

Şehirde Ne Var?



İstanbul'un Yaşam Rehberi

En Popüler 5 Etkinlik



Cumartesi Pastası

Şehirde Ne Var

Pastacılık hünerlerini sergilemek ve evdekileri şaşırtmak isteyenler mutfağa bekleniyor.

- Şehirde Ne Var - Stir - Fry Tekniği ve Wok Yemekleri
- Şehirde Ne Var - Belgesel Fotoğraf Atölyesi
- Şehirde Ne Var - Bahar Menüsü
- Şehirde Ne Var - Pegasus ile Yükseklerle Uçuş / 5-12 yaş

En Popüler 5 Mekan



Cemal Reşit Rey

Şehirde Ne Var

- Şehirde Ne Var - CNR Expo Fuar Merkezi
- Şehirde Ne Var - Fransız Kültür Merkezi
- Şehirde Ne Var - Mutfak Sanatları Akademisi

Etkinlikler

- Şiir Dinletisi(1)
- Fuar(7)
- Kültür Festivali(1)
- Seminer Söyleşi
- Konferans(34)
- Çocuk Tiyatrosu(4)
- Diğer(54)
- Atölye Kursu(175)
- Kültür Merkezi(1)
- Film Gösterimi(34)
- Dans(6)

Yeşil İstanbul



Paylaş

Yorum 0

Mart, 2012

Yazar(lar): Deniz Aytekin

Çevre dostu bir yaşamın püf noktaları bu dosyamızda.

Karbondan ayak izleri

İstanbulluların en büyük derdi trafik sıkışıklığı. Urban Age İstanbul'un 2009'da yaptığı araştırmaya göre nüfusun yarısı, şehrin yaşam kalitesinin çevresel faktörlerin geliştirilmesiyle yükseleceğine inanıyor. Her gün işe gitmek için karayollarında harcanan süre bazı bölgelerde iki saati bulurken bisiklet kullanma oranı hâlâ yüzde ikilerde seyrediyor. Araba sahibi olmayanların yüzde 80'i ilk fırsatta araba alma planları yaparken, her sabah yoğun trafiğe maruz kalan şehirlilerin yüzde 83'ü toplu taşıma yollarının kalitesi artırılsa özel araçlarını kullanmayı azaltacaklarını ya da evde bırakacaklarını savunuyorlar. Trafiğin saatlerimizin katili olma dışında gezegenin dengesiyle oynayan başlıca karbon fabrikalarından biri olduğunu düşünürsek derdin can sıkıntısından daha öte olduğu ortada. Peki, çözüm ne?



Şarj değil şarj

Hibrid melez, hibrid otomobil ise hem benzin hem de elektrik kullanarak çalışan araç anlamına geliyor. Özellikle trafiği yoğun büyük şehirlerde, dur-kalk sırasında benzin yerine elektrik gücü kullanan hibrid otomobiller karbon salınımını önemli ölçüde azaltıyor. Önümüzdeki 10 yıl içerisinde benzinle çalışan otomobillerin yerini alacağı düşünülen hibrid otomobillerin kullanımına çok sınırlı olsa da İstanbul'da başladı. Hibrid otomobil almakla



En Çok Ziyaret Edilen Sayfalar

1. Kurslar ve atölyeler rehberi
2. İstanbul'da Binicilik
3. İstanbul'da Tenis
4. İstanbul senin!
5. Dev akvaryum Turkuazoo açıldı
6. Kış Oyunları
7. Yeşil Yaşam
8. Hizmet raporu
9. Çocuklara doğum günleri
10. İstanbul'da golf

Etkinlik Takvimi

Anket

Baharda tüm şehre lâle dikilmesini destekliyor musunuz?

Evet, İstanbul'a çok yakışıyor.

Hayır, zarar ziyan.

Oyla

da olay bitmiyor. Bu otomobiller güçlerini kısmen elektrikten aldıkları için şarj edilmeleri lazım. Şehirimizde henüz onlara kucak açan yeterli sayıda tesis yok. İstanbul Büyükşehir Belediyesi, İSPARK vastasıyla açık ve katlı otoparklarda elektrikli şarj dolmuş üniteleri kuruyor. Çevreci araçlara hizmet veren sistemlerin 2012 yılında yaygınlaştırılması planlanıyor. Proje kapsamında ilk etapta İSPARK'a ait Cihangir Katlı Otoparkı ve Bostancı Açık Otopark'ında kurulan üniteler, Beşiktaş Balmumcu Katlı Otoparkı, Merter Katlı Otoparkı ve Kadıköy İSKİ Açık Otopark'ında da hizmete sunuldu. www.ispark.com.tr

Şoförüm olur musun?

Şehrin trafik sorunu ve gezegenin sera gazları konusundaki hassasiyetine ilaç niteliğinde bir uygulama, araç paylaşımı. Düşünün her gün Şişli'den çıkıp Bakırköy'deki işlerine giden kaç kişi var kim bilir? Ama hepsi ayrı ayrı otomobillerde, yan yana seyrediyorlar. Halbuki hem yakıtı hem de karbon emisyonunu paylaşmak mümkün. Araç paylaşım sistemini internet üzerinden sunan başarılı siteler olsa da güvenlik kafamızdaki en büyük soru işareti. www.liftshare.com

Arabayı kullan ve bırak

Araç paylaşımı yurt dışında çok alışmış bir kavram. Geleceğin ulaşım trendleri arasında da farklı formlarıyla araç paylaşımını bolca görüyoruz, göreceğiz. Zira ne kadar çok paylaşım, o kadar az karbon emisyonu. YoYo da aslında araç paylaşımını baz alan ama ona farklı bir bakış açısı getiren yeni bir oluşum. Daha geniş bir anlatımla, kullanıcılarına diledikleri zaman aralıklarında ihtiyaçları kadar sürelerde -ister yarım günlük, ister günlük, genellikle saat bazlı- araç kiralama imkânı sunan, paylaşım üzerine kurulu bir sosyal topluluk. Hizmetlerden faydalanmak için üyelik şart. Aylık üyelik bedeli 9,99 TL.



www.driveyoyo.com

Kendin yap: Gübre

Elbette torbaları dolduran yegâne çöpler ambalaj ve ev eşyaları değil. Bir de organik çöplerimiz var. Sebze ve meyve artıkları, kahve filtreleriyle çay atıkları, gazete kağıtları ve hatta kedi-köpek tüylerini, çiçeklerinizi gübrelemek için kullanacağınız en sağlıklı hale kompost yaparak getirebilirsiniz. Evde kompost yapmak için gereken tek şey bir balkon ya da bahçe ile atıklarınızı biriktirebileceğiniz bir kompost kovası. Kompost edebileceğiniz organik malzemeleri biriktirirken atıklarınızı yeşiller ve kahverengiler olarak ikiye ayırmalısınız. Mutfaktaki atıklarınızı bir araya getirmek için küçük bir tezgâh üstü kutusu alıp, biriktirdiğiniz malzemeleri bu şekilde kompost kovanıza taşmanızda yarar var. Taze sebze-meyve atıkları, otlar ve mutfak atıkları kompostta azot sağlayan yeşil atıklar; kuru yaprak ve ağaç parçaları, gazete kağıdı, talaş gibi malzemeler karbon içeriği yüksek olan kahverengi atıklardır. Bu atıkları kompost kovanıza yerleştirirken bir kat kahverengi bir kat yeşil atık koyarak azot-karbon oranını dengelemeniz ve üzerini toprakla örtmeniz gerekir. Kompost kovanızı bu şekilde doldurup en üstünü yine toprakla kapladıktan dört, en fazla beş ay sonra gübreniz hazır.

Kompost kutusuna girenler Sebze-meyve atıkları, biçilmiş çim, kuru dal ve yapraklar, gazete kağıdı, kondom, şömine-mangal külü, kullanılmış kibrit, hayvan yem ve tüyü, yünlü ve pamuklu kumaş, bambu, şarap mantarı, bayat reçel-ekmek ya da kraker, pilav, makarna, kağıt torbalar, çay atığı kahve filtre ve telvesi.



Kompost kutusuna girmemesi gerekenler Et ve et ürünleri, süt ve süt ürünleri, kedi-köpek dışkı, yağlı yemek atığı, naylon ve alüminyumlu kağıtlar, çocuk bezi ve hijyenik ped, tıbbi atık, üzerinde tohum ya da hastalık olan bitkiler.

Kent yaşamında türlü zahmete girip daha 'kaliteli' bir hayat sürmeye çabalarken aramızda çöp yığınları ve dev karbon ayak izleri mi bırakıyoruz? Malı mülkü satıp Ege kasabalarına taşınmadan çevreyle barışık yaşamak mümkün mü? Farkında olmadan bünyemize kattığımız zehirler nerelerde saklanıyor? Geri dönüşüm ütopyik bir hayal mi yoksa soyduğumuz domatesin kabuğuyla çiçeklerimizi besleyebilir miyiz? Şehri yaşanabilir hale getirmek ve rahat bir nefes almak isteyenlerin sorularına cevaplar burada.

GERİ DÖNÜŞÜM MUHTEŞEM OLACAK

Geri dönüşüm çok konuşulan ve çevre açısından son derece elzem bir konu olsa da kapı önüne çöp bırakma saati geldiğinde işin rengi değişebiliyor. Gün içerisinde evde çıkan çöpü ayırtırmaya karar verdiğinizde işler karışacak gibi dursa da evsel atıkları geri dönüştürmeye başlamak sanıldığından çok daha kolay. Büyük marketlerde bulabileceğiniz üç bölmeli bir çöp kutusu bile atıklarınızı ayırtırmak için yeterli, peki ya sonra?

■ Büyük marketlerin kasalarında yığılı naylon poşetlere son vermek şart. Üzerinde %100 doğada çözüldüğü yazan poşetler ne yazık ki sadece belirli koşullarda doğada çözülebiliyor ve bu koşullara bu sınırlar dâhilinde rastlanmıyor. Tek çözüm yine çantada bez torba taşımakta. Konuya hassasiyetin nispeten arttığı WWF'in de dikkatini çekmiş olacak ki, geçtiğimiz günlerde yepyeni bir bez torba koleksiyonunu satışa sundular.



■ Tek bir plastik şişe doğada üç bin yıl yok olmaz ve bir ton plastiğin geri kazandırılması 14 bin kW/sa enerji tasarrufu sağlar. İçerisinde bulunan kanserojen madde BPA nedeniyle insan sağlığı karşısındaki dev tehditlerden biri olan plastiği eve mümkün olduğunca az sokmak gerekli. Ayırdığınız plastik, cam ve kağıt atıkları en yakınınızdaki geri dönüşüm kutusuna atabilir ya da ikamet ettiğiniz ilçe belediyesini arayarak ayrıştırılmış çöplerinizi evden alma hizmetleri olup olmadığını sorabilirsiniz. Kadıköy ve Beyoğlu belediyeleri bu hizmete aktif olarak sahip.

■ Belediyenin ayrıştırılmış çöp toplamadığı, geri dönüşüm kutusunun da bulunmadığı durumlarda bile çöpleri ayırmak gerekiyor çünkü adsız geri dönüşüm kahramanlarımız var. Sokaklarda atık kağıt, teneke ve plastik toplayanlar sayesinde Türkiye'de bu malzemelerin geri dönüşümünün İngiltere'ye yaklaştığını biliyor muydunuz? Atık toplayıcılar çevre dostları tarafından kahraman olarak adlandırılır ve topladıklarını satacak geri dönüşüm firmalarını bulmakta pek de zorlanmazlar ülkemizde.

■ Evde gözden kaçan bir diğer atık; yağlar. Mutfak lavabonuza döktüğünüz her damla yağ doğrudan doğal su kaynaklarına karışıyor. Yağı bir torbaya ayırmak mümkün değil belki ama Alo Atık Hattı, biriktirdiğiniz beş litre atık yağı gelip kapınızdan alıyor. Apartman girişine yerleştireceğiniz bir yağ bidonu, komşularınızla beraber geri dönüşüm yapmaya başlamak için oldukça geçerli bir neden olabilir. **444 28 45**

■ Yıllardır bir köşeye atılmış duran eski telefonunuz, artık kullanmadığınız monitörünüz ya da eski iPod'unuz çöp değil. Evde gereksiz yayıntı yapan tüm elektronik atıklarınızı memnuniyetle kabul eden geri dönüşüm şirketleri var.

www.exitcom.com.tr
www.redeemturkey.com

■ Kuşkusuz evden çıkabilecek en tehlikeli atık pil. Pillerin içindeki kimyasallar doğada çözünmediğinden ve doğrudan toprağa ya da su kaynaklarına karıştığından pilin çöp olmadığını ve ayrıca toplanıp pil kutularına atılması gerektiğini asla unutmamak gerek.



■ Evde kullanmadığınız kıyafet, mobilya ve her türlü eşyayı ihtiyacı olan birine verebileceğinizi ya da takas edebileceğinizi biliyor musunuz? Hem de kılınızı kıpırdatmadan. Tüm dünyayı saran freecycle akımı İstanbul'da da tıkır tıkır işliyor. **Freecycle İstanbul**
www.freecycle.org

Cildiniz de yeşil sever

Sağlıklı bir yaşamın anahtarı doğru beslenmek ve egzersiz yapmakla sınırlı değil. En büyük organımız olan cildimiz, temas ettiği maddeleri emerek doğrudan bünyemize katıyor. Cildimize temas eden havayı kontrol edemsek de arıtmalı duş başlığı kullanmak ve giydiğimiz kıyafetlerle sürdürdüğümüz kozmetik ürünlerini seçmek mümkün. Gömleğinizin

ana malzemesi olan pamuk, işlenirken böcek ilacı, suni gübre ve daha onlarca toksik malzemeye maruz kalır. Birebir cildinize sürdüğünüz kozmetik ürünlerin içeriğinde de onlarca kimyasal ve en büyük kanserojen tehlikelerden olan paraben bulunur. Bilinçli seçimlerle cildinizi zehirlemekten vazgeçebilir, organik içerikli ürünler kullanabilirsiniz.

Burt's Bees Boyner Mağazaları tüm dünyada yükselen doğal güzellik trendinin yakın takipçisi. Şimdi de yüzde 95-100 oranlarında doğal içeriklerden oluşan Burt's Bees ürünlerini mağazalarına taşıdılar. Temelleri 27 yıl önce arı yetiştiricisi Burt Shavitz ve ressam Roxanne Quimby'nin iş birliğinde atılan Burt's Bees, paraben, sülfat, ftalat ve petrokimyasallar gibi zararlı sentetiklerden arınmış ürünler sunuyor. Arı sütüyle geliştirilmiş cilt ve vücut bakım serisi, tamamen doğal içeriklerle hazırlanan dünyaca ünlü dudak bakım serisi ve bebek ürünleri çok revaçta. www.boyner.com.tr



NUXE/Huile Prodigieuse Kuru Yağ Ürünlerinde %90'ın üzerinde doğal içerikler kullanan NUXE de gönül rahatlığıyla kullanılabilecek markalardan. NUXE'un kadınlara sunduğu en özel cevherlerden biri NUXE Huile Prodigieuse Kuru Yağ. Hem ciltte hem saçlarda kullanılabilen ürün borage, St.John's Wort, badem, kamelya, fındık, macadamia bitki yağları ve E vitamini katkısıyla yüzde 98,8 oranda doğal formüle sahip. Her mevsim kullanılabiliyor ve her cilde, her saç tipine uygun. www.nuxe.com

The Body Shop/Nutriganics™ Drops of Youth The Body Shop'un doğayla ve yerelle arasının iyi olduğunu bilmeyen yok. Her ürünü bir arzu nesnesi sayılabilecek markanın yeni ürünü Nutriganics™ Drops of Youth, bitki kök hücre teknolojisi kullanılarak geliştirildi. Sertifikalı organik içeriği sayesinde yaşlanmanın ilk işaretleriyle savaşıyor. Yüzde 98 doğal içerikli Nutriganics™ Drops of Youth'un içeriğindeki hücre yenileme özellikli bitki Criste-Marine, İngiltere'nin kıyı şeridindeki kayalardan elde ediliyor. Ürünün içeriğindeki diğer ham maddeler kayın ağacı tomurcuğu ve organik babassu yağı. www.thebodyshop.com.tr



Yves Rocher/Cure Solutions Gençlik İksiri 7.9 Bitkisel kozmetik denince ilk akla gelen isim Yves Rocher. Şimdi her yaştan kadına hitap eden Cure Solutions Gençlik İksiri 7.9 ürünüyle kırışıklıklara meydan okuyor. Ürünün içeriğinde yedi ultra güçlü aktif bitkisel içerik ve cilt gençleştirici dokuz önemli patent var. Bu ürün ile yaşlanma karşıtı kremlerin etkisi iki kat artıyor. www.yvesrocher.com.tr

Biotherm/Skin Ergetic Yüzünüzdeki yorgunluk izlerini silmek için birebir bir ürün serisi tasarladı Biotherm. Skin Ergetic doğal içeriklerden oluşan, paraben içermeyen bir seri. Taze kozmetik olarak adlandırılan bir konsept gereği son dakika aktivasyonu ile yaratılan nemlendirici ve canlandırıcı bir bakım serisi Skin Ergetic. www.biotherm.com

Eczacıbaşı Girişim Endüstriyel/Tana Green Care Avrupa hijyen sektörünün ev dışı kullanımında lider markası Tana Professional'ın özel sertifikalı yeni ürün serisi Green Care şimdi Eczacıbaşı Girişim Endüstriyel portföyünde sunuluyor. Seri doğaya saygılı, aktif maddeleri biyolojik olarak tam parçalanabilir ürünlerden oluşuyor. www.girisimendustriyel.com

Yeşil bir tık ötenizde





Yeşilist

Bu toprakların ilk yeşil rehberi olan Yeşilist, organik ve ekolojik üretim yapan firmaları bir araya toplayan sürdürülebilir bir platform ve her gün yenilenen çevre dostu bir haber kaynağı. Yeşilist üzerinde arama yaparak size en yakın organik gıda satan dükkânı bulabilir, daha yeşil bir yaşam için tüyoları inceleyebilir ya da çevre hakkındaki gelişmelerden haberdar olabilirsiniz. www.yesilist.com

Yeşil Gazete

Çevre konularına meraklıysanız mutlaka göz atmanız gereken bir diğer kaynak Yeşil Gazete. Alanını yeşil haberlerle sınırlı tutmayan Yeşil Gazete'nin yelpazesi sivil toplum haberlerinden hafta sonu etkinliklerine, kitap eleştirilerinden günlük haberlere kadar uzanıyor. www.yesilgazete.org

Bu aralar neler oluyor?

Yemezler

Aralık ayında 16 GDO çeşidinin ithaline izin verildi. Hayvan yemlerinde kullanılan GDO'lu soya ve mısırlar bu hayvanların etinden ve sütünden doğrudan bünyemize geçme tehlikesi taşıyor. Dur demek için www.yemezler.org

Vermeyoz

Anadolu'nun hemen her kesiminden köylülerinin hidroelektrik santrallerin inşasına karşı direnişi sonuç vermeye, HES inşaatları durdurulmaya başlandı. Bu harekete katılmak için www.vermeyoz.net.

Yunuslara Özgürlük

Yıllardır yunusların işkence görerek eğlence sektörüne dahil edilmesi ve yunus parklarına karşı olan protestolar, İzmir'de yapılması planlanan Mendirek projesinin bir yunus parkı içerdiği ortaya çıkınca tekrar alevlendi. Takip için www.yunuslaraozgurluk.com

Doğada spor

Sporunda yeşili, doğayla dost olanı var. Serhat Sidal'in geliştirdiği kişisel egzersiz sistemi ile spor, salonların dışına doğaya taşıyor.



Intelligence Fitness, katılımcılara ne vaat ediyor?

Sıklımadan eğlenerek egzersiz yapmayı, spor yapmanın ve vücudu forma sokmanın çok kolay olduğunu öğretiyor. Birçok doğru bilinen egzersiz ve beslenme yanlışının bilimsel gerçeklerini öğretmeyi, vücudunu fark etmeyi, egzersiz hayatının her yerinde ve alanında yapılabileceğini, doğru nefes almayı ve en önemlisi zihni, bedeni ve ruhu beraber çalıştırarak 21 antrenman günü gibi çok kısa bir sürede pozitif değişimi vaat ediyor.

Nerelerde çalışıyorsunuz?

Analizlerimizi ve özel çalışmalarımızı uyguladığımız bir stüdyomuz var fakat sporun yeri, zamanı ve mekânı olmadığına inandığımız için ve bu konuda çok şanslı bir coğrafyada olduğumuzdan antrenmanlarımızın büyük bir bölümünü Belgrad Ormanı'nda, Kilyos Plajı'nda ve Boğaz'da ve deniz kıyısı gibi doğal ortamlarda yapıyoruz. Kapalı ortamlarda yapılan algılagelmis sıkıcı çalışma yöntemlerine göre bu şekilde yapılan egzersiz bol oksijenle eğlenceli bir hal alıyor. Koşu, yürüyüş ve doğadaki ağırlıkları kullanarak yaptığımız ağırlık egzersizini Belgrad Ormanı'nda yapıyoruz. Her pazar hem kendi özel çalıştırdığımız kişilere hem de bizi tanımak isteyen sporseverlere ücretsiz özel seanslarımız var. Yürüyüş parkurları yerine her derste ormanda yeni bir yer keşfediyoruz. Yüzme, denge ve direnç antrenmanlarını yaz aylarında Kilyos Plajı'nda ve Adalar'da, özel antrenman teknikleri ile bisiklet egzersizlerini ise ormanda ya da deniz kıyısında yapıyoruz. Hareketle ilgili herhangi bir sağlık problemi olmayan herkes katılabiliyor bu egzersizlere.

Antrenmanların katılımcılara hayatta kalma bilgisi de aşıladığını söyleyebilir miyiz?

Kaçma, kovalama, tırmanma, inme, atlama, yüzme, fırlatma, yakalama, kendini savunma, itme, çekme, kaldırma, yön bulma, doğru nefes alma gibi insanın hayatta kalması için yapması gereken beceriler kapalı bir ortam değil gerçek doğal ortamda uygulayarak yapıldığı için beynine, vücuda ve ruha hayatta kalma bilgisini en iyi şekilde aşıyor. www.intelligencefitness.com

Etiket: [Yeşil Enerji](#), [Yeşil Bölge](#), [Yeşil Alan](#), [kremler](#), [çöplük](#), [şehir](#), [temiz alan](#),

TOİST Yorum Girişi

Adınız Soyadınız *

Email *

Onay Kodu *

7epahk

Görüşünüz *

gönder