



EDİRNE ROTARY KULÜBÜ 1977

2011 - 2012

Kalyan BANERJEE (UR Bşk.)

Fatih R SARAÇOĞLU (2420.Böl.Guv.)

Erdal ATAÖZDEN (13.Grup.Guv.Yrd.)

Tarih: 02.07.2011

Toplantı No: 1700

Bülten No: 1325

Kuruluş: Mart 1977

Charter : Mart 1980

ÜYELERE DUYURUDUR

BAŞKANIN MEKTUBU

MERHABA SEVGİLİ DOSTLARIM,

Ramazan ayının hepimize hayırlı olmasını diliyorum.

Geçtiğimiz hafta içinde Governörümüz Fatih Recep SARACOĞLU tarafından gönderilen iki mesaj aldım. İlk mesajında 13.grup kulüpleri olarak 12 temmuzda yaptığımız ortak toplantıda gerek katılımın yüksek olması gerekse başarılı bir organizasyona ev sahipliği yaptığımızdan dolayı kulübümüz ve Mimar Sinan Rotary kulübüne teşekkür ettiğini belirtmektedir. İkinci mesajında ise Ramazan ayına girmemiz dolayısı ile iyi dilek ve temennilerde bulunmaktadır.

Sevgili dostlarım, 31 temmuz Pazar günü, Beşiktaş Rotary kulübü tarafından düzenlenen gençlik değişim programı kapsamında şehrimize gezi amacıyla gelen bir grup öğrenciyi ağırladık. Sevgili Serhat CEYLAN, Mehmet EREN ve Reşat AYAN misafirperverlik göstererek misafirlerimize kaldıkları süre boyunca yardımlarını esirgemediler. Grup son derece memnun ayrıldı. Dostlarıma teşekkür ederim.

Sizlere 16 Ağustosta yapılacak Kulüp toplantımızın Erikli’de birlikte gerçekleştireceğimizi tekrar hatırlatmak isterim. Tüm dostlarımin katılım konusunda Halil ALTUĞ’u mümkün olduğunca erkenden bilgilendirmesini istiyorum. Kulüp toplantımıza Guv. Yardımcımız Erdal Ataözden eşi ile katılabileceğini belirtti . Ayrıca 16 Ağustos’ta gün içinde öğlen saatlerinden itibaren Prof. Dr. Engin Beksaç, Saroz bölgesinde tarihi alanları ve kalıntıları tanıtacak ve yapılacak bir gezi programı ile bizlerin, bölgemizin uzak tarihine yakından bakmamızı sağlayacak. Bu gezinin çok keyifli olacağını düşünüyorum.

Hepinize Sağlıklı ve mutlu hafta diliyorum..

Muzaffer MEMİŞ

<u>MİSAFİRİMİZ</u> :	Utku GÜMÜŞDERE	Muzaffer MEMİŞ Misafiri
	Gükan KÖMÜRCÜ	Muzaffer MEMİŞ Misafiri
	Armağan AYAN	Halil ALTUĞ Misafiri
<u>MAZERETLİ ÜYELERİMİZ</u> :	Bülent EGELİ – Cevat GÜLER – Şükrü CİRAVOĞLU	
<u>ARAMIZDA GÖREMEDİĞİMİZ</u> :	Demirkan ÇAĞLAYAN– Hasan ALTUNTAŞ – İsmet AÇIKGÖZ – Kaya ZEYBEKOĞLU	
	Kemal KARAKUŞ – Oktay ALEMDAR – Recayi ARAN	
<u>DEVAM DURUMU</u> :	56.52	
<u>MUTLU GÜNLERİMİZ</u> :	02 AĞUSTOS Efehan EGELİ	Doğum Günü
	05 AĞUSTOS Ayten-İrfan KIZANLIK	Evlilik Yıldönümü
	05 AĞUSTOS Cevat GÜLER	Doğum Günü
	05 AĞUSTOS Fethi Eren MIHLAYANLAR	Doğum Günü KUTLARIZ.....

Önümüzdeki hafta toplantımız: **09.Ağustos.2011 Salı Saat 20.00 da ROTARY EVİ** nde

Başkan : Muzaffer MEMİŞ

Üye : Cengiz TUĞLU

Bülten irtibat : Faruk ETKER

Sekreter : Halil ALTUĞ

Geç.D.B. : Serhad CEYLAN

Tel: (284) 225 25 10 - 213 25 13 edirnerotary@gmail.com - www.edirnerotary.com

Sayman : Reşat AYAN

MUHENDISLIK COZUM URETMEKTIR

1) Üç işletmeci ve üç mühendis iş icabı trenle bir seyahate çıkacaklardır.

Tren garında 3 işletmeci 3 bilet aldığı halde, mühendisler yalnızca 1 tane alırlar.

İşletmeciler bunun sebebini sorduklarında, "Bekleyin ve görün" derler.

Trene binerler, bir süre sonra üç mühendis kalkıp beraberce tuvalete gider.

Kondüktör gelir, üç işletmeciden üç bileti aldıktan sonra tuvaletin kapısını çalar, "Biletiniz lütfen" der. Mühendislerden biri eliyle bileti dışarı uzatır.

İşletmeciler de bunu görürler. Artık taktiği kapmışlardır.

Dönüş zamanı gelmiştir, yine gardadırlar.

İşletmeciler gidip bir bilet alırlar.

Bakarlar ki mühendisler bu sefer hiç bilet almıyor, şaşkınlıkla yine sebebini sorarlar, "Bekleyin ve görün" der yine mühendisler.

Yolculuk baslar.

İşletmeciler beraberce kalkıp tuvalete giderler, ardından da mühendisler de karşısındaki tuvalete.

Kondüktörün gelmesine yakın, mühendislerden biri dışarı çıkar, karşıdaki tuvaletin kapısını tıklatıp "Biletiniz lütfen" der.

Acılan kapıdan bir el bileti uzatır.

Bileti alan mühendis diğer tuvalete geri girer.

2) Adamın biri bir gün yolda giderken bir kurbağa görür ve kurbağa dile gelir

- Ben aslında bir insanım, eğer beni bir kere öpersen çok güzel bir prenses haline gelirim"

Adam kurbağayı eline alır ve cebine koyar.

Kurbağa tekrar dile gelir

- Eğer beni öpersen çok güzel bir prenses olacağım, ve seninle 1 hafta kalmaya razıyım.

Adam kurbağayı cebinden çıkarır, şöyle bir bakar ve gülümseyerek yeniden cebine koyar.

Kurbağa yalvarmaya baslar

- Eğer beni öper ve güzel bir prenses haline çevirirsen seninle bir hafta kalırım ve istediğin her şeyi yaparım.

Adam tekrar kurbağayı çıkarır, şöyle bir bakar ve gülümseyerek cebine koyar .

Sonunda kurbağa dayanamaz:

- Senin neyin var? Sana çok güzel bir prenses olduğumu ve beni öpersen 1 hafta seninle kalıp istediğin her şeyi yapacağımı söyledim. Neden beni öpmüyorsun?

Sonunda adam konuşur:

- Bak, ben bir mühendisim. Kızlarla uğraşacak vaktim yok, fakat konuşan bir kurbağa çok ilginç geliyor.

3) Büyük bir şirketin üst düzey yöneticilerinden biri, bir gün New York üzerinde balonla dolaşmaya çıkar.

Aksilik bu ya, pusulasını aşağıya düşürür ve kaybolur.

İnmek için uygun bir yer ararken, bir gökdelenin tepesinde sigara içen bir adam görür ve alçalır.

- "Pardon. Ben neredeyim acaba?" diye sorar.

- "Yerden 500 feet yükseklikte bir balonun içindesin" der adam.

Yönetici sinirlenir:

- "Sen mühendissin değil mi?" diye sorar.

- "Evet." der adam. "Nereden bildin?"

- "Çünkü başım belada ve sana bir soru soruyorum. Verdiğin cevap 100% doğru, fakat hiç bir isime yaramıyor."

- "Sen de yöneticisin değil mi?"

- "Evet sen nereden bildin?"

- "Çünkü yerden 500 feet yükseklikte bir balonun içinde kaybolmuşsun. Pusulan yok, berbat durumdasın. Fakat bu şimdi benim suçum oldu."

4) Bir rahip, bir doktor ve bir mühendis golf sahasının boşalmasını beklemektedirler.

Mühendis: -"Bu adamlar ne yapıyor böyle, 15 dakikadır bitirmelerini bekliyoruz."

Doktor: -"Bilmiyorum ama hiç böyle bir saçmalık görmedim."

Rahip: -"İşte görevli geliyor, onunla konuşalım."

Rahip: -"Merhaba, su anda sahada olan grup ne zaman çıkacak, neden bu kadar yavaşlar?"

Görevli: -"Evet onlar kör itfaiyeciler. Kulübümüzde geçen sene çıkan yangında gözlerini kaybettiler. Bu yüzden istedikleri zaman burada ücretsiz oynamalarına izin verildi.

Rahip: -"Ne kadar üzücü, bu aksam onlar için dua edeceğim."

Doktor: -"Çok güzel bir fikir, ben de hastanedeki doktor arkadaşlarla konuşup onlar için bir şeyler yapabilir miyiz diye bakacağım."

Mühendis: -"Bu adamlar neden geceleri oynamıyorlar? "

Şifalı yağlar

Melisa yağı: Sinir gerginliği ve strese yatıştırıcı, midevi, gaz söktürücü, nefes darlığı, astımda ve romatizmada antiseptik etkisi ile tedaviye yardımcı olarak kullanıldığı bilinmektedir.

Kullanımı: Dâhilen, günde 3 bir fincan suya 3-4 damla damlatılarak içilmesi; haricen, banyo suyuna damlatılarak kullanılması da tavsiye edilir.

Menekşe yağı: Cildi yumuşatıcı, saçları canlandırıcı ve besleyici, deri hastalıklarına karşı etkisi olduğu bilinmektedir.

Kullanılışı: Haricen, cilde masaj ile saçlara friksiyon yapılarak kullanılması tavsiye edilir.

Mersin yağı: antiseptik, kan kesici ve yatıştırıcı, nefes açıcı özelliği ile bronşitte, gerginliğe uykusuzlukta sportif incelemelerde ve adale kuvvetlendirmede kullanıldığı bilinmektedir. Dâhilen yüksek miktarda alınmamalıdır.

Kullanımı: Dâhilen, günde bir bardak suya 1-2 damla damlatılarak içilmelidir. Dâhilen, cilde masaj şeklinde sürülerek kullanılması tavsiye edilir.

Nane yağı: Mide bulantılarını kesici, gaz söktürücü, hazmı kolaylaştırıcı, sinirleri kuvvetlendirici, migren ve sinirsel baş ağrılarında rahatlatıcı, sinüsleri açıcı özelliği olduğu bilinmektedir.

Kullanımı: Dâhilen günde 3 defa bir şeker parçasının üzerine veya bir fincan suya 4-5 damla damlatılarak içilmelidir. Haricen cilde masaj şeklinde uygulanması gerekir.

Okaliptüs yağı: Antiseptik ve balgam söktürücü, soğuk algınlığı ve sinüsleri açıcı, ateş düşürücü ve romatizma rahatsızlıklarına karşı etkisi olduğu bilinmektedir.

Kullanılışı: Haricen cilde masaj şeklinde veya buğu yapılarak kullanılması tavsiye edilmektedir.

Papatya yağı: ağrı kesici cildi besleyici ve yara iyi edici, boğaz iltihaplarına ve güneş yanıklarına karşı etkisi olduğu bilinmektedir.

Kullanımı: haricen cilde masaj şeklinde sürülerek; dâhilen bir fincan suya 4-5 damla damlatıp, gargara yapılarak kullanılması tavsiye edilmektedir.

Peleseng yağı: Romatizma ağrılarında kullanılabilir.

Kullanılışı: Haricen cilde masaj şeklinde sürülerek uygulanması tavsiye edilmektedir.

Portakal yağı: Romatizma rahatsızlıklarında, hazımsızlık, cildi sıkılaştırıcı sivilce ve akne kurutucu kan dolaşımını düzenleyici sinirleri yatıştırıcı ve antiseptik özelliği olduğu bilinmektedir.

Kullanımı: Dâhilen günde 3 defa 1 fincan suya 4-5 damla damlatıp içilerek; haricen cilde masaj şeklinde uygulanması tavsiye edilir.

Rezene uçucu yağı: midevi, gaz söktürücü, şişkinlik ve hazımsızlık giderici, yara iyi edici ve cildi besleyici özelliği olduğu bilinmektedir.

Kullanımı: 1 fincan suya 6-7 damla damlatıp içilerek, haricen yara üzerine sürülerek kullanılması tavsiye edilir.

Saf zeytinyağı: Dâhilen müshil ve safra sökücü, haricen yatıştırıcı, yumuşatıcı, saçları besleyici ve güçlendirici, cildi canlandırıcı olarak kullanılabilir.

Kullanımı: harice, vücuda masaj şeklinde saçlara friksiyon uygulanarak yapılarak sürülmesi; Dâhilen aç karnına 1-2 çorba kaşığı alınması tavsiye edilir.

Sarımsak yağı: Mikrop öldürücü, hazmı kolaylaştırıcı, iştah açıcı, tansiyonu düşürücü ve antiseptik olarak kullanılabilir.

Kullanımı: dâhilen bir fincan suya 4-5 damla damlatıp içilerek haricen cilde masaj şeklinde sürülerek kullanılması tavsiye edilir.

Sarımsak yağı: haricen yara çıban sivilce yanık ve yanık ağrılarında, dâhilen kabızlıkta bağırsak etkili müshil etkili olduğu bilinmektedir.

Sedir ağacı yağı: vücuda masaj yaparak sürülür. Meme kanserine faydalı olduğu görünmüştür.

Kullanımı: dâhilen bir çay bardağı suya 5-6 damla damlatıp içilmesi tavsiye edilmektedir.

Soya yağı: kolesterolü düşürür. Omega 3 ve omega yağ asidi bakımından zengindir.

Kullanımı: dâhilen bir çay bardağı suya 5-6 damla damlatıp içilmesi tavsiye edilmektedir.

Susam yağı: dâhilen müshil haricen cildi besleyici, kirpik, kaş ve saçları besleyici etkileri olduğu bilinmektedir.

Kullanımı: dâhilen aç karnına 1 çorba kaşığı içilerek; haricen masaj şeklinde sürülerek kullanılması tavsiye edilmektedir.

Tarcın yağı: kabızlık giderici gaz söktürücü ve antiseptik özelliği olduğu bilinmektedir. Koku verici olarak da kullanılır.

Kullanımı: dâhilen 1 fincan suya veya 1 parça şekere 4-5 damla damlatıp içilerek; haricen kaşıntı ve haşere sokmalarına karşı sürülerek; kullanılması tavsiye edilir.

Banyo için kullanılacak bitkisel yağlar nelerdir

Adaçayı, ardıç yağı, bergamot yağı, biberiye yağı, defne uçucu yağı, gül yağı, lavanta yağı, limon yağı, menekşe yağı, melisa yağı, okaliptüs yağı ve rezene yağı banyo yaparken kullanabileceğiniz bitkisel yağlardır.

Kullanımı: banyo suyunuza 10-12 damla katılarak durulanma işlemini gerçekleştirirken ılık su ile tavsiye edilir.

Bronzlaşmak için kullanılacak yağlar nelerdir hangi yağ ne işe yarar

Badem yağı, havuç yağı, ceviz yağı, kakao yağı, fındık yağı ve kayısı yağı bronzlaşmak için kullanılacak mükemmel doğal ürünlerdir. Bronzlaşmak ile kalmayıp cildinizi besleyerek ona yeni bir görünüme kavuşmasını sağlayabilirsiniz.

Kullanımı: Bu yağları birbirleriyle karıştırılarak kullanılır. Yukarıda bahsettiğimiz gibi cildin ihtiyacı olan besinleri mevcut bu doğal yağlar ile sağlayabilirsiniz. Hatta uzun süre kalıcı olan bir bronzlaşma taktiği sizler için vereyim. Yapmanız gereken birkaç havucu rendeleyerek bir kavanoza koyun üzerine badem yağı kakao yağı ve birkaç çubuk tarcın ekleyin. Bir hafta boyunca güneşe bırakın. Daha sonra karışımı süzerek kullanabilirsiniz elde edeceğimiz karışım bronzlaşmak için aldığımız kremlerde çok daha faydalıdır.

Vanilya yağı: Midevi, uyarıcı, cinsel gücü artırıcı olarak kullanılabilir. Masaj şeklinde kullanımı vücuda rahatlatıcı etki gösterebilir. Esans olarak da kullanmak mümkündür.

Kullanımı: Dâhilen günde üç defa bir fincan suya 3-4 damla damlatılıp içilerek; haricen cilde masaj yaparak kullanılması tavsiye edilir.

Zambak yağı: Vücut ağrılarını dinlendirici, romatizmada, sivilcelerde ve selülitte kullanıldığı bilinmektedir. Koku verici (esans) olarak da kullanılabilir.

Kullanımı: Haricen vücuda masaj şeklinde uygulanması tavsiye edilir.

Zencefil yağı: Bahar banyosu soğuk algınlı, nezle ve halsizliklerde; romatizma eklem ve adale ağrılarında masaj yapılarak; dâhilen yatıştırıcı ve gaz söktürücü etkileri olduğu bilinmektedir.

Kullanımı: Bir fincan suya 3-4 damla damlatılıp içilerek; haricen cilde masaj yapılarak veya banyo suyuna katılarak kullanılması tavsiye edilmektedir.

Karabiber yağı: Hazmı kolaylaştırıcı iştah açıcı, gaz söktürücü, öksürük kesici, romatizma ve kramplarda etkili olduğu ifade edilmektedir.

Kullanımı: Dâhilen bir fincan suya 3-4 damla damlatılıp içilerek; haricen cilde sürülerek kullanılması tavsiye edilmektedir.

Kekik yağı: Üst solunum yolları rahatsızlıkları, safra arttırıcı kurt düşürücü, yara ve yanıklarda antiseptik olarak romatizma rahatsızlıklar da ağrı kesici olarak kullanıldığı bilinmektedir.

KULLANIMI: haricen, cilde masaj yapılarak; Dâhilen, bir fincan suya veya şeker üzerine 2-3 damla damlatılarak kullanılması tavsiye edilmektedir. Dâhilen kullanımda yüksek tansiyonu olanlar dikkatli kullanmalıdır.

Keten yağı: mide ağrılarını ve kabızlığı giderici, hazmı kolaylaştırıcı, kolesterol düşürücü, sindirim sistemi iltihapları ve tahrişlerinde etkili olduğu bilinmektedir.

Kullanımı: Dâhilen, günde 3 defa bir fincan suya bir çay kaşığı karıştırılıp içilmesi; haricen, bire bir tatlı badem yağı ile karıştırılıp cilde masaj yapılması tavsiye edilmektedir.

Havuç yağı: bileşiminde A ve B kompleks vitaminleri ile %9 karoten olması nedeni ile cilt kırısklığını önlemekte, güneş ışınlarına karşı bağıskıklığı arttırmada etkisi olduğubilinmektedir. Hücre yenileyici idrar attırıcı kanı temizleyici ve kan yapıcı özelliği ile tedaviye yardımcı olarak kullanılabilir. Güneşlenmede bronzlaşmayı kolaylaştırıcı olarak da kullanılabilir.

Kullanımı: dâhilen bir fincan suya 3-4 damla damlatılarak; haricen cilde masaj şeklinde sürülerek kullanılması tavsiye edilmektedir.

Gliserin: Cildi besleyici ve yumuşatıcı el ve ayaklarda ki çatlakları giderme özelliği bilinmektedir.

Kullanımı: Haricen cilde masaj yapılarak kullanılması tavsiye edilir.

Greyfurt yağı: Soğuk algınlığı öksürük baş ağrısı ve halsizliklerde kullanılır. Yağlı ciltlerde cilt temizleyicisi olarak da kullanılabilir.

Kullanımı: Dâhilen bir çay bardağı suya 5-6 damla damlatılıp içilmesi tavsiye edilmektedir.

Gül yağı: Cilde canlılık verici özelliği olduğu bilinmektedir. Alerjik ciltler ve açık yaralarda, doğum lekelerini gidermek de destekleyici olarak kullanılabilir.

Kullanımı: Haricen cilde masaj şeklinde sürülerek kullanılması tavsiye edilmektedir.

Hardal yağı: Romatizma ve kireçlenmede yardımcı olarak kullanılabilir.

Kullanımı: Haricen cilde masaj şeklinde sürülerek kullanılması tavsiye edilmektedir.

Haşhaş yağı: Eczacılık da bazı preparatların hazırlanmasında, yağlı boya tablolar da katkı maddesi olarak kullanılabilir.

Hindistan cevizi yağı: Saç dökülmesinde eklem ve kas ağrılarında romatizmada, Hazımsızlıkta, bulantı ve kusmalarda tedaviye yardımcı olarak kullanılması tavsiye edilir. Gebelikte kullanılmamalıdır.

Kullanımı: dâhilen günde 3 defa bir fincan suya 3-4 damla damlatılarak; haricen cilde masaj şeklinde sürülerek kullanılması tavsiye edilir.

Hint yağı: İnce bağırsak üzerinde etki gösteren ve tahriş yapmayan bir müshil olduğu bilinmektedir. Saç bakımı ve cildi yumuşatıcı olarak da kullanılabilir.

Kullanımı: Dâhilen 30-40 gram Hint yağı meyve suyu içine karıştırılarak haricen saç diplerine veya cilde masaj şeklinde kullanılması tavsiye edilmektedir.

Isırgan tohumu yağı: Romatizmal ağrılarda saç dökülmesinde kan temizlemede ve hücre yenileyici özelliği olduğu bilinmektedir.

Kullanımı: Dâhilen günde 2 defa bir fincan suya 8-10 damla damlatılarak haricen cilde masaj yapılarak kullanılması tavsiye edilmektedir.

Jojoba yağı: Yıpranmış ciltlerde sivilcelerde egzama ve selülitlerde saçların güçlendirilmesinde ve kepeklenmeyi önlemekte tedaviye yardımcı olarak kullanılabilir.

Kullanımı: Haricen cilde masaj yapılarak saç tiplerine friksiyon yapılarak kullanılabilir.

Kabak çekirdeği yağı: Prostat büyümesini yavaşlattığı kolesterolü düşürdüğü bilinmektedir. İçerinde bulunan E vitamini sayesinde cildi sıkılaştırıcı ve yumuşatıcı olarak da kullanılabilir.

Kullanımı: Haricen cilde masaj şeklinde sürülerek kullanılması dâhilen günde 1 tatlı kaşığı içilmesi tavsiye edilmektedir.

Kakao yağı: Güneş yağlarında bronzlaşmaya yardımcı olarak kullanılabilir. Doğum öncesi ve sonrası cildi yumuşatıcı olarak kullanılabilir.

Kullanımı: Haricen cilde masaj şeklinde uygulanması tavsiye edilir.

Kantaron yağı: Vücudu kuvvetlendirici mide ağrılarını dindirici yara ve yanıkları iyileştirici ve antiseptik özelliği olduğu bilinmektedir.

Kullanımı: Dâhilen günde bir çorba kaşığı içilerek haricen yara ve yanık üzerine sürülerek kullanılması tavsiye edilmektedir.

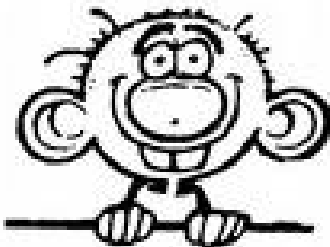
Karabaş yağı: Damar sertliğinde bağlam söktürücü yara iyi edici ağrı kesici, öksürük kesici kalbi kuvvetlendirici stres ve gerginlikte tedaviye yardımcı olarak kullanılabilir.

Kullanımı: dâhilen günde bir fincan suya iki üç damla damlatılarak haricen cilde masaj şeklinde sürülerek kullanılması tavsiye edilmektedir.

Karanfil yağı:

Agiz ve mide kokularını gidermeye yardımcı olur. Sinirleri uyusturur. Antiseptik ve ağrı kesici olarak kullanılabilir. Dis ağrılarında etkili olup, dis eti çekilmesi ve iltihabına kullanılması tavsiye edilir. Haşereleri kovmaya yardımcı olur.

KULLANILISI: Dahilen; 1 fincan suya 1-2 damla damlatılarak içilir. Dis ağrılarında pamuk üzerine damlatılarak dis üzerine tatbik edilir. (Karanfil Yağı, cilde sürülmemelidir.)



AVANAK AVNİ