

İLK OKUMA KİTABI ve BULMACA EKİ,
TRT ÇOCUK KAHRAMANLI OKUL ETİKETLERİ
RAFADAN TAYFA VE EGE İLE GAGA
POSTERLERİ

ISSN 1309-9892



88

9 771309 989006

AYLIK DERGİ • YIL 8 • SAYI: 88 • OCAK 2018 • FİYATI: ₺5

HEDİYE!

TRT

Çocuk

DERGİSİ

Kış Uykusu

ATLETİK AKIN
DAĞCILIK

Yeni Bölümleri yakında TRT Çocuk'ta!

Nilüya





20 OCAK'TAN
İTİBAREN
TRT ÇOCUK'TA!

KONYA BÜYÜKŞEHİR BELEDİYESİ KATKILARIYLA





Merhaba

Kış akşamları evdeki sıcacık ısıtıcının yanına kıvrılıp şekerleme yapanlardan mısınız? Bizler kışın sıcak yuvamızda kısa şekerlemeler yaparken bazı canlılar neden uzunun kış uykusuna yatarlar? Bu ayki kapak dosyamızda kış uykusuyla ilgili bilinen ve bilinmeyenleri konu ettik. Sadece ayılar mı kış uykusuna yatar, doğa da uyur mu, neden kış uykusuna yatılır gibi pek çok sorunun cevabına ulaşabileceğiniz kapak dosyamızı okumadan geçmeyin. Atletik Akın'da bu ay dağcılık, Doğadan Sesler'de ise soğuk havalarda akla ilk gelen hayvan olan penguen var. Hâlâ büyüyünce ne olacağınıza karar veremediniz mi? O zaman bu ayki Büyüsem de Olsam röportajı size fikir verebilir. Bakmadan geçmeyin! Ocak ayı aynı zamanda birinci sınıfa başlayan pek çoklarının da okumayı öğrendiği ay. Eğer okumayı yeni öğrendiyseniz Hapşuv ile ilk okuma kitabını derginizle birlikte bulabilirsiniz. Daha büyükler içinse bulmaca köşemiz, ilk okuma kitabının arkasında. Hepinize emeklerinizin karşılığını alabileceğiniz karneler dileriz. Notlarınız ne olursa olsun tatili hak ettiniz. Unutmayın, tatilin en güzel anlarında TRT Çocuk Dergisi hep yanınızda!

Dergi Mutfağı

4-7 Masal Mutfağı
8-9 Doğa Güncesi
10-11 Keçenin Yol Haritası
13 Elifin Dersleri
14-15 Gezgın Aile
16-17 Canın Ekranı
18-19 Kitapçının Kedisi
20-21 Uzay Kâşifi Gökay
22-23 Yeşilcan'ın Maceraları

24-26 Ali Gel
27 Ata'mdan Hatıralar
28-29 Senden Kaçmaz
30 İbi ile Keşfediyoruz
35 Hoppa'yla Cetvelsiz Sorular
36-39 Kapak Dosyası
40-41 Büyüteç
42-43 Büyüsem de Olsam
44-45 Atletik Akın

46-49 Evliya Çelebi
50-51 Doğadan Sesler
52-53 Büyüğüm Okur musun?
54-55 Sağlıklı Besleniyorum
56-57 Deneyebilirim
58-59 Ceviz Ağacının Maceraları
60-61 Dilimden Düşmeyenler
62-63 Meraklı Dodo
64 Küçük Sanatçılar



Yayın Türü: Aylık-Süreli
Yayın Sahibi: Türkiye Radyo Televizyon Kurumu Adına İbrahim Eren
Yazı İşleri Müdürü: Bekir Yıldızcı, İsmihan Yılmaz, Nihat Kaşıkçı

TRT Çocuk Dergisi İmtiyaz Sahibi: Siyahmartı Advertising | Animation Studios Genel Müdür: Hatice Özdemir Tülün
Editör: Gökçe Özder Sanat Yönetmeni: Reyhan Cerit Bala Grafik Tasarım: Yunus Emre Şimşek, Serhat Batur Karadeniz
Finans Müdürü: Ömer Faruk Tülün Sosyal Medya Sorumlusu: Mehmet Erdem Uprak

İletişim: Göztepe Mah. Atatürk Cad. Süttüoğlu Plaza No:7 Kat:3 34815 Anadoluhisarı Beykoz - İSTANBUL
Tel: 0216 465 55 79 - Faks: 0216 465 62 37
www.siyahmarti.com - www.trtcocukdergisi.com editortrtcocuk@gmail.com

Dağıtım: Turkuvaz Dağıtım
Basım: İHLAS GAZETECİLİK A.Ş. Yenibosna-Bahçelievler, İstanbul 0212 454 30 00

Künye Çizimi: Eren Dedelerioğlu



Gülün Şifası

Gözlerinizi kapatın ve dünyanın en güzel gülleri ile dolu bir köy hayal edin. Hayaliyle bile kokusu burnunuza geldi, değil mi? Hem de öyle tek bir çeşit gül de değil, bütün köy bulunması en zor, en sıra dışı, en değişik, en nadide güller ile doluydu.

Bir evden diğerine atlayan sarmaşık gülleri mi istersiniz, tek bir kökten dev bir ağaca dönüşen yediveren gülleri mi? Tüm mahalleyi kaplayan baston gülleri mi alırdınız yoksa mini mini ponpon gülleri mi? Kimi mahalleler en muhteşem gül kokusunu yayması ile ünlüydü, kimi mahallelerin evleri duvarları kaplayan güllerden görünmezdi bile.

En nadide demişken, bir de en uç mahallede, artık harabeye dönen bir evin bahçesinde tek kök kalmış bir gül çeşidi vardı. Bu gülün adını da, ne özelliği olduğunu da kimse bilmezdi. Hani merak eden de var denemezdi aslında. Çünkü işte o minicik kökten yayılan dikenler neredeyse tüm



bahçeyi kaplar, tek tük birkaç çiçek o dikenlerin arasında büyündü. Bu yüzden bırakın gülü toplamayı, bahçeye girmeyi bile düşünmezdi kimsecikler.

Her sene mahalleler arası yarışlar düzenlenir, herkes heyecanla en güzel gözükene, en muhteşem kokan, en şifalı gül yağını üreten mahalle seçilebilmek için kıyasıya yarışır. Yaşı kadar yarış görmüş olan Hikmet dede her zaman jürinin başında oturur, sakın sakın mahallelilerin birbirleriyle atışmasını dinlerdi.

-Ama Hikmet dede! Geçen sene Yusuf'ların mahalledeki güller hep yağmur yedi. Koku falan kalmamıştır onlarda!

-Hiç de bile Ahmet Efendi! Yağmur daha güller tomurcukken yağdı bir kere! Hem yağdı da iyi bile oldu. Oh daha da güzel kokulu oldular! Sen de fark ettin değil mi dede?

Yusuf'la Ahmet tartışa dursun, diğer tarafta başka iki grup kimin baston gülleri en çok boy vermiş diye ellerinde metreler milimetre hesabı yaparak hararetili hararetili ölçüm yaparlardı. Peki ya çocuklar? Onlar en tartışmalı, en hararetili ortamlarda bile yapılacak en akıllıca şeyle meşgullendi elbette; oyun oynamakla!



Aklınıza gelebilecek her oyun oynanırdı şenlik zamanı ama hazır köy meydanı açılmışken en eğlencelisi her zamanki gibi top oynamaktı. "Yavrum! Bula bula bugünü mü buldunuz, oynamak için?" diye kızardı kimi büyükler. "Oyun oynamanın günü mü olur?" diye düşünürdü çocuklar birkaç saniyeliğine ama neyse ki çok da uzun sürmezdi bu düşünceler.

İşte yine bir topun peşinden neredeyse köyün bütün çocuklarının koştuğu bir anda oldu olanlar. Attığı şutların namı komşu köylerde bile duyulmuş olan Sude'nin önüne düştü top. "Hah! Şimdi tutabilene aşkolsun!" dedi tüm çocuklar bir ağızdan. Gerçekten de Sude'nin sol ayağı topa dokunduğu anda top havalandı, havalandı... Çocuklar boyunlarını döndürdüler, döndürdüler... Öyle ki artık döndürecek halleri kalmadı, çünkü topun gittiği yer görünmüyordu bile! Meydanın en ucundaki Efe heyecanla bağındı! "Gördüm! Gördüm! Dikenli bahçeye düştü top!" Hepsisi şaşkın şaşkın Efe'ye bakıyorlardı şimdi. "Topu kaybettik." dese bu kadar endişe etmezlerdi büyük ihtimal. Efe'ye bakan gözlerin hepsi sanki kumandayla ayanlanmış gibi Sude'ye döndü bu defa. Sude önce omuzlarını silkti, sonra da "Ne yapalım, gider alırım artık." dedi.



-Boş ver ya, başka bir şey oynarız, değil mi arkadaşlar, dedi Efnan.

-Zaten o top eskiydi, diye lafa atladı Hasan.

-Ne var canım diken bahçesinden korkacak? Hayalet bahçesi değil ya adı, şunun şurasında birkaç diken... Hiç mi gül toplarken diziniz kanamadı sizin? Ben "Sude topu almadan bıraktı." dedirtmem bir kere.

Sude'nin döneceği yoktu planından. Bu defa hepsi peşinden bahçenin kapısına kadar yürüdüler. Son gördüklerinden beri bahçe duvarlarına doğru tırmanmıştı dikenler. Sude dikkatli adımlarla topa doğru yürümeye başladı. Bizim top gide gide en sondaki o tek açan gül çiçeğinin dibine varmış olmasın mı?

Sanki saatler süren dakikalardan sonra işte topun yanındaydı artık. Ama çok garip bir şey olmuştu. Birincisi top gayet sağlamdı, patlak matlak yoktu. İkincisi ve asıl mucizevi olanı Sude hayatında böyle muhteşem bir gül kokusu almamıştı! Bir elinde top, koşarak çıktı bahçeden, dikenler umurunda değildi artık! Önce çocuklara, sonra tüm köye yayıldı haber. Herkes kulaktan kulağa bu muhteşem kokulu gülü anlatıyordu. Köylüler sıraya giriyor, herkes bu insanın aklını başından alan kokuyu duymak istiyordu.

Kısa zamanda komşu köylere, oradan kasabaya, sonrasında da şehre haber uçtu. Yerel gazeteler bu gülü yazıyor, herkes ilk kimin bulduğu hakkında değişik tahminlerde bulunuyordu.

Günler sonra bitkilerle tedavi uzmanları -aromaterapi deniyormuş buna- gelip örnekler aldılar bahçenin çiçeklerinden. Meğer bizim dikenli bahçe en kıymetli gül yağına sahip çiçeği barındırırmış içinde. O gül yağından yıllar sonra pek çok hastalığa şifa ilaçlar yapılmış, tüm köylü Sude kızı hep sevinçle hatırlamış, nesillerse gururla anlatmışlar köylerini meşhur eden gülün keşfini. Dikenlerinin olması meğer onun kıymetli olmadığı anlamına gelmezmiş, o dikenleri aşabilene saklarmış içindeki mucizeyi.





DOĞA GÜNCE'Sİ

Arkadaşlar, bugün size bir bilmeceyle merhaba demek istiyorum. "Biz biz idik, otuz iki kız idik. Ezildik büzüldük bir duvara dizildik." Evet, bildiniz: Dişler.



Çocukken 20 dişimiz vardır. Bunlar süt dişidir. Bir süre sonra süt dişlerimiz düşer. Yerlerine kalıcı dişler gelir.



Kalıcı dişlerimiz çıkana kadar süt dişlerimize de iyi bakmalıyız.



Yetişkinlerin 32 dişi vardır.

Dişlerimiz de tıpkı parmak izlerimiz gibi birbirinden farklıdır.



Dişlerimiz sindirim sistemimizin en önemli parçasıdır. Yiyecekleri ne kadar çok çiğnersek midemiz o kadar az yorulur.



Dişlerimiz vücudumuzun en dayanıklı yapısıdır. Dişi koruyan bölüme diş minesi denir.

Yiyecekler ve içecekler dişlerimizin rengini değiştirebilir. Biliyor musunuz, dişlerimiz ve sesimiz arasında önemli bir bağ vardır. Dişlerimiz sesimizi şekillendirir.



Diş hekimleri, dişlerimizin doktorudur.



Tekrar görüşene kadar, hayır hayır, her zaman dişlerimize iyi bakalım arkadaşlar. Şimdilik hoşça kalın.





Yazan: Ayşe Kırıkk

KEÇE'NİN YOL HARİTASI



Prag,
Avrupa'nın orta
gerinde, küçük ve şirin
bir ülke olmanın yanı sıra
tarih boyunca başından pek
çok olay da geçmiş olan
Çekya'nın başkenti.



AVRUPA'NIN
ORTA YERİNDE

PRAG

Şehrin Huzur Noktası: Vltava Nehri

Prag'ın ortasından Vltava Nehri geçiyor. Bence ortasından nehir veya İstanbul'daki gibi boğaz geçen şehirler eşsiz. Bir şehirde yaşayıp da deniz veya su görmüyorsanız o şehir eksik geliyor bana. Nehrin kenarlarını kaplayan kafeler bir şeyler içip dinlenmek için birebir mekânlar.

Vltava Nehri'nde geceleri tekneler ile gezinti imkânı var. Şehrin ışıkları arasında, sessiz sakin sulara ruhunuzu ve bedeninizi dinlendirebiliyorsunuz. Vltava Nehri üzerinde tam 18 tane köprü var. Bu köprülerden en meşhuru ise Karl Köprüsü.



Hikâyelerle Dolu: Karl Köprüsü

Karl Köprüsü'nü dönemin krallarından 4. Karl yaptırıyor. Köprü'nün iki tarafındaki kulelerin yüksekliği yaklaşık 30 metre, bunlar köprüyü koruma amacıyla yapılmış. Köprü'nün yapımına 1357'de başlanmış, 1402'de tamamlanmış, 516 metre uzunluğunda, üzerinde sağlı sollu 30 heykel grubu var, her biri farklı bir hikâye anlatıyor. Prag şehrinde farklı yerlerde Osmanlı ve Türkler ile ilgili sembol-figürler var, bunlardan birine Karl Köprüsü'nün Nicholas Kilisesi'ne yakın tarafında rastladık.

Eski Şehir

Prag şehrinin eski şehir diye bilinen bölgesi barok tarzındaki süslü tarihî yapıları ile size Orta Çağ'daymışsınız hissi veriyor. Meydandan kalkan faytonlar, eski model arabalar, üzerinde Türk Hava Yolları'nın Türkiye reklamının da bulunduğu küçük arabalar veya bisikletlerle çevredeki sokakları gezmek mümkün.

Astronomik Saat Kulesi

Prag'da eski şehrin ortasında bir saat kulesi var. 15. yy başlarında yapılan bu saat yaklaşık 600 yıldır çalışmaya devam ediyor. Her saat başı birçok turistin önünde toplandığı saat kulesinde ilginç bir gösteri başlıyor. Üzerinde 12 burcun da temsil edildiği saatin üst kısmında, her saat başı çanlar çaldığında iki küçük pencere açılıyor ve içinden heykeller çıkıp izleyenlere selam veriyor. Aynı anda saatin sağ yanındaki yaşam ve ölümü temsil eden iskelet figürü elindeki asayı yere vurup "topraktan gelip toprağa gitmeyi" hatırlatıyor.

İzlemesi çok eğlenceli bu saat kulesinin maalesef hazin bir hikâyesi var. Saati Hanus adında bir saat ustası yapıyor. Yaptıktan sonra çok da meşhur oluyor. Başka ülke kralları da kendisine saat yapması için teklifte bulunuyorlar. Ancak Prag kralı bu durumu çok kısıyor ve başka kimseye yapmaması için onu kör ediyor. Ah zavallı saat ustası!





2017'de Aramıza Katılan TRT Çocuk Kahramanları:
"Aslan, Hapşu, Momo, Ege ile Gaga, Kare"

2018

'de TRT Çocuk'un
Yeni Kahramanlarıyla
Tanışmaya Hazır Olun!





ELİF'İN DERSLERİ

CANANAS

Ananas sıcak bölgelerde yetişir.

Bol miktarda su içerdiği için vücudun sıvı ihtiyacını büyük ölçüde karşılar.
C vitamini bakımından en zengin meyvelerden biridir.



Büyümeye, hastalıklardan korunmaya yardımcı olan diğer vitaminlerin de neredeyse hepsi bu lezzetli meyvede vardır.

Ananas yiyince bol bol enerji alır,
Oyunlarınızı daha iyi oynarsınız.



GEZGİN AİLE

ORDU



Merhaba arkadaşlar, kış mevsimini tüm soğukluğu ile yaşadığımız bugünlerde yine yollardayız. Soğuk bizim için engel mi? Tabii ki değil! Hedefimiz Ordu, yine emektar minibüsümüzdeyiz. Annem ve babamın anlattığı içimizi ısıtan hikâyelerle yola devam ediyoruz. Bakalım Ordu'da bizi neler bekliyor?

NEREDE?

Annem tam Ordu'ya en son gittiklerinde başlarından geçen komik bir olayı anlatmıştı ki ablam heyecanla atıldı. Ordu hakkında araştırmasını bitirmişti ve bize Ordu'nun komşu illerini saymak istiyordu.



Ordu'nun komşu illeri Samsun, Tokat, Sivas ve Giresun'dur. Ayrıca Ordu'nun Karadeniz'e kıyısı vardır.



NE VAR, NE YOK?

Yol boyunca biraz üşüsek de sonunda Ordu'ya varabildik. Karlı yollarda gördüğümüz güzel manzaralar bizi -tabii en çok da ablamı- mutlu etmişti. Kaç tane fotoğraf çektiğini sayamadım bile. Şehre varır varmaz Bozukkale'yi ve Paşaoğlu Konağı Etnografya Müzesi'ni gezdik. Harika bir mimarisi olan müzede hem ülkemizin hem de şehrin tarihine dair pek çok şey öğrendik. Özellikle günümüze kadar korunmuş, antika eşyalarla dolu odaları görmek bizi çok mutlu etti. Ardından otele dönüp dinlenerek bir sonraki gün için enerji topladık. Gidecek çok yerimiz vardı.



Konağı çekmeyi unutma kızım.

Unutur muyum hiç babacığım.



EN ESKİ, EN YENİ

Yerleşimin milattan önce 15 bin yıllarına kadar dayandığı Ordu'da tarihi yapılar saymakla bitmiyor. 11 tane kaya mezarın bulunduğu Gürgentepe ilk durağımız oldu. Ardından Ulubey'e giderek buradaki kemer köprüleri, Şeyh Abdullah ve Salih Derviş ziyaretgâhlarını gezdik. Son olarak Ünye'ye giderek Ünye Kalesini ve Tozkoparan Kaya Mezarını ziyaret ettik. Bu kadar çok yer gezince yorulmadık değil. Yaylaları ve doğal güzellikleri üçüncü güne bırakıp otelimize geri döndük.

Tarih bilgim resmen ikiye katlandı. Gelsin yüksek notlar!



ÇOK İLGİNÇ

Ülkemizin fındık deposu Ordu yaylaları ve sahilleri ile doğaseverleri cezbediyor. Yılın çeşitli zamanlarında yapılan yayla şenliklerinde pek çok turisti吸引ıyor. Mesudiye'de yapılan Vosvos şenliğine katılmak için babam bize söz verdi. Şimdiden o günü merakla bekliyorum. Hem bir sonraki gelişimde babam Yason Burnu'nu ve Kurul Kayasını da ziyaret edeceğimizi söyledi.

Yaz mevsiminde buralar daha da güzel olur, sizi bütün plajlara götürürüm!

Yaşasınnn!



Vay be, Ordu'da kimler yaşamış meğer!

KİM VARMIŞ?

Ordulu ünlü simalar listesi bitmek bilmiyor. Unutulmaz filmlerin başrol oyuncusu Kadir İnanır, ünlü türkücü Kamil Sönmez, dünyaca ünlü ressam Gürbüz Doğan Ekşioğlu, şarkıcı Soner Arica, sevilen oyuncu Erdem Baş Ordulu ünlü simaların başında geliyor.

NE YESEK?

Ülkemizin mutfağının ne kadar güzel olduğunu her gezide tekrar hatırlıyorum. Ordu da bizi bu konuda çok memnun etti. Gittiğimiz her yerde türlü türlü yemekler yedik. Aklımda kalanlar pancar çorbası, pancar sarması, melocan kavurması, sakarca mihlaması, galdirik kavurması, keşkek, tırmıt kavurması, mısır ekmeği, turşu kavurmaları, su böreği, hamsi tava, hamsi buğulama oldu. Babam başta "Turşunun kavurması mı olur?" dese de yedikten sonra üç kavanoz da eve götürmek için sipariş etti.

Güzel şehir Ordu'dan aklımda kalanlar bunlardı. Şimdi yolculuk evimize, Ankara'ya. Bakalım bir sonraki ziyaretimiz hangi şehrimize olacak.





CAN'IN EKRANI

Ülkemizde ve dünyada neler olduğundan ne kadar haberdarsın? Yoksa çoğunlukla kötü haberler mi duyuyorsun? Bense senin için umut ve ilham verici en güzel haberleri derledim.

1

512 YAŞINDA KÖPEK BALIĞI

Kopenhag Üniversitesi'nde çalışan biyolog Julius Nielsen, yaşı uzun zamandır tespit edilemeyen antik Grönland köpek balığının sırrını çözdü. Nielsen, Grönland köpek balığının ortalama yaşam süresinin en az 272 olduğunu, 502 santimetre olarak ölçülen en büyük Grönland köpek balığının yanılma payıyla birlikte 512 yaşında olabileceğini söylüyor. Grönland köpek balığının yaşı nihayet anlaşılmış olsa da bu kadar uzun süre yaşamayı nasıl başardığı hâlâ bilinmiyor.



2

MEKANİK YOLLA HAVA TEMİZLEME

Hollanda'nın Eindhoven kenti, hava kirliliğinin önlenmesi konusunda dünyada bir ilke imza atıyor. Eindhoven merkezindeki kirli hava, yer altında kurulan dev makinalar tarafından emilerek temizlendikten sonra yeniden sokaklara verilecek. Havadaki kirlilik oranı 3 ay boyunca ölçülerek hava hareketi konusunda haritalama yapılacaktır. Bu yolla insanların sağlığına zarar veren şehrin kirli havasının büyük oranda temizleneceği düşünülüyor.

KENDİ ENERJİSİYLE IŞIK YAYAN BİTKİLER

Seon-Yeong Kwak liderliğinde bir grup mühendis ve bilim insanı ateş böceğinin ışıltılamasını sağlayan enzimi bitkilere aşıladı. Bu şekilde ışıltılayan bitkinin enerjisi bitkinin kendi metabolizması tarafından üretilebiliyor. Bilim insanları böylelikle bir gün sokaktaki veya evimizdeki ışıklara gerek duymadan bu bitkilerin kendi enerjisi ile yaydığı ışık sayesinde aydınlanmamızı sağlayabileceğimizi belirtiyor.



3





6

YILAN BALIKLARINDAN İLHAM ALAN YÖNTEM



Yılan balıkları elektrosit denilen, ince uzun hücreleri sayesinde 600 V'a kadar elektrik üretebiliyor. İşte tam bu noktada elektriksel yük farkından yola çıkan Fribourg, Michigan ve San Diego Kaliforniya üniversitelerinin araştırmacıları tatlı ve tuzlu suyu kullanmaya karar verdi. Çalışmada elektrodializ yöntemiyle 100 V elektrik üretildi. Bilim insanları bir süredir kalp pili veya protez gibi vücudumuzla temas eden cihazlara daha güvenli güç aktarmanın yollarını arıyordu. Bu son yapılan çalışmada elektrikli yılan balığının elektrik üretme özelliği ilham alındı.

5

ÇÖPTEN ÇIKAN KİTAPLARLA KÜTÜPHANE

Ankara'nın Çankaya ilçesinin temizliğinden sorumlu işçiler çöplere atılmış kitapları toplamaya yedi ay önce başladı. Okunabilecek durumda olan kitapların bakımı yapılarak kitaplar konu başlıklarına göre tasnif edildi. İşçilerin mola zamanlarını değerlendirdikleri kütüphanede 4 bin 20 kitap bulunuyor. Depoda bekleyen kolilerdeki kitapların da bakımı yapıldıktan sonra kütüphaneye kazandırılması için çalışılıyor. İşçilerin yeni projeleri ise köy okullarına kitap göndermek ve bir çöp kamyonunu gezici kütüphane olarak düzenlemek.

4

GÜNEY KORE KÂĞITSIZ OLACAK

Güney Kore, 2021 yılına kadar kâğıtsız toplum olma hedefiyle kâğıt gerektiren belgelerin elektronik doküman şeklinde saklanmasına izin verecek. Yasanın önümüzdeki yıl uygulanmaya başlanması planlanıyor. Hükümet, bankaların yılda ortalama 100 milyon adet kâğıt ürettiğini ve sakladığını tahmin ediyor. Banka işlemlerinin yanı sıra ilaç reçetesi, araç muayenesi ve postalar için de elektronik doküman kullanımının artırılması adına kampanyalar düzenlenecek.



KİTAPÇININ KEDİSİ

2017 sona erdi, yepyeni bir yıl başladı bile. Geçtiğimiz yıl hangi kitapları okudun, peki ya bu sene neler okumayı düşünüyorsun? Şimdiden planlarını yapmaya başla ki kafan çok karışmasın. Sana yardımcı olmak için bu ay iki kitap, bir de eğlenceli ajanda tanıttım. Bakalım hoşuna gidecekler mi? 2018 yılında sana bol bol ve yeni güzel kitap okumaları dilerim!



Kitaplardan Korkan Çocuk

Yazan: Susanna Tamaro

Çizen: Mustafa Delioğlu

Can Çocuk Yayınları



+8
Yaş

Yoksa sen de Leopold gibi kitaplardan pek de hoşlanmayan bir çocuk musun? Peki, daha önce hiç kitap okudun mu acaba? Bence bu kitap, senin kitap korkunu yenmen için iyi bir başlangıç. Yoksa sen kitaplardan korkan değil tam aksine çok hoşlanan çocuklardan mısın? O zaman sen de bu kitabı mutlaka oku, okumaktan niçin hoşlandığını arkadaşlarına anlatırken belki sana yardımcı olur.

Susanna Tamaro
KİTAPLARDAN
KORKAN ÇOCUK



Majanda - Bir Yıllık Eğlence Defteri 2018

Hazırlayanlar: Yıldırım Karakiya,
M. Banu Aksoy
Çizen: Öznur Sönmez
Abm Yayınevi

+8
Yaş

Daha önce hiç ajanda tuttun mu? Hani hangi gün ne yapacağını yazdığın, sınavları, doğum günlerini not ettiğin defterler yok mu, onlardan kullandın mı hiç? Ajandalar çok mu sıkıcı? E o zaman bir de Majanda'yı dene! Majanda sadece bir ajanda değil. İçinde eğlenceli etkinliklerin, bilgilerin ve hikâyelerin de yer aldığı rengârenk bir defter. 2018'de Majanda'yı kullanarak çok daha planlı olmaya ne dersin?



Renkçiller Oyun Peşinde

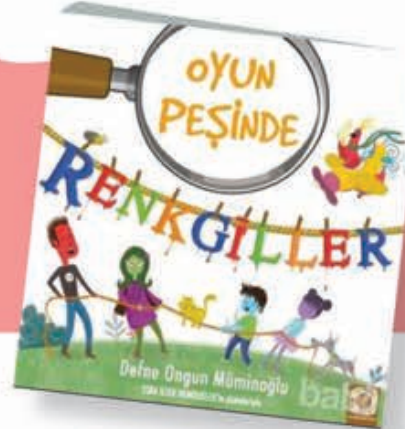
Yazan: Defne Ongun Müminoğlu

Çizen: Esra İlter Demirbilek

Artemis Çocuk

+4
Yaş

Seksek, tuzluk, lastik atlama, isim-şehir, SOS, aç kapıyı bezirgan başı... Bunların ne olduğunu biliyor musun? Evet, doğru tahmin, oyun isimleri! Peki ya sen bunlardan hangilerini oynuyorsun? Hepsini birbirinden farklı Renkçiller ailesine katılarak bir yandan bu ve daha fazla oyunla tanışabilir bir yandan da Renkçiller ailesinin birbirinden eğlenceli maceralarına katılabilirsin.



UZAY KÂŞIFI GÖKAY



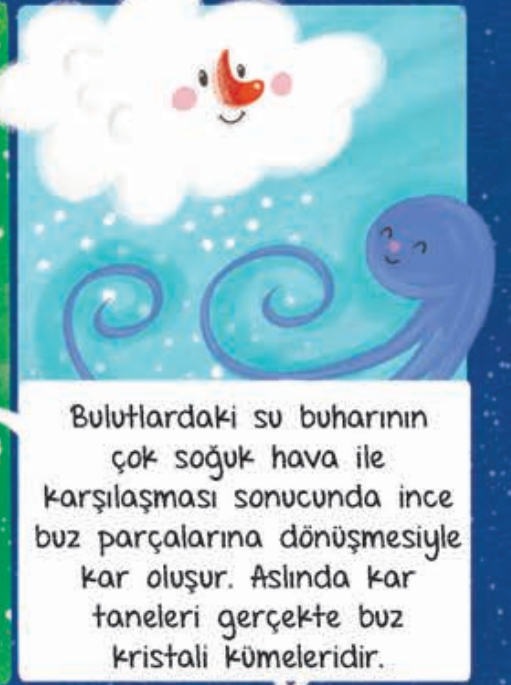
Doğru mu
görüyorum?



Yaşasın! Yılın ilk
karı yağıyor!



Her taraf
bembeyaz
olmuş! Bu
harika bir şey!



Bulutlardaki su buharının
çok soğuk hava ile
karşılaşması sonucunda ince
buz parçalarına dönüşmesiyle
kar oluşur. Aslında kar
tanecikleri gerçekte buz
kristali kümeleridir.



Oluşan bu kristal
gitgide büyür ve
yere doğru inerken
köşelerinden itibaren
küçük kollar oluşmaya
başlar.

Yaşasın!
Kollarım çıkıyor!



Hava
soğudukça
bu kolların
büyümesi biraz
daha hızlanır.





Hayal Et, Sabret ve Başar



Parkta güzel bir kış günü.



Efe, başarılı bir kayak sporcusu olduğunu düşünüyor.

Hemen büyümeli ve bu hayalimi gerçekleştirmeliyim!



Ne hayali Efe?

Kayak sporcusu olacağım. Hemen eve gitmeliyim. Görüşürüz!



Efe, sürekli yemek ve abur cubur yiyor.

Ne kadar çok yersem o kadar çabuk büyürüm ve hayalimi gerçekleştirim.



Sanırım insan çok yemek yiyerek çabuk büyümüyor.

Yeşilcan ve Ece, Efe'yi merak etmiş ve evine ziyarete gelmişlerdir. Çünkü Efe, abur cubur yemekten hasta olmuştur.





ALİ GEL

Benim adım Ali. Ali Gel. Benim bir de kutum var. Ama bu sıradan bir kutu değil! Acayip Şeyler Kutusu. Çünkü elime bir kitap alıp içine girdiğimde, kendimi kitabın içinde buluyorum. Ha bu arada şu gördüğünüz de Kuş! O da konuşuyor!

HANZALA

Geçen gün annem ve babam odama gelip "Ali artık şu kutuyu atma zamanı gelmedi mi?" dedi.

Aklım çıktı! Onlara Kuş'un konuştuğunu bile söyleyememişken, kutunun bizi olağanüstü yolculuklara çıkardığını, Yeryüzü Ansiklopedisi'nden istediğimiz bir bölümü seçip kutunun içinde okumaya başladığımızda o ülkeye seyahat ettiğimizi nasıl anlatabilirdim?

Elbette onlara yalan söyleyemezdim. Ben de doğruyu söyledim:

– Ama ben bu kutuyu çok seviyorum ve içinde kitap okumaya bayılıyorum! Çok heyecanlı bu kutunun içinde kitap okumak!

Sonunda kutunun bir süre daha odamda kalmasına izin verdiler.

– O hâlde neden bu kadar üzgünsün?

– Ama o bir sürenin ne kadar bir süre olduğunu söylemediler Kuş!

– Bütün derdin bu olsun. En iyisi gel azıcık dolaşalım, bir yerlere gidelim.

– Haklısın! Hadi seç bir yer!

– Sürpriz olsun, atla kutuya geliyorum!

– Tamam tamam!

Kutunun içi karanlık olduğu için Yeryüzü Ansiklopedisi'ni rastgele açıp el feneri ile okumaya başladım:

"Gazze, Filistin ülkesinin, Akdeniz kıyısında kalan şirin sevimli bir şehridir..."

– Filistin mi dedin sen?

– Filistin evet! Gazze'ye gidiyoruuuuuz!

– Sıkı tutun Kuuuuuuuuş!

Gözümüzü açtığımızda kendimizi upuzun çok yüksek bir duvarın önünde bulduk. Hatta Kuş az daha duvara çarpıyordu.

– Bu da neyin nesi?

– Şuna sorsana!

– Kime?

– Şuna!

– Heeeey!

Benim yaşlarımda bir kız çocuğu duvara resim çiziyordu. Koşarak yanına gittik. Tabii ben koştum Kuş ise uçtu.



– Hey merhaba!

– Merhaba ama neden bağıyorsunuz! Lütfen biraz sessiz olun. Bu resmi bitirmeden askerlerin beni görmesini istemiyorum.

– Askerlerin mi?

– Askerlerin evet! İsrail askerleri. Onlar Ülkemizi işgal ettiler. Ve öteki tarafa geçmememiz için bu duvarı yaptılar. Biz burada kocaman bir hapishanede gibiyiz. Duvarın öteki tarafına istediğimiz zaman geçemiyoruz. Oysa orası bizim Ülkemiz!

Bu küçük kız neler söylüyordu böyle? Biz nereye gelmiştik? Kuş da ben de çok şaşkındık.

– Hey hey dur dur biraz! Ne askeri?

– İsrail askerleri dedim ya!

– Peki, seni görürlerse ne olur?

– Ellerimi bağlayıp bilinmeyen bir yere götürülebilirler!

– A.. A.. A.. Bilinmeyen bir yere mi? Ço.. Ço.. Çocukları da mı götürüyorlar?

– Onlar için hiç fark etmez...

– Sen korkmuyor musun peki?

– Artık korkmuyorum!

– Çok cesur bir kızmışsın sen.

– Burada herkes cesurdur.

– Senin adın ne?

– Fatıma!

Fatıma'nın biz gelmeden önce yapmaya başladığı resme baktım. Sırtı dönük bir çocuk resmiydi bu.

– Ne çiziyorsun Fatıma?

– Bu Hanzala!

– Hanzala mı?

– Evet Hanzala. Hanzala'yı burada herkes tanır.

– Neden yüzünü çizmedin, neden arkasını çizdin? Ben çocuk resmi çizerken hep yüzünü çizerim.

– Hanzala dargın, insanlarla konuşmuyor ol!

– Dargın mı?

– Dargın evet! Filistin tekrar özgür bir ülke olana kadar da kimse ile konuşmayacak. Askerler evlerimizi yıkmaktan ve yaşlı zeytin ağaçlarımızı sökmekten vazgeçene kadar...

– Şey... Bütün bunlar çok korkunç.

Fatıma'ya ne söyleyeceğimi bilemedim. Kuş, ilk defa gagasını hiç açmadan şaşkınlıktan ve korkudan irileşmiş gözlerle bizi izliyordu.

– Okula gidiyor musun?

– Gitmeye çalışıyorum.

– Burada okula gitmek çok mu zor?

– Hem de nasıl! Askerler okula giderken bizi arıyorlar. Çantalarımızın içine kalemliklerimize, defterlerimizin arasına bile bakıyorlar. Hep geç kalıyoruz bu yüzden.

– Bu kadarı da fazlaydı ama! Dünyanın geri kalanı bütün bu olup bitene neden hiç ses çıkarmıyordu? İsrail'in Filistinli çocuklara bu kadar acımasızca davranmalarına neden kimse dur demiyordu?



- Bazen de okulumuzu yıkiyorlar!
- İnanamıyorum ya! Okulunuzu mu yıkiyorlar?
- Ama biz her seferinde yenisini yapıyoruz. Çünkü iyi bir eğitim alamazsak ülkemizi asla geri alamayız!
- Fatıma, Hanzala'nın pantolonuna kocaman bir yama çizdi. Galiba resmi bitmişti. Derin bir nefes aldı. "Askerler Hanzala'yı hiç sevmiyorlar! Çünkü onu yakalayıp hapse atamazlar." dedi.
- Hey siz nereden geliyorum demiştiniz?
- Dememiştik ama Türkiye'den geliyoruz biz!
- Bir kutunuz mu var?
- Evet! Bir buzdolabı kutusu.
- Eğer benim bir kutum olsaydı ben de Türkiye'ye giderdim. Ama bir gün mutlaka Türkiye'ye gideceğim! Hey bence artık gitseniz iyi olacak!
- Neden, sıkıldın mı bizden?

- Hayır, ama askerler geliyor.

Her yanlarından silahlar, bombalar sarkan askerleri görünce ben çok korktum. Kuş da korktu. Ama Fatıma hiç korkmadı. Ellerini cebine sokup gitti. Giderken, tıpkı resmini çizdiği Hanzala'ya benziyordu.

Eve döndüğümde ilk ne yaptım, biliyor musunuz? Boya kutumdan boya kalemlerimi aldım ve kutumun üzerine daha önce bizim bayrağımızı çizdiğimiz yerin yanına, bir de Filistin bayrağı çizdim.

Biliyorum bu kadarı Hanzala'nın benimle barışması için yeterli değil ama şimdilik elimden gelen bu.

Allah'a emanet ol Fatıma! Bir gün ülkeni hep birlikte kurtaracağız ve Gazze'nin bütün duvarlarına, gülümseyen Hanzala resimleri çezeceğiz.

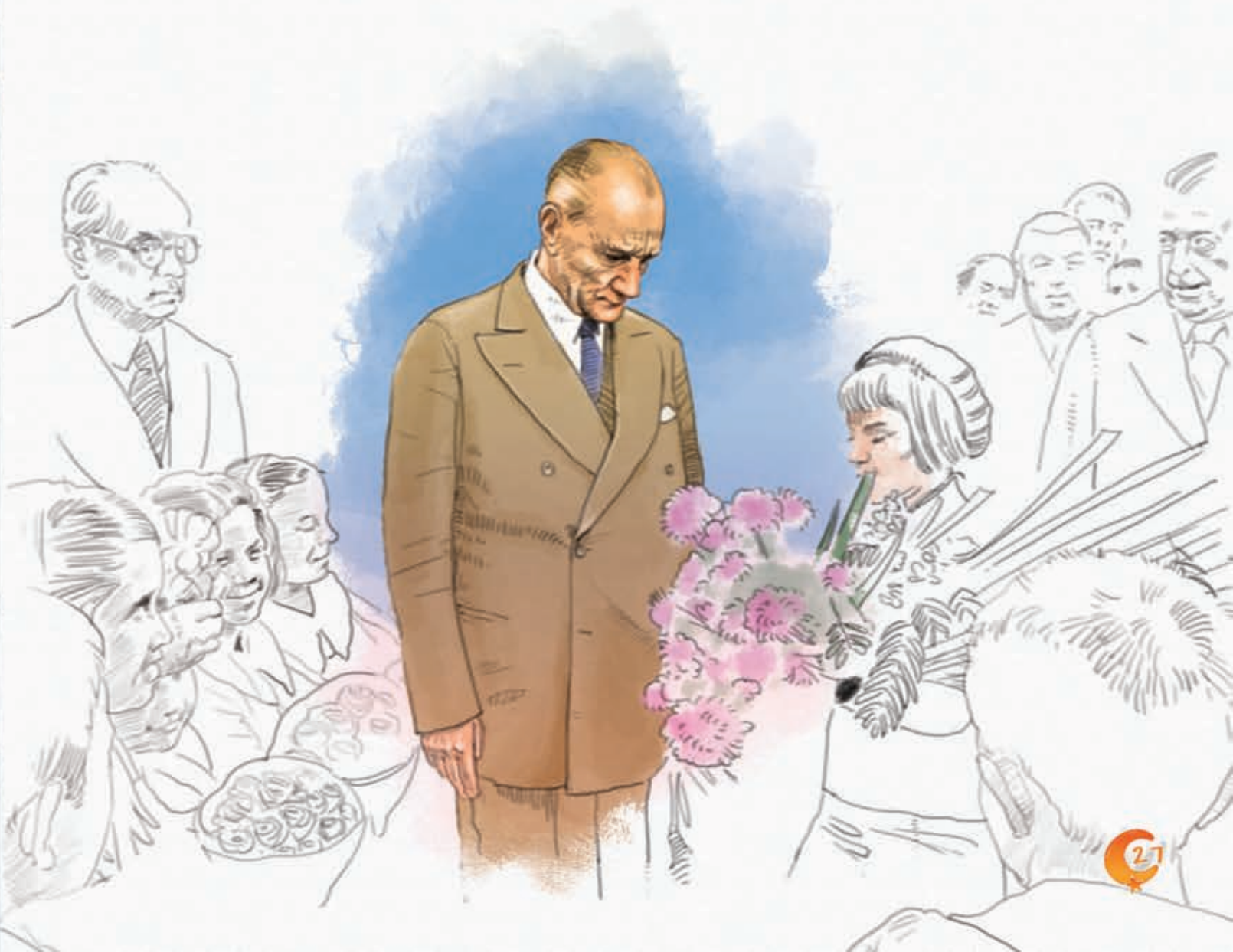




ATA'MDAN HATIRALAR

Kısacası çocuklarımızı artık, düşüncelerini hiç çekinmeden açıkça ifade etmeye, içten inandıklarını savunmaya, buna karşılık da başkalarının samimi düşüncelerine saygı beslemeye, alıştırmalıyız. Aynı zamanda onların temiz yüreklerinde; yurt, ulus, aile ve yurttaş sevgisiyle beraber doğruya, iyiye ve güzel şeylere karşı sevgi ve ilgi uyandırmaya çalışılmalıdır.

Mustafa Kemal Atatürk



BUZ PİSTİNDE

Sence hangi kış sporunu yapmak daha zevkli? Kayak mı, buz pateni mi yoksa körling mi? Buz pateni yapması, eğlenceli olduğu kadar da zor. Ama izlemesi bir o kadar keyifli. Baksana TRT Çocuk kahramanları da buz pateni yapmaya kalkışmış. Sanki hiç de fena değiller gibi. Kimileri ise buz pistine çıkmak konusunda biraz tereddütlü. E bu kalabalık pistte kaymak gerçekten zor olmalı. Aşağıda verdiğimiz görselleri yandaki resimde bulabilir misin?







BEN BİR YAZARIM!

Herkese merhaba! Birlikte öykü yazmaya ne dersiniz? Hepimiz çevremizdeki varlıkları, olayları merak eder ve gözlemleriz. Bu gözlemlerimizi hayallerimizle birleştirdiğimizde çok güzel öyküler yazabiliriz. Yazmaya başlamak için aşağıdaki konulardan esinlenebilir ya da farklı bir fikirden yola çıkabilir ve hayal gücünüzün kapılarını aralayabilirsiniz!



Bir su damlası olsaydınız yeryüzünde nereye düşmek isterdiniz? Bir pencerenin kenarına ya da bir kedinin bacağına mı? Bambaşka bir yer de olabilir.



Siz bir masal kahramanısunuz. Nasıl bir yerde yaşıyorsunuz? Arkadaşlarınız kimler? Sahip olduğunuz yeteneklerle neler yapıyorsunuz?



Günlerden bir gün dünyamıza ilk kez gelen bir canlıyla tanıştınız. Peki, nerede ve nasıl tanıştınız? Dış görünüşü nasıl? Buradaki ilk gününde çok sevdiği, ilk defa gördüğü için korktuğu ve şaşırdığı şeyler oldu mu?



Ormanda ya da denizde yaşayan bir canlıyla konuşarak tanışma şansınız olsaydı size neler anlatırdı, birlikte neler yapardınız?



Dünyamızdaki çevre sorunlarını çözmek için sadece on kişiden oluşan bir ekip kuruldu. Siz de bu ekibin içindesiniz. Toplantı için gönderdikleri davetiye size nasıl ulaştı? Peki ya sonra?

Soruları çoğaltarak öykünüzü geliştirebilir ve küçük bir kitaba dönüştürebilirsiniz. Kitabınızın kapağını tasarlayabilir ve yaptığınız resimlerle sayfalarınızı renklendirebilirsiniz.

TRT
Cocuk
DERGİSİ



Foggy
Gaga





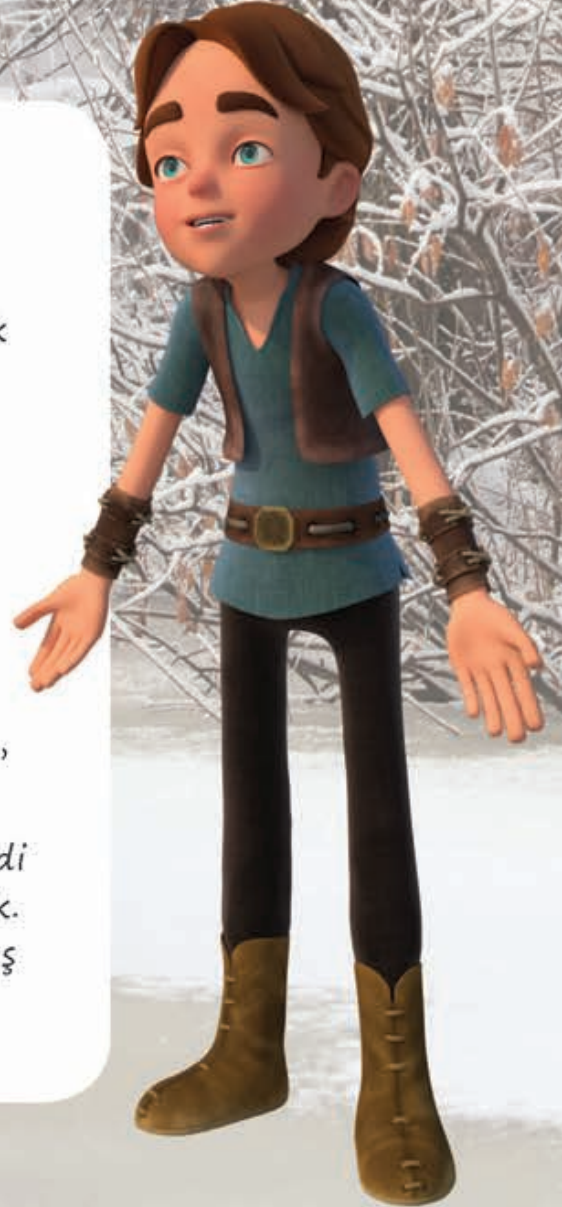
RAFADAN TAYFA





Karlar Altında UYKU VAKTI

Hey merhaba. Ben Emiray kusura bakma biraz kısık sesle konuşuyorum. Biliyorsun, kış gelince doğa uykuya dalar. En çok da hayvanlar nasibini alır kışın sessizliğinden. Sahi sen de kışın daha az parka gitmiyor, vaktinin büyük kısmını kapalı alanlarda geçirmiyor musun? Kışın soğuk günlerinde kimi hayvanlar hayatta kalabilmek için inzivaya çekilirler. İşte buna kış uykusu, yani bilimsel adıyla "hibernasyon" denir. Tıpkı doğadaki diğer canlılar gibi insanlar da kışın kendi evlerinde vakit geçirirler daha çok. Hazır kışın tam ortasındaiken, kış uykusunun bilinmeyenlerine bir yolculuk yapmaya var mısın?



NEDEN KIŞ UYKUSU?

Kışın okuldan eve dönerken ya da servisten inip okul bahçesini geçerken sen de bir an önce sıcak evine, okuluna ulaşmak istemiyor musun? Doğrusu, kışın bazı günler hava o kadar soğuk oluyor ki evden adım atmak istemiyorum. Tıpkı bizim gibi pek çok hayvan da soğuk havalarda ısınmak için çözüm yolları arıyor. Onların evlerinde soba olmadığından hayatta kalmak için başka yollar buluyorlar. Uzun uçuşlara gücü yeten kanatlı hayvanlar sıcak bölgelere göç ediyor, tıpkı pek çok balığın sıcak sulara doğru yüzmesi gibi. Bazı hayvanlar ise kışa uygun kürkler çıkarıyorlar, kimilerinin yazdan depoladıkları yiyeceklerle dolu sığınakları var. Geri kalanlar ise daha az enerji harcamak ve soğuktan etkilenmemek için kış uykusuna yatıyorlar.



KIŞ UYKUSU UYUMAK MIDIR?

Uyku deyince aklına en fazla ne kadarlık bir zaman dilimi geliyor? 6 saat, 8 saat, 12 ya da 15 saat mi? Biz insanlar en fazla bu kadar zaman diliminde uyanmadan durabiliriz. Oysa kış uykusu günler, haftalar, hatta çoğu zaman aylar sürer. Aslında bu bizim anladığımız manada bir uyku değildir. Çok daha derin bir hareketsizlik hâlidir. Vücut ısısı düşer, metabolizma ve kalp atışları yavaşlar. Kış uykusundaki hayvan her şeyden uzaktır, sesler onu kolay kolay uyandırmaz. Uyanma zamanı geldiğinde, yani acıktığında kendiliğinden uyanıverir. Eğer kış uykusuna yatmış bir hayvan görürsen onun ölmüş olduğunu bile düşünebilirsin. Aman dikkat, kış uykusundaki hayvanları ani bir biçimde uyandırırsan onların sahiden ölmelerine bile yol açabilirsin.

SADECE AYILAR MI KIŞ UYKUSUNA YATAR?

Tabii ki de hayır! Aslında kış uykusuna yatan hayvanlar tahmin ettiğimizden de çok. Duyunca çok şaşıracaksın. Kimi kurbağalar, kaplumbağalar, ayılar, yarasalar, köpekbaklıkları, bazı sürüngenler ve böcekler kış uykusuna yatar. Bu hayvanların nerede uyuduğu ise türlerine göre çeşitlilik gösterir. Ayılar inlerinde sakın bir kuytuda yatarken sürüngen ve böcekler genellikle toprağın altını tercih eder.



DOĞA DA KIŞIN UYUR MU?

Evet, sadece hayvanlar değil, bitkiler de kış uykusuna yatar. Tabii onların uykusu biraz farklıdır. Yapraklarını, çiçeklerini, hatta bazen dallarını kışın kaybeden ağaçlar görürsün. Balkonundaki bitki de kışın çiçek açmaz, değil mi? Pek çok bitki türü tıpkı hayvanlar gibi kışın soğuk zamanlarında daha yavaş fotosentez yapmaya, yani nefes almaya başlar. Âdeta uyuyormuşçasına kendi kabuklarına çekilirler, üretim yapmaz, baharda uyanmak üzere dinlenmeye bırakırlar kendilerini.

Zaten besinini bitkilerden sağlayan pek çok hayvan da kışın bitkiler uyurken yiyecek bulamadığı için daha az enerji harcamak amacıyla kış uykusuna dalar.





YAZ UYKUSU MU?

Çok sıcak bir yaz günü öğleden sonrasını hayal et. Sıcaklığın etkisiyle hiçbir şey yapmak istemez, mayıştıkça uyumak istersin, değil mi? Doğanın sesine kulak ver bakalım. Etraf ne kadar da sessiz! Çünkü tıpkı bizim gibi hayvanlar da çok sıcak günlerde yaz uykusuna yatarlar. Bilimsel adı "estivasyon" olan bu olay yoluyla hayvanlar aşırı sıcaklardan kaçarak, su kaybını en aza indirirler. Yaz uykusuna bazı çöl salyangozları, timsahlar, kurbağalar yatar. Dallar veya yapraklarla kendilerini güneşten koruyan bu hayvanların bir kısmı yaz boyunca uykuda olmaz, ara ara uyanırlar.

NASIL YANİ?

Amerika'ya özgü bir kara ayı türünün kış uykusundan uyanmasına gerek kalmadan doğum yapabildiğini,

Aynı ayıların yavrularının bakımı için bile uyanmalarına gerek olmadığını,

Kış uykusuna yatmış bir anne ayının 15 metre uzağındaki tehlikeyi bile sezip yavrusunu korumak üzere uyanabildiğini,

Kış uykusundan uyanan hayvanların sadece çok kısa bir süre içinde eski hâllerine dönebildiklerini,

Uyurken donma tehlikesi geçiren hayvanların bunu fark edip uyandıklarını ve kendilerini ısıttıktan sonra yeniden kış uykusuna yattıklarını

Biliyor muydun?



CAM İLE SANATIN BULUŞTUĞU YER

"Cam" denince aklınıza ne geliyor? Su içtiğimiz bardaktan gözümüzdeki gözlüklere, evlerimizin penceresinden dükkânların vitrinlerine kadar birçok yerde kullanılan bir malzeme cam. Peki, sadece yukarıda saydığımız gibi gündelik eşyalarda mı kullanılır cam? Mesela, cam kullanarak sanat yapılabilir mi? Hiç düşünmediniz mi yoksa böyle bir şeyin olabileceğini? O zaman hazırların: Beykoz Cam Ocağı'na gidiyoruz!

Camın tarihi oldukça eskiye, antik çağlara kadar uzanıyor. İlk olarak ne zaman üretildiği net olarak bilinmiyor, ama en eski cam eşyalar yaklaşık olarak MÖ 2500 yıllarına ait. Bu cam eşyalar arasında bıçaklar, ok uçları, silah süslemeleri var. Fakat daha önemlisi, camdan yapıma süs eşyaları ve boncuklar. Yani cam sanatı, aslında camın tarihiyle neredeyse yaşıtlı!



Beykoz'da, Riva Deresi'nin hemen yanında bulunan "Cam Ocağı", tam da camın tarihine uygun olarak, cam ile sanatı buluşturan özel bir yer. Cam ile ilgili çalışmaların merkezi olmak, insanların cama dokunmasını ve camı sevmesine aracı olmak için yola çıkmışlar. Camın ülkemizde de kabul gören temel sanat dallarından biri olmasını sağlamak amacıyla kurulmuş ve kısa zamanda dünya çapında bir cam merkezine dönüşen Cam Ocağı'nda eğitim ve üretim faaliyetleri de kesintisiz olarak devam etmekte.



Nasıl?

Suni camın ilk olarak nasıl üretildiğine dair tam olarak bir bilgi yok aslında elimizde. Fakat Romalı bir tarihçi olan Pliny, camı ilk olarak Finikeli denizcilerin bulduğuna işaret ediyor. Bu tarihinin anlattığına göre denizciler, Suriye'nin Prolemais bölgesindeki sahilde bir kamp kurarlar. Ateş yakarak kaplarını aynı zamanda yükleri olan soda bloklarının üzerine koyarlar. Ertesi gün uyandıklarında, ateşin sıcaklığından dolayı kum ve sodanın camı oluşturduğunu görürler.



Cam Ocağı, 20.000 metrekare alanıyla, aynı zamanda bir doğal güzellik olarak da birçok insanın ilgisini çekiyor. Neredeyse bir orman kadar geniş olan bahçesindeki camdan heykeller ise, bu güzelliği daha da sanatsal bir hâle sokuyor.

Nasıl?

Cam işleme sanatı, kabaca iki şekilde yapılır diyebiliriz: Birincisi, camın şeklen işlenmesi; ikincisi de cam eşyanın üzerine boya ve desen işlenmesi. Camın şeklen işlenmesi oldukça sıra dışı ve büyüğü bir sanat. Ateşte eritilen camın üfleme ve özel araçlar yardımı ile şekillendirilmesine dayalı bu sanat dalı Selçuklu'dan Osmanlı'ya, Osmanlı'dan da günümüze kadar gelen geleneksel bir sanat. Gerek günlük kullanım amaçlı, gerekse süs ve dekorasyon amaçlı birçok çeşitte eser yapılabilmekte cam sanatı ile.



GÖZLÜK SATMAKTAN ÇOK DAHA FAZLASI: OPTİSYENLİK



İlkokul 3'ten beri gözlük takıyorum. İtiraf edeyim, ilk başlarda çok utanmış ve rahatsız oluştum. Ama zamanla alıştım. Önemli olan benim sağlığım sonuçta. Okuldaki arkadaşlarımın söylediklerini hiç umursamıyorum artık. Niye bunları anlatıyorsun, dersiniz çok sevdiğim gözlüğüm kırıldı, onu değiştirmek için gözlükçüme gittik annemle. Ben de gitmişken sizler için merak ettiklerimi optisyen Zahide Tok ablaya sordum.

Optisyen kelimesini ilk defa duyuyorum. Ben hep gözlükçü sanırdım.

Zahide Tok: Doğru. Halk arasında gözlükçü olarak biliniriz. Hatta mağazamızın tabelasında da gözlükçü yazar çoğu zaman. Ama yaptığımız iş aslında optik işidir ve bizlere de optisyen denir. Yani ben bir optisyenim.

Bir kelime daha öğrendim, ne güzel. O zaman Zahide abla optisyen kimdir, ne iş yapar, dergiyi okuyacak arkadaşlarımıza da anlatabilir misiniz?

Zahide Tok: Elbette, neden olmasın. Optisyen göz doktoru tarafından yazılan reçeteyi hazırlayan, hastayı gözlük kullanımıyla ilgili bilgilendiren, gerekli çerçeveyi veya uygun lensleri veren, gözlük bakım ve onarım işlerini yapan, hastaların kaydını tutan ve gerektiğinde ilgili kurumlara ileten kişidir. Yani aslında bir sağlık personelidir.

Nasıl optisyen olunur?

Zahide Tok: Sağlık meslek yüksek okullarının 2 yıllık optisyenlik bölümleri var. Üniversitelerin bu bölümlerini tercih ederek, 2 yıllık bir öğrenimin sonunda optisyen diploması ile mezun olabilirsiniz.

Nerelerde çalışabilirsiniz?

Zahide Tok: Mezun olurken mesul müdürlük yapma yetkisiyle mezun oluyoruz. Genellikle bütün optisyenler kendi iş yerini açar ve oranın sorumlu müdürü olur. Ama son yıllarda sağlık bakanlığı da optisyen kadrosu açtı ve alım yapıyor. Yani hastanelerde de çalışma olanağı var.

Yeni kadrolar açıldığını göre ihtiyaç mı arttı?

Zahide Tok: Son yıllarda gözlük kullanımı arttı. Çünkü yakını görme problemi çoğaldı.

Neden acaba?

Zahide Tok: Bunun sebebi gelişmişlikle ilgili. Gelişmiş toplumlarda yakını görememe daha yaygındır. Çünkü okur yazarlık artmış, teknoloji daha çok kullanılmaya başlanmıştır. Bu da göz deformasyonuna neden olur ve buna bağlı gözlük kullanımı artar.

Mesleğinizin zorlukları nelerdir?

Zahide Tok: İşimiz insanlarla. Bazen onları mutlu etmek zor olabiliyor. Verdiğimiz bir çerçevede rahat hissetmezse hasta, biz de mutsuz oluyoruz.



Mesleğinizin keyifli tarafları nelerdir?

Zahide Tok: Görme sorunuyla müessesemize gelip uygun cam ve çerçeveyi gözüne takıp etrafa tebessümle bakan, daha iyi gördüğünü söyleyen hastalarımızı görmek işimizin en huzur verici ve keyifli anı.

Bir optisyenin sahip olması gereken özellikler nelerdir?

Zahide Tok: Optisyen olmak isteyenlerin fizik ve biyoloji konularına ilgi duyması gerekiyor. Özellikle fiziğin optik konusuna. Ayrıca el ve parmaklarını beceriyle kullanabiliyorsa ve estetiğe de önem veriyorsa, dikkatli, sabırlı ve sorumluluk sahibi ise bu mesleği yapabilir.

Estetiğe neden önem vermiş?

Zahide Tok: Çünkü insanın ilk bakışta görünen organı yüzüdür ve güzel görünmek ister. Herkesin yüzü farklıdır. Bizler her hastanın kendi yüz hatlarına ve ten rengine göre, moda uygun bir çerçeve vermeye çalışırız. Yüzlerini giydiririz bir anlamda tıpkı bir modacı gibi. Hocalarımız bir gözlükçü hem modacıdır hem işletmecidir hem zanaatkârdır derdi.

Güneş gözlüğü kullanımı hakkında ne dersiniz?

Zahide Tok: Coğrafi konum itibarıyla bol güneşli bir ülkede yaşıyoruz. Dolayısıyla güneş ışınına fazlaca maruz kalıyoruz. Özellikle yaz aylarında. Bu sebepten UV filitreli camlara sahip güneş gözlüklerini mutlaka kullanmalıyız.

Zahide abla çok duyduğum bazı terimler var. Mesela dedemin astigmatı artmış. Bir de annemin arkadaşı var, o da hipermetropmuş. Miyop duyuyorum sıkça. Nedir bunlar?

Zahide Tok: Bunlara göz kusurları diyoruz. Hastada bunlardan biri olduğu anlaşıldığında daha iyi görebilmek için gözlük kullanmaya başlamalıdır. "Miyop" uzağı "hipermetrop" ise yakını bulanık görmektir. "Astigmat"ı olanlar ise şekilleri eğik görür. Bir de "presbiyopi" var. Bu da 40 yaşından sonra, yaşa bağlı olarak yakını görmekte zorlanmak anlamına gelir.

Gözlük camlarının diğer camlardan farkı nedir?

Zahide Tok: Bu camlar bildiğimiz sıradan camlardan değildir. Özel üretilmiş, gerekli filtreler takılmış, ölçülendirilmiş camlardır. Sadece gözlük camı yapan firmalar tarafından üretilirler.

Arkadaşlarımıza göz sağlıkları için ne önerirsiniz?

Zahide Tok: Göz sağlığı için televizyonu belli bir mesafeden izlemeli, çok yakından bakmamalıdır. Kitap okurken de aynı şekilde, belli bir mesafeden tutmalıdır kitabı. Ayrıca cep telefonu, bilgisayar ve tableti de çok uzun süre kullanmamalıdır. Gözlük kullanıyorlarsa da mutlaka gözlükle izleyip okumalıdır.

Çok teşekkür ederiz.



TIRMAN TIRMANABİLİRSEN

Dağcılık deyince aklına ne geliyor? Kocaman dağlara tırmanan sporcular mı yoksa dağlarda kamp yapan, yürüyen insanlar mı? Dağcılık aslında bunların hepsini kapsayan, çok geniş bir spor dalı. Hadi gel, dağcılık sporuna biraz daha yakından bakalım.

Dağcılık sporunda tırmanma, yürüme, kamp yapma gibi farklı kategoriler olsa da aslında bunlardan herhangi birini yaparken diğerlerini de yapabilmek gerekiyor. Örneğin yüksek dağlara tek seferde tırmanamayacağın için bazen mola vermen, hatta geceleyip kamp yapman, kamp yaparken de zorlu dağ yollarında yürümen şart.



Hani bazen “dağ gibi” ya da “kaya gibi” benzetmeler yaparız kimileri için. Bu benzetmeler o kişilerin ne kadar sağlam ve güçlü olduklarını göstermek amacıyla söylenen sözlerdir. Bazen dimdik, kimi zaman eğimli, çamurlu, kaygan, topraklı, hatta karlı, buzlu dağlara tırmanmak da, buralarda yürümek de, kamp yapmak da pek kolay değil. Fakat eğer bu sporu sever ve ilerlemek istersen kısa zamanda sen de kaya gibi sağlam, güçlü kuvvetli, dayanıklı, çabuk pes etmeyen, konsantrasyon yüksek birine dönüşebilirsin.

Dağcılık zor ve tehlikelerle dolu bir spor. Bu yüzden her türlü tehlikeye karşı hazırlıklı olmalı ve önlemini almalısın. Bunun için gerekli tüm ekipmanları bulundurman gerekiyor.

Eğer tırmanacaksan kask, emniyet kemeri, ip, takoz, özel eldivenler ve ayakkabılar kullanmalısın.

Kamp yapmak için ise çadır, uyku tulumu ve mat ilk gereken şeyler. Dağ yürüyüşünde ise koşullara uygun ayakkabı,

terletmeyen ve su geçirmeyen kıyafetler, baton denen çubuklar ve tabii ki yeterli miktarda yiyecek ve içecek bulundurmak çok önemli.

Dağcılık sporuna küçük yaşlarda başlanabiliyor. Her yaşa uygun düzeyde eğitim veriliyor. Önce yapay tırmanma alanlarında çalışıp ardından sen de kendine uygun bölgelerde kaya tırmanışı yapabilirsiniz.

Çok başarılı millî dağcılarımız var. Bunlardan en yenisi, 21 yaşındaki Muhammed Yılmaz abi. Geçtiğimiz ağustos ayında Lenin tırmanışında 7 bin 134 metreye çıkarak 7 bin metreyi geçen en genç Türk dağcı unvanını kazanmış. Kendisini bir de biz tebrik etmek isteriz.



EVLIYA ÇELEBİ



Evliya Çelebi, eğlenceli bir dille yazmış olduğu Seyahatname adlı eserinde İstanbul'u ballandıra ballandıra anlatmıştı. Aynı zamanda şahit olduğu olayları da paylaşmıştı.



Acaba bu yazdıklarım yüzlerce yıl sonra okunur mu?

Evliya Çelebi'nin anlattığı kişilerden biri de Hezarfen Ahmet Çelebi, Hezarfen "1000 ilim sahibi" anlamına geliyordu. Evliya Çelebi'nin anlattığına göre Ahmet Çelebi, çok bilgili biri olduğu için ona bu

Padişah 4. Murat döneminde yaşayan Hezarfen Ahmet Çelebi'nin en büyük hayali uçmaktır.



Ben de şu kuşlar gibi göklerde uçabilsem.

Günlerce çalıştı. Kuşları izledi.



Yükselirken ve inerken kanatlarıyla yaptıkları hareketler inanılmaz.

Sonra kendisine kuşlarınkine benzeyen kanatlar yaptı.

Eveeet, kanatlar hazır. Şimdi sıra uçuş denemelerine geldi.



Bu kanatlarla defalarca çok yüksek olmayan kısa mesafelerde uçmayı denedi.



Bu, harika bir duygu.



Sonra bu yeteneğini padişaha söyledi.

Sultanım, ben yıllardır çalışıyorum. Artık kuşlar gibi uçabilirim. Bu denememi görmenizi istiyorum.



Bunları duyan padişah fazlasıyla şaşırmıştı. Ahmet Çelebi'ye yeteneğini göstermesi için izin verdi.



Çok ilginç. Aslında pek inandırıcı da değil. Ama bir dene bakalım, görelim marifetini.



Hazırlıklar tamamlandı, halk, Galata Kulesi'nin etrafına toplandı. Herkes meraklı gözlerle bu inanılmaz deneyimi izlemek istiyordu.

Bu gerçek olabilir mi? Eğer uçamazsa sonu felaket olur.

Hezarfen akıllı adamdır. Yeterince hazırlık yapmadan kendini tehlikeye atmaz. Gerekli ön çalışmaların hepsini önceden yapmıştır, merak etme.

Sultan Murat Han da Sarayburnu'nda Sinan Paşa Köşkü'nden olacağını izliyordu.

Eğer başarabilirse, bu bizim tarihimizde de dünya tarihinde de büyük başarılarından biri olacak.



Hezarfen Ahmet Çelebi, lodosu arkasına alarak Galata Kulesi'nden aşağı doğru nazıkçe süzüldü. Herkesin ağzı açık kalmıştı.

Heeey, şuna bak, inanılmaaaz!



Ve karşı kıyıya, Üsküdar'ın Doğancılar meydanına indi.



Sultan Murat Han, bu başarıyı çok beğendi ve Hezarfen'e bir kese altın verdi.

Seni tebrik ederim Hezarfen. Doğrusu pek büyük bir iş başardın.



BUZULLARIN SEVİMLİ KAHRAMANI PENGUEN



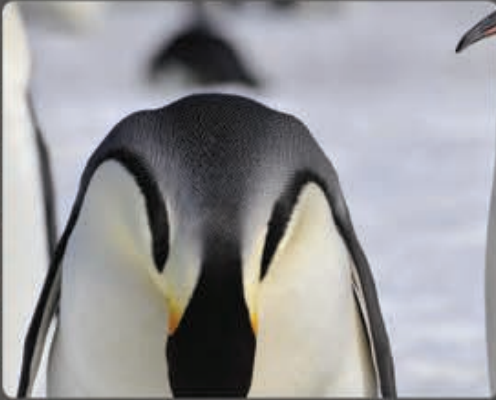
Şşşşşt! Sessiz olun! İmparator penguin, bugün yüz otuzuncu kez suya dalıyor. İşte şimdi karnının üstüne, buzlara doğru attı kendini. Doymuş anlaşılan. Ailemi en kocamanımızdan başlayarak anlatmak istiyorum size. O, 105 santim boyu, 45 kilo ağırlığıyla ailemizin en büyüğü. Benim gibi yavru penguinlerle çok iyi anlaşıyor, hepimiz onu çok seviyoruz ve her yaptığı şeyi merakla izliyoruz. Çünkü izleyerek öğreniyoruz.

YÜZEN KUŞLAR AİLESİ

Penguin ailesinde on yedi farklı tür vardır. Ama hepimizin ortak özelliği, kuş olmamıza rağmen uçmak yerine yüzyor olmamız. Bu yüzden bize deniz kuşu diyorlar. Güney Kutbu, Yeni Zelanda, Avustralya, Güney Amerika, Güney Afrika'da yaşamayı seviyoruz. Size ailem hakkındaki bilgileri aklınızda tutmak için bir ipucu vereyim mi? Bir penguin ne kadar soğuk ve buzlu bir yerde yaşarsa o kadar uzun ve tombul olur. İmparator penguinler gibi. Daha

sıcak yerlere gittikçe penguinlerin boylarının kısa olduğunu görebilirsiniz. Yüzdüğümüz için tüylerimiz de kuşların tüylerinden farklı. Sık, kısa ve vücut sıcaklığımızı istediğimiz şekilde tutabilmemize yardımcı olan tüylerimiz var. Tüylerimizin hemen altında kalın bir yağ tabakası bulunuyor. Böylece eksi kırk derece soğukta bile vücudumuzu 40 derece sıcaklıkta tutabiliyoruz.





KAYMAK ÇOK EĞLENCELİ

Balıklar ve deniz canlılarıyla besleniyoruz. Gün içinde yaklaşık yüz kere suya dalıp yiyecek arıyoruz. Bu sayı imparator penguenlerde yüz kırka kadar ulaşır. On deniz mili hızla yüzebiliyorum. Büyük penguenler daha da hızlı yüzebiliyor. Ben de büyüyünce onlar kadar hızlı olmak için çalışıyorum. Ayakta dimdik durup paytak paytak yürüyoruz. Sizin kollarımız gibi gördüğünüz kanatlarımızı, yüzgeç gibi kullanarak suda yüzüyor, karada da sanki kızaktaymışız gibi kayabiliyoruz. Sudan çıkıp, iki metre kadar havaya sıçrayarak buzların üzerine yüzüstü atlıyoruz. Sonra vııııjjjjjt... Kaymak öyle eğlenceli ki!

ŞÖVALYE PENGUEN

Bilim insanları yedi yıl önce bir penguen fosili buldu. Benim güzel ailemin otuz altı milyon yıl önce de var olduğunu anladılar. Birlikte yaşamayı seven ailem, insanlarla çok iyi anlaşıyor. Hatta 25 Nisan Dünya Penguenler Günü diye özel bir günümüz bile var. Küresel ısınma, buzulların erimesi ve bazı insanların bize zarar vermesine karşı neler yapılabileceği bu özel günde konuşuluyor. 2008 yılında Norveç'te bir penguen şövalye bile ilan edildi. Hepimiz buna çok sevindik.

NÖBETLEŞE BEKLEYİŞ

Uçsuz bucaksız deniz ve buz dağları arasında günümüzü kaybetmemek için güneşe bakarız. Kalabalık gruplar hâlinde yaşayarak birbirimize yardım ederiz. Penguenler yumurtadan çıkarlar. Anne penguen bir veya iki yumurta yapar. Sonra baba penguenle nöbetleşerek yumurtayı ayakları ile karınları arasında sıcak tutarak korurlar. İki ay sonra bebek penguen buzlara ve ailesine gülümseyerek yumurtadan çıkar.



ÇOCUK İLE EBEVEYN ARASINDAKİ İŞ BİRLİĞİ NASIL OLMALI?



Çocuğunuzun mutlu, huzurlu, adil, başarılı bir insan olmasını istersiniz değil mi? Tüm bu isteklerinizin gerçekleşip gerçekleşmeyeceğini çocuğunuzla kuracağınız iş birliğinin belirleyeceğini biliyor musunuz? Aranızdaki iş birliği güçlü ise; kaygılarını, korkuları atlatması kolaylaşacak, tehlikeye karşı kendini korumayı öğrenecek ve her şeyden önemlisi yaşadığı ve hissettiği her şeyi sizinle paylaşacak, yaşı kaç olursa olsun sizin rehberliğinizin de yardımıyla zorlukların üstesinden gelecek.

Tutarlı Olun

Önceden tahmin edilebilir şekilde davranmalı, her şartta tutarlı olmalısınız. Böylece çocuğunuz her davranışının sonucunda ne ile karşılaşacağını bilir, bundan emin olur ve davranışlarını kontrol etmeyi öğrenir.

Yaşına Uygun Açık ve Net Açıklamalar Yapın

Kurduğunuz cümlelerin çocuğunuz tarafından anlaşıldığından emin olun. Özellikle okul öncesi dönemde sözel açıklama ve kuralların yeteri kadar anlaşılmadığı durumlarda sözlerinizi pratik yaşamdan uygulamalarla destekleyin.

Seçenek Sunun

Çocuğunuzun yaşı kaç olursa olsun bağımsız bir birey gibi hissetmeye hakkı olduğunu unutmayın. Günlük yaşam içerisindeki her durumda onun yerine karar vermeyin. Yaşına ve bilişsel durumuna uygun olarak giysi,

kitap, oyuncak seçimi vb. konularda söz hakkı vererek neyi neden istediğini anlatmasına izin verin.

Güven Verin

Durum ne olursa olsun “aşağılama, alay etme, suçlama” gibi tepkiler vermemeye gayret edin. Sizinle her şeyini paylaşmasını istiyorsanız anlattığı her detayı dinleyin, önemseyin, yorumlayın.

Destekleyici Olun

Yapması gereken şeyleri onun yerine yapmayın ama zorlandığı noktada destekleyeceğinizi, rehberlik edeceğinizi hissettirin. “Merak etme, buradayım.”, “Zorlandığında yardım edebilirim.” gibi cümlelerle varlığını hissettirin ve sık sık sarılın ona.

Yaşına Uygun Sorumluluklar Verin

Çamaşır katlamak, meyve soymak, çiçekleri sulamak gibi rutin sorumluluklar vererek aidiyet duygusunun güçlenmesine yardımcı olabilirsiniz. Evi ve ailesi için bir şeyler yaptığını düşünen ve takdir edilen çocuğunuz önemli olduğunu, bir şeyler başardığını görsün ve iyi hissetsin.

Yargılamayın

Çocuğunuz bazen sakarlık yapacak, bazen en yakın arkadaşını kıskanacak, bazen en sevdiği oyuncağını kimseyle paylaşmak istemeyecek. Böyle durumlarda onu yargılayarak ancak

kendinizden uzaklaştırırsınız. Bu davranışların bazen olabileceğini kabul edin ve yargılamak yerine onu anlamaya çalışın.

Baş Başa Zaman Geçirin

Aile içerisinde herkesi sevse de çocuğunuz bazen sizinle baş başa zaman geçirmek ister, bunu özler. Böyle anlarda kendini özel hissettiği gibi sizi de daha yakın hisseder ve belki de ifade edemediği şeyleri ifade etme fırsatı bulur.

Öfkenizi Kontrol Edin

Bazen işler umduğunuz gibi gitmez ve öfkelenirsiniz. Çocuğunuz o gün okula giderken zorluk çıkarır, ev içi kurallara uymaz, size karşı koyarak işleri zorlaştırır. Böyle zamanlarda öfkenizi ona yansıtmak yerine ara vermeyi öğrenin. "Şu an biraz sinirliyim, bunu sonra konuşalım." diyerek farklı bir odaya geçebilir, kendinizi sakinleştirip konu hakkında düşündükten sonra iletişimi yeniden başlatabilirsiniz.

Sınır Koyun

Çocuğunuz sandığınız gibi kuralızsızlık ve sınırsızlık istemiyor aslında. Aile yapınıza, ev düzeninize uygun olarak belirlenmiş sınır ve kurallar onun da işini kolaylaştırıyor ve hayatı boyunca karşılaşacağı sınırlar hakkında fikir edinmesini sağlıyor.

YARIYIL TATİLİ İŞ BİRLİĞİNİ GÜÇLENDİRMEK İÇİN BİR FIRSAT MI?

Yarıyıl tatili geliyor, karneler dağıtılıyor, yoğun geçen bir dönemin ardından iki haftalık bir tatille ödüllendiriliyor çocuklar. Gelin, bu iki haftalık tatili, çocuğunuzla aranızdaki iş birliğini güçlendirmek için bir fırsata çevirelim.

Karne Günü

-Sevginizin karnesindeki notlara göre değişmediğini hissettirin.

-Nasıl bir karneyle gelirse gelsin çocuğunuz sevecenlikle karşılayın, bir dönem boyunca okula gidip gelmenin bile büyük bir başarı olduğunu hissettirin.

-Yaşının getirdiği kaygılara bir de karne kaygısı eklemesine izin vermeyin.

-Notları beklediğimiz gibi değilse onunla konuşmayı deneyin. Hangi derste neden sorun yaşadığını anlamaya çalışarak ikinci dönem için çözüm arayın.

-İki haftalık bir tatil döneminde mucize yaratamayacağınızı kabul ederek yoğun bir ders programı uygulamayı denemeyin.

-Notları beklediğimiz gibi olmayan çocukların da tatile ihtiyacı olduğunu fark edin.

-Karnesini çocuğunuzla birlikte değerlendirin, ikinci döneme ilişkin hedefler belirleyin ama karneye ilişkin düşüncelerin tatilin önüne geçmesine izin vermeyin.

Tatil Zamanı

-Tatil süresince birlikte zaman geçirmek için fırsat yaratmaya çalışın.

-Maddi değeri olan oyuncaklara veya eğlence merkezlerine değil, sizinle zaman geçirmeye, sizinle oyun oynamaya ihtiyacı olduğunu unutmayın.

-Dinlenmesine, eğlenmesine fırsat tanıyın ancak tüm zamanını televizyon ve bilgisayar karşısında geçirmesine engel olun.

-Ertelediğiniz, fırsat bulamadığınız etkinliklere zaman ayırın.

Değerlendirme Zamanı

Tatil boyunca çocuğunuzla aranızdaki ilişkiyi gözden geçirin ve onunla iş birliği içinde olup olmadığınızı değerlendirin. Hangi noktalarda sorun yaşadığınızı, öfkeli olduğunuzu, çözümsüz kaldığınızı hatırlayın ve bunları not edin. Ardından çözüm için neler yapılabileceğini düşünün. Sevginizi gösteremiyor musunuz? Kuralları uygulamada zorluk mu çekiyorsunuz? Öfkenizi yönetemediğiniz için istemediğiniz tepkiler mi veriyorsunuz? Kendinize yeteri kadar zaman mı ayıramıyorsunuz?

Çocuğunuzla aranızdaki ilişkiye uzaktan baktığınızda varsa eksiklerinizi fark edecek ve çözümü kendi içinizde bulacaksınız. Yeter ki unutmayın, bazen farklı düşünüseniz ve anlaşılmazsanız da ikiniz de aynı taraftasınız ve iş birliği içinde olduğunuz sürece üstesinden gelebileceğiniz sorun yok.

KIŞ MEVSİMİNİN DEĞİŞMEYEN İÇECEKLERİ

Hiç şüphesiz kış mevsiminin ismi bile üşümemize neden oluyor. O sıcak yatağından kalkmak zorlaştı, değil mi? Isınmak için bir şeyler içmek ve daha çok da tatlı yiyecekler ile içecekler tüketmek istiyor olabilir misin? Pekî, bu içecekleri içmeli misin yoksa içmemeli mi? Bu yazıyı lütfen oku, senin için harika bilgiler paylaştım. Hatta bu bilgilerini ailenle ya da arkadaşlarınla da paylaşmanı çok isterim.

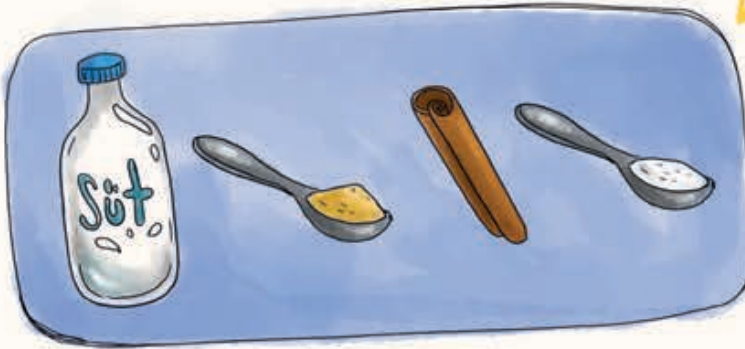
SALEP

Kış deyince akla gelen ilk içeceklerden biri olan salep öksürük ve soğuk algınlığına iyi gelir. Ayrıca süttten yapıyor olması kemik ve diş sağlığımızı da koruduğunu gösteriyor. Kış akşamlarında ailemizle sıcak bir salebe kim hayır diyebilir. Yine de fazla şeker içendiği için çok fazla tüketmemelisin. Özellikle kilo sorunu yaşıyorsan her zaman tercih etmemeye özen göstermelisin. Çünkü şeker dişlerimizi çürütebilir, fazla kilo almamıza neden olabilir ya da vücudumuzda virüslere karşı savaşan bağışıklık sistemimizi zayıflatır, bu yüzden daha çabuk hasta olabiliriz. Özellikle kış ayları için asla istemeyiz böyle bir şey. Bu yüzden haftada biri geçmeden salep tüketebilirsin.

AİLE BOYU SALEP

MALZEMELER

- 1 litre süt
- 1 silme yemek kaşığı toz salep
- 1 tane çubuk tarçın
- 1 yemek kaşığı şeker



Şeker ve salebi karıştır. Sütü ayrı bir yerde kaynat, kaynayınca altını kıs. Şeker ve salep karışımını süte yavaş yavaş karıştırarak ilave et. Tarçını da kat ve 20 dakika daha kısık ateşte pişmeye bırak. Biraz ılıdıktan sonra soğuk bir kış akşamı ailenle afiyetle içebilirsin. Dilersen fazladan toz tarçın eklemeyi de unutma!



Boooooooooozaaaaciiiiii

BOZA

Bozayı da kış aylarının vazgeçilmezi olarak düşünebilirsin. Yanında leblebiyle çok güzel ikili olan boza eski zamanlarda daha çok hayatımızdaymış o yüzden şimdi adını çok duymamış olman normal. Lif bakımından zengin olduğu için bağırsaklarının daha sağlıklı çalışmasına yardım ederek sindirim rahatsızlıklarının önüne geçer. Boza A, B ve E vitaminlerini içerse de şeker oranı yine yüksek bir içecektir. Fazla şekerin bize ne gibi zararlar verdiğini artık biliyoruz. Bu yüzden bozayı da dikkatli tüketmelisin. Her akşam boza içmek olmaz ama arada bir, bir bardak boza içmek bizi iyi hissettirebilir.

Yaşasın bugün sıcak çikolata günü!

SICAK ÇİKOLATA

Sıcak çikolatayı sevmeyen yoktur herhâlde. Kışın üşüyen ellerimizi ısıtacak başka bir içecek de sıcak çikolatadır. Eritilmiş çikolata ve sütün uyumu bize bu lezzeti sunar. Sütün vücudumuza faydaları saymakla bitmez: Büyümemize destek olur, kemiklerimizi ve dişlerimizi güçlendirir. Arada bir tüketsek de sıcak çikolatanın içindeki şeker yok sayılamaz. Bu yüzden tüketirken dikkatli olmalısın ve yine nadiren içmelisin. Sıcak çikolata içtiğin gün başka çikolata, poğaça, börek ve tatlı yememeye de dikkat et!

Portakal mı daha lezzetli portakal suyu mu? Karar vermek pek güç

PORTAKAL SUYU

C vitaminiyle bizi kışın hastalıktan koruyan savaşçı portakal! Diğer seçeneklere göre biraz daha sağlıklı bir seçim olsa da portakalı sıkınca bağırsaklarımızın çalışmasına sebep olan posasından faydalanamıyoruz. Bu yüzden portakalın suyunu daha az ama portakalı bütün olarak daha çok tercih etmeliyiz. Portakalı sıkarak yerine lütfen kendisini yel! Aynı şey mandalina ve nar için de geçerli.

KAVANOZDAN KAR KÜRESİ

Kış deyince akla ilk gelen şey kar, kar deyince ise kar küresidir. Sadece kışın değil, karlı kış günlerini özlediğimiz sıcak günlerde de kar küreleri bizi keyiflendirir. Sallayınca âdeta kar yağıyormuşçasına bir görüntü sunan kar kürelerinden evde basit bir biçimde yapabileceğini biliyor muydun? Hem el emeği hem sana özel bu güzel kar kürelerinin nasıl yapılacağını hemen görelim o zaman!

Malzemeler

Kavanoz
Kavanoza sığacak boyutta bir oyuncak
Güçlü bir yapıştırıcı
İstediğin renklerde sim



1



Malzemeleri hazırla.

2



Oyuncagını kavanozun
kapağına yapıştır.

3



Kavanozuna su ve sim ekle.

4



Kapağı kapat ve işte kar
küren hazır!

O BENİM, BEN YAPARIM

Yeni yıla girdik. Yeni yılı bembeyaz, puf bir örtüyle yani karla karşılamak çok hoşuma gidiyor. Yavrular kardan adam yapmak için toplanmışlar. Önce minik bir kartopu yapıyorlar. Sonra onu yere koyup yuvarlamaya başlıyorlar. Kartopu gittikçe büyüyor, büyüyor ve kardan adamın gövdesi oluşuyor. Başı için de kocaman bir kartopu yapacaklar.

Ben onları izlerken yavrulardan minik tavşanın az ötede tek başına kar topladığını fark etmemişim. Yavaşça "Sen ne yapıyorsun minik tavşanım?" diye sordum. Hemen kulaklarını kaldırdı "Kendi kardan adamımı yapıyorum." diye cevap verdi. "E peki, neden arkadaşlarına katılmadın?" dedim merakla. Herkesin yaptığı kardan adamı istemiyormuş, onun kardan adamı kendisine ait olmalıymış. Zor da olsa tek başına istediği gibi bir kardan adam yapacaktı. Ne yapalım? O, öyle yapmak istemiş bugün.

Ben onunla konuşurken bizim yavrular "Haydiiii, hoooppp, işte oldu! Yaşasın!" çığlıkları arasında kardan adamın başını da yerleştirdiler. Sincaplar kuyruklarını süpürge gibi kullanıp fazla karları temizledi, serçeler göz ve burun yapmak için malzeme toplamaya gitti, tavşan da hemen tirmanıp kardan adamın başını düzeltti.

Küçükçük kozalaklardan göz, çam ağacının ince uzun yapraklarından ağız, bir parça çalidan da süpürge yapınca ormanımızın en büyük kardan adamı tamamlanmış oldu. Yeni yılın ilk konuğu olarak tam önümde duruyor. Çok da güler yüzlü.



Yavrular hemen onunla bir oyun kurdular, çevresinde zıplaşp duruyorlar. Yavru tavşan ise daha kendi kardan adamının gövdesini bile tamamlayamadı. Biraz canı sıkılmış görünüyor. "Nasıl gidiyor tavşanım?" diye sordum. "Bitmiyor, yorulдум." dedi. Kulakları da yana düşmüş. Biz konuşurken diğer yavrular da geldi. "Gelsene kardan adamımız da bizimle birlikte oynuyor." dediler gülerek. "Ama benimki daha bitmedi, bu sadece benim olacaktı." cevabını verirken de sesi yorgundu. "Olsun, biz sana yardım edelim, birlikte yaparsak hemen biter." cümlesi daha bitmeden işe koyulmuşlardı bile. Önce kardan adamın başını yaptılar. Sincaplar süpürdü, serçeler göz, ağız ve süpürge yaptı. Yavru tavşan "Çok teşekkür ederim." derken nasıl da şaşkın bakıyordu, görmenizi isterdim.

Yavruların artık iki tane kardan adamı var. Tavşan da arkadaşlarının yardımıyla bitirdiği kardan adamıyla oyuna katıldı.

"Birlikte her şey daha kolay, değil mi tavşanım?"

"Hi hii."





DİLİMDEN DÜŞMEYENLER



SUNA'NIN SERÇELERİ

Yazdığı onlarca çocuk kitabıyla senelere meydan okuyan, çocuk edebiyatı denince akla ilk gelen isimlerden biri **Gülten Dayıoğlu**. Roman, hikâye, bilimkurgu, fantastik, gezi türündeki pek çok kitabıyla anne-babalarınız, abi ve ablalarınız gibi sizleri de bambaşka dünyalara yolculuğa çağırmaya devam ediyor.

Sokakta top oynarken uğradığı kaza sonucu bir süreliğine yürüyemez olan Suna'nın pencere kenarına konan serçeleri ve onlarla kurduğu dostluğu anlatan Suna'nın Serçeleri kitabı, Gülten Dayıoğlu'nun en çok okunan eserlerinden biri. İşte size bu kitaptan tadımlık bir pasaj:

"Karakanat bir sıçrayışla Suna'nın omzuna kondu.

'Arkadaşlarımla şöyle bir karara vardık: Sen iyileşinceye kadar her hafta bir serçe gelip sana güzel bir öykü anlatacak.'

'Nasıl olur, serçeler öykü anlatmayı bilmez ki...'

Karakanat, Suna'nın omzundan başının üstüne sıçradı.

'Kim demiş? İnsanlara en yakın kuşlar serçelerdir. Bu nedenle insanların, hatta hayvanların başlarından geçen olayları en iyi, en güzel biçimde ancak serçeler anlatabilir. Söz gelişi, bu kış seni tanıdık ve senin acıklı öykünü öğrendik. Bir zamanlar da Ömer'le Ali'nin akıl almaz serüvenlerine tanık olmuştuk. Daha nice öyküler var bizde. En güzellerini sana anlatacağız.'"





MERAKLI DODO

ÖRDEKLER NEDEN SUDA ISLANMAZ?

Dikkat ederseniz ördekler sürekli gagalarını vücutlarına sürerler. Bunu yapmalarının sebebi derilerindeki yağı tüylerine yaymaktır. Bu sayede tüylerini yağ ile kaplarlar ve kendilerini ıslanmaktan korurlar. Ördekler, tüylerini kaplayan yağ tabakası sayesinde ıslanmazlar ve soğuk havalarda dahi suda yüzebilirler.

Ayrıca tüylerimize şekil vermemiz de kolaylaşır.



DÜNYANIN EN YÜKSEK AĞACI NEREDEDİR?

Kaliforniya Redwood ormanlık arazisinde geçtiğimiz yıllarda keşfedilen Hyperion isimli ağaç 117 metrelik boyu ile şu anda dünyanın bilinen en uzun ağacı. 600 yaşında olan ağacın henüz çok genç olduğu ve her yıl ortalama 50 metre uzadığı söyleniyor.

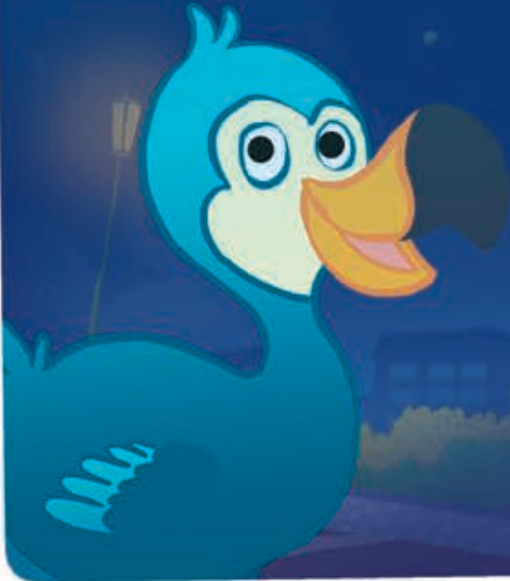
600'lü yaşlar bizim için gençlik yılları. Sizin anlayacağınız ben erken boy attım.



DİLEK FENERLERİ NASIL UÇAR?

Dilek fenerleri de tıpkı uçan balonlar gibi "ısınan havanın yükselmesi" prensibi ile uçmaktadır. Çok hafif olan bu fenerler içlerindeki havanın ısınması ile kolayca göğe yükselir ve mumları bitip içlerindeki hava soğuyuncaya kadar uçmaya devam ederler.

Dileğim dünyamızın barış içinde yaşaması. Hadi uç bakalım!



ÜLKEMİZDE DİNOZOR YAŞAMIŞ MI?

Ülkemizde dinozor yaşayıp yaşamadığını eminim hepiniz merak etmişsinizdir. Ben bu konuyu sizler için araştırdım ve ilginç bilgilere ulaştım. 1999 yılında ülkemizde 65 -70 milyon yıl öncesine ait olan bir deniz dinozoru fosiline rastlanmış fakat karada yaşayan herhangi bir dinozor fosiline henüz rastlanmamıştır.

Acele edelim! Bir tane fosil bulursak bir ömür yetecek kadar kemiğimiz olur!





KÜÇÜK SANATÇILAR

Hikâye, şiir veya resmini TRT Çocuk Dergisi'nin Şubat sayısında bu sayfamızda görmek ister misin? **"Uzay gemisi, kulak, menekşe, arı, çekir, künefe, bilge"** kelimelerini kullanarak yazdığın hikâyeyi, şiiri veya yaptığın resmi aşağıdaki posta adresimize gönder, dergide yer alma şansı yakala! TRT Çocuk Dergisi Yayın Kurulu tarafından seçilecek bir eser, TRT Çocuk Dergisi Şubat sayısında yayınlanırken, seçilemeyen arkadaşlarımızın eserleri de facebook/trtcocuk sayfamızda yer alacak.

Beyza Çolak
13 Yaşında - Kayseri

GÜCÜN SIRRI

Bir zamanlar Karınca Ülkesi'nde Herkül adında bir karınca yaşardı. Bu karınca diğer karıncalardan daha güçlüydü. Bir gün Herkül'ün en yakın arkadaşı bunun nedenini merak edip sordu.

"Herkül, Herkül! Sana bir şey soracağım." Herkül, ne soracağını merak ederek arkadaşını dinlemeye başladı.

"Herkül, bu gücünün nedenini merak ediyoruz. En büyük karıncamızdan bile daha güçlüsün. Nasıl başarıyorsun bu kadar güçlü olmayı?" Herkül, bu soru karşısında şaşırdı. Çünkü daha önce hiç kimse ona bu soruyu sormamıştı.

"Canım arkadaşım, benim bu gücümün nedeni pırasa yememdir. Annem bana genelde zeytinyağlı pırasa yedirir. Benim de en sevdiğim yemek budur. Siz de mutlaka yemelisiniz. Çok lezzetli!"

"Gerçekten mi? Daha önce adını hiç duymamıştım. Nasıl bir şey bu pırasa?"

"Pırasa, sağlıklı büyümemize yardımcı olacak bir yiyecektir. İçinde yüksek oranda C ve K vitamini bulundurur. C vitamini hastalıklardan korunmamıza, K vitamini ise kanın pıhtılaşmasına yardımcı olur. Yani anlayacağın sağlık açısından çok önemlidir."

"Beni bilgilendirdiğin için teşekkür ederim. Eve gidince annemle birlikte pırasa yapacağım."

Herkül gülümsedi. Çünkü artık arkadaşları da pırasa yiyip güçlenecek ve sağlıklı olacaklardı. Herkül, arkadaşlarının sağlığıyla ve mutluluğuyla mutlu olabilen bir karıncaydı ve bu da arkadaşları tarafından sevilmesi için bir nedendi.

Aradan günler geçti. Artık herkes Herkül'ün sırrını öğrenmişti ve herkes pırasa yiyordu. Artık tüm karıncalar daha sağlıklıydı. Herkül de bu durumdan çok mutluydu.

Kaan Poyraz Özözgen
9 Yaşında - İstanbul



Ela Kapaoğlu
10 Yaşında - İzmir



M. Fatih Bulut
10 Yaşında - İstanbul



Adresimiz

editortrtcocuk@gmail.com



2017'de Aramıza Katılan TRT Çocuk Kahramanları:
"Aslan, Hapşu, Momo, Ege ile Gaga, Kare"

2018

'de TRT Çocuk'un
Yeni Kahramanlarıyla
Tanışmaya Hazır Olun!



BİLGİ ADASI

YÜZLERCE SORU VE EĞLENCİLİ SÜRPRİZLER
BİLGİ ADAŞI'NDA SENİ BEKLİYOR!

HEMEN
İNDİR
OYNA

ÜCRETSİZ
VE
REKLAMSIZ

İOS
ANDROID
WEB



Yerli oyun üreten ilk çocuk kanalı

