

Elvan Şekerim



ProAktif yaşa, mutlu ol

Yıl: 1

Sayı: 1



Mustafa Kadiroğlu:

Sanayici duramaz duran sanayici olamaz..

- * Türkiye'nin şekeri TOFFIX kapasiteyi katlıyor
- * 5 yaşında okula başladı genç yaşta müdür oldu
- * Obeziteye karşı aktif plan
- * Bıçaksız Ameliyat 'ORUÇ'



Elvan

Dr. Milk

د. میلاک



Karamel Dolgulu Sütü Bonbon
Milky Bonbon Filled With Caramel
بونبون بالحليب محشوا کرامل

www.elvan.com.tr

ProAktif bir hayata doğru...

Rekabetçi olmak ve kârlı büyümek için gerek üründe, gerekse hizmet ve süreçlerde sürekli yenilik yapmak gerekir. “İki günü birbirine eşit olan ziyandadır” anlayışı da sürekli yeniliği, ilerlemeyi emretmektedir. Ancak ‘Kaizen’ adıyla Japonların bunu bir iş modeli haline getirdiğini görüyoruz. ‘Sürekli geliştirme’yi ifade eden Kaizen, bulunulan durum ya da varılan düzey ne olursa olsun, bunu yeterli kabul etmeyip onu daha ileriye götürmek, iyileştirmek, geliştirmektir.

‘ÖZ’ü kaybetmeden...

Sürekli yenilenen, değişen dünyada eski kalmak mümkün değil. Fakat her değişim ve yenilenmenin de gelişim olmadığı bilinen bir gerçek. Bu nedenle değişelim, yenilenelim derken ‘öz’ü yitirmek gerekiyor. “Kalıcı Olmak” adıyla Türkçe’ye de çevrilen kitapta James C. Collins ve Jerry I. Porras; 3M, Wal-Mart, Walt Disney, Boing ve Sony’nin de aralarında bulunduğu 18 vizyoner şirketin ‘Öz’ü koruyup, gelişmeyi sürekli teşvik ederek rekabetçi olduklarını vurguluyor. Bununla birlikte değişim, yenilenme bir zaman işidir ve bu sürecin usulüne uygun olarak yönetilmesi gerekir. Eğer değişim, yenilenme süreci iyi yönetilemez ise işlerin daha kötüye gitme riski de bulunmaktadır. Diğer bir ifadeyle Dimyat’a pirince giderken evdeki bulgurdan olmak da var. Kabak çiçeği gibi açılan, saman alevi gibi sönenler gibi olmamak için ölçülü açılımlarımızı sürdürüyoruz.

3 kıtadaki büyük ailemiz

Kimse bu krizin derinliğini ölçemiyor, kapsamını kestiremiyor... Fakat kıyamet de kopmadı ve hayat devam ediyor. Kişisel gelişim uzmanı olan NLP’ciler, “Her sorun bir fırsattır” diyorlar. Bizim kültürümüze göre de, “Her zorluktan sonra bir kolaylık vardır”... Bize düşen, sorundaki fırsatı ve zorluktaki kolaylığı arayıp bulmaktır. Bunun

için teknolojimizi sürekli yeniliyoruz, yeni hatları devreye alıyoruz, yeni ülkelerde de yatırım yapıyoruz. 1952’de küçük bir şekerçi dükkanında iki kişi ile başlayan serüvenimiz, şimdi 3 kıtadaki 7 fabrikada yaklaşık 2 bin kişilik bir aileye dönüştü. Bu kadar geniş bir coğrafyadaki büyük ailemizle sağlıklı iletişim için yeni yöntemleri de kullanmamız kaçınılmaz oldu.



ProAktif yaşa, mutlu ol!

İç iletişimimizi daha da etkinleştirecek ‘Elvan Şekerim’in bütün paydaşlarımıza hayırlı olmasını diliyorum. Ancak bu yayının hedef kitlesinin sadece paydaşlarımızla sınırlı olmadığını da belirtmek istiyorum. ‘Beslenme’, ‘Spor’ ve ‘Sağlık’ bölümlerinde de görebileceğiniz gibi ‘Elvan Şekerim’, bir şirket bülteni olmanın ötesinde sağlıklı yaşam kültürü dergisi olarak konumlandı. Sayfa sayısı başlangıç için sınırlı tutuldu, fakat muhtevasının piyasadaki bir sağlıklı yaşam dergisinden eksik olmadığı ortada. “ProAktif yaşa, mutlu ol” sloganını çok bilinçli olarak seçtik, çünkü özellikle kentlerdeki pasif yaşam nedeniyle diyabet artık yaşlılık hastalığı olmaktan çıktı. TV karşısında ve bilgisayar başında pasifleşen çocuklarımız, anti sosyallik, obezite ve diyabet gibi bir çok tehditle karşı karşıyalar. İşte ‘Elvan Şekerim’le biz, başta paydaşlarımız olmak üzere tüm toplumumuzda pasif hayatın neden olduğu çağdaş problemlere karşı bir bilinçlenme oluşturmaya hedefliyoruz. Yeni açılımlarla bu misyonumuzu sürdürmeyi planlıyoruz. Yeni sayılarda buluşmak dileğiyle...

Hidayet Kadiroğlu

Elvan Gıda Genel Müdürü

AĞUSTOS 2009

SAYI: 1 YIL: 1

İmtiyaz Sahibi
ELVAN GIDA ve TİCARET A.Ş. adına
Hidayet KADİROĞLU

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü
Ahmet KÜÇÜKALİ

Yayın Kurulu
Osman KADİROĞLU
Halit ÖRS

Logo Tasarım
Halit PALA

Dergi Grafik-Tasarım
Selçuk ESER

Adres
Tevfik bey Mahallesi Tahsin Tekoğlu
Caddesi No: 26
Sefaköy / İSTANBUL

Telefon
+90.212.592 32 00

Faks
+90.212.592 87 87

E-mail
elvan@elvan.com.tr

Yayın Türü
Sürelî, Yerel

Basım Yeri
Güzel Sanatlar Matbaası A.Ş.
Kıraç, Hadımköy Yolu
Çakmaklı Mah. 46. Sk. No. 4
Esenyurt / Büyükçekmece / İST.
Tel: 0212 - 886 40 43



Bedeni konuşuran adamlar
Müdürlerin Beden Dili



Dünya sürekli dönüyor
SANAYİCİ DURAMAZ



Obeziteye Karşı Aktif
Eylem Planı Hazırlandı



Türkiye'nin ilk çift dolgululu
şekeri **TOFFIX** kapasite
artırıyor



Bıçaksız ameliyat olarak
'oruç'la tedavi



5 yaşında okula başladı
genç yaşta müdür oldu



TOFFIX ile ProAktif yaşa
sağlıklı ve mutlu ol!



Evimizdeki baz istasyonları
korkutuyor





'Bedeni konuşturan adam'la Müdürlerin Beden Dili

Patenti kendine ait olan 'Riccon Tekniği'yle AB parlamenterlerine ve dünyanın önde gelen marka yöneticilerine uygulamalı olarak beden dili eğitimi veren ve dünya çapında 'Bedeni konuşturan adam' olarak bilinen Riccon İlhan Doğan, Elvan Çikolata üst düzey yöneticilerine doğru beden dilini anlattı...

olarak tanımlanan Riccon İlhan Doğan, pratik tekniğini Türkiye'ye de getirdi. "Bedenin Dili" adıyla kitabını Türkçe'ye de kazandıran İlhan Doğan, Elvan Çikolata üst düzey yöneticilerine doğru beden dilini anlattı. Eğlenceli eğitimini ayakta veren Doğan, Elvan müdürlerine keyifli dakikalar yaşattı.

Mizah Deyip Geçmeyin!

Mizah ile Beden Dili İletişimi" başlığı altında yeni bir teknik geliştiren Riccon İlhan Doğan, bu teknikteki amacını şöyle açıklıyor: "Amacımız insanları anlayabilmede onların seviyesine inebilmek veya çıkabilmek değildi. Öyle bir şey yapmamız gerekiyordu ki herkes rahatlıkla anlayabilmeliydi. Bu sihirli şeyi yapılabilecek olan da ancak mizahtı. Mizah, inanılmayacak derecede güçlü ve onu psikoloji ile birleştirdiğimizde etkisi çok daha fazla olmaktadır. Buradaki mizah "komedi" değil. Doğamızda var olan güler yüz, iyimserlik yapısı diyebiliriz mizaha. Onun ölçüsünü çok iyi ayarlamak gerek. Onun için mizah deyip geçmemek lazım. Mizahın dozajını artırdığınızda ciddiyeti tamamen silebilirsiniz."

kurumsal

Fikirlerin dili kelimeler, duyguların dili ise bedendir. Duyguların yüzde 93 oranında sözel olmayan yoldan ifade edildiği unutulmamalıdır. Bazen bir hareket bin söze bedeldir. Dolayısıyla özel ve iş hayatında ne kadar başarılı olduğumuz beden dilini ne kadar doğru kullandığımızla yakından ilgili bir durum. Türkiye son yıllarda yayınlanan teorik kitaplarla konuya vakıf olmaya çalışıyor. Ancak patenti kendine ait olan 'Riccon Tekniği'yle AB parlamenterlerine ve dünyanın önde gelen marka yöneticilerine uygulamalı olarak beden dili eğitimi veren ve dünya çapında 'Bedeni konuşturan adam'

Karşıdakini doğru anlamak için...

İlhan Doğan, "Beden dilini yeterli seviyede öğrenmek ve uygulamak bize neler kazandırır?" sorusunu da şöyle cevaplıyor: "Öncelikle kendini tanıma da mesafe kat eder insan. Ellerinizi ve mimiklerinizi iletişimde nereye koyduğunuzu ezberle bilmek istemez misiniz? Gideceğiniz yolda sağlam adımlarla yürümek istemez misiniz? Bu da şu anlama gelir: Başarılı olmak istemez misiniz? Karşınızdaki insanın mimiğine, jestine göre konuşmak istemez misiniz? Dahası onun psikolojik yapısına göre konuşmak istemez misiniz? Bir başkasına baktığın zaman birkaç saniyede onun yapısını anlayan senin uzun bir yol almanı sağlar."



Elvan'a 'En Başarılı İhracatçı' Ödülü



İstanbul İhracatçı Birlikleri, 2008 Yılı En Başarılı İhracatçıları ödüllendirdi. Birlik Genel Sekreterliği bünyesinde faaliyet gösteren 6 Birliğin, 2008 yılı ihracat kayıt rakamlarına göre en çok ihracat yapan firmalara ödülleri, Dış Ticaretten Sorumlu Devlet Bakanı Zafer

Çağlayan'ın da katılımıyla gerçekleştirilen programda verildi. Elvan Gıda da en başarılı ihracatçıları listesindeki yerini korudu. Elvan Gıda Genel Müdürü Hidayet Kadiroğlu'na 'En Başarılı İhracatçı' ödülünü Devlet Bakanı Zafer Çağlayan ve Tim Başkanı Mehmet Büyükekşi verdi.

‘Şekerli’ Aktif Hayat

1936 doğumlu olan Mustafa Kadiroğlu, ilerleyen yaşına rağmen düzenli olarak işe geliyor. Küçük yaştan beri çalışmak durumunda kaldığı için “İnsanlar hayatı boyunca ne yapıyorlarsa onu yapmak durumundalar. Yaptıkları işi bıraktınca kendilerini boşlukta hissediyorlar” diyerek çalışmanın kendisi için önemini dile getiriyor. 1990’da farkına vardığı şeker rahatsızlığından dolayı aktif yaşamaya özel bir önem verdiğini vurguluyor. Yaşına uygun olarak beslendiği ve aktif yaşadığı için hâlâ çalışabildiğini anlatan Kadiroğlu, her gün en az 20 dakika yürüyüş bandında, havalar iyiye akşamları deniz kenarında 1 saat yürüdüğünü, kültür fizik hareketleri yaparak ve yüzerek formunu koruduğunu belirtiyor. Kazandığını işine yatıran ve yeni istihdam alanı oluşturan Kadiroğlu, iki oğlu, üç kızı ve torunlarıyla hayatını anlamlandırıyor.



Dünya sürekli dönüyorken SANAYİCİ DURAMAZ

röportaj

Beşi Türkiye’de, ikisi de yurtdışında bulunan 7 fabrikada 2 bine yakın istihdam sağlayan Mustafa Kadiroğlu, ilerleyen yaşına rağmen çalışmaya ve yeni yatırımlar yapmaya devam ediyor. Çünkü sürekli dönen dünyada her şey hareket halindeyken sanayicinin duramayacağını, duranın ise sanayici olamayacağını söylüyor.

Elvan Çikolata Yönetim Kurulu Başkanı Mustafa Kadiroğlu, sürekli dönen dünyada her şey hareket halindeyken sanayicinin duramayacağını, duranın ise sanayici olamayacağını söylüyor. Sadece söylemekle kalmıyor, 12 yaşından beri tam 61 yıldır dediklerini bizzat yapıyor. 5'ü Türkiye'de, 2'si de yurtdışında olmak üzere 7 fabrikalık bir zincir kuran ve yenilerinin de yapımını sürdüren Mustafa Kadiroğlu, yeni yatırımların gerekçesini şöyle özetliyor: "Sanayinin durma noktası yok. 'Bu iş yeter' diyemezsiniz. Yatırımlar devam etmeli, yürümeli ve koşmalı ki bu işin devamı olsun. Yeter dediğiniz anda geride kalırsınız." Mustafa Kadiroğlu'nun geçmişi incelendiği zaman sabırla, ancak sürekli ileriye doğru bir hareketin olduğu dikkat çekiyor.

Seyyar Başlayan Girişim

1936 Kastamonu Taşköprü doğumlu olan Mustafa Kadiroğlu, ailenin tek oğlu olarak omuzlarında hissettiği sorumluluktan olsa gerek kendini bildi bileli sürekli çalıştı. Bu nedenle medyatik patronlardan birisi olmadı. Doğduğu yıl babası Ahmet Hamdi Kadiroğlu iş için İstanbul'a gelmiş ve Şark Çikolata fabrikasına girmişti. Ahmet Hamdi bey arada sırada Taşköprü'ye gidiyordu, ancak Mustafa Kadiroğlu, 12 yaşına kadar anne ve iki ablasından oluşan Kadiroğlu ailesinin erkeği oldu. 12 yaşında iken 1948 yılında ailece babasının İstanbul'da o zamanki gecekondu bölgesi olan Zeytinburnu'nda yaptırdığı eve taşındılar. İkinci dünya savaşı sonrasında tek partili 'Milli Şef' döneminin yaşandığı o günlerde, Şark Çikolata fabrikasında çalışan babasına destek olmaya karar verdi. Günümüzde üniversiteyi bitirmiş 22 yaşındaki gençler bile sorumluluk almaktan ve bir işin ucundan tutmaktan kaçınırken, o çocuk denecek yaşta bir arkadaşıyla birlikte babasının çalıştığı fabrikadan aldığı çikolata ve şekerlemeleri Sirkeci-Halkalı treninde seyyar satmaya başladı.

Şekerci Dükkanı ile Yerleşik Oldu

Okul dışındaki tüm boş zamanlarında seyyar satıcılık işini yapan Mustafa Kadiroğlu, 1950'de iktidara gelen Demokrat Parti'yle oluşan özel girişimcilik atmosferinden etkilenmiş olmalı ki, 1952'de babasının da desteğiyle Zeytinburnu'nda şekerci dükkanı açarak ilk yerleşik ticarete adım attı. Bu arada baba Ahmet Hamdi bey de Şark Çikolata'da usta başı olmuştu. Ahmet Hamdi beyin imalat bilgisi Mustafa Kadiroğlu'nun satış deneyimiyle birleşince küçük şekerci dükkanı kısa sürede 40 kişinin çalışabileceği bir pastaneye dönüştü. İmalatını da kendi bünyesinde yapan işletme, Zeytinburnu'nun en dikkat çeken girişiminden birisi olmuştu. Tophane'de bugünkü meslek lisesi muadili olan Elektrik Meslek Enstitüsü'nü bitiren Mustafa Kadiroğlu, 3 yıl sürecek İnşaat Teknik Okulu'na kaydolmuştu. İş ve eğitimdeki yoğunluğun artması üzerine baba Ahmet Hamdi bey, 1955'de o zamanın en büyük markalarından olan Şark Çikolata'dan ayrılarak imalatın başına geçti. Bunun üzerine binanın tamamı imalat yapan bir fabrika gibi çalışmaya başladı. Kendi ihtiyaçlarının dışındaki kapasite başka pastanelere pazarlanıyordu. Bir ara pastaneler zinciri de kurmayı düşündüler, ancak bir süre sonra bundan vazgeçtiler.



Elvan'ın kurucusu Ahmet Hamdi Kadiroğlu



Mustafa Kadiroğlu ilk dükkanda...



Zeytinburnu'ndaki ilk temel in atılışı



Yenibosna'daki ilk fabrika



Çalıştığı Fabrikanın Makinelerini Aldı

Ahmet Hamdi bey, çikolata imalatında ustabaşıydı, ancak ticarete de yabancı değildi. Taşköprü'de babasıyla yaptığı ticaret deneyimi vardı. Ticaret ve imalat deneyimini oğlunun gençlik enerjisi ile birleştirerek yeni bir sinerji oluşturmuştu. Her şey yolunda gidiyordu. Fakat Demokrat Parti'nin askeri darbeyle iktidardan uzaklaştırılması ve başbakanı Adnan Menderes'in asılması, tüm Türkiye gibi Kadiroğlu ailesinde de ufukları donuklaştırdı. 1968'e kadar statik bir şekilde hayata devam eden Mustafa Kadiroğlu, bir gazetede gördüğü, 'Çikolata ve şekerleme makineleri satılık' ilanı ile yeni bir döneme girdi. Müşteri olup aradığında, satılık makinelerin Şark Çikolata'ya ait olduğunu öğrendi. Yıllardır babasının çalıştığı, kendisinin de ürünlerini sattığı fabrikanın makinelerini alacaktı. Paraları da vardı. Fakat tazminat alacağı olan işçiler, makinelerin satışına mani oluyordu. Alıcının eski ustaları Ahmet Hamdi bey olduğunu öğrenince işçiler bu satışa engel çıkarmadılar. Seçilen makineler Zeytinburnu'ndaki pastaneye getirildi ve artan üretimle birlikte pastaneliklik bırakılıp toptan işine geçildi.

Rusları Çikolatayla Tanıştırdı

1974'te Yenibosna'daki ilk fabrika yerini aldıklarını belirten Mustafa Kadiroğlu, siyasal ve sosyal açıdan çalkantılı geçen süreç nedeniyle sürenin uzadığını ve fabrikanın ancak 1984'te tamamlandığını söylüyor. Yeni fabrika ile birlikte Elvan, artık ulusal ölçekte üretelebilen bir marka haline gelmişti. 1990'da SSCB'nin dağılmasıyla Elvan için yeni bir dönem daha başladı. Çünkü çikolataya Ruslardan inanılmaz bir talep vardı. Sandıklarla karşılanan siparişler kısa sürede konteynir-

lara dönüştü. 1994'te babası Ahmed Hamdi beyi kaybeden Mustafa Kadiroğlu, oğulları Hidayet ve Osmanı da işin içine dahil edince, 1998 Rusya krizine kadar yıllık yüzde 60'lara varan oranda büyüme kaydedildi. Yaklaşık 330 milyonluk Rusya Federasyonu ülkeleri, çikolatayı Türk üreticileriyle tanıyordu. Artan talebi karşılamak üzere kapasite artırımı yapıldı, yeni fabrikalar kuruldu. Şu anda ABD, Suudi Arabistan, Avustralya ve Rusya başta olmak üzere 5 kıtada toplam 100 ülkeye ihracat yapılıyor.

Şekere Dönüşü Muhteşem Oldu

"İşimiz dışında başka bir alana yatırım yapmaya taraftar değiliz. Müşteri isteklerine göre hareket etmeyi esas kabul edip, ona göre yatırımlar yapıyoruz. Fabrika yatırımlarının artması da müşteri isteklerini yerine getirme gayreti..." diyen Mustafa Kadiroğlu, Aralık 2006 tarihinde günlük 60 ton üretim kapasiteli Sert ve Yumuşak şeker üretim hattını devreye aldıklarını ve böylelikle başlangıç işleri olan şekere de yatırım yaptıklarını anlatıyor. Verilen bilgilere göre şeker hattı en son Alman Teknolojisi olup, tüm dünya çapında ikinci tesis özelliğini taşıyor. Hali hazırdaki hiçbir yerel rakip firmada bu teknolojinin bulunmaması Elvan'ı rekabete ayrıcalıklı bir konuma oturtuyor.

Yeni hedef marka olmak

Mustafa Kadiroğlu, Şark Çikolata'nın sahibi Süleyman ve Ziver beyden sadece makine değil, bu esnada tüm girişimcilik hayatını etkileyecek önemli bir ders de aldı. 1960'larda çikolata ve şekerlemenin dışında banka kredisizle tekstile büyük yatırım yapan Ziver beyin kredi anlaşmasına imza atma anı için, "Bütün

servetimin gözümün önünden sel gibi aktığını gördüm” demesi kendisinde derin bir iz bıraktı. Koskaca fabrikanın yok olup gitmesine bizzat şahitlik yapan Mustafa Kadiroğlu, “Ayağını yorganına göre uzat” atasözünü kulağına küpe etti ve bütün yatırımlarını öz sermaye ile yapmaya özen gösterdi. 1994’teki derin devalüasyon, 1998’teki Asya krizi ve 2001’deki cumhuriyet tarihinin en büyük ekonomik krizine rağmen Elvan Çikolata bu süreçlerden büyüyerek çıkmayı başardı. Çünkü öz sermayesiyle ‘Şans, oyuna hazır olandan yanadır’ gerçeğini yaşadı. Şark Çikolata yanında Arı Bisküvi ve Beslar Çikolata gibi zamanın diğer devlerinin de benzer nedenlerle piyasadan silindiğini gören Kadiroğlu, global krizi yaşadığımız bu günlerde de aynı tarzı sürdürdüklerini vurgulayarak şöyle devam ediyor: “Kriz dönemlerinde borcumuz olmadığı için daha rahattık. Gereken yenileme ve yeni yatırımları da yaptık. Şu anda da ilk günkü gibi işimize devam ediyoruz. İmkanlarımız ölçüsünde yatırım yapıp işimizi geliştirmeye çalışıyoruz. Dış yatırımlar da devam ediyor. Bunlar da meyvesini vermeye başlıyor.”

İstanbul’da 5, Azerbaycan’da ise 2 fabrikası bulunan Elvan Gıda Sanayii, küresel kriz ortamına rağmen yurttan ve dünyada yeni yatırımlarını sürdürüyor. İstanbul’da kapasite artırıcı çalışmalar yapan Elvan Gıda, Mısır, Cezayir ve Hindistan’da da bölgesel üretim merkezleri kuruyor. Elvan Gıda, çikolata, çikolata kaplamalı ürünler, gofret, bisküvi, plastik oyuncaklı ürünler ve şekerleme alanında 120 tescilli marka altında 450 ürün çeşidine sahip. Kendi tescilli markalarının yanında Elvan Gıda, sektöründe kendini ispat etmiş sayılı firmalara “private label” ürünler yapıyor. Bu ürünler genelde Uzak Doğu, Avrupa ve Amerika kıtasındaki pazarlara sunuluyor. 2000 yılından bu yana yıllık ortalama yüzde 50 ciro artış hızı ile büyüme ivmesi yakalayan Elvan, 2008’de 120 milyon dolarlık ciro gerçekleştirdi. Büyüme trendini sürdüren Elvan, 2009 yılı için 150 milyon dolar ciro hedefliyor. “Elvan’ın dünyanın sayılı markaları arasına girmemesi için bir sebep yok” diyen Mustafa Kadiroğlu, böylelikle yeni hedeflerini ortaya koyuyor.



Elvan Gıda’nın 4. kuşak temsilcisi Ahmet Küçükali

4. Kuşak Yönetimde

Elvan Gıda’nın kurumsal tarihi, 1952’de Zeytinburnu’nda açılan şekerçi dükkanyla başlıyor. 1952’yi milad aldığımızda Elvan şu anda dördüncü kuşağa ulaşmış durumda. Dördüncü kuşağı temsilen yönetim kuruluna giren Ahmet Küçükali (Mustafa Kadiroğlu’nun torunu), 1982 doğumlu ve Yıldız Teknik Üniversitesi Endüstri Mühendisliği bölümü mezunu. 2000 yılında sürece dahil olan Ahmet Küçükali, 2004’ten sonra tam zamanlı olarak çalışıyor. Muhasebe ve satış gibi değişik bölümlerde oryantasyondan geçen Küçükali, şu anda planlama ve üretimi yönetiyor. Elvan’ın tarihini Kastamonu-Taşköprü ile de başlatmak mümkün. Çünkü Ahmet Küçükali’nin dedesinin dedesi de Taşköprü’de ticaret yapıyormuş. Elvan’ın ilk olarak şekerçi dükkkanı ile işe başlamasının da Kastamonu-Safranbolu’daki yerleşik lokum ve şekerçilik kültürü kaynaklı olduğu ifade ediliyor. Bu açıdan bakıldığında Ahmet Küçükali’nin beşinci kuşak olduğu da söylenebilir.

Obeziteye Karşı Aktif Eylem Planı Hazırlandı

Sağlık Bakanlığı, 'Çağımızın en büyük sağlık problemlerinden biri' olarak tanımladığı obeziteye karşı eylem planı hazırladı. Obezitenin kalp-damar rahatsızlıkları, yüksek tansiyon, şeker hastalığı, bazı kanser türleri, solunum sistemi hastalıkları ve kas-iskelet sistemi hastalıkları gibi bir çok rahatsızlığa neden olduğunu vurgulayan bakanlık, 2012'ye kadar devam edecek eylem planı ile her bir bireye dengeli beslenme ve düzenli fiziksel aktivite alışkanlığının kazandırılmasını hedefliyor.

Tüm dünyada obezitenin (şişmanlık) görülme sıklığı giderek artmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) verilerine göre dünyada 400 milyon üzerinde obez ve yaklaşık 1.6 milyar fazla kilolu birey bulunmakta ve 2015 yılında bu rakamın sırasıyla 700 milyon ve 2.3 milyara ulaşacağı tahmin edilmektedir.

Kalp ve damar hastalıkları, diyabet, Hipertansiyon, bazı kanser türleri, kas-iskelet sistemi hastalıkları gibi hastalıkların oluşmasına, yaşam kalitesinin azalmasına ve ölümlere neden olan obezite, sadece küresel boyutta bir halk sağlığı problemi olmakla kalmayıp, ülke ekonomilerine olumsuz yönde etki eden bir unsur olarak da karşımıza çıkmaktadır. Obezitenin en önemli nedenlerinden olan yetersiz beslenme ve fiziksel aktivite yetersizliği, ABD'de sigaradan sonra önlenebilir ölümlerin ikinci en sık nedenidir (8,9). Uzun, sağlıklı ve mutlu bir yaşam beklentisi içindeki 21. yüzyıl insanı için, obezitenin önlenmesinde koruyucu sağlık hizmetleri yaklaşımı çok büyük bir önem taşımaktadır. Obezite ile mücadelede DSÖ başta olmak üzere pek çok uluslararası kuruluş, tüm dünyada beslenme alışkanlıklarının değiştirilmesi, yeterli ve dengeli beslenme alışkanlıklarının yerleştirilmesi ve hareketli yaşam biçiminin benimsenmesi konularında çeşitli programlar geliştirerek öncülük etmekte ve dünyadaki birçok ülke tarafından bu çabalar farklı strateji ve eylem planları şeklin-

de bireylere ulaştırılmaya çalışılmaktadır.

Dünyada da Strateji Geliştirildi

DSÖ tarafından “Küresel Beslenme, Fiziksel Aktivite ve Sağlık Stratejisi”nin geliştirilmesi, İkinci Avrupa Beslenme Eylem Planı’nda özellikle çocukluk ve adolesan dönemi obezitesi ile mücadelede yer verilmesi, Avrupa Komisyonu tarafından Avrupa’da beslenme, fazla kiloluluk ve obezite ile ilişkili hastalıklar konusunda stratejiyi de içeren “Beyaz Döküman”ın hazırlanması, Avrupa Birliği “Beslenme, Fiziksel Aktivite ve Sağlık Platformu”nun oluşturulması bu girişimlere örnek olarak verilebilir.

Ülkemizde de obezite ile mücadele ulusal sağlık politikasına ilişkin çeşitli yayınlarda yer almıştır. Sağlık Bakanlığınca hazırlanan “Herkes İçin Sağlık” programında obezitenin hipertansiyon, diyabet vb. hastalıklar için önemli bir risk faktörü olduğu belirtilmiş ve 2020 yılına kadar koruma yaklaşımı ile 40 yaş ve üzeri nüfusta obezitenin yüzde 10 azaltılması hedeflenmiştir. Obezitenin önlenmesine yönelik faaliyetlere hız vermek, belirlenen hedeflere ulaşmak, ihtiyaçlar doğrutusunda yeni hedef ve stratejiler belirlemek ve faaliyetlerin belirli bir çerçevede yürütölmesini sağlamak amacıyla ulusal bir programın hazırlanması ve eylem planının acilen uygulanması ihtiyacı doğmuştur.

“Türkiye Obezite ile Mücadele Programı” ülkemizde

görölme sıklığı giderek artan obezitenin önlenmesine yönelik bilimsel ve politik kararlılığın oluşturulması ve sektörler arası faaliyetlerin ėüçlendirilmesi amacıyla hazırlanmıştır.

Obezite ve Nedenleri

Obezite, Dünya Sağlık Örgütü tarafından “Sağlığı bozacak ölçüde vücutta anormal veya aşırı yağ birikmesi” olarak tanımlanmaktadır. Yetişkin erkeklerde vücut ağırlığının ortalama %15-20’sini, kadınlarda ise %25-30’unu yağ dokusu oluşturmaktadır. Erkeklerde bu oranın %25, kadınlarda ise %30’un üzerine çıkması durumunda obezite söz konusudur.

Obeziteye neden olduğu bilinen çok sayıda faktör içinde, aşırı ve yanlış beslenme ve fiziksel aktivite yetersizliği en önemli nedenler olarak kabul edilmektedir.

Bu faktörlerin yanısıra genetik, çevresel, nörolojik, fizyolojik, biyokimyasal, sosyokültürel ve psikolojik pek çok faktör birbiri ile ilişkili olarak obezite oluşumuna neden olmaktadır. Tüm dünyada özellikle çocukluk ağı obezitesindeki artışın sadece genetik yapıdaki değişikliklerle açıklanamayacak derecede fazla olması nedeniyle, obezitenin oluşumunda çevresel faktörlerin rolünün ön planda olduğu kabul edilmektedir.

Obezitenin oluşmasında başlıca riskler ve riski etkileyen faktörler aşağıda sıralanmıştır:

Hedef yüzde 5 oranında azaltmak

Yanlış beslenme yanında obezitenin artmasına neden olan faktörlerden biri de hareketsiz yaşam tarzının yaygınlaşmasıdır. Düzenli fiziksel aktivitenin sağlıklı yaşam tarzının temel unsuru olduğu bilinmekte, fiziksel aktivitesi artmış bir toplumda, sağlık harcamalarının önemli düzeyde azalaağı ve ülke ekonomisine çok büyük katkısının olacağı kabul edilmektedir. Ülkemizde 2002-2004 yılları arasında yürütölün Türkiye Hastalık yükü çalışmasında fiziksel hareket alışkanlığının yeterli olması durumunda şeker hastalığı başta olmak üzere tüm hastalık yükünün yüzde 4.3 oranında azaltılabileceği belirtiliyor. Bakanlık tarafından yürütölün Ulusal Hanehalkı Araştırmasına göre (5 bölge 18 yaş üstü 11.481 bireyde) ülkemizde bireylerin yüzde 20.32’sinin hareketsiz yaşadığı, yüzde 15.99’unun ise

yetersiz düzeyde fiziksel aktivite yaptığını saptadı.çocuklar ve gençlerde de fiziksel aktivite düzeyinin azaldığı, TV veya bilgisayar başında giderek daha fazla zaman geçirildiğini tespit eden bakanlık, 2012 yılına kadar öğretmen ve öğrencileri yeterli ve dengeli beslenme ve fiziksel aktivite konularında bilgilendirmek için ayrı bir strateji üzerinde alışıyor. Aile, okul ve medya işbirliği ile ilköğretim, ortaöğretim ve üniversitelerde çocukların ve gençlerin fiziksel aktivite, spor faaliyetleri ve sosyal aktivitelere yönlendirilmesini planlayan bakanlık, böylelikle 2012 yılına kadar okullarda obeziteyi yüzde 5 oranında azaltmayı hedefliyor.



- * Aşırı ve yanlış beslenme alışkanlıkları
- * Yetersiz fiziksel aktivite
- * Yaş
- * Cinsiyet
- * Eğitim düzeyi
- * Sosyo – kültürel etmenler
- * Gelir durumu
- * Hormonal ve metabolik etmenler
- * Genetik etmenler
- * Psikolojik problemler
- * Sık aralıklarla çok düşük enerjili diyetler uygulama
- * Sigara- alkol kullanma durumu
- * Kullanılan bazı ilaçlar (antidepresanlar vb.)
- * Doğum sayısı ve doğumlar arası süre

Obezitenin gelişmesinde dikkat edilmesi gereken faktörlerden biri de yaşamın ilk yıllarındaki beslenme şeklidir. Yapılan çalışmalarda, obezite görülme sıklığının anne sütü ile beslenen çocuklarda, anne sütü ile beslenmeyen çocuklara göre daha düşük oranlarda olduğu, anne sütü verme süresinin, tamamlayıcı besinlerin türü, miktarı ve başlama zamanlarının obezite oluşumunu etkilediği bildirilmektedir.

DSÖ ve UNICEF tarafından yayımlanan çeşitli dokümanlarda 6 ay tek başına anne sütü verilmesinin, 6.aydan sonra emzirmenin sürdürülmesi ile birlikte güvenilir, uygun kalite ve miktarda tamamlayıcı besinlere başlanılmasının, en az 2 yıl emzirmenin devam ettirilmesinin kısa ve uzun dönemde obezite ve kronik hastalık riskini azaltabileceği belirtilmiştir.

Obezitenin yol açtığı sağlık sorunları

Obezite; vücut sistemleri ve psikososyal durum üze-

rinde oluşturduğu olumsuz etkilerden dolayı pek çok sağlık sorunlarına neden olmaktadır. Fazla kilolu olma Avrupa Bölgesinde her yıl 1 milyondan fazla ölümün ve hasta olarak geçirilen 12 milyon yaşam yılının sorumlusudur.

Obezitenin neden olduğu sağlık sorunları/risk faktörleri:

- * Tip 2 Diyabet
- * Hipertansiyon
- * Koroner arter hastalığı
- * Safra kesesi hastalıkları
- * Bazı kanser türleri (kadınlarda safra kesesi, endometriyum, yumurtalık ve meme kanserleri, erkeklerde ise kolon ve prostat kanserleri)
- * Felç
- * Uyku apnesi
- * Karaciğer yağlanması
- * Astım
- * Solunum zorluğu
- * Gebelik komplikasyonları
- * Aşırı kılınma

Obezite tedavisinde egzersiz Obeziteden korunma büyük önem taşımaktadır. Obeziteden korunma,çocukluk çağında başlamalıdır. Çünkü çocuk döneminde oluşan obezite, yetişkinlik dönemi obezitesi için zemin hazırlamaktadır. Bu nedenle aile, okul ve yaşanan çevre yeterli ve dengeli beslenme ve fiziksel aktivite konularında bilgilendirilmelidir. Obezite tedavisi, bireyin kararlılığı ve etkin olarak katılımını gerektiren, tedavisi zorunlu, uzun ve süreklilik gerektiren bir süreçtir.

Tüm dünyada obezitenin bir epidemi şeklinde arttığı ve artmaya devam ettiği raporlanmakta, fiziksel aktivite ve egzersizin obezite ve obezite ile ilgili diğer sağlık sorunlarının önlenmesindeki rolünün önemi vurgulanmaktadır. Düzenli fiziksel aktivite, sadece enerji dengesinin düzenlenmesinde değil, obezite ile gelişen sağlık risklerinin ve bu risklere bağlı ölüm hızının azaltılmasında da önemli bir role sahiptir Egzersiz tedavisinin ağırlık kaybını sağlamadaki etkisi halen tartışmalı olsa da, fiziksel aktivitenin yağ dokusu ve karın bölgesindeki yağlanmayı azalttığı, diyet yapıldığında görülebilen kas kütle kayıplarını önlediği kesin olarak kabul edilmektedir.

Egzersiz tedavisi ile bireylerin tıbbi beslenme tedavisini destekleyici nitelikte zayıflamaları ve tekrar ağırlık kazanımlarının önlenmesi sağlanmaktadır.

Amerikan Spor Hekimliği Kolejinin (American Col-

lege of Sports Medicine-ACSM) önerisi tüm yetişkinlerin her gün ortalama en az 30 dakika orta şiddette egzersiz yapmasıdır. Bu düzey bir aktivite günlük 840kj (200kkal) enerji tüketimini sağlar(38-40). Enerji harcaması kişinin vücut ağırlığı ve aktivite şiddetine göre değişir. Obez bireylerin bu aktiviteleri yavaş yapması önerilir.

Orta şiddetteki fiziksel aktivite örnekleri olarak şunlar sıralanabilir: 45-60 dakika voleybol, 45-60 dakika futbol, 35 dakika hızlı tempolu yürüyüş, 30 dakika bisiklete binme, 20 dakika yüzme, 15 dakika ip atlama gibi sporlar veya 45-60 dakika araba yıkama, 45-60 dakika cam veya yer silme, 30-45 dakika bahçe işi, 15 dakika merdiven çıkma. Çok hareketsiz yaşam tarzı olanlarda ve başlangıçta çok hafif egzersizlerle başlanılmalı, egzersiz şiddeti kişinin uyumuna göre artırılmalıdır.

Adölesanlarda obezitenin önlenmesi ve tedavisi için egzersiz tedavisi bireyin yaşı, cinsiyeti ve mevcut risk faktörlerine göre ayarlanmalıdır. Egzersiz tedavisinde fiziksel aktivitenin artırılması hedeflenmeli, bireyin egzersiz yapmasını engelleyecek problemler ortadan kaldırılarak egzersizin bireyle uyumu sağlanmalıdır. Her gün en az 30 dakikalık ve daha fazla

aktivite hedeflenmelidir. Yürüyüş, yüzme, bisiklet vb. aerobik karakterli bir veya birden fazla aktivite tipine ilgiyi arttırmak, kas yorgunluğu ve eklemleri korumak amaçlı olarak seçilebilir.

Egzersiz tedavisinin temel ilkeleri aşağıda belirtilmiştir:

* Egzersizin Türü: Yürüyüş, günlük yaşam aktivitelerinde artış, direnç egzersizleri

* Egzersizin Sıklığı: Her gün veya en az 5 gün/hafta

* Egzersizin Süresi: 40-60 dk/günde 1 kez veya 20-30 dk/günde 2 kez

* Egzersizin Şiddeti: %50-70 arasında hedef kalp atım hızında maksimum

oksijen tüketimi olacak şekilde düzenlenmelidir. (Hedef kalp hızı, egzersiz süresince kalbin dakikadaki atması gereken sayıdır)

Obez bireylerde, egzersiz programının uygulanmasında dikkat edilmesi gereken

en önemli husus, enerji harcamasını artırırken yaralanma riskinin en düşük düzeyde

tutulmasıdır. Önerilen egzersiz programı, bireye özgü olmalı, eğlenceli, uygulanabilir ve bireyin günlük yaşam alışkanlıkları ile uyumlu olmalıdır.

Hangi Aktivite ne kadar kalori yakıyor?

Aerobik, nefes alıp vermenizi ve kalp atış hızınızı artırarak kalp, akciğer, ve kan damarlarınızın sağlığını iyileştirir ve kardiyovasküler riskleri azaltır.

Aerobik aktiviteler belli bir zaman dilimi içinde vücuttaki büyük kasları sürekli, ritmik bir hareketle kullanmalıdır. Hareketli yürüyüş,

yüzme, pedal çevirme, aerobik dans, kürek çekme, kayak, paten, buz pateni, merdiven çıkma ve koşma aerobik egzersiz çeşitleridir.

Kişisel hedeflerinize uygun olan çeşitli aerobik aktiviteyi tercih edebilirsiniz. Egzersizle kalori yakma konusunda daha fazla bilgi için aşağıdaki tabloya göz atınız:

Aktivite	Saatte Yakılan Kalori*
Hareketsiz oturmak	80
Hareketsiz Ayakta Durmak	95
Hafif Aktivite	240
Ofis işleri, Ev temizlemek, Golf oynamak	
Orta Derecede Aktivite	370
Hareketli yürüyüş (saatte 5.5 km hızla), Bahçe işleri, Bisiklet sürme (saatte 8.5 km hızla)	
Yorucu Aktivite	470
Jogging (mil başına 9 dakika), Yüzme	
Çok Yorucu Aktivite	740
Koşu (mil başına 7 km), Tenis, Kayak	



Türkiye'nin yeni nesil dolgulu şekeri TOFFIX kapasiteyi katlıyor

Toffix markasıyla Türkiye'nin yeni nesil dolgulu yumuşak şekerini üreten Elvan, gelen talep üzerine kapasiteyi Eylül'de yüzde 50 artırıyor. Elvan Yönetim Kurulu Üyesi Osman Kadiroğlu, TÜBİTAK'ın da Ar-Ge desteği verdiği projeye günde 60 ton şeker üretimi gerçekleştirmeyi ve üretimin yüzde 30'unu iç piyasaya pazarlamayı hedeflediklerini söyledi.

Türkiye'de çikolata üretim ve ihracatının lokomotiflerinden olan Elvan Gıda, 2005 yılında girdiği şeker üretiminin ilk aşamasını tamamlamak üzere.

Şimdiye kadar yaklaşık 20 milyon dolarlık yatırım yaptıklarını ve günlük 40 ton üretim kapasitesine ulaştıklarını ifade eden Elvan Yönetim Kurulu Üyesi Osman Kadiroğlu, Eylül ayında devreye girecek yeni makinelerle kapasiteyi yüzde 50 artıracıklarını söyledi. Toffix markasıyla Türkiye'nin yeni nesil dolgulu yumuşak şekerini ürettiklerini ve TÜBİTAK'dan da Ar-Ge desteği aldıklarını anlatan Osman Kadiroğlu, 2010'un Mart ayında faaliyete geçecek yeni bir tesisle jelly üretimine de girecekleri bilgisini verdi. İç piyasaya yönelik ayrı bir şirket kuracaklarını ve toplam üretimin yüzde 30'unu iç piyasaya pazarlayacaklarını belirten Kadiroğlu'na şeker yatırımıyla ilgili detayları sorduk:

Şeker yatırımı yapma gerekçeniz nedir?

Aslında biz şeker işini ilk defa yapıyor değiliz. Şekercilik bizim başlangıcımız. Dedem Ahmet

elvan

Hamdi Kadiroğlu ve babam Mustafa Kadiroğlu, 1952'de Zeytinburnu'nda bir şekerçi dükkanı açarak aile girişimimizin temellerini atmışlar. Daha sonra çikolata üretimine geçince şekerçi dükkanı kapanmış. Ancak bugünkü anlamda endüstriyel şeker üretimi ilk olarak 2003-2004 yıllarında gündemimize girdi. Bunun en büyük nedenlerinden birisi, önümüzdeki 10-15 yılda bayramların yaza gelecek olmasıydı. Çünkü yaz aylarında çikolatanın taşınması ve satışı zorlaşıyor, ek maliyet gerektiriyor. Öte yandan tüketici de hediyelik olarak çikolatayı tercih etmiyor, çünkü taşırken sıcaktan eriyor. Bu yüzden yaz ayları biz çikolatacılar için durgun sezondur. Bu dönemleri biz genellikle izinlerin kullandırılması ve makinelerin bakımı için değerlendiririz. Ancak bayramların yaza gelecek olması, bu durumu değiştiriyor. Nedeni de, bayramların bizim için en önemli satış dönemi olması. Yaz aylarındaki bayram sezonunu değerlendirmek için şeker üretimini yeniden gündeme aldık. Çünkü şeker, yazın erimiyor, şekil ve muhtevasını bozmuyor. Bununla birlikte dünyadaki büyük firmaların da şekere yöneldiğini gözlemledik. Bu durum da doğru yolda olduğumuzu gösterdi bize.

TÜBİTAK destekli Ar-Ge şeker

Ürün çeşidi ve üretim tekniği bakımından yatırımınız ne anlam ifade ediyor?

Şeker ve lokum, Türklerle özdeşleşen bir ürün grubu. 'Türk lokumu' deyiminin kökeninde de bu vardır. Osmanlı'dan günümüze bu işi taşıyan da Kastamonlu hemşehrimiz meşhur şekerçi Hacı Bekir'dir. Safranbolu-Kastamonu hattındaki şekerlemeciliğin temelinde de Hacı Bekir vardır. Memleketimiz Kastamonu'da şekerçilik bir hemşehri mesleğidir. Özellikle Hacı Bekir'in kasabası Araç'ta mesleği şekerçi olanlar çoğunluktadır. Bizim Taşköprü'de de bu durum bilinir. Dedemizin ilk şekerçi dükkanı açması da bu kültürün bir yansımasıdır. Ancak şu anda yaptıklarımızla biz, geçmişten gelen bu geleneği geleceğe taşıyoruz. Çünkü bu tesislerde TÜBİTAK'ın da desteklediği Ar-Ge ürünü yenilikçi şekerler üretiyoruz. Biz sektöre bir yenilik de getirmek istedik. İçi iki-üç kat dolgulu olan ve üzeri renkli şeker üretiyoruz. İçinde hem yumuşak şeker ve dolgu olan dışı sert şeker yapıyoruz.



Osman Kadiroğlu

Geleneği Geleceğe Taşıdık

Elle yapılanla makine yapımı şeker birbirini tutar mı?

Eskiden her şey elle yapılıyordu. 'Şekerçinin eli yanmaz' tabiri de oradan geliyor. Dedem elini önce nişastaya, ardından da kaynayan kazanın içine sokarmış. O zamanlar her şey elle ve gözle ölçülüp biçildiği için şekerin akışı böyle belirleniyormuş. Çünkü şekere sıcakken şekil veriliyor. Sert şeker içinde yumuşak dolgu, onun içinde de sıvı dolgu olan ürünü ilk defa biz ürettik. Bosch'la başladığımız bu

Şekerde helal üretimle ilgili neler söylersiniz?

Şekere yumuşaklık özelliği veren maddeye 'Jelatin' denir. Jelatinin hammaddesi de kemik ve deri olup hayvani kökenlidir. Şekerin helalliğini belirleyen de bu kemik ve derilerin hangi hayvandan olduğudur. Şu anda Türkiye'deki üreticiler jelatin malzemesini Brezilya, İran ve Pakistan'dan ithal ediyor. Brezilya gibi ülkelerde domuz ve sığır aynı tezgahta işlem görüyor. Dolayısıyla bir karışım söz konusu olabiliyor. Belki ayrı ayrı yapmak da mümkündür, ancak yüzde 100 emin olamıyorsunuz. Biz jelatin malzemesini Pakistan'dan alıyoruz, çünkü bu ülkede resmi olarak domuz kesimi yok. Üretim tamamen koyun ve sığır cinsinden.

projeyi TÜBİTAK da destekledi.

Bizim şu anda ürettiğimiz şekeri elle yapmak mümkün değil. Tamamen teknolojinin getirdiği bir kalite var. Dolayısıyla 'Eski şekerler daha güzeldi' nostaljisi aslında gerçekçi değil.

Öte yandan elle yüksek üretim rakamını yakalamak mümkün değil. Çünkü elle günde 300-500 kg yaparsınız belki ama günde 50-60 ton üretmek başka bir şey. Biz geleneği geleceğe taşıdık. Eskiden elle yapılan lezzeti, teknoloji ile daha nitelikli ve kaliteli olarak yüksek tonajlarda üretiyoruz.

Toffix kapasitesi artıyor

Üretim kapasitesi hakkında bilgi verir misiniz?

Elvan Gıda, şeker üretimini şu anda Sefaköy tesislerinde gerçekleştiriyor. 1978-1980'li yıllarda iplik fabrikası olarak yapılan Ören Bayan binasını satın alarak yeniledik. Aldığımızda yıkık-dökük olan bu tesisleri yıkıp yeniden yapmak ve restore etmeyi uzun süre istişare ettikten sonra restorasyona karar verdik. Fabrika yerleşim planını Bosch firmasına göndererek buna uygun makine yerleşim planı çıkarmasını istedik. Fabrika bedeli dahil şeker için şimdiye kadar yaklaşık 20 milyon dolarlık bir yatırım yaptık, yapmaya da devam ediyoruz. Yatırımları krizde yapıyoruz ki, kriz sonrasına hazır olalım. Eylül ayında yeni makinalar gelecek ve Toffix ürününün mevcut kapasitesi iki katına çıkacak. Şu anda günlük 15 tonu yumuşak şeker, olmak üzere toplamda 40 tonluk üretim kapasitemiz var. Şimdilik 3 vardiya çalışıyoruz. Eylül'de gelecek

makinalarla günlük kapasite 60 tonu bulacak.

Yumuşak şekere ilgi nasıl?

Şeker şu anda yükselen bir değer. Yurtdışında hangi fuara gitsek yumuşak şekerin trend olarak yükselişte olduğunu görüyoruz. Eski sert şekerlerin ağızda tüketilmesi hem çirkin bir görüntü oluşturuyor hem de sosyal ortamlarda tüketmek biraz zor oluyordu. Ancak yumuşak şeker hem sakız hissi veriyor hem de hemen ağızda dağılıyor. Yarım dakikada fiziken tüketiyor, ancak aroması damakta devam ediyor.

Bizde üretim ve tonaj olarak şeker çikolatayı yakalamış değil, fakat satış performansına bakarsak yumuşak şeker birinci sıraya oturmuş durumda. Şu anda cirosu en yüksek ürünümüz yumuşak şeker.

Yeni bir şirket

İhracatçı bir firma olarak biliniyorsunuz. İç piyasaya yönelik bir açılımınız olacak mı?

İç piyasa ile ilgili de düşüncelerimiz var. Şu anda bununla ilgili yeni bir şirket kuruyoruz. Sadece iç piyasaya hizmet verecek ayrı ve ofis ve depo oluşturuyoruz. Bunun için Yenibosna'daki Doğu Sanayi Sitesi'nde yeni aldığımız 11 bin metrekarelik tesisi yeniden düzenliyoruz. Yeni tesiste jelly şeker üreteceğiz. Şu anda makine siparişleri verilmiş olan bu tesis de 2010 Mart ayında üretime geçmiş olacak. Toplam şeker üretiminin yüzde 30'unu iç piyasaya vermek istiyoruz.





Bıçaksız ameliyat olarak **oruçla** tedavi

Tüm Müslüman alemi, dini vecibelerini yerine getirmek için oruç tutarken; oruç artık dünyada alternatif tıp bilimi olarak kabul görüyor. Öyle ki; dünyaca ünlü profesörler bile hastalarına uyguladıkları tedavi yöntemleri arasında oruca ayrı bir önem veriyor. İlk olarak Alman fizyoterapi uzmanı Arnold Ehret tarafından geliştirilen oruç terapisi, hastalık ve beslenme bağlantısını esas alıyor. Ünlü doktor, çocukluktan itibaren tüketilen çoğu besinin iyi sindirilemeyen ve dışarı atılamayan parçaları nedeniyle bağırsaklar ve damarların zamanla tıkanıldığını ve bunun sonunda da hastalıkların ortaya çıktığını belirtiyor. Ehret'in teorisine göre bu tıkanıklıkları açmanın tek yolu ise oruç tutmak! Ehret, Türkçe'ye de çevrilen 'Şifalı Besinler ve Mukussuz Şifa Diyeti' adlı kitabında konuyu teknik açıdan da ele alıyor. Yüzyıldan fazla bir süre önce yazılmış olmasına karşılık, günümüzde de hâlâ hastalıklardan oruç terapisiyle kurtulmak isteyenlerin referansı olan kitabın yazarı Ehret'in Türkçe'ye çevrilen bir diğer kitabı da 'Oruçla Yeniden Sağlığa Kavuşma ve Gençleşme'...

Oruçla tedavi oldu, kitabını yazdı

Gülhan Beydemir, 25 yıl boyunca yaşadığı hastalıktan oruç

Vücuttaki zehirli maddelerden arınmak için uygulanan detoks programları popülerleştikçe, oruç başta Avrupa ve Amerika'da Müslüman olmayanların da ilgisini çekmeye başladı. 1900'lü yıllarda Alman profesör Arnold Ehret'in geliştirdiği bir teori; bugün dini inançlarına aykırı olmasına karşın dünya genelinde yüzlerce insana oruç tutturuyor.

sağlık



diyeti sayesinde kurtulmayı başaran ve bu nedenle de tıp eğitimi alan bir yazar. Gitmediği doktor, görmediği tedavi kalmayan, en sonunda Amerika'da oruç diyeti ile sağlığına kavuşan yazar Beydemir, "Sağlık İçin Oruç Bıçaksız Ameliyattır" adlı kitabında, oruç diyetinin etkilerini şöyle anlatıyor: Oruç, bilgilene-enerji sürecidir. İnsan oruç tutmaya başladığında, alansal şeklini oluşturan enerjilerin oranları değişikliğe uğrayacaktır. İlk önce çekim enerjisi azalma yönünde değişir. Vücut ağırlığı gün geçtikçe azalır. İkincide, azalma yönünde ısı enerjisi değişir. Organizmayı tahrip eden, yemeği hazmetme, sindirme ve dışarı atmak için büyük enerji tüketimi artık yoktur. Metabolizma aniden yavaşlar ve ısı daha az işlenir. Organizmanın çekim enerjisinin dağılması, yani katabolizma sürecinin ağır basması dönme- titreme enerji oranının artmasına neden olur. Bu ise organizmadaki suyun "buharlaşmasına" neden olur; insan vücudu "kurur" ve derisinde çatlamalar görülür. Organizmadaki zaman "hacmi" artar.

Olağanüstü bir arandırıcı

Gülhan Beydemir'e göre beslenmek için günde bir hurma yeterli... ABD'de öğrendiği oruç terapisi sayesinde hastalığını yendiğini söyleyen Beydemir, yılın altı ayını oruç tutarak geçirdiğini belirtiyor. Gülhan Beydemir, yediğimiz gıdaların yan etkisi olarak da tanımlanabilecek 'Toksinlerden Arınma' konusunda şunları kaydediyor: "Tüm hazmedilen gıdalar vücutta dağılarak, üre asit, üre kreatin ve kreatinin gibi toksin bileşimleri oluşturur. Aşırı beslenme ve fiziki aktivitenin yetersizliğinden dolayı yenilen gıdaların gerektiğinde "yakılmaması" halinde söz konusu maddeler daha çok oluşur. Kanallarda sürekli dolaşım sağlanamadığından kısa sürede zehirlenmeye neden oluyor. Toksinler, öncelikle organizma içi daha az değerli olan dokularda, yağ, kemik dokuları ve çalışmayan veya az çalışan kaslarda birikir. Eğer organizma zaman zaman bu toksinlerden arınmazsa er ya da geç "iltihap çukuruna" dönüşecektir. İnsanın genel enerji potansiyeli zayıflar ve çeşitli organların fonksiyonel hücreleri boğulmaya başlar. Böylece hücreler protoplazmadaki yabancı maddeleri dışarı atmakta güçlük çeker. Hayat bir bir rengini kaybeder.

İki aşamada oruçla tedavi

Gülhan Beydemir, oruçla tedavinin iki aşaması bulunduğunu belirterek şu özet bilgileri veriyor:

Birinci aşama: İki veya üç gün sürüyor, oruç tedavisinin zaten en ağır günleri bu ilk üç gündür. Bu zaman zarfında eğer kişi tecrübeli bir uzmanın gözetimi altında onun moral verme ve olayı anlatmasıyla bu ağır günleri kolaylıkla atlatacağıdır.

Diğer halde panikleyerek orucu bırakacak ve bir daha oruç kürünü yapmamaya karar verecektir. Çünkü bu ilk günlerde yemek konusunda her bir söz veya görüntü, koku, tabak ve çatal sesleri onu rahatsız edecektir. Dıştan gelmekte olan tesirler kişide ister istemez, ağız sulanması, mide ve bağırsaklarında gurultularla moral bozukluğu oluşturacaktır.

Ne zaman ki, kişi açlık duygularını bastırmak için yemek yeme adetini terk ediyor o zaman kişinin şuurlunda ve zekasında olağanüstü bir düzen şekillenmeye başlar. Yani kişi şuurlu ve gönüllü açlığa tahammül ettiği için kendi kendini disipline eder, orucun yardımıyla açlık ve lezzet duygularını kontrol altına alır.

İlk 3.ve 4.günler organlardaki fazla sodyumun atılması hızlanacaktır, bu arınma deri, bağırsak ve idrar yollarıyla gerçekleşmektedir. Bundan sonra sıra organlardaki fazla ve iltihaplı suların atılmasına geliyor. Aynı zamanda organizmada “albümin” yenilenerek normal duruma gelmekle vücuttaki herhangi bir şişkinliği yok eder. (Albümin, karaciğerin ürettiği protein. Kanda bulunan proteinlerin yüzde 55-65 ini oluşturur.)

Böylece orucun birinci merhalesinde (2.ve 3. gün) hastanın vücudunda fizyolojik bir sarsıntı oluşarak hastaya biraz sıkıntı veriyorsa da aslında bu sıkıntılar gerçek tedavinin başladığını gösteriyor, bu sırada hücre yutan bağırsıklık sisteminin aktif hale gelmesiyle vücuttaki sodyumun atılması hızlanıyor ve bu merhalede hasta 3-4 kilo kaybediyor ki, bu kaybedilenler hastalık yapıcı “çöplerdir”

İkinci aşama: İkinci aşama “asetonlu” merhale olarak adlanmaktadır. Çünkü bu merhalede hastanın ağzından resmen aseton kokusu gelmeye devam edecektir

ki, bu dönem 3. ve 4. günlerden başlayarak 6. ve 10. günlere kadar devam eder.

Adeta 3. ve 5. günden sonra hastada açlık hisleri azalacaktır hatta tamamen yok olacaktır. Ama canı çok su isteyecektir. Bu normal bir vakadır, çünkü organlardaki hastalık yapıcı birikimleri savunma sistemi sökmeye yönelmiştir, yani toksinler şimdi kana karışmıştır ki, kan akciğerden geçerken toksinler aseton kokusu halinde dışarıya atılmaktadır.

Bu sırada kalp çarpıntılarının artışı gözlemlenecektir. Çünkü zehirli kanı hızla pompalayarak ondan kurtulmak ister, burada suyun çok istenmesi de normaldir, çünkü su hemen kana karışarak oradan zehirleri alıp böbrekler vasıtasıyla dışarı atılmasını sağlayacaktır. Burada içilen suyun saf su olması çok önemlidir.

Uzun yıllardan beri tecrübelerime dayanarak söyleyebilirim ki, 40 kişiden yalnız birinde açlık duygusu tüm oruç tedavisi boyunca devam etmektedir.”

Oruç insanı gençleştirir

Gülhan Beydemir, orucun insanı sağlığına kavuşturmak yanında gençleştirme etkisi de bulunduğunu vurguluyor ve şöyle devam ediyor: “Dokuların yeniden yapılanması ve yenilenmesi gençleşmeye de yol açar. Oruç tedavisi kişiyi yeniden doğmuş gibi yapar. Organizmayı yeniler. İlerleyen oruç süresince vücut depolanmış gereksiz ve zararlı maddelerden arınır, hücreler gençleşir, fonksiyonlarını daha etkin bir şekilde yaparlar.

Depolanmış maddelerin bazıları, yüksek bir zehir oranı içirmektedir. Ve bunlar uzun süre hücrelerde kalmış olabilir. Hücreler de dokulara bağlıdır. Bunlar vücudun etkin çalışmasını engeller. Ve tüm bunlar oruç tedavisi sırasında sirkülasyon sonucu dışarı atılır. Serbest kalan dokular vücudun fizyolojik çalışmasını daha etkin yapmasına sebep olur. Diğer yandan uzun bir oruç süresi bu etkileri görmek açısından daha etkilidir. Çünkü bu süreç boyunca dokular fonksiyonlarını gerçekleştirmek için belirli bir potansiyele sahip olurlar. Bir insan isterse hayatını tahmin ettiğinden daha iyi ve eğlenceli hale getirebilir. Düşündüğünden daha fazla yaşayabilir. Altmış yaşından daha erken yaşta

bile elden ayaktan düşmüş duruma gelmez.

Normalde zamanın geçmesi ile vücudun biriktirdiği zararlı maddeler artar bu da kişinin çabuk yaşlanmasına hatta hastalıklarla ölmesine sebep olabilir. Yaşlanma organların ve dokuların değişimidir. Dokuların zararlı maddeler biriktirerek gerçekleştirdiği değişimler yaşam fonksiyonlarının zayıflamasına sebep olur. Kişinin yaşlı olması demek basitçe daha fazla kronik hastalığa sahip olması demektir. Bu yüzden bazı insanlar normal yaşlarından daha yaşlı görünmektedirler. Yaşlanmak zaman geçtikçe olan bir olaydır. Fakat yine de sebebi zaman değildir.

Özellikle bu olayı anne ve babalar anlamaktan uzaktadırlar. Anneler çocuklarını çok seviyorlar ancak farkına varmadan veya bilgisizlikten onları zararlı yemeklerle besliyorlar. Yavrularını yüksek kalorili gıdalarla besleyen anneler unuttukları bir şey var, çocuk bünyesinin inkişaf ederek sağlıklı büyümesi için meyveler, meyve suları, sebzeler, kuru yemişler ve bunların karışımından hazırlanan besinler yeterlidir.”



توفيكس

ŞEKER

Elvan

Toffix
CENTER FILLED
FRUIT CHEW
MEYVE DOLGULU YUMUŞAK ŞEKER
بون بون ممشوا بعلقم الفوكه



توفيكس

ŞEKER

Toffix توفيكس



5 Yaşında Okula Başladı Genç Yaşta Müdür oldu

Elvan Gıda Şeker Üretim Müdürü Dilek Şener, 'Vakit nakittir' sözünü bizzat hayatında gerçekleştiren profesyonel bir yönetici. 5 yaşında ilkokula başlayan ve 21 yaşında iken Hacettepe Üniversitesi Gıda Mühendisliği bölümünü bitiren Dilek Şener, az zamanda çok yol almasının sırlarını anlattı

Öğretmen anne babanın ikinci çocuğu olarak 1977 yılında Ankara'da dünyaya gelen Dilek Şener, ilköğretim, lise ve üniversite eğitimi Ankara'da tamamladı. 5 yaşında okula başlayarak başarılı eğitim hayatını Hacettepe Üniversitesi Gıda Mühendisliği ile tamamladı. Az zamanda çok yol alarak genç yaşta müdür olan Dilek Şener'le hikayesini ve başarı sırlarını konuştuk:

Sorunu fırsat bildi!

Kariyeriniz hakkında bilgi verir misiniz?

İş hayatıma ilk olarak aileme ait bakkal dükkanını ilkokuldan itibaren işleterek başladım. Hızlı düşünme, çabuk karar verme, pratik hesap yapma ve insanları tanıma özelliğim-de bakkal deneyiminin rolü olmuştur. Anne ve babamın tıp eğitimi almam konusundaki ısrarlarına rağmen mühendislik eğitimi almak istedim. Türkiye'deki çalışma şartlarını da düşündüğümde gıda mühendisliği'ni tercih ettim. Üniversiteden sonra 4 okul arkada-

şım ile beraber bir sigorta şirketinde müşteri temsilcisi olarak başladığım iş, kendimi tanımam ve iş dünyasında çevre edinmem için iyi bir fırsat oldu. Nitekim bu vesile ile tanıdığım bir esnafın referansı ile nisan 2000'de, Ankara'daki bir şekerleme şirketinde gıda mühendisi olarak işe başladım. O şirket, bu tarihlerde yeni aldığı fabrika binasına taşınmış ve yeni makineleri ile üretime henüz başlamıştı. Orta ölçekli ve kurumsal olmayan tüm şirketlerde bölümler, pozisyonlar çok net ayrılmış değil. Tanımlanmayan birçok işi yapmak zorunda kalıyorsunuz. Ama ben bunu zorunluluk olarak değil fırsat olarak gördüm ve kalite, üretim, planlama, satınalma, kısmen pazarlama ve muhasebe alanlarında çok şey öğrendim. İşe başladıktan 2 yıl sonra üretim müdürü, yaklaşık bir yıl sonra da üretim, planlama, satınalma, idari işler ve sevkiyattan sorumlu oldum. Sorumluluğum o kadar fazla idi ki pozisyonumun kısa tanımı yoktu.

Elvan Gıda'yla yeni bir hayat

Elvan'la nasıl tanıştınız?

Temmuz 2005 tarihinde evlenerek eşimin işinden ve İstanbul sevdamdan dolayı İstanbul'a ta-

şındım. Kasım 2005'te bir gazete ilanı üzerine Elvan'a başvurdum. O tarihlerde Elvan, 4.fabrikasının alt yapı çalışmalarını kısmen tamamlamış ve son teknolojiye sahip şekerleme makinelerinin montajı henüz yapılmamıştı. Bu aşamada kurulum ve üretime başlamak için gerekli tüm çalışmaları yürütmekle görevlendirilen ilk kişi oldum. Montaj devam ederken diğer taraftan kağıt üzerinde yapılması gereken tüm çalışmaları tamamladıktan sonra 4 personel ile Şubat 2006'da üretim denemelerine başladık. 3 ay Alman montörlerle beraber üretim denemeleri gerçekleştirdik. Mayıs 2006'da kısmen, 2006 sonlarında ise tamamen 24 saat üretim yapabilir konuma geldik. Şu anda 150 personel ile 3 vardiya çalışıyoruz.

Ürün ve Teknoloji Bakımından yeni tarafınız nedir?

Şekerleme sektöründe en son teknolojiye sahibiz. Co-extrusion dediğimiz teknoloji ile 3 katmanlı, çift renkli ve çok farklı kombinasyonlarda şeker üretme potansiyeline sahibiz. Şekerde 6 farklı ürün grubunda üretim yapıyoruz. Yatırımlar devam ediyor. Bu yılın son çeyreğinde kapasitemizi 2 katına çıkaracağız. Kapasite artışıyla beraber ürün gamımıza yeni ürünler eklenecektir. Gelecek yıl içinde planlanan şekerleme yatırımları var. Firma hızla büyümeye devam ederken biz de ekip olarak aynı hızla kendimizi yetiştiriyoruz.

Evde mutluluk, İş'te başarı...



Çalışma prensipleriniz neler?

Mutlu bir evliliğim var. Bununla beraber yaptığınız işi de çok seviyorsanız başarılı ve mutlu bir iş hayatınızın olmaması için hiçbir neden yok. İşinizi severek yaptığınızda yorulduğunuzu hissetmezsiniz, zaman kavramı ön planda olmaz. Evliliğimin ilk yılları olması, farklı bir şehirde yaşamaya başlamış olmam ve yoğun iş tempoma rağmen eşimin anlayışlı ve fedakar olması ile bu süreci sorunsuz geçirdik.

Her zaman planlı olmaya ve zamanı iyi değerlendirmeye çalışıyorum. İnsan ömrü kısa ve yapılacak çok iş var, size verilenlerin şükürünü yerine getirmek gerekiyor. Kafama koyduğum, inandığım bir iş için ne gerekiyorsa yaparım, o iş mutlaka olmalı. Kararlı ve mükemmeliyetçi bir insanım. Ayrıntılarla ilgilenmem, her zaman bütünle ilgilenirim ve sonuç odaklıyım.

Beslenme ve yaşam tarzınız nasıl?

'Az yiye az uyur, az uyuyan çok yol alır' prensibi ile hareket ediyorum. Yaşamınızın her döneminde o döneme uygun yaptıklarınız ağır basıyor, bazı şeyler zamanında olduğunda kıymetli oluyor. Yani okul yıllarında okuyabildiğiniz kadar fazla kitap okumalı ve spor yapmalısınız. İşe başladığınızda genç ve dinamik yıllarınızı yoğun iş temposu ile geçirmek kısa sürede daha fazla bilgi ve tecrübe kazanmanızı sağlayabilir. İlerleyen yaş döneminizde bu deneyimle daha rahat çalışma şartlarına sahip olabilirsiniz.

Boş vakitlerinizde ne yapıyorsunuz?

Mevsime göre kayak yapıyorum veya yüzüyorum. Son zamanlarda yüzme yerine gezmeyi, farklı yerler görmeyi tercih ediyorum. Şimdilerde ise çocukluktan beri istediğim binicilikle ilgileniyorum, eğitim almaya başladım. Her gün az da olsa kitap okumaya çalışıyorum.

Başörtüsü kariyerinizi nasıl etkiledi?

Kıyafet şeklinin bu kadar ön planda olduğu ve siyallaştırıldığı bir ülkede sizin etkilenmemiz imkânsız. Ama ben hiçbir zaman yaşadığım olumsuzlukları başörtüsü ile ilişkilendirmedim. Bu durum, insanın kendi özgüveni ve inancı ile ilgili. Ayrıca hayatınızdaki bir şeyi sadece onunla ilişkilendirmek anlamsız, hiçbir zaman tek kriter değil. Her insanın öncelikleri, vazgeçilmezleri vardır, diğerleri ancak onlar olduğunda bir şey ifade eder. Benim için de başörtüsü bunlardan biri.

Trende çikolata, şekerleme satan çocuğun, 6 tane fabrikası oldu

BBASI bir çikolata fabrikasında işçiysen, Sirkeci Halkalı treninde seyyar çikolata ve şekerleme satarak ticarete

başlayan Mustafa Kadiroğlu'nun (sağdaki) bugün; dördü Yenibosna'da ikisi Azerbaycan'da 6 tane çikolata, bisküvi ve şekerleme fabrikası bulunuyor. Türkiye'den 100 ülkeye ihracat yapan Elvan Gıda 2006'da Türkiye'de 65, Azerbaycan'da 15 milyon dolar ciro yaptı.

PASTANECİLERİYLE ünlü Kastamonu'dan 1936'da İstanbul'a gelen ve Şark Çikolata



**Yanımızdaki fabrikaları aldık
Azerbaycan'a iki fabrika kurduk**

1990-1998 dönemindeki 'ne üretirsen satarsın' dönemini çok iyi değerlendirdiklerini söyleyen Elvan Gıda Sanayi ve Ticaret A.Ş. Yönetim Kurulu Üyesi Hidayet Kadiroğlu şöyle konuşuyor: "Yenibosna'daki fabrikamızın yanındaki iki fabrikayı aldık ve kapasiteyi artırdık. 1997'de Azerbaycan'dan bir yatırımcı gruptan da yatırım teklifi geldi ve orada önce bir çikolata fabrikası, sonra da bir bisküvi fabrikası kurduk. Ayrıca kendi dağıtım ağıımızı da kurduk. Bakü'deki iki fabrikamız da 850 kişi çalışıyor. Dağıtımda da 400 kişi. 2006'da Azerbaycan ciromuz 15 milyon dolar oldu. 2007'de buradan 25 milyon dolar ciro bekliyoruz. Son olarak yurt içinde de yeni bir fabrika daha kurduk. Yine Yenibosna'da Ören Bayan'ın eski fabrika binasını aldık ve şekerleme fabrikası yatırımını yaptık. 2006'da yurt içindeki ciromuz 65 milyon dolar oldu. Bu cironun da yüzde 95'i ihracattan. Tam 100 ülkede distribütörlüğümüz var ve 100 ülkeye ihracat yapıyoruz."



TOFFIX[®]le ProAktif yaşa sağlıklı ve mutlu ol!

Kurumsal aidiyet duygusunu geliştirmek ve çalışanların motivasyonunu artırmak amacıyla 2006'dan beri her yıl düzenlenen, 'Toffix futbol turnuvası'nı bu yıl 'ProAktif yaşa, sağlıklı ve mutlu ol' anlayışıyla yeniden konumlandıran Elvan Gıda, önümüzdeki yıllarda hem turnuvanın kapsamını genişletmeyi hem de topluma yönelik yeni açılımlar yapmayı planlıyor.

etkinlik

Reaktif, kelime anlamı olarak olay olduktan sonraki, proaktif ise olay olmadan önceki eylemleri ifade eder. Örneğin, yangın çıktıktan sonra söndürmeye çalışmak reaktifliği, yangının çıkmasını engelleyecek tedbiri almak ise proaktifliği tanımlar. Proaktiflik kavramı ile şimdiye kadar sık sık işletme literatüründe karşılaştık. Buna göre krize girdikten sonra çözüm arayanları reaktif işletme, kriz oluşmadan önlem alanları ise proaktif olarak değerlendirdik.

Elvan Gıda Genel Müdürü Hidayet Kadiroğ-

lu, bu kavramları gündelik hayatımıza taşıdıklarını ve farklı boyutlar kattıklarını ifade ediyor. Kurumlar gibi kişilerin de proaktif olarak tanımlanabileceğini vurgulayan Hidayet Kadiroğlu, şöyle devam ediyor: "Proaktif olmak, kendi davranışlarının kontrolünü ele almak ve bir adım önden gitmek anlamına gelir. 'Etkili insanların 7 alışkanlığı' kitabı ile tanıdığımız Steven Covey, buna 'Kişisel liderlik' diyor. Burada davranışın dışarıdan gelecek bir etkiye dayanacağı düşüncesinin tersine, etkiden bağımsız ve önceden gerçekleşen davranışlardan söz ediyoruz. Bu kavramı tanımlamak



için biraz karıştırdan, reaktif olmaktan söz etmekte fayda var. Reaktif kişiler, tepkisel olurlar, diğerlerini suçlar, sonradan pişman olacakları sözler sarfederler. Şikayet ederler, birşeylerin olmasını bekleyip sadece gerektiği zamanlarda değişirler. Oysa proaktif kişiler, seçimlerinin sorumluluğunu alırlar, davranmadan önce düşünürler. Her zaman bir çıkış yolu bulmaya çalışırlar. Müspet davranışa sahip insanlar için havanın açık ya da yağmurlu olması fark etmez. Çevredeki sosyal, politik 'iklim' de onları etkilemez."

Pasiflikle mücadele başladı

2006'dan beri her yıl düzenlenen, 'Toffix futbol turnuvası'nı proaktif anlayış kapsamında yeniden konumlandıklarını anlatan Hidayet Kadiroğlu, açıklamasını şöyle sürdürdü: "Bilgisayar ve TV yüzünden özellikle çocuklar giderek pasifleşiyor. Pasif hayat da çocuklarımızın obezite ve antisosyallik gibi değişik fiziki ve psikolojik rahatsızlıklara yakalanmasına neden oluyor. Bu yüzden biz, kurumsal sosyal sorumluluk kavramımızı, 'Proaktif yaşa, sağlıklı ve mutlu ol' şeklinde düzenledik. Proaktif yaşamla çocuklarımız rahatsızlanmadan sağlıklı ve mutlu olması önceliğimiz. Hastalıklardan koruyacak proaktif yaşamın en etkin silahı da spor. Düzenli sportif faaliyetlerle birçok rahatsızlığın önüne geçebiliriz. Bu anlayışı geliştirmek için 'Şekerim' kurumsal yayınına hayata geçirdik. 'Toffix futbol turnuvası'nı da yeniden konumlandık. Bin kişiye yaklaşan Elvan ailemizde oturacağımız bu kültürü daha sonra dalga dalga tüm topluma yayacağız."

Toffix turnuvası açık havaya taşınacak

Çalışanlarda birlikte hareket etme ve kurumsal aidiyet duygusunu geliştirmek için başlatılan 'Toffix futbol





turnuvası'nda bu yıl toplam 18 takımın yarıştığını belirten Elvan İnsan Kaynakları Şefi Yusuf Bulca, turnuvanın çalışanların moral ve motivasyonunu da olumlu etkilediğini söyledi. 5 hafta süren ve Bahçelievler'deki Olimpik Spor Tesisleri'nde gerçekleştirilen turnuva sonrasında şampiyonlar yanında farklı ödüllendirmeler de yaptıklarını dile getiren Yusuf Bulca, şunları kaydetti: "Yöneticiler, işçiler, aileleri ve çocuklarının katılımıyla coşkulu bir turnuva finali ve ödül töreni oldu. Geçmiş yıllarda ödül töreni futbol sahasının içerisinde yapılıyordu. Bu yıl farklı olarak ödül töreni için düğün salonu olarak bahçe kısmı kiralandı ve masalar düğün salonu şeklinde dizayn edilerek çok güzel bir ortamda gerçekleşti. 4 Adet palyaço sürekli çocukları eğlendirdi. Değişik oyunlar ve yarışmalar yapıldı, ödüller verildi. Bir yıl boyunca hiç devamsızlık yapmayan personele hediyeler verildi. Daha evvelki yıllarda katılımcılar arasında yapılan çekilişte 3 kişiye verilen para ödülü 5 kişiye çıkarıldı. Şampiyonlara kupa, madalya, çiçek ve para ödülü verildi. Etkinlik esnasında döner ikram edildi ve firma ürünlerinden hediyeler verildi, şiirler okundu, yarışmalar (sandalye kapmaca, yoğurt yeme, şarkı söyleme, balon patlatma gibi) yapıldı.

Katılımcı sayısı 1.000 kişiyi aştığı için önümüzdeki yıllarda ödül törenini farklı bir günde tertip edip bir organizasyon şirketi ile açık havada (piknik alanı gibi) daha geniş bir katılımı ve daha coşkulu yapmayı planlıyoruz."



Toffix turnuvası kapsamında, Elvan Gıda'da 10. yılını dolduranlara 10. yıl plaketi ve çeşitli hediyeler verildi.



Yüksek Adrenalin, Bol Ödül...

Şiirlerin okunduğu, yarışmaların (sandalye kapmaca, yoğurt yeme, şarkı söyleme, balon patlatma gibi) yapıldığı 'Toffix futbol turnuvası' sonrasında şampiyonlar yanında farklı ödüller de verildi. Turnuvaya ayrı bir heyecan katan ödüllendirmede kategoriler şöyle sıralandı: Şampiyonlara kupa, madalya, çiçek ve para ödülü verildi. Şirkette 10. yılını dolduranlar bu yıl da ödüllendirildi. Bir yıl boyunca hiç devamsızlık yapmayan personele hediyeler takdim edildi. Daha evvelki yıllarda katılımcılar arasında yapılan çekilişte 3 kişiye verilen para ödülü 5 kişiye çıkarıldı.



Kanserdeki 'artış'ın insan yaşamını kolaylaştırmak için geliştirilen teknoloji ürünü cihaz ve sistemlerin yaydığı elektromanyetik sinyallerden kaynaklandığını belirten uzmanlar, evde ve işte radyasyon kadar tehlikeli manyetik kirlenmeye karşı tedbir alınması gerektiğini vurguluyorlar



Evimizdeki baz istasyonları korkutuyor

teknoloji

Son yıllarda çeşitli kanser türleri ile alzheimer, parkinson, multiple skleroz (MS) gibi hastalıkların 'yükselişe geçtiği'ne ilişkin tezler, elektromanyetik kirliliği gündeme getirdi. Televizyon ekranları, fotokopi makineleri ve mikrodalga fırınlardan yayılan elektromanyetik nedeniyle 'düşük' radyasyona maruz kalınıyor.

En Fazla Fön Makinesi Yayıyor

Günlük hayatta kullanılan aletlerin radyasyon tehlikesine dikkat çeken Dr. Howard W. Fisher, hamile kadınların yayılan bu elektromanyetikler yüzünden çocuklarını kaybetme tehlikesiyle karşı karşıya kaldıklarını belirtti. Radyasyon yollu beyin tümörlerinin en fazla 20 ile 40 yaşları arasında ortaya çıktığını kaydeden Fisher'a göre, bilgisayar, televizyon ve buzdolabı potansiyel radyasyon yayıcı aletler arasında. Dr. Howard

W. Fisher, en fazla manyetik dalga yayan cihazın fön makinesi olduğunu vurguladı.

Radyasyona Karşı 'ÇİP'ler

'Her problem bir fırsattır' prensibi, elektromanyetik kirlenme konusunda da devreye girmiş görünüyor. Problem nedeniyle birçok insan hayatı tehlikelerle karşı karşıya kalırken, bundan korunmaya yönelik ürünlerle ilgili piyasa da oluşmuş durumda. MRET teknolojisiyle üretilen ve radyasyonun etkisini en aza indirmeyi amaçlayan çipler piyasada yerini çoktan aldı bile. Farklı tipleri bulunan çiplerin bu dalgalara karşı bir başka dalga yayarak düzeni bozduğu belirtiliyor. Ev ve işyerinde elektromanyetik dalga yayan cihazlara takılması tavsiye edilen çiplerin 1 buçuk 2 metrelik bir koruma alanı sağladığı ve azami kullanım süresinin 3 yıl olduğu açıklandı. Fiyatları 59 ile 69 TL arasında de-

gişen çiplerin, eczane, teknomarket ve daha sonra da alışveriş merkezlerinde bulunabileceği belirtildi.

'Radyasyonsavar' beslenin!

Radyasyondan korunmada beslenmeye dikkat edilmesi tavsiye ediliyor. Yüksek kalorili, özellikle kızartılmış gıdalar tüketmekten kaçınılmalı. Toksinleri bağlayarak vücudun korunmasında önemli rol oynayan elmadaki

'Pektin' maddesinin alınması, brokoli, lahana, tere gibi yeşil sebze tüketimi, laktobalıt içeren yoğurt çökelek gibi süt ürünleri, korunmaya etki eden faktörlerdendir. A, C ve E gibi vitaminlerin kullanımı kalsiyum ve magnezyum, bunun yanı sıra selenyum, germanyum, vanadyum gibi eser elementler serbest radikal oluşumunu engellemesi açısından gıdaya ilave olarak alınması uzmanlarca tavsiye edilmektedir.

Korunmak için ne yapmalı?

- * Elektrikli cihazları kendinizden mümkün olduğunca uzak tutun. Elektromanyetik etkinin mesafeyle azaldığını unutmayın.
- * Elektrikli tıraş makinesini şarjlı kullanın.
- * Cep telefonunuz kullanmadığınız sürece mümkünse kapalı olsun. Gereksizce kullanmayın. Cep telefonunuzdan kulaklıkla konuşmayı tercih edin.
- * Saç kurutma makinesinin manyetik alanı yüksektir. Uzun süreli kullanmak yerine aralıklarla kullanın. Saç kurutma makinesini yatmadan önce kullanmayın.
- * Dinlendirici bir uyku için yatak odasında televizyon ve bilgisayar bulundurmayın veya yataken bu cihazları tamamen kapatın.

- * Yatağınızı elektromanyetik alanlardan mümkün olduğu kadar uzağa koyun,
- * Elektrikle çalışan radyolu çalar saatleri başınızdan mümkün olduğunca uzak tutun, mümkünse pille çalışanları tercih edin,
- * Elektrikli battaniye kullanıyorsanız, yatağa girmeden önce elektriğini kapatın.
- * Kullanmadığınız cihazları kapatın ya da fişten çıkarın. Stand-by konumdayken elektromanyetik kirlilik yaratırlar.
- * Dizüstü bilgisayarlar, şarjlı kullanıldığında daha düşük elektromanyetik alana sahiptir.

Elvan'ın inovatif teknisyenleri



Ayhan Demir

Zafer Gürbulak

Sürekli yeni ürünler geliştiren ve yeni pazarlara açılan Elvan Gıda'nın çalışanları da inovatif işlere imza atıyor. Elvan'ın teknik servisinde çalışan Zafer Gürbulak ve Ayhan Demir, ambalaj ünitesinde verimliliği artıran

teknolojik iyileşmeyi hayata geçirdiler. Yenilikçi bir şirket olabilmek için öneri sisteminin gücüne inanan Elvan yönetimi, her iki teknisyeni tebrik edip, ödüllendirdi.



Elvan

TOFFINI

Meyve Sulu Toffe Şeker
Fruit Chewy

