

# flypgs.com

DİJİTAL DERGI - DIGITAL MAGAZINE

MAGAZINE

NİSAN - APRIL  
2024

**FADO  
DİYARI:  
LİZBON**

**THE LAND OF  
FADO:  
LISBON**



# ASORTIE®

*furniture & decoration*



BU LÜKSÜ TAKİP ET!

[f](#) [d](#) [i](#) [v](#) asortiemobilya

■ HOME ■ HOTEL ■ OFFICE ■ RESIDENCE ■ DECORATION

# GELECEĞİN ANTİKALARI

EL YAPIMI LÜKS MOBİLYALAR  
MİMARİ PROJELER, OTEL PROJELERİ  
DEKORASYON ÇÖZÜMLERİ

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



+90 212 675 04 46

MASKO MOBİLYA KENTİ 4-B BLOK  
NO: 11-13 BAŞAKŞEHİR - İSTANBUL



# PEGASUS

Cumhuriyet'in 100. yılında  
**100. UÇAĞIMIZ**  
**"CUMHURİYET"**  
**GÖKLERDE.**



GİRİŞ / Entry

**Güliz ÖZTÜRK**  
Pegasus Hava Yolları CEO  
Pegasus Airlines CEO



### *Değerli Misafirlerimiz,*

Pegasus Hava Yolları olarak, “Rotamız Sürdürülebilir Bir Gelecek” diyor ve daha temiz bir gelecek için kapsamlı çalışmalar yürütüyoruz. Bu kapsamda gerçekleştirdiğimiz çalışmalarla, Sürdürülebilirlik Akademisi tarafından Bureau Veritas iş birliğiyle geliştirilen ve işletmelerin sürdürülebilir iş uygulamalarındaki yeşil taahhütlerini doğrulamak, teşvik etmek, yeşil dönüşümü hızlandırmak amacıyla verilen “Green Check-Yeşil Kontrol Belgesi”ni en yüksek seviye başarıyı temsil eden altın seviyede almaya hak kazandık. Böylece hava taşımacılığı alanında, Genel Müdürlük ve Uçuş Hizmetleri kapsamında bu belgeyi alan ilk şirket olduk. Havacılığın sürdürülebilirlik hedeflerini içtenlikle desteklemeye devam edeceğiz.

### *Baharı Keşif*

Nisan ayında baharın gelişiyle birlikte rotamızı yurt içinde ve yurt dışında birbirinden güzel destinasyonlara çeviriyoruz. Tercihiniz yurt içi bir destinasyonsa, 13-21 Nisan tarihleri arasında gerçekleştirilen Uluslararası Portakal Çiçeği Karnavalı'nı görmek için Adana'yı ziyaret edebilirsiniz. Ziyaret etmişken, Adana'nın lezziz mutfağını da tatmanızı öneririm.

Eğer Nisan'da yurt dışı keşifleri yapmak istiyorsanız, Lizbon keyifli bir alternatif olacaktır. Portekiz'in başkenti Lizbon'un Eski Şehir bölümü; dar sokakları, tez canlı ve sıcak insanları, hareketli şehir yaşamıyla bizler için tanıdık bir ortam sunuyor. Burada yabancılık çekmeden turist olmanın keyfini çıkarabilir, birbirinden lezzetli yemeklerinin tadına bakabilirsiniz. Bu iki destinasyonla ilgili detaylı bilgiye dergimizin ilerleyen sayfalarından ulaşabilirsiniz.

### *Mutlu Bayramlar!*

Nisan ayında bereketin simgesi olan Ramazan Bayramı'nı kutluyoruz. Hepinize sevdikleriniz ve ailelerinizle birlikte geçireceğiniz mutlu bayramlar diliyorum.

Bayramla birlikte bu ay kutladığımız iki özel gün var. İlki 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı... Bütün çocukların bayramını kutluyor, coşkularını paylaşıyorum. Bu önemli günü bütün dünya çocuklarına armağan eden Ulu Önder Mustafa Kemal Atatürk'ü de saygı ve minnetle anıyorum.

Bir diğer kutlama ise değerli kaptanlarımız için... Görevlerini özveriyle icra ederek uzakları yakınlaştıran ve bizleri emniyetle dilediğimiz şehirlere ulaştıran kaptanlarımızın da 26 Nisan Dünya Pilotlar Günü'nü kutluyorum.

Hepinize emniyetli ve keyifli uçuşlar dilerim.

### *Dear Guests,*

As Pegasus Airlines, we say we are “Moving Towards a Sustainable Future” and carry out comprehensive initiatives towards a cleaner environment. In recognition of our work in this area, we have been awarded the gold level Green Check Certificate, signifying the highest level of achievement. This certification, developed by the Sustainability Academy in partnership with Bureau Veritas, is designed to verify and encourage the green commitments of businesses in their sustainable practices, facilitating a faster green transformation. In doing so, Pegasus has become the first company to receive this certificate in the field of air transport under the scope of head office and flight services. We will continue to wholeheartedly support aviation's sustainability goals.

### *Discovering Spring*

With spring arriving in April, we turn our attention to incredible destinations in Türkiye and elsewhere, all equally beautiful. If you prefer to visit a Turkish domestic destination, you can attend the International Orange Blossom Carnival in Adana between April 13 and 21. While there, I highly recommend you sample Adana's absolutely delicious cuisine.

If you're looking to travel abroad in April, Lisbon is a fun option. The capital of Portugal's Old Town offers a welcoming atmosphere with narrow streets, warm and friendly people, and vibrant city life. You can enjoy being a tourist here and sample delicious local cuisine. You can find detailed information about these two exciting destinations in the following pages of our magazine.

### *Happy Holidays!*

We celebrate Ramadan in April, a symbol of abundance. I wish you all Eid Mubarak with your loved ones and families.

In addition to Ramadan, we celebrate two very special days this month. The first is 23 April National Sovereignty and Children's Day... I wish all children a happy holiday and share their joy on this special day. With respect and gratitude, I commemorate our great leader, Mustafa Kemal Atatürk, who dedicated this special day in the calendar to children around the world.

The other celebration is for our valuable pilots... I wish our captains a happy World Pilots' Day on 26 April, for navigating us to far-flung places with dedication, and ensuring we arrive at our chosen destinations safely.

I wish you all safe and pleasant flights.

## YÖNETİM MANAGEMENT

İmtiyaz Sahibi **PUBLISHER**  
Group Medya ve Bilgi Teknolojileri A.Ş. Adına Nevzat ÇALIŞKAN (Sorumlu)  
nevtatc@groupmedya.com

Pegasus Hava Yolları Adına Katkıda Bulunanlar **CONTRIBUTORS**  
Zeynep YILMAZ, Banu KARAMUK

Yönetim Yeri **MANAGEMENT OFFICE**  
Group Medya ve Bilgi Teknolojileri A.Ş.  
Balmumcu Mahallesi, Mustafa İzzet Efendi Sokak, No: 9/6, Kat: 3, Beşiktaş/İstanbul  
Tel: 0212 224 93 30 (pbx) Faks: 0212 224 86 46  
groupmedya.com

## YAPIM-YAYIN PRODUCTION & PUBLISHING

### GENEL YAYIN YÖNETMENİ

**Editor-in-Chief**

Zeynep KUN

zeynepkun@groupmedya.com

### GÖRSEL YÖNETMEN

**Art Director**

Emine KONUK ÖNBAS

eminek@groupmedya.com

### KATKIDA BULUNANLAR

Zeynep Almına Özer

### FOTOĞRAF-Photo

Erhan TARLIĞ

Hakan AYDOĞAN

### ÇEVİRİ-DÜZELTİ

**Translation-Proofreading**

(TR-EN)

Meltem DENİZ

**REDAKSİYON - Redaction**

Rıza KALKAN

### REKLAM SATIŞ VE PAZARLAMA

#### ADVERTISING

Tel: 0212 224 93 30 (pbx)

Faks: 0212 224 86 46

### REKLAM GRUP BASKANI

**Advertising Group President**

Gürhan GEZER

gurhang@groupmedya.com

### BÖLGELER REKLAM DİREKTÖRÜ

**Regional Advertising Director**

Eren ENES

erene@groupmedya.com

### REKLAM TEKNİK MÜDÜRÜ

**Advertising Technical Manager**

Mesut ÖZTÜRK

mesuto@groupmedya.com

### REZERVASYON MÜDÜRÜ

**Manager of Reservation**

Ender PURLAR

enderp@groupmedya.com

## BASKI PRINTING

**WPC MATBAACILIK SAN. TİC. A. Ş.**

Yenidevir Matbaacılık ve Gazetecilik A.Ş.

Muammer Aksoy Cad. Dere Sok. No:70 (34620) (Milligazete Tesisleri)

Sefaköy - K.çekmece / İST

Tel: 471 71 50

Matbaa sertifikası No: 41910

BASKI YERİ VE TARİHİ - PUBLISHING PLACE AND DATE İstanbul, Mart 2024 / March 2024  
YAYIN TÜRÜ - PUBLICATION GENRE Yerel Süreli Yayın / National Periodical Publication ISSN: 2149-8547

## İLETİŞİM BİLGİLERİ Contact Us

ÇAĞRI MERKEZİ CALL CENTER

REZERVASYON HATTI (\*) 0888 228 12 12



BÖLGEYE ÖZEL ÜCRETSİZ HAT  
0850 399 17 01

KAYIP EŞYA 0850 250 02 24

ALMANYA BİLET HATTI - GERMANYA TICKET LINE 049120662505  
İNGİLTERE BİLET HATTI - UK TICKET LINE 0333003500  
FRANSA ÇAĞRI MERKEZİ - UK 0170060140  
İTALYA - ITALY 0645228994  
İSPANYA BİLET HATTI - SPAIN TICKET LINE 9 11123877  
HOLLANDA - NETHERLANDS 0202626924  
NORVEÇ - NORWAY 21992665  
DANİMARKA - DENMARK 7874491  
İSVEÇ - SWEDEN 084028782  
BİRLEŞİK ARAP EMİRLİKLERİ - UNITED ARAB EMIRATES 043578128  
LÜBNAN BİLET HATTI - LEBANON 01369869  
İSVİÇRE BİLET HATTI - SWITZERLAND TICKET LINE 0445320018  
UKRAYNA BİLET HATTI - UKRAINE TICKET LINE 0805055510  
GÜRCİSTAN BİLET HATTI - GEORGIA TICKET LINE 032400040  
ROMANYA BİLET HATTI - ROMANIA TICKET LINE 0213079175  
İRAK (ERBİL) BİLET HATTI - IRAQ (ERBIL) TICKET LINE 07508955020  
KOSOVA BİLET HATTI FPK - KOSOVO TICKET LINE 08225810  
KAZAKİSTAN BİLET HATTI - KAZAKHISTAN TICKET LINE 07508955020  
AVUSTRUYA BİLET HATTI - AUSTRIA TICKET LINE 012675322  
İSRAİL BİLET HATTI - ISRAEL TICKET LINE 037206999  
KUVEYT BİLET HATTI - KUWAIT TICKET LINE 2247709  
BAHREYN BİLET HATTI - BAHRAIN TICKET LINE 17212033  
KATAR BİLET HATTI - QATAR TICKET LINE 44420967 / 44420961  
AZERBAJCAN - AZERBAIJAN 025980599 / 0705980599 / 0555980599  
MİSİR (HURGHADA) SHARM EL-SHEKH - EGYPT TICKET LINE 01006038901 / 01000068070  
RUSYA - RUSSIA TICKET LINE +74996092878  
KKTC - NORTH CYPRUS 0090 850 250 6777  
DİĞER ÜLKELER - OTHER COUNTRIES 0090 850 250 6777

## TEMSİLCİLERİMİZ OURAĞENTS

GÜRCİSTAN - GEORGIA 00 955 32 40 00 40  
LÜBNAN - LEBANON 00 961 1 369 869  
İTALYA - ITALY 0645228994 (\*)  
UKRAYNA - UKRAINE 00 38 08 00 505 510  
ROMANYA - ROMANIA 00 40 21 307 91 75  
KOSOVA - KOSOVO 00 381 28 225 810  
KAZAKİSTAN - KAZAKHISTAN 00 7 727 273 17 17  
KUVEYT - KUWAIT 00 965 224 47 709  
BAHREYN - BAHRAIN 00 973 388 17 488  
KATAR - QATAR 00 974 44 21 807  
ABD - USA 00 910 850 250 67 77  
KANADA - CANADA 00 908 50 250 67 77  
B. ARAP EMİRLİKLERİ - UAE 00 971 4 357 81 28  
İRAK (ERBİL) - IRAQ (ERBIL) 00 964 750 855 50 20  
AZERBAJCAN - AZERBAIJAN 00 994 12 70 30 50 980 598

(\*) 0888 228 12 12 numaramız tüm kullanıcılar için (Türk Telekom mobil, Türk Telekom ev telefonu, Turkcell, Vodafone) ücretlendirme periyodu (vergiiler dâhil) saniye olarak hesaplanıp DK 1,5 / TL olarak operatörünüz tarafından faturanıza yansıtılacaktır.

(\*\*) Operasyonel nedenlerden dolayı yaşanan sefer iptalleri ve sefer saat değişiklikleri için 0850 250 67 02 numaramız Türk Telekom'a ait sabit hatlardan yapılan aramalarda DK/0,1459 TL olarak ücretlendirilir.

GSM abonelelerinin tarifesindeki sabit hat veya her yöne dakikalarından düşürülürken, tarifede dakika kullanımı yok ise kullanılan operatörün sabit arama ücretine göre faturalandırılmaktadır.

(\*\*) İtalya'da, çalışma saatlerimiz Pazartesi-Cuma 09.00 - 13.00 ve 14.00 - 18.00 saatleri arasındadır.

(\*\*\*\*) Ücretlendirme operatörünüz tarafından belirlenen mobil tarife üzerinden uygulanacaktır.

(\*) Calls to our 0888 228 12 12 number from all network providers (Turk Telekom mobile, Turk Telekom landline, Turkcell, Vodafone) are calculated on a second-by-second basis at a rate of 1.5TL per minute (taxes included) and will be reflected in the bill from your provider.

(\*\*) If there has been a cancellation or changes due to operational reasons, you can call us at 0850 250 67 02. Calls are 0,1459 TL per minute from Turk Telekom landlines. Mobile charges vary according to network operator, but if you have a package which includes an allowance for minutes, your call will be covered by those

(\*\*\*) In Italy, our working hours are between 09.00-13.00 and 14.00-18.00 from Monday to Friday.

(\*\*\*\*) Charges will be applied by your network provider based upon your mobile calling plan.

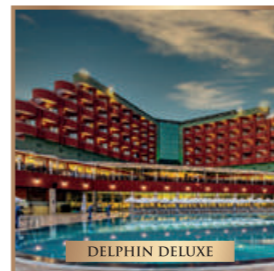
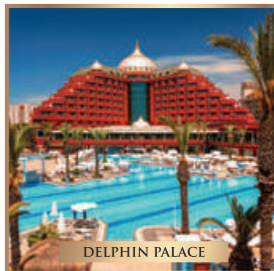
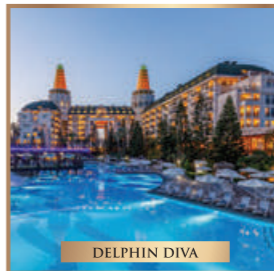
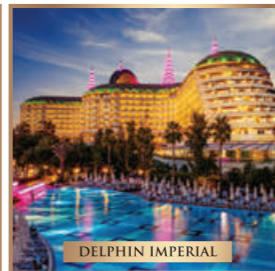
FLYPGS.COM Magazine, Pegasus Hava Taahhüdü A.Ş. adına Group Medya ve Bilgi Teknolojileri A.Ş. tarafından T.C. yasalarına uygun olarak yayımlanmaktadır. FLYPGS.COM Magazine'in isim ve yayın hakkı Pegasus Hava Taahhüdü A.Ş.'ye aittir. Dergide yayımlanan yazı, fotoğraf ve illüstrasyonların her hakkı saklıdır. Kaynak gösterilmeden alıntı yapılamaz. Yazıların sorumluluğu yazarlara, yayımlanan ilanların sorumluluğu ise sahiplerine aittir.

FLYPGS.COM Magazine is published for Pegasus Airlines by Group Medya ve Bilgi Teknolojileri Inc. in accordance with the laws of the Turkish Republic. The name and publishing rights of FLYPGS.COM Magazine are held by Pegasus Airlines. All rights are reserved that pertain to the written materials, photographs and illustrations published in the magazine. Nothing in this magazine may be borrowed or reproduced without full credit being given to the source. The written materials are the sole responsibility of each of the writers, and the advertisements published in the magazine are the sole responsibility of each advertiser.



**DELPHIN**  
HOTELS & RESORTS

Beyond Your  
Dreams



WAKE UP THE MYTH!



**ANDA**  
BARUT  
COLLECTION

DELİCE PENINSULA • DİDİM

[barutanda.com](http://barutanda.com)





36

26

### PORTRE

Genç oyuncu Sıla Korkmaz'la, geçmişte canlandırdığı karakterler ve son olarak rol aldığı "Sakla Beni" dizisine dair keyifli bir sohbet gerçekleştirdik.

### PORTRAIT

We had a pleasant conversation with the young actress Sıla Korkmaz, about the characters she portrayed in the past and the series "Sakla Beni" (Hide Me) in which she recently starred.

36

### SEYAHAT

Lizbon'un Eski Şehir bölümü; dar sokakları, balkonlardan sarkan çamaşırları, tez canlı ve sıcak insanları, hareketli şehir yaşamı ve coğrafyasıyla o kadar tanıdık ki...

### TRAVEL

The Old Town of Lisbon is so familiar with its narrow streets, laundry hanging from balconies, lively and warm people, vibrant city life and geography...

42

### SEYAHAT

Uluslararası Portakal Çiçeği Karnavalı için geri sayım başladı. Portakal çiçeklerinin baş döndürücü kokuları eşliğinde, 13-21 Nisan tarihleri arasında Adana sokaklarında cümbüş var.

### TRAVEL

The countdown for the International Orange Blossom Carnival has begun. To the accompaniment of the heady scents of orange blossoms, the streets of Adana will serve as the backdrop for merrymaking between 13-21 April.

16

### SERĞİ

İstanbul'un ilk art nouveau yapısı Casa Botter Apartmanı, Levent Çalkoğlu küratörlüğünde gerçekleşecek olan "Botter Sergileri" serisinin ilki olan "Solo Botter: Selma Gürbüz" sergisine ev sahipliği yapıyor.

### EXHIBITION

Casa Botter Apartment, Istanbul's first art nouveau building, hosts the first of the "Botter Exhibitions" series curated by Levent Çalkoğlu, "Solo Botter: Selma Gürbüz" exhibition.

DERGİNİN BASILI KOPYASINI  
ADRESİNİZE YOLLUYORUZ!

Adres bilgilerinizi  
gurbeta@groupmedya.com veya  
betulg@groupmedya.com'a  
mail atmanız yeterli!

Uçak konforuna  
yollarda güvenle  
devam edin.

METROPOLIS



İSOTLARMOTOR



PEUGEOT  
MOTORCYCLES

isotlarmotor.com

### 18 FİLM FESTİVALİ

İstanbul Kültür Sanat Vakfı'nın düzenlediği 43. İstanbul Film Festivali, 17-28 Nisan tarihleri arasında izleyicilerle buluşmak üzere gün sayıyor. Sinemaseverler ve müzik tutkunları için sevindirici bir haberimiz var! Festivalin özel bölümü olan "Musikişinas", bu yıl festivalde tekrar yerini alıyor.

#### FILM FESTIVAL

The 43rd Istanbul Film Festival, organised by the Istanbul Foundation for Culture and Arts, is counting the days to meet the audience between April 17th-28th. We have good news for cinema lovers and music enthusiasts: "Musikişinas", the special section of the festival, will take its place in the festival again this year.

### 22 KİTAP

Bu mevsim okuma listenize alabileceğiniz yeni kitapları sizler için inceledik, hem çocuklar hem yetişkinler için yeni çıkan kitaplardan seçkiler hazırladık.

#### BOOKS

We have reviewed the newly released books you can add to your reading list this season and prepared a selection of new books for both children and adults.

### 50 YAŞAM

12 Nisan akşamı Cemal Reşit Rey Konser Salonu'nda, kontrbasta Sylvain Romano ve davulda Lukmil Perez'le gerçekleşecek Jacky Terrasson Trio konseri öncesinde sanatçıyla bir araya geldik.

#### LIFESTYLE

On the 12th of April, we met with the artist before the Jacky Terrasson Trio concert at Cemal Reşit Rey Concert Hall with Sylvain Romano on double bass and Lukmil Perez on drums.

### 56 YAŞAM

Öğretim Üyesi Dr. Şüheda Özkan, kişiye iyi gelen, yaparken kendini iyi hissettiren aktivitelerin günlük yaşama eklenmesiyle stresle başa çıkmanın kolaylaşabileceğine dikkat çekiyor.

#### LIFESTYLE

Faculty Member Dr. Şüheda Özkan draws attention to the fact that adding physical activities to our daily lives can facilitate coping with stress.



UCUZ OLDUĞU İÇİN  
BÜYÜK  
BÜYÜK OLDUĞU İÇİN  
UCUZ

%101  
ARKASINDAYIZ

A-101

A-101  
HARCA  
HARCA  
BİTMEZ



# DARÜŞŞAFAKALI ÇOCUKLAR EĞİTİMLE ÜLKEMİZİN GURURU OLUR



**Bu bayram da az çok demeden  
Darüşşafaka'ya bağışta bulunun,  
eğitimle çocuklarımızın  
parlak bir geleceği olsun.**



**Darüşşafaka**  
1863  
CEMİYET  
darussafaka.org

0212 276 6714

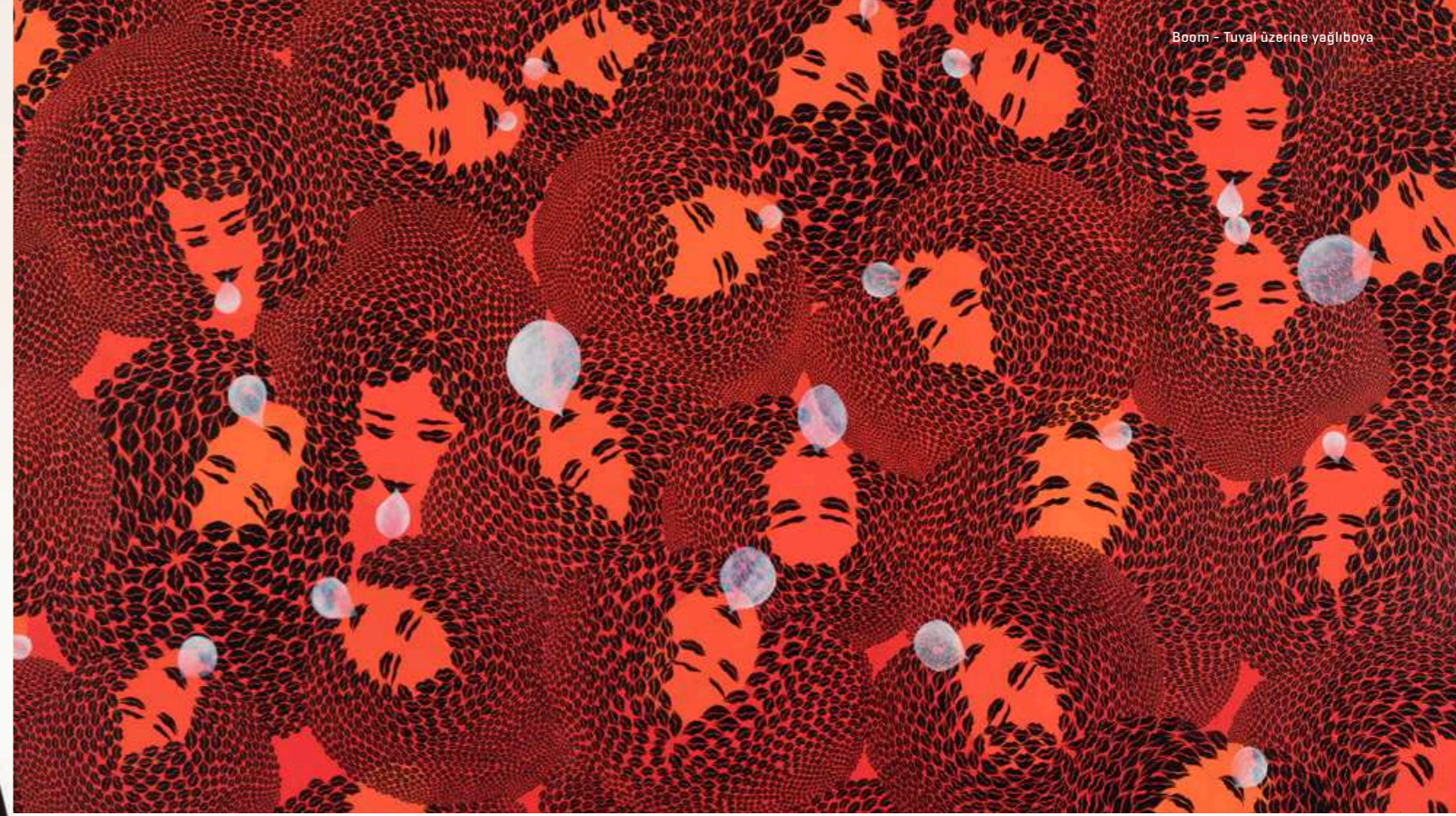
#EgitimleOlur

# Trend

hotwire

TRENDING TOPICS... WORTH SEEING...

EN YENİLER... GÖRMENİZ GEREKENLER...



Boom - Tuval üzerine yağlıboya

## CASA BOTTER'DE SELMA GÜRBÜZ SERGİSİ

43. İstanbul Film Festivali ve Musikşinas Bölümü

Umut Tuvali: Çocukların Gözünden Dünya

Yeni Çıkan Kitaplar

## SELMA GÜRBÜZ EXHIBITION AT CASA BOTTER

43rd Istanbul Film Festival and "Musikşinas" Section

"Umut Tuvali": The World Through the Eyes of Children

New Released Books

## CASA BOTTER'DE SELMA GÜRBÜZ

İstanbul'un ilk art nouveau yapısı Casa Botter Apartmanı, Levent Çalıkoglu küratörlüğünde gerçekleşecek olan "Botter Sergileri" serisinin ilki olan "Solo Botter: Selma Gürbüz" sergisine ev sahipliği yapıyor. 14 Nisan'a kadar sanatseverlerle buluşacak sergi, vefatının üçüncü yılında Selma Gürbüz'ün farklı dönemlerinden karakteristik çalışmalarını bir araya getirerek sanatçıyı ve onun eşsiz dünyasını hatırlatmayı amaçlıyor. İnsanlık tarihinin ortak kültürel belleğine yerleşmiş mitleri, masalları, görsel ve sözel ifadeleri çağdaş bir dille yorumlayan Selma Gürbüz, Doğu ve Batı sanatlarının yüzyıllardır geliştirdiği kadına, doğaya ve canlılara ait sembol, arketip ve anlamları bilinçdışının referanslarıyla yeni baştan tanımlıyor. Mehmet Siyah Kalem, Hokusai, Şehrazat, Nijinsky, Picabia gibi isimlerle düşünsel bağ kuran, mağara resimlerini üreten insanlarla benzer duyguları paylaştığını düşünen Selma Gürbüz'ün çalışmaları, sanatın özünü oluşturan dinamiklerin neler olduğunu merak eden izleyiciler için hem bir şölen hem de bir keşif niteliğinde.

*kultursanat.istanbul*

### SELMA GÜRBÜZ AT CASA BOTTER

Casa Botter Apartment, Istanbul's first art nouveau building, hosts the first of the "Botter Exhibitions" series curated by Levent Çalıkoglu, "Solo Botter: Selma Gürbüz" exhibition. Until April 14th, the exhibition aims to bring together Selma Gürbüz's characteristic works from different periods in the third year of her death and to commemorate the artist and her unique world. Interpreting myths, fairy tales, visual and verbal expressions that are embedded in the common cultural memory of human history with a contemporary language, Selma Gürbüz redefined the symbols, archetypes and meanings related to women, nature and living creatures developed by Eastern and Western arts throughout centuries with the references of the unconscious. The works of Selma Gürbüz, who has an intellectual connection with names such as Mehmet Siyah Kalem, Hokusai, Scheherazade, Nijinsky, Picabia, and who thinks that she shares similar feelings with the people who produce cave paintings, are both a feast and a discovery for the viewers who wonder what dynamics constitute the essence of art.



*Because here is Gloria*

**MUTLULUĞUNUZ BURADA BAŞLIYOR!**

Gloria Hotels & Resorts'un eşsiz konumu, deniz manzaralı bahçeleri, göz alıcı balo salonları ve unutulmaz anlar yaşatacak özel konaklama seçenekleriyle hayallerinizdeki düğünü gerçeğe dönüştürün.





## 43. İSTANBUL FİLM FESTİVALI VE "MUSİKİŞİNAS" BÖLÜMÜ

İstanbul Kültür Sanat Vakfı'nın düzenlediği 43. İstanbul Film Festivali, 17-28 Nisan tarihleri arasında izleyicilerle buluşmak üzere gün sayıyor. Sinemaseverler ve müzik tutkunları için sevindirici bir haberimiz var! Festivalin özel bölümü olan "Musikişinas", bu yıl festivalde tekrar yerini alıyor. Dünya çapında müzik tarihine yön vermiş efsanevi isimlerin benzersiz ve etkileyici hikâyelerini beyazperdeye taşıyan "Musikişinas" bölümü, müziği hayatlarının ayrılmaz bir parçası olarak görenlerin ilham verici öykülerini bir araya getiriyor. Seçkide yer alan filmler şöyle: 1. "Stop Making Sense": Yönetmen Jonathan Demme, Talking Heads grubunun efsanevi performansını Hollywood Pantages Tiyatrosu'ndan beyazperdeye taşıyor. 2. "Ryuichi Sakamoto | Opus": Venedik Film Festivali'nde prömiyerini yapan ve yönetmen Neo Sora tarafından çekilen, sadece Ryuichi Sakamoto ve piyanosunun yer aldığı konser filmi. Sanatçı, kanserle olan mücadelesinden hemen önce bu filmle sahnelere veda etti. 3. "Dimitris Skyllas: Afterpop": Otuz beş yaşındaki kıskırtıcı besteci Dimitris Skyllas, çağdaş müziğin inceliklerini paylaşıyor. Skyllas'ın BBC Senfoni Orkestrası için bestelediği Kyrie Eleison'un yazımından icrasına kadar tüm sürece odaklanarak günümüzün müzik anlayışına katkıda bulunuyor. 4. "Gloria!": Besteci Margherita Vicario'nun yönettiği bu ilk uzun metrajlı film, 18. yüzyıl İtalya'sında bir manastırda, pop müziği icat eden genç kadın müzisyenlerin öyküsünü anlatıyor. 5. "Boléro": Anne Fontaine'in Rotterdam Film Festivali'nde prömiyerini yapan ve ünlü koreograf Ida Rubinstein'in biyografisini konu alan film, yönetmenin bir önceki filmi, 2019 yapımı "Coco avant Chanel" kadar renkli ve tutku dolu. [film.ikso.org](http://film.ikso.org)



## 43RD ISTANBUL FILM FESTIVAL AND "MUSİKİŞİNAS" SECTION

The 43rd Istanbul Film Festival, organised by the Istanbul Foundation for Culture and Arts, is counting the days to meet the audience between April 17th-28th. We have good news for cinema lovers and music enthusiasts: "Musikişinas", the special section of the festival, will take its place in the festival again this year. Bringing the unique and impressive stories of legendary names who have shaped the history of music worldwide to the silver screen, the "Musikişinas" section brings together the inspiring stories of those who see music as an integral part of their lives. The films in the selection are as follows: 1. "Stop Making Sense": Directed by Jonathan Demme, the movie brings the legendary performance of Talking Heads to the silver screen from the Hollywood Pantages Theatre. 2. "Ryuichi Sakamoto | Opus": A concert film premiered at the Venice Film Festival and shot by director Neo Sora, featuring only Ryuichi Sakamoto and his piano. The artist said goodbye to the stage with this film just before his battle with cancer. 3. "Dimitris Skyllas: Afterpop": Thirty-five-year-old provocative composer Dimitris Skyllas shares the intricacies of contemporary music. Skyllas' Kyrie Eleison, composed for the BBC Symphony Orchestra, contributes to today's understanding of music by focusing on the entire process from writing to performance. 4. "Gloria!": This first feature film directed by composer Margherita Vicario tells the story of young female musicians who invent pop music in a convent in 18th century Italy. 5. "Boléro": Anne Fontaine's biopic of renowned choreographer Ida Rubinstein, which premiered at the Rotterdam Film Festival, is as colourful and passionate as the director's previous film, 2019's "Coco avant Chanel".

# Savun- duğumuz bir VATAN var

## Türkiye'nin ASELSAN'ı

Türkiye'nin ASELSAN'ı olarak, ülkemizi havada, karada, denizde savunuyoruz!

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



# aselsan

Her resim bir umut!  
Depremzede çocukların eserlerinden alın,  
geleceklerine ışık tutun.



#UmutTuvali sergisiyle şimdi bağış yapın!

20-23 NİSAN 2024

umuttuvali

A LA MODE CAPPADOCIA OTEL / (GÖREME, NEVŞEHİR)  
05363287951



## UMUT TUVALİ: ÇOCUKLARIN GÖZÜNDEN DÜNYA

23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı'nda Kapadokya çok özel bir etkinliğe sahne oluyor. A La Moda Cappadocia Otelinde gerçekleşen Umut Tuvali Festivali'nde müzikten oyunlara eğlenceli aktivitelerden sanat atölyelerine pek çok etkinlik çocukları bekliyor. Depremde hayatta kalan çocukların yaratıcılıklarını ve umut dolu hikâyelerini sergileyerek farkındalık yaratmayı amaçlayan bu etkinlikte, depremzede çocuklar tarafından yapılan 200'den fazla resmin sergilenmesi planlanıyor. Bu festival sadece bir sanat sergisi olmanın ötesinde depremzede çocuklara umut ışığı olmayı ve onların sesini dünyaya duyurmayı amaçlıyor.

### Festival'de Neler Var?

**Müzik ve Dans Performansları:** Yerel ve uluslararası sanatçıların canlı performanslarıyla gün boyu sürecek, geleneksel Türk müzigidinden modern ritimlere bir müzik ziyafeti ziyaretçileri bekliyor.

**Oyunlar ve Atölyeler:** Çocukların yaratıcılıklarını serbestçe ifade edebilecekleri resim, müzik, dans ve el işi atölyeleri düzenleniyor.

**Yaratıcı Aktiviteler:** Her yaşta ziyaretçi için interaktif sanat enstalasyonları, seramik yapımı, yüz boyama aktiviteleri planlanıyor.

**Lezzet Durakları:** Sağlıklı ve çocuk dostu malzemelerle hazırlanan, Kapadokya'nın yerel lezzetlerini sunan yiyecek ve içecek stantları sizleri bekliyor.

**Bilgilendirme Köşeleri:** Depremzede çocukların resimlerinin ve hikâyelerinin anlatıldığı özel köşelerde sergi ve bağış kampanyası yürütülüyor.

### “UMUT TUVALİ”: THE WORLD THROUGH THE EYES OF CHILDREN

On April 23rd National Sovereignty and Children's Day, Cappadocia is the scene of a very special event. Taking place at A La Moda Cappadocia Hotel, the “Umut Tuvali” (Canvas of Hope) Festival awaits children with many activities ranging from music to games, from fun activities to art workshops. In this event, which aims to raise awareness by exhibiting the creativity and hopeful stories of children who survived the earthquake, more than 200 paintings made by earthquake survivors are planned to be exhibited. More than just an art exhibition, this festival aims to be a beacon of hope for earthquake survivors and to make their voices heard by the world.

### What's in the Festival?

**Music and Dance Performances:** A day-long musical feast from traditional Turkish music to modern rhythms awaits visitors with live performances by local and international artists.

**Games and Workshops:** Painting, music, dance and handicraft workshops are organized where children can freely express their creativity.

**Creative Activities:** Interactive art installations, ceramic making and face painting activities are planned for visitors of all ages.

**Flavour Stops:** Food and beverage stands offering the local flavors of Cappadocia prepared with healthy and child-friendly ingredients are waiting for you.

**Information Corners:** Exhibitions and donation campaigns are organized in special corners where pictures and stories of earthquake survivor children are told.

Seyahatinize  
hız kesmeden devam etmek

# akıllı hareket

Mobilup Kiralama ile aracınızı seçin,  
yol boyunca rahat edin!



mobilup

Geniş Araç  
Seçeneği

Hızlı  
Rezervasyon

7/24 Yol  
Yardımları

### Nerelerdeyiz ?

İSTANBUL (SABİHA GÖKÇEN) İZMİR BURSA

ADANA KAYSERİ MALTEPE

mobilupkiralama.com



## SPORUN SOSYOLOJİSİ

ABD’li akademisyenler Jay Coakley ile Elizabeth Pike’in ilk kez 1978’de yayımlanan, farklı dillere çevrilen ve dünyanın farklı bölgelerine yönelik baskıları yapılan “Spor Sosyolojisi – Toplumda Spor: Sorunlar ve Çatışmalar” adlı kitabı, Ayrıntı Yayınları tarafından Türkçe olarak yayımlandı. Sosyolojinin toplumda sporu incelemek için kullanılabileceği yolları göstermek üzere tasarlanan kitap, aynı zamanda sporu, içinde yaşadığımız toplum ve kültür hakkında daha fazla bilgi edinebileceğimiz bir pencere olarak kullanıyor. Sporla ekonomi, siyaset, eğitim ve medya gibi toplumsal hayatın önemli alanları arasındaki bağlantıları ele alarak spora ve topluma bütünsel bir bakış açısı sunuyor.

[ayrintiyayin grubu.com](http://ayrintiyayin grubu.com)

## SOCIOLOGY OF SPORTS

US academics Jay Coakley and Elizabeth Pike’s book “Sociology of Sport - Sports in Society: Issues and Controversies” was published in Turkish by Ayrıntı Publishing. Designed to show the ways in which sociology can be used to analyse sport in society, the book also uses sport as a window through which we can learn more about the society and culture we live in. It offers a holistic view of sport and society by addressing the connections between sports and important areas of social life such as economy, politics, education and media.



## YALNIZLIĞIN ANATOMİSİ

Hayattayken William Faulkner, Scott Fitzgerald ve Hemingway’le birlikte Amerika’nın en güçlü kalemleri arasında anılan Thomas Wolfe’un Türkçeye birkaç öyküsü dışında hiçbir eseri çevrilmedi. Hemingway, James Joyce gibi yazarları keşfiyle bilinen ünlü editör Maxwell Perkins’in gözde yazarlarından biriydi. İkili arasındaki ilişki, 2016 yılında başrollerini Colin Firth ve Jude Law’ın oynadığı “Genius” filminde anlatıldı. Wolfe’un en büyük özelliği otobiyografik unsurlarla kurmacayı birleştirmedeki yeteneğiydi. Hatta pek çok acıdan otobiyografik kurmacanın temellerini atmıştı. O kadar uzun yazıyordu ki çalıştığı editörler bile çileden çıkıyordu. Bir kitabı için 1 milyon kelimelik bir taslak hazırlamıştı. “Yalnızlığın Anatomisi” ismini verdiğimiz öykü seçkisi, çevrilmesi en zor yazarlardan biri olarak gösterilen Thomas Wolfe’un külliyatının minicik bir parçası. [holdenkittap.com](http://holdenkittap.com)

## THE ANATOMY OF LONELINESS

During his lifetime, Thomas Wolfe was recognised as one of America’s most powerful writers along with William Faulkner, Scott Fitzgerald and Hemingway, but none of his works have been translated into Turkish except for a few stories. Hemingway was one of the favourite writers of Maxwell Perkins, the famous editor known for discovering writers such as James Joyce. The relationship between the two was depicted in the 2016 film “Genius” starring Colin Firth and Jude Law. Wolfe’s greatest characteristic was his ability to combine autobiographical elements with fiction. In many respects, he even laid the foundations of autobiographical fiction. He wrote so long that even the editors he worked for were exasperated. He prepared a draft of 1 million words for one of his books. The selection of stories we call “The Anatomy of Loneliness” is a tiny part of the oeuvre of Thomas Wolfe, who is considered one of the most difficult writers to translate.

# En özgür anlarınızı garanti ediyoruz.

- Adım sesini azaltma.
- Darbe sesini azaltma.
- Akustik değiştirici.

Daireler Arası  
**20DB**  
Ses izolasyonu



SELIT  
Türkiye Distribütörü  
By Acarkon

ACARKON  
STORE



## DOKUNAKLI BİR NİNE-TORUN HİKÂYESİ

“Ninesinin Şifacısı”, kendi yeteneklerine inanmaya, hayal gücüne ve hiçbir şeyin yok edemeyeceği nine-torun bağına dair dokunaklı bir hikâye. Sıra dışı biri olan Mini Nine, uzun ömrü boyunca tüm dünyayı dolaşmış ama hiçbir yerde çok uzun süre kalmamıştır; ta ki rahatsızlığı sebebiyle Erik ve ailesinin yanına taşınması gerekinceye kadar... Mini Nine bitkiler hakkında neredeyse her şeyi bilir, anlatacak hikâyesi hiç bitmez. Erik anneannesini çok sever, ikili bol bol sohbet eder, birbirlerini çok iyi anlarlar. Kendi gücü ve yeteneklerinin farkında olmayan Erik, çekingen bir çocuktur ve pek fazla arkadaşı yoktur. Mini Nine'nin etkisiyle Erik, yavaş yavaş kendine güvenmeye başlar. Fakat ne yazık ki işler her zaman istediğimiz gibi gitmez. O gün gelip de Erik ninesinin kaybıyla yüzleşmek zorunda kaldığında ne yapacaktır? Ninesinden yadigar bilgeliği, kendi değerini anlamasına, yeni arkadaşlar edinmesine ve büyümenin güzel yanlarını keşfetmesine yetecek midir?

[canyayinlari.com/can-cocuk](http://canyayinlari.com/can-cocuk)

### A TOUCHING GRANDMOTHER-GRANDSON STORY

“Ninesinin Şifacısı” (Grandma’s Healer) is a touching story about believing in your own abilities, imagination and the bond between grandparents that nothing can destroy. An extraordinary person, Granny Mini has travelled all over the world in her long life, but she has never stayed in one place for too long, until her illness forces her to move in with Erik and his family... Grandma Mini knows almost everything about plants, she never runs out of stories to tell. Erik loves his grandmother very much, they chat a lot and understand each other very well. Unaware of his own strength and abilities, Erik is a timid child and does not have many friends. Under the influence of Grandma Mini, Erik gradually starts to gain self-confidence. But unfortunately, things don’t always go the way we want. What will Erik do when the day comes and he has to face the loss of his grandmother? Will the wisdom he inherited from his grandmother be enough to help him realise his own worth, make new friends and discover the beauty of growing up?



## GÜRÜLTÜCÜ HAYVANLAR

“En Gürültücüler - Süper Hayvanlar Serisi” kitabının sayfalarında sizi birbirinden gürültücü dokuz hayvan bekliyor! Ağızlarını kocaman açıp kükreyen aslanlar, gecenin sessizliğini delen ötüşleriyle baykuşlar, uzun uzun anıran eşekler, sabahları erkenden bize günaydın diyen horozlar ve çok daha fazlası... “Süper Hayvanlar” serisinin dördüncü ve son kitabı “En Gürültücüler”, bizi doğadaki harika hayvanların etkileyici özellikleriyle büyülemeye devam ediyor. Hadi gelin, doğanın sesine birlikte kulak verelim.

[ithaktiyayin grubu.com/yaytnevi/ithakti-cocuk](http://ithaktiyayin grubu.com/yaytnevi/ithakti-cocuk)



### THE LOUDEST ANIMALS

Nine noisy animals await you in the pages of the “The Loudest - Super Animals Series” book! Lions roaring with their mouths wide open, owls with their hoots piercing the silence of the night, donkeys with their long braying, roosters saying good morning to us early in the morning and much more... The fourth and final book in the “Super Animals” series, “The Loudest”, continues to fascinate us with the impressive characteristics of the wonderful animals in nature. Come on, let’s listen to the voice of nature together.

**namilatour**  
Helal tatilin yeni adresi

Alkolsüz **Oteller**  
Kadınlara **Özel** Plajlar  
Termal **Oteller**  
Kayak **Otelleri**  
Bungalov  
Villa

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

Otel Uçak Transfer

**Acentemiz olmak ister misiniz?**

[acentetalep@namila.com](mailto:acentetalep@namila.com)

+90 850 811 85 88 · +31 20 308 28 38

SILA KORKMAZ

## “Oyunculuk çok tutkulu bir iş”

PSİKOLOJİ MEZUNU OLMASINA RAĞMEN OYUNCULUĞA DUYDUĞU AŞKLA BU ALANDA DA EĞİTİMLER ALARAK SEKTÖRE ADIM ATAN GENÇ OYUNCU SILA KORKMAZ’LA, GEÇMİŞTE CANLANDIRDIĞI KARAKTERLER VE SON OLARAK ROL ALDIĞI “SAKLA BENİ” DİZİSİNE DAİR KEYİFLİ BİR SOHBET GERÇEKLEŞTİRDİK.

### “Acting requires quite some passion”

We had a pleasant conversation with the young actress Sila Korkmaz, who stepped into the sector by taking trainings in this field with her love for acting despite being a psychology graduate, about the characters she portrayed in the past and the series “Sakla Beni” (Hide Me) in which she recently starred.

► RÖPORTAJ / INTERVIEW: ZEYNEP KUN

#### Oyunculuğu nasıl tanımlarsınız?

Oyunculuğu kişinin günlük hayatında yapması pek de mümkün olmayan şeyleri deneyimleyebilmesi açısından büyük bir şans olarak tanımlıyorum. Sila için zor, belki de imkânsız olan birçok şey, oyuncu olarak, oynadığım karakterler sayesinde mümkün hale geliyor. Yüksek lisansı bitirip hemen ardından “Adı Sevgi”de liseli bir karakterle liseye geri döndüm. “Kaküllü Kız”da okçuluk dersleri alıp, adeta bir okçu gibi antrenmanlara girdim, “Üniversdeli”de yeniden üniversite arkadaşlarıyla koloni gibi yaşadığım o günlere geri döndüm. Bazen baş döndürücü olabiliyor ama ruhumu inanılmaz besliyor.

#### Oyunculukla tanışmanız ilk nasıl oldu?

İlkokulda, okul tiyatrosunda tanıştım. Çekingen bir çocuktum ancak öğretmenim sahnedeysen başka birine dönüştüğümü görünce, bana mutlaka peşinden gitmemi öğütledi. Ortaokul ve lisede de tiyatro hep hayatımda oldu. Üniversitede konservatuvar okumak istediğimde ailem kaygılandı. Şimdi dönüp baktığımda, psikoloji okumak verdiğim en doğru kararlardan biriydi. Bugün o çocuksu heyecanı kaybetmeden ama çok daha kontrollü ve yaptığım şeyleri seçerek, daha farkındalıkla oynuyorum. Hayatımda da psikoloji eğitimimin etkisini hep gördüm.

**“Üniversdeli”, “Üç Günlük Dünya”, “Kaküllü Kız”, “Çember”, “Adı Sevgi”, “Şeref Sözü” gibi pek çok TV dizisi ve sinema filminde rol aldınız. Canlandırduğunuz karakterler içinde şimdiye kadar sizi en çok zorlayan hangisi oldu?**

Kendimi bu yolculukta şanslı buluyorum. Her projede alametifarikası olan karakterlere hayat verdim ve Türkiye için önemli isimlerle çalışma fırsatı buldum. Her set çok öğreticiydi. En zoru sanırım fiziksel olarak ekstra bir çaba gerektirdiği için “Kaküllü Kız”dı. Öncesinde bir antrenman programı vardı

#### How would you define acting?

I define acting as a great chance to experience things that are not possible to do in one’s daily life. Many things that are difficult, perhaps impossible for Sila become possible thanks to the characters I portray as an actress. I went back to high school with a high school character in “Adı Sevgi” right after I finished my master’s degree, I took archery lessons and trained like an archer in “Kaküllü Kız”, and in “Üniversdeli” I went back to those days when we lived like a commune with my university friends. Sometimes it can be dizzying, but it nourishes my soul incredibly.

#### How did you get introduced to acting at first?

I was introduced to it in primary school with school theatre. I was a timid child, but when my teacher saw me transform into another person on stage, she advised me to pursue it. Theatre was always in my life in middle and high school. My family was worried when I wanted to study in the conservatory instead of university. When I look back now, studying psychology was one of the best decisions I made. Today, without losing that childish excitement, but in a much more controlled manner and with a choice in what I take part in, I play with more awareness. I have always seen the effect majoring in psychology had on my life.

**You have acted in many TV series and movies such as “Üniversdeli”, “Üç Günlük Dünya”, “Kaküllü Kız”, “Çember”, “Adı Sevgi”, “Şeref Sözü”. Which of the characters you have portrayed has been the most challenging for you so far?**

I consider myself lucky in this journey. In every project, I have given life to characters with trademark characteristics and had the opportunity to work with important people in Türkiye. Every set was very instructive. I think the most difficult one was “Kaküllü Kız” because it required an extra physical effort. There was a training programme beforehand, but time was limited for



ama çekimler için vakit dardı. Yaklaşık 10 günde milli sporcu gibi “görünebilecek” düzeye gelmek için eğitim aldım. Antrenmanlar 4-5 saat, bazen daha uzun sürüyordu. Bir keresinde kendimi o kadar kaptırmışım ki annem ulaşamayınca spor kulübünü aramış. Sporda profesyonelleşmek gerçekten zor ve adanmışlık gerektiriyor.

**Star TV’de yayınlanan “Sakla Beni” dizisinde Emine karakterini canlandırıyorsunuz. Buradaki rolünüzü kısaca anlatabilir misiniz?**

Emine, başrol İncila’nın en yakın arkadaşı. İncila’nın başına gelenlere en başından beri yakından şahit. Oda arkadaşı hatta ranza arkadaşı olmuşlar yıllarca. Yaşadıklarını görmüş ve bir şey yapamamak çok üzüyor Emine’yi. Olayların hem içinde hem dışında kalıyor. Ve etrafında yaşanan onca şeye rağmen saflığını sürdürüyor. Önceki rollerimden oldukça farklı. Çok güçlü insanların evinde baskı altında büyümüş bir kız. Ezberlerimi bozuyor. Son birkaç iştir daha sert, disiplinli, ağzına geleni söyleyen ve güçlü kadınlara hayat verdiğimde sahneleri yorumlarken işim daha kolay oluyordu. Şimdi bütün bu kaosun ortasında susup kaldığında, ne yapacağımı bilmez çaresiz anlarda “Bu kız niye böyle”, “Neden konuşmuyor” diye düşünüp duruyorum.

**İçinde olduğunuz projelerde, çekimler sırasında sizi şaşırtan veya etkileyen bir olay oldu mu?**

“Sakla Beni” dizisinin okuma provalarından güzel

the shootings. I trained for about 10 days to get to a level where I could “look” like a national athlete. The training sessions lasted 4-5 hours, sometimes longer. Once I got so carried away that my mum couldn’t reach me and called the sports club. Professionalisation in sports is really difficult and requires dedication.

**You portray the character of Emine in the series “Sakla Beni” broadcast on Star TV. Can you briefly describe your role here?**

Emine is the best friend of the lead İncila. She closely witnessed what happened to İncila from the very beginning. They were roommates and even bunkmates for years. Seeing what she went through and not being able to do anything makes Emine very sad. She both becomes involved in and witnesses’ events. And despite all the things happening around her, she maintains her purity. It is quite different from my previous roles. A girl who grew up under pressure in the home of very powerful people. She breaks the mould for me. When I gave life to harsher, more disciplined, outspoken and powerful women in the last few jobs, it was easier for me to interpret the scenes. Now, when she is silent in the middle of all this chaos, in desperate moments when she doesn’t know what to do, I keep thinking, “Why is this girl like this”, “Why doesn’t she say anything”.

**Were there any events that surprised or impressed you during the filming of the projects you were involved in?**

I actually have a nice memory from the reading rehearsals of the series “Sakla Beni”. Before the reading

## Tazeliğin Ötesinde; Doğadan Evinize!

Hakmar Express olarak; en taze et ve süt ürünlerini, meyve ve sebzeleri soğuk zinciri kırmadan gururla sofranıza taşıyoruz.



bir anım var aslında. Okuma provalarından önce çok hastaydım ve sesim o gün neredeyse kısıkta, bu yüzden biraz da gergindim. Ardından sette karşılaştığımızda Sevinç Abla (Sevinç Erbulak), provada Emine karakterine karşı bakışının değiştiğini, kendisi senaryoda okurken çok da fark etmediği bu karakterde beni görünce, duyunca heyecanlandığını söyledi. Her karakterin senaryoya irili ufaklı katkıları mutlaka var. Ama izlerken çok etkilendiğim bir oyuncu olan Sevinç Erbulak'ın okuma provasında beni fark edip açık yüreklilikle güzel duygularını paylaşmasından çok etkilendim. Bazen bu kadar kalabalık ve duayen dolu işlerde kendinizi küçük bir parça olarak ve önemsiz bulursunuz ama yaptığımız işin aslında bir gün görünüyor olduğunu bilmek çok motive edici.

#### Yer alacağınız proje seçimlerinde öncelikleriniz neler?

En çok ilgimi çeken senaryo. Bazen öyle işler oluyor ki ön seçmelerde bile işi merak eder hale geliyorsunuz. Oyunculuk çok tutkulu bir iş, başka türlü yapılabileceğine inanmıyorum. Süreci, emeği, çabayı görünce insan kayıtsız kalamıyor bence. İçerikten sonra en önemli dinamik, kadro. Proje boyunca ailen gibi oluyor herkes; o yüzden kamera önü ve arkasındaki kadro bence bir işin en önemli faktörü.

#### Kabul edip veya reddedip sonrasında pişman olduğunuz roller oldu mu?

Pişman olmak karakterimde yok. Her şeyin hayatın bir parçası olduğunu düşünüyorum. Gelen her şey ya hediyedir ya da ders. Kariyer konusunda da biraz kaderciyim. Özellikle bizim sektörde sizin dışımızda o kadar çok değişken var ki. Hiç düşünmediğiniz işler çok popüler hale gelebilirken, çok beğenip çok heveslendiğimiz birçok iş seyircide karşılık bulmayabilir. O yüzden ben bir oyuncunun tek sorumluluğunun iyi bir ön seçme performansı vermek olduğunu düşünüyorum. Eğer o rol seninse elbet dönüp dolaşıp senin olur. Değilse de elden gelecek bir şey yok.

#### Türkiye'de dizi sektörünün geldiği noktayı nasıl değerlendiriyorsunuz?

Gerçekten akıl almaz şartlarda çalışıyoruz. Ailem ve ben alıştık ama sektör dışından arkadaşlarımız çok şaşırıyor. Bizim normalize ettiğimiz her şeyin ne kadar sıra dışı olduğunu fark ediyorum her sette. Televizyon dizilerinin süresinin uzunluğu maalesef çalışma saatlerini de çok etkiliyor. Hiçbir bahane kabul

rehearsals, I was very sick and my voice was almost hoarse that day, so I was a little nervous. Then, when we met on the set, Sis Sevinç (Sevinç Erbulak) told me that her opinion about the character Emine had changed during the rehearsal and that she was excited to see me in this character, which she did not pay much attention to while reading the script. Each character contributes to the script in some way or another. But I was very impressed when Sevinç Erbulak, an actress I'm very impressed with, noticed me at the reading rehearsal and shared her beautiful sentiments with an open heart. Sometimes you find yourself as a small piece and insignificant in such crowded and veteran-filled works, but it is very motivating to know that what you do actually becomes visible one day.

#### What are your priorities in choosing the projects you will take part in?

The script interests me the most. Sometimes there are such jobs that you become curious about it even during audition. Acting requires quite some passion, I don't believe it can be done in any other way. When you bear witness to the process, the labour and effort, I think you cannot remain indifferent. The most important dynamic after the content is the cast. Throughout the project, everyone becomes like a member of the family, so I think the cast in front of the camera and the crew behind the camera is the most important factors in a work.

#### Have there been any roles that you accepted or rejected and regretted doing so afterwards?

Regret, is not in my character. I consider everything to be a part of life, everything that comes is either a gift or a lesson. I am also a bit fatalistic about career. Especially in our sector, there are so many variables outside of you. Works that you never thought of can become very popular, while many works that we like very much and

are very enthusiastic about may not resonate with the audience. That's why I think the only responsibility of an actor is to give a good audition performance. If the role is yours, it will come back to you. If not, there is nothing you can do about it.

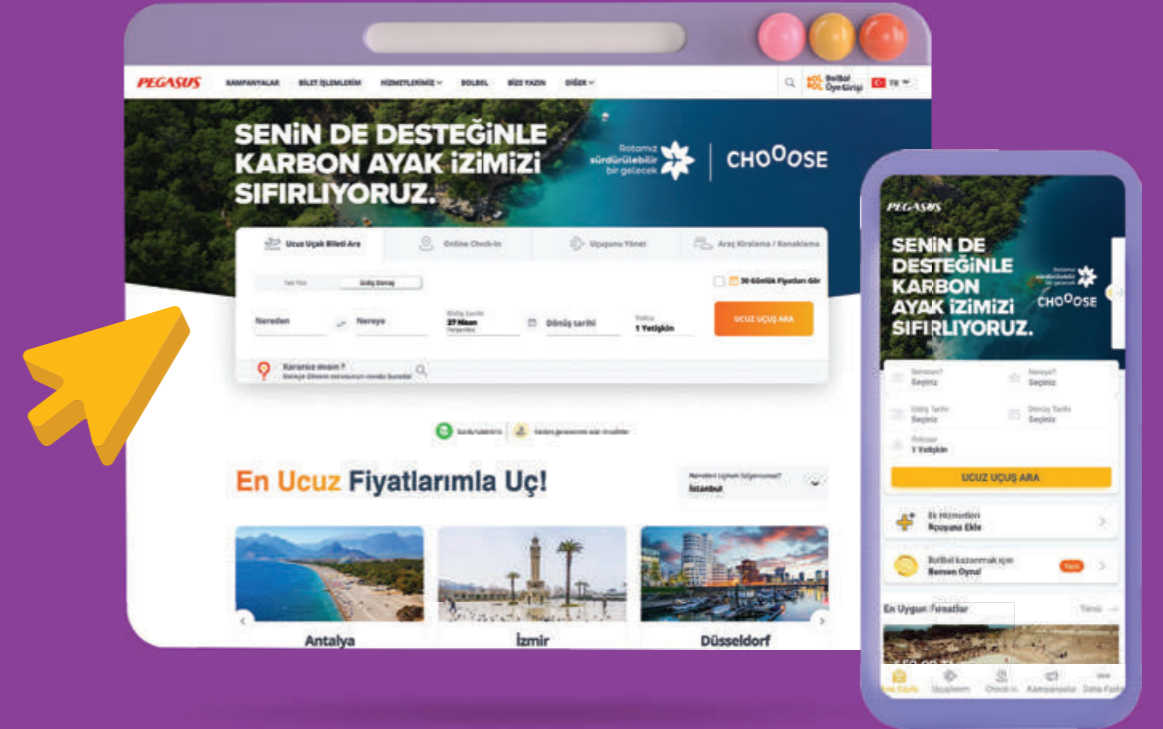
#### How do you evaluate the current state of the TV series industry in Türkiye?

We really work under unbelievable conditions.



## FLYPGS.COM VE PEGASUS MOBİL UYGULAMASINDA!

En ucuz biletlerimi başka yerde arama!  
Hemen flypgs.com veya Pegasus  
Mobil uygulamasına gir, en ucuz bileti bul!  
Sen de hemen biletini al, uçuşun keyfini doyasıya çıkar!



PEGASUS



etmeyen bir sektördeyiz. Altı günümüz var ve bu iş yayına çıkmak zorunda. O yüzden özel günler, gitmek istenen etkinlikler, planlamalar maalesef ikinci planda kalıyor. Ancak sektörü başarıları konusunda da takdir etmek istiyorum çünkü dünyanın başka hiçbir yerinde bu kadar hızlı ve teknik anlamda başarılı şekilde bu işin yapılabildiğini düşünmüyorum.

**İmkânınız olsaydı hangi yönetmenin hangi eserinde sahne almak isterdiniz?**

Polisiye-gerilim benim izlemeyi en sevdiğim tür. Bence bu konuda David Fincher da en iyi yönetmenlerden biri. “Seven”ı bir daha çekse, ucundan kıyısından içinde olmak çok isterdim.

**Sırada bekleyen, başka projeler var mı?**

En büyük hayallerimden biri dünya sinemasında yer almak. Nuri Bilge Ceylan’ın Altın Palmiye alması, ardından yine bir Nuri Bilge Ceylan filmiyle Merve Dizdar’ın Cannes Film Festivali’nde en iyi kadın oyuncu ödülü alması çok gurur vericiydi. Ülkemizdeki bağımsız sinemayı ilgiyle takip ediyorum ve Türk filmlerinin Cannes’daki başarısını ülkemiz sineması için çok kıymetli buluyorum. Tabii dünya sinemasında pek çok Türk oyuncu çift dilde oyunculuk yapıyor, hepsi ayrı ayrı çok değerli. Psikoloji camiasında da yabancı dilde terapi çok tartışmalıdır. Bir kesim “İnsan derdini, tasasını, tüm duygularını en iyi kendi diliyle anlatır” der, diğer kesimse “Başka bir dilde de terapi mümkün”

My family and I are used to it, but my friends from outside the industry are very surprised. I realise how extraordinary everything we normalise is on every set. Unfortunately, the length of the television series also affects the working hours. We are in an industry that accepts no excuses. We have six days and this work has to go on air. Therefore, unfortunately, special days, events we want to go to, and planning unfortunately take a back seat. However, I would like to commend the sector for its achievements because I don’t think that anywhere else in the world this work can be done so fast and technically be this successful.

**If you had the opportunity, which work of which director would you like to be a part of?**

Crime thriller is my favourite genre to watch. I think David Fincher is one of the best directors in this field. If there was to be a remaking of “Seven”, I would love to be a part of it.

**Are there any projects waiting in line that you plan to realise?**

One of my biggest dreams is to step into the scene of world cinema. After Nuri Bilge Ceylan won the Palme d’Or, I was very proud that Merve Dizdar won the best actress award at the Cannes Film Festival for a Nuri Bilge Ceylan film. I follow the independent cinema in our country with interest and I find the success of Turkish films in Cannes very valuable for the cinema of our country. Of course, many Turkish actors in the world cinema act in two languages, each of them is very valuable individually. Foreign language therapy is also very controversial in the psychological community. One side says “A person can best express his/her troubles, worries and feelings in his/her own language”, while the other side says “Therapy in another language is also possible”. I agree with the first view. I think this is also

der. Ben ilk görüşe katılıyorum. Bence oyunculukta da bu böyle, kişi duygusunu en iyi kendi diliyle anlatır. Elbette dünya sinemasında, yabancı yapımlarda İngilizce oyunculuk yapabileceğim bir projede yer almak çok farklı bir deneyim olacaktır benim için ama bir Türk filmiyle dünya sinemasında yer almak, belki de bir ödül almak her açıdan çok gurur verici olur.

**Bu yoğun tempo arasında kendinize zaman ayırabiliyor musunuz?**

Benim en büyük kaçamağım, alarmsız uyanılan bir sabah. Tüm günlerimi dolu dolu geçirmeyi sevsem de yoğun bir takvimim olduğunda, boş günlerde plansız olmayı çok seviyorum. Basit ama kaliteli vakit geçirmekten hoşlanırım. Sevdiğim bir yerde kahvaltı etmek, arkadaşlarımla kahve içmek benim için en keyifli aktiviteler.

**Yakın zamanda sizi en çok etkileyen kitap, film ya da dizi hangisi/hangileri oldu?**

Bu ara, deliler gibi “Succession” izliyorum. Popüler içerikleri vaktinde izleyememek gibi bir takıntım var. Herkes bir diziden ya da filminden bahsederken ben henüz izlememiş oluyorum. Spoiler verilmesinden nefret ederim, o yüzden ikonik serilere başlarken herkesin ilgisinin çekilmesini beklerim. Beni son zamanlarda en çok etkileyen kitapsa, “Seninle Başlamadı”.

**Sık sık seyahat eder misiniz?**

En yakın arkadaşlarımla ayrı şehirlerde yaşıyoruz. Kendimi bu açıdan hem şanslı hem şanssız buluyorum. Onları istediğim an görememek üzücü ama her boşlukta kendime kaçacak bir yer bulmak açısından da keyifli. Bu sebeple sık sık seyahat ediyorum diyebilirim.

**Seyahat alışkanlıklarınız veya tercihleriniz var mı?**

Gittiğim yerlerde oranın yerlisi gibi yaşamayı severim. Hemen yerleşir, kendimi sokağa atarım. Lokal yerler bulmaya çalışırım, turistik noktalardan çok sokak lezzetlerine ve yerlilerin kendine has sevdiği mekânlara öncelik veririm.

**Yurt içinde ve dışında gözde tatil lokasyonlarınız var mı?**

Tam bir yaz sevdalıyım. Mesleğim planlı tatiller yapmaya pek elverişli değil, o yüzden daha spontane tatil rotalarımız var arkadaşlarımla. Geçen yaz başı, çok zor bir dönemde üç kız arkadaş Urla’ya kaçmıştık. Hem doğası hem havası hem de arkadaşlarla yaz günleri geçirmek, hiçbir plan yapmadan canımız ne yapmak istiyorsa ona göre yaşadığımız birkaç gün bana çok iyi gelmişti. ☺

the case in acting; one can best express one’s feelings in one’s own language. Of course, it would be a very different experience for me to take part in a project where I can act in English in foreign productions in world cinema, but I would be very proud to take part in world cinema with a Turkish film, perhaps to get an award.

**Do you have time for yourself in this hectic schedule?**

My biggest escape is waking up in the morning without an alarm. Although I like to spend all my days to the fullest, when I have a busy schedule, I love to be unplanned on my free days. I like to spend simple but quality time. Having breakfast in a place I love and having coffee with my friends are the most enjoyable activities for me.

**Which book, film or series has impressed you the most recently?**

At the moment, I’m watching “Succession” like crazy. I have an obsession with not watching popular content on time. When everyone is talking about a series or a film, I wouldn’t have watched it yet. I hate spoilers, so when I start iconic series, I expect everyone to be interested. The book that has affected me the most recently is “Seninle Başlamadı” (It Didn’t Start with You).

**Do you travel often?**

My closest friends and I live in different cities. I find myself both lucky and unlucky in this respect. It is sad that I cannot see them whenever I want, but it is also enjoyable to find a place to escape at every chance. Due to that, I can say that I travel frequently.

**Do you have any travelling habits or preferences?**

I like to live like a local in the places I visit. I settle down immediately and throw myself on the street. I try to find local places, I give priority to street flavours and places that locals like rather than touristic spots.

**Do you have favourite holiday destinations in Türkiye and abroad?**

I am a summer lover. My profession is not very conducive to planned holidays, so we have more spontaneous holidays with my friends. At the beginning of last summer, when I was going through tough times, we, three girlfriends escaped to Urla. Both nature, weather and spending summer days with friends were very good for me for a few days that we lived according to what we wanted to do without sticking to any plans. ☺



# Geleceğe

**BİR ADIM DAHA**

**ATIYORUZ**

TÜRK EĞİTİM VAKFI İLE

**1000 KIZ ÜNİVERSİTE  
ÖĞRENCİSİNE EĞİTİM  
BURSU VERİYORUZ.**

**PEGASUS**



TÜRK EĞİTİM VAKFI  
1967



**FADO DİYARI: LİZBON**

#NisandaAdanada: Portakal Çiçeği Festivali

**THE LAND OF FADO: LISBON**

#NisandaAdanada: Orange Blossom Festival



## Fado Diyarı: LİZBON

LİZBON'UN ESKİ ŞEHİR BÖLÜMÜ; DAR SOKAKLARI, BALKONLARDAN SARKAN ÇAMAŞIRLARI, TEZ CANLI VE SICAK İNSANLARI, HAREKETLİ ŞEHİR YAŞAMI VE COĞRAFYASIYLA O KADAR TANIDIK KI... BURADA YABANCLIK ÇEKMEDEN TURİST OLMANIN KEYFİNİ ÇIKARABİLİR, 1960'LARIN İSTANBUL'UNDA OLDUĞUNUZU DÜŞLEYEREK ÖZGÜN MİMARİSİNİ İNCELEYEBİLİR, BİRBİRİNDEN LEZZETLİ YEMEKLERİNİN TADINA BAKABİLİRSİNİZ.

### THE LAND OF FADO: LISBON

The Old Town of Lisbon is so familiar with its narrow streets, laundry hanging from balconies, lively and warm people, vibrant city life and geography... Here you can enjoy being a tourist without feeling like a foreigner, you can examine the original architecture by imagining that you are in Istanbul of the 1960s, and you can taste the delicious food.



#### PEGASUS UÇURUYOR FLY WITH PEGASUS

SAW - Ankara Esenboğa Havalimanı'ndan aktarmalı LİZBON'a, SALI, PERŞEMBE, CUMARTESİ her şey dâhil **119,99 USD**'den başlayan fiyatlarla uçabilirsiniz.

SAW - You can fly from Ankara Esenboğa Airport to LISBON with transfer on TUESDAY, THURSDAY, SATURDAY, all-inclusive prices start at **119,99 USD**.

**20.000  
BOLPUAN  
BOLPOINTS**

SAW - Ankara Esenboğa Havalimanı'ndan Aktarmalı LİZBON'a, vergi ve ek ücretler hariç **20.000 BOLPUAN** kullanarak uçabilirsiniz.

You can fly to LISBON from Ankara Esenboğa Airport by using **20,000 BOLPOINTS**, excluding taxes and charges.



### AKDENİZ LEZZETLERİ

Okyanus kıyısındaki Lizbon, deniz ürünleri konusunda oldukça geleneksel ve köklü bir mutfığa sahip. Şehirde küçük, derin deniz karidesi camaronesten santolo isimli pavuryaya kadar tadabileceğiniz pek çok lezzet var. Patatesin çokça kullanıldığı Portekiz mutfığında morina balığı hemen her restoranda karşınıza çıkabilir. Akdenizli olan Lizbon'da zeytin ve zeytinyağı da yemeklerde çokça kullanılıyor.

### MEDITERRANEAN DELIGHTS

Located on the oceanic coast, Lisbon has a deeply fish-based culinary tradition. The city offers a number of treats, from deep-sea prawns, or camarones, to santolo crabs. Cod and fries are served in almost every restaurant. Meanwhile, as a Mediterranean city, Lisbon's cuisine is replete with olives and olive oil-based treats.

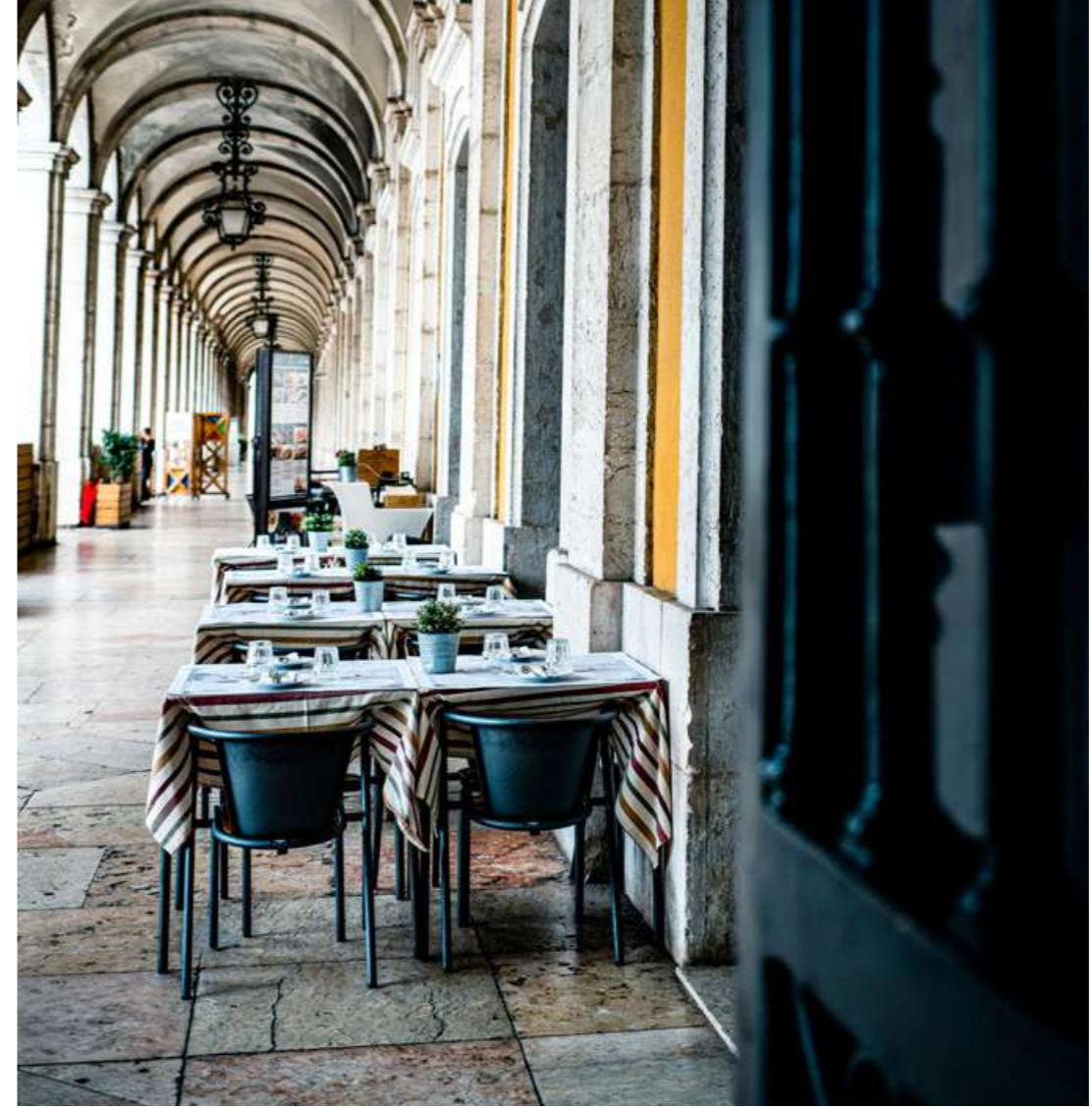
**L**izbon, Tago Nehri üzerinde iki meşhur köprüyle birbirine bağlanan iki yaka üzerine kurulu. İlki 1974'teki Karanfil Devrimi sonrası adı 25 Nisan Köprüsü olan eski Salazar Köprüsü. Harika bir yapı. Diğeriyse daha modern ama epey görkemli olan Vasco de Gama Köprüsü.

Eski şehri de içinde barındıran yaka, yedi tepeli şehir olarak da biliniyor. Özellikle iki tepesini mutlaka görmelisiniz. Bunlardan biri, üzerinde geleneksel ve çok iyi korunmuş binalardan oluşan Alfama, diğeriyse tam karşısına denk gelen tepede yer alan, daha modern ve bohem olan Bairro Alto. Burada, Lizbon'un seyir terası niteliğindeki Jardim Sao Pedro de Alcantara'da güneşi batırabilirsiniz. Böylece Ascensor da Bica funikülerinden güzel fotoğraflar çekme şansınız da olur.

**L**isbon is built on two banks connected by two famous bridges over the Tago River. The first of these is the 25 April Bridge, renamed from Salazar Bridge following the Carnation Revolution in 1974. This is a truly awesome structure, whilst the other is the more modern but incredibly impressive Vasco de Gama Bridge.

The side which hosts the old town is known as the city of seven hills. Two of these peaks are especially worth seeing. One is Alfama, which is full of traditional and well-preserved buildings, and the other is the more bohemian and modern Bairro Alto, which lies on the opposite hill. The Jardim Sao Pedro de Alcantara, in Bairro Alto, offers a superb terrace to enjoy the sun setting over Lisbon. The trip up here offers a great chance to take photographs from the Ascensor da Bica cable car.





Lizbon, Antik Sanat Ulusal Müzesi (Museu Nacional de Arte Antiga), Azulejo Mozaik Müzesi (Museu dos Azulejos), Lizbon Okyanus Müzesi (Lisbon Oceanarium), Belém Kültür Merkezi (Centro Cultural de Belém) ve Calouste Gulbenkian Müzesi (Museu Calouste Gulbenkian) başta olmak üzere, sanatsal ve kültürel ortamıyla da oldukça ilgi çekici.

Lisbon is home to a number of arts and cultural centres, including the National Museum of Ancient Art (Museu Nacional de Arte Antiga), Azulejo Mosaic Museum (Museu dos Azulejos), the Lisbon Oceanarium, Belém Cultural Centre, and the Calouste Gulbenkian Museum.

Günü sokaklarda geçirdikten sonra Bairro Alto'nun alametifarıkası olan gece hayatına da artık hazırsınız demektir. Önce bu sokaklardaki herhangi bir balık restoranında sardalya yemenizi öneririz. Dev porsiyonlara dikkat, midenizde gece için yer ayırın. Bairro Alto'da birbirini kesen sokaklar barlarla dolu ancak hayat daha çok sokakta. Her yaştan, her kimlikten insan sokakta eğleniyor.

Aynı günün akşamında fado dinlemeye de gidebilirsiniz. Lizbon'da çok ünlü olan ve canlı performansların yapıldığı çok sayıda fado mekânı var ama çoğunluğu aşırı kalabalık, haliyle de fiyatı oldukça yüksek. Gözyaşlarına hazırlıklı olun! ◯

After wandering the streets in the day, you should be ready to discover the nightlife Bairro Alto has made a name for itself by. Before that, we recommend a dish of sardines at any one of the fish restaurants lining the area. Make sure to watch your portions, as you'll need to leave room for the rest of the night. The streets of Bairro Alto are full of bars, but the real energy is out on the streets where people of all ages and types enjoy the open air.

In the same evening, you can also attend a fado performance. Lisbon has many famous live fado venues, but many are packed-out and rather expensive. Be prepared for tears! ◯

# #NisandaAdanada: PORTAKAL ÇİÇEĞİ FESTİVALİ

ULUSLARARASI PORTAKAL ÇİÇEĞİ KARNAVALI İÇİN GERİ SAYIM BAŞLADI. PORTAKAL ÇİÇEKLERİNİN BAŞ DÖNDÜRÜCÜ KOKULARI EŞLİĞİNDE, 13-21 NISAN TARİHLERİ ARASINDA ADANA SOKAKLARINDA CÜMBÜŞ VAR.

## #NISANDAADANADA: ORANGE BLOSSOM FESTIVAL

The countdown for the International Orange Blossom Carnival has begun. To the accompaniment of the heady scents of orange blossoms, the streets of Adana will serve as the backdrop for merrymaking between 13-21 April.



**PEGASUS UÇURUYOR**  
FLY WITH PEGASUS

İstanbul Sabiha Gökçen Havalimanı'ndan ADANA'ya, HAFTANIN HER GÜNÜ, her şey dâhil **1394,99 TL**'den başlayan fiyatlarla uçabilirsiniz.

You can fly to ADANA from İstanbul Sabiha Gökçen Airport with Pegasus' DAILY flights, all-inclusive prices start at **1394,99 TL**.

\*Vergi, havalimanı check-in bedeli ve hizmet bedelini içerir. / The tax includes the airport check-in and service fees.

**7.500  
BOLPUAN  
BOLPOINTS**

İstanbul Sabiha Gökçen Havalimanı'ndan ADANA'ya, vergi ve ek ücretler hariç **7.500 BOLPUAN** kullanarak uçabilirsiniz.

You can fly to ADANA from İstanbul Sabiha Gökçen Airport by using **7,500 BOLPOINTS**, excluding taxes and charges.

**Eğer...**

- “Regülatör” dendiğinde aklınıza öncelikle bir yer ismi geliyorsa,
- Kara kış nedir bilmiyorsanız,
- Zurna duyduğunuzda kalkıp oynamak istiyorsanız,
- Kıyma denince canınız hemen kebab çekiyorsa,
- “Bici-bici”nin çocuk dilindeki banyo yapmaktan çok daha fazlası olduğunu biliyorsanız,
- Adnan Menderes Caddesi’ne “Sahil Yolu” diyorsanız, ... siz de bir Adanalısınız!

**If...**

- The first thing that comes to your mind when someone says “Regulator” is a district,
- You have no idea what a harsh winter is,
- You want to get up and dance when you hear the sound of a clarinet playing,
- The mere mention of minced meat makes you want to eat a kebab,
- You know that “bici-bici” is much more than a made up word toddlers use to signify taking a bath,
- You call the Adnan Menderes Road the “coast road”, You too are an Adanalı!



**A**kdeniz her mevsim farklı bir renge, farklı bir kokuya bürünüyor. Gözlerimiz maviyle yeşilin binbir tonuna şahitlik ederken burnumuzdan sedir ağaçlarının, kekiklerin, portakalların, lavantaların kokusu gitmiyor. Sonbaharda dalları basan narenciyelerin bereketli görüntüsü henüz zihnimizden silinmemişken, ilkbaharı bembeyaz portakal çiçeklerinin büyüleyici kokusuyla karşıyoruz.

**EN BÜYÜK SOKAK KARNAVALI**

Bahar adım adım yaklaşırken, Adana da Uluslararası Portakal Çiçeği Karnavalı için gün saymaya başlıyor. Portakal çiçeklerinin tüm kenti kaplayan kokusunun tazeliği ve güzelliği, karnaval coşkusuyla pekişiyor. Bu yıl 13-21 Nisan tarihleri arasında, on ikinci defa düzenlenecek etkinlik, sadece Akdeniz Bölgesi’nin değil Türkiye’nin de en büyük sokak karnavalı.

**ULUSLARARASI KARNAVALA HAZIRLIK**

Adana’nın turizm potansiyelini hem ulusal hem de uluslararası platformda açığa çıkarmayı amaçlayan festival, kent için büyük bir ekonomik katma değer

**T**he Mediterranean takes on a different colour and a different scent every season. As our eyes feast on a thousand and one shades of blue, the scent of cedar trees, thyme, orange, and lavender won’t leave our nostrils. As the fruitful sight of branches heavy with citrus fruit in the autumn still remains fresh in our mind, we welcome spring with the enchanting smell of orange blossoms.

**THE BIGGEST STREET CARNIVAL**

As Spring slowly approaches, Adana begins counting down the days until the International Orange Blossom Carnival. The freshness and beauty of orange blossoms and their smell, which permeates the entire city, is redoubled with the joy of the carnival. The event will take place for the twelfth time between April 13-21 this year, and it’s the biggest street carnival of not only the Mediterranean Region but also of Türkiye.

**PREPARATIONS FOR THE INTERNATIONAL CARNIVAL**

The festival aims to realise Adana’s potential for tourism on both the national and the international platforms, and it creates a large amount of added value for the city.

sağlıyor. Uluslararası Portakal Çiçeği Karnaval Komitesi’nden yapılan açıklamada, bu yıl önceki yıllarda olduğu gibi pek çok ziyaretçinin gelmesinin planlandığı açıklandı: “Bizleri derinden etkileyen ve yasa boğan büyük depremlerden sonra düzenlenecek 2024 Uluslararası Portakal Çiçeği Karnavalı moral motivasyon açısından herkese iyi gelecektir. Karnaval programında çok ilgi çekici projeler ve etkinlikler de yer alacak. Karnavalda etkinlik yapmak için yurt içinden ve yurt dışından birçok başvuru alıyoruz. Karnavalımızın bir parçası olmak için ‘ruhuna uygun’ projeler titizlikle değerlendiriliyor. Karnaval, her yıl olduğu gibi yine şehrin ekonomisine büyük katkı sağlayacaktır. Bu yalnızca Adana ile sınırlı kalmayacak, çevre iller de bu ekonomik hareketlilikten olumlu olarak etkilenecektir. Bir hatırlatmamız da Karnaval’da olmayı planlayanlar için olacak. Adana’ya gelecek olanların ulaşım ve konaklama rezervasyonlarını şimdiden yaptırılmalarını öneriyoruz.”

**KARNAVAL PROGRAMI**

Haluk Levent’in 26 Mart’ta verdiği konserle açılan festivalde pek çok ünlü isim sahne alacak. Karnaval

International Orange Blossom Carnival Committee released a statement expressing that they planned to host many visitors this year as they did in previous years: “The 2024 International Orange Blossom Carnival will be good for everyone in terms of morale and motivation after the great earthquakes that have deeply affected and grieved us. The carnival program will also include very interesting projects and events. We receive many applications from home and abroad to organise events at the carnival. In order to be a part of our carnival, projects that ‘fit the spirit’ are meticulously evaluated. As every year, the carnival will make a great contribution to the economy of the city. This contribution will not only be limited to Adana, but also the neighbouring provinces will be positively affected by this economic mobility. We have a reminder for those who plan to visit Adana for the Carnival. We recommend that you book for transportation and accommodation in advance.”

**CARNIVAL PROGRAM**

Many famous names will take the stage at the festival, which opens with Haluk Levent’s concert on 26 March. The carnival program features various events, such



## Görmeden Dönmeyin!

Tarihi kent merkezinde görülecekler listenize, II. yüzyılda Roma İmparatoru Hadrianus tarafından yaptırılan Taşköprü'ü, Birinci Ulusal Mimarlık Dönemi'ni temsil eden nadir yapılardan Adana Garı'nı, 16. yüzyıl eseri Yağ Camii'ni, Beylikler Dönemi mimarlığının zarif örneği Ramazanoğlu Konağı'ni ve sesi bir zamanlar kentin pek çok yerinden duyulan Saat Kulesi'ni eklemeyi ihmal etmeyin.

Vaktiniz olursa Adana'nın çevresini de keşfe çıkabilir; Tarsus (20 dk), Mersin (45 dk), İskenderun (1 saat), Antakya (1,5 saat), Gaziantep (2,5 saat) ve Kapadokya (2,5 saat) gibi birçok yere günübirlik geziler planlayabilirsiniz.

## Must-Sees!

Don't forget to add the Stone Bridge, built by the Roman Emperor Hadrian during the 2nd century; the Adana Train Station, one of the few examples of the first National Architecture Movement era; the 16th century Yağ Mosque; the Ramazanoğlu Townhouse, an elegant example of chieftom period architecture, and the Clock Tower, whose chiming used to be heard all over the town, into your list of places to visit in the historic city centre.

If you have the time, you can also discover the surrounding areas, and organise day trips to many places, such as Tarsus (20 mins drive), Mersin (45 mins), İskenderun (1 hour), Antakya (1.5 hrs), Gaziantep (2.5 hrs), and Cappadocia (2.5 hrs)



programında, kostümlü gösteri grupları korteji, motorize ekipler ve bandolardan oluşan karnaval korteji, çeşitli sergiler, açık hava dans ve spor gösterileri, söyleşiler ve tiyatro aktiviteleri, Portakal Çiçeği Halk Koşusu, kostüm tasarımı ve fotoğraf yarışmaları, çocuk tiyatrosu, TJK Portakal Çiçeği Karnavalı Özel Koşusu başta olmak üzere pek çok etkinlik ve portakallı lezzetlerin başı çektiği yerel lezzet tadımları yer alıyor.

### PORTAKALLI LEZZETLER YARIŞMASI

Kentin en önemli tarım ürünlerinden olan narenciyeyi Adana'nın sevilen lezzetleriyle buluşturmanın amaçlandığı yarışmada pek çok lezzet yarışıyor. 15-30 yaş arası genç şef ve şef adaylarına yönelik yapılacak yarışma, "Narenciyeli Soğuk-Sıcak Yemek Tabağı" ve "Narenciyeli Tatlı veya Pasta Tabağı" olmak üzere üç kategoride yapılıyor. Anne ve kızı veya geliniyle katılınan Anallı Kızlı Yarışması ise "Soğuk veya Sıcak Narenciyeli Adana Yemeği" kategorisinde yapılıyor. ◉

[ntsandaadanada.com](http://ntsandaadanada.com)

as a procession of costumed performance groups, the carnival parade consisting of motorised teams and marching bands, various exhibitions, outdoor dance and sports performances, talks and theatre performances, the Orange Blossom Public Run, costume design and photography contest, children's theatre, Turkish Jockey Club Orange Blossom Carnival Special Race, and local cuisine tastings where orange-flavoured delicacies are the norm.

### ORANGE FLAVORED DELICACIES CONTEST

Many flavours compete in the competition, which aims to bring citrus, one of the most important agricultural products of the city, together with the popular flavours of Adana. The competition, which will be held for young chefs and chef candidates between the ages of 15-30, is held in three categories: "Citrus Cold-Hot Meal" and "Citrus Dessert or Cake Plate". The Mother and Daughter Competition, in which a mother and daughter or daughter-in-law can participate, is organised as it is made in the category of "Cold or Hot Citrus Adana Dish". ◉



## Yapmadan Dönmeyin!

- Adana kebabı yerken yanında şalgam içebilirsiniz.
- Bici bici, şırdan, aşılama, ciğer, sıkma, kazan simidi gibi yerel lezzetleri tadabilirsiniz.
- Tarihi kent merkezinden şalvar, mintan, kasket gibi yerel kıyafetler ve hediyelikler satın alabilirsiniz.
- Olgunlaşma Enstitüsü Müzesi'ndeki Türk El Sanatları koleksiyonunu görebilirsiniz.
- Şinasi Efendi Sokağı, Ziyapaşa Bulvarı ve Turgut Özal Bulvarı civarındaki restoranların ve eğlence yerlerinin keyfini çıkarabilirsiniz.
- Seyhan Nehri kıyısında ve Merkez Park'ta yürüyüşe çıkabilirsiniz.
- Kapıkaya Kanyonu, Varda Köprüsü ve Yumurtalık Lagünü'nde fotoğraf çekebilirsiniz.
- Anavarza Antik Kenti'ni ziyaret edebilirsiniz. Dönüş yolunda "Lokman Hekim" efsanesiyle ünlü Misis Köprüsü'nden geçebilirsiniz.

## Must-Dos!

- Drink turnip juice to accompany your Adana kebab.
- Sample local dishes such as bici bici, şırdan, aşılama, liver, sıkma, and oven-baked bagels.
- Purchase traditional local clothes, such as shalwars, dresses, and flatcaps, and souvenirs from the historic city centre.
- Visit the Turkish Handcrafts collection at the Finishing School Museum.
- Enjoy a good time at the restaurants and entertainment venues located on the Şinasi Efendi Street, Ziyapaşa Boulevard, and Turgut Özal Boulevard.
- Go for a walk by the River Seyhan and the Central Park.
- Take photos at the Kapıkaya Canyon, Varda Bridge, and Yumurtalık Lagoon.
- Visit the ancient town of Anavarza. Drive over the Misis Bridge on the way back, famous for its "Luqman the Wise" legend.



**TOHUM**  
Yazıp  
**5290'a**  
SMS gönderin  
50 TL bağışta  
bulunun.

Bugün doğan her  
36 çocuktan 1'i  
otizm riski ile  
dünyaya geliyor.



\*Amerikan Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezlerinin (CDC) 23 Mart 2023 verilerine göre.

### KIRMIZI GİY

Otizmin farkındalık rengi kırmızı, kırmızı giy, kırmızı kurdele, kırmızı bir obje ya da kırmızı bir renk görsel seç



### FOTOĞRAF ÇEK

Kırmızı tişört, kırmızı kurdele ya da kırmızı bir obje ile fotoğraf çekil.



2 Nisan Dünya Otizm Farkındalık Gününde Kırmızı Giy, Kırmızı Kurdele Tak Sosyal Hesabından #otizmekırmızıışık yak etiketi ile

### PAYLAŞ

Otizm Farkındalığına Destek Ver!

@ f t tohumotizm

## OTİZMİN ERKEN YAŞTA BELİRTİLERİ



Göz teması kuramamak



İsmi söylendiğinde dönüp bakmamak



Parmağıyla istediği şeyi gösterememek



Yaşıtlarının oyunlarına ilgi duymamak



Sallanmak, parmak uçlarında yürümek gibi hareketlere sahip olmak



Dönen nesnelere karşı aşırı ilgi duymak



Takıntılı davranışlar göstermek



Konuşmada gerilik

**%50**

Erken yaşta tanı alan ve eğitime ulaşabilen otizmliler çocukların %50 oranında kapasitelerini geliştirme şansı vardır.

**4**

Otizmin erkek çocuklarında görülme sıklığı kız çocuklarından 4 kat fazladır.



Otizmin tek çaresi erken tanı, yoğun ve sürekli eğitimidir.



# Yaşam

DAHA İYİ BİR YAŞAMA DAİR İPUÇLARI

lifestyle

TIPS FOR A BETTER LIVING



## MUTLULUĞUN PİYANİSTİ: JACKY TERRASSON

Strese Düşen, Aktiviteye Sarılabilir  
Astroloji: Nisan Ayında Sizleri Neler Bekliyor?

## THE PIANIST OF HAPPINESS: JACKY TERRASSON

If Stressed, Do Activities  
Horoscope: What's Awaiting You in April?



## Mutluluğun Piyanisti: Jacky Terrasson

FRANSA'DA YAYIMLANAN TELERAMA DERGİSİNE GÖRE, CAZ PİYANİSTLERİ ARASINDA EN ÇOK SEYAHAT EDEN MÜZİSYEN O. "MUTLULUĞUN PİYANİSTİ", HEYECAN VERİCİ BİR MÜZİSYEN, SEYİRCİSİNE DOĞRUDAN COŞKUYLA ÇALANLARDAN BİRİ. 12 NİSAN AKŞAMI, CEMAL REŞİT REY KONSER SALONU'NDA KONTRBASTA SYLVAIN ROMANO VE DAVULDA LUKMİL PEREZ'LE GERÇEKLEŞECEK JACKY TERRASSON TRIO KONSERİ ÖNCESİNDE SANATÇIYLA BİR ARAYA GELDİK.

### The Pianist of Happiness: Jacky Terrasson

According to the French magazine Telerama: He is the most travelled of all jazz pianists, "the pianist of happiness", an exciting musician, one of those who play directly to his audience with enthusiasm. On the 12th of April, we met with the artist before the Jacky Terrasson Trio concert at Cemal Reşit Rey Concert Hall with Sylvain Romano on double bass and Lukmil Perez on drums.

► RÖPORTAJ / INTERVIEW: ZEYNEP KUN ► FOTOĞRAF/PHOTO: PASCAL ROUSSE

1994'te The New York Times tarafından "Önümüzdeki otuz yıl içinde Amerikan kültürünün gidişatını şekillendirmeye aday otuz sanatçıdan biri" olarak tanıtılan piyanist Jacky Terrasson, dijital platformlarda en çok dinlenen Fransız caz müzisyenlerinden biri haline gelerek bu övgünün hakkını veriyor. Amerikalı bir anne ve Fransız bir babanın çocuğu olarak 1965 yılında Berlin'de doğan Terrasson, Berklee College of Music'e kaydolmadan önce Fransa'da klasik piyano eğitimi aldı. 1993 yılında prestijli Thelonious Monk Institute of Jazz Uluslararası Piyano Yarışması'nı kazandı. Kariyerine Betty Carter, Dee Dee Bridgewater, Cassandra Wilson, Charles Aznavour, Guy Lafitte, Barney Wilen ve Ray Brown gibi yıldızlarla birlikte başlayan Terrasson, efsanevi Blue Note plak şirketiyle, şirketin ikonik başkanı Bruce Lundvall'ın yönetiminde anlaşarak 25 yıllık olağanüstü bir başarı yolculuğuna çıktı. Yorulmak bilmeyen bir dünya gezgini olan Terrasson, Avrupa, Amerika Birleşik Devletleri, Güney Amerika ve Asya'daki en ünlü caz ve piyano festivallerinin sahnelerinde yerini alıyor.

#### Çocukluk hayaliniz neydi?

Hava yolu pilotu olmak istiyordum.

#### Bize Paris'te büyümenin nasıl bir şey olduğunu anlatabilir misiniz? Şehir sizi etkiledi mi?

Beni etkiledi mi bilmiyorum çünkü o zamanlar sadece oradaydım. Ama şimdi geriye dönüp baktığımda, dünyadaki tüm farklı yerlerin farklı enerjilerini ve ritimlerini takdir edebiliyorum. Kültür her yerde, güzellik her yerde, ilginç insanlar her yerde... Ve tabii bir de diğer meseleler var, her yerde!

#### Piyano ile nasıl tanıştınız ve nasıl piyanist oldunuz?

Evde her zaman bir piyano vardı, babam boş zamanlarında, çoğunlukla hafta sonları klasik müzik çalardı. Küçük yaşta enstrümana ilgi duydum, sonra hayatımın bir parçası oldu. Onsuz yaşayamaz oldum. Sanırım insan piyanoda, piyano dinleyerek,

Introduced in The New York Times in 1994 as "one of the thirty artists poised to shape the trajectory of American culture in the following three decades," pianist Jacky Terrasson has lived up to this acclaim by becoming the most widely heard French jazz musician on digital platforms. Born in Berlin in 1965 to an American mother and a French father, he pursued studies in classical piano in France before enrolling at the Berklee College of Music. In 1993, he clinched the prestigious Thelonious Monk Institute of Jazz International Piano Competition. He began his career alongside luminaries such as Betty Carter, Dee Dee Bridgewater, Cassandra Wilson, Charles Aznavour, Guy Lafitte, Barney Wilen, and Ray Brown, Terrasson made his mark. Signing with the legendary Blue Note label under the stewardship of its iconic president, Bruce Lundvall, he embarked on a remarkable 25-year journey of success. An indefatigable globetrotter, he graces the stages of the most illustrious jazz and piano festivals across Europe, the United States, South America, and Asia.

#### What was your childhood dream?

I wanted to be an airline pilot.

#### Could you describe us how does it look like to grow up in Paris? Did the city influence you?

I don't know if it influenced me because I was just there at that time. But now, looking back, I can appreciate the different energies and rhythms of all the diverse places in the world. Culture is everywhere, beauty is everywhere, interesting people are everywhere... And then of course, there are the other issues, everywhere!

#### How did you meet with the piano and become a pianist?

There always was a piano in the house, my father used to play classical music on time off, mostly week-ends. I was attracted

piyanoyla iç içe çok uzun zaman geçirirse, bir şekilde piyanist oluyor.

**Bir piyanist olarak tarzınızı, müziğinizi hiç dinlememiş birine beş kelimeyle nasıl özetlersiniz?**

İçine kapanık, duyarlı, maceraperest, dokuncalı, özgür.

**Okuyucularımız müziğinizi nerede bulabilir?**

<https://jackyterrasson.com/concerts/concerts.php>

**Bize son CD'niz "Moving On" hakkında daha fazla bilgi verebilir misiniz?**

Müzik hayatımın bir bölümünü, farklı sahnelerde, farklı ülkelerde, farklı müzisyenlerle çaldığım yılları anlatıyor. Müzisyen olarak hayatın getirdiği hareket ve paylaşım benim sevdiğim şey. Bir sanatçı, yapımcı olarak yeni bir macera ve kendi etiketim "Earth Sounds"u yaratarak başlamak karar verdiğim yeni bir yol. Aynı zamanda, New York'ta geçirdiğim 30 yılın ardından, büyüdüğüm ülke olan Fransa'da yeniden yaşamayı seçtim. Ama aynı zamanda Amerika kıtasında düzenli olarak çalmaya devam etmek, çifte vatandaşlığımın olduğu iki ülke arasında mekik dokumak da bir anlamda hazine avı. Bu aynı zamanda aynı albüm için Fransa ve New York'ta çok sayıda konukla iki trio kayıt seansı sunmak anlamına da geliyor: Şarkıcılar Kareen Guiock-Thuram ve Camille Bertault, armonika sanatçısı Grégoire Maret ve davulcular Billy Hart ve Eric Harland. Ve son olarak, bir Chopin prelüdünü bir caz standardı olan "Besame Mucho" ile bir araya getirmek, Borneo'da kaydedilen bir kuşu Edit Piaf'ın bir parçasına dönüşmeye davet etmek, Camille Bertault tarafından sözlere dökülen "Are you following me", tutkularım için "Love Light", seyahatlerim için "AF 006" ve mutlu olmak için Pharell Williams'ın "Happy" şarkısını adeta albümdeki tüm müzisyenleri bir araya getiren bir havai fişek gösterisi gibi yazma ve besteleme arzumu tamamen kucaklıyorum. Her bir parçanın ardında bir macera, bir hikâye, derinlik ve hayatın tadını her zaman incelikle çıkarma arzusu saklı.

**Doğaçlama yapar mısınız? Okuyucularımızla paylaşabileceğiniz bir doğaçlama anınız var mı?**

Var; ama şimdi ne kadar çok bahsedersen, anlatırsam, bir dahaki sefere o kadar az doğaçlama olur, o yüzden bu kadar söyleyebilirim.

**Okuyucularımıza bu dünyada hangi kulüpleri/sahneleri/müzik salonlarını ziyaret etmelerini önerirsiniz?**

Gidebildiğiniz tüm "gerçek" caz kulüplerini ziyaret edin. Büyük salonlar elbette harika, onları seviyorum

to the instrument at an early age, then it became part of my life. Could not live without it. I guess if one spends a very long time at the piano, with the piano, in the piano, he or she somehow becomes a pianist.

**How would you sum up your style as a pianist in five words to someone who never listened to your music?**

Introvert, sensitive, adventurous, risky, free.

**Where should our readers look for your music?**

<https://jackyterrasson.com/concerts/concerts.php>

**Can you tell us more about your last CD "Moving On"?**

It tells a part of my musical life, the years of playing on different stages, in different countries, with different musicians. It is what I like, the movement and sharing brought by life as a musician. It is a new adventure as an artist producer and a new path that I decided to begin by creating my own label "Earth Sounds". It is also, after 30 years spent in New York, my choice to live again in France, the country where I grew up. But also continue to play regularly on the American continent, a subtle treasure hunt between leaving and returning to the two countries of my dual nationality. It also means offering two trio recording sessions in France and New York for the same record with numerous guests: The singers Kareen Guiock-Thuram and Camille Bertault, the harmonica player Grégoire Maret, and the drummers Billy Hart and Eric Harland. And finally, fully embrace my thirst to bring together a Chopin prelude with a jazz standard "Besame Mucho", to invite a bird recorded in Borneo which becomes a piece of Edit Piaf, to write and compose music for my friends "Are you following me", put into words by Camille Bertault, for my desires "Love Light", my travels "AF 006" and to be happy, "Happy" by Pharell Williams like a firework display almost bringing together all the musicians on the album. Behind each title hides an adventure, a story, depth, and the desire to always want to enjoy life with delicacy.

**Do you improvise? Is there any improvisation memory that you can share with our readers?**

I do, but the more I would talk about it, describe it now, the less it will be improvised next time so that's that.

**Which clubs/stages/music halls in this world would you recommend our readers to visit?**

Visit all the "real" jazz clubs you can. Big halls are wonderful of course, I love them, but so are jazz clubs and they need your support. There is a good chance you will find one in any hip city but sometimes in



**"Ses kalitesinden bazen ödün verilebilse de açık hava tiyatrolarını, sahneleri, arenaları veya kuyruklu piyanoya uygun herhangi bir olağan dışı durumu seviyorum."**

"Although the sound quality may sometimes be compromised, I do like outdoor theaters, stages, arenas or any unusual situation that can accommodate a grand piano."

**“Son CD’im ‘Moving On’un her bir şarkısının ardında bir macera, bir hikâye, derinlik ve hayatın tadını her zaman incelikle çıkarma arzusu yatıyor.”**

“Behind each title of my last CD ‘Moving On’ hides an adventure, a story, depth, and the desire to always want to enjoy life with delicacy.”



ama caz kulüpleri de öyle ve sizin desteğinize ihtiyaçları var. Herhangi bir gözde şehirde bir tane bulma şansınız yüksek ama bazen küçük kasabalarda da bulabilirsiniz! Ses kalitesinden bazen ödün verilebilse de açık hava tiyatrolarını, sahneleri, arenaları veya kuyruklu piyano barındırabilecek herhangi bir olağan dışı durumu seviyorum. Ortam ve manzara çok ilham verici olabiliyor. Aslında bunu yıllar önce İstanbul’da deneyimlemiştim.

**Şu anda bir uçağa binebilseydiniz nereye giderdiniz?**

Konserler nedeniyle iş için her zaman uçağa biniyorum ve pek çok yere gittim. Eğer tatil için olsaydı, Hawaii gibi hiç gitmediğim bir yere giderdim.

**Bize hayatınızı katlanılabılır kılan şeyleri söyler misiniz...**

Sevgi, sevgi ve sevgi.

**Peki siz kimleri dinliyorsunuz? Özellikle takip ettiğiniz biri var mı?**

Müzik dinlemeyi severim. “Kim” yerine “Ne” diye cevap vermeme izin verin. Elbette caz müziği dinliyorum ama aynı zamanda klasik müzik, biraz pop ve uzak medeniyetlerden etnik müzikler de dinliyorum.

**Yakın gelecek için planlarınız neler?**

Bir yıl boyunca turnede olmak, Laetitia ile evlenmek, aileme ve arkadaşlarıma yeterince zaman ayırmak, yeni müzikal fikirler ve projelerle ilgilenmek ve daha iyi bir aşçı olmak. ◉

small towns too! Although the sound quality may sometimes be compromised, I do like outdoor theaters, stages, arenas or any unusual situation that can accommodate a grand piano. The setting and the view can be very inspiring. I have in fact experienced that in Istanbul many years back.

**If you could get on a plane right now, where would you go?**

Because of concerts, I get on planes all the time for work, and have been to many places. If it were to be for leisure, I would go somewhere I’ve never been, like Hawaii.

**Names us things which makes your life bearable...**

Love, love and love.

**Who are you listening to, personally? Is there anyone in particular you follow?**

I like to listen to music. So, instead of “Who”, allow me to answer “What”. I listen to jazz music of course but also classical music, some pop, and ethnical music from far away civilizations.

**What are your plans for the near future?**

Being on tour for a year, getting married to Laetitia, find enough time for my family and friends, entertaining new musical ideas and projects and becoming a better cook. ◉

## Strese Düşen, Aktiviteye Sarılabilir

GÜNLÜK YAŞAMIN BİR PARÇASI HALİNE GELEN STRESLE BAŞA ÇIKMADA ANLAMLI VE AMAÇLI AKTİVİTELERİN ETKİLİ OLDUĞUNU BİLİYOR MUYDUNUZ? ÖĞRETİM ÜYESİ DR. ŞÜHEDA ÖZKAN, KİŞİYE İYİ GELEN, YAPARKEN KENDİNİ İYİ HİSSETTİREN AKTİVİTELERİN GÜNLÜK YAŞAMA EKLENMESİYLE STRESLE BAŞA ÇIKMANIN KOLAYLAŞABİLECEĞİNE DİKKAT ÇEKİYOR.

### IF STRESSED, DO ACTIVITIES

Did you know that meaningful and purposeful activities are effective in coping with stress, something that has become a part of our daily lives? Faculty Member Dr. Şüheda Özkan draws attention to the fact that adding physical activities to our daily lives can facilitate coping with stress.

**M**odern yaşamda stresin hayatın ayrılmaz bir parçası olduğunu belirten Dr. Şüheda Özkan, “Modern toplumlara ve çağımıza damgasını vuran hız, tempo ve performans kavramları, stresi günlük yaşantımızın neredeyse ayrılmaz bir parçası ve olağan bir işleyişi haline getirdi. İnsan organizması gün içerisinde sürekli iç ve dış etkenlerle etkileşim halinde olur. Her an aldığı uyarılar belli bir sınırı geçtikten sonra organizmanın uyumunu bozar. Bozulan yapıyı onarmak için, organizma uyum, denge, düzen arayışına girer. Buna da stres adı verilir” diyor.

**BÜYÜK BİR TUTKUyla YAPILAN İŞ, KEYİF VERİYOR**  
Psikolojide “Akış Teorisi” olarak adlandırılan kuramın kurucusu olan Mihaly Csikszentmihályi ve araştırma grubu, insanların iyi oluşunda neyin önemli olduğunu araştırmak amacıyla birçok çalışma yürüttüler. İlk olarak sporcuların ve sanatçıların katılımıyla yürüttükleri çalışmalarda, kişilerin büyük bir tutku ile işlerini yaptıklarını ve deneyimin kendisinin keyif verici olmasının, bu aktiviteleri uzun yıllar sürdürmelerinde etkili olduğunu gözlemlediler. Çalışmalarını daha geniş bir popülasyon üzerinde yaptıklarındaysa optimum deneyim ve akış durumu olarak adlandırdıkları bu durumun kültürel farklılıklardan bağımsız olarak her yaş grubundan insanlar tarafından aynı şekilde tanımlandığını vurguladılar. Sonuç olarak “Akış Teorisi” olarak adlandırılan kuram

**S**tating that stress is an integral part of life in modern times, Dr. Şüheda Özkan said: “The concepts of speed, pace and performance, which have left their mark on modern society and our age, have made stress almost an integral part of our daily lives and an ordinary part of the flow. The human organism is constantly interacting with internal and external factors during the day. The stimuli it receives every moment disrupt the harmony of the organism after exceeding a certain limit. In order to repair the disrupted structure, the organism seeks harmony, balance and order. This is called stress.”

### WORK DONE WITH GREAT PASSION GIVES ONE PLEASURE

Mihaly Csikszentmihályi, the founder of the so-called “Flow Theory” in psychology, and his research group have conducted many studies to investigate what is important for human well-being. Firstly, in their studies with the participation of athletes and artists, they observed that people do their work with great passion and that the enjoyment of the experience itself is effective in maintaining these activities for many years. When they conducted their studies on a larger population, they emphasised that this state, which they called the optimum experience and flow state, was defined in the same way by people of all age groups, regardless of cultural differences.



Dr. Şüheda Özkan

hem klinisyenler hem de kişiler için sağlıklı yaşamın desteklenmesinde ve stresle başa çıkmada yaygın olarak tercih edilen bir strateji haline geldi.

#### AKTİVİTENİN ZORLUĞU, BAŞA ÇIKMA BECERİSİNİ GELİŞTİRİYOR

Aktiviteleri stresle başa çıkmada bir strateji olarak kullanmanın insanoglunun yüzyıllardır yapageldiği bir şey olduğunu ifade eden Dr. Öğretim Üyesi Şüheda Özkan, burada önemli bir noktanın aktivitenin zorluğuyla kişinin becerileri arasında bir denge kurulması olduğunu belirtiyor ve ekliyor: “Becerilerimizle zorlukların belli bir orantı içerisinde artması gerekir. Bu da bizim akışta kalmamızı sağlayan etmenlerden biridir. Eğer aktiviteden kaynaklanan zorluk derecesi, bizim becerimizi aşarsa endişe, hayal kırıklığı ve daha fazla stres



## Stresle Başa Çıkmaya Yardımcı Aktiviteler Nasıl Olmalı?

- Kişinin o anki zamanda, dikkatinin bir noktada toplandığı bir konsantrasyon durumuna sahip olması
- Kişinin davranışlarının ve farkındalığının birleşmesi
- Kişinin durum ya da aktivite üzerinde bir kontrole sahip olduğunu hissetmesi
- Zaman hissini kaybolması; kişinin öznel zaman deneyiminin değişmesi
- Aktivite deneyiminin içsel bir şekilde ödüllendirici olması
- Kişinin aktivite sırasında anında geri bildirim alması
- Huzur hissi, egonun kaybolması
- Kişinin başarılı olmak için gereken potansiyele sahip olduğunu hissetmesi

## What are the activities that help to cope with stress?

- What are the activities that help to cope with stress?
- Having a state of concentration in which one's attention is focused on one point at that moment in time
- The merging of one's behaviour and awareness
- Feeling that one has control over the situation or activity
- Loss of sense of time; change in subjective experience of time
- The activity experience is intrinsically rewarding
- Receiving immediate feedback during the activity
- Feeling of peace, ego disappears
- Feeling that one has the potential to be successful

hissetmemiz kaçınılmazdır. Tam tersi olarak aktivite bizim için çok kolay ve herhangi bir geri bildirim, öz kontrol duygusu hissettirmiyorsa, sıkılma hissine yol açar. Dolayısıyla belirli miktarda stres, daha doğrusu zorluk ve başa çıkma gereksiniminin akış deneyimleriyle bağlantılı olduğu, dikkatimizin içinde bulunduğumuz aktivitede olmasının ve zaman olgusunun kaybolmasının, anlamlı ve amaçlı aktiviteler yoluyla stresle başa çıkmamızı sağladığı, yapılan çalışmalarda vurgulanmıştır. Aktivitelerdeki zorluk, kişinin becerisiyle aktivitenin kendisinden kaynaklanan talepler arasındaki dengeyi ifade eder. Kişinin aktivite üzerindeki kontrolü ve ilişkin becerisi arttıkça aktivite de zorlaştırılır. Buna örnek olarak bir enstrüman çalma deneyimini ele alalım: İlk başta o enstrümanı nasıl tutacağınızı ve temel notaları öğrenebilirsiniz. Bir anda beste çalmaya geçmek beceri

As a result, the so-called “Flow Theory” has become a widely preferred strategy for both clinicians and individuals in promoting healthy living and coping with stress.

#### DIFFICULTY OF ACTIVITY IMPROVES COPING SKILLS

Stating that using activities as a strategy to cope with stress is something that human beings have been doing for centuries, Dr. Şüheda Özkan stated that an important point here is to strike a balance between the difficulty of the activity and the skills of the person and added: “The challenges should augment in proportion with our skills. This is one of the factors that keep us in the flow. If the degree of difficulty of the activity exceeds our ability, it is inevitable that we will feel anxious, frustrated and more stressed.



seviyenizi aşar ve daha çok strese neden olur. Ancak zamanla enstrüman üzerinde hâkimiyet kazandıkça, bedeninizi enstrümanı çalma sırasında kontrol etmeyi öğrendikçe, giderek daha zor besteler çalabilir hatta zaman geçtikçe kendinizi daha da zorlamak isteyebilir ve hatta kendi eserinizi bile besteleyebilirsiniz. Hepimiz dahil olduğumuz aktiviteler üzerinde kontrol kazandıkça bir sonraki zorluk derecesini doğal olarak yapmak isteriz çünkü beyinlerimiz de aynı bu ilkeyle gelişir.”

#### ANLAMLILIK VE AMAÇLI AKTİVİTE DENEYİMLERLE KEŞFEDİLMELİ

Dr. Şüheda Özkan, “Anlamli ve amaçli aktivite, kişisel veya kültürel olarak kişiye özgü belirli bir hedefi gerçekleştirmesine olanak sağlayan ve belirli bir çevresel bağlamda kişiye özgü ihtiyaçlar ve ilgi alanları tarafından belirlenen aktiviteler olarak tanımlanır. Dolayısıyla bu aktiviteleri kişi kendisi deneyimleyerek

Conversely, if the activity is too easy for us and we do not get any feedback, or employ self-control, it leads to a feeling of boredom. Therefore, it has been emphasised in studies that a certain amount of stress, or rather difficulty and the need to cope with it, is linked to flow experiences, that our attention is on the activity we are involved in and that the disappearance of the time phenomenon allows us to cope with stress through meaningful and purposeful activities. Difficulty of activities refers to the balance between the person’s ability and the demands arising from the activity itself. As the person’s control over the activity and the related skill increases, the activity becomes more difficult. The activity is made more difficult as the person’s control over and skill in the activity increases. Take the experience of playing an instrument for instance: At first you learn how to hold the instrument and learn the basic notes. Suddenly switching to composing is beyond your skill level and

keşfetmelidir. Kişinin rahatlamasını sağlayan aktiviteler bir tane olabileceği gibi birden çok da olabilir” diye konuşuyor. Özkan, “Bir kişi için resim yapmak hobi amaçlı olup kişinin stresle başa çıkmasına yardımcı olabilirken, mesleği ressam olan biri için de bu resim yapma aktivitesi rahatlatma, stresle başa çıkma ve akış deneyimlerini yaratıyorsa anlamlı ve amaçlı bir aktivitedir” diyor.

#### BİZE NEYİN İYİ GELDİĞİNİ BULMAK ÖNEMLİ

Kişinin yaşamı boyunca başına gelen birçok olay kendi kontrolü dışında gelişebilir, bu durumların hepsinin iyi ya da kötü hissetmede etkisi vardır. Bu yüzden de kişinin sağlıklı bir yaşam sürdürebilmesi için kendisine neyin, hangi aktivitenin iyi geldiğini bulması, keşfetmesi ve buna dahil olması önemlidir. ○

causes more stress. However, over time, as you gain mastery over the instrument, as you learn to control your body while playing the instrument, you can play more and more difficult compositions, and as time goes by, you may even want to push yourself even further and even compose your own work. As we all gain control over the activities we are involved in, we naturally want to take the next level of difficulty because our brains develop on the same principle.”

#### MEANINGFUL AND PURPOSEFUL ACTIVITY SHOULD BE DISCOVERED THROUGH EXPERIENCE

Prof. Dr. Şüheda Özkan says, “Meaningful and purposeful activity is defined as activities that allow a person to achieve a specific goal that is personally or culturally specific to the person and is determined by the needs and interests of the person in a specific environmental context. Therefore, one should discover these activities by experiencing them oneself. The activities that allow the person to relax can be one or more than one.” Özkan says, “For a person, painting can be a hobby and help the person cope with stress, while for someone who is a painter by profession, this painting activity is a meaningful and purposeful activity if it creates experiences of relaxation, coping with stress and flow.”

#### IT IS IMPORTANT TO FIND OUT WHAT IS GOOD FOR US

Many events that happen to a person during his/her life may be beyond his/her control, and all of these situations have an effect on feeling good or bad. Therefore, in order to lead a healthy life, it is important to find out, discover and get involved in whatever, and whichever activities are good for you. ○



## NİSAN için burcunuz diyor ki... Your horoscope for APRIL says that...

### KOÇ I ARIES

Sevgili Koç, doğum günü mevsiminiz hızla yaklaşırken Nisan ayı size daha fazla güç ve özgüven getiriyor. Bu süreçte içsel bir yolculuğa çıkarak kendinizi daha iyi tanıma fırsatı bulabilirsiniz. 8 Nisan'daki Güneş tutulması, kimliğinizde ve amacınızda yeni bir başlangıcın işareti olacak. Yakın gelecekte hayatınızda önemli değişiklikler olabilir ve bu değişiklikleri doğruluk ve bütünlük içinde ele alarak güçlü şekilde ilerleyebilirsiniz. 21 Nisan'da Jüpiter ve Uranüs'ün finansal sektörü etkilemesiyle gelirinizde artış veya mali durumunuzda değişiklikler olabilir. Ancak, bu enerjyi doğru ve dengeli bir şekilde yönlendirmeniz önemli; aşırıktan kaçınan ve gereksiz riskler almayın.



Dear Aries, April boosts your strength and self-confidence as your birthday season is fast approaching. During this period, you may have the opportunity to get to know yourself better by going on an inner journey. The Solar eclipse on the 8th of April will mark a new beginning in terms of your identity and goals. There may be important changes in your life in the near future and you can move forward with strength by handling these changes with integrity and honesty. On April 21st, with Jupiter and Uranus affecting the financial sector, there may be an increase in your income or changes in your financial situation. However, it's important to channelize this energy in a correct manner and balanced way; avoid excess and don't take unnecessary risks.

### TERAZİ I LIBRA

Sevgili Terazi, bu ay, aşk ve ortaklıklar alanında büyük değişimler sizi bekliyor. İletişim gezegeni Merkür, birkaç hafta boyunca bu alanda yer alıyor, bu da aşk hayatınızla ilgili netlik kazanma ve iyileştirilmesi gereken noktaları belirleme zamanı olduğunu işaret ediyor. Sonuçlara varmadan önce dikkatlice dinlemek önemli günkü sabır anahtardır. 8 Nisan'da gerçekleşecek güneş tutulması, ilişkiler alanınıza odaklanıyor ve yeni bir döneme giriş yapmanızı sağlıyor. Anlaşmalı büyüme ve genişleme, ilişkilerinizi besliyor ve aynı zamanda özerkliği de sağlıyor.



Dear Libra, big changes await you this month in the area of love and partnerships. Mercury, the planet of communication, is in this area for a few weeks, signalling that it's time to gain clarity about your love life and identify areas for improvement. It is important to listen carefully before reaching conclusions because patience is key. The solar eclipse on April 8th has a focus on relationships and allows you to enter a new era. Contractual growth and expansion can nourish your relationships and also provide autonomy.

### BOĞA I TAURUS

Sevgili Boğa, bu ay, Merkür'ün gerileme süreci ve bilinçaltı alanındaki etkisi nedeniyle yaşamın biraz yavaşlamasını bekleyebilirsiniz. Bu süreçte zihninizi dinlendirmeye ve içsel bir yolculuğa ihtiyacınız olabilir. 8 Nisan'daki Güneş tutulması, içsel dinlemenizi teşvik ediyor ve önümüzdeki altı ay boyunca enerjinizi nasıl kullandığınızda daha fazla odaklanmanızı sağlıyor. 20 Nisan'da, kendi değerimize dair bir aydınlanma yaşayabilirsiniz. Bu dönemde yeniliklere açık olmak ve cesaret önemli. 23 Nisan'da ortaklık alanınızda gerçeklerle yüzleşebilir, ilişkilerinizde evrim geçirmeniz gerekip gerekmediğini değerlendirebilirsiniz.



Dear Taurus, this month, you can expect life to slow down a bit due to Mercury's retrograde and its influence on the subconscious. During this time, you may have to rest your mind and embark on an inner journey. The solar eclipse on 8th of April will encourage you to lend an ear to your inner world and make you focus more on how you use your energy for the next six months. On April 20th, you may have an epiphany about your own worth. Being open to innovations and courage are important during this period. On April 23rd, you can face the truth in partnerships and ponder upon whether your relationships need evolving.

### AKREP I SCORPIO

Sevgili Akrep, bu ay derinlemesine kişisel ve dönüştürücü bir atmosferde ilerliyorsunuz. Merkür'ün gerilemesi, iş ve sağlık alanınızda etkili olurken, bu durum, sizin içe dönerek rutinlerinizi gözden geçirmenizi ve zihninizin, bedeninizin ve ruhunuzun gerçekten nasıl beslendiğine dair özenli bir bakış atmanızı sağlıyor. 8 Nisan'da Koç burcundaki Güneş tutulması, günlük çevrenizde de değişiklikleri kucaklamaz, artık size hizmet etmeyen eski alışkanlık kalıplarını bırakmanızı ve iyiliğinize hizmet eden yeni bir sağlık rejimini başlatmanızı teşvik ediyor.



Dear Scorpio, you're moving through a deeply personal and transformative phase this month. Mercury retrograde is effecting your work and health, allowing you to turn inward, to review your routines and take a careful look at how your mind, body and spirit are truly nourished. The solar eclipse in Aries on April 8th encourages you to embrace changes in your daily routines as well, letting go of old habitual patterns that no longer serve you and starting a new health regime that serves your well-being.

### İKİZLER I GEMINI

Sevgili İkizler, bu ay, Merkür retrosunun sosyal çevreler ve arkadaşlık alanınıza etki etmesiyle sosyal takviminiz oldukça yoğun geçiyor. Bu durum, bağlantılarınızı seçici bir şekilde ele almanızı teşvik etmeli. Enerjinizi koruyun ve sizi iyi hissettiren insanlarla bir arada olun. 23 Nisan'daki Akrep burcundaki Dolunay, yakınlık ve kızgınlıkla ilgili çözümsüz konuları içeren bir bölümü kapatıyor. İstenmeyen düşünceleri ve eşyaları ortadan kaldırmak veya geri vermek, sakın bir çözüm bulmanıza yardımcı olabilir.



Dear Gemini, your social calendar is quite busy this month with Mercury retrograde affecting your social circles and friendship sphere. This should encourage you to be selective in handling your contacts. Maintain your energy and be with people who make you feel good. The Full Moon in Scorpio on 23rd of April closes a chapter involving unresolved issues of intimacy and resentment. Removing or returning unwanted thoughts and possessions can help you to reach a calm resolution.

### YAY I SAGITTARIUS

Sevgili Yay, derinlemesine bir öz keşif ve ilişkilerde güçlenme ayına hazırlan. Tutku alanınızda geri hareket eden Merkür, özellikle romantik çabalarınızda veya çocuklarınızla iletişimde yaratıcı tutkularınızı ve iletişim tarzınızı yeniden değerlendirmenizi gerektiriyor. Bu fırsatı istekleriniz üzerine düşünmek ve kendinizi daha otantik şekilde ifade etmek için kullanabilirsiniz. 6 Nisan'da romantik yaşamınızın yönü hakkında özgüvenle ve kararlılıkla konuşmalar başlatabilirsiniz. 8 Nisan'da gerçekleşen güneş tutulması, yaşamınızda neşe ve tatmini beraberinde getiriyor. Bu tutulmanın getirdiği heyecanı ve ani çıkışları kucaklayın, hayatın zevklerine kendinizi kaptırmanıza izin verin!



Dear Sagittarius, prepare for a month of profound self-discovery and strengthening in relationships. Mercury retrograde in your area of passion requires you to reassess your creative passions and communication style, especially in your romantic endeavours or communication with your children. You can use this opportunity to reflect on your desires and express yourself more authentically. On April 6th, you can initiate conversations about the direction of your romantic life with confidence and determination. The solar eclipse on April 8th brings joy and satisfaction in your life. Embrace the excitement and spontaneity that eclipse brings and allow yourself to indulge in the pleasures of life!

## BURÇLAR Horoscope

### YENGEÇ I CANCER

Sevgili Yengeç, bu ay, kariyerinizde yeni bir döneme adım atarken önümüzdeki birkaç hafta boyunca çok dikkatli olmalısınız. 8 Nisan'daki Güneş tutulması, tutkularınızı değerlendireceğiniz ve önümüzdeki altı ay boyunca hayallerinizin gerçekleşmesine tanık olacağınız yeni bir dönemi başlatıyor. 10 Nisan'da konfor alanınızdan çıkıp, inançlarınız doğrultusunda yeni bir yol belirleyebilirsiniz. İlk adımı atmak için açık fikirli olun; bir seyahat planlayın, okula geri dönün veya en çok satan eserinizi yazın. Şans sizden yana!



Dear Cancer, this month, you should be very careful for the next few weeks as you step into a new period in your career. The solar eclipse on April 8th kickstarts a new period in which you will evaluate your passions and witness the realisation of your dreams in the next six months. On April 10th, you can step out of your comfort zone and set a new path in line with your beliefs. Be open-minded to take the first step; plan a trip, go back to school or write your bestseller. Luck is on your side!

### OĞLAK I CAPRICORN

Sevgili Oğlak, bu ay, derin değişimler ev yaşamınızı ve yaratıcı uğraşlarınızı etkiliyor. Evdeki önceliklerinizi ve ailenizle duygusal ilişkilerinizi gözden geçirebilir, daha uyumlu ve dengeli bir yaşam ortamını nasıl yaratabileceğinize üzerine kafa yorabilirsiniz. Taşınmaya karar vermek, evinizi yenilemek veya aile üyeleriyle ilişkilerinizi yenilemek gibi bir dizi kararlar alabilirsiniz. 23 Nisan'da Dolunay, arkadaşlıklar ve aklar alanınızı aydınlatırken, geçmiş hayallerinizle ilgili bir bölümün kapanışını veya arkadaşlıklarınızı ve bağlantılarınızı gözden geçirme ihtiyacını işaret ediyor. Bu zamanı, sosyal çevrenizin hayatınızdaki rolünü düşünmek ve geleceğe yönelik hedefleriniz ve çabalarınızla uyumlu olacak herhangi gerekli ayarlamaları yapmak için kullanabilirsiniz.

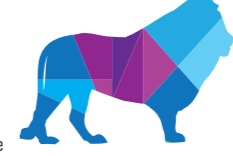


Dear Capricorn, profound changes affect your home life and creative endeavours this month. You may review your priorities at home and your emotional relationships with your family and think about how to create a more harmonious and balanced living environment. You can make a series of decisions such as deciding to move, renovating your home or renewing your relationships with family members. On April 23rd, the Full Moon illuminates your area of friendships and networks, signalling the closure of an episode related to your past dreams or the need to review your friendships and connections. You can use this time to reflect on the role of your social circle in your life and make any necessary adjustments that will align with your goals and endeavours for the future.

## NİSAN için burcunuz diyor ki... Your horoscope for APRIL says that...

### ASLAN I LEO

Sevgili Aslan, Nisan ayında Merkür'ün yavaşlamasıyla birlikte umutlarınızı, hayallerinizi ve inançlarınızı gözden geçirip, hedeflerinize ulaşmanızı engelleyen unsurları belirlemeniz için fırsat yakalyorsunuz. 8 Nisan'daki Güneş tutulmasıyla yeni bir tohum ekiyor ve alışlagelmışin dışına çıkarak sizi yeni bir inanca davet ediyor. Daha maceracı olabilir, zihinsel sınırlarınızı zorlayabilirsiniz. Keşfedin ve yerleşmeyin. 19 Nisan'da, romantik veya profesyonel anlamda yeni bağlantılar edebilirsiniz. Ancak, hiçbir sözleşmeye veya taahhüde bağlanmamaya dikkat edin; bu ay sadece ilham ve deneyim biriktirme dönemi olarak hizmet ediyor. 23 Nisan'da ailevi gerilimleri veya geçmişteki anlaşmazlıkları yeniden ele almak için bir fırsat yakalyorsunuz. Geçmişle banş yapmanın tam zamanı!



Dear Leo, with Mercury slowing down in April, you have the opportunity to review your hopes, dreams and beliefs and identify the elements that prevent you from reaching your goals. The solar eclipse on April 8th sows a new seed and invites you to a new belief by going out of the ordinary. You can be more adventurous and push your mental limits. Explore and don't settle. On April 19th, you may make new connections, either romantically or professionally. However, be careful not to commit to any contracts or make commitments; this month serves only as a period of inspiration and accumulation of experience. On April 23rd you have an opportunity to resolve family tensions or past disputes. It's time to make peace with the past!

### KOVA I AQUARIUS

Sevgili Kova, iletişim ve kariyer fırsatları bu ay sizin için ön planda. İletişim tarzınızı ve teknoloji sistemlerinizi gözden geçirmeniz gerekiyor. Yanlış anlamaları ve dağınıklık hissini yönetmek için yansıtıcı dinleme pratiği yapmayı deneyebilirsiniz. 8 Nisan'daki Güneş tutulması, size önümüzdeki birkaç ay boyunca tutkularınızı ve çabalarınızı ifade etme konusunda güçlü bir özgüven aşıyor. 23 Nisan'da Akrep burcundaki Dolunay, kariyer alanınızı aydınlatırken tanınma ve potansiyel statü değişiklikleri için hazırlıklı olun.



Dear Aquarius, communication and career opportunities are at the forefront for you this month. You need to review your communication style and technology systems. You can try practising reflective listening to manage misunderstandings and feelings of disorganisation. The solar eclipse on April 8th instils in you a strong confidence to express your passions and efforts over the next few months. On April 23rd, the Full Moon in Scorpio illuminates your career field, so be prepared for recognition and potential status changes.

### BAŞAK I VIRGO

Sevgili Başak, bu ay, yaşamınızda bir dönüşüm dönemine giriyorsunuz. Bu süreçte, dinlenme ve değerlendirme süreçlerinin önemini hatırlamak oldukça kritik. Önümüzdeki birkaç hafta boyunca, Merkür gizli benliğinizin karanlık alanlarına doğru ilerliyor, bu da büyük bir ruhsal dönüşümü beraberinde getiriyor. Korkularınızla yüzleşme ve duygusal sıkıntılarınızın kaynağını keşfetme anı geldi. 8 Nisan'daki Güneş tutulması, kendinizde veya yaşam koşullarınızda yapılması gereken değişimleri görmek için harika bir fırsat sunuyor. Borçlarınızı kapatmak veya size borçlu olandan parayı almak için de uygun bir zaman olabilir.



Dear Virgo, this month you are entering a period of transformation in your life. It's critical to remember the importance of rest and reflection during this time. Over the next few weeks, Mercury moves into the dark areas of your hidden self, which brings about a major spiritual transformation. It's time to face your fears and discover the source of your emotional distress. The solar eclipse on April 8th offers a great opportunity to see the changes that need to be made in yourself or your life circumstances. It could also be a favourable time to settle debts or get money owed to you.

### BALIK I PISCES

Sevgili Balık, öz değeriniz ve mali konular bu ay gündeminizde. Bu mali belirsizlik dönemini yönetmek için kendinizi toplamak hayati öneme sahip ve bu süreçte, büyük alımlardan kaçınmanızı öneririz. Ancak size güzel bir haberimiz var; 8 Nisan'daki Güneş tutulması, gelirinizi düzenleyebileceğinize ve kaynaklarınız üzerinde daha iyi kontrol sağlayabileceğinize üretken altı ayın başlangıcını işaret ediyor. Bu dönem aynı zamanda özgüveninizi ve öz değerinizi de artırıyor. 23 Nisan'da Akrep burcundaki Dolunay, ruhsal alanınızı aydınlatırken enerjinizle bağlantı kurmanızı ve yeni ufukları keşfetmenizi teşvik ediyor. Seyahat, eğitim veya macera yoluyla yüksek zihninizle etkileşime geçebilirsiniz.



Dear Pisces, your self-worth and financial matters are on your agenda this month. It's vital to pull yourself together to manage this period of financial uncertainty and we advise you to avoid big purchases during this period. But we have good news for you; the solar eclipse on April 8th marks the beginning of a productive six months where you can organise your income and gain better control over your resources. This period also boosts your self-confidence and self-worth. On April 23rd, the Full Moon in Scorpio illuminates your spiritual sphere, encouraging you to connect with your energy and explore new horizons. You can interact with your higher mind through travelling, education or adventure.

# PEGASUS BOLBOL'LA BOL BOL KAZANMAYA BAŞLA!

Uçuş programım Pegasus BolBol'la hâlâ tanışmadıysan, şimdi tam zamanı! Çünkü Pegasus BolBol'la uçtukça BolPuan kazanır ve kazandığın BolPuanları dilediğin gibi harcarsın!

Sen de Pegasus BolBol'a Pegasus Mobil uygulamasından ücretsiz üye ol; bol bol kazan.

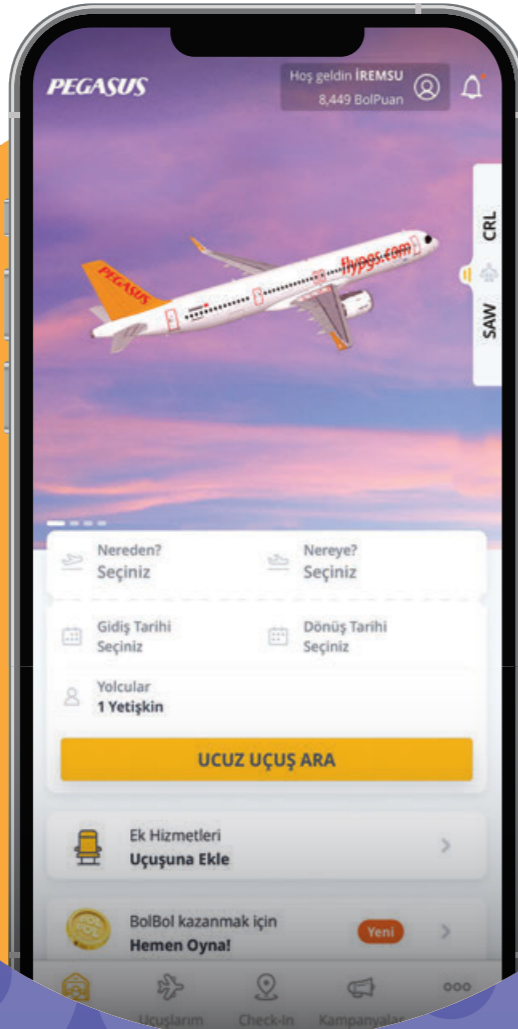
flypgs.com ve Pegasus Mobil uygulaması üzerinden bilet alarak BolPuan kazan.

Pegasus BolBol Shop alışverişlerinden yüzlerce BolPuan kazan.

İş birliklerimden yüzlerce BolPuan kazan.

Ek hizmetlerden yüzlerce BolPuan kazan.

Pegasus Mobil uygulamasına özel oyunu oynayarak BolPuan kazan.



## PEGASUS, "GREEN CHECK-YEŞİL KONTROL BELGESİ" ALAN İLK HAVA YOLU OLDU

Pegasus Hava Yolları CEO'su Güliz Öztürk'e yurt dışından Liderlik Ödülü Hayırlı Sabancı Desteğiyle İngilizce Fırsatım mezunları, programın kendilerini nasıl geliştirdiğini anlatıyor

## PEGASUS BECOMES THE FIRST AIRLINE TO RECEIVE "GREEN CHECK SUSTAINABILITY ACCREDITATION"

Leadership Award for Pegasus Airlines' CEO Güliz Öztürk  
Graduates of Hayırlı Sabancı English Chance Program relate how the program helped their self-improvement

# PEGASUS, “GREEN CHECK-YEŞİL KONTROL BELGESİ” ALAN İLK HAVA YOLU OLDU

Pegasus Hava Yolları, “Green Check-Yeşil Kontrol Belgesi”ni en yüksek seviyedeki başarıyı temsil eden altın seviye almaya hak kazandı ve hava taşımacılığı alanında, Genel Müdürlük ve Uçuş Hizmetleri kapsamında bu belgeyi alan ilk şirket oldu.

Havacılığın sürdürülebilirlik hedeflerini destekleyen çalışmalarıyla dikkat çeken Pegasus Hava Yolları, Sürdürülebilirlik Akademisi tarafından Bureau Veritas iş birliğiyle geliştirilen “Green Check-Yeşil Kontrol Belgesi”ni en yüksek seviye başarıyı temsil eden altın seviyede almaya hak kazandı. Denetimi başarıyla tamamlayarak havayolu taşımacılığı alanında genel müdürlük ve uçuş hizmetleri kapsamında toplam 7.500’ü aşan çalışanıyla faaliyetlerini yürüten Pegasus; hava taşımacılığı alanında, Genel Müdürlük ve Uçuş Hizmetleri kapsamında bu belgeyi alan ilk şirket oldu. Sürdürülebilirlik Akademisi tarafından Bureau Veritas iş birliğiyle geliştirilen “Green Check-Yeşil Kontrol Belgesi”; işletmelerin sürdürülebilir iş uygulamalarındaki yeşil taahhütlerini doğrulamak, teşvik etmek ve yeşil dönüşümü hızlandırmak amacıyla veriliyor.

“Green Check-Yeşil Kontrol Belgesi” almaya hak kazanan şirketler; Çevre Yönetimi, İş Sağlığı ve Güvenliği, İletişim ve Katılım, Müşteri Geri Bildirim Yönetimi, Tedarik Zinciri ve Ortam Koşulları ana başlıkları altında, bağımsız bir denetim sonrası bu belgeyi almaya hak kazanıyor. Belge sahibi şirketler; çevresel etki yönetimi konusunda yaptığı çalışmaları şeffaf bir denetim sürecine açarak, sektörde sürdürülebilir bir rekabet avantajına sahip olmanın yanı sıra artan müşteri memnuniyeti ve kurumsal itibar konularında da bir adım öne çıkıyor. Belgenin diğer avantajları arasında ise bugünün değerleriyle uyumlaştırma, yeni müşteri kazanma, yeni ürün ve hizmet sunabilme yer alıyor. Denetimleri gerçekleştiren Bureau Veritas, 140’tan fazla ülkede, laboratuvar testlerinden gözetim ve sertifikasyon hizmetlerine kadar pek çok alanda farklı sektörlerde hizmet veriyor.

## PEGASUS BECOMES THE FIRST AIRLINE TO RECEIVE “GREEN CHECK SUSTAINABILITY ACCREDITATION”

Pegasus Airlines has received the highest level of certification for its head office and flight services with “The Green Check Certificate” at gold level, making history as the first company in the aviation industry to do so.

Pegasus Airlines continues to gain recognition for its efforts to support aviation’s sustainability goals. The airline has been awarded the highest level of achievement, the gold level “Green Check Certificate” by the Sustainability Academy in partnership with Bureau Veritas. After a successful audit, Pegasus, which employs more than 7,500 people in its general management and flight services divisions, became the first company to receive

this certificate in the field of air transport. Developed by the Sustainability Academy in partnership with Bureau Veritas, the Green Check Certificate is designed to validate and promote companies’ dedication to sustainable business practices, expediting their journey towards environmental transformation.

“The Green Check Certificate” is awarded to companies that have passed an independent audit in the key areas of environmental management, occupational health and safety, communication and participation, customer feedback management, supply chain and environmental conditions. By subjecting their work on environmental management to a transparent audit process, certified companies not only gain a sustainable competitive advantage in the industry, but also take a step forward in terms of increased customer satisfaction and corporate reputation. Additional advantages of certification

encompass aligning with contemporary values, reaching new customers, and introducing new products and services. Bureau Veritas, which carried out the audits, extends its services across numerous of industries in over 140 countries, ranging from laboratory testing to inspection and certification services.



# PEGASUS HAVA YOLLARI CEO’SU GÜLİZ ÖZTÜRK’E YURT DIŞINDAN LİDERLİK ÖDÜLÜ

Pegasus Hava Yolları CEO’su Güliz Öztürk, Aviation Week Network tarafından Washington DC’de düzenlenen 66. Laureate Ödül Töreni’nde “Ticari Havacılık” alanında “Liderlik Ödülü”ne layık görüldü.

Havacılık, uzay ve savunma endüstrileri alanında önde gelen bilgi ve servis sağlayıcılarından biri olan Aviation Week Network tarafından düzenlenen Laureate Ödüllerinin (Laureate Awards) bu yılki ödül töreni, sektör liderlerinin katılımıyla 14 Mart Porsambе günü Washington DC’deki Ulusal Yapı Müzesi’nde gerçekleştirildi. Pegasus Hava Yolları CEO’su Güliz Öztürk; 2024 Laureate Ödüllerini kapsamında “Ticari Havacılık” alanında “Liderlik Ödülü”nün sahibi oldu. Güliz Öztürk bu önemli ödüle, Pegasus’un güçlü finansal sonuçlarının yanı sıra toplumsal cinsiyet eşitliği ve çeşitlilikle ilgili öncü ve ilham verici çalışmaları nedeniyle layık görüldü.

Altı ana kategoride verilen Aviation Week Network Laureate Ödüllerini; 66 yılı aşkın süredir havacılık, uzay ve savunma alanlarındaki bireylerin ve ekiplerin olağanüstü başarılarını takdir ediyor. Bu başarılar; havacılık ve uzayda ilerleme, değişim ve liderlik için çabalama konusunda ilham veren keşif, yenilikçilik ve vizyon ruhunu somutlaştırıyor.

## LEADERSHIP AWARD FOR PEGASUS AIRLINES’ CEO GÜLİZ ÖZTÜRK

Güliz Öztürk, CEO of Pegasus Airlines, receives prestigious industry award for leadership in commercial aviation at Aviation Week Network’s 66th Laureate Awards in Washington D.C.

Güliz Öztürk, CEO of Pegasus Airlines, has received the 2024 Aviation Week Laureate Award for Leadership in the Commercial Aviation category. The award was presented at a black-tie gala at the National Building Museum in Washington, D.C. on 14 March. Highlighting Pegasus Airlines’ successful post-pandemic recovery, strong financial results and commitment to diversity, equity and inclusion under Güliz Öztürk’s leadership, Aviation Week Network stated: “Güliz Öztürk has led the remarkable comeback of Pegasus Airlines as CEO since 2022. Pegasus is one of the most profitable airlines globally, following a highly successful low-cost carrier model mainly from its biggest base at Istanbul Sabiha Gökçen Airport. Öztürk has not only delivered strong financial results but is also a keen supporter of gender equality and diversity.”

Aviation Week Network is the largest multimedia information and services provider for the global aviation, aerospace, and defense industries. Aviation Week Network’s 66th Laureate Awards recognise extraordinary achievements in aerospace by innovators that represent the values and vision of the global aerospace community across industry sectors including commercial, defence, space and maintenance, repair, and overhaul.



## HAYIRLI SABANCI DESTEĞİYLE İNGİLİZCE FIRSATIM MEZUNLARI, PROGRAMIN KENDİLERİNİ NASIL GELİŞTİRDİĞİNİ ANLATIYOR

**Türkiye'nin lider yatırım şirketlerinden biri olan Esas Holding'in sosyal fayda odaklı yatırım birimi Esas Sosyal, Hayırlı Sabancı Desteğiyle İngilizce Fırsatım Programı kapsamında üniversite öğrencilerinin okuldan işe geçiş süreçlerinde karşılaştıkları yabancı dil engelini ortadan kaldırmayı amaçlıyor. Bugüne kadar 600 gence yabancı dil ve yetkinliklerini geliştirme imkânı sunan programın 4. döneminde 500 gence daha fırsat verilecek.**

Merhum Sevket Sabancı ve ailesi tarafından 2000 yılında kurulan Esas Holding'in sosyal yatırım birimi Esas Sosyal, 2015 yılından bu yana gençlik ve istihdam alanında sürdürülebilir ve ölçülebilir etki yaratıyor. “Esas Sosyal Fırsat Eşitliği Sağlar” mottosuyla hayata geçirilen Sevket Sabancı Vizyonu'yla İlk Fırsat, Hayırlı Sabancı Desteğiyle İngilizce Fırsatım ve Mezun programları, işverenlerce daha az tercih edilen devlet üniversitelerinden yeni mezun gençlerin iş hayatına kendinden emin, donanımlı ve duyarlı bireyler olarak adım atmalarını hedefliyor. Gençlerin mezun oldukları okula göre değil, yetkinliklerine göre değerlendirilmesini önemseyen Esas Sosyal, yüzlerce gencin fırsat eşitliğine erişimini sağladı. Esas Sosyal, devlet üniversitelerinde eğitim gören gençlerin işe geçiş süreçlerinde önlerine çıkan yabancı dil yetkinliği konusunda bir çözüm modeli geliştirerek Hayırlı Sabancı Desteğiyle İngilizce Fırsatım Programı'nı 2021 yılında başlattı. Program mezunlarından Elif Cantenar ve Batuhan Yaralı, Hayırlı Sabancı Desteğiyle İngilizce Fırsatım Programı'nın kendilerini nasıl geliştirdiğini anlatıyor.



### “PROGRAMA BASLADIĞIMDA BEKLENTİMİN ÜSTÜNDE BİR FAYDAYLA KARŞILAŞTIM”

#### Elif Cantenar

Hayırlı Sabancı Desteğiyle İngilizce Fırsatım 2. Dönem Mezunu / Eti Maden İşletmeleri Genel Müdürlüğü, Part Time İngilizce Öğretmeni

**Hayırlı Sabancı Desteğiyle İngilizce Fırsatım Programı'na başvurmaya nasıl karar verdiniz, programdan beklentiniz neydi?** Üniversitede İngilizce Mütercim ve Tercümanlık Bölümü'nden mezun olmadan önce, pandemi sebebiyle yaklaşık iki yılını uzaktan eğitimle geçirdim. Bu süreçte kendimi birçok konuda eksik hissettim. Programın ilanını gördümce hemen başvurmak istedim. Ülkemizde birçok okulda ana dili İngilizce olan öğretmenlerden dil eğitimi alma imkânı olmuyor. Ben de bu imkânı sahip değildim. Hayırlı Sabancı Desteğiyle İngilizce Fırsatım Programı'nda, yabancı öğretmenlerden eğitim alma imkânı beni çok heyecanlandırdı. Programa katılmanın İngilizce konuşma becerimi geliştirmek için iyi bir fırsat olacağını düşündüm çünkü iş hayatına geçmeden önce İngilizce yetkinliğimi geliştirmek istiyordum. Bu program endişeli olduğum tüm konularda bana çok büyük umut oldu. İçeriğiyle ve niteliğiyle kariyerime sağlayacağı faydayı kavradım

## GRADUATES OF THE HAYIRLI SABANCI ENGLISH CHANCE PROGRAM RELATE HOW THE PROGAM HELPED THEIR SELF-IMPROVEMENT

**Esas Sosyal, the social benefit-oriented investment unit of Esas Holding, one of Türkiye's leading investment companies, aims to eliminate the foreign language barrier that university students face in transitioning from school to work with Hayırlı Sabancı English Chance Program. The program, which has so far provided 600 young people the opportunity to improve their foreign language and skills, will give 500 more young people a chance in its 4th term.**

Founded by the late Sevket Sabancı and his family in 2000, Esas Sosyal, the social investment unit of Esas Holding, has been creating sustainable and measurable impact in the field of youth and employment since 2015. Sevket Sabancı First Chance, Hayırlı Sabancı English Chance and Alumni programs, which were launched with the motto “Esas Sosyal Provides Equal Opportunities”, aim to help young graduates of state universities, which are less preferred by employers, to step into business life as confident, well-equipped and highly aware individuals. Esas Sosyal, values evaluating young people based on their competencies not their alma mater, and has provided hundreds of young people access to equal opportunities. Esas Sosyal developed a solution model for improving foreign language competence of young people studying at state universities during their adaptation to work, and launched Hayırlı Sabancı English Chance Program in 2021. Elif Cantenar and Batuhan Yaralı, the graduates of the program, talk about in what ways Hayırlı Sabancı English Chance Program helped with their personal development.

### “THE PROGRAM BENEFITED ME BEYOND MY EXPECTATIONS”

#### Elif Cantenar

Hayırlı Sabancı English Chance Program 2nd Term Graduate  
ETI Mining Head Office, Part Time English Teacher

### How did you decide to apply to Hayırlı Sabancı English Chance Program, what were your expectations from the program?

Before graduating from the Department of English Translation and Interpreting, I experienced nearly two years of distance education due to the pandemic. During this period, I felt that I was lacking in many areas. When I saw the ad of the program, I immediately wanted to apply. In many schools in our country, you don't get the chance to learn a language from native English-speaking instructors. I did not have this opportunity either. The chance to get educated by foreign instructors in Hayırlı Sabancı English Chance Program excited me a lot. I thought that participating in the program would be a good opportunity to improve my English speaking skills because I wanted to improve my English proficiency before I started working. This program gave me great hope in all the issues I was worried about. I realised the benefit it would bring to my career with its content and quality so I decided to be a part of this unique journey. Getting used to speaking English, thinking in

ve bu eşsiz yolculuğun bir parçası olmaya karar verdim. İngilizce konuşmaya alışmak, İngilizce düşünmek, topluluk önünde korkmadan konuşabilmek, sürekli olarak yeni kelimeler öğrenmek en büyük beklentilerimdi. Bunların yanında, rahat bir online canlı sınıf ortamı ve hata yapmaktan çekinmeyeceğim bir hocamın olması da benim için çok önemliydi. Programa başladığımdaysa beklentimin üstünde bir faydayla karşılaştım.

### Programın size ve kariyer gelişiminize nasıl katkısı oldu?

Öncelikle İngilizcem gözle görülür bir derecede gelişti. Ana dilimde olduğu gibi doğal İngilizce konuşmaya başladım. Hem kursta hem de okulumdaki derslerde hata yapmaktan korkmadan, öz güvenle konuşuyordum. Eskiden öz geçmişime İngilizce seviyemi doğru yazıp yazmadığım konusunda endişeliydim fakat bu program sayesinde seviyemi net şekilde belirledim ve artık iyi olduğuma inanıyorum. Özellikle de programın son aşaması olan İngilizce mülakat deneyimleri bana büyük fayda sağladı. Bu noktada süreç boyunca karşılaştığım tüm eğitimcilerin hoşgörüsü, sabrı ve dili en doğru yöntemlerle öğretme çabaları beni çok motive etti. Esas Sosyal ekibinin samimiyeti ve içten desteğiyle programı başarıyla tamamlayabildim. Program sadece İngilizce seviyemi geliştirmekle kalmadı, aynı zamanda iş hayatı için gerekli olan MS Office, Türkçe ve İngilizce CV hazırlama gibi pek çok beceriyi edinmemi ve hâlâ iletişimde olduğum birçok akranımla birlikte harika bir ekosistemin parçası olmamı sağladı.

### “PROGRAMIN KARIYERİME BÜYÜK FAYDA SAĞLAYACAGINDAN EMİNDİM AMA BU KADARINI BEN DE TAHMİN ETMİYORDUM”

#### Batuhan Yaralı

Hayırlı Sabancı Desteğiyle İngilizce Fırsatım 2. Dönem Mezunu  
Rönesans Holding, Teknik Ofis İnşaat Mühendisi



### Hayırlı Sabancı Desteğiyle İngilizce Fırsatım Programı'na başvurmaya nasıl karar verdiniz, programdan beklentiniz neydi?

İngilizcenin dünyaya açılan kapının anahtarı olduğunu biliyordum. Ancak o zamana kadar dilimi geliştirebileceğim fırsatları bulmakta zorlanıyordum. Daha sonra Hayırlı Sabancı Desteğiyle İngilizce Fırsatım Programı'nı keşfettim. Programın İngilizce dil becerilerimi, buna bağlı olarak da profesyonel yetkinliklerimi ve ağlarımı genişletmemeye olanak tanıyabileceğini öğrendim. İngilizce eğitimler dışında, iş hayatına hazırlık konusunda sunulan eğitim fırsatları da programa olan ilgimi artırdı.

### Programın size ve kariyer gelişiminize nasıl katkısı oldu?

Hayırlı Sabancı Desteğiyle İngilizce Fırsatım Programı sayesinde İngilizce dil becerilerimi geliştirdim. Artık rahatlıkla İngilizce iletişim kurabiliyorum. Bu sayede öğrenciliğim sırasında dünyanın en iyi üniversitelerinden biri olan Politecnico di Milano'da MIPORE araştırma grubunda yer aldım. Araştırmalarda bulunduğum sırada, kendi alanında dünyanın öncü kuruluşları arasında yer alan Rönesans Holding'den iş teklifi alarak Teknik Ofis İnşaat Mühendisi olarak işe başladım. Hayırlı Sabancı Desteğiyle İngilizce Fırsatım Programı'na baslarken kariyerime büyük fayda sağlayacağından emindim ama bu kadarını ben de tahmin etmiyordum.

English, being able to speak in public without fear, constantly learning new vocabulary were my greatest expectations. In addition to these, it was also important for me to have a comfortable online live classroom environment and a teacher that I would not be afraid to make mistakes. The program benefited me beyond my expectations.

### In what ways did the program contribute to your personal and your professional development?

First of all, my English has improved noticeably. I started to speak English naturally and without thinking about it as I do in my mother tongue. I begin using new words I learned in the lessons in sentences without realising it. I spoke with confidence without being afraid of making mistakes both in the course and in the lessons at my school. I used to worry about whether I state my English level correctly on my CV, but thanks to this programme, I have determined my level clearly. Especially in the last phases of the program, I greatly benefitted from the interviews we had in English. I applied all the positions that I did not think of before just because I was afraid of the interviews. I passed the interviews as easily as I rehearsed. At this point, the method of teaching and the approach of tolerance and patience in the program encouraged me a lot. With the sincere and heartfelt support of the Esas Sosyal team, I completed the program successfully. The program not only improved my level of English, but also enabled me to acquire many skills necessary for business life, such as MS Office, CV preparation in Turkish and English, and finally being a member of a great ecosystem along my peers with whom I am still in contact.

### “I WAS SURE THAT THE PROGRAMME WOULD BE OF GREAT BENEFIT TO MY CAREER, BUT I DIDN'T EXPECT IT TO BE THIS MUCH”

#### Batuhan Yaralı

Hayırlı Sabancı English Chance Program 2nd Term Graduate  
Rönesans Holding, Technical Office Civil Engineer

### How did you decide to apply to the Hayırlı Sabancı English Chance Program, what were your expectations from the program?

I knew that English was the key to opening the door to the world. However, until then, I was struggling to find opportunities to improve my language skills. Then I discovered Hayırlı Sabancı English Chance Program. In the light of the information, I got from the alumni of the program and social media, I learned that this program would allow me to improve my English language skills and, in turn, expand my professional competencies and network. In addition to English language training, the training opportunities offered in preparation for business life also increased my interest in the programme.

### In what ways did the program contribute to your personal and professional development?

Thanks to the Hayırlı Sabancı English Chance Program, I improved my English language skills. I can now easily communicate in English. As a result, during my studies, I took part in the MIPORE research group at Politecnico di Milano, one of the best universities in the world. While I was doing research, I received a job offer from Rönesans Holding, one of the world's leading companies in its field, and started working as a Technical Office Civil Engineer. When I started the Hayırlı Sabancı English Chance Program, I was sure that it would be of great benefit for my career, but I did not expect it to be this much.

## UÇAK ALTI BAGAJI VE MİSAFİR ÜZERİNDE TAŞIMASI YASAKLI MADDELER LİSTESİ



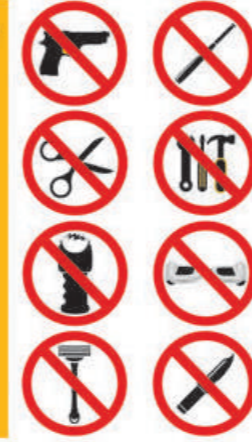
### Uçak Altı Bagajı



• Bagajınızı kendiniz hazırlamadysanız, kısa bir süre de olsa yanından ayrıldıysanız veya kendiniz taşıyorsanız lütfen personelimizi acilen bilgilendiriniz.

**Not:** Bir kutu kibrit veya bir adet çakmak, kişi üzerinde taşınabilir ancak kontrol edilmiş bagajda taşınamaz.

### On Passenger and Hand Baggage



### Checked Baggage



• If you have not prepared your luggage, left your luggage unattended, or if you don't carry your baggage, please inform our staff immediately!

**Note:** One box of matches OR one cigarette lighter can be carried on the person but are not allowed in the hold baggage.

## Üzerinizde Yasaklı Madde Taşımadığınıza Emin Olun!

**Yolcu ve Kabin Bagajı:** Yolcuların güvenlikle ilgili sınırlı alanlarda ve uçuşta aşağıdaki maddeleri taşımalarına izin verilmez.

## Make Sure You Don't Carry Any Prohibited Items!

**Passengers and Cabin Baggage:** Without prejudice to applicable safety rules, passengers are not permitted to carry the following articles into security.

### a) Silahlar, ateşli silahlar ve mermi kullanan diğer mekanizmalar:

Tabancalar, altıpatlılar, tüfekler, yivsiz tüfekler, oyuncak silahlar, gerçek silahla karıştırılmaya müsait replikalar, basınçlı havalı ve CO2 tabancalar, pellet atan havalı tabancalar, ateşli silah bileşenleri ve parçaları, yaylı tüfekler, oklar, işaret fişekleri ve müsabakalarda kullanılan başlatma tabancaları, zıpkın ve zıpkın tüfekleri, sapanlar ve mancınıklar.

### b) Etkisizleştirici cihazlar:

Şok tabancaları, elektro şok cihazları, kendini savunma spreyi, göz yaşartıcı gaz, elektrik akımlı tabancalar. Diğer etkisizleştirici ve saf dışı bırakıcı gazlar ve hayvan kovucu spreyler, biber gazı ve asit spreyleri. Hayvanları bayıltma ve öldürmede kullanılan cihazlar.

### c) Keskin uçlu veya keskin kenarlı nesnelere:

Buz kıracakları ve buz baltaları, 6 santimden daha uzun ağız kısmı olan bıçaklar. Tıraş bıçakları, dövüş sanatları ekipmanı olarak kullanılan kılıçlar, maket bıçakları, el baltaları, satırlar, destek kısmından itibaren ölçüldüğünde uzunluğu 6 santimi geçen makaslar, çivi tabancaları.

### d) İş araç ve gereçleri:

Levyeler, kablosuz portatif elektrikli aletler de dahil olmak üzere matkaplar ve testereler. Lehim lambaları, 6 santimden daha büyük bıçak kısmına veya mile sahip aletler.

### e) Keskin olmayan - yaralama maksadıyla kullanılacak aletler:

Bezbol ve softbol sopaları, golf sopaları; plastik, çelik ve ağaçtan yapılmış coplar, dövüş sanatları ekipmanları.

### f) Kullanılması durumunda ciddi yaralanmalara neden olabilecek olan ya da uçağın güvenliğine tehdit oluşturabilecek patlayıcı, yakıcı maddeler ve cihazlar:

Mühimmat, patlayıcı kapsüller, ateşleyici parça ve füyeler, replika veya imitasyon patlayıcı aletler, mayınlar, el bombaları ve diğer askeri malzemeler. Havai fişekler ve diğer fişekler. Sis cihazları ve sis fişekleri. Dinamit, barut ve plastik patlayıcılar.

### AŞAĞIDAKİ TEHLİKELİ MADDELER DE KABİN VEYA UÇAK ALTI BAGAJI OLARAK KESİNLİKLE TAŞINAMAZ.

Bütan çakmak gazı, diğer çakmak gazları, mavi alevli çakmaklar ve puro çakmakları, her yüzeyde sürtünmeyle alev alabilen kibritler, çamaşır suyu, oksijenli su, oksijen üreticiler, radyoaktif maddeler, asit türleri gibi aşındırıcı maddeler, cıva ve yaş piller, dolu dalış tüpleri, yakıt muhafaza kutuları, boşaltılmamış ve temizlenmemiş kamp ocakları, kişi başına 2,5 kg üstü kuru buz, güçlü çekim gücüne sahip mıknatıslar, yanmalı motorlar ve boya, vernik, çözücüler gibi çabuk alev alabilen malzemeler. Lityum pil veya piroteknik cihazlar içeren güvenlik tipi çanta veya evrak çantaları.

### a) Guns, firearms and other devices that discharge projectiles:

Pistols, revolvers, rifles, shotguns, toy guns and replicas capable of being mistaken for real weapons, compressed air and CO2 guns, pellet guns, component parts of firearms, cross bows and arrows, signal flare and starter pistols, harpoon and spear guns slingshots and catapults.

### b) Stunning devices:

Stun guns, stun batons, mace, tear gas, tasers. Other disabling and incapacitating gases and sprays like animal repellent, capsicum and acid sprays. Animal stunners and animal killers.

### c) Objects with a sharp point or sharp edge:

Ice picks and axes, knives with blades of more than 6 cm. Razor blades, martial arts equipment, swords and sabres; box cutters, hatchets, cleavers, scissors with blades of more than 6 cm as measured from the fulcrum, bolt and nail guns.

### d) Workmen's tools:

Crowbars, drills and saws including cordless portable power tools. Blowtorches, tools with a blade or shaft of more than 6 cm.

### e) Blunt instruments - objects capable of being used to cause injury:

Baseball and softball bats, clubs and batons, billy clubs, blackjacks, night sticks, martial arts equipment.

### f) Explosives and incendiary substances and devices capable, or appearing capable, of being used to cause serious injury or to pose a threat to the safety of aircraft, including:

Ammunition, blasting caps, detonators and fuses, replica or imitation explosive devices, mines, grenades and other explosive military stores, fireworks and other pyrotechnics, smoke-generating canisters and smoke-generating cartridges, dynamite, gunpowder and plastic explosives.

### THE FOLLOWING DANGEROUS GOODS ARE ALSO COMPLETELY EXEMPT FROM TRANSPORTATION AS CABIN OR HOLD BAGGAGE:

Butane lighter gas, lighter fuel, blue flame or cigar lighters, strike anywhere matches, bleach, peroxide, poison, oxygen generators, radioactive material, corrosive materials like acids, mercury and wet cell batteries as well as filled scuba diving bottles, fuel containers and camping stoves which are not emptied and cleaned, dry ice in quantities of more than 2.5 kg per person and strong magnets, combustion engines and flammable materials like paint, lacquers and solvents, security-type brief case or attache' cases incorporating lithium batteries or pyrotechnical devices.

# SIVI TAŞIMA KURALLARI

## Regulation for Liquid Transportation



Hava yolu ile seyahat edecek yolcuların, iç ve dış hat uçuşlarında uçak içinde yanlarında bulunduracakları sıvılarla ilgili kısıtlama uygulanmaktadır. Kabin bagajlarında taşınmasına sınırlama getirilen sıvılar, uçak altı bagajlarında hava yolu işletmesinin kuralları içinde taşınabilecektir. El/kabin bagajı, yolcuların son güvenlik kontrol noktasından geçtikten sonra uçağın içine götürdükleri bagajlardır.

The regulations on restrictions on liquids that air travellers are allowed to carry on board in their hand baggage apply for domestic and international flights. Liquids subject to hand baggage restrictions may be carried in hold baggage in accordance with the regulations of airline management. Hand/carry-on baggage is luggage passengers carry on the plane with them after going through the last security checkpoint.



## EL BAGAJINDA SIVI TAŞIMA KISITLAMASI

### Regulation for Liquids Carried in Hand Baggage

#### KISITLAMAYA DÂHİL SIVILAR:

- Su, şurup, içecekler dâhil her türlü sıvı,
- Kremeler, losyonlar, yağlar, kozmetik yağlar, kolonya, parfümler, maskara dâhil her türlü makyaj malzemesi (katı hâlde olan rujlar hariç),
- Tıraş köpükleri, deodorantlar, diş macunu dahil her türlü macun kıvamındaki maddeler,
- Reçel, bal, yoğurt, pekmez ve salça gibi tam katı hâlde olmayan yiyecekler ve jeller,
- Kontak lens sıvıları, şampuanlar, sprey ve aerosoller ve yukarıda sayılan maddelere benzeyen diğer maddeler.

Söz konusu uygulama yolcuların seyahat esnasında yanlarında sıvı ürünler bulundurmasını yasaklamamakta olup, sadece sıvı miktarını kısıtlamaktadır. Her yolcu uçuş esnasında yaklaşık 20 cm x 20 cm boyutlarında ve 1 litrelik ağız kilitli şeffaf plastik poşet içerisinde her birinin hacmi 100 mililitreyi geçmemek şartıyla sıvı, jel ve sprey ürünleri bulundurabilir.

#### UYGULAMA:

- Her yolcu 1 adet şeffaf plastik poşet taşıyabilir.
- Poşet içerisine konulan her bir ürün maksimum 100 ml olabilir.
- Kabı 100 ml'den büyük olan ürünlerin, içindeki sıvı miktarına bakılmaksızın geçirilmesine müsaade edilmez.
- Yolcuların el/bagaj çantalarındaki sıvı ürünleri, son güvenlik noktasında görevlilere göstermeleri ve x-ray cihazına ayrı olarak koymaları gerekmektedir.
- Check- in'e verilen uçak altı bagajlar için herhangi bir sıvı kısıtlaması uygulanmamaktadır. Ancak hava yolu işletmesinin kuralları geçerlidir.
- Yolcuların çantalarını hazırlarken uygulamaya giren kısıtlamaları göz önünde bulundurarak sıvı ürünleri uçak altı bagajlarına koymaları kolaylık sağlayacaktır.

#### İSTİSNALAR:

- Özel durumlar göz önünde bulundurularak kısıtlamada birtakım istisnalar uygulanacaktır. Örneğin bebekle seyahat eden yolcular seyahat süresince yetecek miktarda mama, süt bulundurabilir veya ilaç kullanımı zorunlu olan yolcular seyahat süresince yeterli miktarda ve orijinal ambalajında ilaç bulundurabilir. Ancak son güvenlik kontrol noktasında, söz konusu yolculardan mama veya ilaç tatmalarını veya "ilaçların kullanılması gerektiği" ile ilgili belgeleri isteyebilirler.

#### LIQUIDS SUBJECT TO RESTRICTIONS:

- All liquids including water, syrup, beverages
- Creams, lotions, oils (including cosmetic oils), colognes perfumes, all make-up including mascara (except solid lipsticks)
- Shaving foams, deodorants, all pastes including toothpaste
- All semi-solid foods and gels such as jam, honey, yogurt, molasses and tomato puree
- Contact lens solution, shampoo, sprays, aerosols and any other items of a similar consistency to the above.

These restrictions limit the quantity and do not prohibit passengers from carrying liquids on flights. Each passenger is entitled to carry liquids, gels and sprays in containers not exceeding 100 ml, in a transparent re-sealable plastic bag with a capacity of 1 litre and approximately 20x20 cm in size.

#### APPLICATION:

- Each passenger may carry one transparent plastic bag.
- Each container in the bag may have a maximum capacity of 100 ml.
- Items with containers larger than 100 ml are not permitted, regardless of the amount they contain.
- Passengers are required to show the liquids in their hand baggage at check points and send these separately through the screening device.
- No liquid limitations apply for checked in luggage. However, airline management rules apply.
- It will be of convenience if passengers take restrictions into consideration and pack liquids in their hold baggage when packing their bags.

#### EXCEPTIONS:

- Exceptions will be made for special circumstances. For instance, passengers travelling with babies may take enough baby food/milk for the journey and passengers with prescribed medicines may take these with them provided the amount is enough for the journey and is in its original packaging. Please note that such passengers may be asked to taste the baby food or medicines or produce supporting documentation for the illness/medicine use at the final security checkpoint.

# SIVI TAŞIMA KURALLARI

## Regulation for Liquid Transportation

## ZEYTİNYAĞI, BAL VE PEKMEZ ÜRÜNLERİ İLE İLGİLİ GIDA TAŞIMA KURALLARI

### Regulation For Olive Oil, Molasses and Honey Transportation

**Uçağa zarar verip tehlike oluşturabilecek sızıntıların önlenmesiyle ilgili tehlikeli maddeler regülasyonlarına uygun olduğu sürece, Pegasus Hava Yolları uçuşlarında ZEYTİNYAĞI, PEKMEZ, BAL taşınması mümkündür. Aşağıdaki şartlar karşılanmazsa ZEYTİNYAĞI, PEKMEZ, BAL ürünleri Pegasus Hava Yolları uçaklarına alınmayacaktır.**

Transportation of liquids such as OLIVE OIL, MOLASSES, HONEY as checked in baggage on Pegasus Airlines aircraft is permitted under the conditions explained. Dangerous Goods Regulations shall be applicable for such items to prevent leakage which could cause damage or create hazard to the aircraft. OLIVE OIL, MOLASSES, HONEY shall NOT be accepted on an Pegasus Airlines aircraft unless all the conditions stated below are fulfilled.

- Şişe içindeki ZEYTİNYAĞI, PEKMEZ, BAL kontrol edilmiş bagaj olarak yalnızca uçağın bagaj bölümünde taşınabilir.
- Maksimum sınır, yolcu başına ambalajıyla birlikte 5 litredir.
- Basınç altında sızıntı olmaması için şişenin %5'lik kısmı boş olmalıdır.
- Bagaj hakkı aşıyorsa aşım ücreti ödenmelidir.
- Eşya, deliği olmayan, sızıntı yapmayan bir plastik poşete konulduktan sonra kilitli poşetse ağız kilitlenecek, değilse sıkıca bağlanacaktır. Daha sonra eşya, deliği olmayan, sızıntı yapmayan ikinci bir plastik poşete daha konulduktan sonra kilitli poşetse ağız kilitlenecek, değilse sıkıca bağlanacaktır.
- Eşya, iç kısmında koruyucu katmanı (köpük, havalı plastik vb.) olan sert bir kutuya konulacak, kutu bantla kapatılacak ve isim etiketi yapıştırılarak kutunun kime ait olduğu belirtilecektir.
- Kutuya hava yolunun sorumluluğunu kısıtlayan Bagaj Etiketisi: "Limited Release Tag" yapıştırılacaktır ve check-in sırasında misafirlerimiz tarafından imzalanacaktır.



- Bottled OLIVE OIL, MOLASSES, HONEY can be carried as checked baggage only at the aircraft hold.
- Maximum 5 liters packed properly per each passenger
- 5% of the bottle must remain free to prevent leakage when pressurized.
- Excess fees apply if the baggage allowance is exceeded.
- The container where the liquid is packed shall be put first in a plastic bag, leak-proof and tightly closed with "zipper-bag" or tied up. Next, it shall be put in a second plastic bag, solid, leak-proof and tightly closed with "zipper-bag" or tied up. They shall be put in a solid box with protective layer inside (i.e. bubble, foam), taped and identified with a name tag.
- The parcel shall be tagged with the "Limited Release Tag" which limits the responsibility of the airline, and must be signed by the guest at check-in.

**Pegasus Hava Yolları, uçaklarında yurt dışına çıkarılan veya yurt dışından getirilen ZEYTİNYAĞI, PEKMEZ, BAL ürünlerinin gümrüklerden sorunsuz geçeceği garantisini vermez. Pegasus Hava Yolları bagaj yükleme/indirme işlemleri sırasında gıda ve/veya ambalajında meydana gelebilecek hasarlardan veya sızıntılardan sorumlu değildir.**

Pegasus Airlines cannot guarantee the clearance at customs of any OLIVE OIL, MOLASSES, HONEY imported or exported on its aircraft. Pegasus Airlines will not be responsible for any damage or leaks to food and/or container during the baggage handling process.

## UÇAĞIMIZA HOŞ GELDİNİZ!

### Welcome on Board!

**Uçuşunuzdan keyif almanızı ve diğer misafirlerin de keyif almasına müsaade etmenizi umuyoruz. Güvenli, emniyetli ve rahat bir uçuş misafirlerimizin hakkıdır. Kural dışı ya da rahatsız edici davranışlar bu deneyime zarar verir. Ayrıca diğer misafirler ve çalışanlar için travmatik olabilir.**

We hope that you enjoy your flight and allow others to enjoy theirs. All guests have the right to safe, secure and comfortable travel on board our aircraft. Unruly or disruptive behavior could ruin this experience and could also be traumatizing for guests or crew.

#### Uçuştan önce kural dışı davranışlar:

Eğer uçuştan önce kural dışı davranışların farkına varılırsa, uçağa biniş hakkınız reddedilebilir.

#### Uçuş sırasında kural dışı davranışlar:

Eğer bu tip davranışlar uçuş sırasında fark edilirse, sonuçların çok ciddi olabileceğini bilmelisiniz. Uçak rota değiştirip planlanmayan bir iniş yapabilir, iniş noktasında güvenlik güçleri uçağı karşılayabilir ve kural dışı davranışlarda bulunan kişi gözaltına alınabilir, para cezasına çarptırılabilir veya mahkemeye sevk edilebilir.

#### Bu yüzden misafirlerimizden beklediklerimiz:

- ▶ Kabin ekibinin anons ve talimatlarına uymak,
- ▶ Kabin ekibine ve diğer misafirlere saygı göstermek,
- ▶ Güvenli ve makul davranışlarda bulunmak,
- ▶ Uçuş emniyeti ve güvenliğini tehlikeye atmamak.

#### Unruly behavior prior to flight:

If unruly or disruptive behavior is noticed prior to the flight, please be aware that boarding may be denied.

#### Unruly behavior during the flight:

The consequences of such behaviours are serious. The aircraft may have to divert and make an unscheduled landing where it will be met by the authorities. The person responsible for the unruly behavior may be arrested, fined, charged and/or prosecuted.

#### It is for this reason that we ask all guests to:

- ▶ Follow crew member instructions promptly
- ▶ Respect crew members and fellow guests
- ▶ Behave in a safe and appropriate manner
- ▶ Refrain from endangering the safety of the aircraft.

Lütfen uçaktan inerken kişisel eşyalarınızı yanınıza almayı, bebek kemer ve can yeleklerini kabin ekibine teslim etmeyi unutmayınız.

When you leave the aircraft, please make sure that you have taken all your personal belongings and do not forget to hand back the infant seat belt and life vest to the cabin crew.

Başkası tarafından verilen esya veya bagajı tasımayı kabul ettiğiniz takdirde sizin adınıza kayıtlı olarak taşınacak bu esyaya ve bu esyadan dolayı meydana gelebilecek tüm sonuçlara ilişkin hukuki sorumluluk size ait olacaktır.

If you accept to carry items or baggage of others, you will be liable for such items or baggage that will be recorded to your name and any consequences arising from their content.



## UÇAĞIN İÇİNDEYKEN İŞLENEN SUÇLAR VE DİĞER KURAL DIŞI DAVRANIŞLAR

### Offences and Other Unruly Behaviors Committed On Board Aircraft

#### Sivil Havacılık Düzenlemeleri gereği aşağıdaki davranışlar uçakta kabul edilemez:

- ▶ Kokpit veya kabin ekibinden bir kişiye veya başka bir görevliye saldırı ya da diğer müdahale edici davranışlar.
- ▶ Saldırı ya da güvenliği tehlikeye atacak yahut sivil bir uçaktaki düzeni ve disiplini bozacak davranışlar.

#### Sivil bir uçuşta işlenen diğer suçlar:

- ▶ Hakaret ve sövme
- ▶ Fiziksel saldırı
- ▶ Cinsel taciz ve genel ahlaka karşı davranışlar
- ▶ Tehdit
- ▶ Kabin ekibinin talimatlarına uymama
- ▶ Uçak içinde veya sigara içilmesine müsaade edilmeyen uçak çevresinde sigara içme
- ▶ Duman algılayıcılarına müdahale
- ▶ Uçağa ya da içindeki eşyalara zarar verme veya hırsızlık
- ▶ Yasak olduğu sırada taşınabilir elektronik cihaz kullanma
- ▶ Uçağın içindeki şahısların ya da uçuş emniyetini veya güvenliğini tehlikeye atma

#### According to the Civil Aviation Regulations the following are considered unacceptable behaviors on board:

- ▶ Assaulting or other intrusive behaviors to a person from the cockpit, a cabin crew or another officer of a civil aircraft.
- ▶ Assaulting and other acts endangering safety or jeopardizing good order and discipline on board a civil aircraft

#### Other offences or acts include:

- ▶ Verbal abuse
- ▶ Physical assault
- ▶ Sexual offences and/or lewd behavior
- ▶ Intimidating behavior
- ▶ Intoxication or disorderly conduct
- ▶ Refusing to follow crew instructions
- ▶ Smoking on-board
- ▶ Tampering with smoke detectors
- ▶ Damaging the aircraft or on-board equipment or theft
- ▶ Using a portable electronic device when prohibited to do so.
- ▶ Endangering an aircraft occupant and/or the safety of the flight



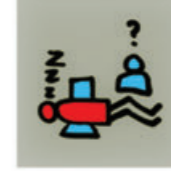
**Bir kabin ekibi üyesine ya da misafire karşı saldırgan, korkutucu ya da tehdit edici davranışlarda bulunmak.**  
Assaulting, intimidating or threatening crew or guests.



**Uçuş ekibinden gelen talimatlara uymayı reddetmek.**  
Refusing to follow instructions from the crew.



**Sarhoşluk ya da kurallara aykırı davranışlar veya kabin ekibi tarafından servis edilmeyen içkiler tüketmek.**  
Intoxicated or disorderly conduct or consuming alcohol which was not provided by crew members.



**Ahlaksız ya da müstehcen davranışlarda bulunmak ya da davranmak.**  
Engaging in or displaying indecent or lewd behavior.



**Uçağın herhangi bir yerinde (tuvaletler dâhil) sigara içmek.**  
Smoking anywhere on board, including in the lavatories.



**Duman algılayıcılarını kurcalamak.**  
Tampering with smoke detectors.



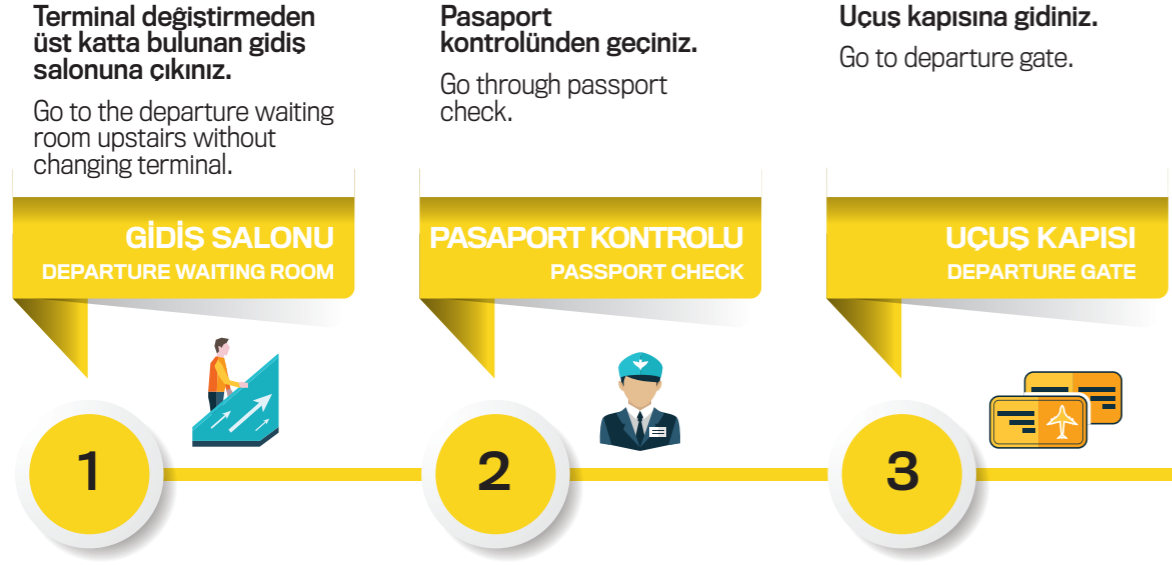
**Yasak olduğu sırada taşınabilir elektronik cihaz kullanmak.**  
Using a portable electronic device when not permitted to do so.



**Güvenlik ya da acil durum donanımlarına, uçağa ya da içerisindeki eşyalara zarar vermek veya yerinden oynatmak.**  
Removing or damaging safety or emergency equipment, on board.

## İÇ HAT UÇUŞLARDAN GELEN DOMESTIC FLIGHTS ARRIVAL

### DIŞ HAT UÇUŞA DEVAM EDEN ONGOING INTERNATIONAL FLIGHTS

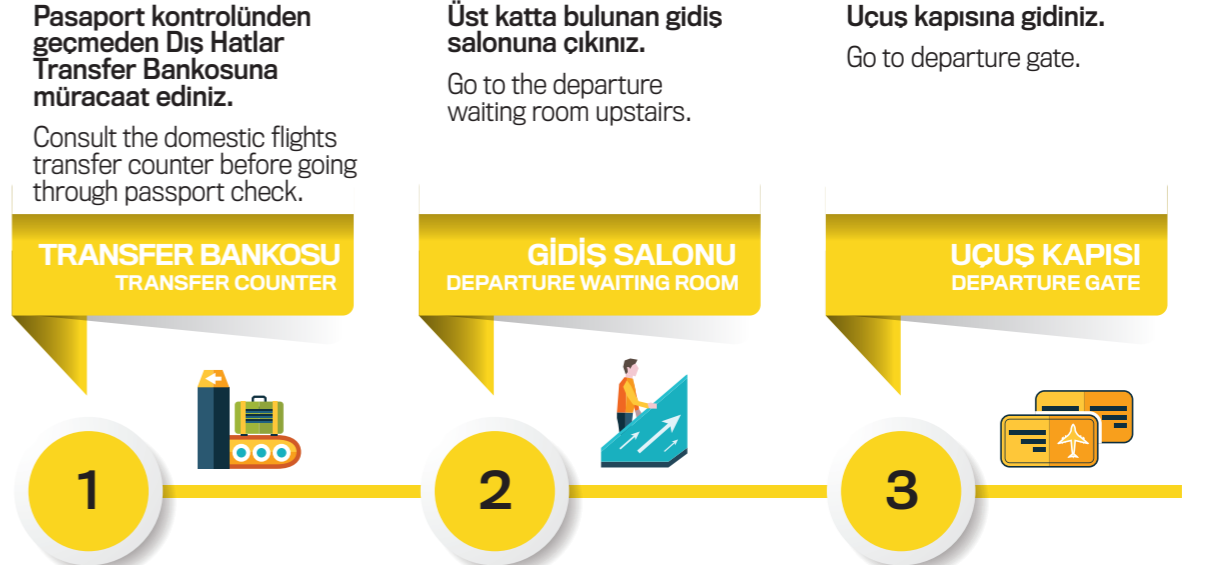


### İÇ HAT UÇUŞA DEVAM EDEN ONGOING DOMESTIC FLIGHTS



## DIŞ HAT UÇUŞLARDAN GELEN INTERNATIONAL FLIGHTS ARRIVAL

### DIŞ HAT UÇUŞA DEVAM EDEN ONGOING INTERNATIONAL FLIGHTS



Uçak içinde Duty Free alışverişi yaptıysanız güvenlik geçişinde sorun yaşamamak için ürünlerinizin faturasası ile birlikte kilitli posette teslim edildiğini kontrol ediniz.  
If you made a Duty Free purchase inside the plane, check that the products have been delivered to you in zip lock bags for not having a problem in security check.

**DUTY FREE**

### İÇ HAT UÇUŞA DEVAM EDEN ONGOING DOMESTIC FLIGHTS



**ÖNEMLİ:** AGRI, BATMAN, BİNGÖL, EDREMİT, KAHRAMANMARAŞ, KARS, MARDİN, MERZİFON, MUŞ, OSS, SİNOP, SİRNAK, ve VAN'a devam edecek misafirlerimizin Gümrük Mevzuatı gereği bagajlarını Sabiha Gökçen Havalimanı'nda alarak tekrar check-in işlemi yaptırmaları gerekmektedir.  
**IMPORTANT:** Our guest who will proceed to AGRI, BATMAN, BİNGÖL, EDREMİT, KAHRAMANMARAŞ, KARS, MARDİN, MERZİFON, MUŞ, OSS, SİNOP, SİRNAK and VAN, are kindly asked to claim their bags in Sabiha Gökçen Airport and repeat the check in step, for Customs Legislations requirements.





## YURT DIŞI UÇUŞ AĞIMIZ / OUR INTERNATIONAL FLIGHT NETWORK

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

**PEGASUS**  
AIRLINES



## YURT İÇİ UÇUŞ AĞIMIZ / OUR DOMESTIC FLIGHT NETWORK

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

**PEGASUS**

## Yolcu hakları hakkında bilgilendirme ... Information about passenger rights

### DEĞERLİ MİSAFİRLERİMİZ,

Konfirme rezervasyonunuz olmasına ve tanımlı Check-in süresinde kontuara başvurmanızla rağmen, sağlık, güvenlik, emniyet veya yetersiz seyahat dokümanı gibi gerekçeler dışında bir nedenle uçuşa kabul edilmemeniz, uçuşunuzun gecikmesi veya iptal olması durumlarında, "Pegasus Hava Yolları Tazminat ve İşbirliği Sistemi" kapsamında, tazminat ve yardım hususları dahil tüm haklarınız hakkında bilgi almak için, lütfen Check-in bankalarımızdan Yolcu Hakları Broşürümüzü, (PG-MD-BK-002), isteyiniz. Yolcu hakları için Avrupa Birliği regülasyonu ((EC) No 261/2004) ve Türkiye Sivil Havacılık Genel Müdürlüğü-Hava Yolu ile Seyahat Eden Yolcuların Haklarına Dair Yönetmelik (SHY-YOLCU) temel alınmıştır. Detaylı bilgiye kontuar ve satış ofislerinde yer alan bilgi broşürleri yanında, resmi internet sitemiz [flypgs.com](http://flypgs.com) ile [shgm.gov.tr](http://shgm.gov.tr) adreslerinden veya Pegasus Hava Yolları Çağrı Merkezi'mizden (0888 228 12 12) ulaşabilirsiniz.

### DEAR GUESTS,

If you are denied boarding except where there are reasonable grounds to deny you boarding, such as reasons of health, safety or security, or inadequate travel documentation; or if your flight is cancelled or delayed even you have confirmed reservation on the flight concerned and are ready on time at Check-in desk, please ask our "Pegasus Airlines Passenger Rights Brochure" (PG-MD-BK-002) which states your rights includes the compensation and assistance in scope of "Pegasus Airlines Passenger Compensation And Welfare Service System" from our check in desks. System is based on both Regulation (EC) No 261/2004 of the European Parliament and of the Council of 11 February 2004 establishing common rules on compensation and assistance to passengers in the event of denied boarding and of cancellation or long delay of flights and "Air Passenger Rights Regulations" by the Turkish Civil Aviation General Directorate (SHY-YOLCU). It is possible to access detailed information on cases for which compensation and services apply from information brochures at ticket counters and sales offices, via our official web site [flypgs.com](http://flypgs.com) and [www.shgm.gov.tr](http://www.shgm.gov.tr) or via Pegasus Airlines Call Centre (0888 228 12 12).

## Yolcu hakları hakkında bilgilendirme ... Information about passenger rights

### DEĞERLİ MİSAFİRLERİMİZ,

Konfirme rezervasyonunuz olmasına ve tanımlı Check-in süresinde kontuara başvurmanızla rağmen, sağlık, güvenlik, emniyet veya yetersiz seyahat dokümanı gibi gerekçeler dışında bir nedenle uçuşa kabul edilmemeniz, uçuşunuzun gecikmesi veya iptal olması durumlarında, "Pegasus Hava Yolları Tazminat ve İşbirliği Sistemi" kapsamında, tazminat ve yardım hususları dahil tüm haklarınız hakkında bilgi almak için, lütfen Check-in bankalarımızdan Yolcu Hakları Broşürümüzü, (PG-MD-BK-002), isteyiniz. Yolcu hakları için Avrupa Birliği regülasyonu ((EC) No 261/2004) ve Türkiye Sivil Havacılık Genel Müdürlüğü-Hava Yolu ile Seyahat Eden Yolcuların Haklarına Dair Yönetmelik (SHY-YOLCU) temel alınmıştır. Detaylı bilgiye kontuar ve satış ofislerinde yer alan bilgi broşürleri yanında, resmi internet sitemiz [flypgs.com](http://flypgs.com) ile [shgm.gov.tr](http://shgm.gov.tr) adreslerinden veya Pegasus Hava Yolları Çağrı Merkezi'mizden (0888 228 12 12) ulaşabilirsiniz.

### DEAR GUESTS,

If you are denied boarding except where there are reasonable grounds to deny you boarding, such as reasons of health, safety or security, or inadequate travel documentation; or if your flight is cancelled or delayed even you have confirmed reservation on the flight concerned and are ready on time at Check-in desk, please ask our "Pegasus Airlines Passenger Rights Brochure" (PG-MD-BK-002) which states your rights includes the compensation and assistance in scope of "Pegasus Airlines Passenger Compensation And Welfare Service System" from our check in desks. System is based on both Regulation (EC) No 261/2004 of the European Parliament and of the Council of 11 February 2004 establishing common rules on compensation and assistance to passengers in the event of denied boarding and of cancellation or long delay of flights and "Air Passenger Rights Regulations" by the Turkish Civil Aviation General Directorate (SHY-YOLCU). It is possible to access detailed information on cases for which compensation and services apply from information brochures at ticket counters and sales offices, via our official web site [flypgs.com](http://flypgs.com) and [www.shgm.gov.tr](http://www.shgm.gov.tr) or via Pegasus Airlines Call Centre (0888 228 12 12).

# SUDOKU

## KOLAY Easy

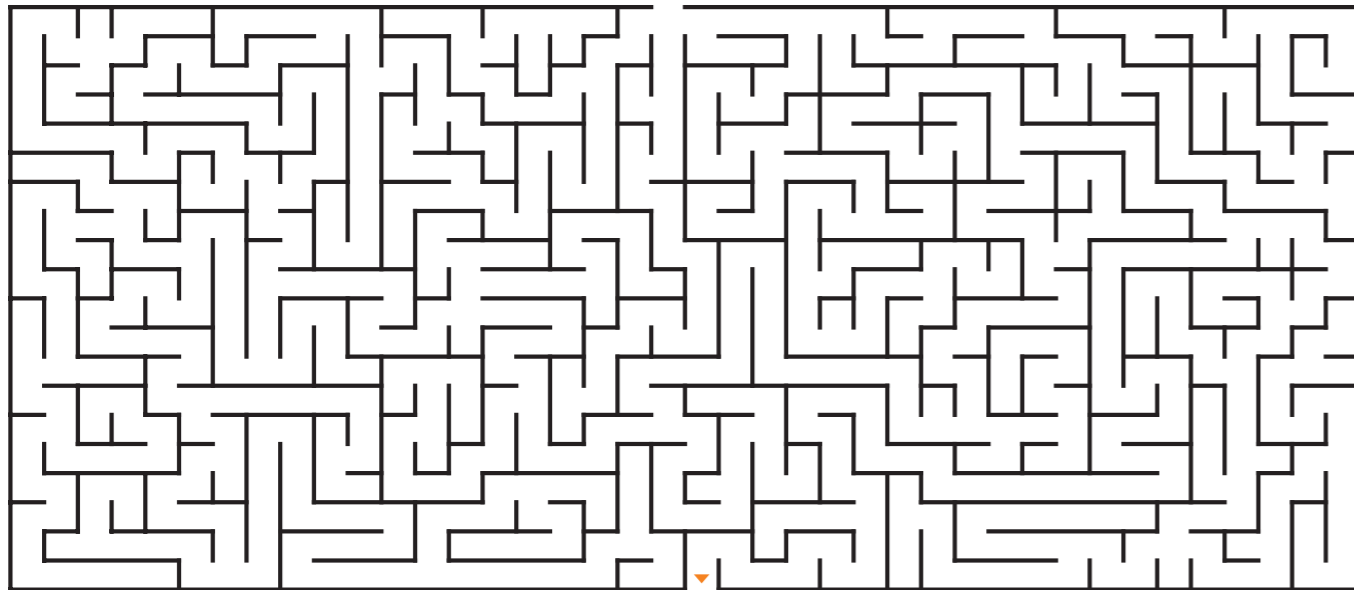
			1	5			7	
1		6					8	2
3			8	6				4
9			4			5	6	7
		4	7		8	3		
7	3	2			6			4
	4			8	1			9
	1	7				2		8
	5			3	7			

## ORTA Medium

7			6		9			4
	5			1				2
		6	4		5	3		
	9	1				6	8	
2								9
	4	3				2	1	
		8	1		7	5		
	2			5			6	
6			3		2			8



## KARŞI TARAFTA GEÇ Go Across



# ÇENGEL BULMACA

HAZIRLAYAN / BY Mustafa BAŞARAN

Resimdeki aktör	Aylıklık	Yankı Yabancı eşek sürüsü (yöresel)	Utanma duygusu	Tüzük	"Zerrin ..." (şarkıcı)	Beden yapısı	Yafta
Kısa manto	Çare		Sinirtü	Çalgı, mızrap	Temel, ana	Genişlik	
				Maori dansı			
Hatay sıradagları				İyi, yararlı işler			
Özsu				Acıma sözü			
			James Cameron film kamer			Boru sesi	
Bir seslen- me ünlemi		Sayıbon- cuğu				Bütünüyle, tastamam	
Bakırın simgesi		Apansız				Karnı doy- muş olan Antalya'da bir şelale	
	Tasarı				Sürdürme, devam ettirme		
	Elçilik uzmanı						
Lanetli					Umut		
Bitlis'in bir ilçesi					Ev bölümü		
							Görecelik Naziklik
Uzaklık anlatan sözcük		Yeter sayı	İlham		Güvenilir		
Bir meyve					Cilt, zayıf, güçsüz		
Karamsar- lık					Cilve		
Bir sayı					Kemik ucu	Sorun	
	Bir nota					Bir nota	
	Bir Yunan adası					Çapraz, dolaşık yol	
Şu anda, henüz Tek hücreli bir canlı							
		Karşılıksız yardım			Dağ keçisi		
					Koruma, yardım Buna ek olarak		
Lümen (kısa)		Yunanistan başkenti	Deniz ayısı da denilen hayvan ilac, merhem	Bir haber ajansı (kısa)	Bağlam	Futbol nesnesi	
Adam öldür- me, kıya							Otlak
				Tembellik			
Milli Eğitim (kısa)	Güven			Bir iskambil oyunu			Küçük bir limon türü
	Bir cins devekuşu			Bir doğa olayı, pus			
	Vilayet			Su ile yapı- lan terapi		Bir bağlaç	
	Duman kırı		Fas plakası	Olumsuzluk oneki		İlaç, merhem	
Küçükük							
Zambiya başkenti					Elci		
				Bronşların daralmasıyla oluşan netes darlığı			Miljamber (kısa)

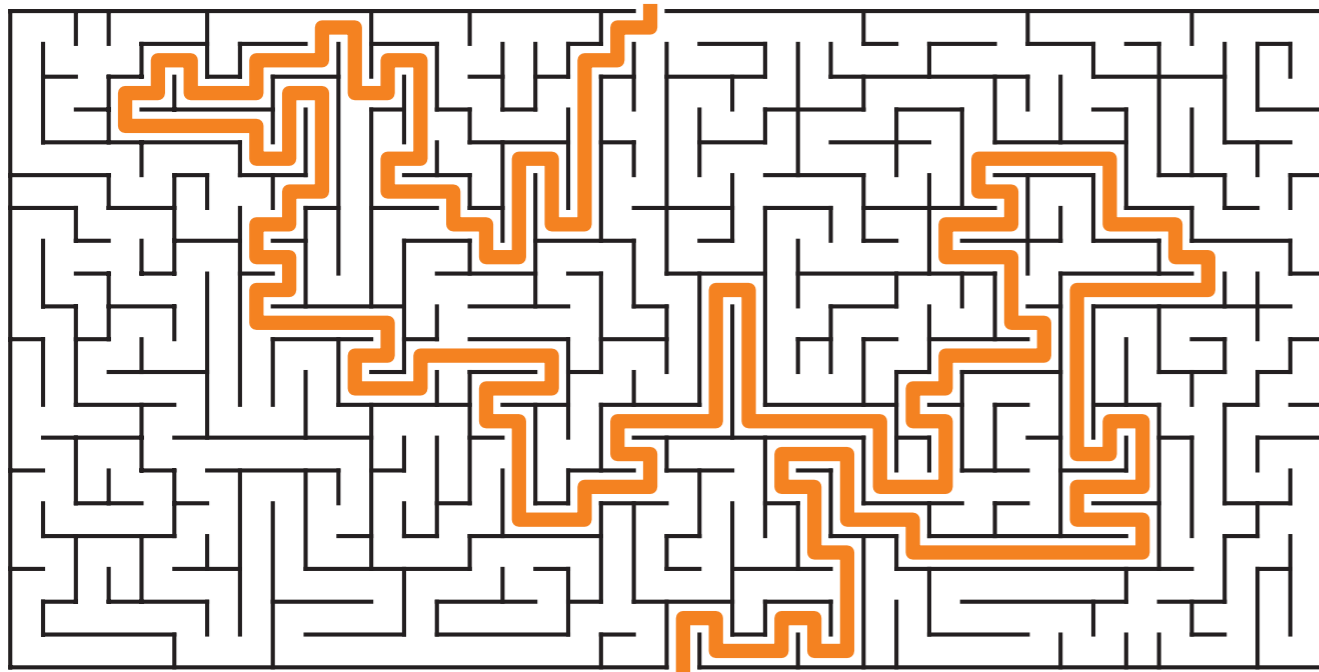
KOLAY *Easy*

ORTA *Moderate*

4	2	8	1	5	9	6	7	3
1	9	6	3	7	4	8	2	5
3	7	5	8	6	2	9	4	1
9	8	1	4	2	3	5	6	7
5	6	4	7	1	8	3	9	2
7	3	2	5	9	6	1	8	4
2	4	3	6	8	1	7	5	9
6	1	7	9	4	5	2	3	8
8	5	9	2	3	7	4	1	6

7	1	2	6	3	9	8	5	4
3	5	4	7	1	8	9	2	6
9	8	6	4	2	5	3	7	1
5	9	1	2	4	3	6	8	7
2	6	7	5	8	1	4	3	9
8	4	3	9	7	6	2	1	5
4	3	8	1	6	7	5	9	2
1	2	9	8	5	4	7	6	3
6	7	5	3	9	2	1	4	8

KARŞI TARAFA GEÇ  
*Go Across*



SELÇUKLU  
BELEDİYESİ

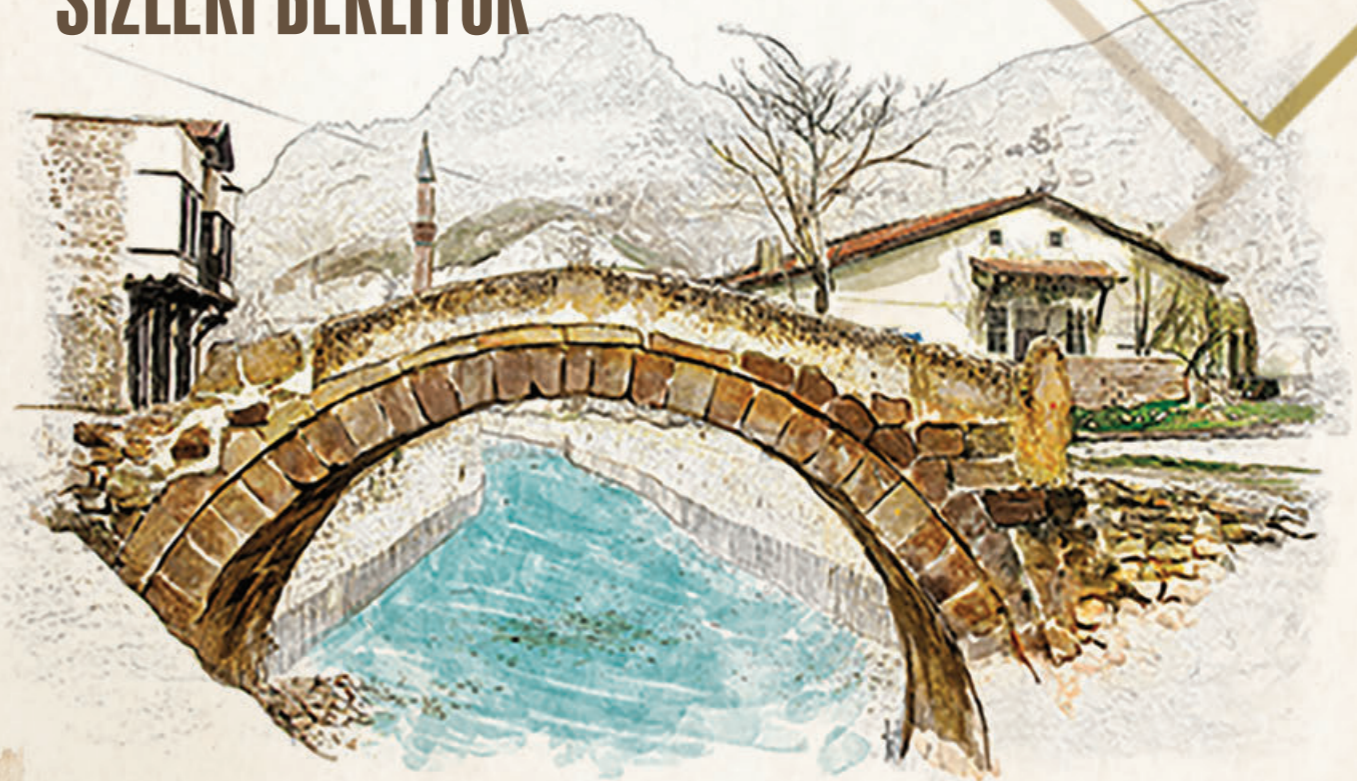
BİNLERCE YILLIK  
TARİHİYLE

**SILLE**

SİZLERİ BEKLİYOR



Sille



# Çatalhöyük

• TANITIM VE KARŞILAMA MERKEZİ •

28.500 metrekare Özel Proje Alanı • 4.500 metrekare Sergi Alanı  
Gerçek Boyutlu Çatalhöyük Evi • Çatalhöyük'ün Dünü ve Bugünü • Seyir Kulesi



9 BİN  
YILLIK  
DAVET

