

İKAMETGÂH İLMU HABERİ.....	1
NÜFUS CÜZDANI ZAYİNDE .....	1
ÇALINAN KİMLİK KARTLARINIZI VERGİ DAİRESİNE BİLDİRMEYİ UNUTMAYIN .....	1
1 LİRALIK ŞİFREYLE DEVLETTE YAPILABİLECEKLER .....	2
KAZA TUTANAĞI .....	3
KAZA SİGORTASI .....	5
2918 SAYILI TRAFİK KANUNUNU İLE İLGİLİ EK BİLGİ .....	6
TRAFİK CEZALARI .....	7
YENİ TRAFİK YÖNETMELİĞİ .....	7
ARAÇ MUAYENESİNE GİRECEKLER DİKKAT! .....	7
OTOMOBİLİNİZİ TANIYOR MUSUNUZ? .....	9
SAĞANAK YAĞIŞTA ETKİN GÖRÜŞ.....	11
OTOMOBİL SÜRÜCÜLERİNE - HAYAT KURTARAN TEKNİKLER.....	12
YANLIŞ BİLİNENLERİN DOĞRULARI .....	14
YAKIT TÜKETİMİNİ EN AZA İNDİRECEK PÜF NOKTALAR.....	18
ARABANIZA BİNER BİNMEZ DERHAL PENCERELERİ AÇIP ARABANIZI HAVALANDIRIN VE DE KLİMALARI HEMEN AÇMAYIN .....	20
OTOPARKLARDA ARACINIZ ZARAR GÖRÜRSE .....	20
OTOPARK HAKKI... ..	21
TÜKETİCİ ŞİKÂyetLERİ İÇİN.....	21
TÜRKÇE KULLANMA KILAVUZU OLMAYAN ÜRÜNLER İÇİN NE YAPMALIYIM?.....	22
BU KADAR SAF OLMAYIN .....	23
İNTERNET SAZANI OLMAYIN! .....	24
“HTTP://...” VE “HTTPS://...” ARASINDAKİ FARK .....	25
GMAİL YENİ GÜVENLİK ÖNLEMLERİ .....	25
YOU TUBE.....	25
YOU TUBE'A GİRİŞ ENGELİNİ KALDIRIN. ....	26
FACEBOOK KULLANMA KILAVUZU!.....	26
DİALER KORSAN PROGRAMI NASIL ENGELLENİR.....	27
İNTERNETTE BİRİ SİZİ İZLİYOR... ..	28
"ZEDE" UYARISI .....	31
İNTERNET ADRESLERİNDE GÖRÜLEN KISALTMALAR NE ANLAMA GELİR.....	32
BAŞKASININ BORCUNU ÖDEMELİK ZORUNDA KALABİLİRSİNİZ.....	33
KİMLİK FOTOKOPİSİ KULLANIRKEN UYANIKLARA YEM OLMAYIN!.....	34
BİR GÜN KAPINIZ ÇALARSA.....	34
DUR - POLİS - VATANDAŞLIK HAKLARI .....	36
ARSA ALIRKEN .....	37
KONUT ALIRKEN .....	37
İKİNCİ EL ARAÇLARIN SATIŞ, DEVİR VE ALICISI ADINA TESCİL İŞLEMLERİNDE 01.05.2010 DE BAŞLAYAN YENİ UYGULAMA.....	38
İKİNCİ EL OTOMOBİL ALIRKEN DİKKAT .....	40
ALACAĞINIZ 2.EL OTOMOBİLİN HASARI VARSA BİLGİLERİ BİR SMS İLE CEBİNİZDE! .....	40
İŞSİZLİK SİGORTASINA NASIL BAŞVURULUR.....	41
'BİLİNMEYENİ' BİLMEYEN ARAMAYIN .....	42
GSM OPERATÖRLERİNİN SERVİSLERİ.....	42
IMEI .....	42
CEP TELEFONUNUZ KAYBOLURSA.....	43

CEP TELEFONUNUZ ÇALINIRSA.....	43
KAPATMA BAŞKA ŞEY, İPTAL BAŞKA ŞEYMİŞ.....	43
OTOMATİK SANTRALLERDE DAHİLİ NUMARAYI OTOMATİK OLARAK ÇEVİRME.....	44
CEVAPSIZ ARAMAYA GERİ DÖNERKEN DİKKAT .....	44
TURKCELL İSTENMEYEN MESAJLARDAN KURTULMA.....	44
TURKCELL'İLERE "NEREDEYİM" BİLGİSİ.....	45
KAYBOLANIN İMDADINA '112' YETİŞİYOR .....	45
ALO 174.....	46
HABERİN VAR MI?.....	46
YANIĞIN ÜSTÜNE DİREKT BUZ KOYMAYIN.....	46
SOĞUK HAVADA HASTA OLMAMANIN YOLLARI .....	47
HALK İLAÇLARI .....	48
KALORİ YAKMANIN 20 KOLAY YOLU.....	51
GÜVENLİK İÇİN ÖZEL HAYATIMIZDA DİKKAT EDELİM .....	51
SU TÜKETİMİNİZİ NASIL AZALTABİLİRSİNİZ?.....	53
STRESLE BAŞ ETMENİN BASİT YOLLARI .....	54
ELEKTRİK NASIL ÇARPIYOR .....	56
O.R.A.C NEDİR?.....	57
İLGİNÇ DOLANDIRICILIK YÖNTEMLERİ .....	58
KARBONATIN MUCİZELERİ .....	61
AĞIZ VE DİŞ BAKIMINDA 30 HATA.....	61
YASAKLANMIŞ BU İLAÇLARI İÇMEYİN LÜTFEN.....	64
ÇİFT YÖNLÜ AYNALAR.....	65
AKILLI ELEKTRİK SAYAÇLARI HAKKINDA .....	65

## İKAMETGÂH İLMU Haberî

Oturma belgesini (ikametgâh ilmu haberini) artık muhtarlar değil, Nüfus Müdürlükleri veriyor. Adrese dayalı nüfus sayımından sonra, adresinizde bir değişiklik olduysa, muhtardan onaylı 'FORM C' belgesiyle İlçe Nüfus Müdürlüğüne durumu bildirmeniz gerekiyor. Değişiklikler bildirilmez ve durum tespit edilirse ağır para cezaları veriliyor. Nüfus Müdürlüğünde kayıtlı olan adresinizin doğru olup olmadığını kontrol etmeniz yarar var. Çünkü herhangi bir kurumdan oturma belgeniz istendiğinde, bunu Nüfus Müdürlüğünden almak durumundasınız. Alınan bu belgenin geçerlilik süresi 30 (otuz) gündür.

Ayrıntılı bilgiye \*\*<http://www.nvi.gov.tr> adresinden de ulaşabilirsiniz.

## NÜFUS CÜZDANI ZAYİNDE

Nüfus cüzdanını kaybedince vergi dairesine de bildirin...

Nüfus cüzdanını kaybeden veya çaldıran kişilerin emniyetten aldığı tutanak ve birde dilekçe eşliğinde bir vergi dairesine başvurması durumunda kayıp olan nüfusunun bilgisi sicil kayıtlarına alınıyor. Nüfusu eline geçiren bir diğer kişi herhangi bir vergi dairesine gidip şirket açılışı yapmak istese sistem uyarı veriyor. İnsanların ve hatta vergi dairesi çalışanlarının bile pek bilmediği bu konunun ayrıntılarını Gelir İdaresi Başkanlığı resmi sitesinde iç genelgeler bölümünde

**'VERGİ KİMLİK NUMARASI İÇ GENELGESİ SERİ NO:2007/1 de bulabilirsiniz.**

## ÇALINAN KİMLİK KARTLARINIZI VERGİ DAİRESİNE BİLDİRMEYİ UNUTMAYIN

Gündelik hayatta kimlik kartlarımızı kaybetmemiz ya da çaldırmamız durumu ile hemen hemen hepimiz ya da bir yakınımız karşılaşmıştır. Böylesi üzücü durumlarda sığağı sığağına nasıl hareket edeceğimizi tam olarak bilemesek de ilk evvela aklımıza gelen husus hemen en yakın polis karakoluna giderek kayıp / çalıntı bildiriminde bulunmaktır. Ardından da bir gazeteye kayıp/ çalıntı ilanı veririz.

Kimliğimizi kaybettiğimizi bile unuturuz bir zaman sonra ise icra veya haciz memurları kapımıza dayanır. Milyonlarca YTL lik Banka veya Vergi borcumuzu ödemediğimiz için icra takibi yaptıkları söylerler. Maalesef böylesi üzücü olayları medyadan sık sık izlemekteyiz.

Kaybolan kimlik kartlarını ele geçiren dolandırıcılar, bu kimlik kartları ile adımıza şirketler kurmakta, vergi mükellefiyetleri tahsis ettirmekte, bankalardan kredi çekmekte, kredi kartı çıkartmakta, adımıza çek karnesi düzenleyip, senetler imzalamakta, kurdukları şirketler vasıtası ile milyonlarca YTL lik fatura kesip, ömür boyu bir arada göremeyeceğimiz tutarda vergi borcunu adımıza tahakkuk ettirip ortadan kaybolmaktadırlar.

Borçların ödenmemesi üzerine icra takibi başlatan bankalar, vergi daireleri ve 3. Şahıslar alacaklarını tahsil etmek için kimlik bilgilerimizden adresimize ulaştıklarında ise çoğu zaman iş isten geçmiş olmaktadır. Yıllarca sürecek davalarla suçsuzluğumuzu ispatlamaya çalışmakla kalmayacak, mahkeme ve avukat masrafları ile boğuşup, yıllarca çalışarak bir araya getirdiğimiz birikimlerimizi de kaybetme tehlikesi ile karşı karşıya kalabiliriz.

İşte böyle durumlarda sık sık karşılaşan Gelir İdaresi Başkanlığı 2003 yılında çıkartmış olduğu 2003/1 seri numaralı İç Genelgesi ile vatandaşların mağdur duruma düşmemeleri için kaybolan kimlik kartlarını polise bildirdikten sonra alınacak çalıntı veya kayıp belgesi ve gazete ilanının aslı ile birlikte yazılacak bir dilekçe ile en yakın Vergi Dairesi veya Mal Müdürlüğüne başvurulması halinde sisteme Kayıp ya da Çalıntı bilgisi girilecek, bu kimlik belgesi ile Vergi Dairesinde veya Mal Müdürlüklerinde hiçbir işlem yapılmasının önüne geçilmiş olunacaktır.

Çalıntı veya kayıp kimlik belgesi ile Vergi dairesi veya Mal Müdürlüğüne işlem yapmak üzere gelen dolandırıcılar ise ekranda çalıntı veya kayıp uyarısı çıkan kimlikle birlikte kolaylıkla yakayı ele vermiş olacaktadırlar.

## 1 LİRALIK ŞİFREYLE DEVLETTE YAPILABİLECEKLER

Postaneden verilen 1 liralık şifre, vatandaşın hayatını değiştirecek. e-devlet projesi kapsamında alınan şifreyle, trafik işlemlerinden askerlik yoklamasına kadar her türlü başvuru internet üzerinden yapılabiliyor, sonuçları da aynı yoldan alınıyor.

Şifreyle [www.turkiye.gov.tr](http://www.turkiye.gov.tr) ye girildiğinde hakkınızda açılan bir dava varsa, durumunuzu, nerede ve kim tarafından açıldığını öğrenebiliyorsunuz.

Böylece, mahkeme süreci, zaman ve iş kaybı ortadan kalkıyor. Sistemin yeni ve en önemli uygulaması ise, tüketici şikâyetleri.

Cep telefonundan buzdolabına her türlü şikâyet hakem heyetlerine internet üzerinden ulaştırılıyor. Şifre, herhangi bir PTT şubesinden nüfuz cüzdanı gösterilerek alınıyor.

PTT şubelerinden 1 lira karşılığında alınan e-devlet (Elektronik Devlet) şifresiyle vatandaşların, hakkında açılan bir hukuki dava var mı yok mu, varsa davanın taraflarını ve son durumunu internet üzerinden öğrenmeleri mümkün.

Şifre sahipleri uygulamayla, adliye koridorlarındaki uzun bekleyişten kurtuluyor. Şifre sayesinde; araç ve sürücü belgesi sorgulama, askerlik yoklama ve celp dönemi tercihi, SSK prim ödemeleri, varsa okuyan çocuklarınızın durumları dahil çok sayıda hizmeti internet üzerinden resmi olarak yapma imkanı sunuluyor.

E-devlet uygulamasında eklenen en son yenilik ise, tüketici şikâyetlerinin internet üzerinden resmi olarak yapılması ve sürecin yine internet üzerinden takibinin yapıyor olması.

Böylece, tüketiciler her türlü şikâyetleri için il ve ilçelerde Tüketici Hakem Heyeti arama zorluğundan da kurtulmuş oldu.

Sanayi Bakanlığı yetkilileri, yeni uygulamayla tüketicilerin hak arama mücadelesi önündeki engellerin tamamen ortadan kalktığı bilgisini verdi.

### Tüketiciler rahatlayacak

E-devlet uygulaması ([www.turkiye.gov.tr](http://www.turkiye.gov.tr)) Aralık 2008'de başlatıldı. Sistemden faydalanmak için en yakın postaneden TC kimlik numarasıyla başvurup şifre almak gerekiyor.

Şifre aldıktan sonra sistem üzerinden yapacağınız başvurular, resmi işlem olarak kabul edilip işleme alınıyor. Başvuru sahipleri süreci de yine internet üzerinden takip edebiliyor.

Şifre kişiye özel olup, vekalet dahil hiçbir şekilde devredilemiyor ve sorumluluk kişiye ait oluyor. Ancak sistem birçok kolaylık sunmasına rağmen henüz tam olarak vatandaşlar tarafından anlaşılmadı.

Tüketiciler, günlük yaşamda giyimden cep telefonuna satın aldıkları ürünlerde, zaman zaman sorunlar yaşıyor. Vakit darlığı veya bürokratik işlemlerin çokluğu, tüketicilerin mağduriyetlerini de kabullenmelerine sebep oluyor.

Ancak, Sanayi Bakanlığı'nın e-devlet sistemi üzerinden kurduğu yeni sistemle kullanıcılar artık işini bırakıp veya evinden çıkarak il veya ilçelerdeki hakem heyetlerine gitmeden şikâyette bulunabilecek.

Dava süreci ve sonucu da aynı şekilde internet üzerinden izlenecek. Bakanlık yetkilileri, yeni uygulamayla tüketicilerin hak arama mücadelesi önündeki engellerin tamamen ortadan kalktığı bilgisini verdi.

Sistemin ikinci adımı olarak Tüketici Mahkemeleri'ne de internet üzerinden başvuru altyapısını oluşturmak. E-devlet sistemi, en çok trafik işlemlerinde kullanılıyor.

Sistemin en çok kullanım alanları: Araç ve sürücü belgesi ceza sorgulama, günlük hava tahmini, döviz kurları, mahkeme dava sorgulama, SSK hizmet dökümü, sürücü belgesi iptal sorgulama, ticarî araç ve vergi levhası sorgulama, askerlik yedeklik yoklama.

Sistem üzerinden birçok resmi kuruma başvuru yapılabiliyor, Sanayi ve Tarım bakanlıklarının kredi imkânları, destekleri sorgulanıp takip edilebilmekte.

## KAZA TUTANAĞI

Bir kaza esnasında ne yapılacağı, kaza tespit tutanağının nasıl doldurulacağı ve sonrası hakkında görsel bir eğitim...

TRAMER; maddi hasarlı Trafik Kaza Tespit Tutanağı ile ilgili çok güzel bir sesli ve görsel eğitim hazırlamış. Ne kadar çok izleyen olursa o kadar çok doğru tutanak doldurulacaktır.

<http://www.tramer.org.tr/app/ktt/>

Ekteki formdan birkaç nüsha yazdırıp arabada bulundurulmasında fayda var.

Kaza tespit tutanağı 2918 sayılı Karayolları Trafik Kanunu ve Karayolları Trafik Yönetmeliği çerçevesinde yalnız maddi hasarla sonuçlanan trafik kazalarında tarafların serbest iradeleriyle dolduracakları: "Maddi Hasarlı Kaza Tespit Tutanağı" uygulaması 1 Nisan 2008 tarihinden itibaren başlayacaktır.

Sizlerin çok iyi bildiği gibi, 1 Nisan 2008' den itibaren uygulamaya konulacak yeni düzenleme ile trafikte bir rahatlama sağlanması beklenmekte. Yeni uygulamanın kötü niyetli insanlar tarafından suiistimal edilmesi ihtimali var, ancak bu durum her zaman yapılabilecek olan, beklenen, fakat sistemin getireceği faydayla karşılaştırıldığında önemsenmeyecek bir olumsuzluk. Diğer taraftan yeni sistemin oturması, insanların bundan yararlanması, sigortanın yararının hissedilmesine ve sigortanın yaygınlaşmasına katkıda bulunacak.

### **Araç Sürücüleri: Tutanaksız ve fotoğraf makinesiz yola çıkmayın!**

1 Nisan'dan itibaren artık maddi hasarlı trafik kazalarında trafik polisi yerine sürücüler tutanak hazırlayacak.

Türkiye'de 2007 yılında meydana gelen trafik kazalarının yüzde 85.3'ü maddi hasarlı trafik kazası olarak kayıtlara geçti. Günde ortalama 1800 maddi hasarlı trafik kazası gerçekleşiyor. Büyükşehirlerde trafik sıkışıklığını ortadan kaldırmak için 1 Nisan'dan itibaren yepyeni bir dönem başlıyor. Maddi hasarlı kazalarda taraflar doldurup imzaladıkları tutanak sayesinde trafik polisini beklemeden olay yerinden ayrılabilirler. Tutanaklar ve fotoğraflar sigorta şirketlerine verilecek, taraflar hasarlarını sigorta şirketlerinden alacak. Taraflar arasında anlaşmazlık olursa eski uygulamada olduğu gibi polis çağırılacak

### **TUTANAK FORMLARI NEREDEN ALINACAK?**

Kaza tespit tutanakları sigorta şirketlerinden dağıtılmaya başlandı. Tutanak formları ayrıca '[tramer.org.tr](http://tramer.org.tr)' ve '[egm.gov.tr](http://egm.gov.tr)' adreslerinden de indirilebilecek. Formlar fotokopiyle çoğaltılabilecek.

### **Tutanak için lütfen tıklayınız:**

[http://www.gesid.org.tr/wswFiles/documentation/document\\_287\\_0/kaza%20tespit%20tutanagi.pdf](http://www.gesid.org.tr/wswFiles/documentation/document_287_0/kaza%20tespit%20tutanagi.pdf)

### **Detaylı bilgi için:**

<http://www.tsrsb.org.tr/tsrsb/Kazatespittutanagi/>

### **EHLİYET VE SİGORTA ŞART**

Trafik kazası yaptığınızda karşı tarafla anlaşip aracınızı çekmeden mutlaka ehliyet ve trafik sigortası kontrolü yapın. Kazaya karışan araçların kesinlikle zorunlu trafik sigortası poliçelerinin olması gerekiyor.

### **TUTANAĞA KUSUR ORANI YAZMAYIN**

Tutanağa yalnızca kazanın oluş şeklini yazın, kusur oranı yazmayın. Kroki çizmeyi ve kazanın nasıl olduğunu anlatan görüşleri yazmayı unutmayın.

### **FOTOĞRAF ÇEKMEYİ UNUTMAYIN**

Arabanızda bir fotoğraf makinesi bulundurun. Kaza yaptığınızda aracınızı boş alana çekmeden farklı açılardan fotoğraflarını çekin.

### **ARACINIZI EMNİYET ŞERİDİNE ÇEKİN**

Kaza yaptığınız kişiyle anlaştıktan sonra aracınızı bir an önce emniyet şeridi veya boş alana çekin. Tutanakları uygun bir alanda doldurabilirsiniz.

## **NE KADAR ÇOK BİLGİ, O KADAR HIZLI ÇÖZÜM**

Tutanaklarda yer alan görgü tanığı bölümünü kazayı gören kişilerin ifadeleri doğrultusunda doldurun. Tutanakta yer alan fazla bilgi, işlemlerinizin hızlı yürümesini sağlayacaktır.

## **İLK BAŞVURU SİGORTA ŞİRKETLERİNE**

Kaza yapan taraflar, kazanın oluş şeklini birlikte tutanağa yazıp mutlaka imzalayacak. Tutanak hazırlandıktan sonra çekilen fotoğrafla birlikte karşı tarafın trafik sigortası veya kasko sigortası şirketine başvuru yapılacak.

## **SÜRE KISITLAMASI YOK AMA...**

Tutanağın taraflarca sigorta şirketlerine ulaştırılmasında zaman açısından bir kısıtlama bulunmuyor ancak tutanak ne kadar hızlı ulaştırılırsa o kadar çabuk sonuçlanır.

## **YÜZDE 0, 50, 100 HATA PAYI**

İlk başvuruyu alan sigorta şirketleri, en geç 1 gün içinde tutanağı elektronik ortamda Trafik Sigortaları Bilgi Merkezine (TRAMER) iletecek.

Sigorta şirketleri, TRAMER vasıtasıyla 3 iş günü içinde kaza krokilerini de dikkate alarak, tutanak çerçevesinde yüzde sıfır, 50, 100 oranlarına göre kaza sorumluluk değerlendirmesi yapacak.

## **TUTANAKLAR ZAMANINDA GÖNDERİLMELİ**

Kaza sorumluluk değerlendirmesi TRAMER sisteminden yapılacak. Tutanağı zamanında TRAMER'e iletmeyen sigorta şirketi, tutanağı gönderen şirketin belirlediği oranları kabul etmiş olacak.

## **HATA PAYLARI FARKLI BELİRLENİRSE...**

Sigorta şirketlerinin kaza sorumluluk değerlendirmesinde farklı sonuçlara ulaşırsa, kaza tutanağı TRAMER bünyesindeki Tutanak Değerlendirme Komisyonu'na sunulacak. Komisyon, 3 gün içinde tutanak ve fotoğrafları inceleyerek hata paylarını kesin olarak belirleyecek.

## **TAZMİNATLAR 8 GÜNDE ÖDENECEK**

Sigorta şirketi, belgeler tamamlandıktan sonra 8 iş günü içinde tazminatı ödeyecek.

## **TUTANAK İNCELEMELERİ İNTERNETTEN İZLENEBİLECEK**

TRAMER, tazminat kazanan hak sahiplerinin tutanak incelemesinin hangi aşamada olduğunu internet üzerinden öğrenmelerini sağlayacak alt yapı kurdu.

## **UYGULAMA TEK TARAFLI KAZALARI KAPSAMIYOR**

Tutanak, en az 2 aracın karıştığı kazalarda tutulabilecek. Uygulama, tek taraflı kazaları kapsamıyor.

## **İKİDEN FAZLA ARAÇ KAZA YAPARSA**

İkiden fazla aracın karıştığı trafik kazalarında birden fazla -fotokopi ile çoğaltılmış olabilir- form kullanılabilir. Bu durumda, her bir form tüm sürücüler tarafından imzalanacak. İmzalar için formun alt tarafındaki boş alan kullanılabilir. Kazaya karışan tarafların tamamı tarafından imzalanmayan tutanaklar geçerli kabul edilmeyecek.

## **BU TÜR KAZALARDA TUTANAK TUTMAYIN**

Sürücülerin aralarında tutanak düzenleyerek anlaşamayacakları ve trafik ekibi çağırımları gereken zorunlu durumlar ise şöyle:

Sürücü ehliyetsiz araç kullanılıyorsa veya yetersiz ehliyetle araç kullanılıyorsa

Sürücünün yaşı küçükse

Sürücüde alkol veya akıl sağlığı şüphesi varsa

Kazaya karışan araçlardan biri veya daha fazlası kamu kurumlarına ait ise

Kamu kurumlarına ait eşyada zarar meydana gelirse

Kazada sadece 3. kişilere ait eşyalara zarar gelirse

Kazaya karışan araçlardan birinin veya birkaçının trafik sigortası yok ise

Trafik kazası ölüm ve/veya yaralanma ile sonuçlanmışsa

## **BÜYÜKŞEHİRLERDE TRAFİK AKIŞI HIZLANACAK**

Trafik Sigortaları Bilgi Merkezi (TRAMER) İş Analizi ve Ar-Ge uzmanı Pınar Hoşgör, 1 Nisan'dan itibaren trafikte yaşanacak değişiklikleri anlattı.

Mevcut trafik kazalarında sürücülerin yüzde 20'sinin anlaştığını söyleyen Hoşgör, 'Sürücüler anlaşmalarına rağmen önceki uygulamada trafik polisi bekliyorlardı ve bu durum trafik sıkışıklığına neden oluyordu. Yeni uygulamayla birlikte anlaşılan sürücüler trafikte beklemeyecekler. Eski uygulama aslında devam ediyor, anlaşamayan sürücüler yine polis çağırarak' dedi.

Sürücülerin yeni uygulamaya alışınca kadar çeşitli aksaklıkların yaşanabileceğini ifade eden Hoşgör, anlaşan sürücüler arttıkça trafikte ciddi anlamda bir rahatlama yaşanacağını belirtti.

Hoşgör, büyük kentlerde çok fazla trafik kazası gerçekleştiği için insanların beklememek için anlaşma yoluna gideceğini ve bu sayede trafik akışının hızlanacağını dile getirdi.

Sigortalardan sorunsuz şekilde ödemeler gerçekleştikçe anlaşma oranlarının artmasını beklediklerini söyleyen Hoşgör, 'Sigortasız trafiğe çıkan sürücüler artık araçlarına sigorta yaptırmaya yoluna gidecek' diye konuştu.

Hoşgör, bütün sürücüler araçlarında 1 Nisan'dan itibaren mutlaka tutanak bulundurmalı hatırlatmasını yaptı.

## **KAZA SİGORTASI**

Size çarpan araç faili meçhul ise veya aracın sigortası yoksa bütün hastane masraflarını cebinizden yapmışsanız faturayı aşağıda bahsi geçen sigortaya veriyorsunuz. Sigorta size paranızı tamamını ödüyor. SSK ve Bağkur'un ödemelerini değil sadece kendi cebinizden ödediğiniz paraları ödüyor. Olumlu ise kazaya yine para ödüyorlar. Kaza geçiren sigortasız yurttaşların tedavisini Garanti Sigorta Fonu karşılıyor, ama bilen yok.

Garanti Sigorta Fonu Genel Sekreteri Kongar:

"Kaza geçiren Sigortasızların masrafını, başvurulara veriyoruz. Ama kimse bilmediği için parasını alan yok. Fon'da 110 trilyon lira birikti." Trafik kazası geçiren vatandaşların tedavi masrafları ile ölüm giderlerini karşılamak için kurulan: Garanti Sigorta Fonu 'nun hesabında 110 trilyon lira birikti ama vatandaş parasızlıktan hastane kapısında can veriyor. Trafik kazalarında yaralanan ya da ölen sigortasız vatandaşların milyarlarca lira tutan tedavi veya cenaze masraflarını karşılamak için kurulan Garanti Sigorta Fonu'nda tam 110 trilyon lira birikti; çünkü uygulamadan kimsenin haberi yok.

Sağlık Bakanlığı'nın hastane yönetimlerini bilgilendirmemesi ve vatandaşlarında kanunları yeterince bilmemesi nedeniyle fona herhangi başvuru olmazken, çok sayıda parasız vatandaş hastane kapılarında can veriyor.

Fondan sorumlu Türkiye Sigorta Reasürans Şirketleri Birliği Genel Sekreteri Bilge Kongar;

"Trafik kazası geçiren sigortasız tüm vatandaşlar başvurup tüm masraflarını bizden alabilirler" dedi.

## **SADECE UYANIK AVUKATLAR KULLANIYOR**

Kaza geçiren parasız vatandaşların çok zor durumda kaldığını belirten Kongar, "Hem bakanlığın hem de vatandaşların kanunu bilmesi gerekiyor. Ancak ne Sağlık Bakanlığı uyarıyor ne de vatandaşlar bunu biliyor. Bu yüzden fonu her biri 20- dosya ile gelen uyanık avukatlar kullanıyor" diyor. Kongar, 450 milyar ve yeni primleri faizle değerlendirdikleri için 110 trilyona ulaştığını belirterek şunları söyledi: "Devlet Ziraat Bankası'nda faizsiz tutuyordu. Biz ise faizde tutuyoruz. Para çoğalınca bunu alıp oraya buraya vermek; peşkeş çekmek istiyorlar. Biz ise

kazalarda mağdur olanlar gelip alsın diyoruz. 1991 yılında Hazine Müsteşarlığı bünyesinde kurulan Garanti Fonu, 1998'in sonuna kadar Hazine Müsteşarlığı Sigorta Genel Müdürlüğü bünyesinde kaldı. Amacı, trafik sigortası olmayan araçların meydana getirdiği yaralama ve olum masraflarını karşılamak. Plâkası belirsiz araçların verdiği zarar da karşılanıyor. Fonun kaynağını trafik sigortası yaptıran vatandaşlardan kesilen pay oluşturuyor. Trafik sigortası yapan sigortalıların trafik primi içinde ödedikleri paranın yüzde 2'si ve yüzde 1'i sigorta şirketlerinin öz kaynaklarından karşılanıyor. Karayolları Trafik Sigortası Kanunu gereği eğer kaza yapan araç sigortalı ise, kaza sonucu yaralanan veya ölen kişilerin masrafını sigortalı olsun ya da olmasın şirketi karşılıyor.

## **7 YILDA 3 ÖDEME**

Kazaya neden olan araç sigortasız veya plâkası bilinmiyorsa zarar görenler direkt birliğe gelip masraflarını alabiliyor. Fon, 1998 sonunda Hazine'den alınarak Türkiye Reasürans Şirketleri Birliği nezdinde bir hesaba aktarıldı. Adı önceden Garanti Sigortası Fonu iken devletin dahil olduğu tüm fonlar kapatılınca Garanti Sigortası Hesabi olarak değiştirildi. 1998 sonuna kadar 7 yılda Hazine'de, 450 milyar lira birikti. Ancak 7 yılda sadece üç kişiye ödeme yapıldı. Birlik bünyesindeki fon bütçesi Hazinesinin aksine bankada faizle değerlendirince fon 110 trilyona ulaştı. Şimdiye kadar fondan yararlanmak için 1623 kişi başvurmuş, 1042 dosya ise sırada bekliyor. Birlik bünyesindeki fonun yükümlülüğü daha sonraki yıllarda kanuna eklenen maddeler ile sadece bedensel hasarları ödemekten çıkarıldı.

## **İHTİYACI OLAN PARAYI NASIL ALACAK**

Kaza geçiren vatandaş hastane masraflarını faturalı olarak Türkiye Sigorta Reasürans Şirketleri Birliği'ne iletilecek. Bunun için birliğe, 0-212-324-19-50 nolu telefondan veya <http://www.tsrbs.org.tr/> adresinden ulaşılabilirsiniz.

Türkiye 'nin her yerinden başvuru aynı şekilde yapılacak. Gerekli belgeler ise hastane faturası, ikametgah senedi, nüfus cüzdan örneği, trafik zaptı ve imza beyanı. Belgeleri inceleyen birlik, vatandaşın verdiği banka hesap numarasına parayı yatırıyor.

## **2918 SAYILI TRAFİK KANUNUNU İLE İLGİLİ EK BİLGİ**

Çünkü benzer olaylarda, sizlerin 2918 nolu yasayı bilmediğinizi zannederek,' Yapılacak müdahale ve tedavi ücretlerini ödeyeceğinize dair şu belgeyi imzalayın' teklifi ile karşılaşsınız.

...Ancak sizde ' Bu belgeyi imzalamazsam, bana müdahale ve tedavi etmeyeceğinize' dair bir belgeyi imzalayıp getirin. Dediğimiz anda, Hastanenin bütün imkânları sizin için seferber olacaktır.

Trafik kazası sonucu yaralanan ve hastaneye kaldırılarak tedavi altına alınan kazazedelerin, kanuna göre tedavi için ücret ödememesi gerektiği belirtildi.

Tüketiciler Birliği, kazazedelerin haklarıyla ilgili bir rapor hazırladı.

Kaza sonucu yaralanan ve herhangi bir hastanede tedavi gören kazazedelerin bu tedavileri sonucu hastane tarafından ücret talep edilemeyeceğinin belirtildiği raporda, 2918 Sayılı Trafik Kanunu'na göre herhangi bir trafik kazası sonucu yaralanan kişi en kısa sürede hastaneye yetiştirilmek ve gereken tedavinin yapılması hükümlerini içeriyor. Yönetmeliğe göre, hastane acil servisi, kendisine gelen kazazedenin maddi durumu, sosyal güvencesinin olup olmadığına ve hastanın özelliğine bakmadan gereken tedaviyi ve müdahaleyi herhangi bir ücret talep etmeden yapmak zorunda.

Bu tedavi sonucu oluşan masrafın ise Sağlık Bakanlığı Karayolları Trafik Döner Sermaye İşletmesi tarafından karşılanacağını belirtildiği rapora göre, vatandaşların haklarını bilmediği için sorunlar yaşandığını ve hastanelerin bu kanundan bihabermiş gibi gözüküp vatandaşın para talep etmelerinin suç olduğu belirtildi.

--

AYFER AKŞİT

SOSYAL HİZMET UZMANI

Hasta Hakları Birim Sorumlusu



## TRAFİK CEZALARI

Trafik cezalarının tebliğinde yönetmelikte yer alan 7 gün içerisinde tebligat yapma şartı trafik cezasını iptal ettirdi.

İstanbul 3. Sulh Mahkemesi, tebligatı 7 günü geçen trafik cezalarının iptali yönünde karar verdi. Karara gerekçe olan olay, aracına hatalı park cezası kesilen bir avukatın iptal davasıyla başladı. Avukat Zeki Bulgan'ın aracına, 24 Nisan 2006'da, Eminönü'nde yasak yere park ettiği gerekçesiyle polis tarafından 49 YTL para cezası kesildi. Ancak cezanın tebligatı Bulgan'a Şubat 2007'de ulaştı. 9 ay önce kesilen para cezasından yeni haberdar olan Avukat Bulgan, Eminönü'nde o gün bulunmadığını belirterek, cezanın haksız yere kesildiği gerekçesiyle, trafik davalarına bakan 3. Sulh Ceza Mahkemesi'ne iptal davası açtı. Mahkeme, tebligat işlemine 7 işgünü içinde başlanması gerektiğini belirterek, trafik para cezasını iptal etti.

Trafik cezanızın tebligatı 7 günden geç elinize geçtiğinde yapacağınız tek şey elinizdeki makbuzla bulunduğunuz ildeki Sulh ceza mahkemesine bir dilekçe ile başvurmak.

## YENİ TRAFİK YÖNETMELİĞİ

**26 Eylül 2006 tarihli Yeni Trafik Yönetmeliği'ne göre araçlarda yer alan yardım malzemelerine alüminyum yanık örtüsü eklenmesi zorunlu hale getirildi. Aksi durumda 49 YTL trafik para cezası kesilmektedir.**

İçişleri Bakanlığınca, Resmi Gazete'de yayınlanarak yürürlüğe giren madde ile araçlarda zorunlu olarak bulundurulması gereken malzemeler aşağıdaki gibidir.

- İlgili Kanun; 2918 sayılı Karayolları Trafik Kanunudur.
- Bu kapsamda aracınıza yeni şekliyle bulunması gereken ecza setinin içeriği özel kutusuyla satışa sunulmuştur.
- ALİMİNYUM YANIK ÖRTÜSÜ 1 ADET
- Büyük sargı bezi (10 cm x 3-5 mt) 2 adet
- Hidrofil gaz steril (10 x 10 cm 50 lik kutu) 1 kutu
- Üçgen sargı 3 adet
- Antiseptik solüsyon (50 ml) 1 adet
- Flaster (2 cm x 5 mt) 1 adet
- Çengelli iğne 10 adet
- Küçük makas 1 adet
- Esmark Bandajı 1 adet
- Turnike 1 adet
- Yara Bandı 10 adet
- Tıbbi eldiven 2 çift
- El Feneri 1 adet

## ARAÇ MUAYENESİNE GİRECEKLER DİKKAT!

Türkiye'de araç muayene istasyonları özelleştikten sonra kontroller artık özel sektöre geçti. Eskisi gibi 5 dakikada muayene olma devri de son erdi...

Yeni sistemle 10 ayrı nokta kontrolü yapan TÜVTÜRK yetkilileri, uygun olmayan birçok aracı da geri çeviriyor. Hatta öyle ki, araçların neredeyse yarısı ilk kontrolden geçemeyip geri dönmek zorunda kalıyor.

İşte TÜVTÜRK 'ün açıklamasına göre araç muayenesinde kontrol edilen noktalar ve dikkat edilmesi gereken hususlar şöyle:

## **KONTROLÜ YAPILAN NOKTALAR**

**1-Fren Tertibatı:** Fren pedalından başlayarak; mekanik, hareketli, sürtünen ve esneyen her aksam elle veya gözle kontrol edilir. İlgili mevzuat ve yönetmelikler çerçevesinde, fren test cihazı ile aynı aks üzerinde bulunan tekerleklerin fren kuvveti sapma yüzdesi ile toplam araç ağırlığına göre fren verim yüzdesi hesaplanır.

**2-Direksiyon Sistemi:** Direksiyon simidinden başlayarak sırasıyla; direksiyon mili, direksiyon kutusu ve bağlantı elemanlarıyla sistemi tekerleklere bağlayan direksiyon rot kollarının boşluk ve sağlamlıkları; elle, gözle ve boşluk test cihazlarıyla kapsamlı olarak kontrolden geçirilir.

**3-Görüş Şartları:** Aracın tüm dış camları, cam yıkama tertibatları, cam silecekleri, iç ve dış görüş aynaları titizlikle kontrol edilir.

**4-Aydınlatma Sistemi:** Tüm iç-dış aydınlatma, fren, gösterge, sinyal, geri vites, plaka ve sınır lambaları kontrol edilir. Uzun-kısa ve sis farlarının yükseklik ayarları cihazlar vasıtasıyla test edilir.

## **5-Aks, Jant, Lastik ve Süspansiyon Sistemi:**

**6-Şase ve Şase Bağlantı Parçaları:** Araç gövdesinin sağlamlığı hem sürüş anında hem de olası bir kaza durumunda yolcular açısından büyük öneme sahiptir. Bunun yanında şaseye bağlanmış birçok parçanın da sağlam ve çalışır durumda olması gerekmektedir. Bunlar; sürücü kabini ve araç gövdesi, bağlantıları, merdiven basamakları, koltuklar, alt taban, egzoz boruları, susturucular, yakıt tankı ve boruları, stepne ve taşıyıcısı, kapılar ve kapı kilitleri, yan ilave korumalar, çekici römork ve treyler çeki kaplini ile kaplin mekanizmalarının kontrolünü kapsar.

**7-Diğer Donanımlar:** Pasif güvenlik sistemlerinin en önemlilerinden biri emniyet kemeri. Bir kaza esnasında emniyet kemeri takılı olan yolcunun diğer yolculara göre hayatta kalma şansı her zaman daha yüksektir. Bu sebeple ön ve arka emniyet kemerleri ve kilit karşılıklarının fonksiyonelliği kontrol edilir. Bunların yanı sıra yangın söndürme tüpü, üçgen ikaz reflektörü ve ilk yardım çantası da kontrol edilir.

**8-Gürültü Kirliliği:** İstasyonlarda gürültü seviyesi kontrolleri gerçekleştiriliyor.

**9-Yolcu Taşıyan Araçlar İçin:** Toplu taşıma araçlarına yönelik olarak; koltuk düzenleri, iç aydınlatma lambaları, ısıtma sistemleri ve havalandırma sistemlerinin seyahat eden yolcuların gereksinimlerini karşılayacak şekilde olup olmadığı kontrol edilir.

**10-Araç Tanımları:** Trafikte seyreden araçların üzerinde taşıdıkları plaka, tanıtım numaraları ile ruhsat üzerindeki tescil ve trafik bilgileri birebir aynı olmak zorundadır.

## **ARAÇ MUAYENESİ ÖNCESİNDE HAZIRLANMASI GEREKEN ZORUNLU BELGELER**

### **Tüm araçlar için;**

- Ruhsat
- Fenni Muayene İzin Belgesi
- Trafik Sigortası
- İlk yardım çantası: Traktörler, motosikletler ve motorlu bisikletler hariç tüm motorlu araçlarda en az 1 adet.
- Üçgen Reflektör: Motosikletler ve motorlu bisikletler hariç tüm motorlu araçlarda 2 adet.
- Yangın Söndürme Cihazı: Sayısı, cinsi ve kapasitesi araç sınıfına ve aracın kullanım amacına göre değişiklik gösterir.

- Stepne: Motosikletler ve lastik tekerlekli traktörler hariç bütün araçlar ile tarım orman römorkları da dahil olmak üzere tüm römorklarda her zaman kullanılabilir durumda bulundurulacak.

## **OTOMOBİLİNİZİ TANIYOR MUSUNUZ?**

Her geçen gün daha konforlu ve güvenli üretilen otomobilleri iyi tanımak, onlarca kavramın anlamını bilmeyi gerektiriyor.

Otomobil satıcılarının bir çırpıda sayabildiği, pek çok otomobil sahibinin duymakla birlikte, ne anlama geldiğini bilmediği bu kavramlar hakkında bilgi sahibi olmak, otomobilin verimli ve güvenle kullanılabilmesi açısından önem taşıyor.

Otomobil almaya karar veren tüketicinin, öncelikle otomotiv teknolojisindeki gelişmenin ürünü olan ve genellikle İngilizce sözcüklerin kısaltması olan terimlerin anlamını ve terimlerle ifade edilen sistemler hakkında bilgi sahibi olmasında büyük yarar var.

Harflerle oluşturulan bu kavramların anlamını bilmemek, kişinin otomobilini yüksek verimlilik ve güvenlikle kullanmasını engellemekle kalmıyor, otomobilin arızalanmasına, kişinin otomobili ile birlikte satın aldığı garanti güvencesinden yararlanamamasına da yol açabiliyor.

Üretici firmalar, tüketiciye otomobille birlikte verilen kullanım kılavuzu kitapçıklarının mutlaka ve dikkatle okunmasını, bununla da yetinilmeyip gerektiğinde başvurulmak üzere otomobilde bulundurulmasını öneriyor.

### **TERİMLERDEN ÖRNEKLER**

Otomobil alacakların ya da almış olanların en sık duyduğu terimler ve anlamları şöyle:

**ABS:** Fren anında tekerleklerin kilitlemesini önleyen sistem.

**AIRBAG:** (hava yastığı): Kazalarda son derece yararlı ek koruma sistemi.

**TURBO:** Motor yanma odasına normalden daha fazla hava ve yakıt verilerek motorun gücünün artırılmasını sağlayan sistem.

**OVERDRİVE:** (ekonomi vitesi): Düşük yakıt tüketimi sağlayan vites.

**KATALİTİK KONVERTÖR:** Motordan çıkan zararlı maddeleri zararsız maddelere dönüştürüyor.

**TUBELES:** Şambrelli olmayan lastik.

**TORK:** Döndürme kuvveti.

**HP-PS-BG (beygir gücü):** Motorun gücünü ifade eden terimler.

**IMMOBİLİZER (elektronik motor kilidi):** Kontak anahtarının çıkarılmasının ardından hırsızlığa karşı motorun elektronik olarak kilitlemesini sağlayan sistem.

**INTERCOOLER:** Turbo motorlarda havanın soğutulması için kullanılan ek soğutucu.

**CRUISE CONTROL:** Araçları belli bir hızda tutan ve sürücünün ayağını gazdan çekmesine olanak tanıyan sistem. Hız sınırlayıcı.

**ABC:** Otomobilin yana yatmasını, süspansiyonun içindeki havanın basıncı ile oynayarak engelleyen elektronik sistem.

**A/C:** Klima.

**ACC:** Trafikteki diğer araçların hızına uyan ve aradaki mesafeleri düzenleyen sistem.

**ASR:** Çekiş sağlayan tekerleklerin boşa dönmesini engeller ve sürüş stabilitesini yükseltir.

**AWD:** 4 tekerlekten çekiş.

**DISTRONIC:** Elektronik takip sistemi. Sistem öndeki araçla olan mesafe tehlikeli şekilde azalınca motor gücünü azaltıyor ya da fren yapıyor.

**DSP:** Sürücünün kullanım tarzına göre vites değişimini hızlı ya da konforlu yapan akıllı otomatik şanzıman.

**DDAS** terimi ise otomobil kullanırken uyuklamaya başlayan ya da sağlığı bozulan sürücüyü tehlikeden korumak için geliştirilen sistem olarak adlandırılıyor.

Bu sisteme sahip otomobilin sürücü bileğine bir algılayıcı takıyor, algılayıcı sürücünün kalp atışlarını izliyor. Kalp atışlarının yavaşlaması ya da düzensizleşmesi halinde sistem sürücüyü ikaz ediyor.

Otomobilin konforunu ve güvenliğini artırmak için geliştirilen diğer bazı terimler ve anlamları ise şöyle:

**EAS (aktif direksiyon kilidi):** Acil durumlarda sürücünün aracının kontrolünü kaybetmesini engelliyor.

**EBD-EBV:** Elektronik fren gücü dağıtıcısı.

**EDLS:** Elektronik diferansiyel kilidi.

**EPS:** Elektrik motorlu hidrolik direksiyon sistemi.

**ESP:** Elektronik savrulma önleyici sistem.

**ETC:** Elektronik traksiyon kontrolü.

**ETS:** Elektronik stabilite sistemi. ASR ile ilişkili olarak çalışıyor.

**GPS:** Uydu yardımı ile aracın yerini ve pozisyonunu belirliyor.

**MPI:** Çok noktalı enjeksiyon. Yakıtın en uygun şekilde yanmasını sağlar.

**MPV:** Çok amaçlı araç.

**SLS:** Otomobilin yüksekliğini otomatik olarak ayarlayan sistem.

**TAS:** Bu sistem bağlı olduğu GSM hattı sayesinde kaza anında otomatik olarak yardım çağrısı gönderiyor.

**TIPTRONIC:** Şanzıman ister otomatik ister manuel kullanılabilir.

**TPC:** Elektronik lastik basınç kontrolü.

**YAĞMUR SENSÖRÜ:** Camlar ıslandığında silecekleri otomatik olarak çalıştırıyor, tavandaki pencereyi kapatıyor.

**ASC:** İlk kalkış ve hızlanma sırasında patinajı önüyor.

**ASDC:** Hızı otomatik olarak kontrol eden lazerli sistem. Önde giden araçla arada güvenli mesafe kayb olduğunda veya başka bir deyişle, önde giden araca fazla yaklaşıldığında sürücüyü uyarıyor.

**PDC:** Park mesafe kontrolü ITS: Yandan gelebilecek darbelere karşı koruyuculuk yapmak üzere konulan hava yastıkları.

**ITL:** Yollardaki sarsıntıyı en aza indiren süspansiyon sistemi.

**IDS:** Gösterge panelindeki tüm bilgileri ön cama yansıtan sistem.

**GCC:** Otomobilin farlarının aydınlattığı alanın dışında kalan görüntüyü kızılötesi olarak yol bilgisayarının ekranına aktaran sistem.

**ECAS:** Elektronik kontrollü, havalı süspansiyon. Aracın yerden açıklığını azaltıyor ya da çoğaltıyor.

**ECS:** Elektronik kontrollü süspansiyon

**EDC:** Elektronik amortisör kontrolü.

**EDS:** Karlı, buzlu, kumlu zeminlerde aracın çekişten düşmesini önleyen çekiş kontrol sistemi.

**FPS:** Kaza anında yakıt akışını kesen ve yangını önleyen sistem.

## SAĞANAK YAĞIŞTA ETKİN GÖRÜŞ

Yoğun bir sağanak altında otomobil kullanırken nasıl iyi bir görüş elde edilir?

Neden bu kadar etkin olduğundan emin değiliz; bu metodu yoğun yağmur altında sadece bir deneyin.

Bana bu metodu, deneyen ve gerçekten işe yaradığını tespit eden bir polis arkadaşım verdi.

Çok yararlı, hatta gece sürüşünde dahi.

Bu metot yıllarca Kanada Askeri Sürücüler tarafından kullanılmış.

Birçok sürücü yoğun sağanak sırasında silecekleri yüksek ya da en hızlı konumda çalıştırır ve buna rağmen ön camdaki görüntü netliği yeterli olmaz.

Böyle bir durumla karşılaştığınızda hemen güneş gözlüklerinizi takın (modeli fark etmez), ve mucize!!! Aniden görüşünüz, yağmur yağmıyormuşçasına mükemmel bir netlik kazanacak.

Aracınızda her zaman bir güneş gözlüğü bulundurduğunuzdan emin olun.

Sadece net bir görüşle emniyetli bir sürüş gerçekleştirmekle kalmayın, bu fikri arkadaşınızla paylaşarak onun da hayatını kurtarın.

Deneyin ve arkadaşlarınızla deneyiminizi paylaşın.

İnanılmaz, cam üzerindeki damlaları hâlâ görüyorsunuz ama yağmur suyunun oluşturduğu tabakayı görmüyorsunuz.

Yağmurun yoldaki sıçramasını görebiliyorsunuz. Aynı zamanda, sollanan ya da takip edilen aracın sıçradığı sudan kaynaklanan körlüğü de bertaraf edebiliyorsunuz (ya da güneş gözlüğü kullanmayıp şikâyet edeceksiniz).

Sürücü eğitimlerinde bu küçük ipucunu mutlaka öğretmeliler. Gerçekten de işe yarıyor.

Yoğun BEYAZ ışık veren sis farlarının, işe yaramamasının nedeni de benzerdir. SARI ışık veren sis farları ise gece, tipi ve kar yağışlı havalarda çok işe yarar, kar taneleri hemen hemen görünmez olur.

### **Ama SARI sis farları YAĞMUR ve SİS'te hiç işe yaramaz.**

Sıradaki uyarı da çok önemli! Kaç kişi bunu biliyor merak ediyorum.

36 yaşındaki bir kadın sürücü, birkaç hafta önce bir kaza geçirdi ve araç pert oldu.

Kinburn, Ontario'da yaşayan sürücü, Kinburn ile Ottawa arasında seyahat etmekteydi.

Her ne kadar aşırı değilse de, hava yağmurluydu. Araç aniden kızaklama yaptı ve kelimenin tam anlamıyla havada uçtu.

Kadın ciddi bir şekilde yaralanmadı ama aniden meydana gelen bu durum karşısında çok şaşkındı.

Durumu otoyol polisine anlattı ve memur, herkesin bilmesi gereken şeyler söyledi:

### **YAĞMURLU HAVADA ARACINIZI ASLA CRUISE KONTROL KONUMUNDA SÜRMEYİN.**

Aslında kadın cruise kontrol konumunda sürerek ihtiyatlı davrandığını ve tutarlı bir hızla sürerek emniyetli bir davranış sergilediğini düşünüyordu.

Ama memur ona yağmurlu havada aracının cruise kontrol konumunda olmasının, kızaklama yapmasına ve lastiklerin asfaltla temasının kesilmesi ile aracın yüksek oranda hızlanmasına ve tıpkı bir uçak gibi kalkışa geçmesine neden olabileceğini anlattı.

Kadın başına gelenin aynı memurun anlattığı gibi olduğunu söyledi.

Memur tüm araçların güneşliklerinde hava yastığı uyarısı ile birlikte şu uyarının da yazılı olması gerektiğini söyledi:

### **YOL ZEMİNİ ISLAK YA DA BUZLU İSE KESİNLİKLE CRUISE KONTROL KONUMUNDA SÜRMEYİNİZ.**

Bizler genç çocuklarımıza cruise kontrol konumunda güvenli bir hızda sürmelerini söylüyoruz, ama cruise kontrolünü sadece yol zemini KURU iken kullanın demiyoruz.

NOT: Bazı araçlarda (Toyota Sienna Limited XLE gibi) silecekler çalışır durumdayken Cruise Kontrol Modu' nu devreye almanıza izin vermeyen bir sistem bulunmaktadır.

Eğer bu bilgiyi diğerleri ile paylaşırsanız ve paylaştığınız kişilerden sadece bir kişi bile bilmiyor olsa, her şeye değerdir! Bir hayat kurtarmış olabilirsiniz!

Çeviri: Cengiz Durmaz

## **OTOMOBİL SÜRÜCÜLERİNE – HAYAT KURTARAN TEKNİKLER**

Otomobil kullanırken meydana gelebilecek ciddi olaylara karşı uyulması gereken basit teknikler hayat kurtarıyor.

Otomobil kullanmanın inceliklerini anlatan uzmanlar, yüksek hızla seyreden araçlarda ön camın kırılması, lastiğin patlaması ve araçta yangın çıkması gibi ciddi tehlike yaratan durumlarda sürücünün soğukkanlı davranmasını öneriyor.

### **Cam kırılması**

Uzmanlar, özellikle süratli hareket eden araçlarda ön camın kırılması halinde, sürücülerin nasıl hareket etmesi gerektiğiyle ilgili olarak şunları öneriyor:

#### **Aynalardan yararlanarak aracınızı yolun sağ tarafına park edin.**

Flaşörleri açın ve dikkatlice dışarı çıkın. Aracın cama yakın olan kalorifer ve havalandırma deliklerine gazete kâğıdı veya bez parçası koyarak, cam parçacıklarının bu kısımlara düşmelerini önleyin. Sonra krikonun arka kısmı ile camı içeriden dışarı doğru kırın. Cam lastiğini dikkatlice çıkarıp temizledikten sonra, yeniden kullanılabilmesi için bagaja koyun. Gazete kâğıdına birikmiş cam parçalarını bir naylon torba içine koyun ve en yakın çöp bidonuna atın. Öylece en yakın cam tamircisine kadar gidin.

### **Lastik patladığında**

Patlayan, arka lastiklerden biriye, arabanın arkasının sağa veya sola doğru kaymaya başlayacağını belirten uzmanlar, ön lastiklerden biri patlamışsa, mümkün olduğu kadar fren yapmamaya çalışılması gerektiğini bildiriyor. Ön lastiklerden biri patladığı zaman, aracın, lastiğin patladığı yöne doğru kuvvetlice çekildiğini vurgulayan uzmanlar, bu durumda direksiyonla, aracın düz bir doğrultuda tutulmaya çalışılması ve yavaş frenleme ile durmasının sağlanması gerektiğini kaydediyor.

Uzmanlar ayrıca, taşmış dereler, nehirler veya büyük su birikintilerinin içinden geçerken, aracın hızının kesilmesi gerektiğini hatırlatıyor. Mütevazı bir aile otomobilinin, 25-30 santimlik su birikintisinden geçebilecek yetenekte olduğunu söyleyen uzmanlar, bu noktanın üstüne su geldiği takdirde, su damlacıklarını kuvvetli bir sprey gibi motorun üstüne püskürdüğünü, bu su bombardımanının da, bujilerin ve distribütörün ıslanmasına sebep olarak aracın stop etmesine yol açtığını belirtiyor.

### **Araçlarda yangın**

Araçlardaki yangının önüne geçilmezse, büyük bir facianın meydana gelebileceği uyarısında bulunan uzmanlar, buharlaşmış benzinin tutuşarak deponun alev almasına sebep olduğunu bildiriyor. Bir süre sonra da aracın infilak edebileceğini kaydeden uzmanlar, "Araçta duman tespit edildiği an araç durdurulmalı. Sonra anahtar üzerinde kontak kapatılmalı. Direksiyonun kilitlenmemesine dikkat edilmeli. Aksi halde, gerektiği takdirde aracın itilmesi mümkün olmaz. Bütün yolcular dikkatlice dışarı alınmalı. Motor kaputu kısmi olarak açılmalı.

Böylece alevlerin büyümesi önlenmiş olur. İmkân varsa akü kutup başı sökülmeli. Yangın söndürücü varsa kullanılmalı, yoksa battaniye veya oto kılıfından yararlanılmalı. Bu örtüler, alevlerin oksijen alıp büyümesini önleyecektir" tavsiyesinde bulunuyor.

### **Kayma esnasında**

Uzmanlar, aracıyla yokuş çıkarken geriye doğru kaymaya başlayan sürücülere de şu önerilerde bulunuyor:

"Ayağınızı yavaş yavaş gaz pedalından çekin ve zemine tutunma sağlanınca yavaş yavaş tekrar basın. Kayarken savrulmayı engellemek için direksiyonunuzu kayma yönüne doğru çevirin, kesinlikle tekerleklerin kızaklamasına sebep olacak şekilde frene basmayın.

Unutmayın, dönmeyen ön tekerleklere yön verilemez. Eğer kızakladıysanız, hemen fren basıncını azaltın ve tekerleklerin dönmelerini sağlayın ama sakın ayağınızı frenden tam olarak çekmeyin (ABS varsa sonuna kadar basmak gereklidir). Gaza gereğinden fazla basmışsanız ayağınızı gazdan çekin, frene çok bastıysanız frendeki basıncı azaltın, direksiyonu sert şekilde çevirmişseniz direksiyonu yumuşatın, ayağınızı debriyajdan sert çekmişseniz tekrar debriyaja basın."

### **Trafikte hayatta kalmak için**

- \* Otonuzu kullanırken yaptığınız iş, hayatınızın en önemli işidir.
- \* Otonuzun mekanik viteslerini kullanmadan önce beyninizi vitese takın.
- \* Bir probleme girmemek, problemi çözmeye çalışmaktan çok daha kolaydır.
- \* Trafik canavarlarla dolu bir arena değil, yaşamın büyük bir bölümünün zorunlu olarak geçirildiği çok riskli bir ortaklıktır. Trafiği paylaşan ortakların risklerini, ülke gerçeklerini en iyi değerlendiren sürücünün yaşam şansı çok daha yüksektir.
- \* Bir motorlu araçta en önemli faktör sürücüdür; otolar kendi kendilerine hiç bir şey yapmazlar, onlara yanlışı ve doğruyu yaptıran sürücülerdir.
- \* Bir otda sürücüden sonra en önemli faktör lastiklerdir. Lastikler yol ile olan yaşam bağınızdır. En güçlü motor ve en iyi fren sistemi ile donatılmış yüksek teknoloji ürünü bir otda bile ancak iyi lastikler ile güvenli sürüş yapılabilir. Orta büyüklükte bir otunun bir lastiğinin yere bastığı alan, bir avuç içi büyüklüğündedir.
- \* Lastiklerle ilgili yapılan yanlışlar yaşamlarla ödenir. Yere sağlam ve doğru basın. Otolar lastiklerin üzerinde değil, lastiğin içindeki havanın üzerinde gider. İnik lastik, ayağa bol gelen ayakkabıya benzer, değil koşmak yürümek bile olanaksızdır. Sıcak havada, yağmurda ve karda lastik havaları indirilmez. Karlı yol yüzeylerinde geniş lastik değil, dar lastik daha iyi tutunma sağlar.
- \* Görün ve görölün. Camlar, aynalar ve ışık donanımını temiz tutun. Kısa farlarınızı gündüzleri de yakın. Unutmayın en ölümcül kazalar gündüzleri güneşli günlerde ve düz yol kesimlerinde oluşur.
- \* Trafik 360 derecedir. Her görmediğiniz santimetre karenin arkasında bir tehlike gizlenir. Onun için aynalarınızı her 10 saniyede bir kontrol edin. Şerit değiştirirken başınızı sağ veya sol arkaya çevirip ölü noktayı kontrol edin.
- \* Direksiyon tek elle kullanılmaz. Tek elle ayakkabınızın bağcığını bağlayamayacağınız gibi. Direksiyonu her zaman iki elle ve 09:15 pozisyonunda tutun.
- \* Yalnızca etkin fren hayat kurtarır. En iyi fren dönerek yavaşlayan tekerleklerle yapılır. Dönmeyen, kızaklayan ön tekerleklere yön verilemez, dönen ön tekerleklere yön verilir.
- \* Otolar kendi kendilerine kaymazlar. Onları kaydıran sürücülerdir.
- \* Gidilen yol kesimine göre yapılan aşırı hız, amaca uygun olmayan eski veya inik havalı lastikler, gereğinden fazla gaz, gereğinden fazla fren, gereğinden fazla direksiyon hareketi ve ani kompresyon (vites küçültmelerde debriyaj pedalını ani bırakma) sürücü kaynaklı kayma hareketini başlatan faktörlerdir.
- \* Emniyet kemerini her zaman, her yerde ve tüm yolcularınıza taktırın.
- \* Sarı ışıktaki hareket etmeyin, kırmızı ışıktaki geçen kamyon ilk olarak size çarpar.
- \* Hoşgörü ve akılcılığı siz başlatın. Her isteyene yol verin. Birisine yol vermek en çok 5 saniyenizi alır. Bir günde 50 kez yol verseniz 250 saniye eder. Bu da 5 dakikanın altında bir zamandır. Hem trafiğe saygı ve hoşgörü katmış, hem de sinirlenmeden, gülümseyerek araç kullanmış olursunuz.

\* Doğru bilgi, tehlikeleri tanımak ve motorlu taşıtı daha iyi kullanmayı öğrenerek, beceriyi sağduyu ve saygı ile uygulamak, sürücülerin trafikteki tek yaşam şansıdır.

## **YANLIŞ BİLİNENLERİN DOĞRULARI**

### **- Usta sürücü, düştüğü problemenden kazasız sıyrılmayı bilir!**

Yanlış! Çünkü usta sürücü probleme girmeyen sürücüdür. Karşısına çıkabilecek her türlü tehlikeyi önceden görebilir, ona göre tedbirini önceden alır. Problemlerle uğraşmaz.

### **- Otobanda tamam ama şehir içinde emniyet kemeri takılmayabilir!**

Yanlış! Emniyet kemeri hayat kurtaran en önemli güvenlik gerecidir. 50 km/s hızda meydana gelen bir çarpışmada otonun içindekiler emniyet kemeri takmadıkları takdirde, 4 katlı bir binadan aşağı düşmeyle eşit şok yaşar.

### **- Arkada oturanlar için emniyet kemeri takmak gereksizdir!**

Yanlış! Motorlu araçlar bir yere çarptığında hemen durur, ancak içindeki yolcular aynı hızla bir yere çarpma kadar ilerlemeye devam eder. Arkada oturanların da yaşam haklarını kullanmaları ve emniyet kemerlerini takmaları gerekir. Her ne kadar henüz kanunen zorunlu olmasa da, yolcuların güvenliği için geliştirilmiş olan arka emniyet kemerleri de hayat kurtarır. Kazalarda en çok zararı emniyet kemeri bağlı olmayan yolcular görmektedir.

### **- Lastik havalarını düşük tutarsak, hem daha iyi tutunur, hem de daha konforlu olur!**

Yanlış! Lastik havalarının, aracın fabrika değerinin altında olmaması gerekir. Hatta yüke ve yolcu sayısına göre artırılmalıdır. Çünkü hava basıncı düşük lastiğin tabanı yere yayılarak daha iyi tutunma sağlamaz. Aksine tabanın ortası yukarı kalkar ve yol ile teması kesilir. Havası düşük lastiklerin yalnız omuz kısımları yere basar. Lastik hava basıncı düşükken; kayma hareketleri çok daha düşük hızlarda başlar, fren mesafesi uzar, direksiyon hareketlerine daha geç cevap alınır. Belki daha konforlu sürüş yaparsınız ama konforlu şekilde yoldan çıkabilir, konforlu şekilde çarpabilirsiniz!

### **- Sıcak havada, lastiğin ısınmasını dengelemek için lastik havaları indirilir!**

Yanlış! Lastiğin ısınmasının en büyük nedeni havanın sıcak olması değil, lastik hava basıncının düşük olması nedeniyle lastik yanaklarının daha fazla esnemesidir.

### **- Yağmurda inik lastik daha az kayar!**

Yanlış! Hava basıncı düşük lastikte su boşaltma kanalları kapandığı için yağmur suyunu çok daha az boşaltır. Hatta boşaltamaz ve su üzerine çıkma ve su yastığı üzerinde kayma (aquaplaning) çok daha düşük hızlarda başlar.

### **- Direksiyon saate göre 10'u çeyrek geçe tutulur!**

Yanlış! Direksiyon saate göre 9'u çeyrek geçe (9.15) tutulur. Bu pozisyon, acil bir durumda her iki yöne eşit miktarda direksiyonu çevirebileceğiniz tek pozisyonudur.

### **- En iyi koltuk pozisyonu, sürücünün en rahat ettiği pozisyonudur.**

Yanlış! Sürücünün doğru koltuk pozisyonu öncelikle otomobile hakim olabileceği ne çok uzak, ne de çok yakın bir pozisyonudur. Koltuk mümkün olduğunca dik olmalıdır. Direksiyon 9.15 pozisyonundayken kollar dümdüz olmamalıdır. İdeal dirsek açısı 120 ile 135 derece civarındadır. Evimizde TV seyrettiğimiz koltuk pozisyonu çok rahat olabilir, ama bu pozisyonda otomobile ve trafiğe hakim olabilmek çok zordur.

### **- Motorlu araçlar lastiğin üzerinde gider!**

Yanlış! Motorlu araçlar lastiğin içindeki havanın üzerinde gider. Eğer lastiğin içinde hava yoksa hiçbir yere gidemezsiniz. Doğru lastik havası, ayağınızdaki ayakkabı numarası gibidir. Ayağınızı sıkı veya bol gelen bir ayakkabıyla nasıl yürüyemezseniz, otomobilin yol tutuşu da aynı şekilde bozulur.

### **- Ani frenlerde önce frene basıp, durmaya yakın debriyaja basarsak, motor kompresyonundan faydalanıp daha kısa mesafede dururuz!**



Yanlış! En etkin yavaşlama frenle debriyaja aynı anda basılarak yapılır. Böylece fren sırasında motor devre dışı bırakılarak, motorun aracı ileri götürme kuvveti yok edilir.

**- ABS (Antiblokaj Fren Sistemi) mekanik frene göre çok daha kısa mesafede durdurur!**

Yanlış! ABS fren sistemi olan bir araç tekerleklerin kızaklamasını önler ve fren sırasında manevra yapılabilmesini sağlar. Ancak, daha kısa mesafede durdurmaz, daha güvenli şekilde fren yapılmasını sağlar.

**- Mekanik freni olan bir otomobilde fren pedalını pompalayarak daha kısa mesafede durulabilir!**

Yanlış! Pompalamak için ayak fren pedalı üzerinden her çekildiğinde, aracın ileri hareketi devam eder ve durma mesafesi uzar. Doğrusu; panik frende fren pedalı üzerindeki basıncı azaltarak lastiğin dönmesini sağlamaktır. Ancak ayak fren pedalından kaldırılmamalı ve fren yapmaya devam edilmelidir.

**- Doğru takip mesafesi hızın yarısıdır!**

Yanlış! Bu yöntem kullanışlı olmamakla birlikte, hata payı yüksektir. İdeal takip mesafesi (kuru havada) 2 saniye arkadan takip etmektir. Yağışlı havalarda veya yük durumunda bu süre 3-4 saniyeye çıkarılmalıdır.

**- Dörtlü ikaz (flaşör) tünele girince yakılır!**

Yanlış! Dörtlü ikaz sadece trafiğe tehlike yarattığınız durumlarda yakılır. Yani olası bir kaza veya arıza halinde. Tünelde kısa farların açık olması yeterlidir.

**- Gündüz kısa farları yakmak trafiktekilerin gözünü alır!**

Yanlış! Gündüz kısa far yakmak, daha erken fark edilmenizi ve size tehlike yaratacak olan kişilere kendinizi daha erken göstermenizi sağlar. Gece yakılan kısa farlar gözümüzü daha çok alır. Sadece kapalı ve yağışlı havalarda değil, güneşli havalarda ve hızlı yol kesimlerinde de kısa farların açılması kendi sürüş güvenliğinizi için önemlidir.

**- Çocukları uyarmak için korna çalınır!**

Yanlış! Çocukları uyarmak için korna çalınmaz! Korna onların paniğe kapılıp beklenmedik bir reaksiyon vermelerine yol açar. En iyisi iyice yavaşlamak ve gerekirse durmaktır.

**- Yoğun siste en iyi gitme yöntemi dörtlü ikazları yakmaktır!**

Yanlış! Yoğun siste en iyi gitme yöntemi hiç gitmemektir. Çünkü siste daha iyi gören sürücü yoktur, daha çok risk alan sürücü vardır. Görüş mesafesi yeterliyse siste sarı camlı gözlükler kullanmak, sis lambalarını ve kısa farları yakmak, silecekleri çalıştırmak, yerin kayganlaştığını dikkate almak, takip mesafesini artırmak ve sollama yapmamak daha güvenli yol almanıza yardımcı olur.

Unutmayın!

Hayatınız boyunca ölümlü bir trafik kazası geçirme olasılığınız % 33' tür. Rus ruletinde bile bu oran %17'dir. Lütfen, trafikte araç kullanmanın bir yaşam işi olduğunu hiçbir zaman aklınızdan çıkarmayın.

**Periyodik Bakımlar:**

**Günlük, haftalık, aylık bakım ve kontroller**

Üretici firma tarafından verilen kullanma kılavuzuna göre her araca belirli bir km veya süre dolunca bakım uygulanır. Periyodik bakım ve kontroller firmadan firmaya değişmekle beraber genellikle 10-15 bin km aralığında yapılır.

Yetkili servislerde uygulanan bakımların dışında; sürücünün kendi kendine yapması önerilen bazı kontroller de var. İşte bunlardan birkaçı:

**Günlük kontroller**

Sabahları araca binmeden önce lastiklerin havasının kontrolü

Aracın park edildiği yerde yağ veya sıvı izleri olup olmadığının kontrolü

Kış mevsiminde donmuş olabileceği düşünülerek sileceklerin cama yapışıp yapışmadığının elle kontrolü

Kontak açıldıktan sonra göstergede bulunan ikaz lambalarının kontrolü

Yola çıkmadan önce ışıklandırma (farlar, sinyaller, fren lambaları vs.) kontrolü

### **Haftalık kontroller**

Sıvı seviyelerinin gözle kontrolü (radyatör genleşme kabı üzerindeki max işareti, silecek sıvısı)

Motor yağ seviye kontrolü

Hidrolik yağ seviye kontrolü

Özellikle ağaç altına park edilen araçlarda, motor kaputunun, havalandırma mazgallarının yaprak ve yabancı maddelerden arındırılması ve su tahliye deliklerinin gerekirse temizlenmesi

Silecek lastiklerinin ıslak bir bez ile temizlenmesi

### **Aylık kontroller**

Boya üzerinde çizik veya taş yaraları kontrolü (derin çiziklere servis müdahalesi gerekir)

Emniyet kemerlerinin nemli sabunlu bez ile tozdan arındırılması

Yıkama esnasında özellikle jantların balata tozundan ve yabancı maddelerden arındırılması

Araç üzerinde olabilecek sanayi artıkları, kuş pisliği veya ağaçlardan dökülen reçine türü yapışkan veya agresif çevre etkenlerinin temizlenmesi

Yapılan km' ye göre lastiklerin detaylı gözle kontrolü (diş derinlikleri, yaralanma veya yarıma izleri) Araç iç temizliği, var ise deri koltukların kullanım kitabında belirtildiği üzere temizliği

### **Antifriz suyun donmasını nasıl önler?**

Arabamızın motoru arabayı yürütecek gücü sağlarken bir yandan da ısı üretir. Motor bloğu içinde devamlı dolaşan su ile motor soğutulur.

Motordan aldığı ısı ile ısınan bu su da radyatörde havanın yardımıyla soğutulur.

Kapalı bir çevrimde ve ideal ısı dengelerinde devamlı oluşan bu olayın farkına biz ancak, herhangi bir arıza durumunda soğutma olayı yetersiz kaldığında, radyatörden buharlar çıktığında, yani bilinen tabiri ile arabamız hararet yaptığında varırız.

Kışın soğuk aylarında, hava sıcaklığı sıfırın altına düşünce, arabamız kapı önünde hareketsiz halde iken bu soğutma suyu da her su gibi donabilir. Donunca genişler ve yaptığı basınçla motor bloğunu çatlatır. Bu olayı önlemek için suyun içine, sıfırın çok altındaki derecelerde bile donmasına mani olacak 'antifriz' dediğimiz sıvı ilave edilir.

Motorun soğutma suyunun i ne ne oranda antifriz konulacağını, o bölgede olabilecek en düşük hava sıcaklığı belirler. O zaman şöyle düşünülebilir. Tam emniyetli olması bakımından, soğutma suyunun yerine niçin tamamen antifriz doldurmuyoruz? Antifriz oranı yüzde yüzü bulunca sıcaklık ne kadar düşerse düşsün maksimum korunma sağlanmış olmaz mı?

Hayır, olmuyor. Mantıken ters gelebilir ama belirli orandan fazla konulan antifriz bu sefer de tamamen ters tepki veriyor. Suya yüzde 50 oranında katılmış antifriz -37 derecede donarken, antifrizin kendisi yani saf antifriz -12 derecede donuyor.

Suyla karışabilen her şey onun sıfır derece olan donma noktasını düşürür. Yani donma derecesini düşürmek için suya toz şeker, şurup hatta aküdeki asit bile konulabilir. Hepsi de bir dereceye kadar aynı işlevi görür ancak hiçbiri diğer tehlikeli yan etkileri bakımından tavsiye edilmez.

İlk otomobillerde şeker ve balın antifriz olarak kullanılmaları denendi, sonraları ise alkolde karar kılındı. Ancak bu sefer de alkolün kaynama noktası düşük olduğundan motor sıcakken sorun çıkardı. O halde ideal antifrizin donmayı önlemesi ama aynı zamanda da suyun

kaynamasına sebep olmaması gerekiyordu. Günümü de bu amaçla 'etilen glikol' denilen renksiz kimyasal bir sıvı kullanılıyor.

Suyun içine katılan kimyasalların donmayı önleme özelliği, suyun ve buzun moleküler yapıları ve antifrizin bu yapılara olan etkisinden ileri geliyor. Bilindiği gibi tüm sıvılarda olduğu gibi suda da moleküller serbest ve düzensiz halde, katılarda (buzda) ise sabit ve düzgün bir yapıdadırlar. Su donarken önce moleküllerinin hareketleri yavaşlar sonra da düzgün ve sabit bir pozisyona gelirler yani kristalleşirler. İşte antifrizin buradaki rolü, moleküllerinin su molekülleri ile birleşerek onların buz kristalleri oluşturmalarına mani olmaktır.

Peki öyleyse ortada su yokken antifriz kendi kendine niçin daha çabuk donuyor? Çünkü suya katıldığında antifrizin su moleküllerine yaptığını su da antifriz moleküllerine yapar. Donmayı önlemek daha doğrusu geciktirmek iki taraflı çalışır, su da antifrizin donma derecesini düşürür. Sonuç olarak arabanın soğutma suyuna önerilenden fazla antifriz konmasının hiçbir faydası yoktur aksine zararı vardır.

## **Güvenli Sürüş İpuçları**

Kullandığınız aracın tipi ne olursa olsun, doğabilecek tehlike ve zararlardan uzak kalmak istiyorsanız aşağıda sıralanan temel güvenlik stratejilerini dikkate almalısınız.

- İyi bir sürüş pozisyonu elde edin. Koltuğu, elinizi uzattığınızda bileğiniz direksiyonun en üst kısmına uzanacak konuma ayarlayın. Kafa koruyucuyu kafanızın tam arka kısmına gelecek fakat kafanıza değmeyecek biçimde ayarlayın. Direksiyonu simetrik olarak, saat 3 ve 9 konumlarında tutun. Böylelikle onu sağa ve sola daha çabuk ve tam istediğiniz kadar döndürebilirsiniz. Elinizi direksiyon simidinin tam üstünde tutarsanız, bir tehlike anında hava yastığı şişerse kolunuzu kırabilir ya da yüzünüze çarpabilir.
- Kontrol edin. Aracı hareket ettirmeden ve durdurmadan önce her şeyin yolunda olup olmadığını kontrol edin.
- İniş sırasında dikkat! Özellikle taşıtın sol tarafındaki kapılar, olmak üzere taşıtın kapıları yoldan başka taşıt, bisikletli veya yaya gelmediğinden emin olunmadan açılmamalıdır.
- Pür dikkat! Araç kullanırken sürekli dikkatli olun ve genellikle sağ tarafa dikilmiş olan trafik işaretlerini asla gözden kaçırmayın! Ters yöndeki işaretleri arka tarafından yorumlamaya çalışmayın. Sürüş halinde iken araçtakilerle konuşmak durumunda olduğunuzda, gözünüzü yoldan ayırmayın. Kazaların çok görüldüğü bilinen yol ve kavşaklarda daha da dikkatli olun. Bu durumda alkolle ilgili yasak ve sınırlamaları tartışmak yararsızdır. Almanya'da alkol sınırı % 0.05'e indirilmiştir.
- Akışa uyun. Koşullar elverdiğince trafik akışına uyun. Aşırı hız farklılıkları tehlikeli olabilir.
- Hız limitlerine uyun. Kazaların çoğunun nedeni aşırı hız ve dikkatsizce yapılan hareketlerdir. Trafik işaret levhalarındaki hız sınırlarının, müsaade edilen maksimum hızlar olduğu ve ancak trafik, hava ve yol koşulları uygunsa uygulanabileceği unutulmamalıdır. Yol boş ve polis kontrolü yoksa bile hız sınırlarını aşmamaya özen gösterin. Seyahat ettiğiniz yolların hız limitlerini samimi olarak bilin. Bunlar; şehir içi, şehir dışı ve otoyol hız limitleri olmak üzere, sadece üç tanedir. Aksi bir işaret bulunmadıkça bunlar geçerlidir.
- 6. vitesi kullanmayın. Yokuşları çıkabileceğinizi tahmin ettiğiniz vitesle inin. Yokuş aşağı inişlerde asla vitesi boşa almayın ve hızınızı artırmamaya özen gösterin. Aksi halde sürüş kontrolünü kaybedebilirsiniz.
- Çok yaklaşmayın. Şehirlerarası yollarda başka araçlara çok yaklaşmazsanız, onların yapacağı kazalara karışmamış olursunuz.
- Trafiği izleyin. Yolun ilerisine bakarak, herhangi bir probleme yaklaşmadan önce onu anlayın. Aynalarınıza da sık sık göz atın.
- Geçebilecek misiniz? Geçmek istediğiniz aracın hızından yeterince yüksek hızda iseniz geçiş yapabilirsiniz.
- Daha sonrasını düşünün. Muhtemel acil trafik durumlarını sürekli olarak düşünerek, kurtulma planları yapın.

- Sol şeritkolik olmayın. Sol şerit, hızlı sürüş şeridi değil geçiş şerididir. Geçişler dışında sol şeridi boşaltın. Hız yapanları yavaşlatmaya da çalışmayın. Bırakın polisliği polisler yapsın.
- Far yakın. Gece sürüşleri dışında, şehirlerarası yollarda, yağmurlu ve sisli havalarda gündüzleri de farlarınızı açık tutun. Bu daha iyi görülmeyi sağlayarak karşıdaki sürücülerin daha dikkatli olmalarını sağlayacaktır. Gece sürüşlerinde farlarınızın karşıdan gelen taşıtın sürücüsünün gözünü almaması için, geçiş süresince kısa far durumuna getirmeyi de unutmayın.
- Sinyal verin. Şerit değişimleri ve dönüşleriniz öncesinde sinyal vererek diğer sürücülere niyetinizi bildirin.
- Sola dönmek için bekleyin. Trafikte durup sola dönmek için beklerken, yol serbest hale gelinceye kadar tekerleklerinizi ileriye doğru düz tutun. Eğer tekerleklerinizi sola doğru kırarak beklerseniz, birisi size arkadan çarptığında sizi karşıdan gelen trafiğin önüne iter. Ayrıca, ilerinizde bir engel gördüğünüzde, hemen diğer şeride geçmeden önce o şeritteki trafiği kontrol edin ve onlara yol verin.
- Sağa dönüş Kırmızı ışıkta sağa dönüş yapılamaz. Sadece bazı kavşaklarda, dönüş için ayrı bir ışık bulunuyor ve yeşil yanıyor veya özel olarak dönüş yapılabileceği belirtilmişse, diğer yoldaki trafiğe dikkat edilerek dönüş yapılabilir.
- Girişlere yardımcı olun. Çok şeritli yollarda sağ şeritte ilerlerken, trafiğin elverdiği ölçüde ve geçici olarak bir iç şeride geçerek, sağdan giriş yapan araçlara güvenli ve düzgünce giriş yapabilmeleri için yardımcı olabilirsiniz.
- Doğru zamanda fren yapın. Dönüslere gelmeden önce uygun hıza yavaşlayın. Dönüşün ortasında yapacağınız sert fren aracınızın dengesini bozar.
- ABS'yi deneyin. Aracınız kilitlenmeyi önleyici fren sistemiyle donatılmışsa, ilk kez karşılaştığınızda pedal titreşim ve gürültüleri sizi şaşırtabilir. Bu nedenle, ABS'nin nasıl hissedildiğini anlamak üzere, acil bir durumu beklemeden, yağmurlu bir günde kumlu, kaygan bir yol veya boş bir park alanı bularak, ABS'yi uyarmak üzere sert bir fren yapın.
- Araç kullanırken telefonu kullanmayın. Araştırmalara göre, araç kullanılırken yapılan telefon konuşmaları kaza riskini dört kat kadar artırmaktadır. Risk, "hands-off" veya kulaklıklılı telefon kullanımında da aynıdır.
- Gece görüşünüzü koruyun. Yaklaşan farlara fazla bakmayın. Körleştiriyorsa, bakışınızı yolun sağ kenarına yoğunlaştırın.
- Uykunuzu alın. Uykulu iken araç kullanmayın. Gözleriniz bir noktada sabit kalıyorsa bu tehlike işaretidir. Bulduğunuz en yakın güvenli yerde sağa çekerek birkaç dakikalık bir şekerleme yapın.
- Güvenceye alın. Kısa süreli de olsa, aracınızı terk ederken güvenceye alın. Yani, düşük vitese takarak el frenini çekin, camları kapatarak kapıları kilitleyin. Eğer arabada sizden başka kimse yoksa kredi kartıyla ödeme yapmaya giderken bile kapıları kilitleyin.

## **YAKIT TÜKETİMİNİ EN AZA İNDİRECEK PÜF NOKTALAR**

Benzine neredeyse gün aşırı gelen zamlardan yaka silkmeye başladığınızda aslında hayallerinizi süsleyen hem konforlu hem de az yakıt tüketen bir otomobile sahip olmanız hiç de zor değil. Bunun için bilmeniz gereken yakıt tüketimini en aza indirecek püf noktalar;

Lüksünün yanında, yakıt tüketimi de otomobillerin tercih edilirliliğini artırıyor. Öte yandan hep merak edilen konular, aracın ne kadar benzin yaktığı, eğer fazla yakıyorsa bunun nedenleri ve yakıt tüketimini en aza indirmenin yolları oluyor.

Örneğin aşağıdaki belirtileri hissettiğinizde, aracınızın fazla yakıt yaktığını anlarsınız. Nasıl anlayacaksınız?

- Motorun çekişinde azalma olur.
- Egzoz gazı siyah, göz yaşartıcıdır, benzin kokar.
- Egzoz kuyruk borusu içinde karbon isi oluşur.

- Egzozda patırtılı sesler olur
- Motor soğukken kolay, sıcakken güç çalışır.
- Bilinen miktarda benzinle yapılan kilometrede azalma olur.

Teşhisi doğru koyun Aracınızın fazla yakıt yakıp yakmadığının tespitini yapmak için, bir litre benzinle kaç kilometre yol gittiğinizi bilmeniz gerekiyor. Bunun için yakıt deponuzu, tabanca otomatik olarak yakıtı kesinceye kadar doldurun. Bu sırada kilometre saatinizi okuyun.

Diyelim ki; 58.500 km.'de olsun belirli bir yol gittikten sonra aynı istasyonda ve aynı tabancadan yine tabancanın otomatik durmasını esas alarak deponuzu bir kere daha tam doldurun. Kaç litre benzin aldığınızı bir kenara yazın. Kilometre saatini tekrar okuyun. Toplam kilometre 58.750 ve deponun aldığı benzin 25 litre olsun.

Şimdi toplam kilometreden, ilk toplam kilometreyi çıkartırsak ( $58.750-58.500=250$ ) gittiğimiz toplam kilometre bulunur (250 km). Bunu aldığınız yakıt miktarına böldüğümüzde ( $250:25=10$ ) aracınızın bir litre yakıt ile kaç kilometre yol gittiği ortaya çıkar.

Bir araçta yakıt tasarrufundan bahsetmeden önce, fazla yakıt harcamasının nedenlerini açıklamak yerinde olur. Aracın fazla yakıt harcamasının nedenlerini iki grupta toplamak mümkündür. Birincisi araçtan kaynaklanan kusurlar, ikincisi ise sürücüden kaynaklanan kusurlar. Araçtan kaynaklanan kusurlar: Aşağıdaki tavsiyelerin bir kısmı bakım teknisyeni tarafından yapılabilir. Ama sizin tarafınızdan yapılabilecek basit onarım ve bakımlar da vardır. Bu bakımlar kesinlikle rastgele bir tamirciye değil uzman ve yetkili bir servise yaptırılmalı.

Bu bakım ve kontroller:

1. Motorunuzun ayar ve bakımlarını (her 5.000 km.'de) ve uzman kişilere yaptırın.

Bu ayar bakımlarında;

- Hava filtresinin temizliğine dikkat edin. Tıkanmış hava filtresi yakıt tüketimini artırır.
  - Hava filtresini yaz veya kış durumuna göre takın.
  - Distribütör platin ayarını katalog değerine ayarlatın. Değerinde olmaması yakıt tüketimini artırır.
  - Akümülatör ve bağlantı kablolarının bozukluğu motor verimini düşürür. Değerinde olmaması yakıt tüketimini artırır.
  - Bujilerin arızalı ve ayarsız olması yakıt tüketimini yüzde 10 artırır.
  - Karbüratörün bakımını yaptırın.
  - Rölanti devri katalog değerinde olmalı. Yüksek devir yakıt tüketimini artırır.
  - Bakım teknisyeninizin, rölanti devri ayarını gaz analiz cihazı ile yapılmalı. Sıkı ve tutukluk yapan bir gaz pedalı yakıt tüketimini artırır.
2. Fren balataları ayarsız ve sıkı ise tekerlek dönüşü zorlanır. Yakıt tüketimi artar.
3. Debriyajın kaydırması yakıt tüketimini artırır.
4. Ön düzen ayarlarını her 10.000 km 'de bir kontrol ettiren.
5. Lastik havaları uygun basınçta olmalıdır. Havası az olan lastikte yuvarlanma güç olduğundan yakıt tüketimi artar.

Sürücüden kaynaklanan kusurlar:

Sürücü aracı kullanırken aşağıdaki hususlara dikkat ettiğinde daha az benzinle daha çok kilometre yapabilir. Öncelikle az benzinle çok kilometre gitmenin yolu sabırdan geçer sözünü unutmamalım. Eğer ekonomi sizin için ön plandaysa aşağıdaki önerilerimizi dikkatlice uygulayın.

1. Önünüzdeki aracı çok yakından takip etmeyin. Zira devamlı olarak aracınızı frenler ve gazlarsınız. Bu durum ilave benzin pompalanmasına neden olur. Ani fren ve ardından gaz basmak yakıt tüketimini yüzde 5 artırır.

2. Şehirlerarası yolda en verimli hız 80-90 km. arasındadır. 90 km 'nin üstünde her kilometre yakıt tüketimini yüzde 1 arttırır. Son vitesteki 90 km 'lik hız yaklaşık 3.000-3.300 motor devrine eşittir. Diğer viteslerde de motorunuzu 2.750-3.000 devirler arasında çalıştırın (Bunun için takometreden faydalanın).

3. Motorunuzun harareti (ısı) yakıt tüketimini etkiler.

- İlk hareketten önce motorun ısınması için en fazla 30 saniye bekleyin. Fazla ısınmasını beklemek yakıt tüketimini arttırır.
- Ancak şehirlerarası yola çıkarken, hareket göstergesinin normale yaklaşmasını bekleyin.
- Kışın motorunuzun çok soğumaması için radyatör önünü gazete kâğıdı ya da benzeri bir şeyle kapatın.
- Soğuk motorda yakıt sarfiyatı fazladır. Motor tam ısınmadan yapılan yolculuklardan (özellikle kısa mesafelerden) kaçının. Böyle durumlarda aracınız yüzde 25 daha fazla yakıt harcar.

4. Yakıt deponuzun hatalı doldurulması yakıt tüketimini arttırır. Deponuzu doldururken aşağıdaki noktalara dikkat edin.

- Deponuzu mümkünse pompanın yavaş hızı ile doldurun.
- Depo hiçbir zaman ağzına kadar doldurulmamalı.
- İmkânınız varsa sabah veya akşamın geç saatlerinde deponuzu doldurun.
- Depoyu daima dolu bulundurun. Çünkü az benzinde buharlaşma daha fazladır.
- Özellikle dizel motorlu araçlarda, günlük iş bitiminden sonra depoyu kaliteli motorinle doldurun.
- Bir istasyonun pompasına yanaştığınızda pompanın para kısmının bilhassa sıfırlanmasına dikkat edin.
- Aracınızın motoru hangi benzine göre uyarlanmışsa (süper-normal-kurşunsuz) ona göre benzin kullanın.
- Yakıt deponuzun kapağı kilitli tip olmalı.

## **ARABANIZA BİNER BİNMEZ DERHAL PENCERELERİ AÇIP ARABANIZI HAVALANDIRIN VE DE KLİMALARI HEMEN AÇMAYIN**

Araba panosu, koltuklar vs. benzen üretir. Bu da kansere neden olan bir toksindir (arabanızda ısınmış plastik kokusunu anımsayın.) Bu toksin kansere neden olabilen özellik taşır; ilaveten kemiklerinizi zehirler, lösemiye, alyuvarların azalmasına, ayrıca da düşük yapmaya da neden olabilir.

İç mekânlarda kabul edilebilir benzene seviyesi 0.01 metrekarede 50 mg'dır.

Kapalı alana park edilmiş arabalarda bu oran 0.01metrekarede 400-800 mg seviyesine çıkar. Havanın sıcaklığının 17 derece ve üstü olan dış ortamlarda ve de güneş altında park edilmiş arabaların içindeki benzen seviyesi ise kabul edilir seviyenin 40 katına ulaşır (0.01 metrekarede 2000-4000 mg benzene)

Dolayısıyla arabanın içindeki insanlar mutlaka bu zararlı havayı solumak zorunda kalırlar...

Arabanıza binerken, pencere ve kapılarınızı açıp arabanızı çok iyi havalandırınız.

Benzen vücuttan atılması çok zor bir toksindir ve de böbrek ve ciğerleriniz için de son derece zararlıdır

## **OTOPARKLARDA ARACINIZ ZARAR GÖRÜRSE**

T.C. Yargıtay Onüçüncü Hukuk Dairesi

Esas No: 2003/5039 Karar No: 2003/8870 Tarihi: 01.07.2003 MAHKEME KARAR ÖZETİ:  
"Dava, davacının aracını belli bir ücret karşılığı davalının işlettiği otoparka bıraktıktan sonra

aracından bir kısım eşyaların çalınması nedeniyle BK'nın 462. maddesinde düzenlenen vedia ilişkisine dayanarak açtığı tazminat istemine ilişkindir.

BK'nın 463. maddesine göre; vedia (saklama), bir sözleşmedir ki onunla saklayıcı, saklatınca kendisine bırakılan taşınır bir malı kabul etme ve onu güvenli bir yerde koruma borcu altına girer.

Olayda, otopark işletmecisi olan davalı sözleşmenin kendisine yüklediği güven ve özenle koruma borcuna aykırı davranmıştır. Ayrıca, otopark biletinin arkasında yer alan, araçta meydana gelecek hasar ve kayıp eşyadan sorumlu olmayacağına, dair matbu ifade ile güvenle saklama ve özen borcunu bertaraf edemez.

Davalı gibi böylesine büyük ve toplumun belirli bir kesimine hitap eden iş merkezinin otoparkına aracını bırakan kimselerin araçlarından ve içerisindeki eşyalarının güvenliğinden kaygı duymamaları gerekeceğinden, davacı oluşan zararını istemekte haklı olup davacı ve davalı otopark işletmecisi olan şirketin delil ve karşı delilleri toplanarak işin esası incelenip sonucuna göre bir karar verilmelidir."

Bu sebeple araçlarınızı bırakmak durumunda kaldığınız otoparklardan mutlaka otopark biletinizi isteyiniz. Bu bir takım maddi zararlarınıza ve otopark işletmesine karşı elinizde önemli bir ispat vasıtasıdır. İkinci olarak, otoparkta beklediği süre esnasında aracınızda bir hasar meydana gelmişse, yerinden kıpırdatmadan derhal polis çağırarak aracınız üzerinde ve yerinde tespit yaptırınız.

Ö. Faruk TURAN

Deva Sigorta Aracılık Hiz. Ltd. Şti.

ANADOLU HAYAT EMEKLİLİK & ANADOLU SİGORTA ACENTE LİĞİ

## **OTOPARK HAKKI...**

Ankara AŞTİ'deki otopark sorununu yaza yaza dilimizde tüy bitti.

Kimse ilgilenmedi. Tüketiciler Birliği nihayet el atmış konuya.

Başkan Bülent Deniz diyor ki: "25.02.2004 tarihli Karayolları Yönetmeliği'nin 51. maddesi, 'Yolcuları terminale getirmek veya terminalden almak üzere 25 dakikayı geçmeyen giriş ve çıkışlarda' özel otomobillerden hiçbir şekilde ücret alınmaz" hükmünü getirmektedir. Vatandaşlarımız, otogarlarda 25 dakikayı geçmeyen beklemelemlerde ücret ödemeyi reddetmeli, konuyu "bilgi@tuketiciler.org" adresimize bildirmelidir."

## **TÜKETİCİ ŞİKÂyetLERİ İÇİN**

Değerli Tüketiciler;

Bu sayfa sizlerden gelen şikâyetlerin hızlı ve pratik olarak yanıtlanması amacıyla hazırlanmıştır. Şikâyet formunu eksiksiz olarak doldurduğunuz takdirde size bir Şikâyet Numarası ve Şifre verilecektir. Bu numarayı ve şifreyi unutmayın. 'Şikâyet Takip Sayfası' bölümüne verilen numara ve şifre ile giriş yaparak şikâyetinizle ilgili her türlü veriye ulaşabilecek ayrıca çözüm yolları hakkında bilgi alabileceksiniz. Şikâyet Numaranızı ve Şifrenizi unuttuğunuz takdirde [tuketici@tuketicimerkezi.org](mailto:tuketici@tuketicimerkezi.org) adresine mail atarak yardım isteyebilirsiniz. Türkiye'de bulunan Sivil Toplum Örgütleri arasında bir ilk olma özelliği taşıyan bu sistemi tüketicilere kazandıran Ahmet SAVAŞ'a teşekkürlerimizi sunarız.

### **Şikâyeti Bildirmek için tıklayın:**

[http://www.tuketicimerkezi.org/yeni/sikayet\\_bildir.php](http://www.tuketicimerkezi.org/yeni/sikayet_bildir.php)

Formu doldururken lütfen eksiksiz olmasına dikkat edin. Sorun ile karşılaştığınız takdirde [tuketici@tuketicimerkezi.org](mailto:tuketici@tuketicimerkezi.org) adresine mail atabilirsiniz.

Bildirdiğiniz Şikâyeti Takip Etmek için tıklayın:

[http://www.tuketicimerkezi.org/yeni/sikayet\\_no\\_takip.php](http://www.tuketicimerkezi.org/yeni/sikayet_no_takip.php)

Şikâyetlerinizin on-line takibi için: Şikâyet Takip Sayfasını kullanabilirsiniz.

Tüketici Mahkemelerine hitaben hazırlanan dilekçe örneklerini bilgisayarlarına indirebilirsiniz.

[1\) BİLGİ EDİNME BAŞVURU FORMU](#)

[2\) KAPIDAN SATIŞLARDA CAYMA BİLDİRİM BELGESİ](#)

[3\) SATIN ALINAN HİZMETİN AYIPLI ÇIKMASI \(Tüketici Mahkemesi'ne\)](#)

[4\) SATIN ALINAN HİZMETİN AYIPLI ÇIKMASI \(Tüketici Sorunları İl / İlçe Hakem Heyeti Başkanlığı'na\)](#)

[5\) SATIN ALINAN MALIN AYIPLI ÇIKMASI \(Tüketici Mahkemesi'ne\)](#)

[6\) SATIN ALINAN MALIN AYIPLI ÇIKMASI \(Tüketici Sorunları İl / İlçe Hakem Heyeti Başkanlığı'na\)](#)

[7\) YETKİLİ SERVİSİN 15 İŞGÜNÜNÜ GEÇİRMESİ VE/VEYA AZAMI TAMİR SÜRESİ 30 İŞGÜNÜNÜ GEÇİRMESİ](#)

[8\) SÖZLEŞMEDEKİ HAKSIZ ŞARTLAR](#)

[9\) TAKSİTLİ SATIŞTA / KAMPANYALI SATIŞTA SÖZLEŞMENİN BİR NÜSHASININ TARAFIMA VERİLMEMESİ](#)

[10\) KULLANMA KILAVUZUNUN VERİLMEMESİ](#)

[11\) ÜRÜN GARANTİ BELGESİNİN VERİLMEMESİ](#)

[12\) YETKİLİ SERVİS İSTASYONUNUN BULUNMAMASI VEYA YETKİLİ SERVİSİN YEDEK PARÇA STOKUNUN EKSİK VEYA BULUNMAMASI](#)

[13\) TÜKETİCİ KREDİ SÖZLEŞMESİNİN TEK NÜSHA OLARAK DÜZENLENMESİ VEYA DÜZENLENEN BİR NÜSHASININ VERİLMEMESİ](#)

[14\) SERGİLENEBİLİR VEYA SATILAN ÜRÜNDE FİYAT ETİKETİNİN BULUNDURULMAMASI \( Belediye Başkanlığı, Tüketici Sorunları İl / İlçe Hakem Heyeti Başkanlığı'na\)](#)

[15\) REKLAM KURULU ŞİKAYET DİLEKÇESİ](#)

[16\) ABONELİK SÖZLEŞMESİ](#)

[17\) DEVRE TATİL SÖZLEŞMELERİ](#)

[18\) PAKET TUR SÖZLEŞMESİNİN VERİLMEMESİ](#)

[19\) KAPIDAN SATIŞ FİRMASI ŞİKAYET DİLEKÇESİ](#)

[20\) MESAFELİ SATIŞ ŞİKAYET DİLEKÇESİ](#)

[21\) KREDİ KARTI SÖZLEŞMESİNE UYGUN OLMAYAN DURUMLARLA İLGİLİ ŞİKAYET DİLEKÇESİ](#)

## **TÜRKÇE KULLANMA KILAVUZU OLMAYAN ÜRÜNLER İÇİN NE YAPMALIYIM?**

Belki biliyorsunuz ama ben gene de faydalı bulduğum için yolluyorum.

"Türkçe kullanma kılavuzu olmayan ürünler için ne yapmalıyım ?" sorusuna cevap!

Türkçe kullanım kılavuzu olmayan bir ürün satın aldınız ve özelliklerini öğrenmek için kullanım kılavuzuna göz atmak istediniz. Ancak kılavuzun birçok dilde yazılmış olduğunu ve içinde Türkçe çevirisinin bulunmadığını gördünüz.

Sinirleniyorsunuz ve ülkemizde satılan bir ürünün nasıl Türkçe kılavuzunun olamayacağını, üreticinin veya ithalatçının bu kadar mı düşüncesiz-darsız olduğunu, Türkiye'nin ve vatandaşlarının bu kadar mı değersiz görüldüğünü sorgulamak istiyorsunuz ama elinizden bir şey gelmiyor.

Sanırım bu duruma düşen milyonlarca tüketici vardır. Artık böyle bir rezaletin önüne geçebilmek için sizin de yapabileceğiniz şeyler var.

Almış olduğunuz yerli ya da ithal malın Türkçe Kullanım Kılavuzu yoksa Sanayi ve Ticaret Bakanlığı 'na şikâyet ediyorsunuz. Satan şirkete ürün başına 156 YTL ceza veriliyor ve Türkçe kılavuzun da size ulaştırılması sağlanıyor.

Sizler de şikâyetinizi <http://www.sanayi.gov.tr> adresinden Tüketici Şikâyetleri bölümüne bildirin, duyursanız şirketlere gereken cezaların verilmesini sağlayın.



9 MİLYONLUK YUNANİSTAN İÇİN YUNANCA KULLANMA KILAVUZU HAZIRLANIRKEN, 75 MİLYONLUK ÜLKEMİZ İSE AYNI DÜZEYDE ÖNEMSENMİYOR, NİYE Mİ ?..

Ülkemiz ve Türkçe `miz bu saygıyı hak ediyor.

## **BU KADAR SAF OLMAYIN**

LÜTFEN bu kadar saf olmayın. Bu kadar dikkatsiz davranarak milletin ekmeğine yağ sürmeyin artık. Saflığın boyutu ileri derecelerde...

Neden mi bahsediyorum? Tabii ki güzel memleketimin saf internet kullanıcılarından.

Sevgili arkadaşlarım.

1. Bir yere üye olduğunuz için fidan dikilmez!
2. Bir yerde oy kullandığınız için Türkiye'de bir kanun teklifi yasalaşmaz!
3. Bir maili 10 kişiye gönderirseniz dileğiniz yerine gelmez, bu saflıktan da öte bir şey kusuruma bakmayın bu salaklık resmen.
4. Bir maili ne kadar çok kişiye gönderirseniz o maili Microsoft veya AOL gibi büyük firmalar takip edip o kadar para yardımı falan yapmaz!
5. Evet bunu da gördük: Microsoft servetini falan dağıtmıyor arkadaşlar!
6. LC Waikiki satılmadı!
7. Domino's Pizza domuz yağı/eti kullanmıyor!
8. Gerçekte yardım bekleyen yanan bir çocuk yok. Varsa da aynı çocuk yıllar önce zaten bir kez yanmıştı!
9. Hastanede kan bekleyen öyle bir vatandaşımız yok!
10. Coca Cola `yı tersten okuyup yorumlayabilen arkadaşlarımızı da ödüllendirmek istiyoruz.
11. Doları katlayınca pentagonun yanmış resmi oluyormuş. Az daha katlayınca ikiz kulelerin yanmış şekli çıkıyormuş. Evet, arkadaşlar bunu da gördük ki dolar, pentagon ve ikiz kulelerin inşasından çok daha önce şu andaki halini almış.
12. Bu maili sana yollayana da yolla. Dostluğumuz pekişsin diyenlere sesleniyorum. Aynı maili göndermeyin. Başka şey yollayın kardeşim!
13. Nike logosunda aslında Allah yazısı gizliymiş! Hayal gücünüze hayran oldum, gidip bilimkurgu romanları yazın daha iyi.
14. Türk polisi e-posta trafiğini takip etmiyor!
15. Sinemada koltuğumuzun altına AIDS virüsü taşıyan iğne yerleştirebilen psikopat arkadaşlarımız varmış. Bu kişilerin devlet tarafından halk eğitim merkezlerinde el sanatları alanında hoca olarak istihdam edilmelerini istiyoruz.
16. MSN Listenize biri eklendiği takdirde ciddi problemlerle karşı karşıya kalmazsınız merak etmeyin. Eğer bir hacker sizi kafaya takmışsa zaten yeterli düzeydedir ve siz ne yaparsanız yapın sizi halleder, adamlar istediklerinde NASA'yı hackliyorlar, sizin dandik MSN'nizi mi ele geçiremeyecekler sanıyorsunuz.
17. Bir kan ihtiyacı vs yardım maili göndermeden önce maildeki telefon numarasını arayıp doğrulayın ki aynı mail yıllarca nette dolaşmasın ve adam da telefonunu değiştirmek zorunda kalmasın.
18. Arkadaşlar size gelen bir maili listenize gönderdiğinizde bilmem ne yardım kuruluşlarının mail başına 10 Euro kazanacağını düşünecek kadar saf olmayın ne olursunuz!!!

Not: Yukarıdaki gibi davranmayanlar lütfen üstlerine alınmasınlar...

Bu maili BCC (gizli) olarak bütün listeme yani en az 200 kişiye toplu olarak gönderdim ve bu maili listenize atarsanız lütfen BCC (gizli) olarak gönderin ki mail toplayıcılara fırsat vermeyin...

## İNTERNET SAZANI OLMAYIN!

Türkiye feomidyum zengini? İşte şeriatın gerçek yüzü... Atatürk resti çaktı, BM yasasını değiştirdi...

İnternette kol gezen asparagas e-postalardan sıkıldınızsa bu haberi okuyup yedi kişiye gönderin, dileklerinüz üç vakte kadar gerçekleşir

Posta kutusunda bir e-posta: "Feomidyum petrolü çöpe atan element. Amerikan Askeri Bilim Araştırmaları Grubu (MSRA) tarafından ileri teknoloji kullanılarak tanımlanan ve varlığı açıklanmayan yeni bir element. Feomidyum kullanılarak üretilen süper mıknatıslarla mevcut elektrik motorlarından yüzde 730 daha verimli elektrik motorları üretilebilir.

Peki, dünyadaki feomidyum rezervleri nerede? Yüzde 74'ü Türkiye'de, yüzde 4'ü Nepal'de, geri kalanı da diğer ülkelerde. Boğaz'ın tektonik yapısını inceleyen Dubaililerin (yani aslında perde arkasındaki Amerikalıların) de asıl amacı yatırım yapmak değil buradaki element yataklarına sahip olmak!"

Yukarıda yazanlara inandıyorsanız siz de kısa süreli de olsa kandırmanın bir parçası oldunuz.

2005 yılında Ankaralı bir avukat, 'feomidyum' adında hayali bir element uydurup, bir powerpoint sunumu hazırladı.

Bunu da e-posta olarak sanal âleme saldı. E-posta o kadar hızlı yayıldı ki, Saadet Partisi İstanbul İl Başkanı Osman Yumakoğulları iktidara geldiklerinde Türkiye'nin zengin feomidyum rezervlerini çıkarmayı vaat etti.

Adını vermek istemeyen avukat forumlardaki tartışmaları gördükçe bıyık altından gülüyordu: "Sağduyu sahibi insanlar 'Böyle bir element yok' dedikçe, diğerleri bu memleket sizin gibiler yüzünden böyle diyerek onları dışladı."

### Mayıs 2005...

Bir forum sitesine gönderilen e-postada, Danone ürünlerinin bebeklerin zihinsel gelişimine zararlı olduğu iddia edildi.

Sonuna da gıda mühendisi Prof. Turan Karadeniz'in imzası yer alıyordu. Karadeniz'in böyle bir iletiden haberi yoktu.

Danone'nin araştırmasına göre yazı 6.3 milyon anneye ulaştı. Karadeniz ve Danone yetkilileri bir toplantıyla iddiaları yalanlasa da bu ürünlerin satışında yüzde 26 azalma olmuştu.

### 'Şeriatın gerçek yüzü!'

Geçen yıl internette aylarca dolaşan bir görsel sunumda, İran'da hırsızlık yapan bir çocuğun kolunun kamyon tekerleği altında ezildiği ve bu vahşetin tüm topluma izlettirildiği ifade ediliyordu. 'Şeriatın gerçek yüzü' ismiyle dolaşan bu görüntülerin daha sonra gösteri yaparak para toplayan bir baba oğula ait olduğu ortaya çıktı.

### Kral değil Rus diplomat

İnternette elden ele dolaşan hatta televizyon programlarında gösterilen bir Atatürk fotoğrafı var:

Masada davetliler ve merkezde Atatürk yer alıyor. Fotoğrafın altında "Yıl: 1928. Türkiye Cumhuriyeti henüz beş yaşında.

Atatürk'ün masasında tam 32 kral ve 62 cumhurbaşkanı var. Ama bütün gözler Atatürk'ün üzerinde" yazıyor.

Oysa araştırmacı Avni Özgürel, fotoğrafın Sovyet Devrimi'nin yıldönümünde Rus Elçiliği'nde çekildiğini söylüyor. Masadakiler de davete katılan Rus diplomatlar.

Yine Atatürk ile ilgili dolaşan ve bazı köşe yazarlarının bile alıntı yaptığı bir e-postada da şu ifadeler yer alıyor:

"Bir söyleşide 'Birleşmiş Milletlere (BM) üyelik için müracaat etmeyi düşünüyor musunuz?" diye sorulur,

Atatürk, 'Biz müracaat etmeyiz. Davet gelirse düşünür, şartlarımızı koyarız' der. BM yasasını değiştirir ve ilk davet edilen ülke biz oluruz."

Oysa BM, Atatürk'ün ölümünden yedi yıl sonra kuruldu. Bahsedilen örgüt de 'Cemiyet-i Akvam'. Türkiye'nin davetle üye olduğu doğru ancak bunun için örgüt yasa değiştirmedir.

Aynı postadan başka bir alıntı:

"Atatürk Çiçeği'nin adını, çiçeği bulan Wanderbit Üniversitesi'nden Prof. Kirk Landin koymuş? Bu çiçek tüm dünyada bu isimle üretilip satılmaktadır."

Oysa çiçeğin bilimsel adı 'Poinsettia'dır ve ismini 1825'te çiçeği Amerika'ya götüren 'Poinsett' soyadlı bir diplomat alıyor.

'Atatürk Çiçeği' adı ise sadece Türkiye'de kullanılıyor.

Tüm bu örneklerin ardından eğer siz de bu tip çarpıtmalarla karşı karşıya kalmak istemiyorsanız bu haberi yedi kişiye e-postayla atın ve bir dilek tutun.

Üç vakte kadar dileğiniz gerçekleşecektir!

## **"HTTP://..." VE "HTTPS://..." ARASINDAKİ FARK**

Adresi, http:// ile başlayan sitelerde dolduracağınız formlar başkaları tarafından da görülebilir. Bu nedenle sakın kredi kartı vb bilgilerinizi bu tür site formlarına yazmayın.

https:// ile başlayan siteler ise emniyetli olup başkaları tarafından görülemez.

Bunu şu şekilde de görebiliriz örneğin bir alışveriş sitesinde alışveriş yaptınız ve ödeme bölümüne geldiniz pencerenin sağ alt kenarında asma kilit şeklinde bir ikon görürsünüz bu ikon bu sayfanın güvenli olduğu anlamına gelmektedir aynı zamanda adres çubuğuna baktığınızda da https:// i görürsünüz dolayısıyla aynı ikonu http:// de göremezsiniz bu durumda bilgilerinizi girmeyin güvenli değildir

**Https, secure http anlamında geliyor yani, yani SSL ile şifrelenmiş sayfalardır.**

NOT: Denemek isterseniz, [www.garanti.com.tr](http://www.garanti.com.tr) ye girin oradaki internet şubesine tıklayın, açılan penceredeki adresin <https://sube.garanti.com.tr/isube/login> olduğunu göreceksiniz.

## **GMAİL YENİ GÜVENLİK ÖNLEMLERİ**

Eğer kablosuz bağlantılardan e-mail okuyorsanız, GMail okuma sırasında araya giren birilerinin sizinle birlikte okuyor olma olasılığı vardı.

Google yakın zamanda yeni bir güvenlik sistemi başlatarak bunu engelledi. Lütfen hesaplarınızda bu uyarı değiştirin. Belki bağlantınızı biraz yavaşlatacak---bilgisayarınızla ana hizmet sağlayıcı arasındaki bütün iletişim şifreli hale geliyor çünkü bu da her yeni e-posta vs. açtığınızda her şeyin şifrelenerek yollanması ve şifrelenerek geri gelmesi demek, sonra sizin bilgisayarınız şifreyi açmalı---ama sağladığı güvenlik açısından gerekli.

Bu uyarı açmak için: Gmail ekranının sağ üst köşesinde "Ayarlar" (settings) bağlantısı var. Buraya tıklayın, ilk açılan sayfada "Genel" tabında en sona kadar inin. "Tarayıcı bağlantısı" (browser connection) bölümünde "Her zaman https kullanılsın" (always use https) seçimini yapın ve "Değişiklikleri kaydet"e (save settings) basın. Sizin açınızdan hiç bir şey değişmeyecek.

## **YOU TUBE**

Hala youtube'a giremiyorsanız, [www.vtunnel.com](http://www.vtunnel.com) deyin, çıkan pencerenin içine örnekteki gibi [www.youtube.com](http://www.youtube.com) deyince oradasınız. Kolay gelsin.

not: 1-2 reklam penceresi açılıyor, artık onları kapatırsınız...

## YOU TUBE'A GİRİŞ ENGELİNİ KALDIRIN.

Genelde TT, [www.youtube.com](http://www.youtube.com) adresine girişi kaldırıyor, ancak IP ile girerseniz sorun olmayacaktır. <http://208.65.153.253> veya 243'ü deneyin. Aslında dikkat etmişsinizdir, genelde Türkiye'de alınan bilgisayarlara, işletim sistemi, Türkiye'nin IP numarası ile yükleniyor, Dolayısıyla Türkiye'ye özgü TT'nin yasaklarını aşmak için, bu tür yasakları hiç uygulamayan ülkelerden bir olan Arjantin gibi davranmak. Bunun için Start'dan Settings'den Network'den sağ klik ile properties'den TCP/IP'den DSN için [4.2.2.1](#) veya [4.2.2.6](#) arasında bir rakam yazın sonra restart yapın. Kolay gelsin.

## FACEBOOK KULLANMA KILAVUZU!

Facebook, bugünlerde Türkiye'de de oldukça popüler. Peki, siz bu siteyi ne kadar tanıyorsunuz? İşte dikkat edilmesi gereken noktalar

2006'da kurulan sosyalleşme ağı Facebook, bugünlerde Türkiye'de de oldukça popüler. Evde, işyerinde, okulda çok sayıda insan önemli bir zamanını Facebook 'ta profil güncelleyerek, sağa sola peñçe atarak geçiriyor. Ancak bazı noktalara dikkat edilmezse Facebook ileride canınızı sıkabilir.

Şunu unutmayın, patron için Facebook 'tan daha mükemmel bir radar olamaz. Dünyada Facebook'taki eylemleri yüzünden işinden olan insanlar var; birçok işyeri, okul ve kuruluşta öğrencilerinin, çalışanlarının veya üyelerinin Facebook'a girmesini yasakladı.

Facebook üyesi binlerce kişi de 'privacy-gizlilik' seçeneğini topyekün göz ardı ettikleri için sıkıntılı anlar yaşadı, başlarını belaya bile soktu... İş aramak gibi profesyonel amaçlarla da kullanılan Facebook, saf anlamda sosyalleşmeyi sağlayan son yılların en önemli internet araçlarından biri. Ancak Facebook kullanmaya yeni başlayanların, yabancıların kendilerine ait bilgileri ne ölçüde görebileceklerini tayin eden gizlilik ayarlarına önemsemeden bodoslama dalması rahatsız edici sonuçlara neden oluyor.

### İlişki düzeyini belirleyin:

Bir kişiyi tanıyıp tanımadığınızı tayin eden 3 pozisyon var. Facebook'a girdiğinizde size göre herkes yabancıdır; 'network' yani ağ, bir bölge, yer, okul veya şirket sakinlerinin oluşturduğu gruptur. Arkadaşlarınızsa karşılıklı olarak birbirinizi tanıdığınızı onayladığınız kişilerdir. Facebook'ta profilinize arkadaşlarınız gibi erişebilecek 'o benim 'arkadaşımsım' ama arkadaşım değil' seçeneği yok.

### Gizlilik ayarlarını değiştirin:

'Privacy' birçoğunun Facebook kariyerine başladığında umursamadığı bir seçenektir. Ancak başlangıç ayarlarına göre aığınızda (network) olan herkes, size ait olan her şeyi görebilir. Türkiye'den yola çıkalım; Türk kullanıcıların büyük çoğunluğunun 'kafadan' Türkiye ağına üye olduğunu düşünürsek, bu ağdaki herkes, size ait olanları arkadaşlarınız kadar görebilir. Bir ağın mensubu değilseniz, bilgilerinizi sadece arkadaşlarınız görebilir. Ama ben mesela Türkiye ağına üyeyim, o halde yapmam gereken Privacy başlığı altındaki Profile'e girip, çıkan ekranda 'profile: only my friends-yalnızca arkadaşlarım' şikkını seçmektir. Bu ekrandan e-posta adresinizi yalnızca arkadaşlarınızın görebileceği şekilde düzenlemeniz hatta 'Profile' başlığı altındaki birçok maddeyi arkadaşlarınıza özel olacak şekilde ayarlamamız menfaatiniz icabındır.

### Facebook'da geçirdiğiniz zamanı kimse bilmesin:

'Privacy' başlığı altındaki 'Newsfeed and mini feed'e mutlaka uğrayın çünkü bu seçeneğin başlangıç ayarları, sizin Facebook'ta yaptığınız her eylemi yayımlıyor. Bu kadar küresel olmaya, Facebook başında sabahladığınızı başkalarının bilmesine gerek yok. Bu sosyalleşme ortamının, yaptığınız her şeyi herkesin görebileceği seyir defteri diye tanımlanabilecek 'mini feed' adında bir özelliği var. Yani sizin mesai saatinizde Facebook'ta ne zaman, ne kadar zaman geçirdiğiniz tespit edilebilir. Şimdilik bizim buralarda tutanak tutacak siber işyeri polisleri yok gibi, ancak yine de temkinli olmakta fayda var. Bu yüzden en azından işteyken önce 'privacy', ardından 'news feed and mini feed'e girerek 'show times in my mini feed' seçeneğini iptal edip yaptığınız eylemlerin zamanının görünmesini engelleyin.

### Arkadaşlarınız için gizlilik:

Başlangıç ayarlarında herkes arkadaşlarınızın listesini görebilir. Bu durum 'Poke, Message and Friend Request' ayarları kısmında 'Friends-arkadaşlar' seçeneğinden vazgeçerek ortadan kaldırılabilir.

### **Bir profesyonel, bir de kişisel profiliniz olsun:**

Facebook arkadaşlarınızla şakalaşıp eğlenebileceğiniz bir ortam olduğu kadar, profesyonel/mesleki amaçlara da hizmet edebilir. Her ne kadar Facebook kurallarına aykırı olsa da iki profiliniz olsun, profesyonel profilde tam ad, mesleki durum, eğitim ve yalnızca sektörel bağlantılar olsun. Bu profil altında iş ve okul ağlarınıza takılın. Sulu değil profesyonel bir fotonuzu ekleyin ya da hiç eklemeyin. Kişisel ve özel profilinizdeyse isim, takma isim kullanabilirsiniz; soyadıysa gerek yok ya da tek bir harfle ifade edin. Bu profille okul ve işyeri, meslek ağlarına bağlanmayın. Mesleki deneyiminizi paylaşmayın. İş e-posta adresinizi kullanmayın. Ve istediğiniz her şeyi yapın. Ancak iş ve özel arkadaşlarınızı birbirine karıştırmayın.

### **Herkesle arkadaş olmayın:**

Şu kısacık Facebook kariyerimde en çok dikkatimi çeken şey, birçok insanın bir zombi açlığıyla arkadaş listelerini şişirme çabası oldu. Arkadaşlığa onay verdiğiniz kişilerin sizin arkadaşlarınızın bilgilerine erişebileceğini unutmayın.

### **Kimlik hırsızlığı:**

Hakkınızdaki bilgileri kamulaştırmanın, kaba kimlik bilgilerinizin başkaları tarafından kullanılabilmesi riskini doğuruyor ki bu bir başkasının 'sizin adınıza' başka bir sosyalleşme ortamında faaliyet göstermesi riskini doğuruyor.

### **Facebook gizlilik politikası:**

Facebook ile yaptığınız anlaşma gereği, bu oluşum size ait bilgileri diğer şirketlerle paylaşabilir ya da satabilir, bunu unutmayın.

### **Paranoyakların dikkat etmesi gereken 5 nokta**

- Facebook'ta size yönelik 5 erişim seviyesi bulunuyor; arkadaş, sınırlı, ağ, yabancı veya bloke...
- Gizlilik ayarları oldukça karmaşık; arkadaşlarınız dışında rahatsız edilmek istemiyorsanız hiçbir ağa üye olmayın.
- Duvarlara yazmak yerine özel mesaj gönderin. En kibar ifadesiyle duvar yazıları ileride size karşı delil olarak kullanılabilir.
- Geçirdiğiniz zamanı ve hatta olduğunuzu kimse bilmesin...
- Görülebilir seyir defterinize (mini feed) ince ayar çekin.

## **DİALER KORSAN PROGRAMI NASIL ENGELLENİR**

Son zamanlarda DIALER meselesi oldukça can yakmaya başladı. Bilmeyenler için açıklayayım. İnternet bağlantınızı yaptığınızda, bu bağlantının kesilerek, sizden habersizce, sizi başka bir ülkedeki internet servis sağlayıcısına bağlayan korsan programlara dialer yani numara çevirici deniliyor. Peki, bu işi nasıl yapıyorlar? Siz internette gezinirken girdiğiniz bazı sitelerden size dialer programcıkları bulaşıyor. Siz farkında olmadan bir linke ya da satıra tıkladığınızda gizlice bu programlar bulaşıyor. Bu işten bu adamların karı var mı dersiniz, hem de inanılmaz bir karı var diyebilirim. Zira biz, adı sanı bile belli olmayan bu ülkelere aranma(sonlandırma) ücreti ödüyoruz. Bu ücretlerde hiç de azımsanacak ücretler değil. Zaten ülkeler arası görüşme bedelinin yüksek olmasının nedeni de bu sonlandırma bedelleridir. Kısaca bu hilebazlar bize, dolayısıyla da Türkiye'ye ciddi maddi zararlar veriyorlar.

Türk Telekom, bu işi yapan ülkelerin alan kodunu kapatıyor ama bu da belli bir safhadan sonra çözüm değil. Zira bu adamların ülke içinde ki taşeronları yarın bir gün haberleşme özgürlüğüm kısıtlanıyor gibilerinden kükreyebilir. Bu yerli komisyoncular, şu ülke ile görüşmek istiyorum ama alan kodu kapatıldı diye bizi suçlayabilir. Bu nedenle alan kodu kapatma radikal bir çözüm değil. Dolayısıyla meseleyi çözmek birazda bize düşüyor. Peki, bizler neler yapabiliriz diyorsanız?

Aşağıdakilerden birini yapmanız sizi dialer belasından koruyacaktır. Bence üçünü de yapmanızda fayda var.

1)Bu Dialer denilen korsan program size internet tarayıcınız(internet explorer) vasıtasıyla gizlice yükleniyor. Şayet siz Explorer ın "Active X" ayarlarını etkisiz (disable) hale getirirseniz. Bu ve benzeri korsan programlar gizlice yüklenemeyecektir. Peki, bunu nasıl yapabiliriz:

a)Önce internet Explorer açın

b)Menü çubuğundan "araçlar" seçeneğini tıklayın

c)En altta yer alan "internet seçenekleri" ne tıklayın

d)Yukarda ki "güvenlik" tabını basıp, aşağıda çıkan "özel düzey" seçeneğine tıklayın

e)Burada ilk satırlarda bulunan "Active X" ile ilgili tüm seçeneklere Disable olarak değiştirin.

Artık sizden habersiz, Dialer PC nize bulaşamayacaktır. Şayet internette yerel ağdan ya da ADSL ile bağlanıyorsanız dialer inse bile modeme telefon kablosu takılı olmadı için çalışmaz. Çalışsa dahi zarar veremez.

2)Telefonunuzu, yurt dışı arama için santralden kilitleyebilirsiniz. Böylece, bu program sizden habersiz yurt dışını arayamaz. Kopan bağlantınız yeniden kurulayamadığından dialer kendini ele verir. Bu işi nasıl yapacağım dersiniz.444 1 444 arayarak, buradan telefon numaranız için 4 haneli kilitleme şifresi alabilirsiniz. Size verilen şifrenin x y t z gibi 4 haneli bir rakam olduğunun varsayalım.

Yurt dışı aramaları kapayıp diğer aramaları açık bırakmak için yapmanız gereken,

\*33\*x y t z\*3# bunu telefonunuza girmek. Test etmek için arka arkaya 00 basıp özelliğin aktif olup olmadığını öğrenebilirsiniz. Böylece siz iptal edene kadar telefonunuz uluslar arası aramaya kapalı olacaktır. Peki, bir gün uluslar arası yapmanız gerektiğinde bu özelliği nasıl iptal edeceksiniz.

\*33\*x y z t#

Görüşmeniz bittikten sonra tekrar uluslar arası aramaya kapatınız. İlk bakışta çok zahmetli görünse de aslında 10 sn lik bir işlem. Ayrıca Bu şifre ile telefonunuzu tatile çıktığınızda tüm aramalara da kapatabilirsiniz. Telefonunuz santralden aramaya kapatıldığı için siz tatildeyken bir başkası hattınıza girse de hiçbir görüşme yapamaz.

Tüm aramalara kapamak için,

\*33\*x y t z\*1#

Bununla ilgili ayrıntılı bilgi için,

[http://www.telekom.gov.tr/webtech/default.asp?sayfa\\_id=48](http://www.telekom.gov.tr/webtech/default.asp?sayfa_id=48)

3) Aşağıdaki linkten ücretsiz olarak anti-dialer programı indirebilirsiniz. Ancak bu programı periyodik olarak güncellemeniz gerektiğini unutmayın

<http://www.javacoolsoftware.com/spywareblaster.html>

Bu iş o kadar yaygınlaştı ki bu yazıyı yazma mecburiyetini kendimde hissettim. Lütfen etrafınızı bu konuda bilgilendirin. Bu mailli forward edin ya da birebir anlatın. Yazık, giden bizim olmasa bile bir yakınımızın dolayısıyla da memleketin parası.

## **İNTERNETTE BİRİ SİZİ İZLİYOR...**

### **SORU-CEVAP'IN KONUSU İNTERNET GÜVENLİK UZMANI İNAN TAPTİK:**

İnternetin tehlikelerini anlatan güvenlik uzmanı İnan Taptık, "Wireless (kablosuz Internet) üzerinden aldığınız ve yolladığınız e-mail'lerden bankacılık bilgilerinize kadar ekranınızdaki her şey başkaları tarafından okunabiliyor" dedi

Soru Cevap? - Devrim Sevimay

Bilgisayarda ciddi bela var

## **Sizinle buluşmadan önce telefonda konuştuğumuzda Internet kullanıcıları için ciddi bir beladan söz etmişsiniz. İsterseniz o konudan başlayalım?**

Bu, sadece Internet kullanıcıları değil, bilgileri bilgisayar ortamında kayıtlı olan, yani herkesin sorunu: Kimlik hırsızlığı. Kimlik bilgileriniz, adresleriniz, numaralarınız, şifreleriniz, banka işlemleriniz, alışveriş tercihleriniz, hepsi çalınıp, başkaları tarafından kullanılabilir.

### **Bu eskiden de mümkün değil miydi zaten?**

Elbette, hacker'lar şifre kırarak yapardı. Ama artık çok daha kolay. Hacker olmayan, daha AZ yetenekli biri bile artık kimliğinizi çalabilir.

### **Değişen NE?**

Çünkü artık wireless (kablolu Internet) var ve kullanımı hızla artıyor. Aldığınız ve yolladığınız e-mail'lerden bankacılık bilgilerinize kadar ekranınızdaki her şey okunabiliyor.

### **Kim okuyabiliyor?**

İsteyen herkes. Mesela, wireless'ı olan kahve zinciri dükkânlardan birine girdiniz. Ya DA havaalanındasınız. Veya otelde... Oradaki wireless'a bağlandınız ve işlem yapıyorsunuz. Yaptığınız her şey arka masadaki ya DA yan odadaki biri tarafından rahatlıkla görülebilir. Buna "blackberry" gibi cihazlar dahil...

### **Başkasının bilgisayarındaki bilgileri nasıl izliyorlar peki?**

Çünkü bu wireless dediğiniz şey aslında zaten bir yayın. Ve herkes tarafından çok kolay izlenebilir bir yayın. Sizin bilgisayarınızla wireless router'ı arasında havadaki sinyalleri herkes izleyebilir. Üstelik bunu yapmak öyle fazla bir yetenek de gerektirmez.

### **- Peki, acaba o bahsettiğiniz kafeler ya DA havaalanlarında şöyle tipler var mıdır; birilerinin gelip bankacılık işlemlerini wireless'tan yapmasını bekleyenler... Yani avını bekler gibi?**

Tabii ki çok... Bazen kredi kartı kullanarak bir şey alanları beklerler... Bazen de gizli aşıyla yazışanları... Bu da bir tür kapkaç sonuçta. "Wireless kapkaççılığı"... Ve bu tüm dünyanın DA en yaygın siber suçudur.

Wireless'e dikkat edin

### **Öneriniz?**

Kesinlikle, wireless bağlantılı yerlerde bilgisayarınızdan sadece gazete veya haber portallarına bağlanın, hiç değilse insanlarla sizin için risk taşımayan bilgilerinizi paylaşmış olun.

### **Açık alanlarda durum böyle, ya peki evlerimizdeki wireless'ı kullanırken?**

Sizi evinizde monitor edecek kimse yoktur, ancak, burada DA çok başka bir sorunla karşı karşıyasınız. O DA yetkisiz kişiler tarafından sizin wireless Internet hattınızın kullanılarak suç işlenebilmesi...

Banka dolandırıcılığı, çocuk pornosu vs. Gibi... Belki üst komşunuz, belki de aşağıdaki lokantada oturan, hatta belki de arabasını sizin evinizin önüne park Eden biri sizin wireless'nızı kullanarak birtakım suçlar işleyebilir.

### **Wireless şifremizin olması yetmez mi?**

Yetmez. Onu DA çok kolay bir şekilde kırıyorlar. Hatta nasıl kırılacağını bilgisayar dergileri ek olarak Verdi. Google'a "wireless şifre kırma" yazınca bile yüzlerce program bulunuyor.

### **Ee o zaman evde de wireless kullanmayalım?**

Yok, kullanabilirsiniz, AMA Internet dünyasındaki mantık hep aynıdır: Tolere edebileceğiniz riskleri taşıyın. Çalınmasını tolere edemeyeceğiniz bilgilerinizi kablolu Internet üzerinden yazışın. Ayrıca, sadece yazışmamak DA yetmez, işiniz yoksa wireless'inizi kapatın. Programın içine girip disable edin. Hatta şifrelemek için de birkaç önerim olabilir: Kablosuz Internet modeminizin ayarlarından bağlanacak bilgisayarınızın MAC (Media Access Control) numarasını tanımlayabilirseniz, başka bir bilgisayar sizin sisteminize bağlanamaz.

Bir de üreticilerin verdikleri standart cihazlardaki IP numaralarını değiştirirseniz hacker'ların işlerini çok zorlaştırmış olacaksınız. Daha başka yöntemler de var, ancak, bu yöntemler herkes tarafından kolay uygulanabilir ve her şartta standart şifrelemeden çok çok daha güvenlidir.

### **Kablolu internetin olmadığı yerlerde GPRS ile bağlanmak? Biraz fazla tuzlu oluyor, AMA güvenli mi?**

Tabii daha güvenli. Çünkü şifrelenerek giden bir sistemi kullanıyorsunuz. Onun için bunu scan etmek zor. İlla ki edilir de çok daha zor ve daha büyük bir teknik yapı gerektiriyor. Bilmeden suçlu olursunuz

### **Peki, bu yüzden başına iş açılan insanlar var mı Türkiye'de?**

Az değil. Mesela bir adamın oğlu yurtdışına eğitime gittiği sırada çevreden bağlanan birisi onların wireless'ıyla suç teşkil edecek materyaller indirmiş. Tabii ki polisler IP'sini tespit edip adamın kapısına gelmişler. Adam şok. Bilgisayarı açmayı bile bilmiyorken hakkında dava açılmış.

Mahkemeye birkaç kez gidip geldikten sonra gerçek ortaya çıkmış. O yüzden de herkese wireless'larıyla ilgili güvenlik önlemlerini bir kez daha gözden geçirmelerini tavsiye ederim.

### **ANNEANNELER BİLE FACEBOOK'ÇU OLACAK**

Cumartesi günü itibariyle Türkiye'den Facebook'a üye sayısı 1 milyon 415 bin 768. Taptık, bu ilginin daha DA devam edeceğini, çünkü kullanıcıların henüz Facebook'un gerçek dinamiklerini keşfetmediklerini söylüyor. Mesela, henüz aile ağaçlarının kurulmadığını belirten Taptık, "Bu demektir ki Facebook'a daha anneanneler, babaanneler, dedeler de üye olacak" diyor.

Size de bir 'Cookie' bırakılmış olabilir

### **Bu "cookie bırakmak" nasıl bir şey?**

Diyelim ki bir internet sitesine girdiniz. O site daha sonra yine geldiğinizde sizi tanıması için, size hiç söylemeden bir "cookie" veriyor. Sonra, bir daha ziyaret ettiğinizde o site size, "Merhaba bilmem kim" diyor. Ama bazı cookie'lerin işi bu kadarla da bitmiyor. Akıllı cookie'ler sizin ne yaptığınızı, başka hangi sitelere girdiğinizi, hatta mouse'nızın tüm hareketlerini takip edebiliyor. Böylece, o cookie hakkınızda epey bilgi toplamış oluyor.

### **Ne işe yarıyor bu bilgiler?**

Online mağazaların çok işine yarıyor. Kim olduğunuzu, ne aldığınızı, satın alma alışkanlıklarınızı öğreniyorlar ve ona göre satış stratejisi geliştiriyorlar.

### **Peki bunu istihbarat kuruluşları da yapabilir mi?**

Eğer, istihbarat kuruluşlarının sitesine girerseniz ve onlar da sizin bilgisayarınıza bir cookie koyarlarsa sizi izleyebilirler.

6 banka var

### **Bankalar ne kadar güvenli?**

Türkiye'de bankaların data güvenliği biraz sancılı. Altı banka dışında günlük güvenlik denetiminden geçen banka yok. Oysa bankalar günde ortalama 30'a yakın güvenlik açığıyla karşı karşıyadır.

### **O altı banka hangileri diye sorsak?**

Söyleyemem, çünkü Türkiye'de çok ağır bir Bankacılık Yasası var. Hatırlarsanız, rahmetli Sakıp Sabancı bile kendi bankası için en güvenli demişti ve ceza ödemişti.

### **Güvenliği iyi olmayan bankalardaki müşterileri bekleyen tehlike ne?**

Hesap bilgilerinin ortaya çıkması ya da hesapların boşaltılması.

### **O zaman hiç değilse şunu söyleyin: Tüketici neye göre banka seçmeli?**

Bu işte tüketicinin uzaktan anlayabileceği bir araç yoktur. Tek yapılabilecek şey, banka güvenliğiyle ilgili haberleri yakından takip etmektir.



## **Hani, hiç hack'lenemeyen bir site vardı, o hâlâ ayakta duruyor mu?**

Evet, hâlâ hack'lenemedi. Amerikan deniz piyadelerinin "[www.marines.com](http://www.marines.com)" sitesi... Yıllardır, en çok atak alan sitelerin başında geliyor, ama hâlâ indirilemedi. Çünkü güvenliği çok sağlam.

## **Türk hacker'ların ünü sürüyor mu?**

Hacker'likten kazanç elde etme konusunda Ruslar bir numara, ama milliyetçi tarzda davranış biçimi olarak hâlâ bir numara Türk hacker'ları.

E-mail kaydediliyor

## **Aslında, biz yazışmalarımızı ne kadar korursak koruyalım, bunlar zaten görülüyor değil mi?**

Hepimizinki görülüyor, ama hepimizinki algoritmali bir düzende izleniyor.

## **Kim tarafından?**

ABD, TC ve her kim istiyorsa... Ancak, bu izleme ülkeler tarafından elektronik, yani data boyutundaki programcılara yaptırılıyor.

## **O nasıl oluyor?**

Temel olarak kullandığımız sistemi, bir telefon sistemine benzetirsek biraz daha anlaşılır olur. Sizinle aramızda direkt bir hat olmadığı için görüşmeleri erişim noktalarına yani santrallere bağlanarak gerçekleştiriyoruz. Böylece, hem ulusal internet omurgamız üzerinden hem de uluslararası internet omurgası üzerinden iletişim sağlamış oluyoruz. Tabii, bu sırada da tüm yazışmalarımız geçici bir süre için sistem tarafından kayıt ediliyor. Bu kayıtlar insan gözüyle değil, programlar tarafından yapılıyor.

Ama ne zaman ki izleyenler, "A kişinin e-mailleri okunsun, hesaplarına bakılsın" der, ya da ne zamanki program o e-maillerin içinde bazı kelimelere rastlar, işte o zaman insan gözüyle takip seviyesine geçer.

## **Bu kayıtlar nerede yapılıyor?**

İnternet omurgasından hat alınan herhangi bir yerde.

## **Böyle bir teknolojiye devletler mi sahip, yoksa canı isteyen herkes mi?**

Güç odakları ve otorite sahipleri. Canı isteyen ve yetenekli bir hacker, ancak, iki kişi arasındaki yazışmayı kayıt edebilir, ama o omurgadan çıkan bütün yazışmaları tarayamaz.

## **Büyük güç otoritelerini kenara koysak, şirketlerde durum nasıl?**

Birçok şirkette patronlar, çalışanlarının iş yerinde kullandıkları tüm ekranlarını izler. Üstelik sadece şirketinizin e-mail adresinden yaptığınız yazışmaları değil, başka bir e-mail adresiniz varsa, onu da izlerler. Ve bu, emin olun, sanıldığından daha yaygın bir uygulamadır. Arama motorunu kandırabilirsiniz

## **Arama motorlarında, kişi ya da kuruluşlar hakkında çıkan olumsuz bilgileri yok etmenin imkânı var mı?**

Yok edemezsiniz, ama arama motorunu kandırabilirsiniz. Çünkü yapılan bir araştırmaya göre, arama motorlarının ilk sayfasını açıp, ikinci sayfaya geçmeyenlerin oranı yüzde 88. Dördüncü sayfaya kadar gelenler ise sadece yüzde 1. Yani, hakkınızda istemediğiniz bilgileri yok edemezsiniz, ama 2'den sonraki sayfalara ötelerseniz, gözden kaçırmış olursunuz. Çünkü kimse bakmıyor.

## **Peki, bu öteleme kolay bir şey mi?**

Hiç değil. Üstelik pahalı. Çünkü istenmeyen bilgileri sonraki sayfalara kaydırıp, ilk sayfayı temizleyebilmek için en az 100 farklı kritere uygun ve en az 100 site, haberi yeniden kurgulamak gerekiyor.

## **"ZEDE" UYARISI**

## **'Facebook'zedeler başladı mı?**

Birkaç çeşit zede var. Birisi kendi adına başkaları tarafından adres alınanlar. Böyle bir duruma karşı yapabilecek tek bir şey var, o da kullanmasanız bile Facebook'a üye olmanız, kendi isim hakkınızı almanız. Artık, başkaları isminizi kullansa bile gerçeği de orada durmuş olur.

### **Başka zedeler?**

Fotoğrafi kullanılanlar var. Facebook'a konulan resimlerin üzerinde oynamak mümkün. Ya da o resimleri başka ilişkilerin içine yerleştirmek... Bu durumlarda yapacak hiçbir şey yok. Ne mahkemeye gidebilirsiniz ne de o resimleri yok edebilirsiniz. Resimlerinizi her türlü kişi tarafından kopyalanıp kullanılabilceğini düşünerek seçin.

### **Kendi sayfanızı kapatsanız?**

Her zaman böyle bir hakkınız var, ama kendiniz Facebook'tan çıksanız bile başkasının albümündeki fotoğraflarınızı silemezsiniz. Bu tamamen o kişiye kalmış.

Aslında, kötülük yapmak isteyenler için internet inanılmaz güzel bir mecra. Kadınlar, çocuklar, erkekler... İsteyen herkes için kötülük üretilebilir.

### **Sanki "Facebook'a girmeyin" der gibisiniz, ama galiba siz de Facebook'tasınız?**

'Facebook'a girmeyin' demiyorum. Ama riskleri bilin ve bu riskleri tolere edebiliyorsanız, taşıyabiliyorsanız girin. Orada karşılaşılabileceklerinizi bilin. Fotoğraflarınızı ona göre koyun.

Facebook'taki konumunuzu belirleyin. Ama, yok, ben bu riskleri tolere edemem ve riske de açığım diyorsanız o zaman meraklarınızı yenmenizi öneririm.

## **INTERNET ADRESLERİNDE GÖRÜLEN KISALTMALAR NE ANLAMA GELİR**

Internet e bağlı kuruluşlar değişik gruplara ayrılabilir ve bir kuruluşun domain adresi, o kuruluş hangi gruba dahilse ilgili kısaltmayı bazı istisnalar dışında mutlaka içerir. Ayrıca, ülkelerin 2 harfli tanıtı kodları da (Amerika Birleşik Devletleri ve Kanada çıkışlı adreslerin çoğu ve geniş bir kitleye servis sunan bazı birimler dışında) adresin sonuna eklenir. Internet adresi, eğer özel amaçlı bir servise (ftp, gopher, www gibi) aitse, genellikle, bu durum, adresin başında kullanılan bir kısaltmayla verilir. Aşağıdaki liste, adreslerde kullanılan bazı kısaltmaları ve ne anlama geldiklerini göstermektedir:

- gov : Hükümet kuruluşları
- edu : Eğitim kurumları (üniversiteler gibi)
- org : Ticari olmayan, kar amacı gütmeyen kuruluşlar
- com : Ticari kuruluşlar
- mil : Askeri kuruluşlar
- net : Servis Sunucuları (Internet Servis Sağlayıcıları gibi)
- ac : Akademik kuruluşlar (bazı ülkelerde edu yerine kullanılmaktadır)
- int : uluslararası organizasyonlar, kuruluşlar
- ftp : FTP Arşiv Sitesi (ön ek)
- www : World Wide Web Sitesi (bazen web de kullanılır) -ön ek-

### **Bazı ülke kısaltmaları:**

- tr: Türkiye
- bg: Bulgaristan
- br: Brezilya
- ca: Kanada
- ch: İsviçre
- de: Almanya

fi: Finlandiya  
fr: Fransa  
gr: Yunanistan  
hr: Hırvatistan  
id: Endonezya  
il: İsrail  
it: İtalya  
jp: Japonya  
nl: Hollanda  
no: Norveç  
ru: Rusya  
se: İsveç  
uk: İngiltere  
yu: Yeni Yugoslavya

## **BAŞKASININ BORCUNU ÖDEMEK ZORUNDA KALABİLİRSİNİZ**

Başlığı okuyunca, 'öyle şey olur mu' demeyin. İcradan bir tebligat geldiğinde gerekeni yapmazsanız başkasının borcun ödemek zorunda kalabilirsiniz. Bu konuda hem devlet alacaklarının takip ve tahsilini düzenleyen Amme Alacaklarının Tahsil Usulü Hakkında Kanun (AATUHK) hem de özel alacakların takip ve tahsilini düzenleyen İcra ve İflas Kanunu'nda (İİK) özel hüküm var.

### **SÜREÇ NASIL İŞLİYOR?**

Bir kişi borcundan dolayı icra takibine uğradığında, icra dairesi tarafından bu kişinin mal varlığıyla birlikte alacakları da tespit ediliyor. Özellikle alacakların tespiti evrak üzerinden yapılıyor. Dolayısıyla alacağın tahsil edilip edilmediği konusu üzerinde fazla durulmadan tespit edilen kişilere bir tebliğ gönderiliyor.

Tebliğde, '... ile yapmış olduğunuz ... TL'lik mal alışından doğan borcunuzun ödenip ödenmediğinin bildirilmesi, ödenmemiş ise ilgili kişiye değil icra dairesine ödenmesi...' benzeri ibareler yer alıyor. Yapılan takibe göre; AATUHK'nın 79. maddesi veya İİK'nın 89. maddesi hükmü dayanak gösteriliyor ve cevap için 7 gün süre veriliyor.

### **CEVAP VERMEK ÇOK ÖNEMLİ**

İcra takibi yapılan kişiye borcu olmayanlar, çoğunlukla 'ben borcumu ödedim, bir şey yapmaya gerek yok' diye düşünüyor. Sorun da bu noktadan sonra başlıyor. Her iki kanuna göre de, eğer gelen tebliğe 7 gün içinde cevap verilmezse, 'borç yedinde sayılıyor'. Yani, ilgili kişiye borçlu olduğunuz kabul ediliyor. Bu noktadan sonra borcu ödemekten başka çareniz kalmıyor.

### **DEVLET BORCUYSA YANDINIZ**

Özel alacakların takibi için yapılan işlemler biraz daha insafılı. Sizden itiraz etmediğiniz kendi borç miktarınızı istiyorlar. Eğer, yapılan takip vergi ve benzeri devlet alacaklarının tahsiline yönelikse yandınız. Yaptığınız alışverişten doğan borcunuzun miktarına bakılmaksızın takip edilen kişinin toplam borcu sizden isteniyor.

Örneğin, küçük esnaf (K) toptancı (T)'den 2.000 TL değerinde mal almış olsun. Toptancı vergi dairesine olan toplam 250.000 TL borcu nedeniyle takibe uğradığında, süresinde bildirimde bulunmayan (K)'dan 2.000 TL değil; toplam borç olan 250.000 TL isteniyor.

### **MENFİ TESPİT DAVASI**

Olaylar son noktaya geldiğinde, yani süreyi kaçırdığınızda borcu ödemekten başka çareniz yok. Dava açmanız işlemin yürütmesini durdurmuyor. Borcun olmadığı, 'menfi tespit davası' açılarak ispat edilebiliyor. Ancak, bu davanın sonuçlanması zaman alıyor.

## **ÇÖZÜM NE?**

Öncelikle gelen tebligatlar konusunda dikkatli olmak gerekiyor. Eve gelen tebligatlar konusunda aile fertlerinin 'uyanık' olması ve muhatabı derhal bilgilendirmesi çok önemli. İşyerine gelen tebligatlarda ise tebligat çalışanlardan herhangi birine yapılabiliyor. Bu nedenle, bekçi, çaycı demeden bütün çalışanların konuya dikkatlerinin çekilmesinde fayda var. Gelen tebligatın anında size ulaştırılmasını sağlayın. Tebligatı görmeden cevap veremeyeceğiniz için bu nokta çok önemli.

Bundan sonraki aşama ise borcunuz olmasa dahi 7 günlük süreyi geçirmeden yazıya cevap verilmesi. Borcunuzu ödemişseniz, borcunuzu ödediğinizi bildiren bir yazı (varsa ödemeyi kanıtlayan belgeleri ekleyin) yazın ve yazınızın kayda alındığından emin olun. Borcunuzu kısmen veya tamamen ödemişseniz, aynı süre içinde borç miktarınızı belirten bir yazı ile cevap verin. Aksi takdirde başınıza olmadık şeyler gelebilir. Aman dikkat...

## **KİMLİK FOTOKOPİSİ KULLANIRKEN UYANIKLARA YEM OLMAYIN!**

Bildiğiniz gibi artık her kurumda işlem yaparken, telefon hattı alırken, bir yerlere abone olurken, kargo alıp-verirken, havale işlemlerinde. vs. kimlik fotokopisi istenmekte.

Aslında bu yasal değil, sadece koca formu doldurmak yerine kimliğinizin fotokopisini ilıstiriyorlar o belgelere ya da kendilerini garantiye alıyorlar ve işleri hızlandırıyorlar.

Sebepler her neyse. Sonuçta artık kimlik fotokopisi ile çok işlem yapılması alışmış bir durum oldu artık.

Peki bu kimlik fotokopiniz ile başkası neler yapabilir diye düşündünüz mü hiç?

Birkaç örnek verecek olursak:

-Adınıza bir yerlere üye olunabilir.

-Adınıza abonelik açılabilir.

-Sizi bir şey için kefil edebilirler.

-En çok görülen vakalardan biri de şu: ADINIZA BİRSÜRÜ TELEFON HATTI AÇTIRIP, AÇIK HAT OLARAK SATABİLİRLER! ve bu hatları alanlar herhangi bir suç işlediklerinde direk hat sahibi yani kimlik fotokopisi kullanılarak adına hat açılan kişi zan altında kalmaktadır. (zaten siz de telefoncularda açık hat satıldığına şahit olmuştunuzdur)

-ve bunun gibi birçok örnek.

Peki, kendimizi korumak, kimlik bilgilerimizle isteğimiz dışında işlem yapılmasını önlemek çok mu zor? Elbette değil. Basit ve etkili bir yöntem var:

Mesela 05xx1234567 nolu telefon hattını aldınız.

Form doldururken ve kimlik fotokopisini verirken, FOTOKOPİDE, KİMLİĞİN ÖN VE ARKA YÜZÜNDEKİ BOŞ ALANLARA

**SADECE 05XX1234567 HATTIN ABONELİK İŞLEMLERİ/ AKTİVASYONU İÇİNDİR yazıp paraf atmanız sizi koruyacaktır.**

**Veya: SADECE 01/01/200X NOLU, XXXX MİKTARLI HAVALE İŞLEMİ İÇİNDİR.**

VB. ŞEKLİNDE NOT TUTMANIZ İYİ BİR ÖNLEM OLACAKTIR...

## **BİR GÜN KAPINIZ ÇALARSA**

İzmir'li bir avukat tarafından, kapınız bir gün malum kişilerce çalınrsa ne yapmanız gerektiğine dair "Arama ve El Koyma İşlemlerinde Yurttaş Rehberi" hazırlanmış.

Allah göstermesin. Ne olur ne olmaz, epey ütöpik de olsa elimizde bulunsun.

## **Arama ve El Koyma İşlemlerinde Yurttaş Rehberi**

20.04.2009 Pazartesi VATAN GAZETESİNDEN aynen alınmıştır.

Ergenekon soruşturmasının ÇYDD Başkanı Türkan Saylan gibi isimlerin öne çıktığı 12 dalgasının toplumda estirdiği kızgınlık, panik ve endişe dalgasından sonra vatandaşlar arasında, "Bir gün sizin de kapınızı çalabilirler" başlığı ile oluşturulan mail zincirinde, "Arama ve El Koyma İşlemlerinde Yurttaş Rehberi" gönderiliyor.

İzmirli bir avukatın imzasını taşıyan ve 12 adımda nasıl davranılması gerektiği anayasa, yasa ve yönetmeliklerle desteklenen metin şu sıra internette dolaşan en popüler metin oldu. Özkan'ın, "Herhangi bir ceza soruşturması sırasında evinizde veya işyerinizde olası arama ve el koyma işlemleri sırasında dikkat edilecek önemli noktalar aşağıya çıkarılmıştır. Paylaşmak istedim." girişinden sonra izlenecek adımlar özetle şöyle sıralanıyor:

- 1) Kapınız çalınmalıdır.
- 2) Kapıda bekleyen kişilere kim olduklarını ve hangi amaçla geldiklerini sorabilir ve bilgilendirme isteminde bulunabilirsiniz.
- 3) Gelenlerin kolluk memurları olduklarını anlayınca, "kimlik belgelerini" ve hakim tarafından verilen "arama kararını" göstermelerini talep ediniz
- 4) Arama ve el koyma işlemleri başlamadan önce mutlaka avukatınızı aramalısınız. Arama işlemi sırasında Savcı'nın da bulunmasını isteyiniz.

### **-AVUKATINIZ YOKSA MUHTAR YA DA İHTİYAR HEYETİNİ ARAYIN-**

5) Avukatınıza haber vermeniz engellenirse, kolluk memurlarına, "yasa ve yönetmeliğe aykırı davranmak suretiyle suç işlediklerini" hatırlatmalısınız. Israr ederler ise siz de, avukatınız aranmadan veya arama mahalline makul bir süre içinde gelmeden arama işleminin başlatılmayacağını ve bu durumu adli kolluk amiri olan Cumhuriyet Savcısına telefonla sormalarını talep etmelisiniz.

Mahkeme tarafından verilen arama kararını incelemeli ve bu kararda;

- a) Aramanın nedenini oluşturan fiil,
- b) Aranılacak kişi, aramanın yapılacağı konut veya diğer yerin adresi ya da eşya,
- c) Karar veya emrin geçerli olacağı zaman süresi,
- d) Aranılacak eşyanın elde edilmesi hâlinde el konulup konulmayacağı, hususlarının açıkça gösterilip, gösterilmediğine dikkat etmelisiniz.
- 6) Avukatınız yok ise Mahalle İhtiyar heyetinden veya komşulardan 2 Kişinin hazır bulunmasını talep etmelisiniz.

### **-HER İSTEDİKLERİNİ ALAMAZLAR-**

7) CMK 45 ve 46. maddelere göre sizin hakkınızda tanıklıktan çekinebilecek kimseler (eş, nişanlı, ana, baba, çocuklar ve doktor/avukat ile müvekkil ve hastaları) arasındaki mektuplara ve belgelere; bu kimselerin nezdinde buldukça el konulamayacağı hususunda uyarmanız.

8) Bilgisayar veya bilgisayar kütüklerine el koyma işlemi sırasında, sistemdeki bütün verilerin yedeklenmesi yapılır. Bu yedekten bir kopya çıkarılarak size veya vekilinize verilmesini ve bu hususun tutanağa geçirilerek imza altına alınmasını talep ediniz.

Bilgisayar veya bilgisayar kütüklerine el koymaksızın da, sistemdeki verilerin tamamının veya bir kısmının kopyası alınabilir. Kopyası alınan veriler kâğıda yazdırılarak, bu husus tutanağa kaydedilir ve ilgililer tarafından imza altına alınır. Bu seçeneğin de uygulanmasını, talep edebilirsiniz.

9) Arama sonunda

- a) Arama kararının tarih ve sayısı, hâkim kararı yoksa verilmiş olan yazılı emrin tarih ve sayısı ile emri veren merci,
- b) Aramanın yapıldığı yer, tarih ve saat,

- c) Aramanın konusu,
- d) Aranılan kişinin kimlik bilgileri, adını söylemediği takdirde eşkâl bilgileri,
- e) Araçta, konutta, işyeri ve eklentilerinde arama yapılmışsa, aracın plaka numarası, markası, konutun, işyerinin ve eklentilerinin açık adresi, su üstü aracının aranmasında su üstü aracının cinsi, ismi, sahibi ve kullanıcısı, deniz aracının aranması hâlinde ise deniz aracının cinsi, ismi, donatıları, bağlama limanı, tonajı, acentesi, kaptanı ve arama mevkiî,
- f) Aramanın sonuçları, el konulan suç eşyasına ilişkin belirleyici bilgiler,
- g) Aramada yakalanan kişiler varsa kimlik bilgileri, kimliği belirlenemiyorsa eşkâl bilgileri,
- h) Arama sonucunda yaralanma veya maddî bir zarar meydana gelip gelmediği,
- i) Arama işlemini yapanların adı, soyadı, sicili ve unvanı, hususlarının yer aldığı bir ADLİ ARAMA TUTANAĞI düzenlenir. Tutanağı dikkatle okuyunuz ve gerçeklere aykırı bir husus var ise şifahi itiraz ediniz ve itirazlarınızı tutanağa yazdırınız. Tutanağın bir sureti size verilmelidir.

### **-ÖZEL HAYATA ÖZEN GÖSTERİLİR-**

10) Arama sonunda; kovuşturma konusu fiilin niteliğini belirten bir belge ve el konulan veya koruma altına alınan eşyanın listesini içeren bir defter ve eğer şüpheliyi haklı kılan bir şey elde edilmemiş ise bunu belirten bir belge verilmesini talep ediniz.

Anılan belgelerde, el konulan eşyanın mülkiyetine ilişkin görüş ve iddialarınıza da yer verilmesini talep edebilirsiniz.

11) Aranacak yerde bulunan kişilerin özel hayatlarına ve mallarına gereken azamî özen gösterilir. Kasa gibi, açılması özellik isteyen eşya, kolluk tarafından veya masrafları kollukça karşılanmak üzere bu konudaki meslek erbabına açtırılır. Bu işlemin o yerde yapılmasının masraflı, külfetli veya oraya zarar verebilecek nitelikte olması durumunda, eşya kolluk tarafından muhafaza edilen başka bir yere götürülerek de açılabilir. Arama sırasında rastlanan özel kâğıt ve zarflar, içinde müsadereye tâbi bir eşya bulunması ihtimali dışında açılmaz; açılrsa dahi yazılı bilgiler okunamaz.

Hakkınızdaki arama kararını ölçsüz bir şekilde gerçekleştirilen ve yukarıda yazılı yasal haklarınızın kullanılmasını engelleyen Savcı ve Kolluk Memurlarına "haklarında suç duyurusunda bulunacağınızı ve ayrıca Adalet Bakanlığına karşı açacağınız tazminat davasında verilecek maddi ve manevi tazminat bedelinin yasa gereği kendilerine rücu edileceğini" anımsatınız.

12) Siz veya avukatınız arama ve el koyma işlemi ile ilgili tüm ivedi ihbar ve yazışmalarınızı Alopst/telgraf/iadeli taahhütlü mektupla belgelendiriniz. Avukatlık Kanununun 76. maddesi uyarınca, "hukukun üstünlüğünü ve insan haklarını savunmak ve korumakla görevli olan" barolara başvurunuz.

### **DUR - POLİS - VATANDAŞLIK HAKLARI**

14 Haziran 2007'de Resmi Gazete'de yayımlanarak yürürlüğe giren Polis Vazife ve Salahiyet Kanunu'nda yapılan düzenlemeye göre, polis şüphelendiği kişiyi, ortada somut bir tehlike olmasa da, olası tehlikeyi önlemek için, durdurup kimlik sorabilecek. Peki, yeni yasa polise başka ne haklar sağlıyor ve bir gün karşımızda bir polis görürsek ne yapmamız gerekiyor.

Bu soruların yanıtını Avukat Aynur Tuncel'den aldık.

### **GÖSTERMEM DEMEYİN**

Siz siz olun, AB'ye uyum rüzgârlarından etkilenip kimlik soran polise 'Ne kimliği', 'Sen bana kimlik soramazsın' filan demeyin. Yasaya göre, polisin kimlik göstermeyen kişiyi yakalama yetkisi var.

### **KİMLİK SORUN**

Ancak polis kimlik sorduğu kişilere, kendi kimliğini gösterme ve hangi görevi yerine getirdiğini anlatmakla yükümlü. Yani siz de ona kimlik sorabilirsiniz.

### **ÇANTA ARAYABİLİR**

Polis yolda durdurup, üzerinizi ya da çantanızı aramak isteyebilir. Buna hakkı var; ama önce size savcılıktan aldığı arama kararını göstermesi gerekir. Göstermezse siz sorun.

## **ÜST ARAMA KOŞULU**

Spor karşılaşmaları, miting, konser gibi yerlerde polis, savcılık emri olmadan üst araması yapabilir. Bir binayı korumakla yükümlü polis memurları, içeri girmek isteyen kişileri arayabilir. Direnenler, 5326 sayılı Kabahatler Kanunu'nun 32. maddesine göre para cezası öder.

## **ARABADAN İNDİREBİLİR**

Polis otomobilinizi şüpheli görürse durdurabilir. Kolluk amirinin emri ile sürücünün üzerini arayabilir. Savcılık kararı olmadan, kişinin elbisesini çıkarmasını, aracın torpido gözünün ya da bagajının açılmasını isteyemez, çantayı açtırıp içine bakamaz, elini sokup arama yapamaz.

## **TUTANAK TUTTURUN**

Siz haklı bir neden yokken durdurulduğunuzu düşünüyorsanız, polisten kimliğini göstermesini ve durdurulma nedeni hakkında açıklama yapıp tutanak tutulmasını isteyin. Bu tutanakla hakkınızı mahkemede arayabilirsiniz.

## **KONUT NASIL ARANIR?**

Konutlarda adli karar ile sadece gündüzleri arama yapılabilir. Arama işlemine de muhakkak Cumhuriyet Savcısının katılması gerekiyor. Kanuna göre iki kişi işleme tanık olarak katılmalı.

## **ZORLA NASIL YAKALAR?**

Polisin yazılı bir adli karar olmadan kimseyi yakalama ve zorla bir yere götürme yetkisi yok. Ama kişiyi bir daha bulamayacaksa, savcı ya da amirine ulaşamıyorsa yakalama yetkisi var. Vatandaşın direnme hakkı ise tartışmalı.

## **HIRSIZIN GİRDİĞİ EV**

Polisin peşine düştüğü hırsız bir eve girerse polis de peşinden o eve giremez. Eve girmesi için mutlaka adli karar gerekiyor.

## **ARSA ALIRKEN**

Söz konusu arsanın imar durumunun uygunluğu, dikkat etmeniz gereken en önemli husus. Satıcının sözlü beyan değil, resmi imar durumu belgesini size göstermesi ya da bir fotokopisini vermesi gerekiyor.

Tapu senedinde ada, pafta, parseli belirtilen arsanın size gösterilen arsaya tekabül edip etmediğini kontrol ettirmelisiniz.

Arsanın bağlı bulunduğu tapu sicil müdürlüğüne giderek, tapu kütüğüne bakıp, arsanın satışı ile ilgili aleyhte şerh olup olmadığını da kontrol ettirmelisiniz.

Alacağınız arsa hisseli arsa ise, alınan hisselerin, hissedar olunan arsa üzerinde tespitini yapmak mümkün değildir. Parselasyonu yapılmışsa, kroki üzerinde noter tarafından tasdik edilmek suretiyle kime satıldığının belirlenmesi düşünülebilir.

Arsa alırken yatırım düşünüldüğünden, uzman bir gayrimenkul profesyoneli ile çalışmakta çok büyük faydalar olacaktır. Aksi takdirde paranız boşa gidebilir.

## **KONUT ALIRKEN**

Alınacak emlakın tapu kaydı mutlaka önceden kontrol edilmeli.

Kat irtifakının kurulup kurulmadığına, iskânın, yani yapı kullanım izninin alınıp alınmadığına dikkat edin. Eğer alacağınız gayrimenkul inşa halinde ise müteahhidinin mali durumunu araştırın.

Müteahhidin kat karşılığı yaptığı bir inşaatın gayrimenkul alıyorsanız, müteahhitle mukavele yaparak, yaptığınız mukaveleye bitirme tarihi ve kullanılacak malzemeleri tek tek yazarak, gerekli miktarda tazminatları ilave etmelisiniz.

Alacağınız gayrimenkul kiracılı ise öncelikle kiracı ile yapılan kira kontratını incelemeniz, kiracıyla bizzat görüşmeniz ya da kiracı tahliye taahhüdü vermiş ise tahliye taahhüdündeki tarih ile kontrat tarihini karşılaştırmanız gerekir.

Satış sonrası gelebilecek elektrik ve su gibi borçlardan kurtulmak için eski malikten, bu borçlardan onun sorumlu olduğuna dair imzalı bir belge alın.

Tapu işlemi sırasında alacağınız emlakın değerini yeniden değerlendirme oranlarına göre hesaplayarak beyan etmelisiniz. Çünkü beyanınız eksikse ödenen alım satım harçları cezalı olarak size geri dönecektir.

26 Eylül 2005 Pazartesi Haber Kaynağı:<http://www.remax.com.tr> 2005/09/26

## **İKİNCİ EL ARAÇLARIN SATIŞ, DEVİR VE ALICISI ADINA TESCİL İŞLEMLERİNDE 01.05.2010 DE BAŞLAYAN YENİ UYGULAMA**

31.12.2009 tarih ve 27449 sayılı resmi gazetede yayınlanarak yürürlüğe giren 5942 sayılı Kanun'un birinci maddesi gereğince ( 2918 sayılı Karayolları Trafik Kanunu'nun 20. maddesinin (d) ve (e) bentleri değiştirildi) 01.05.2010 tarihinden itibaren tescilli araçların her çeşit satış veya devirleri noterler tarafından elektronik ortamda yapılmaya başlanılacaktır.

Bu amaçla, araçların satış, devir ve tescil işlemlerinde görev, yetki ve sorumlulukları bulunan bütün kurum ve kuruluşlar (Emniyet Genel Müdürlüğü, Maliye Bakanlığı, Ulaştırma Bakanlığı, Sigorta Bilgi Merkezi (TRAMER), Türkiye Noterler Birliği) arasında güvenli bir bilgisayar ağı oluşturulmuştur.

"1 Mayıs 2010 tarihinden itibaren noterlerce satış veya devri yapılacak araçlar için vergi dairelerinden alınmış 'İlişik Kesme Belgesi' istenilmeyecek, aracın vergi ve trafik cezası gibi borçları olup olmadığı satış sırasında noterce bilgisayar üzerinden sorgulanacaktır. Bilgisayar sorgulamasında aracın borç kaydının görülmesi halinde satış işlemi yapılmayarak, ilgililer vergi dairesine yönlendirilecektir.

Yine satış veya devri yapılacak aracın trafik tescil kayıtlarında satış veya devri kısıtlayıcı herhangi bir kayıt (haciz, rehin, ihtiyati tedbir) bulunup bulunmadığı noterlerce Emniyet Genel Müdürlüğü bilgisayar kayıtları üzerinden sorgulanacak. Mevcut uygulamada böyle bir sorgulama yapılmadığından, noterde aracı satın alan kişiler adlarına tescil için trafik tescil kuruluşuna geldiklerinde, araç kayıtlarında haciz, ihtiyati tedbir gibi şerhler çıkabilmekte ve mağdur olabilmektedirler. Yeni uygulama ile bu tür mağduriyetler ortadan kaldırılmış olacaktır.

Satış veya devir işlemi tamamlandığında, noter tarafından aracın alıcısı adına bir ay süreyle geçerli 'Tescile İlişkin Geçici Belge' düzenlenecektir.

Satış veya devir işlemlerinde, 20 TL maktu ücret ile araç tescil belgesi ücreti (46 TL) ve gerekiyorsa motorlu araç trafik belgesi ücreti (62 TL) dışında, noterce herhangi bir harç ve damga vergisi ile posta ücreti alınmayacaktır.

Satış veya devir işlemi tamamlandığında, noter tarafından trafik tescil kuruluşlarına elektronik sistemle bildirim yapılacak, bu bildirim üzerine araç sahibinin müracaatı olmaksızın, araç tescil belgesi noterin bulunduğu yerdeki trafik tescil kuruluşunca düzenlenecektir.

Aracı satın alan kişi veya kanuni vekilinin, araç tescil belgesini düzenleyen trafik tescil kuruluşuna satış tarihinden itibaren 15 gün içerisinde müracaat etmesi halinde araç tescil belgesi elden teslim alınabilecektir. Trafik tescil kuruluşlarında da herhangi bir ücret ödenmeyecektir.

Araç tescil belgelerini 15 gün içerisinde elden teslim almamaları halinde ise, gönderi ücreti kendileri tarafından ödenmek kaydıyla posta (APS) yoluyla ikamet adreslerine gönderilecektir. (Gerçek kişiler için araç sahibinin Nüfus ve Vatandaşlık İşleri Genel Müdürlüğü Adres Kayıt Sisteminde belirtilen yerleşim yeri adresine, tüzel kişiler için ticaret sicil gazetesi, tüzük veya diğer resmi kayıt belgelerinde belirtilen adreslerine gönderilecektir.) Belgeler, araç sahibi ile aynı adreste yaşayan eşi, reşit çocukları, babası veya annesine teslim edilecek, bu kişilerden hiç birinin adreste bulunmaması halinde PTT görevlisince kapıya not bırakılarak bir sonraki gün tekrar gidilecek, yine adreste kimse bulunamamış ise belgeler 10 gün süreyle ilgili PTT şubesinde bekletilecektir. 10 gün içerisinde buradan da teslim alınmaması halinde belgeler ilgili



trafik tescil kuruluşuna PTT tarafından iade edilecek, araç sahibi veya vekili tarafından buradan elden teslim alınabilecektir.

Araç tescil belgesinin postada gecikmesi veya kaybolması gibi durumlarda vatandaşlarımıza herhangi bir sorumluluk yüklenmeyecek ve bu nedenle bir ceza da uygulanmayacaktır. Belgelerin teslim aşaması PTT Genel Müdürlüğü ile Emniyet Genel Müdürlüğü arasında oluşturulan bir bilgisayar programıyla takip edilerek, ilgisine ulaşmış ulaşmadığı ile ne zaman teslim edildiği izlenecektir. Belgenin kaybolduğunun araç satın alan vatandaşlarımızca ilgili trafik tescil kuruluşuna bildirilmesi ve kayıtlardan da bu durumun doğruluğunun anlaşılması halinde ücret alınmaksızın yeni bir belge düzenlenerek vatandaşlarımıza teslim edilecektir.

Haciz, müsadere, zapt, buluntu, trafikten men gibi nedenlerle; icra müdürlükleri, vergi dairesi müdürlükleri, milli emlak müdürlükleri ile diğer yetkili kamu kurum ve kuruluşları tarafından satılan araçların alıcıları tarafından bir ay içerisinde müracaat edilip adlarına tescil belgesi almamaları halinde ilgili trafik tescil kuruluşunca adlarına resen tescil işlemi yapılacaktır. Ayrıca, bir ay içerisinde adlarına tescil belgesi almayan kişilere 130 TL idari para cezası uygulanacak ve bu araçlar alıcıları adına tescil belgesi çıkarılıncaya kadar trafikten men edilecektir.

Araçların satış ve devir işlemleri dışında tadilat, renk değişikliği, unvan değişikliği, trafikten çekme, hurdaya ayırma, zayii veya yıpranmadan dolayı belge yenileme gibi işlemler için mevcut uygulamada olduğu gibi aracın dosyasının bulunduğu trafik tescil kuruluşuna müracaat etmek zorunluluğu kaldırılmakta olup, bu işlemler herhangi bir trafik tescil kuruluşunda gerçekleştirilebilecektir.

01 Mayıs 2010 tarihinden önce yapılmış noter satışlarına istinaden alıcı adına yapılacak tescil işlemleri, plaka değişikliği yapılmaksızın alıcının yerleşim yeri adresinin bulunduğu yerdeki trafik tescil kuruluşunda yapılacaktır.

### **YENİ SİSTEMİN GETİRECEĞİ FAYDALAR**

"Mevcut sistemde noterde satışı yapılan bir aracın yeni alıcısı trafik tescil kuruluşuna gidip aracı üzerine tescil ettirmediği durumlarda, bu araçla ilgili vergi ve trafik ceza borçları ile diğer tebligatlar satıcıya gönderilmektedir. Yeni sistemde aracın satışı ile birlikte aynı anda tescili de gerçekleştirileceğinden, bu konuda yaşanan mağduriyetler tamamen ortadan kalkacaktır.

Yine, noterde satın veya devir alınan aracın tescili için trafik tescil kuruluşlarına müracaat etme, belge ibrazı ve form doldurma zorunluluğu ortadan kalkacağından, vatandaşlarımızın bu işlemler için harcadıkları iş gücü, zaman ve maddi kayıplar da ortadan kalkacaktır."

### **YENİ SİSTEMLE BİRLİKTE ELDE EDİLECEK KURUMSAL KAZANIMLAR**

Ülkemiz genelinde 568 trafik tescil kuruluşumuzda yaklaşık 4 bin 600 personelimiz çalışmaktadır. Trafik tescil kuruluşlarımızda yapılan tüm işlemlerin yüzde 35 ini, tescil işlemlerinin ise yüzde 55 ini ikinci el araç satışları ile ilgili tescil işlemleri oluşturmakta olup, 1 Mayıs 2010 tarihinden itibaren yaklaşık bin 500 personel karşılığı işgücü tasarrufu sağlanacaktır.

Araçların başka bir trafik tescil kuruluşuna nakil gittiği durumlarda gönderilen ve Ek-9 adı verilen form uygulamadan kaldırılmış olup, yıllık ortalama 600 bin aracın nakil olduğu düşünüldüğünde, posta masrafı olarak 450 bin TL. tasarruf sağlanmış olacaktır.

Mevcut uygulamada araçların tescil işlemlerinde kullanılan müracaat ve işlem formunun (Yıllık ortalama 2.000.000 adet) bir sureti aracın vergi kaydı için vergi dairelerine posta veya elden gönderilmekte olup, yeni uygulamada bu formlar kaldırılarak, bilgilerin vergi daireleri ile diğer ilgili kurum ve kuruluşlara elektronik sistemle aktarılması sağlanacaktır. Bu sayede gerek tescil kuruluşlarımızda, gerekse vergi dairelerinde çok önemli oranlarda iş gücü kazanımının yanında posta ve diğer giderlerden de tasarruf sağlanacaktır.

568 trafik tescil kuruluşumuzda sayıları binleri geçen bilgisayar, yazıcı ve benzeri cihazlar ile bunlarda kullanılan kâğıt, toner ve kartuş gibi malzeme giderlerinden de çok önemli oranda tasarruf sağlanacaktır.

Satış veya devri yapılan aracın tescili de aynı anda yapılacağından, mevcut uygulamada yaşanan hukuki problemlerde önemli oranda ortadan kalkacağından mahkemelerle, icra daireleri ve çeşitli kurum ve kuruluşlarla yapılan yazışmalarda azalacaktır.

Ayrıca, mevcut uygulamada zaman zaman yaşanan sahte bilgi, belge ve evraka dayalı satış ve tescil işlemleri de önlenmiş olacaktır."

## **İKİNCİ EL OTOMOBİL ALIRKEN DİKKAT**

08.04.2009 Hürriyet

Çukurova Üniversitesi Mühendislik Mimarlık Fakültesi Makine Mühendisliği Bölümü Başkanı Prof. Dr. Kadir Aydın, ÖTV indiriminin hareketlendirdiği otomotiv piyasasında özellikle ikinci el araç alımında mağduriyetle karşılaşılmasını için kaporta, görünüm ve motorunun sesi gibi cezbedici unsurlardan ziyade "çenç" işlemi konusunda duyarlı olunması gerektiğini bildirdi.

Aydın, ülkemizde birçok kişinin ikinci el otomobil satın alırken dış görünüşünü incelediğini, darbeli olup olmadığı sorduğunu ve motora bakmayı yeterli gördüğünü anımsattı.

Satın alınacak aracın bir tamirciye gösterilmesinin doğru olmadığını belirten Aydın, bu durumun birçok detayın gözden kaçmasına yol açtığını bildirdi.

Aydın, ÖTV indiriminin ardından ikinci el otomobil piyasasının hareketlendiğini, ancak buna paralel olarak da son zamanlarda motor ve şase numarası değiştirilerek "çenç" işlemi yapılmış ve kiralanan araçların oto pazarlarında satıldığı yönünde yaygın duyular aldıklarını ifade etti. Bu otomobilleri alan kişilerin ise daha sonra mağdur durumda kalabildiklerini anlatan Aydın, şunları kaydetti:

"Bu nedenle araç satın alınırken kaporta, görünüm ve motorun sesinden ziyade bilgisayarlı ortamda test yaptırılmasına özen gösterilmeli. Otomobilin çalıntı olup olmadığı ve çenç işlemine tabi tutulup tutulmadığını anlamak için motor ve şase numaraları kontrol edilmeli. Bunun içinde araçlar satın alınmadan önce servis veya üniversitelerin laboratuvarlarında bilgisayar ortamında teste tabi tutulmalı."

Aydın, bilgisayarlı ortamda yapılan testlerde otomobilin birçok cihaza bağlanarak detaylı bir şekilde kontrolden geçirildiğini de ifade ederek, "Aracın, motor gücü, yıpranma payı ve aşınma durumu belirleniyor. Kaportanın değişen parçaları ve hangisinde boya olup olmadığı, kazaya karışıp karışmadığı kontrol edilip, benzin ve fren hidroliği, şase, amortisörler ve elektrik aksamı gibi bütün bölümler titiz bir şekilde inceleniyor" dedi.

Aydın, bu testlerin aracın yaşına ve motor gücüne göre 150-200 TL arasında değişen fiyatlardan yapıldığını ve yaklaşık 3 saat sürdüğünü bildirdi.

Sorunsuz bir devir teslim için bu işlemlerin mutlaka yapılması gerektiğini vurgulayan Aydın, mağdur durumda kalındığında hem paradan hem otomobilden olmanın yanı sıra ayrıca avukat tutulması ve adli sürecin yarattığı sıkıntıların da önüne geçilmiş olacağını belirtti.

Prof. Dr. Aydın, alınacak ikinci el otomobillerin sicil kaydının yanı sıra düşük kilometreli olmasının, dizel ise enjeksiyon ve pompanın sağlam olup olmadığının incelenmesinin, ayrıca kaportada çürüme boyada ise kabarma sorununun, düz yolda aracın sağa sola çekip çekmediğinin, fren balatalarının sağlam olup olmadığının önemli olduğuna dikkati çekti.

Tüm bunların ardından fiyatının da uygun olması durumunda aracın alınabileceğini anlatan Aydın, "Aldıktan sonra da ilk olarak aracın bujileri ve yağının değiştirilmesi yararlı olacaktır" uyarısında bulundu.

## **ALACAĞINIZ 2.EL OTOMOBİLİN HASARI VARSA BİLGİLERİ BİR SMS İLE CEBİNİZDE!**

Trafik Sigortaları Bilgi Merkezi (TRAMER), ikinci el araba alacakların cep telefonlarından gönderecekleri bir kısa mesajla aracın daha önceden hasarlı olup olmadığı konusundaki endişelerini gidermelerini sağlıyor...

### **5664'e bir kısa mesaj göndermek yeterli!**

"HASAR" yazıp bir boşluk bırakarak aracın plakasını TURKCELL 5664'e kısa mesaj olarak gönderdikten sonra ilgili tüm bilgiler plaka değişmiş olsa bile birkaç saniye içinde cep telefonuna geliyor. Verilen bu hizmete karşılık 7 SMS yani 14 kontör alınıyor.

TRAMER, hasarların yanı sıra trafik kazasına karışanların kendi aralarında tuttuğu Kaza Tespit Tutanağı sonuçlarının da bir mesajla öğrenilmesini sağlıyor. Bunun için de kaza yapan araç sahibinin "KAZA" yazıp boşluk bıraktıktan sonra araç plakasını girerek yine TURKCELL 5664'e göndermesi yeterli. Aynı şekilde kaza raporunun çıkıp çıkmadığı, çıktıysa kusur oranları bu mesajla cep telefonuna geliyor. Böylece kaza yapan sürücünün sigorta şirketinden bilgi almak için uğraşmasına gerek kalmıyor. Bu hizmetin bedeli ise 5 SMS yani 10 kontör.

### **Poliçeniz var ama unuttunuz**

Zorunlu trafik poliçesinin ya da kasko sigortasının yürürlükte olup olmadığı, kasko sigortasına uygulanan hasarsızlık indirimi gibi konularda da kısa mesajla bilgi alınabilecek. Bunun için de "**TRAFİK**" ya da "**KASKO**" yazıp boşluk bıraktıktan sonra aracın plakasını girerek aynı mesaj numarasına göndermek yeterli.

### **Trafik kazası mağdurlarına müjde!**

Trafik kazası mağdurlarının hasarı hangi sigorta şirketinden tahsil edeceklerini öğrenebilmeleri için "**MAGDUR**" yazıp, boşluk bırakarak TC kimlik numarasını girdikten sonra TURKCELL 5664'e göndermeleri yeterli.

## **İŞSİZLİK SİGORTASINA NASIL BAŞVURULUR**

**İşsizlik ödeneğinden yararlanmak için işyerinden alacağınız İştten Ayrılma Bildirgesi ile birlikte, işyerinizin bağlı bulunduğu İŞKUR 'a başvurmak gerekiyor.**

Bunu da işten ayrılma tarihini izleyen günden itibaren 30 gün içinde yapmak şart.

Peki, ödemeler nasıl yapılıyor? Kimler işsizlik ödeneğinden yararlanabiliyor? Yenibiris.com araştırdı. İşte cevapları...

### **İşsizlik ödeneğinden kimler yararlanabilir?**

Kendi istek ve kusurları dışında işsiz kalanlar yararlanabilir.

### **ÜÇ YILDAN AZ ÇALIŞANA İŞSİZLİK ÖDENEĞİ YOK**

Ne kadar prim ödemiş olmak gerekli?

İşsizlik sigortasından yararlanmak için işten ayrılma tarihinden geriye dönük olarak son 3 yıl içinde en az 600 gün prim ödemiş olmak gerekiyor. (Son 120 gün kesintisiz olacak.)

### **Ne kadar süre ile ödeme yapılıyor?**

Sigortalı işsizler prim ödeme sürelerine göre en az 180, en fazla 300 gün süre ile ödenek alabiliyor. Bu süre içinde kendileri ve geçindirmekle yükümlü oldukları aile fertleri hastalanırsa sağlık hizmetlerinden de yararlanıyorlar.

### **Son 3 yıl içinde en az**

- 600 gün çalışmışsa 6 ay,
- 900 gün çalışmışsa 8 ay,
- 1.080 gün çalışmışsa 10 ay süre ile işsizlik ödeneği alıyor.

### **İşsizlik ödeneği nasıl hesaplanır?**

1. Günlük işsizlik ödeneği, sigortalının son dört aylık prime esas kazançları dikkate alınarak bulunacak günlük ortalama net kazancının yüzde ellisi olarak hesaplanıyor.
2. Bu şekilde günlük olarak hesaplanan işsizlik ödeneği aylık olarak her ayın sonunda kişiye ödeniyor. (İşsiz adına açılacak banka hesabına havale ediliyor.)
3. İşsizlik ödeneği damga vergisi hariç herhangi bir vergi ve kesintiye tabi tutulmuyor.

### **Hangi durumlarda kişi işsizlik sigortasından yararlanamaz?**

- Kendi isteğiyle istifa ederse,

- Ahlak ve iyi niyet kurallarına uymayan halleri nedeniyle işten çıkarılırsa, (örneğin hırsızlık yaparsa)
- İşverenden izin almaksızın veya haklı bir nedeni olmaksızın ardı ardına iki gün veya bir ayda üç işgünü işine devam etmezse,
- Yapmakla ödevli bulunduğu görevleri kendisine hatırlatıldığı halde yapmazsa,
- Kendi isteği veya savsaklaması yüzünden işin güvenliğini tehlikeye düşürürse işsizlik ödeneği alamıyor.

## **'BİLİNMEYENİ' BİLMEYEN ARAMAYIN**

Bilinmeyen numaralar üzerine hizmet veren çağrı merkezleri, farklı ücretlendirmeler yapıyor. Bazıları 6 saniyede, bir bölümü de dakikada bir ücretlendirmeyle hizmet sunuyor.

AA muhabirinin aldığı bilgiye göre, son günlerde televizyon kanallarının reklam kuşaklarında tanıtımlarını ağırlık veren çağrı merkezi hizmeti veren firmalar arasındaki rekabet hızlandı.

GSM operatörleri, sabit hat telefon firmaları ile bilinmeyen numara hizmeti veren firmalar arasındaki bu rekabet tüketiciye daha ucuz bilgi alabilmenin önünü açtı.

Bilinmeyen numaralar üzerine kurulan çağrı merkezi firmaları, yaşanan bu rekabet ortamında tüketicisine farklı ücretlendirme yapıyor. Bu yüzden, firmaların sunduğu hizmetin kalitesi kadar ücretlendirmesi de önem taşıyor.

Tüketiciler, bu servisleri aradıklarında bilinmeyen numaralar kadar nöbetçi eczaneler, polis merkezleri, çilingir, itfaiye ve ambulans hizmetleri hakkında da bilgi alabiliyor.

Türk Telekomünikasyon Kurumundan "Rehberlik Hizmeti Lisansı"nı Nisan 2008'de alan, Türk ve yabancı ortaklığı ile kurulmuş bir rehberlik ve çağrı merkezi hizmeti firmasının "11824" çağrı merkezini cep telefonundan arayanlar, tüm vergiler dahil dakikası 1,24 lira ödüyor. Türk Telekom'dan arayanlar için ise dakikada 0,980001 liralık ücretlendirme yapılıyor. Firmanın ücretlendirmesi 6 saniyede bir olarak gerçekleşiyor.

Diğer bir firmanın çağrı merkezi olan "11880" numarasını GSM operatörleri ve sabit hat telefonlarından arayanlar ise vergiler hariç dakikasına 83,5 kuruş ödüyor. Firma, ücretlendirmeyi 60 saniyede bir yapıyor.

Başka bir firmanın hizmet sunduğu "11818" numaraları çağrı merkezini Türk Telekom'dan arayanlar ise dakikasına 70 kuruş öderken, Avea ve Vodafone'den arayanlar 106 kuruş veriyor. Ücretlendirme 6 saniyede bir yapılıyor.

Turkcell ile henüz anlaşması olmayan firma, kontrollü hatlar için Avea'larda 10,5 saniyede, Vodafone'lerde ise 10 saniyede bir kontör ücret alıyor.

## **GSM OPERATÖRLERİNİN SERVİSLERİ**

Bu arada, GSM operatörleri de kendi numaralarıyla ilgili bilgi verebiliyor. Avea'nın bilinmeyen numaralar servisi olan 11855'i aramak, Avea faturalı hatlar için vergiler dahil dakikası 72,71 kuruş, faturasızlar için ise dakikası 8 kontör şeklinde ücretlendiriliyor.

Turkcell'in faturalı cep telefonundan 11832'ye yapılan aramaların ücreti dakika başına 4 SMS/8 kontör olarak belirlendi. Diğer mobil operatör ve sabit hatlardan 11832'ye yapılan aramalarda ise operatörlerin belirlediği tarifeler üzerinden ücretlendirme yapılıyor.

Vodafone'dan 11842, 11832, 11855 numaralı servisleri arayanlar ise KDV dahil, ÖİV hariç olacak şekilde dakikasına 0,56 lira ücret ödüyor. 11811'i arayanlar ise dakikası 0,646782 lira (KDV dahil, ÖİV hariç) ödemedede bulunuyor.

## **IMEI**

Cep telefonunuzda, \*#06# tuşlayarak ekranda çıkan IMEI numarasını bir yere kaydedin. Gelen bilgilere göre telefonunuz kaybolursa bu numara ile bulunabilme olanağı yüksek. Bu numara GSM kartınızda değil, telefon üzerinde tutuluyor ve eğer GSM şebekeniz de bunu destekliyorsa, merkezden telefonunuza takılı olan GSM kartının telefon numarası tespit edilebiliyormuş.

Böylece telefon hırsızı, sizin telefonunuza yeni bir GSM kartını kullanırsa ona telefon numarasından ulaşma olanağınız oluyormuş.

## **CEP TELEFONUNUZ KAYBOLURSA**

Kaybolan cep telefonunuz nasıl kullanım dışı yapabilirsiniz? Cebinizin seri no'sunu kontrol etmek için ( \* # 0 6 # )tuşlayın. Ekranınızda 15 numaralı bir kod belirecektir. Bu numara cebinizin kendine has (IP) numarasıdır. Bir yere yazın ve emin bir yerde saklayın. Cebinizin çalınması durumunda cebinizin hattını sağlayan servise telefon edip bu kodu verin. Böylece cebinizi bloke edebilirler. Hırsız sim kartını değiştirirse bile telefonunuz asla çalışmayacaktır. Her kim çaldıysa cebinizi kullanamayacak veya satamayacaktır.

Eğer herkes bunu yapsaydı cep telefonunu çalmanın anlamı kalmazdı. Telefon firmaları bu konuda insanları bilgilendirmemekle hırsızlara çalma cesareti veriyorlar. Herhalde yeni satış artışlarını düşünerek hırsızlığa ortak oluyorlar.

## **CEP TELEFONUNUZ ÇALINIRSA**

Cep telefonunuz mu kayboldu? Kimseye yar etmemek için basit bir yolu var.

Cep telefonunuz çalındıysa ya da kaybolduysa Telekomünikasyon Kurumu'nun Bilgi ve İhbar Merkezi'ni arayıp telefonunuzu kullanıma kapatabilirsiniz.

Cep telefonunuz çalındıysa ya da kaybolduysa Telekomünikasyon Kurumu'nun 0 312 2322323 numaralı Bilgi ve İhbar Merkezi'ni arayarak telefonunuzu ve hattınızı kullanıma kapatabilirsiniz. Böylece cihaza gelen "cihaz ÇALINTI'dır" mesajı ile kullanıma kapatılan telefonu başkasının da kullanmasına izin vermeyin.

Cihazı çalınan, yağmalanan, cihazını kaybeden veya her ne suretle olursa olsun rızası dışında elinden çıkan kişilerin öncelikle cihazının elektronik haberleşme bağlantısının kesilmesi için, telefonu kullanan hat sahibinin, Kurumun Bilgi ve İhbar Merkezi'ne cihazın imei numarasını ve hat bilgilerini doğru şekilde vermesi gerekir.

İhbar sırasında kişinin vermiş olduğu bilgiler, doğrulanmak üzere ilgili GSM işletmecisine iletiliyor. Kişinin verdiği bilgilerin doğrulanması halinde cihaz haberleşmeye kapatılıyor. Bu doğrultuda kapatılan cihazlara, ilgili GSM işletmecisi tarafından "YASAL UYARI IMEI nolu cihaz ÇALINTI'dır. En yakın kolluk kuvvetine teslim ediniz" içeriğinde mesaj gönderiliyor.

Bilgi ve İhbar Merkezi'ne verilen bilgilerin doğrultusunda cihazın kullanıma kapatılması için cihazınızın beyaz listede (mevzuata uygun bir şekilde ithal edilerek veya yurt içinde üretilerek Kuruma bildirilen, başvuru süresi içinde kayıt altına alınan, haklı mazeret nedeniyle başvuru süresini geçiren cihazların kullanıcıları tarafından yapılan başvurular üzerine kayıt altına alınan cep telefonları) yer alması gerekir.

İhbarda bulunulduktan sonra cihaza ait IMEI numarası <http://mcks.tk.gov.tr/node/19> adresinden sorgulandığında "çalıntı ihbarı yapılmış cihaz" olarak görünür. İhbar doğrulandıktan sonra yapılan sorgulamada ise söz konusu ifade "çalıntı cihaz" ibaresine dönüşür.

Telekomünikasyon Kurumu'nun Bilgi ve İhbar Merkezi, cihazın sadece elektronik haberleşme bağlantısının kesilmesine veya açılmasına yetki sahibi olup, telefonları bulmak ve ilgili kişiye teslim etmek gibi görevleri bulunmuyor. Bunun için cihazı çalınan veya kaybolan kişinin ayrıca Cumhuriyet Başsavcılığına dilekçeyle başvurması gerekiyor.

İhbarınızı ancak ihbarda bulunduğunuz yöntem ile iptal edebilirsiniz. Örneğin, telefon ile alınmış bir ihbar sonucu kapatılan cihaz; ihbarda bulunan kişinin araması ve kimlik bilgilerinin doğrulanması halinde haberleşmeye açılır. Savcılık talimatı ile haberleşmeye kapatılmış olan cihaz ise savcılık talimatı olmaksızın açılmaz.

## **KAPATMA BAŞKA ŞEY, İPTAL BAŞKA ŞEYMİŞ**

Telefon, kablo TV ya da ADSL hattını "iptal" ettireceklerin dikkatine.

Merhaba arkadaşlar,

Bir buçuk sene önce evimden taşındım. Telefon, ADSL, kablolu TV'yi kapattım. Taşındığım eve yeni telefon ve ADSL bağlandı. Geçen hafta Türk Telekom'un avukatı olduğunu söyleyen bir şahıs beni aradı, kapattığım telefonun 445 TL. borcundan dolayı icraya verildiğimi, ödemediğim takdirde haciz yapılacağını söyledi. Borcun nereden kaynaklandığını sordum, o da telefonu kapatmışsınız sabit ücretleri ödememişsiniz borcundan dolayı telefonunuz kapanmış, adresinize mektup gönderdik size ulaşamadığımız için de icraya verdik dedi.(bir buçuk sene bekliyorlar, teknolojinin imkânlarını kullanarak bana ulaşmak akıllarına şimdi geliyor)

İşin özeti,

Kapatma: numarayı ileride kullanabilirim

İptal: numarayı hiç kullanmayacağım

Farklı anlamları olan iki kelime.

Ben belki on kere telefon kapattım, bu güne kadar iki kelimenin anlam farkından dolayı borçlandırılmadım. Demek ki,(iptal ve kapatma) iki ayrı form var ve görevli şahıslar tarafından da ikaz edilmediğimiz için böyle bir durumla karşılaşyoruz. Telekom'da binlerce vatandaş kapatma mağduru.(Şişli'de görünen 2000 kişi)Türkiye genelinde kaç kişi olduğunu tahmin etmek zor değil.

## **OTOMATİK SANTRALLERDE DAHİLİ NUMARAYI OTOMATİK OLARAK ÇEVİRME**

Diyelim ki bir arkadaşınızı arayacaksınız ve numarası 0312 432 10 98 den 1234 gibi bir numara, o zaman hemen cep telefonunuza sunu yazın: 03124321098p1234 Bu aradaki (küçük p) işareti duraklama içindir. Yani önce ilk rakamlar çevrilecek ve (p) de beklenecek karşı taraf telefonu açtıktan bir kaç saniye sonra kalan numara tuşlanacaktır. (p) işaretini nasıl mı yapıyorsunuz? \* işaretine bir müddet basılı tutun

## **CEVAPSIZ ARAMAYA GERİ DÖNERKEN DİKKAT**

Tanımadığınız telefon numaralarını kesinlikle geri aramayın.

### **Önemli. 393 ön koduna dikkat.**

Cep ya da Sabit telefonunuza +39319326 ile başlayan numaralardan (+39319326xxxx) gelen cevapsız aramaları \*dikkate almayınız ve kesinlikle geri aramayınız.

\*Yeni bir dolandırıcılık yöntemi olan bu yöntem ile telefonunuz bir kez çalıyor ve kapanıyor. Siz cevapsız çağrıyı gördüğünüzde numarayı geri arıyorsunuz. Karşınıza çıkan ve çeşitli dillerde konuşan robot ile yaptığınız görüşmenin \*dakikası 50\$\* civarında bir rakam olarak kullandığınız hattın faturasına ekleniyor.

!!! Bu arama tamamen yasal olduğu ve aramayı siz yaptığınız için kesinlikle itiraz etme şansınız bulunmamaktadır. !!!

\* Not: Bu amaçla kullanılan ve şu ana kadar saptanmış numaralardan bazıları aşağıdaki gibidir:

393-105-7384

393193260006

393193260016

393193260024

393193260030

393193260039

## **TURKCELL İSTENMEYEN MESAJLARDAN KURTULMA**

Cep telefonuma devamlı saçma sapan saatlerde gelen bar, banka, belediye vs. Mesajlarından Turkcell müşteri hizmetleri ile yaptığım uzuuuuun bir telefon konuşması sonucu kurtulma yolunu öğrendim.

Gelen mesajı **2780** 'e forward ederseniz artık o servisten mesaj gelmiyor.

## **TURKCELL'İLERE "NEREDEYİM" BİLGİSİ**

Uludağ 'da hiç yüzünden gencecik bir can kaybettik, bürokrasinin tozlu kanunları cana mal oldu. Şimdi bu bilgi geldi, hep geç akılları başlarına gelir zaten. Aklınızda olsun, yayın lütfen...

Bunu bizzat denedim, 15 saniye sonra falan cevap geliyor.

Turkcell abonelerine bir servis yapıldı. Şu an aktif.

**ACIL** ya da **NEREDEYİM** yazıp 7777 veya 2222 numarasına mesaj gönderirlerse, kendilerine aşağıdaki mesaj gönderiliyor. Normalde 2sms/4 kontör. Fakat kontörü olmasa da mesaj gönderiliyor.

Turkcell 'lilerin bilmesinde fayda var.

### **BULUNDUĞUNUZ BÖLGE**

İstanbul, Kadıköy, İçerenköy, Karaman Çiftlik Yolu Caddesi

### **COĞRAFİ KONUMUNUZ**

(40derece 58dk 44sn Kuzey,29derece 06dk 22sn Doğu)

### **SİZE EN YAKIN NOKTALAR**

Tem Büro Amirliği 103m(+902164104113), Özel Avicenna Hastanesi 225m(+902165741000), Infotech Bilişim ve İletişim Teknolojileri A.S. 32m(+902165740505)

Polis İmdat 155, Alo Jandarma 156, Hızır Acil 112, İtfaiye 110

## **KAYBOLANIN İMDADINA '112' YETİŞİYOR**

### **TÜM VATANDAŞLARIN DİKKATİNE!**

**AŞAĞIDA VERİLMİŞ YARDIM NUMARALARINI MUTLAKA TELEFONUNUZA KAYDEDİN. HAYATTA HER ŞEY İNSANIN BAŞINA GELEBİLİR.**

Türkiye'de iki hafta önce herkesin yüreğini burkan talihsiz bir olay yaşandı. Uludağ'da kayak yaparken yolunu kaybeden gencin donarak hayatını kaybetmesi, bütün ülkeyi üzüntüye boğdu. Cep telefonundan ailesi ve arkadaşlarını aramasına rağmen kayıp gencin yeri ancak 10 saatte tespit edilebilmişti. Sinyal takibi için savcıdan izin alma mecburiyeti, gecikmeye gerekçe gösterildi. Ancak bütün bunlar yaşanmayabilirdi. Çünkü anında adres tespiti yapılmasına imkân tanıyan bir sistem var. Ama bilinmediği için kimse faydalanamıyor. Herhangi bir sebeple 112 Sıhhi İmdat, 155 Polis İmdat veya 156 Jandarma İmdat'ı sabit hat veya cep telefonuyla ararsanız iki dakika içinde bulunduğunuz nokta belirleniyor. Üstelik savcı izni gibi bürokratik engeller de yok. Buna imkân tanıyan düzenleme 3 ay önce yasalastı. 10 Kasım 2008'de yürürlüğe giren Elektronik Haberleşme Kanunu'nun 31. maddesi, acil numaraları arayan kişiye ait yer tespit bilgisinin, telefon operatörleri tarafından ilgili birime anında aktarılmasını öngörüyor.

Yani Uludağ'da kaybolan Ümit Özgen(21), arkadaşları yerine 112'yi arasaydı, daha çabuk kurtarılabilirdi. Telekomünikasyon Kurumu, konum belirleme imkânının kaybolan kişilerle sınırlı olmadığını vurguluyor. Yangından sağlık sorunlarına, trafik kazasından gasba kadar hangi sebeple olursa olsun acil numarayı arayan herkese çok kısa sürede ulaşmak mümkün. Bunun için şu numaralardan birini çevirmek kafi: 110 Yangın İhbar, 112 Sıhhi İmdat, 151 Kıyı Emniyeti, 155 Polis İmdat, 156 Jandarma İmdat, 157 İnsan Ticareti Mağdurlarına Yardım ve İhbar Hattı, 158 Sahil Güvenlik, 159 Alo Karayolları, 168 Türk Kızılayı ve 177 Orman Yangın Hattı. Acil aramalar konusunda gündemdeki bir başka proje ise Amerika'da uygulanan tek numara sistemi. Bütün yardım ve ihbar hatlarının 112'de birleştirilmesi planlanıyor. Sistem ilk Antalya'da devreye girecek.

Başarılı olunursa ülke geneline yayılacak.

5809 sayılı Elektronik Haberleşme Kanununun 31nci Madde son fıkrası aşağıdaki gibidir:

"(4) Ankesörlü telefon hizmeti kullanıcıları da dahil olmak üzere, kamu kullanımına açık telefon hizmetinden faydalanan kullanıcılar, herhangi bir ücret ödemediği takdirde 112 ve Kurumca belirlenen diğer acil çağrı numaralarını çevirerek acil çağrıya cevap vermekle yetkili kuruluşa erişme hakkına sahiptir.

Kurumca belirlenen esaslar çerçevesinde işletmeciler ücretsiz olarak, kullanıcıların 112 acil çağrı numarasına ve Kurumca belirlenebilecek diğer acil çağrı numaralarına sunmakta oldukları hizmetin kapsam ve kalitesine uygun olarak erişimlerini sağlamak ve acil yardım talebinde bulunan kullanıcıların yerlerini tespit ederek ilgili kuruluşa bildirmekle yükümlüdür."

## **ALO 174**

Yeni yılda Tarım Köy İşleri Bakanlığı yeni bir uygulamaya geçti. ALO 174 gıda hattı.

Bu hat ne ise yarar: aldığınız gıdalarda karşılaştığınız tüm sorunları bu hatta iletebilirsiniz. Restoranlarda, kafelerde yaşadığınız gıda ile ilgili bir sıkıntıyı, üretim izni olmayan ürünleri, gıdamızdan yabancı bir madde çıkınca, sağlıksız üretim yapan işletmeleri, sağlığımızla oynayan para hırsı ile tüketicilerini umursamayan gıda işletmelerini, mevcut gıda mevzuatına uymayan gıda üreticilerini kısaca sizi tiksindiren ben bunu yiyemem dediğiniz tüm gıda ve sorunlarınızı bildirebilirsiniz. Alo gıdayı arayınca sizi kibarca dinleyen bir yetkili bulacaksınız. O sizin şikâyetinizi kaydedecek ve ilgili birime ileticek. Tarım Bakanlığında yetkililer de denetime gidecek. Elinizde yabancı madde çıkmış bir ürün varsa ve şikâyetiniz bu ürün ise bu ürünü de saklayın yetkililer bunu isteyebilir. Ve tüm bu süreci [www.alo174.gov.tr](http://www.alo174.gov.tr) adresinden takip edebileceksiniz. Bilinçli bir tüketici olmalı, güvenilir gıda hakkımızı talep etmeliyiz.

## **HABERİN VAR MI?**

Cumartesi gecesi 11.30 civarı yeğenimi yüksek ateş ile Anadolu Sağlık'a götürdük. Gece 3.00'e kadar müşaade altında tuttular ve tabii ki bir reçete ile hastaneden ayrıldık.

Deneme amaçlı telefona kaydettiğim ekte yer alan numarayı aradım hemen (**444 77 24**), o saatte nöbetçi eczane aramanın güçlüğüne bilirsiniz. Çok nazik bir telefon görüşmesi gerçekleştirdik. İlacın bilgileri alındı, kontrol edilip ve hemen bilgi verileceği söylendi.

Belirttikleri sürede (10 dakika gecikme için bile arayıp haber verdiler) verilen antibiyotiği adresimize ulaştırdılar.

Bu arada bir ara kurye de ilacı nereden temin ettiğini, o an nerede seyrettiği ve adres kontrolü için de aradı ve gece kapımıza ilaç ulaştı.

Çok güzel bir hizmet.

Bu işin altına Aktif Dağıtım imza atmış. İlaç parası + 15 YTL (Gece 15 - Gündüz 10 YTL) ile nerede olursanız olun ilaç elinizde. Normalde kurye ile verilen çok pahalı bir hizmet ama kuryenin verdiği bilgiye göre müşteri memnuniyeti için başlanılan bir hizmet.

Umarım aynı kalitede hizmet vermeyi sürdürürler.

Gece yarısı, hasta bir çocuk için verilen ilacı temin edebilmek kadar insanı o saat memnun eden başka bir şey yok.

Umarım hiç ihtiyacınız olmaz ama numarayı hemen kaydetmekte yarar var: **444 77 24**

## **YANIĞIN ÜSTÜNE DİREKT BUZ KOYMAYIN**

Büyük veya küçük yanık, herkesin başına gelebilir. Evde, işyerinde ya da trafikte, siz veya bir yakınınız yanabilir. Türkiye yanık vakalarının sık yaşandığı ülkelerden. Yanıklar küçük ve yüzeysel de olsa can yakar. Bazı yanıkların ise telafisi mümkün değil. Özellikle bebekler ve çocuklar, genellikle de dikkatsizlik ve tedbirsizlik nedeniyle ciddi yanıklar yaşıyor. Yaşamları kurtulsa bile yıllar süren ameliyatlara maratonu başlıyor. Yanıklar konusunda yaşanan en ciddi sorun, bu yaralıların tedavi edildiği merkezlerin azlığı. Yanığa müdahalede ilk adım üstüne soğuk su tutmak. Asla yoğurt, diş macunu, yağ sürmeyin, doğrudan buz koymayın. Buz bu kez soğuk yaralanmasına yol açar.

## **ELLE SÖNDÜRMEYE ÇALIŞMAYIN**



İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Plastik Rekonstrüktif ve Estetik Cerrahi Bölümü Uzmanı Prof. Dr. Oğuz Çetinkale, yanıkların önemli bir bölümünün yangına müdahale sırasında oluştuğunu belirtiyor, "Yangın söndüremeyeceğiniz boyuttaysa mücadele etmek yerine, hemen oradan uzaklaşın" diyor.

#### **Ayrıca:**

Elbiseler tutuştuğu zaman elle söndürmeye çalışmayın. Bu el yanık ve yaralanmalarına yol açıyor.

Yanmaya maruz kalanın (elbiseleri tutuşmuşsa) dik pozisyonda koşması, alevlerin yukarı çıkarak ağız ve boyun bölgesini daha fazla yakmasına neden olur. Yangını yatar pozisyonda bir örtüye sarınarak veya suyla söndürmek gerekiyor.

#### **Pansuman yapılacak merkeze ulaşana kadar aşağıdakileri unutmayın:**

Yangını söndürdükten sonra ilk dakikalarda özellikle, yanık bölgelere "soğuk uygulama" büyük önem taşıyor. Ancak buzlu su ya da buz kullanılmaması gerekiyor. Buz, sıcak yaralanmasından sonra bir de soğuk yaralanmasına yol açıyor. Buzdolabındaki su ya da musluk suyu da yetebilir.

Bir diğer yol da mutfakta kullanılan şeffaf streç filmleri yanık bölgesine tek ya da çift kat sarmak, bunun üstüne soğuk uygulama yapmak.

Yaklaşık 15 dakikalık soğuk uygulamanın ardından da yanık için kullanılan bir pomat sürün.

Yanık yarasına yoğurt, diş macunu ve yağ sürmek kesinlikle yanlış.

Çocuklarda yüzde 10 yanık bile öldürüyor

Bazı basit yanıkları, yukarıdaki önlemlerle doktora gitmeden tedavi etmek mümkün. Ciddi yanıkların ise doğru ve zamanında tedavi edilmemesi ölüme neden olabilir. Yüz, göz, göz kapağı, ellerin yanması estetiğin ötesinde fonksiyonel sorunları beraberinde getirebilir. Çocuklarda yanık vücut yüzeyinin yüzde 10'unu geçtiği, erişkinlerde de yüzde 15-20 gibi rakamları bulduğu zaman hayati tehlike başlıyor.

#### **Yeni merkezlere ihtiyaç var**

Hayati tehlikesi bulunan yanık yaralanmalarının hastaneye yatırılarak tedavi edilmesi gerekiyor. Ancak maalesef yeterli sayıda ve yatağı bulunan merkez ihtiyacı karşılamaktan uzak. Yanık yaralıları hastane hastane dolaştırılıyor. Prof. Dr. Çetinkale, "Hayati tehlikesi bulunan yaralıların mutlaka hastaneye yatırılarak tedavi edilmeleri lazım. Yanık, özel ilgi ve bakım gerektirir. Gelişmiş ülkelerde yanık tedavisi "yanık merkezi" adı verilen, sadece yanık hastalar için dizayn edilmiş, bu konuda uzman personelin yanısıra çeşitli araç ve gerecin bulunduğu, dışarıdan giriş çıkışların kontrol altına alındığı ünitelerde yapılıyor. Türkiye'de yanık hastaların tedavi edilebildiği çeşitli yanık merkezleri var. Ancak yeterli değil. İstanbul'da, Kartal Devlet Hastanesi'nin hemen yanında yeni bir merkez yapılıyor. Diğer hastanelerin de yanıklı hastalar içinde ayrılmış servisleri var. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi'nde yanık hastalar için 10 tane yatağımız var" diyor.

#### **SOĞUK HAVADA HASTA OLMAMANIN YOLLARI**

Tüm yurdu etkisi altına alan soğuk hava hastalıkları da beraberinde getiriyor.

İstanbul Üniversitesi (İÜ) Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Öğretim Üyesi Prof. Dr. Ahmet Rasim Küçükusta, soğuk hava, kar ve yağmura maruz kalanlarda "soğuk ürtikeri" ya da "kurdeşen" adı verilen alerji meydana geldiğini belirterek, soğuk havada yüzün bir atkı ile kapatılmasını, eldiven, yün çorap, bot veya çizme giyilmesini önerdi.

Prof. Dr. Küçükusta, son günlerde tüm yurdu etkisi altına alan soğuk hava ve karın hastalıkları da beraberinde getirdiğine dikkat çekerek, şunları söyledi: "Soğuk hava, kar ve yağmura maruz kalanlarda çok sık rastlanan bir rahatsızlık, soğuk ürtikeri ya da kurdeşendir. Bu durum, soğuk hava dışında soğuk cisimlerle temas veya soğuk yiyecek ve içeceklerle de ortaya çıkabilir. Nedeni, soğukun etkisiyle derideki mast hücrelerinden histamin salgılanmasıdır." Soğuk ürtikerinin, daha çok soğukla doğrudan teması olan yüz ve ellerde dakikalar içinde ortaya çıktığına işaret eden Prof. Dr. Küçükusta, sözlerini şöyle sürdürdü:

"Bunlar, şiddetli kaşıntıya neden olan kızarıklık ve kabarmalar şeklinde görülür. Soğuk suda yüzerken olduğu gibi vücudun büyük kısmının soğuğa maruz kalması durumunda tansiyon düşüklüğü, bayılma ve ölüme kadar gidebilen yaygın reaksiyonlar da gelişebilir. Soğuk ürtikeri, daha çok 15-30 yaş arasındaki gençlerde görülen bir rahatsızlıktır. Genellikle 5-10 yıl sürdükten sonra kendiliğinden geçer, ancak bazı kişilerde ömür boyu da devam edebilir.

Hastaların yüzde 90'ında soğuk ürtikerinin nedeni belli değildir. Yüzde 10 hastada ise neden, kanda bulunan 'kriyoglobülin' ismi verilen ve soğukta çökelme gösteren proteinlerdir. Bu proteinler, mik plazma ve mononükleozis gibi bazı enfeksiyonlarda, lupus, romatoid artrit gibi oto-immun hastalıklarda ve bazı lösemi ile lenfomalarda ortaya çıkarlar. Soğuk ürtikerinin sağlam insanlara kan nakli ile geçebileceği de ileri sürülmüştür."

## **AİLESEL SOĞUK ÜRTİKERİ**

Prof. Dr. Küçükusta, soğuk ürtikerinin çok ender olarak bazı ailelerde görülen bir formu da olduğunu anlatarak, şunları kaydetti:

"Buna 'ailesel soğuk ürtikeri' ismi verilir. Bu hastalık çok küçük yaşlarda belirti verir ve tüm ömür boyu devam eder. Ürtiker bunlarda soğuğa maruz kalıdıktan hemen sonra değil, 1-5 saat geçtikten sonra gelişir. Oluşan kabarıklıklar da kaşıntılı olmaktan çok ağrı ve yanmaya yol açar. Bir atak genellikle 1-2 gün sürer ve çoğu zaman ateş, titreme, eklem ağrıları, baş dönmesi, baş ağrısı, bulantı gibi şikayetlerle birlikte dir." Soğuk ürtikerinin klinik bulgularının çok tipik olduğunu da ifade eden Prof. Dr. Küçükusta, kesin tanı için "buz-küp testi" uygulandığını, bir buz küpü veya 0-4 derece soğukluğundaki cismin deriye 4-5 dakika süreyle temas ettirildiği testte, derinin daha sonra ısıtılmasını takiben o kısmın kızarıp şişmesi ile tanının kesinleştirilmiş olduğunu vurguladı.

## **TEDAVİ...**

Hastalığın tedavisine de değinen Prof. Dr. Ahmet Rasim Küçükusta, soğuk ürtikeri olanların ani ısı değışikliklerine karşı çok dikkatli davranmaları gerektiğini söyledi.

Prof. Dr. Küçükusta, "Soğuk havada yüz bir atkı ile kapatılmalı, eldiven, yün çorap, bot veya çizme giyilmeli. Bu kişiler, soğuk havada efor yapmaktan özellikle kaçınmalı. Tedavide antihistaminiklerden yararlanılır. Duyarlı kişilerin, soğuğa maruz kalacakları zaman önceden antihistaminik ilaç almaları gerekir. Çok duyarlı olan hastaların, iklimi daha sıcak olan yerlere taşınmaları önerilir" dedi.

## **HALK İLAÇLARI**

### **Arı sokması**

- Arının soktuğu yere buz konulur, buz yoksa soğuk suda tutulur ya da çamur sürülür.
- Bir demet maydanoz dövülür, arının soktuğu yere sarılır.
- Arının soktuğu yere sarımsak sürülür.

### **Ateş Düşürme**

- Sirkeye batırılmış bez alına, boyuna, el ve ayaklara, bedene konur. Bu işlem ateş düşünceye kadar yinelenerek sürdürülür.
- Bir limon sıkılır, içine, aspirin atılıp eritilir, eriyik hastanın alın gibi yerlerine sürülür.
- İspirto, aspirin, bir iki damla zeytinyağı damlasından oluşan karışım vücudun eklem yerlerine sürülür.

**Astım:** Kırk gün güvercin yumurtası çiğ olarak aç karnına içilir.

### **Ağrılar**

- Kara lahana yaprağı ateşle ısıtılır. Ağrıyan yere konur. Bu işlem sık sık tekrarlanır.
- Keten tohumu kaynatılarak lapa hale getirilir, bir miktar kına ve neft yağı ile karıştırılarak ağrıyan yere sürülür. Bu işlem günde bir kez olmak üzere birkaç gün yapılır.
- Kuru tütün ufalanarak bir miktar rakıya karıştırılıp krem haline getirilir. Ağrıyan yere

merhem gibi sürülür.

d) İnce kum ateşte kavrulur, içine çekirdeği ile birlikte dövülmüş zeytin karıştırılır, oluşan karışım sıcak olarak ağrıyan yere sarılıp bağlanır. Bu işlem üç dört gün tekrarlanır.

**Ayak Ağrısı:** Kaya tuzu sıcak suda eritilir, ayaklar bu suda on dakika kadar tutulur.

**Burkulmalara Karşı:** Kuru soğan tuzla ya da zeytinle havanda dövülerek burkulan yere bağlanır.

### **Baş Ağrısı**

a) Bütün bir patates halka dilimler halinde kesilir, üzerine kahve serpilerek alna bağlanır.

b) Limon halka dilimler halinde kesilir, alna bağlanır.

c) Hayvanın ödü ile kına karılarak alna bağlanır, birkaç saat bekletilir.

### **Bronşite Karşı**

a) Keten tohumu ve nöbet şekeri karıştırılarak dövülür ve yenir.

b) Bir dilim ekmek iyice kızartılır, közde kızartılan ekmek dilimi sirkeye batırılıp göğse konur.

**Bademciğe Karşı:** Pamuk ispirtoyla ıslatılıp üzerine karabiber serpilerek boğaza bağlanır.

### **Böbrek Taşı İçin**

a) Döngel (muşmula) yaprağı kaynatılarak çay gibi içilir, bu işleme taş düşünceye kadar devam edilir.

b) Her sabah maydanoz veya yoğurt suyu içilir.

**Burun Kanaması:** Yumurta kabuğu yakılarak kül haline getirilir. Burun kanadığında bu kül burna çekilir.

### **Basura Karşı**

a) Sarımsak sürülür. Bu işlem sürekli her sabah yapılır.

b) Yabani güllerin orta kısmı kaynatılıp çay gibi içilir.

**Dolama:** Bamyaya sütle pişirilerek parmağa sarılır.

**Gribe Karşı:** Limonlu nane ya da limonlu ıhlamur kaynatılarak çay gibi içilir.

**Göz Arpacığı:** Arpacık üzerine sarımsak sürülür.

### **İshal**

a) Bir bardak gazoz içine bir aspirin atılıp eritilerek içilirse ishal kesilir.

b) Bir kahve kaşığı kahve limon suyuyla karıştırılarak içilir.

c) Bir çay bardağı yoğurt bir çay bardağı karbonatla karıştırılarak yenir.

**Kansere Karşı:** Isırgan otunun yazın tazesini, kışın kurusu çay gibi kaynatılır, her sabah aç karnına içilir.

**Kabakulak:** Hastaya kırmızı helva yedirilir, kabakulak olan yere tava karası sürülür.

**Karın Şişliği:** Kepek ve sirke karıştırılarak ısıtılıp karına bağlanır.

**Kireçlenme:** Kireçlenme olan yerlere balık yağı sürülür.

**Kulak Sancısı:** Kulağın içine bir damla pırasa suyu akıtılır.

**Köpek Isırması:** Köpeğin ısırıldığı yere ekmek mayası bağlanır.

### **Mide Ağrısı**

a) Balla süt karıştırılıp içilir.

- b) Andız kökü kaynatılarak suyu çay gibi içilir.
- c) Aç karında tahin helvası yenir.
- d) Siğil yaprağı çiğnenip yutulur.

### **Mayasıl**

- a) Ateşte parpulanan patlıcan toz kına ile karıştırılır. Mayasıl olan yere konur ve bir bezle bağlanır.
- b) Şeftali yaprağı kaynatılarak on gün boyunca çay gibi içilir.
- c) Kirpi eti yenir.
- d) Mürver bitkisinin tohumu yutulur.

### **Nefes Darlığı**

- a) Isırgan otu kaynatılarak her gün çay gibi içilir.
- b) Karaturp oyularak içi bal ile doldurulur. Turbun altından ince bir delik açılır, bir kabın ağzına yerleştirilir. Bir gece bekletilir, daha sonra sızan bal yenir.
- c) Çam kozalağı kaynatılarak çay gibi içilir.

### **Öksürük**

- a) Bir kaşık bal ile bir kaşık limon suyu karıştırılarak içilir. Bu işleme her sabah aç karında birkaç gün devam edilir.
- b) Elma, ıhlamur ve limon kabuğu ile birlikte kaynatılır, her sabah aç karında çay gibi içilir.
- c) Maydanoz çiğ olarak yenir.

**Pişik:** Yakılan kuru sazın külü pişiklere sürülür.

### **Romatizma**

- a) Atkestanesiyle nöbet şekeri dövülerek karıştırılıp yenir.
- b) Bir kazan suya bir teneke arpa konup kaynatılır, su dayanabilecek sıcaklığa düşürülür. Hasta kazanın içine girip bir saat bekletilir. Bu işlem birkaç gün tekrar edilir.
- c) Bir kazan suya bir demet sultan otu konularak kaynatılır. Su dayanabilecek sıcaklığa düşürülür. Hasta içine girerek bir saat bekletilir. Bu işlem birkaç gün yinelenir.
- d) Hasta, boğazına kadar yığın halinde bulunan büyük baş hayvan gübresi içine gömülür, bir saat bekletilir.
- e) Rendelenmiş kereviz kökü suyundan bir bardak içilir.

**Saç:** Saç uzaması ve dökülmesi için ilkbaharda asma dalları kırılarak damlayan suları şişeye toplanır, bununla saç yıkanır.

**Sarılık:** Hastalığa yakalanan kişinin alını ya da göğsü jilette çizilir.

### **Sırt Ağrıları**

- a) Bardak vurulur.
- b) Ağrıyan yerlere bal sürülür, üzerine kırmızı ya da karabiber ekilir. Üzerine delikli bir gazete örtülür. Gazetenin üzerine de bir havlu yayılarak bir gece bu şekilde durulur. Bu işlem sık sık yinelenir.

**Sıtma:** Kırılarda yetişen ve adına "sıtma otu" denen küçük pembe çiçekli bir bitki kaynatılır, çay gibi içilir.

### **Yara ve Çıbanlara Karşı**

- a) Yara ve çıbanların üzerine sinir otu bağlanır, bulunmazsa lahana yaprağı ya da domates bağlanır.

b) Soğanın içine sabun, bir parçacık da nişadır konulup pişirilir, normal sıcaklıkta yara ya da çibanın üzerine bağlanır.

**Zehirli Hayvan Isırmalarına Karşı:** Kibrit çöpünün baş tarafı kazınır, çıkanlar ısırılan yere konur.

## **KALORİ YAKMANIN 20 KOLAY YOLU**

Özel yiyecekler almadan, pahalı diyet kulüplerine katılmadan ya da spor yapmadan kilo verebilir misiniz? Evet. Hayat tarzınızı değiştirerek para harcamadan ve güvenli bir şekilde kilo verebilirsiniz.

### **İşte Taktikler;**

**1-** Kilo almanın en önemli nedenlerinden biri yemek aralarında atıştırma. Atıştıracağınız zamanlarda su için.

**2- Buzdolabınızı boşaltın.** Böylece hem para harcamazsınız hem de sizi atıştırmaya iten neden yok olur.

**3- Yeterince uyuyun.** Böylece, yiyerek alacağınız enerjiyi uyurken toplamış olursunuz.

**4-** Alkol, ekme ve **karbonhidratlardan uzak durun.**

**5- Karanlık ortamlarda bulunmamaya** ve akşamları bir saat önceden uyumaya çalışın. Eğer akşam bir şeyler izlemek istiyorsanız. Karanlık değil, aydınlık bir ortamda yapın bunu.

**6- Mutlaka kahvaltı yapın.** Bu size gün içinde harcamanız gereken enerjiyi verecektir ve öğlen yemeğinde çok acıkmayacaksınız.

**7-** Öğün aralarında yeme isteği doğduğunda, sevdiğiniz bir müziği dinleyin. Araştırmalar, müzik dinlediğinizde de sevdiğiniz bir yemeği yediğinizde de beyninizin aynı bölgesi uyarılıyor.

**8- Ayakta hiçbir şey yemeyin.**

**9- Yeşil çay için.** Araştırmalar gösteriyor ki, yeşil çay içmek vücuttaki kalorilerin yakılmasında çok etkili. Günde 3 bardak yeşil çay içmeye çalışın.

**10- Yediğiniz şeye konsantre olun.** Televizyon seyrederken, bir şeyler okurken ya da e-maillerinize cevap verirken yemeyin.

**11- Dışarı çıkın.** Günde en az 20 dakika dışarıda oturmaya ya da yürüyüş yapmaya özen gösterin. Çünkü gün ışığı yeme isteğinizi kontrol etmenize yardımcı oluyor.

**12- Sağlıklı şeyler yiyin.** Dışarıda yemek yediğiniz zaman çocuk mönüsü ya da sossuz salata yiyin.

**13- Kendinizi çok fazla zorlamayın.** Diyet programınızı yaparken 1200 kalorinin altına düşmemeye özen gösterin.

**14- Bahçe işleriyle uğraşın.** 1 saat bahçe işiyle uğraşmak 500 kalori yakmanızı sağlar.

**15-** Asansör kullanmak yerine **merdivenden çıkın.**

**16- Ev işi yaparak da kalori yamanız mümkün.** Ufak tefek ev işleriyle uğraşın.

**17- İp atlayın.** Bu muhteşem bir egzersizdir ve diğerlerinden daha eğlencelidir.

**18- Sık ama az yiyin.**

**19-** Çikolatayı çok seviyorsanız, her akşam bir parça (küçük tabi ki) çikolata yiyin.

**20- Kendinizi sıkıntıya sokmayın,** her şey beyinde biter.

## **GÜVENLİK İÇİN ÖZEL HAYATIMIZDA DİKKAT EDELİM**

Son yıllarda; çocuk veya yaşlı fark etmez, gün içinde saldırıya uğrayan, kaçırılan veya öldürülen kurbanların sayısının artmasından dolayı...

Ülkemizde ve özellikle de İstanbul'da durum farklı olmadığı için.

Lütfen bir göz atıp, Sevdiklerinizin güvenliği için sevdiklerinizle paylaşınız.

### **1) Dirsek**

Vücudun en sert ve dayanıklı bölgesi olduğu için en iyi silahınız dirseğinizdir, Kullanacak kadar yakınsanız, dirseğinizi savunma silahı olarak kullanınız.

### **2) Cüzdan**

Hırsız sizden cüzdanınızı istiyorsa, CÜZDANI ONA VERMEYİNİZ.

Bunun yerine, cüzdanı uzak bir yere fırlatmayı deneyiniz. Hırsız sizden çok cüzdanla ilgilenirse, TERS İSTİKAMETE DOĞRU hızla kaçınız.

### **3) Bagajda kilitli kalırsanız**

Herhangi bir şekilde bir arabanın bagajında kilitli kalırsanız, ayağınızla arka farları kırıp çıkartmaya çalışın. Oluşan boşluktan elinizi dışarı çıkarıp elinizi sallayarak dikkat çekmeniz mümkün olabilir. Aracın şoförü elinizi göremez, fakat arkadan gelen araçları sizin zor durumda olduğunuzu fark edebilir.

### **4) Bayan Sürücüler**

Özellikle bayan sürücüler, iş çıkışı, alışveriş v.b. faaliyetlerden sonra, arabalarına binip bir şeylerle uğraşma eğilimindedir. (çanta düzeltme, makyaj tazeleme, cüzdan yerleştirme, fatura kontrolü gibi).

### **BUNU YAPMAYINIZ.**

Bu zaman, kötü niyetli kişilere aracın sağ veya arka koltuğuna binip, başınıza bir silah tutma zamanı ve imkanı verir. Aracınıza biner binmez kapıları kilitleyip, HEMEN hareket ediniz.

### **5) Araca Binerken**

Aracınıza park yerlerinde veya evinizin önünde binerken dikkat etmeniz için birkaç öneri:

a) Aracınıza binmeden sağınıza, solunuza, arkanıza, ön ve arka koltuklarına ve yerlerine bakarak, etrafı şüpheli durumlar-kişiler için kontrol edelim.

b) Şayet aracınızın yanına büyük bir kamyon veya TIR park etmişse, aracınıza şoför kapısından değil, yan kapıdan giriş yapınız.

Birçok seri katilin, kurban kendi aracına binerken, kurbanlarını büyük araçların içine çektikleri tespit edilmiştir.

c) Aracınızın yanına park etmiş olan aracın yan koltuğunda tek başına bir erkek oturuyorsa, belki alışveriş merkezine geri dönmek, sonra geri gelmek veya bir güvenlik görevlisinin sizi izlemesini rica etmek uygun olacaktır. Unutmayınız ki, temkinli olmak, pişman olmaktan daha iyidir. Hatta paranoyak olmak, ölmüş olmaktan daha iyidir!

### **6) Asansör**

Merdivenleri kullanmaktansa, asansörü tercih ediniz. Issız merdivenler ve merdiven boşlukları her tür suç ve şiddet için uygun mekanlardır. (özellikle de geceleri.)

### **7) Silah**

Saldırganın bir silahı varsa ve siz onun kontrolü altında değilseniz, KAÇINIZ. Onun sizi kaçarken vurma ihtimali 100 atışta 4'dür. Vursa bile, kurşunun yaşamsal bir organa gelme ihtimali daha da düşüktür. Koşarak kaçınız, hatta yapabiliyorsanız, zig zag çizerek kaçınız.

### **8) Duygusalılık**

Bayanlar olarak çok duygusal ve sempatik yaklaşımlarımız olmaktadır. Bu devirlerde BUNDAN VAZGEÇİN. Bazı seri katiller bunu kullanmak için, ayağı kırılmış, bastona ihtiyacı olan, sakat kişiler rolünü oynamaktadır. Aracına binmesine yardımcı olmanızı isteyebilir ve orada sizi yeni kurbanına çevirebilir.

## 9) Kapıdan Satışlar

Kapıdan pazarlamacılar sizin kapınızda size yeni bir parfüm, deterjan vb.. yeni bir ürünü test için koklamaları isterler, SAKIN YAPMAYIN, KOKLAMAYIN. Ayıldığınız da (eğer ayılabiliyorsanız. !) belki soyulmuş olacaksınız, belki de iç organlarınız olmayacak,

## 10) İlginç

Son bir güvenlik uyarısı daha:

Son zamanlarda katil veya hırsızlar, kurban seçtikleri ve yalnız olduklarını bildikleri bayanların kapısının önüne, bebek veya çocuk ağlaması kaydedilmiş teypler bırakıyormuş. Bu sesi duyan bayanlar meraktan veya merhametten kapıyı açtığına saldırıya uğrayabilirler. Lütfen her tür olağandışı ses, gürültü v.s.'de MUTLAKA ÖNCE YARDIM ÇAĞIRINIZ.

## SU TÜKETİMİNİZİ NASIL AZALTABİLİRSİNİZ?

### 1. Lüzumsuzsa kapatın.

Tıraş olurken, ellerinizi yıkarken, dişlerinizi fırçalarken, bulaşıkları sabunlarken açık bırakılan bir musluk, dakikada yaklaşık 15-20 litre suyun boşa akmasına sebep olur. Bu işleri yaparken musluğu ihtiyacınız olduğu kadar açın.

### 2. Arabanızı kova ve süngerle temizleyin.

Otomobilinizi ve balkonlarınızı hortumla yıkamak yerine, silerek veya kova ve sünger kullanarak temizleyin. Hortumla yıkamak, yaklaşık 550 litre su kullanımı demektir.

### 3. Banyo yapmak yerine duşu tercih edin.

Banyo yerine duşu tercih edin. Bir duşta ortalama 50 litre su, bir banyoda 150 litre su tüketilir.

### 4. Musluklarınızı bakımlı tutun.

Musluklarınızı, daima bakımlı tutun. Bozuk olanları hemen onarın, çünkü saniyede bir damla akan su, yılda üç metreküplük yani üç tonluk bir tüketime karşılık gelir.

### 5. Makinelerinizi doğru kullanın.

Çamaşır ve bulaşık makineleri bir defada ortalama 40 litre su tüketmektedir. Makinelerinizi tam doldurmadan çalıştırmayın ve kısa programları tercih edin.

### 6. Akan tesisatınızı onarın.

Bozuk musluklardan ve tuvaletlerden sızan su, evinizdeki toplam su tüketiminin % 5'i kadardır.

### 7. Vanalarınızı kapatın.

Su basmasını engellemek için evden çıkarken ana vanayı kapatmayı unutmayın.

### 8. Bahçenizi doğru saatlerde sulayın.

Bahçenizi sulamak için, sabah ya da akşamüstü saatlerini tercih edin. Bu saatler, gün içinde buharlaşmanın daha az olduğu zamanlardır.

### 9. Daha çok süpürge kullanın.

Kapı önü, balkon, teras gibi yerlerin temizliğinde hortumla su tutmak yerine süpürge kullanın. Hortumla yıkama suyun gerektiğinden fazla tüketilmesine yol açar.

### 10. Az su tüketen klozetler satın alın.

Tek bir kişi yılda ortalama 50 bin litre suyu tuvaletlerde tüketir. Yeni teknolojiler sayesinde standart modellere göre % 60 daha az su tüketen klozetler bulunmaktadır.

### 11. Arkadaşınıza da söyleyin.

Su tasarrufu önlemlerini çevrenizdeki insanlarla paylaşın, suyu dikkatli kullanmaları için onları teşvik edin. WWF-Türkiye'nin Su Kampanyası'ndan onlara da söz edin ve destek olmalarını sağlayın.

## **STRESLE BAŞ ETMENİN BASİT YOLLARI**

Uzmanlar, sağlıklı bir yaşamın önündeki en büyük engellerden olan stresle baş etmenin basit yollarla mümkün olduğunu belirtiyor. İşte stresle baş etmek için hem basit hem de eğlenceli 52 öneri.

1. Sabahları 15 dakika erken kalkın. Böylece yaşanan telaşın ve aksiliklerin yarattığı stresi azaltmış olursunuz.
2. Sabaha bir gece önceden hazır olun. Mesela kahvaltı sofrasını ya da kıyafetlerinizi hazırlayın.
3. Hafızanıza bel bağlamayın. Randevularınızı, ödeme günlerinizi, önemli günleri, numaraları ve bunun gibi hatırlanması gereken bilgileri bir yere not edin.
4. Yalan söylemenize neden olacak davranışlardan kaçının.
5. Bütün anahtarlarınızın kopyasını yaptırın. Evinizin yedek anahtarını gizli bir yere saklayın (örneğin bahçeniz varsa gizli bir yere gömün) ve arabanızın yedek anahtarını anahtarlığınızın dışında örneğin cüzdanınızın içinde taşıyın.
6. Kırılmaya, bozulmaya ya da yıpranmaya karşı önlem alın. Böylece arabanız, gereçleriniz, eviniz ve ilişkileriniz beklenmedik zamanlarda sizi yarı yolda bırakmaz.
7. Beklemeye hazırlıklı olun. Banka kuyruğunda beklerken bir kitap ya da gazete okumak sürenin daha çabuk geçmesini sağlar.
8. Sürüncemede kalmak her zaman stres kaynağıdır. Yarın yapmak istediğiniz her şeyi bu gün yapın ve bu gün yapmak istediğiniz her şeyi şimdi yapın.
9. Geleceği planlayın. Benzin deponuzun çeyrek deponun altına inmesine izin vermeyin; faturaları ödemek, ödev ya da proje hazırlamak için son dakikayı beklemeyin, vb.
10. İşe yaramayan ya da bozuk bir eşya ile uğraşmayın. Eğer saatiniz, cüzdanınız, ayakkabı bağlarınız, silecekleriniz – kısaca size sürekli rahatsızlık veren her şeyi ya tamir edin ya da yenisini alın.
11. Randevularınıza 15 dakika önce gidin.
12. İçinde kafein bulunduran yiyecek ve içeceklerden uzak durmaya çalışın.
13. Her zaman beklenmedik olaylara karşı plan yapın. Örneğin: Eğer randevuya gecikerseniz ne yapacaksınız gibi...
14. Kurallarınızı gevşetin. Televizyonun arkasında ki tozları almamak dünyanın sonu değil.
15. Pollyana-Gücü! Her yanlış giden bir iş için en az 10 iyi bir şey oluyor. Yaşamda ki güzellikleri sayın!
16. Soru sorun. Bir dakika zaman ayırıp gideceğiniz adresi tekrar sormak size büyük zaman kazandırabilir.
17. "Hayır!" demeyi öğrenin. Ekstra projelere, istemediğiniz sosyal aktivitelere ve zamanınız olmayan davetlere hayır demek huzurlu bir yaşama kavuşmanız için önemli bir adımdır. Bunun için pratik yapmanız, kendinize saygı duymanız ve herkesin zaman zaman sakinleşebileceği yalnız kalabileceği, sessiz bir ortama ihtiyacı olduğuna inanmanız gerekir.
18. Telefonun fişini çekin. Rahatsız edilmeden uzun bir banyo almak, uyumak ya da kitap okumak mı istiyorsunuz? Kısa bir süreliğine dünya ile ilişkinizi kesme cesareti gösterin.
19. "İhtiyaçlarınızı tercihlere dönüştürün. Temel ihtiyaçlarımız yemek, su ve kendimizi ısıtmaktan ibarettir. Geriye kalan her şey tercihtir. Dolayısıyla yaşamda ki tercihlere aşırı derecede bağlanmayın.
20. Basitleştir, basitleştir, basitleştir. . .



21. Endişeli ve kuruntulu olmayan insanlarla arkadaş olun. Hiç bir şey karamsar bir insanın duygularının bulaşıcı olması kadar etkili değildir. Kısa bir süre içinde siz de onun gibi olabilirsiniz. Bu insanlardan uzak durun.
22. Eğer işiniz uzun süre oturmanızı gerektiriyor ise arada bir ayağa kalkıp vücudunuzu esnetin.
23. Eğer sessizliğe ihtiyacınız varsa kulak pamuğu kullanın.
24. Uykunuzu alın. Eğer zamanında yatma alışkanlığınız yoksa uyuma vaktinizi hatırlatması için alarm saatinizi kurun.
25. Kaos içinde düzen oluşturun. Evinizi ve işinizi öyle bir şekilde organize edin ki neyin nerde olduğunu bilin. Eşyalarınızı yerlerine koymayı alışkanlık haline getirin böylece bir şeyleri kaybetmenin stresinden korunmuş olursunuz.
26. İnsanlar stresli olduklarında genelde kısa soluklar alırlar. Bu şekilde nefes aldığınızda vücudunuzda ki kullanılmış hava dışarı atılamaz, dokular yeterli oksijen alamaz ve kaslarda gerilme olur. Gergin bir an yaşarken soluk alışverişinize dikkat edin, eğer mide kaslarınızın gerildiğini hissederseniz ve kısa kısa yüzeysel soluk aldığınızı fark ederseniz olduğunuz yerde durup vücudunuzun sakinleşmesini sağlayın. Bütün kaslarınızı gevşetin, bir iki defa derin ama yavaş soluk alıp verin.
27. Düşüncelerinizi ve duygularınızı bir günlüğe ya da bir kâğıt parçası üzerine yazmak (istersiniz sonra atabilirsiniz) olayları daha net olarak görmeyi yardımcı olabilir.
28. Rahatlamaya ihtiyacınız olduğunda aşağıda ki yoga egzersizini deneyin. Burnunuzdan derin bir nefes alırken sekize kadar sayın. Sonra dudaklarınızı büzerek içerdeki havayı çok yavaş bir şekilde verirken 16'ya kadar sayın. Dikkatinizi nefesinizin sesine verin ve gerginliğinizin azalmasını hissedin. Bu egzersizi 10 defa tekrarlayın.
29. Korktuğunuz olaylara karşı kendinizi hazırlayın. Örneğin: Topluluk içinde konuşmadan önce, yapacağınız her davranışı ve karşılaşabileceğiniz her tepkiyi kafanızın içinde yaşamaya çalışın. Ne giyeceğinizi düşünün, dinleyiciler neye benzeyecekler, ne tür sorular sorulacak ve bu sorulara nasıl cevap vereceksiniz gibi... Olayı nasıl yaşamak istiyor iseniz o şekilde hayal edin. Gerçek konuşma zamanı geldiğinde, her şeye hazırlıklı olduğunuzu ve heyecanlanmadığınızı fark edeceksiniz.
30. Yapılması gereken işlerin huzursuzluğu, yapmanız gereken işlere engel olmaya başlamış ise iş ortamınızda ya da üstlendiğiniz görevlerde değişiklik yapma zamanı gelmiş demektir. Belki değişiklik tam ihtiyacınız olan çözümdür.
31. Konuşun. Güvendiğiniz bir arkadaşınız ile sorunları konuşmak daha net sorunlara bakmanızı sağlar. Böylece sorunun çözümü üzerine konsantre olabilirsiniz.
32. Gereksiz stresten kurtulmanın bir yolu da içinde yaşadığınız çevreyi ihtiyaçlarınıza ve arzuunuza göre seçmektir (İşiniz, eviniz, eğlence yeriniz vb). Eğer masa işinden nefret ediyorsanız bütün gün masa başında oturmanızı gerektirecek bir iş teklifini kabul etmeyin. Eğer politika konuşmaktan hoşlanmıyorsanız, politika konuşmaktan zevk alan insanlarla bir araya gelmeyin...
33. Günlük yaşamayı öğrenin.
34. Her gün gerçekten zevk aldığınız bir şey yapın.
35. Yaptığınız her işe bir parça sevgi katın.
36. Gerginliğinizi azaltmak için duş ya da banyo alın.
37. Bir başkası için bir şeyler yapın.
38. Anlaşılmaktan çok anlamaya yoğunlaşın. Sevilmekten çok sevmeye yoğunlaşın.
39. Görünümünüzü iyileştirecek değişiklikler yapın. Güzel görünmek kendinizi daha iyi hissetmenizi sağlar.
40. Gününüzü gerçekçi olarak planlayın. Bir randevudan diğerine koşmayın, kendinize randevular arasında nefes almak için boşluk bırakın.

41. Daha esnek olun. Bazı işler mükemmel olmasa da yapılmaya değerdir ve bazıları mükemmel olmasa da olur.
42. Kendi kendinize yönelik negatif konuşmalardan kaçınin: "Bunu yapmak için çok yaşıyım" "Bunu giymek için çok şişmanım" "Bu insan ile olmak için çok çirkinim" gibi.
43. Hafta sonunu temponuzu değiştirmek için kullanın. Eğer haftanız yavaş ve tekdüze bir iş içinde geçiyor ise, hafta sonunu biraz hareket ve macera ile geçirmeye özen gösterin. Eğer hafta içinde pek çok insanla bir aradaysanız ve hızlı bir tempo ile çalışıyorsanız, hafta sonunda huzur ve sakinlik içinde geçirebileceğiniz ortamlar yaratın. Eğer iş yerinde başarılı olduğunuz hissine ulaşamıyorsanız, hafta sonunda zevkle yapacağınız ve başarı ile bitirebileceğiniz bir iş üzerinde çalışın.
44. Elinizden geldiğince bu günü yaşamaya çalışın. Dün ve yarın siz olmadan kendi kendilerine idare edebilirler.
45. Bir seferde bir iş yapın. Eğer bir insan ile birlikte iseniz sadece o insan ile zaman geçirin. Ne bir başka işle ne de bir başka insan ile zamanınızı bölmeyin. Eğer bir proje ile meşgul iseniz sadece projeye konsantre olun ve yapmanız gereken diğer işleri unutun.
46. Her gün kendinize yalnız kalabileceğiniz, sessizlik içinde dinlenebileceğiniz ve sakince düşünebileceğiniz bir zaman yaratın.
47. Eğer istemediğiniz bir iş yapmanız gerekiyorsa, günün erken saatlerinde bitirmeye ve kurtulmaya çalışın. Böylece günün geri kalanını endişe ve huzursuzluk içinde geçirmekten kurtulmuş olursunuz.
48. İşleri diğer insanlara yeteneklerine göre dağıtmayı öğrenin.
49. Öğle yemeği için ara vermeyi asla unutmayın. Masanızdan ya da çalıştığınız alandan hem bedensel hem de zihinsel olarak uzaklaşmak için kendinize zaman yaratın. Hatta 15 dakikalığına bile.
50. Durumu daha kötüleştirebilecek bir şeyler yapmadan ya da söylemeden önce değil 10 en az 1000'e kadar sayın.
51. İnsanlara ve olaylara karşı affedici olun. İçinde yaşadığımız dünyanın mükemmel olmadığı gerçeğini kabul edin.
52. Dünyaya karşı pozitif bakış açısı ile yaklaşın. Birçok insanın elinden gelenin en iyisini yaptığına inanın.

## **ELEKTRİK NASIL ÇARPIYOR**

Sıvılar iyi iletkenlerdir

İnsanların elektriğe çarpılmaları onun bir iletkeni haline gelmelerinden oluyor. Sıvılar iyi iletkenlerdir, yani elektriği iyi iletirler. Vücudumuzu içi sıvı dolu bir kap olarak düşünürsek, bütün koruma görevi derimize kalıyor. O da vücudumuzun her tarafında aynı kalınlıkta değil. İslanınca o da iletkenleşiyor, hele üzerinde bir yara varsa direnci tamamen yok oluyor.

Evlerimizde 220 volt ve 50 Herz akım daima vardır. Ne kadar ilginçtir ki, bir elektrik akımının insana en tehlikeli frekans aralığı 50 - 60 Hz.dir. Elektrik akımını evimizdeki su tesisatına benzetebiliriz.

Suyun basıncı neyse 'Volt'ta odur. 'Amper' de suyun miktarının karşılığıdır.

Elektriğe çarpılmada süre de önemlidir

Süre uzarsa deride yaralar oluşur ve elektrik bu yaralardan daha çabuk geçer. Derimizden geçen elektrik akımı derhal sinir sistemimizi etkiler. Beyindeki nefes alma merkezini felç eder, kalbin ritmini bozar hatta durmasına neden olur. Elektrik çarpmasının sonucu genellikle kalp durması olduğu için ilk yardım da ona göre yapılmalıdır. Elektriğe nereden çarpıldığımız da önemlidir. Elektriğin elden ele veya elden ayağa geçmesi aradaki hayati organlarımıza zarar verebilir.

Elektriğe çarpılınca şoka girmemizin nedeni kendi elektriğimizdir

Sinir sistemimizin ürettiği elektrik ile dışarıdan çarpıldığımız elektrik karşılıklı iç içe girince vücudumuzda kasılmalar ve titremeler yaratıyor.

Elektrik çarpmasında voltajın değil de akımın şiddetinin yani amperin önemli olduğu ileri sürülüyor. Bu konuda elektrik mühendisleri ile fizikçiler arasında görüş ayrılığı var. Zaten elektriğin kendisinin de tam bir tanımı yapılmış veya tek bir tanım üzerinde uzlaşma sağlanmış değil.

Doğrudan kalbi etkiliyor

Elektriğin öldürücü gücünün voltaj değil de akım miktarı olduğunu öne sürenlere göre akım doğrudan kalbi etkiliyor. Bu düşünüşe göre 1 ila 5 miliamper akımın vücutta hissedilme seviyesi; 10 miliamperde acı başlıyor; 100 miliampere gelince sınırlar reaksiyon gösteriyor ve 100-300 miliamperde şok oluşuyor. Tabii bütün bu değerlendirmeler tam bir bilimsel sınıflandırma değil. Yani tuzlu bir suyun içinde iseniz, ceryan tüm vücudunuza birden degeceğinden mili değil mikroamper seviyesinde bile bir akımdan zarar görebilirsiniz.

Sinir sistemi üzerinde hasar bırakabiliyor

Elektriğe çarpılanlar eğer ölmezlerse, genellikle hayatlarının geri kalan kısmını bu olayın izi kalmadan, problemsiz olarak yaşayabiliyorlar. Ama az miktarda da olsa sinir sistemi üzerinde hasar bırakabiliyor. Elektrikten çarpılıp şoka girenlere de, kalp ritmini düzenlemek için yine elektro şok uygulanıyor.

## **O.R.A.C NEDİR?**

Amerika`da Boston Massachusetts`deki Tufts Üniversitesi Yaşlanmaya Karşı Beslenme Araştırma Merkezi`ndeki araştırmacılar, sebze ve meyvelerin antioksidan kapasitelerini ölçüp ORAC (Oxygen Radical Absorbance Capacity-Serbest Radikalleri Emme Yeteneği) Tablosu adını verdikleri bir tablo hazırladılar. Bu tabloda, serbest radikalleri emme yeteneğine sahip olan ve vücudu yaşlanmaya, kansere, diğer hastalıklara karşı koruma kapasitesi en yüksek olan sebze ve meyveler yer alıyor. Tufts Üniversitesi araştırmacıları "Her insan günde en az 3000 ORAC birimi vitamin ve mineral almalıdır. 5000 ORAC birimi ise maksimum koruma sağlar" diyor.

### **ORAC Tablosu**

Yapılan araştırmalara göre sebze ve meyvelerin 100 gramındaki ORAC değerleri şöyle:

Kuru erik 5.770

Kuru üzüm 2.830

Siyah böğürtlen 2.036

Kıvırcık salata 1.770

Çilek 1.540

Erik 949

Brokoli 890

Avokado 782

Portakal 750

Kırmızıbiber 710

Kiraz 670

Kivi 602

Soğan 450

Taze üzüm 446

Mısır 400

Patlıcan 390

Muz 221  
Elma 218  
Taze fasulye 201  
Domates 189  
Kayısı 164  
Şeftali 158  
Armut 134  
Karpuz 104  
Kereviz 61  
Salatalık 54

Antioksidanlar vücudu zehirlerden arındırıyor

Aldığımız besin maddeleri, hücrelerimizde oksijenle birlikte yakılarak enerjiye dönüşür. Ancak bu yanma işlemi sırasında ortaya "oksidan" adı verilen moleküller ortaya çıkar. Oksidanlar; kanser, damarlarda yapı bozuklukları ve erken yaşlanmaya sebep olur. Bu oksidanlarla savaşım onları etkisiz hale getiren ve vücuttan atılmasını sağlayan kimyasal maddelere "antioksidan" adı veriliyor.

## İLGİNÇ DOLANDIRICILIK YÖNTEMLERİ

Güvenlik güçlerinin uyarılarına rağmen vatandaşlar, dolandırıcılık olaylarında mağdur olmaya devam ediyor. Her geçen gün kendilerini yenileyen zanlıların, dolandırıcılık yöntemleri duyanları şaşırtıyor.

Adana Emniyet Müdürlüğü yetkilileri, tüm yurttaki mala karşı işlenen asayiş suçlarının arasında en zekice ve planlı olanlarının hep dolandırıcılık olayları olduğunu vurguladı.

Dolandırıcıların yakalanıp cezaevine girdiklerinde bile yöntemlerini geliştirmeye, tatbik etmeye devam ettiğini belirten yetkililer, zanlıların kullandıkları yöntemlerin zaman zaman binlerce olayla karşılaşmalarına rağmen kendilerini bile hayrete düşürdüğünü vurguladı.

Dolandırıcıların kullandığı yöntemlerin başında "falcı/büyücülük", "evlilik", "tanıma/tavlama", "tırnakçılık", "pislikçilik", "zarfçılık", "para üstü", "sahte altın" ve "mevlit okuma" gibi tuzakların bulunduğu bildirildi.

### "DOMATESTEN MUSKA"

Zanlıların sıklıkla kullandığı "falcılık/büyücülük" yönteminde dolandırıcılar genelde MOBESE kameralarının olmadığı, göçle oluşan, yoğunlukla müstakil evlerin bulunduğu mahalleleri seçiyor.

Özellikle yaz günleri balkonda veya kapı önünde sohbet eden kadınları gören dolandırıcılar, çeşitli bahanelerle yanlarına gidip, sohbet kurarak evlerine girmeyi başarıyor.

Kentte son olarak, iki kadın zanlı, kapısının önünde duran N.S'nin evine su içme bahanesiyle girip, kendini titreterek, "Sizin üzerinizde büyü var. Çok ağırlaştım" dedi.

"Evde domatesin varsa getir, ona dualar okurum. Eğer büyü varsa ortaya çıkar" diyen zanlı, N.S'nin mutfaktan getirdiği domatesi bir mendile sarıp, el çabukluğuyla cebindeki başka domatesle değiştirdi. Zanlının daha önceden içine yerleştirdiği muskayı domatesin içinden çıkarttığını gören N.S, zanlının büyüünün bozulması için bir bez parçasının içine evdeki tüm ziynet eşyalarını konulmasını ve kendisine getirilmesi isteğini hemen yerine getirdi.

Daha sonra zanlıların isteğiyle odanın kapısını kilitleyerek büyüünün bozulması için sokaktan küçük taşlar toplamaya çıkan N.S, eve döndüğünde büyü bozulduğunu iddia eden kadının altınlarla ortadan kaybolduğunu görünce dolandırıldığını anladı.

### "YUMURTADAN KIL"

Bir diğer olayda ise zanlılar, başka bir ev sahibi kadını değişik yöntemlerle kandırıp evine girdikten sonra "size bir muska yapmışlar" diyerek kadından yumurta getirmesini istiyor.

Dolaptan çıkardığı yumurtayı veren kadın olanları izlerken bir sihirbaz gibi hızlı davranan zanlılar, içinde kıl yumağı bulunan mendile sardıkları yumurtayı kırıp, "Bak içinden çıkan sarılmış haldeki kıllar senin kısmetinin sarılması anlamına geliyor" diyerek ev sahibini korkutmayı başardı.

Bu sorunu çözmek için evde bulunan tüm altınların getirilmesini isteyen zanlılar, daha sonra altınları sardıkları mendili ve eşarbi, el çabukluğuyla kendi cebindekilerle değiştirip ev sahibi kadına teslim ederek dolandırdı.

### **"BULGARİSTAN'DAN EVLİLİK TEKLİFİ"**

Son bir yılda gelişen yeni "evlilik" yöntemli dolandırıcılıkta, zanlılar rastgele telefon numarası çevirerek orta yaşın üzerinde, kendilerine inanabilecek kişileri belirliyor.

Kadın zanlılar, çoğunlukla "Bulgaristan'a göçmen olarak geldiğini, burada evlendiğini mutsuz olduğunu, kocasından sürekli dayak yediğini, ayrılmak istediğini, kendisiyle evlenebileceğini" belirterek "kurbanları" ile sohbet kuruyor.

Zanlılar, mağdurlardan pasaport, gümrük vergisi, rüşvet vermek için paralar istiyor. Bir süre sonra ise başka bir kadın arayarak, Türkiye'ye gelecek arkadaşının gümrükte yaşanan sıkıntı nedeniyle cezaevine girdiğini, bir kaç bin Avro daha göndermesi gerektiğini söylüyor.

Son olarak, eşinden boşanmış A.D. (50), Bulgaristan'da "evleneceği kadına" 17 bin 500 Avro gönderdiğini ancak, aylardır kendisine ulaşamadığını belirterek, dolandırılmış olabileceği şüphesiyle polise başvurdu.

Adana'da yaşanan farklı bir "evlendirme vaadiyle dolandırıcılık" olayında ise 65 yaşındaki N.K, cami ve gittiği vakıf evlerinde, kendini 2 kez hacca gitmiş biri gibi tanıtıp, eşi ölmüş veya ayrılmış yaşlılarına "kuzeni ile evlendirebileceğini" söyleyerek, nişan hazırlığı için para talep etti. N.K 'nın bu şekilde 15'in üzerinde kişiyi dolandırdığı tespit edildi.

### **SAHTE ALTIN**

Altın çakmak veya takısını "acil ihtiyaçtan satmak istediğini" belirten zanlılar, vatandaşları bu yöntemle kandırıp paralarını alıyor.

Özellikle kuyumcuların kapalı olduğu saati seçen zanlılar, caddede kendilerine seçtikleri mağduru durdurarak, adres sorma bahanesiyle sohbet kuruyor.

Çoğunlukla başka ülkeden geldiklerini anlatan zanlılar, ceplerinden çıkardıkları altın görünümündeki çakmak ve saati, gerçek bedelin neredeyse 10 katı aşağısında satmak istediklerini belirtiyor.

Vatandaşlar ise ucuza altın çakmak veya takı alacağı düşüncesiyle kabul ederek, kandırılıyor.

### **PERU PARASINA DİKKAT**

Son dönemde artan dolandırıcılık yöntemlerinden birinin de Peru parasıyla vatandaşların kandırılması olduğu biliniyor.

Dolandırıcılar, kimi zaman ev kiralama bahanesiyle ev sahibini, kimi zaman hayvan alacağını belirterek besicileri, kimi zaman ise hizmet alımında anlaştığı kişileri, düşük değerdeki Peru parasını yüksek değerdeymiş gibi anlatarak kandırıyor.

Üzerinde Türk parası bulunmadığını belirten zanlılar, örneğin bin 700 liralık borcu için bin Peru parası vererek, karşılığının 2 bin TL olduğunu söyleyip paranın üstünü Türk lirası olarak vatandaşlardan alıyor.

Bazı zanlılar, benzerliğinden ötürü Peru parasını Avro gibi tanıtarak vatandaşı dolandırıyor.

### **ZARFÇILIK**

Dolandırıcıların gözdeleri arasında yer alan "zarfçılık" yönteminde zanlılar genellikle bankadan çıkarken takip ettikleri yaşlı ve saf kişileri tercih ediyor.

Mağdurun yanına yaklaşan zanlı, başka biri tarafından yere atılan zarfı alarak "para buldum" deyip, kendisinin olup olmadığını soruyor, ardından paylaşmayı teklif ediyor.

Daha sonra vatandaşı bir köşeye çeken zanlı paraları pay etmeye çalışırken, yanına işbirlikçisi gelerek "Param buralarda düştü siz gördünüz mü?" diye sorması üzerine birinci zanlı yanındaki vatandaştan da onay alarak görmediğini söylüyor. İkinci zanlının ısrar etmesi karşısında ise birinci zanlı vatandaşın cebindeki paraları alarak başka bir zarfa koyuyor, gerekirse üstünü arayabileceğini bunun haricinde para olmadığını belirtiyor.

Bu arada zanlı vatandaşın paralarını koyduğu zarfı el çabukluğuyla içi kağıt dolu başka bir zarfla değiştiriyor. İşbirlikçi, sözde para dolu zarfını bulamayıp geri dönerken, zanlı vatandaşa "bu senin zarfın cebine koy, yerden bulduğumuz zarf da sende kalsın sonra buluşur, paylaşırız" diyerek uzaklaşırken, vatandaş da "para bulmanın sevinciyle" evine gidiyor ancak kendisine ait olduğunu sandığı zarftan kağıt deste, yerden bulunan zarfta ise bir birkaç banknota sarılı kağıtlar olduğunu görünce dolandırıldığını anlıyor.

### **"ASKER ARKADAŞIYIM"**

Oğlu askerde bulunan aileleri tespit eden zanlı, asker ailesine ziyarette bulunarak "Ben askerdeki oğlunuzun arkadaşıyım, yanından geliyorum sizlere selamı var" dedikten sonra kendisini acındırarak, annesinin öldüğünü, memleketine gideceğini, parasının olmadığını söyleyip vatandaşları dolandırıyor.

"Tavlama" olarak da adlandırılan bu yöntemin bir türü olarak, zanlı yolda durdurduğu yaşlı şahısı "köyden tanıdığı" olduğuna inandırarak, oğluna borcu olduğunu, bunu ödemek istediğini ancak, üzerinde bozuk para bulunmadığını söylüyor. Vatandaştan para üstünü peşin alan zanlı, önlerinde durdukları binanın ikinci katındaki ofisine çıkacağını söyleyerek, oradan uzaklaşıyor. Vatandaş ise bazen bir kaç saat bekledikten sonra dolandırıldığını anlıyor.

### **"PİSLİKÇİLİK"**

Dolandırıcılar, gözlerine kestirdikleri kişilerin, üzerlerinde pislik olduğunu söyleyerek temizleme bahanesiyle para veya değerli eşyalarını çalıyor.

Vatandaşın üzerine tutkal, çiğnenmiş sakız veya mercimek atarak, temizlemek için yaklaşan zanlı, şahsın pantolonunu temizlerken cüzdanını veya cebindeki parasını el çabukluğuyla alıyor.

### **"MEVLİT OKUTMA BAHANESİ"**

"Mevlit Okutma" yönteminde ise zanlı, tanışarak güvenini kazandığı vatandaşa babasının öldüğünü mevlit okutacağını ayrıca, para vereceğini söylüyor. Vatandaşı kandırmayı başaran zanlı, şahsın üzerindeki para ve altını da kendisinin vereceği parayla birlikte bir hocaya götürterek okutacağını söyleyerek alıyor. Zanlı bir binaya giriyor ve kaçıyor.

### **"PARA ÜSTÜ"**

"Para üstü" yönteminde genelde market veya iş yerlerine birden fazla zanlı giderek, birisi kasada alışveriş yaparken diğerleri kasiyerin dikkatini dağıtmaya çalışıyor.

Elinde 100 veya 200 TL gibi banknot tutan zanlı, bir yandan da kasiyerle sohbet ederek, kafasını karıştırmayı başarıyor. Kasiyer, zanlının uzattığı paraya göre üzerini hazırlayıp verirken, zanlı parayı verdiğini iddia ederek hızlıca oradan uzaklaşıyor.

### **"TIRNAKÇILIK"**

"Tırnakçılık" yöntemi ise son aylarda özellikle İran ve Suriye uyruklu kişiler tarafından sıklıkla yapılıyor.

Yabancı uyruklu zanlılar, üzerinde yüklü miktarda para olduğunu bildikleri, takip ettikleri bir kişiyi durdurup Türk parasını tanımadıklarını kendilerine üzerinde varsa göstermelerini istiyor.

Genelde zanlının yanında bulunan kadın vatandaşın dikkatini dağıtırken, parayı alan zanlı sayarken, el çabukluğuyla desteden iki parmağını kullanarak paraları çekip avucunun içinde saklıyor.

## KARBONATIN MUCİZELERİ

- \* Evinizdeki halıları süpürseniz de silseniz de zamanla kokmaya başlar. Halı yıkamacılara verdiğiniz halı bilin ki, en kötü kimyasal deterjanla, yerlerde araba yıkanır gibi yıkanmaktadır. Oysa kokuyu çıkarmak için şunu yapabilirsiniz. Bir iki avuç karbonatı halının her tarafına serpin ve 1-2 saat bekledikten sonra elektrik süpürgesi ile iyice süpürün. Halınızdaki o kötü kokudan eser kalmayacaktır.
- \* Buzdolabınızdaki kokuyla baş edemiyorsunuz. Bütün yiyecekleri dışarı çıkar, sil, süpür, kurula vs. uğraşmak istemiyorsanız bir kâse karbonatı buzdolabının bir köşesine koyun. 4-5 günde bir karıştırın. Kötü kokuların gittiğini göreceksiniz. Ayrıca dolapta sakladığınız meyve sebzeler üzerinde koruyucu bir etkisi olacaktır karbonatın.
- \* Halı, koltuk, elbise üzerine yağ mı damladı? Panik yapıp, deterjana saldırmayın! Çünkü deterjan leke olan bölgenin rengini açıp renk dokusunu bozacaktır. Bunun yerine yağ lekesinin üzerine karbonat dökün ve üzerini hafifçe ıslayın. 1-2 saat bekledikten sonra silin. Yağ lekesinden eser kalmayacaktır. Zira suyla birleşen karbonat yağları söküp atan doğal bir sabun haline gelir.
- \* Mutfak tezgâhınızın mermerlerini ve fayanslarını limonlu karbonat ile ovun ve durulayın. En güzel temizleyicidir. Kimyasal deterjan kalıntısı kalmadığı için üzerine meyve- sebzelerinizi, ekmeğinizi rahatlıkla koyabilirsiniz.
- \* Kirli lavabolarınız için krem deterjanlar yerine limon ve karbonat kullanın. Lavaboya karbonat döküp limonla ovun. Hem kirlerin kaybolduğunu hem de parladığını göreceksiniz.
- \* Ayrıca tıkanan lavabolarınızı açmak için bir su bardağı karbonatı lavaboya dökün. Üzerine 1 bardak sirke ilave edip 2 litre kaynar suyu lavaboya boşaltın. Tıkanan lavabo açılacaktır.
- \* Dibi tutan tava ve tencerelerinize akşamdan karbonat döküp, sıcak su ilave edin. Sabah temizlerken zorlanmayacaksınız.
- \* Paslanabilecek eşyalarınızı karbonatla ovarsanız paslanmasını engellemiş olursunuz.
- \* Porselen gibi kararan eşyalarınız varsa limonlu karbonat ile ovun. Rengi açılacaktır.
- \* Aynı şekilde gümüş eşyalarınızı suyla macun haline getirdiğiniz karbonat ile ovarsanız, rengi açılıp parlayacaktır.
- \* Elbise dolabınızda rutubet ve küf kokusu varsa ve naftalin kokusunu da sevmiyorsanız dolabınızı bir köşesinde ağzı açık şekilde kavanozda karbonat bulundurun.
- \* Banyo duşa kabin camlarını karbonat ile silip durulayın. Duş alırken daha rahat nefes alacaksınız.
- \* Banyo terlikleriniz ister tahta ister plastik olsun üzerine karbonat dökün ve öyle duş alın. Hem terlikleriniz hem de ayaklarınız rahat edecek. Bu yolla tahta takonyalarınızın ömrü uzayacağı gibi kimyasal temizleyiciler, cildinizden uzak tutmuş olacaksınız.
- \* Çamaşır makinesinde kullandığınız deterjan miktarını yarı yarıya azaltıp gerisini karbonat ile tamamlayın. Çamaşırlarınız daha temiz ve kimyasal artıklardan uzak kalmış olacaktır.

**Sonuç olarak;** sirke, limon ve karbonat evinizde sadece mideniz için değil her türlü temizlikte ve pratikte kullanabileceğiniz doğal ürünlerdir. Mümkün olduğunca bu ürünleri kullanmaya özen göstermeniz; hem çocuklarınızın ve sizin sağlığınız için hem de yaşanabilir, nefes alan bir ev açısından önemlidir.

## AĞIZ VE DİŞ BAKIMINDA 30 HATA

Diş bakımıyla ilgili doğru bildiğimiz yanlışlar, yanlış bildiğimiz doğrular...

Ağız ve diş sağlığı konusunda farkında olmadan yaptığımız hatalar, kimi zaman telafisi çok güç sonuçlar doğurabiliyor. Buna rağmen, toplumumuzda her konuda olduğu gibi diş bakımı konusunda da kulaktan dolma bilgilerle hareket etmek oldukça yaygın.

Beyazlatmak isterken başvurulan yanlış yöntemler nedeniyle sağlıklı dişler kaybedilebileceği gibi, söz gelimi "ağız kokusu herkeste olur" tarzında yanlış bir bilgi yüzünden tedavi edilebilecek bu

sorundan kurtulmak akla bile getirilmez. Oysa ağız kokusu; çürük diş, diş eti hastalığı, sindirim sistemi ile ilgili rahatsızlıklar, sinüzit yahut üst solunum yolu enfeksiyonlarından kaynaklanabilen bir ağız problemidir ve kişinin sosyal yaşam kalitesini düşüren bir etkidir.

Çocuklarda süt dişinin erken çekimi, yeni sürececek olan daimi dişlerde çapraşıklığa ve çene kemiği gelişiminde bozulmalara neden olacağı için, bu dişlere dolgu yapılması gerekirken, diş bakımı konusunda yeterli bir bilinçle sahip olmayan ebeveynler, nasıl olsa yeni diş gelecek diye çocuklarına dolgu yaptırmaya yanaşmazlar. Bu saydıklarımız, ağız ve diş bakımı konusunda yapılan onca yanlıştan sadece birkaçı.

Diş Hekimi Protez Uzmanı Çağdaş Kışlaoğlu, ağız ve diş bakımında doğru bildiğimiz yanlışlar ya da yanlış bildiğimiz doğruları şöyle sıraladı:

### **1- Sert diş fırçası daha iyi temizler. (YANLIŞ)**

Dişleri iyi fırçalamak; fırçanın sertliğiyle değil, fırçalama tekniğiyle ilgilidir. Genellikle orta sertlikte diş fırçaların kullanılması uygundur. Çok sert fırçalar, dişleri aşındırabilir.

### **2- Bastırarak fırçalamak daha iyi temizler. (YANLIŞ)**

Bastırarak fırçalamak; dişleri temizlemek yerine, "fırça çürüğü" dediğimiz aşınmalara neden olur. Dişlerin mine tabakası aşındığı için, alttaki sarı tabaka ortaya çıkar ve dişler daha sarı gözüktür. Ayrıca sert fırçalamak, dişlerde hassasiyete ve diş eti çekilmesine neden olur.

### **3- Beyazlatıcı diş macunları dişlere zarar verir, zamanla aşındırmalara sebep olur. (DOĞRU)**

Diş beyazlatıcı olarak piyasada satılan macunlar aslında dişleri beyazlatmaz. Ayrıca antitartar veya sigara içenlere yönelik üretilen diş macunlarında da yoğun miktarda aşındırıcı maddeler olduğu için uzun süreli kullanımda diş minesine kalıcı zararlar verebiliyor.

### **4- Karbonat ve tuzla fırçalamak dişleri beyazlatmaz. (DOĞRU)**

Karbonat ve tuz, iri granüllü maddeler olduğu için dişin mine tabakalarını çizer ve aşındırır. Bunun sonucunda dişler parlaklığını kaybeder ve yiyip içtiğimiz besinlerle, dişler daha kısa zamanda doğal rengini kaybeder.

### **5- Diş macununu fazla kullanmak dişleri çizer. (YANLIŞ)**

Dişlerin mine tabakasının çizilmesi; macunun fazla kullanılmasıyla ilgili değil, kullanılan macunun granüllerinin büyük olmasıyla ilgilidir. O yüzden granülleri büyük olan macunların uzun süreli kullanımından kaçınılmalı. Fırçanın üzerine konulan macunun miktarı ise "mercimek tanesi" büyüklüğünde olmalı.

### **6- Dişler, macun ve fırça ıslatılarak fırçalanmalı. (YANLIŞ)**

Diş fırçası, fırçalamaya başlamadan önce ıslatılmamalıdır. Çünkü fırça kılları ıslatılınca, sertliğini kaybeder. Macunun köpürmesi için de yeterli sıvı ağızda mevcuttur.

### **7-Dişler kahvaltıdan önce fırçalanır. (YANLIŞ)**

Dişler günde en az iki kez, kahvaltı ettikten sonra ve yatmadan önce fırçalanmalı. Dişler fırçalandıktan sonra, dilin üst yüzeyi de yumuşakça dili tahriş etmeden fırçalanmalı.

### **8-Estetik diş doğuştan olur, çarpık diştten kurtuluş yok. (YANLIŞ)**

Dişte şekil bozukluğunu düzeltme, dişler ağızda mevcut olduğu sürece her yaşta uygulanabilir. Ortodontik tedavi ya da porselen kaplama (lamina) sayesinde; dişler mevcutsa, her yaşta düzeltme yapılarak, güzel görünen dişlere sahip olunabilir.

### **9- İmplant çene kemiğine en uygun şekilde seçilir ve uzman hekim yaparsa düşme riski yüzde 1 oranına kadar düşer. (DOĞRU)**

### **10- Bütün dişleri çekip yerine implant yerleştirilebilir. (YANLIŞ)**

İmplant'ı, eksik olan dişlerin yerine çene kemiğine yerleştirilen yapay diş kökleri olarak tanımlayabiliriz. İmplant uygulaması sadece, yara iyileşmesini etkileyen bir sistemik hastalık ile kontrol altında olmayan kalp ve şeker hastalığı söz konusu ise yapılmaz.



**11- Dişleri çamaşır suyu gibi temizlik ürünleri ile fırçalamak dişleri asla beyazlatmaz, çok sağlıksızdır. (DOĞRU)**

Diş beyazlatma işlemi, mutlaka bir diş hekiminden profesyonel yardım alınarak yapılmalıdır. Kulaktan dolma bilgilerle diş beyazlatmaya çalışmak son derece yanlıştır.

**12- Beyazlatma (bleaching) dişleri daha da sarartır. (YANLIŞ)**

Beyazlatma işlemi, normal diş rengini daha da açmak için yapılır. Beyazlatmanın ilk yapıldığı dönemlerde kahve, çay ve sigara gibi dişleri renklendirecek etkenlerden uzak durmak gerekir. Beyazlatmayı yapacak hekimin tavsiyelerine uyulursa, beyazlatmanın hiçbir yan etkisi yoktur.

**13- Diş taşı temizliği dişin minesine zarar verir. (YANLIŞ)**

Diş taşı temizliği, uzman bir hekim tarafından doğru uygulandığı takdirde minenin zedelenmesine neden olmaz. Çünkü diş taşı temizliği işleminde diş dokusuna zarar verilmeden, diş yüzeyine ait olmayan oluşumlar (plak, diş taşı) uzaklaştırılır.

**14- Diş taşları temizlendikten sonra daha çok diş taşı oluşur. (YANLIŞ)**

Dişleri düzenli ve doğru fırçalamak diş taşı oluşumunu engeller. Altı ayda bir diş hekimi kontrolü sayesinde, iyi fırçalayamadığımız alanlarda oluşan diş taşları, hekim tarafından temizlenmiş olur. Bunun da dişe hiçbir zararı yoktur.

**15- Ağız kokusu herkeste olur ve geçmez. (YANLIŞ)**

Ağız kokusu; çürük diş, diş eti hastalığı, sindirim sistemi ile ilgili rahatsızlıklar, sinüzit yahut üst solunum yolu enfeksiyonlarından kaynaklanabilir. Bu hastalıkların tedavisi sonucunda ağız kokusu önlenir.

**16- Diş röntgeni doğada alınan radyasyondan daha azdır. (DOĞRU)**

Diş röntgenleriyle alınan radyasyon oldukça azdır. Bu radyasyon doğada alınan radyasyondan daha azdır.

**17- Hareketli protezler çamaşır suyuna konursa beyazlar. (YANLIŞ)**

Hareketli protezleri çamaşır suyuna koymak zararlıdır. Çamaşır suyu, protezin kırılabilirliğini artırır, ömrünü azaltır. Protezler için özel temizleme tabletleri vardır ve onlar kullanılmalıdır.

**18- Çekilen 20 yaş dişinin yerine diş yaptırmaya gerek yoktur. (DOĞRU)**

20 yaş dişi çekildiyse, yerine protez diş yaptırmak gerekmez.

**19- Diş fırçalarken diş etlerinin kanaması iyidir. (YANLIŞ)**

Diş fırçalarken görülen kanamalar, diş eti iltihabının belirtilerinden biridir. Vakit geçirmeden bir diş hekimine başvurmak gerekir. Diş etlerinin, kanamadan dolayı fırçalanmaması sonucu, mevcut iltihabi durum şiddetlenecektir. Hastalar kanama olan bölgeyi daha iyi fırçalamalı ve diş hekimine tedavi için başvurmalı.

**20- Diş ağrırken dişin üzerine aspirin, tütün, kolonya, rakı ve tuz koymak ağrıyı keser. (YANLIŞ)**

Alkol ve alkol içerikli maddelerin diş ve dişeti bölgesine uygulanması sonucu dişetlerinde "alkol-aspirin yanığı" denilen komplikasyonlara neden olur. Dişlerin üzerine uygulanan diğer maddelerin (tütün, tuz gibi) de ağrı kesici özellikleri yoktur. Ağrı, ancak mevcut sorun giderildiğinde ortadan kalkar.

**21- Çekim için kullanılan lokal anestezikler morfindir ve bağımlılık yapar. (YANLIŞ)**

Diş hekimliğinde kullanılan lokal anestezik maddeler morfin içerikli değildir ve alışkanlık yapmaz. Morfin, tıp alanında sınırlı vakalarda kullanılan bir ilaçtır.

**22- Anestezi yurtdışından gelen morfinle yapılırsa ağrımaz. (YANLIŞ)**

Günümüzdeki lokal anestezik maddeler belli standartlarda üretilmiştir. Avrupa malı olmasına gerek yoktur.

**23- Erkek ya da bayan diş hekimleri arasında bir fark yoktur. Erkek daha iyi diş çeker diye bir durum yoktur. (DOĞRU)**

**24- Süt dişleri daimi dişlere sürme rehberliği yapar, zamanından önce dişler çekilmez. Süt dişleri düşecek de olsa dolgu yapılmalıdır. (DOĞRU)**

Süt dişinin erken çekimi, alttan gelen daimi dişlerde çapraşıklığa ve çene kemiği gelişiminde bozulmalara neden olur. Bu nedenle düşecek de olsa dolgu yapılmalıdır.

**25- Hamilelikte dişten kalsiyum çekildiğinden, dişetleri kanar. (YANLIŞ)**

Hamilelik dönemindeki diş eti kanaması, dişten kalsiyum çekilmesi nedeniyle olmaz. Kanamanın nedeni, ağız bakımının yeterli sağlanmaması halinde hamilelikteki hormonal değişiklikler sonucu dişeti iltihabının oluşması veya mevcut dişeti iltihabının şiddetlenmesidir.

**26- Her hamilelik bir diş götürür. (YANLIŞ)**

Her hamilelikte diş kaybının gerçekleşmesi söz konusu değildir. Ağız bakımının tam olarak sağlanamaması, tedavi edilemeyen çürüklerin varlığı ve diş eti hastalıklarının ilerlemesi durumunda diş kayıpları görülür

**27- Hamilelikte diş tedavisi bebeğe zarar verir. (YANLIŞ)**

Aciliyet gerektiren diş tedavileri, hamileliğin her döneminde yapılabilir.

**28- Çürük diş çekildikten sonra pis kan akıtılmalıdır, çekilen dişin yerini kanatmak iyidir. (YANLIŞ)**

Diş çekiminden sonra, çekim boşluğuna hastanın yaptığı müdahaleler sonucu bölgenin sürekli kanatılması ya da pıhtının uzaklaştırılması, diş çekimi yapılan yerin iltihaplanmasına neden olur. Oluşan pıhtı korunmalıdır.

**29- Diş teli sadece çocuklarda değil yetişkinlerde de kullanılır. (DOĞRU)**

Ortodonti (tel tedavisi) alanındaki son gelişmeler sayesinde; tel tedavisi sadece çocuklara değil, erişkin hastalar için de uygulanabilir.

**30- Ağrıyan dişi çektirip kurtulmak çözüm değildir. Dişi tedavi ederek mümkün olduğunca ağızda tutmak gerekir. (DOĞRU)**

Çürük diş için mümkün olan her türlü tedavi uygulanmalı. Çünkü ne fonksiyon, ne de estetik yönünden hiçbir protez kendi dişinizden daha iyi olamaz.

## **YASAKLANMIŞ BU İLAÇLARI İÇMEYİN LÜTFEN**

ABD'de yasaklanan ilaçlar ile ilgili Yapı Kredi Bankası sağlık işleri bölüm başkanlığı tüm YKB personeline bir duyuru yapmıştır. Buna göre, zararlı yan etkileri olabileceği belirtilen ve kullanılmamasının uygun olacağı görüşü bildirilen ilaçlar aşağıda listelenmektedir. Sağlıklı günler dileğiyle bilgilerinize sunarım.

- AFERİN CAPSUL
- AFERİN TABLET
- ALFAROL TABLET
- APEX CAPSUL
- BABYRHYNOL SÜSPANSİYON
- CONTEX CAPSUL
- CORSAL CAPSUL
- EKORINOL ŞURUP
- FORZA TABLET
- GERAKON TABLET

- KATARİN CAPSUL
- KONGEST TABLET
- THERAFLU TABLET
- TRIAMINIC DAMLA
- TRIAMINIC TABLET
- TUSEPTİL ŞURUP

## ÇİFT YÖNLÜ AYNALAR

Son yıllarda özellikle Amerika'da, Avrupa'da ve artık ülkemizde de yaygınlaşan çift yönlü ayna kullanımı hakkında bir uyarıdır!

Kaldığınız otelin odasında, mağazalarda girdiğiniz soyunma kabininde bulunan ayna acaba sıradan ve normal bir ayna mı, yoksa diğer taraftan birinin sizi izlediği çift yönlü bir ayna mı?

Bunu anlamanın basit ve pratik bir yolu var;

Parmağınızı tırnağınız Ayna yüzeyine gelecek şekilde aynaya dokundurun.

Eğer tırnağınız ile tırnağınızın aynadaki yansıması arasında bir boşluk varsa sorun yok demektir. Karşınızdaki normal bir ayna.

Eğer tırnağınız ile tırnağınızın aynadaki yansıması arasında bir boşluk YOKSA, yani tırnağınız ve aynadaki görüntüsü doğrudan birbirine temas ediyorsa dikkat! İZLENİYORSUNUZ!

## AKILLI ELEKTRİK SAYAÇLARI HAKKINDA

Elektrik zamları tasarrufu yeniden gündeme taşırken, tüketicilerin bu amaçla aldıkları sayaçlarla ilgili önemli bir hususu ihmal ettikleri ortaya çıktı.

Elektriği ucuza tüketmek isteyen bazı abonelerin sadece sayaçlarını değiştirmekle yetindikleri belirlendi. Oysa akıllı sayaçların sağladığı ucuzluktan faydalanmak için ilgili yerlere başvurulması ve tarifenin değiştirilmesi gerekiyor. Aksi takdirde dağıtım şirketi normal fiyattan ücretlendirme yapmaya devam ettiği için sayaç değişse bile fatura değişmiyor.

### Elektronik sayaçlar,

**06.00 - 17.00**

**17.00 - 22.00**

**22.00 - 06.00**

saatleri arası olmak üzere 3 zamanlı tarife ile çalışıyor. En ucuz tarife **22.00-06.00** saatleri arasında işliyor. Bu durumdan haberi olmayan vatandaşlar ise, "Akıllı sayaç taktım, elektriği ucuz kullanıyorum." yanılgısı içerisinde, elektriği pahalı kullanmaya devam ediyor. Yavuz Okur, 2,5 yıl önce elektrik sayacını akıllı sayaçla değiştirdiği halde, tarifeli sisteme geçemediğini yeni fark edenlerden. Bu konunun tüketiciye daha iyi anlatılması gerektiğini vurgularken, "Sayacı değiştirdim ama başvurup tarife seçmem gerektiğini bilmiyordum. Öğrenince dilekçeyle başvurduğum, gece tarifesini seçtim. Şimdi faturam neredeyse yarı yarıya düştü." diyor. Türkiye'nin 2000 yılından itibaren girdiği enerji darboğazından en az zararlı çıkması için bir formül olarak geliştirilen ve özellikle elektrikli ev aletlerinin, işyerlerinin kapalı olduğu gece ve hafta sonlarında çalıştırılmasını öngören yönetmelik çeşitli dönemlerde değişikliğe uğrasa da işlevini sürdürüyor. Yönetmeliğin en önemli ayaklarından birini de gece ve gündüz elektrik tüketimini ayırt etmeye yarayan akıllı sayaç uygulaması oluşturuyor. Çift tarife gereği kayıt altına alınan akıllı sayaçlı aboneler, elektrikli ev aletlerini gece kullanmaları durumunda daha az fatura ödüyor. Ancak bazı vatandaşların eski sayaçlarını haber vermeden akıllı sayaçlarla değiştirdikleri, birçoğunun da sayaçlarını değiştirmelerine rağmen tarife değişikliği başvurusunda bulunmadıkları için indirimlerden faydalanamadığı ortaya çıktı.

Uludağ Elektrik Dağıtım şirketi Bursa İl Müdür Yardımcısı Mesut Efe, sayacını değiştirdiği halde akıllı tarifeyi kullanmayan çok sayıda abone bulunduğunu belirtiyor. Bursa'daki 1 milyon 117 bin elektrik abonesinden sadece yüzde 10'unun akıllı sayaç taktırdığı biliniyor. Eski sayaçlarını akıllı sayaçlarla değiştiren abonelerin indirimli tarifeden faydalanabilmesi için mutlaka bağlı oldukları elektrik idaresine bir dilekçe ile başvurmaları gerekiyor. Efe, dilekçeyle başvuruda bulunulması gerektiği halde sayaç taktıran abonelerin büyük çoğunluğunun, indirimli tarifelerden nasıl yararlanacağını bilmediğini ifade ediyor.

### **Gece tarifesi faturayı yarı yarıya düşürüyor**

Akıllı sayaçların diğer sayaçlara göre iki farkı bulunuyor.

1- Elektronik ekrana sahip olması.

2- Günün farklı saatlerinde ne kadar elektrik enerjisi kullanıldığını rapor etmesi.

Analog saatlerde tüketilen elektrik bir zaman ayırımına tabi tutulmaksızın toplam bir değer olarak faturada belirtiliyor. Oysa akıllı sayaç, faturayı sabah, akşam ve gece saatleri olmak üzere tüketimi üç aşamaya ayrılmış olarak gösteriyor.

Mesut Efe'nin verdiği bilgiye göre akıllı sayaç tarifeleri elektrik faturasını yarı yarıya düşürebiliyor. Örneğin elektrik faturası 85 TL gelen bir ev abonesi, akıllı sayaçla birlikte tarifeli sisteme geçtiğinde, elektriği en ucuz tarife zamanı olan 22.00-06.00 arasında tüketirse ödeyeceği tutar 45 TL'ye düşüyor. Eğer tüketimini 06.00-17.00 arasında gerçekleştirirse tutar 80 TL'ye iniyor. Ancak elektrik en pahalı zaman dilimi olan 17.00-22.00 saatleri arasında kullanılırsa fatura 130 TL'ye yükseliyor. Efe, abonelere kendilerine en uygun tarifeyi seçmeleri önerisinde bulunarak, özellikle çamaşır makinesi, ütü, bulaşık makinesi gibi elektriği fazla tüketen aletlerin 22.00'den sonra kullanılması durumunda elektrik faturasının yarı yarıya düşürülebileceğini aktarıyor.