



EDİRNE ROTARY KULÜBÜ

31.03.1977

www.edirnerotary.com



Dong-Kurn LEE (UR Bşk.)

Ömer KURAN (2420. Bölge Guv.)

Kenan TÜRKANTOS (2.Grup Guv.Yrd)

2008/2009

Tarih : 24.01.2009

Toplantı No. 1576

Bülten No. 1204

Charter Mart 1980

BAŞKANIN MEKTUBU

Sevgili Dostlarım ; 24 Ocak Cumartesi günü Rotary evinde Governör Ömer Kuran'ın katılımı ile resmi asanblemizi yaptık. Edirne Rotary Kulübüne yakışan mükemmellikte gerçekleşen bu toplantı için kulüp üyesi tüm sevgili dostlarıma bir kez daha teşekkür ediyorum. Toplantıdan sonra değerlendirme konuşması yapan Governör Yardımcısı Kenan Türkantos ve Governör Ömer Kuran'dan aldığımız izlenimler kulübümüz adına bizleri gururlandırdı. Asamble sonrası iki köprü arasında **Ağaköşkü Lokantasında** saat 20.00 de başlayan eşli toplantımıza Bulgaristan Cumhuriyeti Edirne Başkonsolosu ve eşi , Governör Ömer Kuran ve eşi , 2482. Bölge Governörü Luben Atanasov , Meslek Hizmeti Ödülü vereceğimiz Tiyatro sanatçısı Zihni Göktay ve eşi , Governör Yardımcısı Bölge Sekreteri Sait Feyzioğlu ve eşi , Governör Yardımcısı Kenan Türkantos ve eşi , Bulgaristan Cumhuriyeti Edirne Konsolosu ve eşi , Yunanistan Didimatiko kulübü Başkanı ve üyeleri , Orestiada Kulübü Başkanı ve üyeleri , Aleksandrapolis Kulübü Başkanı ve üyeleri eşleri ile 34 kişilik bir grup olarak , Bulgaristan Pyrgos Kulübü Başkanı ve üyeleri , Haskovo Kulübü Başkanı ve üyeleri , Kırçali Kulübü Başkanı ve üyeleri ve Svilengrad Rotary Kulübü üyeleri ve eşleri ile 68 kişilik bir grup olarak katıldılar . Medyamızın değerli temsilcileri ile kulüp üyelerimiz ve eşlerinden oluşmuş tamamı 160 kişilik muhteşem bir topluluk önünde kulübümüzün çok önemli 2 projesini gerçekleştirdik. Önce Edirne IW Kulübünün 2007-2008 Döneminde II. Beyazıt Külliyesi Tıp medresesi bölümü restorasyonu için yaptığı 5 bin YTL tutarındaki bağış için dönemin Governörü H.Tahsin Tuğrul tarafından gönderilen ve bilemediğimiz bir nedenle kulüp yönetimine geç ulaşan ödülü 2007-2008 Dönemi Edirne IW Kulübü Başkanı Zehra Boral hanımefendiye takdim ettik . Daha sonra iki yeni üyemiz **Muzaffer MEMİŞ ve Ümit MIHLAYANLAR** dostlarımızın giriş törenlerini yaptık. **Rozetleri Sevgili Governörümüz tarafından takıldı** . Kulübümüz için çok önemli katkı yapacak her iki üyemizin öz geçmişini ikinci sayfada bulabilirsiniz . Her iki dostumuza da üye arkadaşlarım adına aramıza hoş geldiniz diyorum. Bu törenden sonra **ülkemin yetiştirdiği önemli tiyatro sanatçılarından birisi olan Sayın Zihni GÖKTAY'a Governörümüzün elinden meslek hizmeti ödülü verdik.**

Toplantının resmi bölümü Governörün konuşması ile sona erdi. Gecenin geç saatlerine kadar müzik eşliğinde eğlenen misafirlerimiz ülkemizden çok iyi izlenimlerle ayrıldılar. Böylesine büyük ve uluslararası bir organizasyonu en küçük bir aksaklığa dahi meydan vermeden gerçekleştiren Tamer BORAL , Serhad CEYLAN ve Recayi ARAN dostlarıma şükranlarımı sunuyorum.

5-8 Şubat 2009 tarihlerinde Pyrgos kulübünün davetlisi olarak Pamporovo kayak merkezine yapacağımız gezi ile ilgili tüm hazırlıklar tamamlanmıştır . 5 Şubat Perşembe sabahı hareket saati ve yeri Kulüp Sekreteri Serhad Ceylan tarafından tüm misafirlerimize duyuracaktır.

28-29-30-31 Mayıs 2009 (Perşembe-Pazar) tarihleri arasında Türkiye'nin tanıtımı amacı ile Bodrum yöresine gezi yapacağız. Bulgaristan ve Yunanistan kulüplerinin büyük bir katılım talepleri vardır. Otellerle görüşmelerimiz devam etmektedir. Uçak bilet rezervasyonlarımız yapılmış olup sayı 60 kişi ile sınırlı tutulmuştur. THY artı eksi 6 kişi dışında opsiyon tanımamaktadır. Bu nedenle katılmak isteyen siz sevgili dostlarımızın bir an önce bana , Serhad'a yada Tamer'e isimlerini yazdırmalarını önemle rica ediyorum.

2420.Bölge Konferansı 16-19 Mayıs 2009 tarihleri arasında Antalya-Lara MIRACLE Resort Hotel'de

Toplantıda görüşünceye kadar sağlıklı kalın . Sizleri sevgi ve saygılarımla selamlıyorum.
Rtn Akın TİRYAKIOĞLU

**Önümüzdeki toplantımız 03 Şubat Salı günü Saat 19.00 da Rotary evinde
OCAK AYI ROTARY TAKVİMİNDE ROTARY TANITIM AYIDIR**

BAŞKAN : Akın Tiryakioğlu

SEKRETER : Serhad Ceylan

SAYMAN : Recayi Aran

GEL.D.BŞK. : Cengiz Benakman

GEÇ.D.BŞK. : Oktay Alemdar

MİSAFİRLERİMİZ

Angel ANGELOV ve eşi	Bulgaristan Cumhuriyeti Edirne Başkonsolosu	Kulüp misafiri
Ömer KURAN ve eşi	2420. Bölge Guvernörü	Kulüp misafiri
Lyuben ATANASOV	2482. Bölge Guvernörü	Kulüp misafiri
Zihni GÖKTAY ve eşi	Tiyatro sanatçısı	Kulüp misafiri
Sait FEYZİOĞLU ve eşi	2420.Bölge Sekreteri	Kulüp misafiri
Kenan TÜRKANTOS ve eşi	2420. Bölge 2. Grup Guv.Yrd.	Kulüp misafiri
Plamen TEODOSIEV ve eşi	Bulgaristan Cumhuriyeti Edirne Konsolosu	Kulüp misafiri
Kevork ANTONYAN ve eşi	Didimotiko RK Bşk.	Kulüp misafiri
Triantafyllos ENGINEER	Aleksandrapolis RK Bşk	Kulüp misafiri
Apostolos BOZACIDIS ve eşi	Orestiada RK Bşk	Kulüp misafiri
Dimitar KATCHULKOV	Pyrgos RK Bşk	Kulüp misafiri
Dobrev NIKOV ve eşi	Haskovo RK Bşk	Kulüp misafiri
Cevdet ADEM	Kırcali RK Bşk	Kulüp misafiri
Corci LOZEV	Sivilengrad RK GIDB	Kulüp misafiri
Osman KURAN	İşadamı	Kulüp misafiri
Medya mensupları		Kulüp misafiri

GELECEK HAFTANIN MUTLU GÜNLERİ

03 Şubat	Asiye BALTA	Doğum günü	
07 Şubat	Oğuz Kaan CEYLAN	Doğum günü	
08 Şubat	Nursu-Kenan KARAKUŞ	Evlilik yıldönümü	
09 Şubat	Neşide ALTUNTAŞ	Doğum günü	
09 Şubat	Nalan-Emre ÜLKÜMEN	Evlilik yıldönümü	KUTLARIZ

ATTENDANCE GETİRENLER

Kemal Karakuş **teşekkürler**.....

MAZERETLİ ÜYELERİMİZ

Ahmet Çelik , Emre Ülkümen , Hasan Altuntaş , İlhan Toksöz , Kaya Zeybekoğlu
(Mazeret bildirdikleri için teşekkürler)

DEVAM YUZDESİ : % 89 Teşekkürler

ÜMİT MIHLAYANLAR

1962 yılında Edirne'de doğdu. İlk ve orta öğrenimini Edirne'de tamamladı. Konya Selçuk Üniversitesi Jeodezi Fotogrametri bölümünden Harita Kadastro Mühendisi olarak mezun oldu. 1985 Şubat ayında Edirne Belediyesi Fen İşleri Müdürlüğünde Kontrol Mühendisi olarak göreve başladı. 1990 yılından bu yana serbest mühendis olarak çalışmaktadır. Şu anda Edirne Ticaret ve Sanayi Odası Yönetim Kurulu Başkanlığı görevini yürütmektedir. Eşi Esmâ hanımefendi ile 1994 yılında evlenen Ümit MIHLAYANLAR 13 yaşında Fethi Eren ve 5 yaşında Ezgi isminde iki çocuk babasıdır.

MUZAFFER MEMİŞ

1966 yılında Trabzon'da doğdu. İlk ve orta öğrenimini Trabzon'da tamamladı. İst. Üni. Cerrahpaşa Tıp Fakültesinden mezun oldu. Halen Edirne Devlet Hastanesinde Beyin Cerrahisi olarak çalışmaktadır. Eşi Prof.Dr. Dilek hanımefendi ile 1992 yılında evlenen Muzaffer MEMİŞ 13 yaşında İdil isminde bir kız babasıdır.

BÜLTEN

Tlf : 0 284 212 42 32

0 284 212 63 45

0 284 225 23 66

e-posta : tiryakin@ttmail.com

ceylansehad@hotmail.com

recayiaran@yahoo.com

ALTERNATİF TIP

Alternatif tıp veya tamamlayıcı tıp , daha çok geleneksel doğal bitkileri kullanarak elde edilen ilaçlarla tedavi etme yöntemidir. Çağdaş tıp biliminin hastalık sebepleri ve tedavisi konusunda somut verileri olmadığı, hasta için henüz mevcut objektif ve kanıtlanmış bir tedavi yöntemi olmadığına hasta isteğiyle başlanılabilen veya çağdaş tıp tedavilerini destekleyici olarak hastanın rahatlaması, bağışıklık sisteminin güçlenmesi, psikolojisinin düzelmesi amacıyla uygulanabilen tedavi yöntemidir. Alternatif eskinin yerine kullanılan anlamına da gelir, dolayısıyla bugünkü tıp eskinin yerine alternatiftir. Ayrıca bu günün tıbbı bütün eski tıbbı da bilir ve geçerliliğini sürdüren metodları hala uygular. Tıp, asırlar önce, bugün "alternatif tıp" olarak tanınan şekilde yapıyordu. Doktorlar, kendilerince hastalıkları muayene ediyor ve işe yarayabileceğini umduğu veya öğrendiği bitkiler, sular ve diğer meddelerle hastasını tedavi ediyordu. İnsanlığın bilgisi arttıkça ve yeni teşhis araçları (mikroskop, radyografi, manyetik rezonans, tomografi, elektron mikroskopisi, biyopsi, kan dışı idrar tahlilleri vb) buldukça hastalıklar ve bu hastalıkların tedavisinde kullanılan yöntemler daha kapsamlı olarak geliştirildi. Hastaya herhangi bir bitki yaprağı vermek yerine, fayda sağlayan etken maddeyi damıtıp ilaç haline getirildi. Etken maddelerin insan dokularında nasıl iyileşme yarattığını öğrenip, etken maddeden farklı, daha az yan etkisi olan ilaçlar sentezledi. Alternatif tıbbın savunucuları spesifik alternatif tedavilerin çok geniş bir alana yayılan tıbbi koşullarda tedavi edici etkilerinin olduğunu kabul etmektedirler. Bu terapilerin bazılarında Plasebo (Farmakolojik olarak etkisiz, fakat telkine dayalı ve plasebo etkisi olarak da bilinen tedavi etkisini ortaya çıkaran bir tür ilaçtır.) etkisinin olma ihtimalini kabul etseler bile bunun terapinin geçerliliğini tümüyle yok etmediğini belirtmektedirler. Buna mukabil bu terapilerin konvansiyonel tıbbi tedavilerin yerini almasına karşı güçlü bir itiraz da bulunmakta ve alternatif tedavilerin ancak konvansiyonel tıp yöntemleriyle birlikte ve tamamlayıcı olarak kullanılması gerektiği öne sürülmektedir. Bazı tamamlayıcı terapilerin acıyı azaltma ve hastanın ruh halini düzeltmekte olduğu da aynı makalede araştırmalardan alıntılarla belirtilmektedir. Belirli alternatif tıp tekniklerinin kanser tedavisi üzerindeki etkileri hakkında bazı bilimsel makalelerde kanıt bulunmadığı ifade edilirken, bazı araştırmaların hastaların psikosomatik olarak tedavilerinin hızlandığına dair kanıtlar bulduklarına dikkat çekilmektedir. Bazı çevreler çağdaş batı tıbbının karlılık esasıyla hareket eden büyük bir endüstri haline geldiğini doğal ve zararsız yöntemlerle hastayı iyileştirmek yerine onu birtakım zararlı yan etkileri bulunan ilaçların üzerinde test edildiği kobaylar gibi görüldüğü bir yapı olarak görmektedirler. Onlara göre çağdaş tıp "olgular" yerine "görüşlerin" hakim olduğu, bilimselliğin bir tür ruhbanlık biçimi gibi halka yönelik totaliter bir dayatmanın aracı haline getirildiği bir alandır. Çağdaş tıp bir süre önce bilimsel ve faydalı diye kabul ettiği bazı şeyleri daha sonra zararlı olduğunu söyleyebilmektedir. Bunların bazı örnekleri;

Yumurtanın yüksek kolesterole neden olan kötü bir yiyecek olduğu söylenirken son araştırmalarda tersinin doğru olduğu savunulmaya başlanmıştır.

- Margarinin tereyağından daha sağlıklı olduğu önceden savunulurken araştırmalar artık aksinin doğru olduğunu ileri sürmektedir.
- Daha önce bebeklerin doğal mamalarla beslenmesinin anne sütünden daha iyi olduğu düşünülürken artık belirli bir süreçte anne sütüyle beslenmenin çok önemli olduğu kabul edilmeye başlanmıştır.

Ayrıca konservatif tıbbın hem uzun vadeli hem de aşırı masraflı oluşu, sentetik ilaçların değişken yan etkilerinin oluşu vs. sebepler de alternatif tıp yöntemlerini seçmenin gerekçelerini oluşturmaktadır. Yerli kabilelerde bazılarının olumlu etkileri fitoterapi uzmanlarınca da tespit edilen bitkisel kök, yaprak vs. kullanımları, akupunktur gibi geleneksel bazı tedavi yöntemlerinin kimi rahatsızlıklarda konservatif tıba karşı ciddi bir seçenek olarak kullanılması yine örnek gösterilen olaylardan bazılarıdır.

Bazı Alternatif Tıp Yöntemleri

- Ayurveda Çigong
- Akupunktur Tui Na
- Geleneksel Anadolu Halk Hekimliği Yoga
- Herbalizm
- Hipertermi
- Siddha
- Unani
- Bitkisel tıp
- Geleneksel Moğol Tıbbı

YÜZYILLARDIR TEDAVİ AMAÇLI KULLANILAN BİTKİLER

Bitkiler yüzyıllardır tedavi amaçlı kullanılmakta idi. Son yıllarda özellikle yurtdışında büyük ilgi gören bitkilerle tedavi (fitoterapi) yöntemi yurdumuzda da önem kazanmıştır. **Ancak her derde deva olarak görülen bitkilerin bilinçli, yerinde ve doğru olarak kullanılması gerekmektedir.**

ADAÇAYI:

Mide ve bağırsak gazlarını giderir. Mide bulantısını keser. Hazım sisteminin düzenli çalışmasını sağlar. Göğsü yumuşatır. Astım hastaları için yararlıdır.

AVOKADO:

Çok kalorili olmasına rağmen içerdiği Glutathion süper bir hücre koruyucusudur, çünkü en iyi antioksidanttır. Antioksidantlar hücrelerin yaşlanmasını yavaşlatırlar ve kanseri önlerler. Tüm meyveler arasında protein bakımından en zengin olanıdır. Bol miktarda E vitamini de içerir. Bu vitamin kalp ve deriyi koruyarak dolaşımı düzene sokar. Ayrıca potasyum ve B6 vitamini de içerir. Kadınlar açısından çok gereklidir.

BAKLA:

İdrar yollarını temizler. Böbrek ağrılarını dindirir. Böbrek iltihaplarını giderir. Böbrek kum ve taşlarının düşürülmesine yardımcı olur.

BAMYA :

Halsizliğe karşı bire bir. 100 gram bamya günlük magnezyum (hücrelerin enerji depolamasına yarayan madde) ihtiyacımızın üçte birini ve yüzde 10'dan daha fazla miktarda ise günlük demir (akyuvarların vücut içinde oksijen taşımalarını sağlıyor) ihtiyacımızı karşılıyor.

BEZELYE:

Taze ve donmuş olarak kullanılabilen bezelye B1, C vitaminleri, protein, lif ve folik asit içerir. Sinir sisteminde sorunları olanlara tavsiye edilir.

BROKOLİ:

Kansere karşı bizi koruyan ve ömrümüzü uzatan müthiş bir sebze. Çok miktarda kalsiyum içerdiği için kemik erimesine birebir. Mineral ve demir eksikliğini gideren brokoli, vitamin deposudur. Brokoli tutkunlarında ender olarak bağırsak ve akciğer kanseri görülür, kalp dolaşım hastalıklarına da pek fazla rastlanmaz. Kadınlarda göğüs kanserini önler. Göğüs kanserine ve spinabifida hastalığına karşı etkili. Brokoli bol miktarda, göğüs kanseri riskini azaltan 'indole' adlı bir madde içeriyor. İndole, göğüs kanserine neden olan östrojen bozukluklarını engelliyor. Ayrıca brokolinin diğer bir özelliği de, spinabifida hastalığını (doğuştan belkemiğinde son omurun kapanmamış olması) önlemesi.

CEVİZ :

Yaprakları ve kabuklarıyla hazırlanan ilaçlar kanı temizler, kansızlığı giderir. İshal ve dizanteriyi keser. Verem ve şeker hastalığında hem besleyici, hem de tedavi edicidir. Saç ve elleri boyamakta da kullanılır. Bitki bilimcilere göre bol miktarda A, B1, B2, C, E ve K vitaminleri ile Chinon Juglon adlı aktif madde içeren cevizin hem içi, hem ağacının kabukları hem de yaprakları pek çok sağlık sorununa iyi geliyor. Her sabah kahvaltıda bir miktar ceviz içi yenmesinin zekayı geliştirdiğini belirten uzmanlar, yeşil ceviz meyvelerinin kabukları kaynatılarak içildiğinde erkeklerde cinsel gücü artırdığını belirtti.

DOMATES:

Kanserden koruyucu ve yaşlanmayı zihinsel ve bedensel olarak yavaşlatıcı bir sebze. C ve E vitaminleri içerir. Domates zengin bir potasyum kaynağıdır ve çok az miktarda tuz bulunur. Yüksek kan basıncını düşürmeye yardımcı olur ve vücudun su tutmasını engeller. Kalp hastalıklarına ve prostat kanserine karşı etkili. 'Beta karotin'e yakın olan likopen içeriyor. Likopen vücudu kalp hastalıklarına karşı koruyan maddeler arasında yer alıyor. Araştırmalar domatesin prostat kanseri riskini azalttığını gösterdi. Haftada en az iki kez domates yiyen erkeklerin, diğerlerine oranla prostat kanserine yakalanma riskleri az.

ELMA:

Günde bir elma yemek doktoru evinizden uzak tutar. İki elma yerseniz, kalp ve dolaşım sorunlarına karşı korunmuş olursunuz. Kolesterolü yok eder ve kabızlığı önler. Sindirimi kolaylaştırır. Kokusu rahatlatır ve kan basıncını düşürür. Artrit, romatizma ve gut hastalıklarına karşı da yararlıdır.

ENGİNAR:

Kandaki üre ve kolesterolü düşürür. İdrar söktürür. Kandaki şeker miktarını ayarlar. Damar sertliği ve kalp hastalıklarını önler. Böbrekteki kumların dökülmesine yardımcı olur. Prostat, meme ve rahim ağzı kanserine karşı iyi gelir.

SARIMSAK (Allium Sativum)

Antibiyotik, antiseptik, expektoran (balgam söktürücü), diüretik (İdrar söktürücü), tansiyon düşürücü, kanı sulandırıcı, kolesterol düşürücü, parazit düşürücü, bakteri öldürücü, teri arttırıcı özellikleri vardır. Nefes darlığı, yüksek tansiyon, varis, bronşit, grip, astım, barsak parazitlerinde kullanılır. Antibiyotiğe dirençli bakterileride yok ettiği, mesane kanserinde etkili olduğu bildirilmiştir