

Mayıs2021

# 65 HABERVİZYON



## EDİTÖRDEN

Bahara ve sizlere altmış beşinci sayımızla “merhaba” diyerek Mayıs 2021 sayımızın sayfalarını aralıyoruz. Pandemi ile geçen on dört ayın sonunda pandeminin nasıl sonuçlanacağı ve sonrasındaki dünyanın, yaşamın neye benzeyeceği ile ilgili tahminler bol olsa da hiçbirimiz süreci tam anlamıyla ön göremiyoruz. Şu bir gerçek ki dünya yeniden tasarlanıyor, pandemi ile birlikte hızlı bir değişim yaşanıyor. Madem dünya yeniden şekilleniyor, bizler de bu dönemi bir fırsat bilerek daha iyi, yetkin, donanımlı ve sağlıklı bireyler olmak için çalışmalıyız.

Firmamızın katıldığı seminer, sempozyum ve denetimlerden haberlerin, hayatın içinde her zaman ihtiyaç duyduğumuz bilgi ve püf noktalarıyla dolu bilgilendirmelerin ve bunlara ek olarak Atıktan Geleceğe Projesi’ne ilişkin detayların yer aldığı dergimizi yayınlıyoruz.

Sağlık içinde, sevgiyle ve sevdiklerinizle kalın.



# İÇİNDEKİLER

Editörden

“Su Sistemlerinde Bakteriyal Endotoksin Kontaminasyonu”  
ISPE Hindistan

**Çağla Kurt**

Responsible Care® Öz-Değerlendirme Web Aracı Tanıtım  
Webinarı

**Neşe Eriş**

Dijitalleşen Dünyada Kişisel Verilerin Korunması Konferansı  
**Nüket Hekiman Çörekçioğlu**

PharmaVision Sigarasız İşyeri Slogan Yarışması  
**İnsan Kaynakları Müdürlüğü**

Temizoda Sınıflandırma, İzleme ve Risk Tabanlı Çevresel  
İzleme Planı & Temizoda İşletme, Personel ve Temizlik  
**Burcu Okumuş**

Temizoda Teknolojileri Derneği Eğitimleri  
**Nesibe Dilruba Numanoglu**

Üçlü Sorumluluk Müdürlüğü Denetim Haberleri  
**Üçlü Sorumluluk Müdürlüğü**

TS ISO 31000 Risk Yönetim Sistemi Denetimi  
**Eda Kılıçlar**

Nart Sigorta Eğitimi  
**Nurten Kurt**

Global Compact Türkiye Tanıtım Etkinliği  
**Nüket Hekiman Çörekçioğlu**

Yıldız Teknik Üniversitesi Kimya Bölümü Öğrencileriyle  
Çevrimiçi Bilgi Paylaşımı  
**Neşe Eriş**

Lisansüstü Başarıların Kutlanması  
**İnsan Kaynakları Müdürlüğü**

PharmaVision Kadınlar Günü Kutlaması  
**İnsan Kaynakları Müdürlüğü**

Barış İçin Müzik Vakfı

**İnsan Kaynakları Müdürlüğü**

Emekliye Ayrılan Çalışanlarımız  
**İnsan Kaynakları Müdürlüğü**

Sıfır Atık

**Üçlü Sorumluluk Müdürlüğü**

İşitme Korumanın Yedi Unsuru  
**Volkan Aydemir**

Küresel Salgın (Covid-19) Döneminde Uzaktan Çalışma  
Araştırma Sonuçları  
**Yavuz Cengiz**

2021 için İnternet Öngörüler ve Dijital Dönüşüm  
**Merve Öktem**

E-Posta Kullanımı İçin Önemli Hatırlatmalar  
**Bilgi İşlem Müdürlüğü**

Konuşma Terapistinin Gözünden Covid-19'un Konuşma ile  
Yayılımı  
**Elif Uzun Duru**

Virüsten Korunmak Elimizde  
9 Şubat Dünya Sigarayı Bırakma Günü  
**İnsan Kaynakları Müdürlüğü**

Bahar Nezlesi

**Dr. Cüneyt Göncer**

Kişisel Verilerin Korunması Kanunu Sözcük Avı Bulmacası  
**Merve Öktem**

Firmamızdan Haberler  
**Vedat İlki**

Kültür-Sanat Haberleri  
**Melahat Orhan**

# “Su Sistemlerinde Bakteriyal Endotoksin Kontaminasyonu” – ISPE Hindistan



ISPE India tarafından düzenlenen “Su Sistemlerinde Bakteriyal Endotoksin Kontaminasyonu” adlı Eğitim Semineri, 12 Şubat 2021 tarihinde, konu uzmanı Dr. Tim Sandle tarafından sunulmuştur. Bu online webinar sunumuna, PharmaVision Kalite Kontrol Müdürlüğü Mikrobiyoloji Bölümü’nden Sn. Çağla Kurt, Sn. Hilal Eroğlu ve Sn. Mehmet Can Apak katılmıştır.

Seminerin ilk kısmında işlenecek konular başlık olarak ele alınmış olup, Endotoksin konusu hakkında genel bilgilere yer verilmiştir. Gram negatif bakterilerinin dış hücre zarındaki sert yapılı lipopolisakkarit Bakteriyel Endotoksin tayininde kullanılan başlıca malzeme Limulus Amebyocyte Lysate (LAL) maddesinin yapısı ve etkileşimleri hakkında detaylı bilgilere yer verilen bu sunumda, Endotoksinin tespiti için yapılan analiz çeşitleri ve bu analizlerde hangi noktalara dikkat edilmesi gerektiği ayrıntılı bir şekilde anlatılmıştır. Sunumun devamında Endotoksinin insan sağlığı üzerinde etkileri dikkat çekici bir şekilde işlenmiştir. Endotoksinin kana karışması sırasında, yüksek ateş, tansiyon düşüklüğü, kan pıhtılaşması ve septik şoka bağlı çoklu organ iflası sonucu ölüm gibi ciddi sonuçlar doğurabilmektedir. Bu açıdan bakıldığında farmasötik WFI su sistemlerinin düzenli kontrolü hayati bir önem kazanmaktadır. Sunumda ayrıca bu durumun fabrika su sistemlerini nasıl etkileyebileceği, tespit yöntemleri ve ne sıklıkla izlenmesi gerektiği üzerine kapsamlı olarak değinilmiştir. Örnek olarak üç adet vaka çalışması işlenmiş olup, şu ana kadar görülmüş vakalar ile sık görülebilecek potansiyel kontaminasyon kaynaklarını pekiştirmeye yönelik data setleri sunulmuştur. Bu datalarda bulunan bulgular özetle, yetersiz personel eğitimi, hatalı ekipman ve bakım onarım süresindeki aksamalar olarak verilebilir. İşlenen vaka çalışmaları farmasötik su sistemlerinin kontrolünün ne kadar önemli olduğu, en küçük bir aksamının su sistemlerinde bakteriyel endotoksin yayılımını nasıl tetiklediği gözler önüne sermiştir. WFI su sistemlerinin genel teknik kontrollerinin performans istikrarını belirleyebilmek için sürekli ve hassas olarak gerçekleştirilmesi büyük bir önem arz etmektedir. Sunumda son olarak uygun uyarı ve eylem faaliyetleri, fabrikaların su sistemlerinin endotoksin ve bakteriyal kontaminasyondan korumak adına yapılabilecek dizayn ve ekipman önerileri sunulmuştur.

Eğitim, sektördeki güncel durumu takip etme ve bilgilendirme açısından PharmaVision katılımcılarına katkı sağlamıştır.

Çağla Kurt

# Responsible Care® Öz-Değerlendirme Web Aracı Tanıtım Webinarı

Türkiye Kimya Sanayicileri Derneği (TKSD) ve Avrupa Kimya Endüstri Konseyi (CEFIC) ortak girişimi

**Moderatör**

**Panelistler**

**Dr. Ali Şenol GÜNDOĞAN**  
Mevzuat Koordinatörü  
TKSD

**Haluk ERCEBER**  
Yönetim Kurulu Başkanı  
TKSD

**William GARCIA**  
Yönetici Direktör  
SEÇ, Responsible Care®  
& Tedarik Zinciri  
CEFIC

**Neşe ERİŞ**  
Responsible Care® Müdürü  
PharmaVision

**Dr. Giulia CASASOLE**  
Responsible Care® Müdürü  
CEFIC

**Responsible Care® Öz-değerlendirme Web Aracı Tanıtım Webinarına**

16.04.2021 Cuma | 10:30 - 12:30

Ücretsiz Kayıt Olun

PharmaVision, 1993 yılında Responsible Care® - Üçlü Sorumluluk Programını uygulama taahhüdünde bulunan ilk firmalardan biri olarak, başlattığı çalışmalarla sektörde global ortamda geçerli standartları alma konusunda öncü olmuştur. Çalışmalar kapsamında TKSD Çevre İhtisas Grubu'nda aktif görev alınmış ve Üçlü Sorumluluk Uygulama Kılavuzu, Çevre ve İSG Yönetim Sistemleri çerçevesinde gözden geçirilerek, TKSD bünyesinde revizyonuna katkıda bulunulmuştur.

Avrupa Kimya Endüstri Konseyi (CEFIC) tarafından rehber olarak hazırlanmış olan Responsible Care® Kılavuzu; sürdürülebilirlikte dijital dönüşüm çerçevesinde, ISO Yönetim Sistemleri ile yasal gereklilikleri de kapsayacak ve performans kriterlerini de içerecek şekilde Üçlü Sorumluluk Öz Değerlendirme Web Aracı'na dönüştürülmüştür. Değişikliklerin tanıtımı, TKSD ve CEFIC ortak girişimi ile 16 Nisan 2021 tarihinde gerçekleştirilen, "Responsible Care® Öz-Değerlendirme Web Aracı Tanıtım Webinarı" ile yapılmıştır.

Webinar'a Üçlü Sorumluluk Müdürümüz Sn. Neşe Eriş, Panelist olarak katılmış ve uygulamalarımız ile ilgili bilgi paylaşmıştır

## Panelistler:

Haluk ERCEBER, Yönetim Kurulu Başkanı, TKSD

William GARCIA, Yönetici Direktör; SEÇ, Responsible® Care & Tedarik Zinciri, CEFIC

Neşe ERİŞ, Responsible Care® Müdürü, PharmaVision

Dr. Giulia CASASOLE, Responsible Care® Müdürü, CEFIC

\*Ülkemizde Üçlü Sorumluluk® olarak da bilinen Responsible Care®, Kimya Sanayi tarafından tüm dünyada çalışanın sağlığı, teknik emniyet, çevrenin korunması, enerji verimliliği, kaynak kullanımı ve sürdürülebilirlik konularında gönüllülük esasına göre uygulanmakta olan bir kalite yönetim programıdır. 1984 yılında Kanada'da başlatılmış olan program, 1989'da Avrupa'ya gelmiş; ülkemizde ise 1993 yılından itibaren Türkiye Kimya Sanayicileri Derneği'nin (TKSD) önderliğinde uygulamaya konulmuştur.

Neşe Eriş

# Dijitalleşen Dünyada Kişisel Verilerin Korunması Konferansı

Kişisel Verileri Koruma Kurumu ile İstanbul Üniversitesi Hukuk Fakültesi iş birliği ile 16 Nisan 2021 tarihinde gerçekleştirilen "Dijitalleşen Dünyada Kişisel Verilerin Korunması Konferansı"na Sn. Av. Nüket Hekiman Çörekçioğlu ve Sn. Yavuz Cengiz katılmıştır.

Konferansın açılış konuşmalarını İstanbul Üniversitesi Hukuk Fakültesi Dekanı Sn. Prof. Dr. Ömer Ekmekçi, Kişisel Verileri Koruma Kurumu Başkanı Sn. Prof. Dr. Faruk Bilir ve İstanbul Üniversitesi Rektörü Sn. Prof. Dr. Mahmut Ak yapmıştır.

Programın açılış konuşmasında Kişisel Verileri Koruma Kurumu Başkanı Sn. Prof. Dr. Faruk Bilir, Kanun'un doğru anlaşılması ve Kanun'a uyum sağlanmasının son derece önemli olduğunu ve Kanun'un anlaşılmasının; Kurul kararları, mahkeme içtihatları ve akademisyenlerin görüşleriyle mümkün olacağını, uygulamada ortaya çıkabilecek soru ve sorunların bu şekilde çözüme kavuşabileceğini belirtmiştir.

Kişisel verilerin korunmasının disiplinler arası bir alan olduğunu, Kanun'a uyumun hukuki ve teknik boyutları bulunduğunu söyleyen Sn. Prof. Dr. Faruk Bilir, kişisel verilerin işlenmesinde öncelikli olarak gözetilmesi gereken hususun, hukuka uygun veri işleme; yani, kişisel verilerin belirli ilke ve şartlar çerçevesinde işlenmesi olduğunu ifade etti. Veri güvenliğine ilişkin yükümlülüklerin yerine getirilmesinin de hukuka uygun veri işlemeyi oluşturan parçalardan biri olduğunu ilave etti. Kanun kapsamında veri güvenliğinin iki evreden meydana geldiğini söyleyen Sn. Prof. Dr. Faruk Bilir, sözlerine şöyle devam etti:

"Veri güvenliğinin birinci evresi; olası bir ihlalden önce yapılması gerekenlerdir. Bunları teknik ve idari tedbirlerin alınması ile Kanun hükümlerinin uygulanması amacıyla gerekli denetimlerin yapılması şeklinde özetleyebiliriz. Bu evrede proaktif bir yaklaşım içerisinde, inovasyona dayalı, sürdürülebilir veri koruma politikaları oluşturulmalıdır. Derinlemesine savunma anlayışı benimsenmelidir.

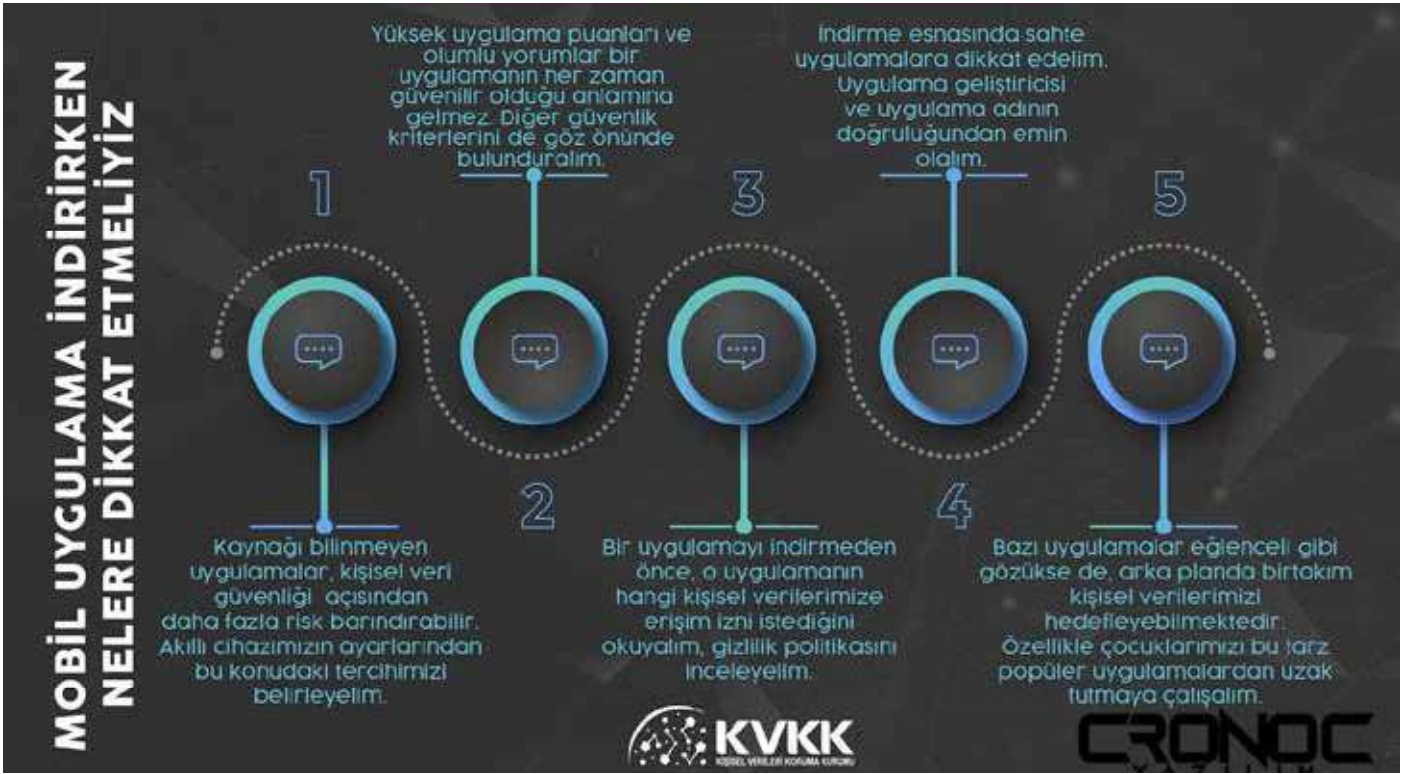
İkinci evre ise aslında hiç meydana gelmesini istemediğimiz, veri ihlalden sonra yapılması gerekenlerdir. Buna göre; bir veri ihlali meydana gelmesi halinde, veri sorumlusu bu durumu en kısa sürede ihlalden etkilenen kişilere ve Kurul'a bildirmek zorundadır. Kurul daha önce almış olduğu çeşitli Kararlarla; ihlalden etkilenen kişilere hangi konularda bildirim yapılacağı, ihlal bildirimlerinin neye göre ilan edileceği, Kurul'a bildirimin hangi süre zarfında gerçekleştirilmesi gerektiği gibi konularda meydana gelen soru işaretlerini giderecek adımlar atmıştır. Örneğin; Kurul'a bildirim süresi, GDPR ile uyumlu olacak şekilde en geç 72 saat olarak belirlenmiştir."

Kişisel verilerin korunması alanındaki küresel gelişmelerden de bahseden Sn. Prof. Dr. Faruk Bilir, 25 Mayıs 2018 tarihinde yürürlüğe giren AB Genel Veri Koruma Tüzüğü (GDPR) ile kişisel verilerin korunmasında yeni bir sayfanın açıldığını ve AB Genel Veri Koruma Tüzüğü ile bireylere üst düzey bir koruma getirildiğini ifade etti. Tüzük ile gelen yeniliklerden de bahsederek, "tüzük ile gelen en önemli yeniliklerden biri de Tüzüğün tüm üye ülkelerde yeknesak olarak uygulanacak olmasıdır" dedi.

Ayrıca, Tüzüğün veri sorumluları açısından risk temelli bir yaklaşım benimsediğini belirten Kurum Başkanı, "AB veri güvenliğinin güncel yapısının Türkiye'deki kamu, iş dünyası, akademi ve sivil toplum merkezli paydaşlar tarafından da çok iyi anlaşılması gerektiğini düşünüyorum" dedi. Bu kapsamda Kanun'un, Avrupa Birliği standartlarıyla uyumlu hale getirilmesinin önemine de değinen Kurum Başkanı, Kurum'un çalışmalarını bu yönde sürdürdüğünün altını çizdi.

Kurul'un diğer çalışmalarından da bahseden Sn. Prof. Dr. Faruk Bilir, bugüne kadar 8958 ihbar, şikâyet ve başvurunun Kurul'a iletildiğini, bunlardan 7472'sinin sonuçlandırıldığını söyledi. Kurul'a intikal eden 483 veri ihlal bildiriminin olduğunu ve söz konusu bildirimlerden 87 tanesinin Kurum internet sayfasında ilan edildiğini söyleyen Sn. Prof. Dr. Faruk Bilir, Kurum'un görev ve yetki alanına giren çeşitli konularda ise 522 hukuki görüş verildiğini sözlerine ekledi.

Unutulma hakkına da değinen Kurum Başkanı, unutulma hakkının; "bireyin geçmişte hukuka uygun olarak yayılmış ve doğru nitelikteki bilgilerinin zamanın geçmesine bağlı olarak erişimden kaldırılmasını ya da gündeme getirilmemesini talep edebilmesi" olarak tanımlandığını söyledi. Sn. Prof. Dr. Faruk Bilir, "Kişilerin adı-soyadı ile arama motorları üzerinden yapılan aramalarda çıkan sonuçların indeksten çıkarılmasına yönelik taleplerin unutulma hakkı kapsamında ele alınabileceği Kurul Kararı ile belirlenmiştir. Karara göre arama motorları veri sorumlusu, arama motorları tarafından gerçekleştirilen faaliyetler ise kişisel veri işleme faaliyeti olarak kabul edilmiştir" diyerek kişilerin, arama sonuçlarının indeksten çıkarılmasına yönelik talepleri ile ilgili olarak öncelikle arama



motorlarına başvuruda bulunmaları, veri sorumlusu arama motorlarının söz konusu talepleri reddetmeleri veya başvuru sahibine cevap vermemeleri halinde ilgili kişilerin Kurul'a şikâyetle bulunabileceklerinin kararlaştırıldığını belirtti. Bu hakkın istisnai bir hak olduğun da göz ardı edilmemesi gerektiğini söyleyen Sn. Prof. Dr. Faruk Bilir, Kurul'un unutulma hakkı ile ilgili almış olduğu karar üzerine Google'ın, Türkiye'den yapılacak başvurular için bir kanal açmış bulunduğunu da ilave etti.

Açılış konuşmalarının ardından, Konferansın ilk oturumunun moderatörlüğünü İstanbul Üniversitesi Hukuk Fakültesi Öğretim Üyesi Sn. Prof. Dr. Saibe Oktay Özdemir yaptı. Bu bölümde Türk-Alman Üniversitesi Öğretim Üyesi Sn. Dr. Mesut Serdar Çekin, Weizenbaum Enstitüsü'nden Sn. Dr. Zohar Efroni, İstanbul Üniversitesi Öğretim Üyesi Sn. Dr. Nafiye Yücedağ "Hukuki Açından Veri Temelli Ekonomi" konusunu çeşitli yönleriyle ele aldı.

Konferansın ikinci oturumunda Türk-Alman Üniversitesi Rektörü Sn. Prof. Dr. Halil Akkant'ın moderatörlüğünde "Küreselleşen Dünyada Kişisel Veri" konusu ele alındı. Bu bölümün konuşmacıları ise Almanya Federal Veri Koruma Kurumu Başkanı Sn. Prof. Dr. Ulrich Kelber, Kişisel Verileri Koruma Kurumu Hukuk İşleri Dairesi Başkanı Sn. Demet Arslaner Keklikkırın ile Türk-Alman Üniversitesi Öğretim Üyesi Sn. Dr. Marian Alexander Arning oldu.

Konferansın öğleden sonraki bölümünde ise öncelikle "Kişisel Verilerin Korunması Alanında Riski Azaltan Mekanizmalar" konusu İstanbul Üniversitesi Hukuk Fakültesi Öğretim Üyesi Sn. Prof. Dr. Cemil Kaya moderatörlüğünde ele alındı. Üçüncü oturumun konuşmacıları ise Schleswig-Holstein Veri Koruma Kurumu Başkanı Sn. Marit Hansen, Kişisel Verileri Koruma Kurumu İnceleme Dairesi Başkanı Sn. Tuba Kendir Tunalı ile İstanbul Üniversitesi Hukuk Fakültesi Araştırma Görevlisi Sn. Şehriban İpek Aşıkoğlu oldu.

Programın dördüncü ve son oturumunun konusu ise "Özel Hukuk Bağlamında Kişisel Veri" oldu. Bu oturumun moderatörlüğünü İstanbul Üniversitesi Hukuk Fakültesi Öğretim Üyesi Sn. Prof. Dr. Abuzer Kendigelen yaparken, konuşmacılar ise İstanbul Üniversitesi Öğretim Üyesi Sn. Prof. Dr. Ömer Ekmekçi, İstanbul Üniversitesi Öğretim Üyesi Sn. Prof. Dr. Mustafa Aksu, Bocconi Üniversitesi Öğretim Üyesi Sn. Doç. Dr. Francesco Paolo Patti ile Avrupa Komisyonu Rekabet Genel Müdürlüğü'nden Sn. Alvaro Carlos Garcia-Delgado Garcia oldu.

Nüket Hekiman Çörekçioğlu

# PharmaVision Sigarasız İşyeri Slogan Yarışması



PharmaVision Dünya Sigarayı Bırakma Günü'nü, Sigarasız İşyeri Kampanyası kapsamında düzenlediği Slogan Yarışması'yla kutladı. Yüksek katılımın olduğu slogan yarışmasında ilk üçe girenlere sağlıklı ve spor dolu ödüller verilirken, sloganlardan afişler yaptırılıp işyerinde sergilenerek sigarayı bırakmak isteyen çalışanlara destek olmak amaçlandı.

PharmaVision, kampanyanın öncü sloganlarıyla, "Sigarasız bir yaşam en güzel eylemdir." hatırlatmasıyla çalışanlarını ve tüm toplumu "Değişim seninle başlayacak, sigarasız hayat daha güzel olacak." değişimine davet ediyor ve "Dumansız hayata geç, sevdiklerinle olmayı seç." diyor.

Yarışma sonucunda ilk on sırada değerlendirilen tüm çalışanlarımızı kutluyor, değerli katkıları için teşekkür ediyoruz.

1. "Sigarasız bir yaşam en güzel eylemdir." - Sn. Mahmut Özen
2. "Değişim seninle başlayacak, sigarasız hayat daha güzel olacak." - Sn. Alev Bülent Ay
3. "Dumansız hayata geç sevdiklerinle olmayı seç." - Sn. Kerem Kurun

Alfabetik isim sırasıyla mansiyonlar:

"Sağlık üretirken, sağlığını ihmal etme! Sigarayı bırak!" - Sn. Ahmet Naci Olğun

"Kararlı ol söz ver kendine

Sigarayı bırak, alma eline." - Sn. Koray Demir

"Uzaklaştır kendinden dumanı, değerli kıl hayatındaki her anı." - Sn. Nizamettin Üzümcü

"Bağımlılığın sigaraya değil sevdiklerine olsun." - Sn. Ogün Aygün

"Sevdiklerinin anılarında olma, sigarayı bırak yarınlarında ol." - Sn. Ulaş Karataş

"Bıraktığın hayat değil sigara olsun." - Sn. Volkan Aydemir

"Hayat bir yarışsa eğer sigara önündeki en büyük engel." - Sn. Yasin Mustafa Okur

İnsan Kaynakları Müdürlüğü



# Temizoda Teknolojileri Derneği Eğitimleri

## Temizoda Sınıflandırma, İzleme ve Risk Tabanlı Çevresel İzleme Planı & Temizoda İşletme, Personel ve Temizlik



2 Mart ve 10 Mart 2021 tarihlerinde Temizoda Teknolojileri Derneği tarafından organize edilen “Temizoda Sınıflandırma, İzleme ve Risk Tabanlı Çevresel İzleme Planı” ile “Temizoda İşletme, Personel ve Temizlik” çevrimiçi eğitimlerine firmamızdan Sn. Burcu Okumuş, Sn. Mehmet Can Apak, Sn. Çağla Kurt, Sn. Ömer Yavuz, Sn. Halil Çolak, Sn. Halil Karasu, Sn. Bülent Ay, Sn. Savaş Demir, Sn. N. Dilruba Numanoglu, Sn. Ercan Deniz, Sn. Ioanna Fenerli, Sn. Tunç Atropat, Sn. Yasin Yeşil, Sn. Sinem Zorbozan Vural ve Sn. Emrah Ergörül katılmıştır.

“Temizoda Sınıflandırma, İzleme ve Risk Tabanlı Çevresel İzleme Planı” eğitiminde ISO 14644-1 standardında güncellenen başlıklar ve içerikler ele alınmıştır. Güncelleme ile birlikte yapılan standart isminin değişmesinin yanı sıra yapılan değişiklikler kısaca aşağıda özetlenmiştir.

- Hava temizliğinin partikül konsantrasyonu açısından sınıflandırılması
- 0.1 µm boyutundan daha küçük partiküller için yeni bir standardın geliştirilmesi (ISO/DIS 14644-12)
- Eskiden formül ile hesaplanan, sınıf bazında 1 metreküp havada müsaade edilen maksimum partikül sayısı için Tablo 1 ekinin oluşturulması (Ek F)
- Temiz odadan boyutuna bağlı olarak alınması gereken numunelerin sayısının artık tablo ile belirlenmesi
- Numune noktalarının tayini için risk değerlendirmesi yapılmasının önerilmesi
- UCL %95 olarak tanımlı olan üst güvenlik sınırının standarttan çıkartılması
- Kalibrasyonların ISO 21501-4'e uygun yapılması gerekliliği
- ISO Class 5 için 5.0 µm limitinin artık tanımlı olmaması
- Eski versiyonda tek bir noktadan 3 ardışık ölçüm alınırken, artık her bir noktadan tek örnek alınmasının yeterli olmasıdır.

Eğitimin güncellenen ISO 14644 standartlarının içeriklerinden bahsetmesi ile tesisimizdeki temiz oda uygulamaları gözden geçirilmiş, yeni gereklilikler için bundan önce yapmış olduğumuz güncellemelerin genel olarak yeterliliği konusunda ve partikül sınır değerleri açısından bağlı bulunduğumuz ve şu an taslak halindeki Annex 1'in 2021 yaz aylarında yürürlüğe girebileceği ve buna göre sınır değerlerin gözden geçirilmesi gerekliliği ile ilgili bilgi edinilmiş olup, mevcut uygulamaların bu yönde tekrar değerlendirilerek iyileştirilmesi sağlanacaktır.

“Temizoda İşletme, Personel ve Temizlik Eğitimi”nde ise temiz odada kontaminasyon riskini en aza indirmenin yollarından bahsedilmiştir. İnsan vücudu önemli miktarda deri hücresi dökmektedir. Bu dökülen partiküllerin temiz odaya yayılımının engellenmesi için personelin uygun kıyafetler giymesi gerekmektedir. Kıyafetlerin kumaşı, personelin temiz odada yavaş hareket etmesi, uygun eldiven seçimi, yüzeylere gereksiz temastan kaçınılması, temiz odaya alınan malzemelerin transfer dezenfeksiyonu kapsamında muamele görmeleri, temiz odanın uygun temizlik ve dezenfeksiyon işlemlerine tabi tutulması, temiz odaya uygun ekipman seçimi konularından detaylıca bahsedildikten sonra, eğitim online bir sınav ile sonlandırılmıştır.

Burcu Okumuş

# Temizoda Teknolojileri Derneği Eğitimleri

Temizoda Teknolojileri Derneği'nin düzenlediği online eğitim günleri kapsamında 02-03-09-10.03.2021 tarihlerinde 10:00-14:40 arasında çevrimiçi olarak gerçekleştirilen eğitimlere İmalat Müdürlüğü'nden Sn. Nesibe Dilruba Numanoglu, Sn. Ercan Deniz, Sn. Tunç Atropat, Sn. Yasin Yeşil, Genel Müdürlük'ten Sn. Emrah Ergörül, Kalite Kontrol/Mikrobiyoloji Laboratuvarı'ndan Sn. Burcu Okumuş, Sn. Mehmet Can Apak, Mesul Müdürlük/Kalite Operasyonları bölümünden Sn. Sinem Zorbozan Vural, Teknik Direktörlük/Ürün Teknoloji Transfer ve Ruhsatlandırma bölümünden Sn. Ioanna Fenerli, Kalite Güvence bölümünden Sn. Savaş Demir ve Sn. Fatih Akman ve Mühendislik bölümünden Sn. Halil Karasu katılmıştır.

Temizoda Teknolojileri Derneği Yönetim Kurulu Üyeleri Sn. Haşim Solmaz, Sn. Dilek Sunar, Sn. Orkun Özkurt ve Sn. Erkin Bilgesu tarafından verilen eğitimlerde; geçtiğimiz yıl aralık ayında ISO Teknik Komite 209 tarafından revize edilen ISO 14644-1:2015 standardının uygulamada getirdiği yenilikler, daha önce yürürlükte olan 1999 versiyonuna göre değişen, gelişen ve iptal olan kısımlar, saha uygulayıcılarını bekleyen yeni uygulamalardaki pratik yaklaşımlar, Temizoda Validasyonu ve Test Metotları (ISO 14644-3:2019) standartlarına uygun olarak yapılan temizoda validasyonlarında uygulanacak testler, uygulamalardaki pratik yaklaşımlar, temizodaların tasarımında, kurulumunda ve devreye alma sürecinde bilinmesi ve dikkat edilmesi gereken temel konular ve son olarak ISO 14644 Standardın 5. Bölümündeki temel bilgiler, temizoda kişisel koruyucu donanımları, personel, materyaller, ekipmanlar ve temizodaların temizlenmesi konuları ve ipuçları ele alınmış olup, teorik ve pratik bilgiler ile desteklenen interaktif bir eğitim serisi olmuştur.

Alınan bu eğitim, güncellenen ISO 14644 standartlarının içeriklerinden bahsetmesi ile tesisimizdeki temizoda uygulamalarının gözden geçirilmesi, şu an taslak halindeki Annex 1'in 2021 yaz aylarında yürürlüğe girebileceği ve buna göre sınır değerlerin gözden geçirilmesi gerekliliği ile ilgili bilgi edinilmesi hususlarında katkı sağlamıştır. Ayrıca temizoda kavramının D sınıfı alandan A sınıfı alana tüm imalat alanlarını kapsamı nedeniyle tüm imalat kısımları için kapsamlı ve destekleyici bilgiler sağlamış ve temizoda kavramı, temiz oda tasarımı, temizoda inşaat ve ilk kurulumu hakkındaki bilgileri artırmıştır.

Nesibe Dilruba Numanoglu

## Üçlü Sorumluluk Müdürlüğü Denetim Haberleri



TSE tarafından Kasım 2020 ve Mart 2021 de online gerçekleştirilen;

- TS EN ISO 14001 Çevre Yönetim Sistemi Belge Yenilenmesi ile
- TS ISO 45001 İş Sağlığı ve Güvenliği Yönetim Sistemi Belge geçişi denetimleri

başarıyla tamamlanarak,

TS EN ISO 14001 Çevre Yönetim Sistemi Belgemiz yenilenmiş,

TS ISO 45001 İSG Yönetim Sistemi Belge Geçişimiz gerçekleştirilmiştir.

TSE tarafından Eylül 2020 ve Mart 2021 de online gerçekleştirilen;

- TS EN ISO 50001:2018 Enerji Yönetim Sistemi belge geçişi denetimi başarıyla tamamlanarak, TS EN ISO 50001:2018 Enerji Yönetim Sistemi Belge geçişimiz gerçekleştirilmiştir.

Üçlü Sorumluluk Müdürlüğü

# TS ISO 31000 Risk Yönetim Sistemi Denetimi



TS ISO 31000 Risk Yönetim Sistemi ikinci gözetim tetkiki, firmamızdaki tüm kısımların desteği ve işbirliği ile 11-12.01.2021 tarihlerinde uzaktan denetim şeklinde gerçekleştirilmiştir.

Denetim başarı ile tamamlanarak denetimin sonucunda belgemizin devamına karar verilmiştir.

Eda Kılıçlar

## Nart Sigorta Eğitimi



Finansman ve Muhasebe Müdürümüz Sn. Nurten Kurt koordinatörlüğünde, mevcut broker Nart Sigorta tarafından 15.04.2021 tarihinde firmamız genelinde her yıl düzenli olarak yaptırılan Sigorta işlemleri için çevrimiçi eğitim verilmiştir.

Tüm bölüm yöneticilerinin katıldığı eğitimde aşağıdaki konular hakkında genel bilgiler verilmiş ve olası bir hasar anında, en iyi faydayı sağlamak için dikkat edilmesi gereken konular ele alınmıştır.

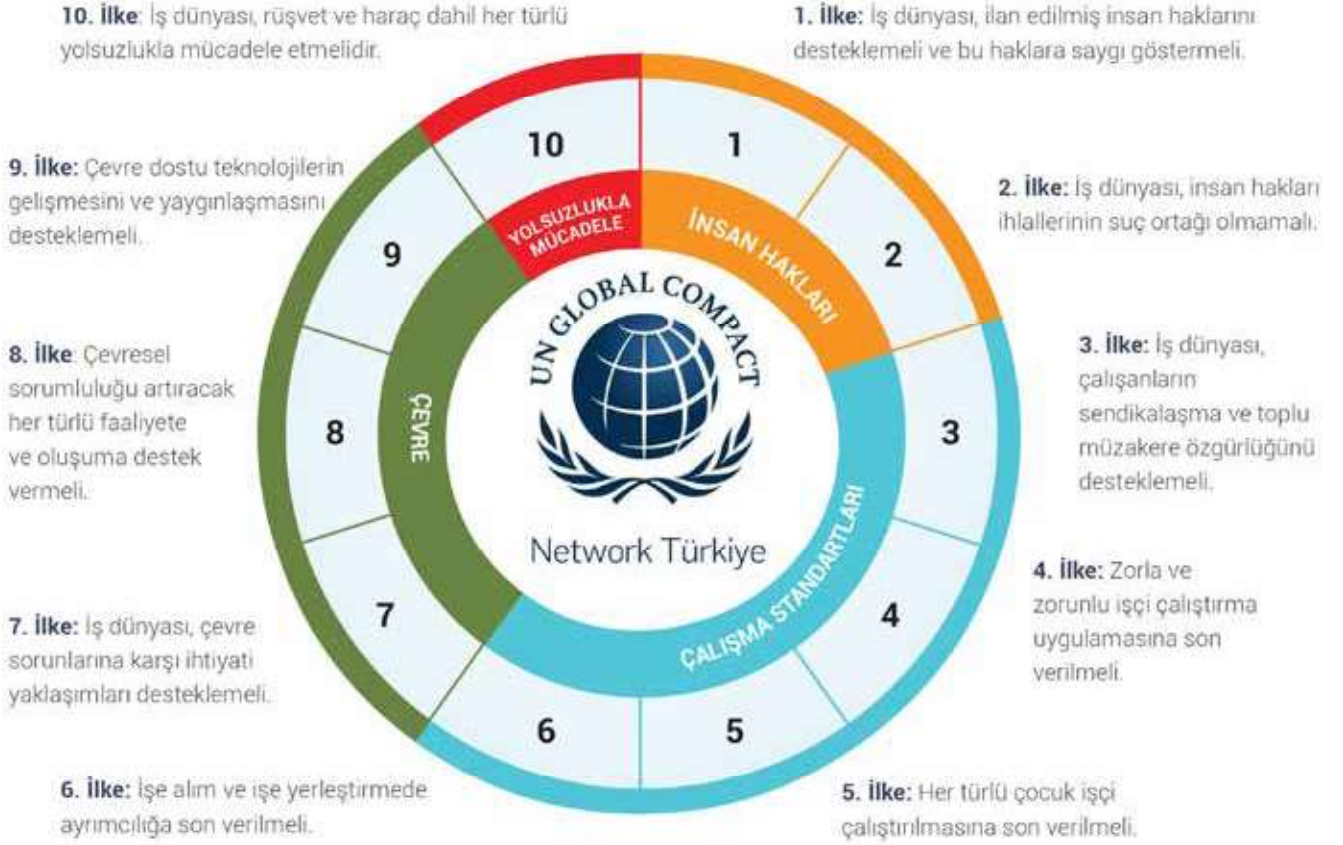
- Yangın Sigortası ve Ek Teminatlar
- Hırsızlık Hasarları
- Elektronik Cihaz Sigortası
- Ferdi Kaza Sigortası
- İşveren Mali Mesuliyet Sigortası
- Nakliyat Sigortası

Bilgilerin tazelenmesi, uygulamada dikkat edilmesi gereken hususlar ile mevcutta yaşanan olayların paylaşılması açısından oldukça verimli geçen eğitim katılımcılara fayda sağlamıştır.

Nurten Kurt

# Global Compact Türkiye Tanıtım Etkinliği

## 10 İlke



“Birleşmiş Milletler Küresel İlkeler Sözleşmesi”ni 26 Mayıs 2010 tarihinde imzalayan PharmaVision, imzasının gereği olarak dönemsel faaliyetlerini bugüne kadar her sene sunduğu raporlarla paylaşmaktadır. Bu çerçevede Global Compact Türkiye’nin tüm etkinliklerini takip ediyor, Birleşmiş Milletler gibi güvenilir bir platform altında şeffaflık ilkesiyle yer almanın gururunu yaşıyoruz. TISK vasıtasıyla Global Compact Türkiye tarafından 14.04.2021 tarihinde çevrimiçi olarak düzenlenen Tanıtım Sunumu’na firmamızdan Sn. Nüket Hekiman Çörekçioğlu katılmış ve güncel etkinlikler ilgili bilgiler alınmıştır.

Nüket Hekiman Çörekçioğlu

## Yıldız Teknik Üniversitesi Kimya Bölümü Öğrencileriyle Çevrimiçi Bilgi Paylaşımı

14 Nisan 2021 tarihinde, Yıldız Teknik Üniversitesi Kimya Bölümü 4. Sınıf öğrencilerinin Endüstriyel Kimya Dersine çevrimiçi katılım sağlanarak, PharmaVision ve Üçlü Sorumluluk Sistemi hakkında bilgi paylaşılmıştır.

Geleceğin kimyagerlerinin sektöre yönelik konularda merak ettiği sorular da soru cevap bölümünde karşılıklı olarak görüşülmüştür.

Neşe Eriş

## Lisansüstü Başarıların Kutlanması



Şirketimiz her zaman “Önce İnsan” ilkesinden hareketle, çalışanlarını en değerli varlığı olarak görmektedir. Çalışanlarımızın eğitim programları aracılığıyla yetkinliklerini artırmasını önemsiyor ve bunu tüm çalışmalarımıza yansıtmayı önceliğimiz olarak görüyoruz. İş hayatını aktif şekilde sürdürürken bir yandan da yüksek lisans programlarını yürütmüş ve başarıyla mezun olmuş tüm çalışanlarımızı özellikle tebrik etmek istiyoruz.

Yeni bir uygulama olarak, 2019 yılından itibaren bu başarıyı gösteren çalışanlarımızı duyurularımız vasıtasıyla sizlerle paylaşmak ve bundan sonra bu uygulamayı güncel tutmak istiyoruz.

| Çalışan          | Üniversite                   | Program                               | Bitirme Yılı |
|------------------|------------------------------|---------------------------------------|--------------|
| Oğuzhan Dereli   | İstanbul Üniversitesi        | İşletme Yönetimi                      | 2019         |
| Bilge Sezen Aksu | Yıldız Teknik Üniversitesi   | MBA                                   | 2019         |
| Berat Yılmaz     | Yıldız Teknik Üniversitesi   | Kimya Mühendisliği                    | 2019         |
| Fatih Pehlivan   | Balıkesir Üniversitesi       | Kimya                                 | 2020         |
| Eda Kumral       | İstanbul Teknik Üniversitesi | Kimya                                 | 2020         |
| Damla Kimençe    | Yıldız Teknik Üniversitesi   | Fiziko Kimya                          | 2020         |
| Çağrı Çelik      | İstanbul Üniversitesi        | Biyokimya                             | 2020         |
| Büşra Temelatma  | İstanbul Teknik Üniversitesi | İşletme                               | 2021         |
| Yavuz Cengiz     | İstanbul Üniversitesi        | Yöneticiler için İşletme Yöneticiliği | 2021         |

Birimizin başarısının hepimizin başarısı olacağına inanıyor, gayretlerinden dolayı mesai arkadaşlarımızı kutluyor, başarılarının devamı diliyoruz.

İnsan Kaynakları Müdürlüğü

## PharmaVision Kadınlar Günü Kutlaması



PharmaVision ailesi olarak bir gün değil her gün kutlanması dileğiyle, 8 Mart Dünya Kadınlar Günü'nü tüm kadın çalışanlarıyla birlikte kırmızı karanfillerle kutladı. Biz biliyoruz ki kadın aydınlanmadıkça her yer karanlıktır.

İnsan Kaynakları Müdürlüğü

# Barış İçin Müzik Vakfı

Değerli PharmaVision Çalışanları,

Barış İçin Müzik Vakfı'nda bu zorlu günlerde 200 öğrencimizle harıl harıl çalışıyor, yan yana geleceğimiz günlerin özlemiyle hazırlanıyoruz. Biliyoruz, siz de hiç ara vermeden yoğun olarak çalışıyorsunuz. Tüm emekleriniz için size müteşekkirimiz.

Sizinle, Barış İçin Müzik programının eğlenerek öğrenme yaklaşımını anlatan bu videosu aracılığıyla buluşmak istedik. Bizi sosyal medya hesaplarımızdan takibe alırsanız da çok mutlu oluruz. :-))

Biz biliyoruz ki; sağlık çalışanları ile müzik arasında her zaman bir bağ var. Bir gün birlikte müzik yapabilmeyi çok isteriz. Hepimizden sevgiler.

Barış İçin Müzik Ekibi ve Öğrencileri

PharmaVision'un uzun süredir destek olduğu, imkânları sınırlı çocuklara sosyal ve kültürel alanlar oluşturarak, karşılıksız müzik olanağı sunan ve barışın sesini müzikle duyurmayı hedefleyen Barış İçin Müzik Vakfı, pandeminin birinci senesi vesilesiyle PharmaVision çalışanlarıyla bir video paylaşarak hem çocukların doğaçlama çalışmalarını hissettirmek hem de kendilerine verilen desteklere teşekkür etmek istemiştir.

<https://www.pharmavision.com.tr/files/barisicinmuzik.mp4>

Barış İçin Müzik Sosyal Medya Hesapları:

Facebook: barisicinmuzikvakfi

Instagram: barisicinmuzikvakfi

Twitter: barisicinmuzik

Youtube:barisicinmuzikvakfi

İnsan Kaynakları Müdürlüğü



# Emekliye Ayrılan Çalışanlarımız



## Emekliye Ayrılan Çalışanlarımız

Uzun yıllardır birlikte çalıştığımız Sn. Ayça Kolçak, Şubat ayı itibariyle emekliye ayrılmış olup kendisine aşağıdaki ifadelerin yazılı olduğu emeklilik plaketi Genel Müdürümüz ve Yönetim Kurulu Başkanımız Sn. Dr. Ünsal Hekiman tarafından takdim edilmiştir.

Sayın Ayça Kolçak,

Firmamıza katıldığınız 1976 yılından bugüne kadar, çalıştığınız tüm bölümlerde, kurallardan asla taviz vermeden kesin, kararlı ve çalışkan kişiliğiniz ile tüm zorlukların üstesinden gelerek Şirketimizin sembol isimlerinden biri oldunuz.

Değerli katkılarınız için teşekkür eder, emeklilik günlerinde size ve ailenize sağlık ve mutluluklar dileriz.

PharmaVision Sanayi ve Ticaret A.Ş.



# Emekliye Ayrılan Çalışanlarımız

Uzun yıllardır birlikte çalıştığımız Sn. Cüneyt Murat Özkorun ile Sn. İlhami Kayabaşı, Mart ayı itibariyle emekliye ayrılmış olup kendilerine aşağıdaki ifadelerin yazılı olduğu emeklilik plaketleri Endüstriyel İlişkiler ve Hukuk Direktörümüz Sn. Fahrettin Kazak tarafından takdim edilmiştir.

*Sayın Cüneyt Murat Özkorun,*

*Firmamıza katıldığınız 1989 yılından bugüne kadar, çalışkan ve beyefendi kişiliğinizle gençlere ve arkadaşlarınıza daima örnek oldunuz. Değerli katkılarınız için teşekkür eder, emeklilik günlerinde size ve ailenize sağlık ve mutluluklar dileriz.*

*PharmaVision Sanayi ve Ticaret A.Ş.*



*Sayın İlhami Kayabaşı,*

*Çalışkan ve mütevazı kişiliğiniz ile kıdemli "usta"ımız olarak her zaman gençlere ve arkadaşlarınıza örnek oldunuz. Emekleriniz ve katkılarınız için teşekkür eder, emeklilik yaşamınızda size ve ailenize sağlık ve mutluluklar dileriz.*

*PharmaVision Sanayi ve Ticaret A.Ş.*

*Sevgili mesai arkadaşlarımıza, emeklilik hayatında sağlık ve mutluluklar dileriz.*

*İnsan Kaynakları Müdürlüğü*





# ÜÇLÜ SORUMLULUK

## Sıfır Atık

### Hayatımıza yeni bir kavram girdi: “Sıfır Atık”

Evimizde, sokakta, işyerimizde kısacası yaşam alanımız olan her yerde hayatımızı idame ettirmek için kullandığımız eşyalar, beslenme ihtiyacımız, çalıştığımız işyerlerinde üretim ve hizmet faaliyetlerimiz sonucu oluşan, çeşitli nedenlerle artık kullanım imkânı bulamadığımız (atık olarak nitelendirdiğimiz) malzemeleri nasıl yönetelim ki, “atık” olmasın, çöpe atılmasın, kaynak israfı olmasın!

“Sıfır Atık”, israfın önlenmesini, kaynakların daha verimli kullanılmasını, atık oluşum sebeplerinin gözden geçirilerek atık oluşumunun engellenmesi veya minimize edilmesi, atığın oluşması durumunda ise kaynağında ayrı toplanması ve geri kazanımının sağlanmasını kapsayan atık yönetim felsefesi olarak tanımlanmaktadır.

Bu anlayış için öncelikle, “Tüketim Kültürümüzü” gözden geçirmeliyiz.

Haydi, hayatımızı bu anlamda da gözden geçirme vakti...

Kendi yaşam alanımızda sorgulayacağımız belli başlı konular;

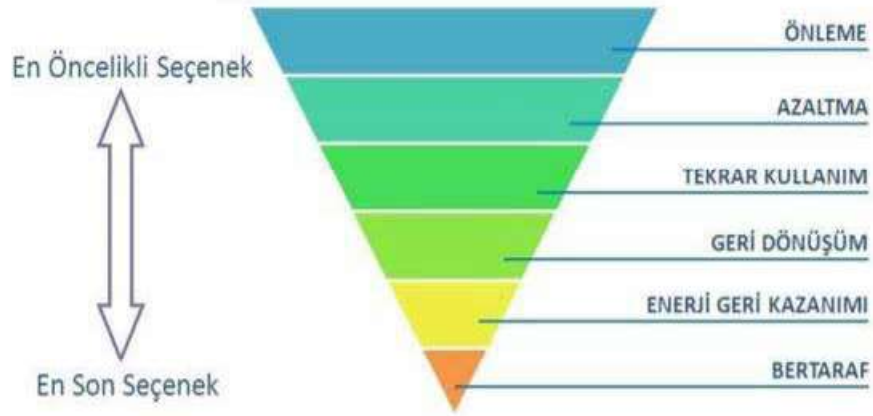
- Olmazsa olmaz ihtiyaçlarımız nelerdir?
- Bu ihtiyaçları karşılama, temin etme şeklimiz nasıldır?
- Kendi aile bütçemiz ve doğa için minimum ambalaj içeren satın almayı nasıl yaparız?
- Satın aldığımız malzemelerin içeriklerinde ne var? Doğaya zarar veren bir bileşen mevcut mu?
- Evimizde oluşan, tekrar değerlendirilebilir malzemeleri nasıl yönetiyoruz?
- Ambalajlı satın alınan malzemelerin ambalajlarını çöpe atmayıp, geri dönüşüme çevirmedeki çabalarımız ne düzeyde?
- Ambalajlı ürünlerde yeniden doldurulabilir ürünlerin kullanımına doğru bir yaklaşım içinde miyiz?
- Sürdürülebilir bir üretim ve tüketim anlayışını benimseyerek, dayanıklı, tamir edilebilir, yeniden kullanılabilir ürünler, satın alma tercihlerimizin önceliğinde mi?

gibi temel soruları kendimize sorup, ihtiyacımız kadar tüketime yönelip, doğaya bıraktığımız ekolojik ayak izimizi elimizden geldiği kadar küçültmeliyiz.

Atık oluşturmeyen yaşam tarzını benimsemeye gayret etmek, etrafımıza örnek olmak, atıkların azaltılmasına ve israfın önlenmesine çaba göstermek bireysel olarak farkındalığımızın yüksek olmasına bağlıdır.

Uzun yıllardır işyerimizde yürüttüğümüz, atıktan geleceğe yatırım projelerimiz ile atık yönetimi çalışmalarımız PharmaVision ailesi olarak farkındalığımızın da yüksek seviyelerde olduğunu bize göstermektedir.

Firmamızda “Atık Yönetimi Hiyerarşisi” temel alınmaktadır.



#### Bu ekipmanlar:

**Mavi renkli ekipman:** Kağıt, karton malzemeler, gazete, dergi vb,

**Sarı renkli ekipman:** Plastik esaslı malzemeler (Plastik şişe ve kutular vb)

**Yeşil renkli ekipman:** Cam esaslı malzemeler (Cam içecek ve gıda şişeleri, cam kavanozlar)

**Açık gri renkli ekipman:** Metal (alüminyum içecek kutuları), metal gıda kutuları

**Koyu gri renkli ekipman:** Karışık çöp süprüntü vb atıklar, ıslak havlu, mendiller, seramik, porselen gibi mutfak malzemeleri)

**Kahverengi renkli ekipman:** Meyve ve sebze artık ve atıkları, he türlü çay ve kahve posaları, yaprak, çim atıkları vb.



İşyerimizde bu anlayışla yürüteceğimiz çalışmalarımız ile oluşturulacak fon yine “Atıktan Geleceğe Yatırım” Projesi’nde kullanılmaya devam edecektir.

Tüm gayretlerimizin sonunda kazanan; sağlıklı, sürdürülebilir kaynakları ile yaşanabilir bir dünya bırakacağımız çocuklarımız olacaktır.

Üçlü Sorumluluk Müdürlüğü



## İşitme Korumanın Yedi Unsuru



**Ölç:** Çalışanların tehlikeli gürültülere ne kadar maruz kaldığının doğru biçimde ölçülmesi şarttır. Gürültü ölçümleri yapılması kimlerin risk altında olduğunu belirlemenize, programınıza kimleri dâhil edeceğinizi tespit etmenize ve riskleri azaltmak için doğru denetimler ve koruyucu ekipmanları seçmenize yardımcı olur.



**Denetle:** Belirli işler ve makineler yüksek gürültü seviyeleri oluşturur. Peki böyle olması şart mıdır? Ekipman ve süreçler daha sessiz olacak şekilde tasarlanabilir ya da değiştirilebilir ve böylelikle koruma programınıza alınacak çalışanların sayısı azaltılabilir.



**Koru:** İşitme koruyucular, işitme korumada önemli bir rol oynar. Rahat ve kulağa uyumlu olmalı; çevre için yeterli seviyede koruma sağlamalıdır. Diğer kişisel koruyucu donanımlarla uyumluluğu ve çalışanların iletişim kurabilme ihtiyacı da göz önünde bulundurulmalıdır.



**Kontrol Et:** Çalışanlar gürültüden kaynaklanan işitme kaybı belirtileri mi gösteriyor? Kalıcı işitme kayıplarının önüne geçebilmek amacıyla değişiklikleri belirleyip kaydedecek, standartlaştırılmış ölçüm prosedürlerinin rutin olarak kullanılması önemlidir.



**Eğit:** Gürültüden kaynaklanan işitme kaybı genelde yavaş yavaş gerçekleştiği ve belirtiler her zaman aşikar olmadığı için, çalışanların yüksek gürültüye maruz kalmanın etkileri hakkında bilgilendirilmesi ve işitme koruma ürünlerinin doğru kullanımı konusunda eğitilmesi büyük önem taşır. Çalışan eğitim ve motivasyon programlarını güçlendirerek işitme kaybını engelleme yönündeki çabalarınızın başarısını artırabilirsiniz.



**Kaydet:** Yapılan gürültü incelemelerinin, alet kalibrasyonlarının, odyometre testlerinin, sönümleme değerlerinin ve eğitimlerin kayıtlarını gizli, doğru ve güncel biçimde tutmak, programınızın yönetimini ve denetimini yapmanıza yardımcı olur.



**Değerlendir:** İşitme koruma programınızın, çalışan geri bildirimleri, sorumluluk ve maliyet analizlerini içeren düzenli program değerlendirmeleriyle birlikte yürütüldüğünden emin olun. Bu sayede sorunlu alanları öne çıkarabilir ve gelişme sağlayabilirsiniz.



# Küresel Salgın (Covid-19) Döneminde Uzaktan Çalışma Araştırma Sonuçları

Covid-19 döneminde uzaktan/evden çalışma araştırması yüksek lisans tezi için yapılmış olup, araştırmanın amacı çalışanların ve işverenlerin uzak çalışma düzenlemelerine olan tutum ve yaklaşımları ile demografik durum ve çalışma koşulları arasındaki ilişkiyi araştırmaktır.

Nicel bir araştırma gerçekleştirilen bu çalışmada, veriler anket yöntemiyle toplanmıştır. Anket formunda 3 bölüm ve 77 soru yer almaktadır. İlk bölümde çalışan olarak uzaktan çalışmanın değerlendirilmesine yönelik beşli Likert ölçeği ile hazırlanmış 38 soru, ikinci bölümde işveren olarak uzaktan çalışmanın değerlendirilmesine yönelik yine beşli Likert ölçeği ile hazırlanmış 19 soru, son bölümde ise anketi cevaplayanların dahil olduğu demografik yapıyı, şirket ve görevlerin konumunu ve iş-ev arası mesafe ile harcanan zamanı tanımlamaya yönelik seçenekli 20 soru bulunmaktadır.

Çeşitli sektörlerden daha çok üst ve orta düzey yöneticiler, firma sahipleri/ortakları ile genel müdürler, çalışanlar ve öğrencilerden oluşan bir evrenden 129 kişi anketi cevaplamıştır.

## Veriler

Araştırma sonuçlarına göre; uzaktan çalışanların %73'lük büyük kısmı elektrik, su ve internet maliyetlerinde artış olduğunda hemfikirlerdir. %60'ı ulaşım masraflarında azalma oldu derken, %20'si arttığını, %20'si ise bir değişiklik olmadığını belirtmektedir. Genel olarak ise %31'i masraflarının azaldığını %48'i masrafların azaldığına katılmadığını, %21'i ise bir değişiklik olmadığını söylemektedir.

Altyapı ile ilgili olarak, %78 civarında katılımcı bir altyapı eksikliği olduğuna katılmadıklarını, bunu destekler şekilde %75 civarında katılımcı da mevcut altyapının yeterli olduğunu söylemiştir. Bununla birlikte, eğitimle ilgili maddede, çalışanların %85'i uzaktan çalışma için eğitim almadıklarını belirtmesine rağmen, işverenlerin %40'ından fazlası, uzaktan çalışma için çalışanlarına eğitim verildiğini belirtmişlerdir. Bu sonuçlardan, uzaktan çalışma için teknolojik altyapıda ciddi bir eksiklik olmadığı ve çalışanların teknolojik yeterlilik düzeyinin yeterli olduğu sonucu çıkarılabilmektedir.

%70 ile evden çalışmanın zaman esnekliğinin büyük bir kesim için avantaj olduğu görülmektedir. Bu avantaj, erkekler için %75 düzeyinde iken kadınlar için %56 olarak görülmüştür. İşe gidip gelme süresinden kazanılan zamanın avantaj sağladığını söyleyenler ise %80'lik bir kesimi oluşturmaktadır. Ayrıca %70 katılımcı kirliliğe daha az maruz kaldıklarını belirtmiştir.

Fiziksel ve refah göstergeleri ile ilgili olarak, %57 civarında uzaktan çalışan, evde çalışırken kendilerini daha güvende hissettiklerini belirtmektedir. Bu hususta erkek çalışanlar (%64) ile kadın çalışanlar (%47) arasında bir fark görülmektedir.

Kişisel göstergelerin analizinde, katılımcıların %53'le yarısından fazlası evde dikkatini dağıtacak etkenler olduğunu belirtmektedir. Kadın katılımcılarda veya çocuksuz katılımcıların her ikisinde de %46 oranı ile bu etkilerin biraz daha düşük olduğu görülmektedir. Yine %55 katılımcı evde çalışırken işyerine göre daha az rahatsız olduğunu, %28 ise daha fazla rahatsız olduğunu belirtmektedir.

%49 katılımcı verimliliklerinin ve iş kalitesinin arttığını, %51 ise bir artış veya değişme olmadığını söylemektedir. Evdeyken işe odaklanmada %25'lik kesim güçlük çekerken, %14 evden çalışmaya uyum sağlayamadığını, %45 işe gitmeyi sıklıkla özlediğini, %28 ise ofise dönmeyi neredeyse hiç istemediğini belirtmektedir.

Uzaktan çalışma sayesinde daha motive olduğunu belirten %38'e karşılık %62'lik kesim motivasyonlarında bir artış veya değişme olmadığını söylemektedir. Cinsiyetlere göre dağılımda ise motivasyonlarının yükseldiğini belirten erkek katılımcıların oranı %44, kadın katılımcıların ise %25 düzeyindedir. Çalışan sayısı 500 üzerinde olan şirketlerin çalışanlarındaki motivasyon artışının ise %50'nin üzerinde olduğu görülmektedir. Çalışan sayısı 500'den az olan şirketlerde ise bu oran %25 civarında seyretmektedir.

Mesleki göstergelerle ilgili olarak, uzaktan çalışmadan sonra kariyer gelişiminin daha zor hale geldiğini düşünen %29 ve işyerinde tanınırlıklarının azaldığını düşünen %35 katılımcı gözlemlemek önemlidir. %21 civarında katılımcı uzaktan çalışma nedeniyle şirket organizasyonunda değişiklikler olduğunu belirtmiştir.

Ayrıca, %19'u iş arkadaşlarından destek alamadıklarını, %37'si evden çalışanların daha fazla gözetim altında olduğunu, %9'u uzaktan çalışma sonrasında statülerini kaybettiklerini algılıyor ve %26'sı kötü değerlendirmeden korkuyor. Bunlar çok yüksek rakamlar gibi görülmeyebilir fakat evden çalışanlar için destek mekanizmaları oluşturmak gerektiğini gösteren bulgulardır.

Psikolojik göstergelerde ise %51 sosyal yaşamlarının engellendiğini, %38 iş ve aile yaşamı arasında bir çatışma olduğunu düşündüklerini göstermiştir.

Ankette yöneticilerin %71'inden fazlası ofis/çalışma alanı maliyetlerinde düşüş gözlemlediklerini ve yaklaşık %70'i maliyetlerde azalma olduğunu belirtirken, sadece %17'lik kısmı uzaktan çalışmayı uygulamada zorluklar yaşadıklarını bildirmiştir. Yöneticilerin %65'i organizasyon yapısında herhangi bir değişiklik olmadığını, %77'si ise uzaktan çalışma için gerekli altyapının zaten mevcut olduğunu belirtmiştir.

Avantajlar ve dezavantajlar ile ilgili olarak, yöneticilerin %49'u evden çalışanların görevleri organize etmekte özgür olduğuna inanıyor, %52'si evden çalışma ile motive olduklarını ve %60'ı iş ilişkilerinde esnekliğe sahip olduklarını söylemiştir. Öte yandan, yöneticilerin %38'i uzaktan çalışanların kurum içindeki mesleki gelişimlerinin yavaşladığını, %59'u iş arkadaşları tarafından tanınmadıklarını düşünüyor. Ayrıca, %45'i, evden çalışma programında engelli hiçbir çalışan bulunmadığına da işaret etmiştir.

Denetim ve değerlendirmeye ilgili olarak, yöneticilerin %61'i tele-çalışanların hedeflere göre yönetildiğini ve %43'ünün daha üretken olduğunu düşünüyor. Bununla birlikte, %41'i evden çalışanları kontrol etmekte ve denetlemekte güçlükler yaşadığını belirtmiştir.

Bu sonuçlara ek olarak, yöneticilerin %65'i bazı insanların uzaktan/evden çalışmaya uygun olmadığını, %6,9'u ise psikolojik sorunların olduğu vakalar bildirmiştir. %30 civarında yönetici ise şu anda ciddi boyutta olmasa da psikolojik sorunlar gözlemlediklerini belirtmişlerdir. Bu durum, evden çalışanların fiziksel ve zihinsel sağlıkları ile ilgili endişeyi ortaya çıkarmaktadır.

### Araştırma Sonucu

Sonuçlar, evden çalışanların temel avantajlarının, işe gidip gelme zamanından kazanç, ulaşım masraflarında azalma, evde daha güvende hissetme, kirliliğe daha az maruz kalma, mahremiyet, aileyle daha fazla etkileşim ve yaşam kalitesinin artması olduğunu düşündüklerini göstermektedir. Mesleki faaliyet ile ilgili hususlarda, özerklik, motivasyon, üretkenlik, esnek saatler ve iş kalitesi kazanç olarak kabul edilmiştir.

Öte yandan, bu araştırmanın olumsuz bulguları, şirket ile bağlantı kaybı, izolasyon, iletişim eksikliği, kötü değerlendirme ve tanınmama korkusu, kariyer gelişimin aksamaması gibi dezavantajlara işaret etmektedir. Ayrıca ev işlerinin ve ortamının iş performansını engelleyebileceği gözlemlenmiştir.

Araştırmanın yöneticiler tarafından yanıtlanan kısmında, maliyet azaltması, motivasyon ve üretkenlik artışı, esneklik kazanımı, değerlendirmelerin daha net şekilde hedeflerle ölçülerek yapılması uzaktan çalışmanın avantajları olarak belirlenmiştir. Dezavantajlar ise, evden çalışanın iletişim ve denetimindeki zorluklar, uyum sağlayamayan çalışanlar ve psikolojik sorunlar görülmektedir.

Yavuz Cengiz

# 2021 için İnternet Öngörüler ve Dijital Dönüşüm

2020 yılı pek çok açıdan benzeri görülmemiş bir yıl oldu. Her sektör ve ülke pandemiden etkilenirken profesyonel ve sosyal anlamda da küresel olarak pek çok şey değişti. Bu değişikliklerin çoğunun hayatımızda kalıcı olarak yer edineceği yönündeki genel görüşe ek olarak kimileri ise Koronavirüs'ün zaten var olan değişim trendini daha da hızlandırmaya vesile olduğunu ifade ediyor.

Koronavirüs, bireylerin nasıl düşündüğünü, onlar için neyin önemli olduğunu, nelerin öncelikler arasında yer aldığını ve çalışma şeklini değiştirirse de işteki başarı ve tatminin aynı seviyede nasıl tutabileceğinin sorgulamasına da sebep oldu.

Bu dönemde "dijitalleşme" sıkça duyduğumuz bir tabir olmaya başladı. Şirketler "dijitalleşme"yi merkezlerine alırken bu konuların başında; bulut ve İnternet Servis Sağlayıcıları için 2021'de nelerin önemli olacağı ve Covid-19'un getirdiği dijitalleşme ivmesinin gelecekte nasıl şekilleneceği oldu.

İnternet Değişim Noktası DE-CIX Frankfurt'ta Teknoloji Bölümü Başkanı olarak görev yapan Dr. Thomas King, bağlantının ve birbirine bağlı olmanın 2021'deki geleceği üzerine görüşlerini paylaştı.

Bulut bağlantı veya yükselişte olan bulut olarak da bilinen özel bulut bağlantıların, sektör için hâlihazırda önemli bir konu olduğunu ve bu konunun 2021'de daha da ivme kazanacağını belirtti. 2021'de, bir İnternet bağlantısının neler sunabilmesi gerektiğine dair geliştirilen spesifik fikirlerin bir parçası olarak, dayanıklılık odağının daha ön planda olacağını ve günümüzde güvenlik, veri yönetimi ve son kullanıcı deneyiminin giderek artan oranda şirketlerin gündem maddeleri olmaya başladığını ilettili.

"Otomotiv sektöründe şirketler, kendi iç yetkinliklerini geliştirmeye çoktan başladı. Bir otomobilin dijital hizmetleri - trafik sıkışıklığı uyarıları, yazılım güncellemeleri yoluyla aracın düzenli olarak yükseltilmesi ve kullanıcı merkezli uygulamalar gibi - tüketiciler için kısa süre içinde şasinin kendisi kadar önemli olacak. Bu nedenle, otomobil üreticileri, sürekli olarak yüksek kaliteyi garanti etmek için bir kez daha ağ bağlantılarını kontrol etmeye odaklanıyorlar." diyerek tıpkı otomotiv sektörü gibi, diğer birçok sektörün de 2021 yılında aynı süreçten geçeceğini ve birbirine bağlı olmanın temel bir yetkinlik haline geleceğini öngörüyor.

Evden çalışmanın ve video konferans sistemlerini kullanmanın artık bir standart hale geldiğini ve bu yıl, bulut sistemlerinin ofis ve işbirliği çözümlerinde büyük bir büyüme yaşandığını belirten Dr. Thomas King, bu eğilimin, geçen yıl olduğu kadar yoğun olmasa da 2021 yılında da devam edeceğini öngörüyor.

"2020'nin ilk yarısında, planlanan birçok yatırım öne çekildi. Altyapı ve dijitalleşme gündemi belirledi. Artan trafik başa çıkmak için büyük miktarda bant genişliği eklemeleri yapıldı. "Yeni Normal'deki yaşam, insanlar ofise dönmeye başlasa bile, odak noktasının dijital altyapıları genişletmeye devam etmesi yönünde tasarlandı. 2020'de dijitalleşme adına çok şey yapıldı ancak bazı yatırımların 2021'in ikinci yarısına kadar geri çekilmesi de beklentiler arasında." diyor ve 5G'nin 2021'de kitlelerin kullanımı için uygun olacağını, altyapı alanında bir sıçrama görüleceğini, mevcut trendlerin artarak devam edeceğini öngördüğünü ifade ediyor.

2020 yılında hayatımıza giren Covid-19'un kalıcı nitelikte olabilecek etkilerine değinen Zoom CIO'su Harry Moseley ise 2021 yılı kapsamında eğitim, sağlık, finans ve eğlence alanlarındaki öngörülerini paylaştı. 2021 beklentilerinden bahseden ve 2020 yılının zorlu koşullarını hatırlatan Zoom CIO'su Harry Moseley, eğitimden sağlık hizmetlerine, perakendeye, finansal hizmetlere ve profesyonel hizmetlere kadar her şeyin değiştiğini, insanların "dijital dönüşüm"ün ne olduğunu gerçek anlamda bu süreçte anladığını ifade ediyor.

Moseley, 2020 yılında uzaktan eğitim konseptinin hızlı ve son derece keskin bir şekilde önem kazandığını vurguluyor. Öğretme ve öğrenme eylemleri tamamen değişirken, ortaya çıkan hibrit modelin artık tamamen kalıcı olacağını; muayene, kontroller ve diğer sağlık hizmetleri için bir uzman doktorla bağlantı kurmak ve görüşmek de değişime uğrayan olgular arasında olduğunu belirtiyor.

Seyahat, etkinlikler, perakende sektörü ve eğlence gibi alanlarda da geçtiğimiz yıllara göre ciddi değişimler görüleceğini belirtiyor.

2000'lerin başında İnternet dünyasında inanılmaz bir inovasyon hızı görebiliyorduk. Belki de 2021'de bu zorunlu hız yeniden yaşanabilir ve Covid-19'un getirdiği ivme, geçiş dönemi yaşayan pazarı yeni yeniliklerle en iyi şekilde beslemek için bir fırsat olabilir.

Kaynaklar: <https://pazarlamasyon.com/zoomdan-2021-ongoruleri/>  
<https://www.hurriyet.com.tr/teknoloji/2021-icin-internet-ongoruleri-41702348>

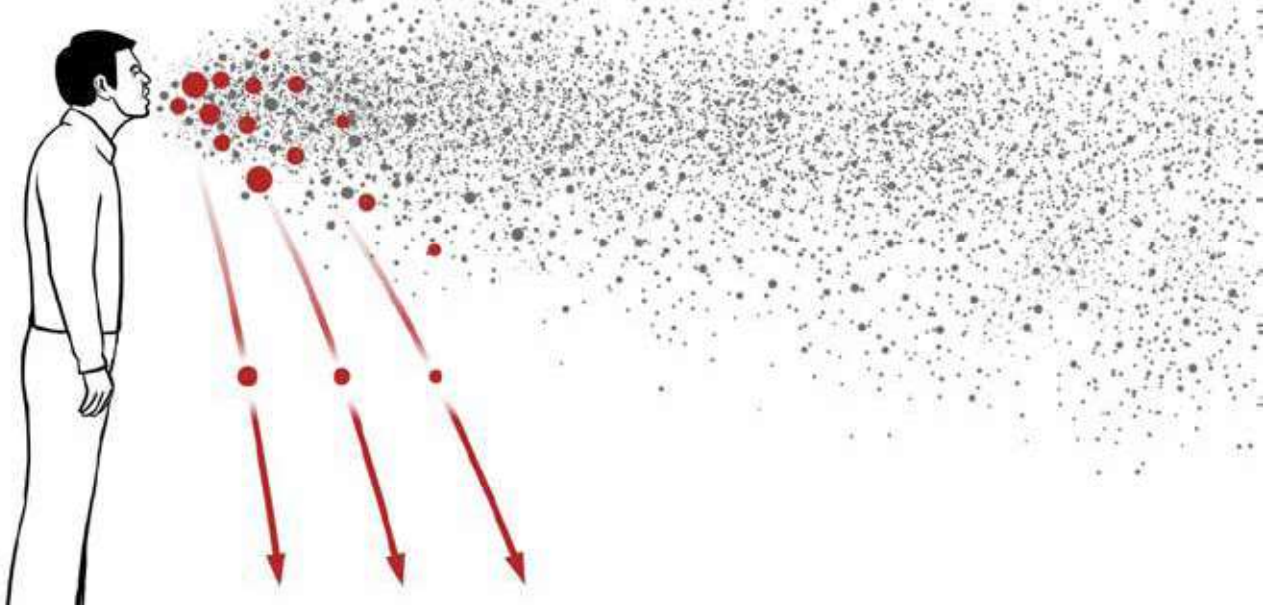
Merve Öktem

# E-Posta Kullanımı İçin Önemli Hatırlatmalar

1. Öncelikle e-posta göndermenin gerçekten gerekli olup olmadığına karar verilmelidir. İstatistikler, işyeri e-postalarının %15'inin gereksiz olduğunu göstermektedir.
2. E-postaların kimden geldiğine dikkat edilmeli, sadece görünen isim değil e-posta adresinin doğru olduğu da teyit edilmelidir. Gönderenin kim olduğu bilinmeyen iletilere şüphe ile yaklaşılmalı, mümkünse açılmadan silinmelidir. Bu tarz iletiler, çalıştığınız kurumun sistemlerine zarar verebilecek kodlar içeriyor veya virüs taşıyor olabilirler.
3. İletilerin konu bölümünde mutlaka anlamlı bir başlık bulunmalıdır. Örneğin "toplantı" başlığı yerine, eğer toplantı iptal ediliyorsa "31.12.2021 tarihli toplantının iptali" gibi bir başlık konulabilir.
4. Birden çok kişiye gönderilen iletilerde, gerçek muhatap "To" bölümüne yazılmalı, sadece bilgi verilecekler "CC" bölümüne yazılmalıdır. Alıcı veya bilgi verilecekler kısmında mümkün olduğunca çok fazla kişi eklenmemeli, kişilerin gerçekten ilgili olma durumuna bakılmalıdır.
5. İleti birden fazla kişiye gönderiliyor ve bu farklı kişilerin birbirlerinden haberdar olmaları istenmiyorsa "To" veya "CC" kısmı yerine "BCC" kısmı kullanılmalıdır.
6. İleti mümkün olduğunca kısa tutulmalı ve öz bir anlatım tercih edilmelidir.
7. Kişileri kışkırtıcı, onur kırıcı, kutsal inançlara saldıran, ırkçı, karalayıcı, müstehcen ya da benzeri mesajlar gönderilmemelidir.
8. Muhatabın kim olduğu fark etmeksizin yazışmaların tamamında saygılı üslup kullanılmalı, talep ve isteklerde nazik olunmalıdır. Bkz. "Ek(3) 16.2-BIM042 Yazışmalarda Hitap Şekilleri"
9. Gün içerisinde sürekli mesajlaştığınız kişilere, her mesaj gönderiminde selamlama ya da vedalaşma sözleri eklenmemeye özen gösterilmelidir.
10. Mesaj içerisinde yazılabilecek metinler için ayrıca Word dosyaları kullanılmamalıdır.
11. İletiyeye karşılık (Reply) vermek istediğinizde, gereksiz veya ilgisi olmayan/kalmayan adresler çıkarılmalı ve gerekmiyor ise orijinal ileti silinmelidir.
12. İletilerde "Urgent" (acil) ibaresi ve işaretleme seçeneği çok gerekli olmadıkça kullanılmamalıdır.
13. "Read Receipt" (okunmuşluk kontrolü) kontrolü gelişi güzel kullanılmamalı, metnin önemi ve pozisyonu dikkate alınarak değerlendirme yapılmalıdır.
14. Zincir mesajlar yönlendirilmemelidir (Örn. "Bu mesajı x kadar kişiye gönderirseniz y gün sonra bir dileğiniz gerçekleşecek" türünde yazılar içeren mesajlar. Şakalar, resimler vb.).
15. Göndermiş olduğunuz e-postaların çeşitli ağ yapılarından geçtiğini ve kolaylıkla başka yerlere yönlendirme yapılabileceği unutulmamalıdır. Mesajlarınızdaki içeriğin çalıştığınız kurum için herhangi bir sorun teşkil etmeyeceğinden emin olmalı ya da daha güvenli bir yol tercih etmelisiniz.
16. İşinizle ilgili olmayan ya da çalıştığınız kurumun onaylamadığı e-posta gruplarına üye olmayınız.
17. Çok acil olmadıkça büyük boyutlu dosyalar, görseller içeren iletiler gönderilmemelidir. Genel olarak, MB boyutundaki dosyalar büyük sayılır. Pek çok e-posta sistemi büyük dosyaları kabul etmez. Büyük dosyalar mail kotanızı da doldurarak mesaj göndermenize engel oluşturabilir.
18. Uzaktan erişimde kullanılan bilgisayarlarda güncel antivirüs yazılımı aktif olduğundan emin olunmalıdır.
19. "16.2-BIM012 Şifre Yönetimi" prosedürüne uygun, güçlü şifre kullanılmalıdır.
20. Şifreler periyodik olarak ve başkası tarafından öğrenildiği şüphesi varsa değiştirilmelidir.
21. Şifreler kimseyle kesinlikle paylaşılmamalı ve bir yere not edilmemelidir.
22. Zorunlu olmadıkça, şirket dışındayken e-postaların ve eklerinin çıktısı alınmamalıdır. Çıktı alınması durumunda güvenli bir şekilde muhafaza edilmeli veya küçük parçalar halinde yırtılarak imha edilmelidir.
23. Zorunlu olmadıkça şirket dışındayken e-postanın ekleri açılmamalıdır.
24. Şirket dışındayken e-postalara erişim, mümkünse yalnızken veya ekranı görebilecek kimse yokken yapılmalıdır.
25. Gizlilik derecesi yüksek bilgiler e-posta ile gönderilmemelidir.

Bilgi İşlem Müdürlüğü

# Konuşma Terapistinin Gözünden Covid-19'un Konuşma ile Yayılmı



Birçok araştırmacı 2019 sonlarında tespit edilen ve kademeli olarak yayılmaya başlayan Covid-19 hastalığının nasıl bulaştığı ve bu bulaşmayı nasıl engelleyebileceklerine dair çalışmalar yürüttüler. Örneğin araştırmacılar, 40°C'nin üstündeki sıcaklıkların ve uygun havalandırmanın virüsün gelişmesine, çoğalmasına ve bulaşmasına engel olabileceğini ancak ortam neminin taşınım için etkisiz olduğunu buldular.

Hastalık etkenini bulaştırmanın ana yollarından biri hapşırma veya öksürme hatta nefes alma sırasında damlacıklar aracılığı ile virüsü yaymaktır. Bu sebepten dolayı, konuşma ile ilgili bazı faktörlerin, virüsün bulaşma riskini konuşma esnasında artırdığı tespit edilmiştir.

Konuşma terapisti perspektifinden Covid-19'un konuşma yolu ile taşınmasına dair bir çalışma yapılmıştır. Çalışmada bu faktörler üç kategoride incelenmektedir:

## 1-KONUŞMACILARIN PSİKODİBİLİMSSEL FAKTÖRLERİ

Normalden hızlı, yüksek enerjili ve yüksek sesli konuşmalarda p, t, k gibi yüksek basınçlı, patlamalı seslerin üretiminde konuşma artikülasyonlarının (konuşma seslerinin üretilmesinde dudak, çene, dil vb. gibi sorumlu yapılar) abartılı kullanılması sebebiyle partikül ve damlacıklar ağızdan daha uzağa sıçrayabilir.

## 2-ANATOMİK TABANLI KONUŞMA BOZUKLUKLARI

Ön diş eksikliği, kusurlu çene yapısı, dudak ve damak yarıklıkları gibi ağız yüz anormallikleri olan veya protez ve diş ortodontisi gibi oral destek cihazları takanlar, konuşma esnasında dudakların veya diğer artikülasyonların kapanmaması nedeniyle normal kişilere göre ağızlarından ilgili virüsü içeren damlacıkların fırlatılma riski daha yüksektir.

## 3-FONKSİYONEL TEMELLİ KONUŞMA BOZUKLUKLARI

Sürtünmeli s, z gibi harflerin çıkışı esnasında dudaklar ve ekstra hava odası arasındaki boşluğun açılması nedeniyle lisp konuşma bozukluğu (Ünsüz harflerin telaffuz yetersizliği) olan kişilerde ayrıca kekemeliğe sahip olan kişilerde Covid-19 içeren damlacıkların fırlatılma riski daha yüksektir.

Bu nedenle konuşma terapisi Covid-19'un kişiler arasındaki yayılımının belirlenmesini ve azaltılmasını sağlamak için önemli bir role sahiptir.

Ayrıca tüm bu bilgiler ışığında sosyal mesafe ve maskenin ne kadar önemli olduğu bir kez daha görülmektedir.

Kaynak: LAbMedya Dergisi Mart-Nisan sayısı

Elif Uzun Duru



# VİRÜSTEN KORUNMAK ELİMİZDE



ÖKSÜRME VE HAPŞIRMA  
SIRASINDA AĞIZ VE BURUN  
TEK KULLANIMLIK KAĞIT  
MENDİLLE KAPATILMALIDIR.  
MENDİL YOKSA DIRSEĞİN İÇ  
KISMI KULLANILMALIDIR.



TOKALAŞMA VE  
SARILMA GİBİ  
YAKIN TEMASTAN  
KAÇINILMALIDIR.



KALABALIK  
ORTAMLARDAN  
OLABİLDİĞİNCE UZAK  
DURULMALIDIR.



KİRLİ ELLERLE AĞIZ,  
BURUN VE GÖZLERE  
DOKUNULMAMALIDIR.



ELLER EN AZ 20 SANİYE  
SÜREYLE SU VE NORMAL  
SABUNLA YIKANMALIDIR.



SU VE SABUN OLMADIĞI  
DURUMLARDA ALKOL  
İÇERİKLİ EL ANTİSEPTİĞİ  
KULLANILMALIDIR.



## 9 Şubat Dünya Sigarayı Bırakma Günü

Dünya Sağlık Örgütü tarafından tütün mücadelesi kapsamında 1987 yılından bu yana 9 Şubat, Dünya Sigarayı Bırakma Günü olarak anılıyor. Her sene 9 Şubat'ta toplumsal farkındalık oluşturmak için çeşitli etkinlikler düzenlenerek, bilgilendirme amaçlı çalışmalar yapılmaktadır.

İlk defa sigara deneyen her üç kişiden birinin bağımlı olduğunu söyleyen Uzm. Dr. Ali Tunç, "Bu bağımlılığı sigaranın içindeki nikotin yapmaktadır. Sigara sayısı ve içim süresi arttıkça bağımlılık artmakta ve zararlı etkileri de zaman içinde belirginleşmektedir. Erkeklerde kanser ölümlerinin yüzde 35'i, kadınlarda yüzde 15'i sigara nedeni ile oluşmaktadır. Sigara içimi ile vücutta hemen hemen etkilenmeyen organ ve doku yok gibidir. Sigaranın alım yolu olan dudak, ağız, dil, gırtlak, akciğerler ile kalp ve dolaşım sistemi olmak üzere tüm organlarda hasar bırakabilmektedir. Erkeklerde tüm kanser ölümlerinin yüzde 35'i, kadınlarda yüzde 15'i sigara nedeni ile oluşmaktadır. Kadınlarda sigara içme oranının giderek artması gittikçe bu farkı kadın lehine artırmaktadır. İnsanlarda görülen en ölümcül kanser olan akciğer kanserinin yüzde 90 sebebi sigara kullanımıdır. Ayrıca ağız, dil, gırtlak, yutak, yemek borusu, pankreas, böbrek, mesane, prostat kanseri gibi hastalıkların riski sigara ile 30 kat artmaktadır".

Uzm. Dr. Ali Tunç, sigaranın zararlarıyla ilgili açıklamalarda bulundu. Sigara ve tütün bağımlılığının ne yazık ki tüm dünyada ciddi bir halk sağlığı sorunu olduğunu söyleyen Dr. Tunç, "Dünyada yıllık 5 milyon ölüm, ülkemizde de en az 100 bin ölüm sigaraya bağlı hastalıklar sebebi ile oluşmaktadır" dedi.

Sigaranın akciğerlerdeki KOAH hastalığı sebebi olduğunu söyleyen Dr. Tunç, "Kalp krizi riskini 10 kat artırır. Damarlarda sertleşme yapar, beyin damarlarını tıkayarak inme (felç) riskini belirgin artırır. Peki zararları bu kadar açık ortadayken, hatta sigara nedeni ile KOAH hastası olmuş, yaşam kalitesi oldukça düşmüş insanlar bile neden hala sigara içmeye devam etmektedir? İşte burada devreye; sigarayı bıraktıktan sonra ortaya çıkan bazı nikotin yoksunluk belirtileri (huzursuzluk, sinirlilik, konsantrasyon güçlüğü, ağız boğaz kuruluğu vb.) girmektedir. Sigarayı bırakma aşamasındaki zorlanma kişilik yapısı veya iradesizlik olarak algılanmamalıdır. Bu durumu tedavi edilmesi gereken bir hastalık olarak kabul etmek gerekir." diye konuştu.

Dr. Tunç, sigara bağımlısının bırakmaya karar verdiğinde kendi başına zorlanıyorsa bir hekimden yardım alması gerektiğini söyleyerek, "Hekim kişiye uygun nikotin replasman tedavisi, ağız yolu ile alınan bazı medikal ilaçlar ve gerektiğinde de psikolojik destek sağlayabilir" dedi.

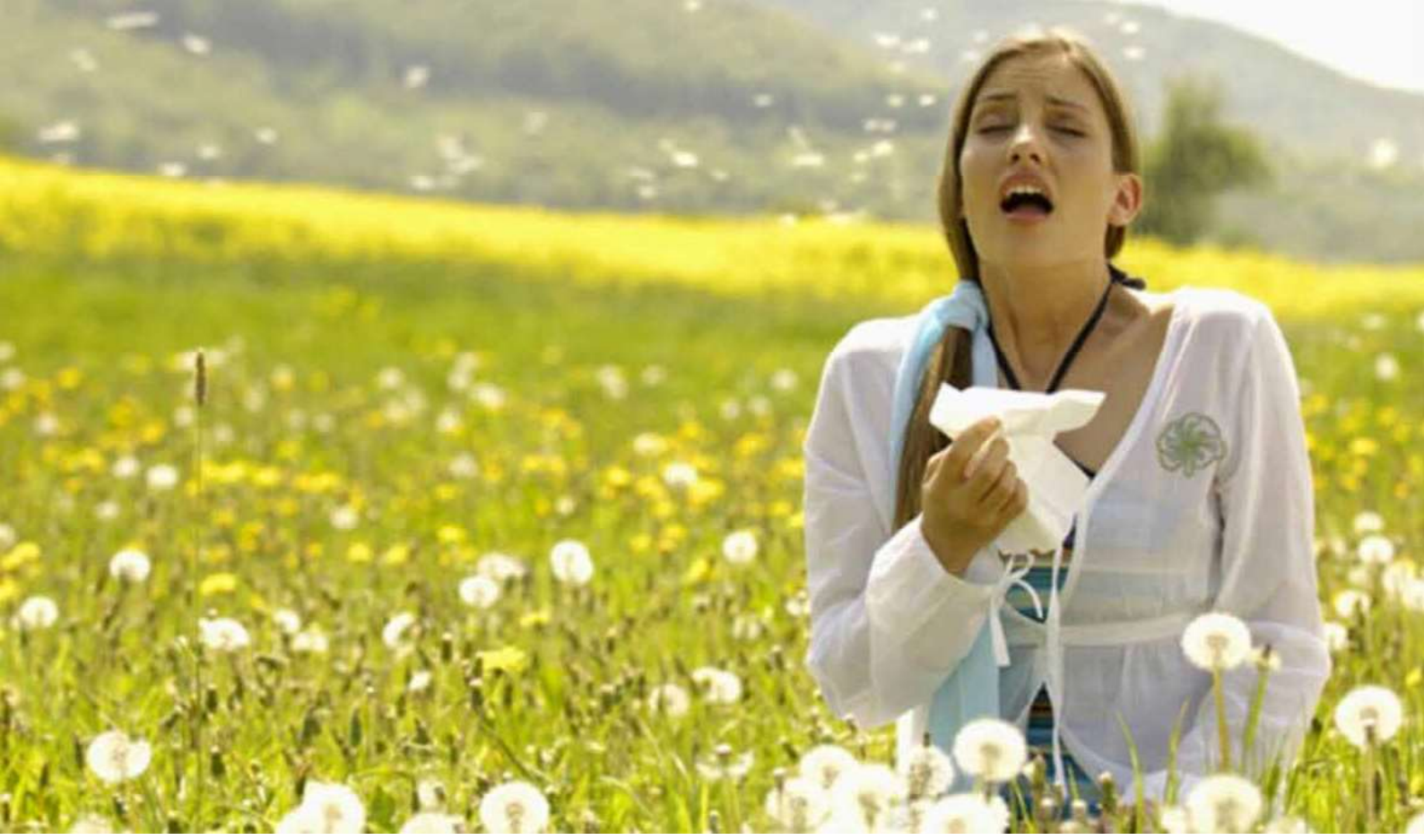
Dr. Tunç, sigara bırakmak isteyenlere şu tavsiyelerde bulundu:

"Kişinin sigarayı bırakmak için özel bir gün belirlemesi yardımcı olabilir. Sigarayı bıraktıktan sonra hatırlatıcı eşya (çakmak, kül tablası) ve ortamlardan uzak durması gerekir. Bol sıvı tüketilmesi, egzersiz ve doğa yürüyüşleri faydalı olacaktır. Ertelenen uğraşa veya hobilere yeniden başlanabilir veya yeni hobi edinilebilir. Aileden ve çevreden destek alınabilir. Zaman zaman oluşacak ani sigara içme krizleri için derin nefes egzersizleri, çiğ sebze ve meyve tüketimi, duş alımı uygulanabilir. Sigara bırakılması ile oluşacak iştah artışı ve kilo alımı kişiyi korkutmamalıdır. Unlu ve yüksek kalorili yiyecek ve içecekler yerine daha hafif olanlar tercih edilmelidir. Sigara bırakıldığında artık yeniden başlamam diyerek tek bir sigara içimi bile denenmemelidir. Zorlanma aşamasında sigarayı bıraktıktan sonra vücutta oluşacak olumlu etkileri düşünerek kararlılık artırılabilir ve bu durum kişiye güç verir. Elektronik sigara veya ısıtılmış tütün ürünleri bir sigara bırakma yöntemi değildir. Çünkü bunların içinde de nikotin bulunduğundan bağımlılığı devam ettirmektedir. Ayrıca içinde ağır metaller, nitrozamin, polisiklik hidrokarbonlar gibi çok sayıda zararlı madde bulunmaktadır".

Kaynakça

<https://www.sozcu.com.tr/2021/saglik/9-subat-dunya-sigarayi-birakma-gunu-kanser-olumlerinin-yuzde-35i-sigaradan-6251060/>

İnsan Kaynakları Müdürlüğü



## Bahar Nezlesi

Alerji, vücudumuzun koruma sistemi olarak kabul edilen bağışıklık sisteminin farklı alerjenlerle karşılaşması sonucunda verdiği aşırı duyarlı tepkilerin adıdır.

Alerji, gözde olursa konjonktivit, üst solunum yollarında olursa alerjik rinit, akciğerde olursa astım, ciltte olursa ürtiker veya egzema denir.

Bahar nezlesinde genetik yatkınlık ve çevresel faktörler rol oynar. Alerjiyi başlatan maddeye alerjen denir. Polen, hayvan tüyü, küf, ilaçlar, gıda, ev tozları en sık alerjen nedenleri olup, özellikle bahar mevsiminde ortaya çıkar.

Ailede alerji öyküsünün olması, hava kirliliği, ev içinde hayvan beslenmesi, evde sigara içmek, bebeğin 1 yaşından önce yapay mamalarla beslenmesi alerji riskini artıran faktörlerden birkaçıdır.

Bahar alerjisinde burun ve kulak tıkanıklığı, kaşıntı, şişmiş ve sulu gözler, gözde ve burunda akıntı, arka arkaya hapşıрма, solunum güçlüğü ve ciltte döküntüler en sık rastlanan belirtilerdir.

Alerjik bir genetik yapıya sahip bireylerin bahar aylarında alerjenlerden uzak durması gerekir. Tozlu ortamlara girmemek, polenlerin yoğun olduğu saatlerde evi havalandırmamak, tütün ürünleri içmemek, güneşli havada koruyucu (şapka, gözlük, şemsiye) kullanmak ve sağlıklı beslenmek gerekir. Otomobil ve ev işlerindeki klimaların filtreleri değiştirilmeli, evcil hayvanlardan uzak durulmalıdır.

Tedavi için ise öncelikle yaşam tarzı değişiklikleri önerilmelidir. Doktor tavsiyesine göre kortizon ve antihistaminik ilaçlar kullanılabilir. Bu ilaçlarda hastalığın durumuna göre doğru doz ve süre çok önemlidir. Ayrıca ergenlik yaşına kadar bahar alerjisi aşısı da diğer bir tedavi yöntemidir. Aşılar ile vücudun ilgili alerjene karşı direnci artırılabilir.

Dr. Cüneyt Göncer

# Kişisel Verilerin Korunması Kanunu

## Sözcük Avı Bulmacası

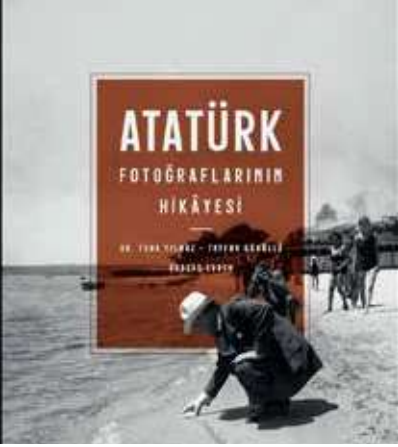
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| B | İ | Y | O | M | E | T | R | İ | K | N | L | U | G | E | N | E | T | İ | K | G | E |
| A | F | U | K | İ | Ş | İ | S | E | L | K | A | H | F | İ | V | İ | A | H | T | Ç | U |
| Ç | E | A | N | Ö | O | Y | D | İ | B | T | O | Ö | Y | Ç | İ | V | İ | G | E | L | H |
| C | U | L | H | Ö | G | İ | A | K | U | C | E | H | F | Ö | S | Ö | Ş | İ | L | K | İ |
| K | Ü | L | T | Ü | R | E | L | K | U | C | K | O | A | V | İ | O | L | A | E | H | L |
| M | Ü | Ş | T | E | R | İ | L | E | R | E | H | Ö | L | I | M | D | E | H | F | U | E |
| Ç | A | L | İ | Ş | A | N | L | A | R | N | Ö | V | A | Ç | E | İ | Y | G | O | İ | T |
| E | F | U | Y | İ | G | E | R | Ç | E | K | İ | T | D | İ | C | N | E | T | N | U | İ |
| C | O | A | Ö | G | L | A | L | D | T | O | V | A | C | T | A | Y | N | Ö | Y | Ü | Ş |
| D | U | I | T | İ | Y | O | E | N | Ö | Y | F | K | A | İ | D | B | N | A | K | D | İ |
| K | A | M | E | R | A | V | K | G | L | H | U | M | T | Ç | R | İ | Ö | H | İ | U | M |
| O | F | Ö | İ | G | C | A | K | N | A | Y | Ü | A | T | Ç | E | Ç | O | N | E | H | İ |
| L | M | A | A | Ş | V | G | E | A | K | İ | F | L | N | İ | S | Ü | N | A | K | Ü | F |

Cümlelerdeki büyük harfle yazılmış olan kelimeler, bulmacanın içine gizlenmiştir. Aranacak kelimeler, yukarıdan aşağıya veya soldan sağa dizilmişlerdir.

1. Avrupa Birliği'ne uyum kapsamında hazırlanan KİŞİSEL Verilerin Korunması Kanunu, 7 Nisan 2016 tarih ve 29677 sayılı Resmî Gazete'de yayımlanarak yürürlüğe girmiştir.
2. Kişisel veri, kimliği belirli veya belirlenebilir GERÇEK kişiye ilişkin her türlü bilgiyi ifade etmektedir.
3. İSİM, ADRES ve TELEFON numarası en bilinen kişisel verilerdir.
4. Fiziksel özellikler ya da kişinin fiziksel özelliklerinin açıkça seçilebildiği KAMERA kayıtları kişisel verilerdir.
5. Referans numaraları ya da aylık MAAŞ bilgisi gibi daha dolaylı bilgiler kişiyi tanımlamada kullanılabileceği için kişisel veri olarak nitelendirilir. Ayrıca, ekonomik ve KÜLTÜREL bilgiler de kişisel bilgiler sınıfına girer.
6. TAKMA isimler tek başına veya başka kaynaklarla birleştirildiğinde kişiyi tanımlamayı sağlayabilecek nitelikte ise bu tarz veriler kişisel veri olarak kabul edilir.
7. Özel nitelikli kişisel veriler; kişilerin ırkı, etnik kökeni, siyasi düşüncesi, felsefi inancı, dini, mezhebi veya diğer inançları, kılık ve kıyafeti, dernek, vakıf ya da sendika üyeliği, sağlığı, cinsel hayatı, ceza mahkûmiyeti ve güvenlik tedbirleriyle ilgili verileri ile BİYOMETRİK ve GENETİK verilerdir.
8. "Veri Sahibi" veride tanımlanan kişisel verisi işlenen gerçek kişidir. Veri sahibi; MÜŞTERİLER, ÇALIŞANLAR, tüccarlar ve ortaklar gibi bilgilerin tanımladığı yaşayan herhangi birisi olabilir.
9. Veri işleyen, veri sorumlusu adına verileri İŞLEYEN kişi ya da kişilerdir. Örneğin, bir online pazarlama şirketinde, e-posta gönderen kişiler veri işleyen iken şirket veri sorumlusudur.
10. İrtibat kişisi veri sorumlusu tarafından atanan, veri sorumlusu ile ilgili kişi veya Kişisel Verileri Koruma Kurumu arasındaki İLETİŞİMİ sağlayan gerçek kişidir.

# Kültür ve Sanat Haberleri

## Atatürk Fotoğraflarının Hikâyesi - 10 Kasım 2020 - 31 Mayıs 2021



“Atatürk Fotoğraflarının Hikâyesi” Sergisi 10 Kasım 2020’de Taksim Cumhuriyet Sanat Galerisi’nde açılmıştır. Fotoğraflar, orijinal objeler ve fotoğraf makineleri izleyenleri tarihte bir yolculuğa çıkartmaktadır. Atatürk Fotoğraflarının Hikâyesini bilmek, görmek istiyorsanız bu sergiyi kaçırmayın.

<https://www.theasys.io/viewer/PEsIFtKVBGq0VvKiHP0UcyndHAvaA3/>

## “Bir Zamanlar Toroslar’da: Sagalassos” – 1 Mart 2021 – 30 Eylül 2021



“Bir Zamanlar Toroslar’da: Sagalassos” Sergisi’nde, prehistorik çağlarda Anadolu’da yaşadığı kanıtlanan ve Burdur yöresinde kalıntılara rastlanan mamut kemiklerinden, Roma İmparatorları Marcus Aurelius ve Hadrian’ın anıtsal boyuttaki heykellerine kadar çok sayıda ve farklı türde tarihi eser yer alıyor. Antik Sagalassos sakinlerinin gündelik ve sosyal yaşamlarını, inanç ritüellerini yansıtan pişmiş toprak figürinler, tanrı, tanrıça ve kahraman heykelleri, Büyük İskender heykelciği, taş aletler, süs eşyaları, pişirme ve yemek kapları başta olmak üzere Sagalassos ve Pisidia Bölgesi’nin farklı dönemlerine tarihlenen ve geçmişe ışık tutan eserler, kronolojik ve tematik bölümler halinde görülebilecek.

Yapı Kredi Kültür Sanat Yayıncılık (YKKSİY) 3D sanal sergi turları başlatan diğer kurumlardan olup, “Bir Zamanlar Toroslar’da: Sagalassos” Sergisi’ni

<https://my.matterport.com/show/?m=JzamAD7w6a6>

linkinden gezebilirsiniz.

## Picasso İstanbul’da – 1 Mart 2021- 30 Eylül 2021



Türkiye’deki sanat sergilerinde önemli bir kırılma noktası olan ve Pablo Picasso’nun tüm dönemlerini kapsayan Picasso İstanbul’da Sergisi’ne Sakıp Sabancı Müzesi’nin web sitesinden ulaşılabilir:

<https://www.sakipsabancimuzesi.org/tr/exhibitions/picasso-istanbulda>

Sergide, Picasso’nun dönemlerine göre ayrılmış eserleri ve onlara dair bilgilendirici metinlerin yanı sıra, Picasso İstanbul’da sergi kataloğundan sanatçının hayatı ile çağına dair ayrıntılı bir kronoloji ve Abidin Dino’nun onunla geçirdiği günlerden sonra kaleme aldığı “Picasso ile Vallauris’te İki Gün” yazısı da yer alıyor.

# Kültür ve Sanat Haberleri

## “Evinizin Kasası İş Bankası Kumbarası” – 1 Mart 2021 – 31 Ağustos 2021



Geçmişten günümüze para biriktirme alışkanlığı kazandıran kumbaranın serüveni, “Evinizin Kasası İş Bankası Kumbarası” adlı sanal sergide izleyicilerle buluşuyor.

Dijital ortamda Türkiye İş Bankası Müzesi içerisinde modellenerek tasarlanan ve 360 derece sanal tur özelliği ile gezilebilen sergi; İş Bankası Kumbaraları, Tasarrufu Teşvik İkramiyeleri, Kumbara Reklamları, Dış Mekân Reklamları, Kumbara ve Çocuk, Sergilerde Kumbara ve Dijital Kumbara başlıklarıyla 7 bölümden oluşuyor.

1928 yılından başlayarak dönemin fotoğrafları ve animasyonlarıyla kumbaranın hikâyesinin anlatıldığı sergi mekânlarında; metinleri dinlemek, videoları izlemek, dergi okuyabilmek ve yapboz gibi oyunlar oynayabilmek de mümkün.

Sergiye <https://www.issanat.com.tr/kumbara> linkinden gezebilirsiniz.

## Bir Yaz Gecesi Rüyası - 18 Mart 2021 - 31 Aralık 2021



Zorlu PSM prodüksiyonu ve Based İstanbul yaratıcı yapımcılığıyla hayata geçirilen ve tiyatronun kült eserlerinin günümüz perspektifinden yorumlandığı kesitleri seyirciyle buluşturan Dijital Sahne, yeni oyunu “Bir Yaz Gecesi Rüyası” ile Zorlu PSM YouTube kanalında devam ediyor.

İbrahim Çiçek uyarlaması ve yönetmenliğinde, tiyatronun kültleşmiş eserlerinden kesitleri görsel hikaye anlatıcılığıyla birleştirilerek dijital dünyaya taşıyan “Dijital Sahne” klasik eserlere modern bir yorum kazandırıyor. Bir Yaz Gecesi Rüyası’nda Selma Ergeç, Selin Şekerci, Ozan Dolunay, Kaan Yıldırım, Meltem Ceylan ve Nejdert Sert kaliteli oyunculuklarıyla ekranları dolduruyor.

<https://www.youtube.com/watch?v=snSvjRkPtEs>

## “Düşlerin Kenti: İstanbul” – 1 Mart 2021- 30 Eylül 2021



Pera Müzesi tarafından erişime açılan, Suna ve İnan Kıraç Vakfı Koleksiyonu’ndan seçilmiş yapıtlarla 17. yüzyıldan 20. yüzyıl başlarına Osmanlı’da Gündelik Yaşam ve İstanbul Manzaraları’nı “Düşlerin Kenti: İstanbul” adlı sanal sergi ile inceleyebilirsiniz.

[https://artsandculture.google.com/exhibit/bgKC\\_XdOhBgDLA?hl=tr](https://artsandculture.google.com/exhibit/bgKC_XdOhBgDLA?hl=tr)  
Linkinden koleksiyona ulaşabilirsiniz.

