

TÜRKİSCH & DEUTSCHES STADTMAGAZIN

www.berlin-ses.com

BERLIN

S

e

S

ALMANYA'DA YENİ BİR YILDIZ

Almila Bağrıaçık

Ein neuer Star
in Deutschland

"Wenn das Leben Dich aus dem Sattel wirft, nimm die Zügel in die Hand"

"Şayet hayat seni attan düşürürse, dizginleri elinde tut"

Yeniden sık ve dolgun saçlar Kalitenin bir fiyatı var - Bizde en uygun olanı

Endlich wieder VOLLES HAAR!

Hair Clinic Berlin

Wir sind der Experte für Haartransplantation für Männer und Frauen in Deutschland. Seit 2015 führen wir die innovativsten Verfahren der modernen Haartransplantation durch, realisiert von Top-Spezialisten an unserem Top-3 Klinikstandort direkt in Berlin.

Jeder unserer internationalen Top-Experten hat mehr als 1.000 Behandlungen durchgeführt, unsere Chefärzte haben teilweise mehr als 10.000 Haartransplantationen verantwortet. Wir führen das beste internationale Know-How mit deutschen Standards zusammen.

Die Hair Clinic Berlin bietet Kompetenz, Sicherheit und Qualität, um Kunden mit vollere Haar wieder ein neues Lebensgefühl zu ermöglichen.

Almanya`nin baş kentindeki saç ekim uzmanı. Ekibimiz yılının deneyime sahip ve estetik seviyede çalışan uzmanlardan oluşmaktadır. Bilgi ve ücretsiz danışma randevusu almak için, bize baş vurabilirsiniz.

Gleich kostenloses
Erstgespräch vereinbaren:

030 - 201 634 499

www.hairclinicberlin.com

info@hairclinicberlin.com

Haarverlust? Augenbrauendefekt?

Frau oder Mann, Jung oder alt:

Hair Clinic Berlin. Löst Haarprobleme dauerhaft.

Günstiger Preis – Spitzen-Qualität



Berlin-SES

Türkisch-Deutsches Stadtmagazin
Beckerstr. 3 / 12157 Berlin
www.Berlin-SES.com info@berlin-ses.com

Herausgeber / Redaktion:

Ahmet TUNGA

Infotelefon / Anzeigenberatung:

Mobil: 0174 - 796 52 04
Tel: 030 - 80 10 65 50
Fax: 030 - 80 10 65 56

Koordinator:

Süleyman UZUN 0163 - 275 57 99

Verantwortlich für Nachrichten:

Hüdayi ÜLKER

Verantwortlich für Sport:

Menderes SiNGiN
Temren ELMASOĞLU

Fotoreporter:

Esra TÜRKEL 030 - 80 10 65 50
Halime MERDLER 0170 - 770 10 32

Verantwortlich für Anzeigen:

Memnune COŞKUN: 0157 - 896 36 999

Seitengestaltung:

Berlin-SES: / Nils Niggemann

Druck:

Concept Medienhaus

Redaktionelle Mitarbeit:

Tahsin OCAK
Mehmet DEDEOĞLU
Şükrü TOKAY
Osman KASDAŞ
Hülya ELMASOĞLU
Demet TUNGA-CEYLAN
Dilber TUNGA

Impressum:

Diese kostenlose Zeitschrift erscheint in Türkisch und Deutsch. Artikel, die mit den Namen gekennzeichnet sind, entsprechen nicht immer der Meinung der Redaktion, sondern des Autors. Keine Gewähr für unverlangt eingesandte Fotos und Manuskripte. Druckfehler vorbehalten. Alle Rechte vorbehalten. Ohne Genehmigung, ist es nicht gestattet, Werbeanzeigen und Texte zu kopieren oder zu vervielfältigen.

**Merhabalar
Sevgili Berlin SES
Okurları**



Belki fark ediyorsunuz, dergimizde yeni arkadaşlarımız işbaşı yaptı. Gerek fotoğraf, gerek haber dalında bizlere yardımcı oluyorlar. Bu arkadaşlarımızın zaman içinde çok güzel işlere imza atacaklarına inanıyoruz ve onlara 'Kolay gelsin' diyoruz.

Dergimizin bu sayısındaki ağırlık noktasını hiç kuşkusuz '8 Saniye' filminin yıldızı ve 'Berlin'in Mucize Kızı' Esra İnal oluşturuyor.

Bu sayımızın söyleşisini Esra İnal ile yapmaya karar verdikten sonra kendisinden randevu istedik. Kendisiyle Prenzlauer Berg semtindeki bir cafede buluştuk ve uzun uzun konuştuk.

Sevgili okurlar, on beş yıldır dergimiz için söyleşi yapıyoruz, tabi ki her söyleşimizin kendine göre hatıraları ve güzellikleri var, fakat Esra İnal ile yaptığımız söyleşi bambaşka bir söyleşi oldu.

Söyleşide Haber Müdürümüz Hüdayi Ülker abimiz, ben ve tabi ki Esra Hanım vardı. İnanın ki söyleşide bulunduğumuz üç saatlik süre nasıl geçti anlayamadık. Söyleşinin içeriği konusunda fazla bir şey söylemeye gerek yok zaten derginin sayfalarından bunu okuyacaksınız. Bir polisiye roman gibi heyecanlı ve gözlerimizin önüne başka dünyaları getirecek kadar gizemli olan bu söyleşiyi okurken bizler gibi heyecan duyacağımızdan eminiz.

Saygıdeğer Okurlarımız

Konu sinemadan açılmışken bu yıl başarılı bir filme imza atan diğer sinema oyuncumuza değinmeden geçemeyeceğiz. Evet bu başarılı kızımız Almıla Bağrıaçık'tır. Almıla, 2008 yılında Kreuzberg'te bir kulüpte bir fotoğrafçı tarafından keşfedildikten sonra tiyatro ve film dalında çalışmaya başladı. 29 Ekim 2015 tarihinde sinemalarda gösterime giren 'Hördür' isimli film Almıla Bağrıaçık'ın başrolü oynadığı ilk filmidir. Genç oyuncu bu filmde oldukça başarılıydı. Film Alman medyasında 'Olağanüstü değerli' olarak derecelendirildi.

Saygıdeğer SES Okurları

Dergimizin bu sayısı her yönden zengin bir sayı oldu. Bu yazıda içeriğin tümünden bahsedemeyeceğiz ama yazıyı notlarken şunu da önemle ilave edelim: Bilindiği gibi Ekim ve Kasım ayları milletimiz için önemli aylardır. Türkiye Cumhuriyeti 29 Ekim 1923'te kuruldu. Vatanımızın kurtarıcısı ve Cumhuriyet'imizin kurucusu Ulu Önder Atatürk 10 Kasım 1938'de hayata gözlerini yumdu. Bu iki anlamlı günde Berlin Büyükelçiliği'miz ve Başkonsolosluğu'muz her yıl etkinlikler düzenler. Bu yıl da bu iki önemli gün Berlin'de layıkıyla anıldı. Konuyla ilgili haber ve fotoğrafları dergimizde bulabilirsiniz.

Saygıdeğer SES Okurları

SES dergisi olarak Berlin'de yaşayan tüm vatandaşlarımızın yeni yıllarını kutlar, sağlık ve mutluluk dolu günler dileriz.

Bir dahaki sayıda buluşuncaya dek
şen ve esen kalınız.

Ahmet Tunga
ahmet-tunga@gmx.de





**“8 Saniye”
Filminin Galası Berlin’de yapıldı**

“8 Saniye” filminin galası Karl-Marx-Allee 33’de yer alan Kino International’da gerçekleştirildi. Galaya Alman ve Berlin’deki Türk basınından da ilgi oldukça yoğun oldu.

Ömer Faruk Sorak’ın yönetmenliğini yaptığı filmde Berlin doğumlu Esra İnal’a Fahri Yardım, Fırat Çelik, Mehmet Kurtuluş ve Salih Kalyon gibi oyuncular eşlik ediyor. Esra İnal’ın yaşadığı sıra dışı hayat hikayesinden esinlenen film izleyicilerden de tam not aldı.



Türkiye Cumhuriyeti Berlin Büyükelçiliği'nde Muharrem Sofrası Kuruldu

Göreve geldiğinden beri Ramazan ve Muharrem aylarında Büyükelçilik'te iftar sofrası kurmayı gelenek haline getiren Türkiye'nin Berlin Büyükelçisi Hüseyin Avni Karslıoğlu, bu yıl da kapılarını Muharrem iftarı için açtı.

Büyükelçilik binasında gerçekleştirilen Muharrem iftarına, IGMG Genel Sekreteri Bekir Altaş, IGMG Berlin Bölge Başkanı Said Jurnal, İslam Konseyi Başkanı Burhan Kesici, Berlin İslam Federasyonu Başkanı Murat Gül, sivil toplum örgütü temsilcileri, Alevi, Bektaşî ve Sünnî vatandaşlar ile dedeler, imamlar ve çeşitli partilerden milletvekilleri katıldı. Büyükelçi Karslıoğlu, açılış konuşmasında, 'Peygamber Efendimizin 'Cennet Gençlerinin Efendisi' olarak övdüğü, 'Allah'ım ben onları

seviyorum, sen de onları sev' diye dua ettiği torunlarından Hz. Hüseyin'in Muharrem ayında hunharca katledildiği, şehid edildiği bir aydayız. Gerçekleştirilen bu vahşet daha dün yaşanmış gibi o acıyı hissediyoruz. Onların susuz tutulmalarının anısına Muharrem ayında oruç tutmaktayız. Kербela, sadece tarihte yaşanmış bir acı olarak algılanmamalı, bu hadiselerden ders çıkarmalıyız. Hz. Hüseyin'den sonra yeni Kербelalar yaşanmamalı. Bize düşen Kербela'dan bir ayrılık gayrılık değil, birlik meydana getirmektir. Kербela'yı anlamak hakka, hakikate, adede, ahlaka, erdeme, fazilete, izzete, onura ve şerefe sevdalı olmak demektir' diyerek sözlerini tamamladı.

Menderes Singin





T.C. Berlin Büyükelçiliği

Sevimli ziyaretçilerimiz, öğretmenleri Ayşenur Acet ile birlikte, hem çok değerli sanat eserlerini yakından görme hem de Büyükelçiliğimizi ziyaret etme fırsatını buldular. "Seçki" sanat sergisini henüz ziyaret etmemiş sanatseverleri, 18 Aralık 2015 tarihine kadar Büyükelçiliğimize bekliyoruz.

Enstitümüzde MÜSIAD Berlin'in katkılarıyla kurulan çocuk kütüphanesinin açılışı gerçekleştirildi. Açılışa Sayın Büyükelçimiz Hüseyin Avni KARSLIOĞLU, Yunus Emre Enstitüsü Başkan Yardımcısı Dr. Şaban ÇOBANOĞLU ve MÜSIAD Berlin temsilcileri katıldı. Açılıştan sonra Almanya genelinde gerçekleştirilen Okuma Günü etkinliği kapsamında Sayın Büyükelçimiz çocuklara Türkçe hikayeler ve Yunus Emre Enstitüsü'nün yayımladığı "Türk Masalları" adlı eserden kesitler okudu.



An die kunstinteressierten jungen Generationen!

An die kunstinteressierten jungen Generationen! Unsere niedlichen Besucher fanden gemeinsam mit ihrer Lehrerin Ayşenur Acet die Gelegenheit, wertvolle Kunstwerke von Nahem zu sehen und gleichzeitig unsere Botschaft zu besuchen. Kunstliebhaber, die die „Seçki (Selection)“ Kunstausstellung noch nicht besucht haben, sind bis zum 18. Dezember 2015 herzlich in unsere Botschaft eingeladen.





FAHRSCHULE

Gut, Preiswert & Erfolgreich

AKTION

Sichern Sie sich jetzt Ihren
Einstiegspreis.....

Anmeldung
nur **35€***

* beinhaltet

- 14 Theoriestunden & den Büroaufwand
- Sehtest
- Passbilder
- Erste Hilfe Kurs

Fahrerlaubnis Klassen für PKW und Motorrad

- Lange Büroöffnungszeiten
- 1 Jahr kostenlose **ADAC** Mitgliedschaft
- Theorietraining am PC (kostenlos)
- 4x Theorieunterricht wöchentlich
(2x deutsch, 2x türkisch)
- Lehrmaterial
- Wir bieten auch ASF &
- FES Nachschulungen an
Begleitendes Fahren mit 17 Jahren

Umschreibung von ausländischen Führerscheinen

Fahrten	Dauer	Kosten	Dauer	Kosten
Übungsfahrt	40 min.	23,30 €	45 min.	26,25 €
Überlandfahrt	45 min.	á 33,00 €	225 min.	165,00 €
Autobahnfahrt	45 min.	á 33,00 €	220 min.	155,30 €
Nachtfahrt	45 min.	á 33,00 €	135 min.	99,00 €

Vorstellung zur prak. Prüfung

90,00 €

im Wert von

50€

GUTSCHEIN

Müllerstr. 131a - 13349 Berlin - Tel.: 030 - 450 247 30

Kindergeld - Neureglung

Wer Kindergeld erhalten möchte, muss seiner Familienkasse seine Steuer-Identifikationsnummer (Steuer-ID) und die Steuer-ID des Kindes angeben.

Wessen Steuer-ID müssen angegeben werden?

Benötigt werden die Steuer-ID des Kindes, für das Kindergeld beantragt wird und des Elternteils, der den Kindergeldantrag stellt oder bereits Kindergeld bezieht.

Warum ist zur Auszahlung des Kindergeldes ab dem 1. Januar 2016 die Steuer erforderlich?

Kindergeld wird für jedes Kind nur einmal ausgezahlt. Durch die Steuer-ID wird sichergestellt, dass es nicht zu Doppelzahlungen kommt.

Wie schnell muss ich meiner Familienkasse die Steuer-ID schicken, damit Kindergeld weitergezahlt wird?

Neuanträge müssen die Steuer-ID enthalten. Eltern, die bereits Kindergeld beziehen und die Steuer-ID noch nicht angegeben haben, können den Kindergeldbezug sicherstellen und Rückfragen vermeiden, indem sie ihrer Familienkasse die Steuer-ID mitteilen. Die Familienkassen werden es grundsätzlich nicht beanstanden, wenn die Angaben im Laufe des Jahres 2016 nachgereicht werden.

Wie kann ich meiner Familienkasse die Steuer-ID mitteilen?

Wenn Sie ohnehin Belege oder Nachweise einreichen müssen oder aus anderen Gründen bereits in Kontakt mit Ihrer Familienkasse stehen, teilen Sie die ab 2016 erforderliche Steuer-ID bei dieser Gelegenheit am besten gleich mit.

Kann ich die Steuer-ID auch telefonisch durchgeben?

Nein. Allein die schriftliche Übermittlung stellt sicher, dass bei der Weitergabe der Steuer-ID keine Übermittlungsfehler eintreten.

Stellt die Familienkasse die Kindergeldzahlung ein, wenn ihr die Steuer-ID am 1. Januar 2016 nicht vorliegt?

Grundsätzlich werden die Familienkassen es nicht beanstanden, wenn die Steuer-ID im Laufe des Jahres 2016 nachgereicht werden. Ohne Vorliegen der Steuer-ID sind die gesetzlichen Voraussetzungen zum Kindergeldbezug jedoch nicht erfüllt. Erhält die Familienkasse die Steuer-ID nicht, ist sie gesetzlich verpflichtet, die Kindergeldzahlung zum 1. Januar 2016 aufzuheben und das seit Januar 2016 gezahlte Kindergeld zurückzufordern.

Wo finde ich die Steuer-ID von mir und meinem Kind?

Ihre Steuer-ID und die Ihres Kindes finden Sie im jeweiligen Mitteilungsschreiben des Bundeszentralamts für Steuern. Ihre Nummer ist auch auf der elektronischen Lohnsteuerbescheinigung Ihres Arbeitgebers oder in Ihrem Einkommensteuerbescheid verzeichnet.



Muss die Steuer-ID auch für Kinder angegeben werden, die vor dem 1. Januar 2016 geboren worden sind?

Ja. Die Regelung gilt ab 1. Januar 2016 unabhängig vom dem Geburtsdatum des Kindes.

Die Steuer-ID gibt es doch erst seit 2008. Müssen die Steuer-ID auch für Kinder angegeben werden, die vor 2008 geboren worden sind?

Ja. Eine Steuer-ID wird unabhängig vom Geburtsdatum jeder Person zugeteilt, die mit Hauptwohnung oder alleiniger Wohnung in einem Melderegister in Deutschland erfasst ist. Personen, die nicht melderechtlich erfasst, aber in Deutschland steuerpflichtig sind, erhalten ebenfalls eine Steuer-ID.

Ich finde die Steuer-ID nicht. Muss ich eine neue Steuer-ID beantragen?

Nein. Die Steuer-ID bleibt ein Leben lang gültig. Sollten Sie Ihre Steuer-ID in den genannten Unterlagen nicht finden, können Sie mit dem Eingabeformular im Internetportal des Bundeszentralamts für Steuern um erneute Zusendung bitten. Die Mitteilung der Steuer-ID durch das Bundeszentralamt für Steuern erfolgt schriftlich. Aus datenschutzrechtlichen Gründen kann die Steuer-ID weder telefonisch noch per E-Mail übermittelt werden.

Kann ich den Kindergeldantrag für mein neugeborenes Kind auch schon stellen, bevor meinem Kind eine Steuer-ID mitgeteilt wurde?

Es empfiehlt sich, den Kindergeldantrag erst zu stellen, nachdem Ihnen vom Bundeszentralamt für Steuern die Steuer-ID des Kindes mitgeteilt wurde. Der Kindergeldantrag kann zwar auch ohne die Angabe der Steuer-ID des Kindes gestellt werden. Er kann allerdings erst abschließend bearbeitet werden, wenn diese vorliegt.

Mein Ex-Partner hat alle Unterlagen. Ich bekomme das Kindergeld und bin nicht sicher, ob der Familienkasse die Steuer-ID bereits bekannt ist. Muss ich etwas tun, um weiterhin Kindergeld zu erhalten?

Ja. Eltern, die bereits Kindergeld beziehen und die sich nicht sicher sind, ob sie die Steuer-ID angegeben haben, können den Kindergeldbezug sicherstellen und Rückfragen vermeiden, indem sie die Steuer-ID der Familienkasse mitteilen.

Info: Bundeszentralamt für Steuern
Ahmet TUNGA - Unternehmensberater

Ahmet TUNGA

**Unternehmensberatung
Finanzbuchhaltung
Existenzgründung**

**Vergi Denkleştirme
Muhasebe İşlemleri
İşletme Danışmanlığı**

fachkundig

zuverlässig

Buchen laufender Geschäftsvorfälle



Beckerstraße 3
12157 Berlin

Telefon: (030) 80 10 65 50

Fax: (030) 80 10 65 56

Mobil: 0174 796 52 04

E-Mail: ahmet-tunga@gmx.de



Mitglied im
Bundesverband selbständiger
Buchhalter und Bilanzbuchhalter





T.C. Berlin Büyükelçiliği Cumhuriyet Bayramı Resepsiyonu

Cumhuriyet'in 92'inci kuruluş yıldönümü Berlin Büyükelçiliği'nde verilen bir resepsiyonla kutlandı. Yerli ve yabancı yaklaşık 1000 konuşun katıldığı resepsiyonda konuşma yapan Berlin Büyükelçisi Hüseyin Avni Karslıoğlu konuşmasında, Bugün, milli kurtuluş mücadelemizin başarıya ulaşmasının ardından, milletimizin yeni bir devlete ve Cumhuriyet'e kavuşmasının 92. yıldönümünü kutlamaktayız.



Bir asra yaklaşan Türkiye Cumhuriyeti tarihi esasında bir ulusun tüm imkansızlıklara karşı ulaştığı katılımcı demokrasi, kadın hakları, eğitim, kalkınma gibi alanlarda devrimsel başarılarının tarihidir.

Özgürlük ve bağımsızlığı karakteri olarak tanımlayan Mustafa Kemal Atatürk ve silah arkadaşlarını, şehit ve gazilerimizi sonsuz minnet, şükran ve rahmetle anıyorum.



Türkiye, geride kalan 92 yıllık sürede gerçekleştirdiği köklü reformları, büyüyen ekonomisi, olgunlaşan demokrasisi ve çok yönlü dış politikasıyla, çalkantılı dönemlerde dahi, istikrarını korumayı başarmıştır. Bizlere düşen, ülkemizin gelişiminin devamı adına elimizden geleni yapmak, Cumhuriyet değerlerinden aldığımız güçle birlik ve beraberlik içinde olmaktır.

Bu anlayışla, Almanya'daki Türkiye kökenlilerin de farklılıklarını zenginlik olarak kabul ederek, Alman toplumuna tam katılım sağlamış bir şekilde yaşamaya devam edeceğine, Türkiye-Almanya ilişkilerine önemli katkılarda bulunmayı sürdüreceğine yürekten inanıyorum.

Haber: Menderes Singin
Fotoğraf: Şükrü Tokay





“Ege'nin İncisi” Tiyatrom'da sahne aldı

Yekta Arman'ın yazıp yönettiği “Ege'nin İncisi” adlı çocuk tiyatrosu Alte Jakob Str. 12 Berlin'deki Tiyatrom'da sahne aldı. Deniz altında yaşayan hayvanlarla canlandırılan oyunda bir balık ve onun arkadaşı yengeç; denizatı, deniz kaplumbağası ve istiridyeyi çok çalıştırarak haksız kazanç elde etmeye çalışıyor.



Sömürülmeye karşı baş kaldıran istiridyeye ve arkadaşlarının hikayesinin anlatıldığı oyunda eşitlik mesajı verilmeye çalışılırken oyunu aileleriyle birlikte izlemeye gelen çocuklar ise oldukça keyifli bir vakit geçirdi.

Oyun sonrası Berlin SES Dergisi'ne konuşan yönetmen Yekta Arman “Ege'nin İncisi” adlı çocuk oyununun İzmir ile kardeş şehir seçilen Bremen'de turneye çıkacağı bilgisini de verdi.





„SEÇKİ“ SANAT SERGİSİ“

Cumhuriyetimizin Kuruluşunun 92. yıldönümü vesilesiyle, Büyükelçiliğimizde 29 Ekim 2015 tarihinde açılışı yapılan „Seçki“ sanat sergisi, sanatseverlerin beğenisine sunulmuştur.

Portakal Çiçeği Uluslararası Plastik Sanatlar Kolonisi'nin 2009 yılından bu yana Türk sanat yaşamına kazandırdığı eserlerin en güzel örnekleri ile Cumhuriyet Bayramımız için özel olarak hazırlanmış iki büyük eser, „Tiergartenstrasse 19-21, 10785 Berlin“ adresindeki Büyükelçiliğimizde sergilenmektedir (Girişler Hildebrandstrasse tarafından). Büyükelçiliğimizde kapıları, 14 ülkeden 66 sanatçının eserlerinin yer aldığı sergiyi ziyaret etmek isteyen herkese açıktır.

Hafta içi her gün 14.30 - 18.00 saatleri arasında sanat sergisini gezebilirsiniz. Ziyaret için, Büyükelçiliğe girişte kimlik kartınızı ibraz etmeniz yeterli olacaktır. Öğrenci grupları ya da 15-20 kişilik diğer gruplar, botschaft.berlin@mfa.gov.tr e-posta adresine ziyaret başvurularını ayrıca iletebilir ve Büyükelçiliğimizle birlikte uygun bir ziyaret günü belirleyebilir.

„SEÇKİ“ KUNSTAUSSTELLUNG

Die anlässlich des 92. Jahrestages der Proklamation der Republik am 29. Oktober 2015 in unserer Botschaft eröffnete Kunstausstellung „Seçki“ (Auslese) für Kunstliebhaber bereitstehen.

Die schönsten Auswahlstücke der Werke, die die internationale Künstlerkolonie Orangenblüte seit 2009 zur türkischen Kunstwelt beigetragen hat und zwei große Werke, die eigens für den Tag der Republik angefertigt wurden, werden in unserer Botschaft mit der Adresse „Tiergartenstrasse 19-21, 10785 Berlin“ ausgestellt (Eingang auf Seite der Hildebrandstrasse).

Die Türen unserer Botschaft stehen jedem, der diese Ausstellung der Werke von 66 Künstlern aus 14 Ländern besuchen will, offen.

Sie können die Ausstellung wochentags zwischen 14.30 Uhr und 18.00 Uhr besuchen. Hierzu wird es ausreichend sein, beim Eingang zur Botschaft Ihren Personalausweis vorzuzeigen.

Schüler- und Studentengruppen oder weitere Gruppen von 15-20 Personen, können eigens über die E-Mail-Adresse botschaft.berlin@mfa.gov.tr eine Besuchsanfrage stellen und mit unserer Botschaft einen geeigneten Besuchstag vereinbaren.

MESOLIFT



Dr. med. Pınar Grunert

Medical Needling (Medikal Dermaroller) ve Anti-aging

Anti-aging kelime anlamı olarak "yaşlılığa karşı" demektir. Anti-aging terimi tıbbi olarak, aktif tedbir alma veya koruyucu tıp olarak niteliklendirilebilir. Anti-aging yaşlanmayı mümkün olduğu kadar yavaşlatmak ve vücudun bir bütün olarak orantılı ve sağlıklı yaşlanmasını sağlamak amacıyla uygulanır.

Anti-aging bağıışıklık sistemimizi güçlendirmek, kaliteli uyku, sağlıklı ve dengeli beslenme, detoks toksinlerden arınma, naturel ürünlerle cilt bakımı, bedensel aktivite ve stres ile mücadele gibi temellere kurulu olmalı ve doğal tedavi yöntemlerini kullanmalıdır.

Çok değişik faktörlerin etkilediği yaşlanma sürecinin önlenmesi mümkün olmamakla birlikte geciktirilmesi mümkündür.

Estetik ve aynı zamanda doğal bir yöntem olarak „Medical Needling“ (Medikal Dermaroller) son senelerde tıpta cilt gençleştirilmesinde, ince çizgi ve kırışıklıkların giderilmesinde, akne ve yara izlerinin azaltılmasında hızla yer almıştır.

Medikal Dermaroller üzerinde yüzlerce çok ince iğnelerin bulunduğu silindirik şeklinde bir alettir. Uygulamasının esası bu silindirin cilt üzerinde gezdirilerek binlerce mikro-deliklerin açılması

esasına dayanır. Cilt üzerinde açılan deliklerin oluşturduğu mikro-travmalar sayesinde organizmanın kendi yenileme sürecini başlatması sağlanır. Bu bölgede başlayan tamir süreci ile büyüme faktörlerinin artışı belirgin kollajen dokusu artışına neden olmaktadır. Kollajen deride dolgu görevi yapar, derinin nemlendirmesini sağlar, yani derimiz kalınlaşır, gerginleşir ve daha sağlıklı genç bir görünüme kavuşur. Etkisinin maksimum düzeyde görülmesi birkaç ayı alabilmektedir. Uygulama sırasında tedavi edici ürünler de kullanılarak, etkinin artması sağlanabilmektedir.

Medikal amaçlı kullanılan Dermaroller aparatlarında iğne uzunluğu kullanılacak bölgeye ve soruna göre 1 mm - 1,5 mm - 2 mm olmalıdır. Ayrıca evlerde kullanılmaya uygun uzunluğu 0,2 ve 0,5 mm uzunluğunda olan modeller daha çok destek amaçlı kullanılmaktadırlar; kollajen dokusunun tazelenmesini ve cildin yenilenmesini sağlamaz.

1mm üzeri cihazlar sadece yetkili hekim tarafından uygulanır. Kosmetik salonlarında kullanılan Dermaroller 0,5 mm yi geçmez ve yukarıda gösterilen anlamda sonuç vermez.

Sonuç: Medikal Dermaroller geniş uygulama alanına sahiptir. Bunların başında anti-aging uygulaması ile cildin yeniden yapılandırılması, kırışıklık çizgilerinin giderilmesi, güneşin verdiği hasarın azaltılması gelmektedir. Ayrıca yara ve yanık izleri, cilt çatlakları, akne izleri gibi önemli sorunlarda da etkin kullanımı mevcuttur. Melazma ve hiperpigmentasyon gibi cilt lekeleri sorunlarında, derideki geniş porlu yapının azaltılmasında tatmin edici sonuçlar vermektedir.

Ihr Arzt berät Sie gerne

Dr. med. Pınar Grunert
Fachärztin für Psychosomatische Medizin
und Psychotherapie

Praxis für Mesotherapie
Regensburger Str. 1
10777 Berlin
Telefon: 030 21 00 59 13
Fax: 030 21 00 59 14



Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag von 9:00 bis 17:00 Uhr
Samstag von 9:00 bis 14:00 Uhr

Designed

SCS

FISCHPARADIES

SCHÖNEBERG

Tel: 030 417 602 23

Fax: 030 705 093 77

Mobil: 0176 235 871 58

Mobil: 0177 314 07 57

Hauptstr. 149a

10827 Berlin

www.fischparadies-berlin.de

info@fischparadies-berlin.de



City Grill, Müller Str. 129'da açıldı



Uzun yıllar Wilmersdorf Str, Stuttgarter Platz'da Spätkauf işletmeciliği yapan Ali Doğan Duman City Grill Döner'i Müller Str. 129'da açtı. Açılışa özel indirimli fiyatların yer aldığı City Grill'e vatandaşlar yoğun ilgi gösterdi. City Grill, en iyi kalitede hizmet ve güler yüzlü personeli ile sizleri bekliyor...



Wilmersdorf korusu, Bey Simit ev'inde de şarkılı türkölü kahvaltı yaptılar



AJANS . ORGANIZASYON . MENAJERLIK

Designed **SES**



Açılış, Düğün, Dekorasyon, Fuar, Konser, Kermes, Şenlik, Sahne, Ses sistemi, Sanatçı, Tanıtım ve benzeri organizasyonlar`da başta Almanya olmak üzere tüm Avrupa ve Türkiye`de uzman isim.

Süleyman Uzun
0163 275 57 99

suleyman-uzun@hotmail.de



“Yaramaz Kedi” Berlin’de sahne aldı

Mavi Çocuk Tiyatrosu-İzmir'in sunduğu, Savaş Tercan'ın yazıp yönettiği “Yaramaz Kedi” oyunu Rathenower Str. 16-17 Berlin, Tiyatro 28’de sahne aldı. Oyun öncesi yer alan yüz boyama etkinliğinde çocuklar yüzlerini boyatırken, tiyatro oyununda “Yaramaz Kedi” Sarman ve korkuluk Piko'nun macera dolu hikayesini hem izledi hem de eğlendi. Hafta sonu havanın güzel olmasını da fırsat bilen aileler çocuklarıyla güzel bir vakit geçirdi.





Auftaktveranstaltung der ärztlichen Fortbildungsreihe des Gesundheitsausschusses von MÜSIAD Berlin

Zur Auftaktveranstaltung der ärztlichen Fortbildungsreihe des Gesundheitsausschusses von MÜSIAD Berlin wurde in das Institut für Medizinische Diagnostik Berlin-Potsdam MVZ GbR eingeladen.

In seiner Eröffnungsrede stellte Dilhan Görgün, Vorstandsvorsitzender des Gesundheitsausschusses von MÜSIAD Berlin, das breite Handlungsspektrum des Vereins vor.

In kurzen Übersichtsvorträgen wurden von angesehenen Referenten, wie Prof. Dr. Sven Diederich, Leiter des Endokrinologikum Berlin und Dr. Frank-Peter Schmidt aus dem Institut für Medizinische Diagnostik Berlin-Potsdam, zu aktuellen Neuerungen aus verschiedenen Fachdisziplinen referiert. Zum Abschluss der Fortbildung erwarteten die Teilnehmer ein Abendessen bei dem sie die Gelegenheit zum Erfahrungsaustausch hatten.



Der Handelsrat der Türkischen Botschaft zu Besuch bei MÜSIAD Berlin

Der neu ernannte Handelsrat der türkischen Botschaft in Berlin stattete im Rahmen seiner Besuchsreihe bei türkeistämmigen Organisationen auch einen Besuch bei MÜSIAD Berlin ab. Empfangen wurde er vom Vorstandsvorsitzenden, Veli Karakaya und weiteren Vorstandsmitgliedern.

Während der Zusammenkunft fand ein interessanter Austausch über wirtschaftliche Anliegen der türkeistämmigen Berliner Unternehmen statt. Des Weiteren informierte der Handelsrat die Anwesenden über Fördermöglichkeiten in den bilateralen Wirtschaftsbeziehungen zwischen der Türkei und Deutschland.

Orman Kurbaası Pipa



Yeşil kurbağalarla dolu bir yağmur ormanında, kırmızı renginden dolayı hiçbir arkadaş bulamayan neşeli,akıllı,zeki bir orman kurbağası olan Pipa'nın şansı birgün karşısına oltasıyla balık avına çıkan yeşil renkli kurbağa Atrix'le karşılaşınca değişir. Bu arada kargaların rutin olarak yeşil kurbağaların yaşam alanlarına girerek ortalığı talan etmesinden bıkmış olan yeşil kurbağa Akrix ve onun tembel arkadaşı Triksi, ne yapacaklarını bilememektedirler. Kargaların yine bir saldırı anında kırmızı kurbağa Pipa'yı görünce aniden kaçmaları sonucu Akrix ve Triksi'in zihinleri allak bullak olmuştur.Bunun nedenini Akrix ve Triksi'ye bilgi yaşlı bir kaplumbağa olan Yavaş Kabuk'un anlatması sonucu yeşil kurbağaların düşmanı olan kargaların kırmızı kurbağa Pipa'dan renginden dolayı kaçtığını anlamış olurlar.

O güne kadar Pipa'yı renginden dolayı aralarına almayan Akrix ve Triksi gizli bir plan kurmaya başlarlar. Plana göre Pipa'yı aralarına alıp onunla çok iyi arkadaş olacak ve böylelikle kargaların



baskılarından kurtulmuş olacaklar,aynı zamanda da günlük işlerini Pipa'ya yaptıracaklardı. Tesadüf sonucu Akrix'le Triksi'in planlarını öğrenen Pipa bu olaya çok bozulur. Bu sahte arkadaşlarına güzel bir yemek hazırlayarak onları uyutur ve ikisininide kırmızıya boyar . Uyandıklarında renklerinden dolayı şaşkına dönen Akrix ve Triksi kırmızı Pipa'yı yaptıklarından dolayı büyüçlükle suçlarlar !.. Ama Pipa bunun altında kalmayacaktır ;

Hem kargalara, hem Akrix ve Triksi'ye o kadar güzel bir ders verecektir ki, hem kendini yeşil kurbağalara kabul ettirecektir, hemde çok güzel iki yeni arkadaş edinmiş olacaktır.

Ve artık yağmur ormanının en mutlu kurbağalarıdırılar..

26 ve 27 Aralık (Cumartesi ve Pazar) günü saat 15'de tek seans halinde oyunumuz Theater28 Sahnesi'nde (Rathenower Str. 16-17, 10559 Berlin) sahnelenecek.

Gösteriden iki saat önce salonda Çocuklar için çeşitli oyunlar olacaktır. Bu oyunlara Hacivat ve Karagöz gibi, Nasreddin Hoca gibi, Micky ve Mini Mouse gibi bilinen karakterler eşlik edecektir. Örneğin: Halat çekme, Çuval yarışı, Kaşıkla Yumurta yarışı ve Sandalye kapma yarışı gibi eğlenceli yarışlar ve oyunlar olacaktır... Ayrıca küçük bir ücret karşılığında yüz boyamasıda yapılacaktır.

OYUN EKİBİ:

YAZAN ve YÖNETEN: Savaş Tercan

SAHNE AMİRİ: Fırat Özsaruhan

MÜZİK: Özge Tercan

İŞİK: Sevil Ağca

DEKOR TASARIM: Savaş Tercan

MAKYAJ: Elvin Esen

HALKLA İLİŞKİLER: Süreyya Kılıç ve Ebru Abacı

BASIN SORUMLUSU: Serkan Ağca ve Gökhan

Dumlupınar

OYUNCULAR: Savay Tercan, Fırat Özsaruhan,

Serkan Ağca

Bilet Fiyatları 7€ olup bütün oyunlar ücretsiz sunulacaktır...



GEBÄUDEREINIGUNG
& SERVICE

KOMPETENT,
GRÜNDLICH
UND ZUVERLÄSSIG



www.izr-reinigung.de

Grundreinigung
Unterhaltsreinigung
Zwischenreinigung
Teilflächenreinigung
Baureinigung
Büroreinigung
Praxisreinigung
Kindergartenreinigung
Schulreinigung
Sportstudioreinigung
Haushaltsreinigung
Hausmeisterservice

Wer auf IZR Gebäudereinigung & Service setzt, erhält ein perfektes Ergebnis auf Basis der Erfahrung und fachlicher Qualifikation. Mit unserem zuverlässigen Service sind wir immer die richtige Wahl.

IZR GEBÄUDEREINIGUNG & SERVICE steht für:

- Ein umfangreiches Leistungsspektrum
- Eine an Ihre Bedürfnisse optimal angepasste Reinigung
- Die sachgerechte und materialschonende Behandlung von Boden und Mobiliar
- Die Verwendung gesundheits- und umweltverträglicher Reinigungsmittel
- Qualifiziertes, zuverlässiges und freundliches Personal
- Umfangreiche Eigenkontrolle der Reinigungsarbeiten
- Die rasche Bearbeitung von Reklamationen
- Ein gerechtes Preis-Leistungsverhältnis



Rufen Sie uns an unter +49 174 755 89 39

IZR GEBÄUDEREINIGUNG & SERVICE

Geschäftsführer: Sabri Isik

Czeminskistr. 9 10829 Berlin

info@izr-reinigung.de

"Memleketim Berlin" Spandau basına tanıtıldı

Türkiye kökenli önde gelen kimselerin başarı ve yaşam öykülerini içeren söyleşilerin yer aldığı „Memleketim Berlin“ kitabının ikinci dizisi Spandau Belediye Başkanlığı'nda yapılan bir toplantıyla basına tanıtıldı.

TDU Yayını "Memleketim Berlin" Spandau basına tanıtıldı. Spandau İlçesi Belediye Başkanı Helmut Kleebank tarafından düzenlenen toplantıya broşürde de söyleşileri ile yer alan Baden Württemberg Eyaleti Uyum Bakanı Bilkay Öney ve Muavin Konsolos Bülent Kılıç yanında, TDU Başkanı Remzi Kaplan, Basın Sözcüsü Doğan Azman, Büro Yöneticisi Mümtaz Ergün ve söyleşileri ile broşürde yer alan diğer kişiler, İsmail Öner, Nesih Eroğlu, Ali Yıldırım hazır bulundular.



Konuşmasına broşürün ortaya çıkmasında emeği geçenlere, söyleşileriyle katkıda bulunanlara ve TDU Başkanına teşekkür ederek başlayan Belediye Başkanı, „İki yıl önce TDU'nun Charlottenburg İlçesi için çıkardığı Memleketim Berlin broşürünü incelediğimde, kendi kendime bizim neden böyle bir broşürümüz yok dedim. Bugün Spandau ilçemiz içinde böyle güzel bir broşüre sahip olduğumuz için çok mutluyum“ dedi. Helmut Kleebank birçok toplantıda, özellikle Alman vatandaşlığına geçme törenlerinde Charlottenburg İlçesini içeren ilk „Memleketim Berlin“ broşüründeki başarı öykülerinden çok yararlandığını, örnekler verdiğini ve alıntılar yaptığını dile getirdi.

Haber / Mümtaz Ergün
Fotograf / Halime Merdler



Fikret Odağ ve eşi Demet Odağ

01.10.2015 den itibaren sizlerle LVM Sigorta şirketi olarak hizmet vermeye devam edecek.

Buschkrugallee 94
12359 Berlin
Tel 030/668 69436
Fax 030/668 69435
E Mail: info@odag.lvm.de





Anadolu Esintileri 6, Tiyatrom'da sahne aldı

Anadolu Esintileri'nin altıncısı Alte Jakobstr. 12'de yer alan Tiyatrom'da sahne aldı. Bağlama, şarkı ve bestede Taner Akyol, Piyanoda Antonis Anissegos ve Perküsyonda Sebastian Flaig'in yer aldığı Taner Akyol ve Trio ekibi Anadolu'dan ezgileri dinleyicilerle buluşturdu. Ekip, kimi zaman Anadolu'nun tanınmış ezgilerine farklı yorumlar getirirken kimi zaman Taner Akyol'un bestelerini dinleyiciyle buluşturdu. Anadolu Esintileri'nin muhteşem performansı seyirciden de büyük alkış aldı. Taner Akyol, aynı zamanda bağlama dersleri de veriyor. Bağlamadan piyanoya birçok derslerin bulunduğu dershane hakkında www.tamusikatelier.com adresinden detaylı bilgi alabilirsiniz.



Genel Kurulda Bekir Yılmaz oy birliği ile tekrar başkanlığa seçildi.

Yeni yönetim şu isimlerden oluştu.

Başkan Bekir Yılmaz

Başkan Yardımcısı Selçuk Demirci

Başkan Yardımcısı Niyazi Atmaca

Genel sekreter Fatih Karasu

Genel sekreter yardımcısı Esra Kaya

Sayman Ercan Yılmaz

Sayman yardımcısı Yavuz Ermiş Tekin

Berlin TÜRK Cemaati, Bekir Yılmaz ile yola devam

Berlin Türk Cemaati 16. Olağan Genel Kurulunu Berlin Bölge Salonunda gerçekleştirdi. Üye derneklerin temsilcilerinin yanı sıra Berlin Başkonsolosu Ahmet Başer Şen, IGMG Berlin Bölge Başkanı Said Jurnal, UETD Berlin Başkanı Sinan Kaplan, Berlin Alperen Ocakları Başkanı Ünsal Tokuc, Müsiad adına Önder Coştan, TD-IHK Genel Sekreteri Suat Bakır, Berlin Eyalet Milletvekili İlkin Özışık genel kurula iştirak ettiler. İstiklal marşı okunması ile kürsüye gelen Başkan Bekir Yılmaz faaliyet raporunu okuduktan sonra, Berlin Başkonsolosu Ahmet Başer Şen konuşmasının da, Biz biliyoruz Berlin'de ki sivil toplum örgütlerimiz Türkiye Cumhuriyetini, Türk Milletini yurt dışında en güzel şekilde temsil etmektedirler.



Leistenbruch

Was ist ein Leistenbruch?

Die Bauchwand des Menschen weist in der Leiste eine natürliche Schwachstelle auf. Beim Mann ziehen durch einen vorgegebenen Kanal die Blutgefäße des Hodens sowie der Samenstrang und bei der Frau ein Aufhängeband der Gebärmutter. Dieser Kanal oder die im Bereich des Kanals ausgedünnten Muskelhäute der Bauchwand können sich aufweiten, so dass sich das Bauchfell (Bruchsack) durch die entstandene Lücke (Bruchpforte) nach außen wölbt. Dieser Zustand kann angeboren oder später infolge einer Gewebeschwäche erworben sein. In der Ausstülpung des Bauchfelles, dem Bruchsack, können Teile von Bauchorganen enthalten sein. Bedeutsam ist das Hineinrutschen von Darmabschnitten in den Bruchsack. Vor allem bei kleiner Bruchpforte kann der Darm einklemmen. In diesem Fall ist eine sofortige Behandlung erforderlich, andernfalls kann es zu einem Darmverschluss oder Durchblutungsstörungen des eingeklemmten Organabschnittes mit folgender eitriger Entzündung kommen. Die in solchen Fällen notfallmäßig durchzuführende Operation ist wesentlich komplikationsträchtiger als der ansonsten mit äußerst wenigen Störungen behaftete Eingriff.

Wann soll operiert werden?

Ein Leistenbruch, der nicht eingeklemmt ist, bereitet in der Regel wenige Beschwerden. Häufig bestehen ein mäßiges Druckgefühl oder leichte Schmerzen, vor allem bei Belastung sowie im Sitzen und nach längerem Gehen. Eine Abheilung des Bruches tritt weder von selbst ein, noch kann sie durch Medikamente erreicht werden. Vielmehr ist der natürliche Verlauf des Bruches eine kontinuierliche Größenzunahme. Das Tragen eines Bruchbandes stellt immer nur einen Behelf dar, im günstigsten Fall wird eine Größenzunahme verhindert. Der Bruch kann nur durch eine Operation beseitigt werden. Je kleiner der Bruch ist, desto einfacher lässt er sich operativ versorgen und desto besser sind die Behandlungsergebnisse. Es ist also ratsam, einen Leistenbruch möglichst bald nach seinem Auftreten zu operieren. Kommt es zu Einklemmungserscheinungen, wie stärker anhaltenden Schmerzen und einer auch im Liegen vorübergehend nicht zurückdrückbaren Vorwölbung, sollte die Operation möglichst rasch vorgenommen werden.

Wie soll operiert werden?

An der SCHLOSSPARK-KLINIK werden drei verschiedene Operationstechniken praktiziert. Nach diesen Verfahren werden jährlich über 350 Bruchoperationen ausgeführt.



Die klassische Operation

Bei diesem Verfahren werden die einzelnen Schichten der Bauchwand von einem Schnitt in der Leiste akkurat dargestellt. Durch mehrere, übereinanderliegende Nahtreihen (nach der Technik von Shouldice) werden die einzelnen Bauchwandschichten so vernäht, dass die Bruchpforte verschlossen wird. Bei dieser Technik wird ausschließlich körpereigenes Gewebe vernäht. Die eigentlich stabilen Strukturen der Leiste sind die Muskelhäute und das Leistenband. Beide Gewebe sind vergleichbar einer Sehne sehr reißfest, jedoch relativ schlecht durchblutet. Die Abheilung und Ausbildung einer stabilen, belastbaren Narbe benötigt deshalb etwa drei Monate. In diesem Zeitraum sollte nach der Operation körperliche Belastung vermieden werden, um einen Rückfall zu verhindern. Die klassische Operation ist seit Jahrzehnten bewährt, Langzeitergebnisse dieser Behandlung sind bekannt. Die wesentliche Komplikation dieses Eingriffes besteht im Wiederauftreten des Bruches. Die Rückfallraten werden in der Literatur unterschiedlich angegeben, realistisch ist jedoch eine Größenordnung von 20 bis 25 Prozent. Bei dieser Technik wird kein Fremdmaterial eingesetzt.

Operationstechnik nach Lichtenstein

Bei dieser Technik werden die unter Spannung stehenden Nähte vermieden. Es werden wie bei der klassischen Operation von einem Schnitt in der Leiste die einzelnen Gewebeschichten des Leistenkanals dargestellt. Die Bruchlücke wird jedoch nicht durch Nähte verschlossen, sondern mit einem Kunststoffnetz bedeckt. Das Netz wird an den auseinandergewichenen stabilen Strukturen (wie Muskelhaut und Leistenband) mit Nähten befestigt, so dass gleichsam eine künstliche Muskelhaut in die Bauchdecke eingezogen wird. Das verwendete Kunststoffnetz wird vom Körper nicht abgebaut. Es ist nach seiner Implantation nicht spürbar und wird vom körpereigenen Gewebe rasch in eine Narbe eingebaut, vergleichbar dem Baustahl in einer Betonwand. Nähte und Netz liegen spannungsfrei in der Leiste, so dass ein Ausreißen in der Abheilungsphase nahezu ausgeschlossen ist. Nach Abschluss der Wundheilung und vollständiger Beschwerdefreiheit ist keine Schonung zu beachten. Vollbelastung und sportliche Betätigung sind nach längstens zwei bis drei Wochen wieder gestattet. Die Rückfallrate dieses Verfahrens liegt in großen Studien, auch mit Langzeitergebnissen über zehn Jahre, bei unter einem Prozent.



Die laparoskopische Technik

Im Gegensatz zu den vorgenannten Methoden, bei denen der Bruch von außen kommend versorgt wird, geschieht dies bei der Operation mit dem Bauchspiegel von der Innenseite der Bauchwand her. Hierfür sind insgesamt drei Einstiche in die Bauchdecke erforderlich, um die Videokamera und die Operationsinstrumente einzuführen. Der Einstich am Bauchnabel für die Optik beträgt 10 mm, zwei weitere im linken und im rechten Mittelbauch messen je 5 - 10 mm. Die Verwendung von lediglich 5 mm dicken Instrumenten stellt eine eigene technische Weiterentwicklung dar (üblicherweise werden dickere Instrumente benutzt). Bei der Operation werden die stabilen Strukturen der Leistenregion von der Bauchhöhle aus dargestellt, wofür der Bruchsack in die Bauchhöhle zurückgezogen und das Bauchfell türfügelartig von der Leiste abgehoben wird. Über die Leistenregion wird jetzt, analog der Lichtensteintechnik, ein Kunststoffnetz gebreitet, welches die Bruchlücke spannungsfrei abdichtet, vergleichbar einer Tapete über einem Loch. Das Kunststoffnetz muss die Bruchlücke ausreichend weit überlappen und wird mit einem speziellen selbstauflösenden Spiraltackern fixiert. Danach wird das Netz wieder mit dem Bauchfell überdeckt. Bisher wurden über 4.500 laparoskopische Leistenbruchoperationen in der Abteilung Chirurgie vorgenommen. Auch diese Technik erlaubt eine fast sofortige volle Belastung nach der Operation. Erfahrungsgemäß sind die Schmerzen nach dem Eingriff sehr gering, schmerzfrei sind die ersten Tage jedoch nicht. Laparoskopische Bruchoperationen werden seit 1991 vorgenommen, die heute praktizierte Technik seit etwa 1993. Die Rückfallraten betragen weltweit für dieses Vorgehen unter ein Prozent. Langzeitbeobachtungen fehlen, es ist jedoch aus der Leistenbruch-Chirurgie bekannt, dass sich Rückfälle nach Leistenbruchoperationen ganz überwiegend bereits im ersten Jahr abzeichnen oder bemerkbar machen.

Da dieses Verfahren im Prinzip der Lichtenstein-Operation entspricht, dürfte auch im Langzeitverlauf keine höhere Rückfallrate zu erwarten sein. Aktuell läuft eine landesweite Studie in der wir auch teilnehmen. Einsatz von modernen leichten Kunststoffnetzen Polypropylen wird seit 1959 in der Medizin verwendet. Langzeitbeobachtungen hierzu liegen seit über rund 30 Jahren vor. Weltweit werden etwa 1 Mio. Netze eingesetzt und bisher ist kein Fall einer Allergie oder Krebsentstehung durch diesen Kunststoff bekannt geworden. Porengröße und Netzstruktur sind ideal an den Einbau in das umliegende körpereigene Gewebe angepasst. Dies garantiert die optimale Verträglichkeit. Darüber hinaus verwenden wir so wenig wie möglich Befestigungsmaterial zur Fixierung des Netzes, was mögliche Schmerzen oder Beschwerden nochmals reduziert.

Welche Operation ist für Sie die richtige?

Nach den hier gegebenen Informationen können und sollten Sie die Entscheidung, nach welcher Methode operiert wird, mittragen. Als Entscheidungshilfe mögen folgende Hinweise dienen: 1) Brüche mit einer kleinen Bruchpforte lassen sich nach allen drei Methoden mit gutem Ergebnis operieren. 2) Wenn Ihnen die Vorstellung unheimlich ist, dass ein Kunststoffnetz in Ihrem Körper verbleibt, sollten Sie sich klassisch operieren lassen. 3) Ein nach Operation erneut auftretender Bruch lässt sich besonders gut laparoskopisch operieren, da in diesem Fall nicht durch Gewebe, das bereits von der Voroperation verändert wurde, erneut präpariert werden muss. 4) Wenn gleichzeitig in beiden Leisten Brüche vorliegen, bietet sich die laparoskopische Operation an, da diese ohne zusätzliche Inzisionen, ohne stärkere Schmerzen in einer Narkose versorgt werden können. Die Operation beider Leisten mit Schnittoperation von außen ist dagegen äußerst unkomfortabel und wird von uns nur sehr ungern und nur auf ausdrücklichen Wunsch vorgenommen und hat eine erhöhte Wiederauftretungsrate. 5) Bei sehr großer Bruchpforte empfiehlt sich am besten die Operation nach Lichtenstein, da bei der klassischen Operation sehr viel Spannung auf die Nähte kommt. Eine sehr große Bruchpforte sollte auch nicht laparoskopisch versorgt werden, da die Überlappung des Netzes an den Rändern der Bruchpforte womöglich nicht ausreichend ist.

Wie lange ist der Krankenhausaufenthalt?

Die vorbereitenden Untersuchungen für die Operation können ambulant durchgeführt werden. Bei diesem Vorgehen werden Sie erst am Operationstag aufgenommen, andernfalls würde die Aufnahme am Tag vor dem Eingriff erfolgen. Nach ein bis zwei Tagen nach dem Eingriff können Sie das Krankenhaus wieder.

Oberarzt Dr. Tamer ARSLAN

Facharzt für Chirurgie
Chefarzt Dr. Thomas Rost

Heubnerweg 2 - 14059 Berlin
Telefon: 030 - 3264 - 1562 oder 3264 - 1202

info@schlosspark-klinik.de www.schlosspark-klinik.de

Mutluluk Üzerine

Gerek Türkiye’de, gerek Almanya’da günümüz insanları artık mutlu olabilmeyi ve mutlu yaşamayı baş köşeye koydular.

Para, mal ve mülk te ‘olmazsa olmaz’ların arasında ama mutlu olabilmek artık hep ön planda.

Bunları söylerken belki de ben kendi yaşşıtlarıma bakarak söylüyorum. Almanya’da 40 küsur yıl çalıştık, evler, arsalar, dükkanlar aldık ama bütün bunlar bizi fazla mutlu etmedi herhalde, şimdi gerçek mutluluğu arıyoruz. Peki ama biraz geç kalmadık mı? Aslında geç kalmış sayılmayız. Hiçbir şey için henüz geç değildir.

Eski zamanları anımsıyorum da, insanlar daha çok bir iş yeri bulabilmek ve ihtiyaçları temin edebilmek peşinde koşarlardı. O zamanlar ‘mutluluk’ kavramı lüks sayılırdı.

Mesela 1950’li ve 60’lı yıllarda Türkiye’de, köylerden şehirlere ve Balkanlar’dan anavatana yaşanan göç yıllarında herkes bir ev kurmak ve evine öteberi almak uğraşısı içindeydi. O zamanlar ‘mutluluk’ henüz bir kenarda bekliyordu. Tatil yapmak nedir, o bile henüz bilinmiyordu.

Ancak şu da var: İnsanlar o zamanlar temel ihtiyaçlarını karşıladıklarında mutlu oluyorlardı. Şimdilerde temel ihtiyaçları karşılamak normal görünüyor, mutlu olmaya yetmiyor yani. Tabi bu herkes için geçerli değil. Günümüzde bile zor şartlarda yiyecek, içecek ve yatacak yer bulabilenler mutlu oluyorlar.

Biz Almanya’da çalışanlar ilk yıllarda tatil nedir bilmezdik, Türkiye’de yaşayanlar da öyle. İşyerinin işçiye ve memura senede bir ay izin vermesinin, dinlenmek için olduğunu çok geç anladık.

Aradan zaman geçti insanlar yıllık izinlerinde dinlenmeye başladılar. Dinlenmek için yazlık evler aldılar, dahası ‘mutluluk nedir’ konusunda düşünmeye başladılar.

‘Yaşam’ ve ‘mutluluk’ kavramları ne yazık ki kolay anlaşılacak kavramlar değil. Yaşadığımız süreç her gün başka bir felsefe, başka bir düşünceyle karşılaşıyoruz.

‘Mutluluk’ ve ‘yaşam tekniği’ üzerine günümüzde okullar ve kurslar var. Bu konuda yıllardır seminerler yapılıyor ve kitaplar yazılıyor. Yani mutluluğu daha kolay yakalayabilmek için yollar aranıyor.



Fakat bu seminerlerde ve kitaplarda öğretilenler her insanın iç dünyasında farklı değerlendirildiği için, her ‘mutluluk reçetesi’ her insan için aynı etkiyi yaratmıyor.

Yaşama sanatı, yaşamdan zevk alma, mutlu olma sanatıdır. Dünyayı herkes farklı algıladığı için yaşama sanatı da kişiden kişiye farklılık gösterecektir. Mesela bir insanın hiç mutlu olamayacağı bir ortamda başka bir insan mutlu olabiliyor veya en azından şikayet etmiyor. Tabi bir de şu var: İsteklerin sınırı yoktur. İnsanoğlu hep bir şeylerin eksik olduğunu hisseder. İnsan bu eksiklerini gidermek için var gücüyle çalışır, buna ulaşamayınca gene kendi kendine söylenir.

Mutluluk üzerine birçok felsefeci ve yazar düşüncelerini belirtmişlerdir. Bunların birçoğu mutluluğu insanın kendisine bağlamıştır. Yani bir insan ancak kendisi gayret ederse mutlu olabilir. Bir zamanlar bir kitap okumuştum. Kitap şöyle başlıyordu:

‘Mutlu olmak istiyorsanız şu andaki durumunuzu kabul edin’

Doğrusu çok yerinde bir laf bu.

Bir insan, ‘Ben neden bu durumdayım? Oysa ben daha güzel, daha kaliteli yerlere layıkım’ derse içinde bir sıkıntı başlayabilir. İnsan elbetteki daha iyiye ulaşmak için çalışmalıdır. Fakat yıllar içinde bunu başaramadıysa her gün dövünmesine gerek yok. Dövünmek yerine tekrar işe başlamalıdır. Belki bir dahaki denemesinde istediğine ulaşır veya buna ulaşamıyorsa, o zaman şu andaki durumunu kabul eder.

Değerli SES okurları, ‘Mutluluk’ deyince, Berlin’de gayet güzel geçen şu kasım ayı günlerinde aklıma bunlar geldi. Acaba bu güzel kasım günleri mi bana mutlu olmayı düşündürdü?

Tabi ki bu konuda daha çok şeyler yazılabilir. İnsan er veya geç mutlu olmayı öğreniyor. Dileğim odur ki mutlu olmak için kimse geç kalmasın.

Herkese mutlu günler diliyorum.

HÜDAİ ÜLKER



gala blumen

- ♥ Çelenk
- ♥ Gelin Arabası
- ♥ El Çiçeği
- ♥ Masa Çiçeği
- ♥ Cenaze Çiçeği
- ♥ Şahsi Çiçekler
- ♥ Salon Dekorasyonu

Gala Blumen
Kottbusser Damm 65
10967 Berlin

Tel: 030 / 69 56 56 69
Mobile: 0177 / 651 57 87
E-Mail: info@galablumen.de

Mario Rispo & Band: Yoldayiz – Auf dem Weg

Kammermusiksaal'da Filarmoni Şöleni



Bir Alman'ın kolay kolay yapmaya cesaret edemeyeceği bir şeyi Mario Rispo yapıyor: O klasik salon müziğinden modern türkölere kadar türkçe şarkılar söylüyor ve yorumluyor - ve bunu o kadar güzel ve masalsı yapıyor ki özellikle Türkler onu severek dinliyorlar. 8 Mayıs'ta kültürel sınırları olağanüstü bir beceriyle aşan Mario Schmidt Tiyatrosunda yeni programı "Yoldayiz - Auf dem Weg..." i sunuyor.

"Yoldayiz - Auf dem Weg..." Almanların ve Türklerin birlikte yaşamını, bütünleşmelerini ve din meselesini işleyen, seçtiği zorlu konulara rağmen eğlendirmeyi becerebilen müzikli bir gösteri. Kendisine eşlik eden değerli müzisyenlerle, birbirinden güzel şarkılarla ilginç yaşam öyküleri anlatıyor. Örneğin oniki yaşında tek basına Almanya'ya gelen Deli Abdul, hiç bir beladan kaçmayan uzun Sülo veya angaje bir hristiyan Helene Teyze ve müslüman Bayan Gül arasındaki güzel dostlukla doğu ve batı arasında ilginç köprüler kuruyor Mario Rispo. Misafirlerini Yahudi, hristiyan ve Müslümanların çok doğal bir şekilde birlikte yaşadıkları eski İstanbul'a yolculuğa götürüyor. Alman ve Türkler'in ortaklaşa eğlendikleri olağanüstü bir atmosfer yaratıyor.

Schmidt Tiyatrosu'nun kurucularından olan Mario Rispo Hamburg'un sosyal zayıf bir semt olan Osdorfer Born'da büyüdü. İtalyan kökenli Alman olan Mario orada Türk müzik ve kültürüyle erken tanıştı. Onun şarkıcı kariyeri bir Türk düğününde evlenen çiftler için surpriz olarak sahneye çıkıp bir kaç şarkı söylemesiyle başladı ve bu onun için artık bir tutku oldu. Rispo Berlin Türk müzik konservatuvarında Türkçe şarkılar söylemek için şan dersleri aldı ve bundan sonra Hamburg, Köln ve Berlin'de bir çok Alman-Türk etkinlikleri organize etti. 2004'ten beri Berlin ve Hamburg yanında İstanbul'da yaşıyor.

Rispo'nun ilk programı "Benim İstanbul'um - Özlem şarkıları"nın prömiyeri 2009'da Schmidt Tiyatrosu'nda sahnelendi ve basın ve izleyiciler tarafından çok beğenildi. Şov Cem Özdemir'in desteğiyle Almaya turuna çıktı. 2010 yılında Almanya Türk Toplumu Mario Rispo'yu bir müzisyen olarak "ülkemizde farklı yer ve kültürlerden gelen insanların barış ve eşit bir şekilde birlikte yaşamalarına" katkısından dolayı ödüllendirdi.

Herbert-von-Karajan-Strasse 1'de yer alan Kammermusiksaal'da filarmoni konseri gerçekleştirildi. Tuba Tuncak'ın organizatörlüğünde gerçekleştirilen filarmoni konserinde Almanya ve Amerika'dan tanınmış müzisyenler konser verdi. Piyanoda Marina Baranova, Perküsyon'da Murat Coşkun ve Klarnette David Karakauer'in gerçekleştirdiği solo ve trio performansları dinleyenleri adeta büyüledi.





LUX EVENT CENTER



Klimatisiert | Trennmöglichkeit | Terasse | Raucher Lounge



Lux Event Center
Puderstr. 8, 12435 Berlin
Tel.: 030/536 04 033 - Mobil: 0178/218 80 64
www.luxeeventcenter.de

Bus: 166, 167, 265
Station: Herkornstr./ S-Bhf Treptow
Bus: 104, 194, N94
Station: Elsenstr./ Kiefholzstr.



ALMANYADA YENİ BİR YILDIZ Almila Bağrıaçık

İlk, Orta ve Lise eğitimini Başkent Berlin'de tamamlayan Lise yıllarında okulun yanısıra, şan, dans ve tiyatro eğitimini sürdüren Almila Bağrıaçık, İngiliz ve Alman oyuncularından oluşan 'Shakespeare's Players', Warmgedicht Hebbel Tiyatrosu (Garaj İstanbul- Basel- Münih) grubunda canlandırdığı başrol ve caz tarzında söylediği şarkılarla gelecekte ki kariyerinin ilk adımlarını da atmış oldu. Berlin Filarmoni de katıldığı bir şarkı yarışmasında söz ve besteleriyle dikkat çekerken, Mor ve Ötesi konserinde, bir fotoğrafçı tarafından Street Casting daveti alan Almila Bağrıaçık, Alman sinema oyuncusu ve yönetmeni Feo Aladağ'ın 'Die Fremde' 'Ayrılık' isimli filminde henüz 17 yaşındayken rol aldı.

Feo Aladağ'ın özel olarak ilgilendiği ve 'Gelecekte büyük bir yıldız olacaksın onun için şimdiden çok çalışmalısın' diyerek Almila'ya, Avrupa ve Amerika'dan getirtilen en ünlü oyuncu koçlarıyla birlikte çalışmasına ve yeteneklerinin ortaya çıkmasına çok büyük rol oynadı. Ve söz konusu film Dünya çapında gösterime girdi ve yaklaşık 30 ayrı dile çevrilerek uluslararası alanda sinema seyircisiyle buluştu.

Oscar'a aday filmleri sıralamasında yer aldı. Ve pek çok sayıda ödülün sahibi oldu. Almila'da bu film ile pek çok festivale katılarak filmin tanıtımında büyük rol oynadı. Sibel Kekilil'nin başrol oynadığı bu film de Derya Alabora, Settar Tanrıöğen gibi ünlü Türk oyuncularla birlikte çalıştı.





Hördür 3 Dünya filmi Almanya Turnesi Potsdam Thalia Sinemasında görkemli final ile son buldu.. Halen Almanya genelinde 72 sinema salonunda gösterimi devam eden filmin, 11 farklı şehirde gerçekleşen Almanya turnesine ilgi büyük oldu.. Filmin konusunun başarıyla işlenmesinin yanısıra; Hördür ve arkadaşı pek çok izlanda atının da kırmızı halıda yürümesi, at çiftliklerinin Almanya turnesi boyunca verdiği büyük destek ve Hördür'un da beyaz perde önüne kadar nal sesleri eşliğinde sahne alması minik sinemaseverlerin büyük ilgisini çekti..

Çocukları, hayatın gerçek kahramanlarıyla tanıştırmak üzere yola çıkan başarılı yönetmen Ekrem Ergün ve yapımcı Steffanie Plattner, başrol oyuncularını Almila Bağrıaçık'ın da hem film süresince, hem de turne boyunca verdiği desteği de takdirle karşıladıklarını ifade ettiler.

Almila Bağrıaçık ise Hördür ile birlikte çıktıkları, çekim ve hazırlık aşamasıyla yaklaşık 1,5 yılı bulan bu güzel yolculukta hayata ve insana dair çok güzel tecrübeler edindiğini ve böylesi bir filmin ardından daha güçlü ayakta durabilmeyi öğrendiğini paylaştı minik hayranlarıyla.



Turne süresince sinema önlerinde aileleriyle birlikte atları bekleyen, filmin kahramanlarını yakından tanımak için sıraya girip, imza isteyen, film sonrasında sorularıyla büyüklere pes dedirten geleceğin bu güzel çocukları ise, mutlu ayrıldılar.. Minicik eller alkışladı, kimi geldi sarıldı kimi uzaktan baktı turne bitip salondan ayrılırken.. Potsdam da ki finalde, hepimiz bitip mutlu ama biraz buruktuk.. Zor ayrıldık .. Bir daha, bir daha karşılaşmak üzere.. Teşekkürler çocuklar ve teşekkürler sevgili anne ve babalar, teşekkürler güzel doğa ve içinde yaşadığımız şu güzel hayat..

Halime Merdler



"Solistler Geçidi" Max Beckmann Saal'da yapıldı

Serap Sağat'ın şefliğini üstlendiği "Solistler Geçidi" Luxemburger Strasse 20'de yer alan Max Beckmann Saal'da gerçekleştirildi. "Sil Baştan" isimli konserde Türk sanat müziğinin eşsiz eserleri Nevser Musiki Cemiyeti Berlin'in eşsiz solistleri tarafından seslendirildi. Gecede cemiyetin 6 ve 8 yaşındaki en küçük üyelerinin seslendirdiği şarkılar ise dinleyicilerden büyük alkış aldı.





Şato City ★★★★★

Ziegrastraße 15-19 • 12057 Berlin
S-Bhf Sonnenallee • BUS M41

Tel: 030 / 680 55 036

Fax: 030 / 680 55 038

www.eleganceevent.de

info@eleganceevent.de



Elegance Event Zentrale Elegance | Charisma | Orient

Colditz Str. 27-29 • 12099 Berlin
U-Bhf Ullsteinstraße | U6 | BUS 170

Tel: 030 / 75 44 71 81 oder 83

Fax: 030 / 75 44 71 82

www.eleganceevent.de

info@eleganceevent.de





Acayip Tiyatro'nun sunduğu, Dilara Gülcek ve Yavuz Selim Turmus'un yönettiği „Deutsche + Ausländer“ Tiyatrom'da sahne aldı. Almanya'da yaşayan bir Türk ve bir Alman ailenin günlük yaşantılarını ince esprilerle izle-yiciye aktaran oyunda Türkler ve Almanlar arasındaki kültürel farklılıkların yanında aşkın hiçbir şeye engel olamayacağı, bilakis bu farklılıkları birleştirebileceği anlatılıyor. Kimi zaman güldüren kimi zaman da düşündürülen oyun seyirci tarafından da büyük alkış aldı.



„Deutsche + Ausländer“ Tiyatrom'da sahne aldı





AUTOFOX
Car-Cosmetic & Multimedia systems

FÜR
STRAHLENDE
AKZENTE



AUSSENPFLEGE

BLITZ WASH (STANDARD)

Schonende Handwäsche,
Felgenreinigung (Standard)
Aussaugen des
Fusraumbereiches

19,95€

SOFT CLEAN 1

Schonende Handwäsche,
Türpfalzreinigung,
Scheibenreinigung (Innen & außen),
Felgenreinigung (Intensiv),
Kunststoff- und
Reifenpflege

29,95€

WASH & WAX

Schonende Handwäsche,
Scheibenreinigung
(Innen&ausßen),
Handpolitur mit
Hochglanz
Versiegelung,
aussaugen des
Fußraumbereiches

99,95€

LACKAUFBEREITUNG UND VERSIEGELUNG

CLEAN & WAX

Maschinelle 3 Schicht Lackaufbereitung, Hochglanz-
Politur, Hartwachs oder gegen Aufpreis Mit Teflon
oder einer Nano-Lackveredelung
NANO LANGZEIT VERSIEGELUNG 299 €

150€

INNENPFLEGE

SOFT CLEAN 2

Aussaugen des Kompletten Innenraum und Kofferraum
Bereiches, Scheibenreinigung (Innen & Ausßen),
Seitenverkleidungen, Ablagefächer, Lüftungsgitter,
Cockpit, Türreinsteige reinigen und
Pflegen.

29,95€

LUXURY INNEN

Intensives Aussaugen des innenraum und Kofferraumbereiches,
Entstauben der Polster und Shampooierung, Himmelreinigung,
intensive Kunststoff-Lederreinigung/Pflege,
Cockpitpflege intensiv, Fussmattenreinigung,
Desinfektion Innenraum, Ozonbehandlung.

95,00€

LEISTUNGEN

CAR COSMETIC

Komplettaufbereitung
Nanoversiegelung
Dampfreinigung

CAR MULTIMEDIA

Multimediasysteme
Spezialhalterungen
Alarmanlagen

SMART REPAIR

Dellen- und Beulenreparatur
Lackreparatur
Leder- und Kunststoffreparatur

CAR DESIGN

Autobeklebung
Scheibentönung
Schutzfolierungen

KOMPLETT PAKETE

WAX & CLEAN PAKET 1

Schonende Handwäsche,
Kunststoffpflege Ausßen,
Reifenpflege, Reinigung der
Türreinsteige, Handpolitur
mit Hochglanzversiegelung
/Aussaugen des
Kompletten Innenraum &
Kofferraum Bereiches,
Scheibenreinigung (Innen&Ausßen),
Seitenverkleidungen, Ablagefächer,
Lüftungsgitter, Cockpit, Türreinsteige
reinigen und Pflegen.

149€

WAX & CLEAN PAKET 2

Wax & Clean 1 Paket +
mit Innenraum / Himmel
-Scharponierung
und Motorraumreinigung

199€

LUXURY WAX & CLEAN

Wax & Clean Paket 2 +
mit einer 3 Schicht Lackaufbereitung
und Hochglanzversiegelung
Innenraum Desinfektion
und Ozonbehandlung,
Motorraumreinigung

299€



Cumhuriyet'in 92. Yılı Dönümü Berlin'de de Kutlandı

BERLİN

29 Ekim Cumhuriyet Bayramı kutlamaları kapsamında Türkiye Cumhuriyeti Başkonsolosluğu Berlin Rotes Rathaus'da bir resepsiyon düzenledi. Resepsiyonda TC Berlin Başkonsolosu Ahmet Başar Şen ve eşi davetlileri karşılayarak tebrikleri kabul etti. Resepsiyona TC Berlin Büyükelçisi Hüseyin Avni Karslıoğlu ve eşi de katıldı. Bir dakikalık saygı duruşu ile başlayan resepsiyonda Başkonsolosun eşi ise piyano eşliğinde İstiklal Marşı'nı çaldı. TC Berlin Başkonsolosu Şen'in bir konuşma gerçekleştirdiği resepsiyonda Türkiye Cumhuriyeti'nin 92. Yıldönümünü büyük bir coşkuyla kutladı.







Türkü Gecesi Tiyatrom'da gerçekleştirildi

Gönülden Gönüllere Şiir&Müzik Grubu Berlin'in sunduğu Türkü Gecesi, Alte-Jakobstr. 12'de yer alan Tiyatrom'da gerçekleştirildi. Türkü Gecesi'nin sunumunu Özgür Bozkurt yaparken, orgda Enver Ateş, bağlamada Cem Alagöz ve Ozan Ali Doğan, ney / kavalda Deniz Mahir Kartal'a türkülerle

Fadime Aydın-Diril, Sercan Aksünger, Seçkin Karasu ve Şahin Yücel; şiirleriyle de İrfan Erden ve Türkan Yücel eşlik etti. Anadolu'nun çeşitli yörelerinden halk müziklerini dinleyicilerle buluşturan Türkü Gecesi, dinleyicilerden de büyük alkış aldı.



Villa Müzikhol



Her türlü
organizelerinizde
yılların tecrübesi ve
birikimi ile yanınızdayız

**Cuma ve Pazar
Organizelerinizde
dekorlarımız
paket fiyatının
yarısına hediye!**



www.villa-muzikhol.de

**EZGI
festsaal**

V.muzikhol@hotmail.de

Villa Müzikhol & Ezgi Festsaal

Kiehlufer 115 - 12059 Berlin

Tel:030 6871290



ÖZEL
HABER

8 Saniye' nin yıldızı, Berlin'in mucize kızı Esra İnal'la konuştuk

Geçenlerde Prenzlauer Berg'teki bir cafede Esra İnal, Ahmet Tunga ve ben buluştuk.

O akşam, Almanya ve Türkiye'de büyük yankı uyandıran '8 Saniye' filmini ve aklımıza gelecek olan diğer konuları konuşacağız.

Konuşmalarımızın ağırlık noktasını tabii ki Esra Hanım oluşturacaktır.

Bu konuşmamızda onun esrarlı dünyasına girebilmeyi ve bunları siz saygıdeğer SES okurlarınıza paylaşmayı istedik.

Yazıma başlamadan önce Esra Hanım'a buradan kocaman bir teşekkür etmek istiyorum ve bu teşekkürün altını çiziyorum. Çünkü Esra Hanım bize o akşam çok vakit ayırdı. Birçok şeyi daha iyi anlatabilmek için misaller verdi ve ayrıntılara girdi. Her şeyin iyi anlaşılmasını istiyordu. Çünkü o ne bir falcı, ne de rüya yorumcusuydu, o nedenle kendisinin doğru anlaşılması için çok emek verdi. Tekrar teşekkürler Esra Hanım.

Esra İnal, şu sıralarda '8 Saniye' filmi nedeniyle Almanya ve Türkiye'de en çok konuşulan isim. Bu nedenle biz de onunla yapacağımız konuşmanın sadece film etrafında döneceğini sandık ama yanlışmışız. Çünkü bu film Esra Hanım için sadece buz dağının görünen kısmı idi. Onun yaşamına, çevirdiği film gibi kimbilir daha kaç film siğar.

Esra Hanımı o akşam tanıır tanımaz içimizde öyle bir his belirdi ki bu sıradan bir konuşma olmayacaktı.

Berlin doğumlu Esra İnal, eğitimini de Berlin'de tamamlamış.

O, yaşamında küçüklüğünden beri bazı doğaüstü olaylar yaşamış, söyleşimiz sırasında bizlerle hem yaşadıklarını, hem de bazı fikirlerini paylaşacak. Biz de ara sıra onun konuşmalarının arasına girip bazı sorular soracaktık. Fakat hemen şunu söyleyeyim, Esra Hanım'a fazla bir şey sormadık. Çünkü o sanki bizim soracaklarımızı biliyormuş gibi istediğimiz doğrultuda konuşuyordu. İçinden nasıl geliyorsa, ne gerekiyorsa onları konuşuyordu. Çünkü o konuşmuş olmak için konuşmayı sevmiyordu. Her saniye faydalı, her kelime sihirli olmalıydı.

Esra İnal, Ahmet Tunga ve ben, yani üçümüz de bu konuşmanın sonunda masadan mutlu ayrılmalıydık. Daha da önemlisi bu söyleşi sonunda bu sohbetten tatmin olmalıydık. Bu nedenle üçümüzün de kalp gözleri açıldı. İçimizdeki sevgi ve samimiyet o denli yoğunlaşmıştı ki, bu akşam burada, bu masada sadece evrensel gerçeklere, sevgiye ve dostluğa yer olacaktı. Evrende izah edemediğimiz ve edemediğimiz birçok gerçek var. Bunlar neden böyle demeyecek sadece konuşacaktık. Çünkü evrende her şey olması gerektiği için vardı.



Biraz konuştuk, karşılıklı güлüştük, kahvelerimizi içtik, sonra bir süre sustuk. Şunun ayrımına vardık ki, Esra Hanım bize büyük bir güven duyuyordu.

Ben kendisini ilk kez görüyordum, ama onun verdiği ışık bana sanki birbirimizi yıllarca tanıyormuşuz hissi veriyordu.

Çünkü o kendini sevgiye ve dostluğa adanmış.

Ne olursa olsun, sevmek hep ön planda kalsın, di-yordu. Hayat bize bazen sevgiyle yaklaşacak, ama bazen de bizim arzuladığımız gibi davranmayacak. Fakat hayat her halükarda güzeldir.

Esra Hanım varlığıyla çevresine kuvvetli bir enerji veriyordu ve biz bu enerjinin altında 'şimdiyi yakaladık, o enerji bizi tüm varlığımızla masaya yığıdı ve içimizde evrenin gücünü hissettik. İşte Esra Hanımın farklılığı belki buradan geliyordu.

Sonra sessizlik bitti.

Esra Hanım`dan rüyalarını ve 'Hocam'dediği, kendisi için bir dönüm noktası olan Don Miguel Ruiz'i anlatmasını istedik.

Bunun ardından Esra Hanım konuştu biz dinledik:

-Hocam Don Miguel'in yanına, yani Meksika'ya ilk kez 20'li yaşlarımın başlarında gittim. Berlin'de yaşamımın bir dönemini kapatıp onun yanına gittim. Aslında nereye gittiğimi, nasıl bir insanla karşılaşacağımı bilmeden gittim. Çocukluğumdan beri zaman zaman rüyalarımın giren bu insanın tesiri altında kaldığım için yola çıkmıştım.



Hocam Don Miguel'e gelmeden önce size rüyalarımın ve bana olan tesirlerinden bahsedeyim:

Benim rüyalarımın bazıları benim için farklıydı. Tabi herkes gibi ben de sıradan rüyalar da görüyordum ama beni tesiri altına alan rüyalar da görüyordum. İşte böyle rüyalar gördüm mü ondan sonraki günlerde yoğun değişimler yaşıyordum. Bu rüyaları zaman geldi kaldıramaz oldum ve en sonunda hastaneye yatmak zorunda kaldım. Orada birkaç hafta testlerden geçtim ve hiç bir şeyim olmadığına karar verildi. Sadece algılarımın çok güçlü olduğu söylendi. Yani her şeyi bir gözlük takmış gibi daha derin görüyordum.



Bu bende ufak yaşlarda başladı ve gittikçe yoğunlaştı. İlk yıllarda bu rüyalara bir anlam vere-miyordum. Bu nedenle içimde bir panik meydana geliyordu. Çünkü zihin bilinmezle mücadele ederken ilk gösterdiği tepki korku oluyordu. Bu arada mantık alevleniyor ve seni bu ortamdan kurtarmaya çalışıyor. İçimizdeki kalıba göre her şeyi düzene sokmaya çalışıyor. Zihinlerimiz kalıplaştığı için, diyor ki 'Bunu böyle öğrendin ve bunun anlamı budur'

Ben hep arkadaşlarıma yaşadığım duyguyu şöyle anlatmaya çalışıyordum:

'Sen ve arkadaşın birbirinizle tartışmaya giriyorsunuz, bir fikir ayrılığı var, bu nasıl sarsıyor seni? Birden bire öfke çıkıyor, ellerin titriyor, kulakların ısınıyor ve ona karşı bütün gücünle kendi hakikatini savunmaya çalışıyorsun. Çünkü o hakikati savunmak zorundasın, bütün hayatını o hakikata bağlamışsın. O hakikatten vazgeçmek sana ölümmüş gibi geliyor. Fakat karşındaki de, hayatı başka bir bakış açısından öğrendiği için kendi gerçeğini savunuyor. Böylelikle iki gerçek birbiriyile çarpışıyor. Aslında bu iki kişi biraz düşünseler şunu görürler:

Gerçek denilen olay nedir ki? Bir şeyi sen farklı görebildiğine göre demek ki gerçek bu değil. Yani tartışan iki kişinin de savunduğu fikirler gerçek değil. İşte o an, o ufak gerçeğin, o ufak fikir ayrılığının bile içinde yaşadığı paniğe bakın. Kavgaya etmeyi, ayrılmayı, her şeyi göze alıyorsun.





Şimdi bir de şöyle bir şey oluyor. Olay fikir ayrılığında kalmıyor. Algıladığın dünya sana öğretilmiş. Bu duvar, bu koltuk, dışarıda gökyüzü mavidir v.s. Yani bunlar gibi sana öğretilen birçok şey. Düşün bir gün kalkıyorsun ve bu gördüğün dünya aynı şekilde duruyor ama farklı bir bakış açısından, hiç görmediğin bir bakış açısından izlemeye başlıyorsun. Ama zihin diyor ki: 'Hayır, böyle bir şey yok. Ben bunu böyle öğrenmedim ve böyle olamaz.' diyor zihin ve devamlı diyor ki:

'Bu duvar canlı değil, duvarın arkasını göremezsin, bu ağaçlar canlı diye öğretildi ama aramızdan kaç kişi bunu algılayabiliyor.' Ama bunların sabit olmadığı ispatlanmıştır, birdenbire her şeyin bir nabızı olduğunu fark ediyorsun. Ağaçların, gökyüzünün ve rüzgarın bir algılaması olduğunu fark ediyorsun. Ama bunların hiç biri senin dikanini çekmemiş, çünkü o kadar kendinle meşgulsün ki, etrafında ne kadar çok canlı olduğunun farkında değilsin. Yani bu dünyada yaşayan tek canlılar insan değil, rüzgar da bir canlı. Seni algılıyor, görüyor ve hissediyor ama sen farkında değilsin ve görmüyorsun, oradaki gücü ve niyeti görmüyorsun.

Zamanla bütün bunlar, yani dış dünyayı bu şekilde algılamam benim içimde inkar edilemez bir hale geldi. Dışarılarda her yerde ve her şeyde hayat görmeye başladım. İsimler, semboller kaybolmaya başladı, hayatı olduğu gibi algılamaya başladım. Bu benim için büyük ve yoğun bir duyguydu. Ondan önce her şey zihnimdeki filitreden geçiyordu ve o filitre benim için artık çökmüş bir vaziyetteydi. Filitresiz olarak gördüğüm şeylerin altında eziliyor gibi oluyordum, çünkü hep şöyle bir hissim oluyordu:

Çok iyi hatırlıyorum, bir gün sokakta yürürken gene her şeyin bir nabızı oluştu. Bunlar aniden gelen duygulardı. Çevreye bakardım, rüzgarı görürdüm, eşyaları ve gökyüzünü görürdüm ve sanki her şey içimde hareket ediyormuş duygusunu yaşırdım.

Bir süre sonra bunları daha yoğun yaşamaya başladım ve bir bakardım ki gözlerimin önünde her şey bir olmaya başladılar, sanki bir güç ve o güçten başka bir güç yok. Ve bir bakardım ki, ben de o gücün bir parçasıyım. Bir bedenim içindeyim ama aslında dünyanın içinde yaşıyorum. Ve her şeyin bir ruhu olduğunu gördüm, bedenimin dünyaya ait olduğunu gördüm. Ve o bedenim, o kalbim içine bir damla ışık bırakılmış ve bu bedeni A'dan B'ye götüren bir niyet gücü var içimde, bu beni A'dan B'ye götürüyor. Bir ara bunun ben olduğunu düşünüyorum ama bir bakıyorum ki içimdeki çok farklı bir güç. Şu an yürüyorum, nasıl yürüdüğümün farkına varmadan. Her şeyi kontrol ettiğimi düşünüyorum ama belki de aslında hiç öyle değil.

Bu durumlar yoğunlaştıkça bir gün şunu farkettilim, kendi kendime dedim ki, sen varsan, yani ben her sana şahit oluşumda ben yok olacağım, çünkü o algılara her şahit oluşumda, algı değiştiriyor beni. Yani bir şeye şahit oluyorsun ardından bu senin üzerinde bir etki bırakıyor, bir değişime yol açıyor. Ben o güce her şahit olduğumda, yok olduğumun farkına vardım ve hatta hep sesli konuşurdum, derdim ki, sen olduğun sürece, yani sen varken ben asla olmayacağım. 'Sen' diye hitap ettiğim şeye bir güç veya bir niyet diyebilirdim.



Ben her şeyi bir algı olarak görürdüm ve her şeyle bir hissedirdim kendimi. Çok yoğun bir ergenlik çağı geçirdim.

Tabi o zamanlar daha yeni yetişiyordum, zihnim gelişme döneminde. Bütün bu yaşadıklarımı insanlara anlatmak benim için çok zordu. Ve o zamanlar aksi oluşum, yerimde duramamam, bir sınırsızlık duygusu, yani devamlı bir stres hali çıkardı.

Benim için hiç bir şey yetmezdi, yaşadıklarım yetmezdi. Gittiğim her yerde, hep daha fazla bir şey olması gerekiyor, daha farklı bir şeyin olması gerekiyordu, yani o duygu tutmuyordu. Büyük bir şey oluyordu ama o duygu tutmuyordu. Diyordum ki bu değil, bu da değil aradığım duygu. Yani yoğun bir zaman geçirdim ve o zamanlar çok acı çekiyordum. Uyumak ızdırap olmuştu, uyanmak ızdırap olmuştu, aynaya bakmak ızdırap haline gelmişti. Çünkü aynaya bakıyordum bir et parçası görüyordum, sanki onun içinden çıkmışım. Yani dünyayı hep beynimin içinden bir noktadan algılamak, birdenbire vücudum arkasından algılamaya başladım. O vücuda bakıyorum, yabancılık çekiyorum, yani daha önceleri kendimin o vücut olduğunu sanıyordum ama o algı süreci içinde ondan ayrılmaya başlamıştım. Mantıklı bir yolla vücudumun ben olmadığını fark ettim.

İsterseniz biz gene hocanız Don Miguel Ruiz'e dönelim

Evet. Hastane benim derdime bir çare bulamamıştı ve gayet iyi olduğumu söylemişlerdi. Ardından hastaneden çıktım. Fakat şunun altını çizmeliyim: Doktorlar bana çok ilgi gösterdiler, çok güzel sohbetler yaptık.

Hastaneden çıktıktan sonra bu dönem gene böyle devam etti. Bir süre sonra galiba muhtaç olmaktan korktum. Yani birilerine muhtaç olmaktan ve yaşamayı becerememekten korktum. Nereye gideceğimi bilmiyor, önümü göremiyordum. O sırada gene bir rüya görmüştüm. Rüyamda bir ses bana öğretmenimin karşıma çıkacağını, öğretmenim karşıma çıktığında onu hissedeceğimi ve ona güvenmem gerektiğini söyledi. O rüya bana çok güç verdi ve onun gücü sekiz dokuz ay tuttu beni.



Bir gün, gene böyle yoğunlaşma dönemi yaşarken, oturdum artık bilgisayarın başına ve uzun bir mektup yazdım, hayatıma son vermeye karar vermiştim. Aslında hayatıma son verecek raddeye gelmemiştim. Fakat ne yapacağımı bilemediğimden bu durumdaydım. Yerimde duramıyor tuhaf tuhaf şeyler yaşıyordum. İşte böyle bir ruh hali içindeyken mektubu yazdım fakat tam bitirmek üzereyken bilgisayar dondu. Bilgisayarı yeniden açtım, baktım ki yazdıklarımın tümü silinmiş. Fakat bu sırada bana bir mesajın gelmiş olduğunu fark ettim.



Bir de baktım Don Miguel Ruiz. Yanında piramitler ve kendisinin resmi vardı. Kendi kendime, bir dakika ya, dedim, ben bu piramitleri rüyamda devamlı görüyordum ve bu adamın kaç kere resmini çizmeye çalışmıştım, arkadaşlarıma anlatıyordum, onlar da resmini çizmeye çalışıyorlardı. Ve dedim ki kendi kendime: Bu adam o, evet bu o. Sonra onu internette biraz araştırdım, bir de baktım bir programda canlı olarak konuşuyor. Yayının sesini açtım, sesini tanıdım ve tekrar dedim ki, bu o, rüyalarımda yıllarca gördüğüm kişi. Hemen telefon açtım, o sırada henüz İngilizcem de yoktu. Telefona bir kadın çıktı, ona 'SOS' dedim, yani yardım istedim, çok kötü olduğumu söylemeye çalıştım. Kadın beni telefonda biraz toparlamaya çalıştı ve bir ay kadar sonra piramitlerin orada bir seminerin olacağını söyledi. Benim oraya gitmem gerekiyor, dedim kendi kendime, tabi bu arada bir sürü mucizeler oldu, bunlar çok uzun hikayeler ve bir de baktım ki uçağa binmişim Meksika'ya gidiyorum...

Evet, Esra İnal'ın mucizevi hikayesi böyle devam ediyor. Bize o akşam anlattıkları bunlardan ibaret değil, biraz daha var. Geri kalan kısmına belki gelecek sayıda devam ederiz. Fakat şunu da hemen belirteyim ki, Esra Hanım bu mucizevi hikayeyi, yani kendi gerçek hikayesini kaleme aldı, bir süre sonra bitirip kitap olarak çıkaracak. Doğrusu bu enteresan kitabın ilk okuru ben olmak isterim. Hatta Esra Hanım kitabı çıkardıktan sonra SES dergisine birkaç tane hediye ederse, ki bunu yapacağına eminim, bu kitapları okurlarımıza hediye etmekten memnunkül duyarız.

Esra Hanım, bir polisiye roman kadar heyecanlı fakat ne yazık ki yer yer acı ve üzüntü dolu bu söyleşi için size SES dergisi adına çok çok teşekkür ederim.

Ben de sizlere, bana bu fırsatı verdiğiniz için teşekkür ederim. SES okurlarına saygılarımı sunarım. Kitabım çıkınca tabi ki SES dergisine birkaç kitap hediyelem olacak. **Hüdaî ÜLKER**



DARBE ROCK

Türk rock grubu Darbe Ekim 2010 da Berlin'de Fatih Solak (vokal/egitar) ve Umut ilyas Koçkazi (Bass/vokal) tarafından kurulmuştur ve üç kişiden oluşmaktadır. Ünlü rock grubu Gece Yolcuları'nın kurucularından Bülent Ecevit Albayrak'ı (Davul) kadrosuna katan Darbe kadrosunun son halini oluşturmuştur. Kurulduğu yıldan beri Berlin ağırlıklı ve Almanya'nın diğer şehirlerinde birçok konsere imza atan Darbe kendi albümleri için stüdyo çalışmalarına devam etmektedir. Ağırlıklı olarak 1970'lerden bugüne kadar kendi besteleriyle türk- rock müziği modernize ederek tanıtılmaktadır.



Vocal / E-Guitar: **Fatih Solak**
E-Bass: **Umut Ilyas Koçkazi**
Drums: **Bülent Ecevit Albayrak**



ATLANTIK FISCHRESTAURANT

FrISChe FISChe & Meeresfrüchte

2x in
Berlin



Jetzt NEU!
Direkt am U/S- Bahn Innsbrucker Platz
Ausser Hausverkauf
Raum für ca. 200 Personen - Ideal für Feiern
Kinderspielplatz - Riesen Terrasse
Raucherzimmer - Live Music am Wochenende



Potsdamer Str. 166
10783 Berlin
Tel: 030 - 200 514 94
Mobil: 0177 300 86 57



Halit Sorgun & Ayhan Yenel

Martin-Luther-Str. 134
10825 Berlin
Tel: 030 - 788 90 988
Mobil: 0177 300 86 57

www.atlantik-fisch-restaurant.de info@atlantik-fisch-restaurant.de

Başkent Berlin'de Zaman Tüneli Partisi Berlinli Türkler'in fenomeni oldu

Geçtiğimiz günlerde gazeteci arkadaşımız Mahmut Tosun'un Cafe Hofperle'de „Zaman Tüneli“ adlı eğlence etkinliği düzenlendi.

Neredeyse her ay düzenlenen etkinlik Dj. Chat – in'in birbirinden güzel özenle seçilmiş bir zamanların unutulmaz eserleri ,Türk Pop, Arajman ve Arabesk Müziği'nin eşliğinde 60, 70 , 80 ve 90'lı yıllara coşkulu yolculuk Zaman Tünelinde sabahın ilk ışıklarına kadar sürdü.

SES Dergisinden bilet kazanma şansını yakalayan şanslı okuyucularımızda bu etkinliğe katılarak doyusya gönüllerince eğlendiler.

Yoğun çalışmanın ardından bir nebze olsa stres atmak ve gençlik yıllarına dair zamana yolculuk yapmak ve stres atmak isteyenlerin vazgeçilmez eğlencesidir Zaman Tüneli Partileri...

Halime Merdler



WWW.GECCEEVENTS®
Gecce

bir *Serkan Cakir*® projesidir

26
DEZ
SAMSTAG
2015
23H

SİMGE

#MIŞ MIŞ PARTY



DJ MURAT ÖNDER
(PARTY FLAVOR)



DJ EMR / EMIR BOLER
(RESIDENT)



DJ ERCI-E
(CARTEL)



MAXXIM
THE ART OF NIGHTLIFE

Joachimstaler Str. 15 / 10719 Berlin / Info: 0174 • 409 18 18 / [f](#) GecceOrganize



VVK
19€

CHARLOTTENBURG:
AYHAN ISIK
UHLANDSTR. 33
10719 BERLIN
TEL: 030 432 088 61

KREUZBERG:
AYHAN ISIK
ORANIENSTR. 36
10999 BERLIN
TEL: 030 549 788 16

WEDDING:
FOTO FLASH
BADSTR.67
13357 BERLIN
TEL: 030 46 11 2712

NEUKÖLLN:
FOTO FLASH
KARL-MARX-STRASSE 144
12043 BERLIN
TEL: 030 848 58 687

AYHAN ISIK
DJ

hey
Magazin
www.heyberlin.de

felarena
LIVE & RECORDS

USC
GMBH

ORIENT

SEVIN
Fahrradclub

BERLIN ses



Theater28 ödüle doymuyur Waltraud Netzer Gençlik Ödülü

Ufuk Güldü önderliğindeki Interkulturell-Aktiv e.V. / Theater28 derneği, gençlere yönelik yapmış olduğu projeler ile 2015 Waltraud Netzer Gençlik Ödülünü almaya hak kazanmıştır. 21 Kasım 2015 tarihinde Duisburg'da yapılan ödül gecesine sosyal projelerde katkısı olan altı genç ile katılan Ufuk Güldü, ödülünü Alman televizyonlarının ünlü simalarından ve yakın arkadaşı olan Frederic Heidorn'dan aldı.

Genç tiyatro grubu kısa film projelerinin yanı sıra, ayrımcılıkla mücadele ve medeni cesaret temalı projeleri ile öne çıkmaktadır.

Geceye katılanlar arasında Eski Berlin Senatörü, Kuzey Ren Vestfalya eyalet başkanları ve Duisburg Belediye Başkanı Sören Link katılmıştır. Geçen yıl göstermiş olduğunu medeni cesareti ile hayatını kaybeden Tuğçe Albayrak anısına çekmiş oldukları kısa film ile katılan Theater28'in genç yetenekleri tüm izleyenleri büyülemiştir.

FOTO von HinundWeg - Mareike und Ann-Kathrin

Interkulturell-Aktiv e.V.
„Theater28“



Wattstr. 13
13355 Berlin
Tel.: +49 30/510 508 01
Mobil: +49 163 / 28 28 830

www.interkulturellaktiv.de
www.theater28.de
ufuk@theater28.de

unutulmaz anılarınız için

FOTO PATİK

Doğum fotoğrafçısı
Halime Merdler

Bebeğinizin doğumunu fotoğraf kareleriyle anlatan masal gibi bir yolculukta özel olarak yanınızdayım...

Sadece size özel fotoğraflar

- Hamile ve Doğum Fotoğrafları
- Doğum Günü Fotoğrafları
- Bebek ve Aile Fotoğrafları

Tüm özel günlerinizde Fotoğraflarınız çekilir.

 **0170 - 770 10 32**

www.fotopatik.com
E-Mail: info@fotopatik.com

PRESENT BY



MUSTAFA GECELI

ÜNİVERSİTELİ YETİM
ÇOCUKLARA YARDIM
KONSERİ

AFTERSHOW PARTY
WITH **DJ CANTAY**

27.02.
2016

Einlass 20 Uhr

KESSELHAUS
Knaackstraße 97
10435 Berlin

VORVERKAUSSTELLEN: KOKA 36 · ORANIENSTR. 29, 10999 B. / FOTO FLASH, BADSTR. 67, 13357 B.
FOTO FLASH, KARL-MARX-STR. 144, 12043 B. / BASE/E-PLUS SHOP · KAISER-WILHELM-PLATZ 4, 10827 B.
KESSELHAUS · KNAACKSTR. 97, 10435 BERLIN / AYDIN KASETCILIK · KOTTBUSSE STR. 6, 10999 B.
CUT AND COLOUR · MARIANNENSTR. 27, 10999 BERLIN / FOTO DIGITAL · HERMANNSTR. 42, 12049 B.
ALSANCAK SIMIT SARAYI · GNEISENAUSTR. 3, 10961 B. / ORIENT MAGAZIN · BOPPSTR. 6, 10967 B.

SMIRNOFF

MediaTri
www.media-tri.de

Balcone
LOUNGE

VVK
29€
AK 35€



Sladkarnica Sezoni, Neukölln Karl-Marx-Str. 117 işletmeci Aysel Saliyeva Hanım tarafından çoşkulu bir organizasyonla açıldı. Balkarlarda halen devam eden Osmanlı börek, poğça, kuru pasta, yaş pasta ve benzeri ürünlerin sunulduğu kendi üretimleri olan taze ürünler müşterileri tarafından pek beğenildi. Berlin Ses Magazin olarak Aysel Saliyeva Hanım' a ve ekibine bol kazançlar dileriz.



GRAND GALA



600 Kişilik

**Salon • Temizlik • Masa Örtüsü
Leinwand Gösterisi • 60 Resim + 1 Poster
Süresiz Kamera Çekimi • Pastası
Orkestrası • Garsonları • Sıcak Yemeği
İçecekleri • Çerezi + Meyvesi**

**Cuma: 4500 € • Cumartesi: 5500€
Pazar: 3500€**

Altonaerstr. 77 13581 Berlin Tel.: 030 / 251 03 74
nähe S-&U-Bhf. Spandau (Spandauer Arcaden / gegenüber Jobcenter Spandau)

info@grandgala.de

www.grandgala.de



Aus Tahsins Feder

von
Tahsin Ocak

8 Sekunden

*Ein traumhafter Film über ein Mädchen,
das zwischen Realität und Traum ihre
Identität sucht*

Als Filmemacher und aufgrund der Liebe zum Film gehe ich oft ins Kino. Die meisten Filme sind einfache Filme, die bei mir keinen Eindruck hinterlassen. Es sind zu schnell konsumierende Filme à la Fastfood! Aber dann gibt es die seltenen Filme wie "Melancholie", "Die Wand" oder Michael Hanekes "Liebe", die nicht nur einen nachhaltigen Eindruck hinterlassen, sondern auch die Sichtweise auf das Leben verändern. So ein Werk ist definitiv auch "8 Sekunden".

So wie man vor dem Gemälde der Mona Lisa steht und seinen Blick davon nicht abwenden kann, so saß ich im Kino und war im Bann dieses Werkes gefangen. Aber was ist an diesem Film so besonders?

Es gibt ja viele Werke, die über junge Menschen handeln, die ihre Identität suchen. Natürlich gibt es viele Filme darüber, aber, obwohl "8 Sekunden" den gleichen Inhalt hat, hatte er für mich einen großen Stellenwert, weil er meisterhaft vermittelt wurde.

Was ist die wirkliche "Wirklichkeit"?

Ich werde versuchen diesen Film durch paar Aspekte zu "durchleuchten". Einer der großen Aspekte des Films ist die "Wirklichkeit".

Was ist die Wirklichkeit? Wer entscheidet, was "wirklich" ist? Der Begriff "Wirklichkeit" ist sehr ausdehnbar.

Jeder definiert diese Begriffe je nach persönliche Wahrnehmung und Erfahrungsmaßstab. Nehmen wir ein Beispiel: Zwei unterschiedlich wahrgenommene "Wirklichkeiten" über ein Stück Steak. Dieses Steak ist für einen "Fleischesser" ein Genuss, aber für einen Veganer symbolisiert das Stück Steak Mord an einem unschuldigen Lebewesen. Obwohl das Stück Steak sich nicht verändert hat, gibt es zwei unterschiedliche "Wirklichkeiten" darüber, weil die beiden Betrachter es individuell wahrnehmen.

Fazit: Wahr ist, was wir als wahr "nehmen".

Das ist noch verständlich. Jetzt wird die Sache aber komplexer...

Parallere Wirklichkeiten

In dem Film hat Esra zwei Wirklichkeiten. C.G. Jung redet über "Innere Wirklichkeit des Träumenden". Die andere Wirklichkeit ist der Alltag. Solange man weiß, welche Wirklichkeit man **JETZT** erlebt, ist es kein Problem. Das Problem fängt erst an, wenn die beiden "Wirklichkeiten" sich vermischen und die Grenze nicht erkennbar wird.

So ist es bei Esra. Sie kann die beiden Wirklichkeiten nicht mehr auseinanderhalten; sie stellt sich ein Wald im Wohnzimmer vor, hört Stimmen, glaubt, dass ihr Geist ihren Körper verläßt und sie sich selbst beim Schlafen zusieht.



Die Gesellschaft und die Wissenschaft kann mit **“Übersinnliche Phänomenen”** zur Zeit nicht viel anfangen, weil sie nicht **“fassbar”** sind. Daher werden die Menschen, die nicht in die gesellschaftliche Norm passen, einfach **“abgestoßen”**. Daher ist es nicht verwunderlich, dass bei ihr Schizophrenie diagnostiziert wird und sie in einer geschlossenen Anstalt landet.

Ein anderer wichtiger Aspekt des Films ist:

“Der Stellenwert der Frau in der Sozial- und Kultur-anthropologie der Türkei”

Esra sucht ihre Identität nicht nur zwischen Traum und Wirklichkeit, sondern auch in ihrer türkischen Kultur. Um sich zu finden, will sie frei sein, völlige Freiheit haben. Aber ihr Wunsch der völlige Freiheit in der männerbevorzugten türkischen Kultur sorgt für große Auseinandersetzungen, bis zur körperlichen Gewalt.

Esras Satz im Film, **“Mischt euch nicht in mein Leben ein, denn es ist meins!”** wird eine Kampfansage und führt sie zum Sieg für ihr weibliche Identität. So fungiert sie als Vorbildsfigur für die Frauen, die von Ehemännern unterdrückt werden. Filmtechnisch funktioniert der Film auch.

Die Traum-Aufnahmen waren wie Gemälden voller Fantasie. Die Musik war gekonnt eingesetzt. Die Leistung der Darsteller waren einzigartig. Hier muss ich erwähnen, dass Esra Inal zum ersten Mal in einem Film gespielt hat und das sehr erfolgreich. Ein Film mit Tiefgang und Achterbahn der Gefühle. Produziert von Til Schweiger und Tom Zickler. **Auf jeden Fall sehenswert.**



“Eines Tages wird man offiziell zugeben müssen, dass das, was wir Wirklichkeit getauft haben, eine noch größere Illusion ist als die Welt des Traumes“.

Salvador Dalí



Türkiye vs. Box-Club-Olympia 1975

İğdir / Trabzon / Istanbul / Gaziantep - Berlin Club Olympia 1975



- | | | |
|---------------------------|---|-------------------------------|
| 1. 49 Kg Yiğithan Kemal * | & | 49 Kg Selim Tungaev |
| 2. 64 Kg Uğur Özcan * | & | 64 Kg Muhammed Dahami |
| 3. 69 Kg Emre Kuzu | & | 69 Kg Fatih Keles * |
| 4. 71 Kg Nevzat Kesen | & | 71 Kg Fırat Tekin * |
| 5. 75 Kg Burhan Alışkan * | & | 75 Kg Marlon Tungaev |
| 6. 81 Kg Dindar Gölcek | & | 81 Kg Strelzow Olexandi * |
| 7. 81 Kg Doğukan Cınar | & | 81 Kg Ahmet Ibrahim Omeraid * |
| 8. 91 Kg Turgay Tabaru * | & | 91 Kg Mike Fanselow |
| 9. 91 Kg Tayfun Kurt | & | 91 Kg Alexander von Berge * |

* Diese Boxer haben gewonnen

Box-Club-Olympia 75, hat gegen die Türkei in der 40 jährigen Jubiläumsfeier 5:4 gewonnen.

Foto © Regina Oette / Swen Spitschka





Türkiye Cumhuriyeti Gençlik ve Spor Bakanımız Sayın Akif Çağatay Kılıç - Almanya 4. Lig temsilcimiz BAK 07 kulübünü ziyaret etti

Bakan onuruna verilen öğle yemeğinde Berlin'in seçkin kulüp temsilcileri yanı sıra sivil toplum örgütlerinin temsilcileri iştirak etti. Futbol maçlarının oynandığı Poststayum'da gerçekleştirilen yemekli toplantıya katılan Gençlik ve Spor Bakanı Akif Çağatay BAK 07'nin alt yapısında futbol oynayan genç sporcular güllerle karşıladılar. Karşılama BAK 07 kulübü Başkanı Mehmet Ali Han ve idare heyetinde hazır bulundular.

Genç futbolcularla tek tek tokalaşan Bakan Çağatay çok duygulandığını dile getiren Bakan Çağatay konuşmasında, Bak 07 kulübümüzün çalışmalarını yakından takip ettiklerini, sporun hem geliştirici hem birleştirici yanın ortaya çıkarılması çok önemli olduğunu söyleyen Bakan sizlerin sivil toplum olarak bir araya gelmeniz spor önemli bir yer tutmakta. İnsallah BAK 07 kulübümüzü Almanya 3. Lig de görmek istiyoruz.



Biz istiyoruz ki özellikle Almanya'da, bildiğiniz gibi bende Almanya'da doğdum burada büyümüş biri olarak Almanya'da bu çalışmaların çok önemli yeri olduğunu düşünüyorum. Alman toplumunda kendinizi daha iyi ifade etmeniz açısından ve çok dile getirilen entegrasyon konusunda çok önemli yer tuttuğunu biliyoruz.



Bakanın konuşmasının ardından BAK 07 kulübü Başkanı Mehmet Ali Han, BAK 07 takımının bir formasını Bakan beye hediye ettiler.

Menderes Singin

Gençlik ve Spor Bakanımız Akif Çağatay Kılıç



Yayla Spor Okulu'nda güllerle karşılandı Gençlik ve Spor Bakanımız Yayla Spor Okulu'nun sporcuları ile Türk Folklor Cemiyeti, Gençlik ve Spor Bakanı Akif Çağatay Kılıç'ı güllerle karşıladılar.



Kalabalık Sporcu ve Folklor ekibiyle Yayla Spor Okulu'nun sahibi Karen Yayla Gençlik ve Spor Bakanı Akif Çağatay Kılıç ve heyetini selamladı ve konuşmasında „30 yıldan bugüne kadar vatanımızın bayrağımızın olduğu her yerde olduk bundan sonrada olacağız“ dedi. Sıcak aile ortamında geçen programda Folklor ve Tekvondo gösterileri yapıldı. Bakan Kılıç kendisinin gurbetçi olduğunu söyledi gençlerle almanca konuştu genç sporcularla yakından ilgilendi.

Menderes Singin

Berlin Hilalspor liderliğini korudu

Berlin Amatör ligi Bezirksliga temsilcimiz Hilalspor, Türkyurtspor ile evinde oynadığı lig maçını 2-1 kazandı.

Hilalspor bu galibiyetle liderliğini korudu. Bezirksliga temsilcilerimiz Hilalspor ve Türkyurtspor karşı karşıya geldiler. Oldukça çekişmeli geçen maçın ilk dakikalarında Türkyurtspor kornere atışından Özkan'ın kafa golü ile 1-0 öne geçti. İlk yarı karşılıklı atakların ardından gol gelmeyince Türkyurtspor devreyi 1-0 önde kapadı. İkinci yarı lider Hilalspor daha istekli oynamaya başladı. İkinci yarının 61. ve 80. dakikalarında sahanın en iyilerinden Volkan'ın ayağından golleri bulan Hilalspor

HILALSPOR: Nihat, Murat, Blerin, Harun, Aykut, Barış, Burhan, Emre, Erkan, Volkan ve Medin



maçı 2-1 kazandı. Liderliğini koruyan Hilalspor ikinci ile arasındaki iki puanı korudu.

Menderes Singin

TÜRKYURTSPOR: Enes, Ismail, Cem, Serkan, Cenk, Serdar, Muhammed, Samet, Kubilay, Özkan ve Burak



" Alles für die Jugend - Alles für die Zukunft "!



TSM Seminerleri devam ediyor Türk Spor Merkezi Futbol Akademisi Derneği, 2015/2016 sezonu Seminerler tüm hız ile devam ediyor.

Futbolda Özgüven ve Motivasyon adı altında profesyonel Koç Derya Çolaker tarafından verilen Seminere, U 15, U 17 ve U 19 kadroların Futbolcuları katıldı.

Seminerin konuları şu şekilde idi:

- 1) Futbolcunun özgüveni ve motivasyonu sahaya nasıl yansır...
- 2) Özgüveni ve motivasyonu geliştirmenin yolları
- 3) Özgüven eksikliğinde yapılan hatalar

Expert Taxi Okulunda düzenlenen Seminer başarılı geçerken, TSM Futbol Akademisi takımları katılacak olan Turnavalara hazırlanıyor:

28.12. - 30.12.2015

Gera (Thüringen) U 15, U 17 ve U 19 Turnavası

03.01. - 04.01.2016

Dresden U 17 ve U 19 Turnavası (Saksonya)

08.01. - 10.01.2016

Nordenham (Niedersachsen) U 19 Turnavası

2015/2016 Sezonu ile birlikte TSM Futbol Akademisinin bünyesine U 15takımı (2001-2002 yaş grubu) da dahil olmuştur.

TSM Fussballakademie e.V.

Genterstr. 72, 13353 Berlin

Tel.: +49 177 743 56 86

Web: www.tsm-akademie.com

mail: info@tsm-akademie.com

Vertretungsberechtigter Vorstand nach § 26 BGB

Präsident: Ertan Ucar

1.Vorsitzender: Burak Isikdaglioglu

Geschäftsführer: Dominic Kobudzinski



PanZehir

SMIRNOFF

PRÄSENTIERT



ROCK 'N NOEL PARTY LIVE CONCERT & DJ IPEK 25.12.15

BI NUU (KATO)

10997 BERLIN, DIREKT U-BHF
SCHLESISCHES TOR

EINLASS: 22 UHR

VORKASSE/ABENDKASSE: 10€/15€

VORVERKAUFSTELLEN:

CUT&COLOR HOUSE - MARIANNENSTR. 27, 10999 B.

FOTO FLASH - BADSTRASSE 67, 13357 BERLIN

FOTO FLASH - KARL-MARX-STRAÙE 144, 12043 B.

SMYRNA - ORANIENSTRASSE 27, 10999 BERLIN

SMYRNA - HAUPTSTRASSE 10, 10827 BERLIN

KONTAKT:

Facebook - PanZehir

NIE MEHR RASIEREN, ZUPFEN, EPILIEREN, ...

AYŞE YETİM



LISA LASER & KOSMETIK

Praxis für dauerhafte
Haarentfernung

Wir arbeiten mit modernster SHR Diodenlaser Lichttechnik

Ihr Vorteile:

- Behandlung mit dem SHR Light-Touchsystem
- 808 nm Gold Standard
- Für Sie & Ihn
- Nahezu schmerzfrei
- Schnelle und sichtbare Erfolge
- Diodenlaser Lichttechnik Jahreszeit unabhängig
- Behandlung von dunklen und vorgebräunten Hauttypen

Die revolutionäre SHR Diodenlaser Technologie mit spezieller Lichtenergie und neuer Behandlungstechnik verbindet dauerhafte Haarentfernung im Gesicht und am ganzen Körper ohne ungewollten Schmerz oder riskanter Medikation. Es werden in der Regel 6 bis 8 Behandlungen empfohlen. Die genaue Anzahl der Behandlungen wird in einem kostenlosen und unverbindlichen Beratungsgespräch nach ausführlicher Analyse individuell zur behandelnden Region festgelegt.

**Wir arbeiten bis Ihre Haare weg sind und
das zum Komplett-Festpreis !!!**

Achseln 200 € Oberlippe 100 €

Gesicht 300 € (Wange, Kinn, Oberlippe)

**AKTIONS
PREIS**

JETZT AUSPROBIEREN

InhaberIn

Ayşe Yetim *Fachkosmetikerin*

EpilatinZertifikat für Dioden SHR Lichttechnik
Zertifikat für Laserschutz TÜV NORD Akademie

Heesestr. 9

12169 Berlin

Tel: 030 / 79 30 29 46

Mobil: 0178 664 15 55

BERLIN

S

e

S



25.12.2015

CAFE HOPPERLE
KARL MARX STR. 131- 133
12043 BERLIN
U-BHF. KARL MARX STR.

Cuma Saat 22:00

newsEU
www.news-eu.com

MERHABA
TÜRKİSCH-DEUTSCHES STADTMAGAZIN

SES
TÜRKİSCH-DEUTSCHES STADTMAGAZIN

 **Kristall Glaserei**
Tag & Nacht Notdienst
Telefon 030/ 499 160 33
www.kristallglaserei.de