

KADIKÖY BELEDİYESİ GÖNÜLLÜ MERKEZİ BÜLTENİ

**MUTLU
YILLAR!**



YILIN KONUKLARI

2016 yılında bizimle olan tüm
tüm konuklarımıza sonsuz
Teşekkürler...



ENVER AYSEVER / OCAK 2016



LALE MANÇO AHISKALI / ŞUBAT 2016



NİLGÜN BELGÜN / MART 2016



ENDER SARAÇ / NİSAN 2016

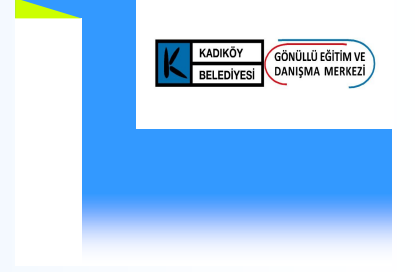


YILMAZ ÖZDİL / EYLÜL 2016



YILIN KONUKLARI

2016 yılında bizimle olan tüm
tüm konuklarımıza sonsuz
Teşekkürler...



AYŞE KULİN / MAYIS 2016



BİHTER DİNÇEL / HAZİRAN 2016

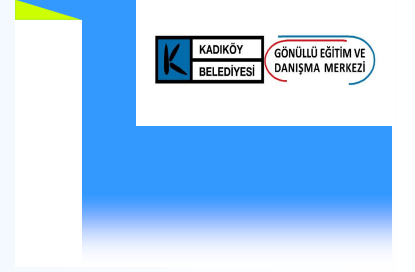


CAN ATAĞLI / KASIM 2016



TEOMAN KUMBARACIBAŞI / EKİM 2016

5 ARALIK DÜNYA GÖNÜLLÜLER GÜNÜ



Birleşmiş Milletler Genel Kurulu, 1985 yılında, gönüllü çalışmaları ve faydalarını dünya çapında duyurmak ve gönüllü programlara katılımı arttırmak amacıyla '**5 Aralık**' tarihinin her yıl **Dünya Gönüllüler Günü** olarak kutlanmasına karar vermiştir. Türkiye'nin de aralarında bulunduğu 123 ülkede **5 Aralık, Dünya Gönüllüler Günü** olarak kutlanmaktadır. Gönüllü hizmetleri daha da yaygınlaştırmak ve tanıtmak için; Birleşmiş Milletler Genel Kurulunun **2001** yılını, **Dünya Gönüllüler Yılı** olarak ilan etmesiyle birlikte, bu konuda yapılan çalışmalar ve hazırlıklar da daha fazla önem ve hız kazanmıştır.

5 Aralık
Dünya Gönüllüler
Günü'müz
Kutlu Olsun

Dünya Gönüllüler Günü; 'gönüllülük' kavramının toplumumuzda daha geniş kitlelere yayılması, günlük hayatımızın doğal bir parçası haline gelmesi ve gönüllü çalışmaların, yerel, ulusal ve global platformlarda tanıtılması için çok önemli bir fırsat olarak kabul edilmektedir.

Bu amaçla, **Dünya Gönüllüler Günü'nde;** gönüllülüğün tanıtılması, yaygınlaştırılması, desteklenmesi, teşvik edilmesi ve böylece; bireyleri, yaşadıkları topluma karşı daha sorumlu olmaya, bir arada hareket etmeye ve gönüllü olmaya yönlendirmek için; bilgi ve tecrübelerin paylaşıldığı, gönüllü çalışmaların teşvik ve takdir edildiği çeşitli etkinlikler ve kutlamalar yapılmaktadır.

BAĞDAT CADDESİ

Bağdat Caddesi'nin varlığı Bizans İmparatorluğu dönemine kadar uzanır. Bölge'nin Bağdat Caddesi ismini alması ise Osmanlı döneminde gerçekleşir. İstanbul'un fethinden önce Bizans döneminde bölge, Anadolu'ya bağlanan bir yol olarak ticaret kervanları ve orduların geçişi için kullanılırdı. İstanbul Osmanlı Devleti'ne geçtikten sonra bölge Osmanlılar için de son derece önemliydi. Osmanlı orduları Anadolu'ya yapılacak seferler öncesi günümüzde var olmayan Haydarpasa Çayırı'nda toplanır ve seferler için burada hazırlanırdı.

Bölgenin Bağdat İsmi Alması

Bağdat Caddesi ismi bölgeye padişah IV. Murat zamanındaki bir gelişme ile konur. Bağdat'ı Irak'tan geri alabilmek için Osmanlı orduları sefere çıkar. Bu seferden zaferle dönülür ve bu zaferin şerefine Bağdat'a sefere giderken ki kullanılan yolun ismi Bağdat olur ve bölge Bağdat yolu şeklinde anılır.

1850 yıllarına kadar sefer yolu olarak kullanılan bölgede yerleşim pek görülmemiştir. Yolun her iki tarafı boş ve ekili alanlardan oluşmaktaydı. 1860'lı yıllardan sonra bölgede buharlı gemi ve banliyö tren seferlerinin başlamasıyla bölgedeki istasyonların çevresinde konutlar ve ticari merkezler oluşmaya başladı. Bu konut ve merkezler ise gelişmeye başlayarak mahalli birimleri oluşturdu.



BAĞDAT CADDESİ

Bağdat Yolu'nun Bağdat Caddesi Olması

Bağdat Caddesi ismi 1920'li yıllarda ortaya çıkmıştır. O dönemin İstanbul Belediyesi Kurbağalıdere – Kızıltoprak arasını Bağdat yolu; Kızıltoprak – Pendik arasını ise Bağdat Caddesi ismi olarak değiştirmiştir. 1930'lara kadar dar ve tozlu Bağdat Caddesi, plajların açılması ile sayfiye yeri olarak kullanılmış, plajların yanı sıra Bağdat Caddesi gelişimini hızlandıran gelişme ise tozlu yolların asfaltlanması olmuştur.

O zamanlardaki gençler tarafından caddede gezinme anlamında kullanılan asfaltta çıkmak tabiri kullanılırdı. 1935 yılından sonra cadde üzerinde tramvay hatları geçirildi ve cadde genişletilerek etrafındaki arazilere küçük villalar inşa edildi.

Ülkemizin kalkınması ile dünyanın globalleşmesinden dolayı Bağdat caddesi de 1940'lı yıllardan itibaren büyük bir değişime girmiştir. Lüks mağazaları, galerileri, lokantaları ve zarif vitrinleriyle seçkin bir bölge olan Bağdat caddesi, seçkin mağaza ve bireysel mekanlarıyla şehrin en gözde mekanlarından biri olmaktadır.



HURMANIN FAYDALARI NELERDİR? YAŞLANMAYA KARŞI HURMA



Lif ve mineral açısından çok zengin olan hurma, ayrıca sodyum, potasyum, magnezyum, kalsiyum, demir ve fosfat gibi mineralleri de barındırır. Hurmanın faydalarını sıralayacak olursak:

- Düzenli olarak tüketildiğinde kansere ve kalp damar hastalıklarına karşı koruyucudur.
- Protein, yağ ve karbonhidrat içeren tek meyvedir.
- Vücudun yaşlanma belirtilerini azaltır.
- Cildi besler, hamilelik ve güneş lekelerini gidermeye yardımcıdır.
- İçerdiği demir sayesinde, kansızlığa iyi gelir.
- B1, B2 vitaminleri ile karaciğeri kuvvetlendirir.
- Boğaz ağrısına, öksürüğe iyi gelir.

İçerdiği fosfor ve kalsiyum ile kemik hastalıklarına karşı koruyucu özellik taşır.

CENTRAL
Sağlık
Önerileri

Başkasına iyi gelen
bir ilaç
sizin sağlığınıza
zarar verebilir...



CENTRAL HOSPITAL
KOZYATAGI

KADIKÖY
BELEDİYESİ

SOFRANIZDA RENKLERE YER AÇIN

Yaşamın devamlılığı için beslenme en temel koşullardan biridir. Büyüme ve gelişmenin sağlanması, sağlığın korunması için yeterli ve dengeli beslenme şarttır. Beslenmenin yeterli ve dengeli olabilmesi için genel beslenme ilkelerine uyulması gerekmektedir.

Beslenme ilkelerinin başında ise besin çeşitliliği gelmektedir. Beslenme planında çeşitliliğe yer verirken besin grupları birer el feneri görevi görmektedir. Bu sebeple; süt ve ürünleri grubu, et, yumurta, kurubaklagil grubu, tahıl grubu ve meyve-sebze grubunu içinde barındıran bir günlük beslenme programı oluşturulmalı ve uygulanmalıdır. Her gün her öğünde bu besin gruplarına doğru oranlarda yer verilerek rengarenk bir sağlık tabağı oluşturulmalıdır. Çünkü besin gruplarında yer alan her bir besinin vücut için yaşamsal fonksiyonları bulunmaktadır.

Diyette yer alması gereken besinleri renkler ile özdeşleştirirsek rengarenk bir diyet tepsi hazırlamak çok zevkli ve sağlıklı olacaktır.

KIRMIZI

Yüksek protein kaynağı et, likopen ve flavonoid içerikleri ile bilinen domates, kırmızı pancar, kırmızilahana, vişne, çilek, ahududu, nar, kırmızı erik, kırmızı elma gibi kırmızı renkli besinler birçok hastalıktan koruması sebebi ile diyet tepsimizde yer almalıdır.



BEYAZ

Besin grubu olarak beyaz, görüldüğü kadar masum olmamak ile birlikte süt ve süt grubu, balık ve tavuk etine rengini verdiği için sağlıklı beslenmede baş tacıdır. Bu neden ile beyaz renkli besin grubu içerisinde yer alan bu besinler kemik sağlığı ve gerekli kalsiyum alımını sağlamak için günlük beslenmede mutlaka yer almalıdır.



Bunun yanı sıra şeker, tuz ve beyaz un olası hastalık risklerini oluşturduğundan diyet dışında tutulacak beyazlardır.

SOFRANIZDA RENKLERE YER AÇIN

YEŞİL

Maydanoz, nane, roka, dereotu, ıspanak, pazı, marul, brokoli ve yeşilbiber gibi yüksek antioksidan içeriği ve zengin posa kaynağı olan yeşil yapraklı sebzeler; diyetle yeşillik katarak zinde kalmaya yardımcı vazgeçilmez besinlerdir.



SARI - TURUNCU

Vitamin deposu ve bağışıklık güçlendirici özellikleri olması ile bilinen havuç, portakal, mandalina, greyfurt, limon, kayısı, bal kabağı gibi besinler her gün mutlaka beslenme programını renklendirmelidir.



Beslenme planında tüm renkleri kullanarak çeşitlilik sağlanmalıdır. Sağlıklı bir yaşamın devamı için her gün rengarenk beslenmeye özen gösterin.

Diyetisyen Nalan GÜNAY VARDI



RENKLİ MUM YAPIMI

Bolca beyaz mum,

Pastel boyalar,

Tabii son olarak eriyen mumlarımızı koymak için cam mumluklar.



Mumları bir cezveye alın ve ocağın en küçük gözünde kısık ateşte erimeye bırakın. Birkaç dakika içinde hazır olan mumlar için evde kullanmadığınız Kadehleri kullanabilirsiniz.

Fotoğraftaki şekilde yan yatırarak eriyen mumları dökün ve içine kullandığınız beyaz mumlardan çıkan ipleri yerleştirerek donmalarını bekleyin.



İlk kat mumlar donduktan sonra ikinci kat mumları da yine aynı şekilde farklı renk pastel boyalarla birlikte eritip donan mumların üzerine bu sefer ters tarafa yatırarak dökün. En son kadehler düz vaziyetteyken son katı eritip dökün.



KADIKÖY'ÜN TİYATROLARI



KADIKÖY'ÜN TİYATROLARI



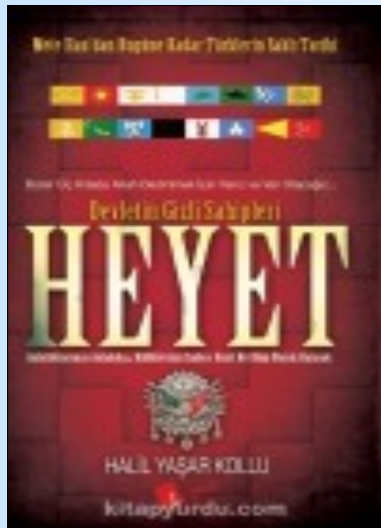
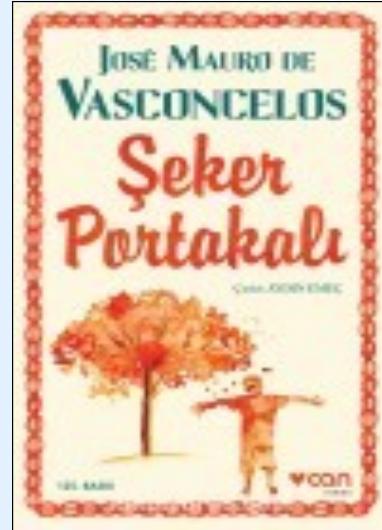
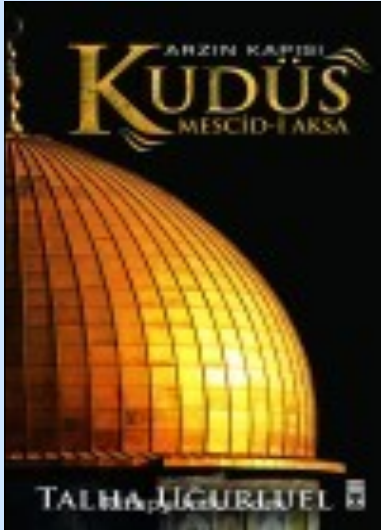
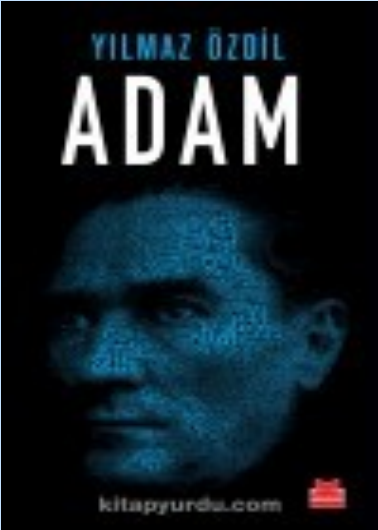
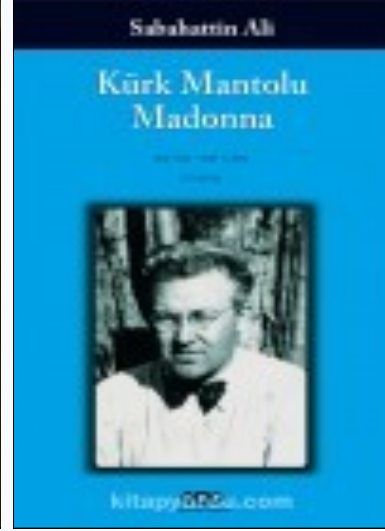
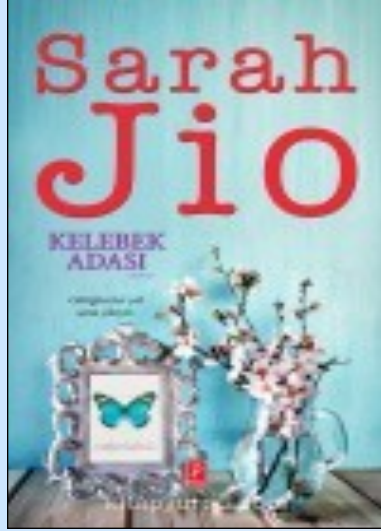
MEKANI OLAN TİYATROLAR		MEKANI OLMAYAN TİYATROLAR	
1	Küçük Salon www.kucuksalon.com Bahariye Caddesi Soner Sokak No: 15/B 0216 336 50 02 kucuksalonyunculari@gmail.com	22	Tiyatro Kılçık www.tiyatrokilkic.com Karadut Sokak No: 14/1 0538 986 73 73 0538 313 72 83
2	Akka Kara www.tiyatroakakara.com Bahariye Caddesi No: 92 Aylidiz Pasajı 0216 541 43 59	23	Tiyatro Kronik www.tiyatrokronik.com Recep Peker Caddesi No: 5/3 Bekir Tosun: 0533 212 49 49 bekirtosun@gmail.com
3	Moda Sahnesi www.modasahnesi.com Bahariye Caddesi Halil Ethem Sokak No: 34/27 0216 330 58 00 0216 330 58 01 bilgi@modasahnesi.com	MEKANI OLMAYAN TİYATROLAR	
4	Baba Sahne www.babasahne.com Bahariye Caddesi Sakırgülü Sokak No: 27 info@babasahne.com	KaST www.tiyatrokast.com 0505 722 76 73 tiyatrokast@gmail.com	
5	Levent Kurca Kültür ve Sanat Merkezi www.lksmonline.com Bahariye Caddesi Ünveran Pasajı No: 35 0534 824 34 34 info@lksmonline.com	Tiyatro Merdiven www.tiyatromerdiven.com selcukdelipinar@yahoo.com delipinarhandan@gmail.com Selçuk Delipinar: 0533 926 66 16 Handan Delipinar: 0532 577 19 51	
6	Duru Tiyatro www.durutiyatro.com Dr. Esat Işık Caddesi No: 68 0216 338 56 86 info@durutiyatro.com	Defne Tiyatro facebook.com/DefneTiyatro Cemil Uludağ: 0551 710 89 85 defne@hayatdergi.com	
7	Oyun Atölyesi www.oyunatolyesi.com Dr. Esat Işık Caddesi No: 3 0216 345 39 39 bilgi@oyunatolyesi.com	Hayalbaz Tiyatro hayalbazoyunatolyesi.com facebook.com/hayalbaztiyatro instagram.com/hayalbaztiyatro Mehmet Erbil: 0543 673 24 08 mehmetbilim@gmail.com İtimsim: hayalbazoyunatolyesi.com	
8	Müjdat Geçen Tiyatrosu mujdatgecentiyatrosu.com.tr Bahariye Caddesi Kırtasiye Sokak No: 46 0216 449 59 52 - 53 zverbeyism@gmail.com	Onuncu Köy Tiyatrosu www.onuncukoytiyatrosu.com Burak Timorci: 0532 273 51 00 btimorci@gmail.com	
9	Kadıköy Theatron www.kadikoytheatron.org Söğütöçme Caddesi No: 64 Bulvar Çarşısı, Zemin Kat 0216 345 18 28 0541 739 47 24 kadikoytheatron@gmail.com	Tiyatro 34 www.tiyatro34.com Altan Tezel: 0532 337 10 71 tiyatro@tiyatro34.com	
10	Öykü Sahne www.tiyatrooikca.com Bahariye Caddesi Sakırgülü Sokak No: 29 0216 336 76 55 0532 498 83 97 bilgi@tiyatrooikca.com	Tiyatro 34 www.tiyatro34.com Altan Tezel: 0532 337 10 71 tiyatro@tiyatro34.com	
11	Living Room www.livingroom.com.tr Arayıcıbaşı Sokak No: 9 0216 405 24 04 info@livingroom.com.tr	Tiyatro Fora www.tiyatrofora.com 0216 380 32 02 bilgi@tiyatrofora.com	
12	Moda Sanat Tiyatrosu www.modasanattiyatrosu.org Leylak Sokak Etf İş Hanı Giriş Kat No: 14/A 0216 338 07 19 0507 690 10 11 modasanattiyatrosu@gmail.com	Tiyatro Alkis www.tiyatroalkis.com 0216 347 14 70 info@tiyatroalkis.com	
13	Altıkat Sanat www.altikatsanat.com Moda Caddesi Huzur Palas Pasajı No: 35/5 0536 214 27 33 bilgi@altikatsanat.com	Kuzguncuk Sanat www.kuzguncuksanat.com 0553 187 67 98 - 0553 228 44 63 kuzguncuksanat@gmail.com	
14	Emek Sahnesi www.emeksahnesi.com Uzunçayır Caddesi Doğançay İş Hanı No: 29/1 0216 545 73 76 emeksahnesi@gmail.com	Tiyatro Bahane www.facebook.com/Tiyatro-Bahane-1404991429814616/ 0216 345 54 49 sahnebahane@gmail.com	
15	Karma Drama www.karmadrama.com Deric Zeynel Sokak No: 8/A 0532 448 30 72 0532 285 66 66 karmadrama@karmadrama.com	Çatkapı Oyuncuları www.facebook.com/CatkapıOyuncuları Atilla Ertekin: 0532 362 52 12 atertekin@gmail.com	
16	İstanbulimpro Sahne www.istanbulimpro.com Halitaga Caddesi Şadırvan Pasajı No: 28 0544 580 14 00 istanbulimpro@gmail.com	KATOT www.katot.biz facebook.com/Katot.Kadikoy TiyatroOyuncularıToplulugu 0216 474 73 76 info@katot.biz	
17	Çadır www.cadirstudio.com Abdülhalim Memduh Sokak No: 16 0216 337 06 23 0536 701 44 21 cadirstudio@gmail.com	İstanbul Kumpanyası www.istanbulkumpanyasi.com 0216 474 73 76 info@istanbulkumpanyasi.com	
18	Craft facebook.com/atolyeCRAFT Şefik Bey Sokak No: 17 0216 345 05 18 - 19 info@atolyecraft.com	Kabare Dev Aynası www.kabaredevaynasi.com 0216 418 16 46 kabaredevaynasi@gmail.com	
19	Piyatro facebook.com/PiyatroKadikoy İbrahimaga Zaviyesi Sokak No: 11/A Koşuyolu 0216 339 83 59 0535 308 4493 info@tiyatropi.com	Bizim Tiyatro www.bizimtiyatro.net 0538 313 76 77 bizimtiyatro@gmail.com	
20	Entropi Sahne www.entropisahne.com Piri Çavuş Sokak No: 6/1 0216 337 17 14 0532 158 52 42 bilgi@entropisahne.com	Enis Fosforoglu Tiyatrosu www.enisfosforoglutiyatrosu.com enisfosforoglu@hotmail.com	
21	Nâzım Hikmet Kültür Merkezi www.istanbul.nhkim.org.tr Bahariye Caddesi Ali Suavi Sokak No: 7 0216 414 22 39 info@nazimhikmetkulturmerkezi.org	Kandemir Konduk Tiyatrosu www.facebook.com/Kandemir-Konduk-1179119368778974 Gizem Yılmaz: 0532 503 39 47 yaziya@hotmali.com	

ARALIK AYINDA HANGİ BALIK YENİR?

Hamsi, tekir, palamut, lüfer, çinekop, barbunya, mezzit, istavrit bol ve lezzetlidir. Uskumru, lüfer, palamut ve torik yağlıdır ve her türlü yemeği yapılır. Hamsi de lezzetlidir.



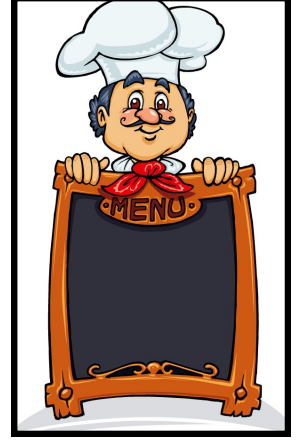
AYIN EN ÇOK SATAN İLK ON KİTABI



KESTANELİ HİNDİ BÜNYAN

MALZEMELER

- 2 haşlanmış hindi but eti
- 300 gr kestane
- 1 soğan
- 3 su bardağı pirinç
- 4~5 su bardağı hindi suyu
- 1 yemek kaşığı ayçiçeği yağı
- 2 yemek kaşığı tereyağı
- Tuz
- Karabiber



YAPILIŞI

Kestaneleri ızgara usulü pişirin ve kabuklarını soyun. Pirinci yıkayıp ılık suda bekletin. Tereyağı ile ayçiçeği yağın ısıtın. Üzerine yemeklik doğradığınız soğanı ilave edip kavurun. Yumuşayan soğanın üzerine kestaneleri ve suyunu süzdüğünüz pirinci ekleyip rengi şeffaflaşmaya kadar kavurun. Malzemeyi fırın kabına yayın. Üzerine ayıkladığınız hindi etlerini, 4 su bardağı suyu, tuz ve karabiberi ekleyip üzerini hava almamasını sağlayarak yağlı kağıt ile kapatın. Alüminyum folyo ile de kapattıktan sonra önceden ısıtılmış 180 derece fırında pirinçler yumuşayınca kadar pişirin. Fırından çıkarıp sıcak servis yapın.



ARALIK AYI MEYVE VE SEBZELERİ

Aralık ayında en bol ve en lezzetli olan meyveler ve sebzeler...

Sağlıklı beslenmenin en önemli kurallarından birisi sebzeleri ve meyveleri zamanında tüketmektir. Sofralarımızda Aralık ayı boyunca mümkün olduğunca bu sebze ve meyvelere yer verelim.

Meyveler:

Mandalina, portakal, greyfurt, limon, elma, armut, muz, kivi, ayva, nar, balkabağı, muşmula



Sebzeler:

Yer elması, kereviz, pırasa, beyaz lahana, kırmızı lahana, brüksel lahanası, pazı, kırmızı turp, karnabahar, havuç, ıspanak, şalgam, pancar

Yemişler:

Kestane

Yeşillikler:

Marul, roka, biberiye, soğan, nane, maydanoz, tere

ACIL NUMARALAR			
Polis İmdat	155	Sihhi İmdat	112
Jandarma İmdat	156	Gaz Arıza	187
Yangın İhbar	110	Alo Zabıta	153
Alo Trafik	154	Posta Kodu	119
Alo Emniyet Danışma	174	Telefon Arıza	121
Bilinmeyen Numaralar	118	Uyandırma	135
Orman Yangını İhbar	177	Cenaze Hizmetleri	188
Alo Doktorum Yanımda	113	Vergi Danışma	189
Sağlık Danışma	184		

SALÇANIN KÜFLENMESİ NASIL ENGELLENİR?

Küflenmeyi Önlemenin Yolları:Eğer hazır salça tüketiyorsanız salça alırken küçük boyutlarda almalısınız. Böylece kısa zamanda tüketerek küflenmesine fırsat vermezsiniz. Salçanızı alırken teneke kutu yerine cam kavanozda alırsanız daha iyi olur. Hem sağlık açısından hem de küflenmesini önleme açısından daha iyi olacaktır. Eğer teneke kutuda aldıysanız eve geldiğinizde cam bir kavanoza boşaltmanız da alternatif olabilir.

Küflenmeyi Önlemek İçin Sıvı Yağ Çözümü: Eğer aldığınız salça çok fazla ve ne yapacağınızı bilmiyorsanız çok kolay bir çözümü vardır. Salçayı küçük kavanozlara koyarak üzerine sıvı yağ koyabilirsiniz. Bir kavanoz salçaya 3 yemek kaşığı sıvı yağ yeterli olacaktır. Her yemek yapışınızda yemeklere üzerindeki yağ ile birlikte salçayı ekler ve salçanın üzerindeki yağı yenilersiniz. Böylece küflenmez ve üzerindeki yağda yenilemiş olursunuz. Kullanmadığınız kavanozlardaki salçaları da üzerine sıvı yağ ekleyerek, kapaklarını kapatıp kullanana kadar açmazsanız küflenmesi engellenir.

Zeytinyağı İle Yapılacak Salça Saklama Formülü: Salçalarınız çok fazla ise bir başka yöntem olarak her kavanoz için bir çay bardağı zeytinyağı koyarak ateşte kaynatın. Kaynatırken ocağın kısık ateşte olmasına dikkat edin. Daha sonra içine bir yemek kaşığı kaya tuzu ekleyerek sıcak olarak kavanozları kapatın. Buzdolabında ya da serin bir yerde saklamanız doğru bir tercih olacaktır.

Tereyağı İle Salçayı Saklama Formülü:Uzun zaman kullanmayacağınız salçanızı tereyağı ile saklayabilirsiniz. Tereyağını eriterek kullanmayacağınız salça kavanozlarının üzerine dökün. Ağzını hava almayacak şekilde kapatıp, serin bir yerde saklayarak kullanacağınız zaman açabilirsiniz. Ayrıca kullanacağınız zaman üzerine sık sık sıvı yağ dökerseniz küflenmesi önlenmiş olur.

Buz Kalıpları İle Çözüm:Salçalarınızı küçük plastik buz kalıplarına koyarak dondurabilirsiniz. Sonrasında hepsini bir poşete koyup kullanacağınız zaman çıkartırsınız. Isı ile temas edeceği için yemek yapacağınız zaman hemen eriyecek ve size zorluk çıkarmayacaktır. Bu formülün bir başka avantajı da tek kullanımlık olmasıdır. Daha pratik bir yöntemdir.



Tuzla Saklama Formülü:Genellikle konserve salçalar çok fazla tuzlu olmamaktadır. Bu nedenle aldığınız zaman bir kavanoza boşaltırken içine bir kilo salçaya yarım fincan tuz girecek şekilde tuzlayıp saklayabilirsiniz. Daha uzun ömürlü olacaktır. Ayrıca konserve salçaları bir kavanoza boşaltmak istemezseniz konserveyi açtıktan sonra üzerini hava almayacak şekilde bir kapakla ya da çay tabağı ile kapatabilirsiniz.

DOĞA TAKVİMİ

- 1 ARALIK : KESKİN RÜZGARLAR
2 ARALIK : ÜLKER DÖNÜMÜ FIRTINASI
9 ARALIK : KARAKIŞ BAŞLANGICI
10 ARALIK : TOPRAK ANA GÜNÜ
11 ARALIK : DÜNYA DAĞLAR GÜNÜ
12 ARALIK : KARAKIŞ FIRTINASI
21 ARALIK: EN UZUN GECE, KIŞ MEVSİMİNİN BAŞLANGICI, GÜN DÖNÜMÜ FIRTINASI
22 ARALIK :ZEMHERİ BAŞLANGICI
29 ŞİDDETLİ SOĞUKLAR VE DÜNYA BİYOLOJİK ÇEŞİTLİLİK GÜNÜ



ARALIK 2016 GÖK OLAYLARI

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	



KADIKÖY BELEDİYESİ GÖNÜLLÜLERİ ARALIK AYI ETKİNLİKLERİNDEN...



"ACIBADEM TSM KOROSU" Şef OĞUZHAN TOPRAK

05 Aralık 2016 / 20.00
Yer: Kadıköy Belediyesi Evlendirme Dairesi

"FİKRET KARAHAN SEVGİ TSM KOROSU " Şef TEVHİD ACAR

06 Aralık 2016 / 19.30
Yer: Kadıköy Belediyesi Evlendirme Dairesi

"SKOLYOZ VE TEDAVİ YÖNTEMLERİ Doç. Dr. Mehmet AYDOĞAN

06 Aralık 2016 / 14.00
Yer: Kozyatağı Kültür Merkezi Konferans Salonu

"İBRAHİM ŞİRİN TSM KOROSU" Şef İBRAHİM ŞİRİN

08 Aralık 2016 / 20.00
Yer: Kadıköy Belediyesi Evlendirme Dairesi
Düzenleyen: Müzik Gönüllüleri

"SAĞLIKLI BESLENELİM SAĞLIKLI KALALIM" Doç. Dr. Oğuz ÖZYARAL

08 Aralık 2016 / 14.00
Yer: CKM A Salonu

"İLKOKUL VELİLERİNE HEDEF BELİRLEME EĞİTİMİ" Rehber Öğretmen Ayça ERDOL

09 Aralık 2016 / 14.00
Yer: Göztepe Gönüllü Evi

"MUTLU TÜRK MÜZİĞİ KOROSU" Şef Ayfer Er

12 Aralık 2016 / 20.00
Yer: Kadıköy Belediyesi Evlendirme Dairesi
Düzenleyen: Müzik Gönüllüleri

"2017 GÖKYÜZÜ SÜRPRİZLERİ" Astrolog Ümit ÇİLİNGİROĞLU

13 Aralık 2016 / 20.00
Yer: Zühtüpaşa Gönüllü Evi
Düzenleyen: Zühtüpaşa Gönüllüleri

"KARMA KORİSTLER KOROSU" Şef ADNAN ATLIĞ

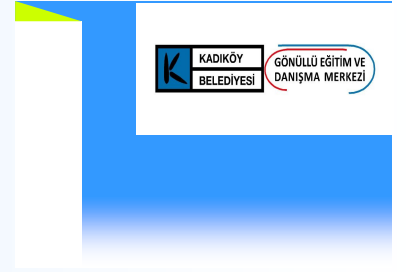
13 Aralık 2016 / 20.00
Yer: Kadıköy Belediyesi Evlendirme Dairesi
Düzenleyen: Müzik Gönüllüleri

"AKADEMİ TSM KOROSU" Şef CANER BAKIR

14 Aralık 2016 / 20.00
Yer: Kadıköy Belediyesi Evlendirme Dairesi
Düzenleyen: Müzik Gönüllüleri
Davetiyelidir. İletişim: 0533 271 27 85



KADIKÖY BELEDİYESİ GÖNÜLLÜLERİ ARALIK AYI ETKİNLİKLERİNDEN...



"SEVGİ DİLİ"

Uzm. Psik. Asuman ÖZAYDIN

15 Aralık 2016 / 14.00

Yer: Rasimpaşa Gönüllü Evi

Düzenleyen: Rasimpaşa Gönüllüleri

"KOLAY KANDIRILMA NEDENLERİ"

Doç Dr. Nusret KAYA

15 Aralık 2016 / 14.00

Yer: Fenerbahçe Gönüllü Evi

Düzenleyen: Fenerbahçe Gönüllüleri

"ÇAĞLAR BOYU FELSEFE, SANAT VE TEKNOLOJİNİN GİZEMLİ YOLCULUĞU"

Prof. Dr. Murat ERİÇ

15 Aralık 2016 / 14.00

Yer: CKM B Salonu

Düzenleyen: Suadiye Gönüllüleri

"ÖFKE KONTROLÜ"

Uzm. Psik. Asuman ÖZAYDIN

16 Aralık 2016 / 13.30

Yer: Osmanağa Gönüllü Evi

Düzenleyen: Osmanağa Gönüllüleri

"NİHAVENT BAYANLAR TOPLULUĞU"

Şef: RECEP ALPER ÇEVİREL

19 Aralık 2016 / 20.00

Yer: Kadıköy Belediyesi Evlendirme Dairesi

Düzenleyen: Müzik Gönüllüleri

"LALEZAR TSM KOROSU"

Şef HAYRİ PEKŞEN

20 Aralık 2016 / 20.00

Yer: Kadıköy Belediyesi Evlendirme Dairesi

Düzenleyen: Zühtüpaşa Gönüllüleri

"BANA YENİ BİR BEN LAZIM"

Dr. Müh. Gülay SAVAŞ

20 Aralık 2016 / 13.00

Yer: Fikirtepe Gönüllü Evi

Düzenleyen: Fikirtepe Gönüllüleri

"İŞİTEN YÜREKLER"

İşaret Dili Eğitmeni Nilgöl ERTEKİN

21 Aralık 2016 / 14.00

Yer: Kriton Curi Parkı Gönüllü Evi

Düzenleyen: Kriton Curi Parkı Gönüllüleri

"KADININ ADI VAR"

**Banu ÖZKAN TOZLUYURT, Ebru TUAY
ÜZÜMCÜ, Özge UZUN**

21 Aralık 2016 / 13.00

Yer: Merdivenköy Gönüllü Evi

Düzenleyen: Merdivenköy Gönüllüleri

"KEL ŞARKICI"

Tiyatro Oyunu

22 Aralık 2016 / 20.30

Yer: Barış Manço Kültür Merkezi

Düzenleyen: Tiyatro Gönüllüleri



KADIKÖY BELEDİYESİ GÖNÜLLÜLERİ ARALIK AYI ETKİNLİKLERİNDEN...



"TALAT ER TÜRK MÜZİĞİ KOROSU" **Şef TALAT ER**

26 Aralık 2016 / 20.00

Yer: Kadıköy Belediyesi Evlendirme Dairesi

Düzenleyen: Caddebostan Gönüllüleri

Davetiyelidir. İletişim: 0216 357 58 69

"ESER TSM KOROSU" **Şef ESRA BOZKURT İRİKAYA**

27 Aralık 2016 / 20.00

Yer: Kadıköy Belediyesi Evlendirme Dairesi

Düzenleyen: Müzik Gönüllüleri

2017 YILI RESMİ TATİLLER

Yılbaşı: Pazar, 1 Ocak, 2017.

- Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı: Pazar, 23 Nisan, 2017.
- Emek ve Dayanışma Günü: Pazartesi, 1 Mayıs, 2017.
- Atatürkü Anma Gençlik ve Spor Bayramı: Cuma, 19 Mayıs, 2017.
- Ramazan Bayramı Arifesi: 1/2 Gün – Cumartesi, 24 Haziran, 2017.
- Ramazan Bayramı – 1. Gün: Pazar, 25 Haziran, 2017.
- Ramazan Bayramı – 2. Gün: Pazartesi, 26 Haziran, 2017.
- Ramazan Bayramı – 3. Gün: Salı, 27 Haziran, 2017.
- Zafer Bayramı – 1 Gün: Çarşamba, 30 Ağustos, 2017.
- Kurban Bayramı Arifesi: 1/2 Gün – Perşembe, 31 Ağustos, 2017.
- Kurban Bayramı – 1. Gün: Cuma, 1 Eylül, 2017.
- Kurban Bayramı – 2. Gün: Cumartesi, 2 Eylül, 2017.
- Kurban Bayramı – 3. Gün: Pazar, 3 Eylül, 2017.
- Kurban Bayramı – 4. Gün: Pazartesi, 4 Eylül, 2017.
- Cumhuriyet Bayramı: 1,5 Gün – Cumartesi, 28 Ekim, 2017 – Pazar, 29 Ekim, 2017.



KADIKÖY BELEDİYESİ GÖNÜLLÜLERİ İNDİRİM ANLAŞMALI KURUMLAR LİSTESİ



FİRMA ADI	HİZMET ALANI	İNDİRİM ORANI	ADRES
ACIBADEM SAĞLIK GRUBU	SAĞLIK	15% - 25%	ACIBADEM TEKİN SOK. NO: 8 KADIKÖY 544 44 44
DÜNYA GÖZ	SAĞLIK - TETKİK	15%	BAĞDAT CD NO:150 FENERYOLU 444 44 69
DÜNYA GÖZ	SAĞLIK - MUAYENE	15%	BAĞDAT CD NO:150 FENERYOLU 444 44 69
DÜNYA GÖZ	GENEL AMELİYAT	10%	BAĞDAT CD NO:150 FENERYOLU 444 44 69
DÜNYA GÖZ	LAZER AMELİYAT	10%	BAĞDAT CD NO:150 FENERYOLU 444 44 69
MEDİPOL MEGA HASTANELER KOMPLEKSİ	SGK' lı Hastalar için; Hasta farkı üzerinden: Muayene: %10, Teşhis: %15, Müdahalelerde: %15, Operasyonlarda: %10 Cari fiyatlar üzerinden: Dış: %10, Ambulans : %20 indirim uygulanacaktır. Ücretli Hastalar için; Cari fiyatlar üzerinden: Muayene: %10, Teşhis : %20, Müdahalelerde:%15, Operasyonlarda:%15 Dış:%10, Ambulans:%20 indirim uygulanacaktır.		TEM AVRUPA OTOYOLU GÖZTEPE ÇIKIŞI NO:1 BAĞCILAR 0212 460 77 77
KADIKÖY MEDİPOL HASTANESİ			E-5 HAREM YOLU ÜZERİ, KOŞUYOLU 544 66 66
NİSA HASTANESİ			FATİH CAD. YENİBOSNA 0212 454 44 00
ÖZEL MEDİPOINT TIP MERKEZİ (SGK'LI HASTALAR İÇİN)	MUAYENE	10% (Hasta farkı üzerinden)	ŞAİR ARŞİ CAD. NO:6 KADIKÖY 444 0 664
	TEŞHİS	30% (Hasta farkı üzerinden)	ŞAİR ARŞİ CAD. NO:6 KADIKÖY 444 0 664
	DİŞ	10% (Cari fiyatlar üzerinden)	ŞAİR ARŞİ CAD. NO:6 KADIKÖY 444 0 664
ÖZEL MEDİPOINT TIP MERKEZİ (ÜCRETLİ HASTALAR İÇİN)	MUAYENE	25% (Cari fiyatlar üzerinden)	ŞAİR ARŞİ CAD. NO:6 KADIKÖY 444 0 664
	TEŞHİS	35% (Cari fiyatlar üzerinden)	ŞAİR ARŞİ CAD. NO:6 KADIKÖY 444 0 664
	DİŞ	10% (Cari fiyatlar üzerinden)	ŞAİR ARŞİ CAD. NO:6 KADIKÖY 444 0 664
YEDİTEPE ÜNİVERSİTESİ DİŞ HASTANESİ	SAĞLIK DİŞ	%15 (Hastane cari fiyatları üzerinden, Teknisyen ve malzeme ücreti hariç)	BAĞDAT CAD. NO: 238 GÖZTEPE 363 60 44
ÖZEL MEDİCANA ÇAMLICA HASTANESİ VE TIP	MUAYENE-TEŞHİS-TEDAVİ	20% (Cari fiyatlar üzerinden)	ALEMDAĞ CD. NO:113 ÜSKÜDAR 0850 460 63 34



KADIKÖY BELEDİYESİ GÖNÜLLÜLERİ İNDİRİM ANLAŞMALI KURUMLAR LİSTESİ



FİRMA ADI	HİZMET ALANI	İNDİRİM ORANI	ADRES
ANTHEMİS GÜZEL- LİK MERKEZİ	GÜZELLİK- KİŞİSEL BA- KIM		PAZARBAŞI MAH. KARAMANOĞLU SK. NO: 86/A ÜSKÜDAR 553 92 03
ERA OPTİK		%30 (Tüm optik camlar, op- tik çerçeve, güneş gözlüğü)	BAĞDAT CAD. NO:260/1A 14-15 CADDEBOSTAN 467 63 71-72
PAPA CAFE	KAFE (YİYECEK-İÇECEK)	15%	CAFERAĞA MAH. RUŞENAĞA SOK. NO:18/A MODA 450 00 37
LİVİNG ROOM SA- NAT KULÜBÜ	KLÜP- RESTORAN (ETKİNLİK BİLETLERİ HA- RİÇ TÜM TÜKETİMLER)	20%	CAFERAĞA MAH. ARAYICIBAŞI SOK. NO: 9 KADIKÖY 405 24 04
ÖRGE SİGORTA	SAĞLIK, KASKO, TRAFİK, KONUT VE İŞYERİ Sİ- GORTA POLİÇELERİ	5% (NET PRİM ÜZERİNDEN)	İRFAN BEY SOK. NO: 10/16 KADIKÖY 346 30 16
ACIBADEM PET SHOP	KEDİ -KÖPEK MAMALA- RINDA (KAPALI PAKET)	10%	HASAN AMİR SOKAK, VE- DAT HAN NO: 41/1-3 KIZILTOPRAK 418 10 36
GENÇPET	PETSHOP	10%	OSMANAĞA MAH. KUŞDİLİ CAD. UĞUR İŞHANI NO: 4 414 68 26
PET'S MAMA.COM	PETSHOP (NAKİT ÖDEMELİ TÜM ÜRÜNLERDE)	15%	KÖRDERE SOK. NO: 15 338 86 25
ÇİĞKÖFTECİ DR.ERDAL USTA	ÇİĞKÖFTE	20%	RECEP PEKER CAD. NO: 34/1 KIZILTOPRAK 336 25 08
ERAR KURUTEMİZLEME	KURUTEMİZLEME	15%	BAĞDAT CAD. ÇETİN SO- KAK NO: 5 352 33 26
PLATİN ÇİÇEK VE DEKORASYON	ÇİÇEK - DEKORASYON	10%	BAĞDAT CAD. NO: 68/11 336 44 99
ERDOĞAN ÇİÇEK EVİ	ÇİÇEKÇİ	15%	RECEP PEKER CAD. NO: 38/1 KIZILTOPRAK 348 82 25
MARON KUYUMCU- LUK	KUYUMCU	25%	BAĞDAT CAD. NO:260 CADDEBOSTAN 359 30 69



GÖNÜLLÜ EVİ	ADRES	İLETİŞİM
Gönüllü Eğitim ve Danışma Merkezi	Osmanağa Mahallesi, Hasırcıbaşı Caddesi, No: 2, Kadıköy	(0216) 346 57 57 Fax: (0216) 346 71 71
Acıbadem Gönüllüleri	Acıbadem Mahallesi, Ata Sokak, No: 14/1	(0216) 325 78 38
Bostancı Gönüllüleri	Bostancı Mahallesi, Sabit Pazar arkası, Zabita Karakolu Yanı, No: 4	(0216) 361 30 88
Caddebostan Gönüllüleri	Caddebostan Mahallesi, Plaj Yolu, Yaşar Bey Apartmanı, No: 1/8	(0216) 357 58 69 (0216) 411 58 00
Erenköy Gönüllüleri	Ethemefendi Caddesi, Eralp Sokak, No: 14/1	(0216) 302 71 83
Fenerbahçe Gönüllüleri	Fenerbahçe Mahallesi, Fenerbahçe Parkı Girişi, Amiral Fahri Korutürk Yat Limanı, No: 1	(0216) 414 12 11
Feneryolu Gönüllüleri	Feneryolu Mahallesi, Mustafa Mazhar Bey Caddesi, Selamiçeşme Özgürlük İçi, 14/1/A	(0216) 567 45 32
Fikirtepe Gönüllüleri	Fikirtepe Mahallesi, Mandıra Caddesi, Turgut Apartman, No: 156/1	(0216) 551 04 70 - 71
Göztepe Gönüllüleri	Fahrettin Kerim Gökay cd.İhsan apt.226/5 Göztepe	(0216) 346 87 87 (0216) 541 95 73
Hasanpaşa Gönüllüleri	Hasanpaşa Mahallesi, Sarayardı Caddesi, No: 41/1-2	(0216) 326 12 80
Koşuyolu Gönüllüleri	Koşuyolu Mahallesi, Mehmet Afkan Sokak, Koşuyolu Spor Tesisleri Yanı	(0216) 340 70 33
Koşuyolu Mahalle Evi	Koşuyolu Mahallesi, Koşuyolu Caddesi, Süleyman Nazif Bey Sokak, No: 130	(0216) 326 43 61
Kriton Curi Parkı Gönüllüleri	Kozyatağı Mahallesi, Bayar Caddesi, Okur Sokak, No: 5	(0216) 416 41 34
Merdivenköy Gönüllüleri	Dr. Erkin cd. Zaman sk. Sevim apt.No:29/A	(0216) 478 37 12
Moda Gönüllüleri	Moda Caddesi, No: 190/A	(0216) 346 85 18
Osmanağa Gönüllüleri	Fahrettin Kerim Gökay cd. 13/2 Kadıköy	(0216) 450 69 90
Rasimpaşa Gönüllüleri	Rasimpaşa Mahallesi, Karakolhane Caddesi, No: 39	(0216) 414 67 15 - 16
Sahrayıcedit Gönüllüleri (23 Nisan Parkı)	Sahrayıcedit Mahallesi, Cebesoy Sokak, 23 Nisan Parkı	(0216) 368 79 57
Sahrayıcedit Gönüllüleri (Defne Parkı)	Sahrayıcedit Mahallesi, Bahçeli Sokak, Defne Parkı	(0216) 411 85 42
Suadiye Gönüllüleri	Küçükağa sk. Ülkü apt. No:5 D:9	(0216) 445 60 59
Zühtüpaşa Gönüllüleri	Tuna Çiçeği sk. Kantarcı oğlu işhanı No.1 Kat 2 Kızıltoprak	(0216) 347 40 27
Tiyatro Gönüllüleri	Osmanağa Mahallesi, Hasırcıbaşı Caddesi, No: 2, Kadıköy	(0216) 346 57 57
Müzik Gönüllüleri	Osmanağa Mahallesi, Hasırcıbaşı Caddesi, No: 2, Kadıköy	(0216) 550 79 46



Osmanağa Mahallesi, Hasırcıbaşı Caddesi, No: 2, Kadıköy

0216) 346 57 57 Fax: (0216) 346 71 71

www.kadikoybelediyesigonulluleri.com

gonullumerkezi@kadikoy.bel.tr

