



Istanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi Mütevelli Heyeti Başkanı Dr. Azmi Ofluoğlu ve Rektör Prof. Dr. Yaşar Hacısalihoğlu, Trabzonspor Kulübü Başkanı Ahmet Ağaoğlu'na plaket takdim etti.

## Trabzonspor Başkanı Ağaoğlu öğrencilerimizle bir araya geldi

Trabzonspor Kulübü Başkanı Ahmet Ağaoğlu, İstanbul Üniversitesi Trabzonsporlular ve Yeni Yüzyıl ÜNİ-TS Kulübü iş birliğiyle konuştumuz oldu. Öğrencilerin sorularını yanıtlayan Ağaoğlu, Trabzonspor hakkında bilgiler paylaştı. ■ 10'da

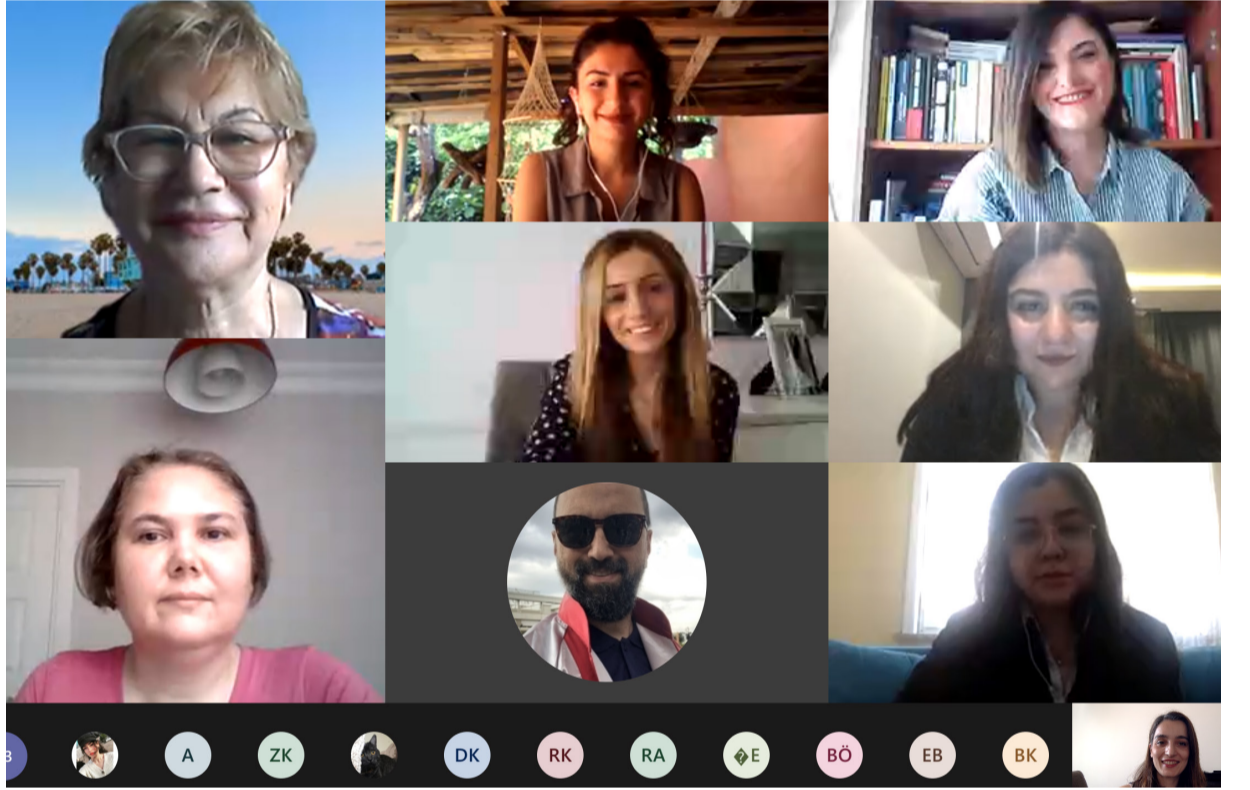


## Pandemiye Erasmus'ta yakalanmak!

● Esat Gökhan Kanat / YMG

Yeni Medya ve Gazetecilik Bölümü son sınıf öğrencisiyim. Erasmus için arkadaşım Ezgi Kaya ile Polonya'daki Wroclaw Üniversitesi'ne başvurduk Wroclaw'a geldik. İlk iki hafta rüya gibiydi. Şehri, okulun binalarını, insanları, gece hayatını keşfediyor, gençliğimizi yaşıyorduk. Ancak dünyadan Koronavirüsle ilgili haberleri aldığımızda endişemiz de artıyordu. ■ 4'de

# Korona günlerinde ONLINE EĞİTİM...



- 2020 yılı, dünyada tarihi ve beklenmedik bir gelişmeye sahne oldu. Yeni yılın ilk aylarından itibaren Çin'in Wuhan kentinde başlayıp tüm dünyaya hızla yayılan korona salgını Türkiye'ye de sıçradı. Türkiye'de ilk vakaya 10 Mart 2020 tarihinde rastlandı. İlk ölüm de 17 Mart'ta gerçekleşti. Koronavirüs Türkiye'deki eğitim kurumlarını da derinden etkiledi. İlk ve ortaöğretim kurumları hemen tatil edildi. İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi de hızlı refleks göstererek, önce öğrencileri, daha sonra da akademisyenleri ve diğer personeli uzaktan çalışmaya yönlendirdi. ■ 2'de

## İÇİNDEKİLER

- COVID-19 DEĞİL FİZİKSEL İNAKTİVİTE ÖLDÜRECEK ■ 6'da
- HAKİMLİK SÜRECİ VE YARGI REFORMU SEMİNERİ ■ 8'de
- ÇEÇEN DEVLET ÜNİVERSİTESİ İLE İŞ BİRLİĞİ PROTOKOLÜ ■ 9'da
- TARİHİMİZDEN KADIN İZLERİ SERGİSİ ■ 11'de



İletişim Fakültesi Yeni Medya ve İletişim bölümü son sınıf öğrencisi Özlem Çınık, stajını yaptığı gazetemiz için Covid-19 salgını öğrencilerin yaşamını nasıl etkiledi? sorusuna yanıt ararken görüştüğü öğrencilerden biri de Anadolu Üniversitesi İngilizce İktisat bölümünde okuyan Ertan Cebeci oldu.

## 'EN BÜYÜK ŞİKÂyet ÇAN SIKINTISI'

● Özlem Çınık / YMG

Pandemi sürecinde öğrenciler eğitimlerini online ve uzaktan eğitim sistemi içerisinde devam ettirdiler. Bu nedenle de okul ve sosyal çevrelerinden ayrı kaldılar. Bu süreçte öğrencilerin en büyük şikâyetlerinden biri de can sıkıntısı. ■ Haberi 2'de

# KORONA GÜNLERİNDE ONLINE EĞİTİME BAŞLADIK

2020 yılı, dünyada tarihi ve beklenmedik bir gelişmeye sahne oldu. Yeni yılın ilk aylarından itibaren Çin'in Vuhan kentinde başlayıp tüm dünyaya hızla yayılan korona salgını Türkiye'ye de sıçradı. Türkiye'de ilk vakaya 10 Mart 2020 tarihinde rastlandı. İlk ölüm de 17 Mart'ta gerçekleşti. Koronavirüs Türkiye'deki eğitim kurumlarını da derinden etkiledi. İlk ve ortaöğretim kurumları hemen tatil edildi. İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi de hızlı refleks göstererek, önce öğrencileri, daha sonra da akademisyenleri ve diğer personeli uzaktan çalışmaya yönlendirdi. Başta üniversiteler



olmak üzere tüm okullar uzaktan eğitime başladı. Covid-19 olarak adlandırılan virüsün tüm çabalara rağmen yeryüzünden silinememesi üzerine, tüm dünyada olduğu gibi, Türkiye'de de öğrenciler bilgisayarlar aracılığıyla online eğitim görmek zorunda kaldılar. Öğretim üyeleri akademik toplantılarını yine online gerçekleştirirken, tüm zor koşullara rağmen Türkiye uzaktan eğitimle yakından tanışmış oldu. Bahar Dönemi yüz yüze eğitimden uzak geçti. 2020-2021 eğitim-öğretim yılının Güz dönemi için de üniversiteler yine online eğitime hazırlık yapmaya başladılar.

## COVID-19 SALGINI ÖĞRENCİLERİN YAŞAMINI NASIL ETKİLEDİ?

# 'EN BÜYÜK ŞİKÂYET CAN SIKINTISI'

● Özlem Çınık / YMG

Pandemi sürecinde öğrenciler eğitimlerini online ve uzaktan eğitim sistemi içerisinde devam ettirdiler. Bu nedenle de okul ve sosyal çevrelerinden ayrı kaldılar. Bu süreçte öğrencilerin en büyük şikayetlerinden biri de "can sıkıntısı." Vakitlerini en çok geçirdikleri aktiviteler ise kitap okumak, film izlemek, ders çalışmak, yemek yapmak oldu. Pandemi dönemini ailelerinin yanında geçiren öğrenciler, sevdikleriyle yan yana olmanın değerini daha fazla kavradıklarını belirtiyorlar.

Peki, bütün dünyanın mücadele ettiği Covid-19 salgını Türkiye'de öğrencilerin yaşamını nasıl etkiledi? Salgın sonrası dönemde öğrencileri nasıl bir yaşantı bekliyor? Öğrencilerin pandemi sonrası dönemde eğitim sistemi ile ilgili beklentileri neler? Bu soruları ve cevaplarını bir üniversite öğrencisi ile konuştuk.

**-Merhaba, öncelikle hoş geldiniz. Kendinizi bize kısaca tanıtabilir misiniz?**

-Merhaba, hoş bulduk. Ben Ertan Cebeci. Anadolu Üniversitesi'nde İngilizce İktisat Bölümü öğrencisiyim. Bölümümün % 100 İngilizce olması sebebiyle şu an hazırlık öğrencisiyim. -Bildığımız gibi okullara ilk olarak 16 Mart'ta Covid-19 yüzünden 2 haftalık bir ara verildi. Bu süreçte ne yaptınız? -Bu aranın 2 haftayla sınırlı kalacağını



düşünüp çok fazla endişelenmedim. Hatta ilk duyduğumda okuldan ve sorumluluklardan bir nebze uzaklaşmak iyi de gelmişti. Bazı arkadaşlarım ailelerinin yanlarına dönmeyi tercih etti, ben ise 2 hafta sonra okulların geri açılacağını düşünüp gerek duymadım. Bunun neticesinde hem okullar açılmadı hem de Eskişehir'de 3 ay mahsur kaldım. Hayatımın en ilginç zamanlarıydı. Uzaktan eğitim konusu Şunu söylemeliyim ki, okulum elde olan imkanlar doğrultusunda bize en iyi eğitimi vermeye çalıştı. Haftalık ders videoları Youtube üzerinden bizlerle paylaşıldı ve bununla birlikte sık sık Zoom üzerinden canlı dersler de işleme fırsatımız oldu. Fakat ben bir hazırlık öğrencisi olarak her gün düzenli olarak pratik

yapmalıyım. Okulda hocalarımızla, özellikle yabancı olanlarla bu fırsatı yakalıyorduk. Fakat bu dönemde konuşma pratiği yapamadığımızdan, dilde özellikle konuşmada zorlanmalar ortaya çıktı. Bildiğimiz gibi dil konuşularak öğrenilir ve konuşmadıkça unutulur.

**-Virüs bu şekilde etkisini göstermeye devam ederse gelecek dönem için de uzaktan eğitim şeklinde devam edecek gibi görünüyor. Bu durum sizi bir öğrenci olarak nasıl etkiler?**

-Bence öğrenciliğin tadı sabah tam uykunu alamadan kalkıp o tıklım tıklım otobüse binip okula gitmekte, kampüste arkadaşlarıyla sohbet etmekte, okuldan sonra arkadaşlarıyla dışarıda oturmak. Eğer uzaktan eğitim devam ederse çoğu kişi

öğrenciliğini unutabilir. Bununla birlikte yüz yüze alınan eğitimin tabii ki de daha faydalı olacağı kesin. Bana göre uzaktan eğitim olacaksa dönem hiç başlamamalı.

**-Bu süreçte öğrenciler okullarına gidemediği için dersler gibi sınavlar da online olarak yapıldı. Bu durum öğrenciler olarak avantaj mıydı, dezavantaj mı?**

-Elbette avantaj. Kendi nezdimde konuşursam, vize ve finallerim ödev olarak verildi. Belli bir süre içinde bu ödevleri yaptım ve yükledim. Normal şartlarda alamayacağım notları şu an bu sayede alabiliyorum. Uzaktan eğitimin tek güzel yanı bu sanırım. Bitiremediğim hazırlığı bu yıl oturduğum yerden rahatlıkla geçiyorum.

**"KENDİMLE BAŞ BAŞA KALMA FIRSATI BULDUM"**

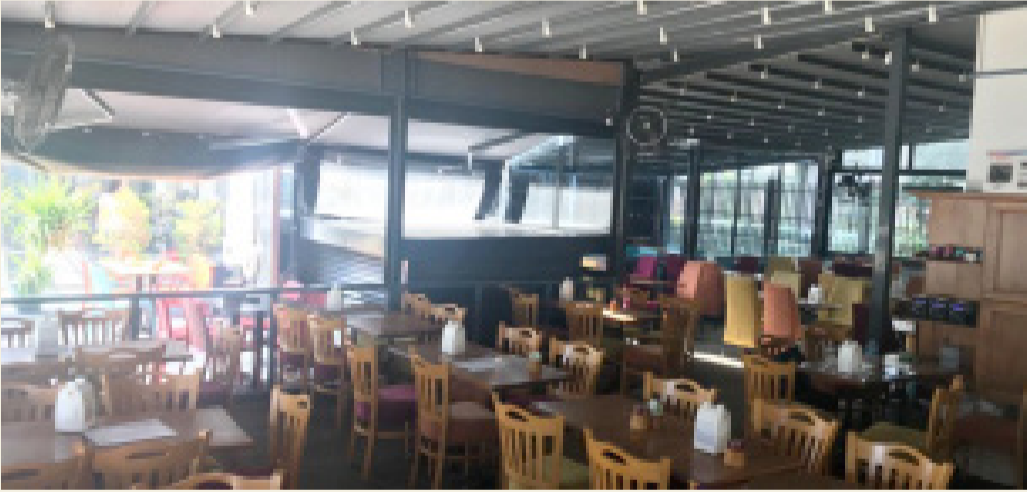
Tabii özellikle bu süreçte herkes gibi kendimle baş başa kalma fırsatını sıkça buldum. İlk başlarda herkes gibi yoga ve meditasyon gibi aktivitelerle bir temasım oldu. Bu dönemde kendimi tanımaya, kendimi geliştirmeye dikkat ettim. Yalnız kalmayı, birey olmayı, zamanım olsa yaparım dediğim şeyleri zamanım olsa da yapmayacağımı öğrendim. Bununla birlikte bazı bunalımlar ve depresyonlar da zaman zaman ortaya çıktı. Özetle diyebilirim ki, bu süreç benden çok şey götürdü ve bana çok şey kazandırdı.

# RTS 1. sınıf öğrencilerinden anlamlı klip: #evdekal

Üniversitemiz İletişim Fakültesi Radyo Televizyon ve Sinema Bölümü 1. Sınıf öğrencileri, Öğretim Görevlisi Damla Demircioğlu'nun Proje Danışmanlığında #evdekal isimli bir sosyal sorumluluk projesi hazırladı. Covid-19 sürecinde eğitim faaliyetleri de pandemiden etkilendi. Ancak öğrencilerimiz bu zorlu süreçte boş durmadı. RTS 1. Sınıf öğrencileri sosyal sorumluluk projesi kapsamında #evdekal adlı 1 dakikalık klip oluşturdu. Öğretim Görevlisi Damla Demircioğlu'nun danışmanlığında gerçekleştirilen klipte, öğrencilerin pandeminin ilk haftalarındaki ev yaşamından enstantaneler yer alırken, bunun öğrencilere olumlu yansıyan yönlerine vurgu yapılıyor. Evde hamur açan erkek öğrenciler, yogaya başlayan ve sokak hayvanlarına daha çok eğilen genç kızlar... "Evde kal" sloganıyla pandemiye savaş açan gençlerin çabası alkışlanmaya değer. <https://yeniuyuzyl.edu.tr/haber/detay.aspx?ID=3751>



## KORONAVİRÜS ESNAFI DA VURDU...



• Barış Aykut / YMG

Covid-19 salgını esnafı da olumsuz etkiledi. Çoğu esnaf 3 ay boyunca dükkanına kilit vurmaktan zorunda kaldı. Üniversite veya okul çevrelerindeki esnaf, diğer meslektaşları gibi 1 Haziran'dan sonra tekrar kepenk açtı. Ancak öğrenciler yoktu. Bir esnaf bu süreci Gazete Yeni Yüzyıl'a anlattı.

**-Korona süreci nasıl geçti, kira ödemelerini yapabildiniz mi?**

-Süreç çok sıkıntılı ve sancılı geçti. Mekânı alalı daha bir sezon olmamıştı ki böylesine kötü durumla karşılaştık. Tam her şey yolunda gidiyor, işler ilerledi dediğimiz anda kendimizi bataklığın içinde bulduk. Kira ödemelerini haliyle yapamadık, mal sahibi üstüne bir de yıllık zammı yapınca, işler iyice çıkmaza girdi.

**-Bu süreçte kredi çektiniz mi? Devletin yapılandırmalarını ve yaptırımlarını nasıl buldunuz?**

-Evet çektim. Borçlarımı biraz olsun ödemeyi başardım. Hükümetin süreç dahilinde biz esnaflara kredi imkânı sunması kolaylık sağladı, fakat yeterli olmadı. İlk ödemelerimizin 6 ay sonra olacak olması yüzümüzü güldürdü.

**-Okulların kapanması sizi ne derecede etkiledi?**

-Okulun kapanması dükkanın kapanmasıyla eşdeğer hale geldi. 1 Haziran'da dükkanın açılması bir şey değiştirmede, çünkü öğrenciler bizim tek sermayemiz.

**-Okullar bu sezon açılmazsa ne yapacaksınız?**

-Umarım böyle bir şey gerçekleşmez. Aksi halde durum bizim açımızdan hiç iç açıcı değil. Açılmaması halinde plan yapmadım. İnşallah açılır. Öğrenciler bizim için hep değerliydi. Şimdi değerlerini iki katına çıkardılar. Onları dört gözle bekliyoruz, kapımız açık, çayımız hazır. Öğrencileri çok seviyoruz.

# KORONA SALGININA ERASMUS'TA YAKALANMAK ŞANS MI, ŞANSSIZLIK MI?

● Esat Gökhan Kanat / YMG

**Y**eni Medya ve Gazetecilik Bölümü son sınıf öğrencisiyim. Lise yıllarımdan beri farklı kültürler görmeye, farklı ülkelere gitme konusunda meraklıyım, ki bu bağlamda çeşitli projelerde yer alıp Avrupa'da birkaç ülkede bulundum. Üniversiteye başladığım ilk günden beri aklımda Erasmus yapmak ve tekrar Avrupa'ya gidebilmek vardı. Sınıfımdan, yakın arkadaşım Ezgi Kaya ile Polonya'daki Wrocław Üniversitesi'ne başvurduk. Oder Nehri etrafında, Prag, Berlin, Krakow gibi şehirlerin ortasında kalan, tarih boyunca çok kültürlü bir geçmişi olan ve bu çok kültürlülüğünü şu anda öğrenci şehri olmakla koruyan harika bir şehir Wrocław. Gelmeden şehir hakkında fazla araştırma yapmasam da, geldikten sonra keşfetmeye başladım ve beklentilerimin üzerinde bir şehir olduğunu gördüm.



## “RÜYA GIBI SÜRÜYORDU AMA...”

Wrocław'a geldik. İlk iki hafta rüya gibiydi. Şehri, okulun binalarını, insanları, gece hayatını keşfediyor, gençliğimizi yaşıyorduk. Ancak dünyadan Koronavirüsle ilgili haberleri aldığımızda endişemiz de artıyordu. İlk olarak İtalya'daki olağanüstü rakamlar hepimize korku salmıştı. Zaten 1 veya 2 hafta sonra, Mart'ın ilk haftaları bir Çarşamba günü okulların ikinci bir emre kadar kapatıldığı haberini aldık. Kimimiz bu haberi sevinçle karşılarken, kimimiz felaketin ayak sesleri olduğunu farkındaydı. Mart ayının ikinci haftasından sonra virüs Polonya'da da yayılmaya başlamıştı. İlk vakanın görülmesinden sonra her gün 7-8-0'ar vaka haberlerini alıyorduk. Tabii bu sayı zaman geçtikçe artmaya başladı. Takip eden günlerde yurtiçi ve yurtdışı uçuşlar yasaklanmış, karantina hazırlıkları başlamıştı. İki haftalık Erasmus deneyimimizin ardından her şey kötüye gitmeye başlamıştı. Tüm dünya şokta, kimse neyin ne olduğunu henüz kavramamış, bir panik havası vardı; bunu hissedebiliyordum. Her gün ailemi arayıp durumu konuşuyordum. Polonya hükümeti karantina olayına



Türkiye'den daha erken davrandı. Polonya'da karantinanın 2. haftası başlarken Türkiye'de ilk vaka kendini göstermişti. İlk vakanın ardından inanılmaz bir hızla (tıpkı İtalya'da olduğu gibi) vaka sayıları ve ölüm sayıları artıyordu. Bu sırada ben ortak banyolarda duş aldığımız yurdumda kendimi korumaya çalışıyor, durumun geçmesini bekliyordum. Mart ayının son haftasında Yunan kız arkadaşımın evine yerleştik. Bunun nedeni, yurtlara dışarıdan giriş çıkışın yasaklanması, yurttan dışarı çıkma saatlerinin kısıtlanması ve hijyen koşullarıydı.

## “KALMAYA KARAR VERDİM”

Yerleştiğimiz ev Wrocław'ın kalbi Rynek'teydi. İlk ay yurttan çıkışımı yapmamıştım, eğer durum düzelirse geri dönerim diye. Arada yurttan kalıyor, genelde evde yaşıyordum. Ancak geçen her gün virüs kendini ve ciddiyetini gösteriyor, Polonya hükümetinin daha katı kurallar koymasına neden oluyordu. Karantina başlarında Türkiye'nin yurtdışında kalan öğrenciler için uçak yollayacağı ve onları memlekete geri getireceği haberini aldık. Bundan 1 hafta önce diğer ülkelere arkadaşlarımız kendi ülkelerinin yolladığı uçaklarla memleketlerine

dönmeye başlamıştı. Tanıştığımız, vakit geçirdiğimiz ve vakit geçirmeyi umduğumuz herkes geri dönüyordu. Dönenlerin ana nedenleri ailelerine zarar gelme ihtimali, durumun bizleri nereye getireceğini kestirememeleri ve döndükleri takdirde verilen bursların geri alınmayacağıydı. Bu dönemde kendimi tarttım ve ne istediğime yoğunlaştım. Bir daha böyle bir şans yakalayabilecek miydim? Nisan başlarında devletimiz öğrenciler için uçak yollamadan 2 gün önce telefonum çaldı. Açtığımda annem, babam ve babaannem karşımdaydı. Hepsinde bir telaş, panik havası vardı. Annem, “Oğlum geri dön”

# COVID-19 VE MODA...

● Dilan Şayan / YMG

**D**ünyayı etkisi altına alan Korona virüsün etkilediği sektörlerden biri de moda dünyası oldu. Moda sektörünün önde gelen isimleri kendini geri çekmek yerine, bu durumu değerlendirip sektörde avantaj sağlamaya başlayarak, maske satışına başladı.

Covid-19'dan korunmanın etkili yollarından biri olan kişisel bakım ve temizlik, moda dünyasının kendi lehine çevirdiği maske akımlarına yol açtı. Maske akımları ile beraber yeni moda detayları ortaya çıktı. Bu yeni moda detayları kimi markanın ve kişilerin ilgisini çekerken, kimisinin ise ilgisini çekmeden yersiz gördüğü bir akım oldu. Moda sektörü bu durumu avantaja çevirerek çeşit çeşit maskeleri halkla paylaşmaya devam ediyor.

## 6 DAKIKALIK SANAL DEFILE

Pandemiden sonra moda haftaları ve birçok etkinlik iptal oldu. Bununla birlikte sanal defileler başladı. Alibaba.com üzerinden yapılan 6 dakikalık sanal defile 11 milyondan fazla görüntülendi. Sanal defilede en çok ilgiyi çeken ise 6 dakikalık defilede sadece 4 mankenin ön plana çıkması ve bu mankenlerin giydikleri kıyafetlerini, kombinlerini bir aksesuar olarak "maske" ile tamamlamaları oldu. Bu defilede aksesuar olarak kullanılan maskeler, mankenlerin direkt olarak maske olmadan da yüzlerini örtülerle kapatmaları oldukça dikkat çekti. Bu defile sayesinde oldukça kâr elde eden moda sektörü birçok marka tarafından beğeni toplayarak izleyicinin ve kitlesinin takdirini kazandı.

Alibaba.com'un 11 milyon izleyiciye ulaşması ile birlikte artık görüyoruz ki birçok defile online üzerinden devam edecek. Moskova Moda Haftası, Gelinlik Moda Haftası ve Londra Erkek Giyim Moda Haftası artık dijital ortamda online olarak bizimle olacak. Moda camiasında birçok ünlü modacının gündemden yararlanıp, kombinlerine maske eklediği de dikkatlerden kaçmıyor. Hatta bu süreçte evlenecek olan gelinler için özel olarak gelin maskesi yapılıp dikiliyor.

## ÇEŞİTLİ MASKELER

Covid-19 dan korunmanın etkili yollarından biri maske kullanmak. Modacılar hızlı bir şekilde çeşitli maskeler üretmeye başladı. Bu maskelerden bazıları spor, şık, renkli, armalı veya tuttıkları takımın sembolüne kadar uzuyor. Kimisi çantasına uygun maske alırken, kimisi ayakkabısına uygun maskeyi tercih ediyor. Bunun sonucunda görülüyor ki maske üretimini moda camiası oldukça sevdi ve halka da bu maskeleri çeşitli tarzlarla sevdirdi.

Öyle görünüyor ki, bu durum geçene kadar birçok defile dijital platformlarda bizimle buluşacak. Moda sektörü olabildiğince internetten yararlanıp bu salgını fayda olarak kendi lehine kullanıyor. Bu senenin defileleri bizimle online olarak buluştu ve buluşmaya devam ediyor. Hatta CR Runway defilesi bu sene Youtube üzerinden gerçekleşti. Birçok ünlü modelin evlerinden katıldığı ve Victoria Secret mankenlerinin es geçmedikleri bu sanal defilenin geliri Covid-19 salgını ile mücadeleye bağışlandı.



dedi. Ailem, akşam haberlerinde "Son uçağın 2 gün içinde yollanacağı ve dönüş yapmak isteyen öğrencilerin acil olarak büyükelçiliklere müracaat etmesi gerektiği" haberini görmüştü. Bu telefon görüşmesi sonrasında asla geri dönmeyi düşünmeyen ben endişeye kapılmadığımı söyleyemem. "Ya işler daha kötüye giderse?", "Ya aileme bir şey olursa?" diye diye o 2 günü geçirdim. Ancak nihayetinde kendimce bir kumar oynayıp her şeyin düzeleceğini varsayarak kalmayı tercih ettim. Bugün baktığımda bu tercihin doğru olduğunu söyleyebilirim.

## EN İYİ DOST TEKNOLOJİ DEĞİL, BİR DİĞER İNSANDI

Kalmaya karar verdikten sonra karantinada vakit geçirmenin yollarını bulmalıydım. Aynı zamanda derslerimizi online olarak alıyor, herkes için yeni bir şey olan bu sisteme ayak uydurmaya çalışıyorduk ki, nihayetinde çok da mutsuz değilim. Elbette bir öğrenim programıyla buraya geldiğimi ve bu insanların bana bir şeyler katacağını biliyordum ama bu durum bu ihtimali de benden alıp götürmüştü derken, online derslerin o kadar da işlevsiz olmadığı kanısına vardım. Yaşadığım evde iki Yunan, bir de Arnavut arkadaşım var. Karantina boyunca insanın en iyi dostu teknoloji değil, bir diğer insandı. Hepimizin kendini kabuğuna çektiği zamanlar oldu ancak karantina boyunca evde 25-30 kişilik partiler verdiğimiz de oldu, ta ki bir gün polis gelip "İnsanlar ölüyor siz parti yapıyorsunuz!" dediği güne kadar. Gençtik, Erasmus'luyduk ve karantina altındaydık. Daha sonra yeni kurallar geldi ve bir evde en fazla 5 kişi bulunabileceği, dışarıya 2 kişiden fazla gruplarla çıkılamayacağı, ardından herkesin yalnız çıkabileceği gibi katmanlı karantina kuralları. Ve o günlerde Polonya'daki vaka sayısı her gün 300-500 artıyordu. Hepimiz bugünlerin sonra ermesini bekliyorduk.

## BEKLENMEDİK ANDA...

Karantinanın üçüncü haftasında kız arkadaşım Viktoria gece ateşler içinde beni uyandırdı. Şuuru tam yerinde değildi. Ve o an ilk düşündüğüm şey virüsün bedenimizde olduğuydu. Annemden öğrendiğim tekniklerle ateşini düşürmeye çalıştım, başarmıştım da, ancak bunun bir başlangıç olduğunu bilmiyordum. Takip eden 1,5 hafta boyunca tüm semptomlar kendini gösteriyordu. Kendisi korktuğundan doktora gitmek istemiyor ama bu durum beni çok zorluyordu. Ancak 40'a yaklaşan ateşinin ardından diğer arkadaşımızın doktorunu aradık. Diğer ev arkadaşımız Alexandra yarı Yunan yarı Polonyalıydı, bu sayede doktora ulaşmamız kolay oldu. Doktora durumu anlattık ve bize "Arkadaşınız korona olabilir, size birkaç ilaç yazacağım" dedi. Viktoria ilaç tedavisiyle 1,5 haftada kendine geldi. Benim beklentim virüsün bana da geçmiş olmasıydı. Ancak ilerleyen günlerde boğaz ağrısından başka herhangi bir belirtim olmadı. Bilmediğimiz bir virüs ve bilmediğimiz bir ülke... Bu durum beni korkutmuştu ancak bu korkuyu olayın bütününe yok sayarak aştığımı düşünüyorum.

## NORMALE DÖNÜŞ

Yaklaşık 2 aylık karantina döneminden sonra Polonya'da önce parklara çıkıp gezebilmek mümkün oldu. Kalkan bu yasağın ardından ev dışındaki dünyanın özlemine çeken insanlar parklara akın etti ve Wrocław'da gezebileceğiniz çok güzel parklar var. Çok uzun sürmeden Mayıs'ın ikinci haftasında her şey normale dönmeye başladı. Maskesiz dışarı çıkabiliyor, restaurant, bar, kafe gibi mekanlara gidebiliyorduk. İyisiyle kötüsüyle benim için inanılmaz bir deneyim oldu. Tarihin en şanssız Erasmus öğrencilerinin arasında olabiliyim, ancak ben bu duruma o açıdan bakmıyorum. Anlatabileceğim çok anım oldu.

# BİZİ COVID-19 HASTALIĞI DEĞİL, FİZİKSEL İNAKTİVİTE ÖLDÜRECEK

## GİRİŞ

2020 yılı maalesef tüm dünyayı etkisi altına alan ve çok sayıda insanın ölümüne neden olan bir pandemi salgını ile başlamıştır. Çin'in Wuhan şehrinde kliniklere başvuran hasta sayısının artışı sonucu yapılan incelemeler yeni bir Coronavirüs salgınının ortaya çıktığını gösterilmiştir. SARS-CoV-2 olarak adlandırılan bu virüsler, hayvandan hayvana ve hayvandan insana bulaşarak hastalık yapabilirler. SARS-CoV-2'nin Genom analiz çalışmaları sonucu yarasalardan insana bulaştığı bildirilmiştir. Hastalığın kuluçka süresi ortalama 5.2 gün olarak bildirilmiştir (3-14 gün).

Hastalık, hasta bireylerin öksürmesi, hapşırması veya konuşması yoluyla oluşan damlacıkların sağlıklı kişiler tarafından doğrudan inhalasyonu veya hasta kişinin solunum sekresyon materyallerinin sağlıklı kişilerin ağız, burun ve göz mukozaya zarlarına direk veya indirek teması yoluyla kişiden kişiye bulaşmaktadır. Son yayınlarda oral-fekal yolla da bulaşın olabileceği bildirilmektedir. Hastalık insanlarda ateş, kuru öksürük, nefes darlığı ve halsizlik şikayetleri ile başlayıp, bilateral pnömoniye neden olmasının yanı sıra bağırsak enfeksiyonlarına ve dermatolojik döküntülere de neden olduğu bildirilmiştir.

Salgın Çin'de başlamış olmasına rağmen Avrupa'da, Amerika'da ve diğer Asya Ülkelerinde de oldukça yaygın bir şekilde görülmektedir. Başlangıçta Çin'den sonra en çok Avrupa Ülkelerinde, özellikle İtalya, İspanya ve Fransa'da hastalık yaygın olarak görülür iken sonrasında Rusya, Türkiye ve İran'da da yaygın olarak görülmeye başlamıştır. Hastalığın son dönemlerde yaygın görülme bölgeleri ABD, Brezilya, Meksika ve Peru gibi görülmektedir. DSÖ'nün 16 Haziran 2020'deki kayıtlarına göre 12.12.2019'dan itibaren dünyada 7.890.687 vaka bildirilmiş ve 433.404 vaka maalesef kaybedilmiştir. Avrupa Hastalık Önleme ve Kontrol Merkezi (ECDC); Covid-19 enfeksiyonu görülen vakaların yaklaşık % 80'inin kendiliğinden iyileştiğini, %14'ünde hastalığın daha şiddetli bir formunun görüldüğünü ve %6'sının da kritik derecede hastalandığını bildirmiştir. Şiddetli vakaların ve ölümlerin çoğunluğunun yaşlılarda ve kronik rahatsızlıkları olanlarda görüldüğü



**Prof. Dr. Mehmet ÜNAL,**  
*İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi*  
*Sağlık Bilimleri Fakültesi,*

tespit edilmiştir. İtalya örneğinde Covid-19 sonucu hayatını kaybedenlerin %50'si 70 yaş ve üzerindedir. Vakaların %25'inde iki, %50'sinde 3 veya daha fazla kronik hastalık olduğu görülmüştür. Covid-19 hastalarının %32'sinde diyabet, hipertansiyon ve kardiyovasküler hastalık gibi altta yatan hastalıklar bulunurken, bu olgulardaki ölüm oranının %15 olduğunu bildirilmiştir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), SARS-CoV-2'nin dünya çapında ölümle sonuçlanabilen bir hastalık nedeni olduğunu doğrulamaktadır. Şu anda belirlenmiş bir tedavi protokolü ve aşı henüz bulunamadığı için fiziksel teması sınırlamak ve sosyal izolasyon COVID-19 salgınına kontrol etmek için en etkili strateji gibi görünmektedir. Fakat fiziksel teması sınırlamak ve sosyal izolasyon için gündeme getirilen evde karantina uygulaması fiziksel inaktivite (Fİ) gibi ciddi bir problemi de beraberinde getirmektedir. Özellikle ileri yaş grubunda Fİ, kişilerin günlük yaşam aktivitelerinde yapabildikleri bir çok aktivitenin yapılamaz hale gelmesine hatta evde karantina süresi daha da uzatılacak olursa bir daha geri gelmemek üzere kayıplara neden olacaktır. Korkarım ki evde izolasyon süresi sona erdiğinde hastanelere Fİ'nin neden olduğu (kas atrofisi, esneklik kaybı, eklem hareket açıklığında kayıp gibi) ya da oluşmasına ortam hazırladığı (kilo alma, obezite, ateroskleroz, hipertansiyon, tip 2 diyabet, D vitamin eksikliği, osteoporoz, artrozlar vb) hastalıklar nedeniyle başvurularda ciddi bir artış olacaktır. Evde Kalma ve Kısmi Karantina Uygulamaları Sözlük anlamı ile karantina; bulaşıcı

bir hastalığın yayılmasını önlemek için belli bir bölgenin veya yerin kontrol altında tutulup giriş çıkışların engellenmesi biçiminde uygulanan sağlık önlemidir. Kelimenin kökeni İtalyancadır.

Covid-19 tedavisi için henüz spesifik antiviral bir ilaç tedavisi ya da aşı bulunmamaktadır. Şu an Covid-19 tedavisi destek ve palyatif tedavi ile sınırlıdır. Virüsün kişiden kişiye geçişinin önlenmesi için sosyal mesafeye dikkat edilmesi (mümkün ise en az 1,5 m uzakta bulunulmalı) ve evden çıkılmaması bulaşmayı önlemede ve hastalığın yayılımını engellemede önerilen en geçerli uygulamadır. Ölümle sonuçlanan vakalar incelendiğinde genellikle yüksek yaş ortalamasına sahip oldukları ve birden fazla kronik hastalıklarının bulunduğu görülmekte iken son dönemlerde genç yaşlarda vakaların görülmesi ve bu hastaların herhangi bir kronik hastalıklarının bulunmaması genç nüfusun nadirde olsa mortalite riski taşıyabileceğini göstermiştir. Tüm farklı yaş gruplarının SARS-CoV-2 enfeksiyonlarına yakalanma riski olduğu düşünüldüğünde, hastalığı hafif veya semptomsuz yaşayan tüm genç bireylerin de virüsün yayılmasını önlemek için kendi kendine izolasyon prosedürlerine uymaları kritik önem taşımaktadır. COVID-19 salgınına yavaşlatmada ve vaka sayısını azaltmada evde kalma kurallarına göre ülke çapında kitle karantinası uygulamasının çoğu ülkede etkili olduğu kanıtlanmıştır.

## FİZİKSEL AKTİVİTE

Fiziksel aktivite (FA), iskelet kaslarının kasılması sonucunda enerji üretilmesi, bazal düzeyin üzerinde enerji harcamayı gerektiren bedensel hareketlerdir. FA'nin düzenli, planlı yapılandırılmış şekline egzersiz denir. Yapılan çalışmalar FA'nin yaşam süresini uzattığını ve mortalite riskini azalttığını göstermiştir. Egzersizin kardiyovasküler sistemden solunum sistemine, endokrin sistemden sinir sistemine, bağışıklık sisteminden kas iskelet sistemi fonksiyonlarına kadar vücudumuzdaki tüm sistemler üzerinde olumlu etkileri mevcuttur. FA ile kardiyovasküler risk faktörlerinin azaltılabildiği gösterilmiştir. Benzer olarak FA'lerin kan lipid profilini düzelttiği, kan basıncını düşürdüğü, insülin duyarlılığını artırdığı, C-reaktif protein ve diğer kronik kalp

hastalığı biomarkerlarını iyileştirdiği ve bağışıklık sistemini güçlendirdiği rapor edilmiştir. Ek olarak FA diyetle desteklendiğinde kilo kontrolünün de önemli bir parçasıdır. FA'nin bazı kanser türlerinde koruyucu rolünün olduğunu gösteren yayınlar bulunmaktadır.

FA'lerin kişinin zihinsel sağlığını koruduğu, depresyon ve düşme oranlarını azalttığı, dolaşım, solunum ve kas iskelet sisteminin fiziksel uygunluğunu artırdığı, iyi olma halini ve bilişsel fonksiyonları artırdığı gösterilmiştir. Bu bulgular SARS-CoV-2 virüsü ile başa çıkmak için farmakolojik olmayan, ucuz ve uygulanabilir bir yol olarak orta yoğunlukta egzersiz önerilmesinin gerekliliğini ortaya koymaktadır. Spor salonlarının kapanması, hastalık bulaşma korkusu ile sokağa çıkılmaması, işe gidiş gelişin azaltılması, insanların toplu taşıma araçlarından virüs sebebiyle uzak kalıp özel araçlarını daha çok tercih etmeleri ve evde çalışma olanaklarının artırılması dahil olmak üzere izolasyon sürecindeki önlemler günlük rutinleri önemli ölçüde bozmuş, fiziksel aktivite düzeyini olumsuz etkilemiştir. COVID-19 enfeksiyonu ile ilgili yapılan bütün çalışmaların hastalığın tedavisi ve pandemiyi sonlandırılması üzerine odaklandığı görülmektedir. Fakat en az Covid-19 Pansemisi kadar, belki de Covid-19 pandemisinin sağlık ve ekonomik yıkımlarından çok daha fazlası fiziksel inaktivasyon sonucu ile karşımıza çıkacaktır.

## FİZİKSEL İNAKTİVİTE

Fiziksel İnaktivite (Fİ), sosyal mesafe, self-izolasyon ve yerinde barınma gibi kavramlar artık günlük yaşamımızın bir parçası haline gelmiştir. Covid-19 hastalığının yayılımını önlemek amacıyla kısmi karantina uygulamaları global ölçekte destek bulmaktadır. Maalesef fiziksel olarak aktif kalma fırsatları, enfekte olma korkusu nedeniyle azalmıştır. Fİ'nin, obezite, kardiyovasküler hastalıklar (kalp krizi, inme v.b.), kanserler, osteoporoz, KOAH, astım ve diyabet gibi kronik hastalıkların görülme riskini artırdığı bilindiğinden, Fİ global anlamda pandemi olarak kabul edilmektedir. Fİ'nin sağlığı olumsuz yönde etkilediği fark edildiği için DSÖ tarafından pandemi olarak tanımlanmışken, birde Covid-19 nedeniyle uygulanan self-izolasyon, yerinde barınma ve evden çalışma

fiziksel olarak inaktif birey sayısını artırmıştır.

Kronik hastalıklar genetik, psikolojik, çevresel ve davranışsal faktörlerin kombinasyonu sonucu ortaya çıkan uzun süreli hastalıklardır. DSÖ'nün 2018'de yayınladığı verilere göre, kronik hastalıklara bağlı olarak dünyada her yıl 41 milyon insanın öldüğü ve bu rakamın tüm ölümlerin %71'ini oluşturduğu görülmektedir. Kronik hastalıkların genellikle yaşlı popülasyonla ilişkilendirilmesine rağmen, kronik hastalıklara bağlı gerçekleşen ölümlerin 15 milyonunun 30-69 yaşları arasında olduğu ve bu 'erken' ölümlerin yaklaşık %85'inin de düşük ve orta gelirli ülkelerde gerçekleştiği ifade edilmiştir. Fİ'nin kronik hastalıklara yakalanma oranlarını artırdığı göz önüne alındığında, Covid-19 yayılımını engellemek nedeniyle kısmi karantina uygulamasının durumu daha da kötüleştirileceği ortadadır. Tayvan'da 416.715 birey üzerinde yapılan bir çalışmada fiziksel olarak aktif olan bireylerin, fiziksel olarak aktif olmayan bireylere göre mortalite riskinin %14 daha düşük olduğu gösterilmiştir.

Fiziksel olarak çok aktif bireylerde ise bu rakam %35 oranında daha düşük bulunmuştur. DSÖ'nün 2009 verilerine göre Fİ, dünyadaki tüm ölümlerin %6'sıyla ölüm nedenleri arasında 4. sırada yer almaktadır.

Fİ'nin olumsuz sonuçlarından bir diğeri aşırı kilo alma (obezite) ve bir diğeri de uzun süreli kapalı ortamda kalınması sonucu D vitamini eksikliği gelişme riskidir. Aşırı kilo ve obezite diyabet, kardiyovasküler hastalıklar, pulmoner emboli, kanserler ve osteoartrit gibi birçok patolojinin riskini artırır. D vitamini sadece kemik sağlığı için gerekli değildir. Aynı zamanda kardiyovasküler ve otoimmün hastalıklar, kanser, alerji ve astım, zihinsel bozukluklar, metabolik sendrom ve diyabet gibi patolojilerin gelişme riskini azaltmak da dahil olmak üzere çok çeşitli etkileri vardır. Covid-19 hastalığı ile ilişkili fiziksel problemlerden bir diğeri motor fonksiyonlarda bozulmadır. Motor fonksiyonlarda bozulma Covid-19 hastalığına bağlı olabileceği gibi uzun süren hareketsizliğe bağlı gelişen kas atrofisi ile de ilişkili olabilir. Covid-19 hastalığında görülen yaygın kas-iskelet sistemi ağrısı, halsizlik, bitkinlik ve yorgunluk da kas atrofisine katkıda bulunabilir. Oluşan kas atrofisine bağlı kardiyopulmoner egzersiz kapasitesi azalır.

Uzun süre ev ortamında kalmak kaçınılmaz olarak televizyon izlemek, bilgisayar oyunları oynamak veya sosyal ağlar içinde dolaşmak için daha uzun süreler harcamak, potansiyel olarak davranışsal bağımlılık bozuklukları geliştirebilir.



Uzun süreli ev izolasyonlarının en sık görülen yan etkileri psikolojik rahatsızlıkları (örn. uyku yoksunluğu, kendine zarar verme), nörolojik komplikasyonları (örn. göz yorgunluğu, baş ağrısı), kas-iskelet sistemi bozukluklarını (örn. Boyun, sırt, bel ağrısı, karpal tünel sendromu) ve immobilitate ile ilişkili venöz tromboz görülme risklerini artırmasıdır. Bu nedenle, self-izolasyon ve hareketsiz yaşam küresel bir toplum sağlığı sorunu olarak görülmemelidir.

Covid-19 nedeniyle uygulanan kısmi karantina, az da olsa günlük rutinizde olan birçok fiziksel aktivitemizin yapılmasına engel olmuştur. Daha uzun saatler uyuma, daha fazla televizyon karşısında zaman geçirme, bilgisayar oyunları, sosyal medya, you-tube aktiviteleri fiziksel aktivitelerimizi kısıtlamış, aynı zamanda beslenme alışkanlıklarımızı da değiştirmiştir. Bir kaç haftalık immobilizasyonun kalp kasında atrofi ve fonksiyonlarında azalma, periferik damarlarda daralma ve sertleşme, makro ve mikrosirkülasyonda bozulmaya neden olduğu gösterilmiştir. Küresel anlamda sağlığın teşviki ve geliştirilmesi için DSÖ, yetişkinlerin haftada 150 dakika ve daha fazla orta yoğunluklu aerobik fiziksel aktivite veya haftada 75 dakika ve daha fazla şiddetli yoğunlukta aerobik fiziksel aktivite yapmasını önermektedir. Ek olarak DSÖ, haftada 2 veya daha fazla gün büyük kas gruplarını içeren kas güçlendirme aktivitelerinin

yapılmasını da önermektedir. Bu öneriler yürüme, bisiklete binme, yüzme, bahçe işleri, gezinti, dans ve ev işleri gibi fiziksel aktivitelerin yapılması şeklindedir. Günde 30 dakika orta yoğunlukta yapılan egzersizlerin kardiyovasküler kaynaklı mortalite oranlarında %24 azalmaya neden olduğunu, obezite, insulin direnci, tip 2 diyabet ve inme riskini azalttığı gösterilmiştir. Haftalarca (hatta aylarca) evlerinde kalmaya zorlanan insanlar, sadece zorunlu ihtiyaçlar veya beslenme amaçlı olarak ara sıra hareket edebilirler. Bu durumda ortaya çıkabilecek Fİ'nin zararlı etkilerini minimuma indirmek için bazı iç mekan fiziksel aktivitelerine katılımın özendirilmesi önerilmelidir. Her ne kadar hızlı yürüme, koşma ve bisiklete binme, kapalı egzersiz ekipmanı (örneğin koşu bandı, sabit bisikletler, vb.) eksik olan kişilerin büyük çoğunluğu için mümkün değilse bile, vücut ağırlığı ile yapılan hareketler, merdiven inip çıkma, yürüyüş yapma, egzersiz bantları, kondisyon topu veya basit ağırlıklarla çok özel ve pahalı ekipmanlara ihtiyaç duymadan kuvvet ve aerobik egzersizler yapılabilir. Televizyon, video veya you-tube kanalları ile ekipmansız egzersiz eğitimleri yapılabilir. Burada herkesin kendi yaş grubuna, fiziki özelliklerine, kondisyon düzeyine ve var olan kronik hastalıklarına göre modifiye edilmiş bir Fİ'yi yapması uygundur. Merdivenleri inip-çıkma, adım egzersizi yapmak, sıçramak, mekik-şınava çek-

mek hatta evde bulunabilecek basit araçlarla kuvvet antrenmanı yapma bireylere yardımcı olabilir ve uzun süreli fiziksel inaktiviteden kaynaklanan zararlı etkilere karşı koruyabilir.

## SONUÇ

Sonuç olarak, Covid-19, SARS-CoV-2'nin ortaya çıkardığı önemli ve ağır bir viral enfeksiyon tablosudur. Yüksek bulaş oranına sahiptir. Bazı hastalarda yaşamı, toplumda küresel sağlığı ve güvenliği tehdit etmektedir. Bu nedenle spesifik bir tedavi ya da aşı bulununcaya kadar, hastalığın yayılımını önlemek ve mortaliteyi azaltmak en önemli amaçtır. Asemptomatik kişilerin hastalığı yayma potansiyeli yüksek olduğundan sosyal izolasyon önemlidir. Hastalığın yayılmasını ve Covid-19 pandenisini önleme adına devreye sokulan evde kalma, kısmi karantina uygulamaları başka bir pandemiye tetiklemede ve Fİ nedeniyle oluşabilecek bir çok hastalığın fitilini ateşlemektedir. Bu iki pandemiye çok iyi organize etmemiz gerekmektedir. Birini ortadan kaldırmaya çalışırken çok daha tehlikeli sonuçların ortaya çıkmasına neden olacak diğerini tetiklememek gerekmektedir. Risk altındaki hastalara, self izolasyon sırasında maruz kaldıkları hareketsizliğin en azından zararlı etkilerini hafifletmek için "daha fazla hareket et ve gün boyunca daha az otur" gibi stratejiler devreye sokulmalı, uzun süreli hareketsizliği önleyen stratejiler önerilmelidir.

# Girişimcilik semineri...



İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Girişimcilik Dersi kapsamında "Sağlık Kadar Sağlık Sigortası da Önemli" ve "Girişimcilik Ruhu" isimli iki seminer düzenledi. Girişimcilik Dersi seminerlerinin konuğu bu kez Dr. Nadya Güher ve Uzm. Çimen Akgün oldu. Dr. Nadya Güher konuşmasında öğrencilere özel sağlık sigortacılığının öneminden ve Sağlık

Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin bu işkolunda çalışabileceklerinden bahsederken, Uzm. Çimen Akgün ise interaktif eğitimle öğrencilere girişimci bir kişinin sahip olması gereken özellikler ile ilgili bilgiler paylaştı. Seminer sonrası Güher ve Akgün'e Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekan Yardımcıları Dr. Öğr. Üyesi Şeyda Saydamlı ve Dr. Öğr. Üyesi İtr Erkan tarafından teşekkür belgesi takdim edildi.

# Hakimlik Süreci ve Yargı Reformu semineri



İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi Hukuk ve Gelişim Kulübü, Hukukçular Derneği Gençlik Komisyonu ile ortaklaşa olarak "Hakimlik Süreci ve Yargı Reformu" isimli bir seminer düzenledi. Etkinlikte hukuka ilişkin mesleki konular ele alındı. Seminere, Anadolu Adliyesi Hakimi İbrahim

Çalışkan ve Avukat Muhammed Morkoç katıldı. Etkinlikte hakimlik sınavı süreci, yargı reform paketiyle getirilen yenilikler, mülakat ve staj süreçleri ele alındı. Seminerde öğrenciler Anadolu Adliyesi Hakimi Çalışkan'a ve Av. Morkoç'a merak ettikleri soruları sorma imkanı buldular.

## Prof. Dr. Yazgan mutluluğu anlattı

İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi Kulüpler Birliği, Psikiyatrist Prof. Dr. Yankı Yazgan'ı konuk etti. 'Ya Mutluysak da Bilmiyorsak-2' isimli seminerde Prof. Dr. Yazgan öğrencilerle bilgilerini ve tecrübelerini paylaştı. Alev Ofluoğlu Konferans Salonu'nda gerçekleşen etkinliğe, Rektör Yardımcıları Prof. Dr. Ayşegül Topal Sarıkaya ve Prof. Dr. Emir Tan ile dekanlar, öğretim üyeleri ve öğrenciler katıldı. Prof. Dr. Yazgan, hekimlik mesleği, tıp eğitimi, sosyal duygusal gelişim süreci, gelişimin beyinsel temeli, zeka ve olgunluk konuları hakkında öğrencilerle bilgilerini paylaştı. Soru - cevap şeklinde ilerleyen söyleşinin sonunda, Psikiyatrist Prof. Dr. Yankı Yazgan'a Kulüpler Birliği Başkanı Hamza Utku Sev plaket takdim etti.



## Prof. Dr. Övgün Ahmet Ercan depremi anlattı

İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi Atatürkçü Düşünce Kulübü, 'Yaklaşan Depreme Hazır mıyız?' konulu bir konferans düzenledi. Konferansa konuşmacı olarak katılan İTÜ Jeofizik Yüksek Mühendisi Prof. Dr. Övgün Ahmet Ercan, yerküreyi detaylarıyla ele alarak deprem hakkında merak edilen soruları cevapladı.



## Prof. Dr. İstefanopulos konuğumuz oldu

İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi Biyomedikal Mühendisliği Kulübü 'Biyomedikal Mühendisliği Çalışma Alanları ve İmkanları' konulu bir seminer düzenledi. Işık Üniversitesi Elektrik Elektronik Mühendisliği Bölümü Öğretim Üyesi Prof. Dr. Yorgo İstefanopulos'un katılımıyla gerçekleşen seminerde, öğrencilere konuya ilişkin olarak detaylı bilgiler aktarıldı.





# Çeçen Devlet Üniversitesi ile iş birliği protokolü



İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi ile Çeçen Devlet Üniversitesi arasında akademik ve kültürel alanda işbirliği protokolü imzalandı. Protokole İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi (IYYÜ) adına Rektörümüz Prof. Dr. Yaşar Hacısalihoğlu, Çeçen Devlet Üniversitesi adına da Rektör Dr. Zaurbek Aslanbekovich Saidov imza attı. İmza törenine, IYYÜ Mütevelli Heyeti

Başkanı Dr. Azmi Ofluoğlu, Rektör Yardımcıları Prof. Dr. Ayşegül Topal Sarıkaya ile Prof. Dr. Emir Tan, Çeçen Devlet Üniversitesi Rektör Yardımcıları Kindarov Zaur Baronovich ve Abdulazimov Salambek Salmanovich ile Genel Sekreter Yakup Hayırhoğlu katıldı. İmza töreninin ardından rektörler protokolün her iki üniversiteye hayırlı olmasını temenni etti.

# Global Engelliler Vakfı ile iş birliği protokolü imzaladık



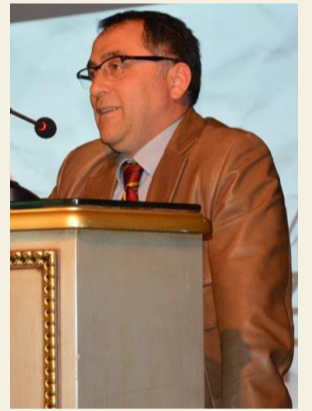
İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi (IYYÜ) ile Global Engelliler Vakfı (GEV) arasında ortak bilimsel çalışmalar ile eğitim-öğretim ve kültürel işbirliği protokolü imzalandı. Protokole IYYÜ Rektörü Prof. Dr. Yaşar Hacısalihoğlu'nun refakatinde IYYÜ Engelliler Uygulama ve Araştırma Merkezi (YUVAM) Müdürü Prof. Dr. İmer Okar ile GEV Kurucu Başkanı Nejdet Öztürk imza attı.

Protokolde YUVAM ve GEV'in ortaklaşa kongre, panel, sempozyum ve seminer gibi organizasyonlar yapması, öğrencilere staj – uygulama olanaklarının sağlanması, sosyal sorumluluk projeleri düzenlenmesi, danışmanlık, proje tasarımları, ulusal ve uluslararası tanıtım, bilirkişilik ve uzmanlık hizmetleri verilmesi konularında mutabakata varıldı.



## 2019 mezunumuz Ferdi Akdoğan'a Genç İletişimci ödülü

Aydın Doğan Vakfı ve Türkiye Gazeteciler Cemiyeti iş birliğiyle düzenlenen 30. Genç İletişimciler Yarışmasında Üniversitemiz İletişim Fakültesi, Radyo Televizyon ve Sinema bölümü 2019 mezunumuz Ferdi Akdoğan, 'İşitsel Radyo Programcılığı' dalında üçüncülük ödülü aldı. Öğrencimizi tebrik eder, başarılarının devamını dileriz.



## Psikolog Eda Tırpan ve Dr. Öğr. Üyesi Hüdayi Sayın bağımlılığı anlattı

İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi Sağlık Kültür Spor Daire Başkanlığı 'Bağımlılık' konulu bir seminer düzenledi. Psikolog Eda Tırpan ve Dr. Öğr. Üyesi Hüdayi Sayın, öğrencilerle konuya ilişkin bilgilerini paylaştı.

Alev Ofluoğlu Konferans Salonu'nda düzenlenen etkinliğe Rektör Yardımcısı Prof. Dr. Emir Tan, öğretim üyeleri ve öğrenciler katıldı.

Psikolog Eda Tırpan, bağımlılığın psikolojik ve kimyasal yönlerini ele alarak farkında olmadan insanların nasıl bağımlı olduklarını anlattı. Dr. Öğr. Üyesi Hüdayi Sayın ise bağımlılığı toplumsal bir trend olarak ele aldı. Konuya ilişkin olarak mesleki tecrübelerini de aktaran Dr. Öğr. Üyesi Sayın, dijital bağımlılık konusunda da detaylı bilgiler paylaştı.



## Hale Caneroğlu "Mutlu ve Başarılı Kariyerin Sırları" nı anlattı

İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi Kulüpler Birliği'nin düzenlediği 'Dijitalleşen Gelecekte Mutlu ve Başarılı Bir Kariyerin Sırları' konulu konferansa Yazar ve Eğitmen Hale Caneroğlu konuşmacı olarak katıldı. Alev Ofluoğlu Konferans Salonu'nda gerçekleşen etkinlikte, Mutluluk Öğretmeni, Kurumsal Eğitmen Hale Caneroğlu günümüz teknolojisini ele alarak, kariyer dünyasındaki etkilerini çeşitli örneklerle öğrencilere aktardı. Caneroğlu performansın mevcut potansiyele olumsuz yönde etki eden iç ve dış parazitler nedeniyle genellikle düştüğünü belirterek, öğrencilere başarıya giden yolda kafalarındaki tüm olumsuz düşünceleri silmeyi öğrenmeleri gerektiğini öğütledi.

## Trabzonspor Kulübü Başkanı Ahmet Ağaoğlu

# Öğrencilerimizle bir araya geldi

Trabzonspor Kulübü Başkanı Ahmet Ağaoğlu, İstanbul Üniversitesi Trabzonsporlular ve Yeni Yüzyıl ÜNİ-TS Kulübü işbirliğiyle konduğumuz oldu. Öğrencilerin sorularını yanıtlayan Ağaoğlu, Trabzonspor hakkında detaylı bilgiler paylaştı.

Alev Ofluoğlu Konferans Salonu'nda düzenlenen etkinliğe, İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi Mütevelli Heyeti Başkanı Dr. Azmi Ofluoğlu, Rektör Prof. Dr. Yaşar Hacısalihoğlu, Rektör Yardımcıları, Dekanlar, öğretim üyeleri ve öğrenciler katıldı.

Prof. Dr. Yaşar Hacısalihoğlu: Ben de Trabzonluyum ve Trabzonsporluyum Konferansın açılışında bir konuşma yapan Rektör Prof. Dr. Hacısalihoğlu, şunları söyledi: "Güzide bir kulübümüzün başkanını ağırlamaktan büyük şeref duyduğumuzu belirtmek istiyorum. Üniversiteler bilginin bilince dönüştüğü yerlerdir. Ben de Trabzonluyum ve Trabzonsporluyum. Bu meseleyi hem daha zorlaştırıyor hem de çok daha ağırlaştırıyor. Yürekle zihin arasındaki bağlantıyı kurmadan hiçbir konuşmayı yapamam. Onun en yoğunlaştığı an bu aslında. Evet sevgili gençler; hepinizin inşallah bu sene yüzü gülecek. O sene bu sene. Trabzonspor'a, onun ruhuna, iklimine değer katan, tarihte hiç de çakılı olmayan bilince dönüşmüş olan bütün o kıymetlerine en yakışan başkanla o sene bu sene olacak. Bir büyük efsane dedik. Büyük bir devrimin adı. Anadolu'dan doğan alınterinin, emeğin, özverinin, dayanışmanın, kıymetin karşılığını alabilme direncinin ortaya koyduğu bir birlik ruhunun adı Trabzonspor." "Ülke futbolunu Trabzonspor domine ediyor"



Konferansın sonunda İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi Mütevelli Heyeti Başkanı Dr. Azmi Ofluoğlu ve Rektör Prof. Dr. Yaşar Hacısalihoğlu, Trabzonspor Kulübü Başkanı Ahmet Ağaoğlu'na plaket takdim etti.

Rektör Prof. Dr. Hacısalihoğlu'nun ardından konferansta öğrencilerin sorularını yanıtlayan Trabzonspor Başkanı Ahmet Ağaoğlu, altyapılar ile ilgili olarak, "Ülke futbolunu Trabzonspor domine ediyor. Altyapılar bana göre bütün kulüplerin, hatta spor branşlarının temel taşıdır. Temeli olmayan hiçbir şeyin varlığı hayatını sürdürmez. Trabzonspor zaten geçmiş yıllara baktığımız zaman yetiştirip ülke futboluna kazandırdığı değerlerle ismi anılan bir kulüp" dedi. "Avrupa'nın en iyi 5 forvetinden biri

bizde" Gündeme ilişkin soruları da yanıtlayan Trabzonspor Kulübü Başkanı Ahmet Ağaoğlu, Uğurcan ve Sörloth'un geçen sezon ortaya koyduğu performansla ilişkin olarak, "Benim performanslarını değerlendirmeme gerek yok. O ikisi birbirinin performansını değerlendiriyor zaten, biri diğerine 'duvar', öbürü de diğerine 'kral' diyor. Ama şartlar ne olursa olsun iki futbolcuyla oynuyorsun 11 futbolcuyla oynuyorsun. Avrupa'nın en iyi 3 kalecisinden ve Avrupa'nın

en iyi 5 forvetinden biri bizde. Bu da Trabzonspor adına çok büyük şans. Diğer taraftan Uğurcan ülke futbolu adına da çok büyük bir şans. Uğurcan'ın bonservisi 20-25-30 oldu galiba. İnşallah sezon sonuna kadar artmaya devam eder" ifadelerini kullandı. Konferansın sonunda İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi Mütevelli Heyeti Başkanı Dr. Azmi Ofluoğlu ve Rektör Prof. Dr. Yaşar Hacısalihoğlu, Trabzonspor Kulübü Başkanı Ahmet Ağaoğlu'na plaket takdim etti.



## Yasemin Yalçın'dan 'Sahnedeki Kadın Olmak' konferansı...

İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi Güzel Sanatlar Fakültesi Sahne Sanatları Bölümü, Oyuncu Yasemin Yalçın'ı konuk etti. 'Sahnedeki Kadın Olmak' isimli konferansta Yalçın öğrencilerin merak ettiği soruları cevaplandırdı.

Alev Ofluoğlu Konferans Salonu'nda gerçekleştirilen konferansa, Rektör Prof. Dr. Yaşar Hacısalıhoğlu, Rektör Yardımcıları Prof. Dr. Ayşegül Topal Sarıkaya ile Prof. Dr. Emir Tan, dekanlar, öğretim üyeleri ve öğrenciler katıldı. Mesleğe ve sektöre ilişkin öğrencilerin merak ettiği soruları cevaplandıran Oyuncu Yasemin Yalçın, bir de şarkı seslendirerek kulakların pasını sildi. Konferansın sonunda Rektör Prof. Dr. Yaşar Hacısalıhoğlu ve Güzel Sanatlar Fakültesi Dekanı Prof. Dr. Suat Nazmi Özturna, Yasemin Yalçın'a bir buket çiçek ve teşekkür belgesi takdim etti.

## Galeri Yeni Yüzyıl'da

# 'Tarihimizden Kadın İzleri' sergisi

8 Mart Dünya Kadınlar Günü etkinlikleri kapsamında, İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi Güzel Sanatlar Fakültesi Grafik Tasarım Bölümü'nün hazırladığı 'Tarihimizden Kadın İzleri' sergisi, Galeri Yeni Yüzyıl'da açıldı. Küratörlüğünü Güzel Sanatlar Fakültesi Grafik Tasarım Bölüm Başkanı Dr. Öğr. Üyesi Ümran Özbalcı Aria'nın yaptığı sergiye, Rektör Yardımcıları Prof. Dr. Ayşegül Topal Sarıkaya ve Prof. Dr. Emir Tan ile dekanlar, öğretim üyeleri ve öğrenciler katıldı. Açılışta bir konuşma yapan Dr. Öğr. Üyesi Özbalcı Aria, şunları söyledi: "93 Harbi'nde Ruslarla mücadele eden Nene Hatun ile başlayan Türk Kadınının memleketi düşmanlardan kurtarma azmi, Milli Mücadelede had safhaya ulaşmıştır. Milli Mücadele kadın kahramanları, yüzyıllar geçse de unutulmayacak isimlerdir. Her birinin destansı mücadelesi her zaman gönüllerimizde yaşayacaktır. İşte onlardan bazıları... Halide Onbaşı (Halide Edip Adivar), Nezahat Onbaşı (Nezahat Baysel), Fatma Seher Erden (Erzurumlu Kara Fatma), Halime Çavuş, Hafız Selman İzbeli, Gördesli Makbule, Emir Ayşe, Tayyar Rahmiye. Buradan bir kez daha cumhuriyetimizin kurucusu Gazi Mustafa Kemal Atatürk başta olmak üzere, silah arkadaşları, aziz şehitlerimiz ve topyekün vatanımızı savunan herkesi saygı ve sevgiyle anıyoruz."



Serginin açılışa, Rektör Yardımcıları Prof. Dr. Ayşegül Topal Sarıkaya ve Prof. Dr. Emir Tan ile İletişim Fakültesi Dekanı Prof. Dr. Aysel Aziz de katıldı.



Açılış kurdelasını Grafik Tasarım Bölüm Başkanı Dr. Öğr. Üyesi Ümran Özbalcı Aria ile Rektör Yardımcıları Prof. Dr. Ayşegül Topal Sarıkaya ve Prof. Dr. Emir Tan birlikte kesti.



# COVID-19 VE RUH SAĞLIĞI ÜZERİNE ETKİLERİ

COVID-19 küresel düzeyde hızla yayılmaya devam etmektedir. Yüzbinlerce insan enfeksiyona yakalanmış ve onbinlerce insan hayatını kaybetmiştir. Bu derece hızla yayılan COVID-19 enfeksiyonu insanların hem fiziksel sağlığını hem de ruhsal sağlığını olumsuz yönde etkilemektedir. Bu makalede COVID-19 enfeksiyonunun ruh sağlığı üzerindeki etkileri üzerinde durulacaktır.

Başlangıçta Çin'in bir eyaletinde görülen COVID-19 enfeksiyonunun yayılım hızı Dünya Sağlık Örgütü ve diğer sağlık otoriteleri tarafından tam olarak öngörülemediği ve yeterli önlemler zamanında alınmadığı için enfeksiyon küresel çapta pandemiye dönmüştür. Enfeksiyonun yayılımının hızlı olması ve ölüm oranlarının yüksek olması nedeni ile insanlar aşırı düzeyde tedirginlik yaşamaktadır. Her gün ölüm sayıları katlanarak artmakta ve virüs bütün insanlara "bulaşma mesafesi" kadar yaklaşmaktadır. Dünya çapında virüsle mücadele kapsamında sağlık otoriteleri ve hükümetler birbirlerinden farklı tedbirler alarak virüsle mücadele etmeye çalışmaktadır. Virüsle mücadele kapsamında en sık uygulanan yöntemlerin başında insanların evden çıkmasını önleyen "fiziksel izolasyon" dur. Bazı ülkeler bu izolasyonu halkı aydınlatarak "gönüllü" yapmaya çalışırken, bazı ülkelerde ise "zorunlu" tedbirler ile fiziksel izolasyon sağlanmaya çalışılmaktadır. Hangi biçimi ile olursa olsun fiziksel izolasyon ya da karantina uygulamaları geçmiş yüzyıllardaki salgın deneyimlerinden hareketle mutlaka gerekli uygulamalardır.

COVID-19 enfeksiyonunun yayılım ve ölüm oranlarındaki yükseklik hızı belirsizlik ortamı yaratmakta ve insanlarda gelecekle ilgili yaygın endişe, korku ve strese neden olmaktadır. Karantina altında olan bireyler ölüm korkusu, can sıkıntısı, öfke ve yalnızlık duygusu yaşayabilir. Geçmiş dönemde yaşanan MERS ve SARS virüsü enfeksiyonlarındaki deneyimlerde bu dönemlerde bireylerde depresyon, panik atak, anksiyete, psikomotor huzursuzluk, intihar, deliriyum, psikotik belirtiler ve birçok ruhsal hastalıkta artış bildirilmiştir.1, 2

COVID-19 virüs enfeksiyonunun yeni bir enfeksiyon olması ve bazı yönleri ile henüz bilinmiyor olması toplumda bilişsel sıkıntıya neden olmakta, kaygıyı ve korkuyu daha da artırmaktadır. Ayrıca COVID-19 virüsüne yakalanan bireylerin toplum içinde damgalanma endişesi taşıması nedeni ile hastalıklarını gizlemesinin acil servislere başvuruyu azaltabileceği ve bunun olumsuz etkisinin olabileceği belirtilmektedir.3

Karantina altına alınan ve fiziksel izolasyon kapsamında evde kalan bireyler yaşadıkları belirsizliği belirli hale getirmek ve geleceği öngörmek adına daha fazla yazılı ve görsel haber kaynaklarına yönelmekte, sosyal medyayı daha sık kullanmaktadır. COVID-19 enfeksiyonu ile ilgili bilgilerin ve haberlerin hızla yayılıyor olması, halkın hangi kaynaklardan doğru bilgiyi alacağını tam olarak bilememesi sonucunda kontrolsüz "bilgi akışı" söz konusu olmaktadır. Bu durum bireylerin kendilerinin ve yakınlarının can güvenlikleri ile ilişkili kaygıyı daha da artırmakta ve akut stres bozukluğuna neden olmaktadır.4 Akut stres bozukluğu yaşayan bireylerde huzursuzluk, gerginlik, yerinde duramama, aşırı irkilme tepkileri, uykusuzluk, kabus görme ve uyuşukluk gibi belirtiler görülebilmektedir. Bu durumun daha da uzaması halinde bu bireylerin bir kısmında travma sonrası stres bozukluğunun gelişmesi olasıdır. Bu gibi dönemlerde bireylerin dış dünyaya ve geleceğe olumsuz yönde bakmalarının sonucu olarak depresyon oranlarında artış meydana gelmektedir.5 Depresyondaki bireylerde keyifsizlik, mutsuzluk, hayattan zevk alamama, ölsemde kurtulsam düşünceleri (intihara gidebilecek düzeyde) suçluluk duygusu, karamsarlık, boşluk hissi, uyku ve iştah sorunları görülebilir.

Anksiyete bozuklukları, panik bozukluğu ve genel korkularda artış da bu dönemde sıklıkla görülmektedir.2 Bu bireyler çoğu kez huzursuz olurlar, birçok şeyden kaçınma davranışı sergilerler ve nefessiz kaldıklarını düşünerek kendilerini boğulacakmış gibi hissederler. Birçok şeyden korkmaya başlarlar. Daha önce temizlik takıntısı olan bireylerin bu dönemde takıntıları daha da artmakta ve katlanılmaz boyutlara varabilmektedir. COVID-19 pandemisinin ekonomiye olumsuz etkisi küresel çapta oldukça fazladır. Bu dönemde ve sonrasında birçok kişi işini kaybetme tehlikesi ile karşı karşıyadır. Halihazırda işini kaybeden ve ileride kaybetme tehlikesi yaşayan bireylerin adil dünya inançları zarar görmekte ve kendilerini güçsüz çaresiz, değersiz ve umutsuz hissetmektedirler. Bu

bireylerde depresyon, kaygı, panik bozukluklarında artış ve intihar eğilimi görülebilir. Bu nedenle devletlerin ve bireylerin dayanışması elzemdir. COVID-19 pandemisinin çocukların ruh sağlığı üzerindeki etkisi ne olabilir? Bu dönemde çocuklarda en az erişkinler kadar hatta daha fazla olumsuz etkilenirler. Çocukların tepkileri, içinde buldukları yaş dönemine göre farklılıklar göstermesine karşın en yaygın tepkiler arasında endişe ve korku deneyimlemesi sayılabilir. Ölme korkusu, akrabalarının ölme korkusu dahil olmak üzere erişkinlerin yaşadıklarına benzeyen korku türleri görülebilir. Okulların kapalı olması ile birlikte akran desteğinden yoksun kalacak çocuklarda evde kalmak yaşayacakları çoğu sorunu tek başlarına aşmalarına neden olabilecek ve bazen yaşadıklarını yorumlamakta zorlanacaklardır. Biraz daha büyük çocuklar bu süreci algılayabilseler de küçük çocukların süreci algılamaları ve gerçekleşen değişiklikleri değerlendirmeleri zorlaşabilir ve hem küçük hem de büyük çocuklarda sinirlilik ve öfke sıklıkla görülebilir. Çocuklar ebeveynlerinden daha fazla şey talep edebilir ve ebeveynler bu dönemde kendilerini baskı altında hissedebilir ve ebeveyn çocuk iletişimde çeşitli sorunlar baş gösterebilir. Çocukların yaratıcı aktiviteler yoluyla kendilerini ifade etmesinin yollarını bulmalarına yardımcı olmak çocuklara iyi gelebilir. Bu dönemdeki sorunlardan birisi ise hayatımıza yeni giren uzaktan eğitimidir. Bu eğitim süreci ebeveynlerin daha fazla rol üstlenmesine yol açacak ve ebeveyn çocuk arasında çoğu zaman çatışmalar doğabilecektir.

COVID-19 pandemisinin yaşlılarının ruh sağlığı üzerindeki etkisi ne olabilir? COVID-19 enfeksiyonunun 65 yaş üstü bireylerde daha yıkıcı sonuçlar doğurması ve ölüm oranlarının bu yaş grubunda yüksek olması nedeni ile yaşlılar için bir takım ek koruyucu tedbirler alınmaktadır. Yaşlılara COVID-19'a karşı daha savunmasız olduklarının söylenmesi son derece korkutucu olabilir. Kaygı ve stres düzeyleri daha da artabilir ve ölüm korkusu yaşayabilirler. Ayrıca bu yaş grubunda ek bir takım fiziksel



**Prof. Dr. Fuat Torun**

İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi  
Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı A. D. Öğretim Üyesi

hastalıkların da bulunuyor olması ruhsal hastalıkların oluşumunu daha da kolaylaştırabilir. Bu bireylerin evde izole olmaları yalnızlık ve işe yaramıyor olma duygularını daha da artırabilir. COVID-19 pandemisinin ruhsal etkileri ile başa çıkabilmek için neler yapılabilir? Bu süreçte doğru kaynaklardan doğru bir şekilde bilgilenmek, belirsizliği giderebileceğinden dolayı kişilerin tedbir almalarını kolaylaştırabilir ve birtakım "hurafelerin" ve felaket senaryolarının önüne geçerek kaygıyı azaltabilir. Bilgi alırken de kaygılı bireylerin bilgilerini seçerek olumsuz olanlara daha fazla odaklanma riski nedeniyle gün boyunca sosyal medya kullanmak olumsuzluk yaratabilir. Belirli zaman dilimlerinde haber kaynaklarına yönelmek bütün günü haber peşinde harcamamak önemlidir.

Kişilerin yaşadıkları birtakım gerginliklerle başa çıkabilmeleri için evde kaldıkları süre içerisinde birtakım eğlenceli aktiviteler geliştirmelerinde yarar vardır. Bu aktivitelerle dikkatlerini dağıtıp kaygıyı azaltmaları mümkündür. Kişilerin evde kaldıkları süre içerisinde yakınları ile rutin haberleşmelerini sağlamaları ve yalnız olmadıkları duygusunu hissetmeleri önemlidir. Bu haberleşmelere değer verilen bütün insanlar dahil edilebilmeli mümkünse panik duygusu ve gerginliğin azalması için görüntülü de haberleşilebilmelidir. Daha önceden ruhsal destek alan bireylerin kullandıkları ilaçlar varsa kesmemeli, hekimi ile haberleşebiliyorsa bir şekilde iletişim kurmalı ve ilaçlarını temin ederek kullanmaya devam etmelidir.

Hastalığa yakalanan, tedavi gören ve yakınına kaybeden bireyler damgalanmamalı, ve olabildiğince destek olunmalı ve acıları paylaşılmalıdır.



## GAZETE YENİ YÜZYIL

### İmtiyaz sahibi:

İstanbul Yeni Yüzyıl  
Üniversitesi adına  
Rektör Prof. Dr. Yaşar  
Hacısalihoglu

### Genel Yayın Müdürü:

Prof. Dr. Aysel Aziz

### Sorumlu Müdür:

Dr. Öğretim Üyesi Yücel Sarı

### Yayın Koordinatörü:

Öğretim Görevlisi  
Murtaza Gürler

### Yazı İşleri Müdürü:

Dr. Öğretim Üyesi Cihan Oğuz

### Yayın Kurulu:

Dr. Öğretim Üyesi Yücel Sarı,  
Dr. Öğretim Üyesi Cihan Oğuz,  
Araş. Gör. Serkan Karatay,

### Editörler:

İstanbul Yeni Yüzyıl  
Üniversitesi İletişim Fakültesi  
Yeni Medya ve İletişim  
Bölümü öğrencileri.

### Fotoğraf Editörü:

Mert Aliefendioğlu

### Adres:

Cevizlibağ Yerleşkesi Maltepe  
Mahallesi, Yılanlı Ayazma  
Caddesi No:26, 34010  
Zeytinburnu / İstanbul

### Telefon:

444 5 001

### Faks:

0 (212) 481 40 58

### E-Posta Adresi:

gazete@yeniuyuzyil.edu.tr

### Web Sitesi:

www.yeniuyuzyil.edu.tr

• Gazetemizde yayınlanan yazılar kaynak belirtilmek suretiyle yayınlanabilir.

• Fotoğraflar izin alınmadan kullanılamaz.

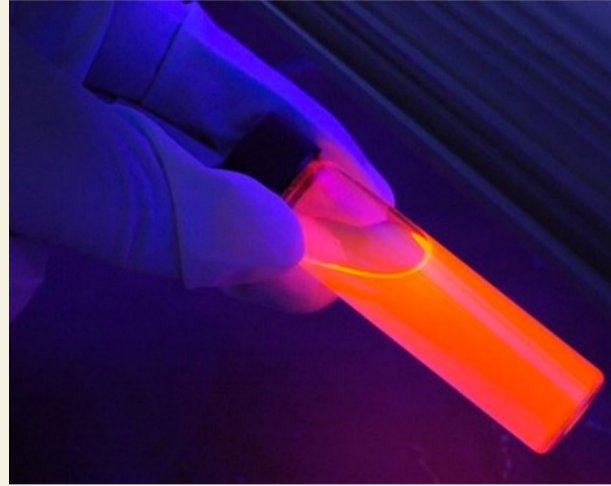
• Gazete Yeni Yüzyıl basın ilkelerine uymayı taahhüt eder.

T.C. İSTANBUL YENİ YÜZYIL ÜNİVERSİTESİ

# GAZETE YENİ YÜZYIL

YIL 4 • SAYI 10 • MART-TEMMUZ 2020 • İLETİŞİM FAKÜLTESİ YAYIN ORGANI • ÜCRETSİZ DAĞITILIR

## Covid-19'u yok edecek ultraviyole ışın cihazı geliştirildi



Japon ışık ekipmanı üreticisi Ushio, insana zarar vermeden yeni tip corona virüsü (covid-19) yok eden ultraviyole (UV) ışın yayan "Care222" adlı cihazı üretti. Columbia Üniversitesi iş birliğiyle üretilen Care222, 254 nanometre dalga boyunda UV yayan geleneksel cihazların aksine, insana zararsız 222 nanometrelik UV yayıyor. Mikropları öldürürken insanlara zarar vermeyen cihaz, yüksek riskli otobüs, tren, asansör ve ofis ortamlarının dezenfekte edilmesinde kullanılacak. Ortamın tavanına asılan Care222, 2,5 metre mesafeden havadaki virüs ve bakterilerin yüzde 99'unu 7 dakikada etkisiz hale getiriyor. Dünyada türünün ilk örneği kabul edilen cihaz, 222 nanometre dalga boyunda deri yüzeyine ve göze nüfuz etmeyerek genetik kusurlara yol açmıyor.



## Arktik deniz buzu tarihinin en düşük ikinci seviyesine geriledi

Bilim insanları, Kuzey Kutbu'ndaki deniz buzunun, ısı dalgaları ve dünyanın dört bir yanında devam eden orman yangınları sonucunda tarihin en düşük ikinci seviyesine ulaştığını açıkladı.

ABD Ulusal Kar ve Buz Veri Merkezi (NSIDC), 15 Eylül'de Arktik Okyanusu'ndaki buzun 3,74 milyon kilometrekare olarak ölçüldüğünü bildirdi. Söz konusu rakam, uyduların 1979'da gözlem yapmaya başladığından beri en düşük ikinci yüzölçüm olarak tarihe geçti.

Arktik'teki rekor buzul erimesi, komşu bölge Sibiry'a da aylardır süren orman yangınlarına neden olan şiddetli ısı dalgasının ardından geldi.

Konuyla ilgili açıklama yapan NSIDC direktörü Mark Serreze, "Kuzeyde zorlu bir yıl yaşıyoruz; rekor seviyede azalan deniz buzu, Sibiry'a'da 38 dereceye ulaşan sıcaklar ve büyük orman yangınları... 2020 yılı, Kuzey Kutbu'ndaki buz örtüsünün yok oluşunda eşğin geçildiği yıl olarak tarihteki yerini alacak. Mevsimsel olarak buzsuz bir Arktik Okyanusu'na doğru gidiyoruz" ifadelerini kullandı.

## Yeni bir öte gezegen keşfi

Gök bilimciler, yıldız etrafındaki dönüşünü 3,14 günde tamamlayan bir öte gezegen keşfetti. 186 ışık yılı uzaklıktaki gezegen, kırmızı cüce yıldız etrafındaki turunun süresi, irrasyonel matematik sabiti Pi sayısına benzediğinden "Pi Dünyası" olarak adlandırıldı. Resmi ismi K2-315b olan, Dünya ile hemen hemen aynı büyüklükteki gezegene dair ilk ipuçları Kepler Uzay Teleskobu'nun 2017'deki misyonu sırasında elde edildi.