



'TÜRKİYE YÜZYILINDA ULUSAL POLİTİKALARDAN YEREL STRATEJİLERE'



Bursa'nın eğitim alanındaki yerel gücünü, fırsatlarını ve potansiyelini ortaya koymak üzere "Türkiye Yüzyılında Ulusal Politikalarından Yerel Stratejilere-Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Çalıştayı" Bursa İl Millî Eğitim Müdürlüğümüzce gerçekleştirildi. Bu çalıştaya okulumuzu temsilen okulumuz coğrafya öğretmeni Mustafa Sever, din kültürü ve ahlak bilgisi öğretmeni Erkan Taşdelen, bilgisayar öğretmeni Serdar Çetin ka-

ıldı. Millî Eğitim Bakan Yardımcımız Sayın Ömer Faruk Yelkenci, Müdürlüğümüz tarafından düzenlenen "Türkiye Yüzyılında Ulusal Politikalarından Yerel Stratejilere" Bursa Ortaöğretim Çalıştayı'ndaki masalanı ziyaret ederek istişarelerde bulundu. Eğitimin tüm paydaşlarının hazır bulunduğu çalıştayda eğitimimize dair yapılan ve hedeflenen önemli çalışmalar paylaşıldı.

SAĞLIĞINIZI tehlikeye atmayın

■ Kılıçarslan EVREN

Elektronik sigara hiç de masum değil! Elektronik sigaralar, diğer tütün ürünleri kadar sağlığa zararlıdır.

Elektronik sigaraların popülerliği artarken sağlık uzmanları bu ürünlerin potansiyel zararları konusunda uyarıyor. Elektronik sigaraların zararsız bir alternatif olduğu yanılgısı, gençler arasında özellikle yaygın. Ancak, bu cihazların kullanımının sağlık üzerinde ciddi etkileri olabileceği belirtiliyor.

Elektronik sigaralar, kullanıcılarına nikotin sağlar, bu da bağımlılık yapıcı bir maddedir. Tütün ve tütün ürünlerinin zararlarına ilişkin mücadeleye son yıllarda yeni nesil tütün ürünleri de dâhil edilmiştir. Bu ürünler Dünya Sağlık Örgütü'nün 2019 yılı açıklamasına göre Elektronik Nikotin Dağıtım Sistemleri (ENDS) olarak adlandırılmaktadır. En yaygın türleri; e-sigara, vape veya vape kalem, e-nargile, e-pipolar ve e-purolardır. Elektronik sigaralar, sıvı nikotin ve insanların sağlığı için toksik olabilecek diğer kimyasalları içermektedir.

"Gençler için endişe vericidir çünkü beyin gelişimini olumsuz etkileyebilir. Ayrıca, elektronik sigaraların içerdiği diğer kimyasalların da solunum ve kalp hastalıkları riskini artırabileceği belirtiliyor."

Tütün endüstrisi tarafından bu ürünler sigarayı bırakmak için kullanılabilecek, daha zararsız ürünler olarak tanıtılsa da Dünya Sağlık Örgütü'nün 2020 yılı açıklamasına göre bu ürünlerin de tütün ürünleri kadar sağlığa zararlı olduğunu bildirmektedir. Bu ürünlerin kullanımı konusunda özellikle çocuk ve ergenler büyük risk altındadır. Beynin gelişimi 20'li yaşların ortalarına kadar devam ettiği için, bu ürünlerin erken yaşta kullanımı beynin gelişimini olumsuz etkilemektedir. Ayrıca e-sigara kullanımının kalp hastalığı ve akciğer rahatsızlıklarını riskini artırdığı bilinmektedir. Bunlara ek olarak, elektronik sigaraların kartuşlarında sızıntı, kartuş değişimi sonrası nikotinin kazara alınması, istem dışı yüksek doz nikotin alma olasılığı gibi birçok risk barındırırken; patlama, yanık ve yaralanmalara da neden olmaktadır.

BIRAKABİLİRSİN

Sigarayı bırakmanın zor olacağı düşünülür ve bu süreci ertelemek isteyebilirsiniz. Ancak ilk adımı atmaya karar verdiğinizde ve bu süreçte bir uzmandan destek aldığınızda; sürecin çok daha kolay ilerlediğini görebilirsiniz.

Sigarayı bıraktığınız anda sağlığınızda/vücut fonksiyonlarınızda meydana gelen iyileşmeler, bırakma sürecine bağlı kalmanızı sağlayacaktır.

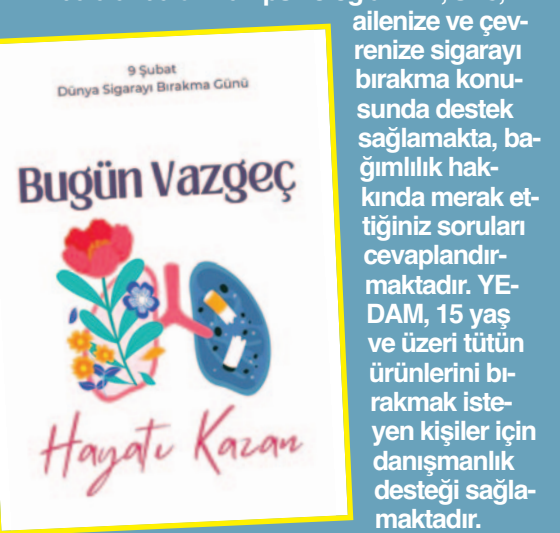
Gençler arasında elektronik sigara kullanımını engellemek için aşağıdaki adımlar atılabilir:

- Eğitim: Gençlerin elektronik sigaraların potansiyel zararları hakkında bilinçlendirilmesi önemlidir. Okullar, aileler ve toplum liderleri bu konuda önemli bir rol oynayabilir.
- Yasalar ve Düzenlemeler: Elektronik sigaraların gençlere satışını yasaklayan veya sınırlayan yasaların uygulanması ve denetlenmesi gereklidir.
- Reklam Kısıtlamaları: Elektronik sigara reklamlarının gençlere yönelik olmamasını sağlamak için düzenlemeler yapılmalıdır.
- Rol Model Olma: Ebeveynler ve yetişkinler, gençlere sigara içme konusunda pozitif bir rol model olmalıdır.
- Destek Grupları ve Programlar: Sigarayı bırakmak isteyen gençlere yardımcı olacak destek grupları ve programlar oluşturulmalıdır.

Sigara bırakma tedavisinde psikolojik destek ve ilaç tedavisi büyük önem taşımaktadır. Bırakma yöntemleri ve bırakma süreci hakkında bilgi edinmek için Yeşilay Danışmanlık Merkezi (YEDAM) ile iletişime geçebilirsiniz. 115 numaralı YEDAM Danışma Hattımızda alanda uzman psikologlarımız; size,

ailenize ve çevrenize sigarayı bırakma konusunda destek sağlamakta, bağımlılık hakkında merak ettiğiniz soruların cevaplandırılmaktadır. YEDAM, 15 yaş ve üzeri tütün ürünlerini bırakmak isteyen kişiler için danışmanlık desteği sağlamaktadır.

9 Şubat Dünya Sigarayı Bırakma Günü



"TÜRKİYE YÜZYILINDA TÜRKÇENİN YÜZYILI BİLGİ ŞÖLENİ"



■ Sevil ÖZKAN GÜLTEKİN
Yeni yüzyılda daha güçlü bir Türkçe için düzenlenen "Türkçe Bilgi Şöleni"ne öğrencilerimizle katıldık. Türkçe Eğitimi ve Nitelikli Türkçe Okur Yazar-

lığı, Türkçenin Mizahı, Dijital İletişim ve Sosyal Medyada Türkçenin Kullanımı başlıklı oturumlarda gerçekleşen bilgi şöleninde alanında uzman akademisyenleri izleme ve

dinleme fırsatını yakaladık. Cumhuriyetimizin 100. yılında Türkçemize gereken hassasiyeti göstererek bilim, sanat, edebiyat ve öğretim dili olarak gelişmesine destek olmak amacıyla

alanında uzman akademisyenlerin katıldığı "Türkiye Yüzyılında Türkçenin Yüzyılı Bilgi Şöleni"ni düzenleyen Bursa Büyükşehir Belediyesine teşekkür ediyoruz.



"MUN" de yeni başarılar!

İlimiz genelinde Şahinler Anadolu Lisesinde yapılan Model United National'da Best Delege seçilen öğrencilerimiz Tunç Yağmur, Jale Keser ve Tuana Aşkın belgelerini aldılar. Öğrencilerimizi tebrik ediyor başarılarının devamını diliyoruz. Ayrıca öğrencilerimize bu süreçte rehberlik ederek okulumuzda "MUN" çalışmalarını sürdüren İngilizce öğretmenimiz Murat Tekece'ye de şükranlarımızı sunuyoruz.

