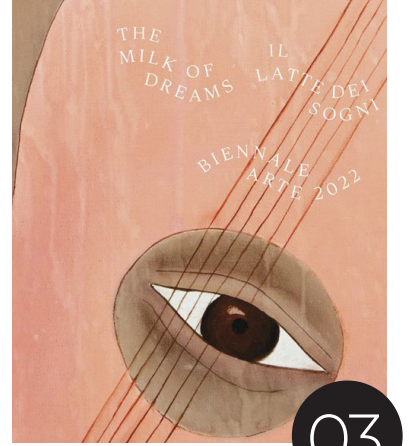


o'mag

odeabank
yaz 2022



03

Venedik Bienali Mercek Altında

Venedik Bienali, geçen yılki pandemi ertelemesi nedeniyle bu sene yapılıyor. 27 Kasım 2022'ye kadar sürecek olan etkinliğin sanat sergisi, 59. kez sanatseverlerle buluşuyor.



05

Hikayesi Olan Tarifler

İlginç tarihi hikayeleri olan günümüzün popüler lezzetlerine göz atmak ister misiniz? Kruvasandan donuta kadar dünya mutfağından ünlü tariflerin ortaya çıkış hikayelerini sizler için derledik.

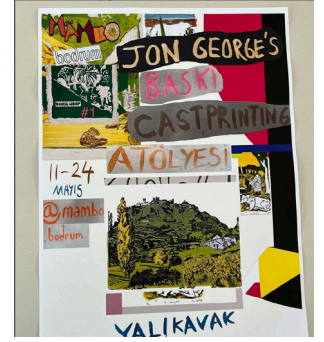
10

Otomobille Yolculuk İçin En Güzel Rotalar



SEVİDİK

Yaz sezonunda sanatın ve eğlencenin adresi olacak iki yeni mekanla tanışın...



Mambo @Bodrum

İki genç sanatçı; Jenny İpek ve Umman Türkoğlu, Yalıkavak'ta harap haldeki bir taş evi renove ederek Mambo'yu açtı, böylece Bodrum'a yeni bir sanat ve etkinlik alanı kazandı. Sergilere ve atölyelere ev sahipliği yapmaya hazırlanan Mambo, dünyanın dört bir yanından sanatçıları ve zanaatkarları ağırlayacak.

Kloster x Suma Beach @Çeşme

İstanbul'un sevilen plajı Suma Beach, Çeşme'nin gözde mekanı Kloster Beach'e yeni bir yüz kazandı. Suma, Beatgate ve Kloster ortaklığıyla açılan Kloster x Suma Beach, Ege'nin eşsiz doğasını elektronik müzik ve sıra dışı eğlence anlayışıyla buluşturuyor.





Venedik Bienali Mercek Altında

120 yılı aşkın süredir gerçekleşen ve tüm dünya için çok önemli bir kültür-sanat markası haline gelen Venedik Bienali, geçen yılki pandemi ertelemesi nedeniyle bu sene yapılıyor. 27 Kasım 2022'ye kadar sürecektir olan etkinliğin sanat sergisi, 59. kez sanatseverlerle buluşuyor.

Sanat dünyasının olimpiyatları olarak da bilinen ve çağdaş sanat üretimi yapan sanatçılara besleyici bir alan açan Venedik Bienali, iki senede bir düzenleniyor. İlk kez 1895 yılında Venedik'in ünlü bahçesi Giardini'de yapılan etkinlik, yıllar içinde farklı ülke sanatçıların katılımıyla, performans mekanlarını da genişleterek güçlendi, vazgeçilmez bir organizasyon haline geldi. Baş küratörün belirlediği tema üzerinden yola çıkılan bienal kurgusunda, bir ana sergi ve ülke sergileri açılıyor.



Etkinlik bu iki ana başlık çerçevesinde şekilleniyor. Bu yılın sanat sergisinin küratörü, adını İngiliz sürrealist ressam Leonora Carrington'ın kitabı "The Milk of Dreams"ten alan Cecilia Alemani. İtalyan küratör, her insanın değişebileceği, dönüşebileceği, başka biri olabileceği bir dünyayı işaret etmek için sarsıcı bir yolculuğa çıkarıyor sanatseverleri. Bu seneki bienalin bir başka belirleyici özelliği ise erkek figürünün sık kullanılmasına bir başkaldırı niteliğinde farklı yaşam formlarına odaklanması. Bienal tarihinde ilk kez çoğunlukla kadın sanatçılara yer veren etkinlik var olan sistemlerin ötesinde bir sanatsal bakış açısı sunmayı amaçlıyor. Bienaldeki sanatçıların eserlerinde çevre bilinci, doğa olayları üzerine kaygılar, cinsiyetçilik, kimlik politikaları ve ekolojik aktivizm gibi güncel konu başlıkları ön plana çıkıyor.

Türkiye de önceki senelerde olduğu gibi bienalde yerini alıyor. Türkiye'nin Venedik Bienali'ne dahil olması konusunda öncülüğü ise 1991 yılında sanat eleştirmeni, yazar ve çağdaş sanat küratörü Beral Madra yaptı. Madra, 2000'li yılların başında, uzun süreli kiralanan mekan ile

Türkiye Pavyonu performanslarını bienalde sergileme şansına sahip oluyor. Bu sene ise Venedik Bienali Türkiye Pavyonu'nda çağdaş sanatçı Füsun Onur'un "Evvel Zaman İçinde..." adlı yeni eseri izlenebilecek. Arsenale ve Giardini dışında 20 farklı mekanda ziyaret edilebilecek sergiler şimdiden sanatseverlerin akınına uğramış durumda.

Türkiye Pavyonu: "Evvel Zaman İçinde..."

Küratörlüğünü İstanbul Bienali ve İKSV Güncel Sanat Projeleri Direktörü Bige Örer'in yaptığı "Evvel Zaman İçinde..." sergisi bir peri masalından ilhamla yaratılmış. Sanatçı Füsun Onur, pandemi sürecinin de etkisiyle oluşturduğu sanat evreninde insanların yarattığı tahribata karşı bir araya gelen bir grup fareyle kedinin öyküsünü anlatıyor. Metal telleri bükerek şekillendirdiği eserinde sanatçı, karakterlerin hayatlarından bazı etkileyici sahneler sunuyor izleyiciye. Sergiyi gezen sanatseverlere rehber olabilmek adına şiirsel notlarla anlatısını destekleyen Füsun Onur'un çalışmasının tasarımını Yelta Köm, önemli bir detay olan aydınlatma tasarımını ise Erinç Tepetaş üstleniyor.



Füsun Onur, "Evvel Zaman İçinde..."



Sonia Boyce, "Feeling Her Way"



Zineb Sedira, "Dreams Have No Titles."



Füsun Onur



Uffe Isolotto, "We Walked the Earth"

Ülke Pavyonları Seçkisi

Kamerun, Namibya, Nepal, Umman ve Uganda gibi bu sene bienale ilk kez katılacak ülkelerle birlikte 59. Venedik Bienali'nde 200'ün üzerinde sanatçının işleri izlenebiliyor. Öne çıkan bazı ülkeler ve onları temsil edecek sanatçılar ise şöyle:

- Almanya, bienale Maria Eichhorn'un "Relocating a Structure" isimli etkileyici çalışması ile katılıyor.
- Danimarka Pavyonu'nda sanatçı Uffe Isolotto tarafından yaratılan ve küratörlüğünü Jacob Lillemose'un yaptığı "We Walked the Earth" yerleştirmesi sunuluyor. Tuhaf bilimkurgu unsurlarıyla bezeli eser, mitolojiden esinlenen sahneleriyle seyirciyi hipergerçekçi bir dünyaya davet ediyor.
- Zineb Sedira'nın Fransız Pavyonu'ndaki çalışması sömürgecilik, bireysel tarih, ulusal kimlik ve ırkçılıkla mücadele gibi hassas konularda tartışma yaratmayı hedefliyor.
- Hollanda Pavyonu'nda karşımıza çıkan Melanie Bonajo'nun eseri, cinsiyetçilik temasına odaklanıyor.
- İngiliz sanatçı Sonia Boyce ise farklı sanat dallarını bir araya getirdiği "Feeling Her Way" isimli çalışmasında insan sesini olağanüstü bir özgürlük ve hayal gücü aracı olarak yansıtıyor.

İlginç tarihi hikayeleri olan günümüzün popüler lezzetlerine göz atmak ister misiniz? Eggs Benedict'ten Sezar Salatası'na, kruvasandan donuta kadar dünya mutfağından ünlü tariflerin ortaya çıkış hikayelerini sizler için derledik.

●
t
s
n
b

Hikayesi Olan Tarifler



Donut

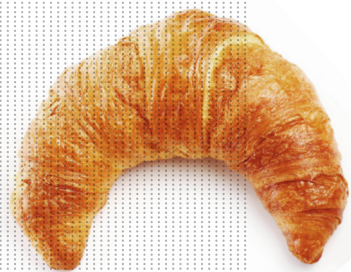
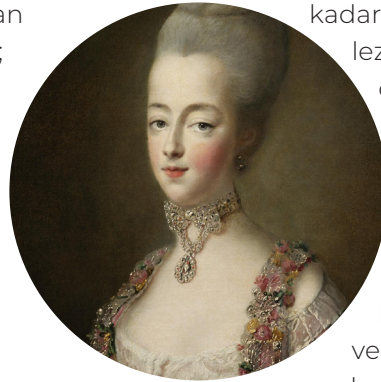
Amerika'da çok sık ve fazla tüketilse de donut Hollandalıların keşfi. Bu lezzetli tarif, sonradan Kuzey Amerika'ya yerleşen Hollandalılar ile birlikte bir yolculuğa çıkıyor ve oradan da tüm dünyaya yayılıyor. 19. yüzyılın ortalarında kaptan olan oğlu ve mürettebat için kızarmış hamur topçukları hazırlayan Elizabeth Gregory bu buluşuna donut adını veriyor. Topçukların daha doyurucu olması ve aylar boyunca denizde kalan ekibe enerji vermesi için ortasına fındık ve ceviz de ilave ediyor. Elizabeth Gregory'nin oğlu kaptan Gregory hamurun ortasının çiğ kaldığını fark edince, çözüm olarak hamuru halka şekline getirmeyi öneriyor ve işte günümüzde yediğimiz o rengarenk, ortası delik, tatlı donutların temeli atılmış oluyor.



Kruvasan

Pek çok yemekte olduğu gibi kruvasanın tarihçesinde de birden fazla hikaye ile karşılaşırız. Kimi yemek tarihçesine göre hepimizin hafızalarında Fransız kahvaltısı ile özdeşleşen bu enfes lezzet aslında Avusturyalıların kipferl dedikleri hilal şeklindeki kurabiye benzeri ürünün geliştirilmiş hali. Verilen bu şekil ise Osmanlı ordusunun savaş taktiğine gönderme yapmak isteyen Avusturyalı fırıncıların fikri... Hikayeyi baştan anlatmak gerekirse; Viyana kuşatması esnasında Osmanlıların saldırıya geçeceklerini, sabah çok erken saatlerde kalkıp çalışmaya başlayan fırıncılar keşfediyor. Bu sayede kuşatmadan mağlup ayrılan Osmanlıların savaş taktiğine gönderme yapmak için fırıncılar bu hamur işini hazırlıyor. Fransızların alametifarıkası kruvasanından

farklı olarak kipferl, pudra şekeri ilavesi ile tercih ediliyor. Hatta çoğunlukla yanında marmelatla servis ediliyor. Peki, kruvasan neden günümüzde Fransızlarla anılıyor? Hikayenin devamına bakalım... Avusturyalı August Zang savaş sonrasında Paris'te bir fırın açmaya karar veriyor. Kendi kültüründeki kipferl'i sadece tereyağı ile ve daha sade, hafif bir yapıyla yeniden reçetelendiriyor. İşte, günümüze kadar ulaşan, vazgeçemediğimiz lezzet kruvasan böylece ortaya çıkıyor. Bir başka kruvasan tarihçesinde ise şöyle söyleniyor: 1700'lerin sonunda Avusturya Arşidüşesi Marie Theresa'nın kızı Marie Antoinette, Fransız veliahtı ile evleniyor ve Paris'e yerleşiyor. Bir süre sonra eşi kral olunca saray mutfağına kipferl'e benzer bir tarifi hazırlamaları için emir veriyor. Önce saray çevresinde popülerleşen kruvasan kısa sürede tüm şehre yayılıyor.



Sezar Salata

Hem lezzetli hem de sağlıklı bir alternatif olan Sezar Salata'nın yaratılış hikayesi tek kelimeyle "ihtiyaçtan". Bir İtalyan restoran, şef ve otel sahibi olan Caesar Cardini zor bir restoran günü yaşıyor. Birçok müşteri kendisinden yemek bekliyor ve şefin malzemeleri tükenmek üzere! Bunun üzerine mutfakta bulunan ve birbirine yakışacağını düşündüğü bazı malzemelerle yepyeni bir yemek hazırlıyor ünlü şef. Krutonlu yeşillik salatasını sarımsak, limon, zeytinyağı, Worcestershire sos, ançuez, hardal ve olmasa olmaz parmesan ile tatlandırıyor. Müşterilerin bu yeni salataya bayılması üzerine şef yemeği restoran menüsüne ekliyor ve bu nefis tada Sezar Salata adını veriyor.



Sandviç

Adını ortaya çıktığı kentten alan sandviç, John Montagu isimli bir kontun tarifiyle hayat bulmuş. Bir kumarbaz olan bu İngiliz kontu, iskambil oyunu oynadığı masayı terketmemek için karnı açtığı anda etrafındakilere onun için bir şeyler hazırlamalarını istiyor. İki dilim kızarmış ekmek arasına biraz et ve yeşillik koymalarını söyleyen kont, hazırlanan bu yeni yiyeceği elleri kirlenmeden ve kumar masasından kalkmadan tüketebiliyor. Bunu gören arkadaşları da aynı şeyi sipariş ediyorlar ve bu ekmek arası lezzete bulundukları bölgenin adını veriyorlar. Sandviç, elbette kısa sürede tüm dünyaya yayılıyor ve yüzlerce farklı çeşitte hazırlanıyor.



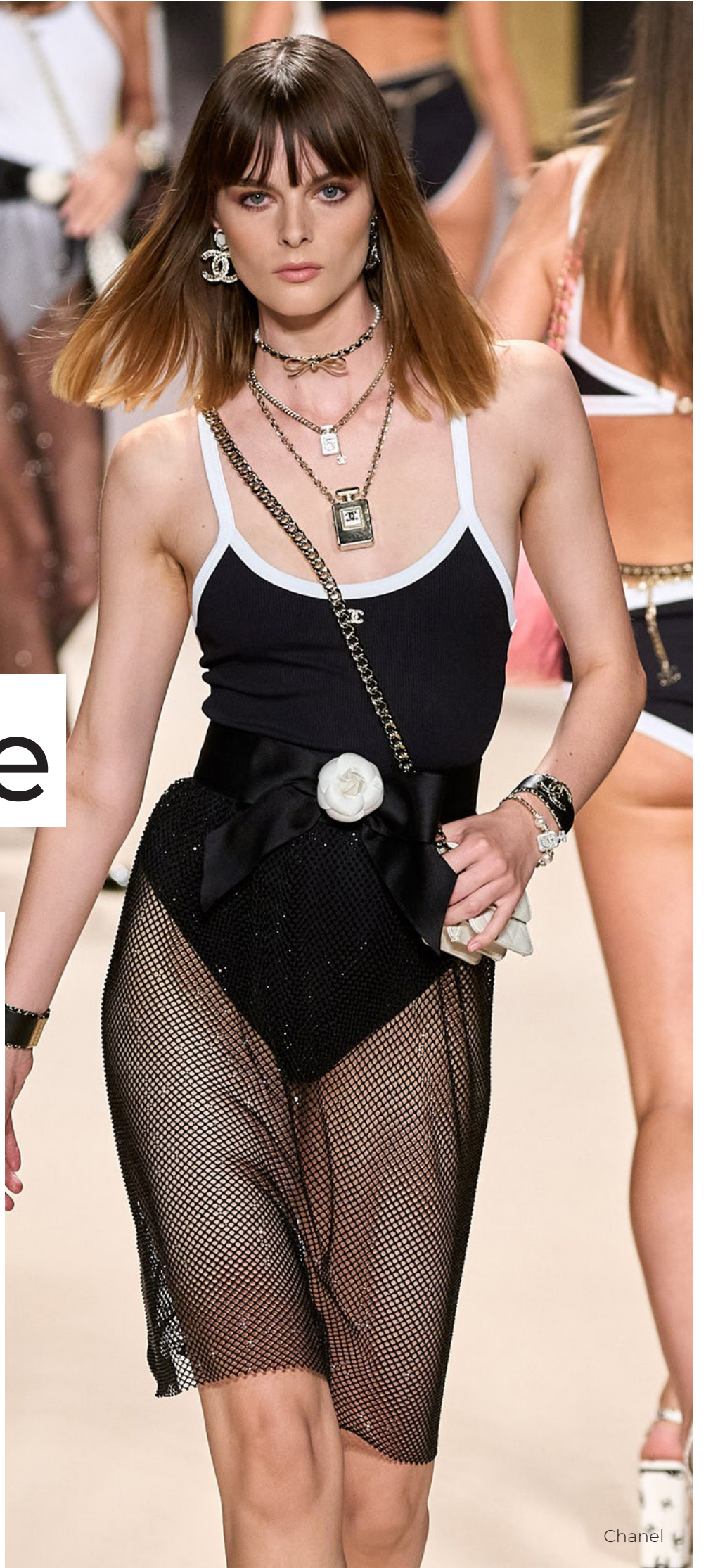
Eggs Benedict

Bir tür Amerikan kahvaltısı ya da brunch önerisi olarak karşımıza çıkan Eggs Benedict, poşe yumurta ve hollandez sosun başrolde yer aldığı jambonlu ekmeklerden oluşuyor. Hoş sunumu sayesinde gündüz servisi yapan pek çok restoranın da menüsüne giren Eggs Benedict'in tarihçesi oldukça eskilere dayanıyor. Bir görüşe göre; emekli borsacı Lemuel Benedict 1800'lerin sonunda akşamdan kalma bir halde otelin birine giriyor ve hızlıca kendine gelebilmek için yumurta, jambon ve ekmek sipariş ediyor. Şef ise müşterisinin isteklerini üst üste koyarak şimdiki tarife benzer bir sunumla sofraya gönderiyor. Sonraları otelin şefi tarifi geliştirerek menüsüne dahil ediyor.

moda

Sahilde Moda

Sene boyunca beklediğiniz an geldi mi? Tatil planları yapıldı ve deniz, güneş, kum üçlüsü ile buluşmak için geri sayım başladı. O halde önemli bir detayı da halletmek için geç kalmamalı. Bu sene bavulunuzu nelerle dolduracaksınız? Hangi kombinleri yanınıza alacaksınız? Gelin, 2022 yaz modasında öne çıkan stillere birlikte göz atalım.



Chanel

Gökkuşağı Tadında Bir Yaz

Pandeminin verdiği yorgunluğu üzerimizden atmak için bu yaz en doğru tabirle bir renk cümbüşü yaşayacağız. Tiril tiril çingene pembesi bluzların altına turuncu etekler, kot şortların üzerine civciv sarısı büstiyerler ve tabii ters köşe yaparak üzerinizdeki renkliliği artırabileceğiniz pek çok aksesuar kullanabilirsiniz. Üstelik renkleri ön plana çıkaran desenler, puantiyeler ve çizgili modellerin tümünü birbiriyle kombinlemek de serbest! Bu sene valizler tek kelimeyle göz alıcı bir hale bürünüyor. Yazlık kumaş blazer ceket ve kısa paça kumaş pantolonlarınızı da renkli fularlarla kombinleyerek değerlendirmeniz mümkün. Son derece heyecan verici değil mi?

Olmazsa Olmaz Dantel Detaylar

Yaz valizinize belki de şimdiye kadar hiç girmemiş dantel elbiseleri koyduğunuza hiç pişman olmayacaksınız. Bahar ayları ile başlayan dantel ve fırfır modası, yazın da peşimizi bırakmıyor. Tamamı dantel uzun elbiseler sadece özel davetler için değil gündüz modasında da ön plana çıkıyor. Yalnız burada dikkat etmeniz gereken konu, kombin oluştururken abartıdan kaçınmanız. Tek bir kalın kemer ya da zarif bir saç tokası dantelin üzerinizdeki zarafetine gölge düşürmeyecektir. Gideceğiniz davetin konseptine göre bir örgü sepet çanta ve gösterişli bir espadrille takımı tamamlayabilirsiniz.

Plajda Sürdürülebilir Giyim Alternatifleri

Her yıl olduğu gibi tabii ki bu sene de pareolar plaj modasının belirleyicisi konumunda. Yer yer kimono tipi elbiselere de rastlayacağız ancak pareo hakimiyeti tüm hızıyla sürüyor. Ancak bir farkla!



H&M



Balenciaga

Bu sene sürdürülebilir ve yeniden tasarlanabilir parçalar bayrağı taşıyor. İster boyundan bağlayıp bohem bir ruha bürünebilir, ister mini etek gibi belden sarkıtabilir isterseniz de uzun etek modasına uyup feminen tarafınızı vurgulayabilirsiniz. İçine giyeceğiniz bikinilerde ise bu sene saçaklı modeller, keten görünümlü kumaşlar, püsküller tercih ediliyor. Plajda topuklu sandalet modasına da bir şans verseniz iyi olur!

Batik Elbiselerin Geri Dönüşü

Rahatlığın birinci kural olarak kabul edildiği 2022 yaz modasında batik dokumaya asla hayır diyemeyeceksiniz. Olabildiğince özgür, yaratıcı ve sınır tanımaz batik modeller, bavulunuzu şenlendirecek. Salaş sokak partileri, happy hour'lar veya samimi akşam yemekleri için tercih edebileceğiniz bu dökümlü parçaları püskül detaylarıyla daha da dikkat çekici hale getirebilirsiniz.

Heybe tipi çantalar ve kumaş bağcıklı sandaletler ise bu tarzın mutlak eşlikçileri olmalı...

Mayodan Vazgeçemeyenlere

Plaj modasında tek parçanın asaletini savunanlardansanız bu sene alternatifiniz her zamankinden daha bol. Tek omuzlu modellerden minik pencerele parçalara, floral desenlerden neon alternatiflere kadar sınırsız bir sunum içinden seçkinizi oluşturabilirsiniz. Fit bir vücuda sahipseniz ve bunu vurgulamak isterseniz tokalı mayokiniler sizin için ideal olacaktır. Hasır büyük şapkalar ile kombinleyebileceğiniz pastel renkteki mayolarınızın üzerine pratik, rengarenk plaj elbiseleri geçirebilirsiniz. Yazın büyük ve ağır aksesuar kullanmayı sevmiyorsanız pırıltılı bir halhal tüm yaz boyunca size eşlik edebilir.

Özel Davetler İçin Şık Deri Takımlar

Evet, yaz boyunca rahatlığın ön planda olacağını söyledik ama bu şık olmayacağımız anlamına gelmiyor. 2022 yazında yumuşacık deri kombinlerle davetlerde boy gösterebilirsiniz. Deri takım deyince aklınıza sadece koyu renkler gelmesin. Bu yılın aykırı stili şaşırtıcı detaylarla bezeli. Kiremit tonları, nefti yeşiller, buz mavisi gibi renklerin domine ettiği deri takım koleksiyonlarını siyah topuklu ayakkabılarınızla tamamlayabilirsiniz. Stilinizi bir üst seviyeye taşımak içinse zincir askılı minik çantalardan destek alın!



Zara

seyahat

Otomobille Yolculuk için En Güzel Rotalar



Heyecanlı, merak dolu, mutluluk veren yolculuklar hafızalarımızdan asla silinmez. Bazı kentleri ağızımızda kalan bir tatla, burnumuza çalınan bir kokuyla veya sevdiğimiz ağızdan çıkan bir sözle hatırlarız. Duyularımıza, zihnimize ve tüm benliğimize işleyen bu seyahatler zamanla unutulmaz anılara dönüşür. Uzun yollara döküldüğümüz otomobil yolculuklarında yaşadıklarımız belki bir öykünün konusu bile olabilir. O halde gelin, kendi öykümüzü kendimiz yazmak için çıkalım bu sefer de yola. Otomobille seyahate imkan tanıyan favori rotalarımızı paylaşalım.

Eşsiz manzaralarıyla büyüleyen, tarihi ve doğal pek çok güzellik sunan, iştah açıcı yol üstü lezzet durakları ile gezginlerin hayalini süsleyen karayolu rotalarından minik bir seçki hazırladık. İşte, karşınızda Avrupa'dan ve Türkiye'den enfes seyir alternatifleri...



Paris'ten Strasbourg'a

Kendinizi Champs-Élysées Caddesi'nin büyüsnden bir an olsun alabilirsiniz ve Paris'in tüm güzelliklerini gördüğünüzden eminseniz arabaya atlayıp huzur dolu bir Strasbourg yolculuğuna başlayabilirsiniz. Yaklaşık 5 saat sürecek olan bu rota, geniş otoban sayesinde sizi hiç yormayacak. İlk durağınız müthiş bir görsel şölen sunan Reims olmalı. Tarihi şehirde gotik mimarinin en iddialı örnekleri ile karşılaşacaksınız. Fransa'nın Orta Çağ kenti olarak adlandırılan Metz de listenizde mutlaka yer almalı. Metz Katedrali ziyareti sonrasında bölgede bulunan doğal parkların birinde dinlenebilir, çevreki restoranlarda Fransız mutfağını deneyimleyebilirsiniz. Rotanızın son etabında Strasbourg'a varmak için yaklaşık 2 saatlik bir sürüş zamanına daha ihtiyacınız olacak. Şehir merkezine girmeden önce üzüm bağlarını keşfetmeyi ve şatoların bulunduğu ortaçağ köylerini keşfetmeyi unutmayın!

Barcelona'dan Malaga'ya

İspanya'daki seyahatinizi turistik değil de daha yerel bir deneyime dönüştürmek istiyorsanız bu rotayı mutlaka denemelisiniz.

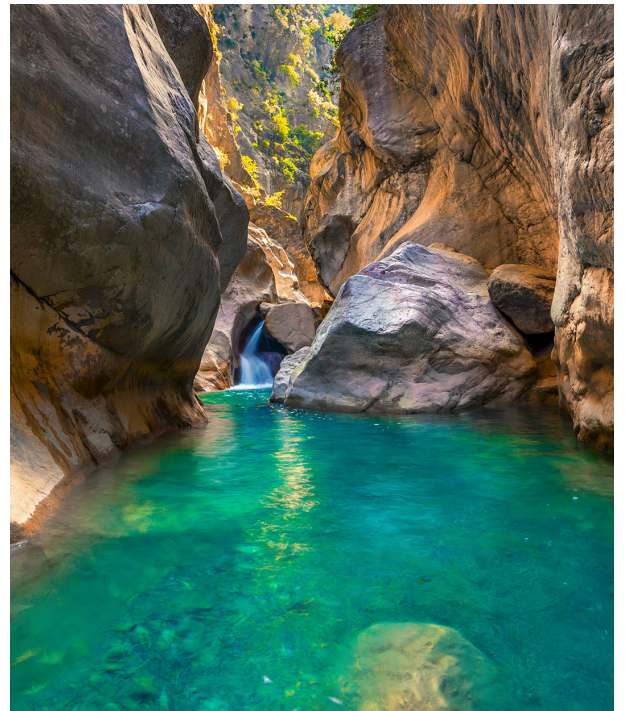
Barcelona'dan burnunuzu güney istikametine doğru çevirerek başlayabileceğiniz bu otomobil yolculuğunda yaklaşık 100 kilometre sonra Tarragona karşılayacak sizi. Upuzun sahili, Roma dönemine ait kalıntıları ve özellikle deniz mahsülleri mutfağı konusundaki başarısıyla ün salmış restoranlarına bayılacaksınız. Güneye doğru inmeye devam ederken otomobilinizin camını aralamayı, tarihin ve doğanın iç içe geçtiği o muhteşem havayı solumayı unutmayın. Bir sonraki durağınız yine bir sahil şehri olan Valencia olmalı. Yemyeşil parkları, gözalıcı mimarisi ve müzeleriyle Valencia rotanızın yıldızı haline gelecek. Şimdi sahilden biraz uzaklaşarak ünlü El-Hamra Sarayı'na ev sahipliği yapan Granada üzerinden Malaga'ya devam edebilirsiniz.





Bartın'dan Samsun'a

Yemyeşil bir tünelin içine girmiş ve oradan asla çıkmayacakmış gibi hissettiren bu Batı Karadeniz rotası gezginler için tek kelimeyle olağanüstü! Birçok Anadolu kenti gibi farklı medeniyetlerden izler taşıyan Amasra'yı keşfettikten hemen sonra kontağı çevirin. Bir sonraki rotanızı Sinop olarak belirleyin ve yol üzerinde akla hayale sığmayacak güzellikteki panoramik manzaralara hazırlanın. Cide, İnebolu, Türkeli ve Ayancık bu rota üzerinde göreceğiniz tabelalardan yalnızca bazıları. Yol üstü lezzetçilerinden birinde İnebolu kuyu kebabının tadına bakabilirsiniz. Sinop'a yaklaştığınızda mağaraları ve kilisesiyle meşhur Ayancık dikkatinizi çekecek. Burada biraz duraklamak isterseniz kısa bir doğa yürüyüşü parkurunu değerlendirmenizi öneririz. Son durak Samsun'a ulaşmadan önce keşfedeceğiniz bir diğer nokta Bafra olmalı. Uzun yolda kaybettiğiniz enerjiyi geri kazanmak için yol üzerinde rastlayacağınız Bafra nokulu satan mağazaları es geçmeyin. Şerbetsiz bir hamur tatlısı olan nokul desteği ile yaklaşık bir saatlik final yolculuğunun ardından artık Samsun'a giriş yapabilirsiniz.

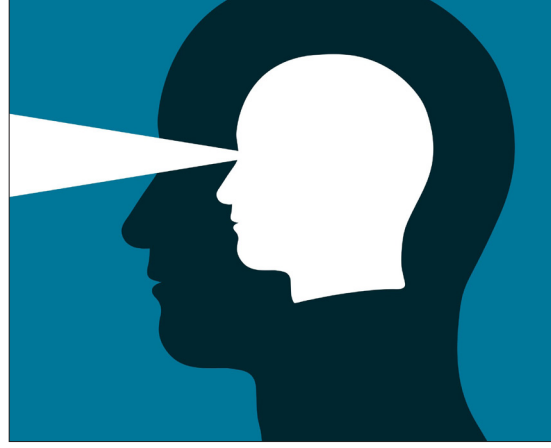


Antalya'dan Fethiye'ye

İster ılık bahar aylarını tercih edin, isterseniz yazın ortasını; bu rota sizi hiç pişman etmeyecek. Mavi ve yeşile doyacağınız, ormanların içinden geçerken serinleyeceğiniz, kendinizi bakır koyların kucağına bırakacağınız nefis bir seyir seçeneği ile tanışmaya hazır olun! Kumluca, Finike, Demre, Kaputaş Plajı derken zamanın nasıl geçtiğini anlamayacaksınız. Tarih sevenler bu yol üzerinde Demre sınırlarında yer alan Myra Antik Kenti'ni ziyaret listesine almalı. Rotanızdan minik bir sapma ile Kaş'ın kuzeyinde kalan Gömbe Yaylası'na uğrayabilir, dev ağaçların gölgesinde dinlenebilirsiniz. Yolculuğun final etabında Sütleğen Köyü üzerinden Saklıkent'e geçebilir ve ardından varış noktanız olan Fethiye'ye ulaşabilirsiniz. Yol üzerinde fazla vakit kaybetmeden bir şeyler atıştırmak isterseniz nefis gözleme ve ayran yapan tesisleri tercih edebilirsiniz.

Sezgi genellikle doğru karar vermenin anahtarı olarak görülür. Peki, önemli bir karar verirken her zaman sezgilerimizi mi takip etmeliyiz, yoksa her şey bu kadar da basit değil mi?

Nasıl Karar Veriyoruz?



Hayatın her aşamasında ikilemde kalırız. Süreç; sabah kalktığımızda ne giyeceğimizle başlar, hangi araçla ofise gideceğimize, önce hangi işleri bitireceğimize, ne yiyeceğimize ve saat kaçta yatacağımıza kadar uzanır. Bunlar elbette günlük hayatın içinde, sonuçları bireyleri çok da fazla etkilemeyen basit kararlardır. Evlilik, başka bir şehre taşınma, çocuk sahibi olup olmama gibi kararlar ise uzun dönemi kapsayan hayati kararlar olarak görülür. Üzerinde düşünüp bir karara varmanız gereken durum her ne olursa olsun, doğru olanı yapmak için birtakım basamakları değerlendirmekte fayda bulunur. Bu süreci az sancılı şekilde bitirebilmek için her seferinde bu maddelerin üzerinden geçmeyi deneyebilirsiniz.

Konu Başlığını Açıkça Belirleyin

Bazen vermemiz gereken kararlar üzerine düşünürken yanlış yollara sapabiliriz. Çıkış noktasından uzaklaşmamıza neden olacak yan fikirlere yönelebiliriz. Bu nedenle kararın açıkça tespit edilmesi en önemli husustur. Böylece olası sonuçlar üzerine düşünme fırsatı da yakalayabilirsiniz. Süreç içinde zaman zaman savrulabilirsiniz, bu gayet normal çünkü insan beyni çok yönlüdür ve bir karar verirken hem duygusal, hem sezgisel hem de mantıksal faktörler devreye girer. Tüm bunların arasındaki dengeyi bulduğunuzda doğru karara ulaşırsınız.

Önyargılarınızdan Kurtulun

Söylemesi kolay dediğinizi duyar gibiyiz. Evet, önyargılar bir karar verirken bizleri ele geçirebilir ancak onlardan kurtulmanın da bazı yolları vardır. Mesela farklı kaynaklardan bilgi toplamak! Ne kadar çok kaynağa ulaşırsanız, o konu üzerinde o kadar farklı bakış açısına şahit olabilirsiniz; bu da size rasyonel kararlar için altın bir anahtar sunar. Hedefi belirlemek,

bilgiyi aramak ve çeşitli kaynaklardan toplamak, önceki deneyimleriniz üzerinden kıyaslama ve yorumlama yapmak bilişsel önyargınızı kırmanızda size yardımcı olacaktır.

Seçenekler Üzerinde Durun

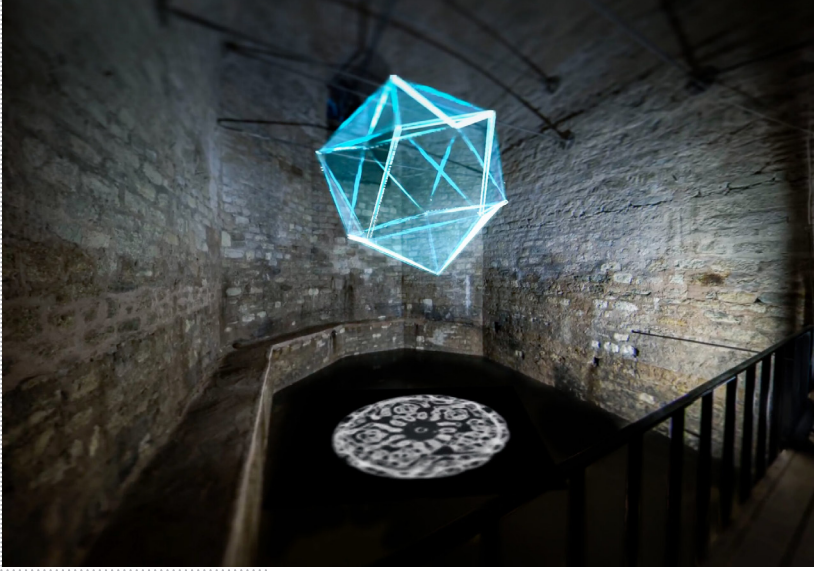
Alacağınız kararın sonucu pek çok farklı duruma yol açabilir. Bu nedenle tüm seçenekleri samimiyetle tartışmak doğru karar almanız adına son derece önem taşır. Alternatifleri saptamak, ölçüp biçmek, bu aşamada fikrine güvendiğiniz birkaç dostunuzdan görüş almak işinizi kolaylaştırabilir. Yalnız bu aşamada mükemmeliyetçi bir tavır sizi doğru karara giden yoldan uzaklaştıracaktır. Elbette ki herkes nihai kararın en ideal şekilde belirlenmesini ister fakat içinde bulunduğunuz durum ve koşullar da bu sürecin bir parçasıdır. Dolayısıyla kendinize zaman tanıyarak yere sağlam basan tavırlarla hedefe ilerlemelisiniz. Burada dikkat etmeniz gereken diğer önemli nokta da şudur: Çok fazla seçenek, en az seçeneksizlik kadar kafa karıştırıcı olabilir. Bu nedenle sanki elinizde makul ölçülerde bir elek varmış gibi hayal ederek size çok uzak olan alternatifleri elemeli ve üstte kalanlarla yolunuza devam etmelisiniz.

Kaçırma Korkusuna Engel Olun

Karar verme aşamasında en sık karşımıza çıkan engellerden biri de kaçırma korkusudur. Bir iş teklifini kabul etmek istemezsiniz ama yeniden böylesi bir teklifle karşılaşmayacağınızdan korkarsınız; evlilik teklifi zamanlama olarak size uygun görünmez ama partnerinizin sizi terk etmesinden korkarsınız... Daha basit bir örnek verelim; diyetten canınız gittiğiniz restoranın menüsündeki pizzalardan çeker, yakın zamanda bir daha pizza yeme şansınız olmadığını düşünüp istemeyerek onu sipariş edersiniz ve diyeti bozarsınız. Benzer şeyleri yaşıyorsanız öncelikle bilmelisiniz ki kaçırma korkusu pek çoğumuzda var. Yalnız değilsiniz! Peki, bundan kurtulmanın yolu var mı? Elbette var. Öncelikle bu sorunu tanımlamalısınız. Aslında yaşadığınız şey bir tür endişe. Buna yol açan negatif alışkanlıklarınızı gözden geçirebilir, endişe anında odak noktanızı değiştirebilir, korkunun zihnini terketmesi için kendinize zaman tanıyabilirsiniz. Kaçırma korkusuna engel olduğunuzda çok daha sağlıklı ve rasyonel kararlar aldığınıza şahit olacaksınız. Kolay gelsin!

● neler oluyor?

Sanat, yeme-içme dünyasından, şehrin etkinlik sahnesinden güncel haberler...



sergi

Hazne/Chamber @O'Art

Odeabank'ın sanat platformu O'Art'ta 2022'nin ikinci sergisi 15 Nisan-30 Mayıs arasında gerçekleşti. Sanatçı Özge Topçu'nun mekana özgü yerleştirmesi Hazne/Chamber, dijital sanat ile mekana özgü enstalasyonu bir araya getiren eş zamanlı sergi etkinliği Senkron kapsamında gerçekleşti. Begüm Güney küratörlüğünde Nuruosmaniye Mahzeni'nde uygulanan dijital yerleştirme, suyun hafızasından ilham alan bir çalışma. Sergiyi Odeabank websitesi üzerinden deneyimleyebilirsiniz.



festival

YARATICI ÇOCUK FESTİVALİ

4-5 Haziran tarihlerinde çocukları eğlence ve keyifli etkinliklerle dolu bir hafta sonu bekliyor. KüçükÇiftlik Park'ta gerçekleşecek Yaratıcı Çocuk Festivali, iki gün boyunca 30'un üzerinde konser, tiyatro ve gösteriye ev sahipliği yapacak. Odeabank'ın kadın-erkek eşitliği kavramına dikkat çekmek amacıyla beş dünya klasığı masal kitabının yeniden yorumuyla geliştirdiği, Deniz Yeşil Mavi yönetmenliğinde gerçekleşen Eşit Masallar Tiyatro Oyunu da festival kapsamında seyircilerle buluşacak.



sergi

KOYUN KOYUNA @ARTER

Eda Berkmen küratörlüğünde Arter'in giriş kat galerisinde gerçekleşen Koyun Koyuna başlıklı grup sergisi, 29 Ocak 2023'e kadar sürecek. Uyku temasına odaklanan sergi, bilişsel süreçlerdeki değişim ve düşük yoğunlukta fiziksel aktiviteyle tanımlanan ve canlıların yaşamlarını sürdürebilmeleri için temel bir gereksinim olan bu durağan ve gizemli dinlenme durumuna farklı yaklaşımlar sunuyor. Sergiyi Başak Bugay, Gökhan Deniz, Şükriye Dikmen, Marlene Dumas, Emine Ekinci, Annika Eriksson, İnci Furni, Lara Ögel, Ali Emir Tapan gibi isimler katılıyor.



festival

BERGAMA TİYATRO FESTİVALİ

2-5 Haziran arasında gerçekleşen tarih, kültür ve şehir festivali Bergama Tiyatro Festivali, Zeus Altarı'nın Berlin'e taşınması ile başlayan tarihi ve organik bağdan ilham alarak özel bir deneyim alanı yaratmak için çalışıyor. Sponsorluğunu Odeabank'ın üstlendiği festival geliştirdiği ortak projeler ve kurduğu ilişkilerle Bergama'nın hem bölgede hem de ulusal çapta kültürel bir buluşma ve paylaşma noktası olmasını hedefliyor. Yerel ve uluslararası işlerin bir araya geldiği festival kapsamında, 3 Haziran'da Eşit Masallar tiyatro oyunu da sahnelenecek.

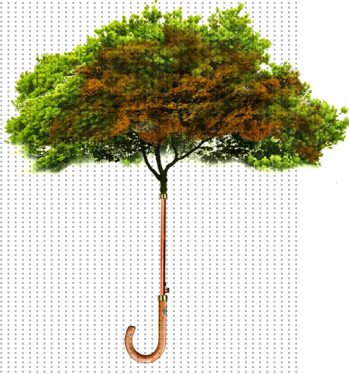


festival

29. İSTANBUL CAZ FESTİVALİ

İstanbul Kültür Sanat Vakfı (İKSÜ) tarafından düzenlenen 29. İstanbul Caz Festivali, dünyaca ünlü isimleri müzikseverlerle buluşturmaya hazırlanıyor. Festivalin bu seneki programında John McLaughlin, Dianne Reeves, Melody Gardot gibi isimler dikkat çekiyor. Her sene olduğu gibi şehrin parklarında ücretsiz konserlerle dolu Parklarda Caz programı, dinleyicilere kaliteli müzikler keyifli anlar yaşatacak.

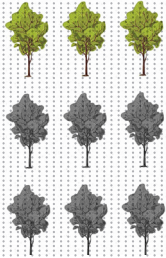




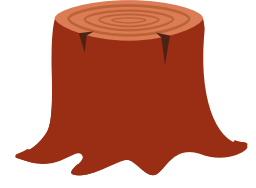
Ormanların %47'sini tropik kuşak yağmur ormanları, %9'unu ılıman kuşak tropikal yağmur ormanları, %11'ini ılıman kuşak geniş yapraklı ormanlar ve %33'ünü tayga olarak da bilinen iğne yapraklı ormanlar oluşturuyor.



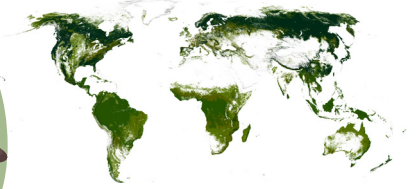
Dünya ormanlarının yarısından fazlası yalnızca beş ülkede (Rusya Federasyonu, Brezilya, Kanada, Amerika Birleşik Devletleri ve Çin) bulunuyor.



1990'dan bu yana 420 milyon hektar ormanın kaybolduğu tahmin ediliyor. Yalnızca son yirmi yılda, dünya çapındaki büyük ormanlar %12 küçüldü ve kayıplar artmaya devam ediyor.



Yeryüzü üzerindeki toplam orman alanı 4.06 milyar hektar, kişi başına yaklaşık 5000 metrekare orman düşüyor.



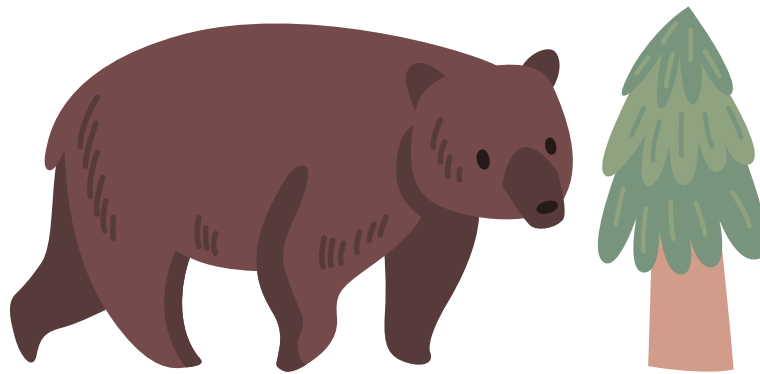
Ormanlar, küresel kara alanının %31'ini kaplıyor. Toplam orman alanının sadece üçte birinde insan faaliyeti yok.

Dünyanın Ormanı

Yeryüzündeki yaşamın vazgeçilmezi olan ormanlar, tüm dünyayı etkileyen çevre sorunlarından olumsuz etkileniyor. Peki, dünya ormanları ne durumda?



Türkiye'deki 78 milyon hektarlık karasal alanın yaklaşık %30'unu (22,3 milyon hektar) ormanlar oluşturuyor.



GlobalTreeSearch veritabanına göre dünyada 60.082 ağaç türü var. 1400'ü aşkın ağaç türünün geleceği tehlike altında.

odeabank

İmtiyaz Sahibi
Odeabank adına
Zeynep Karaman
Kurumsal İletişim
ve Pazarlama Grup
Müdürü

Yapım
Ajans Medya

Genel Yayın Yönetmeni
Deniz Huysal

Yazı İşleri Müd.
(Sorumlu)
Elif Eren

Art Direktör
Belma Saraççı

Ajans Medya
Vişnezade Mah.
Acısu Sok.
Cem Apt. No: 11 D: 5
Beşiktaş/ İstanbul
Tel: 0212 287 19 90

Baskı A4 Ofset Matbaacılık
San. ve Tic. A.Ş.
Tel: 212 281 64 48
Yayın Türü Üç aylık, süreli, yerel
Basım yeri ve tarihi
İstanbul, MAYIS 2022