr



afyonkulturevi



kadinkulturevleri

Grafik Tasarım - Dizgi - Baskı

dinograf



*Bu topraklar fedakâr, cefakâr,
kahraman kadınlarımızla Anadolu'dur.*

Çanakkale'de düşmana geçit vermediyse o dönemde yaşayan annelerimizin vatan, millet, bayrak sevgisi ile yetiştirdiği ve mukaddesatımıza sahip çıkan evlatları sayesinde. İstiklâl Harbimizi kazanıp ay yıldız bayrak yapmamızda ve devletimizi kurmamızda; Şerife Bacıların, Kara Fatmaların, Nene Hatunların ve tarihimize adını altın harflerle yazdırmış nice isimsiz kahraman kadınımızın ve annelerimizin emeği, gözyaşı, duası ve alın teri vardır. Bu topraklardan Kocatepe'ye bir ulusun kaderine yön vermek için koşan Mehmetçiğin arkasından gözyaşı döken, ona yol olan, siper olan, aş olan, eş olan,

dayanak olan, kucağında yavrusuyla cepheden cepheye koşan kadınlarımızla geldik bu günlere. Yaptıklarıyla milletimizin geçmişinde iz bırakan kadınlarımız hiç şüphesiz geleceğimizin şekillenmesinde de aktif rol oynayacaklardır.

Kocaman yürekleriyle sevgi ve şefkatin timsali, hayatın her alanında fedakârlığı, üretkenliği ve duyarlılığı temsil eden kadınlar, huzurlu ve sağlıklı bir toplumun temel taşlarıdır. Kadim medeniyetimizde çok özel bir konuma sahip olan, toplumsal hayatta önemli roller üstlenen ve ürettikleri değerler ile ülkemizin gelişip güçlenmesine büyük katkı sağlayan kadınlarımız her şeyin en iyisine, her hizmetin en güzeline layıktır.

Kadınlarımız için, üstlendikleri bu çok yönlü roller

SUNUŞ

içerisinde biraz nefes alabilecekleri, sosyal ve kültürel hayata hemcinsleriyle birlikte katılabilecekleri ve dinlenirken aynı zamanda çeşitli eğitimlerle kendilerini daha da geliştirebilecekleri onlara ait bir ortam olması gerektiğini düşündük. Bu düşüncemiz sonrasında Kadın Kültür Evleri Projesi ortaya çıktı.

Ülkemizde “Değişimin ve gelişimin mimarları kadınlarımız olacaktır.” düşüncesiyle 24 Temmuz 2020 tarihinde başlattığımız Kadın Kültür Evleri Projemiz, fıkırsel anlamda ortaya çıkarken nasıl bizleri heyecanlandırdı ise bugün Afyonkarahisar’ın dört bir yanındaki tüm kadınlarımızı da aynı şekilde heyecanlandırıyor ve Kadın Kültür Evlerimiz kadınlarımızın desteği ile hızla büyüyor.

Kadın Kültür Evleri Projesi ile kadınlarımızın sosyal ve kültürel hayatlarına renk katacağız. Kadın Akademisi olarak planlanan Kadın Kültür Evleri; kadınlarımızın eğitimden sağlığa, sanattan sosyal ve kültürel etkinliklere kadar her alanda eğitim alabilmelerine imkân sağlayacak Afyonkarahisar’ın vizyon projelerinden biridir.

Hayatın yükünü her daim omuzlarında taşıyan kadınlarımızın, nezih ve rahat bir ortamda kendilerini daha da geliştirebilmeleri, vakitlerini verimli ve etkin bir şekilde kullanabilmeleri, yaşamları boyunca kullanabilecekleri bilgi ve becerileri doğru kişilerden, doğru metotlarla ve güven içerisinde öğrenebilmeleri amacıyla çıktığımızın bu kutlu yolda ne kadar doğru bir karar verdiğimizizi her geçen gün daha da iyi anlayarak yolumuza devam ediyoruz.

Kadın Kültür Evleri Projesi, ülkemizin aydınlık geleceğinin ve güçlü Türkiye’nin mimarı olan/olacak nesilleri yetiştiren ve şekillendiren kadınlarımızın kişisel gelişimlerine destek vermeyi, üretkenliğini ve dolayısıyla mutluluğunu artırmayı hedeflemektedir. Çünkü mutlu kadın; mutlu bir aile, mutlu bir aile ise mutlu ve huzurlu bir toplum inşa eder.

Her insan, bir annenin dolayısıyla bir kadının eğitiminden ve terbiyesinden geçer. Bu yüzden iyi yetişmiş ve eğitim almış bir kadının, toplumsal hayata

katkıları çok önemlidir. Bu sebeple, kadınlarımızın daha huzurlu ve güvenli bir yaşam sürmeleri, üretime dahil olmaları ve yaşam kalitelerini her geçen gün artırabilmeleri adına elimizden geleni yapıyoruz. Kadın Kültür Evleri Projemiz ile kadınlarımıza yönelik titizlikle hazırladığımız eğitim programları (okuma-yazma kursları, aile içi iletişim, sağlık alanında ve dini konularda eğitimler, çeşitli mesleki kurslar ve benzeri birçok eğitim ve faaliyet) bunun en önemli göstergesidir. Ayrıca Kadın Kültür Evlerinde kadınlarımızın kendilerine bir kazanç sağlamaları, ilimizin tanıtımı, geleneksel el sanatlarının yaşatılması ve gelecek nesillere aktarılması amacıyla yöreye özgü birçok el emeği ürünün yapılmasını planlamaktayız. Kadın Kültür Evlerimizde son yıllarda hızla kaybolan aile değerlerimiz başta olmak üzere medeniyetimize yön veren, bizi biz yapan tüm değerlerimizi bir kez daha hatırlatmak istiyoruz. İyi niyetle, güzel düşüncelerle çıktığımız bu yolda tüm kadınlarımızı ve toplumumuzun her kesimini yanımızda görmek istiyoruz.

Emeğin, alın terinin, fedakârlığın, sevginin ve şefkatin timsali kadınlarımız için hayata geçirdiğimiz Kadın Kültür Evleri Projemiz her kesimin büyük desteğini arkasına alarak emin adımlarla ilerliyor. Ülkemizin dört bir tarafında uygulanacağına inandığımız bu anlamlı çalışmaya verdikleri eğitimler ve yaptıkları faaliyetlerle gönül ve destek verenlere, projeyi başarıyla yürüten Vali Yardımcımız Nurullah Kaya’ya, AKÜ Rektörü Sayın Prof. Dr. Mehmet Karakaş’a, AFSÜ Rektörü Sayın Prof. Dr. Nurullah Okumuş’a, kaymakamlarımıza, belediye başkanlarımıza, il müdürlerimize, il yürütme kurulu üyelerimize, kadın kültür evleri müdirelerimize ve emeği geçenlere şükranlarımızı sunuyoruz. Projemizi desteklemek ve Kadın Kültür Evlerinde yürütülen faaliyetleri kalıcı hale getirebilmek aynı zamanda projenin hedeflerini ve önemini daha geniş kesimlere aktarabilmek amacıyla yayın hayatına başlayan Kadın Kültür Dergimize başarılarla dolu bir yayın hayatı diliyor, son söz olarak tüm kadınlarımıza hitaben diyoruz ki

Kadın Kültür Evi Sizin Eviniz

GÖKMEN ÇİÇEK
AFYONKARAHİSAR VALİSİ

SÜMEYRA ÇİÇEK
KADIN KÜLTÜR EVLERİ
ONURSAL BAŞKANI



*Kadınlarımızın,
potansiyel olarak sahip oldukları gücü ortaya çıkaracak olan
şartların sağlanması amacıyla Afyonkarahisar'ın tüm ilçelerinde
“Kadın Kültür Evleri” açılıyor.*

İlknur Yüksel DÖNMEZ
Editör



Değerli okurlar, öncelikle elinizde bulunan dergi hakkında sizlere bilgi vermek isterim. İlk olarak dergimizin varoluş amacından başlayalım. Nesilden nesile kültür aktarımının başmihmandarı olan kadınlarımıza yönelik bir proje bizlere esin kaynağı olmuştur. Nitekim dergimiz, Afyonkarahisar Valiliğinin 24 Temmuz 2020’de tüm ilçelerde başlattığı Kadın Kültür Evleri Projesinde yaşanan gelişmeleri ve Kadın Kültür Evlerinin Afyonkarahisarlı kadınlarımızın hayatına etkilerini takip edebileceğiniz bir rehber niteliğindedir.

İlk sayımızda Kadın Kültür Evleri Projesinin amacını, ortaya çıkış gerekçesini ve projenin hedeflerini en kapsamlı haliyle projemizin mimarı olan Sayın Valimiz Gökmen ÇİÇEK’in ve Kıymetli Eşi Sümeyra ÇİÇEK Hanımefendi’nin kaleminden okuyacağız.

Kadın Kültür Evlerimiz ile ilgili haberleri projenin mutfağında olan ilçe kaymakamları ve belediye başkanlarından dinleyeceğiz. Söyleşilerle sanat, edebiyat, sağlık ve spor dünyasını, kadınların gözünden sizlere aktaracağız.

Geçmişten günümüze yaşadığı coğrafyanın etkisiyle kültürel birikimin odak noktasında olan Afyonkarahisarlı kadınlarımızın Kadın Kültür Evleri marifetiyle bu mirası koruyup gelecek nesillere aktaracak olmasında bizlerin de katkısının olmasından gurur duymaktayız.

“Kadına Dair” kapağı ile çıkan Kadın Kültür dergisinin 1. sayısını sizlere sunmaktan mutluluk duyar, keyifli bir okuma yolculuğu dilerim.

*Kadın Kültür Evleri Projesi
İlk Adımlar*

Sayfa 8



*Dekorasyon
“Huzurlu Bir
Kış Köşesi”*

Sayfa 34



*Eli Öpülesi
Bir Anne*

Sayfa 12



Sayfa 38

Çobanlar Kadın Kültür Evi



*Başarı Hikayesi
Münevvere
YILMAZ*

Sayfa 42



Sayfa 14



Bayat Kadın Kültür Evi

Sayfa 18



Bolvadin Kadın Kültür Evi

Sayfa 44

Dinar Kadın Kültür Evi



*Röportaj
Ece ÜNER*

Sayfa 22



Sayfa 48

Emirdağ Kadın Kültür Evi



Sayfa 30



Çay Kadın Kültür Evi

*Stil-Moda
“Kadın Elinden
Kadınlara”*

Sayfa 52



Sayfa 56



İscehisar Kadın Kültür Evi

*Sağlıklı Beslenme
“Pandemi Sürecinde
Güçlü Bağışıklık*

Sayfa 60



Sayfa 62



Sandıklı Kadın Kültür Evi

*Kadın Sahabiler
“Hz. Hatice”*

Sayfa 66



*Bir Afyonkarahisar Lezzeti
“Göce Köftesi”*

Sayfa 68



Sayfa 70



Sinanpaşa Kadın Kültür Evi

Sayfa 74



Sultandağı Kadın Kültür Evi

*Şifa Kaynağı
“Sarı Kantaron”*

Sayfa 78



Sayfa 82



Şuhut Kadın Kültür Evi

*Pandemi Sürecinde Aile
Yaşantısı*

Sayfa 86



*Bizim Şarkımız
ve Hikâyesi*

Sayfa 88





KADINLARIMIZ İÇİN BİR YUVA ADIM ADIM KADIN KÜLTÜR EVLERİ

Sayın Valimiz Gökmen ÇİÇEK ve Kıymetli Eşi Sümeyra ÇİÇEK Hanımefendi'nin önderliğinde, Afyonkarahisarlı kadınlarımızın sosyal hayata katılımlarını artırıp potansiyel anlamda sahip oldukları gücü ortaya çıkaracak şartların sağlanması amacıyla kadınlarımızın eğitimsel, sportif, sosyal ve kültürel faaliyetlere katılabilecekleri “Kadın Kültür Evleri” ilçelerimizde, kaymakamlık ve ilçe belediye başkanlıklarımızın iş birliği ile kurulmaya devam etmektedir. Kadın Kültür Evleri Projesinin temel hedefi Afyonkarahisar’da yaşayan tüm kadınlarımıza ulaşmaktır.

SAYILARLA BİZ...

Hâlihazırda açılışı yapılan 7 ilçemizde, üç aylık sürede 2632 kadınıma 211 farklı alanda 1698 saatlik sosyal, kültürel ve sportif eğitim verilmiştir. Toplam faaliyet saatinin 1432 saati kadınlarımızın kişisel ve mesleki gelişimine katkı sağlamış olup 1200 saati ise sosyal, kültürel ve sanatsal faaliyetlere ayrılmıştır.



İLK ADIMLAR



Kadın Kültür Evlerimiz, toplumun her kesiminde takdirle karşılanmıştır. Afyonkarahisar Belediyesi, üniversiteler, STK'lar ve gönüllü uzmanlar tarafından gerçekleştirilen eğitim ve söyleşi faaliyetleri yerel ve ulusal basında yer almıştır.



KURUMSALLAŞMA SÜRECİMİZ...

Kadınlarımızın hayatına dokunan Kadın Kültür Evlerimizin tüm planlaması, alanında uzman kişilerin bulunduğu kurullar tarafından hazırlanmaktadır. Kadın Kültür Evlerimizin kurumsallaşmasını sağlamak amacıyla kurullarımız, orta ve uzun vadeli planlarla çalışmalarına devam etmektedir. İlçelerimizde kaymakamlarımız ve belediye başkanlarımız önderliğinde kurulan İlçe Yürütme Kurullarımız, çalışmalarını İl Yürütme Kurulu kararları doğrultusunda gerçekleştirmektedir. Projenin başlangıcından itibaren kurulumuzda, üniversitelerimiz ve il Müdürlüklerimizden alanında uzman personellerle “Kadın Kültür Evleri Kurulu ve Çalışma Yönergesini ve Kadın Kültür Evleri Kurumsal Kimlik Rehberi”ni işbirliğiyle hazırlayarak kurumsallaşmaya doğru önemli bir adım atmıştır.



KADIN ÜRETİMİNİ DESTEKLİYORUZ...

Kadın Kültür Evlerimiz, kadın istihdamını ve girişimciliğini artırmak adına, her ilçe özelinde kadınların üretime katılımlarını teşvik edici bir yapıya da kavuşmuştur. Bu amacı gerçekleştirmek üzere attığımız en önemli adımlardan biri de “Afyonkarahisar Kadın Kültür Derneği”ni kurmaktır. Derneğimiz aracılığıyla kadınlarımızın girişimciliğini destekleyecek ve gelir getirici faaliyetlere katılımını artıracaktır. Sanatsal mozaik, dekoratif mermer ürünleri, doğal taş takı tasarımı, hediyelik eşya gibi çok geniş ürün yelpazesıyla kadınların üretimini destekleyecek gerekli alt yapıyı ve satış ve pazarlama koşullarını oluşturuyoruz.





İL YÜRÜTME KURULU



Gökmen ÇİÇEK
Afyonkarahisar Valisi



Sümeyra ÇİÇEK
İl Yürütme Kurulu
Onursal Başkanı



Nurullah KAYA
Afyonkarahisar
Vali Yardımcısı



Kübra DEMİRER
Sinanpaşa Kaymakamı



Dr. Meryem ŞAHİN
AKÜ Fen Edebiyat Fakültesi
Psikoloji Bölümü



Öğr. Grv. Mehmet Akif AĞTAŞ
AKÜ Şuhut Meslek Yüksekokulu
Müdür Yardımcısı



Arş. Grv. Gözde Aykut
AKÜ Fen Edebiyat Fakültesi
Sosyoloji Bölümü



Filiz ÖZDEN YILMAZ
AFSÜ Sağlık Kültür ve Spor
Daire Başkanı



Dr. Özden DAYI
İl Tarım ve Orman Müdürlüğü
İl Müdür Yardımcısı



Yasin EVCİN
Aile Çalışma ve Sosyal Hizmetler
İl Müdürlüğü İl Müdür Yardımcısı



Ahmet ERTÜRK
Gençlik Spor İl Müdürlüğü
Gençlik Hizmetleri Müdürü



Sevdegül ÇEKİÇ
Afyonkarahisar İl Müftülüğü
İl Müftü Yardımcısı



Murat DİKTAŞ
Afyonkarahisar İl Milli Eğitim
Müdürlüğü Şube Müdürü



Nihan Yerlikaya
Afyonkarahisar İl Sağlık Müdürlüğü
Doktor



Nilüfer Bayar
Afyonkarahisar İl Sağlık Müdürlüğü
Hemşire



KOORDİNASYON BİRİMİ



Sümeyra KAYA



Süleyman DÖNMEZ



İlknur YÜKSEL DÖNMEZ



Mehmet KESKİN



Serkan BAKSİ





Serkan BAKSi

Öğretmen



ELİ ÖPÜLESİ BİR ANNE

Afyonkarahisar'ın Sandıklı ilçesinde, hüznü bir evde dünyaya geldi. Çocukluk anılarından geriye kalan en büyük hatıra, yetim bir kız olarak büyümesiydi. Daha okul çağına gelmeden babasını kaybetmişti. Özellikle kız çocuklarının dünyasında en özel bağların kurulduğu baba figüründen mahrum kalmıştı. Fakat hayat; kayıplar yaşandığında bizimle birlikte üzülen, zamanın durduğu ya da yavaşladığı bir şey değildi ve yıllar geçti, kendisi aile kuracak yaşa geldi.

Evlendi... Kim bilir belki kendisi babasız büyümüşü ama anne baba sevgisi sıcaklığıyla büyüteceği evlatların hayalini kurdu gençlik yıllarında. Çok uzun sürmedi ilk yavrusunu, ilk göz ağrısını, aldı kucağına. Sağlıklı bir erkek evladı oldu. Belki kendi yaşamadıkları belki de erken yaşta kaybettiği

babası gibi olmasın diye yaşasın diye "Yaşar" adını verdi biricik oğluna fakat onun hayallerinden başka planı vardı kaderin. Kader, anne oğlun bağını ömür boyu güçlendirecek bir benzerlik kurgulamış olmalı ki oğlu Yaşar da henüz bir buçuk yaşındayken babasını kaybetmişti.



Babasız büyüyen küçük kız, babasız oğlan büyütmek zorunda kalmıştı. Çocuk yaşta babasını, evliliğinin çocukluk dönemlerinde kocasını kaybetmişti.

Hayat şartlarıyla mücadele edebilmek gayesiyle ikinci kez evlendiyse de ikinci kez anne olmayı düşünmedi çok uzun bir süre. Biricik evladı Yaşar'a verdi tüm sevgi ve ilgisini. Sabahları öperek paşam diyerek uyandırır oğlunu, kahvaltısını özenle hazırladı, kapıdan sarılarak uğurladı okuluna.

Her anne gibi okusun, meslek sahibi olsun, mürüvvetini görsün istiyordu o da. Dualı dilinden düşürmedi bu niyazını.

Büyüdü Yaşar, civan mert bir delikanlı oldu. Annesiyle



bağı hiç kopmadı, hatta bir keresinde şu sözler döküldü Yaşar'ın dilinden "Anam, ben seni ölene kadar hiç bırakmam.". O an üzerinde çok düşünmedi bu sözün, kocaman sarıldı oğluna, öptü onu, saçlarını okşadı onun, bastı bağrına.

Polis olmuştu Yaşar, üniformasını nasıl da yakıştıırıyordu annesi ona. Hayat boyu mücadele ettiği gayesine ulaşmış; oğlunu büyütmüş ,meslek sahibi yapmış bir annenin gururu vardı gözlerinde. Bu süreçte ikinci eşi de vefat etmişti.

Ayağı kırılmıştı vazife başında Yaşar'ın, raporluydu. Anneciğini de almıştı İstanbul'a, yanına. Oğlunu dizinin dibinden ayırmıyor; çayını, yemeğini ayağına getiriyordu oğlunun. Yaşar ise mutsuzdu. Annesine şöyle dedi "Anam durulacak , yatılacak zaman değil. Ben kendimi iyi hissediyorum, görevimin başına döneceğim.". İçine sinmese de hayır diyemedi oğluna. Nasıl desin, yıllar boyunca vatan sevgisiyle yetiştirmeye çalıştığı oğlu vatan için göreve dönmek istediğinde ne derse bir anne onu dedi "Allah'ım ayağına taş değdirmesin oğlum!".



7 Haziran 2016 günü İstanbul'un Fatih İlçesi Vezneciler semtinde hain PKK'nın bomba yüklü araçla düzenlediği terör saldırısında şehit oldu biricik evladı, annesinin Yaşar'ı...Yüreğine bir kor düştü, koca İstanbul'a sığamadı, koca dünyaya sığamadı. 28 yaşında şehit olan oğlu Yaşar da sözünü tutmuştu "Anam, ben seni ölene kadar hiç bırakmam." demiş, öyle de yapmıştı.

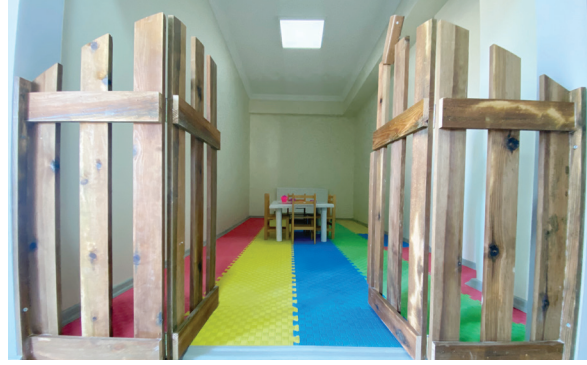
Çok zor zamanlar geçirdi ama onun yaşadığı hiçbir şey kolay değildi zaten. Duramazdı... Yetim büyümüş, yetim evladını büyütmüştü. Durmadı...

O hem yetim olmanın hem de yetim anası olmanın ne demek olduğunu iyi biliyordu. En iyi bildiği şeyi yapmaya karar verdi Kezban Koç. Yine anne olacaktı, yetim annesi... Araştırdı, soruşturdu, koruyucu aile olmaya karar verdi. Gide gele Afyon il merkezinin yolunu aşındırdı.

Bir yetim kız evladı vardı; Semiha isminde, 9 yaşında, gözleri ıslıl ıslıl bir kız çocuğu... Kanı hemen kaynakı ona Semiha'nın. Bir de ağabeyi vardı, 11 yaşındaki Hüseyin. Anneliğin sınırı var mıydı? Onun anne yüreğine iki yetim de sığardı elbette hem kardeşleri ayırmak olur muydu? Aynen de öyle yaptı ve iki yetimin annesi oldu Kezban Koç...

Şehit oğlu Yaşar'ı anlattı onlara... "Ağabeyinizi bilin!" dedi... "Şehidimizi bilin!" dedi... "Vatanınızı bilin!" dedi.

Ve bizlere sadece bir hayat dersi değil, eli öpülesi bir annelik dersi de verdi, yetimlerin anası yetim Kezban Koç...



BAYAT
KADIN KÜLTÜR EVİ

KADIN KÜLTÜR EVLERİNE KADIN ELİ DEĞECEK



“Kadın Kültür Evleri, gönüllülük esasına dayanan, kadınlarımıza kültür aktarımı yapan, kendi kendine yetebilen, bağımsız ve hayatın içinden oluşturulmuş yapılanmalardır.”

Ömer TEKEŞ
Bayat Kaymakamı



Bayat Kaymakamlığı olarak Valimiz Sayın Gökmen ÇİÇEK'in talimatlarıyla diğer ilçelerle eşzamanlı olarak ilçemizde de Kadın Kültür Evi yapımı çalışmalarına başladık. İlk hedefimiz yeni bir bina yapımından ziyade hâlihazırda bulunan ve kullanılmayan bir binanın tespit edilip tadilat yapılmak suretiyle Kültür Evi olarak faaliyete girmesiydi. Bu niyet ile Belediye Başkanımızla yola koyulduk. İlçemizde bulunan uygun yapıları gözden geçirdik ve neticesinde şu anda tadilatı devam eden okul binasına karar verdik.

Çalışmalara başlarken diğer ilçelerden bir farkımız vardı: Kadın Kültür Evine kadın eli değecek, Kültür Evimizi kadınlar dizayn edecek. Başlangıcından sonuna kadar tüm aşamalarında kadınların görüşleri alınarak çalışmaları yürütmeye başladık. İnce işçilik, duvar renkleri, kapı modelleri ve daha birçok dekorasyon alanında seçme ve dizayn etme çalışmalarını bizzat ilçe kadınlarımız yürüttüler.

Kadın Kültür Evleri günümüzde gönüllülük esasına dayanan, kadınlarımıza kültür aktarımı yapan, kendi kendine yetebilen, bağımsız ve hayatın içinden oluşturulmuş yapılanmalardır. Türk-İslam medeniyetinde "Halka hizmet Hakk'a hizmettir." felsefesinden yola çıkılarak devlet desteğiyle kültürümüzde hayat bulmuştur.

Bu proje ile ilçemizde kadınlarımızın sosyal ve kültürel hayatlarına renk katmayı planlıyor, her alanda kadınlarımızın daha donanımlı olmasını amaçlıyoruz.

Kadın Kültür Evimizin inşaatı bitmeden farklı alanlarda onlarca, yüzlerce etkinlik, eğitim vb. planlamalarına başladık.

Sayın Valimizin de dediği gibi Kadın Kültür Evlerimiz birer anne akademisi olacak. Kadınlarımız sağlıklı yaşam etkinlikleri ile sportif faaliyetler yaparak daha müreffeh bir hayat sürdürecektir. Yeri gelecek film okumaları ile daha önce izlemiş oldukları ya da izlemedikleri filmleri farklı bir bakış açısıyla değerlendirme imkânı bulacak. Yeri gelecek aile danışma terapileriyle rahatlayacak, böylece evinde daha özgüvenli ve huzurlu bir yaşam sürdürme fırsatını yakalayabilecektir.

Kadın Kültür Evimizde çocuklu aileleri unutmuyoruz, anneler eğitim alırken çocuklar oluşturacağımız çocuk oyun odasında zevkle vakit geçirecek. Böylece çocuğunu bir yerlere bırakıp kültür evine gelme imkânı bulamayan kadınlar da çocuklarıyla birlikte buraya gelerek, çocuklar oyun alanında oynarken onlar da kültür evinde sunulan imkânlardan faydalanacaklar.

Sonuç olarak yeni yetişen nesli eğiten, toplumda sosyalleştiren, onları geleceğe hazırlayan kadındır. Kadının ayaklarının yere sağlam basması, ailesine verdiği katkının artması, ufkunun gelişmesi açısından Kadın Kültür Evini önemsiyor ilçemiz için hayırlı olmasını temenni ediyorum.



Halil İbrahim BODUR
Bayat Belediye Başkanı

Afyonkarahisar Valimiz Sayın Gökmen Çiçek Bey'in öncülüğünde yapımına başladığımız Bayat İlçesi Kadın Kültür Evimizin inşaatı son hızıyla devam etmektedir. Bayat Belediyesi ve Kaymakamlığımızla çalışmaları yakından takip ediyor, Bayat Belediyesi olarak üzerimize düşen sorumluluğu yerine getirmeye çalışıyoruz. Bireyin, kişiliğinin şekillendirilmesinde de en önemli görev kadınlarımıza düşmektedir. Kadına hem dinimiz hem de medeniyetimiz büyük değer vermektedir.

Bayat Belediyesi olarak Kıymetli Valimiz Gökmen Çiçek öncülüğünde hem kadınlarımızın hayat standartlarını yükseltmeye çalışıyor hem de onlara aktif olabilecekleri nitelikli ortamlar hazırlıyoruz. Ücretsiz hizmet verecek olan Kadın Kültür Evimizde kadınlara meslek öğretmek iş sahibi olmalarına zemin hazırlamaya çalışacağız. Böyle bir projeye öncülük eden Değerli Valimize ilçe halkım adına saygı ve şükranlarımı sunuyorum.



BAYAT KADIN KÜLTÜR EVİ



“Bireyin, kişiliğinin şekillendirilmesinde en önemli görev kadınlarımıza düşmektedir. Kadına hem dinimiz hem de medeniyetimiz büyük değer vermektedir.”



BOLVADİN

KADIN KÜLTÜR EVİ



AİLE VE TOPLUM ARASINDAKİ EN SAĞLAM KÖPRÜ KADIN

*“Kadın Kültür Evlerimizde eğitim alan kadınlarımız;
huzurlu, sağlıklı, gelişmiş, müreffeh bir toplumun
mimarları olacaklardır.”*

Adem ÖZTÜRK

Bolvadin Kaymakamı



Sayın Valimizin talimatları ile ilimiz genelinde başlatılan Kadın Kültür Evleri Projesine biz de Bolvadin ilçesinde Kaymakamlığımız ve Belediyemizin iş birliği ile başladık. Bolvadin Kadın Kültür Evimiz, ilçemizin en güzel yerinde Horan Parkı içerisinde yüzme havuzu, sosyal, kültürel ve sportif faaliyetlerin de yapılabileceği alanlara sahip bir mekân olacaktır. “Kadın Kültür Evi” adı altında açılacak bu yapı altında kadınların ihtiyaçlarına yönelik her türlü faaliyet planlı olarak yürütülecektir. Bu faaliyetleri eğitim, sağlık, kültür, spor ve üretim gibi birçok başlıkta toplamak mümkündür.

Kadın, aile ve toplum arasındaki en sağlam köprüdür. İyi yetişmiş, iyi eğitilmiş kadın toplumda aynı zamanda eğitimci rolü oynar. Bunun için de kadınlarımızın her alanda en iyi şekilde yetişmeleri için Kadın Kültür Evlerini Sayın Valimizin ifadesiyle Kadın Akademilerine dönüştüreceğiz. Burada eğitim alan kadınlarımız huzurlu, sağlıklı, gelişmiş, müreffeh bir toplumun mimarları olacaklardır.

Bu vesile ile kadınlarımızın eğitim, sağlık, kültür, spor ve üretim gibi birçok alanda hizmetlerine sunacağımız Kadın Kültür Evinin ilçemize kazandırılmasında büyük katkısı olan bu projenin mimarı Sayın Valimiz Gökmen ÇİÇEK’e ve Saygıdeğer Eşi Sümeyra ÇİÇEK Hanımefendi’ye çok teşekkür ediyorum.

**Fatih KAYACAN**

Bolvadin Belediye Başkanı

Afyonkarahisar Valimiz Sayın Gökmen ÇİÇEK Bey'in, ilimizin dört bir yanında yaktığı meşale kadim şehrimizin en güzel lokasyonunda olan Horan Doğa Park alanında parıldayacak. Kadın Kültür Evi Projemiz; muhtevası, konumu ve fiziksel imkânları ile bölgede örnek olacak bir çalışma niteliğine sahiptir.

Çocuklarımızın ilk öğretmeni, geleceğimizi inşa eden annelerimiz için planlanan Kadın Kültür Evi Projemizde; yüzme havuzu, çocuk havuzu, sauna, spor salonu, kafeterya, restoran, konukevi, güzel sanatlar eğitim ve sergi salonu, yemek eğitim salonu, sohbet odası, bilgisayar odası, mescit ve çocuk bakım odası bulunuyor. Yöresel yemeklerimizin yaşatılması ve tanıtılmasına yönelik çalışma, projemizin farklı bir yönünü ortaya koymaktadır.

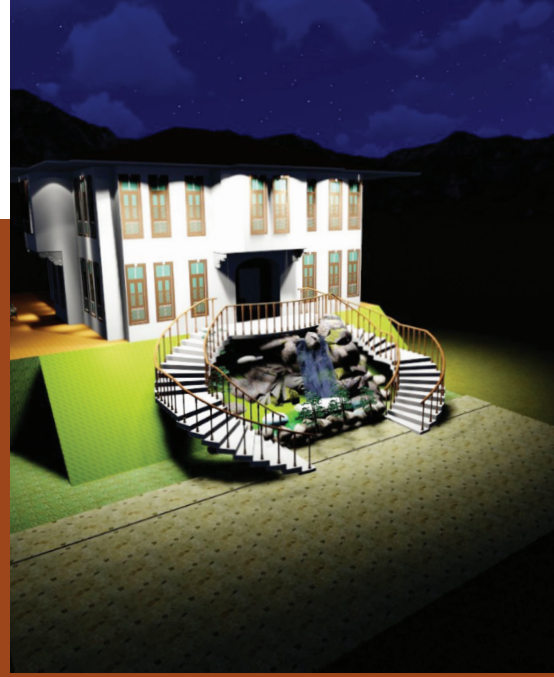
Kadınların kişisel gelişimlerine katkı sağlayan çeşitli eğitsel çalışmalar, aile içi eğitim, iletişim seminerleri de, projemizin heyecan veren bir başka boyutudur.

Bolvadin Devlet Hastanesi ve Şehir Otogarı'nın hemen yanı başında inşa edilen Kadın Kültür Evimiz, ulaşım sıkıntısı olmayan bir lokasyonda, bölgedeki bütün kadınlara hizmet verebilecek şekilde planlandı.

Bolvadin Kaymakamımız Adem ÖZTÜRK Bey'in desteği, Kaymakamlığımızın da katkılarıyla yürütülen Kadın Kültür Evi Projemiz, şehrimizde büyük bir ihtiyacı giderecek mahiyettedir.

Bu önemli projenin fikir babası Afyonkarahisar Valimiz Sayın Gökmen ÇİÇEK'e, Kaymakamımız Sayın Adem ÖZTÜRK'e ve emeği geçen herkese şükranlarımı arz ederim.

BOLVADİN KADIN KÜLTÜR EVİ



*“Çocuklarımızın ilk öğretmeni geleceğimizi
inşâ eden kadınlarımız için.”*



İlknur YÜKSEL DÖNMEZ
Sümeyra KAYA, Serkan BAKSI
Kadın Kültür Dergisi Ekibi

YEDİ TEPE İSTANBUL'DAN HABER VAR !

Saat sabah 03.30... Çalmaya başlayan alarmların duymamazlıktan gelinen, gerçek anlamda rahatsız edici sesleriyle gözlerimizi, yarım yamalak uyunmuş bir uykunun mahmur sabahına aralıyoruz. Hemen grup yazışmaları ile birbirimizi kontrol etmeye başlıyoruz.

Günaydın...! 😊

Ben uyandım... 😊

Hazır mıyız?..

Ben hazırım... 😊

Bende... 😊

Bendee...

Kaçta aşağıya inelim?

Saat 04.35... Kadın Kültür Evleri Projemizden sorumlu Vali Yardımcımız Sayın Nurullah Kaya tarafından hayırlı yolculuklar temennisi ve dikkatli gidip dönün telkinleriyle uğurlanıyoruz.

*Yolumuz Uzun,
Hedefimiz İstanbul...*

Show TV'nin başarılı haber spikeri Ece Üner'le Kadın Kültür Evleri dergimizin ilk sayısı için görüşmeye ve röportaj yapmaya gidiyoruz.

5 kişiyiz proje ekibi olarak. Karanlık yollara direksiyon sallamaya, uzun kilometreleri azaltmaya başlıyoruz.

Malum, sabahın erken saatleri, hava aydınlanmamış, güneş yok ve ısı eksilerde... Kısacası aralık ayının bir Afyon sabahında yola çıkıyoruz.

Hava soğuk... Hepimizde, kaloriferi çok açarsak uyur muyuz korkusu, açmazsak üşüyüp hasta olur muyuz endişesi var! Malum pandemi dönemi, herkes hastalıklardan korkarken...

Daha çok sohbetle ısıtmayı tercih ediyoruz aracımızı ancak ilerleyen saate rağmen aydınlanmayıp güneşle ısınmayan hava, azalmıyor gibi gelen mesafeler, uykusuz vucutlarımızı yormaya, daha çok da acıtmaya başlıyor.

ECE ÜNER

Nihayet kilometreler tükeniyor ve olmamız gereken saatte, olmamız gereken yere Show TV, Habertürk ve Bloomberg HD stüdyolarına ulaşıyoruz. Buraya ulaştığımız anda tüm kaygılarımız yavaş yavaş ortadan kaybolmaya başlıyor.

Bina güvenlik görevlileri ve danışma alanı çalışanlarının gülümseyen yüzleriyle bizlere yaklaşımları, kendimizi çok daha iyi hissetmememizi sağlıyor. Ece Üner Hanım'la yapılan ön görüşme sonrası onun çalışma ofisine davet ediyoruz. Gerekli ekipmanlarımızla asansöre binip 7. kata çıktığımızda bambaşka ve çok profesyonel bir dünyaya adım attığımızı hissediyoruz.

Tabii pandemi önlemleri gereği asansörlere iki kişiden fazla binilmiyor. Biz de önceliğimizi ekibimizdeki kadınlara verip bir sonraki asansörü bekliyoruz. Yukarı çıktığımızda gördüğümüz ilk manzara, Ece Üner ve ekip arkadaşlarımızın koyu bir ayaküstü sohbete başlamış oldukları. Bizlerin de gelmesiyle hep birlikte Ece Hanım'ın çalışma odasına geçiyoruz.

Biyolojik saatlerimiz kahvaltıda alarmı çalarken, yol üstü olmasına rağmen hiçbir mola noktasında ne yiyecek bir şey bulabiliyoruz ne de açık bir mekan.

Pandemi veya sabahın erken saatleri olmasındandır diye düşünüyoruz. Nihayet Pamukova'da ancak kahvaltı edip yola devam ediyoruz.

İstanbul'a yaklaştıkça hem gideceğimiz adresi zorlanmadan bulma kaygısı hem trafik endişesi hem de röportaj için bunca yol geldiğimiz kişinin bizlere nasıl davranıp yaklaşacağı merakı her birimizin içinde endişe yaratıyor olsa da her birimiz moral olarak bir diğerimizi düşürmemek için belli etmemeye çalışıyoruz.

Karşımızdaki kişi her akşam Show TV Ana Haber Bülteni'nde gördüğümüz, hitabet ve haber hakimiyetine hayranlık duyduğumuz, üslup ve söylemlerini pür dikkat izlediğimiz Ece Üner... Ama öyle değil sanki. Sıcacık gülümsemesi, tüm kaygılarımızı zihnimizden uzaklaştıran samimi sohbetiyle her birimizin arkadaşı, evlerimizin kızı Ece Üner...

Onun bu içten kabulü ve sıcak ev sahipliği bizlerde ne uykusuzluk bırakıyor ne yorgunluk ne de en ufak bir endişe.

Kısa bir kanal turundan sonra başlıyor röportajımız...

RÖPORTAJ



Dünyanın sahip olduğu kaynaklar ihtiyaçlarımıza yetecek kadar var ama ihtiraslarımıza yetecek kadar kaynak yok.

Sayın Ece Üner, öncelikle sizi kendi ifadelerinizle tanıyabilir miyiz?

Beni kendi ifadelerimle tanımak isterseniz, kısa konuşurum o zaman. Şiir yazmayı severim, diğerkâmlığı (başkalarının yararını da kendi yararı kadar gözetme) severim, hatta etkin diğerkâmlığı severim. Hikâyelerle çok ilgilenirim. İnsan hikâyesiyle... Herkesin kendine göre çok güçlü hikayesi olduğunu düşünür insanlara değer veririm, insanları da çok severim her şeye rağmen. Bu kadarım galiba, onun dışındakiler bana çok anlamlı gelmiyor ama bir biyografide ya da CV'de yazacağı şekilde dinlemek isterseniz ayrıca anlatırım da... (gülüşmeler)

Sunuculuk mesleğine nasıl başladınız? Kariyerinizde nasıl ilerlediniz?

Ben, Koç Üniversitesi Tarih ve Sosyoloji bölümlerinde okuyordum. Yalnız bir problem vardı. Tarih, sosyoloji okurken kendi ülkemizin tarihine biraz kör kaldığımı düşündüm, eksik hissettim kendimi. Neden dersiniz, Koç Lisesinden mezun oldum, ondan sonra da Koç Üniversitesini kazandım. Özellikle de 1980 sonrası kuşak, ki ben 1981 doğumluyum, Turgut Özal sonrası kuşağı yani; üretmeden tüket,



sorgulama, biraz televole kuşağı, biraz fastfood; hızlı ye, hızlı alışveriş yap, çok fazla sorgulama yaklaşımı ve 1980 darbesi dolısıyla bilerek ve isteyerek apolitize edilmiş bir kuşak içinde olmam nedeniyle kendimi yetersiz hissettim. Tarihe hem tanıklık etmek hem de tarihin taslağını yazmak için ne yapılırdı? Gazetecilik... NTV 'de staj olanağı buldum. NTV'ye stajyer olarak girdim. Sonra şansım yaver gitti, Irak Savaşı dolayısıyla iyi muhabirler savaşa gitmek zorunda kaldı. Hani o anlamda yaver gitti diyorum yoksa Irak Savaşı, dünyanın başına gelmiş en kötü olaylardan biri, buna bir açıklık getireyim de... NTV'nin iyi muhabirleri cepheye gidince, APTN Reuters çevirecek (haberleri çevirerek ya da derleyerek litografi yöntemiyle basan ya da yayına hazırlayan) dil bilen insanlara ihtiyaç oldu. Dolayısıyla hem yazın hem kışın çalışmaya başladım. Sonra baktım bu işin mutfağında olanlar gizli kahraman olarak kalıyor, hep bu restoran örneğini veriyorum, ya hani iyi bir restorana niye gidiyorsun ? İyi bir yemek yemek için... İşte kim yapıyor onu? Aşçı yapıyor. Sen bahşişi kime veriyorsun? Garsona veriyorsun. Yani bizim iş için de iyi editörler, iyi prodüktörler, iyi kameramanlar; yani emekçiler, asıl emekçi arkadaşlar yeterince onore edilmiyor; bu işte genellikle isimless kahramanlar olarak kalıyorlar. Ben de dedim ki madem bu kadar mutfaktayım, bu yemeği yapıyorum, bari bahşişi de toplayayım. O zaman sunmak gerekiyor işte. Diyalog, sunuculuk, spikerlik kurslarına gittim.



Atilla İlhan'ın deyimiyle "Sokaktaki adamın hikâyesini, sokaktaki kadının hikâyesini önemsiyorum." Elimden geldiğince de onların çıkaramadığı sesi çıkarmaya çalışıyorum. Burada hiçbir ideolojik körlük içinde olmamaya çalışıyorum. Elbette yanlışlar yapıyorumdur ama benim kiblem vicdanım. İnsanların, özellikle de daha dezavantajlı insanların, sosyoekonomik olarak daha yetersiz, hayat şartları olarak daha dezavantajlı duruma düşmüş insanların bir şekilde hikâyelerini anlatmak, sonra da yapılabilecek bir şey varsa da yapmak bu konudaki motivasyonum. Bence aradaki farkı o yaratıyordur diye tahmin ediyorum.

Kadınlar anne, iş kadını, eş, evlat gibi birçok kimlik taşıyabiliyor. Peki Ece Üner evde anne rolüne nasıl bürünüyor?

Arsen Gürzap ve Can Gürzap'tan 6 ay kadar eğitim aldım orada zaten tarih ve sosyoloji eğitimim çok yardımcı oldu gündemi yakalayıp anlamaya, irdelemeye, soru sormaya. Böylelikle 2003 yılında da NTV'de kadrolu olarak başlamış oldum sunuculuk mesleğine.

Çok başarılı ve takdir toplayan bir sunucusunuz, ekran karşısında sizi görmek bizlere ailemizden birini görüyormuşuz hissini veriyor. Türk halkına samimiyetiniz ve sıcaklığınız tamamen yansıyor. Peki bunu nasıl sağlayabiliyorsunuz?

Öncelikle çok teşekkür ederim. Yani hakikaten tüylerim diken diken oluyor böyle şeyler duyunca çünkü zaten çok çok isteyerek, çok severek, çok içimden gelerek yapıyorum bu işi; bir de bunları duyunca böyle ballı börek oluyor hakikaten, tadından yenmiyor. (gülüşmeler) Galiba bunun cevabını ilk soruda verdim, yani insanları çok seviyorum, çok önemsiyorum.

Anne rolüne hiç bürünmüyör; çünkü ben, hep en iyi öğüdün, iyi bir örnek olmak olduğunu düşünüyörüm. Yani ben çocuğuma sabahdan akşama kadar öğüt versem, onun önünde doğru bir örnek olamıyorsam bu öğütlerin bir kıymeti olmuyor. Hangi örneği teşkil ediyorsam çocuk da o oluyor. Yani çocuğun önünde siz kitap okuduğunuz zaman çocuğunuz kitap okumayı seven bir çocuk olarak yetişiyor, çocuğun önünde yalan söyleme deyip, gidip telefonla arandığınızda "Evde yok de." dediğiniz zaman çocuğunuz yalan söylemeyi öğreniyor. Dolayısıyla ben onun önünde, onun nasıl bir yetişkin olmasını arzu ediyorsam istiyorsam tercih ediyorsam gerçi buna da tamamen o karar verir, ama olmasını istediğim kişinin bir örneği olarak durabilmeliyim gözlerinin önünde. Bunun da sürüdürebilir en kolay yolunun olduğun gibi olmak ile sağlanabileceğini düşünüyörüm. Onun için de kendim de olduğum gibiyim, yani burada nasılsam sizin karşınızda nasılsam ekranda nasılsam evde de anne olarak öyleyim.



Bir başka soru yönelteceğim ama biraz özel bu. Eşiniz de haber spikeri. Eve iş götürdüğünüz oluyor mu? Evde televizyon izleme ne kadar bir zamanı kapsıyor? Ve sizce kim daha başarılı ,eşiniz mi siz mi?

(Ece Hanım büyük bir kahkaha atıyor)

Öyle bir soru ki yani bu, yani açık uçlu fena bir soru... Şimdi zaten bu işin doğası gereği habercilik öyle sundum, ceketimi astım, çıktım, mesaim bitti şeklinde bir iş değil. Bu iş amatör ruhla yapılabilecek heyecanınızı kaybetmeden ve 24 saat süreli bir iş. Hayat akıyor, hikâyeler akıyor, hele Türkiye’de çok ciddi bir yoğunluk var haber ve hikâye anlamında. Bu nedenle kapıdan içeri girdiğiniz zaman hoş geldin Ece, hoş geldin iş durumu oluyor zaten.

Evde televizyon açmıyoruz onu söyleyeyim çünkü kızımız daha 4 yaşında. O yüzden Güneş de her çocuk gibi çok çabuk etkileniyor olaylardan. Henüz hayata dair bazı kavramları tam oturtmadan ona, bu kadar çok şiddet, ölüm, şu ya da bu şekilde kötü haber göstermek bana doğru gelmiyor. Televizyonu da o nedenle açmıyoruz bir kere o net kararımız. Sosyal medyadan takip ediyoruz eve gittiğimiz andan itibaren işlerimizi de.

Gelelim kim daha başarılı kısmına (gülümsüyor) ben Deniz’i çok zeki buluyorum. Hayatımda tanıdığım en zeki adam olarak görüyorum ki onun zekasına vuruldum. Yani çok takdir ettiğim, çok gurur duyduğum bir zekası var. Televizyonculuk konusunda benden çok eski değil belki iki ya da üç yıl kadar ama Deniz’in meselelere farklı bir bakış açısı bir de muazzam bir hafızası var. Tarihle çok ilgili özellikle, mesela ben de çok okurum ama onun kadar aklımda tutamayabiliyorum bazı şeyleri. Bütün bunlar tabii ki benim hayran olduğum özellikleri ama bizim iş öyle bir şey ki yani kim daha iyi sorusu bizim işin doğası ile örtüşen bir soru değil.

Neden biliyor musunuz? Çünkü hepsinin müşterisi farklı, yani siz farklı yemekler pişiriyorsunuz ya da aynı yemeği farklı baharatlarla pişiriyorsunuz. Her haber merkezinin kendine özgü bir ruhu ve ona göre de bir seyircisi var ve o seyirciyle de duygusal bir bağ kuruyorsunuz. Kanal D Haber Merkezi’nin seyircisi farklı, Show TV Haber Merkezi’nin seyircisi farklı, alıcıları farklı, yemeğin içine konulan yani, temelde aynı haberler olsa da baharatlar farklı. Eee, onu sunuş biçimi olarak da ııııı, eeeee bu soruya galiba ben cevap veremem. Bu kadar çok kıvırdığıma göre ve bu kadar uzattığıma göre galiba bunu yapamayacağım. (Keyifli bir gülümseme kaplıyor salonu) diyerek bir itirafta bulunayım, siz karar verin sonradan...

(Kararımızı yazımızın son bölümünde açıklayacağız...)

Şimdiki sorumuz az önceki sorularımız içinde verdiğiniz cevaplarla doğrudan ilintili ve bu yüzden okurlarımız açısından da son derece önemli. Mesela evde televizyonu çok açmadığınızdan bahsettiniz, peki pandemi sürecinde evde kalınan zamanlarda ya da genel olarak pandemi döneminin tamamında, zamanınızı nasıl geçiriyorsunuz ve sizin yaşamınızda Covid-19 süreci ne gibi değişikliklere neden oldu?

Benim yaşamımda zaten bir süredir fark ettiğim bir şey vardı. Bizim çok kedimiz var. Aslında bizim kendi evimizde bize ait iki kedimiz var ama bahçe katındaki balkonumuz bu süreçte kedi pansiyonu oldu, yani bile isteye evimizi kedi pansiyonuna dönüştürdük. Küçük kedi evleri yaptık, onları hem balkonun yanına koyduk hem de balkonumuzu onlar için bir yaşam alanı haline getirdik. Kedilere bu kadar yakın olmak ve onları gözlemlemek bana şunu fark ettirdi: Hayvanlardan fazla yaptığımız her şey, yani fazla tüketmek, fazla konuşmak ki onlar zaten hiç konuşmuyor ama onlardan fazla yaptığımız her şey dünyanın sonunu getiriyor aslında. Ve pandemi süreci bence, bu dünyanın ortak bir paylaşım alanı olduğunu bizlere severek ya da sevmeyerek, isteyerek ya da istemeyerek hatırlattı.

Kaynaklar belli, tüketebileceğimiz miktar belli. Örneğin hani “Dünyadaki açlık fakirleri değil,



zenginleri doyuramamaktadır.” diye bir laf var ya bu aç gözlülüğün, dünyanın sonunu getirdiğini hatırlatmalı insanlara, dayanışma ve yardımlaşma olmadan bunun üstesinden gelinemeyeceğini kavrattı.

Bir sürü insan işsiz kaldı bu süreçte, bir sürü iş yeri kapandı ya da kapatıldı. İşte komşun açken tok yatma meselesi, yani bunu içselleştirip, tükettiğimizden daha azını tüketip bir miktarını ihtiyacı olana ayırma terbiyesi. İşte bütün bunları bizler bu dönemde öğrenmek zorunda kaldık.

Yani bu süreçte eve kapanmadık; bahçeye, toprağa çok fazla ayağımız değdi, topraktan gelip toprağa gideceğimizi belki daha iyi anladık ve hakikaten bir anda bir şey oluyor. Sağınızda, solunuzda birisi ya da birileri gidiyor. Öyle bir şey ki sınava çalışmadığımız yerden geldi sorular sanki.



Peki, siz başarılı bir kadın spiker olarak kadınların çalışma hayatında yer almasına yönelik neler söylemek istersiniz?

Şimdi, artık soft power(yumuşak güç) dönemindeyiz. Bana göre bu yumuşak güç kadın. Kadın aklı, kadın empatisi, kadın hoşgörüsü... Mesela kızım Güneş'ten fark ediyorum, tabii ki bazı animasyon filmleri izliyoruz birlikte. Karlar Ülkesi'nde Elsa diye bir karakter var, başka bir filmde Moana diye bir karakter var, Ay Masalı adlı yapımda Fei Fei diye bir kız çocuğu karakteri var. Bir kitap okuyorduk Ejderha Malpas diye, ejderha önce kızı mağaraya kaçırıyor kız önce bir iki gün bekliyor, ondan sonra "Artık kızların kurtarılmak için beyaz atlı prensleri bekleme dönemi kapandı, artık kızlar kendilerini kurtaracak." diyor. Dört yaşındaki çocuğun kitabında, dolayısıyla dönem artık soft power dönemi, dönem artık bence kadının o müzakereci, uzlaştırmacı dönemi. Çünkü kadın evdeki rolü gereği de küçüklükten bir yaşa gelene kadar babasını bile zaman zaman yönetir. Varoluşsal olarak kadında bulunan bir şey bu özellik. Yani müzakerecilik, uzlaştırmacılık, empati kurma...

Kadının iş dünyasındaki rolü çok gerekli. Yani kadın çalışmalıdır, kadın iş gücünde olmalıdır, mecliste daha fazla temsil edilmelidir falan değil, yani dünyanın selameti açısından gerekli bir şey bu zaten. Sadece hani kadın hakları, kadın erkek eşitliği filan meselesi değil konuştuklarım. Sanki kadın mağdur durumda da... Hayır, kadına ihtiyacı var sistemin ayakta kalabilmek için. Bu nedenle, bu konuda ben kadınların çalışma hayatında çok daha fazla olması gerektiğini düşünüyorum. Temsilin filan çok daha fazla olması gerektiğini düşünüyorum. İş dünyasında da mesela bizim haber merkezimizde de bu pandemi sürecinde çok fazla kadın arkadaşımız çalışıyor. Editörü, muhabiri ve inanın bütün pandemi sürecinde de



Dünyanın sahip olduğu kaynaklar ihtiyaçlarımıza yetecek kadar var ama ihtiraslarımıza yetecek kadar kaynak yok. Ben bunu anladım. İşte empati kurmak, yani bence Türkiye'deki en temel eksikliklerden bir tanesi. Bunu ister istemez bize bu süreç öğretti.

dimdik ayakta, sağlıklılar ve son derece de verimliler. Yani kadın gücü çok gerekli bir güç iş dünyası açısından. Bakış açıları da mesela benim sektörümde, yani haber sektöründe çok fark yaratıyor.

Son sorumuzdayız Ece Hanım, Afyonkarahisar Valisi Gökmen Çiçek ve Saygıdeğer Eşi Sümeyra Çiçek Hanımefendi'nin öncülüğünde, tüm ilçelerimizde Kadın Kültür Evleri Projesi devam etmekte. Bu projede önemli bir yeri olan "Kadın Kültür" dergisi aracılığıyla okuyucularımıza son olarak söylemek istediğiniz bir şey var mı?

Var. İnanın az önce o mermerden yapılan Kocatepe'de Atatürk eserini odama getirdiğinizde ve sonrasında hazırlanmış videoyu izlediğimde hakikaten çok çok etkilendim. Bunu hani, yani klişe olarak söylemiyorum.

O kadar kıymetli ki bu proje, yani şu anda sizin yapmış olduğunuz bu şey. İnsanı yaşatan tek şey var, o da ümit etmek ve kendini işe yarar hissetmek. Yani bir sürü insan para kazanmadan da çalışmak ve faydalı olduğunu hissetmek istiyor. Şimdi bunların hepsi bu projede var. Kadınlar, iş gücüne dahil oluyor; elle üretmek çalışmak, yani elin, insanın zekasının, gelişiminden tut, alzheimerı geciktirmesinden psikolojik bütün rahatsızlıklara iyi gelmesine kadar el ile bir şeyler yapmak, üretmek ki üretmenin tadı hakikaten başka hiçbir şeyde yok, hele kadın bu işin içine girdiği zaman, hemen fark yaratıyor. Mesela bana getirdiğiniz olağanüstü bir eser. İyi ki varsınız, iyi ki böyle bir proje yaptınız. Siz daha çok yapın biz daha çok destekleyelim ve bulaşıcı lafı ilk duyuşta belki hoş gelmiyor kulağa ama gerçekten kötülük gibi iyilik de bulaşıcıdır. Artsın bu hikâyeler, böyle böyle bulaştıralım bu iyiliği, yayılsın hem ekonomik olarak kadın ayakta dursun hem kendini güçlü hissetsin hem hünerli elini kullansın. Çünkü kadın iyiye aile iyi... Hep derler ya “Bir babanın çocuğuna yapabileceği en iyi şey çocuğun annesini sevmektir.” diye. Yani kadın sevildiği zaman çiçek açıyor, üretken olduğu zaman çiçek açıyor, kadın çiçek açınca aile çiçek açıyor nihayetinde toplum çiçek açıyor .

“Bir babanın çocuğuna yapabileceği en iyi şey çocuğun annesini sevmektir.”

Ece Hanım kıymetli fikirlerinizi tüm samimiyetinizle bizlerle paylaştığınız için çok teşekkür ediyoruz. Bizlere çalışma programınız içinde zaman ayırdınız, daha önce Afyonkarahisar’a hiç gelmediğinizi söylediniz. Biz sizi Afyonkarahisar’da ne zaman görüp ağırlayacağız?



Sistemin ayakta kalabilmek için kadının gücüne ihtiyacı var.

İnşallah, çok isterim. Umarım atlatırız şu süreçleri, gelmeyi çok istiyorum.

Ece Hanım’dan şehrimize ziyaret sözünü de alarak röportajımızı sonlandırıyoruz. Kameralar kayıtta değilse de sohbet en samimi haliyle devam ediyor. Bizzat kendisi tarafından kanal binasında tura çıkartılıyor. Hep ekranın uzak ucundan gördüğümüz stüdyoya geçiyoruz. Doğru ve tarafsız haberin yüzü ve sesi olan Ece Üner’le vakit geçiriyoruz. Katlar arasında yer değiştirirken Ece Üner’in bir davranışı daha dikkatimizi çekiyor. İkişer kişi olarak binilebilen asansörlere her birimizi yerleştirip, gidilecek kata göndermeden kendisi binmiyor, bu nedenle de her seferinde en son asansör için beklemek zorunda kalıyor. Kalabalığı dillere destan olan İstanbul’un, neredeyse herkesin önündekini ezip geçecek kadar aceleci koşuşturmacası içinde ne büyük bir nezaket diye düşünmeden edemiyorum.

Gelelim röportajımız içinde Ece Hanım’ın cevaplayamadığı bizimse kararımızı sonra açıklayacağımızı söylediğimiz soru hakkındaki görüşümüze...

Deniz Bey, eminiz ki siz de çok başarılı ve harika bir insansınız ama kalplerimizi fetheden Ece Hanım’la mukayese ettiğimizde bizim tüm puanlarımız Ece Hanım’a gidiyor.



ÇAY

KADIN KÜLTÜR EVİ



UMUDUMUZ; KENDİNE GÜVENEN,
EKONOMİK OLARAK AYAKLARI ÜZERİNDE
DURABİLEN KADIN

“Çay Kadın Kültür Evinde; eğitimden sağlığa, spordan sanata, kültürel programlardan hobi dallarına, aile içi iletişimden kişisel gelişime kadar hayatın her alanını kapsayacak hizmetleri uzman görevliler eliyle sağlayacağız.”

Mehmet DURGUT

Çay Kaymakamı



Afyonkarahisar'ın yeşili ile canlı, gölleri ile doğa harikası ve ovasıyla üretken ilçesi Çay 'ın ana geçim kaynağı aile gücüne dayalı tarım ve hayvancılıktır. Her çarşamba günü kurulan pazarına tüm çiftçi kadınlarımız; el emeği göz nuru, tarlalarında ve evlerinde ürettiklerini ekonomik olarak değerlendirmek için çaba sarf etmekte, emeklerini ortaya koyarak hayatın her alanında yer almaktadır.

Sayın Valimiz Gökmen ÇİÇEK 'in önderliğinde “Kadın Kültür Evleri” hayata geçirilmiştir. İlçemiz kadınlarının lider konumdaki yapısı nedeniyle onların hayatlarına ve hanelerine; sosyal, kültürel, ekonomik anlamda katkılar sağlayacağını düşündüğümüz bu projenin uygulanması bizleri de heyecanlandırdı.

Gönülden destek verdiğimiz bu proje için ilçemizin en müstesna güzellikteki Kardelen Parkı'nda iki ayrı binayı profesyonel iç mimarlık hizmeti olarak faaliyete geçirdik.

Parkın içerisinde oturma grupları, spor alanları ve yürüyüş yolları ile binaların içerisinde de çocuk

oyun odası, spor salonu, atölye odası, kitaplık ve okuma odaları, seminer salonu ve kafeterya olarak kullanılabilecek birçok alan oluşturduk.

Kadınlarımıza Çay Kadın Kültür Evinde; eğitimden sağlığa, spordan sanata, kültürel programlardan hobi dallarına, aile içi iletişimden uyuşturucu farkındalığına, kişisel gelişimden el emeği üretimlerine kadar hayatın her alanını kapsayacak şekilde uzman görevliler eliyle hizmet vereceğiz.

Umudumuz; kendine güvenen, ekonomik olarak ayakları üzerinde durabilen, aile kavramının içini dolduracak ve hanesini aydınlatacak kadınlarımızın sayısını artırarak onların yetiştireceği nesiller sayesinde daha güzel yarınlara kavuşmak.

Çay Kadın Kültür Evine fîkrî ve maddî destek sağlayan başta Sayın Valimiz Gökmen ÇİÇEK ve Hanımefendi Sümeyra ÇİÇEK 'e, Çay Belediye Başkanımız Hüseyin ATLI 'ya ve Valilik çalışma gruplarına hem ilçemiz hem de ilçe kadınlarımız adına teşekkür ederiz.



Hüseyin ATLI
Çay Belediye Başkanı

Afyonkarahisar Valimiz Sayın Gökmen Çiçek'in önderliğinde başlatılan Kadın Kültür Evi projesi Çay ilçemizde de hayata geçiriliyor.

Çay Belediyesine ait Yaka Mahallesi'nde bulunan ilçenin en gözde mekânı Kardelen Parkı içerisindeki 340 m² kullanım alanına sahip binalar Kadın Kültür Evi için tahsis edildi.

Kapsamlı bir proje olan Kadın Kültür Evinde; derslik, atölye, kütüphane, dinlenme odası, bebek bakım odası, mutfak, kafeterya, mescit ile yöresel ürünler ve el becerilerinin uygulanacağı binamızda kadınlarımıza nezih, ferah bir ortamda konferanslar ve eğitimler verilecek. Yine Kadın Kültür Evinde bilgilendirici, sosyal ve kültürel etkinlikler düzenlenecek olup kadınlarımızın her türlü sıkıntılarının çözümü için çalışmalar yapılacaktır.



ÇAY KADIN KÜLTÜR EVİ



“Nezih, ferah bir ortama sahip olan kadın kültür evimiz; konferanslar, eğitimler, atölye çalışmaları gibi bir çok etkinliğe ev sahipliği yapacak.”

Huzurlu Bir Kış Köşesi

Keçe İşlemeli Kirlent
Sağlık dostu keçe malzeme
ile üretilmiş koltukların
vazgeçilmezi özel tasarım
Kirlent
Taş Medrese - 75 TL

Bavul Sehpa
Aynı zamanda bir kurtu işlevi gören
bu şık sehpayı anlatacağımız adımları
izleyerek kendiniz de yapabilirsiniz
Maliyeti: 250-300 TL

Ahşap Dergilik
Dergiler düzenli kalsın, kendisi
şıklık katsın (Detaylar kendin yap
kısımında...)
Maliyeti: 100-130 TL

Keçe İşlemeli Şal
Kadın keçe ustaları tarafından
özenle tasarlandı...
Taş Medrese - 100 TL

Emine AĞTAŞ



Deri Kase

Sonbahar esintisi içeren tasarımı ile şık ve kullanışlı el yapımı deri kase
Taş Medrese: 100 TL

Yaşadığımız mekanlar enerjimize ve ruhumuza etki eden bir güce sahiptir. Sıcak bir çay ve kurabiye eşliğinde dergi okuyacağımız veya kahve eşliğinde film izleyeceğimiz dinlenme köşemiz. Evde daha çok vakit geçirdiğimiz bu günlerde belki de en çok ihtiyacımız olan şey bu tür huzur alanları. Bu sayımızda sizlere etnik ve modern aksesuarların bulunduğu bir yaşam alanı hazırladık. Bu amaçla oluşturduğumuz kış köşemizde Afyonkarahisar Tarihi Taş Medrese'de kadın keçe ustaları tarafından hazırlanan keçe ve deri ürünlerinin yanı sıra hobi malzemeleri ile kendi tarzınızı oluşturabileceğiniz ahşap ürünleri de kullandık.

Keçe Tablo
Keçe sanatla buluştu...
Özel yapım keçe
tablolar farklı boyutlarda
Taş Medrese: 100-300 TL



Sağlık dostu, dayanıklı, yenilenebilir doğal yapısı ile kültür mirasımız keçe farklı ürünler ile kadınlarımızın elinde hayat bulmaya devam ediyor...



Huzur köşenize yolculuk için
bavulunuzu hazırlama zamanı...

6 Adımda Bavul Sehpa

MALZEMELER

- Boyamaya uygun ahşap obje
- Su bazlı akrilik boya, ahşap boyutlarına göre adet seçilmelidir
- Eskitme boyası ve uygun küçük fırça
- Tercihinize göre sünger rulo veya uygun fırça
 - Sünger zımpara
- Tercihe göre mat veya parlak vernik

1 Ürün Seçimi
Hobi mağazalarından
dilediğiniz ahşap
ürünü seçin



2 Ön Hazırlık

Boyama öncesi sünger zımpara
yardımı ile kalıntıları temizleyin ve
nemli bir bez ile ürünü silin

3 Boyama

Beğendiniz renklerde seçmiş olduğunuz
boya fırça veya rulo yardımı ile iki kat
olarak uygulayın (Boyanın kapatıcı olması için
ikinci boyamayı 24 saat sonra uygulayın)

4 İkinci Renk Boyama

İki farklı renk kullanıyorsanız ilk renk
kurduktan sonra riskli alanları maskeleme
bandı ile kapatarak bu alanları boyayabilirsiniz



Ağaç dokusu uygulamak için budak
aparati kullanabilirsiniz (alt zeminler
kurduktan sonra ve vernikten önce)

6 Vernikleme

Boya kalıntısı olan alanları sünger zımpara ile hafif
dokunuşlarla temizleyin. Vernikleme öncesi yüzeyde
toz olmamasına dikkat ediniz. 24 saat arayı
iki kat vernik uygulamanız ve taş vernik tercih
etmeniz boyanın daha uzun ömürlü olmasını sağlar.



5 Eskitme Efektleri

Sehpanızın metal alanlarına, kenar ve köşe
alanlarına eskitme boyası ve küçük fırça
kullanarak farklı efektler verebilirsiniz



PÜF NOKTALAR

Boyama ve vernik yapılırken kullanılan yoğunluk
işlem bitene kadar aynı olmalıdır. İlk kat boyanın
ince uygulanması yüzeyin pürüzsüz olması
açısından önemlidir.

Başlamadan önce fırçanızı biraz su ile
nemlendirmeniz ve fırçanızı hep aynı yöne hareket
ettirmeniz fırça izini azaltacaktır.

BİR FOTOĞRAF BİR ANI Şule ÖZÜRÜN BENDLER



Motosiklet ile 75 gün ve 10 bin kilometre süren bir yolculuk. 4 ülke, 4 kültür, 4 mevsim gören ve sayısız hatıralarla kazasız olarak bu yolculuğu tamamladığına şükreden bir kadın.

Afyonkarahisar'da başlayan İran, Pakistan, Hindistan ile devam eden ve Nepal'de son bulan bir yolculuk.

“Kadın isterse yapar” mottosunu ispatlamak ve “Kadına şiddet” konusuna dikkat çekmek amacıyla yollara düşen bir kadının al bayrağımız gölgesinde gururlu duruşu.... Yer İran Çölü...



ÇOBANLAR KADIN KÜLTÜR EVİ



KADINLARIMIZA YÖNELİK FAALİYETLERİMİZ
BİR VAZİFEDEN ÖTE BİR GEREKSİNİMDİR

“İyi yetişmiş bir kadın sadece iyi yetişmiş bir birey olmayıp aynı zamanda düzgün teşekkül edecek bir aile ve iyi yetişecek hayırlı evlatların mimarıdır.”

Mücahit ÖZTÜRK
Çobanlar Kaymakamı



Kadın Kültür Evleri, Afyonkarahisar Valisi Sayın Gökmen Çiçek ve Kıymetli Eşi Sümeyra Çiçek Hanımefendi uhdesinde hayata geçirilen birer “Kadın Akademisi” niteliğindedir. Bu amaçla Çobanlar Kadın Kültür Evimiz, Kaymakamlığımız ve Belediyemiz ortaklığında tamamlanarak şark köşesi, konferans salonu, spor salonu, teras gibi alanlardan oluşmakta ve ilçemiz kadınlarına hizmet vermektedir.

İyi yetişmiş bir kadın, sadece iyi yetişmiş bir birey olmayıp aynı zamanda düzgün teşekkül edecek bir aile ve iyi yetişecek hayırlı evlatların mimarıdır. Bu doğrultuda bu çok yönlü proje, kadınlarımıza dair her alana dokunmayı ve kadınlarımızın her türlü taleplerine cevap vermeyi amaçlayarak bünyesinde aile, sağlık, sanat, din, kişisel gelişim gibi hemen hemen her alanı kapsayan eğitimleri, seminerleri ve konferansları; spor ve sosyal faaliyetleri; aile bütçelerine katkı sağlayacak üretim alanlarını; danışma hizmetlerini ve daha birçok faaliyeti barındırmaktadır. Bu sayede kadınlarımız kültürel sermayelerine katkı sağlayacak ve elde ettikleri kazanımlarla yarınları umutla bakacaklardır.

Başta Çobanlar Kadın Kültür Evimizin hayata geçirilmesi sürecinde desteği olan Sayın Valimiz ve Kıymetli Eşi olmak üzere, Belediye Başkanımıza ve belediye personeline, Kaymakamlık personelimize ve emeği geçen herkese teşekkür ederim.



Ali ALTUNTAŞ

Çobanlar Belediye Başkanı

24 Temmuz 2020 tarihi itibarıyla Afyonkarahisar Valimiz Sayın Gökmen ÇİÇEK'in talimatı doğrultusunda ilçemizde Kadın Kültür Evi kurulması girişimine Çobanlar Kaymakamlığımız eşliğinde başladık.

Mevcut Kültür Merkezimizin bir kısmını revize ederek Kadın Kültür Evi projemizi tamamladık ve 4 Ekim 2020 tarihi itibarıyla Kadın Kültür Evimizin açılışını gerçekleştirdik.

İçerisinde toplantı odası, konferans ve spor salonu, teras, mescit, çocuk bakım odası, mutfak ve şark odası bulunan merkezimiz bütünüyle bir "Kadın Akademisi" kimliğine kavuştu.

Dini sohbetlerden ilk yardım eğitime, sağlıktan spora, kültür aktivitelerinden mesleki kurslara, ilimden sanata geniş bir eğitim ağına sahip olan Kadın Kültür Evimiz, kadınların sosyal ve kültürel yaşamlarına katkıda bulunacak, ayrıca kişisel gelişimlerini sağlama noktasında büyük bir önem arz edecektir.

Medeniyet hamurumuzun yoğurucusu kadınlarımız, toplumumuzun temel taşı olan aile için ne kadar

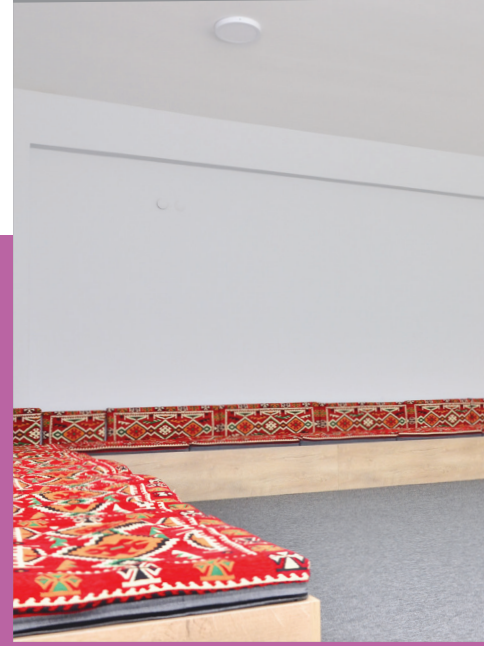
önemliyse modern zamanların gereksinimleri için de o kadar gerekli. Toplumun dönüşümü ve eğitimi için kadınlarımızın gücüne ve desteğine ihtiyacımız var.

2019 yılında yapmış olduğumuz tekstil fabrikamız ve ilçemizde uzun yıllardır faaliyet gösteren serada çalışan kadınlarımız artık sadece ekonominin ve sosyal hayatın içerisinde değil, ekonomik ve sosyal hayatta belirleyici duruma geldi. Yaşanan bu değişiklik ile kadınlarımızın ortak faaliyet gösterebilecekleri, sosyal hayata katılabilecekleri bir merkez olmayışı ilçemiz adına büyük bir eksikti. Kadın Kültür Evimiz ile bu eksikimizi de gidermiş olduk.

Kadınlarımızdan gelecek her türlü şikâyet ve talebi dinleyerek en iyi hizmeti verme gayreti içindeyiz.

"Cennet anaların ayaklarının altındadır." diyen bir medeniyetin kültür mensupları olarak kadınlarımıza yönelik faaliyetlerimiz, bir vazifeden öte bir gereksinimdir. Kadın Kültür Evimizin kurulmasında, faaliyet göstermesinde yer almaktan kıvanç duyar, önderliği için Afyonkarahisar Valimiz Sayın Gökmen ÇİÇEK'e, Çobanlar Kaymakamımız Sayın Mücahit ÖZTÜRK'e, İl Genel Meclis Üyelerimize, Çobanlar kamu kurum ve kuruluş personeline, Çobanlar Belediye Meclis Üyelerimize ve Çobanlar Belediyesi çalışanlarına teşekkür ederim.

ÇOBANLAR KADIN KÜLTÜR EVİ



“Toplumun dönüşümü ve eğitimi için kadınlarımızın gücüne ve desteğine ihtiyacımız var.”



Emine BAKSi
Öğretmen

YİNE BAŞARDIK BAŞKAN!

“Hayat bir yarış ve bu yarışa biz bir sıfır mağlup başlayıp şimdi öne geçtik.” bu sözler yüreği evladı için çarpan bir anneye ait down sendromlu bir kız çocuğunun annesine.

Hikâyemizin kahramanı Münevvere... Hem de öyle kurgu metinlerindeki kahramanlardan değil, her şeyiyle gerçek... İmkânsızlıklar ve onca zorluk içinde başarılarıyla bir destan yazdı o, kendi destanını... Küçük bir kız çocuğuyken fark etti annesi ondaki başkalığı. Kastımız kromozom sayısındaki fazlalık değildi. Zira bunu çok önceden öğrenmişler, ancak “evlat” sözcüğünün anlamını değiştirecek bir durum olarak asla görmemişlerdi.

Rakamsal farklılıklar, ötekileştirmeler bir annenin canından bir parça olan yavrusuna karşı hissettiklerini etkileyebilir miydi?



En çok çubuk krakeri severdi Münevvere küçükken. Kaçıp kaçıp bakkaldan kraker alır ve komşuların evine saklanırdı. Anne her defasında fark ederdi durumu etmesine de yakalayabilmek ne mümkün?

Evet, çok hızlı koşuyordu Münevvere. Yaşıtlarına göre oldukça hızlı... Kızının olmazlarına değil olabileceklerine odaklanan hatta olduran, bu uğurda hiçbir uğraştan kaçınmayan anne, kızının bu yeteneğini işledi ilmek ilmek... Onun dünya çapında büyük bir sporcu olması yolundaki tüm engellere siper oldu bu kocaman yürek. Hem de “Engelliden sporcu mu olur?” diyen; asıl engelin bedensel, zihinsel farklılıklarla değil bir canı öbüründen ayrı görmekte hatta ötekileştirmekte olduğunu bilmeyenlere inat...

18 tanesi uluslararası 90 tanesi yurt içi olmak üzere toplam 108 tane madalya kazandı Münevvere ve her birine ayrı bir başarı öyküsü sığdırdı.



MÜNEVVERE YILMAZ



Şimdi “Başkan!” diye sesleniyor bizim şampiyon annesine. Çünkü o herkesin evladı hak ettiği değeri görsün, farklılıkların başarıda bir engel olmadığını anlasın diye tüm engelli çocuk ve gençler için Afyonkarahisar Özel Sporcular Kulübü ve Mor Beyaz Gençlik ve Spor Kulübünü kurdu ve bu kulübün başkanı oldu. Hanife Yılmaz halen Türkiye Özel Sporcular İl Temsilciliği görevine devam etmektedir.



Münevvere ve Annesi



MÜNEVVERE YILMAZ'IN DERECELERİ

2012 Portekiz Down Sendromlular Atletizm Şampiyonası, gülle atma dünya üçüncülüğü

2013 İtalya IAADS Açık Avrupa Atletizm Şampiyonası, gülle atma Avrupa şampiyonu, 800m koşu Avrupa üçüncülüğü ve erkek takımını tamamlayarak bayrak yarışı Avrupa üçüncülüğü

2014 Portekiz SU-DS ve IAADS Uluslararası Atletizm Şampiyonası gülle atma dünya birinciliği, 800 m koşu dünya üçüncülüğü, erkek takımını tamamlayarak bayrak yarışı dünya üçüncülüğü

2015 Güney Afrika gülle IAADS Down Sendromlular Dünya Atletizm Şampiyonası atma dünya dördüncülüğü. 800 m koşu dünya dördüncülüğü

2016 İtalya Down Sendromlular Olimpiyat oyunları, 1500 m koşu olimpiyat üçüncülüğü, 800m koşu olimpiyat beşinciliği, gülle atma olimpiyat dördüncülüğü

2019 Finlandiya müsabakalarında gülle atmada Avrupa Şampiyonu, 1500 metre koşu ve cirit atmada Avrupa ikinciliği, 800 metre koşuda Avrupa üçüncülüğü

2019 9. INAS Avrupa Salon Atletizm Şampiyonası gülle atmada rekor kırarak Avrupa Şampiyonu, 60 metre koşusu ve uzun atlamada Avrupa ikinciliği, 200 metre koşuda Avrupa üçüncülüğü

2010 yılından 2017 yılına kadar Türkiye Özel Sporcular Spor Federasyonun düzenlemiş olduğu, bölge ve Türkiye Şampiyonalarında gülle atma ve koşu branşlarındaki tüm yarışmaları da birincilikle bitirmiştir.



DİNAR

KADIN KÜLTÜR EVİ



KADINLARIMIZ İÇİN BİR İLİM VE İRFAN YUVASI

“Tarih boyunca kadına değer veren, onun iyi yetişmesine gayret gösteren toplumlar her alanda daha fazla gelişme sağlamışlardır.”

Selami KAPANKAYA

Dinar Kaymakamı



Eskiden beri hayat iki ayrı cinsiyet arasında paylaşılmıştır. Kadın ve erkek hayatı paylaştığı gibi aynı zamanda birbirlerinin tamamlayıcısı olmuşlardır.

Kadınlar ve erkekler insan cinsinin iki ayrı unsurudur. Ancak tüm insanlar kadınlardan doğduğu için büyük halk ozanımız Neşet Ertaş'ın yalın ifadesiyle “Kadınlar insandır, bizler de insanoğluyuz” diyebiliriz. Dolayısıyla insanın dünyaya gelişinde, yetişmesinde ve gelişmesinde kadının, annelerin çok büyük yeri önemi vardır.

Tarih boyunca kadına değer veren, onun iyi yetişmesine gayret gösteren toplumlar her alanda daha fazla gelişme sağlamışlardır.

Toplumda kadınların, kız çocuklarının eğitim ve öğretimine en az erkek çocukları kadar değer verilmesi, eğitim hayatında onlara ve tabii ki aynı zamanda erkek çocuklara erdem, bilgi, beceri ve faydalı gerekli nitelikler, marifetler kazandırılması o

toplumda bugüne ve geleceğe yapılmış en büyük yatırımdır.

Günümüzde artık kadınlarımız şu işi yapabilir mi, bu işte başarılı olur mu veya kadınlarımız şöyle veya böyle giyinmeli vb. onları ilgilendiren tartışmalardan ve onlara sınırlar ve çizgiler çekmekten uzaklaşıp onlara şahsi ve toplumsal hayatlarında fazilet, bilgi, beceri ve marifet kazanmaları için destek olmak, onların başarmaları için yüreklendirmenin daha faydalı bir tutum olacağı açıktır.

Bu yönde Afyonkarahisar Valimiz Sayın Gökmen Çiçek ve Eşi Saygıdeğer Hanımefendi'nin gayret ve destekleriyle il ve ilçelerimizde çalışmaya başlayan Kadın Kültür Evlerimizin Afyonkarahisarlı kadınlarımız için bir ilim, irfan yuvası olacağı ilk uygulamalardan görülmektedir.

Kadınlarımızla ilgili pek çok problemin çözümüne olumlu katkılar sağlayacağı bu yeni kurumların ve yaklaşımın ilimizde başarılı olması temennisi ile ilimize hayırlı olmasını diliyorum.

**Nihat SARI**

Dinar Belediye Başkanı

Kadın Kültür Evleri projesini, ilimiz genelinde başlatılan önemli bir proje olarak değerlendirmekteyim.

Bu proje kapsamında ilçemizde Kadın Kültür Evi inşaatı yapımı başlamış olup en kısa sürede tamamlanarak kadınlarımızın hizmetine sunulacaktır.

Kadınlarımız burada bir araya gelerek istihdamın ve sosyal hayatın içinde olacaklar. Kültür Evinde dertleşecek, muhabbet edecek, sosyal yaşamın içinde birlikte hareket edecekler.

Ayrıca birlikte hareket ederek üretim yapacaklar. Bu sayede kadın istihdamı sağlanmış olacağı gibi ilçemiz ekonomisine ve tanıtımına da katkı sağlayacağını düşünmekteyim.

Bir toplum kadına, aile mefhumuna değer vermezse o toplumun ayakta kalması mümkün değildir. Onun için annelerimiz, kadınlarımız bizim baş tacımız. Onlara ne yapsak azdır.

Belediye olarak kadınlarımıza yönelik bu tür çalışmalara her zaman destek olmaktan büyük mutluluk duyuyoruz.

DİNAR KADIN KÜLTÜR EVİ



*“Bir toplum kadına, aile mefhumuna değer vermezse
o toplumun ayakta kalması mümkün değildir.”*



EMİRDAĞ

KADIN KÜLTÜR EVİ



KADINLARIMIZA HAK ETTİKLERİ
DEĞERİ VERMEK İÇİN

*“Kendini geliştiren, üreten ve sosyal hayatın
kalbinde yer alan kadınlara.”*

Osman BİLİCİ
Emirdağ Kaymakamı



Türk tarihi boyunca kadın, erkeğin her türlü faaliyetine iştirak etmiş; savaşta, dini, siyasi, insani ve itikadi sahalarda erkeklerle beraber söz sahibi olmuştur. Türk kadınının sosyal alanda oynadığı rol bakımından erkeğiyle beraber omuz omuza mücadelesi tüm dünya kadınlarına da örnek teşkil etmiştir. Türklerde kadın; bazen aile reisi, bazen de evinin direğidir. Erkeğin vefalı arkadaşı olan kadın, her şeyden önce evlatlarının saygıdeğer anasıdır.

Günümüz sosyal hayatında etkinlik alanı evle sınırlı kabul edilen kadınlarımızın hemcinsleriyle birlikte daha aktif bir içtimai hayata sahip olmaları için Afyonkarahisar Valimiz Sayın Gökmen Çiçek önderliğinde ve Valimizin Eşi Sümeyra Çiçek Hanımefendi'nin himayelerinde başlatılan Kadın

Kültür Evleri Projesinin Emirdağ'da da hayata geçirilmesi için başlatılan çalışmalar devam etmektedir. Emirdağ Kadın Kültür Evi Projesinin hayata geçmesiyle birlikte açılacak gelişim kursları, sahih kaynaklara dayalı, hurafelerden arınmış dini eğitimler, spor faaliyetleri, atölye çalışmaları, kütüphane, kadınlar kooperatifi gibi hizmet ve etkinliklerle Emirdağlı kadınlar kendini geliştiren, üreten ve sosyal hayatın kalbinde yer alan değerler olacaktır.

Hayata geçtiğinde 2.400 m² kapalı alanda hizmet verecek Kadın Kültür Evi için Afyonkarahisar Valimiz Sayın Gökmen Çiçek'e, eşi Sayın Sümeyra Çiçek Hanımefendi'ye, Valilik Proje Takip Merkezine ve Kadın Kültür Evleri İl ve İlçe Yürütme Kurullarına Emirdağlı kadınlar adına şükranlarımızı sunarız.



Serkan KOYUNCU
Emirdağ Belediye Başkanı

Bizleri eğiten, yetiştiren, büyüten, bizi biz yapma yolunda yüreklerindeki sevgi ve şefkati karşılıksız veren, ihtiyacımız olduğunda desteklerini bizlerden esirgemeyen, fedakâr kadınlarımıza gereken değeri vermek bizler için olmazsa olmaz şartlardandır. Kadınlarımız huzurlu, mutlu ve sağlıklı toplumların teminatıdır.

“Cennet annelerin ayakları altındadır.” hadisine yürekten inanan bir dinin mensubu olan bizler; bugüne kadar kadınlara yönelik her türlü şiddetin, ayrımcılığın ve istismarın karşısında

olduğumuz gibi bundan sonra da olmaya devam edeceğiz. Bu kapsamda Emirdağ Belediyesi olarak kadınların sosyal ve kültürel hayata katılımlarını artırmak için önemli çalışmalara imza atıyoruz. Kadın Kültür Evi, Kadınlar Kooperatifi, Gökkız Kadınlar Hamamı gibi projelerimizle kadınlarımıza sözde değil özde hizmet verme gayreti içerisindeyiz.

Siyasi, sosyal ve ekonomik hayata giderek daha çok katılan Türk kadınları böylece ülkenin aydınlık geleceğinin şekillenmesine de katkı sağlayacaktır. Kadınlarımıza değer veriyor ve onlara layık hizmetler gerçekleştiriyoruz.

EMİRDAĞ KADIN KÜLTÜR EVİ



“Kadınlarımız huzurlu, mutlu ve sağlıklı toplumların teminatıdır.”

Kadın Elinden Kadınlara Deri Modası

Deri, kullanıldığı her alanda bambaşka bir etki meydana getirir ve kullanıldığı nesneye estetik bir hava katar. Özellikle sonbahar ve kış aylarında çokça tercih edilen deri ürünler, biz hanımların vazgeçilmez aksesuarları arasında yerini alıyor. Yetenekli ellerde hayat bulan deri; birbirinden güzel çanta, cüzdan, bileklik, küpe, anahtarlık gibi birçok ürün olarak gündelik yaşamımıza şıklık katıyor. Kadın deri ustaları, farklı tasarımları ile Afyonkarahisar Taş Medrese’de yeni bir stil oluşturuyor. Bu sayımızda sizler için bu hünerli ellerin hazırladığı ürünlerden kombinler sunuyoruz.

El Yapımı Hakiki Deri
Taşlı Bileklik
Taş Medrese: 50TL

El Yapımı
Hakiki Deri Çanta
Taş Medrese: 300TL

El Yapımı
Hakiki Deri Çanta
Taş Medrese: 300TL



Saliha SARGIN



Her iklime uygun deri aksesuarlar ile stilinizin en önemli parçalarını tamamlayın. Tabaklanması ve işlenmesi ile uzun ve zahmetli bir sürecin sonucu olarak hayata geçen deri ürünler, hem spor hem klasik kombinlerinizin vazgeçilmezi. Deri ceket, yelek, kemer, çizme ve çanta kombinleri oldukça sık görünüyor. Hanımların vazgeçilmez aksesuarları olan çantalar, derinin geleneksel motiflerin ışığında modern çizgilerle işlenmesi ile sıra dışı bir kimliğe bürünüyor.

Fonksiyonel yapısı ve şık duruşuyla kombinlerin tamamlayıcı parçası
Deri telefon kılıfı Taş medrese: 100TL



El Yapımı
Hakiki Deri
Gözlük Kılıfı
Taş Medrese:
100TL

El Yapımı
Çanta
Taş Medrese:
300TL

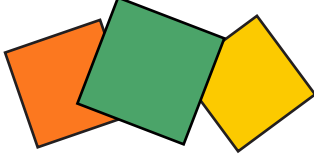


El Yapımı
Hakiki Deri Çanta
Taş Medrese: 150TL

El Yapımı
Hakiki Deri Çanta
Taş Medrese: 150TL



2021 kış sezonunda sıcak renkler hakim. Özellikle kırmızılar, turuncular, sarılar ve parlak yeşiller sezonun öne çıkan renkleri.



Deri ürünlerde insan sağlığına zarar verecek hiçbir kimyasal bulunmaz.

Nefes alabilme ve hava geçirgenliği özellikleri sayesinde kullanıcısına rahatlık sağlayan bir üründür. Aynı zamanda nemi emerek, terleme ve koku yapmaz.

Deriden yapılan ürünler uzun ömürlüdür ve kolay bir şekilde kopma ve yırtılma gerçekleşmez.



Deri Çanta
Taş Medrese: 300TL

Deri Çanta
Taş Medrese:
300TL



Deri Küpe
Taş Medrese:
50TL

Deri Çanta
Taş Medrese:
300TL



El Yapımı
Hakiki Deri Bot Yemeni
Taş Medrese: 150TL

Deri Yemeni
Taş Medrese: 120TL





Kağıt helva satan bir adam vapurda dolaşırken martılar atılan ekmek ve simit parçalarıyla coşmuş, çığlık çığlığa birbirleriyle yarışıyordu. Vapur sisi ikiye bölmüş gibi bir tarafta kızıl güneş aheste aheste batıyor, diğer taraf sanki güne yeni başlıyordu. O an kadın derin bir nefes aldı ve deklanşöre bastı.



İSCEHİSAR

KADIN KÜLTÜR EVİ



KADINLARIMIZ, “ANA, BACI, EŞ, ARKADAŞ”

“Kadının ailedeki en önemli rollerinden biri de anneliktir. Eğitimli anne, girişimci ve yenilikçi nesiller için son derece önemlidir.”

Uğur KAPAR
İscehisar Kaymakamı



Kadınlarımız, “ana, bacı, eş, arkadaş...” Hem Türk hem de İslam kültür ve geleneği kadınlarımızı baş tacı etmiştir.

Kadının ailedeki en önemli rollerinden biri de anneliktir. Eğitimli anne, girişimci ve yenilikçi nesiller için son derece önemlidir. Kadınlarımızın toplumdaki yadsınamaz rolü ve değerini biliyoruz. Fakat kadınlarımızın sosyoekonomik hayatta daha aktif rol almaları için farklı bir kıvılcım gerekiyordu. Bu kıvılcım Sayın Valimiz Gökmen ÇİÇEK’in “Kadın Kültür Evleri Projesi” ile atıldı.

İscehisar Kadın Kültür Evimizde ücretsiz kafeterya hizmeti verilecektir. Kütüphanemizden hem kadınlarımız hem aileleri faydalanabilecek, kadınlarımız sohbet odamızda sosyalleşme imkânı bulacak, aynı

zamanda çocuklarının oyun odasında sağlıklı ve güvenli vakit geçirdiklerinden emin olacaklardır. Toplantı odamızda, alanında uzman eğitimcilerle kadınlarımızın gelişimlerine katkı sağlayacak eğitimler verilecektir. Spor salonumuzda kadınlarımızın bedenlen de sağlıklı birer birey olmalarına katkı sağlanacaktır. İscehisar mermer sektöründe dünya çapında adını duyurmuş bir ilçedir. Kurulacak olan atölyemizde mermer, kadın elinde sanata dönüşecek. Ürünlerimizin satışı ile kadınlarımızın ekonomik anlamda kazanç sağlamalarına vesile olunacaktır.

Kadın Kültür Evimizde kadınlarımız bir yuva sıcaklığında, aynı zamanda kaliteli bir işletme konforunda kendilerini dolayısıyla da toplumu geliştirmeye devam edeceklerdir.



Ahmet ŞAHİN
İscehisar Belediye Başkanı

Kadın; sevgi, merhamet, rehber, hayat ve tabii ki candır. Türk-İslam kültüründe kadına çok değer verilmiştir.

Kadındır ki insan türünün yarısı olup diğer yarısını da yetiştirendir, yani insanlığı yetiştirendir. Kadının toplumdaki en önemli rolü anneliktir. Bilge ve donanımlı kadın demek bilgili ve vizyon sahibi gelecek nesiller demektir. Kadın, toplumu bir elindeki iğneyle gergef gibi işleyen, diğer elinde kitap gibi olgunlaştırıp topluma kazandırandır. Kadınlarımız kalkınmada ne kadar aktif ise sosyal ve ticari hayatta o derece hareketlidir. Bunun için de Sayın Valimiz Gökmen ÇİÇEK'in Türkiye'de ilk defa bir ilin bütün ilçelerinde yapılacak olan "Kadın Kültür Evleri Projesi" son derece önemli ve kıymetlidir.

İscehisar Kadın Kültür Evimizde kalkınmada, toplumsal ve sosyal hayatta kadınlarımız daha aktif

hale gelebilecek; aynı zamanda çocuklarının oyun salonunda güvenli, sağlıklı vakit geçirebileceklerinden emin olacaklardır. Kadınlarımızın yararlanacakları kafeterya bölümü tamamen ücretsiz hizmet verecektir.

Kadınlarımıza sanattan spora alanında uzman kişilerce hem beden hem de ruhen sağlıklı kalmaları için eğitimler verilecektir. Mermerin 2300 yıldır başkenti olan İscehisar'da kurulacak olan mermer atölyesinde mermer, kadın elinden sanata dönüşecek ve kadınlarımız kalkınmada söz sahibi olacak, kazanç sağlamış olacaktır.

Kadın Kültür Evimizde kadınlarımız bir aile ortamında birlikte üretip kendileriyle topluma katkı sağlamaya devam edecektir. Kadınlarımız kendilerine ve topluma ışık olmaları yönünde ilerleme sağlayacaktır. Bütün bu farkındalıklar için Sayın Valimiz Gökmen ÇİÇEK, Sayın Kaymakamımız Uğur KAPAR, İş İnsanı Necmettin AYYILDIZ Beyefendiye teşekkür ederiz.

İSCEHİSAR KADIN KÜLTÜR EVİ



“Kadın, toplumu bir elindeki iğneyle gergef gibi işleyen, diğer elinde kitap gibi olgunlaştırıp topluma kazandırandır.”



Damla YILDIZHAN KARTAL
Diyetisyen

PANDEMİ SÜRECİNDE GÜÇLÜ BAĞIŞIKLIK İÇİN SAĞLIKLI BESLENME

Dünya Sağlık Örgütü'nün pandemi olarak kabul ettiği koronavirus (Covid-19) çok önemli bir toplum sağlığı tehdidi oluşturmaktadır. Nasıl bulaştığı belli olmayan virüsün, bağışıklığı güçlü kişilerde daha hafif semptomlarla atlatıldığı görülmüştür. En ağır semptomlarla atatanlarda ise zayıf bağışıklık ön plana çıkmıştır. Özellikle yaşlı bireylerin, kronik hastalığı olanların hastalığı daha zor atlattığı görülmüştür.

Bu süreçte sağlıklı beslenmenin önemi daha da artmıştır. Sağlıklı beslenme, düzenli uyku, fiziksel aktivite ve stres durumumuzu iyi yönetme sağlığımız için en önemli dört unsur olarak nitelendirilebilir. Ve bu dört unsurun bağışıklık sistemini güçlendirdiği kanıtlanmıştır. Bağışıklık sistemi tek bir besine, takviyeye bağlı olarak güçlenmemektedir.

Bu süreçte yeterli sağlıklı karbonhidrat alımı (tam tahıllılar, bulgur, meyve), lif (posa-meyveler, sebzeler, kuru baklagiller), protein (et, süt, tavuk), yeterli omega-3 alımı (haftalık 350 g balık), vitamin, mineral, antioksidanlardan zengin beslenmek önemlidir.



Bağışıklık Güçlendirici Altın Süt
1 bardak sıcak süt
1/2 çay kaşığı toz zerdeçal
1/2 çay kaşığı toz zencefil
1/2 çay kaşığı toz karabiber
1 çay kaşığı bal



Bağışıklık Güçlendirici
Bitki Çayları
Yeşil Çay, Beyaz Çay
İhlamur, Kuşburnu



Bu süreçte günlük, mevsimine uygun meyve ve sebze tüketilmelidir. Her öğüne mutlaka sebze eklenmelidir. Besin çeşitliliği artırılmalıdır (bol yeşillik, kırmızı pancar, mor lahana, kereviz, turp vs.).

Haftada iki kez kuru baklagil (mercimek, nohut, fasulye) tüketilmelidir. Hazır, işlenmiş, ambalajlı gıdalardan kesinlikle uzak durulmalıdır.

Tuz alımı azaltılarak baharatlar günlük beslenmede artırılmalıdır. Zencefil, zerdeçal, karabiber, kırmızıbiber bağışıklıkta etkili baharatlardır. D vitamini, çinko ve probiyotikler, propolis yine güçlü bağışıklıkta öne çıkan en önemli faktörlerdir. Fakat bunları mutlaka doktor, diyetisyen veya eczacınıza danışarak kullanmanız önerilmektedir.

Koronavirüsten hastaneye yatanlar ve daha ağır atılanlarda D vitamini eksikliği görülmüştür. D vitamini mutlaka kan sonucunuza göre doktor önerisi ile kullanılmalıdır. Probiyotikler dışarıdan takviye olarak kullanılabilir. Besinsel kaynaklar: yoğurt, kefir, tarhana gibi besinlerdir. Probiyotikler olarak: pırasa, soğan, sarımsak, kereviz, meyve, sebze karşımıza çıkmaktadır. Propolisi çocuklar günlük 1 tatlı kaşığı, yetişkinler günlük 2 tatlı kaşığı olarak kullanabilirler. Antioksidan yönünden zengin besinlerle (çeşitli meyve, sebze) beslenerek yine bağışıklığa önemli katkıda bulunabilirsiniz. En güçlü antioksidanlardan birine narı örnek verebiliriz.

Güçlü bir bağışıklık için bunlara dikkat etmemizde fayda vardır.



BAĞIŞIKLIK GÜÇLENDİRİCİ SALATA

- ½ göbek marul
- 1/3 kırmızı pancar
- 1 adet rendelenmiş mor havuç
- ½ adet rendelenmiş turp
- 1 /2 demet doğranmış maydanoz
- ½ demet doğranmış dereotu
- ½ demet doğranmış roka
- ½ nar
- 1 şay bardağı haşlanmış yeşil mercimek
- 1 yemek kaşığı zeytinyağı
- yarım limon suyu
- çok az tuz





SANDIKLI

KADIN KÜLTÜR EVİ



İNSANLIK TARİHİNİN MİMARLARI
KADINLARIMIZ

*“Afyonkarahisar’da filizlenen bu tomurcuğun
tüm Anadolu’nun verimli topraklarını
yeşertmesi temennisiyle.”*

Eflatun Can TORTOP

Sandıklı Kaymakamı



Milletlerin uygarlık düzeyini belirleyen en önemli kriter kadının toplumdaki yeridir. İnsanlık tarihinin mimarları kadınlarımızın eğitimleri, insanlığın ihtiyaç duyduğu nesilleri yetiştirebilmesi için çok önemlidir. İşte bu saikle ve Valimiz Sayın Gökmen ÇİÇEK' in talimatlarıyla "Yakın Geleceğin Kadın Akademileri" olmaya aday Kadın Kültür Evimizi ilçemizde Belediye Başkanımız Mustafa ÇÖL'ün iş birliği ile açtık.

Sandıklı Kadın Kültür Evimizin Faaliyetleri

Sandıklı Kadın Kültür Evimizdeki programlar sosyal, kültürel, eğitimsel ve sportif faaliyetler olmak üzere üç ana başlıkta devam etmektedir. Haftada en az bir etkinliğin yapılması amaçlanmış olup verilen hizmetlerin tamamı ücretsizdir. Bütün kadınlarımızın Kadın Kültür Evimizden yararlanabilmesi için ulaşım anlamında her türlü imkânı ücretsiz olarak kadınlarımıza sunmaktayız.

Kadın Kültür Evlerimizde İlk Ne Yaptık?

Kadın Kültür Evimiz faaliyetine başladığında eşim Reyhan TORTOP ve Belediye Başkanımızın eşi Z. Esra ÇÖL refakatinde ilk konukları olan şehit ve gazi aileleri ile köy ve mahalle muhtarlarımızın eşlerini ağırladık. Ayrıca masal anlatma etkinliği ile de kapılarımızı çocuklarımıza ve velilerine açmış olduk. Okuma yazma seferberliği başlattık. Psikolojik

danışmanımız ve sosyoloğumuz tarafından annelerimize ve çocuklarına bireysel danışmanlık hizmeti vermeye başladık.

İçişleri Bakanlığımızın başlattığı En İyi Narkotik Polisi Anne Projesi kapsamında bağımlılıkla mücadele konusunda seminer düzenledik.

Kadın ve Çocuk Hastalıkları üzerine eğitimler düzenledik.

Kadın Kültür Evimizde Neler Yapacağız?

Tarım Müdürlüğümüz tarafından kadın çiftçilere yönelik seminerler düzenlenecektir.

Manevi, tarihi ve kültürel bilinci artıracak "Yöresel Rehberlik" eğitimlerine en kısa sürede başlayacağız.

Gastronomi açısından şehrimizin saklı lezzetlerini gün yüzüne çıkartıp tanıtmak amacıyla ilçelerde lezzetlerin bulunduğu yemek programları organize etmeyi ve yöresel yemekler konusunda eğitimler vermeyi planlıyoruz.

Afyonkarahisar'da filizlenen bu tomurcuğun tüm Anadolu'nun verimli topraklarını yeşertmesi temennisiyle.



Mustafa ÇÖL
Sandıklı Belediye Başkanı

Afyonkarahisar Valimiz Sayın Gökmen ÇİÇEK'in talimatları doğrultusunda, İlçe Kaymakamımız Sayın Eflatun Can TORTOP ile birlikte kadınlarımızın her türlü sosyal ve kültürel etkinlikler yapabileceği donanıma sahip "Kadın Kültür Evi"ni hayata geçirmenin mutluluğu içerisindeyiz.

Sandıklılı kadınlarımızın hayatın her evresinde daha güçlü, umutlu ve kararlı olmasını destekleyen ve bu yönde çalışmalar yapacak olan Kadın Kültür Evimiz, kadınlarımızın sosyal ihtiyaçlarına en iyi şekilde cevap vermeyi amaçlamaktadır.

Aynı zamanda sportif, sosyal ve kültürel anlamda birçok aktivite sunmayı hedefleyen Kadın Kültür Evimiz her alanda kendisini geliştiren kadınlarımıza destek olmayı kendisine gaye edinmiştir.

Ben bu vesileyle Kadın Kültür Evimizin ilçemiz ile buluşmasına vesile olan Afyonkarahisar Valimiz Sayın Gökmen ÇİÇEK'e, Kaymakamımız Eflatun Can TORTOP'a ve bu bağlamda emeği geçen herkese teşekkür ediyor, kadınlarımızın her şeyin en güzeline ve en iyisine layık oldukları düsturundan hareketle bütün kadınlarımıza hayırlı ve uğurlu olmasını temenni ediyorum.

SANDIKLI KADIN KÜLTÜR EVİ



*“Kadınlarımızın hayatın her evresinde daha güçlü,
umutlu ve kararlı olmasını destekliyoruz.”*



Sevedgöl Çekiç

Afyonkarahisar İl Müftü Yardımcısı

KADIN SAHABİLER HZ. HATİCE

*Kureyş'in asil ve çalışkan bir kadınıydı Hz. Hatice...
Üstün iffeti sebebiyle
İslâmîyet'ten önce "Tâhire",
Hz. Peygamber'in (s.a.s.)
en büyük hanımı olması
dolayısıyla "Kübrâ",
saygınlığından dolayı "Kureyş
Kadınlarının Efendisi"
sıfatlarıyla anılan, Peygamber
Efendimizin ilk hanımıydı.*

Sevgili Peygamberimizin "Bana onun sevgisi bahşedildi." (Müslim, Fedâilü's-sahâbe, 75) dediği, eşler arası muhabbete örnek teşkil eden nadide bir insandı.

Yaşadığı dönemin örnek kadınlarından olan Hz. Hatice bir iş kadınıydı. Ticaretteki mahareti herkes tarafından bilinen Hz. Hatice; Hz. Peygamber'in (s.a.s.) doğru sözlü, son derece güvenilir ve güzel ahlaklı olduğunu öğrenince O'na, Şam'a göndereceği ticaret malının başında tacir olarak gitmesini teklif etti.

Bu teklifi kabul eden Hz. Peygamber, çıktığı bu yolculukta, Hz. Hatice'nin kervanının her zamankinden iki kat daha fazla kâr etmesini sağlamıştı.

İşte bu kervan Hz. Muhammed'in ileride yaşayacağı zorlu yıllarda yanı başında en büyük yardımcısı olarak yer alacak Hz. Hatice'nin, O'na eş olmasına vesile olacak tanışıklığı sağlamıştı.

Hz. Muhammed ile peygamberlikten 15 yıl önce evlenen ve yaklaşık 25 yıl evli kalan Hz. Hatice; akıllı, şerefli, yüksek ahlak sahibi, güzel ve zengin bir kadındı. Zarif bir insan ve nazik bir işverendi. Zengin olduğu kadar da cömertti ve bu cömertliğinden başta en yakınları olmak üzere çevresindekiler nasibini alırdı.

Hz. Peygamber, "Kendi döneminin en hayırlı kadını Meryem'dir. Hatice de (kendi döneminin) en hayırlı kadınıdır." (Buhârî, Menâkıbü'l-ensâr, 20) sözleriyle taltif ettiği Hz. Hatice'den ömrü boyunca büyük destek görmüş ve bunu hep dile getirmiştir:

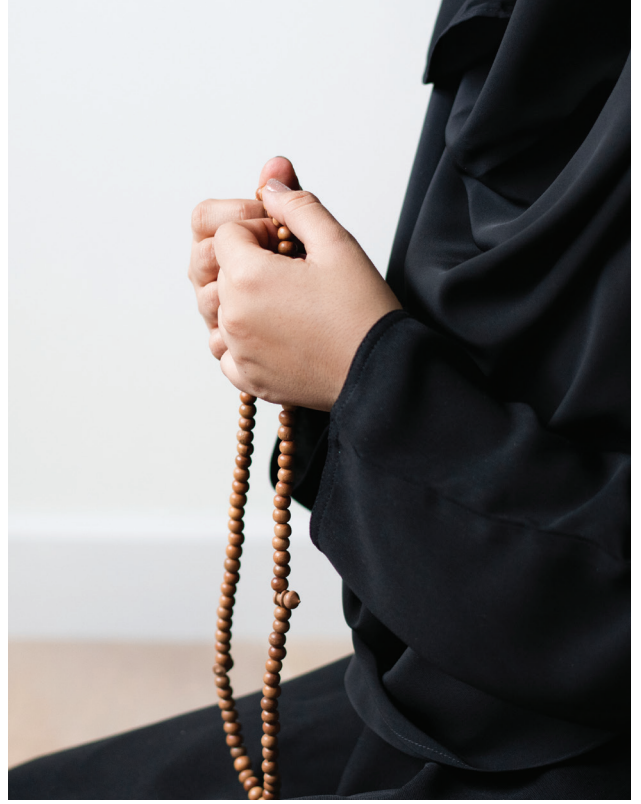
*“Yüce Allah bana
Hatice’den daha
hayırlı bir eş
vermemiştir.”*

“Bütün insanlar bana inanmazken o bana inandı. Herkes beni yalanlarken o doğruladı. İnsanlar (yardımlarını) benden esirgediklerinde o bana maliyla destek oldu.” (İbn Hanbel, VI, 118).

İslam’ın güzellikleri her bir yeri kuşatsın diye maddi manevi fedakârlıktan asla kaçınmamıştı. Rahmet elçisi Hz. Muhammed’in yanında ve en yakınında yer alan biri olarak, O’nun İslam’ı tebliğ ederken yaşadığı zorluklarda en büyük destekçisiydi. İlk iman edendi mesela.

İlk vahiy geldiğinde Hz. Peygamber’in sığındığı ilk limandı. Hira Mağarası’nda ilk kez vahiyyle muhatap olduğunda Resulullah kendisine vahyolunan bu âyetlerle korkudan yüreği titreyerek döndü ve hanımı Hatice’den üzerini örtmesini istedi. Nihayet korkusu geçince başından geçenleri anlattı Hz. Hatice’ye ve “Kendimden endişe ettim.” dedi. Hatice, “Öyle deme; Allah’a yemin ederim ki, Allah hiçbir vakit seni utandırmaz. Çünkü sen akrabalarla ilgilenirsin, işini görmekten âciz olanların yükünü yüklenirsin, yoksula kazanç kapısı sağlarsın, misafiri ağırlarsın, başa gelen her türlü musibette yardım edersin.” dedi. (Buhârî, Bed’ü’l-vahy, 1) Bu duruşuyla kriz anını ne kadar güzel yönetmişti. Eşini takdir ederek her daim yanında olduğunu ve O’nu herkesten iyi tanıdığını ifade eden bir duruştu bu.

Sevgili Peygamberimiz onun hayatını kaybettiği seneye “hüzün yılı” adını vermişti. Hz. Peygamber’in (s.a.s.), İslam’ın tebliğinde zorlukların yaşandığı Mekke döneminde Allah’a inanmayanların büyük muhalefetine her şeyi göze alarak karşı koyan ve



birçok insanın Müslüman olmasına vesile olan Hz. Hatice’nin vefatına bu denli üzülmeye gayet tabiidir. Zira İslam’ın açıkça anlatılmaya ve yaşanmaya başladığı yıllarda müşrikler, Müslümanlara olanca güçleriyle eziyet etmeye başlamışlardı. Eziyetleri o kadar ilerlemişti ki Hz. Peygamber ve etrafındakilere karşı sosyal ve ekonomik boykot uyguladılar. Hz. Hatice, 3 yıl kadar süren bu boykot yıllarında değerli eşi Hz. Peygamber’in yanında dimdik durdu ve neredeyse tüm malını ihtiyaç sahipleri için harcadı. Söz konusu boykot yılları sona erince de vefat etti. Vefatından sonra bile Hz. Peygamber’in hayırla yad etmesine ve vefa duygusunu derinden yaşamasına vesile olan bunca iyiliğin sahibi sevgili eşiydi.

Kız çocukları ve kadınların değer görmediği cahiliye zihniyetine rağmen, Kureyş’in en kabiliyetli tacirlerinden; yardımsever, sabırlı, duruş sahibi, olgun bir anneydi o. Evet, Hz. Peygamber’in, oğlu İbrahim hariç altı çocuğunun annesiydi. İyi niyetle çalışanın, üretenin her devir ve dönemde başarılı olacağını bize bizzat yaşayarak öğreten kıymetli annemiz.

Hiz. Hatice timsali nesillerin daim olması temennisiyle...

8 Bin Yıllık
LEZZET
MİRASI

Afyonkarahisar 2019 yılında
UNESCO Yaratıcı Şehirleri Ağı'na
dahil olarak Gastronomi Şehri
ünvanı almıştır.



BİR AFYONKRAHİSAR LEZZETİ GÖCE KÖFTESİ

*Yöresel dildeki adıyla
“Göce Köttüsü”
Afyonkarahisar
mutfağına özgü
bir lezzet...*

Buğday ayıklanıp yıkanır ve dövülerek kabukları ayrılır. Kabuğu ayrılmış buğdaylar değirmende çekilir ve elenir. Elendikten sonra altta kalan daha ince kısım göce köftesi yapımında kullanılır.

Gri kısım ise göce tarhanası ve keşkek yapımında kullanılabilir. Düğü ise göceden daha ince çekilmiş bir tür bulgurdur.

Göce köftesi ise bu ikiliyle yapılan nefis bir köfte. Sarımsaklı yoğurt ve domates sosuyla servis edilen bu geleneksel lezzetin tarifi sizlerle. Afiyet olsun...



HAZIRLANIŞI

Düğü ile göce sıcak su ile ıslatılır. Tuz ve nane eklenip bir müddet dinlendirilir.

Un, yumurta ve rendelenmiş soğan ilave edilip özleşene kadar yoğurulur.

Avuç içinde misket büyüklüğünde köfteler yapılır ve ortasına parmakla hafifçe bastırılarak düğme şekli verilir.

Köfteler kaynar suda haşlanır , süzülür ve servis tabağına alınır.

Üzerine sarımsaklı yoğurt eklenir.

Ayrı bir tavada tereyağı ve kırmızı pul biber ile sos hazırlanıp , sarımsaklı yoğurdun üstüne dökülerek servis edilir.



MALZEMELER

- 200 g düğü (ince bulgur)
- 200 g göce (dövülmüş buğday)
- 1 adet büyük boy soğan
- 60 g tereyağı
- 1 adet yumurta
- 60 g un
- 2 tatlı kaşığı kuru nane
- 1 tatlı kaşığı tuz
- yarım litre su
- 2-3 diş sarımsak
- 120 g yoğurt





SINANPAŞA

KADIN KÜLTÜR EVİ



MEDENİYETİMİZİN VE GELECEĞİMİZİN İNŞAASINA
KATKIDA BULUNAN KADIN KÜLTÜR EVLERİ

“Büyük Önder Gazi Mustafa Kemal Atatürk kadının toplum içindeki yerini “Şuna inanmak gerekir ki, dünya yüzünde gördüğümüz her şey kadının eseridir.”diyerek özetlemiştir.”

Kübra DEMİRER
Sinanpaşa Kaymakamı



Medeniyetimizin her aşamasını birlikte inşa ettiğimiz, ulus mücadelesi ve bağımsızlığımız söz konusu olduğunda da en ön safta yerini alan kadınlarımız, tarihimiz boyunca devlet yönetiminde söz sahibi olmuş; siyasi, askeri, ekonomik, kültürel faaliyetlerde, sanatta, edebiyatta ve sporda kendilerini göstermişler, sosyal hayatın her kademesinde aktif görevler icra ederek toplumumuzu gelecek dinamik kuşaklara taşımada en önemli paydaş olmuşlardır.

Dinimizde, Türk toplumunun tarihi serüveni içerisinde kadınlarımız çok önemli bir yere sahiptir. Büyük Önder Gazi Mustafa Kemal Atatürk kadının toplum içindeki yerini “Şuna inanmak gerekir ki, dünya yüzünde gördüğümüz her şey kadının eseridir.” diyerek özetlemiştir.

Kadınlarımız, içinde bulundukları ekonomik sosyal farklılıkları gözetmeden dünyanın her yerinde kendi çabaları ile toplum için en güzelini yaratma gayret ve azmini her zaman kendilerinde bulmuşlardır. Kadınlarımızın toplumsal hayat içindeki aktif rolüne katkıda bulunmak, onların potansiyelini ortaya çıkarmak ve hizmetlere ulaşmada her zaman eşit

imkânlara sahip olmayan kadınlarımızı da sürece dahil etmek için kadın akademileri mantığıyla Kadın Kültür Evlerimiz faaliyete geçmiştir. Kadın Kültür Evlerimizin sayısı gittikçe artmakta faaliyet alanı genişlemektedir. Medeniyetimize ve geleceğimizin inşâsına katkıda bulunmak maksadıyla yola çıkan bu projede kadınlarımızın her alanda bilgi ve beceriler kazanması temel prensiplerimizdendir.

Kadın Kültür Evlerimizde spordan, sanata, kültürden, tarihe; kadınlarımızın aile ekonomilerine katkı sağlayabileceği kurslara kadar, tamamen kadınlarımız bizden ne ister bizlerden beklentileri nelerdir sorularına yanıt arayacağız. Birçok alanı ilgilendiren kapsayıcı konularda eğitim ve etkinliklerin yer aldığı bu kurumlarımızda bilge kadınlarımızı arttırmak maksadıyla tüm planlamalar, alanında tamamen uzman kişilerin katılım ve desteğiyle yapılmaktadır.

Böyle güzel bir projenin hayata geçirilmesinde başta Sayın Valimiz Gökmen ÇİÇEK ve Kıymetli Eşi Sümeyra ÇİÇEK Hanımefendi olmak üzere Sinanpaşa Belediye Başkanımız Erdal KARAMAN ve tüm paydaşlarımıza teşekkürlerimi sunuyorum.



Erdal KARAMAN

Sinanpaşa Belediye Başkanı

Afyonkarahisar Valiliğinin 2020 yılı içerisinde başlatmış olduğu Kadın Kültür Evleri Projesi kapsamında Sinanpaşa ilçemizde yapımına başladığımız Sinanpaşa Kadın Kültür Evinin tamamlanmasının sevincini ve gururunu yaşıyoruz.

Sinanpaşa Kaymakamlığı ve Sinanpaşa Belediyesinin ortak çalışması ile tamamlanan Kadın Kültür Evinde ilçemiz kadınları için açılacak kurslarımız ile kadınlarımızın gerek kişisel gelişimlerine katkıda bulunulması gerekse sosyal hayata dahil olmaları sağlanacaktır. İlçemiz kadınlarına hayırlı olsun.

Kadın Kültür Evinin Sinanpaşa ilçemize kazandırılmasında başta bu projeyi himayelerine alan Afyonkarahisar Valimiz Sayın Gökmen ÇİÇEK ve eşi Sayın Sümeyra ÇİÇEK'e, Sinanpaşa Kaymakamı Sayın Kübra DEMİRER'e, emeği geçen tüm personele ve desteğini esirgemeyen kadınlarımıza teşekkürlerimi sunarım.



SİNANPAŞA KADIN KÜLTÜR EVİ



“Kadın Kültür Evleri Projesi kapsamında Sinanpaşa ilçemizde yapımına başladığımız Sinanpaşa Kadın Kültür Evinin tamamlanmasının sevincini ve gururunu yaşıyoruz.”



SULTANDAĞI KADIN KÜLTÜR EVİ



YEDİGEN YAPILI BİR YILDIZ

“Kadın Kültür Evimizin tam ortasında yer alan sedir ağacının ana taşıyıcı kolon görevinde olması; kadınların, dirayetli ve güçlü duruşunu temsil etmektedir.”

Önder KOÇ
Sultandağı Kaymakamı



Sayın Valimiz Gökmen ÇİÇEK' in talimatları ile Afyonkarahisar genelinde başlatılan Kadın Kültür Evi Projesi kapsamında, Sultandağı Kaymakamlığı ve Sultandağı Belediye Başkanlığı iş birliği ile 28.07.2020 tarihinde Kadın Kültür Evimizin inşa çalışmaları başlamış olup 30.09.2020 tarihinden itibaren Kadın Kültür Evimiz faaliyete geçirilmiştir.

Projesi özel olarak tasarlanan Sultandağı Kadın Kültür Evimizin görünümü yukarıdan bakıldığında yedigen yapıdadır ve bir yıldız anımsatmaktadır. Kadın Kültür Evimizin ortak kullanım alanı olarak orta hol kısmına açılan 6 oda bulunmaktadır.

Holün tam orta kısmında kendi temin ettiğimiz gerçek bir sedir ağacı vardır. Kadın Kültür Evimizin tam ortasında yer alan bu sedir ağacının ana taşıyıcı kolon görevinde olması; kadınların, dirayetli ve güçlü duruşunu temsil etmektedir. Sedir ağacının üzerinde bulunan ışıklar, yetiştirdiği çocuklar ile ülkemizin geleceğini aydınlatan, toplumun kalkınmasında en önemli görevi üstlenen kadınların bir ışık gibi aydınlatıcı, yönlendirici, sağlam, kararlı, çevresine duyarlı duruşlarını ve sevdiklerini kucaklayıcı olma gibi sıfatlarına dikkat çekmektedir.

Sultandağı Kadın Kültür Evimizde kadınlarımızın sosyal, kültürel, sanatsal, sportif faaliyetler ve eğitim, sağlık faaliyetlerinden yararlanabilecekleri, kendilerini evlerinde hissedebilecekleri sıcak bir ortam oluşturulmuştur.

Kadınlarımızın yaşayabilecekleri sorunlar karşısında çözüm odaklı olabilme yeteneğinin kazandırılması, kendilerine ve aile hayatlarına olumlu katkıları olabilecek yeni davranış biçimleri edinmelerinin sağlanması, söyleşi ve seminerler düzenlenerek, ev ve iş ortamından uzaklaşıp kendilerini geliştirebilecekleri sosyal bir hayata katılmalarının sağlanması amaçlanmıştır. Kadınlarımızın arasındaki birliktelik ve dayanışma ruhunu diri tutmak amacıyla farklı alanlarda birçok etkinlik yapılmaktadır.

Güçlü, çağdaş bir devlet ve millet olabilmenin gereklerinden biri de bilgi ve kültürdeki gelişimdir. Bilgi ve kültürdeki bu gelişim, kişileri ve tüm toplumu başarıya taşıyacak en önemli güçtür.

Kadın Kültür Evinin ilçemize kazandırılmasında büyük katkısı olan, bu projenin mimarı Sayın Valimiz Gökmen ÇİÇEK'e ve Saygıdeğer Eşi Sümeyra ÇİÇEK Hanımefendi'ye çok teşekkür ediyorum.

**Mehmet ALDIRMAZ**

Sultandağı Belediye Başkanı

Toplumda Kadının Değeri

Tarihimiz boyunca toplumda kadınıymız her alanda aktif rol oynamış, üretmiş, yönetmiş, savaşmış, acı çekmiş, fedakârlık yapmış, bizleri büyüttmüş ve bizlere en büyük desteği vermiştir. Mücadeleden asla kaçmamış, canhıraş çalışmış, her şeyini ailesine adanmış, fedakârlığın lügatteki tam karşılığı olmuştur. Peki; nenemiz, anamız, bacımız, kızımız ve canımız olan kadınlar için ne yapılabilir? Ne yapılırsa bir nebze olsun onların yükü alınır ya da onlara değer verildiği hissettirilir. Sayın Valimiz Gökmen Çiçek'in himayelerinde talimatları ve planlamalarıyla "Kadın Kültür Evleri" çalışmaları başlamış, kadınlarımız için Afyonkarahisar'da bir fırsat oluşmuş, bir ışık yanmıştır. Bu kapsamda baş tacı kadınlarımız sosyalleşme, spor yapma, hem sanatsal hem de ekonomik öğretilere ulaşma velhasıl tamamen kendilerine ait olan bu evlere ve hizmetlerine bedelsiz kavuşmuşlardır. Bu hizmete şüphesiz layık olan kadınlarımız ve onlara hizmet etme şansı bulan biz yöneticiler adına Sayın Valimize müteşekkirimiz.

Fikrin sahibi ve emektarı Sayın Valimize ve kadınlarımıza layık olabilmek için Sultandağı'nda Sayın Kaymakamımız Önder Koç Beyefendi ile birlikte kısa sayılabilecek bir zamanda inşaat ve dekorasyon işlerini bitirip Kadın Kültür Evimizi açtık.

Pandemi tedbirlerine dikkat ederek, maalesef kısıtlamalar uygulayarak bazı hizmetler verdik. Bu hizmetlere eğitimler, seminerler, spor aktiviteleri ve kadınlarımızın sosyalleşebileceği kültürel faaliyetler örnek verilebilir. Pandemi sonrası gelecekte ise bazı sanatsal faaliyetler (müzik, resim ve yarışmalar vs.) ve ev ekonomilerine katkı sağlayabilecek öğretiler başta olmak üzere yine bu üretimleri için pazar oluşturma başlıca hedeflerimizdir.

Son olarak "Kadın Kültür Evleri" projesi mimari Sayın Valimiz Gökmen Çiçek Beyefendi başta olmak üzere Saygıdeğer Eşi Sümeyra Çiçek Hanımefendi ve ekibine, Değerli Vali Yardımcılarımız Mehmet Boztepe, Nurullah Kaya ve Mehmet Keklik Beyefendi'ler ve ekiplerine sonsuz şükranlarımı sunuyorum.

SULTANDAĞI KADIN KÜLTÜR EVİ



*“Kadın Kültür Evleri kadınlarımız için
Afyonkarahisar’da bir fırsat olmuş, bir ışık yanmıştır.”*



Prof. Dr. Aysegül KÖROGLU
AFSÜ Eczacılık Fakültesi Dekanı

ŞİFA KAYNAĞI SARI KANTARON

İnsanlık tarihi ile başlayan bitki kullanımı bilgisi, bitkilerin geçmişten günümüze tıbbi amaçla kullanılmasıyla daha da büyük bir önem kazanmıştır. Bitkilerin geleneksel kullanım bilgisinden yola çıkılarak, teknolojinin sağladığı ileri çalışma yöntemleri sayesinde, bitkilerin yapılarında bulunan biyolojik aktif bileşik ya da bileşiklere ulaşmak, bu bileşiklerin farmakolojik etkinliğini ve biyokimyasal yollarını keşfetmek yolunda hızlı ilerlemeler kaydedilmiştir. Elde edilen bu bilimsel verilerle, bitkilerin geleneksel kullanım bilgileri doğrulanmış ve tedavideki kullanımları bilimsel temele dayandırılmıştır. Yapılan bu bilimsel çalışmalarla elde edilen veriler, günümüzde yaygın kullanılan bitki kökenli ilaç şekillerinin tedavide yerlerini almasını sağlamıştır. Ancak tedavide kullanılacak tıbbi bitkilerin bilimsel bitki isimlerinin doğru teşhis edilmiş olması gerektiği ve yan etkilerinin olacağı unutulmamalıdır.

Geleneksel bitki kullanımı bilgisinden yola çıkılarak etkinliği klinik çalışmalarla da kanıtlanmış olan ve günümüzde yoğun olarak tedavide kullanılan

Bitkinin bilimsel adı:
Hypericum perforatum L.

Familya: *Hypericaceae*
(Sarıkantarongiller)

Bitkinin Türkçe adı:
Sarı kantaron, binbirdelikotu

Bitkinin İngilizce adı: *St. John's
Worth, goat weed*

Kullanılan kısmı:
Çiçekli toprak üstü kısımları
Çiçekli toprak üstü kısımlarından
hazırlanan yağlı maserat
Ozonlanmış sarı kantaron yağı

“sarı kantaron” bitkisi, geleneksel tıbbi bitki kullanımı bilgi birikiminin günümüzdeki önemli örneklerinden birisidir. Bitkinin bilimsel künyesi ve kullanım şekilleri aşağıda verilmiştir.

Bitkinin taze veya kurutulmuş çiçeklerini de taşıyan toprak üstü kısımları, etken madde bileşimine göre dahilen sakinleştirici ve sindirim sistemini rahatlatıcı, haricen ise yara ve yanık iyileştirici, ağrı kesici ve iltihap giderici olarak kullanılır.

Kullanılış Dahilen

Sakinleştirici: Kurutulmuş toprak üstü kısımları çay (infüzyon), su ve etanolla hazırlanmış kuru ekstre ve etanolla hazırlanmış tentürleri halinde kullanılır.

Çay (İnfüzyon): 2-4 g ufalanmış bitki kısmı üzerine 150 ml kaynar su eklenir, 15-20 dakika demlenir, süzülür. Taze hazırlanan çay günde 3 kez içilir.



Mide rahatsızlıklarını giderici: Tomurcuk ve çiçekleri içeren taze toprak üstü kısımları, soğuk sıkım zeytinyağı içinde yağın rengi kırmızıya dönene (yaklaşık 1,5 ay süreyle) kadar bekletilir. Süre sonunda yağ bitki kısımlarını içermeyecek şekilde iki kez süzülür. Bu şekilde hazırlanan yağlı maserat, “sarı kantaron yağı” olarak adlandırılır. Hazırlanan yağlı maserat günde 2 kez, 1 tatlı kaşığı içilerek tüketilebilir.

Haricen

Yara ve yanık iyileştirici, ağrı kesici ve iltihap giderici: Yukarıda açıklandığı şekilde hazırlanan yağlı maserat (sarı kantaron yağı), günde 2 kez hasarlı bölge üzerine sürülerek kullanılır.

Yara, yanık, kesik, çürükler, yara izleri, selülit, çatlaklar ve kırışıklıkları iyileştirici: Sarı kantaron yağlı maseratının ozonlanması sonucu elde edilen ozonlanmış sarı kantaron yağı. Ozonlama işlemi yağın mikro dolaşımını uyarak cildin yenilenmesine yardımcı olur. Haricen sürülerek uygulanır.





Uyarılar

Hekimin bilgisi ve önerisi dahilinde kullanılmalıdır. 4-6 haftadan fazla kullanılmamalıdır.

Dahilen ve haricen kullanıldığında ışığa karşı duyarlılık oluşturma riski vardır, bu nedenle kullanım sırasında güneş ışığına maruz kalınmamalıdır ve solaryum uygulaması yapılmamalıdır.

Organ nakli operasyonu yapılacağı zaman 2 ay öncesinden bitki preparatlarının kullanımı bırakılmalıdır.

Saç dökülmesi yapabilir.

Özellikle dahilen kullanım sırasında kabızlık, şişlik ve mide bulantısı gibi sindirim şikâyetleri görülebilir.

Tiramin taşıyan besinlerle (şarap, eski kaşar gibi) beraber alındığında hipertansiyona neden olabilir.

Yüksek konsantrasyonlarda sperm ve yumurta hücreleri üzerine zararlı etkileri vardır.

18 yaş altı gençlerde ve çocuklarda dahili ve 12 yaş altındaki çocuk ve bebeklerde harici kullanılması önerilmez.

Kullanım sırasında şikâyetler devam eder veya belirtiler kötüleşirse bir eczacıya veya hekime başvurulmalıdır.

Hamilelikte ve emzirme döneminde kullanılmamalıdır.

İlaç etkileşimleri

Dahilen kullanımlarda dikkat edilmesi gereken ilaç etkileşimleri:

Kanın pıhtılaşmasını önleyen ilaçların (varfarin, fenprokumon vb.) plazma düzeylerini düşürür.

Siklosporin, digoksin, HIV tedavisinde kullanılan proteaz inhibitörleri (indinavir), feksofenadin, metadon, simvastatin, finasterid ve oral kontraseptifler ile etkileşir, birlikte kullanılmamalıdır.

Yüksek dozları MAO inhibitörü antidepresanların (amitriptilin, benzodiazepinler), etkisini değiştirebileceğinden birlikte kullanılmamalıdır.

Serotonin geri alım inhibitörleri (sertralin, nefazodon, paroksetin) ile etkileşir. Hastalarda serotonin sendromu oluşma riski vardır.

Bağıışıklık sistemini baskılayan siklosporinin plazma seviyesini düşürdüğü ve doku reddine yol açtığı için organ nakillerinden sonra ve AIDS tanısı olan (HIV-1 pozitif) kişilerde kullanılmamalıdır.

Kaynaklar

Blumenthal, M., Busse, W.R. Goldberg, A., Gruenwald, J., Hall, T., Riggins, W.R., Rister, R.S., Klein, S., Tyler, V.E.(eds.). 1998. The Complete German Commission E Monographs: Therapeutic Guide to Herbal Medicines, First edition, American Botanical Council, Lippincott Williams & Wilkins, Austin, Texas.

Bisset, N.G.; Wichtl, M. 2001. Herbal Drugs and Phytopharmaceuticals, 2nd ed.; Medpharm: Stuttgart, Germany, pp. 273-275.

Demirezer, L.Ö., Ersöz, T., Saraçoğlu, İ., Şener B., Köroğlu, A., Yalçın, F.N. (eds.) 2019. A'dan Z'ye Tıbbi Bitkiler, Hayyikitap, İstanbul. (ISBN: 978-6057674340).

Gruenwald, J., Brendler, T., Jaenicke, C. 2000. PDR for Herbal Medicines, First edition, Medical Economics Company, Inc., Montvale, NJ (ISBN: 1-56363-3612).

Süntar, İ.P.; Akkol, E.K.; Yilmazer, D.; Baykal, T.; Kırmızıbekmez, H.; Alper, M.; Yeşilada, E. 2010. Investigations on the in vivo wound healing potential of Hypericum perforatum L. J. Ethnopharmacol. 127, 468-477.

Yeşilada, E., Gürbüz, İ. 1998. Evaluation of the anti-ulcerogenic effect of the flowering herbs of Hypericum perforatum. J. Fac. Pharm. Gazi Univ. 15, 25-31.

Arsić, I., Žugić, A., Antić, D.R., Zdunić, G., Dekanski, D., Marković, G., Tadić, V. 2010. Hypericum perforatum L. Hypericaceae/Guttiferae sunflower, olive and palm oil extracts attenuate cold restraint stress -induced gastric lesions.

Molecules, 15, 6688-6698; doi:10.3390/molecules15106688





Anne ... Beş yıl önce hayatına giren mucizesine baktı gülümsedi, şükretti ve bu anı ölümsüzleştirdi. Yıllar önce onun için sonbahar umutsuzluk demekti. Bir sonbahar günü umutlarının yapraklarını döken bir haber sebep olmuştu buna. Bir gün bir mucize oldu. Dünyasını yeniden yeşerten bir haber, yine bir sonbahar günü gelmişti ona. Sonbaharın aslında bir bitiş değil yeniden hayat buluş olduğunu anladı. Mucizesi bir sonbahar günü, önünde umutla ve heyecanla koşuyordu. Nice baharlar gör canım kızım...



ŞUHUT
KADIN KÜLTÜR EVİ



ŞEHRİMİZE KAZANDIRILAN VİZYON PROJE KADIN KÜLTÜR EVLERİ

*Peygamber Efendimiz (SAV) bir hadisi şeriflerinde buyurduğu gibi
"Allah sizden, kadınlara karşı iyi ve hayırlı olmanızı ister. Çünkü
onlar, sizin analarınız, kızlarınız veya teyzelerinizdir."*

Erkan KAÇMAZ
Şuhut Kaymakamı



Afyonkarahisar Valimiz Sayın Gökmen ÇİÇEK ve Saygıdeğer Eşi Sümeyra ÇİÇEK Hanımefendi'nin şehrimize kazandırdığı vizyon projelerden olan Kadın Kültür Evleri, il genelinde açıldığı günden bu yana şehrimizin ve tüm ilçelerimizin havasını değiştirdi.

Şuhut Kadın Kültür Evi olarak hem ilçe merkezinden hem de köylerimizden gelen annelerimizi, hanım kardeşlerimizi ağırlayarak onlara kişisel gelişimleri noktasında katkıda bulunuyoruz. Çünkü inanıyoruz ki kadınları gelişmiş bir toplum, Atatürk'ün dediği “muasır medeniyetler seviyesine” daha hızlı ulaşacaktır. Bir evde kadın kendini geliştirirse aile gelişir. Aile de toplumun temel taşı olduğundan tüm toplumu etkileyecektir.

Bölgemizin ortak özelliği kırsal nüfusumuzun fazla olmasıdır. Kırsaldaki kadınlarımıza ulaşmak, onlara destek olmak biz idarecilerin en önemli görevlerinden biridir. Bu bağlamda Şuhut'ta kısa sürede faaliyete geçirdiğimiz Kadın Kültür Evimizde pek çok kurs, eğitim ve seminer gerçekleştirdik. Özellikle kırsalda yaşayan kadınlarımızın eğitimini önemsiyoruz. Pek çok etkinliğimiz onlar için bir ilk oldu. Onların dünyaya bakışlarını bir nebze değiştirebildiyssek veya

daha donanımlı bir birey olmalarına katkımız olduysa kendimizi başarılı sayarız. Ancak yeter mi? Tabii ki hayır.

Peygamber Efendimiz (SAV) bir hadisi şeriflerinde buyurduğu gibi “Allah sizden, kadınlara karşı iyi ve hayırlı olmanızı ister. Çünkü onlar, sizin analarınız, kızlarınız veya teyzelerinizdir.”. İlerleyen dönemlerde milli ve manevi değerlerine daha haiz, daha sosyal, daha eğitilmiş ve donanımlı kadınlar yetiştirmek için çabalayacağız. Sosyal etkinlikler sağlık, spor, eğitim, gibi pek çok alanda kısa sürede onlarca etkinliğe imza attık ve Peygamber Efendimizin dediği gibi “iki günü eşit olan zarardadır” düsturu ile hep ileriye doğru çalıştık ve daha çok çalışmaya da devam edeceğiz.

Kadın Kültür Evlerimizin fikir aşamasından bu noktaya gelene kadar büyük emekleri olan başta Sayın Valimiz Gökmen ÇİÇEK ve Saygıdeğer Eşi Sümeyra ÇİÇEK Hanımefendi'ye, Kadın Kültür Evimizin yönetimi ve tüm personeline şükranlarımı sunuyorum. Ayrıca zamanlarından feragat edip burada eğitimler, kurslar veren öğretmenlerimize ve Kadın Kültür Evi markasına değer katan herkese teşekkür eder, saygılarımı sunarım.



Recep BOZKURT

Şuhut Belediye Başkanı

Afyonkarahisar Valisi Gökmen Çiçek Beyefendi'nin talimatlarıyla Afyonkarahisar'ın tüm ilçelerinde Kadın Kültür Evleri açıldı. Valimiz Gökmen Çiçek'in Şuhut ziyaretlerinde talimatlarını verdiği Şuhut Kadın Kültür Evi için Şuhut Kaymakamlığı ve Şuhut Belediyesi olarak kolları sıvadık ve çalışmalara başladık.

İlçe merkezimize yakın, Şuhut Tarihi Hamza Paşa hamamının yanında boş bir öğrenci yurdunu Şuhut Kadın Kültür Evi olarak Valimiz Gökmen Çiçek'in onayı ile belirledik. Şuhut Belediyesi olarak elimizi her zaman olduğu gibi taşın altına koyup Şuhut Kaymakamlığının yürüttüğü çalışmalara destek olduk. Her daim omuz verip yükün altından beraber kalktık.

Şuhut Kadın Kültür Evi tamamlandığında biz de ortaya çıkan manzara karşısında çok şaşkındık. Bünyesinde spor salonu, kütüphane, dinlenme odası, kafeterya, mescit, çocuk oyun alanı, şark odaları mevcuttur. Şuhut Kadın Kültür Evi kısa sürede çalışmalarına ve günlük 50 misafiri

ağırlamaya başladı. Zaman zaman toplantılara katılmak için ziyarete gittiğimde bayan kardeşlerimizin neşesini, hoş sohbetlerini gördükçe Kadın Kültür Evlerinin gerçekten çok önemli bir proje olduğunu anlıyorum. Hanım kardeşlerimiz için Şuhut Kadın Kültür Evinde hemen hemen her gün farklı bir konuda seminerler veriliyor. İlçe Kaymakamımız Erkan Kaçmaz ile birlikte en son katıldığımız Aile Sosyal Politikalar İl Müdürlüğü'nün düzenlediği Koruyucu Aile Olmak İster misiniz Semineri, beni çok etkilemişti.

Hanım kardeşlerimiz için Şuhut Kadın Kültür Evinde çeşitli eğlence programları, yemek yarışmaları ve kurslar da düzenleniyor. Pandemi dönemi olmasından dolayı Şuhut Kadın Kültür Evinin dezenfeksiyonu ekiplerimiz tarafından yapılmaktadır.

Öncelikle bu projeyi başlatan ve her daim destekçisi olan Afyonkarahisar Valisi Gökmen Çiçek'e, Vali Yardımcısı Nurullah Kaya'ya, Şuhut Kaymakamı Erkan Kaçmaz'a, Şuhut Belediyesi aileme ve emeği geçen herkese teşekkür ediyorum.

ŞUHUT KADIN KÜLTÜR EVİ



“Zaman zaman toplantılara katılmak için ziyarete gittiğimde bayan kardeşlerimizin neşesini, hoş sohbetlerini gördükçe Kadın Kültür Evlerinin gerçekten çok önemli bir proje olduğunu anlıyorum.”



Dr. Öğr. Üyesi Meryem ŞAHİN

AKÜ Psikoloji Bölümü
Kadın ve Aile Araştırmaları Uygulama
ve Araştırma Merkezi



PANDEMİ SÜRECİNDE AİLE YAŞANTISI

Çin’de başlayan ve daha sonra bütün dünyayı etkisi altına alan Covid-19 salgını günlük hayat akışında büyük değişikliklere sebep oldu. Pek çok ülkede uzaktan eğitim sistemine geçildi, uzaktan çalışmaya uygun olan meslekler mesailerini evden yürütmeye çalıştı. Sokağa çıkma yasakları, karantinalar ve uzaktan eğitim gibi sebepler dolayısıyla pek çok insan ailesiyle birlikte uzun süre kapalı bir mekân olan “ev”de bir arada kaldı ve kalmaya devam ediyor. Bu değişiklikler nedeniyle ev, içerisinde hem okul hem iş hem de yuva özelliklerini barındıran bir mekân haline geldi.

Aile kurumu; üyelerinin psikolojik, sosyal, duygusal, biyolojik, ekonomik ihtiyaçlarını karşılayan ve bu özelliklerinin başka bir kuruma havale edilemediği özel bir kurumdur. Bu nedenle de toplumun temeli olarak anılır. Aileyle daha fazla vakit geçirmenin zorunlu olduğu bu dönemde bazıları için ailenin değerini anlama ön plana çıktı. Aile kurumunun koruyucu özelliği öne çıktı, ailemiz hepimiz için bir sığınma alanı oldu, sağlıklı aile yapısının önemi bir kez daha kendini gösterdi.

Ancak daha önce olmadığı kadar evde kalınması, sosyal hayatın kısıtlı olması, hasta olma kaygısı, ekonomik problemler aile içinde bazı huzursuzlukları tetikleyebilir. Dijital dünyanın kapıları sonuna kadar

açıldı uzaktan eğitim sistemine alışık olmayan ve henüz kendini denetleyebilme mekanizmasına sahip olmayan öğrencilerle ebeveynleri arasında yeni bir gerilim unsuru oldu, evde hiç bitmeyen bir iş yükü kendini gösterdi. Tüm bu değişikliklere adapte olabilmek ve salgın dışında bu değişikliklerin neden olabileceği başka problemler yaşamamak için bazı tedbirler gerekli görünüyor.



Ortak Aktiviteler

Bu krizi aile bağlarını güçlendirmek için fırsata çevirmek mümkün. Ailece oynanabilecek oyunlar, ev işlerinin birlikte yürütülmesi, birlikte mutfağa girmek, bir konu hakkında hep birlikte muhabbet etmek, film izlemek gibi her ailenin kendi yapısına uygun, birlikte vakit geçirebilecekleri aktiviteler oluşturulması aile bağının güçlendirilmesine katkı sağlayacaktır. Bunu yaparken aile üyelerinin bireysel özelliklerini, yeteneklerini, direnç gösterdiği konuları hesaba katarak hareket etmek başarıya ulaşma şansını artıracaktır.



Özel Alanın Olması

Her an etkileşim halinde olmak insan yapısına çok da uygun değil. Bu nedenle hem büyüklerin hem de çocukların ev içerisinde rahatsız edilmeden bağımsız vakit geçirebilecekleri ortamlara ihtiyaçları var. Küçük evlerde bununla ilgili sorunlar yaşansa da, özel alanlar/zamanlar oluşturulması sürekli iç içe olmanın getireceği gerginlikleri azaltabilir.

Teknolojiyle İlişkileri Düzenlemek

Artık dersler internet üzerinden takip edilmekte, dijital oyun oynama ve dizi, film izleme süreleri artmakta, sosyal medyada daha fazla vakit geçirilmekte. Bu durum yaş fark etmeksizin hepimizi etkisi altına almış durumda. Burada dikkat edilmesi gereken ise pandemiden korunalım derken teknoloji bağımlısı olmamamız. Bu açıdan ebeveynler kendileri ve çocukları için belirli kullanım süreleri koyup buna uymaya çalışmalı. Özellikle internet üzerinden çocuklara yönelik zorbalıkların, istismarın farkında olarak çocukların internet kullanım alışkanlıkları takip edilmeli.

Fiziksel Hareket

Evde kalan zaman daha az hareket etmemize neden oldu. Hareketsizliğin ruhsal gerilim oluşturduğunun farkında olarak uygun koşullarda bazı egzersizleri yapmak kişinin ruh sağlığına da iyi gelecektir.

Uyku Düzeni

Eğitimin uzaktan yürütülmesi özellikle çocuk ve gençlerin uyku düzeninde değişikliklere sebep oldu. Geç saatlerde yatıp geç kalmak tercih edilen bir durum olsa da sağlık açısından önerilmemekte. Sağlıklı uyku dikkat ve öğrenme süreçlerini olumlu etkilemektedir. Bu nedenle çocukların uyku düzeninin ebeveynler tarafından takip edilmesi, aynı zaman kendilerinin de model olması iyi olacaktır.

Sosyal Bağların Korunması

Yakınlarımızla yüz yüze iletişimde bulunamamak da bu süreçte birbirimizin varlığını ve desteğini hissetmemiz bizi güçlü tutacaktır. Koyduğumuz mesafenin sadece fiziksel olması ama sosyal bağların canlı tutulması önemlidir. Bu amaçla telefon görüşmeleri, dijital platformlar aracılığıyla gerçekleştirilecek görüşmeler, yazışmalar tercih edilebilir. Sosyal ilişkileri sürdürülebilmek, insanın ruh sağlığını koruması adına oldukça önemlidir.





Süleyman Dönmez

Kadın Kültür Dergisi Ekibi



BİZİM ŞARKIMIZIN HİKÂYESİ

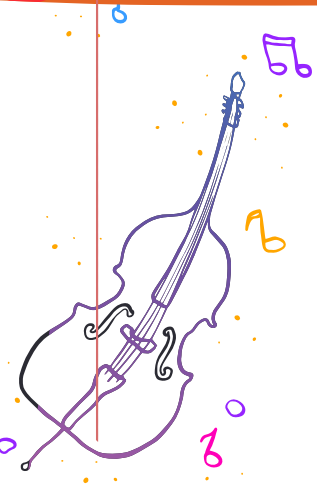
Kadın Kültür Evleri şarkısı sosyal medyada ve basında yoğun bir ilgi gördü. Kadın Kültür Evleri Projesi ile ilgili bir şarkı yazma fikri nasıl ortaya çıktı?



MURAT KAPLAN

Öncelikle bana bu fırsatı sunduğunuz için teşekkür ediyorum. Proje ekibinde görev yapan Mehmet Keskin üniversiteden yakın arkadaşımıdır. O yıllardan beri ailecek görüşürüz İrtibatı hiç koparmadık. Mehmet Keskin, Valiliğin Kadın Kültür Evleri Projesi olduğunu, projenin tanıtımı için şarkı yapmak istediğini söyledi. Amatör olarak müzikle ilgilendiğimi bildiğinden yardım edip edemeyeceğimi sordu. Seve seve kabul ettim. Hemen çalışmaya başladık. Önce sözleri ve müziği taslak olarak oluşturduk. Bu taslak üzerinde çeşitli değişiklikler yapıp şarkının son halini düzenledik. Solistimiz Mucize Tuğba Özler de özveriyle çalıştı. İcracı arkadaşlar da sağ olsunlar yeteneklerini sergilediler. Emegi geçen herkese teşekkür ediyorum. Tam bir ekip çalışması oldu.

KAREKOD OKUT İZLE



Bu şarkının söz ve müziğini oluştururken sizi yönlendiren duygular nelerdir?



MURAT KAPLAN

Duygudan ziyade Türk kadını özelinde insanımızın sahip olduğu vefa, fedakârlık, sabır, üretkenlik gibi özellikler etkili oldu diyebilirim. Bu özellikler milletimizin her ferdinde var. Bunları dile getirmeye çalıştık. Tarihinden ilham alan, bilinçlenmiş Türk kadınının, ülkemizin önünü açacağı, bizi daha ileriye taşıyacak nesillere öncülük edeceği herkesin malumu. Sözleri yazarken rahmetli halk ozanımız Neşet Ertaş'ın kadınlara bakışı da rehberimiz oldu bir yerde. Müziği oluştururken de çekilmiş sıkıntılardan, savaş gibi muhtelif olayların yanında gelecek için umut ettiğimiz güzel günlerin coşkusunu notalara dökmeye çalıştık. Mehmet Keskin'in düzenlemesiyle son halini alan eserde katkım olmasını sağladığı için kendisine ve bu projede emeği geçen herkese tekrar teşekkür ediyorum.

”

Bu şarkı ile alakalı müzisyenler ve seslendirmede geniş bir ekiple çalıştınız. Peki, bu ekip nasıl kuruldu?

Proje ekibimizin büyük çabasıyla ilk önce müzisyen arkadaşlarımızla iletişim kurduk. Müzik Öğretmenlerimiz Erkan Demirok ve Cihangir Kırbaş ile stüdyo çalışmalarımıza başladık. Solistlerimiz Mucize Tuğba Özler ve Cansu Oğren öğretmenlerimizin de ekibimize dâhil olmasıyla dinlerken keyif aldığımız her cümlesiyle kadınlarımızın yaşamlarını özetleyen bu anlamlı şarkı için ekibimiz kurulmuş oldu.



MEHMET KESKİN

Klipte senaryonun oluşturulması ve çekimler için yerlerinin planlanmasında sizi yönlendiren neydi?

Şarkımızın sözleri anlamlı olduğu kadar tematik mesajlarda içeriyordu. Projemizin amacı da her kadına ulaşmak olduğu için Afyonkarahisar'ın birçok farklı mekânında esasen günlük hayatta karşılaştığımız detayların olduğu planlar çekmek istedik. Klipteki kadın oyuncumuz istedik ki geçerken gördüğü bütün hayatlara ait kadınları, Kadın Kültür Evlerimizde toplamış olsun.



SERKAN BAKŞI

Klip çekimlerinde kimler yer aldı. Biraz bahsedebilir misiniz?

Klip çekimlerimizde çok fazla kişiyle çalıştık. Her ne kadar kameranın önünde görünmeseler de arka planda bu işe gönül veren birçok kişi vardı. Başrolde Emine Baksi öğretmenimiz; enstrümanlarda Cihangir Kırbaş, Erkan Demirok, Teslime Kaya, Serkan Baksi ve Mucize Tuğba Özler öğretmenlerimiz vardı.



Okuyucularımıza iletmek istediğiniz bir mesajınız var mı?



“Bizim ekip olarak iletmek istediğimiz mesaj, şarkımızın sözleridir.”





KADINLAR İNSANDIR BİZ İNSANOĞLU!

*Anadolu'nun kahraman yiğit kadını,
Tüm milletler ezberlemiş senin adını,
Kabul olsun duaların al muradını,
Kadınlar insandır, biz insanoğlu!*

*İsteğince eğlenmedin hiç dinlenmedin,
Aş evladına verdin sen ekmek yedin.
Kahrı çektin, hor görüldün, nasipmiş dedin.
Kadınlar insandır, biz insanoğlu!*

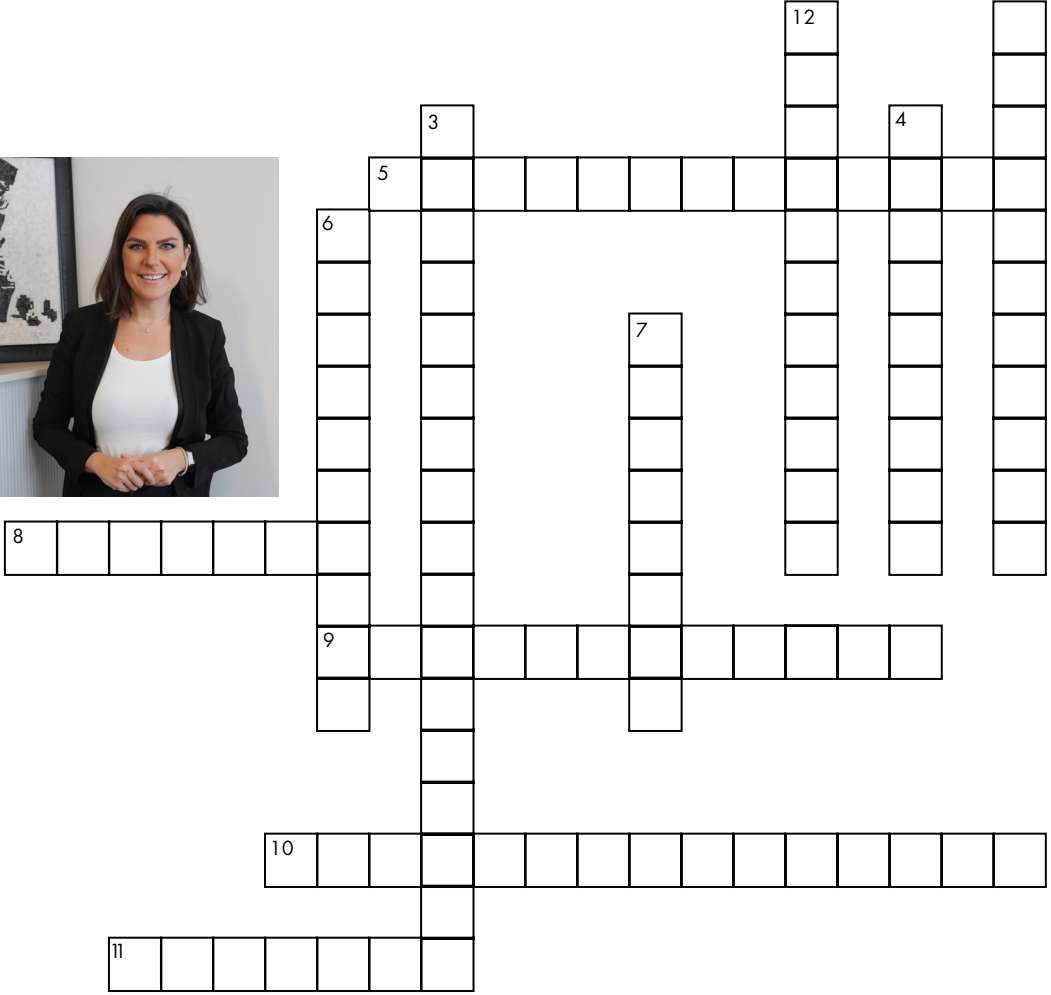
*Masallar da, ninniler de, senin dilinden..
Bunca sanat, eser çıktı senin elinden.
Edirne'den, Ardahan'dan, Afyon ilinden,
Kadınlar insandır, biz insanoğlu!*

*Değiştir kadınların makûs kaderini,
Gel paylaş sevincini hem kederini,
Budur anlayana lafların en derini,
Kadınlar insandır, biz insanoğlu!*

*SÖZ – MÜZİK: Murat KAPLAN – Mehmet KESKİN
DERLEYEN: Süleyman DÖNMEZ*



KARE BULMACA



SOLDAN SAĞA

5. Hz. Muhammed (s.a.v)'in en büyük hanımı
8. Resimdeki ünlü haber spikeri
9. Bilimsel adı hypericum olan şifa kaynağı bitki
10. 18 tanesi uluslararası 90 tanesi yurtiçi olmak üzere toplam 108 madalya sahibi Afyonkarahisarlı sporcu
11. Afyonkarahisar'da yer alan Frigler dönemi ören yeri

Bulmaca çözümünüzü dergi@kadinkulturevleri.com.tr adresine mail atarak sürpriz hediye kazanma şansını yakalayabilirsiniz.

YUKARIDAN AŞAĞIYA

1. Kadın Kültür Evleri şarkısı söz yazarı
2. Bir Afyonkarahisar lezzeti
3. İlk defa Afyonkarahisar'da başlatılan kadınların hayatta aktif rol almalarını amaçlayan proje
4. Afyonkarahisar Dinar ilçesinde lavanta ile üretilen kozmetik ürün markası
6. Deri, keçe gibi geleneksel el sanatlarımızın kadınlar elinde hayat bulduğu Afyonkarahisarda yer alan Osmanlı dönemi eseri
7. Bağışıklık güçlendirici bitki çayı

Kadın Kültür dergisinde yer almasını istediğiniz şiir, fotoğraf ve hikayesi, bir kadın hikayesi gibi önerilerinizi dergi@kadinkulturevleri.com.tr adresine mail atarak bizlerle paylaşabilirsiniz.

Bir sonraki sayımızda görüşmek üzere. Sağlıklı günler dileriz.