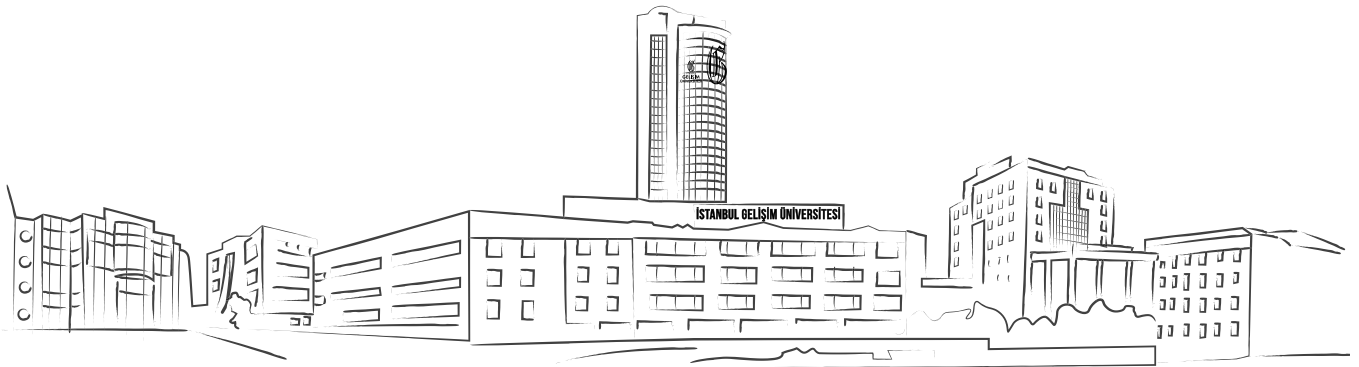


İSTANBUL  
**GELİŞİM**  
ÜNİVERSİTESİ

HAFTALIK ÜNİVERSİTE BÜLTENİ

26 NİSAN - 30 NİSAN 2021

CİLT 5 / SAYI 29



## ÖĞRENCİ LİDERİ PROGRAMI

İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Kültür Spor Daire Başkanlığı tarafından **16.03.2021-27.05.2021** tarihleri arasında **18 gün sürecek Öğrenci Lideri Yetiştirme Programları düzenlenmektedir.** Günümüzün en önemli kavramlarından biri olan Liderlik kavramı üzerinden, geleceğin liderlerini yetiştirmek amacıyla alanında uzman Öğretim Üyeleri tarafından dersler verilmektedir. **Eğitim Salı ve Perşembe günleri zoom platformu üzerinden 21:00-22:10 saatleri arasında toplamda 40 saat sürdürülecektir.** Öğrenci Lideri Yetiştirme Programında Liderlik ve Motivasyon, Stres ve Kriz Yönetimi, Akran İlişkileri, Toplumsal Cinsiyet Eşitliğine Duyarlılık, Etkili İletişim, Çatışma Yönetimi, Dijital Dönüşüm ve Dönüşümde Yönetim, Grup Liderliği, Beden Dili, Dikkat ve Hafıza, Liderlikte Sağlıklı Beslenme, Geleceğin Teknolojilerini Yönetmek, Gençlik Psikolojisi, Telkin ve Telkine Yatkınlık, Teknoloji Bağımlılığı konular ele alınmaktadır.



## PERSONEL GÜNDEMİ

### AKADEMİK

İktisadi İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi Dekanlığına Dekan Yardımcısı olarak 23.04.2021 tarihi itibarıyla **Dr. Öğr. Üyesi Yahya Can DURA** atanmıştır.

Üniversitemiz Sivil Savunma Komisyonuna Komisyon Başkanı olarak 26.04.2021 tarihi itibarıyla **Prof. Dr. Nail ÖZTAŞ** atanmıştır.

### İDARİ

Üniversitemiz Sivil Savunma Komisyonuna Sivil Savunma Uzmanı olarak 26.04.2021 tarihi itibarıyla **Bilal LUŞ** atanmıştır.

Üniversitemiz Yabancı Diller Yüksekokulu Müdürlüğüne Yüksekokul Sekreteri olarak 27.04.2021 tarihi itibarıyla **Gizem ÇAM** atanmıştır.

ATANDIĞI UNVAN	AD	SOYAD	ATANDIĞI FAKÜLTE/ YÜKSEKOKULU	ATANDIĞI BÖLÜM	ATANMA TARİHİ
ÖĞR. GÖR.	SENA	TAŞ	İGMYO	ELEKTRONİK TEKNOLOJİSİ	19.04.2021
ÖĞR. GÖR.	SELİM	AYKAÇ	İGMYO	HAVA LOJİSTİĞİ	19.04.2021
ÖĞR. GÖR.	SİBEL	CANİTEZ	SHMYO	OTOPSI YARDIMCILIĞI	19.04.2021
ÖĞR. GÖR.	EZGİ	KESTEK	İGMYO	MEKATRONİK	19.04.2021
ÖĞR. GÖR.	İLKSEN	SARI O	SHMYO	OTOPSI YARDIMCILIĞI	19.04.2021
DR. ÖĞR. ÜYESİ	ÖZLEM	GÖNÜL	UBYO	GASTRONOMİ VE MUTFA SANATLARI	19.04.2021
DR. ÖĞR. ÜYESİ	ANIL	ÇETİN	DHF	KLİNİK BİLİMLER	27.04.2021
DR. ÖĞR. ÜYESİ	İMAD MUHAMMED	SALİH	DHF	KLİNİK BİLİMLER	27.04.2021
DR. ÖĞR. ÜYESİ	MUHAMMET	BİRLİK	DHF	KLİNİK BİLİMLER	27.04.2021

*Ataması yapılan tüm hocalarımızı tebrik eder, görevlerinde başarılar dilerim.*

**Dr. Öğr. Üyesi Serdar Çöp**  
Genel Sekreter

## İGÜ'DEN GELİŞMELER

İstanbul Gelişim Meslek Yüksekokulu Mekatronik Programı Öğr. Gör İlker İnan ve Öğr. Gör. Umut Uz'un "Türkiye'nin Enerji Jeopolitiği İçerisinde Yenilenebilir Enerji Kaynakları" başlıklı makalesi, Yeni Türkiye Dergisi'nin Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan'ın başyazarlığın yaptığı, 2 cilt, 14 bölüm ve 72 makaleden oluşan yenilenebilir enerji özel sayısının 1. cildinde yayımlanmıştır.

ISSN: 1300-4174

İstanbul Gelişim Meslek Yüksekokulu, Tasarım Bölüm Başkanı Dr. Öğr. Üyesi Mustafa Günay'ın uluslararası endeksli hakemli bilimsel Atlas Journal Dergisi'nde "Çorum İli Valilik ve Kaymakamlıkların Logo ve Amblemlerinin Tasarım İlke ve Elemanları Bağlamında İncelenmesi" başlıklı makalesi yayımlanmıştır. Erişim linki aşağıdadır.

[https://www.atlasjournal.net/Makaleler/2032979278\\_6%20ID%20654.pdf](https://www.atlasjournal.net/Makaleler/2032979278_6%20ID%20654.pdf)

İstanbul Gelişim Meslek Yüksekokulu, Tasarım Bölüm Başkanı Dr. Öğr. Üyesi Mustafa Günay'ın, 10-11 Nisan 2021 tarihleri arasında düzenlenen 3. Uluslararası Sosyal Bilimler ve Eğitim Bilimleri Sempozyumu (USVES) kapsamında yapılan uluslararası çevrim içi karma sergide "KURTULUŞ" adlı abstract dijital illüstrasyon eseri, sempozyum sergi jürisi tarafından seçilerek sergilenmiştir. Erişim linki aşağıdadır.

[https://kongre.akademikiletisim.com/files/usves3/usves3\\_sergi\\_katalog.pdf](https://kongre.akademikiletisim.com/files/usves3/usves3_sergi_katalog.pdf)

İstanbul Gelişim Meslek Yüksekokulu, Tasarım Bölüm Başkanı Dr. Öğr. Üyesi Mustafa Günay'ın, "ÜTOPYA" adlı abstract dijital illüstrasyon eseri 23 Nisan 2021 tarihinde düzenlenen I. Ulusal Avrasya Jürili Karma Sergi'de, sergi jürisi tarafından seçilmiş olup sergide esere yer verilmiştir. Erişim linki aşağıdadır.

İstanbul Gelişim Meslek Yüksekokulu, Tasarım Bölüm Başkanı Dr. Öğr. Üyesi Mustafa Günay'ın, "ÜTOPYA" adlı abstract dijital illüstrasyon eseri 23 Nisan 2021 tarihinde düzenlenen I. Ulusal Avrasya Jürili Karma Sergi'de, sergi jürisi tarafından seçilmiş olup sergide esere yer verilmiştir. Erişim linki aşağıdadır.

[https://avrasyasergisi.avrasya.edu.tr/?page\\_id=14](https://avrasyasergisi.avrasya.edu.tr/?page_id=14)

İstanbul Gelişim Meslek Yüksekokulu, Tasarım Bölüm Başkanı Dr. Öğr. Üyesi Mustafa Günay, 15-30 Nisan 2021 tarihleri arasında ArtWin Sanat Galerisi tarafından "Dünya Sanat Günü" münasebetiyle düzenlenen uluslararası çevrim içi karma sergiye "BAKIŞ" adlı dijital illüstrasyon eseriyle katılmıştır. Eser, jüri tarafından seçilmiş olup sergide esere yer verilmiştir. Erişim linki aşağıdadır.

[https://www.youtube.com/watch?v=V5\\_OzdkOeMw](https://www.youtube.com/watch?v=V5_OzdkOeMw)

İstanbul Gelişim Meslek Yüksekokulu, Halkla İlişkiler ve Tanıtım Programı Öğr. Gör. Dr. Sevgi Kavut'un "Digital Identities in the Context of Blockchain and Artificial Intelligence" adlı makalesi Selçuk İletişim Dergisi Nisan 2021 sayısında yayımlanmıştır. Erişim linki aşağıdadır.

<https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1523899>

İstanbul Gelişim Meslek Yüksekokulu, Uygulamalı Rusça ve Çevirmenlik Programı Öğr. Gör. Sevda Polat, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rus Dili ve Edebiyatı Bilim Dalı'nda Prof. Dr. Bahar Güneş danışmanlığında yazdığı "Çağdaş Rus Dilinde Bitmiş ve Bitmemiş Görünüşleri Aynı Olan Fiiller ve Bu Fiillerin Türkçedeki İfadeleri" adlı tezi ile 2 Nisan 2021'de gerçekleştirilen doktora tez savunma sınavında doktor unvanı almaya hak kazanmıştır.

## Polinomların Köklerinin Bulunması

Bu yazıda öğrenciler dâhil olmak üzere İstanbul Gelişim Üniversitesi'nin akademik ve idari personelinin de ilgisini çekebilecek bir konu hakkında bir fikir vermek istiyorum. Lise 2. sınıftan hatırlanacağı gibi  $\mathbb{N}$  doğal sayılar,  $\mathbb{Z}$  tam sayılar,  $\mathbb{Q}$  rasyonel sayılar,  $\mathbb{R}$  reel sayılar ve  $\mathbb{C}$  karmaşık sayılar kümeleri ve bu sayılar ve bir  $x$  bilinmeyi cinsinden tanımlanan  $\mathbb{C}[x] = \{p(x) = a_0 + a_1x + \dots + a_nx^n : a_0, \dots, a_n \in \mathbb{C} \text{ ve } n \in \mathbb{N}\}$  kümesine karmaşık katsayılı polinomlar kümesi denir. Benzer biçimde  $\mathbb{N}[x]$ ,  $\mathbb{Z}[x]$ ,  $\mathbb{Q}[x]$ , ve  $\mathbb{R}[x]$  kümeleri de tanımlanabilir. Kolayca görüleceği gibi  $\mathbb{N} \subset \mathbb{Z} \subset \mathbb{Q} \subset \mathbb{R} \subset \mathbb{C}$  kapsama bağıntıları ve benzer biçimde  $\mathbb{N}[x] \subset \mathbb{Z}[x] \subset \mathbb{Q}[x] \subset \mathbb{R}[x] \subset \mathbb{C}[x]$  kapsama bağıntıları gerçekleşir.  $p(x_0) = 0$  eşitliğini gerçekleyen bir  $x_0$  sayısına  $p(x)$  polinomunun bir kökü denir. Matematik tarihi boyunca polinomlar araştırmacıların her zaman ilgisini çekmiştir. Örneğin, 1792'de Gauss (Carl Friedrich Gauss, 1777-1855) reel katsayılı  $n$ -yinci dereceden bir polinomun bazıları karmaşık sayı olabilen tam  $n$  tane kökü olduğunu ve 1826'da Abel (Niels Henrik Abel, 1802-1829) derecesi dörtten büyük polinomların köklerinin cebirsel yöntemler ve kök almalar yoluyla hesaplanamayacağını göstermiştir.

Bu kısa notta aynen  $x^2 + ax + b = 0$  denkleminin köklerinin  $x_1 = \frac{-a - \sqrt{a^2 - 4b}}{2}$  ve  $x_2 = \frac{-a + \sqrt{a^2 - 4b}}{2}$  formülleri ile hesaplanabildiği gibi  $P(x) = x^3 + ax^2 + bx + c = 0$  üçüncü derece denklemlerin köklerinin de benzer formüllerle hesaplanabileceğini göstereceğiz. Onun için bu son denklemin kökleri sırasıyla  $x_1, x_2, x_3$  olsun.  $x_k = y_k - \frac{a}{3}$ , ( $k = 1, 2, 3$ ) olmak üzere  $y_1, y_2, y_3$  sayılarının  $Q(y) = P\left(y - \frac{a}{3}\right) = y^3 + \left(b - \frac{a^2}{3}\right)y + c - \frac{ab}{3} + \frac{2a^3}{27} = y^3 + py + q$  polinomunun kökleri olduğu kolayca görülebilir. O halde  $P(x)$  polinomunun köklerini bulmak için  $Q(y) = y^3 + py + q$  polinomunun köklerini bulmak yeterlidir. Bu son polinomun bir kökünün  $y_1 = \alpha + \beta$  olduğunu varsayalım. Böylece  $(\alpha + \beta)^3 + p(\alpha + \beta) + q = \alpha^3 + \beta^3 + (3\alpha\beta + p)(\alpha + \beta) + q = 0$  olması için  $\alpha^3 + \beta^3 + q = 0$  ve  $3\alpha\beta + p = 0$  eşitliklerinin sağlanması yeterlidir. Son eşitliklerden

$$\alpha^3 + \beta^3 = -q \text{ ve } \alpha^3\beta^3 = -\frac{p^3}{27} \quad (*)$$

buradan da  $\alpha^3$  ve  $\beta^3$  sayılarının  $X^2 + qX - \frac{p^3}{27} = 0$  denkleminin kökleri olduğu görülür.

Böylece  $\alpha^3 = -\frac{q}{2} - \sqrt{\frac{q^2}{4} + \frac{p^3}{27}}$  ve  $\beta^3 = -\frac{q}{2} + \sqrt{\frac{q^2}{4} + \frac{p^3}{27}}$ , veya eşdeğer olarak

$$y_1 = \sqrt[3]{-\frac{q}{2} - \sqrt{\frac{q^2}{4} + \frac{p^3}{27}}} + \sqrt[3]{-\frac{q}{2} + \sqrt{\frac{q^2}{4} + \frac{p^3}{27}}}$$

elde edilir.  $x^3 - 1 = (x - 1)(x^2 + x + 1)$  eşitliğinden  $x^2 + x + 1 = 0$  denkleminin  $w = -\frac{1}{2} + i\frac{\sqrt{3}}{2}$  ve  $\bar{w} = -\frac{1}{2} - i\frac{\sqrt{3}}{2}$  köklerine birimin karmaşık kökleri denir. Dikkat edilirse  $(\alpha w, \beta \bar{w})$

ve  $(\alpha\bar{w}, \beta w)$  ikilileri de  $(\alpha, \beta)$  ikilisinin sağladığı (\*) eşitliklerini sağlar. Bu nedenle  $y_1 = \alpha + \beta, y_2 = \alpha w + \beta \bar{w}, y_3 = \alpha \bar{w} + \beta w$  sayıları  $y^3 + py + q = 0$  denkleminin tüm kökleridir.

$\delta = \frac{q^2}{4} + \frac{p^3}{27}$  sayısına  $y^3 + py + q = 0$  denkleminin diskriminantı denir.  $\delta > 0$  ise hem  $\alpha$  hem de  $\beta$  sayısının reel ve böylece  $y_1$  kökünün reel,  $y_2$  ve  $y_3$  köklerinin eşlenik karmaşık sayılar olduğu,  $\delta < 0$  ise  $\alpha$  ve  $\beta$  sayılarının eşlenik karmaşık sayılar olduğu ve böylece  $y_1, y_2$  ve  $y_3$  köklerinin her birinin reel olduğu kolayca gösterilebilir.

Dördüncü dereceden polinomların köklerinin bulunması hakkında ilgilenen okuyucular kaynakçaya bakabilir.

#### Kaynakça

N. Çalışkan, "Cebirsel denklemlerin kökleri", Matematik Dünyası, 4(1994), No. 3, 9-13.

Yusuf Avcı ve Nurettin Ergun, "Matematik Dünyası", 6(1996) No.1, 19-21.

**Prof. Dr. Yusuf Avcı**

Mühendislik ve Mimarlık Fakültesi Öğretim Üyesi

#### HABERLER

### "Bu kararın hiçbir bağlayıcılığı yok"

26 NİSAN

2021



Amerika Birleşik Devletleri'nin 43'üncü Başkanı Josef Biden'ın 1915 olaylarını ülke tarihinde ilk defa resmi dilden "soykırım" olarak nitelendirmesi büyük skandala sebep olduğunu söyleyen Sosyolog ve Uluslararası İlişkiler Uzmanı Dr. Bahlul Aliyev, "Bu karar sadece siyasi bir amaç taşıyor. Hukuki hiçbir bağlayıcılığı yok" dedi.

"ERMENİ İSYANI RUSYA VE FRANSA TARAFINDAN YÖNETİLDİ"

1915 olaylarının arka planını değerlendiren İstanbul Gelişim Üniversitesi'nden Dr. Öğretim Üyesi Bahlul Aliyev, "Tarihe dönüp baktığımızda Rusya ve Fransa tarafından yönetilen büyük bir Ermeni isyanı görüyoruz. Nedense, bu isyanlar sonucu yakılan, diri diri gömülen, türlü işkencelerle öldürülen, kazığa oturtulan

500 bin'den fazla Anadolu insanının hatırası önemsenmemekte, aksine bu vahşeti yapan Ermenilerin geçici bir tehciye tabi tutulması sahte tarih yazılımlarıyla kurgulanmış bir gündem oluşturuluyor" ifadelerini kullandı.

Haberin devamı için [www.gelisim.edu.tr](http://www.gelisim.edu.tr)'yi ziyaret edebilirsiniz.



## Pandemi döneminde hastalar için telerehab

27 NİSAN

2021



Koronavirüs salgınıyla virüsün yayılmasını daha iyi kontrol etmek için fizik tedavi protokollerine ciddi kısıtlamalar getirildiğini ifade eden Fizyoterapist Çağıl Ertürk, teletıp ve telerehab uygulamalarının yeniden popülerlik kazandığını söyledi. Ertürk, "Koronavirüse yakalanan ve aynı zamanda çeşitli hareket bozukluğu olan hastalar için telerehab kolaylık sağlıyor" dedi.

COVID-19 salgınının teletıp kullanımını artırdığını belirten İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimler Fakültesi'nden Fizyoterapist Öğr. Gör. Çağıl Ertürk, "Bu çağda fizik tedavi hasta bakımı sağlamanın mekanizmalarından biri teletıp. Telerehabilitasyon veya telerehab, başta şu dönemde koronavirüse yakalanan kişilerin akciğer fonksiyonlarını geliştirmek üzere hastalara hizmet

veren teknolojik bir görsel-işitsel sistemdir" ifadelerini kullandı.

Haberin devamı için [www.gelisim.edu.tr](http://www.gelisim.edu.tr)'yi ziyaret edebilirsiniz.

## Araştırma sonucu: Yaşlılar daha yardımsever

28 NİSAN

2021



İngiltere'de yaşları 18 ile 36 arasında değişen ve 55-85 yaşları arasındaki yetişkinlerle yapılan araştırmaya göre yaşlıların gençlere kıyasla daha empati sahibi, katılımcı ve yardımsever olduğu saptandı.

Yaşlıların bir çıkarları olmaksızın başkaları için daha çok çalışma ve emek verme eğiliminde olduğunun belirtildiği araştırmayı değerlendiren Gerontolog Sıla Ayan, "Bu yapılan araştırmayla yaşlanma ile değişen yardım etme davranışı, maddi bağışlardan ziyade adım atmak ve harekete geçmek üzerinden tanımlanıyor. Yaşları 18 ile 36 arasında değişen 95 yetişkin ve 55 - 85 yaşları arasındaki 92 yetişkinden oluşan bir grup üzerinde yaptığı çalışma yaşlıların gençlere kıyasla daha empati sahibi, katılımcı ve yardımsever olduğunu

gösteriyor. Araştırma, yaşlıların toplumsal hizmetlere katılımları ve yardımseverlik tutumlarıyla ilgili önemli veriler ortaya koyuyor" dedi.

Haberin devamı için [www.gelisim.edu.tr](http://www.gelisim.edu.tr)'yi ziyaret edebilirsiniz.

**“Tam kapanma çocuk ve ergenlerdeki depresyonu daha da artıracak”**

29 NİSAN

2021



Pandemide çocuk ve ergenlerin olumsuz etkilendiğini belirten Doç. Dr. Canan Tanıdır, özellikle ergenlerde depresyon sıklığında çok fazla artış olduğunu ve tam kapanma döneminde çocuk ve ergenlerde görülen bu durumun daha da yoğunlaşacağını söyledi.

Pandemide çocuk ve ergenlerde görülen depresyon artışıyla kliniklere de başvurunun arttığını belirten İstanbul Gelişim Üniversitesi Psikoloji Bölümü Çocuk ve Ergen Psikiyatri Uzmanı Doç. Dr. Canan Tanıdır, “Çocuklar, ruhsal açıdan sürekli evde olmanın, çok fazla kimseyle görüşmemenin sıkıntısını yaşıyorlar. Biraz daha depresifler. Bir kısmının kaygısı fazla, takıntıları arttı. Özellikle virüsle ilgili ailede herhangi bir kronik hasta varsa öldürme riskinin

artırması nedeniyle ‘ya anneme babama bir şey olursa kaygısıyla’ gelen çocuklar çok. Başlarda belki bilinmezlik vardı ama süreç uzadıkça umut azalıyor. Çocuklar ve gençler artık çok fazla sorunla kliniğe başvuruyor” diyerek gençlerde bazen ilaç tedavisi uygulamak zorunda kaldıklarını ifade etti.

Haberin devamı için [www.gelisim.edu.tr](http://www.gelisim.edu.tr)'yi ziyaret edebilirsiniz.

**“2 ana öğünle beslenerek yenilenmek mümkün”**

30 NİSAN

2021



Tam kapanma boyunca sağlıklı beslenme ile ilgili tavsiyelerde bulunan Kaliteli Yaşam Uzmanı Doç. Dr. Haluk Saçaklı, “17 gün sürecek kapanma başladı. Bu süreçte oruç ya da 2 ana öğünle beslenerek yenilenmek mümkün” diye konuştu.

3 günlük oruçtan sonra ya da 2 ana öğünle beslenmeye başlanıldığında vücudun bağışıklık mekanizmasının akyuvar oluşumunu tetiklediğini ifade eden İstanbul Gelişim Üniversitesi'nden Doç. Dr. Haluk Saçaklı, “İnsan vücudu aç kalınca zayıf ve hastalıklı hücrelerin içindeki gereksiz parçacıkları yok ediyor. Vücudumuz bağışıklık sistemimizin tamamını yeniliyor. Oruç ya da 2 ana öğünle beslenme, bir yenilenme programı olarak karşımıza çıkıyor” dedi.

Haberin devamı için [www.gelisim.edu.tr](http://www.gelisim.edu.tr)'yi ziyaret edebilirsiniz.



## 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 Gerekemektedir?

- **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.



İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ  
ETKİNLİK PROGRAMI

TARİH	SAAT	ETKİNLİĞİN TÜRÜ	ETKİNLİĞİN ADI	ETKİNLİK MEKANI	AÇIKLAMA	ETKİNLİĞİ GERÇEKLEŞTİREN BİRİM
03.05.2021 / 09.05.2021						
4.05.2021	14:20	Seminer	Yüzmede Periyodizasyon	Google Meet: <a href="https://meet.google.com/fbe-cyhg-yur">https://meet.google.com/fbe-cyhg-yur</a>	Doç. Dr. Erkan Günay'ın Katılımlıyla Gerçekleşecektir.	Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Müdürlüğü
4.05.2021	15:30	Seminer	ILT Atölye Çalışmaları: Masaüstü Reklam Filmlerinde Hareketli Grafik Tasarımı	Zoom: <a href="https://zoom.us/j/91627449976">https://zoom.us/j/91627449976</a>	Gökhan Aydın'ın Katılımlıyla Gerçekleşecektir.	Güzel Sanatlar Fakültesi Dekanlığı / İletişim Tasarımı Bölüm Başkanlığı
4.05.2021	18:00	Söyleşi	Evde Kendin Yap/DIY Atölyesi: Beslenme ve Spor	Google Meet: <a href="https://meet.google.com/grx-wswk-jkt?authuser=0">https://meet.google.com/grx-wswk-jkt?authuser=0</a>	Vegan Yaşam-Beslenme Uzmanı Kevser BAŞKARA ve Fitness Eğitmeni Tuğrul Çağrı YILMAZER'ın Katılımlıyla Gerçekleşecektir.	Meslek Yüksekokulu Müdürlüğü / Pazarlama ve Reklamcılık Bölüm Başkanlığı
4.05.2021	20:30	Söyleşi	Adli Vakalarla Ergoterapi	Instagram: @iguergoterapi	Dr. Öğr. Üyesi Mahmut Yaran'ın Katılımlıyla Gerçekleşecektir.	Sağlık Kültür ve Spor Daire Başkanlığı / İGÜ Ergoterapi ve Toplumsal Rehabilitasyon Kulübü
5.05.2021	15:00	Söyleşi	Covid 19 Ruh Sağlığımızı Nasıl Etkiliyor	Instagram: @igushmyo	Uzm. Klinik Psikolog Melis Avcı'nın Katılımlıyla Gerçekleşecektir.	Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Müdürlüğü / Sağlık Kurumları İşletmeciliği Program Başkanlığı
5.05.2021	16:00	Seminer	Uygulamada Spor Psikolojisi	Google Meet: <a href="https://meet.google.com/swm-dwhf-siw">https://meet.google.com/swm-dwhf-siw</a>	Prof. Dr. Hakan Kolayış'ın Katılımlıyla Gerçekleşecektir.	Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Müdürlüğü / Antrenörlük Eğitimi Bölüm Başkanlığı
5.05.2021	21:00	Seminer	Ceza Hukuku Bilinci ve İnsan Hakları	Google Meet: <a href="https://meet.google.com/xpn-xxpy-xbj">https://meet.google.com/xpn-xxpy-xbj</a>	Cumhuriyet Savcısı Dr. Cengiz Apaydın'ın Katılımlıyla Gerçekleşecektir.	Sağlık Kültür ve Spor Daire Başkanlığı / Anadolu Gençlik Kulübü



6.05.2021	13:00	Söyleşi	Teknolojiyle "Kendin Yap"	Google Meet: <a href="https://meet.google.com/zxt-vjeybn?authuser=0">https://meet.google.com/zxt-vjeybn?authuser=0</a>	Kurumsal İletişim Uzmanı Ebubekir Türk' ün Katılımıyla Gerçekleşecektir.	Meslek Yüksekokulu Müdürlüğü / Pazarlama ve Reklamcılık Bölüm Başkanlığı
7.05.2021	15:00	Söyleşi	Çevirmenlik-Tecrübe Paylaşım	Google Meet: <a href="https://meet.google.com/ehj-ycvv-vyo">https://meet.google.com/ehj-ycvv-vyo</a>	Merve Ay Karakuş' un Katılımıyla Gerçekleşecektir.	Meslek Yüksekokulu Müdürlüğü / Uygulamalı Rusça Çevirmenlik Programı
7.05.2021	17:30	Seminer	Pandemide Kaygıyla Baş Etme Stratejileri Atölyesi	Google Meet: <a href="https://meet.google.com/xat-mzht-vhb">https://meet.google.com/xat-mzht-vhb</a>	Öğr. Gör. Selin Kalabaş' ın Katılımıyla Gerçekleşecektir.	Sağlık Kültür ve Spor Daire Başkanlığı / Sosyal Hizmet Kulübü
8.05.2021	20:30	Seminer	Bağımlı Bireylerde Ergoterapi Müdahaleleri	İnstagram: @iguergoterapi	Uzm. Ergoterapist Yasin Tekeci' nin Katılımıyla Gerçekleşecektir.	Sağlık Kültür ve Spor Daire Başkanlığı / İGÜ Ergoterapi ve Toplumsal Rehabilitasyon Kulübü
8.05.2021	20:30	Festival / Eğlence	PINAR DEVECİ İLE YÜZ YOGASI	İnstagram: @iguyoga	Pınar Deveci' nin Katılımıyla Gerçekleşecektir.	Sağlık Kültür ve Spor Daire Başkanlığı / İGÜ Yoga Kulübü
9.05.2021	14:00	Söyleşi	Yazılım Sektöründe Yurtdışı İş Disiplini ve Pandemi Sürecinin İş Hayatına Etkisi	Google Meet: <a href="https://meet.google.com/mio-kszq-mqp">https://meet.google.com/mio-kszq-mqp</a>	Cem Sağlam' ın Katılımıyla Gerçekleşecektir.	Meslek Yüksekokulu Müdürlüğü / Bilgisayar Programcılığı Program Başkanlığı
9.05.2021	20:30	Festival / Eğlence	CEREN SAVACI İLE YOGA	İnstagram: @iguyoga	Ceren Savacı' nın Katılımıyla Gerçekleşecektir.	Sağlık Kültür ve Spor Daire Başkanlığı / İGÜ Yoga Kulübü

\* Etkinlikler online yapılmaktadır.

\* Katılım sağlamak için ilgili birimlere başvuru yapılmaktadır.

