



Haber Vizyon

Nisan 2004
Sayı:3



Tecrübelerimiz, başarınızın garantisidir

Şirketimizden Haberler...

Üniversite Sanayi İşbirliklerimiz!

Üniversite-Sanayi İşbirliği kapsamında; işbirliklerinin geliştirilmesi ve "Yönetici Geliştirme Programının" zenginleştirilmesi amacıyla, 16 Mart 2004 tarihinde, Yıldız Teknik Üniversitesi Kimya Mühendisliği Bölümü Öğretim Üyeleri ile fabrikamızda bir toplantı yapılmıştır. Katılımcılara fabrikamız tanıtılmış ve çalışmalarımız hakkında bilgi sunulmuştur.

Üniversitelerimizde teorik olarak mesleki eğitim alan ve geleceğin yönetici adayı olan öğrencilere fabrika ortamında da işletme tecrübesi kazandırılmasının amaçlandığı programın ilk aşamasında Kimya, Çevre ve Endüstri Mühendisliği bölümlerinin yer alması hedeflenmektedir.

Ayrıca, Boğaziçi Üniversitesi Kimya Mühendisliği Bölümü Öğretim Üyesi Prof. Dr. Öner Hortaçsu ile iki öğrencisi, "İşletmelerde Risk Analizi" konulu bitirme projesi kapsamında araştırma yapmak üzere, 11.03.2004 tarihinde fabrikamızı ziyaret ederek, işyerimizde yapılan çalışmalar hakkında bilgi almışlardır.

Fabrikamızın Genç Ziyaretçileri!

Genellikle üniversite öğrencilerinin toplu olarak ziyaret ettikleri fabrikamızda, bu kez lise öğrencileri konuştumuz oldu.

Fahrettin Kerim Gökay Anadolu Lisesi'nden 30 Kişilik bir öğrenci grubu 09.03.2004 tarihinde fabrikamızı ziyaret etmiştir. Öğrencilerimize, öncelikle fabrika içinde uymaları gereken kurallar ve teknik emniyet önlemleri hakkında bilgi verilerek, üretim, kalite kontrol laboratuvarı faaliyetleri ve çevre korumaya yönelik çalışmalarımız yerinde gösterilmiştir.



Mutluyuz, çünkü çocuklarımız mutlu!

Okulumuzun Bilgisayar Laboratuvarı Projesi tamamlandı!

2004 yılı Projelerimiz arasında yer alan; ÇEVREM İlköğretim okulumuza bilgisayar laboratuvarı kurulması projesini gerçekleştirmiş olmanın mutluluğunu yaşamaktayız.

Mart ayı içinde okulumuza 15 adet bilgisayar temin edilmiş olup, her öğrenciye bilgisayar eğitimi verme imkanı sağlanmıştır. Bundan böyle her öğrenci, bilgisayarla çalışabilecektir.

Diğer bir projemiz olan voleybol ve basketbol sahası yaptırılması çalışmaları da hız kazanmış olup, 19 Mayıs tarihinde çocuklarımızın faaliyetleri için kullanılabilir hale getirilecektir.



Özdeğerlendirme

Mükemmellik Yolunda Önemli Bir Adım: Özdeğerlendirme



Toplam Kalite Yönetimi (TKY) çalışmalarımız kapsamında, şirketimizin sürdürdüğü faaliyetlerde daima en iyiye ulaşma ilkesini destekleyecek uygulamaları hayata geçirmek için çaba sarfediyoruz. Dergimizin bu sayısında, sürekli gelişme felsefesini temel alan TKY'nin en önemli basamaklarından birisi olan 'Özdeğerlendirme' hakkında bilgiler yer alıyor.

Her işin başında, nerede olduğunu bilmek önem taşır. Hayatta hangi konuyu ele alırsak alalım, ilk önce farketmemek de bir değerlendirme yaparız. Alışverişe gitmeden önce neyimiz eksik diye mutfağı bir gözden geçiririz, daha sonra pazarda en beğendiğimiz sebzeyi alırsak. Evimize mobilya almadan önce mağazaları dolaşıp fikir ediniriz, dekorasyon zevkimize hitap eden ve hem bütçemize, hem de evimize en uygun mobilyaları seçeriz. Yaptığımız işi geliştirmek için izlediğimiz yolun başında da farklı bir yöntem uygulamıyoruz aslında! Önce işlerimizi nasıl yaptığımızı inceliyor, sonra neyimiz eksikse gidermeye, neyimizin iyileşmeye ihtiyacı varsa öncelikli olarak onu geliştirmeye çalışıyoruz.

Tek tek hepimizin sahip olduğu bu olumlu düşünceleri bir araya getirirsek ve 'iyileştirme işini tüm şirketimiz için yapacağız' dersek, ulaşacağımız nokta 'Özdeğerlendirme' olur. Adından da anlaşılacağı gibi, bu uygulama sadece kendi şirketimize, kendi işimize, bir yerde kendi çalışmalarımıza ve neticede bize yöneliktir. Günlük hayatta süregelen yoğun işlerimize kısa bir ara verip 'Nasıl daha iyi yapabiliriz?' ya da 'Biz de bunu yapabiliriz!' dediğimizde çok önemli olan ilk adımı atmış oluruz. İkinci adımda ise bize rehberlik edecek bir modele ihtiyacımız vardır.

Ülkemizde TKY'nin yaygınlaşması, Türk Endüstrisi'nin dünya çapında kalite seviyesine ulaşması ve rekabet edebilmesi amacıyla çalışmalarını sürdüren KalDer'in benimsediği model, Avrupa Kalite Yönetimi Vakfı (EFQM) tarafından yayınlanan 'Mükemmellik Modeli'dir. Şirketimizde de 2003 yılı sonlarında eğitimi alınan bu model ile, mükemmel bir kuruluş olmak için izlenmesi gereken yol belirlenmekte ve iyileşmeye açık yönler üzerinde odaklanma sağlanmaktadır.

Avrupa'daki şirketlerin büyük kısmında kullanılan bu modelin benzerleri, Amerika ve Japonya'da da mevcuttur. Temelde aynı yaklaşımı sergileyen modeller içinde KalDer tarafından EFQM Mükemmellik Modeli'nin seçilmiş olması, hem coğrafi konumumuz, hem ticari ilişkilerimiz, hem de ülke olarak Avrupa Birliği için çalışmalarını sürdürdüğümüz bu dönem dikkate alınırsa daha net anlaşılacaktır.

Elbette 'Özdeğerlendirme' tek başına büyük katkı sağlayamaz. Önemli olan, bu faaliyeti gerçekleştirdikten sonra belirlenen hususları ciddiyetle ele almak ve bir iyileştirme planı hazırlayarak, bulguları değerlendirmektir. Doğal olarak iyileştirme çalışmaları bir öncelik sırasına konacaktır. İçinde bulunduğumuz güncel koşullar dikkate alındığında, bazı iyileştirmelerin belki 3-4 seneye yayılması muhtemel ve beklenen bir olgudur.

Genellikle senede bir kez uygulanan 'Özdeğerlendirme' çalışması sırasında, şirket içinden bu eğitimi almış ya da katkı sağlayabilecek kişilerden proje takımları oluşturulur. Bu takımlar belirli bir süre zarfında ve belirlenen yöntemle uygun olarak çalışmalarını sonuçlandırır ve öneriler getirirler. Çıkan neticelerin, sadece iyileştirmeye yönelik alanları değil, şirketimizin çok iyi olduğu alanları, kalite değişimi ile, güçlü yönlerimizi görmek açısından da büyük faydası vardır. Çoğu kez iyi olduğumuz alanları görmez geçeri; halbuki mükemmellik yolunda nerede olduğumuzu belirlerken buna da ihtiyacımız olur.

Mart-Mayıs 2004 içerisinde, şirketimizde ilk kez gerçekleştireceğimiz özdeğerlendirme çalışması hakkında özetle bilgiler aktarmaya çalıştım. Yazımı günümüz kalite büyüklerinden birinin sözüyle noktalamak istiyorum; "Toplam Kalite şirketi küresel çerçevede rekabet edebilir, çünkü yalnızca en iyiye yetindir." - Greg Hutchins.

Koray Alpaslan

Kaynak:

EQM Mükemmellik Modeli 2003 - KalDer, 2003

Özdeğerlendirme Yöntemleri ve Uygulama Rehberi - KalDer, 2001

Kaliteli Sözler - Helio Gomes, Sistem Yayıncılık, 2002



İş Hayatı ve Stres



Çalışma hayatımızda yaşanan olumsuzluklara karşı oluşan stres kaçınılmazdır. İş ortamının yarattığı rahatsızlıklar, yüksek tempolu ve ağır işlerin ardından yeterli dinlenememek, üstlenilebileceğinden daha fazla sorumluluk altına girmek, iş arkadaşları ile iletişim kuramamak, kariyer, tayin, kıdem konularındaki kaygılar, sağlıksız çalışma ortamları, gürültü, hava kirliliği gibi unsurlar, çalışanlarda strese neden olabilir. Farklı meslek grupları farklı stres belirtileri ile karşı karşıya kalırlar. Çalışma hayatında stresin gruplaştırılmasında en önemli etken olarak işin niteliği gösterilebilir. Bazı işler kişiler üzerinde daha az baskı oluştururken, bazıları ise daha yoğun stres yaşanmasına yol açar. Yapılan araştırmalara göre en yoğun iş stresi ile karşı karşıya kalınan meslek grupları; üst kademe yöneticiler, güvenlik, pazarlama işleri ve sağlık alanında görev yapanlardır.

Hayatımızda yaşanan olumsuzlukları gidermek mümkün değildir, ancak bu olumsuzluklara karşı savaşta ne kadar güçlü olacağımızı irademiz ile belirleyebiliriz. Stresin nedenlerini tespit etmek ve bu nedenlere karşı nasıl korunacağımızı belirlemek, stresle savaşta en önemli unsurlardan biridir. Yapılan iş üzerinde gereğinden fazla yoğunlaşmanın ve gereksiz hıslara kapılmanın, insan bünyesini yalnızca ruhsal açıdan değil, fiziksel olarak da yıpratacağı bilimsel gerçekler arasındadır. Uzun dönemde, günlük streslerimiz kronik hastalıklar olarak bize geri dönebilir.

Huzursuzluk, kızgınlık, öfke, belirsizlik, konsantrasyon bozukluğu, karar vermede güçlük, baş ağrısı, titreme ve bulantı, ağız kuruması, boğaz düğümlenmesi, ellerin terlemesi, uyku problemleri, sigara, kahve ve alkol tüketiminin artması, göğüs ağrıları, yeme ve yutma problemleri, ishal veya kabız olma, libido kaybı, egzema veya astım başlangıcı gibi fiziksel belirtiler, stresin habercisi olabilir. Bu belirtiler, genelde üzücü bir olay sonrasında ortaya çıkabildikleri gibi, uzun dönemde strese maruz kalındığında da oluşabilmektedir.

İş hayatınızda stres yaşadığınızı düşünüyor veya bazı belirtiler hissediyorsanız, stresle başa çıkmanın yollarını araştırmalısınız. Kendinize soracağınız kısa sorular, stres kaynağınızı belirlemekte ve çözüm bulmakta yarar sağlayacaktır:

- Güne neşeli ve iyimser mi, öfkeli ve isteksiz mi başlıyorsunuz?
- Gün içinde tavırlarınızın ve modunuzun değiştiği belli zamanlar var mı?
- Bazı işlerden veya bazı insanlardan kaçıyor musunuz?
- Bazı ortamlarda bulunmak sizde hoş olmayan duygular yaratıyor mu?
- Sizden beklenen iş, gerçekten kapasitenizin üzerinde mi?
- İşinizi iş yerinde mi bırakıyorsunuz, yoksa eve de taşıyor musunuz?



Stresin kurtulmanın bir yolu da stres günlüğü oluşturmaktır. Örneğin toplantı ve işlerinizi günlük olarak listelemek sizi daha düzenli bir iş hayatına hazırlar. Bu yöntemle, eksikleriniz ve unutkanlıklarınız sonucu yaşadığınız aksiliklerinizi en aza indirebilirsiniz.

İşiniz, hayatınızdan daha değerli olamaz. İşinizin, sizi sosyal hayatınızdan soyutlmasına izin vermeyiniz. İş, iş yerinde bırakmak, iş ortamında rahat davranabilmek, kişilerle düzeyli ilişkilere girmek ve verilen işi, ilk seferde doğru olarak ve istenilen zamanda yapmak, iş stresi yaşamınızı engelleyecektir.

Yasemin İmrol

Kaynak: www.isnet.net.tr



Bu sayımızda sizlere TEÇES (Teknik Emniyet, Çevre ve Sağlık) Çalışma Grubumuzu tanıtmak istedik.

Vizyonumuz:

Çevre, Sağlık ve İş Güvenliğinin korunması konusundaki ilke ve politikalarımız doğrultusunda sürekli gelişim anlayışı ile güvenilir, topluma ve çevreye saygılı bir tesis olmak üzere faaliyette bulunmak

Misyonumuz:

Üçlü Sorumluluk (Responsible Care) taahhüdü, Çevre, Sağlık ve İş Güvenliği Yönetim Sistemlerimiz kapsamında, çevre ve insan sağlığına olumsuz etkenlerin belirlenip önlenmesi, iş kazası ve hastalık risklerinin en aza indirilmesi, doğal kaynak kullanımının azaltılması, atık yönetimi, çevre dostu teknolojilere yönelinmesi, enerji tasarrufu ve verimlilik konularında iyileştirici çalışmalar yaparak, TEÇES performansımızı sürekli geliştirmek; iç ve dış iletişimin sağlanması ve toplumun bilinçlendirilmesi çalışmalarında bulunmak.



TEÇES Çalışma Grubu Üyeleri:

- Mehmet Yeral : Eczacı, Mesul Müdür
Neşe Eriş : Çevre Müh., Çevre Müdürü (TEÇES Koordinatörü)
Erol Özekmekçi: Eczacı, İmalat Müdürü
Dr. Cüneyt Göncer: İşyeri Hekimi
Mete Doğu : Mak Müh., Proje Müh./
Teknik Emn.Sorumlusu (Kriz Yönetimi Koordinatörü)
Abdurrahman Temelatma: Sivil Savunma Amiri
Numan Kurt : Kimyager, Çevre Laboratuvar Sorumlusu
Gülsüm Polat : İşletmeci, Mühendislik (TEÇES Doküman
Yönetimi/Koordinasyon Sorumlusu)
Sinan Kışmır : Kimyager, Kalite Kont Lab. TEÇES Sorumlusu

Görev alanımız:

- Tesisin çevresel etkilerinin (normal, anormal ve acil durumlar için) belirlenmesi çalışmalarında ilgili birimlere veri sağlanması,
- Çevre, İş Sağlığı ve Güvenliği konusunda yasa ve standartların takibi,
- İş ve proses güvenliği ile ilgili faaliyetlerin planlanmasında ilgili birimlere veri temini,
- Çalışanların Çevre, İş Sağlığı ve Güvenliği konusunda bilinçlendirilmesi,
- Güvenli çalışma teknikleri konusunda araştırma yapılması,
- Bakım ve yapı güvenliği konularında çalışma yapılması,
- Atık yönetimi (suya, havaya ve toprağa verilen atıkların minimizasyonu) çalışmalarının geliştirilmesi,
- Su kalitesinin iyileştirilmesi, su tasarrufu çalışmaları,
- Enerji tasarrufu çalışmaları,
- Atıksu arıtımı, arıtma tesislerinin kontrolü,
- Gürültü kontrolü ve iyileştirme çalışmaları,
- Çevre düzenleme çalışmaları,
- Kimyasallara maruziyetlerin kontrolü ve önlenmesi çalışmaları,
- İş kazalarına yönelik önlemler, çalışma şartlarının kontrolü,
- Çevre, İş Sağlığı ve Güvenliği ve Acil durumlara ilişkin eğitim dokümanı hazırlanması,
- İşyerinde sağlığa zararlı unsurların önlenmesi çalışmalarına katkı sağlanması,
- İlykardım çalışmalarına katkı sağlanması,
- Acil durum Planlama ve Kriz Yönetimi çalışmalarına katkı sağlanması,
- Çevre, İş Sağlığı ve Güvenliği konularında iç ve dış iletişim ve toplumun bilinçlendirilmesi,
- Çevre dostu ürün geliştirilmesi prosesini yürütmek,
- Tedarikçilerin ve taşeronların Çevre, İş Sağlığı ve Güvenliği konularında bilinçlendirilmesi,
- Tesisin Çevre, İş Sağlığı ve Güvenliği performansının izlenmesi.

TEÇES Çalışma Grubu tarafından 2004 yılı için hedeflenen başlıca eğitimler:

- Çevre Yönetim Sistemi İç Tetkikçi Eğitimi
- Güvenlik Bilgi Formu Bilgilendirme Eğitimi
- Üçlü Sorumluluk Esasına Göre Çevre Yönetim Sistemi Bilgilendirme Eğitimi
- Endüstriyel Hijyen Eğitimi
- OHSAS 18001 Yönetim Sistemi Bilgilendirme Eğitimi
- Genel Teknik Emniyet Eğitimleri
- Ergonomi Eğitimi
- Toz Patlaması Eğitimi
- İSG Yönetmelikleri Bilgilendirme Eğitimi

2004 yılı içinde hazırlanması planlanan rehber kitapçıklar:

- Kampüs İçinde Acil Durum Planlama Kriz Yönetimi Rehberi
- ÇEVREM İlköğretim Okulumuz İçin Deprem Hazırlık Rehberi

Nisan-Haziran Çevre Etkinlik Takvimi:

22 Nisan - Dünya Yeryüzü Günü,
22 Mayıs - Dünya Biyoçeşitlilik Günü

31 Mayıs - Dünya Sigarayı Bırakma Günü
5 Haziran - Dünya Çevre Günü

Şirketten Bir Bölüm

Merhaba Arkadaşlar,

Geçen sayımızda başlattığımız bölüm tanıtımlarını, bu sayımızda Mühendislik bölümüyle sürdürüyoruz.



Mühendislik Kısmı, PharmaVision Topkapı Kampüsü'nde ihtiyaç duyulan her türlü Mühendislik, Planlama, Projelendirme, Teknik Satınalma işlerinin yanı sıra, ilaç üretimi için gerekli olan makina ve ekipmanların validasyon/kalibrasyon, bakım, onarım, yenileme ve tesislerin işletilmesi ile ilgili işleri ve Teknik Emniyet uygulamalarını, bünyesinde bulundurduğu her biri kendi dalında uzmanlaşmış yaklaşık kırk kalifiye personeli ile yürütmekte.

Organizasyon yapısı, verilen çeşitli hizmetlerin hiçbir şekilde aksamamasını hedefliyor. Kısm Müdürü Necati Şendan'ın koordinasyonunda çalışan grup, şirketin genel politikalarına ve geçerli İyi İmalat Kuralları'na uyumlu olarak Teknik Emniyet, Çevre ve Sağlık konularındaki sorumluluklarını da yerine getiriyor.

Grupta kendi alanlarında uzmanlaşmış personelin yanında, meslek dallarında ilerlemek ve tecrübelerini artırmak için istekli arkadaşlar da bulunmakta. Bu arkadaşlara her türlü destek ve uygun yönlendirme, Mühendislik Kısmı'na özgü bir gelenek şeklinde veriliyor.

Her biri diğerlerinin işlerini asgari düzeyde yapabilecek şekilde oluşturulmuş olan çekirdek kadronun iş dağılımı;

Mühendislik Müdürü; Necati Şendan,
Atölye Şefi; Oğuz Çolakoğlu,
Mühendislik; Elektrik-Elektronik / Makina Bakım; Ender Özcan,
Proje / Teknik Emniyet / Validasyon-Kalibrasyon; Mete Doğu,
Mühendislik Md. Asistanı / Teknik Emniyet ; Gülsüm Polat,
Atölye Mekanik / Makina Bakım; Barış Demirkol,
Atölye Elektrik / Makina Bakım; Devrim Öcal,
Kalibrasyon / Validasyon; Alper Biçeçarslan,
Proje / Kalibrasyon; Gökhan Bayrakdar,
Proje / Kalibrasyon; Hülya Çaltılı,
Teknik Emniyet / Kalibrasyon; Mustafa Yılmaz

şeklinde.



Bu sayımızda, Mühendislik grubundan Atölye Şefi Oğuz Çolakoğlu ile kısa bir söyleşi yaptık. Öyle sanıyoruz ki, aramızda bugüne dek herhangi bir konuda ona fikir danışmamış çok az kişi vardır. O da her zaman güler yüzüyle, sakin tavrıyla hepimize yardımcı olabilmek için elinden geleni yapar, asla "olmaz!" demeyip çözüm üretmeye çalışır.

İçimizden Biri

- Şirketimizde çalışmaya başladığınız ilk yıllardan bahsedermisiniz ?

1959 yılında başlayan meslek hayatımın devamında, 15 Mayıs 1974 tarihinde Türk Hoechst ilaç firmasında işe girdim ve Merkez Atölye'de, İşletme Mühendisi Sn. Abbas Aydın'ın yanında mekanik ustası olarak göreve başladım. Aynı sene içerisinde Sn. Demiray Akgül'ün Kısım Şefliği'ne atanmasından bir süre sonra, kısım şefi yardımcısı oldum. Demiray Bey'in 1979 yılında işten ayrılmasıyla da Atölyeler Şefi olarak görevime devam ettim.

1976 yılında Abbas Bey'in ayrılmasından boşalan kadroya, 1978 yılında Sn. Necati Şendan'ın gelmesinden bu yana 26 yıldır birlikte çalışıyoruz ve firmamızın üretimini kesintisiz olarak devam edebilmesi için gerekli çabayı gösteriyoruz.



- Bugüne dek geçen süre zarfında sizce en büyük değişiklikler hangi alanlarda yaşandı?

1974 yılından bu yana, yapılan tüm modernizasyon ve geliştirme projelerinde aktif katılımım oldu. Bunların arasında, Penisilin binasının aynı bir alanda inşa edilmesi de var. Firmamız bünyesinde tüm GMP şartlarını sağlayan, imalatı ve ambalajı kendi içerisinde olan ilk imalat binasıydı. Ayrıca son yıllarda makina ve ekipmanlar için koruyucu bakım programlarının daha sistematik bir şekilde yapılması ile makinalarımız daha randımanlı çalışmaya başladı diyebiliriz.

- Şirketimizin başarılı geçmişinde ağırlığı olan en önemli faktör hangisi sizin fikrinizce ?

Bence, ilaç imalatında ikinci kalite olmayacağını tüm çalışanlar tarafından benimsenmesi ve kişilerin takım çalışmasına verdikleri önemdir.

- Bunca sene içinde sayısız hatıranız olduğuna şüphe yok; bir tanesini bizlerle paylaşır mısınız ?

Ambalaj kısmında yaşadığım bir arızadan bahsetmek istiyorum. Galiba 1980'li yıllardaydık; Versacount marka alüminyum tüpe tablet sayma makinası öğlen saatlerinde arızalanmıştı. Elektrik mühendisimiz Namık Yener Bey'le birlikte arızayı düzeltmeye çalışıyorduk, ancak biz arızanın sebebini bulamadan, bir süre sonra makina yeniden normal çalışmaya başlıyordu. Takip eden günlerde de genellikle aynı saatlerde arıza tekrarlanıyor ve bir süre sonra yine normale dönüyordu. Olabilecek tüm sebepleri araştırmamıza rağmen bir türlü arızayı gideremiyorduk. O yıllarda üretim binasının çatısı düzdü ve üzerinde şeffaf aydınlatma kubbeleri vardı. Makinanın başında beklerken, sonunda anladık ki, güneş aydınlatma kubbesinden tam tablet sayma fotoseline odaklanıp arızaya sebep oluyor, o açıyı kaybettiğinde ise makina yeniden normal çalışmaya başlıyordu.

Bu basit arıza ya da "güneşin bize oynadığı oyun" unutamadığım bir anı olarak kaldı.

- İş hayatında yeni yol almaya başlayan arkadaşlarımıza 'kulağına küpe olsun' diyebileceğiniz bir tavsiyeniz ?

Aynı firmada 30 yıl çalışmak şüphesiz güzel bir şey. Bu süre zarfında, iş arkadaşlarımla iyi ve kötü günlerde birbirimize destek olarak firmamız için en iyisini yapmaya çalıştık. İnsan iş yerinde evinde geçirdiğinden daha fazla zaman geçiriyor. Bu nedenle iş yerindeki arkadaşlarınız ikinci aileniz gibi oluyor. Bu hususu göz ardı etmemelerini önerebilirim.

Bu söyleşiye katıldığı için Sn. Oğuz Çolkaoğlu'na teşekkür ediyor, kendisine nice uzun, sağlıklı ve mutlu yıllar diliyoruz.

Ayşe Sarısayın - Koray Alpaslan



Gürültü Kirliliği



Herhangi bir kişiye huzur dolu bir ortamı tanımlatmaya kalksak, çoğumuz bu ortamı diğer özelliklerinin yanısıra "gürültüsüz" olarak da niteliyecektir. Buna rağmen, gürültüden duyulan rahatsızlık, kişiye göre değişkenlik gösterir. Özellikle gençlerin ses düzeyi oldukça yüksek müzikten hoşlanmaları, motosiklete binen bir gencin susturucuyu çıkararak aracının daha çok gürültü yapmasını istemesi, bunun en somut örnekleridir. Bazılarımızın hoşlandığı sesler, diğerleri tarafından gürültü olarak algılanabilir. Örneğin arabesk müzik, klasik müzik ve caz müziği gibi türler kimi çevrelerce gürültü olarak nitelendirilebilir.

Günümüz koşulları hepimizi az ya da çok oranda gürültüye alıştırmış gibidir. Bazen bir su motorunun veya bir ses aygıtının sesini, o ses sustuktan sonra fark ederiz, "Oh! Dünya varmış!" deriz. Aslında "İnsan zamanla gürültüye alışır" hükmü yanlıştır. Yapılan araştırmalar göstermiştir ki, insan organizması gürültüye alışmamakta ve fizyolojik olarak aynı tepkileri vermeye devam etmektedir. Bu sürekli tepki hali, organizmanın hem erken yıpranmasına, hem de diğer olaylar karşısında direncinin azalmasına neden olmakta ve sonuçta işitme kaybı meydana gelmektedir.

Uzun süre 90 desibel sesin etkisinde kalan insan kulağı zarar görür. Yüksek ses dalgalarının oluşturduğu güçlü vibrasyon iç kulaktaki koklea'yı saran tüy hücrelerini zedeler. Bu tür bir tahribat duyma sinirine bağlı olarak işitme kaybına neden olur, çünkü iç kulağın çalışmasını etkiler. Bu tür işitme kayıpları genellikle düzeltilemez. Normal bir insan kulağının duyabileceği en düşük ses seviyesine "duyma eşiği", normal bir kulağın ayırt edebileceği en düşük seviye farkına da 1 dBA (desibel) denir ve ses düzeyi birimi olarak seslerin kıyaslanmasında kullanılır.

2872 sayılı Çevre Kanunu'nun 2. Maddesi ile gürültü, **ÇEVRE KİRLİLİĞİ** olarak tanımlanmakta ve aynı yasanın 14. Maddesi, "Kişilerin huzur ve sükununu beden ve ruh sağlığını bozacak şekilde, yönetmelikte belirtilen standartlar üzerinde gürültü çıkartılması yasaktır. Fabrika, atölye, iş yeri, eğlence yeri, hizmet binaları ve ulaşım araçlarında gürültünün asgariye indirilmesi için gerekli önlemler alınır" demektedir. Çevre Kanunu'nun uygulanmasıyla ilgili olarak 11.12.1986'da **GÜRÜLTÜ KONTROL YÖNETMELİĞİ** çıkarılmıştır. Gürültünün zararlı olmaya başladığı; AB ülkelerinde 87 Desibel olarak tespit edilen sınır değer, ülkemizde Çevre Bakanlığı **GÜRÜLTÜ KONTROL YÖNETMELİĞİ** ile 80 desibel olarak belirlenmiştir.

Bazı tipik seslerin dBA cinsinden değerleri

Yaprak hışırtısı	10
Fısıltı sesi	20
Saat tıkırtısı	30
Alçak sesle konuşma	40
Rolantide motor sesi	60
Yüksek sesle konuşma	70
Cadde gürültüsü	80
Tren geçişi	100
Klakson sesi	110
Yakından uçak motoru	120
Jet uçağı	140
Füze	180

Gürültü kontrol yönetmeliğine göre evde ve çalışma yerlerinde dBA cinsinden aşılmaması gereken ses düzeyleri

Tiyatro salonları	25
Konferans salonları	30
Otel yatak odaları	30
Otel restoranları	35
Hastaneler	35
Konut yatak odaları	35
Konut oturma odaları	40-60
Derslikler	45
Spor salonu, yemekhane	60
Büro çalışma alanları	50-60
Küçük fabrikalar	70
Büyük fabrikalar	80

Ayrıca, 4857 sayılı İş Kanunu Kapsamında; Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı tarafından İş Sağlığı ve Güvenliği Alanında çıkarılan yönetmelikler arasında 23.12.2003 tarihinde yayımlanan **Gürültü Yönetmeliği** de bu alanda yayımlanan ikinci bir yönetmelik olmuştur. Yayımlı tarihinden itibaren 3 yıl sonra yürürlüğe girecek olan bu yönetmelik ile; İş Kanunu kapsamına giren tüm işyerlerinde; çalışanların gürültüye maruz kalmaları sonucu sağlık ve güvenlik yönünden oluşabilecek risklerden, özellikle işitme ile ilgili risklerden korunmaları için alınması gereken önlemler belirtilmektedir.

Gürültü niteliğine sahip seslerin sakıncalı etkilerini tamamen veya kısmen yok etme sürecine **GÜRÜLTÜNÜN KONTROLÜ** diyoruz. Gürültünün kontrolü, zararlı sesleri kabul edilebilir düzeylere indirmek, akustik özelliğini değiştirmek, etki süresini azaltmak, hoş giden veya daha az rahatsız edici bir sesle maskelemek gibi yöntemlerle yapılır.

Sağlıklı ve gürültüsüz günler dileğiyle,

Erol Özekmekçi

Kaynak : Teb.Haberler Dergisi Mayıs-Haziran 2000 / Mayo Klinik Aile Sağlık Ansiklopedisi Cilt 1

Excel Hocası



Merhaba,

Bu sayıda **vlookup** veri çağırma fonksiyonunu gözden geçireceğiz. Bu fonksiyon, bize gereken veriyi başka bir sayfadan veya dosyadan getirmemizi sağlar. Önce örnekte kullanacağımız bir dosya hazırlayarak 'Deneme' adında bir excel dosyası yaratalım.

Dosya içindeki sayfalardan birine '**Fiyat**', diğerine '**Miktar**' adını verelim. 'Fiyat' sayfasındaki tablomuz şekil 1 gibi olsun, içinde ürünlerimiz ve fiyatları yer alsın.

	A	B	C
	Ürün No	Ürün Ad	Fiyat (TL)
1	1	Ürün A	350.000
2	2	Ürün B	1.250.000
3	3	Ürün C	745.000
4	4	Ürün D	75.000

Şekil 1. 'Fiyat' sayfası-Ürün fiyatları

Diğer sayfamızdaki tabloda da ürün numaraları ve satış miktarları (şekil2) olsun. Diyelim ki biz sattığımız ürünlerden ne kadar kazandığımızı hesaplamak istiyoruz.

	A	B	C	D	E
	Ürün No	Ürün Ad	Miktar	Fiyat(TL)	Tutar(TL)
1	1		150.000		
2	2		5.000		
3	4		1.000.000		

Şekil 2. 'Miktar' sayfası-Ürün miktarları

Dikkat edersek, ikinci tablomuzda yalnızca ürün numarası ve ürün miktarları mevcut; ne ürün adı, ne de fiyat var. Ancak **VLOOKUP** fonksiyonunu kullanarak eksik bilgileri fiyat tablosundan getirebiliriz.

Miktar tablosunda B2 hücresine şu formülü yazarsak ürün adlarını getirebiliriz: "**=VLOOKUP(A2;fiyat!\$A\$2:\$B\$5;2;0)**".

Bu formülü açıklayacak olursak; parantez içindeki ilk değer olan A2, hangi alanı arayacağımızı belirtir. Yani, A2 hücresindeki değer başka bir tabloda/alanda aramak istiyoruz demektir. Formülde ondan sonraki bölümde hangi alanda aratacağımızı belirtiriz. Yani, A2 hücresindeki değeri, fiyat tablosundaki A2:B5 hücrelerinin kapsadığı alanda aratmak istiyoruz. Formülde diğer bölümdeki 2 sayısı da seçtiğimiz alandaki kaçınıcı kolondaki veriyi çağırarak istediğimizi belirtir. Son bölümdeki 0(sıfır) sayısı sabittir.

Bu formülün Türkçe karşılığını yazacak olursak; **fiyat** tablosundaki **A2:B5** alanının ilk kolonunda, miktar tablosunun **A2** hücresindeki değer aranmakta ve bulunursa o satırdaki **A2:B5** alanının **2nci** kolonundaki değer getirilmektedir. Bu formülü diğer satırlara da kopyalarsak ürün adlarını getirmiş oluruz.

Gelelim fiyatlara; miktar tablosunda D2 hücresine "**=VLOOKUP(A2;fiyat!\$A\$2:\$C\$5;3;0)**" yazarsak o ürünün fiyatını getiririz. Buradaki iki farklılık var. Biri alanı bir kolon daha genişlettik (A2:C5), diğeri de 2nci değil **3ncü** kolondaki değeri getirdik. En son olarak da tutarları hesaplamak için, miktar tablosundaki E2 hücresine "**=C2*D2**" formülünü yazarak, en alta da tutar toplamaları alınız.

Sonuçta miktar tablomuz şu şekilde olacaktır:

	A	B	C	D	E
	Ürün No	Ürün Ad	Miktar	Fiyat(TL)	Tutar(TL)
1	1	Ürün A	150.000	350.000	52.500.000.000
2	2	Ürün B	5.000	1.250.000	6.250.000.000
3	4	Ürün D	1.000.000	75.000	75.000.000.000
4					133.750.000.000

Gelecek sayıda buluşmak üzere, hoşça kalın.

Tolga Özcan



Doğru Beslenmenin 20 Temel Kuralı

- 1- Besin değeri yüksek, kalorisi az olan besinlere yönelin,
- 2- Az yağlı yiye, doğru yağları doğru zamanda yiye,
- 3- Sabit kilonuzda kalın,
- 4- Diyetinizi çeşitlendirin,
- 5- Sebze yiye,
- 6- Meyveyi unutmayın,
- 7- Daha çok lif tüketin,
- 8- Aşırı protein tüketimini azaltın,
- 9- Kompleks karbonhidratları tercih edin,
- 10- Fazla şekeri terkedin,
- 11- Balık yiye,
- 12- Vejetaryenseniz dikkat, (B6, B12 bulunan vitaminlerden takviye alın)
- 13- Tercihli diyet yapın
- 14- Gizli yağ ve kaloriden uzak durun,
- 15- Kolesterol ve tuzu kesin,
- 16- Alışverişte sağlığını düşünün,
- 17- Akıllı yemek tercihleri için uygun ortam yaratın,
- 18- Sık, sık ve az yiye,
- 19- Yemeklerde bol bol su için,
- 20- En önemlisi yemekten keyif alın.

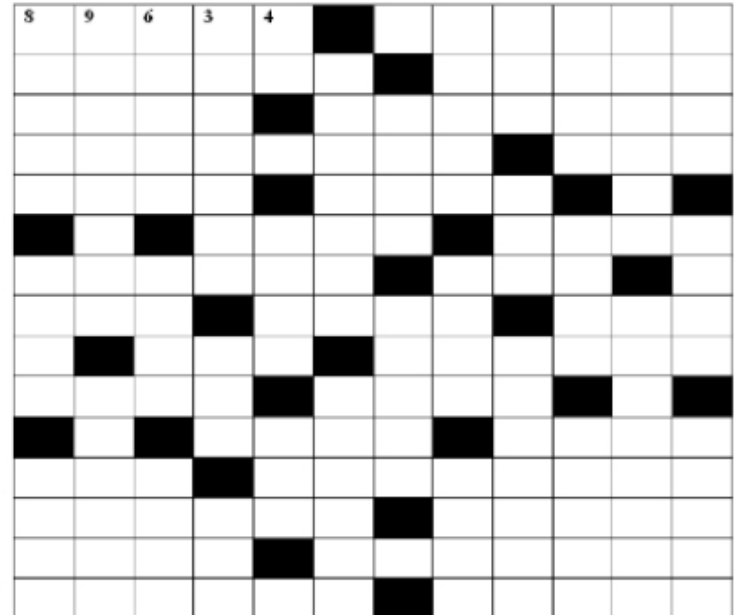


Kaynak: Yaşasın Hayat / Prof. Dr. Osman Müftüoğlu

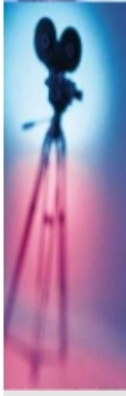
SAYI BULMACA

3 basamaklı 4 basamaklı 5 basamaklı 6 basamaklı 7 basamaklı 8 basamaklı

125	1267	1541	14387	167208	1642789	29607488
216	2410	2504	25173	270315	3046778	50968432
481	3759	4051	38697	315820	6840625	62513578
693	4827	5278	42708	459603	7573924	98508315
754	5716	6293	59146	527491		
875	7203	7495	64892	687643		
207	8128	8354	75425	702819		
359	9634	9871	86954	836749		
520	2129	3614	95841	903126		
732	4618	5463		954354		
860	6832	7674				
948	8802					



AJANDA



23. Uluslararası İstanbul Film Festivali / 10 – 25 Nisan

Uluslararası İstanbul Film Festivali bu yıl da sunacağı yaklaşık 180 filmlik seçkiyle sinemaseverleri Nisan ayında iki hafta sürecek bir film maratonu için Beyoğlu'na davet ediyor. Her yıl dünya sinemasının en yeni ve gözde filmlerinin yer aldığı İstanbul Film Festivali'nin bu yılki bir başka ilginç bölümü de Latin Amerikan Sineması olacak. Festivalde ayrıca **Unutulmayan Yönetmenler** başlığı altında **John Cassavetes**'in 8 filmi gösterilecek. **Ustalara Saygı** bölümündeysen Alman yönetmen **Werner Herzog**'un Klaus Kinski'yle çektiği beş filmin yanısıra Herzog'un Kinski'yi anlattığı **"Sevgili Düşmanım"** adlı belgesel yer alacak.



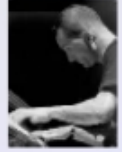
14. Uluslararası İstanbul Tiyatro Festivali / 18 Mayıs – 4 Haziran

İstanbul Kültür ve Sanat Vakfı tarafından iki yılda bir düzenlenen ve tiyatro severlerin heyecanla beklediği **Uluslararası İstanbul Tiyatro Festivali** geçtiğimiz yıllarda olduğu gibi bu yıl da birbirinden çarpıcı oyunlarla sanatseverlerin karşısına çıkmaya hazırlanıyor.



KEREM GÖRSEV TRIO

Ülkemizin en iyi caz piyanistlerinden Kerem Görsev, triosuyla birlikte işsanat@markiz konserleri kapsamında 22 Nisan Perşembe günü, Markiz'de çalıyor. Sanatçı, yakında çıkacak olan "Meeting Points" isimle çalışmasını da cazseverlere sunacak. 22 Nisan Perşembe saat 22:30'da Buzhol/ Passage Markiz No: 360 Beyoğlu



ROBY LAKATOS VE GRUBU

Ünlü Macar keman sihirbazı Roby Lakatos ve grubu bir kez daha İş Sanat'ta. Keman dahisi Yehudi Menuhin'in bile hayran olduğu sanatçı, konserinde "As Time Goes By" adlı son albümünden eserler yorumlayacak. "Damdaki Kemancı" ve "Bir Zamanlar Amerika" gibi sinema tarihinin en önemli filmlerinin müziklerini bir de Lakatos'dan dinleyin. 8 Mayıs Cumartesi saat 20:00 İş Sanat'ta.



- Strictly Mundial İstanbul 2004 21-24 Nisan arasında konserler, konferanslar ve iş fuarı olmak üzere üç bölümden oluşacak. Öğle, akşam ve kulüp konserleri şeklinde düzenlenecek konserler festivalin ana eksenini meydana getiriyor.

- Tüm konser ve etkinlikler için İstanbul Büyükşehir Belediyesi Cemal Reşit Rey (CRR) Konser Salonu, Harbiye Askeri Müze, Kültür Sitesi, İtalyan Kültür Merkezi Konser Salonu, Beyoğlu'ndaki Yeni Melek Gösteri Sanatları Merkezi, Beşiktaş Kültür Merkezi ve Taksim civarındaki 10 kadar kulüp kullanılacak.

- Etkinliğin konserler bölümü 3 grup halinde yapılacak. Saat 13.00'de başlayacak 'Öğle Konserleri' nden sonra, saat 20.00- 22.00 arasında 'Akşam Konserleri' düzenlenecektir. Bu konserlerin ardından saat 22.30'da Beyoğlu'ndaki, Babylon, Four Seasons, Jazz Cafe, Kemancı 2, Manhattan, Balo, Shaman World Music Club gibi yaklaşık 10 mekanda 'Klüp Konserleri' başlayacak.



FUARLAR

KIRTASIYE 2004 Kırtasiye, promosyon ve ofis malzemeleri fuarı
Uluslararası Özel Markalı Ürünler Fuarı CNR Fuar Merkezi
İTERKAMERA 2004 Fotoğraf, video ve dijital görüntüleme sistemleri fuarı
Mobilya ve Dekorasyon Fuarı
DijiFest 2004, Dijital Fotoğraf Fuar ve Festivali
Travel Turkey 2004

YER

Tüyap
CNR
Tüyap
Tüyap
Dolmabahçe
Feshane

TARİH

(16-20 Nisan)
(15-17 Nisan)
(22-25 Nisan)
(19-23 Mayıs)
(27-30 Mayıs)
(03-06 Haziran)

PharmaVision tarafından üç ayda bir yayınlanır ve ücretsiz dağıtılır.

PharmaVision San. ve Tic. A.Ş. adına sahibi Abdullah Ünsal Hekiman

Yazı İşleri Sorumlusu : Fahrettin Kazak

Editör : Ayşe Sarısayın

Tasarım

Baskı

: Alpaslan Keser

: Simge Ofis

Tarih: 07.04.2004