

# Paylaşım

→ KARTONSAN A.Ş. HABER BÜLTENİ



→ KIŞ'05



- Yardım Kampanyası
- Buz Ülkesinin İmparatorları
- EQ Faktörü
- 8 Mart Dünya Kadınlar Günü

## KİŞ 2005



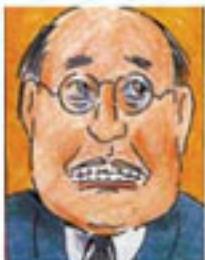
4 → Oğuzlu Kağıt Karton San. ve Tic. Ltd. Şti.  
Anıvara Yolculuk

İntersel Dış Ticaret Şirketi:  
Kartonsan ile Çalışmanın Zevki Ve Gururu



6 → Buz Ülkesinin İmparatorları

Verem Haftası



10 → Organizasyonlar



EQ Faktörü



14 → Simdide Yaşama ve  
Şimdidi Yaşama

Milli Takıma Tam Destek



8 Mart Dünya Kadınlar Gününe  
Kutlu Olsun

17 → Kampanya



19 → Aramıza Katılanlar  
Aramızdan Ayrılanlar  
Çocuğu Olanlar



## KÜNYE

İntiyaz Sahibi : Mehmet Talu Uray  
Sonlu Yaz İsleri Müdürü : Kaya Sancaklı  
Yayın Kurulu : Kemal Özkarim, Neşe Saktaç, Özlem Malkoç  
Yönetim Yeri : Kartonsan Karton Sanayi ve Ticaret A.Ş.  
Prof. Bülent Tarcan Sk. No: 5 Park İş Merkezi K:3 Gayrettepe 34349 İstanbul  
T: 0212. 273 20 00 F: 0212. 273 21 70  
e-mail: kartonsan@kartonsan.com

Tasarım/Uygulama

: Türk Tanıtım Reklam Hizmetleri ve Pazarlama Ltd. Şti.  
Valikonagi Cad. 12/3 Nişantaşı 34363 İstanbul  
T: 0212. 343 03 90 F: 0212. 343 03 91  
[www.turktanitim.com.tr](http://www.turktanitim.com.tr)  
: Yayıgn süreli yayın.

Kartonsan

[www.kartonsan.com](http://www.kartonsan.com)

Yayın Türü



## Yeni Bir Yıla Başlarken



Mehmet Talu Uray  
Genel Müdür

Yeni bir yıla başlarken görüşlerimizi sizlerle bir kez daha "Paylaşmaktan" mutluymuyuz. 2004 yılı Türkiye ekonomisinin kalıcı dengelere ulaşması sürecinde yaşanan tüm güçlüklerle rağmen firmamız açısından başarılı bir yıl olmuştur. 120.280 tonu iç pazar, 32.986 tonu dış pazarla olmak üzere toplam 153.266 tonluk satış ile firmamız tarihinin en yüksek satış miktarına ulaşmıştır. Bu satış miktarı sonucu elde edilen kar ise bir önceki yıla göre %613 daha yüksek düzeyde gerçekleşmiştir. Ancak bu sonuçlara ulaşırken firmamız açısından temel zorlayıcı unsurlar; yıl içinde aşırı değerli Türk Lirası ve girdi fiyatlarındaki artış olmuştur.

2004 yılında Avrupalı üreticiler Avrupa pazarlarındaki durgunluk nedeniyle üretim fazlalarını ülkemizin de içinde yer aldığı Doğu Avrupa ve Ortadoğu pazarlarına yönlendirmişlerdir. Bu yıl ülkemizde 120.000 ton ithal kuşeli karton satılmıştır. İç pazarda en büyük rekabeti yaşadığımız ithal ürünlerin fiyatları Türk Lirasının yabancı paralar karşısında aşırı değerli olması nedeniyle ucuzlarken, düşük seyreden döviz kuru yurtdışı satışlarının YTL bazındaki gelirlerini de azaltmıştır. Bu gelişmelerin yanı sıra Ocak - Aralık 2004 arasındaki 12 aylık dönemde doğal gaz fiyatlarında %28, girdilerimizde %5 oranında yaşanan fiyat artışları üretim maliyetlerimize ilave yük getirmiştir.

Kontrolümüz dışında ortaya çıkan bütün bu olumsuz gelişmelere rağmen bizlere düşen; özverili ve dikkatli çalışmamızla değişen rekabet ortamında her türlü gelişme karşısında Kartonsan'ın gelenekselleşmiş başarı çizgisini sürdürmektedir.

2004 yılının başarılı bir yıl olarak tamamlanmasında tüm çalışma arkadaşlarının ortak çabası etkili olmuştur. 2005 yılının da aynı prensipler doğrultusunda çalışacağımız, firmamız adına olumlu gelişmelerle dolu bir yıl olmasını dilerim.



## Oğuzlu Kağıt Karton San. ve Tic. Ltd. Şti.: Anılarla Yolculuk

Oğuzlu Kağıt'ın sahibi Tuncay Oğuzlu ile Yüzyıl Massit'teki ofisinde görüştük. Kendisi eski bir Kartonsan'lı olarak bizi çok sıcak karşıladı. Sohbet esnasında yıllar öncesine, anılarla doğru bir yolculuk da yaptı. Tuncay Oğuzlu kah güldü kah gözleri dolu dolu oldu geçmiş günlerden sözederken. Sıcak ve samimi bir hava içerisinde geçen bu sohbetin her anından büyük keyif aldık. Bu sohbet vesilesi ile Kartonsan'ın bugünlere gelmesinde büyük emekleri olan Tuncay Oğuzlu'ya teşekkür etmek istiyoruz, bir nebze olsun vefa borcumuzu ödememişizdir umarım.



### Tuncay Oğuzlu Kimdir?

1943 Trabzon doğumlu, bir esnaf çocuğu. Orta eğitim döneminde boş vakitlerini Trabzon'da otel ve lokanta işleten babasına yardım ederek geçirmiş, bugündere ulaşmanın temellerini o günlerde attığını söylüyor Tuncay Oğuzlu röportaj esnasında. Ortaokul ve Lise tahsilini Trabzon'da tamamladı. İstanbul Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Sosyal Antropoloji Bölümünden 1969 yılında mezun oldu. İstanbul Üniversitesi İktisat Fakültesi Sosyal Siyaset Bölümü'nün 2 yıllık Sertifikâ programını bitirdi. Askerliğini Çanakkale Ezine'de yedek subay olarak yaptı. 20 Nisan 1971'de Kartonsan'da Satış ve Pazarlama memuru olarak görevye başladı. Kartonsan'da disiplinli ve yoğun bir çalışma tempusu içerisinde 1973'te Satış ve Pazarlama Şefi, 1978'de Satış ve Pazarlama Müdürü oldu. 30 Eylül 1993 tarihine kadar bu görevini sürdürdü, bu tarihte istifaya etti. 1994 Yılında Oğuzlu Kağıt ismi ile kendi firmasını kurup Kartonsan mamullerini pazarlamaya başladı. Evli ve 2 çocuk babası. Kızı Seda Oğuzlu Mimar Sinan Üniversitesi Moda Konfeksiyon Bölümünden mezun, şu anda bir konfeksiyon firmasında stilist olarak çalışıyor. Oğlu Savaş Oğuzlu İstanbul Üniversitesi İthalat İhracat Yüksekokulu ve Eskişehir Anadolu Üniversitesi İktisat Fakültesi İktisat Bölümünden mezun, şu anda babası ile birlikte Oğuzlu Kağıt'ta çalışıyor. Tuncay Oğuzlu tam bir Türk Müziği ve Batı Müziği hayranı. Türk Müziğinde Zeki Müren, Müzeyyen Senar, Yaşaş Özel, Batı Müziğinde Nat King Cole, Frank Sinatra, Dean Martin en sevdiği sanatçılardır. Denizi ve doğayı çok seviyor. Bahçeli bir evde oturmak isterdim diyor, ancak İstanbul'da böyle bir ev sahibi olmak çok zor diye ekliyor.

Oğuzlu Kağıt Karton San. Ve Tic. Ltd. Şti.  
100. Yıl Mah. Massit Matbaacılar Sitesi 2. cad. No:154  
Bağcılar/Istanbul

soguzlu@superonline.com

### Oğuzlu Kağıt ne zaman kuruldu, faaliyet konusu nedir?

Oğuzlu Kağıt 1994 yılında Yüzyıl Massit'te kuruldu ve halen aynı site içerisinde faaliyetlerini sürdürmektedir. Kuruluşta 300 m<sup>2</sup>'lik küçük bir bina iken şu anda 800m<sup>2</sup>'lik bir alanda otomatik kesim ayarlı makinemiz ile hem karton ebatlama hem de standart ebatlarla Kartonsan mamullerini satmaya devam ediyoruz.

### Kartonsan'la ilişkilerinizin kısa bir değerlendirmesini yaparsınız?

Öncelikle şunu belirtmek isterim, Kartonsan benim için sıradan bir Karton fabrikası değil. Bilakis 22,5 yıllık hizmet süresinin getirdiği birlikteliğin oluşturduğu manevi bağ benim için herşeyin üstünde. Kartonsan'daki her türlü yenilik, gelişme menin için büyük mutluluk kaynağı olmaktadır, bana büyük bir heyecan vermektedir. Buna mukabil yapılan bazı yanlış uygulamalar da üzülmememize sebep olmuştur.

### Kartonsan'ın satış ve pazarlama politikasını nasıl değerlendiriyorsunuz? Tenkitleriniz ve önerileriniz nelerdir?

Kalite şikayetleriyle ilgilenmektesiniz, zararıları tazmin etmemeksiniz, ama bu çok güzel davranışınızı kalite bozuklukları hakkındaki raporun 1-1,5 ayı bulan geç neticelendirilmesi gölgelemektedir.

Kartonsan'ın müşteri sayısında kontrollü davranışımız için olumlu.

Fiyat politikalarında kur artışlarını değerlendirmekte aceleci davranışınızı düşünmemektedir. Normprint kartonların son yapılan zamlara kadar satışı müspet yönde gelişmiş idi. Zamlarından sonra bu gelişme tersine dönmeye başladı, akabinde kurlardaki düşüşler de ilave olunca durum tamamen menfiye döndü, hatta Normprint kullanılmaya alıştırdığımız bir müşterimiz bahsettiğimiz nedenlerle son zamanlarda Reno marka karton kullanmaya başladı.

30 senelik geçmiş dönemde, erken ödeme yapıldığında hasıl olan alacak valörü geç ödemelerdeki borç valörüne





mahsup edilmek suretiyle bizlere ödemede kolaylık sağlıyordu, bu konunun tekrar düşünülmesinde fayda mutala etmekteyim.

Kağıt tüccarı olarak piyasada faliyet gösteriyorsunuz, dolayısıyla müşterileriniz matbaalar, hedef müşteri kitleniz açısından değerlendirdiğinizde piyasanın durumu nedir?

Kağıt-karton piyasasında maalesef son yıllarda sektörde

sonradan giren meslektaşlar sayesinde haksız rekabet yaygınlaştı. Daha sonra buna ekonomik kriz de eklenince karlar düşürüldü gibi tahsilatlar da bayağı zorlaştı. Kartonsan satıcıları için bir diğer sorun da çok miktarda gelen ithal karton fiyatları ile Kartonsan fiyatlarının rekabet edememesi nedeniyle satışlarınızın düşmesidir.

**Kartonsan'da çalışırken yaşadığınız ilginç bir anınız var mı?**

1971 Ekim Ayında Kartonsan'da ilk kuşe karton üretimi gerçekleşti. Elde edilen kalite çok övünç verici olmuştu. Bu yeni kartonlarla piyasada pazarlama çalışmalarına başladığımızda tanıştığımız ilk müşterilerimizden merhum Ressam Nurettin Çetiner'i ziyaret ettiğimde bizi hiç umursamayan çok ters bir tutumla karşılaşmış idim. Almış olduğum satıcılık eğitimlerinin bana verdiği sabır kendiyle frenleyerek görüşmeye tamamladık. Daha sonra vazifemi yerine getirebilmek üzere tekrar ziyaretine gitmişimde ise görmüş olduğum izzet ve ikram karşısında şoke oldum. Bu yetmediği gibi bana sıparış verip bedeli olan çekleri de takdim edince şaşkınlığım bir kat daha arttı. Bu olayı hiç unutamıyorum.

Tuncay Oğuzlu'ya çok teşekkür ederek Oğuzlu Ticaretten ayrıyoruz.

**İlkıncı Karaaslan**



## → **İntersel Dış Ticaret Şirketi: Kartonsan İle Çalışmanın Zevki Ve Gururu**

Ölkemizin en modern ve en köklü kuruluşlarından biri olan Kartonsan, "kaliteli kuşe karton üreticisi" imajıyla, verdiği hizmet anlayışıyla, üretim-satış-tedarik-finans politikalarıyla, sadece yerel değil, bir yeryüzü şirketi olma niteliklerine de sahiptir.

Kartonsan, sektörün en karlı kuruluşlarının başında gelir, şeffafdır. Bilançosuna ulaşmak kolaydır. Bilanço karnesi pek iyidir. Güzel bir karne, rasyonel bir çalışanın, üretim, satış-pazarlama, tedarik, finans gibi faaliyetlerin, bir ahenk içerisinde, sinerji yaratacak biçimde yürütülmesinin sonucudur. Bu bakımdan, bir kağıtçı olarak, böyle bir kuruluşla çalışmaktan büyük bir keyif almaktayım.

İntersel Dış Ticaret Şirketi, bu satırların yazarı tarafından, İngiltere'de kağıt mühendisliği eğitimi alıp yurda döndükten sonra, Seka'da mühendislik, şeflik ve müdürlük, Toprak Grubu'nda ise müdürlük ve genel müdürlük gibi kademelerde toplam 25 yıl çalışmayı müteakip, 1995 yılında kurulmuştur.

Sektörde, selüloz ve kuşe kaolinini konularında hizmet vermektedir:

- **Engelhard (ABD)** firması çeşitli kalitelerde kuşe kaolinleri üretmektedir. Kuşe kaolin Üretimi 2 milyon tonun üzerindeştir. Üretime yarısını ihraç etmektedir. Üretime arasında, yüksek 'gloss' değerine sahip Miraglos 91, Istra gibi normal kuşe kaolinleri, Nuclay, Nusurf, Nuglos gibi delamine kaolinleri, Ansilex, Excaliber gibi özel kaolinleri ve Digitex gibi 'inkjet' baskısına uygun kaolinleri sayabiliriz. Engelhard firmasının yıllık cirosu 4 milyar ABD Doları civarındadır. Firma, ayrıca, renyum, palladyum gibi kıymetli metallerin yanı sıra, her çeşit yüzeye renk, parlaklık, koruyuculuk gibi özellikler veren pigmentler ile otomotif sanayine kataliz Üretimleri de vardır.
- **Nordcell (İsveç)** firması kanalyla da sektörde selüloz sunumu yapılmaktadır. Mümessillikleri arasında Stora, CMPC gibi selüloz üreticileri bulunmaktadır. Firmanın, ayrıca Misir, Irak, Yamanistan, Malezya ve Çin gibi ülkelere de selüloz satmaktadır.
- Sektör dışında da, akrilik levha, vakum termoforming makinaları, CNC trimming makinaları, lignosulfonat gibi konularda da mümessilliklerimiz bulunmaktadır.

Saygılarımla,  
Hidayet Çıldır



## Buz Ülkesinin İmparatorları

Onlar gider tersine, biz gideriz Mersin'e. Diğer deniz kuşlarına göre imparator penguenlerinin her şeyi ters. Bu hayvanlar kiş aylarında yavrular. Çiftleşme döneminde kur yapma ve eşini seçme işi dişilerin egemenliğindedir. Dişiler ayrıca sadakatsizlikleriyle ünlü.

Antarktik kuşlarının dondurucu soğuşuna, amansız kar firtinalarına, aylar süren karanlığına dayanabilen nadir hayvanlardan biri olan imparator penguenleri (*Aptenodytes forsteri*), 17 penguen türünün en irisiidir. Bu kuşlar, gerek soylu yaşam şekilleri, gerek heybetli dış görünümü ile dünyanın bu en soğuk bölgesinin tek hakimidir. Antartika, mart ayında yaklaşmakta olan amansız kuşın gazabından kaçan hayvanların telaşı ile oldukça hareketli günlere gebedir. İmparator penguenleri bu dönemde ülkesini terk etmeyen tek hayvandır. Kar martıları, Adelle penguenleri, leopar ayıbalıkları kuzeye, daha sıcak bölgelere göç ederken, yaklaşık 400 bin imparator, göç edenlere inat, büyük bir kararlılıkla daha da güneye iner. Burada gezegenin en sert iklim koşulları hüküm sürer. Penguenler buraya yalnızca kişi geçirmeye değil, çiftleşmeye gelir.

### Dişiler Sadaketsiz

"Diğer deniz kuşlarına göre imparator penguenlerinin her şeyi terstir" diye konuşan San Diego Deniz Dünyası Araştırma Enstitüsü uzmanlarından Ann Bowles, "Bu hayvanlar kiş aylarında yavrular. Çiftleşme döneminde kur yapma ve eşini seçme işi dişilerin egemenliğindedir. Dişiler ayrıca sadakatsizlikleriyle ünlüdür." diyor. Owles'in bu görüşlerine, Avustralya Antarktik Çalışmaları Merkezi'nden çevre uzmanı Graham Robertson yüzde yüz katılıyor. Penguenleri yerinde izlemek için buz tutmuş toprağıñ üzerinde son derece elverişsiz koşullarda 9 ay yaşayan Robertson, penguen kolonisini yakından izleme şansını elde eden nadir bilim adamlarından. Robertson, hayvanların eksantrik seks yaşamları karşısında duyduğu şaşkınlık ve hayranlığı şöyle ifade ediyor. "Dondurucu soğukun tüm canlı türlerini tehdit ettiği kiş aylarında bu hayvanların yavrulamak için niçin bu mevsimi seçtiğini anlamakta zorlanıyorum."



Biyologlara göre bunun yanıtı uzun evrim sürecinde yatiyor ve oldukça karışık gereklere dayanıyor. Hayvanlar üreme sürecini uzun süren bir flört evresiyle açıyorlar. Bu evrede çiftler birbirlerini seslerinden tanıyor. (Birbirine tipatıp benzeyen kalabalık bir kolonide başka şansları da yok zaten). Flörtün sonucunda dişi bir adet yumurta yumurtuyor ve erkeğini yumurta ile başbaşa bırakarak okyanusta iki ay sürecek olan keyif gezisine çıkarıyor. Erkek, kuşın bu en soğuk ve karanlık günlerinde kuluçkaya yatma işini üstleniyor. Yumurtadan çıkan yavru babasının ayakları üzerine yerleşerek, sık tüylerin altında soğuktan ve aç gözülü ayıbalıklarından uzak, annesinin görevi devir almasını bekliyor. Bu arada baba, yavruya zarar gelmesin diye yemiyor, içmiyor ve hareket etmiyor; yaz aylarında vücutundan biriktirdiği yağları tüketiyor. Anne geri döndüğünde babanın vücut ağırlığı neredeyse yarıya inmiş oluyor.

### Vücut Isıları İnsanlarındaki Aynı

"İmparatorun vücut isısı insanlarındaki ile aynıdır" diye konuşan Robertson, "İnsanlar kiş aylarında kutup soğusundan etkilenmemek için yaklaşık 10 kilo ağırlığında giysi giymek zorunda kalırken, imparator doğanın kendine verdiği giysi ile yetinir" diyor.

### Garip Aile İlişkileri

Eğer her şey yolunda giderse yumurtaların yüzde 90'nından civciv çıkarıyor. Keyif gezisinden oldukça semirmış bir şekilde dönen dişiler, yavrularını besleme görevini devir alıyor. Anneler, yavrularını beslerken daha önce yedikleri balıkları kusarak yavrulara yediyor. Baba, annenin dönüşünü sevinç çığlıklarıyla karşılıyor, çünkü 65 günlük sorumluluğu sona ermiş, keyif gezisine çıkış sırası ona gelmiştir. Zaten iki ayda epey kilo verdiği için doyasıya yemek yemek zorundadır.

### Yavrular Denizle Tanışır

Aralık ayı Güney Yarıküre'nin en sıcak ayıdır. bu dönemde



buzlar eriyip parçalanmaya başlar. Tüylenen yavrular artık kendi başlarının çaresine bakacak kadar büyümüşlerdir. Balığın bol, suların en sıcak olduğu bu dönemde yavrular denizle tanışmaya hazırlıdır artık. İmparatorların soylarını devam ettirmek çabaları neredeyse kahramanlık düzeyindedir. Dünyanın en zor doğa koşullarında, kendi yaşımlarını hiçe sayarak yavrularının bakımını üstlenen bu fedakar hayvanlara imparator adının verilmesi tesadüf değildir.

#### Penguen Kreşi

Antartika anakarasının donmuş denizlerinde koloniler kuran imparator penguenleri, yüzlerce yavrunun içinden kendi yavrusunu bulmak için gözlerinden çok kulaklarına güvenir. Anne ve baba yiyecek bulmak için uzaklaşınca, yavrular soğuktan ve düşmanlarından korunmak için adına kreş denilen bölgelerde birbirlerine sıkı sıkıya sokularak ebeveynlerini beklerler. Avdan dönen ebeveyn kreşten kreş dolaşarak yavrusunu arar; bu arada da yakınlarında olduğunu belli etmek için çok özel bir ses çıkartır. Ann Bowles, her kuşun özgün bir sese sahip olduğunu söylüyor. Bu özgün sesi duyan yavru annesini tanır ve kalabalıktan ayrılarak annesine koşar.

#### Çevre Kirliliği

İmparator penguenlerinin en büyük düşmanı doğa koşulları

veya ayıbalıkları değil. Son yıllarda çevre kirliliği, yalnızca penguenleri değil, dünyanın bu el değimemiş köşesinde yaşayan tüm canlı varlıkları tehdit ediyor. Kitada 50 civarında bölgede barınan bilim adamları ve turistler bugün çevreyi kirliyorlardı yaratılan iki önemli faktör. Bu insanların ürettiği yemek ve pis su atıkları yabancı patojenleri bölgeye taşıyarak hastalıklara neden oluyor. Üslerde yaşayan insanların yanlarında getirdikleri kediler, köpek ve kuş gibi evcil hayvanları da mikrop yuvası. İlkinci bir zararlı etmen de küresel ısınma. Çünkü daha ilk bir iklim patojenlerin gelişmesine ve üremesine neden oluyor. Bazı bölgelerde ısının 2 derece yükseldiği saptanıyor.

#### Antartika Fareleri

Bölgeye dışarıdan getirilen canlı türleri çeşitli enfeksiyonlara yol açıkları gibi, kitanın yerli hayvanlarının besin kaynaklarını tüketerek doğal dengelerin bozulmasına neden oluyorlar. Bu yabancı istila şimdiden ciddi bir tehlike oluşturuyor. Anakaraya yakın adalar bugün fare ve şimdide dek görülmemiş bir cins bitkinin istilası altında. Kümes hayvanlarını etkileyen bir tür hastalık bugün Adelie ve imparator penguenlerinde de görülmeye başlıyor. Toprak kurtları, asalık solucanlar ve sinek larvaları, şimdiden adalarдан anakitäye geçerek, başta penguenler olmak üzere diğer canlıların bağımsızlık sistemlerini çökertiyor. 43 ülkenin imzaladığı Antartik Anlaşması, dünyanın bu en temiz köşesini her türlü çevre kirliliğinden korumayı amaçlıyor. İmparator penguenlerinin geleceği bu anlaşmaya ne kadar uyulacağına bağlı.





## Verem Haftası

Sevgili Kartonsan çalışanları ve Kartonsan dostları; Ocak ayının ilk haftası VEREM HAFTASI idi. Bu konuda Kocaeli Valiliği ve İl Sağlık Müdürlüğü'nün önerisi ile fabrikamızda yaptığımız sohbet toplantısının özetini, faydalı olacağ umuduyla sizlerle paylaşmak istedim.

**Tüberküloz:** Binlerce yıldan beri, insan sağlığını tehdit eden ve ciddi bir toplum sağlığı sorunu olan tüberküloz (Tbc), bir enfeksiyon hastalığı olmakla birlikte olaya, geç aşırı duyarlılık ve alerji de karışmaktadır. Hastalık etkeni basil, çomak şeklinde bir bakteri olup, 1882'de R. Koch tarafından tanımlandığı için "Koch" basili de denilmektedir. Bu basılın, insan tipinin yanı sıra şiir tipi de vardır. Bütün tbc vakalarının %61-3 kadarı şiir tipi basile bağlıdır. Bunlarında 2/3 kadarı akciğer dişi organlarında yerleşmiştir. Gelişmiş ülkelerde bu enfeksiyonun sebebi hemen her zaman insan tipi basilken az gelişmiş ülkelerde ise süt, şiir tipi basil için hala taşıyıcıdır. Bizim asıl konumuz, halkın arasında verem, ince hastalık yada akciğerlerde duman hastalığı olarak bilinen Akciğer Tüberkülozu'dur. Birçok organ sistemini etkileyip, bir dizi ciddi sağlık sorunlarına neden olur.

Tüberküloz, sebebi belli, tedavisi mümkün, korunulabilir bir hastalık olmasına rağmen, dünyadaki en önemli sağlık sorunlarından birisidir. Çünkü verem sadece hasta olan kişinin sorunu değildir. Veremli bir kişi çevresinde bulunan herkese bu hastalığı bulaştırabilir. Çok zaman da kişi veremli olduğunu bilmenden, toplumda rahatça gezip dolaşmakta ve çevresine hastalığı yaymaktadır. Bütün toplum risk altındadır. Fiziksel özellikleri dolayısı ile tbc basılı vücutta yıllarca sessiz kaldiktan sonra tekrar aktif hale gelerek yeniden hastalık yapabilmektedir. Buzdolabında bile yıllarca yaşamını sürdürür. İşte bu yüzden verem toplumsal bir sorundur ve bildirmi zorunlu hastalıklardandır. Dünyada insanları en çok öldüren 10 hastalık arasında yer almaktadır. Dünya nüfusunun 1/3 verem basılına taşımaktadır. Günümüzde dünyada her gün 22 bin kişide verem gelişmekte ve 9 bin kişi de veremden ölmektedir, ama verem ölümleri önlenenebilir ölümlerdir. Verem, eskiden sadece gelişmemiş ülkeler ile faktır ve sefalet içinde yaşayan insanların hastalık olarak kabul edilirken, günümüzde küreselleşme, hızlanan nüfus hareketleri ve AIDS hastalığının yaygınlığına paralel olarak, zengin toplumlara ile çok popüler kişilerde de görülmekte yanı artıksınır tanımamaktadır.

Konum itibarı ile verem orta sıklıkta rastlandığı bir coğrafyada yer alan ülkemizde de nüfusun 1/4'ünün verem mikrobu ile karşılaştığı 200 bin civarında verem hastasının olduğu ve her yıl 30-40 bin yeni hastanın buna eklenen bilinmektektir. Devlet bu hastalıkla mücadelede uzun yıllar çok büyük başarılar sağlamıştır, ancak son yıllarda sadece ülkemizde değil tüm dünyada tüberkülozda bellirgin bir artış gözlenmektedir.

Bu hastalık yakalanma riski, doğrudan doğruya veremli insanların temas sıklığına bağlıdır. Çok kalabalık yerlerde yaşayınlarında ve tüberkülozu hastalarla temasında olurlarda hastalığın görülmeye oranı daha yüksektir. Çünkü verem mikrobu, hasta insanın sağlam kişiye hava yolu ile damlacık enfeksiyonu şeklinde gezer. Konuşma, nefes alma, öksürme aksırma sırasında akciğerlerdeki hastalık odaciğlarından kopup gelen basılı yüklu damlacıklar çevre havasına dağılırlar. Bu damlacıkların hızla buharlaşmasından sonra geride kalan basılı yüklu küçük partiküllere damlacık çekirdeği denir. Bulaşmayı sağlayan

bunlardır. Bunlar nefes alma sırasında sağlam kişilerin akciğerlerine gırıp, hava keseciklerine kadar gidip hastalık yaparlar. Damlacık çekirdekleri, kapalı yerlerde havada süspansiyon halinde uzun süre kalırlar, açık havada ise hem yanları kolay bozulur, hem de U. V. ışınlarıyla olur. Bu yüzden bulaşma, özellikle kapalı yerlerde olmaktadır. Bununla beraber öksürük ve hapsirme ile hastalığın diğer insanlara bulaşması, soğuk algınlıklarında görülene oranla daha azdır. İyi bir havalandırma ve güneş ışığı bu riski daha da azaltır. Hastanın kullandığı malzeme ile temasla bulaşma olmaz. Çünkü buralardaki basılın hava ile hava keseciklerine girmesi mümkün değildir. Bu nedenle normal temizlikle dikkat etmek dışında hastanın eşyalarını ayırmak gereksizdir.

Verem mikrobu vücuda ilk girdiğinde, öksürük ile ağızdan kan gelmesi, göğüs ağrısı, ses kısıklığı gibi belirtilerle yada ani başlayan ateşli bir enfeksiyon hastalığı tarzında zatürreyi düşündürecek ciddi bir tablo ile başlaması çok nadirdir. Aslında böyle durumlarda hastalar doktora daha erken başvurmaktı ve bu sayede hastalık daha erken teşhis edilmektedir. Ancak bazen hiç belirti bile vermez. Bazılar de bir grip enfeksiyonunu aklı getirecek tarzda hafif bir ateş yükselmesi, öksürük, terleme, halsizlik olabilir. Primer enfeksiyon denilen bu durum, yani verem basılının vücuta ilk girişi, bu nedenle genellikle fark edilmeden kendi kendine iyileşir. Ancak bütün primer hasarlar kendiliğinden ve komplikasyonsuz iyileşmezler. Bu sessiz tabloya rağmen, genel durum bozulmasa da, hasta bölge iyileşken akciğer dokusu normal özelliğini kaybederek iyileşir. Bazı vakalarda ateş uzun sürebilir ve uygulanan üst solunum yolu enfeksiyonu tedavisine cevap alınamaz, ancak çekilen bir akciğer röntgeni de fark edilebilir. Tüm bunlardan sonra verem mikrobu, bazen aylar, bazen de yıllar boyu bir hastalık yapmaksızın vücutta sessiz kalabilimekte, vücut direncinin düşük olduğu bir dönemde hastalık ortaya çıkmaktadır. Buna da re enfeksiyon yada "Post Primer Tüberküloz" denir. İşte asıl "AKCIĞER VEREMİ" olarak karşımıza çıkan tablo budur. Bu dönemde gerçek verem hastalığı bulguları ortaya çıkar. Verem hastalığının bu dönemini, çok ağır seyretmesi, mutlaka tedaviye ihtiyaç göstermesi ve tedavi edilmezse ölümle sonuçlanabilecek olmasının yanı sıra, hastalığın yayılması açısından da çok önemlidir. Primer Tüberküloz ile Post Primer Tüberküloz'un qidişî birbirinden farklıdır. Bunun sebebi, primer enfeksiyonuna cevap olarak gelişen, aşırı duyarlılık reaksiyonunda ortaya çıkan olayların, ikinci hastalığın seyrinde etkili olmasıdır.

Alkol, sigara alışkanlığı, yetersiz beslenme, kötü yaşam koşulları, yaşın ilerlemesi, aşırı çalışma, uykuya azlığı, şeker yada böbrek yetmezliği gibi kronik hastalıkların varlığı, AIDS veya kan yada lenf sisteminin kötü huylu hastalıkları, bazı hastalıkların tedavisinde kullanılan birtakım ilaçlar, bağılıklık sistemini baskılacak tedaviler gibi bazı olaylar vücut direncinin kirilmasına yol açarak, hastalığın ortaya çıkışını kolaylaştırmaktadır.

**Bellitler:** Verem, genellikle sinsi ve kronik bir seyir gösterir ve hastaların coğunda spesifik bir belirti yoktur. Bellitler ortaya çıktıği zaman da hastalık epeyce ilerlemiştir. Hastalığın ilerlemeye şekli değişkendir. Zaman zaman hızlı, bazen de yavaş seyreden, bu, kişinin direncine ve ilk hastalığın akciğerde yaptığı hasarın genişliğine-şiddetine bağlıdır. Başlangıçta direkt yayılma ile en yakın bölgeye, daha sonra mikropulu balgam ile akciğerin diğer bölgelerine yayılır. Kan yolu ile yayılma sonucunda ise hastalık akciğerin bir yerinde lokalize kalmayıp dari tanesi

gibi yayılır. Buna miliyer tüberküloz denir ve daha ağır bir hastalık tablosu meydana getirir.

Halsizlik, istahsızlık, kilo kaybı, sınırlılık iş gücünde azalma dikkat çeker. Daha sonraları hafif ateş ve özellikle gece terlemeleri olur. Bunlara bazen üst solunum yolu enfeksiyonu belirtileri de eklenebilir. Hastalık ilerledikçe solunum sisteme ait belirtiler öne plana geçer. Önceleri kuru, sonraları giderek balgamla beraber olan öksürük belirir. Kan damarlarının erozyonu sonucu balgamla beraber ağızdan kan gelmesi gibi yakınmalar ortaya çıkar. Bazı vakalarda ise öksürükle ağızdan kan gelmesi çok şiddetlidir. Hastalar sıkılıkla akciğer kaynaklı göğüs ağrısından şikayet ederler. Akciğerlerdeki hasarın yaygın olduğu vakalarda, bu bölgelerin zamanla büyümesi sonucu solunum kapasitesi azalacağından solunum güçlüğü de başlar. Hastalık soluk borusuna yayılırsa, ses kısıklığı, hırıltılı ses ve yutma güçlüğü olur. Mikropulu balgamın dışarı atılmasına bağlı olarak ağız içinde, dil ucunda ve etrafında yaralar meydana gelir, bunlar çok ağrılır. Yutulan mikropulu balgamın neden olduğu gastrit, hazırlıksızlık ve şişkinliği yol açar. İnce bağırsaklarda da iltihaplanma ve buna bağlı olarak kanama, delinme, tikanıklık olabilir. Kalın bağırsaklar bu durumdan genellikle etkilenmezken, anüste tüberküloza bağlı hastalıklar meydana gelir. Lenf bezlerinde şişme ve büyümeye olur.

**Tehsil:** Kişinin önceden verem geçirmişi olması veya ailede, yakınları, arkadaşları arasında veremli yada verem geçirmişi birinin varlığı, her zaman olmasa da sıkılık söz konusudur. Hastanın, doktor tarafından muayenesi yapıldıktan sonra ilk yapılması gereken şey, bir akciğer röntgeni çekilmektir. Bir dizi laboratuvar ve görüntüleme yöntemleri ile tanı kesinleştirilir.

**A-Laboratuvar Yöntemleri:** 1-Tüberkülin Testi: Verem basılı enfeksiyonuna karşı vücutundan verdiği cevaptr. Vücut savunmasında görevli akyuvarların bir türü olan, dokularındaki lenfositlerin baslatıldığı, hücresel geç asırı duyarlılık reaksiyonudur. Hastalık basıldıktan 3-8 hafta sonra pozitifleşir. PPD denilen özel solüsyon, ön kolda cilt altına yapıldıktan 48-72 saat sonra ciltte oluşan reaksiyonun büyütülüğü ölçülecek değerlendirme yapılır. 15 mm<sup>2</sup> in üstü pozitif olarak kabul edilir, ve bu da vücutta verem mikroorganizmının bulunduğu anımlına gelir. 2- Balgam incelemesi: Balgamın direk mikroskopik incelemesi ile balgamda tüberküloz basılı aranır. Balgam kültürleri yapılarak balgamda verem basılı tespit edilir. 3- Mide ve akciğer sıvılarında tüberküloz basılı aranır. 4- Kan tahlilleri; Kan sayımı, sedimentasyon hızının tayini yapılır.

**B-Görüntüleme Yöntemleri:** Akciğer röntgeni ve akciğerin bilgisayarlı tomografisi çekilir.

**Tedavi:** Geçmişte veremli hastalar için sanatoryumlar mutlaka gerekiydi. Günümüzde ise artık gereklilik olmamakla birlikte, Dünya Sağlık Örgütü (WHO) 1997 yılından itibaren verem tedavisindeki ilaç kullanımının bir sağlıkçı gözetiminde yapılmasını önermiştir. Aktif durumdaki hastalık mutlaka tedavi edilmelidir. Tedavi edilmezse ataklar halinde ilerlemeye devam eder. İyleşmiş hasta ise sadece gözlem altında tutulmalıdır. Basılın, kendi yapısında değişiklik yapabilme yeteneği, verem tedavisinde direnç sorununa yol açmaktadır.

**Tedavinin İlkeleri:** 1- Vücut direncini yükseltmek için genel önlemler: Ateş ve diğer enfeksiyon bulguları olduğu sürece hasta yataktaki kalmalıdır. Yeterli protein, vitamin, demir, mineral ve yeterli kalori içeren uygun beslenme şarttır. Hasta normal vücut ağırlığını kazanmalı fakat onu aşmamalıdır. 2- İlaç tedavisi: Hastalık aktif ise mutlaka ilaç kullanılmalıdır. Etkili bir anti tüberküloz tedavi ile 2-3 hafta sonra hastalık baskılanır, hastalık belirtileri giderilmeye başlar ve bulaşılınlıkta ortadan kalkmış olur. Ancak hasta iyi olduğunu zannederek tedavisini keser yada aksatırsa hastalık birkaç ay içinde tekrarlar ve ikinci kez başlanılan tedavi ilki kadar etkili olmamaktadır. Tüberkülozda ilaç kullanma süresi diğer hastalıklara göre çok daha uzundur. En hızlı tedavi 6 ay olmakla birlikte bu süre genellikle 9-12 aydır. Ancak bazen 18 ay, hatta bazen daha da uzun olabilmektedir. İlaçlar tek başlarına değil, uygun kombinasyonlar halinde kullanılır, ve bu kombinasyonlar belirli aralıklarla değiştirilir. Eğer tedavi süresi kısa tutulursa, yeterli sayıda ve dozda ilaç kullanılmazsa yada düzensiz kullanılırsa, tedavi aksatır, ihmali edilirse ilaçlara karşı direnç gelişebilir ve hastalık tedavi edilemez bir hastalık haline gelebilir. Verem tedavisinde kullanılan bütün ilaçların ihmali edilemeyecek ölçüde çok önemli yan etkileri vardır. 3- Cerrahi tedavi: Çok sık olmamakla beraber ilaçla tedavinin başarılı olamadığı durumlarda başvurulan bir tedavi yöntemidir.

**Korunma:** Toplumu veremden korumanın ana ilkelerini söyle sıralayabiliriz.

1- Toplumu tüberküloz konusunda bilinclendirmek. 2- Röntgen taramaları ile erken akciğer tüberkülozu vakalarını ortaya çıkarmak. 3- Hastalık belirtileri olan kişilerin sağlık kurumları ile işbirliği yapmalarını sağlamak. 4- Basil çikartan veremli hastaların tespit ederek tedavilerinin yapılmasını sağlamak ve hastalığı başkalarına bulaştırmalarını önlemek. 5- Siğır tüberkülozu ile mücadele etmek, sütün pastörizasyon ve kaynatılarak içimesini sağlamak. 6- Sağlıklı kişilerin tüberküloza karşı dirençlerini artırıcı önlemler almak. Direnci artıran yöntemlerin en önemlisi aşılanmadır. Verem aşısı (BCG) 6 yaşından küçüklerde tüberkülin testi yapılmadan, büyüklerde ise tüberkülin testi (-) ise yapılır. Tüberkülin testi (+) çıkan kişiye aşıının bir faydası yoktur. Aşı ne kadar küçük yaşta uygulanırsa o kadar yararlı olmaktadır. 7- Hıjyen standartlarını yükseltici önlemler almak. 8- Beslenme ve yaşam koşullarını düzeltmek.

**Diger Tüberküloz Tipleri:** Tüberküloz basılı kan yoluyla yayılmış sonucunda, akciğerler dışında lenf bezleri, kalp kası, cinsel organların bazı bölgeleri, idrar yolları, böbrek, beyin, büyük eklemeler, omurga ve kemikleri de tutarak buralarda da hastalık yapar. Kana geçen basılı sayısı çok fazla ve kişinin doğal direnci zayıf ise beyin zarlarının iltihaplanması ile tüberküloz menenjiti meydana gelir. Hasta ineklerin basılı içeren sütlerinin kaynatılmadan içilmesi, mide-bağırsak tüberkülozuna yol açabilir. Üst solunum yollarını tutabiliyor, buna bağlı olarak orta kulak iltihabı devamında da kulak zarında yırtılma, girtik ve soluk borusu iltihabı, yutma güçlüğü ve ses kalınlaşması olabilir. Nadir olsa da deri tüberkülozu da vardır.

Sağlıklı günler dileklerimle  
Dr. Onal ÇAKICI  
Kartonsan A.Ş. İyiler Hekimi



# Paylaşım



## Organizasyonlar

29 Aralık Çarşamba gecesi kapsamadı personelin katılımıyla gerçekleşen İstanbul Nakkaştepe Taşdevri Restaurant'da Saat 19:30 da "Yılbaşı Yemeği" verilmiştir.

30 Aralık Perşembe günü saat 17:00-18:00 arası ustabaşı düzeyine kadar personelin katılımıyla Fabrika Seminer Salonunda "Yılbaşı Kokteyl'i" düzenlenmiştir.

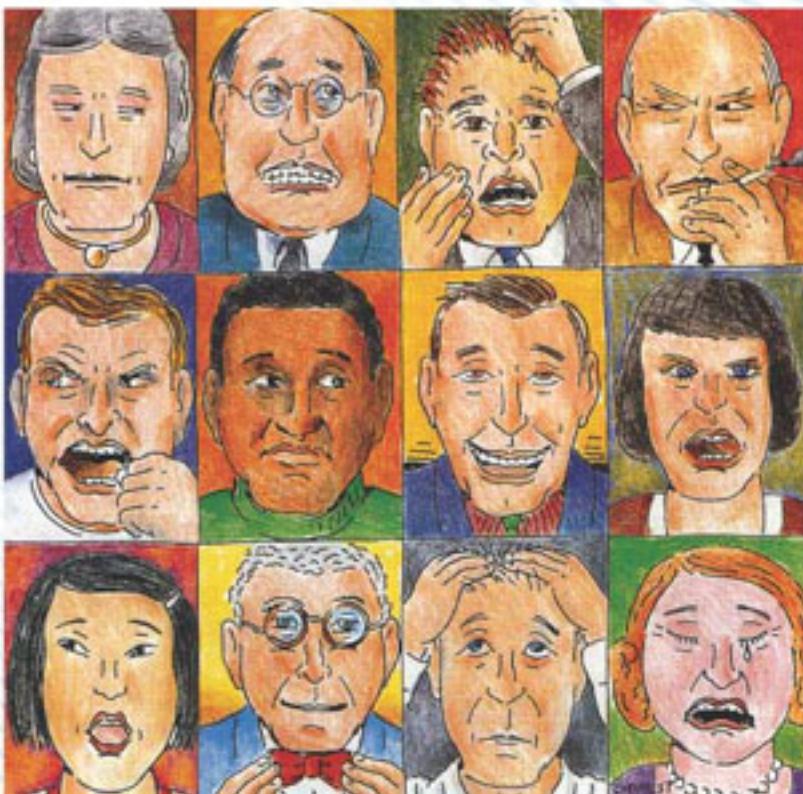


*Yeni yiline  
kutlu olsun...*



# EQ FAKTÖRÜ

Bilim adamları, bugüne kadar beynin donanımı ve aklın yazılımı ile ilgiliydi,  
Yüreğin sesine kulak verenler yalnızca ozanlardı...



Bilim adamları, falcıların işini elinden almaya uğraşıyor. Kahve fali, el fali gibi yöntemlere yüz vermeyen bilim adamları, dört yaşındaki bir çocuğun çikolata karşısındaki tutum ve davranışlarından, geleceğini tahmin edebiliyor.

Başarıya ulaşmak için gerekli olan kişilik yapısını araştıran bilim adamları, dört yaşındaki bir grup çocuğun önüne birer adet çikolata koyuyor. Çocuklara, önlereindeki çikolatayı hemen yemeyip biraz bekledikleri takdirde ödül olarak bir çikolata daha kazanacakları söyleniyor. Araştırmacı odadan çıkar çıkmaz bazı çocukların hemen önlereindeki çikolataya saldırıyor. Bazıları ise bir anlık tereddütten sonra dayanamayıp çikolatasını yiyor. Diğerleri ise, sabırı araştırmacının geri gelmesini bekleyip ikinci çikolatasını kazanıyor. Deney burada bitmiyor. Araştırmacılar, bu çocukların büyümесini bekliyor.

Çocuklar ilse çağına geldiğinde ortaya çok anlamlı bir tablo çıkıyor. Birinci çikolatasını yemeyip sabırla bekleyen

çocuklar, büyüğünde daha uyumlu, daha popüler, kendinden emin, daha cesur ve daha güvenilir bir kişilik sergiliyor. Önlereindeki çikolatanın çekiciliğine dayanamayıp ikinci çikolataya kadar bekleyemeyen çocuklar ise daha içine kapanık, daha inatçı ve daha karamsar oluyor. Bu gruptakiler, zorluklar karşısında hemen pes edip kabuğuna çekiliyor. Araştırmacılar bununla da yetinmemeyip iki grubun üniversitede giriş sınavlarında başarılarını da karşılaştırıyor. Sabırla bekleyen çocukların sabırsızla oranla, ortalama 200 kadar fazla puan alındıkları görülüyor.

## Duygusal Zekanın Rolü

Bilim adamları, bu araştırmanın sonunda ilkel dürtülerini denetleme yeteneğinin başarının yolunu açtığını, bunun da kısaca EQ denilen duygusal zeka ile açıklanabileceğini ortaya koyuyorlar.

Bilim adamları, bugüne kadar beynin donanımı ve aklın

yazılımı ile ilgiliydi. Yüreğin sesine kulak verenler yalnızca oزانlardı. Bilimin duygulara sırtını çevirmesi, bazı soruların yanıtızız kalmasına yol açıyordu. Sınıfın en ileri zekâlı Öğrencisi, büyüğünde meslek hayatında niçin başarılı olamıyor? İlk görüşte bazı insanlara kanımız kaynarken, niçin bazlarına içimiz ismrimiz? Kisaca başarılı olmak için ne tür bir kişilik gerekiyor?

Duygusal zeka kavramı, ilk olarak Yale Üniversitesi psikoloji bölümünden Peter Salovey ve New Hampshire Üniversitesi'nden John Mayer tarafından ortaya atıldı. Dr. Salovey'e göre duygusal zeka, kişinin kendi duygularını anlayabilmesi, başkalarının duygularını sezmesi, kısaca yaşam kalitesini düzeltmek için duygularını denetim altına alabilme yeteneği idi.

EQ denilen bu kavram, daha sonraları Harvard Üniversitesi'nden Daniel Goleman'ın yazdığı "Emotional Intelligence" adlı kitap ile sokaktaki adamın bile anlayacağı bir ifadeye kavuştu. Goleman'ın amacı, akıllı insanı yeniden tanımlamak ve kişilik yapısı ile başarı arasındaki ilişkiye ortaya çıkarmaktı. Goleman, bu yolla günlük yaşamın karmaşası içinde benliğini yitiren modern insanın kendini ve çevresini daha iyi anlamasına yardımcı olmayı hedefliyordu. Kitaptaki pratik bilgiler herkes için yararlıydı. Şirketler personel seçiminde, eşler evlilik sorunlarının giderilmesinde, ebeveynler çocuk eğitiminde, öğretmenler ögrenim zorluğu çeken çocukların topluma kazandırılmasında Goleman'ın kitabından çok şey öğrendi.

### Duyguların Yaşam Bulduğu Yer

Duygular, beynin "limbik sistem" adı verilen bölgesinde yaşam bular. Bu bölge; zevk alma, nefret, korku ve öfke duygularından sorumludur. Milyonlarca yıl önce beyne eklenen "neokorteks" bölgesi ile insanlar; plan yapma, öğrenme ve hatırlama yeteneğine kavuştular. Limbik sistem, sehvət gibi ilkel duyguların kaynağını oluştururken, neokorteks, aşkin yuvalandırıcı merkezdir. Limbik sistem ile neokorteks arasındaki bağlantılar ne kadar güçlü ise duygusal reaksiyonlar da o kadar fazlaşır. Bu ikisi arasındaki bağlantıların kaza sonucu kopması, kişinin karar yetisini tümüyle yitirmesine neden olur. Bu kişiler, uyarılar karşısında tepki gösteremeyebilir, hata yaptıkları zaman utanç veya pişmanlık duymadıklarından aynı hatayı tekrarlama eğilimini gösterirler.



### Kendi Kendini Tanıma Yeteneği

Duygusal zekayı oluşturan unsurların başında; kendi kendini tanıma, kendini anlama yeteneği gelir. Bu, çok zor elde edilen bir yetenektir, çünkü duygular genellikle farklı görüntüler altında kendini gösterir. Orneğin, çocuğu elinden kurtulup caddeye fırlayan bir kadının ilk tepkisi, söz dinlememiği için çocuğuna kızıp bağırmak olacaktır. Ancak; bu kadının gerçek duygusu korkudur, çocuğunun araba altında kalmasından korkmaktadır.

Goleman, kitabında kendi kendini tanıma anlama yeteneğinin önemini özellikle vurgular, çünkü ancak kendini tanıyan kişi duygularını denetim altında tutabilir. Bu, duyguların bastırılması anlamına gelmez. Yunan düşünürü Aristo, duyu denetimini "Herkes kolayca öfkelenebilir, ancak doğru insana, doğru zamanda, doğru ölçüde, doğru nedenle, doğru şekilde öfkelenmek o kadar kolay değildir." şeklinde açıklar.

Bazı duygular, diğerlerinden daha kolay kontrol edilebilir. En zor denetim altına alınabilecek duygular, öfke ve şoklardır. Evrim teorisine göre öfke, kişinin kendini tehlikelere karşı korumasına yarar. Bilim adamları, bir yandan öfkenin kaynağını araştırırken, diğer yandan da öfkenin minimum zararla nasıl giderileceğini bulmaya çalışmaktadır. Goleman, "Öfkeyle yatan, zararla kalkar" deyişinden yola çıkararak, öfke sonucu ortaya çıkan adrenalinin spor veya rahatlama teknikleriyle işlem görmesi gerekliliğine inanıyor.

Endişe de, öfke gibi aşırıya kaçılımadıkça yararlı bir duygudur. Endişe, konu üzerinde konsantrasyonu arttırdığından, çözüm süresini kısaltır. Endişe, kontrolden çıkmış beyni çalışmaz hale getirdiği anda tehlike çanları çalışmaya başlar. Başarısızlık endişesi genellikle başarısızlığı doğurur.

Bazı kişilerin yaşamla barışık olmalarının altında yatan en önemli etken, kendilerini tanımlamalarıdır. Bu tür insanların yaşamları süresince karşılaştıkları sorunları, duygusal zekaları yardımıyla çözümledikleri görülür.





## Şimdide Yaşama ve Şimdiyi Yaşama

### 1. GİRİŞ

Hepimiz, görünürde olup bitenler açısından şimdide, yani içinde olduğumuz anda yaşıyoruz. Ancak, gerçekle olup bitenler açısından, şimdiyi, yani içinde olduğumuz anı yaşıyor muyuz?

Şimdide ve şimdiyi yaşama, bu yazındaki bağlamında, 'yaşamak' sözcüğünün yerine 'hissetmek' sözcüğünü yerleştirerek de kullanılabilir.

Başa bir deyişle, 'şimdide düşünüyoruz, ama şimdiyi mi düşünüyoruz!', gibi bir benzetme yaparak yukarıdaki sorularıya açıklık kazandırabiliriz.

Bütün bu açıklamalardan anlaşılaçlı üzere, 'şimdide yaşama', biçimde veya yüzeyselliğe, 'şimdidi yaşamaya' ise içeriğe veya içsel derinliğe yönelik tutumları belirtmektedir.

Bu yazının amacı, kişinin içinde yaşadığı anda, yaşam alanının heyecansal görünüllerinde, görünürde olup bitenin gerisine geçerek, gerçekle olup bitenin farkına varmasının ve kendi güç alanında esenliğini artırmamasının mümkün olduğu konusunda bilgiler vermektedir. Daha somut bir söyleyişle,

- Heyecanımızı bastırma yerine, onların ayırdında olabiliriz. (**ŞİMDİDE HİSETME**)
- Heyecanımızı çarpıtıp, başka kalıplara sokma yerine, onları çözümleyebiliriz. (**ŞİMDİYİ HİSETME**)

### 2. ŞİMDİDE ŞİMDİYİ YAŞAMAK

Heyecan, duyuma bağlanmış bir düşüncedir. Düşünce genellikle geçmiş veya geleceğe aittir ama duyu şimdidedir. Zihnimiz, yorum yaparak, duyuşumları çabucak dingençlere bağlar. Bu yüzden, heyecanımız şimdide merkezlenmişlerdir.

Şu andaki heyecanımız, sinir sistemimizin, geçmiş izler de dahil, şu andaki durumunu yansıtır. Ne zaman bir heyecan yaşasak, geçmişten gelen izler de tepkimize dahil olur. Bu, tepkilerimizin çoğu geçmişin yanıklarıdır ve gerçekten şimdidi yaşamıyoruz, demektir.

Bebekken, deneyimlerimizin oluşturduğu duyuşlar, fiziksel duyuşlarımıza çok yakındır. Korktuğumuzda, üzüldüğümüzde veya alımız ıslak olduğunda, hiçbir yasak tanımadan ağladık. Çünkü 'kötü' ve 'hayır' sözcüklerini henüz öğrenmemiştik. 'Kötü' sözcüğü ile, bazı düşüncelerimizin utanç dolu olduğunu, 'hayır' sözcüğü ile de, kendi dürtülerimize direnç göstermeyi öğrenmiş olduk. Sonraları, daha karmaşık sözcükler, kavramlar ve yorumlar öyledirik.

Bir yetişkin olarak, kendimizi, bir heyecanı yanında deneyimlemekten yoksun bırakırsak, zihin, çarışan bir sözcükler dizisi yoluya, bizi kolayca geçmişe veya geleceğe götürür. Bir heyecan tümüyle ve sonuna kadar hissetmek, onu deneyimlemek ve açığa vurmak, şimdide şimdidi yaşamak demektir.

#### Benlik ve Farkındalık

Düşündüğümüz ve duyumsadığımız herşey, kim olduğumuzu yansıtır. Farkındalımız yüzeysel ise, yüzeysel düşünür ve hissederiz. İç dünyamızda da

derinlere inmek için, şimdideki tepkilerimizden yola çıkmamız gereklidir. Herhangi bir uyarıcıya karşı tepkiyi şimdide verdirdiğimiz için, kendimizi arayış da şimdide başlamalıdır.

#### Heyecanların Modelleme

Heyecanlar, acı veya hav duyumu yaratanlar olmak üzere iki temel gruba ayrılır. Psiko-filozofik bağlamda, hepimiz acıdan kaçış, hav yaşamak istemiz. Yaşadığımız bütün karmaşık heyecanlar, temel güdülere uyamamızdan kaynaklanır. Her insanın yaşamında, sayısız kere yinelenerken yaşanan heyecansal karmaşaklı, psikiyatrist David Viscott, yalnız bir modele indirgemistiştir. Bu model, Çizim 1 de verilmektedir. Bu modele göre, heyecansal döngülerimiz, sadece acı veya havın duyumsandığı şimdide başlar ve çoğu kere geçmişte merkezlenen, kızgınlık, suçluluk ve çöküntü gibi karmaşık heyecanlarla son bulur.

Bu çizelgenin söylediğii, 'rafa kaldırıldığımız' bir incinmenin, kızgınlık, kaygı, suçluluk duygusu ve çöküntü gibi sorunların kaynağı olduğunu söylüyor. Bu gibi acı tabakaları ile başa çıkmakın tek yolu, acı duyuşandığında, neyin bizi incittiğini bulmamız, onun üzerine gitmemiz ve bu yaşıntıyı tüketmemizdir. Şimdidi yaşamak, adına kızgınlık denilen kolay bir tepkiden kaçınmayı ve kabulü daha zor olan incinme duygusunu yitheşme dürüstlüğüne gerektirir. Bu yapılmadığında, kızgınlık, kaygı, suçluluk duygusu ve çöküntü birikimleri artacaktır.

#### Şimdide Şimdiyi Yaşamak

Şimdide şimdidi yaşamayı başarmak için aşağıdaki noktalara özen göstermek gereklidir:

1. Incinmenin, en temel olumsuz duyu olduğunu kabullenmeliyiz. Incinmeye yaşamaktan kaçınarak şimdide olamayız.
2. Duyumlarımızın farkında olmalıyız. Ne hissettiğimizi inkar etmemeliyiz veya onu kızgınlığı dönüştürmemeliyiz.
3. Olası durumlarda, ne duyuşadığımızı, bize incinmeye neden olan kişiyle konuşmalıyız.
4. Heyecanımızı açığa vurarak tüketmemeliyiz.



Çizim 1: Heyecansal Döngülerimiz

## Açı ve Öğrenme

Bu adımları uygulamak, her ne kadar istirap verici görünse bile, aslında özgürlüğe giden yolu açan bir alıştırmadır. İncinmiş olmak hiç hoş değil ama gerçektir. Bu gerçek, bizi şimdide tutar. Halbuki, kızgınlık, kaygı, suçluluk duygusu ve çöküntü gibi geçmiş izlenimlerin koşulladığı tepkiler, bizi şimdiden uzaklaştırır. Şimdide olduğumuzda, heyecanlarımızın izlerinden giderek onların kaynağını ulaşırız.

Kendi doğrularımızı bulma amacının dışında, acı çekmenin hiç bir yararı yoktur. Bizi acıdan kurtaracak bir ipucu olarak kullanılmadıkça, acının hiç bir değeri yoktur. Bir bebek incindiliğinde ağlar ve böylece onu sisteminden dışarı atarak, gevşer. Bedeni yeniden, temel durumu olan haza, rahatlığa ve huzura kavuşur. Böyle bir durumu yaşamak, kendimiz olmak demektir. Yani, çocukluk yıllarından itibaren öğrenmeye başladığımız, heyecanlarımızı bastırma veya çarpitma eğiliminden uzaklaşmamız anlamındadır.

## Dikkat ve Farkındalık

Dikkatimizi acıya odaklamak, ani yaşamak, yani, acı ortaya çıktıığında, onu acıya vurmak demektir. Acıya vurulan bir acı olduğu gibi yaşanır. Sonunda tükenmeye başlar, çünkü bedenin doğal olarak yapmak istediği budur. Bu yüzden dikkat, acıya vurmayı ateşleyen kurtarıcı bir güçtür. Dikkatimizi bir duyu üzerine yoğunlaştırmamız, bizi tanık veya gözlemci durumuna koyar. Yani, hem yaşayan, hem de yaşadığı gözlemlen bir konumda oluruz. Neyi, neden ve nasıl yaşadığımızın farkında oluruz. Kaçınma, suçlama, ve inkar gibi ikincil oluşumlara başvurmaya gerek kalmasın. Psikolojik içgüdü, ancak gözlem yapmakla mümkünür. İncinmenin içinde sürüklendiğimizde, onun içine bakıp nedenini göremeyiz. Gözlem yapmak, tarafsız olmayı sağlayacağı için içsel anlayışımızı geliştirir. Geçmişimizdeki bir incinmeyi ateşlemeden, şimdide, hiç kimseyin bizi incitmeye mümkün değildir.

## İcinmeyi Kabullenmiş

'İcindim', demeyi öprendikçe ve incinmeyi yaşamıp, tükettiğçe, daha açık olmayı öğreneceğiz. Bizi asıl ürküten, karmaşık olan heyecanlardır. Bunlar, doğal bir işleyiş (mekanizma) olan acıya vurmayı aksatırlar. Suçluluk duygusu veya çöküntüyü acıya vuramayız, çünkü bunlar, incinmeyi acıya vurmayı unuttuğumuz için oluşan ikincil oluşumlardır. İcinmeyi öprendikçe, acıyla başa çıkmamız kolaylaşacaktır, çünkü acıya vurma becerimiz gelişecektir. Bu beceri geliştiğçe, diğer heyecanlarımızı da daha rahat birlikte olacağız. Duygusal yönden yaşılmış veya ketenmiş bir zihin için, nefret ve güvensizlik gibi duyguları yaşamak ne kadar zorsa, sevgi ve güven gibi içsel yaşıtları deneyimlemek de o kadar zordur. Kendi heyecanlarımıza birlikte olmayı öğrendiğimizde, başkalarınınnıyle gereksiz yere uğraşmayacağız. Böylelikle, bizi incitmenleri yargılama ve suçlama yerine, onları affetmeye doğru yönelmiş olacağız.

## Kaya Sarıcalı

## Önemli Terimlerin Açıklaması

**Açı (pain):** Örgenliği tedirgin eden duygulanım. Hazzın karşısıdır. Ruhsal veya özdeksel (fiziksel) olabilir.

**Algı (perception):** Duyumların yorumu.

**Benlik (ego):** Bireyin ne olduğunu, ne olmak istediği ve çevresine nasıl tanıdığı konularındaki bilinciliği.

**Çöküntü (depression):** Uyaramlara karşı duyarlılığın, işe girişme gücünün, kendine olan güvenin azalıp karamsarlığın güçlenmesi durumu.

**Duyu (sense):** Duymayı gerçekleştiriren işlev. Çeşitli örgenlerle gerçekleştirilen algı.

**Duygu (feeling):** Nesne, olay ve kişilerin bireyin iç dünyasında uyandırdığı izlenimler. Zihinsel (mental) farkındalık.

**Duygulanım (affection):** Duyguyla etkilenme.

**Duyum (sensation):** Duyu organları yoluyla beden alanı veya dış çevreden toplanan uyarı.

**Dürtü (impulse):** Fizyolojik veya ruhsal dengenin değişmesi sonucu ortaya çıkan ve canlılığı türü tepkilere sürükleyecek içsel gerilim.

**Esenlik (welfare):** Doğal yapı ve yaratılışla tam bir uyum içinde oluşu.

**Farkındalık (awareness):** Şeyleri birbirinden ayırdetme yeteneği.

**Özfarkındalık (self-awareness):** Zihnin, hem yaşaması, hem de yaşadığını gözlemelemesi durumu.

**Görüngü (phenomenon):** Bir olayın, olgunun, nesnenin ya da özenin algılanabilen yönleri.

**Güdü (motive):** Kişiin, bilincili olarak davranışlarının dayanağı diye gösterdiği güç.

**Güç alanı (power field):** Yaşam alanının kişice denetlenebilin bölümü.

**Haz (pleasure):** Hoşlanılan duygulanım. Canlıarda bir itki gücüdür.

**Heyecan (emotion):** İç ve dış uyaramlara karşı örgenlikte fizyolojik değişiklikler yapan güçlü duygusal tepki.

**Duyguların ayağa kalkması (etkinleşmesi) durumu.**

**İcinme (hurt):** Benlik zedelenmesi, benliğin tehdit altına girmesi.

**Kaygı (anxiety):** Güçlü bir istek veya dürtünün amacıyla ulaşamayacak gibi gözüktüğü durumlarda beliren tedirgin edici duyu.

**Kızgınlık (anger):** Engellenme, incinme ya da gözdağı karşısında gösterilen saldırganlık tepkisi.

**Yaşam alanı (life space):** Kişi için gerçekler dünyasını oluşturan görüntülerin tümü.

**Yorum (interpretation):** Bir olay ya da olgunun değerlendirilmesi.

**Zorlanma (stress):** Herhangi bir varlığa uygulandığında şerefinlik ve düzen bozukluğu yaratan, çok güçlü olduğunda yapı ve görevlerde kökü değişimler yol açan güç.

## KAYNAKÇA

- Daniel Goleman, EMOTIONAL INTELLIGENCE, Bantam Books, 1995.
- David Cox, ANALYTICAL PSYCHOLOGY, The English Universities Press Ltd., 1966.
- Deepak Chopra, AGELESS BODY, TIMELESS MIND, Harmony Books, 1993.
- Doğan Cicekoğlu, İNSAN VE DAVRANISLAR, Remzi Kitabevi, 1991.
- Engin Geçtan, ÇAĞDAŞ YASAM VE NORMALDİŞI DAVRANISLAR, Remzi Kitabevi, 1989.
- Engin Geçtan, İNSAN OLMAK, Remzi Kitabevi, 1989.
- Engin Geçtan, VAROLUŞ VE PSİKIATRI, Remzi Kitabevi, 1989.
- Mihal Erç, RUH BİLİM TERIMLERİ SÖZLÜĞÜ, Türk Dil Kurumu Yayınları, 1974.
- Orhan Hancerlioğlu, RUH BİLİM SÖZLÜĞÜ, Remzi Kitabevi, 1992.
- Orhan Hancerlioğlu, TÜRK DİLİ SÖZLÜĞÜ, Remzi Kitabevi, 1992.
- Robert S. De Ropp, THE MASTER GAME, Pan Books Limited, 1974.



## Milli Takıma Tam Destek



Grup lideri Ukrayna'nın deplasmanda Arnavutluk'u 2-0 yenmesi ve zirve yarışındaki diğer rakibimiz Yunanistan'ın evinde Danimarka'yı 2-1'le geçmesi, puan tablosunda önemli değişikliklere neden oldu. Dolayısıyla hesaplar da karıştı. Kura çekimlerine seribaşı olarak katılan Türkiye, Danimarka ve Yunanistan'la artık play-off mücadelesi yapacak. Ukrayna ise liderliğin keyfini yaşayacak gibi.

Almanya'nın Frankfurt kentindeki kura çekimi sonucunda, 2002 yılında Japonya ve Güney Kore'nin orta-pilan son şampiyonanın "Dünya Üçüncüsü" Grubu'nda Danimarka, Yunanistan, Arnavutluk ve Kazakistan yer almıştır.

A Milli Takımımızın seribaşı olarak yer aldığı sonucunda, Avrupa Kıtası'ndan finallere Almanya ile birlikte 14 takım gidecek. 3 tane 5 tane de 6 takımı 8 grup halinde finallere mücadele etmek üzere yapılacak Avrupa Kıtası'ndan, Azerbaycan'dan 13 takım, 8 grubun birincileri ile en iyi 16'ya sahip 2 grup ikincisi ve kurayla eşleşecek 6 grubun ikincileri arasında yapılacak play-off maçlarını geçen 3 takımdan oluşacak. Avrupa Kıtası dışındaki 5 kıtadan ise 16 takım eleme sonucu, 2 takım da play-off baraj maçları neticesinde

"İlere kaçılmak, Asya'dan 4, Afrika'dan 5, Kuzey ve Amerika'dan 3 ve Güney Amerika'dan 4 takım finallere doğrudan katılırken, finallere katılmamış takımlar ise play-off baraj maçları sonunda DÜNYA ÜÇÜNCÜSÜ olacak."

6 kıtadan 32 takımın katılacağı finallere son Dünya Şampiyonu Brezilya da yeni statü gereği eleme maçları yararak katılabilir. Almanya'nın 12 kentinde, 9-12 Temmuz-9 Temmuz 2006 tarihleri arasında gerçekleştirilecek finallerin açılış maçı 9 Haziran'da Berlin Olimpiyat Stadı'nda, final maçı ise 9 Temmuz'da Berlin Olimpiyat Stadı'nda yapılacak.



2005						
09-02	Yunanistan - Danimarka	2-1				
09-02	Arnavutluk - Ukrayna	0-2				
26-03	Danimarka - Kazakistan	-				
26-03	Gürcistan - Yunanistan	-				
<b>26-03</b>	<b>Türkiye - Arnavutluk</b>	<b>-</b>				
30-03	Ukrayna - Danimarka	-				
<b>30-03</b>	<b>Gürcistan - Türkiye</b>	<b>-</b>				
30-03	Yunanistan - Arnavutluk	-				

GRUBUMUZDAKİ SON DURUM							
	O	G	B	M	AG	YG	P
Ukrayna	6	4	2	0	11	3	14
Yunanistan	5	2	2	1	7	5	8
Danimarka	5	1	3	1	7	6	6
<b>Türkiye</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
Arnavutluk	5	2	0	3	3	7	6
Gürcistan	4	1	2	1	5	5	5
Kazakistan	4	0	0	4	2	10	0



## Kampanya

100 yılın en büyük felaketlerinden biri olan Güney Asya Depremiyle karşılaşan afet mağdurları, yakınlarını ve aile bireylerini kaybetmenin verdiği derin üzüntünün yanısıra, gıda, ilaç, gıvecek gibi temel ihtiyaçlarını karşılama zorluğu içerisinde, özellikle çocukların salgın hastalık ve açlık gibi tehlikelerle karşı karşıyadır.

Bizler nasıl Marmara Depreminde yalnız olmamışsa, aynı şekilde yüksek insanı değerlere sahip Kartonsan'lılar olarak elimizden geldiğince yapacağımız yardımlar, yüzlerce insanın yaralarını saracak, yeni felaketlerin yaşanmaması temennisiyle birlikte, onların da yalnız olmadığını gösterecektir. Bu bağlamda biz de İnsان Kaynakları ve Kalite Sistemleri Departmanımız tarafından bir "Yardım Kampanyası" düzenledik. Kartonsan çalışanları, Kartonsan'lı olmanın bilinciyle karınca kararınca depremzedelere yardımlarını esirgemediler.



Herkese teşekkürlerimizi sunarız.

**Gürol BAYIK**  
İnsan Kayn. ve Kalite Sist. Dept.



## İletişim Bir Sanattır

"Paylaşım" dergimizin 2005'teki yeni tasarımları ve değişimi, sizlerle hep bir adım daha kaliteli ve zekli bir iç iletişim kurmayı hedeflemek. Yayın Kurulumuz içerik olarak; Kartonsan'dan haberleri, müsterilerimizi daha yakın tanımayı, sağlık, aktüel, spor, kültürel ve sosyal yazılarınıza tüm çalışanlarımıza esenlik dolu günler diliyoruz.

**ÖNERİLERİNİZİ BEKLİYORUZ...**  
Görüş, öneri ve yazılarınızı sayfalarımızda paylaşmak dileğimle:))

Yayın Kurulu



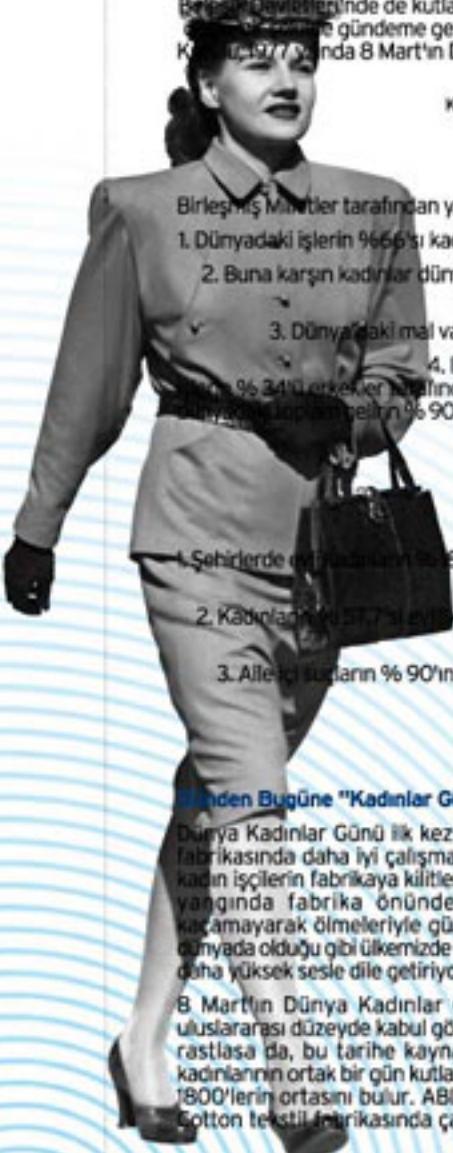
## 8 Mart Dünya Kadınlar Gününe Kutlu Olsun

Kadınlara özgü bir günün var olması düşüncesi ilk kez, 26-27 Ağustos 1910'da Kopenhag'da düzenlenen Uluslararası Sosyalist Kadınlar Konferansı'nda ortaya atıldı ve kabul edildi. Bir çok ülkede her yıl kutlanmaya başladı.

İsveç'te ise 1912 yılından itibaren kutlanmaya başlandı. Ancak iki yıllarda belli bir tarih saptanmamıştı ve değişen tarihlerde ama her zaman ilkbaharda kutlanıyordu. Tarihin 8 Mart olarak saptanışı 1921'de Moskova'da gerçekleştirilen 3. Uluslararası Kadınlar Konferansı tarafından olmuştu.

İki dünya savaşının arasında bazı ülkelerde kutlanması yasaklanan Kadınlar Günü, 1960'lı yılların sonunda Amerika Birleşik Devletleri'nde de kutlanılmaya başlamasıyla daha fazla gündeme geldi. Birleşmiş Milletler Genel Kurulu 1977'de 8 Mart'ın Dünya Kadınlar Günü olarak kutlanması kabul etti.

Kaynak: NATIONALENCYKLOPEDIA

- 
- İlginc Bilgiler**
- Birleşmiş Milletler tarafından yapılan bir araştırmaya göre;
1. Dünyadaki işlerin %66'sı kadınlar tarafından görülmüyor.
  2. Buna karşın kadınlar dünyadaki toplam gelirin ancak %10'una sahipler.
  3. Dünyadaki mal varlığının ise % 1'ine sahipler.
  4. Başka bir delegeyle dünyadaki % 34'ü erkekler tarafından görülmüyor ama erkekler dünyadaki mal varlığının % 90'ına ve toplam mal varlığının % 99'una sahipler.
- Türkiye'den Rakamlar (Milliyet, 8 Mart 2001)
1. Şehirlerde emekçilerin % 8'i, köylerde de % 76'sı eşleri tarafından dövülüyor.
  2. Kadınların % 77'si eşlerinin ilk gününde şiddetle karşılaşıyor.
  3. Allergi hastaların % 90'ını kadına karşı işlenen suçlar oluşturuyor.

### inden Bugüne "Kadınlar Günü"

Dünya Kadınlar Günü ilk kez 1800'lü yıllarda bir tekstil fabrikasında daha iyi çalışma koşulları için greve giden kadın işçilerin fabrikaya kilitlenmesi, arkasından çıkan yangında fabrika önünde kurulan barikatlardan kaçamayarak ölmelerileyle gündeme geldi. Kadınlar tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de 8 Mart'ta eşitlik isteklerini daha yüksek sesle dile getiriyorlar.

8 Mart'ın Dünya Kadınlar Günü olarak kutlanması, uluslararası düzeyde kabul gören bir hal alması 1970'lere rastlasa da, bu tarihe kaynaklık eden olay ve dünya kadınlarının ortak bir gün kutlama isteğinin gündeme geliş 1800'lerin ortasını bulur. ABD'nin New York kentindeki Cotton tekstil Amerikasında çalışan işçi kadınlar, 1800'lü

yılların ortalarından beri daha iyi çalışma koşulları, emeklerinin karşılığında hak ettikleri ücret ve daha iyi yaşam için mücadele vermektedir. Ama bunca yıllık mücadeleye karşın elde edebildikleri pek bir hak yoktur. En sonunda, 8 Mart 1908 günü, haklarını alabilmek için son çare olarak greve giderler. Ancak patronlar bu greve zâlîm bir şekilde müdahale ederler. Greve giden kadınlar fabrika binasına kilitlenirler. Patronlar bu yolla grevin başka fabrikalara sıçramasını engellemek isterler. Ancak beklenmedik bir şey olur ve fabrika yanmaya başlar. Ne yazık ki yanından fabrikada bulunan kadın işçilerden çok azı kaçarak kurtulmayı başarır. Yanan fabrikadan kaçmayı ve fabrikanın çevresine kurulmuş olan barikatları aşmayı başaramayan 129 kadın işçi yanarak ölürlü.

Aynı yıl diğer endüstri kollarındaki kadınlar da mücadeleye devam ederler. Kadınların yürüttükleri mücadelenin temelinde seçme ve seçime hakkı, günlük çalışma saatlerinin, koşullarının ve ücretlendirmenin yeniden düzenlenmesi gibi konular bulunmaktadır. Dünya Kadınlar Gününde bugün de ilk başlarında yapıldığı gibi eşitlik için, bağımsızlık için, politik haksızlıkların ortadan kaldırılması için, daha iyi yaşama ve çalışma koşulları elde edebilmek için çalışılıyor.

### Türkiye'de 8 Mart Kadınlar Günü

İlk kez 1921 yılında "Emekçi Kadınlar Günü" olarak kutlanmaya başlayan 8 Mart, 1975 yılında daha yaygın olarak kutlandı ve sokağa taşındı. "Birleşmiş Milletler Kadınlar On Yılı" programında Türkiye de etkilenmiş. 1975 yılında "Türkiye 1975 Kadın Yılı" kongresi yapılmıştır. 1980 askeri darbesinden sonra dört yıl anılmadı. 8 Mart, 1984'ten itibaren her yıl çeşitli kadın örgütleri tarafından Dünya Kadınlar Günü kutlanmaya başlandı.

Kadınlar 80'lü yıllarda 8 Mart'ı izinli yürüyüş ve şenliklerle kutlayamamışlarsa da, küçük gruplar mütevazi kutlamalarını sürdürdüler. 90'lı yıllarda kadın kuruluşlarının sayı ve çeşitliliğinin artması ile beraber 8 Mart daha geniş bir katılımla kutlanılır oldu.



## Aramıza Katılanlar



Ayhan Demirdağ  
Oretim



Erdinç Özsvíri  
Oretim Hizmetleri



Müge Erdoğan  
Genel Müdürlüğü Santral



Emrah Gökçeciler  
Oretim Hizmetleri



Ömer Okay Pehlevan  
Oretim



Ahmet Uysal  
Oretim



Gürol Bayık  
İnsan Kaynakları

Hoş geldiniz...

 Aramızdan Ayrılanlar

- Nurşen Sözen
- Fikret Rende
- Fikret Özdemir
- Osman Yetişen
- Ferhat Atılgan
- Resul Şahin
- Yakup Şahintürk
- Necla Fiçıcioğlu
- Belgin Aydoğdu
- Aslı Çavuşlar
- Hüsamettin Çeçen
- Rafet Ongül



## Çocuğu Olanlar

- Okan Şimşek (Nazra)
- Sadi Demir (Berin)

25.12.2004

27.09.2004

Uzun ömürler diliyoruz...

Yeni işlerinde başarılar...



## Ürüne yakın, tüketiciye saygılı...

Kartonsan, faaliyet göstermeye başladığı 1967'den günümüze sektöründe elde ettiği lider ve öncü konumunu teknoloji ve üretim alanlarında da göstermiştir. Her geçen yıl bir adım daha ilerleyerek Avrupa'nın en büyük yedi kuruluşu arasındaki yerini alan Kartonsan, halka açık güclü sermaye yapısıyla daima insana ve çevreye karşı duyarlı tutumunu sürdürmeye devam edecektir.

Türkiye'de ilk kuşeli karton üremek üzere faaliyete geçen Kartonsan; Ürüne yakın, tüketiciye saygılı.



 **Kartonsan**