

E-ISSN: 2791-867X

# PTT HAYAT

AYLIK SÜRELİ YAYIN / VERNACULAR PUBLICATION

ARALIK / DECEMBER 2025 / 79



**3** DÜNYA  
ENGELLİLER  
GÜNÜ  
*Aralık*

**TARİHTEN  
GÜNÜMÜZE ŞEMŞİYENİN  
HİKÂYESİ**

THE STORY OF THE UMBRELLA  
FROM HISTORY TO TODAY

**NOKTALARIN  
RENKLİ DÜNYASI:  
PUANTİLİZM AKIMI**

THE COLOURFUL WORLD OF DOTS:  
THE POINTILLISM MOVEMENT

**SESSİZLİKTE  
İLETİŞİM: İŞARET  
DİLİ**

COMMUNICATION IN SILENCE:  
SIGN LANGUAGE

 Ptt 105  
Yaşında



GELENEKTEN GELECEĞE UZANAN  
GENİŞ HİZMET AĞIMIZLA

*Daima Yanınızdayız*



 Ptt

[www.ptt.gov.tr](http://www.ptt.gov.tr)

 /PTTKurumsal

 /Ptt.Kurumsal

 /pttkurumsal

444  
1788

# PTT HAYAT

E - ISSN: 2791-867X

## YAYIN SAHİBİ PUBLISHER

Posta ve Telgraf Teşkilatı Anonim Şirketi Adına  
On Behalf of Turkish Post

## GENEL MÜDÜR GENERAL DIRECTOR

Dr. Hakan GÜLTEN

## SORUMLU YAZI İŞLERİ MÜDÜRÜ

RESPONSIBLE MANAGING EDITOR

Adem ÇOŞKUN

## GENEL YAYIN YÖNETMENİ

EXECUTIVE COORDINATOR

Özge IŞIK YEŞİLIRMAK

## YAYIN DANIŞMANI PUBLISHING CONSULTANT

Dr. S. Merve İLBAK TAHMAZ

## EDİTÖR EDITOR

Ayşen Şevval TAŞKIN

## YAZAR KADROSU AUTHORS

Özge IŞIK YEŞİLIRMAK, Dr. S. Merve İLBAK TAHMAZ

Ayşen Şevval TAŞKIN, Dr. Zafer TAHMAZ

## REDAKSİYON EDITING

Ayşen Şevval TAŞKIN

## ÇEVİRMEN TRANSLATOR

Gürkan Sinan YAŞAR

## KREATİF DİREKTÖR CREATIVE DIRECTOR

Özge IŞIK YEŞİLIRMAK

## ART DİREKTÖR ART DIRECTOR

Halil HASOĞLU

Aleyna ÜNALDI

## GRAFİK TASARIM GRAPHIC DESIGN

Elvin Ceren TAHMAZ

## FOTOĞRAF PHOTOGRAPHY

Timur TAHMAZ

YAPIM, İÇERİK VE YAYINA HAZIRLIK  
PRODUCTION, CONTENT AND PUBLICATION

**biblo**

creative approach solid works

Biblo Turizm Reklam San. ve Tic. Ltd. Şti.  
Güzeltepe Mahallesi Alper Cad. No: 5/3  
Çankaya / ANKARA  
0 (312) 441 55 61 - info@bibloturizm.com

YÖNETİM YERİ MANAGEMENT LOCATION

Hacı Bayram Mah. Şehit Teğmen Kalmaz  
Cad. No: 2 Altındağ / Ankara  
0 (312) 509 57 09

ARALIK DECEMBER 2025

SAYI ISSUE: 79

Yaygın Süreli Dijital Yayın

Periodical Digital Publication



## İÇİNDEKİLER

## CONTENTS

12

### Vitrin

Showcase  
KARADENİZ'İN GİZLİ  
HAZİNESİ: GALERİÇ  
SUBASAR ORMANLARI  
THE HIDDEN TREASURE OF  
THE BLACK SEA: THE GALERİÇ  
FLOODED FORESTS

20

### Bilim ve Teknoloji

Science and Technology  
YERLİ VE MİLLÎ SOSYAL  
MEDYA PLATFORMU  
NEXT SOSYAL  
A NEW ERA IN THE DIGITAL  
WORLD: THE NATIONAL AND  
DOMESTIC SOCIAL MEDIA  
PLATFORM NEXT SOSYAL

26

### Bizden Haberler

News From Us  
PTT AŞ, 185. KURULUŞ  
YIL DÖNÜMÜNDE  
GELECEĞE NEFES  
OLUYOR!  
TURKISH POST (PTT) CELEBRATES  
ITS 185 TH ANNIVERSARY BY  
BREATHING LIFE INTO THE FUTURE!

54

### Panorama

Panorama  
TÜRKİYE ULAŞIMINDA YEŞİL  
DÖNÜŞÜM: BİSİKLET YOLLARI,  
EKOLOJİK KÖPRÜLER VE  
KARBON AZALTIM HAMLELERİ  
GREEN TRANSFORMATION IN TÜRKİYE'S  
TRANSPORTATION: BICYCLE PATHS,  
ECOLOGICAL BRIDGES AND CARBON  
REDUCTION INITIATIVES

60

### Detay

In Focus  
NOKTALARIN  
RENKLİ DÜNYASI:  
PUANTİLİZM  
AKIMI  
THE COLOURFUL  
WORLD OF DOTS: THE  
POINTILLISM MOVEMENT

66

### Zinde Kal

Stay Fit  
İNSAN BEDENİNİN  
ZAMANLA UYUMLU  
İŞLEYİŞİ: SİRKADİYEN  
RİTİM  
THE HUMAN BODY'S TIME-  
ALIGNED FUNCTIONING:  
CIRCADIAN RHYTHM

30

### Bizden Haberler

News From Us  
PTT AŞ, E-TİCARET  
HAFTASI'NDA YENİLİKÇİ  
ÇÖZÜMLERİNİ TANITTI  
TURKISH POST (PTT)  
SHOWCASES ITS INNOVATIVE  
SOLUTIONS AT  
E-COMMERCE WEEK

38

### Miras

Heritage  
TARİHTEN  
GÜNÜMÜZE  
ŞEMSIYENİN  
HİKÂYESİ  
THE STORY OF THE  
UMBRELLA FROM  
HISTORY TO TODAY

46

### Kolaj

Collage  
SESSİZLİKTE  
İLETİŞİM:  
İŞARET DİLİ  
COMMUNICATION  
IN SILENCE: SIGN  
LANGUAGE

76

### Filateli

Philately  
FARKINDA OL:  
3 ARALIK DÜNYA  
ENGELLİLER GÜNÜ  
BE AWARE: 3 DECEMBER  
- INTERNATIONAL DAY OF  
PERSONS WITH DISABILITIES

82

### Filigran

Watermark  
BİR ASRI AŞAN YOLCULUK:  
BÜYÜK POSTANE  
A JOURNEY OF MORE THAN A  
CENTURY: THE GRAND POST OFFICE

86

### Mutfak

Kitchen  
SICACIK BİR KIŞ  
LEZZETİ: BAL  
KABAĞI ÇORBASI  
A WARM WINTER  
DELIGHT: PUMPKIN SOUP

Sevgili PTT Hayat Okurları,

Başarılarla dolu bir yılı daha geride bırakırken, 2025 yılı boyunca hayata geçirdiğimiz projelere, kat ettiğimiz mesafelere ve ortaya koyduğumuz güçlü iradeye baktığımızda; Türkiye Yüzyılı vizyonu ile tam bir uyum içinde dopdolu bir seneyi gururla tamamladığımızı görmenin mutluluğunu yaşıyoruz.

Cumhurbaşkanımız Sayın Recep Tayyip Erdoğan'ın liderliğinde, ülkemizin kalkınmasına yön veren, geleceğine paha biçilmez değerler katan nice dev yatırımını azim ve kararlılıkla gerçeğe dönüştürdük. Aziz milletimizin bize bahşettiği sarsılmaz güveni asla boşa çıkarmadık. 2025 yılında ulaştırmadan altyapıya, haberleşmeden lojistiğe uzanan beş sektörde, toplam yatırım tutarı 190 milyar TL'yi bulan 44 projeyi tamamlayarak milletimizin hizmetine sunduk. Bugün Türkiye'nin ulaştırma altyapısının, küresel rekabette büyük avantaj sağlayacak düzeye ulaşmış olması, yapılan bu çalışmaların ne kadar stratejik olduğunu açıkça ortaya koymaktadır.

Yıl boyunca kara, hava, deniz ve demiryolu yatırımlarımıza aralıksız hız verdik; haberleşme ile dijital altyapımızı daha da güçlendirdik. Bakanlığımıza bağlı faaliyetlerini sürdüren, dijital dönüşümün öncüsü olarak hizmetlerini çağın gereksinimlerine göre sürekli yenileyen Posta ve Telgraf Teşkilatımız da bu süreçte ortaya koyduğu başarılı çalışmalarla haberleşme, lojistik, dijitalleşme ve posta

hizmetleri alanlarında Türkiye'yi dünyanın önde gelen ülkeleri arasına taşımıştır. Köklü geçmişiyle her zaman milletimizin yanında olan PTT'mizin 2026'da da hizmet ağını genişleterek kargo taşımacılığında hız ve verimliliği artırmayı, dijitalleşme sürecini hızlandırmayı ve e-ticaret altyapısını güçlendirmeyi hedefliyoruz. Vatandaşlarımıza daha modern ve erişilebilir hizmetler sunmaya devam edeceğiz.

Ulaştırma ve Altyapı Bakanlığı olarak 23 yıldır olduğu gibi; ulaşımın tüm modlarında ortaya koyduğumuz vizyoner projelerle Türkiye'yi, Türkiye Yüzyılı hedeflerine kararlılıkla taşımayı sürdüreceğiz. Bu büyük yolculukta özveriyle çalışan, hayata geçirilen her projede alın teri ve emeği bulunan tüm mesai arkadaşlarıma teşekkür ediyorum. Türkiye'nin ulaştırma ve altyapı alanındaki başarısının arkasında; güçlü bir ekip ruhu, kararlı bir irade ve milletimize duyduğumuz hizmet aşkı vardır. 2026 yılına adım atarken hedefimiz, ülkemizin ulaştırma ve haberleşme altyapısını daha yenilikçi, daha güvenli, hızlı ve kapsayıcı bir yapıya kavuşturmadır. İnanıyoruz ki birlik ve beraberlik içinde atacağımız her adım, Türkiye'yi daha güçlü yarınlara taşıyacaktır.

Bu duygu ve düşüncelerle yeni yılın ülkemize ve tüm dünyaya; sağlık, huzur, bereket ve nice başarılar getirmesini yürekten temenni ediyor; tüm vatandaşlarımızın 2026 yılını en içten dileklerle kutluyorum. Sevgi ve saygılarımla...

**Abdulkadir URALOĞLU**  
T.C. Ulaştırma ve Altyapı Bakanı

Dear Readers of PTT Hayat,

As we leave behind another year filled with achievements, when we look at the projects we brought to life throughout 2025, the distance we covered, and the firm determination we displayed, we take great pride and happiness in seeing that we have completed a productive year fully aligned with the vision of the "Century of Türkiye."

Under the leadership of our President, Mr. Recep Tayyip Erdoğan, we have steadfastly realized significant investments that shape our nation's development and contribute invaluable value to its future. We have never failed the unwavering trust granted to us by our noble nation. In 2025, we completed 44 projects, with a total investment value of 190 billion TL, across five sectors, ranging from transportation to infrastructure, and communications to logistics, and presented them to the service of our citizens. Today, Türkiye's transportation infrastructure has reached a level that provides significant advantages in global competition, clearly demonstrating the strategic nature of these efforts.

Throughout the year, we continued to accelerate our investments in land, air, sea, and railway infrastructure, and further strengthened our communication and digital infrastructure. Our Post and Telegraph Organization, operating under our Ministry and continuously renewing its services in line with the needs of the era as a pioneer of digital transformation, has successfully advanced Türkiye into the ranks of the world's leading countries in the fields of communication, logistics, digitalization, and postal services. With its deep-rooted history and unwavering public commitment, our Turkish Post (PTT) aims to expand its service network in 2026, increase speed and efficiency in cargo transportation, accelerate digitalization processes, and strengthen its e-commerce infrastructure. We will continue to offer more modern and accessible services to our citizens.

As the Ministry of Transport and Infrastructure, just as we have done for the past 23 years, we will continue to move Türkiye toward its "Century of Türkiye" goals with visionary projects we deliver across all modes of transportation. I extend my gratitude to all my colleagues



**Abdulkadir URALOĞLU**

R.T. Minister of Transport and Infrastructure

who work with great dedication and whose efforts and contributions are present in every project we realize. Behind Türkiye's success in transportation and infrastructure lies a strong team spirit, a determined will, and a passion for serving our nation. As we step into 2026, our goal is to enhance our country's transportation and communication infrastructure, making it more innovative, secure, fast, and inclusive. We firmly believe that every step we take in unity and solidarity will carry Türkiye toward a stronger future.

With these thoughts and feelings, I sincerely wish that the new year brings health, peace, abundance, and many new successes to our country and the entire world. I extend my heartfelt congratulations to all our citizens for the year 2026.

With love and respect...

# SUNUŞ / FOREWORD

Değerli PTT Hayat Okurları,

Başarılarla dolu bir yılı geride bırakırken, 2026 senesini yeni umutlar ve hedeflerle karşılıyoruz. PTT Ailesi olarak ülkemiz için azim ve kararlılıkla çalıştığımız bir seneyi daha tamamlamanın haklı gururunu yaşıyoruz. Yenilikçi vizyonumuz, büyüme stratejilerimiz ve güçlü iş birliklerimiz sayesinde, 2025 boyunca istikrarlı bir ilerleme kaydederek hayatı kolaylaştıran hizmetlerimizi daha da güçlendirdik. Yaklaşık iki asırlık tecrübemizle vatandaşlarımızın ihtiyacına uygun hızlı ve pratik çözümler üretmeye ve bu çözümleri yenilikçi hizmetlere dönüştürmeye devam ediyoruz. Tüm bunları gerçekleştirirken çevreye olan sorumluluğumuzu da her zaman olduğu gibi ön planda tutuyor, sürdürülebilirlik ilkemiz çerçevesinde hizmetlerimizin doğa dostu olmasına özen gösteriyoruz.

Hizmet yolculuğuna başladığımız 1840 yılından bu yana aynı heyecanla görevimizi sürdürüyor; geleceğe emin adımlarla ilerliyoruz. Elbette elde ettiğimiz tüm başarılarda çalışma arkadaşlarımızın emeği çok büyük. Bu vesileyle Teşkilatımızın

185 yıllık gurur dolu serüvenine katkı sunan ve ülkemizin dört bir yanında fedakârca görev yapan tüm çalışma arkadaşlarımıza şükranlarımı sunuyorum.

Önümüzdeki dönemde de değer yaratan çalışmalarla yolumuza devam etmeyi hedefliyoruz. Bu doğrultuda dijital dönüşüm projelerimizi, yenilikçi uygulamalarımızı ve müşteri odaklı yaklaşımımızı 2026 yılında da kararlılıkla sürdüreceğiz. En büyük motivasyonumuz ise milletimizin bize duyduğu güvendir. İnançımız odur ki 2026 yılı, PTT için daha üretken, daha yenilikçi ve daha verimli bir yıl olacaktır.

Bu duygularla tüm okurlarımızın, çalışma arkadaşlarımızın ve vatandaşlarımızın yeni yılını en içten dileklerle kutluyorum; 2026 senesinin sağlık, huzur, başarı ve esenlik getirmesini temenni ediyorum.

Saygılarımla,

**Dr. Hakan GÜLTEN**  
PTT AŞ Genel Müdürü

Dear Readers of PTT Hayat,

As we bid farewell to a year filled with achievements, we welcome 2026 with renewed hopes and goals. As the PTT Family, we take rightful pride in completing another year in which we worked with determination and dedication for our country. Through our innovative vision, growth strategies, and strong collaborations, we made steady progress throughout 2025, further strengthening our services that make life easier. With nearly two centuries of experience, we continue to develop fast and practical solutions tailored to the needs of our citizens and transform these solutions into innovative services. While undertaking these activities, we consistently prioritize our environmental responsibility and ensure that our services remain environmentally friendly, in line with our sustainability principles.

Since 1840, the year we began our service journey, we have carried on our duty with the same enthusiasm and continue to move firmly toward the future. Without a doubt, the efforts of my colleagues play a tremendous role in all our successes. On this occasion, I extend my gratitude to all my colleagues who contribute to our Organisation's proud 185-year journey and work selflessly all across our country.

In the upcoming period, we aim to continue on our path with work that creates lasting value. Accordingly, we will resolutely maintain our digital transformation projects, innovative practices, and customer-oriented approach throughout 2026. Our greatest motivation is the trust our nation places in us. We firmly believe that 2026 will be a more productive, more innovative, and more efficient year for PTT.

With these sentiments, I wholeheartedly wish a happy new year to all our readers, colleagues, and citizens, and I hope that 2026 brings health, peace, success, and well-being.

Respectfully,



**Dr. Hakan GÜLTEN**  
General Director of Turkish Post (PTT)

# 2026

## Mutlu Yıllar

2026'nın; sevdiklerinizle birlikte unutulmaz anılar biriktirdiğiniz, hayallerinize ulaştığınız ve başarılarla taçlandığınız bir yıl olmasını diliyoruz.  
**Yeni yılınız kutlu olsun!**

**2026  
HAPPY NEW YEAR**

*Wishing you a 2026 filled with unforgettable moments shared with your loved ones, a year where you achieve your dreams, and crown your journey with success. Happy New Year!*

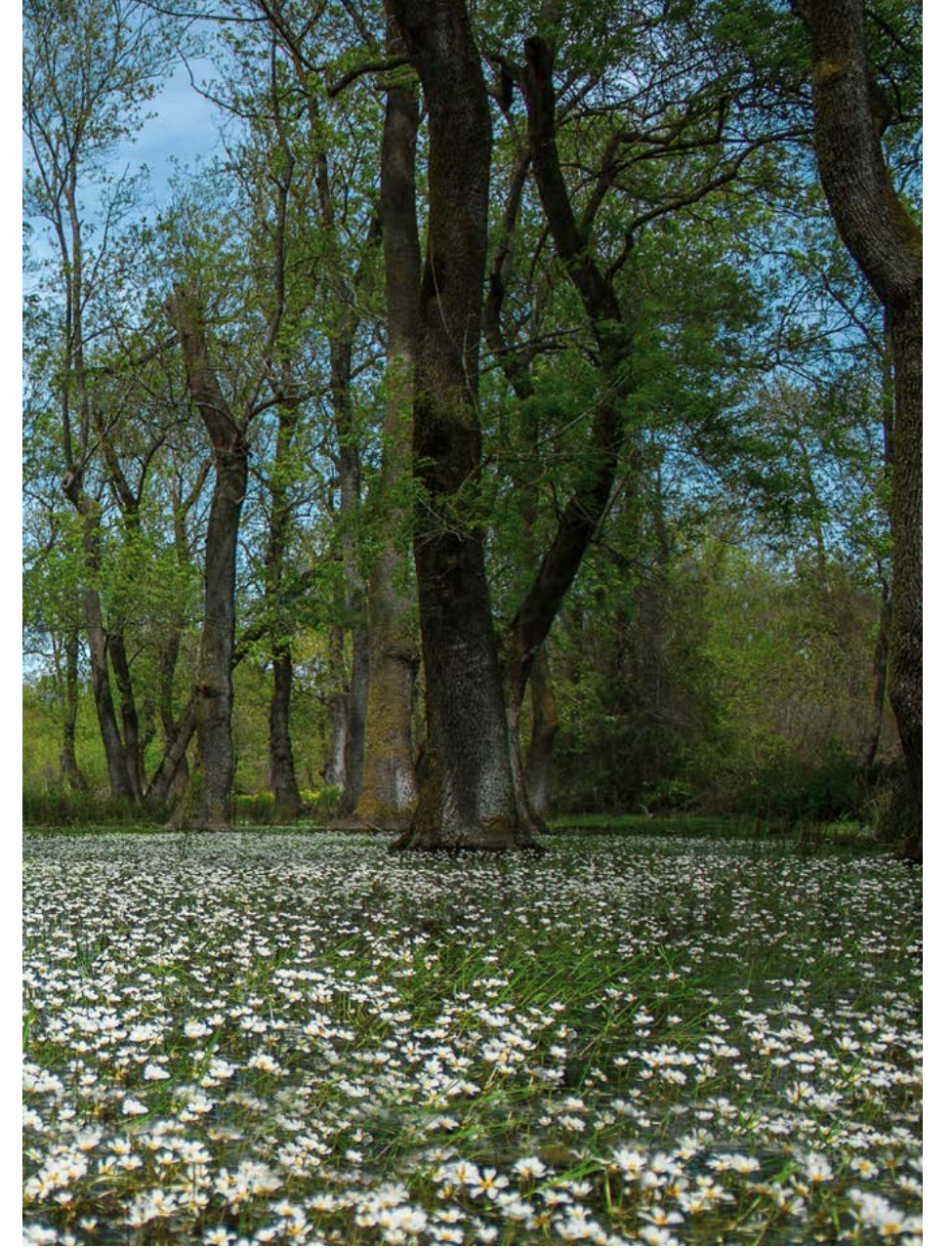
# KARADENİZ'İN GİZLİ HAZİNESİ: GALERİÇ SUBASAR ORMANLARI

THE HIDDEN TREASURE OF THE BLACK  
SEA: THE GALERİÇ FLOODED FORESTS



Kızılırmak Deltası'nın en dikkat çekici doğal alanlarından biri olan Galerîç Subasar Ormanları, Samsun'un 19 Mayıs İlçesi Yörükler Beldesi'nin yaklaşık 5 kilometre kuzeyinde yer almakta ve ülkemizde nadir görülen subasar ormanlarının en iyi korunmuş örneklerinden birini oluşturmaktadır. İlkbahar aylarında tabanı tamamen suyla kaplanan bu yaprak döker ormanlar hem sahip oldukları benzersiz ekosistem hem de sundukları büyüleyici manzara ile görsel bir şölen sunar.

Bölgenin biyolojik çeşitliliği oldukça zengindir. Özellikle kuş varlığı bakımından dikkat çeker ve bölgede 35 ötücü kuş türü kuluçkaya yatar. Sulann yükseldiği dönemlerde ormanın geniş bir kısmının su altında kalması, suyun yüzeyinde oluşan uçsuz bucaksız papatya örtüsüyle birleşerek fantastik ve görülmeye değer bir manzara yaratır. Günümüzde birçok subasar ormanı parçalanmış durumda olsa da Galerîç Ormanları, bütünlüğünü koruyan nadir alanlardan biridir. Bu özellikleri sayesinde Kızılırmak Deltası, doğa turizmi, çevre eğitimi ve bilimsel araştırmalar için büyük bir potansiyel taşımaktadır.



One of the most striking natural areas of the Kızılırmak Delta, the Galerîç Flooded Forests are located approximately 5 kilometres north of Yörükler in the 19 Mayıs District of Samsun, and represent one of the best-preserved examples of the rare flooded forests found in Türkiye. During spring, the forest floor becomes entirely submerged, turning these deciduous woodlands into a visual feast with their unique ecosystem and enchanting landscape.

The region is biologically rich, particularly in terms of bird populations—a total of 35 songbird species nest within the area. When the water levels rise, large sections of the forest remain underwater, creating a stunning sight as the surface becomes covered with endless layers of daisies floating across the water. Today, while many flooded forests have become fragmented, the Galerîç Forests remain one of the few intact examples. These characteristics make the Kızılırmak Delta an area of great potential for nature tourism, environmental education, and scientific research.

# BOZKIRIN ARKEOLOJİ HAZİNESİ: GORDİON MÜZESİ

THE ARCHAEOLOGICAL TREASURE OF  
THE STEPPE: THE GORDION MUSEUM

Ankara'nın Polatlı ilçesine bağlı Yassıhöyük Köyü'nde yer alan Gordion Müzesi, 1963 yılında kurulmuş olup; 1990'lı yıllarda eklenen depo, laboratuvar, bilgilendirme ve görüntü salonlarıyla daha da zenginleştirilmiştir. Açık ve kapalı teşhir alanlarıyla dikkat çeken müze, Türkiye'nin önemli kültürel duraklarından biri hâline gelmiştir. Özellikle Gordion kazılarında ortaya çıkarılan buluntuların yanı sıra Polatlı çevresinden derlenen eserlerin kronolojik biçimde sunulduğu müze, 2000 yılında Avrupa'da Yılın Müzesi yarışmasında finale kalma başarısı göstermiştir.

Located in the village of Yassıhöyük in Ankara's Polatlı district, the Gordion Museum was founded in 1963 and was later enhanced with the addition of a depot, laboratory, information, and screening rooms in the 1990s. With its indoor and outdoor exhibition spaces, the museum has become one of Türkiye's prominent cultural venues. In addition to findings from the Gordion excavations, artefacts collected from the Polatlı region are chronologically displayed. In 2000, the museum was shortlisted for the European Museum of the Year Award.



The museum houses pottery dating from the Early, Middle, and Late Bronze Ages, as well as the Early Phrygian Period. The carved orthostats from the Early Iron Age and iron tools from the Early Phrygian Era are also significant components of the collection. Loom weights, glass artefacts, seals and seal impressions, as well as Coins of Alexander the Great dating from the 4th to the 2nd centuries BCE, are exhibited in the entrance hall. Additionally, the museum contains Phrygian and imported ceramic pieces, as well as artifacts from the Lydian, Hellenistic, and Roman periods.

Other noteworthy pieces include pottery with Phrygian inscriptions or motifs, terracotta architectural elements associated with Phrygian architecture, multi-material artifacts, and Cybele figurines and reliefs. The museum also displays burial findings from Polatlı Höyük, which provide insights into the funerary traditions of the Hatti people, regarded as one of the oldest cultures of Anatolia. In the museum courtyard, visitors can view a Galatian tomb alongside mosaics dating back to the Phrygian and Roman periods.

Müzedede, Eski Tunç Çağı'ndan başlayarak Orta ve Geç Tunç Çağı ile Erken Frig Çağı'na ait çanak çömlek örnekleri görülebilir. Erken Demir Çağı'na ait kabartmalı ortostatlar ile yine Erken Frig Dönemi'ne tarihlenen demir aletler de koleksiyonun önemli parçalarıdır. Dokuma faaliyetlerinde kullanılan ağırşaklar, cam eserler, mühür ve mühür baskıları, MÖ 4. ile MÖ 2. yüzyıllar arasına ait İskender sikkeleri müzenin giriş bölümünde sergilenmektedir. Ayrıca müzedede Frig ve ithal seramik örnekleriyle birlikte Lidya, Helenistik ve Roma Dönemleri'ne ait eserler yer almaktadır.

Bunlara ek olarak Frig yazıtlı veya baskılı çanak çömlekler, Frig mimarisine ait terrakotta (pişmiş toprak) parçaları, çeşitli malzemelerden üretilmiş eserler ile Kibele figür ve kabartmaları koleksiyonun dikkat çeken diğer öğeleridir. Ayrıca Polatlı Höyük'ten çıkarılan ve Anadolu'nun en eski halkı kabul edilen Hatti kültürüne ait ölü gömme biçimlerini gösteren mezarlar da müzedede sergilenmektedir. Müzenin bahçesinde ise Galat Mezarı ile Frig ve Roma Dönemleri'ne tarihlenen mozaikler görülebilir.



# BÜYÜLÜ DAĞ

## THE MAGIC MOUNTAIN

Hamburglu genç gemi mühendisi Hans Castorp, kuzenini üç haftalığına ziyaret etmek için gittiği İsviçre'deki bir sanatoryumda, kendisinin de tedavi görmesi gerektiğini öğrenince orada tam yedi yıl kalır. Bu süreç boyunca hekimlerin ve hastaların oluşturduğu dünyayı, Batı düşüncesinin iki karşıt yönünü ve platonik bir aşkın büyüleyici etkisini deneyimleyerek keşfeder. Sanatoryumda geçirdiği yıllar içinde hastalık ve ölümün ötesine uzanan yaşam mucizesini fark eden Castorp'un sade ruhu derin bir dönüşüm yaşar.

Thomas Mann, roman sanatını ustalıklı sergilediği ve ironik bir dille kaleme aldığı bu eserinde; zaman, kültürel karşıtlıklar, aşk, hastalık ve ölüm gibi evrensel konuları ele alır. Birinci Dünya Savaşı öncesinde dönemin küresel sıkıntılarını ve çökmekte olan bir uygarlığı irdeleyen Büyülü Dağ; burjuva geleneği ile ahlaki yapıyı yer yer sert ve yer yer de alaycı bir üslupla sorgular.

Hans Castorp, a young shipbuilding engineer from Hamburg, travels to a sanatorium in Switzerland to visit his cousin for three weeks, only to discover that he must undergo treatment himself, and ends up staying for seven years. During this period, he becomes immersed in a world shaped by physicians and patients, explores Western thought in all its opposing forms, and experiences the captivating influence of a Platonic love. Through his years at the sanatorium, Castorp discovers the miracle of life beyond illness and death, and his simple spirit undergoes a profound transformation.

In this remarkable novel, Thomas Mann masterfully blends irony with literary craftsmanship, exploring universal themes such as time, cultural conflict, love, illness, and death. Set in the years preceding the First World War, The Magic Mountain interrogates the declining civilisation of the era, examining bourgeois traditions and moral structures with both sharp and satirical tones.



# BAK POSTACI GELİYOR

THE POSTMAN IS COMING



Bak Postacı Geliyor, 2025 yapımı dram/romantik türde bir filmidir. Hikâye, 1950'lerin sonlarında küçük bir Ege kasabasında geçer ve izleyiciye sıcak, samimi bir dönem atmosferi yaşatır.

Filmin merkezinde, kasabada postacı olarak görev yapan Osman yer alır. Osman'ın hayatı, taşıdığı mektupların ötesinde, Gülizar'a duyduğu derin ve imkânsız aşkla şekillenir. Film duygularını yazdığı mektuplarla dile getiren Osman'ın Gülizar'a kavuşma çabasını konu edinir.

Yönetmenliğini ve senaristliğini Yüksel Aksu'nun üstlendiği Bak Postacı Geliyor, içten anlatımıyla izleyiciye duygu yüklü bir yolculuk vadeden bir yapım olarak öne çıkmaktadır.



The Postman is Coming is a 2025 drama/romance film. The story takes place in a small Aegean town in the late 1950s, drawing the audience into a warm and intimate period atmosphere.

At the centre of the film is Osman, a postman in a small town. Osman's life is shaped not only by the letters he carries, but also by his deep and impossible love for Gülizar. The film focuses on Osman's attempt to reunite with Gülizar, expressing his emotions through the letters he writes.

Directed and written by Yüksel Aksu, The Postman Is Coming stands out as a work that offers an emotional journey, marked by a strong period setting and heartfelt storytelling.

# DİJİTAL DÜNYADA YENİ BİR DÖNEM: YERLİ VE MİLLÎ SOSYAL MEDYA PLATFORMU NEXT SOSYAL

A NEW ERA IN THE DIGITAL WORLD: THE NATIONAL AND  
DOMESTIC SOCIAL MEDIA PLATFORM NEXT SOSYAL

Özge IŞIK YEŞİLİRMAK

*Dijital çağın en güçlü iletişim araçlarından biri hâline gelen sosyal medya, artık yalnızca paylaşım yapmak için değil; haber almak, fikir üretmek, topluluk kurmak ve ticaret yapmak için de kullanılıyor. Bu alanda dünyanın büyük platformlarının egemenliği sürerken, Türkiye’de geliştirilen yerli ve millî bir alternatif olarak NEXT Sosyal, dijital bağımsızlık yolunda önemli bir adım olarak öne çıkıyor.*

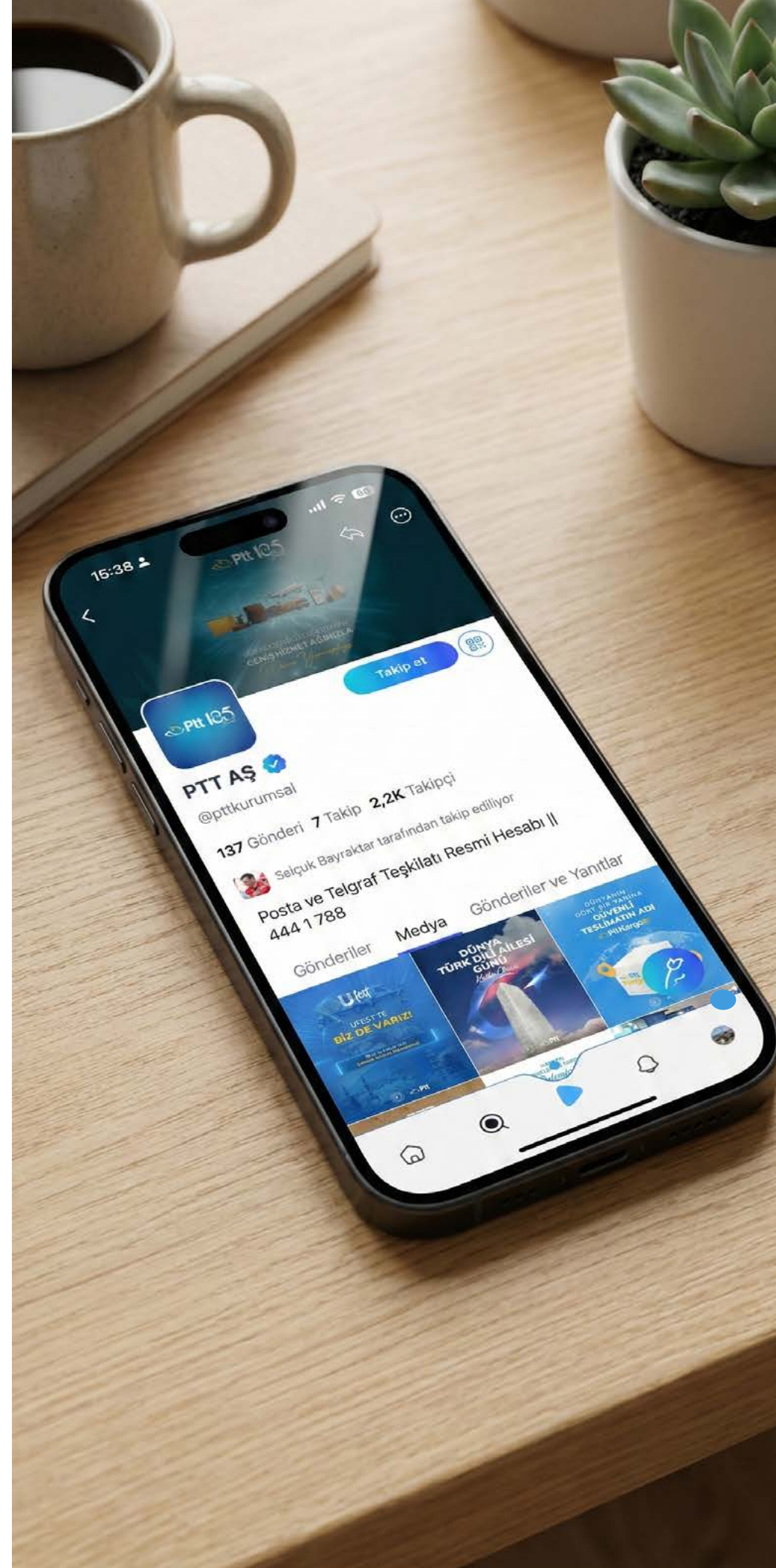
*Social media, which has become one of the most powerful communication tools of the digital age, is no longer used only for sharing; it is now a space for receiving news, generating ideas, building communities, and conducting trade. While global platforms continue to dominate this field, NEXT Sosyal, developed in Türkiye as a national and domestic alternative, stands out as a significant step toward digital independence.*

Türkiye, teknoloji alanında attığı yerli ve millî adımlara bir yenisini daha ekledi. NEXT Sosyal –diğer adıyla NEXT TEKNOFEST Sosyal– haber, teknoloji, yaşam ve gündem odaklı içeriklerin paylaşıldığı, tamamen yerli mühendislik ürünü bir sosyal medya platformu olarak kullanıcıların karşısına çıktı.

Bu platform “reklamsız, sansürsüz ve algoritmasız bir deneyim” mottosuyla dijital dünyada özgür, güvenli ve şeffaf bir paylaşım alanı sunmayı hedefliyor. 23 Temmuz 2025’te genel kullanıma açılan NEXT Sosyal, kısa sürede büyük ilgi görmeyi başardı.

Türkiye has added a new achievement to its efforts in national and domestic technological development. NEXT Sosyal – also known as NEXT TEKNOFEST Sosyal – has been introduced as a completely locally engineered social media platform where news, technology, lifestyle, and current affairs-focused content can be shared.

The platform aims to offer a free, safe, and transparent sharing environment in the digital world with the motto: “an ad-free, censorship-free, and algorithm-free experience.” Opened to general use on July 23, 2025, NEXT Sosyal quickly attracted great interest.

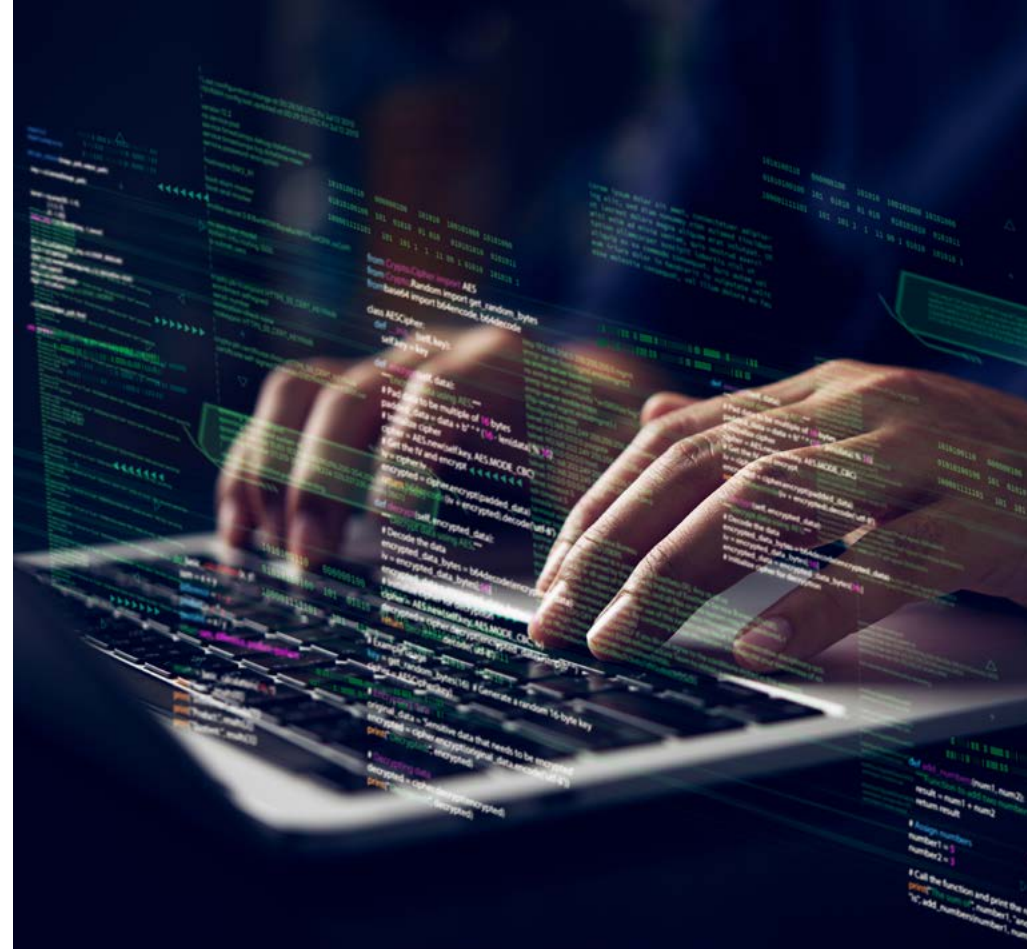


### Veri Güvenliği ve Dijital Özgürlük Önceliği

NEXT Sosyal, kullanıcı verilerinin yurt içinde ve güvenli bir şekilde korunmasını esas alıyor. Bu yaklaşım, günümüzde giderek artan veri gizliliği endişelerine yerli bir çözüm sunuyor. Platform, herhangi bir dış reklam veya algoritmik yönlendirme içermediği için kullanıcı deneyimini manipülasyondan uzak, doğal bir akışta tutuyor. Böylece kullanıcılar, görmek istedikleri içerikleri kendi tercihleriyle şekillendirebiliyor.

### Açık Kaynak Kodlu Yapısıyla Şeffaf ve Katılımcı

NEXT Sosyal'in en dikkat çekici özelliklerinden biri, açık kaynak kodlu bir platform olması. Bu, uygulamanın yazılım kodlarının tamamen kamuya açık olduğu anlamına geliyor. Geliştiriciler platformun nasıl çalıştığını inceleyebiliyor, hatta bu kodları temel alarak kendi bağımsız projelerini oluşturabiliyor. Bu model; dijital egemenlik, şeffaflık ve inovasyon açısından önemli bir adım olarak değerlendiriliyor. Türkiye'de açık kaynak kültürünün yaygınlaşması hem yazılım ekosistemine hem de yerli teknolojik üretime uzun vadede güçlü katkılar sağlayacak.



### Data Security and Digital Freedom as Priorities

NEXT Sosyal is based on securely storing user data domestically. This approach offers a local solution to today's growing concerns about data privacy. Since the platform includes no external advertisements or algorithmic direction, it maintains a natural user experience free from manipulation. Thus, users can shape the content they see according to their own preferences.

### Transparent and Participatory with an Open-Source Structure

One of the most striking features of NEXT Sosyal is that it is an open-source platform. This means that the software code of the application is entirely accessible to the public. Developers can examine how the platform works and even build their own independent projects based on these codes. This model is considered a significant step forward in terms of digital sovereignty, transparency, and innovation. The spread of open-source culture in Türkiye will make a substantial long-term contribution to both the software ecosystem and national technological production.

### Kullanıcı Dostu ve Herkes İçin Erişilebilir

NEXT Sosyal, Android ve iOS cihazlara ücretsiz olarak indirilebiliyor. Katılım süreci son derece basit: Mobil uygulama mağazalarıyla "Next Sosyal" aratılarak uygulama indiriliyor, ardından "TEKNOFEST Sosyal" sunucusu seçilip hesap oluşturulabiliyor. Bu kolay sistemle kullanıcılar, dakikalar içinde yerli bir sosyal medya deneyimine adım atabiliyor.

### Algoritmasız, Eşit ve Gerçek Zamanlı Paylaşımlar

NEXT Sosyal'de içerikler algoritmik bir filtreye takılmadan, tamamen kronolojik sırayla gösteriliyor. Bu, içerik üreticiler ve takipçiler arasında eşit görünürlük imkânı yaratıyor. Kullanıcılar; metin, görsel, video ve anket paylaşabiliyor, ilgil alanlarına göre topluluklara katılabiliyor ve özgün içerikler üretebiliyor. Platformun bu yapısı, geleneksel sosyal medya anlayışına alternatif bir "adil dijital alan" modeli sunuyor.

### User-Friendly and Accessible to Everyone

NEXT Sosyal can be downloaded for free on Android and iOS devices. The participation process is straightforward: by searching for "Next Sosyal" in mobile app stores, users can download the application, then select the "TEKNOFEST Sosyal" server and create an account. With this easy system, users can step into a national social media experience within minutes.

### Algorithm-Free, Equal, and Real-Time Sharing

On NEXT Sosyal, content is shown entirely in chronological order without being filtered through algorithms. This creates equal visibility opportunities between content producers and followers. Users can share text, images, videos, and polls, join communities based on their interests, and produce original content. This structure offers an "equitable digital space" model as an alternative to the traditional social media approach.



## YERLİ VE MİLLÎ SOSYAL MEDYA PLATFORMUMUZ NEXT TEKNOFEST SOSYAL'DE

BİZ DE YERİMİZİ ALDIK



### Yerli Sosyal Medya Ekosisteminin Geleceği

NEXT Sosyal, yalnızca bir uygulama değil; Türkiye'nin dijital geleceği için vizyoner bir proje. Kullanıcı gizliliğini koruyan, açık kaynakla inovasyonu teşvik eden ve reklam baskısından uzak bir dijital alan oluşturan bu platform, yerli teknolojinin geldiği noktayı göstermesi bakımından da önemli bir örnek teşkil ediyor.

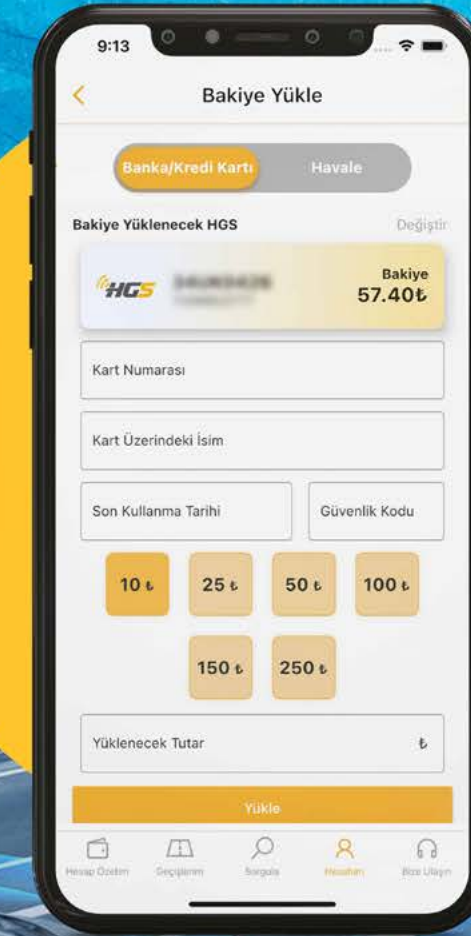
Sonuç olarak, NEXT Sosyal; güvenli, şeffaf ve özgür bir dijital dünyanın Türkiye'de de mümkün olduğunu kanıtıyor. Yerli üretim gücüyle şekillenen bu platform, sosyal medyada yeni bir dönemin kapılarını aralıyor: Bağımsız, kullanıcı merkezli bir dijital gelecek.

### The Future of the National Social Media Ecosystem

NEXT Sosyal is not just an application; it is a visionary project for Türkiye's digital future. By protecting user privacy, encouraging innovation through open source, and creating a digital space free from advertising pressure, the platform serves as an essential example of the country's technological capabilities.

In conclusion, NEXT Sosyal demonstrates that a safe, transparent, and free digital world is also possible in Türkiye. Shaped by national production power, this platform opens the doors to a new era in social media: an independent, user-centred digital future.

# HGS İŞLEMLERİNİZ MOBİL UYGULAMA İLE ÇOK KOLAY!



HGS bakiye sorgulama ve yükleme işlemlerinizi  
mobil uygulamamız üzerinden  
hızlı ve kolay bir şekilde gerçekleştirebilirsiniz.



[www.ptt.gov.tr](http://www.ptt.gov.tr)

[/PTTKurumsal](https://www.instagram.com/PTTKurumsal)

[/Ptt.Kurumsal](https://www.facebook.com/Ptt.Kurumsal)

[@pttkurumsal](https://www.tiktok.com/@pttkurumsal)

444  
1788

# PTT AŞ, 185. KURULUŞ YIL DÖNÜMÜNDE GELECEĞE NEFES OLUYOR! 4 BİN 185 ADET FİDAN TOPRAKLA BULUŞTU

**TURKISH POST (PTT) CELEBRATES ITS 185 TH  
ANNIVERSARY BY BREATHING LIFE INTO THE  
FUTURE! 4,185 SAPLINGS PLANTED.**

*Türkiye'nin en köklü kurumlarından biri olan Posta ve Telgraf Teşkilatı Anonim Şirketi (PTT AŞ), kuruluşunun 185. yıl dönümü kapsamında Ankara'nın Bala ilçesinde gerçekleştirdiği etkinlikte 4 bin 185 adet fidanı toprakla buluşturdu ve geleceğe anlamlı bir armağan bıraktı.*



*Turkish Post (PTT), one of Türkiye's most established institutions, planted 4,185 saplings in the Bala district of Ankara as part of the organisation's 185th anniversary celebrations, leaving a meaningful legacy for future generations.*



Operating under the Ministry of Transport and Infrastructure and aiming to reach millions through services that make daily life easier, Turkish Post (PTT) is celebrating its 185th year. With its extensive range of services, covering post, cargo, logistics, finance, and e-commerce, its integration of technological innovation, and its widespread service network throughout Türkiye, Turkish Post (PTT) continues to be an indispensable part of everyday life while also standing out with community-benefiting projects.

Actively contributing to afforestation efforts nationwide, the General Directorate of Forestry and Turkish Post (PTT) aim to raise awareness across all segments of society through the PTT 185th Anniversary Memorial Forest sapling-planting initiative.

T.C. Ulaştırma ve Altyapı Bakanlığına bağlı olarak faaliyetlerini sürdüren ve hayatı kolaylaştıran hizmetleriyle milyonlarca insana ulaşmayı amaçlayan PTT AŞ, bu yıl 185. kuruluş yıl dönümünü kutluyor. Posta, kargo, lojistik, finans ve e-ticaret alanlarındaki geniş hizmet yelpazesi, teknolojik yenilikleri hizmetlerine entegre eden yapısı ve ülke genelindeki yaygın hizmet ağı ile PTT AŞ hem günlük hayatın vazgeçilmez bir parçası olmaya devam ediyor hem de topluma fayda sağlayan projeleriyle öne çıkıyor.

Orman Genel Müdürlüğü'nün ülke genelinde yürüttüğü ağaçlandırma çalışmalarına aktif olarak katkı sağlayan PTT AŞ, hayata geçirdiği PTT 185. Kuruluş Yıl Dönümü Hatıra Ormanı fidan dikim etkinliği ile toplumun her kesiminde farkındalık yaratmayı hedefliyor.

Kuruluşunun 185. yılına özel olarak anlamlı bir adım atan PTT AŞ, Türkiye'nin orman varlığına katkıda bulunmak amacıyla Ankara'nın Bala ilçesinde düzenlediği etkinlikte 4 bin 185 adet fidanı toprakla buluşturdu. PTT AŞ Genel Müdürü Dr. Hakan Gülten söz konusu etkinliğe katılım sağlayarak, fidan dikimi çalışmalarına bizzat destek verdi.

To mark its 185th anniversary, Turkish Post (PTT) took a meaningful step by planting 4,185 saplings during an event organised in the Bala district of Ankara, contributing to Türkiye's forest assets. Turkish Post (PTT) Director General Dr. Hakan Gülten personally attended the event and took part in the sapling-planting efforts.

### PTT AŞ Genel Müdürü Dr. Hakan Gülten, PTT AŞ'nin Çevreye Duyarlı Yaklaşımını Vurguladı

PTT AŞ Genel Müdürü Dr. Hakan Gülten; etkinlikte yaptığı konuşmada PTT'nin yalnızca sunduğu hizmetlerle değil, topluma değer katan çalışmalarıyla da bugünlere ulaştığını vurguladı. Çevresel sorumlulukların ve toplumsal dayanışmanın her zamankinden daha büyük önem taşıdığını belirten Gülten, düzenlenen fidan dikim etkinliğinin hem PTT Ailesi'nin birlik ruhunu güçlendirdiğini hem de dünyanın karşı karşıya olduğu ekolojik sorunlara yönelik farkındalığa anlamlı bir katkı sunduğunu ifade etti.

Gülten ayrıca Orman Genel Müdürlüğü'nün desteği sayesinde etkinliğin daha da anlam kazandığını belirterek Bala Kaymakamı Ali Yıldırım'a ve Orman Genel Müdür Yardımcısı Muhammed Salih Çetiner'e etkinliğe sağladıkları katkılardan dolayı teşekkür etti.

### Turkish Post (PTT) Director General Dr. Hakan Gülten Highlights the Organisation's Environmental Commitment

During his address at the event, Turkish Post (PTT) Director General Dr. Hakan Gülten emphasised that the organisation has reached this point not only through the services it provides, but also thanks to the many initiatives that add value to society. Stressing that environmental responsibility and social solidarity have become more important than ever, Gülten stated that this sapling-planting event not only strengthens the unity of the PTT Family but also contributes meaningfully to raising awareness about the ecological challenges facing the world.

Gülten also underlined that the support of the General Directorate of Forestry added further meaning to the event, and expressed his gratitude to Bala District Governor Ali Yıldırım and Deputy Director General of Forestry Muhammed Salih Çetiner for their contributions.



**TURPEX**  
TURKISH PARCEL EXPRESS  
Turpex is a service of PTT Turpex bir PTT hizmetidir



# Hızlı Teslimat Kolay Takip!

**TURPEX ile Dünyada  
200'ün üzerinde  
Noktaya Ulaşın**



Ptt

www.ptt.gov.tr

/PTTKurumsal

/Ptt.Kurumsal

/pttkurumsal

444  
1788

# PTT AŞ, E-TİCARET HAFTASI'NDA YENİLİKÇİ ÇÖZÜMLERİNİ TANITTI

## TURKISH POST (PTT) SHOWCASES ITS INNOVATIVE SOLUTIONS AT E-COMMERCE WEEK

*E-Ticaret Haftası kapsamında İstanbul Lutfi Kırdar Kongre Merkezi'nde düzenlenen e-Ticaret Fuarı'na PTT AŞ de katılım sağladı.*

*The Turkish Post (PTT) participated in the E-Commerce Fair, held at the Istanbul Lutfi Kırdar Convention Center, as part of E-Commerce Week.*



PTT AŞ fuarda dijital ticarete yönelik geliştirdiği çözümleri tanıtarak ziyaretçileri bilgilendirdi. Etkinlikte PttAVM Yönetim Kurulu Üyesi ve CEO'su, ETİD Başkanı Hakan Çevikoğlu da PTT AŞ standını ziyaret ederek çalışmalara ilişkin bilgi aldı.

Fuar boyunca e-ticaret ekosisteminin farklı paydaşlarıyla bir araya gelen PTT temsilcileri, sektördeki güncel gelişmeler üzerine görüş alışverişinde bulundu ve dijitalleşen ticaret süreçlerine katkı sağlayan hizmetlerini geliştirmeye devam edeceğini belirtti.



During the fair, Turkish Post (PTT) introduced its digital commerce solutions and provided visitors with detailed information about its services. PttAVM Board Member & CEO and ETID President, Hakan Çevikoğlu, also visited the Turkish Post (PTT) stand and received information about ongoing projects.

Throughout the event, Turkish Post (PTT) representatives engaged with various stakeholders of the e-commerce ecosystem, exchanging views on the latest sectoral developments. They emphasised that Turkish Post (PTT) will continue to enhance its services that contribute to digitalised trade processes.



# PTT AŞ 185. KURULUŞ YIL DÖNÜMÜNÜ ANLAMLI BİR ETKİNLİKLE KUTLADI

TURKISH POST (PTT) CELEBRATES ITS 185TH ANNIVERSARY WITH A MEANINGFUL EVENT.



PTT AŞ; 185. Kuruluş Yıl Dönümü kapsamında kültür, sanat ve spor faaliyetlerine verdiği önemi ortaya koyan özel bir etkinliğe imza attı. MEB Şura Salonu'nda düzenlenen programda "185. Yıl Spor, Kültür, Sanat Etkinlikleri Ödül Töreni" ile Türk Sanat Müziği ve Türk Halk Müziği konseri gerçekleştirildi.



As part of its 185th anniversary celebrations, Turkish Post (PTT) hosted a special event highlighting the institution's commitment to culture, the arts, and sports. The programme, held at the Ministry of National Education Şura Hall, featured the "185th Year Sports, Culture and Arts Activities Award Ceremony", along with concerts of Turkish Classical Music and Turkish Folk Music.

T.C. Ulaştırma ve Altyapı Bakanlığına bağlı olarak faaliyetlerini sürdüren PTT AŞ'nin kurum içi motivasyonun artırılması ve kurumsal aidiyetin güçlendirilmesi amacıyla hayata geçirdiği etkinlikte Geleneksel 17. Hikâye ve Şiir Yarışması'nda ve PTT AŞ Genel Müdürlüğüne düzenlenen spor turnuvalarında dereceye giren personel için ödül töreni düzenlendi. Program kapsamında "PTT Türk Halk Müziği" ve "PTT Türk Sanat Müziği" koroları, seçkin eserlerden oluşan repertuvarını dinleyicilerle paylaştı.

The event, launched by Turkish Post (PTT) to enhance internal motivation and strengthen corporate loyalty, included an award ceremony for personnel who ranked in the Traditional 17th Story and Poetry Competition and in the sports tournaments organised by the company's headquarters. Within the programme, the PTT Turkish Folk Music Choir and the PTT Turkish Classical Music Choir performed a selection of distinguished musical pieces.



**PTT AŞ Genel Müdürü Dr. Hakan Gülten: “Bu faaliyetler PTT’mizin sadece iş hayatında değil, kültürel alanda da ne kadar zengin ve dinamik bir yapıya sahip olduğunu gösteriyor.”**

Düzenlenen programda konuşmasını gerçekleştiren PTT AŞ Genel Müdürü Dr. Hakan Gülten, çalışanlar tarafından elde edilen başarıların birlik, beraberlik ve dostluk ruhuyla yoğrulduğunu vurgulayarak, “185. Kuruluş Yılı Dönümü etkinliklerimiz kapsamında sanatla buluşmanın yanında, emeğin ve başarının da taçlanacağı özel bir ödül töreni için bir aradayız. Çalışma arkadaşlarımızdan oluşan Türk Sanat Müziği ve Türk Halk Müziği korolarımızın seslendireceği eserlerle, gönüllerimize dokunan bir müzik ziyafeti yaşayacağız. Ayrıca Geleneksel 17. Hikâye ve Şiir Yarışması ile kurum içi motivasyon ve dayanışmamızı güçlendirmek amacıyla düzenlediğimiz spor turnuvalarında dereceye giren çalışma arkadaşlarımıza da ödülleri takdim edeceğiz.” ifadelerini kullandı.

Gülten konuşmasının devamında, “Bizler de siz çalışma arkadaşlarımızdan aldığımız güç ile Cumhuriyetimizin ikinci yüzyılında da yolumuzda kararlılıkla ilerleyecek, Ulaştırma ve Altyapı Bakanlığımızın kıymetli destekleriyle hizmetlerimizi kesintisiz sürdürmeye, vatandaşlarımıza hızlı ve güvenilir çözümler sunmaya devam edeceğiz.” dedi.



**Director General of Turkish Post (PTT), Dr. Hakan Gülten: “These activities show that PTT is not only strong in business, but also rich and dynamic in cultural fields.”**

Delivering his speech at the event, Director General Dr. Hakan Gülten emphasised that the achievements of the employees were shaped by a spirit of unity, solidarity, and friendship. “As part of our 185th Anniversary Events, we are here for a special award ceremony where success and dedication meet art. Today, we will enjoy a delightful musical performance by our Turkish Classical Music and Turkish Folk Music choirs, formed by our own colleagues. We will also present awards to our colleagues who ranked in the Traditional 17th Story and Poetry Competition and the sports tournaments we organised to strengthen internal motivation and solidarity.”

Dr. Gülten went on to say: “With the strength we draw from our colleagues, we will continue confidently on our path into the second century of our Republic. With the valuable support of our Ministry of Transport and Infrastructure, we will further maintain uninterrupted services, offering fast and reliable solutions to our citizens.”



# PTT AŞ'DEN 185. KURULUŞ YILI DÖNÜMÜ'NE ÖZEL “PTT 185 YAŞINDA PUL SERGİSİ”

SPECIAL “PTT AT 185 STAMP EXHIBITION”  
BY TURKISH POST (PTT) FOR ITS 185TH ANNIVERSARY



Türkiye'nin en köklü kurumlarından biri olan Posta ve Telgraf Teşkilatı Anonim Şirketi (PTT AŞ), 185. kuruluş yılı dönümü kapsamında anlamlı bir etkinliğe ev sahipliği yaptı. Ankara Ulus'ta bulunan PTT Pul Müzesi'nde, PTT AŞ ve Türkiye Filateli Dernekleri Federasyonu (TFDF) iş birliğiyle “PTT 185 Yaşında Pul Sergisi” ziyarete açıldı.

Turkish Post (PTT), one of Türkiye's oldest and most established institutions, hosted a meaningful event as part of its 185th anniversary celebrations. The “PTT at 185 Stamp Exhibition,” organised in cooperation with Turkish Post (PTT) and the Federation of Philatelic Associations of Türkiye (TFDF), opened to visitors at the PTT Stamp Museum in Ulus, Ankara.

Ulaştırma ve Altyapı Bakanlığına bağlı olarak faaliyetlerini sürdüren PTT AŞ'nin kuruluşunun 185. yılına özel olarak düzenlediği "PTT 185 Yaşında Pul Sergisi" 12-19 Aralık 2025 tarihleri arasında ziyaret edilebilecek.

Bu yıl 185. yaşını kutlayan PTT AŞ tarafından PTT Pul Müzesi'nde düzenlenen serginin açılış törenine, PTT AŞ Genel Müdürü Dr. Hakan Gülten ve TFDF Başkanı Ziya Ağaoğulları ile koleksiyonerler katıldı. PTT AŞ ve TFDF iş birliğiyle hayata geçirilen sergide, 1863 yılından bu yana tedavüle çıkan pullar ile farklı ülkelerin pulları bulunuyor. Sergide, Osmanlı Devleti'nden günümüze iletişim ağlarının gelişimini anlatan tarihî materyallerin yanı sıra millî ve uluslararası pul sergilerinde altın madalya kazanmış ve önemli filatelistlerin seçkin pul koleksiyonları da yer alıyor. PTT AŞ'nin, filateli kültürünün yaygınlaştırılması ve gelecek nesillere aktarılması yönünde ev sahipliği yaptığı sergiyi görmek isteyen vatandaşlar, 19 Aralık tarihine kadar PTT Pul Müzesi'ni ziyaret edebilecek.

Operating under the Ministry of Transport and Infrastructure, Turkish Post (PTT) will present the "PTT at 185 Stamp Exhibition" to its visitors between December 12 and 19, 2025, as part of its 185th anniversary program.

The opening ceremony of the exhibition, held at the PTT Stamp Museum by Turkish Post (PTT), was attended by Dr. Hakan Gülten, Director General of Turkish Post (PTT), Ziya Ağaoğulları, President of TFDF, and philatelists. The exhibition, carried out in cooperation with Turkish Post (PTT) and TFDF, displays stamps issued since 1863, as well as stamps from various countries. Alongside historic materials that reflect the evolution of communication networks from the Ottoman Empire to the present day, the exhibition features gold medal-winning collections from national and international philatelic exhibitions, as well as distinguished stamp collections from prominent philatelists. Citizens wishing to visit the exhibition hosted by the Turkish Post (PTT), which aims to preserve and promote philatelic culture for future generations, may do so at the PTT Stamp Museum until December 19.



**PTT AŞ Genel Müdürü Dr. Hakan Gülten:**  
"185. kuruluş yıl dönümümüz kapsamında hazırlanan bu anlamlı sergiyi, posta kültürümüzün belleği olarak kabul ettiğimiz PTT Pul Müzemizde gerçekleştiriyor olmanın mutluluğunu yaşıyoruz."

PTT AŞ Genel Müdürü Dr. Hakan Gülten, PTT'nin 185. kuruluş yıl dönümü kapsamında hazırlanan bu anlamlı sergiyi, posta kültürünün belleği olarak kabul ettikleri PTT Pul Müzesi'nde gerçekleştiriyor olmaktan duyduğu mutluluğu ifade etti. PTT'nin, Türkiye'deki pul kültürünün merkezinde yer aldığına dikkat çeken Gülten, 1863 yılında Osmanlı İmparatorluğu Dönemi'nde basılan ilk posta puluyla haberleşmede önemli bir standartlaşma sağlandığını, uluslararası posta ağlarına entegrasyonun yolunun açıldığını anımsattı.

Dr. Hakan Gülten, PTT Ailesi olarak hem yurt içinde hem de uluslararası alanda milyonlarca insana ulaşan geniş hizmet yelpazesi içerisinde; tarihimize, kültürümüze ve değerlerimize sahip çıkmaya devam ettiklerini belirterek, filateli hizmetinin de bu noktada PTT'nin kurumsal hafızasını, millî kimliğini ve kültürel misyonunu en güçlü şekilde yansıtan alanların başında olduğunu söyledi. Bir pulun ardındaki zenginliği sabırla görünür kılan, kültürümüze ve tarihimize ait unsurları özenle geleceğe taşıyan filatelistlerin, bu alanın değerli öncülerinden olduğunu dile getiren Gülten, "PTT 185 Yaşında Pul Sergisi"nin hazırlanmasında emeği geçen herkese teşekkürlerini sundu.

**Director General of Turkish Post (PTT), Dr. Hakan Gülten:** "We are delighted to hold this meaningful exhibition, prepared for our 185th anniversary, in our PTT Stamp Museum, which we regard as a memory of our postal culture."

Director General Dr. Hakan Gülten expressed his pleasure in hosting this special exhibition, organized for the 185th anniversary of the Turkish Post (PTT), in the PTT Stamp Museum, which he considers the archive of Türkiye's postal heritage. Drawing attention to the fact that PTT stands at the centre of stamp culture in Türkiye, Gülten recalled that the first postage stamp, printed in 1863 during the Ottoman Empire, established an essential standardization in postal communication and paved the way for integration with international postal networks.

Dr. Hakan Gülten stated that as the Turkish Post (PTT) Family, they continue to preserve Türkiye's history, culture, and values through the wide range of services they offer both domestically and internationally, reaching millions of people. He emphasised that philately reflects PTT's institutional identity, national character, and cultural mission in the strongest way. Gülten also underlined that philatelists, who patiently reveal the richness behind each stamp and carry cultural and historical elements into the future, are among the most valuable pioneers of this field. He expressed his gratitude to all who contributed to the preparation of the "PTT at 185 Stamp Exhibition."

# TARİHTEN GÜNÜMÜZE ŞEMSIYENİN HİKÂYESİ

THE STORY OF THE UMBRELLA FROM HISTORY TO TODAY

Ayşen Şevval TAŞKIN

*Yüzyıllardır kullanılan şemsiye hem güneşten hem yağmurdan korunmanın ötesine geçerek dönem dönem bir moda unsuru, dönem dönem de bir statü simgesi olmuştur. Bugün hayatımızın sıradan bir parçası olan bu nesnenin kökeni oldukça zengin bir geçmişe dayanır.*

*Used for centuries, the umbrella has transcended its primary purpose of protecting from the sun and rain, becoming at times a fashion element and at other times a symbol of status. Today, although it is an ordinary object in our daily lives, its origin is rooted in a vibrant past.*





Şemsiyenin tam olarak kim tarafından, nerede ve ne zaman icat edildiği bilinmese de arkeologlar ve tarihçiler en eski örneklerinin binlerce yıl önce Eski Mısır'da ortaya çıktığını düşünmektedir. Günümüzde herkesin kolayca edinebildiği ve çoğunlukla yağmurdan korunmak için kullanılan şemsiyeler, geçmişte daha çok seçkin devlet ve din adamları tarafından güneşten korunmak amacıyla tercih edilirdi. Bir sopaya bağlanan palmiye yaprakları ve papirüslerden oluşturulan bu erken dönem şemsiyeler, hizmetkârlar tarafından taşınır ve yöneticiler için bir tür otorite simgesi sayılırdı.

Arapçadan Türkçeye geçen "şemsiye" sözcüğü, "güneş" anlamına gelen "şems" kökünden türemiş olup "güneşlik" anlamını ifade eder.

Although the exact inventor of the umbrella is unknown, nor is the date or location of its creation, archaeologists and historians believe that the earliest known examples emerged thousands of years ago in Ancient Egypt. While umbrellas today are easily accessible to everyone and are mainly used for protection against rain, in the past, they were primarily preferred by elite state and religious figures as protection from the sun. These early umbrellas, made of palm leaves and papyrus tied to wooden poles, were carried by servants and were considered symbols of authority for rulers.

The Turkish word "şemsiye," borrowed from Arabic, derives from the root "şems," meaning "sun," and literally refers to a "sunshade."

### Avrupa'da Şemsiyenin Yayılması

Antik Yunanlılar, şemsiyenin Avrupa'da güneşlik olarak tanınmasında önemli rol oynarken, Romalılar onu yağmurdan korunmak için kullanmaya başladılar. Orta Çağ boyunca Avrupa'da şemsiye kullanımı büyük ölçüde unutuldu ancak 16. yüzyılın sonlarında İtalya'da yeniden ortaya çıktı ve burada papa ile din adamları için bir ayrıcalık ve statü simgesi hâline geldi. 17. yüzyılda Fransa'ya yayılan şemsiye, 18. yüzyılda tüm Avrupa'da yaygın bir kullanım alanı kazandı. Özellikle kadınların yüzlerini güneşten korumak için kullandıkları küçük ve zarif şemsiyeler, 18. ve 19. yüzyıllarda şık dış giyimin vazgeçilmez bir parçasıydı.

### The Spread of the Umbrella in Europe

While the Ancient Greeks played an important role in introducing umbrellas to Europe as sunshades, the Romans began using them for protection against rain. Umbrella use in Europe was largely forgotten during the Middle Ages; however, it reappeared in Italy toward the end of the 16th century and became a symbol of status and privilege for popes and the clergy. The umbrella spread to France in the 17th century and became commonly used across Europe in the 18th century. Small and elegant umbrellas used especially by women to shield their faces from the sun became an indispensable part of stylish outdoor attire in the 18th and 19th centuries.



### Şemsiye ve Moda

Şemsiye, elde taşınarak modanın önemli bir parçası hâline gelmişti. Hem erkekler hem de kadınlar için bir süs eşyası olarak kabul edilirdi. Erkeklerde bastonun yerini alan şemsiyeler kıyafetin tamamlayıcı bir ögesi, kadınlarda ise zarif giysilerin ayrılmaz bir unsuru sayılırdı. Erkek şemsiyelerinde su geçirmeyen ipek kumaşın dayanıklılığı ve inceliği ile sapların zarafeti en dikkat edilen özelliklerdi. Saplar genellikle bambu, kiraz veya gül ağacından yapılır, üzerlerine sahibinin adının yazılabilmesi için altın bir bilezik eklenirdi. Osmanlı Dönemi'nde erkek şemsiyelerinin saplarını gümüş, altın hatta elmaslarla süslemek oldukça yaygındı. 19. yüzyılda İstanbul'un kibar beyefendileri arasında elmas kakmalı saplara ve sırma saçaklı kenarlara sahip şemsiyeler moda olmuştu. Kadın şemsiyeleri ise ince ve uzun saplara sahip olup zarif dantellerle süslenir, tıpkı erkek şemsiyelerinde olduğu gibi değerli madenlerle bezenirdi.



Cumhuriyet'in ilanından sonra şemsiye yeniden moda hâline gelmiş ve özellikle kadınların dışarı çıkarken yanlarından ayırmadıkları bir aksesuar olmuştur. Savaş yıllarındaki yokluk nedeniyle bir süre geri planda kalsa da sonrasında daha da süslü bir biçimde yeniden popülerleşmiştir. Bu dönemde şemsiye saplarında oyma ve işlemler, ipekten yapılmış fiyonklar yer alırdı. Hatta şemsiyeyi çanta gibi kullananlar da vardı. Makyaj malzemelerini içine yerleştiren veya küçük defter ve kalem asan kadınlar oldukça fazlaydı. Böylece bir kadının zarafetini yalnızca elbisesi ya da ayakkabısı değil, taşıdığı şemsiye de belirler hâle gelmişti.

### Umbrellas and Fashion

The umbrella became a vital fashion accessory carried by hand. It was regarded as an ornament for both men and women. For men, umbrellas replaced canes and served as complementary elements of clothing; for women, they became inseparable features of elegant outfits. Waterproof silk fabric and the refined craftsmanship of umbrella handles were the most notable qualities in men's umbrellas. Handles were often made of bamboo, cherry, or rosewood, and a golden band was added to engrave the owner's name. During the Ottoman period, it was customary for men's umbrella handles to be adorned with silver, gold, and even diamonds. In the 19th century, umbrellas featuring diamond-embellished handles and gold-fringed edges became fashionable among Istanbul's well-dressed gentlemen. Women's umbrellas, on the other hand, had slender, elongated handles and were decorated with delicate lace and valuable metals, much like men's umbrellas.

After the proclamation of the Republic, umbrellas became fashionable once again and became accessories that women rarely left behind when going out. Although they temporarily fell from prominence due to wartime shortages, they re-emerged later in even more ornate forms. During this period, umbrella handles often featured carvings and embroidery, and silk ribbons were added as decorative elements. Many women even used umbrellas like handbags—placing their makeup inside or attaching small notebooks and pencils to them. Thus, a woman's elegance was defined not only by her dress or shoes but also by the umbrella she carried.

### Modern Şemsiyelerin Doğuşu

Yağmurdan korunmak amacıyla kullanılan ilk şemsiyeler; çatı kısımlarında deri, çitalarında balina kemiği ve saplarında ahşap kullanılarak yapılmaya başlandı ancak bu modeller oldukça ağırdı. Bu ağırlık sorununa çözüm arayan İngiliz Samuel Fox, 1852'de çelik iskeletli, daha hafif ve kullanımı kolay bir şemsiye tasarladı. 1928'de ise Alman Hans Haupt, Fox'un tasarımını geliştirerek katlanabilir ve çantada taşınabilir ilk portatif şemsiyeyi ortaya çıkardı.

Günümüzde şemsiyelerin çoğunda su geçirmez naylon kumaş kullanılmaktadır. Teflon kaplamalı alüminyum veya cam elyafından üretilen iskeletler ile hafif sap malzemeleri ise şemsiyeleri çok daha pratik ve taşınabilir hâle getirmektedir.

### The Birth of the Modern Umbrella

The first umbrellas used for rain protection were made with leather canopies, baleen ribs, and wooden handles; however, these models were quite heavy. Seeking a solution to this issue, the Englishman Samuel Fox designed a lighter and more user-friendly umbrella with a steel frame in 1852. In 1928, German inventor Hans Haupt improved Fox's design by developing the first foldable, portable umbrella that could be carried inside a bag.

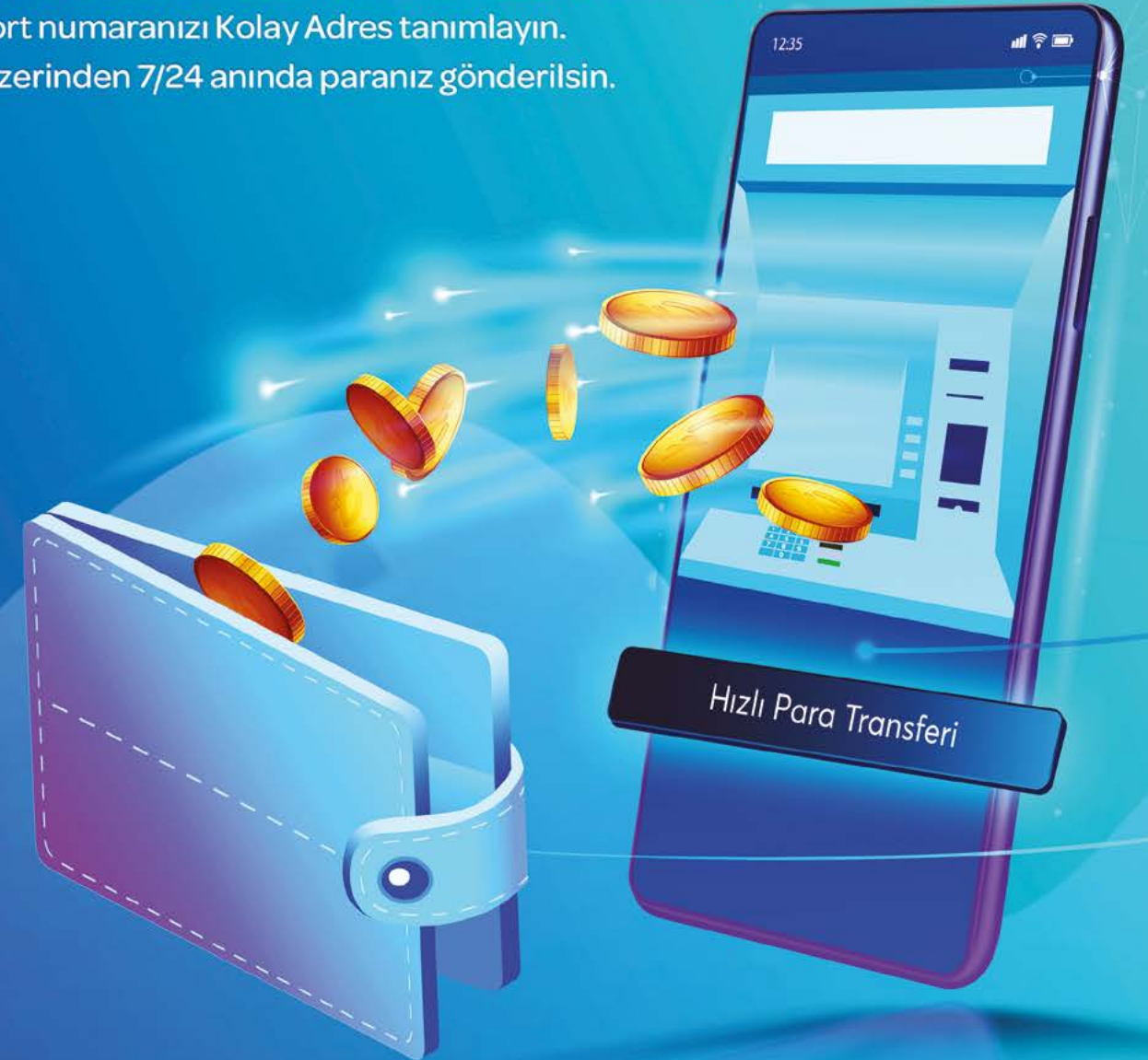
Today, most umbrellas are made with water-resistant nylon fabric. Frames made from Teflon-coated aluminum or fiberglass, combined with lightweight handle materials, have made umbrellas far more practical and portable.



# PttBank

## KOLAS ile IBAN'sız Para Transferi!

Telefon Numarası, E-Posta, T.C. Kimlik, Yabancı Kimlik veya Pasaport numaranızı Kolay Adres tanımlayın. FAST üzerinden 7/24 anında paranız gönderilsin.



Ptt

www.ptt.gov.tr

PTTKurumsal

Ptt.Kurumsal

pttkurumsal

444  
1788

# SESSİZLİKTE İLETİŞİM: İŞARET DİLİ

COMMUNICATION IN SILENCE: SIGN LANGUAGE

Ayşen Şevval TAŞKIN

*İşaret dili; insanların el hareketleri, yüz ifadeleri ve beden dilini kullandığı bir iletişim biçimidir. Tarih boyunca çeşitli toplumlarda kendiliğinden gelişen bu dil, günümüzde birçok ülkede yapılandırılmış bir iletişim sistemi olarak kullanılmaktadır.*

*Sign language is a form of communication in which individuals use hand movements, facial expressions, and body language to convey meaning. Throughout history, this language emerged naturally within various societies and is now used as a structured communication system in many countries.*



Sign language is a visual means of communication shaped by hand movements, gestures, and facial expressions that enables communication with individuals who do not have hearing or speaking abilities. This language is not only a skill that must be learned by those who are deaf or non-verbal; on the contrary, it is also essential for hearing and speaking individuals to learn sign language to strengthen social communication.

Learning sign language reduces communication barriers, strengthens social participation, and helps individuals with hearing impairments to act more independently in daily life. It is also an important skill for individuals with hearing loss, as it fosters empathy and enhances social awareness. In this respect, sign language is a valuable tool for communication and awareness for all segments of society.

İşaret dili; işitme ya da konuşma becerisi bulunmayan bireylerle iletişim kurmayı mümkün kılar; el hareketleri, mimikler ve yüz ifadeleriyle şekillenen görsel bir iletişim dilidir. Bu dil, yalnızca işitme veya konuşma engeli olan kişilerin öğrenmesi gereken bir beceri değildir. Tam tersine, işiten ve konuşabilen bireylerin de toplumsal iletişimi güçlendirmek için işaret dili öğrenmesi önemlidir.

İşaret dili öğrenmek; iletişim engellerini azaltır, sosyal katılımı güçlendirir ve işitme engelli bireylerin günlük yaşamda daha bağımsız hareket edebilmesine yardımcı olur. Ayrıca işiten bireyler için de empati becerisini geliştiren ve toplumsal duyarlılığı artıran önemli bir kazanımdır. Bu yönleriyle işaret dili, toplumun her kesimi için değerli bir iletişim ve farkındalık aracıdır.

### Dünyada İşaret Dilinin Tarihsel Gelişimi

Tarih boyunca işitme engelli bireyler iletişim kurabilmek için kendi ihtiyaçları doğrultusunda farklı işaret sistemleri geliştirmişlerdir. 1770'li yıllarda Fransa'da işitme engellilerin kullandığı el hareketleri, grameri olan bir dil olarak kabul edilmiş ve eğitim kurumlarında öğretilmeye başlanmıştır. Daha sonra bir Fransız işaret dili bilimcisi aracılığıyla Amerika'ya aktarılmış; 1817 yılında Thomas Gallaudet öncülüğünde yalnızca işitme engellilere eğitim vermek amacıyla ilk işaret dili öğretme okuluna açılmıştır.

### Historical Development of Sign Language in the World

Throughout history, individuals with hearing impairments have created various sign systems tailored to their own needs, enabling them to communicate effectively. In the 1770s in France, the hand movements used by deaf individuals were recognized as a grammatical language and began to be taught in educational institutions. Later, the language was introduced to America through a French sign language linguist, and in 1817, the first school dedicated solely to educating deaf students using sign language was established under the leadership of Thomas Gallaudet.



### Türk İşaret Dili Tarihi

Türk İşaret Dili'nin kökenine ilişkin kaynaklar oldukça sınırlıdır. Tarihsel süreçte işaret dilinin söz varlığına ve dil bilimsel özelliklerine dair bilgiler göz ardı edilebilecek kadar azdır. Öte yandan Dorothy Miles'in, Batı'da Osmanlı üzerine yayımlanan yazılar ve Evliya Çelebi'nin notlarına dayanarak yaptığı araştırmalara göre; 1500-1700 yılları arasında Osmanlı sarayında ve mahkeme çevrelerinde görev yapan bir işitme engelliler topluluğu bulunmaktaydı. Miles, Afrika işaret dilleri üzerine yürüttüğü çalışmalar sırasında, o dönem işitme engellilerin en iyi yaşam koşullarına Osmanlı topraklarında sahip olduğunu ve kendi içinde işaret dili kullanan topluluklar oluşturduklarını tespit etmiştir. Aynı dönemlerde Batı'da işitme engellilerin dili henüz hiçbir kurum tarafından desteklenmemekteydi. Türkiye'de işitme engellilere yönelik ilk eğitim kurumu, II. Abdülhamit Dönemi'nde 30 Eylül 1889'da Sultanahmet Ticaret Mektebi bünyesinde açılmıştır.



### History of Turkish Sign Language

Sources regarding the origins of Turkish Sign Language are pretty limited. Information about its vocabulary and grammatical features throughout history is scarce. On the other hand, according to Dorothy Miles' research, based on Western publications about the Ottoman period and Evliya Çelebi's notes, between 1500 and 1700, a community of deaf individuals worked in the Ottoman palace and court environments. During her studies on African sign languages, Miles discovered that people with hearing impairments had the best living conditions within the Ottoman territories at the time and had formed their own sign language communities. In the same period, the sign language used by deaf individuals in Western countries was not yet supported by any institutions. The first educational institution for individuals with hearing impairments in Türkiye was established on 30 September 1889, during the reign of Sultan Abdulhamid II, within the Sultanahmet School of Commerce.

Bu okul, Cumhuriyet'in ilk yıllarında İzmir'e taşınarak orada bulunan "Sağır, Dilsiz ve Körler Müessesesi" ile birleştirilmiştir. Hem bu kurumda hem de sonraki yıllarda açılan çeşitli okullarda Türk İşaret Dili'nin öğretimi sürdürülmüştür.

Millî Eğitim Bakanlığı, 1995 yılında "Yetişkinler İçin İşaret Dili Kılavuzu" adlı çalışmayı yayımlamış; işaret dili eğitimi konusunda önemli bir kaynak sunmuştur. 2012 yılında ise Türk İşaret Dili'ne duyulan sözlük ihtiyacını karşılamak amacıyla MEB tarafından kapsamlı bir Türk İşaret Dili Sözlüğü hazırlanmıştır. Aynı dönemde işaret dili dersinin öğretim programına alınması kararlaştırılmış ve gerekli materyaller geliştirilmiştir. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı tarafından Türk İşaret Dili'nin dil bilgisi yapısına ilişkin çalışmalar yürütülmüş ve 2015 yılında "Türk İşaret Dili Dil Bilgisi Kitabı" yayımlanarak alandaki önemli bir eksiklik giderilmiştir.





During the early years of the Republic, this school was moved to Izmir and merged with the "Institution for the Deaf, Mute, and Blind." Turkish Sign Language instruction continued both in this institution and in various schools established in later years.

In 1995, the Ministry of National Education published a study titled "Sign Language Guide for Adults," providing an essential resource for sign language education. In 2012, the Ministry prepared a comprehensive Turkish Sign Language Dictionary to meet the existing need for a dictionary. During the same period, it was decided to include sign language as a school subject, and the necessary materials were developed. Studies on the grammatical structure of Turkish Sign Language were conducted by the Ministry of Family and Social Policies, and in 2015, the publication of the "Turkish Sign Language Grammar Book" filled a significant gap in the field.

### İşaret Dili Eğitim Olanakları

İşaret dili kursları genellikle üniversitelerin sürekli eğitim merkezlerinde, kamu kurumlarının eğitim programlarında veya yerel halk eğitim merkezlerinde verilir. Bu eğitimler yüz yüze veya çevrimiçi olabilir. Bazıları ücretsiz iken (özellikle devlet destekli kurslar), bazıları daha kapsamlı programlar olduğunda ücretli olabilir. Özellikle sertifika programları genellikle ücretlidir.

### Sign Language Learning Opportunities

Sign language courses are generally offered within universities' lifelong learning centers, training programs of public institutions, or local public education centers. These courses may be conducted face-to-face or online. Some are free of charge (especially state-supported programs), while others require payment for more comprehensive training. In particular, certification programs are usually paid.



# TÜRKİYE ULAŞIMINDA YEŞİL DÖNÜŞÜM: BİSİKLET YOLLARI, EKOLOJİK KÖPRÜLER VE KARBON AZALTIM HAMLELERİ

GREEN TRANSFORMATION IN TÜRKİYE'S TRANSPORTATION:  
BICYCLE PATHS, ECOLOGICAL BRIDGES AND CARBON  
REDUCTION INITIATIVES

Özge IŞIK YEŞİLİRMAK

*Türkiye'de ulaşım yatırımları, son yıllarda çevresel duyarlılığı merkeze alan kapsamlı bir dönüşüm sürecinden geçmektedir. T.C. Ulaştırma ve Altyapı Bakanlığı öncülüğünde yürütülen kara yolu, raylı sistem, havacılık ve denizcilik projeleri; karbon salınımını azaltmayı, biyolojik çeşitliliği korumayı ve sürdürülebilir ulaşımı güçlendirmeyi amaçlamaktadır.*

*Transportation investments in Türkiye have undergone a comprehensive transformation in recent years, focusing on environmental awareness at their core. Roadways, rail systems, aviation, and maritime projects led by the Ministry of Transport and Infrastructure aim to reduce carbon emissions, protect biodiversity, and strengthen sustainable transportation.*



## Bisiklet Yollarında Genişleyen Altyapı

Ülke genelinde farklı güzergâhlarda toplam 96 kilometrelik bisiklet yolu hizmete alınmış durumdadır. Bunun yanı sıra 38 kilometrelik yeni hattın yapım çalışmaları sürmektedir. Elazığ-Diyarbakır Ayrımı-Sivrice Yolu, Trabzon sahil geçişi ve Van Bölge Eğitim ve Araştırma Hastanesi çevresi gibi yoğun kullanılan bölgelerde yapılan bu hatlar, kent içi ulaşımında karbon ayak izini azaltmayı hedefleyen önemli adımlar arasında yer almaktadır.

## Expanding Infrastructure for Bicycle Paths

A total of 96 kilometers of bicycle paths across various routes nationwide are now operational. Additionally, construction continues on another 38 kilometers of new routes. Built in heavily used areas such as the Elazığ-Diyarbakır Junction Sivrice Road, Trabzon coastal passage, and around the Van Regional Training and Research Hospital, these paths are among the significant steps taken to reduce the carbon footprint of urban transportation.



### Karbon Azaltımına Katkı Sağlayan Uygulamalar

Ulaşım yatırımlarında çevresel sürdürülebilirliği artırmak amacıyla uzun süredir karbon salınımını azaltan uygulamalar yürütülmektedir. Bakanlık bünyesinde gerçekleştirilen kurumsal karbon ayak izi hesaplaması, kamu kurumları arasında öncü bir çalışma niteliği taşımaktadır. Ayrıca yine bakanlık tarafından son 23 yılda 97 milyon fidanın toprakla buluşturulması da ulaşım altyapısının çevreyle dengeli bir şekilde geliştirilmesine katkı sağlamaktadır.

Kara yollarında uygulanan geri dönüşüm çalışmaları kapsamında her yıl 2 milyon ton asfalt yeniden kullanılarak enerji ve kaynak verimliliği sağlanmaktadır. Ayrıca bölünmüş yol ağının 6.101 kilometreden 30.000 kilometre sınırına yaklaşması, trafik akışını iyileştirerek yıllık 6,3 milyon ton daha az karbondioksit salınımı gerçekleştirilmesine olanak tanımıştır.

### Practices Supporting Carbon Reduction

Long-standing practices aimed at reducing carbon emissions continue to be implemented in transportation investments to enhance environmental sustainability. The Ministry's institutional carbon footprint analysis stands out as a pioneering effort among public organizations. Moreover, the planting of 97 million saplings nationwide over the past 23 years demonstrates the Ministry's balanced approach to expanding transportation infrastructure while protecting the environment.

Within road networks, ongoing recycling efforts enable the reuse of 2 million tons of asphalt each year, resulting in significant energy and resource efficiency. Furthermore, the expansion of the divided highway network from 6,101 kilometers to nearly 30,000 kilometers has improved traffic flow and helped prevent an annual release of 6.3 million tons of carbon dioxide.

### Ekolojik Köprülerle Yaban Hayatının Korunması

Ulaşım altyapısı planlanırken biyolojik çeşitliliğin korunması da öncelikli başlıklardan biri hâline gelmiştir. Bu doğrultuda yaban hayatı geçişlerini güvenli hâle getirmek amacıyla kara yolu ağının çeşitli noktalarında ekolojik köprüler inşa edilmektedir. Karadeniz Sahil Yolu'nun Ganita-Pazarkapı kesimi ile Erzurum Kuzey Çevre Yolu'nda yapımı süren ekolojik köprüler, habitatlar arasındaki bağlantıyı yeniden kurmayı amaçlamaktadır. Ayrıca Konya-Aksaray Devlet Yolu, Kaş-Kalkan Yolu ve Batman-Hasankeyf yolu Suçeken Boğazı mevki gibi stratejik bölgelerde 19 yeni ekolojik köprü projesi planlanmıştır.

Kara yollarındaki uygulamalara ek olarak, demir yolu hatlarında da benzer düzenlemeler hayata geçirilmektedir. Ankara-Eskişehir Yüksek Hızlı Tren Hattı'nda 2021 yılında tamamlanan ekolojik köprü, yüksek hızlı tren hatları üzerine inşa edilen ilk örnek olmasıyla dikkat çekmektedir. Öte yandan Halkalı-Kapıkule Hızlı Tren Hattı üzerinde iki ekolojik köprü ile Edirne-Kabaağaç arasındaki ekolojik köprü'nün de yapımı tamamlanmış olup Ankara-Eskişehir YHT Hattı'nda bir adet daha ekolojik köprü yapılması planlanmaktadır.

### Protecting Wildlife Through Ecological Bridges

Preserving biodiversity has become one of the priority considerations in transportation infrastructure planning. To ensure safe wildlife crossings, ecological bridges are being constructed at various points along the national road network. Ecological bridges currently under construction on the Ganita-Pazarkapı section of the Black Sea Coastal Road and on the Erzurum Northern Ring Road aim to reconnect fragmented habitats. Additionally, 19 new ecological bridges are planned in strategic regions, including the Konya-Aksaray State Road, Kaş-Kalkan Road, and the Suçeken Canyon section of the Batman-Hasankeyf Road.

Alongside road projects, similar initiatives are being implemented on railway lines. The ecological bridge completed on the Ankara-Eskişehir High-Speed Rail Line in 2021 draws attention as the first environmental bridge built over a high-speed railway line. Moreover, construction has been completed on two ecological bridges along the Halkalı-Kapıkule High-Speed Railway and on the environmental bridge between Edirne and Kabaağaç. One additional ecological bridge is also planned on the Ankara-Eskişehir High-Speed Rail Line.



### Sürdürülebilir Ulaşım İçin Fidan Kampanyaları

Yeşil Vatan Seferberliği kapsamında Ulaştırma ve Altyapı Bakanlığı ile Tarım ve Orman Bakanlığı arasında imzalanan protokol ile “Her Bilet Bir Fidan, Sevdamız Yeşil Vatan” uygulaması hayata geçirilecektir. Proje kapsamında Ankara-İstanbul, Ankara-Eskişehir, Ankara-Konya, Ankara-Karaman, İstanbul-Konya, İstanbul-Karaman, Eskişehir-İstanbul, Ankara-Sivas ve Sivas-İstanbul yüksek hızlı tren hatlarında seyahat eden yolcular için fidan dikimi planlanmaktadır.

Söz konusu hatlarda yılda yaklaşık 13 milyon yolcunun seyahat ettiği göz önüne alındığında, her yolcu için bir fidan uygulamasının geniş çaplı bir çevre kazanımı yaratacağı düşünülmektedir.

### Raylı Sistemlerin Karbon Emisyonuna Etkisi

Raylı sistem yatırımları, fosil yakıt kullanımını azaltarak şehir içi ulaşımda önemli bir çevresel avantaj sunmaktadır. Yalnızca Marmaray'ın hizmete girdiği 2013 yılından bu yana 62 milyon ton karbon emisyonunun önüne geçilmiştir. Raylı sistemlerin yaygınlaşması, çevre dostu ulaşımın temel bileşenlerinden biri olarak değerlendirilmektedir.

### Sapling Campaigns for Sustainable Transportation

As part of the “Green Homeland Campaign,” a protocol signed between the Ministry of Transport and Infrastructure and the Ministry of Agriculture and Forestry will bring the “One Ticket, One Sapling – Our Love is the Green Homeland” project into action. Under this project, saplings will be planted on behalf of passengers traveling on the Ankara-İstanbul, Ankara-Eskişehir, Ankara-Konya, Ankara-Karaman, İstanbul-Konya, İstanbul-Karaman, Eskişehir-İstanbul, Ankara-Sivas, and Sivas-İstanbul high-speed rail lines.

Considering that approximately 13 million passengers travel on these routes annually, the “one sapling per passenger” initiative is expected to offer extensive environmental benefits.

### The Impact of Rail Systems on Carbon Emissions

Rail system investments offer significant environmental benefits in urban transportation by reducing fossil fuel consumption. Since Marmaray entered service in 2013 alone, 62 million tons of carbon emissions have been prevented. The widespread adoption of rail systems is considered a crucial component of eco-friendly transportation.



### Havacılık ve Denizcilikte Çevre Odaklı Uygulamalar

Deniz taşımacılığında yürütülen dekarbonizasyon projeleri ve limanların “Yeşil Liman” sertifikalandırılması, sektörde çevresel sürdürülebilirliğin artırılmasına katkı sunmaktadır. Havacılık alanında ise Türkiye, Uluslararası Havalimanları Konseyi'nin Karbon Akreditasyon Programı kapsamında 50 havalimanıyla, bu alandaki en yüksek sertifikaya sahip ikinci ülke konumundadır.

### Environmental Practices in Aviation and Maritime Transport

Decarbonization efforts in maritime transportation, along with the certification of ports as “Green Ports,” continue to support environmental sustainability within the sector. In aviation, Türkiye holds the second-highest number of accredited airports globally under the Airports Council International's Carbon Accreditation Programme, with 50 airports currently certified.



# NOKTALARIN RENKLİ DÜNYASI: PUANTİLİZM AKIMI

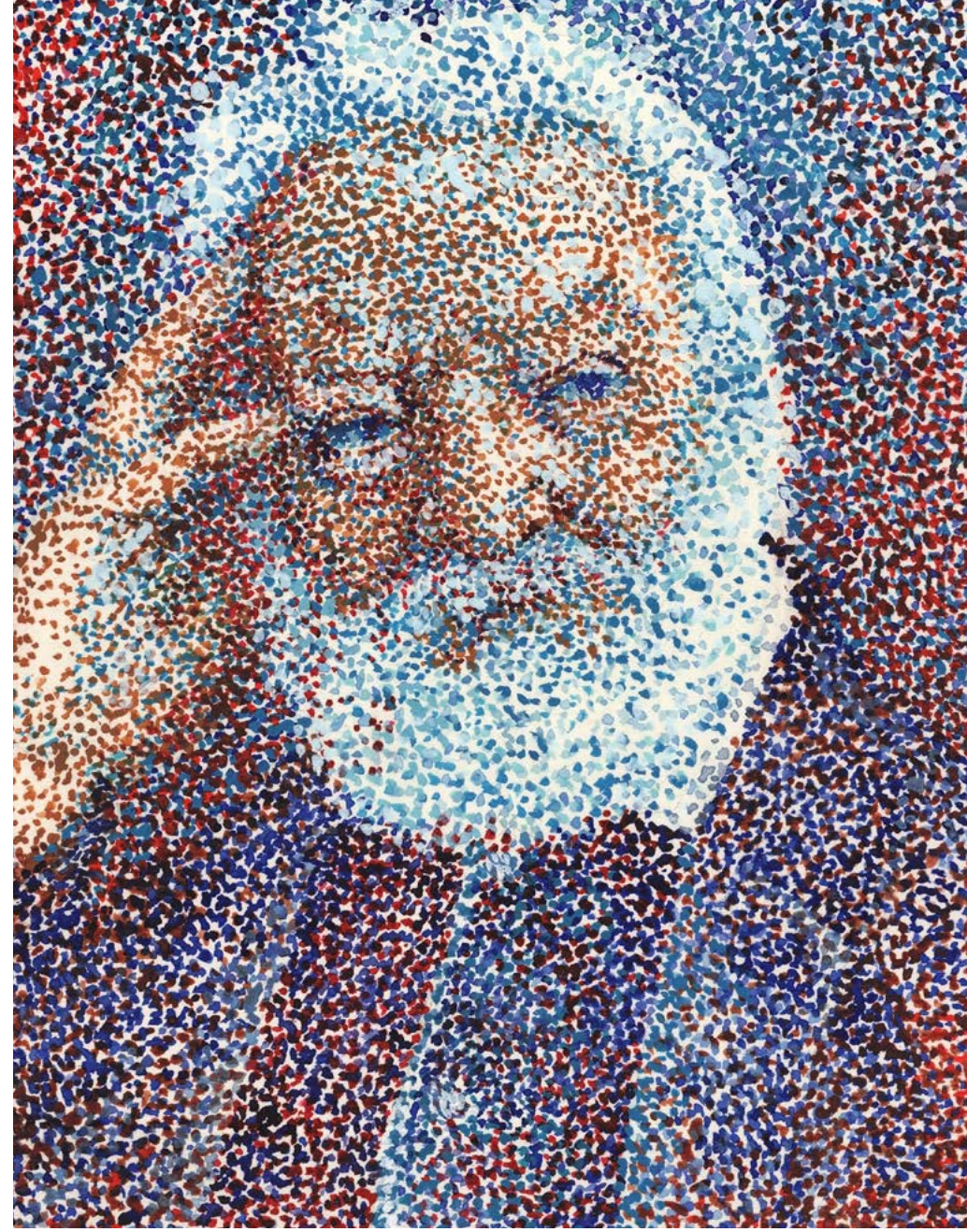
THE COLOURFUL WORLD OF DOTS:  
THE POINTILLISM MOVEMENT

Dr. S. Merve İLBAK TAHMAZ

*Sanat; yalnızca gözle görüleni aktarmak değil, izleyicinin algısını yönlendirmekle de ilgilidir. Puantilizm tekniği, küçük renk noktalarının birleşimiyle bir bütün oluşturur ve izleyicinin gözünde tamamlanır. Bu yaklaşım hem resim sanatında üslup bütünlüğünü hem de görsel algının bilimsel boyutunu bir araya getirir.*



*Art is not only about portraying what is visible to the eye; it is also about shaping the viewer's perception. The technique of pointillism forms a whole through the union of small colour dots that come together and are completed in the viewer's eye. This approach combines stylistic unity in painting with the scientific dimension of visual perception.*



## Sanatta Üslup Birliği

Resim sanatında kesin yargılar ya da katı kurallar bulunmaz ancak sanatçıların kendi üslupları ve yaklaşımları doğrultusunda oluşturdukları eserlerde belirgin bir dil ve bütünlük gözlemlenir. Sanat akımları üzerinden bakıldığında, resim sanatının her dönemde üslup bakımından belirli ortaklıklar taşıdığı görülür. Sanatçıların üslup kaygılarını eserlerine yansıttıkları rahatlıkla söylenebilir. Bu üslupsal eğilimleri ve akımlara yönelik yaklaşımları, aslında bir tür birim tekrar olarak değerlendirilmek mümkündür.

İnsanlar, hayatları boyunca edindikleri alışkanlıkları ve hareket biçimlerini yaptıkları işlere de taşırlar. Bu durum ister bir davranışta ister bir nesne kullanımında ortaya çıksın, çoğu zaman tekrarlayıcı bir içgüdüye dayanır. Yazı yazma biçimi, yürüme tarzı ya da sıkça kullanılan bir imge, kişinin âdeta imzası hâline gelir. Sanat eserlerinin oluşumunda da benzer bir süreç işler. Sanatçılar, içinde buldukları döneme ve benimsedikleri üsluba uygun imgeleri çalışmalarında kullanır. Bu imgeler de bir tür birim tekrar olma özelliği taşır.

## Stylistic Unity in Art

There are no absolute rules or strict judgments in painting; however, artworks created by artists according to their own styles and approaches display a distinct language and coherence. From the perspective of art movements, it is evident that painting carries specific stylistic commonalities in every period. Artists reflect their stylistic concerns in their works. These stylistic tendencies and approaches to artistic movements may be seen as a form of unit repetition.

People carry the habits and patterns they adopt throughout their lives into the work they produce. Whether reflected in behaviour or the use of objects, this tendency is often rooted in a repetitive instinct. One's handwriting, manner of walking, or a frequently used image can become almost like a signature. A similar process takes place in artistic creation. Artists use imagery that corresponds to the period in which they live and to the style they embrace. These images also possess the quality of unit repetition.

Birim tekrarları kimi zaman sanatçının eserinde açık bir biçimde görünürken kimi zaman daha örtük biçimde kendine yer bulur. Dolayısıyla sanatçıların ürettikleri eserlerin gelişim süreçlerinde bu tekrarların önemli bir rol oynadığı ve resimlerine çeşitli şekillerde yansıdığı söylenebilir.

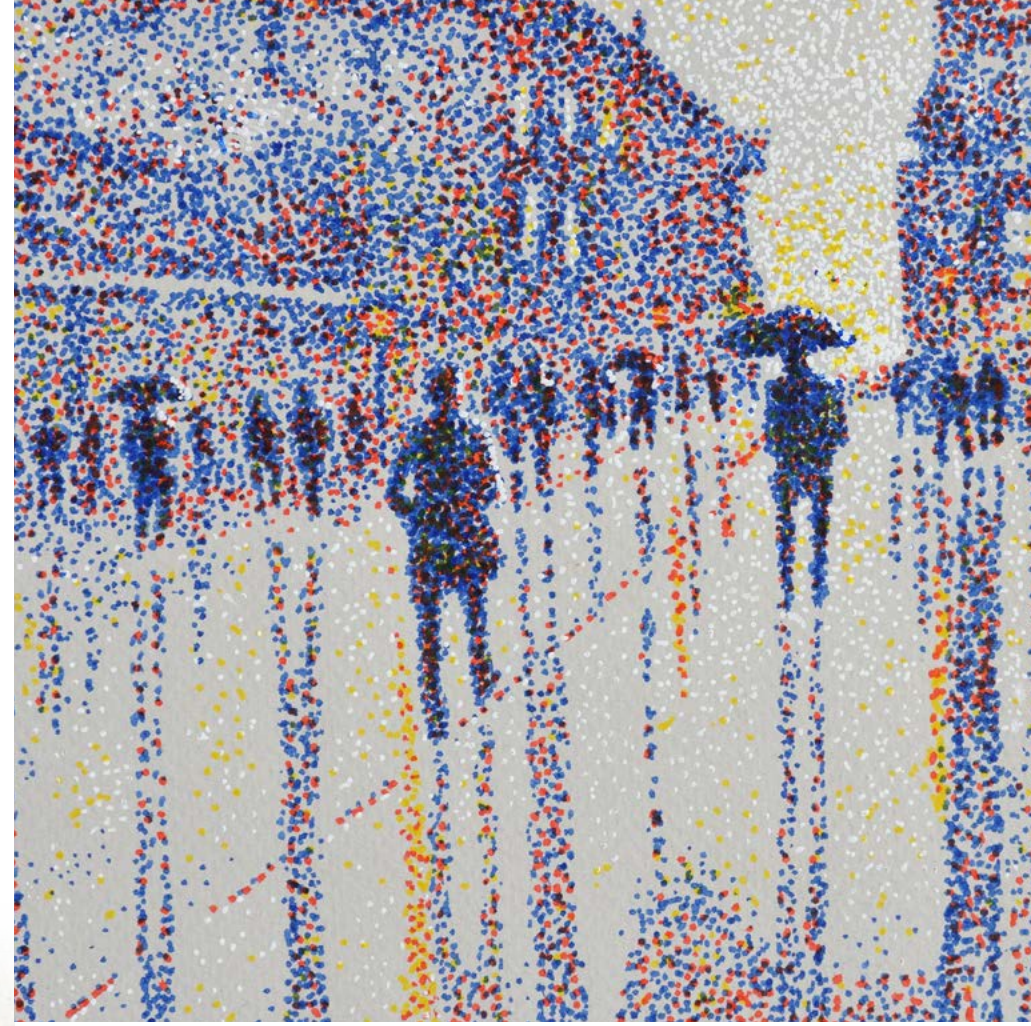
### Noktacılık Akımının Doğuşu ve Temel Yaklaşımı

18. yüzyılın sonları ile 19. yüzyılın başlarında ortaya çıkan ve birim tekrar anlayışıyla örtüşen "puantilizm" ya da "noktacılık", Fransız Yeni İzlenimci ressamlar tarafından yaygın biçimde kullanılan bir teknik olarak dikkat çeker. Bu akımın öncüleri arasında Georges Seurat, Paul Signac, Camille Pissarro ve Henri-Edmond Cross yer almaktadır. Puantilist sanatçılar, renk düzenlemelerini bilimsel yöntemlere dayandırarak gerçekleştirir. Temel amaçları ise renk geçişlerini ve karışımlarını gözün algısı üzerinden oluşturmaktır. Bu yaklaşım, izleyiciye dünyayı daha gerçekçi bir bakış açısıyla görme olanağı sunar ve görsel algıyı yeniden yorumlar.

Such repetitions may be distinctly visible in an artist's work, or they may take place in more discreet forms. Therefore, it may be said that these repetitions play a significant role in the development of artworks and appear in various forms upon the canvas.

### The Emergence and Core Approach of Pointillism

"Pointillism," also known as the "dot technique," which emerged in the late 18th and early 19th centuries and aligns with the concept of unit repetition, is a technique widely used by French Neo-Impressionist painters. The pioneers of this movement include Georges Seurat, Paul Signac, Camille Pissarro, and Henri Edmond Cross. Pointillist artists base their colour arrangements on scientific methods. Their fundamental aim is to form colour transitions and combinations through the perception of the eye. This approach offers viewers the opportunity to see the world from a more realistic perspective and to reevaluate their visual perception.



Dempsey explains the aesthetic approach of Neo-Impressionism as follows:

"The imagination of the Neo-Impressionists was influenced by the progressive aesthetic theories of the period, shaped by Charles Henry and others, who examined physiological responses to lines and colours. According to these theories, horizontal lines evoke tranquility, upward lines evoke joy, and downward lines evoke sadness. The way in which these effects are processed can be clearly seen in Seurat's work Le Chahut."

Neo-Impressionism corresponds to the painting style known as "pointillism," which emerged in the late 19th century. Initially developed as an extension of Impressionism, it eventually became one of the principal components of Neo-Impressionism due to its focus on colour perception. Artists such as Seurat, Pissarro, Signac, and Cross produced works in this direction. Instead of mixing pigments on a palette, they used pure colours directly on the canvas to create an optical illusion within the viewer's eye.

Neo-Empresyonizm'in estetik yaklaşımını Dempsey şu şekilde açıklar:

Neo-empresyonistlerin hayal gücü, Charles Henry ve benzeri düşünürlerin geliştirdiği, çizgilere ve renklere verilen fizyolojik tepkileri inceleyen dönemin ilerici estetik teorilerinden etkilenmiştir. Bu teorilere göre yatay çizgiler huzuru, yukarı yönelen çizgiler sevinci, aşağı yönelen çizgiler ise kederi çağırır. Çizgilerin yarattığı bu etkilerin nasıl işlendiği, Seurat'ın Le Chahut eserinde açıkça görülmektedir.

Neo-Empresyonizm, 19. yüzyılın sonunda "puantilizm" adıyla bilinen resim üslubuna karşılık gelir. Puantilizm tekniği, başlangıçta empresyonizmin (izlenimcilik) bir uzantısı olarak ortaya çıkmış, renk algısına odaklanan yaklaşımıyla zamanla Neo-Empresyonizm'in (Yeni İzlenimcilik) temel bileşenlerinden biri hâline gelmiştir. Seurat, Pissarro, Signac ve Cross gibi sanatçılar bu doğrultuda eserler üretmiştir. Pigmentleri palet üzerinde karıştırmak yerine saf renkleri doğrudan kullanarak izleyicinin gözünde bir algı yanılsaması yaratmayı hedeflemişlerdir.

Puantilizm, insan gözünün birbirine çok yakın şekilde uygulanmış küçük renk noktalarını tek ve birleşik bir renk olarak algılaması ilkesine dayanır. Bu tekniği başarıyla uygulayabilmek, sağlam bir renk teorisi bilgisi gerektirir. Gözün sınırlı çözümüleme kapasitesinden yararlanılarak yan yana gelen küçük noktalar bütüncül bir renk etkisi oluşturur.

Puantilist sanatçılar arasında en tanınanı Seurat'dır. Seurat, puantilizmi kendi anlatı dili olarak değil, üzerinde düşündüğü renk sorunlarını çözmek için en uygun yöntem olarak gördüğünü belirtmiştir. Sanatçının eserlerinde, renk ve ton üzerine yoğun araştırmalar içeren fırça darbeleri açıkça fark edilir. Ayrıca kullandığı renkler ve çizgiler aracılığıyla ifade gücü yüksek bir anlatım yakalamaya çalıştığı da söylenebilir.

Seurat'ın 1880'li yıllarda fiziğin optik alanındaki gelişmelere ilgi duyması ve bu konudaki bilimsel makaleleri yakından takip etmesi, sanatında teknik yeniliklere gitmesine neden olmuş; bu süreç de Yeni İzlenimcilik akımının doğuşuna zemin hazırlamıştır.

Pointillism is based on the principle that the human eye perceives tiny, closely positioned coloured dots as a single unified colour. Achieving success in this technique requires a strong knowledge of colour theory. By making use of the eye's limited ability to distinguish detail, these small dots come together to form an overall colour effect.

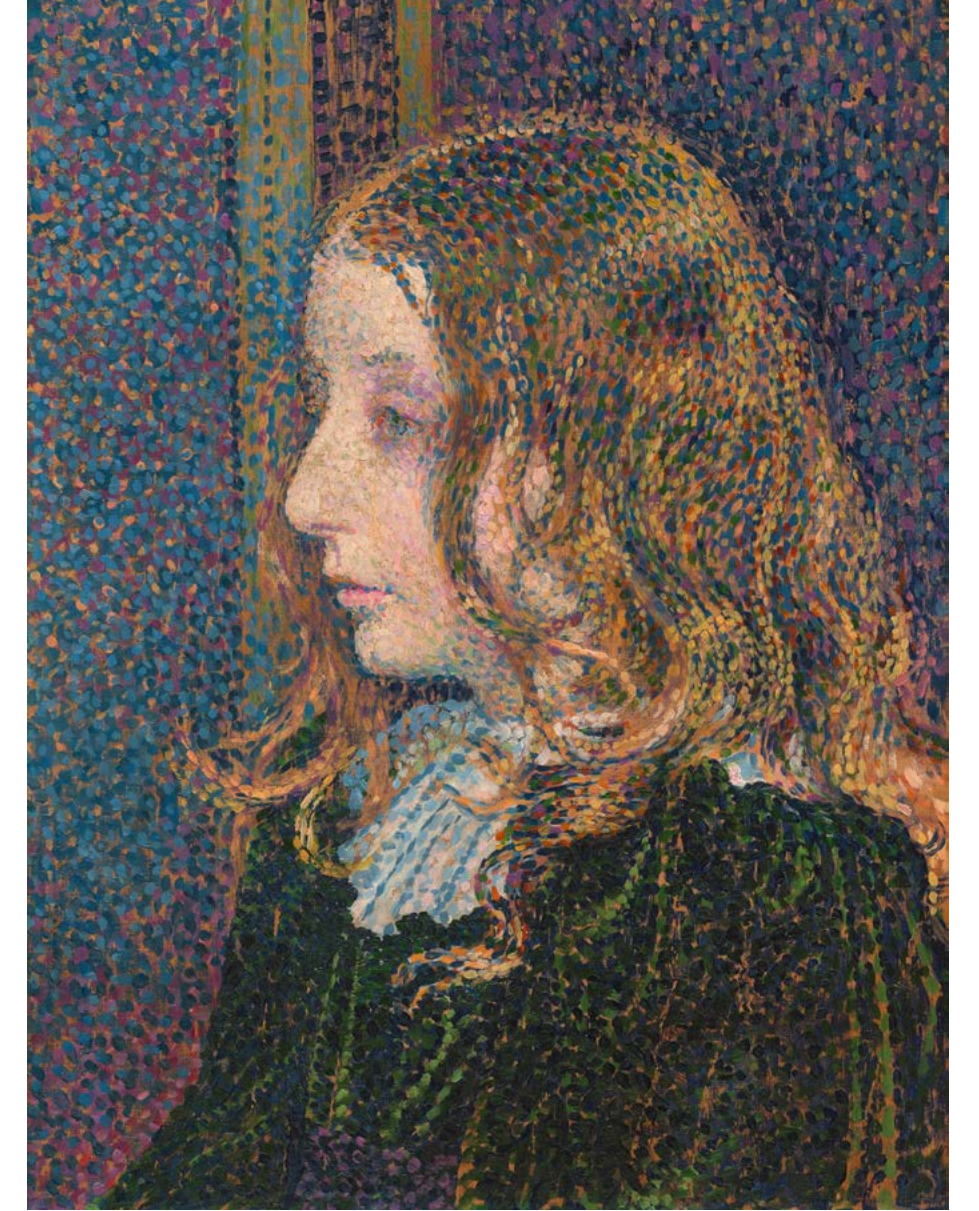
Among pointillist artists, Seurat is the most renowned. Seurat stated that he did not consider pointillism his artistic language, but rather the most suitable method to resolve the colour problems he contemplated. His paintings clearly reveal brushstrokes that carry intensive research into colour and tone. It may also be said that he sought to achieve expressive power through the colours and lines he used.

Seurat's interest in developments in the field of optics during the 1880s, combined with his close reading of scientific articles on the subject, led him to pursue technical innovation in his art, laying the groundwork for the rise of the Neo-Impressionist movement.



### Sanat, Algı ve Bilimin Kesişimi

Görüntünün çok küçük birimlerin bir araya gelmesiyle oluştuğu ilkesine dayanan bu teknik, günümüzde özellikle bilgisayar görüntüleme teknolojilerinde de kullanılmaktadır. Puantilizm, gözün retinasının görüntüyü küçük noktalar şeklinde algılayıp zihinde birleştirmesi mantığına dayandığı için "görme" ve "algılama" süreçleriyle doğrudan ilişkili bir sanat yöntemidir. Bu durum, farklı alanlar ve kavramlar arasında bağlantı kurma becerisinin ne kadar önemli olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla bilim ve sanat alanındaki kavramların birbirini beslediğini doğrular. Bilimsel keşifler ile sanatsal yaratıcılığın çoğu zaman analogik düşünme, yani gizli ya da örtük benzerlikleri fark etme yetisi sayesinde ortaya çıktığı söylenebilir.



### The Intersection of Art, Perception, and Science

This technique, based on the principle that visual images emerge through the union of very small units, is also used today, particularly in digital imaging technology. Pointillism, which relies on the retina of the eye perceiving images as tiny dots and combining them in the mind, is directly related to processes of "seeing" and "perceiving." This illustrates the importance of forming connections between diverse fields and concepts. It confirms that scientific concepts and artistic ideas often nourish one another. Both scientific discoveries and artistic creativity are frequently born through analogical thinking—through recognising hidden or implicit similarities.

İNSAN  
BEDENİNİN ZAMANLA  
UYUMLU İŞLEYİŞİ:  
**SİRKADİYEN  
RİTİM**

THE HUMAN BODY'S TIME-ALIGNED FUNCTIONING:  
CIRCADIAN RHYTHM

Dr. Zafer TAHMAZ



Dünya'nın kendi eksenini etrafında yaklaşık 24 saatte tamamladığı dönüş, gece ve gündüz döngüsünü oluşturur ve bu döngü, canlıların fizyolojik süreçleri üzerinde güçlü bir yönlendirici etki yapar. Bu çevresel değişimlere uyumu mümkün kılan biyolojik mekanizma sirkadiyen ritim olarak adlandırılır. "Circa" (yaklaşık) ve "dies" (gün) kelimelerinden türeyen sirkadiyen ritim terimi, canlıların biyolojik faaliyetlerinin günlük döngüler doğrultusunda organize edilmesini ifade eder. İnsan bedeninden bitkilere ve bakterilere kadar çok geniş bir biyolojik çeşitlilikte bulunan bu ritim, yaşamın temel yapı taşlarından biri hâline gelmiştir.



The Earth completes its rotation around its own axis in approximately 24 hours, creating the cycle of night and day, which has a profound impact on the physiological processes of living beings. The biological mechanism that allows adaptation to these environmental changes is called the circadian rhythm. Derived from the words "circa" (approximately) and "dies" (day), the term circadian rhythm refers to the organisation of biological activities according to daily cycles. Found across a broad biological spectrum—from the human body to plants and bacteria—this rhythm has become one of the fundamental building blocks of life.



### Sirkadiyen Ritim Nedir ve Neden Önemlidir?

Sirkadiyen ritim, insan vücudunun iç dengesini düzenleyen bir zamanlama sistemidir. Uyku-uyanıklık döngüsünden sindirim sistemine, vücut sıcaklığının değişiminden hormon salınımına kadar çok sayıda süreç bu ritim doğrultusunda işler. Beden; günün ışık koşullarına göre ne zaman dinleneceğini, ne zaman enerji üreteceğini, hangi saatlerde metabolik faaliyetlerin hızlanacağını ve hangi dönemlerde yavaşlayacağını bu mekanizma sayesinde bilir.

Siyanobakterilerden insanlara kadar uzanan geniş bir canlı grubunda gözlemlenen sirkadiyen saat, organizmanın günün farklı dönemlerine uygun şekilde tepki vermesini sağlar. Örneğin sabah saatlerinde metabolizmanın hızlanması, gün ortasında zihinsel ve fiziksel performansın yükselmesi ve akşam saatlerinde vücut sıcaklığının düşerek uykuya hazırlık yapılması bu ritmin doğrudan sonuçlarıdır.

### What Is the Circadian Rhythm and Why Is It Important?

The circadian rhythm is a timing system that regulates the internal balance of the human body. Numerous processes—from the sleep-wake cycle to the digestive system, from changes in body temperature to hormone secretion—operate according to this rhythm. Through this mechanism, the body is aware, based on daily light conditions, when to rest, when to produce energy, at what times metabolic activities will intensify, and at which periods they will slow down.

The circadian clock, observed in a broad group of organisms ranging from cyanobacteria to humans, enables the organism to respond appropriately to different periods of the day. For example, increased metabolism in the morning, heightened mental and physical performance at midday, and the drop in body temperature in the evening to prepare for sleep are direct outcomes of this rhythm.

### Sirkadiyen Sistemin Yapısı: Merkezi ve Çevresel Biyolojik Saatler

Vücudumuzun gün içindeki ritmini, yani ne zaman uykulu hissettiğimizi, ne zaman enerjik olduğumuzu veya metabolizma hızımızın nasıl değiştiğini belirleyen bir "zamanlama sistemi" vardır. Bu sistem iki ana bölümden oluşur: Merkezi saat ve periferik (çevresel) saatler.

#### Merkezi Saat: Vücudun Ana Zamanlayıcısı

Vücudun ana biyolojik saati, beynin içinde bulunan suprakiazmatik nükleus (SCN) adlı bölgedir. Bu yapı, gözlerimizden gelen ışık bilgisini alarak vücudun iç ritmini günün aydınlık-karanlık döngüsüne göre ayarlar. Bu merkezi saat; uyku-uyanıklık düzenini, gün içindeki enerji seviyemizi, öğrenme ve hafıza süreçlerini, hormon salgılanmasını, metabolizma ve besin kullanımını kontrol eden bir komuta merkezi gibi çalışır.

#### Periferik Saatler: Organların Kendi Küçük Saatleri

Merkezi saat dışında, vücudun pek çok organının da kendi iç saatleri vardır. Karaciğer, pankreas, bağırsaklar, kaslar ve yağ dokusu gibi birçok organ, kendi çalışma ritmini sürdürür. Bu organ saatleri; ne zaman yemek yediğimiz, ne kadar hareket ettiğimiz, uyku düzenimiz gibi alışkanlıklardan kolayca etkilenir. Periferik saatler, çevresel değişikliklere daha hızlı uyum sağlayabilirler. Bu nedenle sağlıklı bir ritim için beslenme, uyku ve yaşam tarzı alışkanlıklarının düzenli olması büyük önem taşır.

### Structure of the Circadian System: Central and Peripheral Biological Clocks

There is a "timing system" that determines our rhythm throughout the day—when we feel sleepy, when we feel energetic, and how our metabolic speed changes. This system consists of two main components: the central clock and the peripheral clocks.

#### Central Clock: The Body's Main Timekeeper

The body's primary biological clock is located in a region of the brain called the suprachiasmatic nucleus (SCN). This structure receives light information from our eyes and adjusts the body's internal rhythm according to the day-night cycle. This central clock operates like a command centre, controlling the sleep-wake cycle, daily energy levels, learning and memory processes, hormone secretion, metabolism, and nutrient utilisation.

#### Peripheral Clocks: The Organs' Own Small Clocks

Apart from the central clock, many organs in the body have their own internal clocks. Organs such as the liver, pancreas, intestines, muscles, and adipose tissue maintain their own working rhythm. These organ clocks are easily influenced by habits such as eating times, physical activity, and sleep patterns. Peripheral clocks can adapt more quickly to environmental changes. Therefore, maintaining a healthy rhythm makes it essential to have regular and well-balanced habits in nutrition, sleep, and overall lifestyle.



### Sirkadiyen Ritmi Etkileyen Faktörler

Sirkadiyen sistem, çeşitli dışsal ve içsel uyarılardan etkilenir. Modern yaşamın getirdiği koşullar bu uyarıların birçoğunu belirgin şekilde değiştirmekte ve ritmin bozulmasına yol açmaktadır.

#### Işık

Sirkadiyen ritmin en güçlü düzenleyicisi ışıktır. Işık, SCN'nin ritmini doğrudan değiştirebildiğinden, gece maruz kalınan yapay ışık dahi biyolojik saati etkileyebilir. Işığın şiddeti ve süresi; hormon salınımını, uyku düzenini ve organlardaki periferik saatlerin senkronizasyonunu şekillendirir.

#### Melatonin

Epifiz bezinin karanlıkta ürettiği melatonin, gece uzunluğuna bağlı olarak değişir ve mevsimsel ritimlerin düzenlenmesinde önemli rol oynar. Işık maruziyeti, uyku düzeni ve çalışma saatlerindeki değişim; melatonin üretimini doğrudan etkiler. Melatoninin zamanlaması bozulduğunda, sirkadiyen sistemin genel işleyişinde de aksaklıklar görülür.

### Factors Affecting the Circadian Rhythm

The circadian system is influenced by various external and internal stimuli. Modern life conditions significantly alter many of these stimuli, leading to disruptions in the rhythm.

#### Light

Light is the most potent regulator of the circadian rhythm. Since light can directly alter the rhythm of the SCN, even exposure to artificial light at night can affect the biological clock. The intensity and duration of light shape hormone secretion, the sleep cycle, and the synchronisation of peripheral clocks in the organs.

#### Melatonin

Melatonin, produced by the pineal gland in darkness, varies in response to night length and plays a crucial role in regulating seasonal rhythms. Changes in light exposure, sleep patterns, and working hours directly affect melatonin production. When melatonin timing is disrupted, irregularities occur in the general functioning of the circadian system.

### Jet Lag

Zaman dilimlerinin hızlı bir şekilde değiştiği uzun mesafeli yolculuklar, vücudun biyolojik saatinin bulunduğu ortamlarla uyumunu bozarak jet lag adı verilen duruma neden olur. Bu uyumsuzluk sonucunda yorgunluk, uykuya dalmada güçlük, iştahsızlık, sindirim sorunları ve zaman algısında kayma gibi çeşitli belirtiler görülebilir.

Biyolojik saat, günlük ritmini doğal olarak hafifçe geciktirme eğilimindedir. Bu nedenle iç saatin daha ileri bir saate kayması daha geri bir saate çekilmesine göre daha kolay gerçekleşir. Batı yönüne yapılan seyahatlerde kişi, gittiği yerde günün daha geç başladığını deneyimler. Bu durum biyolojik saatin zaten sahip olduğu gecikme eğilimiyle uyumludur; böylece uyum süreci daha kısa sürer ve jet lag belirtileri daha hafif yaşanır.

Doğu yönüne yapılan yolculuklarda ise tam tersi gerçekleşir: Varılan bölgede gün daha erken başlar ve biyolojik saatin ileriye kayması gerekir. Ancak iç saat için fazın ilerletilmesi daha zorlayıcı bir uyum şeklidir. Bu nedenle doğuya seyahat eden kişilerde jet lag belirtileri daha yoğun olur ve toparlanma süresi uzar.

### Jet Lag

Long-distance travel involving rapid changes in time zones disrupts the synchronisation between the body's biological clock and the environment, causing a condition known as jet lag. As a result of this misalignment, symptoms such as fatigue, difficulty falling asleep, loss of appetite, digestive issues, and altered perception of time may occur.

The biological clock naturally tends to delay its daily rhythm slightly. Therefore, shifting the internal clock to a later time is easier than shifting it to an earlier time. Travelling west causes individuals to experience the day as starting later in the region they arrive in. This aligns with the clock's natural delaying tendency; adaptation is therefore faster, and jet lag symptoms are milder.

In eastward travel, the opposite occurs: the day begins earlier in the destination, requiring the biological clock to advance. However, reaching the internal clock is more challenging form of adaptation. For this reason, people travelling east experience stronger jet lag symptoms and recovery takes longer.



### Vardiyalı Çalışma

Gece çalışmak ya da düzensiz vardiya düzenine sahip olmak, sirkadiyen sistemin en çok zorlandığı durumlardan biridir. Bu çalışma modeli melatonin salgısını bozabilir, sindirim ve metabolizma üzerinde olumsuz etkiler oluşturabilir. Araştırmalarda vardiyalı çalışan bireylerde kilo artışı, hipertansiyon ve metabolik sendromların daha fazla görüldüğü belirtilmektedir.

### Sirkadiyen Ritim ve Metabolizma Arasındaki İlişki

Memelilerde birçok biyolojik süreç gün içerisinde belirli bir ritme göre çalışır. Sirkadiyen ritim ile metabolizmanın dengede kalması birbiriyle yakından ilişkilidir. Hormonlar bu düzenin önemli bir parçasıdır; sinir

sistemiyle metabolizmayı yöneten organlar arasındaki iletişimi sağlar. Hormonların etkisi günün farklı zamanlarında değişebildiğinden, vücudun verdiği tepkiler de buna göre farklılık gösterebilir.

Yaş ilerledikçe vücuttaki biyolojik süreçlerin hızı azalır ve bu durum bazı sağlık sorunlarının görülme olasılığını artırır. Literatürde diyabet, kalp-damar hastalıkları, kanser ve nörodejeneratif rahatsızlıkların yaşla birlikte daha sık görüldüğü belirtilmektedir.

Yaşlanma ile sirkadiyen sistem arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarda, farklı yaşlarda fareler üzerinde yapılan incelemelerde, yaş arttıkça sirkadiyen uyumun azaldığı ortaya konmuştur. Bu sonuç, yaşın sirkadiyen düzen üzerinde etkili olduğunu göstermektedir.



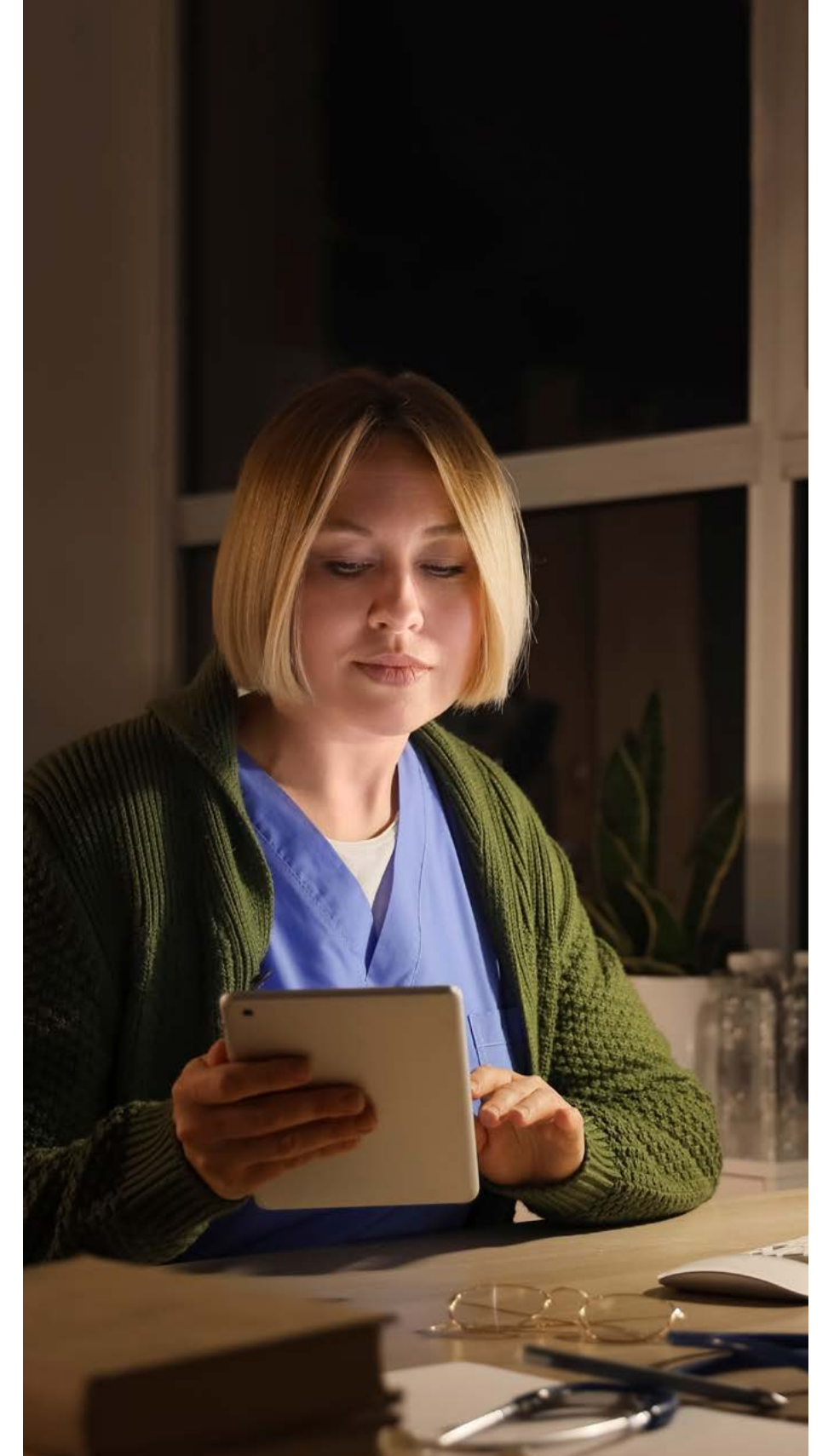
### Shift Work

Working at night or having irregular shift schedules is one of the situations in which the circadian system struggles most. This working pattern can disrupt melatonin secretion and negatively affect digestion and metabolism. Studies indicate a greater incidence of weight gain, hypertension, and metabolic syndromes in shift workers.

### The Relationship Between Circadian Rhythm and Metabolism

Many biological processes in mammals function according to certain rhythms throughout the day. The circadian rhythm and metabolic balance are closely connected. Hormones play a crucial role in this regulation, ensuring communication between the nervous system and organs that control metabolism. Because hormonal effects vary at different times of the day, bodily responses also change accordingly.

As age increases, the speed of biological processes slows down, increasing the likelihood of specific health problems. Literature reveals that diabetes, cardiovascular diseases, cancer, and neurodegenerative disorders become more common with age. Studies examining the relationship between ageing and the circadian system, conducted on mice of different ages, show that circadian alignment decreases as age increases. This result demonstrates that age has an impact on circadian regulation.



### Modern Yaşamın Ritme Etkisi

Günümüzde uzun çalışma saatleri, yapay ışık kaynakları, düzensiz uyku alışkanlıkları ve farklı zaman dilimlerine yapılan seyahatler sirkadiyen sistemin doğal işleyişini önemli ölçüde zedelemiştir. Gece yemek yeme alışkanlığı, uzun mesailer ve uyku sürelerindeki düzensizlik, içsel ritim ile dış çevre arasındaki uyumu bozarak metabolik hastalık riskini artırır. Sirkadiyen sistemdeki bu kopukluk; insülin direnci, obezite, kalp ve damar hastalıkları, kanser türleri ile bazı ruhsal sorunlar gibi birçok sağlık problemine zemin hazırlayabilir. Bu nedenle modern yaşamın ritim üzerindeki etkilerini azaltmak, sağlıklı bir biyolojik dengeyi korumanın temel yollarından biridir.

Sirkadiyen ritim, insan vücudunun en temel düzenleyici mekanizmalarından biridir. Işık, uyku, beslenme, fiziksel aktivite ve sıcaklık gibi faktörler bu sistemin işleyişinde belirleyici rol oynar. Merkezi ve periferik saatler arasındaki uyumun korunması, vücudun enerji ve besin dengesini koruması için çok önemlidir. Günlük yaşam alışkanlıklarımız, çalışma düzenimiz ve çevresel koşullarımız bu hassas biyolojik yapıyı doğrudan etkiler. Bu nedenle sirkadiyen ritme uygun bir yaşam tarzı benimsemek hem fiziksel sağlığımızı hem de yaşam kalitemizi uzun vadede olumlu yönde destekler.

### The Effect of Modern Life on Rhythm

Today, long working hours, artificial light sources, irregular sleep habits, and travel across different time zones significantly impair the natural functioning of the circadian system. Late-night eating habits, long working hours, and irregular sleep patterns disrupt the synchronization between the internal rhythm and the external environment, increasing the risk of metabolic diseases. Disruption of the circadian system may predispose individuals to insulin resistance, obesity, cardiovascular diseases, cancer types, and some psychological issues. Therefore, reducing the impact of modern life on our biological rhythms is one of the fundamental ways to maintain a healthy biological balance.

The circadian rhythm is one of the most fundamental regulatory mechanisms of the human body. Factors such as light, sleep, nutrition, physical activity, and temperature play a determining role in the functioning of this system. Preservation of harmony between central and peripheral clocks is crucial for the body's energy and nutrient balance. Daily living habits, work routines, and environmental conditions directly affect this delicate biological structure. Therefore, adopting a lifestyle aligned with the circadian rhythm supports both physical health and quality of life in the long term.



# FARKINDA OL: 3 ARALIK DÜNYA ENGELLİLER GÜNÜ

BE AWARE: 3 DECEMBER – INTERNATIONAL DAY OF  
PERSONS WITH DISABILITIES

Dr. S. Merve İLBAK TAHMAZ

*Her yıl 3 Aralık'ta kutlanan Dünya Engelliler Günü; kapsayıcı ve sürdürülebilir bir gelecek için engelli bireylerin liderliğini güçlendirmek amacıyla özel olarak belirlenmiş bir gündür. 1992 yılında Birleşmiş Milletler Genel Kurulu tarafından alınan karar ile ilan edilen bu gün; toplumlara engelliliğin yalnızca bireysel bir durum değil, aynı zamanda sosyal ve kültürel bir mesele olduğunu hatırlatmaktadır.*

The International Day of Persons with Disabilities, observed annually on 3 December, is a day specifically designated to promote the leadership of persons with disabilities for an inclusive and sustainable future. Proclaimed in 1992 by a resolution of the United Nations General Assembly, this day serves as a reminder to societies that disability is not only an individual condition, but also a social and cultural issue.



Dünya Engelliler Günü'nde Birleşmiş Milletler (BM), her yıl farklı bir tema belirleyerek engellilere yönelik farkındalığı ve kapsayıcılığı ön plana çıkarmaktadır. 2025 yılı teması ise "Engellileri kapsayan toplumların teşvik edilmesi yoluyla sosyal ilerlemenin desteklenmesi" olarak açıklanmıştır. Bu tema, engelli bireylerin toplumsal katılımının sadece bir hak meselesi olmadığını, aynı zamanda toplumların sosyal gelişimi ve sürdürülebilir kalkınması açısından kritik bir unsur olduğunu vurgulamaktadır. Ayrıca engelli bireylerin yaşamlarını doğrudan etkileyen karar alma süreçlerine aktif biçimde katılmaları da bu yaklaşımın temel bir parçasıdır. Çünkü bireylerin ihtiyaçlarını, karşılaştıkları engelleri ve çözüm önerilerini en iyi kendilerinin ifade edebilmesi, daha kapsayıcı politikaların ve uygulamaların ortaya çıkmasını sağlamaktadır. Bu katılım, hem toplumsal eşitliğin güçlenmesine hem de daha adil bir yönetim anlayışının gelişmesine katkı sunmaktadır.

Dünya Sağlık Örgütü verilerine göre dünya genelinde yaklaşık 1,3 milyar kişi engellilikle yaşamaktadır. Buna göre her altı kişiden biri engelli bireydir. Engelli bireylerin depresyon, diyabet, obezite ve diğer sağlık sorunlarına yakalanma riski, engelli olmayan bireylere göre iki kat daha fazladır. Bu durum, toplumsal destek ve kapsayıcı politikaların önemini bir kez daha gözler önüne sermektedir.

On this day, the United Nations (UN) highlights disability inclusion and awareness through an annually updated theme. The theme for 2025 has been announced as: "Promoting social progress through encouraging disability-inclusive societies." This theme emphasizes that the social participation of persons with disabilities is not merely a matter of rights, but also a critical component of social development and sustainable growth. Moreover, active participation of persons with disabilities in decision-making processes that directly affect their lives is a fundamental part of this approach. Since individuals themselves are best positioned to express their needs, the challenges they face, and potential solutions, their involvement ensures the emergence of more inclusive policies and practices. This participation contributes to both strengthening social equality and fostering a more just approach to governance.

According to the World Health Organization, approximately 1.3 billion people worldwide live with disabilities. This means that one in every six individuals is a person with disabilities. Compared to persons without disabilities, persons with disabilities face twice the risk of conditions such as depression, diabetes, obesity, and other health issues. This reality highlights once again the importance of social support and inclusive policies.



Türkiye'de de engelli bireylerin yaşam kalitesini artırmak ve toplumsal katılımlarını güçlendirmek amacıyla birçok düzenleme hayata geçirilmiştir. BM Engellilerin Haklarına İlişkin Sözleşme'ye taraflık ve 5378 sayılı Engelliler Hakkında Kanun, engelli bireylerin eğitimden istihdama, sağlıktan sosyal yaşama kadar her alanda eşit ve kapsayıcı şekilde yer almasını sağlamaktadır. Bu düzenlemeler, toplumsal farkındalık ve erişilebilirliği artırmayı hedefleyen önemli adımlardır.

Engelli bireyler toplumun ayrılmaz bir parçasıdır. 3 Aralık Dünya Engelliler Günü vesilesiyle engellilerin haklarını hatırlamak, kapsayıcı bir toplum için adımlar atmak ve herkes için eşit fırsatlar sunmak önceliğimiz olmalıdır.

In Türkiye, numerous regulations have been implemented to enhance the quality of life and promote social participation for persons with disabilities. Türkiye's involvement in the UN Convention on the Rights of Persons with Disabilities and the enactment of Law No. 5378 on Persons with Disabilities ensure equal and inclusive access for persons with disabilities in all areas, including education, employment, health, and social life. These regulations are necessary steps toward advancing social awareness and accessibility.

Persons with disabilities are an inseparable part of society. The International Day of Persons with Disabilities reminds us to acknowledge the rights of people with disabilities, take steps toward building an inclusive culture, and ensure equal opportunities for all.



Engellilerin haklarına saygı göstermek ve onların toplumsal yaşamda eşit şekilde yer almasını sağlamak, daha adil ve güçlü bir toplum inşa etmenin anahtarıdır. 3 Aralık Dünya Engelliler Günü; bize her bireyin potansiyelini gerçekleştirebileceği, herkes için erişilebilir ve kapsayıcı bir dünya yaratma çağrısı yapmaktadır.

Respecting the rights of persons with disabilities and ensuring their equal participation in social life is key to building a fairer and stronger society. The International Day of Persons with Disabilities calls on us to create a world where every individual can reach their potential—a world that is accessible and inclusive for everyone.



# PttPOS

Avantajlı Komisyon Oranları ile  
**İŞ YERİNİZE ÖZEL  
PttPOS HİZMETİNİZDE**

Hemen başvurmak için size en yakın  
PTT iş yerimizi ziyaret edebilirsiniz.



Ptt

[www.ptt.gov.tr](http://www.ptt.gov.tr)

[/PTTKurumsal](https://www.instagram.com/PTTKurumsal)

[/Ptt.Kurumsal](https://www.facebook.com/Ptt.Kurumsal)

[@pttkurumsal](https://www.tiktok.com/@pttkurumsal)

444  
1788

BİR ASRI AŞAN YOLCULUK:

# BÜYÜK POSTANE

A JOURNEY OF MORE THAN A CENTURY:  
THE GRAND POST OFFICE

Ayşen Şevval TAŞKIN

*İstanbul'un kalbinde, Sirkeci'nin hareketli sokakları arasında yükselen bir yapı, zamana meydan okuyarak geçmişin izlerini bugüne taşıyor. Büyük Postane hem görkemli mimarisi hem de içinde barındırdığı iletişim tarihinin hazineleriyle şehrin tarihi dokusunu en çarpıcı şekilde hissettiren eserlerden biri olarak dikkat çekiyor.*

*Rising among the bustling streets of Sirkeci, in the heart of Istanbul, stands a structure that defies time and carries traces of the past into the present. With its magnificent architecture and the communication heritage it houses, the Grand Post Office stands out as one of the most striking landmarks reflecting the city's historic spirit.*



Türkiye'nin en büyük postanesi olan Büyük Postane (PTT Müzesi), İstanbul'un Sirkeci semtinde bulunur. Tarihi geçmişi ve dikkat çekici mimarisiyle öne çıkan bu yapı, kentin önemli simgelerinden biridir.

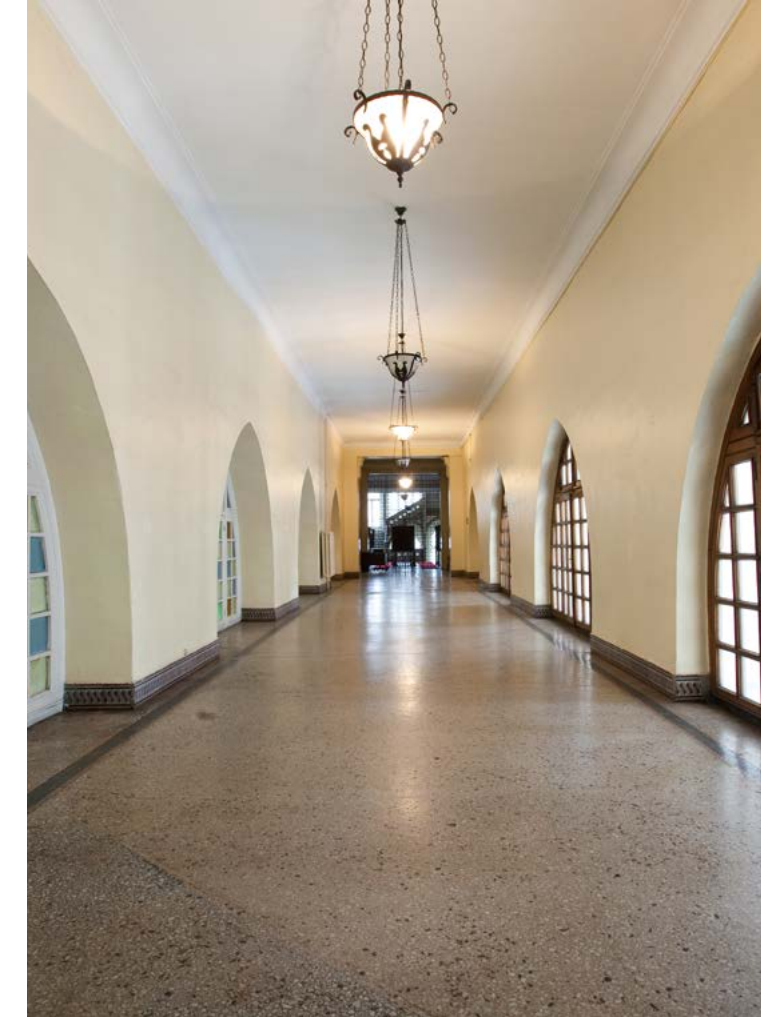
Büyük Postane (PTT Müzesi) binasının inşasına 1905 yılında başlanmış ve yapı 1909'da tamamlanmıştır. Yapının bilinen ilk adı Posta ve Telgraf Nezareti Binası'dır. 1930 yılında "Yeni Postane" olarak anılmaya başlanmış, ilerleyen yıllarda ise "Büyük Postane" adıyla ün kazanmıştır. Postanenin yapımı, Mimar Vedat Tek tarafından gerçekleştirilmiştir.

Mısır Çarşısı ve Yeni Camii'ye yakın bir konumda yer alan, 3.200 metrekarelik alana sahip postane binası dört kattan oluşmaktadır. Osmanlı mimarisinin izlerini taşıyan yapı, çini süslemeleri ve dikkat çekici mimari detaylarıyla öne çıkmaktadır. Tarihte bir dönem İstanbul Radyoevi olarak da kullanılan bina, 1958 yılından itibaren tamamen postane işleviyle hizmet vermeye başlamıştır.

The Grand Post Office (PTT Museum), Türkiye's largest post office, is located in the Sirkeci district of Istanbul. Renowned for its deep-rooted history and remarkable architecture, this structure is one of the city's most iconic landmarks.

Construction of the Grand Post Office (now the PTT Museum) began in 1905 and was completed in 1909. Its original name was "Post and Telegraph Ministry Building." In 1930, it became known as the "New Post Office," and over the years, it gained fame under the name "Grand Post Office." Architect Vedat Tek designed the building.

Situated near the Spice Bazaar and the New Mosque, the post office spans an area of 3,200 square meters and comprises four floors. Bearing the characteristics of Ottoman architecture, the building stands out with its ceramic decorations and remarkable architectural details. Having served as the Istanbul Radio House for a period, the structure has been used entirely as a post office since 1958.



Mermer ve yontma taştan inşa edilen binanın girişi basamaklarla yükseltilmiş olup, giriş bölümünün üzerinde bir kubbe bulunmaktadır. İç mekân düzeni ise merkezi bir alanı çevreleyen odalardan meydana gelmektedir. Günümüzde bina, İstanbul PTT Başmüdürlüğü olarak kullanılmaktadır.

Binada aynı zamanda ülkenin telekomünikasyon ve iletişim tarihinin anlatıldığı bir müze de bulunmaktadır. Binanın batı bölümünde yer alan ve dört kata yayılan müze, özel bir girişe sahiptir.

The entrance of the building, constructed from marble and cut stone, is elevated by stairs and features a dome above the entryway. The interior layout consists of rooms surrounding a central hall. Today, the building serves as the Istanbul Regional Directorate of Turkish Post (PTT).

The building also houses a museum narrating the history of the country's telecommunications and communication systems. Located on the western wing and spanning four floors, the museum has its own private entrance.



**Ptt**  
Exchange

# DÖVİZ İŞLEMLERİ PTT İŞ YERLERİNDE

**Dolar, Avro ve  
Suudi Arabistan Riyali  
Satın Almak ve Bozdurmak  
PTT İş Yerlerinde Çok Kolay.**

Havalimanlarında bulunan iş yerlerimiz başta olmak üzere tüm PTT iş yerlerinden Dolar, Avro ve Suudi Arabistan Riyali satın alabilir; Dolar, Avro ve Suudi Arabistan Riyali dahil 12 farklı para birimini güvenle bozdurabilirsiniz.



**Ptt**

[www.ptt.gov.tr](http://www.ptt.gov.tr)

[/PTTKurumsal](https://www.instagram.com/PTTKurumsal)

[/Ptt.Kurumsal](https://www.facebook.com/Ptt.Kurumsal)

[@pttkurumsal](https://www.tiktok.com/@pttkurumsal)

444  
1788

SICACIK BİR  
KIŞ LEZZETİ:

# BAL KABAĞI ÇORBASI

A WARM WINTER DELIGHT:  
PUMPKIN SOUP

Dr. Merve İLBAK TAHMAZ

*Kışın soğuk günlerinde içinizi ısıtacak, aynı zamanda sağlıklı ve besleyici bir çorba arıyorsanız bal kabağı çorbası tam size göre. Tatlımsı bal kabağı, patates ve havuçla birleşiyor; sarımsak ve baharatlarla zenginleşiyor. Üstelik kremamsı kıvamıyla hem göze hem damağa hitap ediyor. Bu tarif sayesinde sofralınıza hem sıcaklık hem de lezzet katabilirsiniz.*

*If you're looking for a hearty, healthy, and nourishing soup to warm you up on cold winter days, pumpkin soup is just what you need. Sweet pumpkin blends with potatoes and carrots, enriched with garlic and a variety of spices. Its creamy texture pleases both the eye and the palate. With this recipe, you can bring warmth and rich flavor to your table.*



**Malzemeler:**

- 2 litre su
- 3 dilim bal kabağı
- 3 diş sarımsak
- 1 adet havuç
- 1 su bardağı süt
- 1 adet patates
- 1 adet soğan
- 2 yemek kaşığı sıvı yağ
- 1 su bardağı et suyu
- Tuz, karabiber, pul biber, zerdeçal

**Ingredients:**

- 2 liters of water
- 3 slices of pumpkin
- 3 cloves of garlic
- 1 carrot
- 1 cup of milk
- 1 potato
- 1 onion
- 2 tablespoons vegetable oil
- 1 cup meat broth
- Salt, black pepper, red pepper flakes, turmeric

**Hazırlanışı:**

- Bal kabağının kabuklarını soyup küp şeklinde doğrayın, patatesi rendeleyin ve tencereye alın. Üzerine suyu ekleyerek kaynamaya bırakın.
- Havuçları rendeleyin, soğan ve sarımsakları doğrayın. Az yağ ile tavada kavurup tencereye ekleyin.
- Et suyunu ve tuzu ilave edin, sebzeler yumuşayana kadar pişirin.
- Sebzeler piştikten sonra çorbayı karıştırıcıdan (blender) geçirip pürüzsüz bir kıvam elde edin.
- Sütü, pul biberi ve zerdeçalı ekleyip beş dakika daha kaynatın. Son olarak karabiber ile tatlandırıp ocaktan alın.

**Preparation:**

- Peel the pumpkin and cut it into cubes, grate the potato, and place both into a pot. Add the water and bring to a boil.
- Grate the carrots, chop the onion and garlic. Sauté them lightly in oil and add to the pot.
- Add the meat broth and salt, and cook until the vegetables soften.
- Once the vegetables are cooked, blend the soup until smooth.
- Add the milk, red pepper flakes, and turmeric, then simmer for another five minutes. Finally, season with black pepper and remove from the heat.

**İpucu:** Çorbanın kıvamı çok yoğun olursa, sütü eklerken bir miktar sıcak su ilave ederek istediğiniz akışkanlığa getirebilirsiniz. Eğer çorbanız fazla suluysa, 1 yemek kaşığı unu sütle karıştırıp yavaşça tencereye ekleyerek kıvamı artırabilirsiniz. Et suyu tablet bulyon kullanıyorsanız, bulyonu sütü ekledikten sonra son 5 dakika içinde ekleyin ve karıştırmayı unutmayın. Servis yaparken birkaç damla limon suyu eklemek çorbanın aromasını canlandırır.

Afiyet olsun!

**Tip:** If the soup becomes too thick, you can adjust the consistency by adding some hot water along with the milk. If it turns out too thin, mix 1 tablespoon of flour with milk and slowly stir it into the pot to thicken the mixture. If you are using bouillon cubes, add them within the last 5 minutes after adding the milk, and don't forget to stir. A few drops of lemon juice before serving will brighten the flavor.

Bon Appétit !



# Lojistiğin Değere Dönüştüğü Yer

Rekabetçi ve birinci sınıf lider bir küresel (3PL/4PL) "Lojistik Hizmet Sağlayıcısı" olmak vizyonu ile çalışmalarına devam etmekte olan PTT Lojistik; Depo İşletmeciliği, Ulusal ve Uluslararası Ticari Yük Taşımacılığında faaliyet göstermekle birlikte sözleşmeli lojistik kapsamında müşterilerine özel çözümler sunmaktadır.



[www.ptt.gov.tr](http://www.ptt.gov.tr)

[/PTTKurumsal](https://www.instagram.com/PTTKurumsal)

[/Ptt.Kurumsal](https://www.facebook.com/Ptt.Kurumsal)

[@pttkurumsal](https://www.tiktok.com/@pttkurumsal)

444  
1788



# 1840'TAN BERİ GÜVEN TAŞIYORUZ...

**PttSigorta**

*Güven ve Yaşa!*



## TAŞIT

ZORUNLU TRAFİK  
SİGORTASI

## KASKO

İHTİYARİ MALİ  
MESULİYET  
(İMM)



## KONUT

KONUT  
SİGORTASI

## EŞYA SİGORTASI

DASK



## SAĞLIK

TAMAMLAYICI SAĞLIK S.

ÖZEL SAĞLIK S.

SEYAHAT SAĞLIK S.



## FERDİ KAZA ÜRÜNÜ

SAĞLIĞIM YERİNDE

PTT İLE YOLA DEVAM

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

**PttSigorta olarak ihtiyaçlarınıza  
ve bütçenize uygun sigorta ürünlerini  
hizmetinize sunuyoruz.**



**Ptt**

[www.ptt.gov.tr](http://www.ptt.gov.tr)

[/PTTKurumsal](https://www.pptt.kurumsal)

[/Ptt.Kurumsal](https://www.facebook.com/Ptt.Kurumsal)

[@pttkurumsal](https://www.instagram.com/pttkurumsal)

444  
1788

 Ptt Kargo

# NEREDEYSENİZ ORADAYIZ

*Her Anında Güvenle...*



[www.ptt.gov.tr](http://www.ptt.gov.tr)

[/PTTKurumsal](https://www.pptt.gov.tr)

[/Ptt.Kurumsal](https://www.facebook.com/Ptt.Kurumsal)

[@pttkurumsal](https://www.instagram.com/pttkurumsal)

444  
1 788