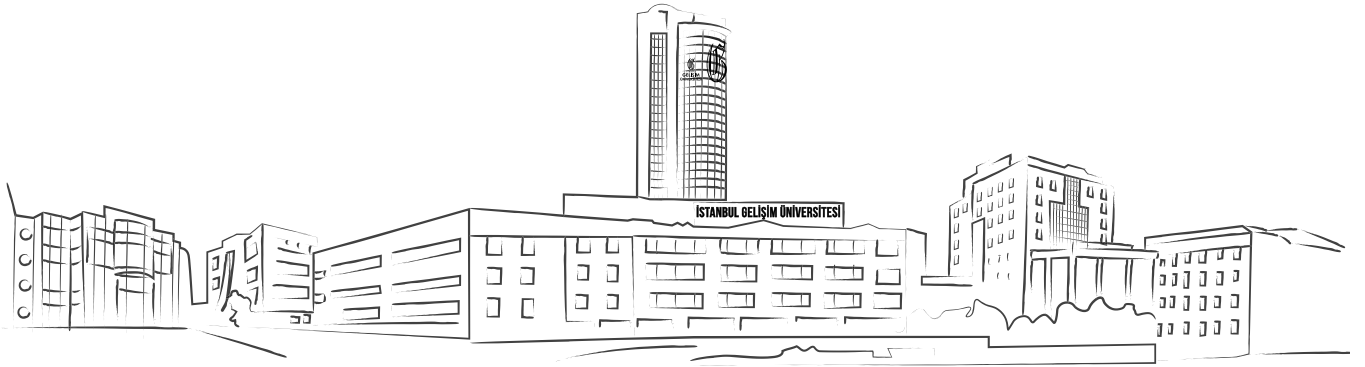


İSTANBUL  
**GELİŞİM**  
ÜNİVERSİTESİ

HAFTALIK ÜNİVERSİTE BÜLTENİ

3 OCAK - 7 OCAK 2022

Sayı: 131



## PERSONEL GÜNDEMİ

## AKADEMİK-İDARİ ATAMALAR

Üniversitemiz İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi, Yönetim Bilişim Sistemleri Bölümüne 07.01.2022 tarihi itibarıyla Bölüm Başkan Yardımcısı olarak **Dr. Öğr. Üyesi Nesibe MANAV** atanmıştır.

Ataması yapılan tüm hocalarımızı tebrik eder, görevlerinde başarılar dilerim.

**Doç. Dr. Serdar Çöp**  
Genel Sekreter

## İDARİ

Üniversitemiz Kurumsal İletişim Müdürlüğü idari birimimizde **Selin MAMAHATUN**, “Grafiker” idari pozisyonunda 03.01.2022 tarihi itibarıyla görevine başlamıştır.

## İGÜ'DEN GELİŞMELER

İstanbul Gelişim Meslek Yüksekokulu, Hava Lojistiği Programı **Öğr. Gör. Atilla Aydın**'ın “**Türkiye Ekonomisinde İthal Girdi Bağımlılığının Analizi**” başlıklı makalesi, Akademik Yaklaşımlar Dergisi'nde yayımlanmıştır. Erişim linki aşağıdadır.

<https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1563828>

İstanbul Gelişim Meslek Yüksekokulu, Sivil Havacılık Kabin Hizmetleri (İngilizce) Program Başkanı **Öğr. Gör. Fatih Frank Alparlan**'ın “**The Effects of Rest Quality, Anxiety and Exhaustion on Flight Attendants Flying Internationally**” başlıklı makalesi, Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi'nde yayımlanmıştır. Erişim linki aşağıdadır.

<https://dergipark.org.tr/tr/pub/oskaiibfd/issue/67540>

HABERLER

## DEPRESYON BESİN ALIMINA, BESİN ALIMI DEPRESYONA SEBEP

4 OCAK

2021



Tedavi edilebilir bir hastalık olan depresyonun ilaç tedavisi ile birlikte psikoterapiyi destekleyen, bireye özgü tıbbi beslenme tedavisine de gerek olduğuna vurgu yapan Beslenme Uzmanı Başak Can, “**Depresyon ve beslenme karşılıklı olarak birbirini oldukça fazla etkileyen iki kavramdır. Depresyon besin alımını etkilerken, besin alımı da depresyon riskini etkilemektedir**” dedi.

Demirin vücudumuzda birçok biyolojik fonksiyonları bulunduğunu, demir yetersizliği olan bireylerde depresyon sıklığının belirgin şekilde daha yüksek olduğunu belirten İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi **Beslenme ve Diyetetik Bölümü’nden Beslenme Uzmanı Başak Can**, “Buna karşı çıkan çalışmalar olduğundan demir için halen ortak bir kaniya varılamamıştır. Çinko ve selenyum yetersizliğinde de depresyon durumunun

daha kötüye gittiği belirtilmektedir. Tüm bu mikrobeyin öğelerinin depresyonla kesin ilişkilerinin saptanması için daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır” diye konuştu.

<https://gelisim.edu.tr/haber/depresyon-besin-alimina-besin-alimi-depresyona-sebep>

## KORONAVİRÜSTEN YIPRANAN AKCİĞERLERİ GÜÇLENDİRİCİ NEFES EGZERSİZLERİ

6 OCAK

2021



Covid-19 virüsü dolayısıyla en çok yıpranan akciğerler için güçlendirici nefes egzersizlerini aktaran Fizyoterapist Çağıl Ertürk, “**Doğru nefes egzersizleri sonrasında güçlenen ciğerlerimizle covid virüsüne karşı daha hazırlıklı hale geliriz. Ayrıca güçlü ciğerler sizin muhtemel hastalık sürecinizi daha rahat atlamanızı sağlar**” dedi.

Sağlıklı ciğerlere ve bağışıklık sistemine sahip olan insanların virüs karşısında daha şanslı olduğu uzun zamandır bilinen bir gerçek. Bu anlamda Covid-19 virüsünün tutunduğu, yayıldığı ve en çok yıprattığı akciğerlerin önemi pandemi süreci sonrası sağlık açısından daha da arttı. Kendisi de covid atlatan ve bu süreci yapmış olduğu nefes egzersizleri ile daha da rahat atlattığını ifade eden **Fizyoterapist Çağıl Ertürk**, doğru nefes alımının sadece ciğerleri değil aynı zamanda bağışıklık sistemini de güçlendirdiğinin altını çizdi.

<https://gelisim.edu.tr/haber/koronavirusten-yipranan-akcigerleri-guclendirici-nefes-egzersizleri>

## “MONTESSORİ EĞİTİM SİSTEMİNİN DÜNÜ VE BUGÜNÜ” KONFERANSI GERÇEKLEŞTİRİLDİ

7 OCAK

2021



Çocuk Gelişimi Bölümü **Öğr. Gör. Buse Kerigan**'ın moderatörlüğünde, “Montessori Eğitim Sisteminin Dünü ve Bugünü” başlıklı konferans gerçekleştirildi.

İstanbul Gelişim Üniversitesi (İGÜ), Sağlık Bilimleri Fakültesi Çocuk Gelişimi Bölümü Öğr. Gör. Buse Kerigan'ın moderatörlüğünde, “Montessori Eğitim Sisteminin Dünü ve Bugünü” başlıklı konferans gerçekleştirildi. Uluslararası Montessori Okulları Eğitim Derneği Başkanı **Öğr. Gör. Selçuk Aydın Bülbül**'ün konuşmacı olduğu konferans online olarak düzenlendi.

<https://gelisim.edu.tr/haber/montessori-egitim-sisteminin-dunu-ve-bugunu-konferansi-gerceklestirildi>

## ÇOBANKALE'DE ARKEOLOJİK KAZI ÇALIŞMALARI DEVAM EDİYOR

7 OCAK

2021



Birinci Haçlı Seferi'nin püskürtülmesinde ve Osmanlı Devleti'nin kuruluş döneminde önemli bir rol üstlenen Çobankale Kalesi'nde arkeolojik kazı çalışmalarına devam ediliyor. İstanbul Gelişim Üniversitesi Kültür Varlıkları Koruma ve Onarım Bölümü'nden **Arş. Gör. Esra Sayın**'ın da bilim heyetinde yer aldığı çalışmalara, çeşitli üniversitelerden çok sayıda araştırmacı eşlik ediyor.

İlk olarak 19'uncu yüzyılda Clive Foss ve **Prof. Dr. Halil İnalçık** tarafından gerçekleştirilen arkeolojik kazı çalışmaları Yalova'nın Altınova İlçesi'nde konumlanan Çobankale'de devam ediyor. Çobankale'nin ortaya çıkartılması ve bölgenin kültür turizmine kazandırılması amacıyla yapılan kazı çalışmaları, Mimar Sinan Güzel Sanatlar Üniversitesi'nden **Doç. Dr. Selçuk Seçkin** başkanlığında yürütülüyor. Türk Tarih Kurumu'nun da destek verdiği projede yılın 12 ayı çalışmalara aralıksız devam ediliyor.

<https://gelisim.edu.tr/haber/cobankalede-arkeolojik-kazi-calismalari-devam-ediyor>



## İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ ETKİNLİK PROGRAMI



TARİH	SAAT	ETKİNLİĞİN TÜRÜ	ETKİNLİĞİN ADI	ETKİNLİK MEKANI	AÇIKLAMA	ETKİNLİĞİ GERÇEKLEŞTİREN BİRİM
10.01.2022 - 14.01.2022						
10.01.2022	10:00	Diğer	Yarışma Birinciliği	Güzel Sanatlar Fakültesi	22. İzmir Kısa Film Festivali birinciliği için plaket verilecektir.	Güzel Sanatlar Fakültesi Dekanlığı/ Radyo, Televizyon ve Sinema Bölümü
10.01.2022 - 12.01.2022	10:30	Toplantı	AB Proje Değerlendirme Toplantısı	K Blok 16. Kat Toplantı Salonu	İspanya, Yunanistan, İtalya ve Hollanda'dan proje ortakları ile toplantı yapılacaktır.	Araştırma Destek Koordinatörlüğü
11.01.2022	09:00	Diğer	Çocuk Esirgeme Kurumu'na Gönderilmek Üzere Oyuncak, Kırtasiye vs. Toplanması	Tüm Bloklar	Çocuk Esirgeme Kurumu'na göndermek amacıyla oyuncak, kırtasiye malzemeleri toplanacaktır.	Sağlık Kültür ve Spor Daire Başkanlığı/ Farkındalık ve Gezi Kulübü - Umut Var Kulübü
14.01.2022	14:00	Söyleşi	Kulüp Buluşması	J Blok Mehmet Akif Ersoy Konferans Salonu	English Speaking Club üyeleri ile tanışma etkinliği düzenlenecektir.	Sağlık Kültür ve Spor Daire Başkanlığı- English Speaking Club



## BİLİNMESİ GEREKENLER

Dünyayı etkisi altına alan, Türkiye’de de kendini gösteren **koronavirüs** konusunda **İstanbul Gelişim Üniversitesi**’nde gerekli hassasiyet gösterilip tüm tedbirler alınıyor. **Koronavirüsle ilgili bilinmesi gerekenler** aşağıdaki gibidir.

### Yeni Koronavirüs Belirtileri Nelerdir?

- En çok karşılaşılan belirtiler **ateş, öksürük ve solunum sıkıntısıdır**.
- Şiddetli vakalarda **zatürre, ağır solunum yetmezliği, böbrek yetmezliği ve ölüm** gerçekleşebilir.
- Kuluçka süresi **2 ila 14 gün** arasındadır.

### Virüs Nasıl bulaşmaktadır?

- Hasta kişilerin **öksürme ve hapsirme**yla ortaya saçtığı damlacıkların ortamdaki diğer bireylerin **ağız, burun ve gözlerine** temasıyla, damlacıkların yapıştığı yüzeylere dokunduktan sonra **ellerin ağza, burun veya göze** götürülmesiyle bulaşabilmektedir.

### Virüsten Korunmak için Neler Yapmak Gerekmektedir?

- **Öksürme veya hapsirme** sırasında ağız ve burun **tek kullanımlık mendille** kapatılmalı, mendil yoksa avuç içleri ile değil **dirseğin iç kısmı** ile ağız kapatılmalıdır.
- **Tokalaşma ve sarılmadan** kaçınılması gerekmektedir.
- Kirli ellerle **ağız, burun ve gözlere** dokunulmamalıdır.
- Eller sık sık lavabolarda bulunan **El yıkama Talimatlarına** uygun olarak **en az 20 saniye** boyunca yıkanmalıdır. Su ve sabunun olmadığı durumlarda, **alkol içerikli el antiseptiği** kullanılması gerekmektedir. **70-80 derecelik kolonyalar** da dezenfektan görevi görmektedir.
- Ofis ve sınıfların **saat başı havalandırılması** gerekmektedir.
- Ortak alanlar ve kapı kolları gibi çok kişi tarafından sıkça kullanılan yerler **2 saatte bir dezenfekte** edilmelidir.
- **Toplu taşıma** kullanıldıktan sonra **ellerin yıkanması** gerekmektedir.
- Virüsün bağışıklık sistemi düşük kişilerde daha hızlı ilerlemesi sebebiyle; **dengeli ve sağlıklı beslenmesi** gerekmektedir. Gıdaların tüketilmeden önce **iyice yıkanması** gerekmektedir.

### Belirtiler Varsa Neler Yapılmalıdır?

- Son **14 gün içinde** enfeksiyon görülen ülkelerden geldiyse **cerrahi maske** takarak **en yakın sağlık kuruluşuna** başvurunuz.
- Eğer **öksürüyorsanız, ateşiniz varsa ve nefes almakta** zorlanıyorsanız; **cerrahi maske** takarak **en yakın sağlık kuruluşuna** başvurunuz.
- Evde **izolasyon önerilen bir kişiyle** aynı odada bulunduğunuz zamanlarda **maskenizi mutlaka takınız**.





## VİRÜSTEN KORUNMAK ELİMİZDE



ÖKSÜRME VE HAPŞIRMA  
SIRASINDA AĞIZ VE BURUN  
TEK KULLANIMLIK KAĞIT  
MENDİLLE KAPATILMALIDIR.  
MENDİL YOKSA DIRSEĞİN İÇ  
KISMI KULLANILMALIDIR.



TOKALAŞMA VE  
SARILMA GİBİ  
YAKIN TEMASTAN  
KAÇINILMALIDIR.



KALABALIK  
ORTAMLARDAN  
OLABİLDİĞİNCE UZAK  
DURULMALIDIR.



KİRLİ ELLERLE AĞIZ,  
BURUN VE GÖZLERE  
DOKUNULMAMALIDIR.



ELLER EN AZ 20 SANİYE  
SÜREYLE SU VE NORMAL  
SABUNLA YIKANMALIDIR.



SU VE SABUN OLMADIĞI  
DURUMLARDA ALKOL  
İÇERİKLİ EL ANTİSEPTİĞİ  
KULLANILMALIDIR.





[www.gelisim.edu.tr](http://www.gelisim.edu.tr)