

MOZAIK

YIL 1 / HAZİRAN-TEMMUZ 2006 ÜCRETSİZDİR

GAP BÖLGESİNDE
ADİL TİCARET ÖRNEĞİ

YOKSULLARA YÖNELİK
YENİ BİR GİRİŞİM

MARDİN SAVUR'DA
SICACIK BİR MEKAN

BENİM HİKAYEM:
ÇATOM KATILIMCISI
YADİGAR'IN ÖYKÜSÜ

TOPLUMSAL CİNSİYETİN
KADIN VE ERKEK
SAĞLIĞINA ETKİLERİ

KADINA YÖNELİK ŞİDDET
VE 4320 SAYILI
AİLENİN KORUNMASINA
DAİR KANUN

MİKRO İŞLETME VE
ÜRÜN TASARIMI EĞİTİMLERİ

MUM BATIK
ATÖLYE ÇALIŞMASI



MOZAİK

10. SAYI / HAZİRAN - TEMMUZ 2006 - 100 SAYFASI

GAP BÖLGESİNDE
ADİL TİCARET ÖRNEĞİ

YOKSULLARA YÖNELİK
YENİ BİR GİRİŞİM

MARDİN SAVUR'DA
SICACIK BİR MEKAN

BENİM HİKAYEM:
ÇATOM KATILIMCISI
YADIGAR'IN ÖYKÜSÜ

TOPLUMSAL CİNSİYETİN
KADIN VE ERKEK
SAĞLIĞINA ETKİLERİ

KADINA YÖNELİK ŞİDDET
VE 4320 SAYILI
AİLENİN KORUNMASINA
DAİR KANUN

MİKRO İŞLETME VE
ÜRÜN TASARIMI EĞİTİMLERİ

MUM BATIK
ATÖLYE ÇALIŞMASI



Sahibi ve Sorumlusu

GAP İdaresi-Birleşmiş Milletler Kalkınma Programı
PROJE

Güneydoğu Anadolu Bölgesi
Bölgesel Kalkınma Güçlendirilmesi ve
Sosyo-Ekonomik
Eşitsizliklerin Azaltılması - Aşama 2

Genel Yayın Yönetmeni
H. Serap Özen

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü
H. Serap Özen

Tasarım ve Yapım
YAZIHANE
Tel: 0212 244 77 00

Grafik Uygulama
Ahmet Kılıç

Baskı
GOLDEN PRINT

Baskı Tarihi
Ağustos 2006

İletişim Adresi
Eski Emniyet Müdürlüğü Binası
Çok Amaçlı Toplum Merkezi (ÇATOM)
Kat:2 Meydanbaşı/MARDİN
Tel: +90 482 213 64 48
Fax: +90 482 213 42 28

Mozaik dergisi, T.C. yasalarına uygun olarak hazırlanmaktadır. Mozaik dergisinin isim ve yayın hakkı Birleşmiş Milletler Kalkınma Programı, GAP İdaresi kapsamındadır. Dergide yayınlanan yazı, fotoğraf ve illüstrasyonların yayın hakkı saklıdır. Yayınlanan yazıların sorumluluğu sahiplerine aittir.

Editörden...

GAP İdaresi ve Birleşmiş Milletler Kalkınma Programı tarafından yürütülen "Kadının Sosyo-Ekonomik Kalkınması Projesi" kapsamında hazırlanan MOZAİK dergisinin son sayısı...

Eylül 2005'te başlayan birlikteliğimiz, bu ay sona eriyor. Proje kapsamında yürütülen çalışmalar, bölgede yapılan eğitimler, sizlere faydalı olacağını düşündüğümüz haberler, açılışlar, festivaller, sergiler, başarı öyküleri ve daha birçok konunun yer aldığı MOZAİK dergisinin hazırlığında hep aynı heyecanla, sizlere en iyisini sunabilmek için çalıştım.

Büyük bir özveriyle bizlere haberleri ulaştıran, her konuda destek olan sivil toplum kuruluşlarına teşekkürlerimi sunuyorum. Bugüne kadar sizden aldığımız olumlu eleştiriler çerçevesinde iyi yaptığımız işleri daha iyi, eleştirilenleri düzeltmeye çalıştık.

Umuyorum ki yaptığımız çalışmalardan sizler de en az bizim kadar memnun kalmışsınızdır.

Sevgiyle,

H.Serap ÖZEN
Genel Yayın Yönetmeni



İçindekiler



4

**GAP Bölgesinde
Adil Ticaret Örneği**



10

**Mardin Savur'da
Sıcacık Bir Mekan**

Nevin Öztürk ile Mardin Savur'da
işlettikleri pansiyonun hikayesi...



16

Benim Hikayem

**Yadigar, Mardin Ömerli
ÇATOM Katılımcısı**

18

Mum Batik

Mardin'de Tasarım Eğitiminde
Mum Batik Atölye çalışması



8

**Yoksullara Yönelik
Yeni Bir Girişim**

Birleşmiş Milletler Kalkınma
Programı'nın Türkiye'de mikro finans
alanında yaptığı girişimler.

24

**Kadına Yönelik
Şiddet**

4320 sayılı ailenin
korunmasına dair kanun

22

**Toplumsal
Cinsiyet Duyarlılığı
Eğitim Seminerleri
Devam Ediyor.**

28

**Toplumsal Cinsiyetin
Kadın ve Erkek
Sağlığına Etkileri**

14

**Mikro İşletme ve
Ürün Tasarımı Eğitimleri**

GAP BKI Başkanlığı, HASNA ve
ANART Vakfı işbirliğiyle Kilis ÇATOM'da



30

**Sağlık
Menapoz Nedir?**

Haberler

ÇATOM Destek Programı kapsamında, Çetinler İlköğretim Okulu açıldı.

24.05.2006 tarihinde ÇATOM kursiyerlerine destek programı kapsamında, Kızıltepe'ye bağlı Çetinler Köyü'nde Valilik, Tugay Komutanlığı ve Kızıltepe Kaymakamlığı iş birliği ile Çetinler İlköğretim Okulu'nun açılışı yapıldı. ÇATOM katılımcılarının yaptığı yöresel yemeklerin ve el ürünlerinin sergilendiği çadırlara, konukların ilgisi büyüktü. Ahşap aksesuarlar, birbirinden güzel takılar, iğne oyları, tülbentler beğeniye sunulurken satış yapıldı. Toplamda 250 YTL'lik kazanç elde eden kadınların, yaptıkları yöresel yemekler ise tükendi.



GAP Bölgesinde Yoksullukla İstihdam Formu

GAP İdaresi ve Birleşmiş Milletler Kalkınma Programı'nın ortak düzenlediği "GAP Bölgesinde Yoksullukla Mücadele ve İstihdam Forumu" Adıyaman'da 12-13 Mayıs 2006 tarihinde yapıldı. Program bugüne kadar yürütülen yoksullukla mücadele programlarının güçlendirilmesine, yeni modellerin geliştirilmesine ve uygulanmasına olanak sağlamak üzere organize edildi. Ulusal ve uluslararası uzmanlar, ilgili kamu kuruluşları, sivil toplum kuruluşları ve uluslararası kuruluşlardan toplam 100 kadar uzman katıldı.

İki gün süren Forum iki bölüm halinde düzendi. Birinci bölümde ulusal ve uluslararası uzmanların yoksulluk ve istihdama ilişkin çerçeve bildirimleri yer aldı. İkinci bölümde ise katılımcılar dört gruba ayrılarak, GAP Bölgesi'nde yoksullukla mücadele ve istihdamın artırılmasına yönelik program ve proje önerileri geliştirme üzerine çalıştılar. Yapılan grup çalışmalarının sonucunda GAP Bölgesi'nde yoksullukla mücadele ve istihdamın geliştirilmesine yönelik bir programın ortaya çıkarılması hedeflenmektedir.



Kilis ÇATOM'da yıl sonu sergisi

12 Mayıs 2006 tarihinde İç İşleri Bakanı Abdulkadir Aksu, Kilis Valisi Nevzat Turhan ÇATOM Yıl Sonu Sergisi'nin açılışını yaptılar. İç İşleri Bakanı ÇATOM'un çalışmalarını yakından ilgilenererek, yürütülen çalışmalara destek verilmesi gerektiğini ifade etti. Özellikle meslek edindirme kurslarının kadın ve genç kızlara bilgi-beceri sağladığını, bu sebeple meslek edinmeleri konusundaki çalışmaların ilerletilmesinin önemli olduğunu vurguladı. Birbirinden güzel ürünlerin bulunduğu sergiye halk büyük ilgi gösterdi.



Evren ÇATOM Okuma Odası Açıldı.

13 Haziran 2006 tarihinde Mardin'in Evren Mahallesi'nde Çocuk Okuma Odası'nın açılışı Mardin Valisi Mustafa Kılıçlar tarafından yapıldı. 150 çocuğun kayıt yaptırdığı merkezde, gruplar

halinde sosyal ve kültürel eğitimler verilecek. Eğitimciler GAP İdaresi'nden ve AÇEV'den gönüllü olarak çalışacaklar.

Ömerli ÇATOM Yıl Sonu Sergisi

13 Haziran 2006'da Ömerli ÇATOM katılımcıları bir yıl boyunca yaptıkları birbirinden güzel ürünleri sergilediler. Bir hafta sürecek olan sergide, oda takımları, yatak örtüleri, keçe çantalar, takılar beğeniye sunuluyor. Katılımcıların özenle hazırladıkları stantlarda satış yapılıyor ve istenirse sipariş alınabiliyor.



Kızıltepe ÇATOM Okuma-Yazma Kursu Açıldı.

Mayıs ayında Kızıltepe ÇATOM'da II. kademe okuma yazma kursu açıldı. Her yaş grubundan kadının talep ettiği kursa, 30 katılımcı kaydedildi. Katılımcıların yarısından fazlasının evli ve çocuklu olmalarına rağmen büyük bir istekle kursa geldikleri gözlemlendi. Kurs haziran ayının sonuna kadar devam edecek.

GAP Bölgesinde Adil Ticaret örneği

4

GAP İdaresi ve Birleşmiş Milletler Kalkınma Programı işbirliği ile yürütölen "Bölgesel Kalkınmanın Güçlendirilmesi ve Bölgedeki Sosyo-Ekonomik Farklılıkların Azaltılması Programı - Aşama II" kapsamındaki bileşenlerden biri, 9 ilde uygulanmakta olan "GAP Bölgesinde Kadının Ekonomik Kalkınması Projesi"dir.

Bu bileşen çerçevesinde, bölge kadınının sosyal ve ekonomik yönden güçlendirilmesi amacı ile, bölge kadınlarının üretebilecekleri pazarlama potansiyeli olan ürünlerin pazar bağlantılarının kurulması ve kadınların gelir getirici faaliyetlere yönlendirilmeleri hedeflenmektedir.

Bu kapsamda, Adıyaman'ın Besni ilçesine bağlı Suvarlı Köyü'nde, Eylül 2005 tarihinden itibaren bir adil ticaret çalışması yapılmıştır.

Adil ticaret, geniş pazarlara açılma imkanı bulamayan küçük çaptaki üreticiler ve bu üreticilerin gelişmesine katkıda bulunmak isteyen tüketiciler arasında doğan alternatif bir

alışveriş şeklidir. Bu çerçevede, küresel serbest ticaretten kaynaklanan yapısal eşitsizlikleri önleyici daha adil bir ticaret şekli sunulması amaçlanmaktadır. Adil ticaret, yerel üreticiye, aracılar olmadan ürünlerini daha geniş pazarlara satabilme olanağı verir.

Emeğinin karşılığını doğrudan kendisinin almasını sağlar. Tüketicilere de almak istediği ürünler için ödeyeceği tutarın, aracı komisyonu olmadan, daha uygun bir fiyata, doğrudan üreticisine ödeme olanağı sağlar.

Bu bağlamda, küreselleşme sonucunda dezavantajlı konumda bulunan küçük çaptaki üreticilerin emeklerinin karşılıklarını alabilmesi, hem uzun vadeli ticaret ilişkilerinin geliştirilebilmesi, hem de üreticilerin kendilerini geliştirme olanağına sahip olması açısından daha adil bir ticaret alternatifi yaratmaktadır.

Adil ticaret, gelişmekte olan yerel üreticilerin uluslararası pazarlara ulaşmalarını sağlayarak uzun vadede, profesyonel ve sosyal gelişmelerine katkıda bulunur. Öte yandan, tüketiciler



Adıyaman Suvarlı Köyü'nde yapılan toplantı

de bu ürünleri alırken, üreticilerin kültürleri hakkında bilgi sahibi olurlar. Bu durum hem kültürel miras hakkında bilinçlenmeye ve kültürel mirasın korunmasına, hem de ürünün karşılığının doğrudan üreticiye gitmesine katkıda bulunur.

Eylül 2005 tarihinden itibaren Fransa'nın en büyük adil ticaret kuruluşu olan Alter Eco şirketi ile görüşmelere başlanmıştır. Alter Eco şirketi 2005 yılında 10 milyon euro ciro kaydetmiş, çeşitli kıtalarda gelişmekte olan 20'ye yakın ülkede küçük çaptaki çiftçi kooperatifleri ile çalışan ve Fransa'da büyük süpermarketlerin tamamına bu kooperatiflerin ürünlerini

Adil ticaret, yerel üreticiye, aracılar olmadan ürünlerini daha geniş pazarlara satabilme olanağı verir. Emeğinin karşılığını doğrudan kendisinin almasını sağlar.

pazarlayan, Fransa'nın en geniş çaptaki adil ticaret şirkettir.

Proje ekibi ve Alter Eco arasında 4 ay süren görüşmeler sonucunda şirket, 2006 yılı başında Türkiye ile çalışmayı prensipte kabul etmiştir. Ocak-Mayıs 2006 tarihleri arasında bölgeden gönderilen çeşitli ürünlerin damak testleri Fransa'da yapıldıktan sonra, kuru üzümün pazarlanmasına karar verilmiştir. Adıyaman'ın Suvarlı Köyü'nün ürettiği kuru üzüm numuneleri, akredite laboratuvarlarda kalite testine tabi tutulmuş ve Avrupa Birliğine ihraç edilmek üzere istenen kalitede olduğu saptanmıştır. Aynı zamanda Suvarlı Köyü'nde, adil ticaret ve kooperatifçilik eğitimleri verilmiş, Alter Eco ile çalışacak çiftçilerin saptanması ve altyapının kurulması sağlanmıştır. Haziran 2006 tarihinde Fransız Alter Eco şirketi

ile Suvarlı Köyü ziyaret edilmiş, çiftçiler ve Alter Eco yetkilileri ile 1 hafta boyunca tanışma, üzümlerin kalite kontrolleri, tarlaların kontrolleri, fiyat ve maliyet araştırmaları, kooperatif kurumu üzerine çalışmalar gerçekleştirilmiştir. Bu ziyaretin sonucunda Alter Eco şirketi 2006 senesinde 10 çiftçiden, pazar fiyatının üzerinde fiyat ödeyerek, 4 ton kuru üzüm almayı en az 3 sene boyunca artacak miktarlarda taahhüt etmiştir.

Şirket adil ticaret prensibi olarak çiftçiler ile kooperatif aracılığıyla direkt çalışmayı tercih etmekte, bu suretle proje altyapı hazırlıklarını tamamladıktan sonra (kooperatif kuruluşu) çiftçiler ve Alter Eco'nun direkt bağlantıda olmalarını sağlayacaktır.



Fransa'da yapılan toplantı



Adıyaman Suvarlı Köyü'nde yapılan toplantı

Suvarlı Köyü'nde bu ticaretin gerçekleşmesi için kooperatif kurulma çalışmalarına başlanmıştır. Kooperatif çiftçilerin eşlerinden kurulacaktır. Kooperatif çiftçilerden adil bir fiyata (piyasa fiyatının %50 üzerinde) kuru üzümü alıp, Alter Eco şirketine satacaktır. Alter Eco kooperatifin bu ihraç sırasındaki tüm masraflarını ek olarak ödemekte ve ayrıca kooperatife bir gelişme payı ödemektedir.

Bu sayede kooperatif üyeleri (çiftçilerin eşleri) hem bir gelir etmiş olacaklar, hem de yetiştirilmesi, toplanması ve işlenmesinde emek verdikleri üzümlerin yurtdışına satışlarını sağlayacaklardır.

Kooperatif prensip olarak, gelirlerinin %20'sini köydeki çok fakir kadınlara yardım için bir yardım fonu kurarak, bu fona aktarılmasını da kararlaştırmıştır.

Sonuç itibari ile;

- Suvarlı Köyü'nün üzümleri dünya pazarına açılarak Fransa'nın Carrefour, Leclerc, Monoprix gibi büyük marketlerinde, Türkiye tanıtımlı paketlerinde, dünyanın başka ülkelerinden gelen ürünlerin yanında ve en az 3 sene boyunca artacak olan sipariş miktarları çerçevesinde satılacak.
- Suvarlı Köyü çiftçileri aradaki toptancılar ve aracılar olmadan, piyasa fiyatının üzerinde ürünlerini pazarlama fırsatı bulacaklar.
- Suvarlı Köyü'nde üzümlerin üretiminde yardımcı olan kadınlar, ortak bir çalışma ile kooperatif kurup, ürünlerin pazarlanmasını sağlayarak gelir elde edeceklerdir.

Gözde AVCI, GAP-UNDP Proje Yöneticisi
gozde.avci@educaide.org

Birleşmiş Milletler Kalkınma Programı'nın, Türkiye'de mikro finans alanında yaptıkları;

yoksullara yönelik yeni bir girişim

8 Mikro finans, teminat gösterecek varlığı bulunmayan ve düzenli bir gelire sahip olmayan bankacılık kesiminin dışına itilmiş, yoksul kesime finansal hizmetlerin ulaştırılmasıdır. Birleşmiş Milletler Kalkınma Programı'nın (UNDP) yaptırdığı son çalışma, Türkiye'de mikro finanstan yararlanacak 5.7 milyon hane halkı olduğunu ortaya koymaktadır. Dünyada yoksullukla savaşta önemli araçlardan biri olan mikro finans 30 yıldır uygulanmakta. Ülkemizde Valiliklerin mikrokredi girişimleri bulunmakla birlikte, Diyarbakır bölgesi ve deprem bölgelerini kapsayan uygulamalar bulunmaktadır.

Mikro kredinin yoksullara ulaştırılması maliyetli ve riskli bir hizmet olduğundan, piyasa faiz oranlarından daha yüksek fiyatlandırılır. Türkiye'de ve dünyadaki uygulamalar göstermektedir ki, mikro krediler yoksullar tarafından % 95 oranında geri ödenmekte. Böylelikle yoksullar, borcunu ödeyip daha yüksek kredi alabilme olanağına sahip olarak yoksulluğa olan duyarlılıkları azalmaktadır.

UNDP'nin yaptırdığı çalışma, yoksulların da tasarrufları olduğunu ama bunun finansal sisteme girmeden yastık altında kaldığına işaret etmektedir. Yoksullar da tasarruflarını emin ve getirisi olan bir yerde saklamayı tercih etmektedir. Bankalar uygun tasarruf ürünleri tasarlaması halinde 2.5 milyon hane halkının tasarrufları finansal sisteme rahatça girebilir. Yoksulların bankalara tasarruflarını yatırmada çekincelerinin başında, sisteme olan güvensizlik ve bankalardan çekinme gelmektedir.

Aynı çalışma bu 5.7 milyon hane halkının, %45'nin bankalar tarafından ve %55'inin de sivil toplum tarafından mikro finans sistemine sokulabileceğinin ayrıca altını çizmiştir.

Kuşkusuz mikro finansın en önemli aktörlerinden biri sivil toplum kuruluşları ve kooperatiflerdir. Dünyadaki uygulamalar da sivil toplum girişimlerinin önemini altını çizmiştir. Halihazırda Türkiye'de mikro finans kuruluşlarının kurulmasına yönelik bir altyapı bulunmamaktadır. Ancak, kooperatifler ve sivil toplum kuruluşları, özellikle dernekler ve özel ticari bankalarla bir araya gelerek mikro finans modeli üzerinde çalışabilirler. Bu konuda UNDP hem sivil toplumla, hem de bankalarla sektör geliştirme konusunda ortaklıklara açıktır.

Türkiye'de, mikro finans alanında 2005 yılının Haziran ayında, hükümeti, Sivil Toplum Kuruluşları'nı, özel sektörü ve uluslararası kalkınma örgütlerini temsil eden çeşitli üyelerden ve de akademisyenlerden oluşan, UNDP 'nin koordinasyonunda bir Ulusal Komite kuruldu. Ulusal Komite, 2005 yılı boyunca tüm yoksulları kapsayıcı finansal sistemler kurmayı ve girişimciliği teşvik etme planları geliştirmeyi amaçladı. Ulusal Komite, mikro finansı teşvik eden yasal, finansal ve düzenleyici sistemler kurulmasına destek olmak için hükümetle; ticari imkanlar yaratılmasına destek olmak, yerel düzeyde yatırım yapılmasını sağlayarak ekonomiyi güçlendirmek amacıyla da özel sektörle birlikte çalıştı. Ulusal Komite, çalışmalarını sırasında mikro finans konusunda bilgi üretmeyi ve bu bilgileri ulusal düzeyde yaymayı amaçladı.

Türkiye'de mikro finans sektörünün gelişimini teşvik etmek için bilinçlendirme çalışmaları da yapıldı. Bu amaçla, www.mikrofinanssturkiye.org adresinde, sanal bir mikro finans sitesi kurulmuş durumda. Buna ek olarak, aylık bir mikro finans bülteni mikro finans ağı içinde dağıtıldı. Ayrıca, aylık tematik atölye çalışmaları da düzenlendi.

Söz konusu periodik atölye çalışmalarında, mikro finansın önemli konuları üzerinde uzmanlara yaptırılmış çalışmalar sunuldu. Bunlar sırasıyla; mikro finansın hukuki altyapısı, Türkiye'de ticari bankalar ve mikro finans, Türkiye'de mikro finans talebi.

Temel Mikro Finans Prensipleri

- 1) Yoksul kimselerin sadece kredilere değil, çeşitli finansal hizmetlere ihtiyaçları vardır.
- 2) Mikro finans yoksullukla savaşmak için güçlü bir araçtır.
- 3) Mikro finans yoksul insanlara hizmet eden bir finansal sistem kurmak demektir.
- 4) Mikro finansın geniş kitlelere ulaşması için sürdürülebilir yapıda olması gerekir.
- 5) Mikro finans kalıcı yerel finansal kuruluşlar kurmak anlamındadır.
- 6) Mikro kredi her zaman soruların cevabı değildir. Mikrokredi her durum için en iyi çözüm yolu değildir.
- 7) Faiz oranı tavan değerleri fakir insanların kredi almasını daha da zorlaştırarak onlara zarar vermektedir.
- 8) Hükümetin görevi finansal hizmetleri doğrudan sağlamak değil, erişim için uygun ortamı sağlamaktır.
- 9) Bağış niteliğindeki fonları özel sermayeyi tamamlamalı, özel sermaye ile rekabet etmemelidir.
- 10) Sağlam kuruluşların ve yöneticilerin eksikliği kritik bir engeldir.
- 11) Mikro finans, performansını ölçtüğü ve açıkladığı zamanlarda en iyi çalışır.

Burcu Güvenek Araslı
Birleşmiş Milletler Kalkınma Programı
Mikro Finans Sektör Geliştirme Proje Müdürü

150 YTL BİR EKONOMİYİ NASIL DEĞİŞTİRİR?

İster yeni bir araç, bir makine ya da pazar yerinde bir dükkan için olsun, dünyadaki milyonlarca yoksul ve düşük gelirli insan, hayatlarını geliştirmek için küçük kredilerden faydalanıyor. Son 30 yılda, insanlar, mikro kredi olarak bilinen bu kredileri, yeni işletmeler açmak, iş yaratmak ve ekonomilerin ilerlemesini sağlamak için kullanıyor. Yoksul insanlar bu kredileri zamanında geri ödeyebileceklerini defalarca kanıtladı. Fakat sorunlara tek çözüm krediler değil.

Kredi ihtiyacı ile birlikte yoksul insanlar sigorta, bir mevduat hesabı ya da başka bir yerde yaşayan bir akrabaya para transfer edebilme yetisi gibi diğer temel finansal hizmetlere ihtiyaç duyabiliyor. Toplu olarak mikro finans olarak bilinen kredilere ve bu tür finansal araçlara erişimin sağlanmasıyla, aileler, okul harçları, beslenme, sağlık, bakım ya da barınma gibi kendi önceliklerine uygun olarak yatırım yapabiliyorlar. Hayatı günlük olarak idame ettirmeye odaklanmaktan ziyade, insanlar bu yolla gelecekleri için plan yapabiliyor.

Yoksulların hayatlarını geliştirmenin bir yolu olarak dünya çapında mikro kredi ve mikro finans programlarını geliştirme amacıyla, Birleşmiş Milletler Genel Kurulu 2005'i Uluslararası Mikro kredi Yılı olarak belirledi. Mikro finans bir seferde bir tek hane halkını idare ediyor olsa da, beraberinde getirdiği umut ve fırsatlar bütün toplumlarda ses getirmekte.

**Küçük bir kredi,
bir ailenin kaderini değiştirebilir.**

**Binlercesi ise,
bütün bir ekonomiyi iyileştirebilir.**

**Birkaç küçük kredi,
bir topluluğu güçlendirebilir.**

Babalarımızın dedelerimizin gelenek ve göreneklerine göre burayı tanıtmaya çalışıyoruz. Gelen konuklarımız olsun, onları ağırlayalım ve buraları görsün tanısın istiyoruz.

Mardin Savur'da Sıcacık bir mekan

Nevin Öztürk 2000 yılında dedelerinden kalan evde pansiyonculuk yapmaya başlamış. Gelen konuklara tarih yaşatıyorlar hem de ev sıcaklığında. Yaşadıkları süreçleri ondan dinleyelim.

11

Kendinizi tanıtır mısınız?

Ben Nevin Öztürk, ev kızıyım ve doğma büyüme Savurlu'yum. Babalarımızın dedelerimizin gelenek ve göreneklerine göre burayı tanıtmaya çalışıyoruz. Gelen konuklarımız olsun, onları ağırlayalım ve buraları görsün tanısın istiyoruz.

Daha önce çalışıyor muydunuz?

Hayır.

Bu pansiyonla beraber başladı iş hayatınız...

Evet. 2000 yılında başladık grupları ağırlamaya. Gelen gruplar çok beğendi burayı, hoşlarına gitti. Onlar da bizi desteklediler.

Bu evin tarihini bize anlatabilir misiniz? Çok eski bir ev burası?

Yaklaşık 200 yıllık bir ev. Biz 4.kuşak oluyoruz. Babamın dedesi yapmış bu evi. Ondan dedeme, dedemden babama ve şimdi bize kaldı.

Kaç odalı bu ev?

7 odalı ve 3 katlı.

Siz burada yaşıyorsunuz.

Evet, doğma büyüme bu evdeyiz.

Peki ev pansiyonculuğu fikri nereden geldi aklınıza?

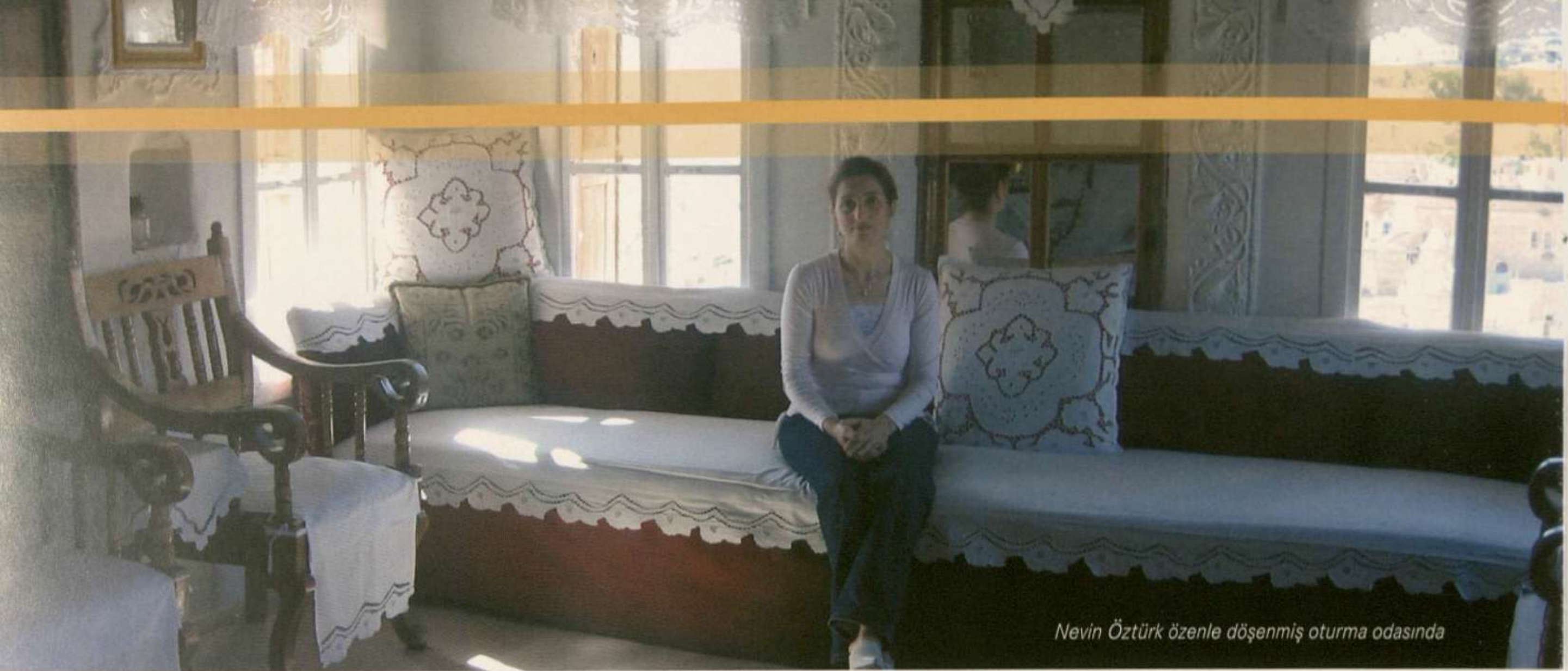
Aslında ilk önce insanlara burayı tanıtmaya çalıştık. Yöresel yemek verdik gruplara.

Pansiyonculuktan önce yemek vererek mi başladınız?

Evet. Gruplara yemek yaptık, öğleden sonraları çay kahve içmeye geldiler. Sonra evin tadilatını yaptık. Tam bir düzene soktuk. Böyle bir şey yapmaya karar verdim. Bir iş olarak görüyorum artık bunu.

Tabi burası hem işiniz hem eviniz olmuş değil mi?

Hem tanıtım hem iş, hem de gelen misafirlerle arkadaşlık... Boş vaktimiz olmuyor. Gelenlerle oturuyoruz, sohbet ediyoruz. Bizim için de değişiklik, güzellik oluyor. İnsanları tanıyoruz, onlar bizleri ve kültürümüzü tanıyorlar.



Nevin Öztürk özenle döşenmiş oturma odasında

12

Kimlerle işletiyorsunuz pansiyonu?

Ailece işletiyoruz. Kardeşlerim, ben hep beraberiz.

Peki grupların gelmesini nasıl organize ediyorsunuz?

Kimlerle kontak kuruyorsunuz?

Dergilerde, kitaplarda, gelen gazetecilerin köşelerinde yer vermesi yardımcı oluyor, tanıtıyorlar... Gören, duyan merak ediyor, geliyor ve burada kalmak istiyor. Gazeteye ilan vermiştik birkaç yıl önce, onun üzerine de çok sayıda insan geldi. 2002 yılında Sibel Can'ın Berivan dizisinin çekimleri burada yapıldı. Tanıtımda onun etkisi de çok oldu.

Aslında sizin reklamınız dilden dile... Ne sıklıkta misafir ağırlıyorsunuz? Kaç kişilik gruplar geliyor? Yani bir insan buraya girdikten sonra neler yaşıyor? Biliyorum ki annenizle birlikte yöresel yemekler yapıyorsunuz.

Yöre yemekleri sunuyoruz konuklara. Yemekler bulgur türü ağırlıkta yapılıyor. İsteğe göre yer yatağı yapıyoruz. Terasta tahtlarda uyumak isteyenleri, orada ağırlıyoruz.

Tam Mardin'e özgü geceler yaşanıyor burada. Ailece oturuyoruz, sohbet ediyoruz, burayı anlatıyoruz. Buranın yaşamını anlatıyoruz. İlk başta gelen gruplar burayı hiç tanımıyorlar ve hiç bilmiyorlardı. Türkçe konuştuğumuzda hayret ediyorlardı. Şalvar giymiyor musunuz? Başınızı örtmüyor musunuz? diye sorular soruyorlardı. Ama şimdi bakıyorum

da alıştı insanlar... Buraları tanıdılar. Artık bu sorular sorulmuyor.

Bize de Savur'daki yaşantıyı, aile yaşantınızı anlatır mısınız?

Ağabeyimler memurlar, çalışıyorlar. Kadınların bir kısmı ev hanımı. Biz de okumadık, ortaokul mezunuyum ben. Evin içinde de insan çalışabilir, yapabilir dedim. İlla okuyup dışarıda çalışmak gerekmiyor. İnsan isterse yapabiliyor. Ayrıca, dedelerimiz bize bu mirası verdi. Bunun kıymetini bilmeliyiz. Biz 4. kuşaktır yaşıyoruz bu evde. Bunu diğer insanlarla da paylaşmak istiyoruz. Onlarda bu güzelliği yaşasınlar, görsünler, eminim onlar da mutlu oluyorlardır. Çünkü, gelenler çok rahat ediyor. Kendi evleri gibi kullanıyorlar. Mutfak açık, istedikleri odalarında, yani rahat ettirmek için elimizden geleni yapıyoruz.

Burada zaten bir ev sıcaklığı var?

Mardin içinde ve çevresinde de ailenin yaşadığı, aynı zamanda konukların ağırlandığı başka bir ev yok.

Bunu ilk yapan Savur'da da Mardin'de de sizsiniz. Aslında Mardin'de ev pansiyonculuğu yapmak için çok uygun bir şehir?

Gelenler bir konukevi, bir müze gibi zannediyorlar. Gelip

ailece yaşamımızı görünce hayret ediyorlar, onlara çok ilginç ve çok güzel geliyor. Bu dikkatlerini çekiyor. Hem aileyle beraber olmak, hem tarihi bir evde konaklamak gelenleri memnun ediyor. Geçen bayramda iki aile gelmişti, çok hoşlarına gitti. Eskiden bayramlarda dedelerimizin evine giderdik, ananelerimize giderdik, o duyguları tekrar yaşattınız bize dediler. Yer yatağı, yer sofrası, ailece beraber olduk.

Siz gelen konuklarla hep beraber misiniz?

İsteyene ayrı yemek servisi açıyoruz, ayrı yemek yapıyoruz. İsteyenle beraber oturup yemek yiyoruz, sohbet ediyoruz. Yani gelenler akrabalarına, baba evine gelir gibi oluyorlar. Bütün herkesin evi burası.

Hangi sıklıkta konuklarınız geliyor?

İlkbahar ve sonbahar dönemlerinde.

Konaklama yapılacak yerde kapasiteniz nedir?

Yazın 30-40 kişi ağırlayabiliyoruz. Kışın her odada bir aile kalabiliyor. Odalara soba kuruyoruz.

İleriye dönük neler var?

Elimizden geldiği kadarıyla istiyoruz ki daha güzel şeyler yapalım, gelen misafirleri daha güzel ağırlayalım. Sürekli insanlar gelsin istiyoruz. Yapılacaklar bitmiyor, çok şey var yapmamız gereken. 2. katı restaurant yapmak istiyoruz. Yavaş yavaş yapacağız.

Burası 6 yıllık bir işletme... 2000 yılında başladığınız noktaya şu anda geldiğiniz noktayı karşılaştırabilir misiniz?

Tabi çok farklı. Çok yol aldık. Fakat yapılacaklar bitmiyor.

Pansiyonu ilk açtığınızda 7 odayı konaklama yapmak üzere mi oluşturduunuz?

Hayır ilk önce 3 odaydı. Ondan sonra çoğalttık, 7 oda oldu.

İlk başta konaklama yapılmıyordu. Yemek veriyorduk sadece. Fakat ilk dönemlerde Mardin tur programları burayla başlıyordu. Daha sonra Mardin'e geçiyorlardı.

Şu anda gelen her grup buraya gelmiyor mu?

Hayır. Mardin turistik olarak öne çıktığı için orada geziyorlar. Bazı tur programlarından Savur çıktı. GAP turları genellikle Mardin-Midyat-Hasankeyf şeklinde oldu.

Ünlü kimler geldi?

Leyla Alaton, Bülent Arınç'ın damadı, Güngör Uras, Azer Bortaçına ve aklıma şu an gelmeyen isimler. Azer Bortaçına Güneydoğu Anadolu Kitabında bize yer verdi.



Sizin izinizden gitmek isteyen var mı?

Şu an yok, eski evler de var. Fakat, sahiplerinin çoğu Savur dışında, gelip burada kalamıyorlar. Hem evin temizliğini yapmak, gelen misafirleri ağırlamak özveri istiyor... Sürekli gelen akrabalar, dostlarımız bile bu işi yapmaya başladığımızdan beri farklı bir gözle bakıyorlar artık.

Burası pırıl pırıl, tertemiz bir yer. Temizliği siz mi yapıyorsunuz? Zor Olmuyor mu?

Gelen misafirler bu temizliği görünce hayran kalıyorlar. O zaman yorgunluğu unutuyorum. Bir şeyler yaptığım için

de seviniyorum. Herkesin gelip görmesini istiyorum. Gelenlerin rahat ettiğini görmek mutlu ediyor bizi.

Bu evi pansiyon haline getirdiğinizde destek aldınız mı?
Kendi çabamızla yaptık her şeyi. Evin tadilatını yaptık, döşedik, işçi gibi çalıştık. Projelere başvurduk tadilat, kredi için fakat sonuç alamadık.

Röportaj : Serap Özen



14



GAP BKI Başkanlığı, HASNA ve ANART Vakfı işbirliğiyle Kilis ÇATOM'da

Mikro İşletme ve Ürün Tasarımı Eğitimleri

GAP İdaresi, AnArt ve HasNa Vakıfları işbirliğiyle Kilis ÇATOM'da; Kilis, Mardin Merkez, Nusaybin, Ömerli ÇATOM'lar ve STK'lardan iş kurma fikri olan 21 kadına mikro işletme eğitimi verildi. Eğitim sonunda, katılımcılara iş planları çıkarıldı ve sertifika verildi.

Ayrıca, Kilis ÇATOM dikiş kursundaki 5 kadına moda tasarım eğitimi verildi. Eğitim sonunda 3 adet örnek ürün çıktı. Söz konusu ürünler Kilis ÇATOM katılımcıları tarafından çoğaltılarak, Anatolian Artisan Vakfı'nın haziran ayında Amerika'da katılacağı el sanatları festivalinde tanıtılacak ve satılacak.

2005 yılında kurulan Kilis ÇATOM Derneği, 25 kişilik eğitim ekibinin sabah kahvaltısı ve öğle yemeğini hazırladı. Çay-kahve araları için kurabiyeler yapan dernek üyeleri, 1.130 YTL gelir elde etmiş oldu. Dernek elde ettiği gelire, Kilisli başarılı ve yoksul 2 kız öğrenciyi burs desteği verecek.

15





Fotoğraf: GAP AFSAD ARSİVİ

Benim Hikayem

Yadigar, Mardin Ömerli ÇATOM Katılımcısı

Ben Yadigar. 1979 Mardin Ömerli doğumluyum. Evin 6. çocuğuyum. Okul okuyamadım. Bildiğimiz "kızlar okuyamaz" sebebinden dolayı. İlkokulu bitirdim, sonra şansımı deneyeyim dedim. Bizim mahallede bir ilköğretim okulu açıldı. Ben okula bir sene ara vermiştim. Aileme çok direttim. Okula gitmek istediğimi söyleyerek, ikna edip ortaokulu okudum. Evin en büyük kızı olduğum için evin bütün işlerini benim yapmam gerekiyordu. Akşam işimi yapıp sabah erken saatte okula gidiyordum. Yine mutluydum, çünkü okuluma gidebiliyordum. Çok iyiydim, arkadaşlarım gibi okuyordum. Ailemde okuyan benden büyük bir ağabeyim vardı, yüksek okul mezunuydu. O trafoda işe başladı. Yaklaşık bir yılı olmuştu ve yeni evliydi. Onu bir trafo patlamasında kaybettik. Diğer 4 ağabeyim serbest çalışıyordu, babam da serbest çalışıyordu ama o da şu an artık çalışmıyor. Bizim şu an oturduğumuz evimizi babam inşa etti. Babam ve anneme çok şey borçluyuz. Annemin ve babamın çok çocuk getirmesini hata olarak görüyorum. 11 kardeşiz. Onları ne okutabildiler ne de yaşama dair bir işe hazırlayabildiler. Ben ortaokuldan sonra tekrar lise için direttim. Okul müdürüm, öğretmenlerim benim okumam için çok uğraştılar, ailemle konuşmaya kadar geldiler ama babam ve bir ağabeyimi kimse ikna edemedi.

Aradan seneler geçtikten sonra dışardan lise diploması aldım. Ben bu arada boş durmadım. İlk mahallemizde halk eğitim adı altında açılan dikiş nakış kursuna gittim ama ne güçlüklerle. Sonra başka bir mahallede açılan ÇATOM'a gittim, orda her şey vardı. Hayatımda ilk defa ÇATOM sayesinde ilimin dışına Şanlıurfa'ya, Harran'a gitmişim. İnanılmaz güzeldi yani artık bazı şeyleri aşmışım. En önemlisi kendimi aşmışım, aileme kendimi ispatlamışım. Benim ailem artık dışarıya bıraktıklarında hemen başına bir şey gelecek diye düşünmüyordu. Sonra biz dikiş nakış kursundan başka arayışlar içine girdik, farklı dallarda eğitimler istedik, bilgisayar istedik geldi, bilgisayar kursuna gittik. Dedim ya artık eskisi gibi düşünmüyordular.

Bilgisayar kursundan sonra yine kuaförlük kursu istedik, o da kuruldu ve ilk kuaför ve bilgisayar kursu mezunlarıydık. İşe yaramanın mutluluğunu yaşıyorduk. Çünkü, artık bir şeyler öğrenmiştik. Daha sonra voleybol takımı kurduk. Haftanın belirli günleri spor salonunda çalışıyorduk. Yani ne istediyseniz ÇATOM bize onu verdi. Ben bütün gittiğim kursları başarılı bir şekilde bitiriyordum. O da bana ayrı bir heyecan, hayatıma ayrı bir renk getiriyordu. Asıl önemli olan kuaför hocamın yanında işe başlamam, en güzel ve en heyecanlı bölümü ise artık para kazanıyor olmamdı. Bu beni çok farklı bir dünyayla tanıştırmıştı. Bu şekilde 4,5 yıl geçmişti. Bir gün ÇATOM'da farklı bir kurs açıldı. Gaziantep'te güzellik uzmanı kursu... Buna sadece 4 kişi katılabiliyordu, onlar seçilmişti, ben aralarında yoktum. Bütün isteğimi gösterip aralarına katıldım.

Gaziantep'e 6 ay süreyle haftanın 2 günü gidip geldik ve 6 ay sonunda güzellik uzmanı oldum. Bu daha büyük bir mutluluktur.

Artık hem kuaför hem de güzellik uzmanıydım. Yaşama dair daha güzel hedeflerim vardı. Okusaydım olmak istediğim meslek öğretmenlikti, duygusunu tatmışım. Ömerli ÇATOM'da 2 yıldır kuaför öğretmenliğini yapıyorum. Bu duyguların tarifi o kadar büyük ki, bunu cümlelere sığdırmak neredeyse benim için imkansız.

Ben buradan bu yazıyı okuyan herkese sesleniyorum. İnsan istedikten sonra yapamayacağı hiç bir şey yok. Engel diye hiçbir şey engel değildir, yeter ki isteyelim.

Mardin'de Tasarım Eğitiminde

Mum Batık

Atölye Çalışması

18

GAP İdaresi ve Birleşmiş Milletler Kalkınma Programı tarafından yürütülen, "Kadının Sosyo-Ekonomik Kalkınması Projesi" kapsamında yapılan Pazarlama ve Tasarım Eğitimleri devam ediyor.

Mardin'de yapılan tasarım eğitiminde, Mum Batık Sanatçısı Atıf Atalayer katılımcılara mum ve bağlama batık uygulaması yaptırdı. 2 gün süren çalışma sonucunda katılımcılar birbirinden farklı renk ve görselliği olan tekstil yüzeyleri ortaya çıkardılar.



İlk gün katılımcılar, iki uygulama yaptılar. Pamuklu kumaş üzerine, mumla kapatarak oluşturdukları bölgesel desenlerini boyadılar. İkinci uygulama ise ipekli kumaşlarını bağlayarak oluşturdukları desenleri, elde boyadıktan sonra her iki kumaşı da boyaların sabitlenmesi için beklemeye bıraktılar. İkinci gün ipekleri yıkayıp kaynatırken, mumlu kumaşların mumlarını ütü veya kaynatma yolu ile çıkarıp, kumaşları

ütüleyip sergilediler. Batık ürünler üzerinde, Mum Batık sanatçısı Atıf Atalayer, Dokuma Tasarımcısı Prof. Dr. Günay Atalayer ve tüm katılımcılar birlikte değerlendirme yaptılar.

Bu çalışma ile katılımcıların çevreye daha duyarlı bakabilmeleri, yaratıcılıklarını geliştirmek

Mum Batik Sanatçısı Atif Atalayer atölye çalışmasına katılan kursiyerlerle ürünleri değerlendiriyor...





20

İçin katkıda bulunacak her türlü nesneyi görebilmeleri ve ürüne dönüştürebilmeleri hedeflenmiştir. Böylece herhangi bir konudan, yeni bir ürün için, yeni fikirler oluşturarak, kültürel seçiciliği uyguladılar. Mum batik atölye deneyi bu süreci bir üretim tekniği ile denemelerini sağladı.

Ayrıca Şanlıurfa ve Mardin tasarım grubunda yer alan tüm katılımcılarla müzeler gezildi. Müzedeki eserlerden renk, motif, figür olarak kendi ürünlerinde nasıl yararlanacakları konusunda grup tartışması yapıldı. Her katılımcı kendisine

ve yöresine özgü bir sembol için fikir geliştirmeyi, yeni bir ürün için kendi tekniği, kendi malzemesi, kendi seçtiği renk ve biçim ile tarihsel bir sembol geliştirmeyi ve kültürel kimlikli ürün grubu oluşturmayı amaçlamaktadır. Urfa ve Mardin'den toplam 30 katılımcının getireceği yeni ürünlerle çalışmaların eğitim sonunda sergilenmesi düşünülmektedir. Uygun ürünlerin ödüllendirilmesi ve pazarlanabilir ürün olarak yeniden değerlendirilmesi, ayrıca yöresine özgü bir model çalışma getirip ürünlerin geliştirilmesi amaçlanıyor.



Bu çalışma ile katılımcıların çevreye daha duyarlı bakabilmeleri, yaratıcılıklarını geliştirmek için katkıda bulunacak her türlü nesneyi görebilmeleri ve ürüne dönüştürebilmeleri hedeflenmiştir.





Toplumsal Cinsiyet Duyarlılığı

Eğitim Seminerleri Devam Ediyor.

GAP İdaresi ve Birleşmiş Milletler Kalkınma Programı tarafından yürütülen, "Kadının Sosyo-Ekonomik Güçlenmesi Projesi" kapsamında yapılan eğitim seminerleri Adıyaman, Kilis ve Gaziantep illerinde Nisan ve Mayıs ayında düzenlendi. Adıyaman eğitiminde açılış konuşması yapan Adıyaman Valisi Halil Işık, bu eğitimlerin toplumda lider konumda olan muhtarlar ve imamlar aracılığıyla daha geniş kitlelere ulaşacağını söyledi. Eğitimi Hacettepe Üniversitesi Halk Sağlığı Bölümünde Dr. Sarp Üner verdi. Eğitim sonunda katılımcılara sertifika verildi. Eğitimler Siirt ve Şırnak illeriyle devam edecek.



GENDER-Adıyaman



GENDER-Kilis



GENDER-Gaziantep



Kadına Yönelik Şiddet

ve 4320 sayılı

Ailenin Korunmasına Dair Kanun

Birleşmiş Milletler Kadınlara Yönelik Şiddetin Önlenmesi Bildirgesi önsözünde kadınlara yönelik şiddeti, erkekler ve kadınlar arasındaki eşitlikçi olmayan güç ilişkilerinin tarihsel bir göstergesi ve erkeklerle karşılaştırıldığında kadınları zorla bağımlı bir konuma sokmanın çok önemli toplumsal mekanizmalarından biri olarak tanımlamaktadır. Birleşmiş Milletler Kadınlara Yönelik Şiddetin Önlenmesi Bildirgesi (Md.1): Şiddet, ister kamusal ister özel yaşamda meydana gelsin, kadınlara fiziksel, cinsel ve psikolojik acı veya ıstırap veren ya da verebilecek olan cinsiyete dayanan bir eylem ve bu tür eylemlerle tehdit etme, zorlama ya da keyfi olarak özgürlükten yoksun bırakmadır. Bu tanıma daha sonra “kurbanı ekonomik ihtiyaçlardan yoksun bırakmak” da eklenmiştir.

Birleşmiş Milletler Dünya Nüfus İdaresi'nin verilerine göre dünya nüfusunun %49.7'sini kadınlar oluşturmaktadır. Dünya nüfusunun yarısını oluşturan kadınlar, maalesef doğdukları andan itibaren cinsiyetleri nedeniyle devletin, toplumun ve ailelerinin şiddet ve ayrımcılığına maruz kalmaktadırlar. Doğumdan ölüme kadar, savaşta ve hatta barışta en fazla şiddete uğrayanlar kadınlardır. Uluslararası hukuk alanında yaşanan gelişmeler ve ailenin korunmasını güvence altına alan Anayasanın 41. maddesi de dikkate alınarak kadına yönelik şiddetin önlenmesi amacıyla ülkemizde 14.01.1998 yılında “Ailenin Korunmasına Dair Kanun” kabul edilmiştir. Adı her ne kadar ailenin korunmasına dair kanun ise

de şiddet mağduru kadının korunmasına dair tedbirler içeren özel bir kanundur.

Yasanın gerekçesinde, yasanın çıkarılış amacı şöyle belirtilmektedir; Anayasa'nın "Ailenin korunması" kenar başlıklı 41. maddesiyle, ailenin huzur ve refahı ile özellikle ananın ve çocukların korunması ve aile planlamasının öğretimi ile uygulamasını sağlamak için gerekli tedbirleri almak görevi devlete verilmiştir. Anayasa'nın bu hükmü göz önüne alınarak, aile içi şiddetten mağdur olan kadını ve çocukları koruyucu yasal tedbirlerin alınması zorunluluğu ortaya çıkmıştır. Bu amaçla hazırlanan "Ailenin Korunmasına Dair Kanun Tasarısıyla", ABD, Avustralya, Yeni Zelanda, İngiltere, İrlanda ve Norveç gibi ülkelerde uygulanan, şiddete uğrama ihtimali bulunan kadınların mahkemelere başvurarak koruma emri alabilmelerini sağlayacak hükümler Türk hukuk sistemine dahil edilmektedir.

Bu yasa ile; aile içi şiddete maruz kalan eşin, çocukların veya aynı çatı altında yaşayan diğer aile bireylerinden birinin, şiddetin tanığı olan üçüncü bir kişinin veya Cumhuriyet Başsavcılığı'nın bildirmesi halinde, Aile Mahkemesi Hakimi kendiliğinden olayın niteliklerini göz önünde bulundurarak aşağıda sayılan tedbirlerden bir ya da bir kaçına birlikte veya uygun göreceği benzeri başkaca tedbirlere de hükmedebilir. Bu tedbirler kusurlu eşin;

- a) Diğer eşe veya çocuklara veya aynı çatı altında yaşayan diğer aile bireylerine karşı şiddete veya korkuya yönelik davranışlarda bulunmaması,
- b) Müşterek evden uzaklaştırılarak bu evin diğer eşe ve varsa çocuklara tahsisi ile, diğer eş ve çocukların oturmakta olduğu eve veya iş yerlerine yaklaşmaması,
- c) Diğer eşin, çocukların veya aynı çatı altında yaşayan diğer aile bireylerinin eşyalarına zarar vermemesi,
- d) Diğer eş, çocukları veya aynı çatı altında yaşayan aile bireylerini iletişim vasıtalarıyla rahatsız etmemesi,
- e) Varsa silah ve benzeri araçlarını zabıtaya teslim etmesi,

"Şiddet, ister kamusal ister özel yaşamda meydana gelsin, kadınlara fiziksel, cinsel veya psikolojik acı ve ıstırap veren ya da verebilecek olan cinsiyete dayanan bir eylem ve bu tür eylemlerle tehdit etme, zorlama ya da keyfi olarak özgürlükten yoksun bırakmadır.

f) Alkollü veya uyuşturucu herhangi bir madde kullanılmış olarak ortak konuta gelmemesi veya ortak konutta bu maddeleri kullanmaması.

Hakim bu tedbirlere en fazla 6 aylık süre için hükmedebilir ve kararında hükmettiği tedbirlere aykırı davranılması halinde kusurlu eşe tutuklanacağı ve hürriyeti bağlayıcı cezaya hükmedileceğini ihtar eder.

Yukarıda sayılan tedbirlerin uygulanması için öngörülen süre altı ayı geçemez ve kararda hükmolunan tedbirlere aykırı davranılması halinde tutuklanacağı ve hürriyeti cezaya hükmedileceği hususu kusurlu eşe ihtar olunur.

Hakim bu konuda mağdurların yaşam düzeylerini göz önünde bulundurarak tedbir nafakasına hükmeder. Koruma kararının bir örneği Aile Mahkemesi'nce, Cumhuriyet Başsavcılığı'na tevdi olunur. Cumhuriyet Başsavcılığı koruma kararının uygulanmasını zabıta aracılığıyla izler. Koruma kararına uyulmaması halinde zabıta, mağdurların şikayet dilekçesi vermesine gerek kalmadan resen soruşturma yaparak evrakı

en kısa zamanda Cumhuriyet Başsavcılığı'na gönderir. Savcılık koruma kararına uymayan eş hakkında Sulh Ceza Mahkemesi'nde kamu davası açar. Bu davanın duruşması yer ve zaman kaybına bakılmaksızın 3005 sayılı Meşhut Suçların Muhakeme Usulü Kanunu hükümlerine göre yapılır. Fiili başka bir suç oluştursa bile, koruma kararına aykırı davranan eşe ayrıca üç aydan altı aya kadar hapis cezası hükmolunur.

YASANIN UYGULANMASINA İLİŞKİN SORUNLAR ve ÖNERİLER

- Anılan yasa kapsamında çok az başvuru yapılmaktadır. Başvuru sayısının çok az olması yasanın vatandaşlar tarafından bilinmemesinden kaynaklanmaktadır.
- Cumhuriyet Savcılıkları'nca bildirilen ya da mağdurların kendilerinin talepleri ile açılan davalarda dava tarihleri ile karar tarihleri arasında uzun süreler mevcuttur. Hemen tedbir kararı alınamadığı ve duruşma günü verildiği için sonraki süreçte de mağdurlar şikayetlerinden vazgeçmektedirler. Bu durum da yasanın gerekçesinde belirtildiği üzere "mağdur kadınların" korunmasını engellemektedir.
- Tedbir kararlarının uygulanması takip edilmemektedir. Tedbir kararı alan kadınların bu karara rağmen şiddete maruz kalarak yeniden dava için başvurdukları gözlemlenmektedir. Ayrıca md.2 gereğince Cumhuriyet Savcılığı'na gönderilerek koruma kararının takibi, gerekçeli kararların geç yazılması nedeniyle de yapılamamaktadır.
- Tedbir kararı verilebilmesi için mahkemelerce fiziksel şiddetin varlığı aranmaktadır. Diğer şiddet türleri örneğin psikolojik şiddetin varlığı araştırılmamaktadır. Bazı davalarda tedbir talebi reddedilirken "tedbir talebinde bulunanın alınan Adli Tıp Raporunda fiziksel bulguların olmaması" gerekçe olarak gösterilmiştir.
- Davalarda uygulanan tedbir türünün ağırlıklı olarak 1/a bendi olduğu görülmüştür. 93 dosyada a bendi (tek veya diğer bentlerle birlikte) uygulanmıştır. Evden uzaklaştırmanın

"Doğumdan ölüme kadar,
savaşta ve hatta barışta
en fazla şiddete uğrayanlar
kadınlardır."

yer aldığı 1/b bendi sadece 23 dosyada uygulanmıştır. Örneğin müessir fiil sonucu hayati tehlike raporlarının olduğu bir dosyada sadece a bendi uygulanmıştır.

- Uygulamada şiddete uğrayanların (özellikle kadınların) ilk başvuru yaptıkları yer olan karakollarda polislerin olumsuz tavırları kadınların bu tedbir mekanizmasını işletmelerinin önündeki engellerden biridir. Özellikle aile içi şiddet mağduru kadınlar başvurdukları karakollarda "bunun aile içi bir sorun olduğu ve kendilerinin karışamayacağı" cevaplarını almaktadırlar.
- Görevli mahkeme olarak "Aile Mahkemeleri'nin" kabul edilmesi ile yapılan olumlu değişikliğin uygulamaya da geçirilmesi gereklidir. Diyarbakır'da bugüne kadar henüz bir Aile Mahkemesi'nin olmayışı ve Asliye Hukuk Mahkemeleri'nin bu davalara bakması yasanın uygulaması açısından olumsuzluklara sebep olmuştur.
- Diyarbakır'da şiddet mağdurlarının kalabileceği yeterli sayıda sığınma evinin olmaması uygulamada karşılaşılan önemli bir sorundur.

BU SORUNLARIN AŞILABİLMESİ İÇİN

- Yasanın uygulanmasında yaşanan en önemli sorun "tedbir kararının derhal" verilmemesidir. Yasada hakim tedbirle ilgili istemleri duruşma açarak ya da evrak üzerinde inceleme yaparak inceleyeceğine ilişkin açık bir hüküm bulunmamaktadır. Bu nedenle yasaya tedbir başvurularının derhal sonuçlandırılması yönünde hüküm konulmalıdır.

- Yasanın birinci maddesinin ikinci fıkrası “kusurlu eş” şeklinde fıkra başlamaktadır. Bazı yasa uygulayıcıları bu sebeple yasanın sadece eşler arasında uygulanacağı yorumunu yaparak aile içindeki diğer bireylerin tedbir taleplerini reddetmektedirler. Bu nedenle yasadaki “kusurlu eş” ibaresinin değiştirilmesi gerekmektedir.

- Kadınlar evlilikleri sona erse bile eski eşlerinden şiddet görmeye devam etmektedirler. Yasanın sadece evlilik içinde kadınları değil şiddet mağduru tüm kadınları koruması için yasanın “boşanmış veya ayrılmış olsa bile eşlerden birinin veya çocukların veya aynı çatı altında yaşayan ya da daha önce birlikte yaşamış olmalarına rağmen halen ayrı yaşayan aile bireylerini” kapsar şekilde değiştirilmesi gereklidir.

- Yasanın caydırıcı olabilmesi için hapis cezalarının para cezalarına çevrilerek ertelenemeyeceği konusunda düzenleme yapılmalıdır.

- Yasada aile içi şiddetin tekerrürüne ilişkin olarak özel bir hüküm bulunmamaktadır. Aile içi şiddet olayını sürekli tekrarlayana karşı suçun ağırlaştırılmış şeklinin düzenlenmesi, cezanın caydırıcılığı bakımından daha iyi sonuçlar verecektir.

- Karakollarda yaşanan sorunların önlenmesi için polislerin 4320 sy. yasa konusunda bilgilendirilmeleri gerekmektedir. Ayrıca Emniyet Müdürlükleri bünyesinde kadınlarla ilgili uzman bir birimin de oluşturulması gerekmektedir.

- Görevli mahkeme olarak “Aile Mahkemeleri'nin” kabul edilmesi ile yapılan olumlu değişikliğin uygulamaya da geçirilmesi gereklidir. 4320 sayılı yasa kapsamındaki olayların Aile Mahkemeleri'nde görülecek olması 'aile içi şiddetin önlenmesi' açısından olumlu bir katkı sağlayacaktır.

- 4320 sayılı yasa kapsamında yapılan başvuruların az olmasının nedenlerinden biri yasanın bilinmemesidir. Bu yasanın özellikle kadınlar ve de erkekler tarafından bilinmesi amacıyla bilgilendirme toplantıları yapılmalı, kampanyalar düzenlenmelidir. Görsel ve yazılı medya kullanılmalıdır.

- Şiddet mağdurlarını kalabilmeleri için özelde Diyarbakır'da, genelde Türkiye'de yeterli sayıda ve kapasitede sığınma evlerinin açılması gereklidir.

- Başvurunun az olmasının bir diğer nedeni de kadınların ekonomik bakımdan daha güçsüz oluşu, toplumsal değerler ve baskılardır. Ayrıca şiddet uygulayanın cezalandırılmayacağına inancın olması ve şiddetin tekrarlanması, dozunun artması da diğer önemli sebeplerdendir. Şiddetin önlenmesi için yasalar önemlidir ancak tek başlarına yeterli değildir. Bu sebeple en fazla şiddete maruz kalan kadınların ve de çocukların ekonomik ve sosyal açılardan da desteklenmeleri gerekmektedir. Kadınların çalışma yaşamında daha fazla yer almaları sağlamak, onlar için istihdam alanları açmak gereklidir.

- Türkiye imzaladığı uluslararası sözleşmeler özellikle, Birleşmiş Milletler Kadınlara Yönelik Şiddetin Önlenmesi Bildirgesi ve CEDAW'da yer alan yükümlülüklerini yerine getirmelidir. CEDAW'ın 3. maddesinde yer alan “devletlerin kadının tam gelişmesini ve ilerlemesini sağlamak için, özellikle politik, sosyal, ekonomik ve kültürel alanlar başta olmak üzere bütün alanlarda, erkeklerle eşit olarak insan hakları ve temel özgürlüklerinden yararlanmalarını ve bu haklarını kullanmalarını garanti etmek amacıyla yasal düzenleme dahil bütün uygun önlemleri alacaklardır” hükmü ile, Birleşmiş Milletler Kadınlara Yönelik Şiddetin Önlenmesi Bildirgesi 4. maddesinde yer alan devletin görev ve sorumlulukları hükmü gereğince var olan tüm yükümlülüklerinin yerine getirilmesi için gerekli düzenlemelerin yapılması gerekmektedir.

*Avukat Semire Nergiz TOZ
Diyarbakır Barosu
Kadın Hakları Danışma ve Uygulama
Merkezi Koordinatörü*



Toplumsal Cinsiyetin Kadın ve Erkek Sağlığına Etkileri

Cinsiyet kişinin kadın ya da erkek olarak gösterdiği genetik, fizyolojik ve biyolojik özellikleri ifade ederken toplumsal cinsiyet (gender) toplumun verdiği roller, görev ve sorumluluklar, toplumun bireyi nasıl gördüğü, algıladığı, beklentileri ile ilgili bir kavramdır. Toplumsal cinsiyet rolleri her iki cinsiyete de sağlık yükleri getirmektedir.

Araştırmalar kadın ve erkeğin karşı karşıya kaldıklarını sağlık sorunlarında ve sağlık davranışlarında farklılıklar bulunduğunu göstermektedirler. Erkekler daha fazla ölürken kadınlar daha çok hastalanmaktadır. Bu farklılık sadece biyolojik ayırmadan değil, toplumun sosyal ve kültürel yapısı, kadına ve erkeğe biçtiği roller ve davranışlardan kaynaklanmaktadır. Özellikle gelişmekte olan ülkelerde toplumsal cinsiyet rolünden kaynaklanan olumsuzluklar kadınlarda daha fazladır ve statüleri genellikle daha düşük olan kadınlar daha sağlıksız koşullarda yaşamakta, sağlık hizmetlerinden daha az yararlanmakta, şiddete ve strese daha fazla maruz kalmaktadırlar. Temel sağlık hizmetleri başta olmak üzere koruyucu ve tedavi edici sağlık hizmetlerine ulaşılabilmede eşitsizlikler sonucunda kadın kendi cinsel ve üremeye yönelik yaşam haklarında etkisiz kalmaktadır. Sağlık hizmeti elde etmede de cinsiyetler arasında önemli ayrımcılık vardır. Dünyanın bir çok

yerinde kadın ve kızlar için daha az sağlık harcaması yapılmaktadır. Bu onların hem düşük sosyal statülerini hem de karar verme güçlerinin yetersizliğini yansıtmakta, dolayısıyla sağlık hizmetine ulaşmada ve kullanmada kadınları engellemektedir.

Toplumsal cinsiyet rolleri bağlamında hem kadın hem de erkek toplumdan ve bireylerden şiddet görmekte ancak şiddete maruz kalış şekilleri, suçu işleyen ile yakınlıkları ve zarar görme biçimleri farklı olmaktadır. Toplumsal cinsiyet eşitsizliğinin kalıcı olmasına neden olan şiddet acilen çözülmesi gereken bir sorundur. Genç kadınlar ileri yaşlara göre, eğitimsiz kadınlar, eğitilmişlere göre daha fazla şiddetle karşı karşıya kalmaktadır. Kadının sosyo-ekonomik statüsünün güçlendirilmesi uzun dönemde kadına yönelik şiddetin azaltılmasında anahtar müdahaledir.

Sağlık üzerine, toplumsal cinsiyetçi yaklaşımın olumsuz etkileri en çarpıcı olarak kadınların üreme rollerinden kaynaklanmaktadır. Anne ölümü ve kadında beklenen yaşam süresi, kadınlara yönelik hizmetlerin iyi bir belirleyicisi olması yanında ülkelerin sosyal ve ekonomik kalkınmalarının da göstergesidir. Anne ölümü boyutu ile kadının statüsü paralellik göstermektedir. Statüsü düşük olan kadınlar doğurganlığı ile ilgili kendisi karar verememekte, var olan sağlık hizmetlerine ulaşamamakta, doğum öncesi bakım, sağlıklı doğum, doğum sonrası bakım hizmetlerinden yeterince yararlanamamakta, etkili aile planlaması yöntemlerini kullanamamakta ve istenmeyen gebeliklerin sağlıklı koşullarda sonlandıramamaktadır.

Cinsel yolla bulaşan hastalıkların ve başlangıçta çok az sayıda kadını etkileyen AIDS'in, kadınlarda da giderek artması, hastalığa kadınların biyolojik olarak hassas olmalarının yanı sıra kadın ve erkek cinselliği üzerine sosyal yapının ve eşitsizliklerin etkisini göstermektedir. Erkekler toplumsal cinsiyet rolünden kaynaklanan olumsuzluklardan kadınlara göre daha az etkilenmektedir. Bu nedenle toplumsal cinsiyet eşitliğini sağlamak için kadınlara karşı olumlu ayrımcılık yapılması gerekmektedir. 2000 yılında kabul edilen "Yeni Binyılın Kalkınma Hedefleri Bildirgesi"nde, 2015 yılına kadar ulaşılması belirlenen hedefler yer almaktadır.

Araştırmalar kadın ve erkeğin karşı karşıya kaldıklarını sağlık sorunlarında ve sağlık davranışlarında farklılıklar bulunduğunu göstermektedirler. Erkekler daha fazla ölürken kadınlar daha çok hastalanmaktadır.

189 ülke tarafından kabul edilen sekiz maddelik bildirgenin "Toplumsal cinsiyet eşitliğini teşvik ederek kadının durumunun güçlendirilmesi" maddesi doğrudan, "Herkes için evrensel temel eğitim hedefine ulaşılması" ve "Anne sağlığının iyileştirilmesi" maddeleri dolaylı olarak konuyla ilgilidir. Kadınların güçlendirilmesi konusu, yalnızca bu hedeflerden biri olmakla kalmayıp, diğer yedi hedefe ulaşılabilmesi açısından da çok önemli bir rol oynamaktadır. Temelinde bir insan hakkı olan toplumsal cinsiyet eşitliği "Binyılın Kalkınma Hedeflerine" ulaşmanın en önemli basamağıdır. Bu hedefler, uluslararası kalkınma çalışmalarının temel yapısını oluşturmaktadır.

Ayrımcılık yapılması, eğitim hakkı benzeri insan haklarının ihmal yada ihlali de sağlığı olumsuz olarak etkilemekte, sağlık hizmetlerine ulaşmada maddi zorlukların yanında kültür, dini inanışlar ve gelenekler de kadın sağlığını belirgin olarak etkilemektedir. Cinsiyet ve toplumsal cinsiyet arasındaki etkileşim, kadınlar için çok çeşitli sağlık ve hastalık sonuçlarına yol açmaktadır. Toplumsal cinsiyetin kadın sağlığı üzerine olan etkilerinin daha iyi anlaşılması sağlığı ve sağlığı ilgilendiren diğer sosyal politikaları geliştirmek için kaçınılmazdır.

*Dr. Sarp ÜNER
Hacettepe Üniversitesi
Halk Sağlığı Ana Bilim Dalı*

Menapoz Nedir?

30

Kadın hayatının ortalama olarak üçte biri menopoz döneminde geçer. Menopoza girme yaşı tüm dünyada ortalama 45-55 civarındadır. 40 yaştan önce menopoza girmek "erken menopoz" olarak tanımlanmaktadır.

Menopoz, kadın hayatının yumurtlama fonksiyonlarının sonlandıktan sonraki doğal bir aşamasıdır. Ancak, menopozda oluşan bazı değişiklikler kadının hayatını derinden ve öylesine olumsuz etkiler ki, bu durum pek çok hastalıkların ortaya çıkmasına ve kadının yaşam kalitesinin azalmasına neden olur. Bugün menopoz olumsuz etkileri önlenmeye ve tedavi edilmeye çalışılan bir hastalık gibi kabul edilmektedir.

Menopozun kadın hayatının doğal bir parçası olması nedeniyle hiç bir şey yapmadan izlenmesi artık eskilerde kalmıştır. Özellikle kadın yumurtalık hormonlarının laboratuvar koşullarında üretilip kullanılmaya başlanmasıyla bu kavram daha da ön plana çıkmıştır. Menopozda azalan yumurtalık hormonlarının yerine konmasıyla menopoza ait tüm olumsuz değişiklikler ve hastalıklar kolaylıkla önlenmekte veya en aza indirgenebilmektedir.

Menopozdaki temel değişiklik kadınlık hormonu olan östrojenin yumurtlamanın durması sonucu azalmasıdır. Böylece kadında;

- Ateş basma, terleme, çarpıntı
- Uykusuzluk, sinirlilik, (ruhsal çöküntü) depresyon, unutkanlık, halsizlik, çabuk sinirlenme
- Kemik erimesi(osteoporoz)
- Damar sertliği (ateroskleroz) gelişme eğilimi
- İdrar kaçırmaya kadar varan idrar yollarında atrofi ortaya çıkmaktadır.

Kadınlar bir sabah uyandıklarında kendilerini menopoza girmiş olarak bulmazlar. Menopoz 20 yıl süren değişikliklerin tam ortasındaki dönemdir. 40 yaşından sonra kadınlarda önce yumurtlamanın azalmasına bağlı olarak düzensiz adet kanamaları, aralıklı ateş basma ve terlemeler, psikolojik değişiklikler ortaya çıkmaya başlar. Daha sonra yakınmalar giderek artar ve adet tamamen kesilir. Bu dönemde 1 yıl adet kanamalarının olmaması menopoz tanısı için yeterlidir. 6 aydan daha fazla adet gecikmeleri araştırılıp kandaki estrojen ve yumurtlamayı uyaran hormon (FSH) seviyeleri ölçülerek kesin tanı konulur. Ancak, adet düzensizlikleri veya düzensiz kanamalar "menopoza giriyorum" düşüncesiyle normal karşılanmamalı; hasta doktoruna başvurarak bu değişikliklerin gebelik ve kadın cinsel organlarının kanserlerinde de görülebileceği göz önünde tutularak bu hastalıklar dikkatle araştırılmalıdır.

MENOPOZDA KALP ve DAMAR HASTALIKLARI

Menopozda estrogen hormonunun azalması sonucu, bu hormonun koruyucu etkisi ortadan kalktığından kalp-damar sistemi hastalıklarında %60'a varan artışlar görülmektedir. Önceleri kalp-damar hastalıklarından korunmak ve ateroskleroz oluşumunu önlemek veya geciktirmek için menopozda estrogen tedavileri önerilirken, son zamanlarda tamamlanan büyük bazı araştırmaların sonucu bu tedavinin faydalı olmadığı hatta kalp-damar sistemini daha da olumsuz etkileyebileceğini göstermektedirler. Daha önce kalp-damar hastalığı olanlarda, bunun düzelmesi için hormon kullanımının faydasız hatta var olan hastalığın seyrini daha da kötüleştirebileceğini bildiren araştırma sonuçları vardır.

Kısaca menopozda kalp-damar hastalıklarından korunmak için kardiyoloji kliniklerinin önerdiği diyet, egzersiz ve kolesterolü düşüren ilaçlar kullanılmalıdır.

MENOPOZDA KEMİK ERİMESİ (OSTEOPOROZ)

Osteoporoz kabaca kemik dokusunun temel minerali olan kalsiyum'un yaşlanma ve menopozdaki östrojen eksikliği sonucu kalıcı olarak kaybedilmesidir. İlk 5-8 yılda kemik kaybı ortalama yılda %4-8 iken daha sonra kısmen azalarak kadın her yıl kemik dokusunun yaklaşık %1'ini kaybeder ve 75 yaşına geldiğinde ortalama olarak 35 yaşındaki kemik dokusunun %30'unu kaybetmiş olur. Bunun bağlı olarak menopozla beraber hızla artan kemik erimesi sonucu sessiz omurga kırıklarıyla bel ağrıları, boya kısalma ve kamburluk ortaya çıkar. Menopozdan sonra bir kadında boy 65 yaşına kadar ortalama 4 cm, 75 yaşına kadar 9 cm kısalır. Omurga kemiklerindeki çökme kırıklarına bağlı olarak ortaya çıkan kamburluk ve göğüs kafesinin kemik yapısının bozulması sonucu hastada solunum sıkıntısı gelişebilir. Kadınlar menopozda çarpma düşme sonucu kalça, el bileği ve diğer kemik kırıklarına da daha kolay maruz kalabilirler. Bu kırıklardan en ciddi olanı kalça kırığıdır ve kalça kırığından



sonra hastalardan %12-20'si 2 yıl içinde kaybedilmektedir. Kalça kırığı geçirmiş hastaların geriye kalanlarının bir kısmı sürekli bakıma ihtiyaç duymaktadırlar. Kemik erimesine zemin hazırlayan risk faktörleri,

- Çok çocuk doğurma
- Sigara, alkol kullanımı
- Beslenme bozuklukları (kalsiyumdan fakir diyet)
- Güneş banyosu alışkanlığının olmaması
- Spor yapma alışkanlığının olmaması
- Uzun süre yatağa bağlı kalmaya neden olan hastalıklar
- Bazı endokrin (hormonal) bozukluklar (guatr, böbrek üstü bezinin aşırı çalışması veya steroid hormonlarının ilaç olarak uzun süreli alımı vb)
- Bağ dokusu hastalıkları, siroz, böbrek hastalıkları, erken menopoz
- Genetik faktörler (ailede osteoporoz varlığı)

MENOPOZ TANI VE TEDAVİSİ

Menopozun olumsuz etkilerinin en aza indirgenmesinin en önemli ön koşulu tanısının en erken aşamada konulup erken tedaviye başlanmasıdır. Çünkü menopozdaki kayıplar ilk yıllarda en fazladır. Menopoz temel olarak yumurtlamanın durması (doğal) veya yumurtalıkların alınması (cerrahi) ya da çalışmayacak kadar hasar görmesine bağlı olarak ortaya çıkar. 40 yaşından sonra 1 yıl süreyle adet görmeyen ve yakınmaları da olan bir kadın başka araştırma yapılmaksızın menopozda kabul edilebilir. Menopoza geçiş döneminde, gebelik ve düzensiz kanamaya neden olan kötü huylu hastalıklar ayırt edilmelidir. Bunun için seyrek adet gören, ateş basma, çarpıntı, terleme ve psikolojik değişiklikleri olan bir kadının adetini 3. günü alınan kanında, yumurtalıkları uyaran hormon (FSH, LH) düzeyleri artmışsa tanı daha kesin ve erken konmuş olur ve tedavi de hemen başlanabilir. Düzensiz (genellikle seyrek) adet gören bir kadında FSH 40 pg/ml üzerinde ise menopoz tanısı kesinlikle konur. FSH değerinin 25-40 pg/ml arasında olması halinde menapoza giriş sürecinin başladığı ancak seyrek de olsa yumurtlama

ve gebelik de olabileceği düşünülür. Ancak her durumda gebelik ve düzensiz kanamaya neden olan diğer hastalıklar gebelik testi, ultrasonografi ve endometrial biopsi (kürtaj) vb ile araştırılmalıdır.

EGZERSİZ

Her gün 30 dakikalık yürüme ve basit ağırlık kaldırma, kas güçlendiren hareketler ilaçlar kadar önemlidir. Yaz aylarında güneş ışığından faydalanmak için düzenli güneşlenme yararlıdır.





GAP KAPSAMINDAKİ İLLERİMİZ



"Güneydoğu Anadolu Projesi (GAP), başlangıçta bölgenin su ve toprak kaynaklarının geliştirilmesine dayanan bir program olarak ele alınmış. 1989 yılında GAP Master Planı'nın hazırlanması ile tarım, sanayi, ulaştırma, eğitim, sağlık, kırsal ve kentsel altyapı yatırımlarını da içine alan entegre bir bölgesel kalkınma projesine dönüşmüştür. GAP'ın temel hedefleri; Güneydoğu Anadolu Bölgesi halkının gelir düzeyi ve hayat standardını yükselterek bu bölge ile diğer bölgeler arasındaki gelişmişlik farkını ortadan kaldırma, kırsal alandaki verimliliği ve istihdam imkanlarını artırarak sosyal istikrar, ekonomik büyüme gibi milli kalkınma hedeflerine katkıda bulunmaktır."

Sivil Toplum Kuruluşları Rehberi

ADIYAMAN

AKAD(Anadolu Kadınları Derneği)

Adres: Ulu Cami Mahallesi Atatürk Caddesi Belediye İşhanı Kat:1 No:20 ADIYAMAN
Tel: 0416 214 51 00

ÇATOM Adıyaman Şubesi

Adres: Yeşilyurt mah.
Hısnı Mansur Cad. No:127 ADIYAMAN
Tel: 0416 216 57 68

BATMAN

BATMAN SELİS KADIN DANIŞMA MERKEZİ

Adres: Belde Mah. 3245. Sok.
Şevket Başak Camii Yanı
Batman Belediyesi BATMAN
Tel: 0488 221 05 24

ÇATOM Batman Şubesi

Adres: Petrolkent Mah.
İMKB İlköğretim BATMAN
Tel: 0488 231 52 67

ÇATOM Batman İpragaz Şubesi

Adres: Yavuz Selim Mah.
Zeki Şanal İlköğretim Okulu Yanı
BATMAN
Tel: 0488 213 12 14

DIYARBAKIR

KARDELEN KADINEVİ

Adres: Hat boyu Caddesi Mevlana Halit Mahallesi Tüm Memurlar Yapı Kooperatifi A Blok Kat:1 No:1-2 Bağlar/DIYARBAKIR
Tel: 0412 233 83 90

KİBELE KADIN KOOPERATİFİ

Adres: Ali Emiri Caddesi Ticaret Merkezi Kat:4 DIYARBAKIR
Tel: 0412 228 17 18

TÜRKİYE KALKINMA VAKFI

Adres: Diyarbakır Proje Müdürlüğü Aydın Arslan Bulvarı MTA Karşısı Yılmazoğlu Apt. No:2 21100 DIYARBAKIR
Tel: 0412 237 44 66

DIYARBAKIR BAROSU KADIN HAKLARI DANIŞMA VE UYGULAMA MERKEZİ

Adres: Selahattin Yazıcıoğlu Güneş Apt. Kat:2 Herkes İçin Adalet Projesi Yenişehir/DIYARBAKIR
Tel: 0412 224 44 41

DIYARBAKIR SELİS

Adres: Kurt İsmail Paşa 7.sok. Orkide Apt. Kat:1 No:3 Ofis/DIYARBAKIR
Tel: 0412 224 77 28

EPİ-DEM (Kadın Eğitim ve Psikolojik Danışma Merkezi)

Adres: Lise Cad. Vilayet Arkası Sanlı Apt. Kat:1 No:7 Yenişehir/DIYARBAKIR
Tel:0412 223 51 20

DİKASUM (Diyarbakır Kadın Sorunlarını Araştırma Merkezi)

Adres: Gazi Cad. Ulu Cami Yanı Eski Belediye Binası Kat: 3 Balıkcılarbaşı/DIYARBAKIR
Tel: 0412 228 56 84

KA-MER (Kadın Merkezi)

Adres: Ali Emiri 3. Sok. Dış Kale Apt. No:2/4 Yenişehir DIYARBAKIR
Tel: 0412 228 10 53

DİKAD

(Diyarbakır İş Kadınları Derneği)
Adres: Ekinçiler Cad. AZC Plaza Kat: 4 No: 12 DIYARBAKIR
Tel: 0412 223 1361

GÜN-KAD

(Güneydoğu İşkadınları Derneği)
Adres: Ali Emiri 6.Sok. Ersöz Apt. Kat:1 No:8 DIYARBAKIR
Tel: 0412 224 21 58

AÇEV Diyarbakır Şubesi

Adres: Ekinçiler Cad. Kristal Apt. No:3 Kat:1 Ofis/ DIYARBAKIR
Tel: 0412 224 22 27

ÇATOM Benusen Şubesi

Adres: Benusen Şehitlik Mah. 103. Sok. No:13 DIYARBAKIR
Tel: 0412 226 28 99

HAKYAD: (Diyarbakır Hanımlar Kültür Yardımlaşma ve Dayanışma Vakfı)

Adres: Bağlar Fatih Cad. Fatih İ.Ö.O. Karşısı Budak Apt. No:14 DIYARBAKIR
Tel: 0 412 233 22 41

UMUT İŞİĞİ KADIN KOOPERATİFİ

Adres: Dr. Sıtkı Görül Caddesi Surkent Yapı Kooperatifleri Bilge Sok. Dupleks Evler No : 9 Huzurevleri DIYARBAKIR
Tel: 0412 237 78 38

ÇATOM Meclis Şubesi

Adres: Şeyh Şamil Mah. 51. Sok. Ekin Apt. Altı Bağlar/DIYARBAKIR
Tel : 0 412 236 9658

GAZİANTEP

GÜKAMER

Kadın Sorunlarını Araştırma ve Uygulama Merkezi

Adres: Gaziantep Üniversitesi Mühendislik Fakültesi Gıda Mühendisliği Bölümü 27310 GAZİANTEP
Tel: 0342 360 12 00 / 2316

Kadın Sorunlarını Araştırma Derneği

Adres: Mühendislik Fakültesi Gıda Mühendisliği Bölümü 27310 GAZİANTEP
Tel: 0342 360 12 00 / 2321

TÜRK ANNELER DERNEĞİ

Adres: Atatürk Bulvarı Turfan Hamam Sok. Nil Apt. Kat:3 No : 11 GAZİANTEP
Tel: 0342 231 46 06

TÜRK ÜNİVERSİTELİ KADINLAR DERNEĞİ (TÜKD) Gaziantep Şubesi

Adres: Sargüllük Mah. 27. Sok. Samlı Apt. No:4 GAZİANTEP
Tel: 0342 322 48 14

AÇEV Gaziantep Şubesi

Adres: Gazi Muhtar Paşa Bulvarı İncilipınar Mah. Akınalan İş Merkezi 1/9 Şehitkamil/GAZİANTEP
Tel: 0342 231 53 24

ÇATOM Yeşildere Şubesi

Adres: Yeşildere Belediyesi Oğuzeli/GAZİANTEP
Tel: 0342 583 44 03

KİLİS

TÜRK KADINLAR KONSEYİ DERNEĞİ

Adres: Sağiroğlu Eczanesi Cumhuriyet Alanı 165/A KİLİS
Tel:0505 740 25 95

ÇATOM Kilis Şubesi

Adres: İslam Bey Mah. Cankurtaran Sok. No:20 KİLİS
Tel: 0348 814 49 97

MARDİN

TÜRK KADINLAR BİRLİĞİ

Adres: Pamukçu Apt. No:1 Yenişehir/MARDİN
Tel: 0482 212 65 02

AÇEV Mardin Şubesi

Adres: Karayolları Arkası Yenişehir Caddesi Deniz Apt. Zemin Kat No: 1 MARDİN
Tel: 0482 212 99 39

ÇATOM Mardin Merkez Şubesi

Adres: Eski Emniyet Müdürlüğü Binası Meydanbaşı/MARDİN
Tel: 0482 213 23 79

ÇATOM Midyat Şubesi

Adres: Cumhuriyet Mah. Fahrettin Önen Cad. No:2 Midyat/MARDİN
Tel: 0482 464 31 92

ÇATOM Nusaybin Şubesi

Adres: Abdülkadir Paşa Mah. Gül Sok. No:15 Nusaybin/MARDİN
Tel: 0482 415 05 23

ÇATOM Ömerli Şubesi

Adres: Yenimahalle Belediye Yanı Ömerli/MARDİN
Tel: 0482 541 37 87

ÇATOM Saraçoğlu Şubesi

Adres: Yeniyoğ Hamam Altı MARDİN
Tel: 0482 213 28 55

ÇATOM Dargeçit Şubesi

Adres: Çatom Cad. Dargeçit/ MARDİN
Tel: 0482 381 33 73

ÇATOM Evren Şubesi

Adres: Evren Mah. Cami Yanı MARDİN
Tel: 0482 213 54 42

ÇATOM Kızıltepe Şubesi

Adres: İlçe Tarım Bitişiği Kızıltepe/MARDİN
Tel: 0482 312 52 36

KIZILTEPE KADIN KOOPERATİFİ

Adres: Kızıltepe İbrahim Özmen Çocuk Parkı Kadın Kooperatifi Kızıltepe/MARDİN
Tel: 0482 312 79 66

KEDV(Kadın Emegini Değerlendirme Vakfı)

Adres: Eski Hükümet Konağı Eski Sağlık Ocağı Altı Gül Mah. MARDİN
Tel:0482 213 47 55

KA-MER (Kadın Merkezi)

Adres:Yenikent Cad. Atilla Apt. Kat:1 Daire:3 MARDİN
Tel:0482 212 23 53

MARDİN BAROSU KADIN KOMİSYONU

Adres:Mardin Barosu MARDİN
Tel:0482 213 6043

SIIRT

ÇATOM Siirt Şubesi

Adres: Yeni Mahalle Şeyh Şerafettin Cad. No: 59 SIIRT
Tel: 0484 224 22 14

ÇATOM Şirvan Şubesi

Adres: ÇATOM Şirvan Küfle Mah. Şirvan/ SIIRT
Tel: 0484 511 22 59

ÇATOM Kurtalan Şubesi

Adres: Çatom Merkezi Cumhuriyet Mah. Güney Cad. No:8 Kurtalan/SIIRT
Tel: 0484 411 22 46

ÇATOM Kayabağlar Şubesi

Adres: Kayabağlar Belediyesi Kurtalan/SIIRT
Tel:0484 421 2564

ŞANLIURFA

YAŞAM EVİ

Adres: Bahçelievler Mahallesi 8.Sokak Yılça Apt. Kat:2 No:5 ŞANLIURFA
Tel: 0414 315 17 25

ŞANLIURFA BAROSU KADIN KOMİSYONU

Adres: Şanlıurfa Barosu ŞANLIURFA
Tel: 0414 313 28 28

ÇATOM Siverek Şubesi

Adres: Cumhuriyet Cad. Eski Belediye Binası No:1 Siverek/ŞANLIURFA
Tel: 0414 553 33 39

ÇATOM Halfeti Şubesi

Adres: GAP ÇATOM Yeni Halfeti Karaotlak Köyü L Blok No: 27 Halfeti/ŞANLIURFA
Tel: 0414 751 11 66

ÇATOM Bozova Şubesi

Adres: Kırmızı Pınar Mah. Cezaevi Yanı Bozova/ŞANLIURFA
Tel:0414 711 58 98

ÇATOM Yakubiye Şubesi

Adres: Harran Kapı Cad. Ramazan Çiftçi Apt. No:1 ŞANLIURFA
Tel: 0414 215 82 99

ŞIRNAK

ÇATOM Cizre Şubesi

Adres : Öğretmen Evi Yanı Eski Cumhuriyet İlkokulu Yanı Cizre/ŞIRNAK
Tel : 0486 616 6165

ÇATOM Uludere Şubesi

Adres:GAP İdaresi Çatom Merkezi Uludere/ŞIRNAK
Tel: 0486 351 22 25

ÇATOM İdil Şubesi

Adres: Turgut Özal Mah. Adile Naşit Cad. No:1 İdil/ ŞIRNAK
Tel: 0486 551 35 27

ÇATOM Beytüşşebab

Adres :Beytüşşebab Çatom ŞIRNAK
Tel :0486 311 30 17