TKV

DERGİ

TÜRK KALP VAKFI

TEMMUZ 2017 / SAYI 32 / ÜCRETSİZDİR



"Bilmek hayat kurtarır...
Değerinizi bilin. Değerlerinizi öğrenin. Kolesterol, tansiyon ve şekerinizi ölçtürün..."
ve *İyi Kalpli Ol*'un.

İyi kalpli ol!

TÜRK KALP VAKFI

19 Mayıs Cad. No: 8 34360 Şişli / İstanbul
Telefon: 0(212) 212 07 07 - 0(212) 212 51 30
E. Posta: tkv@tkv.org.

/turkkalpvakfi
/turkkalpvakfi
/turkkalpvakfi1975

www. tkv.org.tr

TKV DERGİ

TÜRK KALP VAKFI

TEMMUZ 2017 / SAYI 32 / ÜCRETSİZDİR

TÜRK KALP VAKFI ADINA SAHİBİ
Kenan GÜVEN
19 Mayıs Cad. No:8, Şişli - İstanbul

GENEL YAYIN YÖNETMENİ
İmren UTKU

YAZI İŞLERİ MÜDÜRÜ
Nurinisa PARMAKSIZ
19 Mayıs Cad. No:8, Şişli - İstanbul

YAYIN KURULU BAŞKANI
Saliha ULAŞOĞLU

YAYIN KURULU
E. Gül TAŞTABAN,
Prof. Dr. Türkan ERTUĞRUL

TASARIM
Bonart Ajans

BASKI
Cem Ofset

YÖNETİM YERİ
TÜRK KALP VAKFI
19 Mayıs Cad. No:8
34360 Şişli – İstanbul / Türkiye
Tel: (0212) 212 07 07
Faks: (0212) 212 68 35
www.tkv.org.tr
tkv@tkv.org.tr
twitter.com/turkkalpvakfi
facebook.com/tukkalpvakfi
instagram.com/turkkalpvakfi1975

TÜRK KALP VAKFI, vergi bağışıklığına sahiptir.
Bağışlarınızı masaflarınıza işleyebilir, vergiden düşebilirsiniz.

T ÜRK KALP VAKFI DERGİSİ, Yerel, Süreli Yayın olup, 6 ayda bir ücretsiz olarak yayınlanmaktadır.

Türk Kalp Vakfı Dergisi, Basın Ahlak Yasası'na uymayı taahhüt eder.
Yayınlanan yazıların sorumluluğu yazarlarına, ilanların sorumluluğu ise, sahiplerine aittir.
Dergimizde yayınlanmış olan yazı ve haberler, kaynak gösterilerek kullanılabilir.

İÇİNDEKİLER

TÜRK KALP VAKFI

02 Arb. ve Av. Çetin Yıldırımakın / Türk Kalp Vakfı Onursal Başkanı
03 Kenan Güven / Türk Kalp Vakfı Mütevelli Heyet ve Yönetim Kurulu Başkanı
05 Prof. Dr. Bülent Görenek / Sporcularda ve Gençlerde Ani Ölümler
07 Prof. Dr. M. Taner Gören / Hekimlik Mesleğinin Geleceği
09 Doç. Dr. Emrah Binak / Mitral Kapak Prolapsusu
11 Doç. Dr. Bilgin Giray / Diş Hekimi
14 Diyetisyen Merve Saatçi / Yaşlılık ve Yaşlılıkta Beslenmenin Önemi
18 Türk Kalp Vakfı Kalp Sağlığı Ulusal Danışma Kurulu ilk toplantısını gerçekleştirdi
19 Cemil İpekçi'den Türk Kalp Vakfı Yararına Özel Defile
21 Arnavutköy Korkmaz Yiğit Lisesi'nde "Kalp Sağlığı" konulu seminer
22 Türk Kalp Vakfı "8 Mart Dünya Kadınlar Günü"nde Kalp Dostlarıyla Beraber
23 Vakfımızda 14 Mart Tıp Bayramı
24 29. Kalp Haftası Basın Toplantısı ve "İyi Kalpli Ol" Ödül Töreni
26 29. Kalp Haftası Resmi Açılış Töreni
29 "Temel Yaşam Desteği" Kursu
30 29 . Kalp Haftası Farkındalık Yaratma Çalışmaları
31 "Kalbiniz İçin Pedallıyoruz" Bisiklet Turu
32 Okullarda İnteraktif Eğitim ve İlk Yardım Eğitim Programları
33 "Kalp Sağlığımız İçin Denize Olta Atalım" Etkinliği
34 Ortak Bilimsel Araştırma Protokolü İmzalandı
35 Nejat Müldür / Röportaj
38 Uluslararası Geleneksel Türk Kalp Vakfı & Exotic Senyör Tenis Turnuvası
41 Şehirdeki Çocuklar Final Basın Toplantısı
44 34. Vakıflar Haftası Kutlamaları
45 Belediyelerle Kalp Sağlığı Konferansları
46 Türk Kalp Vakfı Kalp Dostları İftar Yemeğinde Bir Arada
48 Global Wellness Day / "İyİ Yaşam Günü"
50 Başkanımız'dan Hastalarımıza Ziyaretler
51 Vakfımızda Etkili İletişim Semineri
52 Birgi Köyü, Ödemiş; İzmir'in Masalsı Köyü
54 Sağlığınız İçin Spor Alışkanlığı Edinin
56 Basında Türk Kalp Vakfı





Arb. ve Av. Çetin Yıldırımakın
Türk Kalp Vakfı
Onursal Başkanı

Değerli Okurlarımız;

42 yıllık kuruluş olan Türk Kalp Vakfı'nın çalışmalarını ve değerli yazarların önemli konulara dair yazılarını okuduğunuz, bil fiil ilk günden bu yana her sayısında naçizane düşüncelerimi ifade etmeye çalıştığım dergimizin 32. sayısında yine sizlerle olmanın mutluluğunu yaşıyor ve hepinizi sevgi ve saygıyla selamlıyorum.

Başarılı, birbirinden güzel etkinliklerin yer aldığı ve dergimizde sizlerin bilgisine sunulan Yönetim Kurulundaki arkadaşlarımızın özverili çalışmalarını gönülden kutluyorum.

Kalp hastalıklarının çocuk yaşlara inmesi ve acil önemler alınması noktasında, önemli çalışmalara imza atan Vakfımızın başarılı çalışmalarından biri olan "Şehirdeki Çocuklar Projesi" ile yavrularımızın oyun alanlarının yok olması gerçeğinin ortaya çıkması hepimizi çok üzmüştür.

Türk Kalp Vakfı'nın bu konuda hazırladığı rapor, devletin her kademesine iletilecek ve umarız sorunların çözümüne katkı sağlayacaktır.

Tüm okurlarımızı; kalp damar hastalıklarına savaş açan, yıllardır bu yönde önemli projelere imza atan saygın bir sivil toplum kuruluşu olan Vakfımızın, insanlık düşmanı ilan edilen bu hastalığa karşı farkındalık yaratma çalışmalarına destek olmaya bekliyor, güzel, huzurlu ve sağlıklı bir yaz dönemi geçirmenizi temenni ediyorum.

Sevgi ve saygılarımla.



Kenan Güven

Türk Kalp Vakfı Mütevelli Heyet ve Yönetim Kurulu Başkanı

Değerli Okurlarımız,

Yoğun bir kış dönemini bitirmiş olmanın mutluluğuyla herkesi saygıyla selamlıyorum.

Vakfımız, kalp damar hastalıkları ile mücadele etmenin önemini vurgulamak, halkımızı bu hastalıklara karşı uyarmak, kalp sağlığını koruma konusunda bilinçlendirmek, bilgi vermek, sağlıklı yaşam alışkanlıkları kazandırabilmek, kalp sağlığına dikkat çekmek ve farkındalık yaratmak misyonuyla çalışmalarını sürdürmektedir.

Bu bağlamda; Kalp Haftalarını ve sporun sağlığımızda ne kadar önemli olduğunu vurgulamak amacıyla Uluslararası Tenis Turnuvasını, Dünya Kalp Günü'nü ve daha birçok konferans ve eğitici, bilinçlendirici, bilgilendirici organizasyonları da gerçekleştirmekteyiz.

Kalp damar hastalıklarının asgariye indirilmesinde sporun ve fiziksel aktivitenin önemini vurguladığımız ve organize ettiğimiz çok çeşitli sportif etkinliklerimizi dergimizin bu sayısında bilgilerinize sunuyoruz.

Çalışmalarını hem ulusal hem de uluslararası alanda sürdüren Vakfımızın, daha fazla hareket ve sportif etkinlikler kapsamında gerçekleştirdiği çalışmalarından biri olan ve uluslararası olması nedeniyle önemli bir yer teşkil eden "Şehirdeki Çocuklar Projesi" tamamlamış ve sonuçları rapor haline getirilmiş olup kamu ile paylaşılmıştır.

Erken yaşlarda kalp sağlığı ile ilgili alışkanlıklar edinmek, bütün bir ömür boyunca sağlıklı kalmak için çocukları ve gençleri fiziksel hareketlere alıştırmak ve fiziksel aktivite seviyelerini arttırmak üzere, UEFA ve Dünya Kalp Federasyonu tarafından geliştirilen ve Türk Kalp Vakfı tarafından yürütülen "Şehirdeki Çocuklar" projesinin ana hedefi Büyükşehirlerin düşük gelirli semtlerinde yaşayan 7-12 yaş grubundaki çocukların fiziksel aktiviteye erişimini arttırmak ve fiziksel aktivite konusundaki farkındalıklarını arttırmaktır.

Bu önemli konuyu sizlerle paylaştıktan sonra, sporun yaşamımız üzerindeki olumlu etkilerini ve uzmanlarımızın görüş ve önerilerini bir kez daha hatırlatmakta fayda var.

Spor yapacak kişinin, her şeyden önce kardiyolojik muayene olması gerekir. Bu şekilde, tansiyon, kalp ritmi, kalbin pompalama gücü, kalp kapaklarının durumu ve buna karşın efor kapasitesinin ortaya konması gerekir. Hiçbir zaman kişi başkalarıyla olduğu gibi kendisiyle de yarış içinde çok hırslı olmamalı.

Bunun yanında diyabet, kolesterol düzeyi, tansiyon, kilo durumu uygun bir şekilde düzenlenebilir. Sigara kesinlikle içilmemeli ve alkol tüketimi kaldırılmalı veya en aza indirilmeli.

Spor her yaşta yapılabilir. En çok önereceğimiz spor yürüyüş tarzı sporlardır. Özellikle de uygun tarzda spor, sporun süresi ve şekli her kişinin kapasitesine göre düzenlenir. Bu da ancak kişinin kardiyolojik muayenesi sonucunda ortaya konur.

Kalp hastası birinin doktor kontrolü olmadan ve doktorun vereceği tavsiyelere uymadan spor yapmanın ne kadar tehlikeli olduğu zaten herkesin bildiği bir gerçektir. Öncelikle ve özellikle üzerinde durduğumuz ama maalesef çoğumuzun da göz ardı ettiği bir konu olan, düzenli olarak sağlık kontrollerimizin yapılmasını yaşam tarzı haline getirmemiz gerekir.

Yılda en az bir kez tüm sağlık kontrollerimizi yapmalıyız, her zaman söylediğimiz bir sloganımız var, "**Değerinizi bilin, değerlerinizi öğrenin, şeker, kolesterol ve tansiyonunuzu ölçtürün**" diyoruz. En azından fazla zamanınızı almayacak bu küçük testler bile sağlığımız için çok önemlidir.

Hepimizde "Bana bir şey olmaz veya hasta olursam doktora giderim" şeklinde yanlış bir algı var maalesef. Asıl olan hastalanmadan evvel doktora gitmeyi alışkanlık haline getirmektir.

Türk Kalp Vakfı olarak halkımızı kalp damar hastalığına karşı uyarma ve bilinçlendirme çalışmalarımızla, hastalanmadan sağlıklarını korumaları gerektiğini her fırsatta hatırlatırken, doktor kontrollerini yaptırmanın ne kadar önemli olduğunu belirtiyoruz. Erken teşhis, iyileşme sürecini daha kısaltacağı gibi, hastanın da kendine daha dikkat etmesi gerektiğini göstererek, sağlıklı, kaliteli bir yaşam sürmesini sağlamış olur.

Özetleyecek olursak,
Hastalanmadan evvel doktora gitmeli.
Kalp kontrollerini mutlaka yaptırmalı,
Sağlıklı ve dengeli beslenmeli.
Fazla kilolu olmamalı,
Sigara ve alkol kullanmamalı,
Düzenli spor yapmalı, (Yürüyüş gibi)

Bu basit adımları gerçekleştirmek ile sağlığımız daha düzgün hale gelebilir.

Sağlıklı nesillerin olacağı yarınlar için "**iyi kalpli**" olun!



Prof. Dr. Bülent Görenek
Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Tıp Fak. Kardiyoloji Anabilim Dalı Öğretim Üyesi

Sporcularda ve Gençlerde Ani Ölümler

Toplumda ani ölüm nedenleri arasında kalp hastalıkları birinci sıradadır, hatta kalp hastalıklarına bağlı ani ölümlerin sayısının diğer nedenlerden kaynaklı tüm ani ölümlerden bile daha fazladır. Bugün için ani ölüme en sık neden olan olay kalp krizidir.

Sporculardaki ani ölümlerin büyük kısmı kalp kökenli olup, bir sporcuda görülme olasılığı 10-20 yıllık izlemde 1/50.000 ila 1/300.000 arasındadır. Bu ölümler basında hemen daima kalp krizine bağlansa da, gerçekte sahadaki sporcu ölümleri kalp krizinden ziyade diğer kalp sorunlarından kaynaklanmaktadır. Sporcu ölümlerini yapısal kalp hastalığı olan ve olmayanlarda ayrı ayrı ele almak gereklidir.

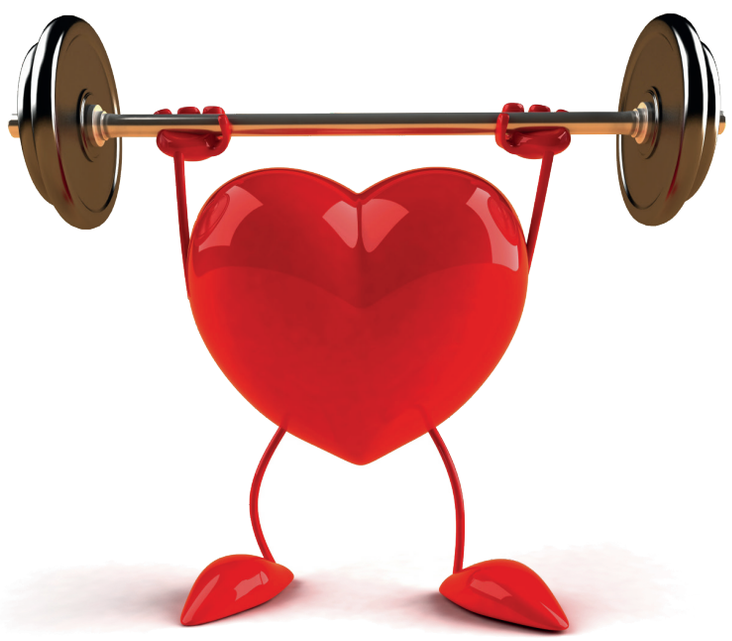
Yapısal kalp hastalığı olan sporculardaki ani kardiyak ölüm nedenleri yaşla farklılıklar göstermektedir. Otuz beş yaşının altındakilerde eşlik eden kalp hastalıkları çeşitlidir. Bununla birlikte nedenler coğrafi bölgelere göre değişiklikler göstermektedir. Birkaç yıl önce ABD'de 1435 genç sporcuda yapılan çalışmada sahada ölen olgularının % 44'ünde kalp kası iltihabı, %17'sinde koroner damar çıkış anormalliği, %8'inde kalp kası iltihabı, %4'ünde sağ karıncıktan kaynaklanan ölümcül çarpıntılar, yine %4'ünde mitral kalp kapağında sarkmalar tespit edilmiştir. Geriye kalanlarda ise aort kapağı darlığı, koroner damar hastalığı, kalple ilgili elektriki sorunlar, kalp kaslarının iflası, aort damarında balonlaşma ve diğer doğuştan kalp hastalıkları bulunmuştur.

İtalya'da aynı yaşlarda ani kardiyak ölüm gelişen sporcuların incelendiği başka bir çalışmada ise ölümlerin %22'sinden sağ karıncıktan kaynaklanan ölümcül çarpıntıların, %18'inden koroner damar hastalığının, %12'sinden koroner damar çıkış anomaliklerinin, %10'undan mitral kalp kapağında sarkmaların, %6'sından kalp kası iltihabının, %2'sinden ise kalp kası kalınlaşmasının sorumlu olduğu tespit edilmiştir. Görüldüğü üzere iki çalışma sonuçları arasında muhtemelen coğrafik özelliklerden kaynaklanan ciddi farklar mevcuttur.

Yapısal kalp hastalığı olan otuzbeş yaşının üzerindeki sporcularda ani ölüm nedenleri gençlerdekilerden farklılıklar arz etmektedir. Bu sporcularda koroner damar hastalıklarına yani kalp krizine bağlı ölümler pek çok çalışmada ölümlerin en sık nedeni olarak bulunmuştur.

Yapısal kalp hastalığı olmayanlarda ölümler hemen daima aritmi yani kalp çarpıntılarına bağlı gelişir. Bu ölümlerin en muhtemel nedenlerini ise "Uzun QT Sendromu", "Brugada Sendromu" ve "Ailevi Sağ Karıncık Taşikardisi" oluşturmaktadır. Yine bu olgularda "İdiopatik Ventrikül Fibrilasyonu", göğüse alınan darbe sonucu gelişen "Commitio Cordis" de sık ölüm nedenlerindendir. Sporcularda doping maksadı ile alınan ilaçların da ölümcül kalp çarpıntılarına neden olabileceği akılda tutulmalıdır.

Beraberinde bazı riskler getirsede spor sağlıklı yaşam için vazgeçilmezdir. Sporun özendirilmesi ve yaygınlaştırılması sağlıklı nesiller için şarttır. Sporcuların bilinçlendirilmesi medyada izlediğimiz genç ve sporculardaki ani ölümleri büyük oranda engelleyebilir. Gençlerde ve sporcularda ani ölümleri önleyebilmek için ailesinde benzer öyküsü olanlar, daha önce çarpıntı veya bayılma tarif edenler veya efor sırasında nefes darlığı ve göğüs ağrısı gibi şikayetleri olanlar ve spora yeni başlayacak olanlar mutlaka bir uzman tarafından değerlendirilmelidir. Yine egzersiz programı ve diyet bir uzman gözetiminde yapılmalı, doping ve zayıflatıcı ilaçlardan kaçınılmalıdır.





Prof. Dr. M. Taner Gören
İ.Ü. İstanbul Tıp Fakültesi
Kardiyoloji Anabilim Dalı Öğretim Üyesi

Hekimlik Mesleğinin Geleceği

Otuz yaşlarındaki genç adam 1 yıl önce başlayan eforla nefes darlığından şikayet ediyordu. Şikayeti giderek artmış, birkaç ay sonra bacaklarında şişme olmaya başlamıştı. Bacağına parmağı ile bastırınca çukur kalıyordu. Bu şikayetle bir çok kardiyoloğa gitmiş ve hepsi de kalp yetersizliği olduğunu söylemişlerdi. İdrar söktürücü ilaç veriyorlardı. Bir süre düzeliyor fakat yeniden şikayetleri artıyordu. Bir süre sonra karnı da şişmeye başlamıştı. Doktorlar kalp yetersizliğine bağlı olarak karnında su toplandığını söylemişlerdi. Birkaç kez karnından su da alınmıştı ama farklı bir teşhis konulmamıştı. Hastaya defalarca ekokardiyografi yapılmıştı. Bilgisayarlı tomografi ile kalbi incelenmiş; son olarak koroner anjiyografi de yapılmış ve koroner damarları normal bulunmuştu. Ancak kalp yetersizliğinin nedeni bir türlü bulunamıyordu.

Hastayı gören kardiyologlar kalp yetersizliğinin nedeni olarak iki olası teşhis düşünmüşlerdi; biri restriktif kardiyomiyopati diğeri konstriktif perikardit. İlki tedavisi olmayan ve sonuçta kişiyi ölüme götüren bir hastalıktı. Diğeri ise perikardiyektomi ameliyatı ile düzelebilmekteydi; ancak teşhisin kesin olması gerekiyordu. İzleyen kardiyolog hastayı kalp cerrahına da göndermiş ama kalp cerrahı tablonun konstriktif perikardite uymadığını söyleyerek ameliyat etmeyi kabul etmemişti. Hasta çaresizdi. Son zamanlarda iki adım atınca nefesi daralıyordu. Hastalığı süresince sürekli kendisine refakat eden annesi oğlunun gün geçtikçe kötüleşmesini çaresizlikle izliyordu. İzleyen kardiyolog karın ve bacak şişliği artınca zaman zaman servise yatırıyor ve damardan idrar söktürücü veriyordu. Biraz düzelince çıkarılıyordu. Ancak kesin çözüm bulunamıyordu. Yine şikayetlerinin artışı nedeniyle bir üniversite hastanesinin kardiyoloji servisinde iki kişilik odaya yatırılmıştı. Servisin hocalarından biri hasta başı uygulaması yaptırmak üzere bir grup üçüncü sınıf öğrencisi ile birlikte diğer yatakta yatan hastanın yanına gelmişti. Onda da kalp yetersizliğine bağlı karında ve bacaklarda şişme vardı. Hoca hastanın şikayetlerini soruyor, öğrencilere kalp yetersizliğinin semptom ve bulgularını anlatıyor ve hastadaki bulguları gösteriyordu. Genç hasta da onları ilgiyle izliyordu. Hoca öğrencilere, “Çocuklar, kalp yetersizliği şüphesi bulunan bir hasta geldiğinde önce onun ayrıntılı anamnezi alınmalıdır. Sonra da tepeden tırnağa ayrıntılı bir fizik muayene yapmak gerekir. Hastamızda olduğu gibi, özellikle karında şişme bulunan bir hastada karnın her tarafını mutlaka dinlemelidir. Karında duyulan devamlı üfürüm kalp yetersizliği nedenlerinden biri olan arteriyovenöz fistül teşhisini koydurabilir” diyerek bilgi veriyordu. Ardından hastanın karnını dinlediler. O sırada, diğer yatakta yatan ve kendilerini, ilgiyle izleyen genç hasta hocanın dikkatini çekmişti. Hastaya dönüp, “Geçmiş olsun, sizin de kalp yetersizliğiniz var galiba, sizin de karnınız şiş görünüyor. İzin verir misiniz sizin de karnınızı öğrencilerimle birlikte dinleyelim” diye sordu. Genç hasta, “Tabii, memnun olurum” diye cevap verdi.

Önce hoca dinlemişti hastanın karnını; doğrusu bir üfürüm duyacağını beklemiyordu. Ancak hastanın karnını dinleyince çok şaşırdı; karnın her tarafında hem sistolik hem diyastolik devamlı bir üfürüm duyuluyordu. Hoca heyecanla üfürümü öğrencilerine de dinletti. Ardından hastanın anamnezini aldılar. Hasta on dört ay önce bel fıtığı ameliyatı geçirmişti; şikayetlerinin ondan kısa süre sonra başlamış olduğu anlaşılıyordu.

Üfürüm en şiddetli olarak karnın sol alt kadranında duyuluyordu ve bir arteriyovenöz fistüle uyuyordu. Hastaya Bilgisayarlı tomografi ile karın aortu ve alt ekstremite arterlerinin anjiyografisi yapıldı. Sol ana ilyak arter ile sol ilyak ven arasında fistül saptandı. Fistülün, disk hernisi ameliyatı sırasında komplikasyon olarak geliştiği düşünüldü. Hastanın kalp yetersizliği, bu fistülün yol açtığı yüksek debiye bağlı olarak gelişmişti. Girişimsel radyoloji ekibi ile konuşuldu. Hastanın fistülü sol femoral arter yoluyla koyulan greft kaplı stent ile kapatıldı. Birkaç ay içinde kalp yetersizliğinin semptom ve bulguları tamamen kaybolmuştu. Hasta sanki Dünyaya yeniden gelmiş gibiydi. Birçok ileri incelemeye rağmen konulamayan teşhis hastanın karnını dinlemekle konulmuştu.

Bu gerçek hikayeyi hekimliğin geleceği ile ilgili duyduğum kaygı nedeniyle anlattım. Hekim kelimesinin sözlükteki anlamı, hikmet sahibi söz söyleyen kişi, bilge kişi olarak verilmektedir. Ancak Ülkemizde 2002'den bu yana uygulanan Sağlıkta Dönüşüm Programı ile hekimliğin bu anlamı giderek kaybolmaktadır. Sağlık sisteminde yapılan değişikliklerin halkın gözündeki algısı memnuniyet vericidir. İnsanlar artık doktora ve ilaca çok kolay ulaşabilmektedirler. Halkımız 2002'de yılda 3 kez doktora gidebilirken şimdi yılda 9 kez doktora gidebilmektedir. Çok iyi bir gösterge olarak ifade edilen bu parametre aslında kötülüğün altında yatan sebebi ifade etmektedir. İnsanların yılda dokuz kez muayeneye gidebilmeleri ancak anamnez ve fizik muayenenin ortadan kalkmasıyla mümkün olmuştur. Çünkü hastanın hekimle görüşme süresi en çok 5 dakika olmaktadır. Oysa ilk defa muayene edilen bir hastaya hekimin en az yirmi dakika süre ayırması gereklidir. Hekim hasta ile göz teması kurarak ve etkili dinleme ile anamnez almalı ve ardından yeterli fizik muayene yapmalıdır. Bu yöntemle hastalıkların yüzde sekseninde tanı koyulabilmektedir. BT, MR gibi ileri incelemeler ancak gerekli ise yapılmalıdır.

Bu duruma gelinmesinin iki temel nedeni var; biri performansa dayalı ödeme. Sistem doktora ne kadar çok hastaya bakarsa o kadar çok kazanacağını söylemektedir. Diğer nedeni de kışkırtılmış sağlık talebi diye ifade edilen durumdur. Bunu acil servislere olan başvuru sayısı çok iyi ifade etmektedir. Seksen milyon nüfusu olan bir ülkede yılda acile başvuran hasta sayısı 110 milyondur. Dünyada nüfusundan daha fazla acil başvurusu olan tek ülkeyiz. Üstelik acile başvuranların % 80'i gerçek acil değil, çoğu da sağlam insanlar. Bu yoğun başvuru nedeniyle gerçek acil hastaların tanısı ya koyulamamakta ya da çok gecikmektedir.

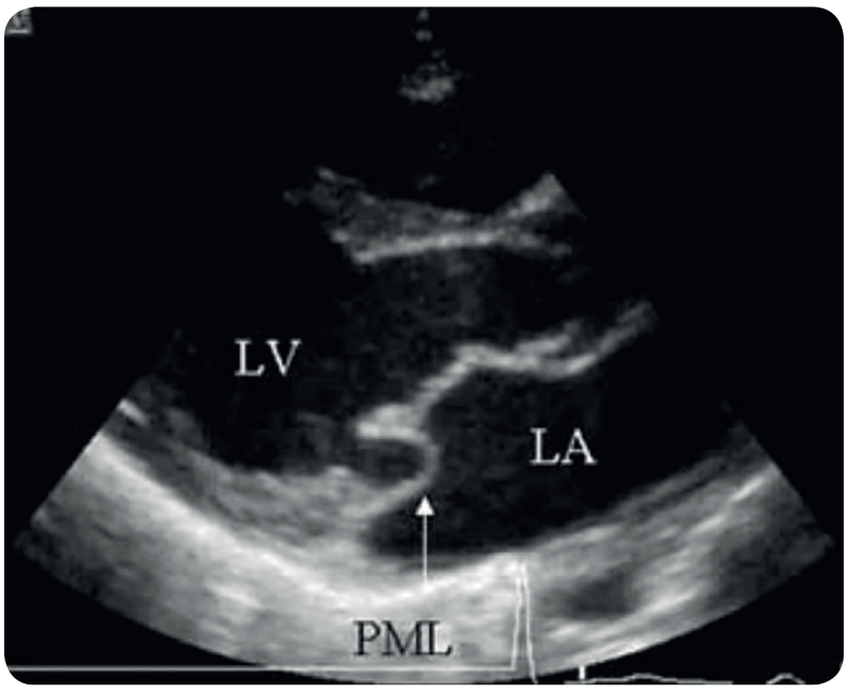
Anamnez (doktorun hastaya teşhis koymak için ya da mevcut hastalığının durumunu belirlemek için bilgi alması) ve fizik muayene olmadan hekimlik yapılamaz. Anamnez ve fizik muayenenin ortadan kalkması ile hekim-hasta iletişimi bozulur; gereksiz ilaç ve tetkik nedeniyle sağlık harcamaları artar; malpraktis artar; insanlar mağdur olur. Mağdur olan insanlar bu durumdan doktoru ve sağlık çalışanını sorumlu tutar ve onlara şiddet uygular; şiddet ölüme kadar uzanır. Bu gidişle hekimlik mesleği bir daha düzelmemek üzere yozlaşacak; 2023'de hekim sayısı belki 200 bini geçecek ama bu ülkede kimse gerçek sağlık hizmeti alamayacak. Bu gidişi gören herkesin kaygı duyması ve kötüye gidişi önlemek için demokratik kurallar içerisinde mücadele etmesi önemlidir.



Doç. Dr. Emrah Binak
Türk Kalp Vakfı Kardiyoloğu

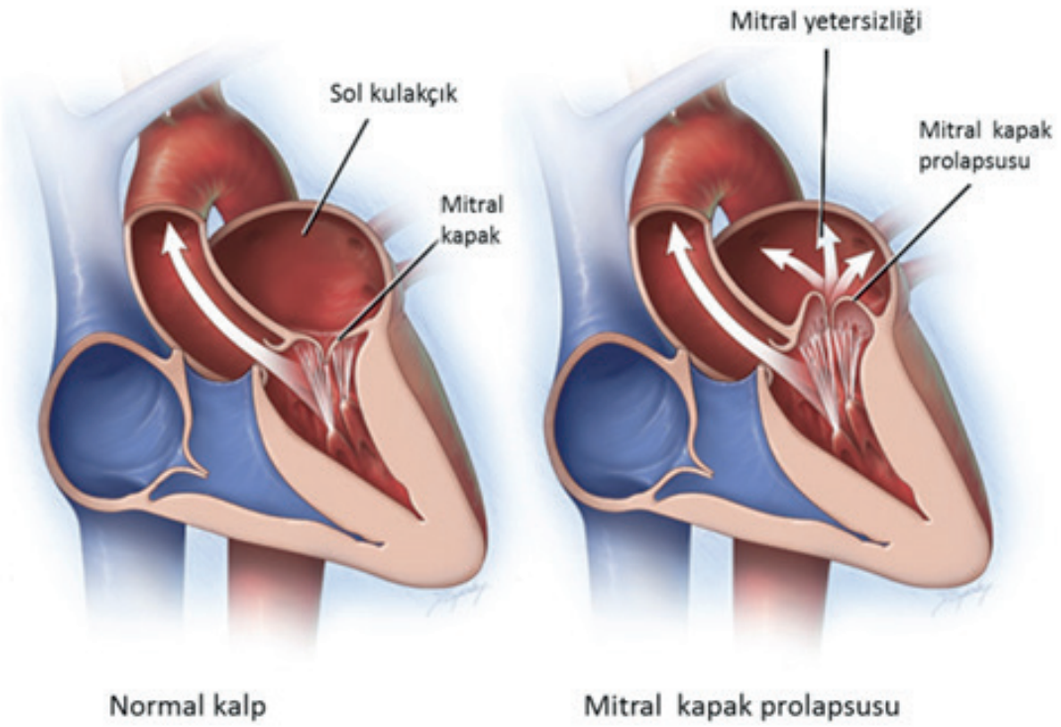
Mitral Kapak Prolapsusu

Mitral kapak, iki yaprakçıktan oluşur ve sol kulakçık ile sol karıncık arasında bulunur. Normalde sol karıncık kasılıp içindeki kanı aortaya atarken mitral kapak kapanıp kanın sol kulakçığa geri kaçmasını önler. Bu yapraklar her kalp atışında açılır ve kapanırlar.



Mitral kapak prolapsusu, genellikle doğuştan, mitral kapağın iki yaprakçığından birinin veya her ikisinin normalden daha kalın, gevşek ve yumuşak olması durumudur. Bu nedenlerle mitral kapak, kalbin kasılması sırasında üzerine binen basınçla sol kulakçığa doğru sarkar. Bazen de bu sarkma nedeniyle kapak tam kapanamaz ve sol kulakçığa doğru kanın geri kaçmasına sebep olur. Yani, mitral kapak yetersizliği ortaya çıkar.

En sık görülen kapak hastalığıdır. Toplumun % 2-6 sında bulunur.
Hastalarda çarpıntı, göğüs ağrısı, bayılma gibi şikayetler olabilir. Bazen ise tamamen sessizdir. Fizik muayenede mitral yetersizliği üfürümü ve/veya klik denen bir ses duyulabilir. Kesin tanı ekokardiyografi ile konulur. Ekokardiyografi kapağın yapısını, sarkma düzeyini ve yetersizliğin varlığı ve şiddetini gösterir. Çarpıntı şikayeti de varsa Holter (24 saatlik ritim kaydı) incelemesi gerekebilir.



Çoğu hastada tedavi gerekmez. Sadece belirli aralarla kontrol yeterlidir. Ancak çarpıntı ve göğüs ağrısı olduğu durumlarda beta bloker grubu ilaçlar kullanılabilir.

En önemli problem mitral kapak yetersizliği gelişen hastalarda nadiren de olsa bu yetmezliğin zamanla artabilmesidir. Yetmezlik derecesinin ileri düzeyde olduğu durumda, kalbin durumu ve şikayetler değerlendirilerek kapağa cerrahi müdahale ile kapak tamiri ya da protez kapak takılması gerekebilir.

Genelde mitral prolapusu günlük hayatı etkilemez ve spor yasaklanmaz. Ancak kardiyologlar belli kriterleri gözönüne alarak (yetersizlik derecesi, aritmi varlığı vs.) spora kısıtlama getirebilirler. Hastaların hastalığın ciddiyetine göre 6 ay ile 2 yıl arasında sürelerle kontrol edilmeleri gerekir.



Doç. Dr. Bilgin Giray
Diş Hekimi

2011 yılında yayınlanan Birleşmiş Milletler Siyasi Deklarasyonu'nda; yılda 36 milyon insanın ölümüne sebep olan bulaşıcı olmayan hastalıklar (kardiyovasküler hastalıklar, diyabet, solunum yolu hastalıkları, kanserler) ile ağız-diş sağlığını etkileyen hastalıkların aynı risk faktörlerini taşıdığı, dolayısıyla ağız-diş sağlığının korunmasının genel sağlığımızın da korunmasının en önemli ve birincil koşulunu oluşturduğu sonucuna varılmıştır.

Diş ve dişeti rahatsızlığı olan 39-69 yaş grubu bireylerde koroner kalp rahatsızlığı görülme riski 3-7 kez artarken, kötü ağız hijyenine sahip bireylerin kronik solunum sistemi hastalıklarına riski 4-5 kat daha fazla olarak bildirilmektedir.

Türkiye'de ağız-diş sağlığı ile ilgili yayınlanan istatistikler oldukça dikkat çekmektedir. Yılda 1 kişiye 1 diş fırçası bile düşmemekte, her 2 evden birine hiç diş fırçası girmemektedir.

Her 3 kişiden biri dişlerini günde 1 kez dahi fırçalamamaktadır. Halkımızın yüzde 47,11'inin son bir yılda diş hekimine gitmediği, hayatı boyunca hiç diş hekimine gitmeyen nüfus oranı ise yüzde 12,5 olduğu ortaya çıkmıştır. 12-13 yaşlarında her 100 çocuktan 81-84'ünün dişlerinde çürük bulunmaktadır. 30-34 yaş grubunda ise 100 kişiden çürüğü olmayan kişi sayısı yalnızca 3'tür. Ayrıca, gelişmiş ülkelerde diş hekimlerine gitme sıklığı yılda 5 kez iken, ülkemizde 0.7'dir. Türkiye'de 65 yaş üstü nüfusta dişsizlik oranı %65'tir.

Ağız-diş sağlığı, genel sağlığın ayrılmaz bir parçasıdır. Diş çürükleri ve diş eti hastalıkları, diyabet, kanser, kardiyovasküler ve solunum yolu hastalıkları ile ortak risk faktörü taşımaktadır.

Diş Eti Rahatsızlıkları ve Diş çürükleri ve diş kökü iltihaplanmaları hayatımız boyunca sıklıkla rastladığımız sağlık sorunlarının başında gelir. 5-17 yaş grubu çocuklarda da çürüklü diş oranı %60 civarında olup, yaşın ilerlemesiyle birlikte diş eti hastalıklarında önemli artış saptanmaktadır. Diş ve diş eti iltihaplarına neden olan bakteriler, kan dolaşımı ile vücut geneline yayılıp, böbrek ve kalp de geniş hasarların artması neden olur.

Yetersiz ağız hijyeni sonucu oluşan çürükler,bu çürüklerin tedavisi veya çekim sırasında oluşan enfeksiyonlarda bakteriler kan dolaşımına katılarak kalp kapağında harabiyet oluşturur. Sağlıklı diş eti soluk pembe renkli ,diş ve çene kemiğine sıkıca tutunmuş vaziyettedir. Diş eti rahatsızlığı ise diş üzerinde plak birikmesi ile oluşan kronik dişeti enfeksiyonudur (periodontitis) . kırmızı parlak ,kabarık ufak bir dil veya fırça darbesiyle kolayca kanaması ile ayırt edilebilir. Bu durum ayrıca ağız kokusuna (halitosis) e sebeb olur. Bu tip hastalarda fırçalama esnasında oluşan kanamada dolaşıma katılarak tehlike oluşturur. Ayrıca bu tip vakalarda çekim de aynı sebeble kalp kapağında enfeksiyona ve kalp romatizmasına sebep olabilir.

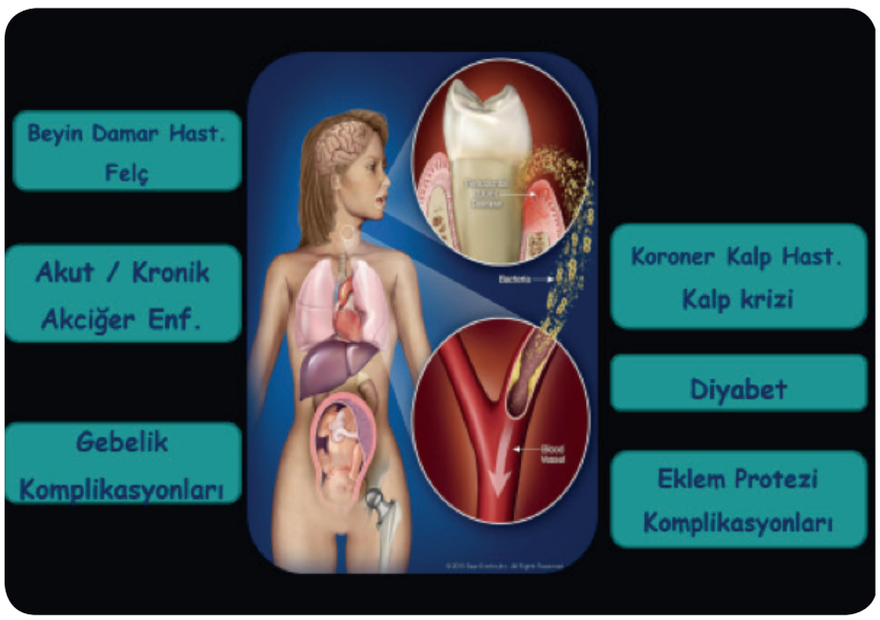
Konuya açıklık getirir isek, plak birikiminin arttığı ve plaktaki bakterilerin ortaya çıkardığı toksinlerin bağışıklık sistemini uyarması sonucu iltihabi yanıt oluşturmasıyla ortaya çıkmaktadır. Enfeksiyona karşı savaşmak için vücut, dişetlerini beyaz kan hücreleri ile yoğunlaşır. Bakterilerin toksinleri ile birleşerek CRP düzeyinin artmasıyla dişleri yerinde tutan destekleyici kemik dokuların yıkımına neden olur. Periodontal rahatsızlklar, diş çürümeleri ve hat safhada da diş kayıpları görülür.
Endokardit tedavisi uzun süren son derece ölüm riski gösteren vahim tablodur. Hastanın genel durumu aile geçmişi ile yatkınlık var ise kalp krizi riski artar. Hatta bazı durumlarda kalp krizini diş ağrısıyla karıştırılabilir.

Lösemili hastaların ilk bulguları araştırılırken ağız içi diş eti rahatsızlıkları kızarıklık, şişmeler ve kron boyunca diş eti uzumalar burada da görülebilmektedir.
Hipertansiyon, Diş Hekimlerine gelen hastalarda önemli bir sorun olabilir.
Korkudan dolayı tansiyonu yükselen Hastaya gerekli sedasyon verilerek veya sakinleştirici sohbetler yapılarak hasta kontrol altına alınır. Ancak hipertansiyonun oluşumunda bile kronik ağız enfeksiyonlarının rolünün olduğu söylenebilmektedir. Burada damar sertliği nedeniyle daralmış damar, tıkanmış kalp krizine gitmiş bir damar oluşumu ortaya çıkarır. Aynı olay beyne giden şah damarı dediğimiz karotis damarında olursa, beyinde inmeyle sonuçlanan olaylara kadar gider.



Kliniğe baş vuran hastalarımızda nadirde olsa görülen Senkop, diş hekimliği pratiğinde yüzde 50 civarında görülür. Hipertansif kriz korku nedeniyle oluşur, ama o kadar sanıldığı kadar her an müdahale edilecek bir durum değildir. Hastayı sakinleştirmek suretiyle tolere edilebilir. Ama göğüs ağrısı söz konusu olduğunda, miyokard enfarktüsü ile karşı karşıya olabiliriz. Bu konuda dikkatli olmak gerekir. Özellikle en ufak hareketle, hareketle ilişkili bir göğüs ağrısı olan bir insan karşısında daima hemen onu bir hızlı acil üniteye sevk etmek suretiyle bir yol izlenir.

Lokal anestezi, adrenalin lokal anestezi uygulanmasında çok ciddi bir sıkıntı yaratılması söz konusu değildir. Aspirin kullana hastalarımızda Aspirin kesilmesine gerek kalmadan kontrol altında lokal kanama durdurucu ilaçlarla giderilebilmektedir.



DOKTOR ÇARE NEDİR: Öncelikler:
Diş Hekimi ve sağlığına önem veren hastanın ağızda oluşabilen lezyonların ve diş taşlarının alınması için yılda en az iki defa kontrol edilmesi.
Günde en az iki defa florürlü diş macunu ile fırçalaması .
Diş fırçasının 3 ayda 1 kez değiştirilmesi,
Günde 1 kez diş ipi ile dişlerin temizlenmesidir.
Sağlıklı beslenme ve sigarasız yaşam.
Yaşamamızda bu önerilere dikkat edersek ;
Bilimsel olarak verilere göre Felç riskinin ve kalp krizi riskinin %24 genelde de % 70 kalp damar rahatsızlığından korunmuş oluruz.

> “ Düzenli aralıklarla diş hekimine kontrole gidilmeli!



Merve Saatçi
Türk Kalp Vakfı
Diyetisyeni

Yaşlılık Nedir?

Yaşlanma, anne karnından başlayarak yaşamın sonlanmasına kadar devam eden bir süreçtir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) 65 yaş ve üzeri bireyleri "yaşlı" olarak tanımlamaktadır. Yaşlılığın seyrine ve vücut fonksiyonlarında oluşan değişikliklere göre yaşlılık dönemleri; 65-74 yaş arası "geç yetişkinlik", 75- 84 yaş arası "yaşlılık" ve 85 yaş ve üzeri ise "ileri yaşlılık" dönemi olarak sınıflandırılmaktadır.

Yaşlılıkta Vücut Yapı ve Fonksiyonlarında Görülen Değişiklikler

Normal yaşlanma sürecinde zamana bağlı olarak vücut yapısında, organlarda ve organların fonksiyonlarında bir takım değişiklikler ortaya çıkar. Bunun yanı sıra; eşlerden birinin ölümü sonucu yalnız kalma, sosyal ilişkilerin azalması, ekonomik yetersizlikler gibi çevresel faktörlerden kaynaklanan yaşam tarzı değişiklikleri de söz konusudur. Bu değişiklikler beslenme durumunu olumsuz yönde etkileyerek yetersiz beslenmeye neden olabilir.

Yaşlılıkta Beslenmenin Önemi

Yaşlılığa bağlı hastalıkların önlenmesinde, geciktirilmesinde ve tedavi edilmesinde beslenme etkin bir rol oynamaktadır. Yaşla birlikte görülme sıklığı artan yüksek tansiyon, kalp-damar hastalıkları, böbrek hastalığı, şeker hastalığı gibi kronik hastalıkların varlığında özel beslenme tedavilerinin uygulanması gerekmektedir.



Besin Ögelerinin Yaşlılıkta Önemi

1.Proteinler
- Vücut organlarının yapıtaşıdır.
- Vücudun dış etkilere karşı korunması,
- Bağışıklık sisteminin güçlenerek hastalıklara karşı direnç göstermesi,
- Düşme, incinme ve kırıklarda hızlı iyileşmenin sağlanması,
- Kas dokusunun korunması ve güçlenmesi için protein gereklidir.

2.Karbonhidratlar
- Vücudun enerji ihtiyacının büyük bir kısmını sağlar.
- Kalın barsakların çalışmasını artırarak kabızlığı önler.
- Beyin fonksiyonlarının yerine getirilmesini sağlar.



3.Yağlar

• Vücudun enerji kaynağıdır.
• Yağda eriyen A, D, E ve K vitaminlerinin vücuda alınması ve kullanılmasını sağlar.
• Vücudun çalışmasını sağlayan bazı hormonların yapımında gereklidir.
• İhtiyaçtan fazla alındığında depolanarak yetersizlik durumunda vücuda enerji sağlar.
• Vücutta yapılamayan elzem yağ asitleri omega 3 ve omega 6 kalp hastalığı riskini azaltır, bağışıklık sistemini güçlendirir, depresyondan korur.



4.Vitamin-Mineraller

• Bağışıklık sistemini güçlendirerek hastalıklara karşı direnç oluşturma
• Kemik ve diş sağlığının korunması ve kemik erimesinin (osteoporoz) engellenmesi
• Göz ve deri sağlığının korunması
• Kan yapımı
• Yüksek tansiyonun önlenmesi
• Diyabet hastalığından korunma
• Kalp-damar hastalıkları için risk oluşturan kan kolesterolünü düşürme
• Beyin fonksiyonlarını güçlendirme, unutkanlık, bunama, depresyon gibi sorunları önlemede etkilidir.



Yaşlılıkta Yetersizliği Risk Yaratan Vitamin, Minaral ve Bazı Besin Ögeleri		
Besin Ögesi	Fonksiyonları	Kaynakları
Kalsiyum ve Fosfor	Kemik ve diş sağlığının korunması Kemik erimesinin önlenmesi Kasların güçlenmesi Sinir sisteminin çalışması	Süt ve süt ürünleri, badem, fındık, soya fasülyesi, kurubaklagiller, yeşil yapraklı sebzeler, tarhana, pekmez, tahin, kılçığı ile yenilebilen balıklar, kalsiyumla zenginleştirilmiş besinler
Çinko	Bağışıklık sisteminin güçlenmesi Hastalıklara karşı direnç geliştirilmesi Unutkanlık ve bunamadan korunma	Yağsız kırmızı et, karaciğer, süt, peynir, yumurta, deniz ürünleri, fındık, ceviz, muz, tam tahıllar, kurubaklagiller, buğday kepeği, bira mayası
Magnezyum	Kemik sağlığının korunması Tansiyonun düzenlenmesi Kan şekerinin düzenlenmesi/şeker hastalığından korunma	Tam tahıllar, buğday kepeği, soya fasulyesi, fındık, fıstık, ceviz, alabalık, yeşil yapraklı sebzeler
Selenyum	Bağışıklık sisteminin güçlenmesi Hastalıklara karşı direnç geliştirilmesi Kasların güçlenmesi	Deniz ürünleri, böbrek, yürek ve diğer etler
C Vitamini	Kalp-damar hastalıklarına karşı korunma Kanserden korunma	Kuşburnu, kırmızı biber, yeşil sivri biber, koyu yeşil yapraklı sebzeler, portakal, limon gibi turunçgiller
B6 Vitamini	Kalp-damar sağlığının korunması Felç ve diğer hareket kısıtlılığı durumlarından korunma Zihinsel fonksiyonların sürdürülmesi	Et, karaciğer, yumurta sarısı, tam tahıllar, kurubaklagiller, maya
B12 Vitamini	Kalp-damar sağlığının korunması Kan hücrelerinin yapımı Zihinsel fonksiyonların sürdürülmesi Karaciğer hastalıklarından korunma Sinir sistemi fonksiyonlarının sürdürülmesi	Et ve ürünleri, süt ve ürünleri, balık, yumurta
Folik Asit	Kan hücrelerinin yapımı Zihinsel fonksiyonların sürdürülmesi Kalp-damar sağlığının korunması	Taze yeşil yapraklı sebzeler, brokoli, portakal, avakado, maya, karaciğer, kurubaklagiller, tam tahıllar, fındık, ceviz
D Vitamini	Kemik yoğunluğunun sağlanması (osteoporozdan korunma), kırıklardan korunma	Güneş ışınları, sardalya, alabalık, balık yağı, yumurta sarısı
E Vitamini	Hücre yıkımını engelleyerek yaşlılığın geciktirilmesi Kalp-damar sağlığının korunması Kanserden korunma İyi huylu kolesterolün yüksek olmasını sağlama Bağışıklık sisteminin güçlenmesi Zihinsel fonksiyonların sürdürülmesi	Bitkisel yağlar, tahıl taneleri, buğday özü, yeşil yapraklı sebzeler, fındık, ceviz
Omega 3 Yağ Asitleri	Kalp-damar sağlığının korunması Şişmanlıktan korunma Eklem iltihaplanmalarından korunma	Balık, balık yağı, su ürünleri, kolza, keten tohumu yağı, yeşil yapraklı sebzeler (özellikle semizotu)

TÜRK KALP VAKFI KALP SAĞLIĞI ULUSAL DANIŞMA KURULU İLK TOPLANTISINI GERÇEKLEŞTİRDİ

İnsanlarımıza hastalanmadan kalp damar sağlıklarına dikkat etmeleri gerektiğini vurgulayan çok çeşitli, sağlık, sosyal, kültürel ve sportif etkinlikler düzenleyerek bilinçlendirme çalışmaları yapan Vakfımızın ülkemiz kalp sağlığı alanında yapmakta olduğu çalışmaların, Kardiyoloji alanında ün yapmış birbirinden değerli hocaların görüş ve önerileri doğrultusunda daha da değer kazanacağı Kalp Sağlığı Ulusal Danışma Kurulu ilk toplantısı, 29 Mart 2017 tarihinde Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven'in ev sahipliğinde gerçekleşti.



Türk Kalp Vakfı Kalp sağlığı ulusal danışma kurulu; Prof. Dr. Türkan Ertuğrul, Prof. Dr. Ergün Demiralp, Prof. Dr. Ali Serdar Fak, Prof. Dr. Taner Gören, Prof Dr. Bülent Görenek, Prof. Dr. Vedat Sansoy, Prof. Dr. Bahadır Dağdeviren, Prof. Dr. Sibel Sakarya, Prof. Dr. Figen Akalın, Prof. Dr. Nazire E. Y. Afşar, Prof. Dr. Tevfik Ecder, Prof. Dr. Yıldız Tümerdem, Doç. Dr. Sema Kürklü ve Gülsevim Çeviker gibi isimlerden oluşmaktadır.



CEMİL İPEKÇİ'DEN TÜRK KALP VAKFI YARARINA ÖZEL DEFİLE



"İYİ KALPLER DAİMA BİRLİKTE ATAR"

Ünlü modacı Cemil İpekçi, 2017 koleksiyonunu ilk kez Türk Kalp Vakfı'nın Lazzoni Hotel'de gerçekleştirdiği gala yemeğinde, iş sanat ve cemiyet hayatının önde gelen isimlerinin katıldığı muhteşem bir organizasyonla tanıttı.

Türk Kalp Vakfı Mütevelli Heyet ve Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven açılış konuşmasında "Vakfımızın Tıp Merkezi için gerekli olan Ekokardiyografi (Kalp Ultrasonu) cihazı başta olmak üzere gerekli tıbbi ekipmanların alımına fon sağlamak amacıyla gerçekleştirdiğimiz bu gecemize emeği geçen herkese teşekkürlerimizi sunuyoruz" dedi.

Banu Noyan koreografisiyle gerçekleşen defilenin en büyük sürprizlerinden biri Nükhet Duru oldu.



NÜKHET DURU TÜRK KALP VAKFI İÇİN PODYUMA ÇIKTI

Sunuculuğunu Ferhan Şensoy ve Kaan Sekban'ın üstlendiği gecede, podyumda Nükhet Duru ve Onur Büyüktopçu'nun yanı sıra Şenay Akay, Ebru Ürün ve Simge Tertemiz'in de aralarında bulunduğu Türkiye'nin önde gelen modelleri yürüdü.



Yeni koleksiyonu büyük ilgili gören Cemil İpekçi, "İki kıtanın birleşme noktasında yaşamlarımızı sürdürüyoruz. Bu nedenle defilemde farklı kumaşları renkleri bir arada kullandım. Binlerce yılda harmanlanan toplumlarımız gibi harmanladığım renkleri hayata geçirdim ve TÜRK KALP VAKFI yararına sizlere sundum" sözleriyle duygularını paylaştı.

Türk Kalp Vakfı Mütevelli Heyet ve Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven ve İcra Kurulu Başkanı Neşe Sert'in ev sahipliğinde gerçekleşen gecenin sonunda destekleri için Cemil İpekçi, Nükhet Duru, Banu Noyan, Onur Büyüktopçu, Şenay Akay, Ebru Ürün, Simge Tertemiz, Ferhan Şensoy, Kaan Sekban, Lazzoni Hotel, Bay Döner, Emel Diamonds ve Kiğılı yetkililerine Başkan Kenan Güven ve Onursal Başkan Çetin Yıldırımakın tarafından teşekkür plaketleri takdim edildi.







ARNAVUTKÖY KORKMAZ YİĞİT LİSESİ'NDE "KALP SAĞLIĞI" KONULU SEMİNER

Türk Kalp Vakfı'nın, bilinçlendirme çalışmaları kapsamında Vakfımız Çocuk Kardiyoloji Merkezi Direktörü Prof. Dr. Türkan Ertuğrul ile birlikte Arnavutköy Korkmaz Yiğit Anadolu Lisesi öğrencilerine, "kalp damar sağlığı konulu" semineri gerçekleştirdik.



TÜRK KALP VAKFI “8 MART DÜNYA KADINLAR GÜNÜ”NDE KALP DOSTLARIYLA BERABER



Türk Kalp Vakfı İcra Kurulu Üyesi Gürnar Çapa Uğurlu’nun vev sahipliğinde Türk Kalp Vakfı yararına Arabesque’de bir öğle yemeği verildi.

8 Mart Dünya Kadınlar Günü münasebetiyle organize edilen, neşeli ve keyifli bir sohbet havası içinde geçen ve İstanbul Valisinin eşi Şeyma Şahin’in ve cemiyet hayatının tanınmış hanımlarının katıldığı öğle yemeğinde, katkılarından dolayı Gürnar Çapa Uğurlu’ya ve Dr. Ümit Aktaş’a birer teşekkür plaketi takdim edildi.



VAKFIMIZDA 14 MART TIP BAYRAMI



Her yıl 14 Martta kutlanan, Türkiye'de tıp alanında çalışanların hizmet sorunlarının tartışıldığı, bilime katkılarının ödüllendirildiği bir anma ve kutlama günü olan Tıp Bayramı, içinde bulunduğu haftayı da kapsayacak şekilde "Sağlık Haftası" olarak kutlanmaktadır.

Bu kapsamada, Vakfımızın doktor, hemşire ve personeliyle birlikte Tıp Bayramını kutladık.



29. KALP HAFTASI BASIN TOPLANTISI ve "İYİ KALPLİ OL" ÖDÜL TÖRENİ

42 yıldır kalp damar hastalıklarına karşı farkındalık yaratma ve de koruyucu hekimlik hizmeti verebilmek için çalışan Türk Kalp Vakfı'nın, farkındalık çalışmalarının başında gelen ve bu yıl 08 - 15 Nisan 2017 tarihleri arasında organize edilen 29. Kalp Haftası Basın toplantısı, Sütlüce Lazzoni Hotel'in büyük destekleriyle 6 Nisan 2017 Perşembe günü gerçekleşti.

Geleneksel hale gelen "İyi Kalpli Ol Ödülü" töreninde göstermiş oldukları "İyi kalpliliklerin"den dolayı tüm Türkiye'nin gurur kaynağı olan;

• Kayak yarışından kazandığı para ödülü ile ihtiyaç sahibi öğrencilere botlar alan ortaokul öğrencisi Mersin'den Göksu Yeşildağ'a,
• Down sendromlu kardeşine kendini adayan ve bu vesileyle down sendromlu kişilere umut olacak bir dernek kuran Gaziantep'den Bengü Aslanpay'a,
• Engelli öğrencisini sırtında taşıyarak spor yaptıran Sakarya'dan beden eğitimi öğretmeni Yahya Celep'e,
• Her fırsatta, kendi doğduğu Tarsus'un bir köyündeki yardıma muhtaç çocuklara ayakkabılar, montlar ve giyseler alan Sözcü Gazetesi Ekonomi Muhabiri Aydın Demir'e,
• Bakırköy'de görme özürlüler için, seslendirme kabinini projelendirerek hayata geçiren Turkuvaz Yayın Grubu Dergi Ekleri Genel Yayın Yönetmeni Bensu Kaya'ya,
• Anadolu'daki çocuklara kitap okumasını teşvik için kitap toplayıp gönderen ve kitapları okuyan bu bölgedeki çocuklara eğlenceli programlar organize eden 90 girişli Marmara Üniversitesi İletişim Grubu'nu temsilen Gökhan Çelebi'ye ödülleri takdim edildi.

29. Kalp Haftası basın toplantısı



"İyi kalpli ol" ödül töreni





Yahya Celep'e ödülü Başkan Kenan Güven tarafından takdim edildi.

29. Kalp Haftası programı ve içeriğinin basına açıklandığı toplantıya; Türk Kalp Vakfı Onursal Başkanı Çetin Yıldırımakın, Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven, Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkan Yardımcısı Hayriye Midillioğlu, Cem Ofset Onursal Başkanı Oktay Duran, Lazzoni Hotel'in yatırımcısı Sevtap Kababulut, Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Üyelerimiz Prof. Dr. Ali Serdar Fak ve Prof. Dr. İbrahim Kırcova, Spor Hekimi Dr. Murat Beyaz ve Bisikletliler Derneği Başkanı Murat Suyabatmaz katıldı.



Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven

Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven'in açılış konuşmasında, "Aralıksız olarak organize edilen ve bu sene 29.'su düzenlenen Kalp Haftaları etkinlikleri ile kalp damar hastalıklarına karşı farkındalığı arttırarak, kalp ve damar sağlığı konusunda önemli bir mesafe kaydedilmesini sağlamış bulunmaktayız.

Bu bağlamda, hafta boyunca çok çeşitli etkinliklerle kalp sağlığı konusunda halka mesajlarımızı ileteceğimiz 29. Kalp Haftası etkinliğinin gerçekleştirilmesinde emeği geçen ve destek veren herkesi kutluyor, hafta boyunca organize edilecek etkinliklerimizin halkımıza hayırlı olmasını diliyorum" dedi.



29. KALP HAFTASI RESMİ AÇILIŞ TÖRENİ

Sütlüce Lazzoni Hotel'in büyük destekleriyle gerçekleşen 29. Kalp Haftası Resmi Açılış Törenine, Türk Kalp Vakfı Mütevelli Heyet ve Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven, Türk Kalp Vakfı Onursal Başkanı Çetin Yıldırımakın, İl Sağlık Müdürü Prof. Dr. Kemal Memişoğlu, Türk Kalp Vakfı Mütevelli Heyet ve Danışma Kurulu Üyemiz Yılmaz Ulusoy ve Oktay Duran, Sarıyer Belediye Başkan Yardımcısı Sevgi Atalay ve Kadıköy Belediye Başkan Yardımcısı Onur Timurlenk katıldı.

Kenan Güven; kalp damar hastalıklarına karşı bilinçlendirme çalışmalarının başında gelen kalp haftası ile halkımıza, kalp hastalıklarının tedavi edilebilir olduğunu, erken teşhis ve tedavinin önemini vurguladı.

Bir hafta sürecek olan Kalp haftası içinde, çok çeşitli etkinliklerle halka kalp damar hastalıklarına karşı uyarma çalışmaları yapılacağını belirtti.

TÜRK KALP VAKFI HİZMET ÖDÜLÜ TÖRENİ

Türk hemşireliğine yaptığı büyük desteklerden dolayı, "Türk Kalp Vakfı Hizmet" ödülüne Semahat Arsel layık görülmüş olup, kendi katılamadığı için ödülü adına vekaleten Koç Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dekanı Prof. Dr. Ayşe Ferda Ocakcı'ya takdim edildi.



GELENEKSEL DOÇ. DR EDİP KÜRKLÜ ÖDÜLÜ TÖRENİ

Geleneksel Doç. Dr. Edip Kürklü Ödülü Türk Kalp Vakfı'na yaptığı büyük hizmetlerden dolayı, Türk Kalp Vakfı Mütevelli Heyet ve Danışma Kurulu Üyemiz Oktay Duran'a takdim edildi.



Ev sahipliğinde bulunan Lazzoni Hotel başta olmak üzere emeği geçen tüm sponsorlara birer teşekkür plaketi takdim edildi.



Türk Kalp Vakfı Mütevelli Heyet ve Danışma Kurulu Üyemiz Yılmaz Ulusoy'a, Onursal Başkanımız Çetin Yıldırımakın ve Yönetim Kurulu Başkanımız Kenan Güven tarafından plaket takdim edildi.

HALKA AÇIK KONFERANSLAR

Öğleden sonra, halka açık konferanslar bölümünde, “Durma hareket et” sloganı ile Yönetim Kurulu Üyemiz Prof Dr Ali Serdar Fak moderatörlüğünde “Ülkemizde kalp sağılığı, bugün yarın”, Prof. Dr. Şükrü Hatun’un “Çocuklarda obezite ve önlenmesinin yolları”, Uzmn. Fzt. Özlem Üstünkaya “Hareket: her yerde, herkese”, Murat Suyabatmaz “Pedal çevirmenin ötesinde” konularında katılan konuklara önemli bilgiler sundular.



TEMEL YAŞAM DESTEĞİ KURSU SERTİFİKA TÖRENİ

Koç Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Semahat Arsel Eğitim ve Araştırma Merkezi (SANERC) işbirliği ile “Temel Yaşam Desteği” Kursuna katılan hemşire adaylarına sertifikaları taktim edildi.



“TEMEL YAŞAM DESTEĞİ” KURSU



İstanbul’daki Üniversitelerin Hemşirelik Fakülteleri ve Yüksek Okulları son sınıf öğrencilerine ücretsiz olarak, Koç Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Semahat Arsel Eğitim ve Araştırma Merkezi (SANERC) işbirliği ile “Temel Yaşam Desteği” kursuna bugüne kadar 625 civarında hemşire adayı katılmıştır.

Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven, “bu kursun amacı, sağlık ekibi üyelerine temel yaşam desteği konusunda gerekli bilgi ve becerileri kazandırmaktır. İnanıyorum ki bu kursu alıp da, yaptığı müdahalelerle bir hemşire kardeşimiz bir kişiyi hayata döndürmüşse, onun bu işten aldığı keyfin değeri her halde ölçülemez. Bu nedenle biz vakıf olarak bu kurslara çok önem veriyoruz” dedi.



29 . KALP HAFTASI FARKINDALIK YARATMA ÇALIŞMALARI

Kalp ve Damar Hastalıkları ile mücadele etmenin önemini vurgulamak, halkımızı bu hastalıklara karşı uyarmak, kalp sağlığını koruma konusunda bilinçlendirmek, bilgi vermek, sağlıklı yaşam alışkanlıkları kazandırabilmek, kalp sağlığına dikkat çekmek ve farkındalık yaratmak amacıyla her yıl Nisan ayının ikinci haftası Kalp Haftası olarak organize edilmektedir.

42 yıldır kalp damar hastalıklarına karşı bilinçlendirme, bilgilendirme ve de koruyucu hekimlik hizmeti verebilmek için çalışan Türk Kalp Vakfı'nın, farkındalık çalışmaların başında yer alan kalp haftası programı içinde bulanan çok çeşitli etkinliklerle halkımıza mesajlarımızı verdik.

Türk Kalp Vakfı Geleneksel Briç Turnuvası

Geleneksel olarak her yıl Kalp Haftaları farkındalık yaratma çalışmaları içinde yer alan Türk Kalp Vakfı Briç Turnuvasının bu yıl 20. sini gerçekleştirdik. Turnuvaya çok sayıda briçsever katıldı.



Geleneksel Türk Kalp Vakfı Koşusu

Kalp Haftaları farkındalık yaratma çalışmaları içinde yer alan Türk Kalp Vakfı Koşusu'nun bu yıl 24. sünü gerçekleştirdik.

Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven'in, kalp damar hasatlıklarına farkındalık yaratma çalışmalarımızla ilgili verdiği bilgiler, TJK TV'de çok sayıda yarış sever tarafından izlendi.



Kupa Töreni



Farkındalık Yaratma Çalışmaları

“Kalbiniz İçin Pedallıyoruz” Bisiklet Turu

Bu yılki sloganımız “Durma hareket et” kapsamında, halkımızı hareketli bir yaşama teşvik için Kadıköy Belediyesi, Bisikletliler Derneği ve Academic Hospital işbirliğiyle “Kalbiniz İçin Pedallıyoruz” Bisiklet Turu, Kalamış Parkı Bostancı – Kalmış Parkı arasında çok sayıda bisikletlinin katılımıyla gerçekleşti.



Tura katılan bisikletlerin bakımı bakıldı.



Academic Hospital ev sahipliğinde “+80’de pedallıyorlar” resim sergisi yapıldı.



Farkındalık Yaratma Çalışmaları



İlköğretim Okullarında İnteraktif Eğitim Programları ve Liselerarası İlk Yardım Eğitim Programı



Kalp Haftası programı içinde, İstanbul'un çeşitli ilçelerinde bulunan ilköğretim okullarında ve liselerinde;

Sporun kalp sağlığı üzerindeki olumlu etkisiyle; spor hekimleri işbirliğiyle, İlköğretim okullarında, "Fiziksel aktivite ve spor ile ilköğretim çocuklarımızın kalp sağlığını koruma İnteraktif eğitim programları,

Kızılay İşbirliğiyle Liselerarası "İlk Yardım Eğitim Programı" seminer verildi.





“Kalp Sağlığımız İçin Denize Olta Atalım” Etkinliği

Kalp sağlığımız için Sarıyer Belediyesi işbirliğiyle “Denize Olta Atalım” etkinliğine, kalp hastalarının da aralarında olduğu çok sayıda halk katıldı.





Farkındalık Yaratma Çalışmaları



Sarıyer Belediye Başkanı Şükrü Genç tarafından Başkan Kenan Güven’e bir teşekkür plaketi takdim edildi.

Türk Kalp Vakfı ve Marmara Üniversitesi Hipertansiyon, Ateroskleroz Eğitim, Uygulama ve Araştırma Merkezi Arasında Ortak Bilimsel Araştırma Protokolü İmzalandı



Türk Kalp Vakfı'nın erişkin ve çocuk yaştaki hastalarının, demografik ve tıbbi bilgileri kişisel ve özel bilgilerden arındırılarak, Marmara Üniversitesi Hipertansiyon ve Ateroskleroz Eğitim Uygulama ve Araştırma Merkezi tarafından" Klinik Araştırma Etik Kurul" onayı ile bilimsel araştırma amacıyla değerlendirilecektir.

Bu bağlamda, 17.04.2017 tarihinde, Marmara Üniversitesi Hipertansiyon ve Ateroskleroz Eğitim Uygulama ve Araştırma Merkezi ile Türk Kalp Vakfı olarak bir protokol imzalanmıştır.

Yapılacak değerlendirmeler ve ortak bilimsel araştırmaların sonuçları zaman zaman kamuoyu ile paylaşılacaktır.



Marmara Üniv. Tıp Fak. Dekanı Prof. Dr. Ömer Günal, Marmara Üniv. Rektörü Prof. Dr. Mehmet Emin Arat, Türk Kalp Vakfı Başkanı Kenan Güven, Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Üyesi, Marmara Üniv. Hipertansiyon ve Ateroskleroz Merkezi Müdürü Prof. Dr. Ali Serdar Fak



Nejat Müldür
Türk Kalp Vakfı
Yönetim Kurulu Başkan Yardımcısı

Türk Kalp Vakfı ile tanışmanızdan biraz bahsedebilir misiniz?

Yurtdışı toplantı ve görevlere gittiğimde NATO üyesi devletlerin subaylarından sürekli Sivil Toplum Kuruluşları ve sosyal sorumluluk projeleri konularını işitirdim. Bu konular batı ülkeleri için fevkalade önemliydi. İçimden hep geçirirdim, bir gün TSK'dan emekli olduğumda çağdaş, laik, demokratik, insan haklarına saygılı ve hukuk ilklerine bağlı bir STK da gönüllü olarak çalışıp tecrübelerimi ülkem için yansıtsam diye düşünürdüm.

40 yıllık bir hizmetten sonra TSK'dan emekli oldum. 1960'lın yıllardan beri tanıştığım mahalle arkadaşım Çetin Yıldırımakın, mahallemizde çok sevilen, örnek ve liderlik vasfı çok gelişmiş bir arkadaşımızdı. Türk Kalp Vakfı'na büyük hizmetleri olan Çetin Yıldırımakın'ın bana yaptığı teklif üzerine Türk Kalp Vakfına üye oldum.

Sporun kalbe yararları konusunda halkımız üzerinde bir farkındalık yaratmak için TTF ve ITF'in himayelerinde, Türkiye'nin en önemli senyör tenis turnuvalarını organize etmeye başladım. Bu yolculukta Türk Kalp Vakfı Yönetiminden, sponsorlardan ve basından büyük destek ve ilgi görmekteyiz.

Türk Kalp Vakfı Tenis Turnuvası nasıl başladı? Uluslararası olma serüveninden biraz bahsedebilir misiniz?

Kalp Haftalarını ve sporun sağlığımızda ne kadar önemli olduğunu vurgulamak amacıyla Uluslararası Tenis Turnuvasını ülke gündemine oturtan, Dünya Kalp Günü ve daha birçok konferans ve eğitici, bilinçlendirici, bilgilendirici organizasyonlar yapan Türk Kalp Vakfı bu yıl da bu çalışmalarını artırarak halka mesajlarını vermeye devam ediyor.

Bu yıl 13.sünün düzenlendiği Türk Kalp Vakfı Senyör Tenis Turnuvası Türkiye Tenis Federasyonu'nun takviminde yer alarak geleneksel hale gelmiş ve 2012 yılından bu yana da Uluslararası Tenis Federasyonu'nun (ITF) onayı ile Uluslararası olma özelliği kazanmıştır.

Turnuvaya 25 – 70 yaş aralığında İngiltere, Almanya, Hindistan ve başka ülkeler de olmak üzere yurtdışından da katılımların olduğu yerli yabancı birçok tenissever ile iş, sanat, spor dünyasından birçok seçkin isim katılıyor. Turnuvaya katılan tenisçiler, Türkiye ve dünyada geçerli bir puan sistemine dahil olmaktadırlar. Türk Milli Takımına seçilebilmek için de bu turnuvanın puan kat sayısı çok önemlidir.

Birçok kez Türkiye şampiyonu oldunuz. Tenisin içinde olan biri olarak Türk tenisinin gelişimini nasıl buluyorsunuz?

Tenisimiz yakın bir döneme kadar maalesef münferit birkaç tenisçimiz dışında uluslararası alanda bir başarı sağlayamadı. Tenisçi çocukların okul sorunları, yetersiz sponsor desteği, altyapı yetersizliği, kulüplerin mali yetersizlikleri ve yeterince ilgi göstermeyen basın yüzünden bir türlü aşama sağlayamadı.



Nejat Müldür, Ömer Aras, Ali Gençsoy, Tayfun Bayazıt

İpek Şenoğlu ile birlikte Pemra Özgen, Çağla Büyükakçay, Başak Eraydın, İpek Soylu ve diğer genç kızımızın başarıları arkalarındaki daha genç olanları ateşledi.
Marsel ile birlikte de Cem İlkel, Tuna Altuna ve diğer gençlerimizin başarıları dikkat çekmeye başladı. Gençlik ve Spor Bakanlığı, Milli Eğitim Bakanlığı, Belediyeler ve Türkiye Tenis Federasyonu ile tenis kulüplerinin son dönemdeki ilgi ve destekleri nedeniyle, performans tenisinde bir patlamanın yakın bir gelecekte gerçekleşeceğine inanmaktayım. Nasıl Milli Eğitim Bakanlığı'nda eğitmenlerin ve öğretmenlerin eğitimleri ciddi bir önem arz ediyorsa teniste de çocuklarımızı yetiştirecek antrenörlerin, yurt dışında uygulanan eğitim programları dahil tüm yenilikleri takip edebilmeleri için başta lisan bilgileri olmak üzere hedef odaklı eğitimlerine önem verilmelidir.

Tenisçilerimizin, hakemlerimizin ve antrenörlerimizin başarılı olmaları için bıkmadan ve yılgınlığa düşmeden çok çalışmaları gerekmektedir.

Ülkemizin geleceği olan gençlerimiz için Hedef odaklı çalışmalarda hangi kriterler dikkate alınmalıdır?

Ana hedefin ve ara hedeflerin belirlenmesi ve not edilmesi,
Bu hedeflere gerçekçi ve küçük adımlarla gidilmesi,
Bu hedeflere ulaşma zamanın belirlenmesi,
Ana hedefi bozmadan ara hedeflerde küçük küçük revizyonlar yapılması,
Bu hedefler için ölçme ve değerlendirme yapılması,
Bu hedeflere ulaşmayı engelleyecek yasal mevzuat dahil muhtemel durumların dikkate alınması,
Başkalarının bu hedeflere nasıl ulaştığının araştırılması,
Çevre ve ortamın bu hedeflere ulaşabilecek şekilde düzenlenmesi konularına önem vermeleri gerekir.
Değişim kolay olmaz, sabırlı ve inançlı olunmalı, çok çalışmalı, hemen pes edip, vazgeçilmemelidir.

Son olarak geleceğimiz gençler için önerileriniz nelerdir?

Birey olarak özellikle gençlerimize faydalı olabilecek birkaç tavsiyede bulunmak isterim.

Gençlerimiz; zamanı iyi kullanmalı, stresini kontrol edebilmeli, işini sevmeli, sabırlı olmalı, uyumlu ve güler yüzlü olmalı, heyecan ve sorumluluk duygusu taşımalı, dış görünüşüne dikkat etmeli ve ekip çalışmasına önem vermeli.

Yetenek ve zekanın başarı için tek başına yetmediği, mutlaka çok çalışmak gerektiğini bilmeliler.

Öğrenme kapasite ve becerilerini geliştirmek için eleştirel düşünmeliler, problem çözme yeteneklerini geliştirmeliler, takım çalışmasına önem vermeliler, sorumluluk ve inisiyatif alan bir kişilik olmalılardır.

Yazılı ve sözlü iletişim, bilgiye ulaşma-analiz etme, dijital yeterlilik, yabancı dil ve başarıya inanma konularına öncelik vermeliler.

ULUSLARARASI GELENEKSEL TÜRK KALP VAKFI & EXOTIC SENYÖR TENİS TURNUVASI BASIN TOPLANTISI ve ÖDÜL TÖRENİ

Basın Toplantısı



“Sporun sağlığımızda ne kadar önemli olduğunu vurgulamak amacıyla Uluslararası Tenis Turnuvasını ülke gündemine oturtan ve daha birçok konferans ve eğitici, bilinçlendirici, bilgilendirici organizasyonlar yapan Türk Kalp Vakfı bu yıl da bu çalışmalarını artırarak halka mesajlarını vermeye devam ediyor.

Kalp Haftaları programı içinde, 13 yıldır Türkiye Tenis Federasyonu’nun takviminde yer alan, sporun kalp damar sağlığına olan olumlu ve önemli etkisinin vurgulandığı, 6. Uluslararası Geleneksel Türk Kalp Vakfı Tenis Turnuvası Exotic isim sponsorluğundaki basın toplantısı, 20 Nisan Perşembe günü Akatlar Clubsporium tesislerinde gerçekleşti.



Sanatçı Reyhan Karaca

Türk Kalp Vakfı Mütevelli Heyet ve Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven, Türk Kalp Vakfı Onursal Başkanı Çetin Yıldırımakın, Cem Ofset Onursal Başkanı, Türk Kalp Vakfı Mütevelli Heyet ve Danışma Kurulu Üyesi Oktay Duran, Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkan Yardımcısı Nejat Müldür, Clubsporium Yönetim Kurulu Başkanı Saffet Çerçi, Exotic firması Yönetim Kurulu Başkanı Özbek Özşahin ve ünlü sanatçı Reyhan Karaca’nın turnuvaya ve kalp sağlığına ilişkin konuşmalarından ardından, Reyhan Karaca’nın Tenis Hocası Korhan Akın ile gerçekleştirdiği gösteri maçı ilgiyle izlendi.

Ödül Töreni

Türkiye Tenis Federasyonu Başkanı ve Galatasaray Kulübü Başkanı, ana sponsorlarımızdan Point Hotelleri Yönetim Kurulu Başkanı Dursun Özbek, ünlü sanatçı Selçuk Ural gibi iş, sanat ve cemiyet hayatının tanınmış simalarının katıldığı ödül töreninin açılış konuşmasını Kenan Güven yaptı.

Kenan Güven, "Sporun sağlığımızda ne kadar önemli olduğunu vurgulamak amacıyla Uluslararası Tenis Turnuvasını ülke gündemine oturtan ve daha birçok konferans ve eğitici, bilinçlendirici, bilgilendirici organizasyonlar yapan Türk Kalp Vakfı bu yıl da bu çalışmalarını artırarak halka mesajlarını vermeye devam ediyor.

Bu bağlamda, birçok tenis sever dostumuzun katılımıyla başarılı bir Uluslararası Tenis Turnuvasını daha gerçekleştirmiş bulunmaktayız. Emeği geçen herkese çok teşekkür ediyoruz" dedi.



Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkan Yardımcısı ve Turnuva Genele Koordinatörü Nejat Müldür; "11 Mayıs'ta başlayıp bugün son bulan ve birçok tenisseverin katıldığı, ITF (Uluslararası Tenis Federasyonu) ve TTF (Türkiye Tenis Federasyonu) inin takviminde yer alan bu turnuva hem uluslararası ve hem de ulusal niteliktedir. Yani Tenisçiler; tüm dünyada geçerli bir puan alırken, aynı zamanda da Türkiye de geçerli bir puanlamaya tabi tutuluyorlar. +18 ile +70 gibi çok geniş yaş aralığındaki turnuvamızı uzun yıllardır Akatlar Clubsporium'un ev sahipliğinde gerçekleştirmekteyiz. Bu yıl 23 kategori ile gerçekleşen turnuvamıza, yurtiçinde ve Almanya, Lüxenburg, Hindistan gibi ülkelerden de katılımların olduğu yaklaşık 400 tenisseverilgi gösterdi" dedi.



Turhan Falcıoğlu, Mesude ve Dursun Özbek, Cengiz Durmuş, Selçuk Ural, Kenan Güven, Nejat Müldür

Türkiye Tenis Federasyonu Başkanı Cengiz Durmuş; “TTF olarak, Türk tenisinin dünya sıralamasında üst mertebelere gelmesi için çaba harcıyoruz. Senyör tenisinin bu noktada çok önemli katkısı var. Tenis oynayan anne ve babalar çocuklarına da örnek olarak bu sporun gelişmesine olanak sağlıyorlar. Bu bağlamda, Türk Kalp Vakfı’na tenise sağladığı katkılarından dolayı teşekkürlerimi iletiyor ve kendilerini kutluyorum.”

Galatasaray Kulübü Başkanı, Point Hotelleri Yönetim Kurulu Başkanı Dursun Özbek; “Hem sağlığa verdiği önem, hem de tenis sporuna verdiği destekten dolayı Türk Kalp Vakfına teşekkürlerimi iletiyorum. Nejat Paşa’ya ayrıca teşekkür ediyorum, şahsi olarak bu sporun gelişmesine verdiği destek ve çabalardan dolayı kendisini kutluyorum” dedi.

Sunuculuğunu Sevilay Öztürk’ün yaptığı, Clubsporium ve Point Hotel ana sponsorluğunda, Banat, Kafkas, Mermerler ve ProntoTour’un yardımcı sponsorluğunda gerçekleşen Uluslararası Türk Kalp Vakfı & Exotic Senyör Tenis Turnuvası; 18 – 70 yaş aralığında, İngiltere, Almanya başta olmak üzere yurtdışından da katılımların olduğu, yerli yabancı birçok tenissever ile iş, sanat, spor dünyasından birçok seçkin isimin katılımıyla gerçekleşen ödül töreninde dereceye giren tenisseverlere kupaları takdim edildikten sonra son buldu.





ŞEHİRDEKİ ÇOCUKLAR FİNAL BASIN TOPLANTISI



Dünyanın ve özellikle Türkiye'nin rekor seviyede en fazla ölüme sebebiyet veren sağlık meselesi olan kalp damar hastalıkları konusundaki farkındalık yaratma çalışmaları ile ülkemizin önde gelen Sivil Toplum Örgütleri arasında yer alan Türk Kalp Vakfı, ölümlerin asgariye indirilmesi yolunda insanlarımızı motive etme, bilinçlendirme ve uyarma görevini, 42 yıldır ulusal ve uluslararası arenada yoğun bir şekilde sürdürerek başarıyla yerine getirmektedir.

Şehirdeki Çocuklar Projesi, dünya genelindeki bir numaralı ölüm nedeni olan kalp damar hastalıklarına ilişkin başlıca değiştirilebilir risk faktörlerinden biri olan fiziksel hareketsizlik sorunu ile baş etmek üzere oluşturulmuştur.

Türk Kalp Vakfı tarafından yürütülen "Şehirdeki Çocuklar" projesinin ana hedefi Büyükşehirlerin düşük gelirli semtlerinde yaşayan 07-12 yaş grubundaki çocukların fiziksel aktiviteye erişimini arttırmak ve fiziksel aktivite konusundaki farkındalıklarını arttırmaktır.

Erken yaşlarda sağlıklı alışkanlıklar edinmek, bir ömür boyunca sağlıklı kalmak için elzemdir. Büyük bir şehirde aktif olmak zor olabilmektedir; işte tam da bu nedenle programımız, düşük gelirli kentsel mahallelerde yaşayan (07-12 yaş arası) çocukları ve gençleri fiziksel aktivite seviyelerini arttırmak üzere teşvik etmek için özel olarak tasarlanmıştır.

Projenin özel amacı ise; çocukları fiziksel aktivite ve daha hareketli olmaları konusunda gerek motivasyon gerek başta futbol olmak üzere spor yoluyla pratik imkânlar ile teşvik etmek ya da günlük yaşamlarındaki alışkanlıklarında değişiklikler yapma konusunda bu çocukları ikna etmek olacaktır.

Pilot bölge olarak seçilen Şişli Bölgesindeki okullarda, geçtiğimiz yıl başlanan ve bu yıl Mart Ayı ortasında tamamlanan bu projenin sonuçlarının kamuoyu ve basınımızla paylaşıldığı basın toplantısında, Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven, Onursal Başkan Çetin Yıldırımakın, UEFA Onursal Üyesi Şenes Erzik, Şişli Kaymakamı İdris Akbıyık, Şişli Belediye Başkanı Hayri İnönü, Şişli İlçe Milli Eğitim Müdürü Mücahit Yentür, Türk Kalp Vakfı Çocuk Kardiyoloji Merkezi Direktörü Prof. Dr. Türkan Ertuğrul, Türk Kalp Vakfı Mütevelli Heyet Üyesi Oktay Duran, Türkiye Futbol Federasyonu Üyesi ve Amatör Spor Kulüpleri Konfederasyonu Genel Başkanı Ali Düşmez ve Doğan Haber Ajansı Spor Müdürü Faik Gürses'in konuşmalarıyla gerçekleşti.

Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven; "Şehirdeki Çocuklar Projesi bize şehirlerin çeşitli nedenlerle aldığı göçler, büyük şehirlerdeki yatay ve dikey yerleşimlerin artması sonucu yeşil alanların azalması neticesinde çocuklarımızın sağlıklı ve güvenli oyun alanlarının kalmadığını gösteriyor.

Oyun alanlarının ve imkânların yeterli olmaması onları evlerde TV'lerin ve çağımızın en önemli buluşlarından birisi olan internetin başına kilitlemesine sebep olduğunu hepimiz üzülerek görüyoruz.

Bu hareketsizlik neticesinde, çocuklarımız maalesef bazı sağlık ve psikolojik sorunlar ile tanışıyorlar.

Bu hastalıkların başında da fiziksel aktivite eksikliğine bağlı olarak genç yaşta kalp ve damar hastalıkları ortaya çıkmaktadır.

Türk Kalp Vakfı bir Sivil Toplum Kuruluşu olarak, bu çalışmanın sonuçlarını devletimizin her kademesine ve bazı büyük belediyelerimize göndererek bu konuda da farkındalık yaratma çalışmalarını sürdürecektir.

Çağrıldığımız her yere de giderek bu sorunu anlatmaya devam edeceğiz" dedi.



Türk Kalp Vakfı Çocuk Kardiyoloji Direktörü Prof. Dr. Türkan Ertuğrul, "çocukluktan itibaren kazanılan en güzel alışkanlık fiziksel aktivitedir" dedi. Düzenli spor yapmanın, eklem bağlarını ve kasları güçlendirdiği, kemiklerde mineralizasyonu artırdığı, büyümeye, boy uzamasına olumlu etki yaptığını, aşırı kilo almayı ve obesiteyi önlediğini ifade etti.

Türk Kalp Vakfı Onursal Başkanı Çetin Yıldırımakın; Dünya Kalp Federasyonu ve UEFA'nın Şehirdeki Çocuklar gibi önemli bir projenin Türk Kalp Vakfı tarafından başarıyla yürütüldüğünü ve Türkiye için gerekli olduğunu ifade etti.

UEFA Onursal Başkanı Şenes Erzik; oyun alanlarının yok olduğunu, sokakta oynanan yerlerin kalmadığının altını çizerek, "bizim zamanımızda, mahallerde, sokaklarda oyun oynardık, artık o yerler maalesef yok. Bu proje bana uzun yılar evvel, o yıllar Başkanlığını yaptığım UEFA'nın okullara verdiği halı sahaları, basketbol ve voleybol sahları ile ilgili projesini hatırlattı. Türk Kalp Vakfı'nı bu güzel projeyi başarıyla yürüttüğü ve tamamladığı için kutluyorum" dedi.

Şişli Kaymakamı İdris Akbıyık; Türk Kalp Vakfı'nı ve kalp damar hastalıklarına farkındalık yaratma çalışmalarını yakından takip ettiklerini, bu güzel ve anlamlı proje için tüm yetkilileri kutladığını sözlerine ekledi.

Şişli Belediye Başkanı Hayri İnönü; Türk Kalp Vakfı ile daima işbirliği içinde olduklarını, çalışmalarını desteklediklerini ifade ederken, bu proje için Şişli Belediyesi olarak üzerlerine düşen görevleri yerine getireceklerini ancak, büyük bir sorun olan yeşil ve oyun sahaları olabilecek alanların giderek yok olması gibi bir acı gerçekle karşı karşıya kaldıklarının da altını çizdi.

Şişli İlçe Milli Eğitim Müdürü Mücahit Yentür; Bu projeye inanarak destek verdiklerini, Türk Kalp Vakfı'nı ön ayak olduğundan dolayı tebrik ettiklerini ifade ederken, çocukların rahat ve güvenilir bir şekilde oyun oynamaları ve fiziksel aktivite yapabilmeleri için okul saatleri dışında da okulların bahçelerini açacaklarını sözlerine ekledi.

Türk Kalp Vakfı Mütevelli Heyet Üyesi Oktay Duran, spor ve fiziksel aktiviteyi teşvik eden bu proje için Türk Kalp Vakfı'nı kutlarken, "Geleceğimizin tek emanetçileri çocuklarımızın daha sağlıklı ve daha iyi bireyler olmaları için spor yapmanın önemli bir yer teşkil ettiğini belirtti.

Türkiye Futbol Federasyonu Üyesi ve Amatör Spor Kulüpleri Konfederasyonu Genel Başkanı Ali Düşmez, eskiden sokakta oyun oynadıklarını, sadece futbol değil, her türlü fiziksel hareketi barındıran oyunlar oynadıklarını dile getirirken, sporun insanı daha analitik düşünmeye ittiğini, sosyal yaşantısında, iş yaşantısında daha başarılı olmasına vesile olduğunu düşündüğünü, böylelikle sporun sağlıklı bireylerin olduğu bir dünyada yaşamayı teşvik ettiğini belirtti.

Doğan Haber Ajansı Spor Müdürü Faik Gürses; spor ve oyun alanlarının giderek azaldığını ve maalesef yok olma aşamasına girmesinin büyük üzüntüsünü yaşadığını vurgularken, daha bilinçli ebevenyler ve dolasıyla daha sağlıklı bir gençlik yetiştirmenin önemine değindi.

Ünlü sunucu ve oyuncu Murat Başoğlu'nun sunduğu basın toplantısının sonunda emeği geçen kişi ve kuruluşlara birer teşekkür plaketi takdim edildi.



Toplantımıza, projenin uygulandığı okulların öğrencilerinden bazıları da katıldı.

34. VAKIFLAR HAFTASI KUTLAMALARI



34. vakıflar haftasında spor eğitmeni İbrahim Dalgın ve ekibi tarafından Halide Edip İlkokulunda “Fiziksel aktivite ve Spor ile İlköğretim Çocuklarımızın Kalp Sağlığını Koruma İnteraktif Eğitim Programı” gerçekleştirildi.



34. Vakfılar Haftası nedeniyle, Türk Kalp Vakfı Diyetisyeni Merve Saatçi tarafından Kurtuluş Anadolu Lisesi’ndeki öğrencilere, “Sağlıklı beslenme ve kalp sağlığını koruma” konusunda bir seminer verildi.



BELEDİYELERLE KALP SAĞLIĞI KONFERANSLARI

Vakfımızın, dünyada ve Türkiye de en fazla ölüme sebebiyet veren bir sağlık meselesi olan kalp damar hastalıkları konusunda, halkımızı bilgilendirme, bilinçlendirme ve farkındalıklarını arttırma çalışmaları kapsamında gerçekleştirdiği konferanslar, Yönetim Kurulu Üyelerimiz, Prof. Dr. Yıldız Tümerdem ve Prof. Dr. Ali Serdar Fak'ın değerli katkılarıyla gerçekleşti.

Prof. Dr. Yıldız Tümerdem, "Metabolik sendrom; Nerede yanlış yapıyoruz?" konulu, obezite, hipertansiyon ve şeker hastalığı neden çoğaldı? Anne karnından başlayarak önlem alınması için yapılması gereken doğrular nelerdir? gibi çok önemli bilgileri, 4 Mayıs 2017 tarihindeki III. Ulusal Şişli Sempozyumundaki konferansta paylaştı.



Prof. Dr. Yıldız Tümerdem

Prof. Dr. Ali Serdar Fak ise, kalp damar sağlığı ile ilgili önemli bilgileri paylaştığı konferanslardan ilkini, III. Ulusal Şişli Sempozyumunda, 5 Mayıs 2017 tarihinde, "Kalp Sağlığında Akıllı (Smart) Şehir Kavramı: Yarın Artık Bugündür!" konusunda,

İkincisini; 9 Mayıs 2017 tarihinde, Beyoğlu İlçe Sağlık Müdürlüğü, Beyoğlu Belediyesi Gençlik Merkezi'nde, "kadınlarda Kalp Dağlığı Alarm Veriyor" konusunda gerçekleştirdi.



Prof. Dr. Ali Serdar Fak

TÜRK KALP VAKFI
KALP DOSTLARI İFTAR YEMEĞİNDE BİR ARADA



Türk Kalp Vakfı yararına 06 Haziran 2017 Salı günü Portaxe'te bir iftar daveti verildi.

Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven ve İcra Kurulu Başkanı Neşe Sert'in ev sahipliğinde gerçekleşen davette kısa bir konuşma yapan



Türk Kalp Vakfı Başkanı Kenan Güven gecede bir konuşma yaptı.

Kenan Güven; "Vakfımız, Kalp ve Damar Hastalıkları ile mücadele etmenin önemini vurgulamak, halkımızı bu hastalıklara karşı uyarmak, kalp sağlığını koruma konusunda bilinçlendirmek, bilgi vermek, sağlıklı yaşam alışkanlıkları kazandırabilmek, kalp sağlığına dikkat çekmek ve farkındalık yaratmak misyonuyla çalışmalarını sürdürmektedir.

Bu bağlamda siz değerli kalp dostlarımızla birlikte olduğumuz bu güzel gecemize katılan, destek veren herkese çok teşekkür ediyoruz.



Uzmanlarımızın oruç tutanlar için,

1- Mutlaka sahura kalkın.
2- Sanılanın aksine çok yemek tok tutmaz.
3- Süt, yoğurt, kefir, peynir gibi besinler kaliteli protein içerir.
4- Zeytin çok tuzlu olduğu için zeytin yerine, ceviz veya badem tercih edilebilir.
5- Yeterli miktarda sıvı aldığınızdan emin olun.
6- Çay, kahve yerine bol su tüketin ve düzenli olarak kullandığınız bir ilaç varsa mutlaka doktorunuza danışın şeklindeki önerilerini sizlere hatırlatmakta fayda var.

Hepinize sağlıklı, güzel ve keyifli iftarlar diliyorum" dedi.

İcra Kurulu Üyelerinin destek verdiği, iş, sanat ve İstanbul Cemiyet hayatının tanınmış simalarının katıldığı davete emeği geçen kişilere birer teşekkür plaketi takdim edildi.



"Mütevelli Heyet ve Danışma Kurulu üyemiz Yılmaz Ulusoy da davetimize katıldı.



TÜRKİYE'DEN DÜNYAYA ARMAĞAN EDİLEN ETKİNLİK GLOBAL WELLNESS DAY "İYİ YAŞAM GÜNÜ"

Türk Kalp Vakfı olarak "kalp damar" hastalıklarına karşı farkındalık yaratma çalışmalarımızla, herkesin doğal hakkı olan "sağlıklı yaşama" nasıl kavuşacağına dair aynı ortak değerleri paylaştığımız bir sosyal sorumluluk projesi olan Belgin Aksoy Berkin'in gündeme getirdiği Global Wellness Day'in tüm dünyaya yayılmasını arzu ediyoruz.







“ Türk Kalp Vakfı olarak Welness day etkinliklerine katılarak desteklerimizi sürdürdük.



BAŞKANIMIZ'DAN HASTALARIMIZA ZİYARETLER



Kardiyoloji ve Kalp-Damar Sağlığı konusunda bilinç oluşturan Vakfımız hasta memnuniyetine büyük önem vermektedir.

Bu bağlamda ilk ziyaret, Başkan Kenan Güven tarafından hastamız Seçkin Güraslan'a, gerçekleştirilmiştir.

Seçkin Güraslan teşekkür ederek, bu ziyaretten dolayı büyük memnuniyet duyduğunu ve bu uygulamadan dolayı Başkanı tebrik ettiğini ifade etti.



Başkan Kenan Güven, Eda Melek adlı çocuk hastanın babası Serdar Kulabaş'ı (sağda) iş yerinde ziyaret etti.

Serdar Kulabaş, bu ziyaretten çok memnun kaldığını dile getirirken, Vakfımız sağlık merkezinden ve doktorumuzdan da memnun kaldıklarını belirterek Başkan'a teşekkürlerini ileti.

Başkan, kalp damar hastalıkları oranın çok yüksek olduğu ve maalesef çocuk yaşlara kadar düştüğünü bu konuda Vakfın yapılan farkındalık çalışmaları ve poliklinik hizmetleri hakkında bilgililer verdi.

Toplantıya katılan firma genel müdürü Zühtü Toroslar da bu ziyaretten dolayı Başkan'ı tebrik ederek, 2018 yılında yeni açılacak hava alanı çalışanlarına verilmek üzere bir seminer ricasında bulundu.

VAKFIMIZDA ÖMER ÇAM TARAFINDAN VERİLEN İLETİŞİM SEMİNERİ

İş yerlerinde etkili bir iletişim için; çalışanların iletişim becerilerini nasıl geliştirecekleri, iletişimde geri bildirimin önemini bilerek hareket etmenin, sözlerin, ses tonunun ve beden dilinin önemini bilerek mesajları vermenin çok önemli olduğunu vurgulayan ve bu konudaki bilgilerini paylaşan yaşam koçu ve uzmanı Ömer Çam tarafından Vakfımız personeline, "İletişim ve Telefonda Etkili Konuşma" konularında verilen seminer ilgiyle dinlenirken, Başkan Kenan Güven ve Genel Sekreter Gül Taştaban tarafından Ömer Çam'a vermiş olduğu destekten dolayı bir teşekkür belgesi takdim edildi.





Birgi Köyü, ÖDEMİŞ; İZMİR'İN MASALSI KÖYÜ



Birgi Köyü, Ödemiş; İzmir'in Masalsı Köyü Unesco Dünya Mirası Listesi'ne girebilmiş olan bu tarihi, masalsı köyün ismi her geçen gün daha fazla duyulur hale geldi. Birgi Köyü, İzmir Ödemiş'e bağlı şirin mi şirin bir köy, mutlaka ziyaret edin bayılacaksınız.

Birgi Köyü'nün Tarihi ve Çakırağa Konağı

Birgi Köyü'nün Tarihi 5 yıl öncelerine dek dayanıyor. Frig, Pers, Helen Roma, Bizans ve Osmanlı gibi sayısız medeniyete ev sahipliği yapmış uzun bir tarihi var. Aydınoğulları zamanında başkent olan köy, gezinizde mutlaka ziyaret edilecek yerlerden biri de Çakırağa Konağı, bu güzel ahşap konağa giriş ücreti sadece 5 lira, fakat tarihe yolculuk yapabileceğiniz bu masalsı konağı gezmenizi tavsiye ederim… Kapı, duvar, tavan resimleri ve ahşap oymaların sanatsal inceliği çok hoş.

Çakırağa Konağı'nı gezerken İstanbul ve İzmir'den sonra iki oda göreceksiniz. Konağın sahibi Şerifi Ali Ağa, İstanbul ve İzmirli olan iki eşi hasret çekmesin diye duvarlarına bu şehirlerin manzaralarını resim olarak yaptırmış. Ne ince ruhlu bir insanmış…



Çakırağa Konağı‘nın ardından biraz ilerisindeki Derviş ağa Camii‘ni ziyaret edin. Camiinin kapısı Osmanlı’dan kalma ihtişamlı ahşap bir kapı ve duvar süslemeleri de çok göz alıcı.
Birgi Köyü’nün Muhteşem Doğası
Özellikle köyün ağaçlarına bizim gibi hayran kalabilirsiniz. Yolların iki yanını mesken tutmuş dev, asırlık yemyeşil çam ve çınar ağaçları arasında yürümek romantik olduğu kadar, çok da hoş. Ağaçların olması insanı yaz mevsimi de olsa bunaltmıyor.
Eğer Birgi Köyü‘nü kış ve bahar aylarında ziyaret ederseniz, köyün ortasından bir çayın geçtiğini göreceksiniz. Minik, sevimli köprülerden köyün diğer yakasına geçmek mümkün. Diğer yakada ziyaret edebileceğiniz yerler Derviş Ağa Hamamı ve Medresesi var. Osmanlı Dönemi mimari özelliklerini yansıtan tarihi yapılardan.
Onların biraz ilerisinde Ortaçağ‘dan kalan benim favorim Bizans Kuleleri‘ni görebilirsiniz, ilgi çekici yapılar. Daha sonra hemen hemen her şehirde olduğu gibi burada da olan Ulu Camii‘yi ziyaret edebilirsiniz. Altın varak ve zümrüt tozu boyasıyla yapılmış bölümleri bulunuyor, görmeye değer.
Eğer Masalsı Birgi Köyü’ne kendi aracınızla geldiyseniz buraya 20 kilometre uzaklıkta bulunan Gölcük‘ü özellikle sonbahar sezonunda görmenizi tavsiye ederim. Göl manzarasıyla, sonbahar renkleri ile harika manzaralar fotoğraflayabilirsiniz.



http://hayalcigezgin.com/gezi-rehberi/turkiye/birgi-koyu-odemis-izmirin-masalsi-koyu/

SAĞLIĞINIZ İÇİN SPOR ALIŞKANLIĞI EDİNİN

Spor; genellikle bedensel aktivite ile yapılan ve fiziksel kabiliyet gerektiren, bir amaca yönelik olarak yapılan, faaliyetlerin genel adıdır. Spor, bireysel yapılabildiği gibi, bir ekip şeklinde de yapılabilmektedir. Birtakım sporlar bazı mevsimlerde yapılırken, bir diğer takım sporlar ise, her sezon devamlı yapılabilmektedir.

M.Ö 2000'li yıllara ait Çin'de bulunan eski eserler ve yapılar, eski Çin'de jimnastiğin popüler olduğunu göstermektedir. Eski Mısır'da Firavunlar için yapılmış anıtlar, yüzme, cirit atma, yüksek atlama ve güreş gibi sporların yaygın olduğunu işaret etmektedir. Ayrıca, polo ve atlı mızrak atışı gibi sporlarında çıkış noktası Persliler dönemine dayanmaktadır. Bunların yanı sıra, Eski Yunan medeniyetlerinde, spor olimpiyatları düzenlenmekteydi. Günümüzde de hala spor olimpiyatları düzenlenmekte ve amatör ya da profesyonel olarak sporla uğraşan kişiler bulunmaktadır.

Spor faaliyetleri, temelde fiziksel aktiviteye dayandığı için, düzenli olarak yapıldığında sağlığa birçok yönden faydası olacaktır.



Spor yapmak, hem zihinsel hem ruhsal hem de bedensel açıdan sağlık için oldukça faydalı bir aktivitedir. Spor yapmak, vücudun hastalıklara olan direncini yükseltir ve vücudun dayanıklılık kazanmasını sağlar. Sağlıklı ve dengeli bir şekilde kilo vermeye yardımcı olan spor, aynı zamanda kas ve kemik sistemini güçlendirir. Spor yapmak, daha esnek ve daha dayanıklı bir vücut demektir.

Sporun bedensel faydalarının dışında, ruhsal ve mental yönden de birtakım faydaları bulunmaktadır. Spor yapmak, ruhsal açıdan daha mutlu ve dinç hissetmenize yardımcı olurken, hayat kalitenizi de yükseltecek etki göstermektedir. Özellikle profesyonel ya da amatör olarak yapılan bireysel ya da ekip şeklinde yapılan spor faaliyetleri, başarı ve kendine özgüven gibi duyguları geliştirmektedir. Karar verme mekanizmasını geliştiren spor, belli bir amaca odaklanarak yapıldığı için, sorumluluk ve verilen görevi tamamlama gibi duyguların gelişmesine yardımcı olmaktadır. Daha mutlu ve daha az stresli hissetmenize yardımcı olan spor, sosyal yönden de birtakım faydalar sunmaktadır. Arkadaşlık ve takım ruhu gibi duyguların gelişmesine zemin hazırlayan spor, özellikle çocuk ve gençlerde sosyal yönden gelişim için önemli rol oynamaktadır.

https://evdesifa.com/sporun-faydalari-nelerdir/



BAĞIŞLARINIZLA BÜYÜYORUZ

Ziraat Bankası
Şişli Şubesi
IBAN NO:
TR81 0001 0004 8433 3711 555001

Halk Bankası
Şişli Şubesi
IBAN NO:
TR92 0001 2009 1430 0016 0000 20

TÜRK KALP VAKFI

BASINDA TÜRK KALP VAKFI



Kalp sağlığı için pedala bastılar

➤ **BERGAMA** ilçesinde, Kalp Sağlığı Haftası nedeniyle anlamlı bir etkinlik gerçekleştirildi. Bisikletliler Derneği Bergama Temsilciliği, Pergamon Bisiklet Kulübü ile Türk Kalp Vakfı tarafından düzenlenen etkinliğe, Bergamalı 38 bisikletçi katıldı. Daha sonra bisikletçiler Paşaköy Mahallesine gitti. Paşaköy'de, çocuklara kalp şeklinde balonlar dağıtıldı.

Akşam Ege 15.4.2017

Alem 14.2.2017



TÜRK KALP VAKFI YARARINA

"AVRASYA NEFESİ"

Türk Kalp Vakfı yararına düzenlenen yardım gecesinde, başarılı modacı Cemil İpekçi'nin "Avrasya Nefesi" adlı 2017 koleksiyonu konuklardan bol alkış aldı. Cemiyetin yardımsever isimleri bu anlamlı gecede bir araya geldiler.

Eskiden her yer spor alanıydı



İSTANBUL (İHA)- Türkiye Futbol Federasyonu Onursal Başkanı Şenes Erzik, Türk Kalp Vakfı'nın kalp ve damar hastalıklarında farkındalık oluşturk için gerçekleştirdiği 'Şehirdeki Çocuklar Projesi'nin basın toplantısında açıklamalar yaptı.

Şişli'deki bir otelde düzenlenen basın toplantısında Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven, Türkiye Futbol Federasyonu Onursal Başkanı Şenes Erzik, Türkiye Futbol Federasyonu Üyesi ve Amatör Spor Kulüpleri Konfederasyonu Genel Başkanı Ali Düşmez, Şişli Belediye Başkanı Hayri İnönü ve Şişli Kaymakamı İdris Akbıyık hazır bulundu. Düşük gelirli mahallelerde 7-12 yaş arasındaki çocukları spora teşvik etmek amacıyla yapılan bu projede Şişli bölgesindeki okullar da pilot bölge olarak seçildi.

GÜVEN: "ÇOCUKLAR İNTERNET BAŞINDA VAKİT GEÇİRİYOR"

Toplantının açılış konuşmasını yapan Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven, gelişen teknolojiyle birlikte çocukların bilgisayar başında vakit geçirdiğini söyleyerek, "Oyun alanlarının ve imkanların yeterli olmaması nedeniyle çocuklar da internet başında vakit geçiriyorlar. Bunu hepimiz üzülerek görüyoruz. Bu sorun çocuklarda zamanla psikolojik sıkıntıları da beraberinde getirecektir. Türk Kalp Vakfı olarak bu çalışmanın sonuçlarını devletimizin her kademesine ve büyük belediyelere göndererek bu konuda farkındalık oluşturma çabalarımız devam edecektir" ifadelerini kullandı.

ERZİK: "ESKİDEN HER YER SPOR ALANIYDI"

Toplantıda konuşma yapan Türkiye Futbol Federasyonu Onursal Başkanı Şenes Erzik, toplumda özellikle çocukların artık oyun alanı için yer bulamadığını ifade ederek, "Ben 6 yaşında Giresun'da gölde yüzme öğrendim. Sonrasında İstanbul'a geldik ve burada neredeyse top oynamadığım yer kalmadı. Sarıyer'den, Bostancı'ya, Maltepe'ye, Kartal'a kadar her yerde oyun alanları ve sahalar vardı. Artık bunları bulma imkanımız yok. Eskiden çocukların yaptığı en önemli aktivite boş alanlarda top oynamak, spor yapmaktı. Artık bunu göremiyoruz. 3 ay önce kalp ameliyatı olan birisi olarak Türk Kalp Vakfı'nın gerçekleştirdiği bu projeye elimden gelen desteği vereceğim" diye konuştu.

DÜŞMEZ: "HİÇBİR YERDE SAHA KALMADI"

Türkiye Futbol Federasyonu Üyesi ve Amatör Spor Kulüpleri Konfederasyonu Genel Başkanı Ali Düşmez de yaptığı konuşmada özellikle İstanbul'da spor yapacak alan kalmadığını belirterek, "Ben Sarıyer'de büyümüş olan bir insanım. Eskiden Yeniköy'de 5 tane saha vardı ve burada top oynardık. Şimdi baktığımızda Sarıyer'in genelinde 5 tane saha yok. Geçen gün hesapladım, eskiden oynadığımız oyunların isimlerini bir kağıda yazdım. Çelik çomaktan, zımba'ya kadar 95 tane oyun oynuyormuşuz. Ama şimdi bu oyunları bilen çocuklar yok" dedi.

Konuşmaların ardından katılımcılara Türk Kalp Vakfı tarafından plaket verildi ve toplu fotoğraf çekimi gerçekleşti.



Anakara Zafer 27.4.2017

Alem 14.2.20172



TÜRK KALP VAKFI YARARINA "AVRASYA NEFESİ"

Türk Kalp Vakfı yararına düzenlenen yardım gecesinde, başarılı modacı Cemil İpekçi'nin "Avrasya Nefesi" adlı 2017 koleksiyonu konuklardan bol alkış aldı. Cemiyetin yardımsever isimleri bu anlamlı gecede bir araya geldiler.



Şehirdeki Çocuklar Projesi büyüyor

Dünyanın ve özellikle Türkiye'nin rekor seviyede en fazla ölüme sebebiyet veren sağlık meselesi olan kalp damar hastalıkları konusundaki farkındalık yaratma çalışmaları ile ülkenin önde gelen Sivil Toplum Örgütleri arasında yer alan Türk Kalp Vakfı, "Şehirdeki Çocuklar Projesi" ile çalışmalarını sürdürüyor.

Pilot bölge olarak seçilen Şişli Bölgesindeki okullarda, geçtiğimiz yıl başlanan ve bu yıl Mart Ayı ortasında tamamlanan bu projenin sonuçlarını konuşulduğu basın toplantısına Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven, UEFA Onursal Başkanı Şenes Erzik, Şişli Kaymakamı İdris Akbıyık, Şişli Belediye Başkanı Hayri İnönü, Onursal Başkan Çetin Yıldırımakın, Şişli İlçe Milli Eğitim Müdürü Mücahit Yeniköy, Türk Kalp Vakfı Çocuk Kardiyoloji Merkezi Direktörü Prof. Dr. Türkan Ertuğrul, Türk Kalp Vakfı Mütevelli Heyet Üyesi Oktay Duran, Türkiye Futbol Federasyonu Üyesi ve Amatör Spor Kulüpleri Konfederasyonu Genel Başkanı Ali Düşmez ve Doğan Haber Ajansı Spor Müdürü Faik Güneş katıldı. Toplantıda konuşan Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven; "Sonuç olarak, Şehirdeki Çocuklar Projesi bize şehirlerin çeşitli nedenlerle olduğu göçler, büyük şehirlerdeki yatay ve dikey yerleşimlerin artması sonucu yeşil alanların hemen hemen azalması sokak ve caddelerin üretilememesi neticesinde, özellikle kenar mahallerde artık bırakın kullanılmayı tikanma noktasına geldiği ve çocuklarımızın sağlıklı ve güvenli oyun alanlarının kalmadığını görüyoruz. Bu sorun zamanla psikolojik sorunları da beraberinde getirmesi ile birlikte çocuklarımızın üzerindeki etkileri ve tahribatı da çok fazla olmaktadır.

Oyun alanlarının ve imkanların yeterli olmaması onları evlerde TV'lerin ve çağımızın en önemli buluşlarından birisi olan internetin başına kilitlemesine sebep olduğunu hepimiz üzülerek görüyoruz. Bu hareketsizlik neticesinde, çocuklarımız maalesef bazı sağlık ve psikolojik sorunlar ile tanışıyorlar. Bu hastalıkların başında da fiziksel aktivite eksikliğine bağlı olarak genç yaşta kalp ve damar hastalıkları ortaya çıkmaktadır. Türk Kalp Vakfı bir Sivil Toplum Kuruluşu olarak, bu çalışmanın sonuçlarını devletimizin her kademesine ve bazı büyük belediyelerimize göndererek bu konuda da farkındalık yaratma çalışmalarını sürdüreceğiz. Çağındığımız her yere de giderek bu sorunu ortadan kaldırmaya devam edeceğiz" dedi. Türk Kalp Vakfı Çocuk Kardiyoloji Direktörü Prof. Dr. Türkan Ertuğrul ise, "Çocukluktan itibaren kazanılan en güzel alışkanlık fiziksel aktivitedir" diye konuştu.

Bizim Gazete 30.4.2017



İYİ KALPLER

8 - 15 Nisan tarihleri arasında kutlanan 29. Kalp Haftası nedeniyle Türk Kalp Vakfı tarafından verilen "İyi Kalpli Ol" ödülleri de sahiplerine verildi. Engelli öğrencisini sırtında taşıyarak spor yaptıran Sakarya'dan beden eğitimi öğretmeni Yahya Celep'e; kayak yarışından kazandığı para ödülü ile ihtiyaç sahibi öğrencilere botlar alan ortaokul öğrencisi Mersin'den Göksu Yeşildağ'a ve down sendromlu kardeşine kendini adayan ve bir dernek kuran Gaziantep'ten Bengü Aslanpay'a ödülleri verildi.



Cumhuriyet 28.4.2017

'Şehirdeki Çocuklar'



Projenin finali önceki gün yapıldı.

Türk Kalp Vakfı'nın (TKV), kalp ve damar hastalıklarında farkındalık oluşturmak ve 7-12 yaş çocukların egzersiz yapmalarını teşvik etmek için geçen yıl Şişli ilçesindeki okullarda başlattığı "Şehirdeki Çocuklar Projesi"nin finali gerçekleştirildi. TKV Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven, gelişen teknolojiyle birlikte çocukların bilgisayar başında vakit geçirdiğini belirterek, "Oyun alanları ve imkânların yeterli olmaması nedeniyle çocuklar internet başında vakit geçiriyor. Bu sorun zamanla psikolojik sıkıntıları da beraberinde getirecektir. Bu konuda farkındalık oluşturma çabalarımız devam edecektir" diye konuştu. Türkiye Futbol Federasyonu Onursal Başkanı Şenes Erzik ise çocukların oyun alanı için yer bulamadığını kaydederek "Eskiden çocukların yaptığı en önemli aktivite boş alanlarda top oynamak, spor yapmaktı. Artık bunu göremiyoruz" dedi.

Cumhuriyet - 7.4.2017

Cumhuriyet 7.4.2017



CEMİL İPEKÇİ'DEN TÜRK KALP VAKFI'NA ÖZEL DEFİLE

'AVRASYA NEFESİ' GÖRÜCÜYE ÇIKTI

Ünlü modacı Cemil İpekçi, 2017 koleksiyonunu ilk kez Türk Kalp Vakfı'nın Lazzoni Hotel'de gerçekleştirdiği gala yemeğinde, iş, sanat ve cemiyet hayatının önde gelen isimlerinin katıldığı muhteşem bir organizasyonla tanıttı.





Türk Kalp Vakfı Tıp Merkezi için Ekokardiyografi (Kalp Ultrasonu) cihazının alınma fon sağlamak amacıyla gerçekleşen Cemil İpekçi'nin "Avrasya Nefesi" adını verdiği defilede yeni koleksiyonunu ünlü isimler eşliğinde tanıtıldı. Barış Noyan koreografisiyle gerçekleşen defilenin en büyük sürprizlerinden biri Nükhet Duru oldu. Sanat dünyasının ünlü usta ismi Nükhet Duru, defilede İpekçi'nin kendisi için özel hazırladığı kıyafetle podyuma çıkarak modellik yaptı.



Diriliş Postası 16.4.2017

'Kalbin İçin Olta At' etkinliği gerçekleştirildi

Sarıyer Belediyesi ile Türk Kalp Vakfı, Kalp Sağlığı Haftası kapsamında "Kalbin için olta at" etkinliği düzenledi.

Kireçburnu Haydar Aliyev Parkı'nda gerçekleştirilen etkinliğe Sarıyer Belediye Başkanı Şükrü Genç, Türk Kalp Vakfı Başkanı Kenan Güven, kalp hastaları ve aileleri ile çok sayıda vatandaş katıldı.

Burada konuşan Genç, özellikle boyalı besinlere dikkat edilmesi gerektiğini vurgulayarak, "Bu yiyeceklerde çok ciddi problemler var. Bunlara eğer dikkat edersek damarlardaki tıkanmaları engellemiş oluruz. Sarıyerliler diğer yerlerde oturanlara göre biraz daha şanslı. Çıkıp yürüyebilecekleri, temiz hava alacakları alanlar çok fazla." ifadelerini kullandı.

Türk Kalp Vakfı Başkanı Güven ise,"Biz bu haftada, kalp hastalığına dikkati çekme ve bilgilendirme çalışmaları yapıyoruz. Kalp hastalığı, kontrol edilebilir hastalıkların başında gelmektedir. Doktorunuzun tavsiyelerine uymakla, spor yapmakla, sigara, içki, un, şekerden uzak durmakla, stresten arınmakla bu hastalığı minimum seviyeye indirebilirsiniz. Balık tutma da hem açık havada teneffüs etmek hem de stresten arınmak için en iyi sporlardan birisidir. Bizler Kalp Vakfı olarak balık tutmayı sizlere öneriyoruz." şeklinde konuştu.

Konuşmaların ardından denize olta atıldı, vatandaşlara balık ekmek ikram edildi.

TÜRK KALP VAKFI YARARINA DÜZENLENDİ

Kalp dostları iftarda bir araya geldi



Türk Kalp Vakfı yararına geçtiğimiz salı günü Portaxe'te bir iftar daveti verildi. Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven ve İcra Kurulu Başkanı Neşe Sert'in ev sahipliğinde gerçekleşen iftarda iş, sanat ve cemiyet hayatından birçok isim bir araya geldi. Yemekte bir konuşma yapan Güven, "Vakfımız, kalp ve damar hastalıkları ile mücadele etmenin önemini vurgulamak, halkımızı bu hastalıklara karşı uyarmak, kalp sağlığını koruma konusunda bilinçlendirmek, bilgi vermek, sağlıklı yaşam alışkanlıkları kazandırabilmek, kalp sağlığına dikkat çekmek ve farkındalık yaratmak misyonuyla çalışmalarını sürdürmektedir" dedi. İftara katılanlara teşekkür eden Güven, oruç tutanlara da uzmanların şu tavsiyelerini hatırlattı: "Mutlaka sahura kalkın. Sanılanın aksine çok yemek tok tutmaz. Süt, yoğurt, kefir, peynir gibi besinler kaliteli protein içerir. Zeytin çok tuzlu olduğu için zeytin yerine, ceviz veya badem tercih edilebilir. Yeterli miktarda sıvı aldığınızdan emin olun. Çay, kahve yerine bol su tüketin ve düzenli olarak kullandığınız bir ilaç varsa mutlaka doktorunuza danışın."

Dünya 9.6.2017

Dünya 21.4.2017

İKİ KURUM ARASINDA BİLİMSEL ARAŞTIRMA PROTOKOLÜ İMZALANDI

Türk Kalp Vakfı ile Marmara Üniversitesi'nden ortak çalışma



Türk Kalp Vakfı'nın erişkin ve çocuk yaştaki hastalarının, demografik ve tıbbi bilgileri, kişisel ve özel bilgilerden arındırılarak, Marmara Üniversitesi Hipertansiyon ve Ateroskleroz Eğitim Uygulama ve Araştırma Merkezi tarafından 'Klinik Araştırma Etik Kurul' onayı ile bilimsel araştırmalarda kullanılacak. Konuya ilişkin protokol geçtiğimiz pazartesi günü Marmara Üniversitesi Hipertansiyon ve Ateroskleroz Eğitim Uygulama ve Araştırma Merkezi ile Türk Kalp Vakfı arasında imzalandı. İşbirliğini değerlendiren Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven, yapılacak işlemler ve ortak bilimsel araştırmaların sonuçlarının ileride kamuoyu ile paylaşılacağını söyledi.

Dünya 28.4 .2017

TÜRK KALP VAKFI'NIN PROJESİ

Şehirdeki çocuklar harekete geçiyor

Dünya Kalp Federasyonu ve UEFA'nın küresel bazda 2014 yılında başlattığı 'Şehirdeki Çocuklar' projesinin Türkiye'deki yürütücüsü Türk Kalp Vakfı, pilot bölge olarak Şişli'yi seçti. Verilen bilgiye göre, proje, dünya genelindeki bir numaralı ölüm nedeni olan kalp damar hastalıklarına ilişkin başlıca değiştirilebilir risk faktörlerinden biri olan fiziksel hareketsizlik sorunu ile baş etmek üzere oluşturuldu. Türk Kalp Vakfı tarafından yürütülen "Şehirdeki Çocuklar" projesinin ana hedefi büyükşehirlerin düşük gelirli semtlerinde yaşayan 7-12 yaş grubundaki çocukların fiziksel aktiviteye erişimini ve fiziksel aktivite konusundaki farkındalıklarını artırmak, çocukları fiziksel aktivite ve daha hareketli olmaları konusunda gerek motivasyon gerek başta futbol olmak üzere spor yoluyla pratik imkânlar ile teşvik etmek. Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven konuyla ilgili olarak şunları söyledi:

"Şehirdeki Çocuklar Projesi bize şehirlerin çeşitli nedenlerle aldığı göçler, büyük şehirlerdeki yatay ve dikey yerleşimlerin artması sonucu yeşil alanların azaldığını, özellikle kenar mahallerde çocuklarımızın sağlıklı ve güvenli oyun alanlarının kalmadığını görüyoruz. Oyun alanlarının ve imkânların yeterli olmaması onları evlerde TV'lerin ve internetin başına kilitliyor. Bu hareketsizlik neticesinde, çocuklarımız maalesef bazı sağlık ve psikolojik sorunlar ile tanışıyorlar. Bu hastalıkların başında da fiziksel aktivite eksikliğine bağlı olarak genç yaşta kalp ve damar hastalıklarını ortaya çıkmaktadır. Türk Kalp Vakfı bir sivil toplum kuruluşu olarak, bu çalışmanın sonuçlarını devletimizin her kademesine ve bazı büyük belediyelerimize göndererek bu konuda da farkındalık yaratma çalışmalarını sürdürecektir." ISTANBUL DUNYA

Ölümlerin yüzde 40'ı dolaşım sistemi hastalıklarından

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), 2016 yılına ilişkin ölüm nedeni istatistiklerini açıkladı. Ölüm nedenleri incelediğinde en fazla yüzde 39,8 ile dolaşım sistemi hastalıkları, yüzde 19,7 ile iyi ve kötü huylu tümörler dikkati çekti. Bunları sırasıyla yüzde 11,9 ile solunum sistemi, yüzde 5 ile endokrin, beslenme ve metabolizmayla ilgili hastalıklar, yüzde 4,9 ile sinir sistemi ve duyu organları hastalıkları ve yüzde 4,4 ile dışsal yaralanma nedenleri ve zehirlenmeler izledi. Dolaşım sistemi kaynaklı ölümlerin yüzde 40.5'i iskemik kalp hastalığı, yüzde 23,6'sı ise serebro-vasküler hastalıklardan kaynaklandı. Kötü huylu tümör nedeniyle gerçekleşen ölümlerin yüzde 31,1'i girtlak ve soluk borusu/bronş/akciğerin kötü huylu tümöründen kaynaklandı.

Görenek Türk Kalp Vakfı'nda

Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Kardiyoloji Anabilim Dalı Öğretim Üyelerinden Prof. Dr. Bülent Görenek Türk Kalp Vakfı Ulusal Kalp Sağlığı Danışma Kurulu üyeliğine seçildi.



1975 yılında kurulan Türk Kalp Vakfı çağın en önemli sorunlarından olan kalp hastalıklarının önlenmesi ve halkın aydınlatılması konusunda önemli çalışmalara imza atıyor. Prof. Dr. Bülent Görenek'in seçildiği Danışma Kurulu; vakfın kalp sağlığı alanında politikalar belirlemesine ve güncel kalp sağlığı konularında görüş ve tutum oluşturulmasına yardımcı olmaktır. Türk Kalp Vakfı'nın diğer sivil toplum örgütleriyle ortak çalışmalar geliştirmesi ve gerçekleştirilmesine yardımcı olmak da bu kurulun önemli görevleri arasındadır. Prof. Dr. Bülent Görenek yurtdışındaki ve yurtiçindeki diğer kardiyoloji derneklerindeki çalışmalarına ilave olarak Türk Kalp Vakfı Danışma Kurulu'nda 4 yıl süreyle görev yapacak. ESRA ÜNLÜ

Eskişehir sonbahar 2. 22.2.2017

GORENEK TURK KALP VAKFI'NDA

■ ESOGÜ Kardiyoloji Anabilim Dalı Öğretim Üyelerinden Prof. Dr. Bülent Görenek Türk Kalp Vakfı Ulusal Kalp Sağlığı Danışma Kurulu üyeliğine seçildi. >6'DA



Eskişehir sonbahar 1. 22.2.2017



Habertürk
7.4.2017

İyi kalplilere ödül

TÜRK Kalp Vakfı'nın gelenekselleşen Kalp Haftası Basın Toplantısı'nda, "İyi Kalpli Ol Ödülleri" sahiplerini buldu. 29. Kalp Haftası'nda Türk Kalp Vakfı'nın düzenlediği törende bu yıl, engelli öğrencisini sırtında taşıyarak spor yaptıran Sakarya'dan beden eğitimi öğretmeni Yahya Celep, kayak yarışında kazandığı para ödülüyle ihtiyaç sahibi öğrencilere bot alan Mersin'den ortaokul öğrencisi Göksu Yeşildağ, Down sendromlu kardeşine kendisini adayan ve bu vesileyle Down sendromlu kişilere umut olacak bir dernek kuran Gaziantep'ten Bengü Aslanpay ödül aldı.

■ **Ayça GÜLLÜOĞLU-Ceyhun AKÇA**

Güneş
10.4.2017

TÜRK KALP VAKFI DUKE OF KENT'İN

Geçtiğimiz gün gerçekleşen Türk Kalp Vakfı Koşusu nefes kesen finişe sahne oldu. Son metrelerde önündeki rakiplerini yakalamak için büyük gayret sarfeden DUKE OF KENT zoru başardı.

■ **KOŞUYA** MY BILLIONAIRE isimli safkanla eküri olarak katılan doru erkek safkan DUKE OF KENT, elde ettiği Türk Kalp Vakfı Koşusu galibiyetiyle, yarış kariyerinin 8. birinciliğine uzandı. Kum (sentetik) pistte, 1300 metre mesafe üzerinden düzenlenen koşuya, 4 yukarı yaşlı 10 safkan İngiliz atı katıldı. 51.000 TL birincilik ikramiyeli olan koşuyu, iç kulvarda yer alan safkanlardan YAĞIZINOĞLU (Okawango - Steel Girl / Shining Steel) ikinci olarak tamamlarken, BÜYÜK BEYAZ (Kurtiniadis - White Blood / Unaccounted For) üçüncü, LİRA LİRA (Luxor - Anka Kuşu / Mountain Cat) ise tabelanın son basamağının sahibi oldu. Kazanan DUKE OF KENT için koşunun bitiriş derecesi 1.16.85 olurken, farklar 1/2 Boy - 2 Boy - 1 Boy şeklinde sonuçlandı.





Haber Türk TV
16.04.2017

Haber Türk 16.4.2017



'Kalbin için olta at'

SARIYER Belediyesi ile Türk Kalp Vakfı, Kalp Sağlığı Haftası kapsamında dün "Kalbin için olta at" etkinliği düzenledi. Kireçburnu Haydar Aliyev Parkı'ndaki etkinliğe Sarıyer Belediye Başkanı Şükrü Genç, Türk Kalp Vakfı Başkanı Kenan Güven, kalp hastaları ve aileleri katıldı. Vakıf Başkanı Güven 9 yıldır nisan ayının ikinci haftasında etkinlikler düzenlediklerini belirterek, 'Spor yapmak, sigara, içki, un, şekerden uzak durmak, bu hastalığı minimum seviyeye indirir. Balık tutmak da hem temiz hava teneffüs etmek hem de stresten arınmak için en iyi sporlardan biri. Bizler Kalp Vakfı olarak balık tutmayı sizlere öneriyoruz" dedi. Başkan Şükrü Genç ise Sarıyerlilerin çıkıp yürüyebilecekleri, temiz hava alacakları alanların fazla olmasından dolayı çok şanslı olduklarını söyledi.

Okullarda haftada 6 saat spor

Şehirdeki çocuklar sokağa çıksın diye...



TÜRK Kalp Vakfı, dünya genelinde bir numaralı ölüm nedeni olan kalp-damar hastalıklarının nedenlerinin başında gelen fiziksel hareketsizlik sorununa dikkat çekmek amacıyla geçen yıl başlattığı "Şehirdeki Çocuklar" projesini tamamladı.

Proje kapsamında, bu okullarda haftada 6'şar kez 1'er saat fiziksel aktiviteler yapıldı. Projenin sonuçlarıyla ilgili Şişli'de düzenlenen basın toplantısında; Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven, Türkiye Futbol Federasyonu Onursal Başkanı Şenes Erzik, Türkiye Futbol Federasyonu Üyesi ve Amatör Spor Kulüpleri Konfederasyonu Genel Başkanı Ali Düşmez, Şişli Belediye Başkanı Hayri İnönü ve Şişli Kaymakamı İdris Akbıyık hazır bulundu.

Projenin uygulandığı okullarda yapılan anket sonucuna göre, "Şehirdeki Çocuklar" projesi yüzde 90 oranında uygun bulundu. Şişli'deki 5. ve 6. sınıflarda gerçekleşen pilot uygulamanın sonuçlarına göre, 7-13 yaş arasındaki çocukların yüzde 58'i düzenli egzersiz yapmıyor.

PSİKOLOJİK RAHATSIZLIKLAR

Yüzde 20'lik oran hiç egzersiz yapmazken, egzersiz yapan çocukların yüzde 67'si sokaklarda oyun oynayarak fiziksel aktivitelerini gerçekleştiriyor. Toplantıda konuşan Kenan Güven, oyun alanlarının ve imkânların yeterli olmaması nedeniyle çocukların internet başında vakit geçirdiklerini belirterek, "Bunu hepimiz üzülerek görüyoruz. Bu sorun çocuklarda zamanla psikolojik sıkıntıları da beraberinde getirecektir. Vakıf olarak bu çalışmanın sonuçlarını devletimizin her kademesine ve büyükbelediyelere göndererek bu konuda farkındalık oluşturma çabalarımız devam edecektir" dedi.

'OYUN İÇİN YER YOK'

Türkiye Futbol Federasyonu Onursal Başkanı Şenes Erzik de çocukların artık oyun alanı için yer bulamadığını ifade ederek, "Eskiden çocukların yaptığı en önemli aktivite boş alanlarda top oynamak, spor yapmaktı. Artık bunu göremiyoruz" diye konuştu.

■ Ceyhun AKÇA-Ayça GÜLLÜOĞLU

Haber Türk
27.4.2017



İzmir 9 Eylül 12.4.2017

Sağlıklı yaşama pedal çevirdiler

İZMİR'İN Bergama ilçesinde, Kalp Sağlığı Haftası nedeniyle "Pedallarımız Kalplerimiz İçin Dönüyor Bisiklet Turu" düzenlendi. Bisikletliler Derneği Bergama Temsilciliği Pergamon Bisiklet Kulübü ile Türk Kalp Vakfı tarafından düzenlenen etkinliğe, Bergamalı 38 bisikletçi katıldı. Bayraklı Parktan başlayan etkinlikte ilk önce Cumhuriyet Meydanı'na gelindi. Pergamon Bisiklet Kulübü üyesi Yusuf Sarı, "Kalp sağlığına dikkat çekmek için bu etkinliği düzenledik. Vatandaşlarımızın bisikletli yaşamı, bisiklet ulaşımını tercih etmeleri kalp ve damar sağlığı için çok önemli. Herkesi bisiklet kullanmaya davet ediyoruz" dedi. Daha sonra Bergama Paşaköy Mahallesi'ne tur sürdü. Paşaköy'deki çocuklara kalp şeklinde balonlar dağıtıldı. Doğa gezisinin ardından etkinlik Cumhuriyet Meydanı'nda sona erdi.

Hürriyet Kelebek 13.4.2017



Yılmaz Ulusoy'a plaketini Türk Kalp Vakfı Onursal Başkanı Çetin Yıldırımakın ve Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven verdi.

Türk Kalp Vakfı, 29. Kalp Haftası nedeniyle çeşitli etkinlikler organize etti. Vakıf başkanı Kenan Güven, önceki gün Lazzoni Otel'de düzenlediği basın toplantısıyla çalışmaları hakkında bilgi verdi. Toplantıda ayrıca vakfa katkıda bulunan kişi ve kurumlara plaket verildi. Yılmaz Ulusoy, plaket alan isimler arasında yer aldı.

Habertürk 11.4.2017

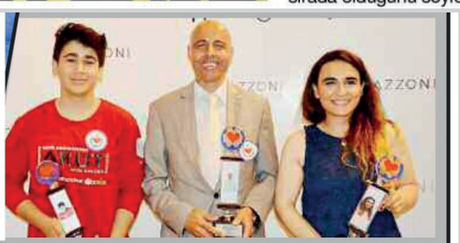
Kalbe ilaç: Egzersiz, beslenme, yönetilebilir stres



29. Kalp Haftası, İstanbul'da gerçekleştirilen toplantıyla başladı. 10-17 Nisan arasında kutlanan Kalp Haftası nedeniyle yapılan toplantıya İstanbul İl Sağlık Müdürü Kemal Memişoğlu, TKV (Türk Kalp Vakfı) Onursal Başkanı Çetin Yıldırımakın ile TKV Mütevelli Heyeti ve Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven katıldı. Dolaşım sistemi hastalıklarının ölüm oranında birinci sırada olduğunu söyleyen Kemal Memişoğlu, geçen yıl Türkiye'deki ölümlerin yüzde 40.3'ünün dolaşım sistemi hastalıklarından kaynaklandığını kaydetti.

Türkiye Kalp ve Damar Hastalıklarını Önleme ve Kontrol Programı'nın 2015-2020 yıllarına yönelik yapıldığını aktaran Memişoğlu, "En önemlisi egzersiz yapacağız. Beslenmemize dikkat edeceğiz. Toplumu kalp hastalıkları konusunda bilinçlendireceğiz. Psikolojimizi ve stresimizi yönetebilir hale geleceğiz. Bir de riskli alanlardaki kişileri tespit edeceğiz. Bunları inşallah birlikte yapacağız" dedi. TKV Mütevelli Heyeti ve Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven, kalp hastalıklarının tedavi edilebilir olduğunu belirterek teşhis ve tedavinin önemini vurguladı. Güven, Kalp Haftası'nda çeşitli etkinliklerle halkı bilinçlendirme çalışmaları yapacaklarını kaydetti.

■ Leyla ÜNAL / İSTANBUL



'İyi Kalpli Ol' ödülleri sahiplerini buldu

Türk Kalp Vakfı (TKV) tarafından kalp ve damar hastalıkları farkındalığını arttırmak amacıyla yürütülen "İyi Kalpli Ol" ödülleri törenle sahiplerine verildi.TKV Onursal Başkanı Cetin Yıldırımakın, 29. Kalp Haftası kapsamında gerceklestirilen törende, kalp ve damar hastalıkları bakımından en önemli faktörün hareketsizlik olduğunu söyledi. Kalp ve damar hastalıklarının kadın, erkek, çocuk, genç ve yaşlı dinlemeden herkesi ilgilendirdiğini anlatan Yıldırımakın, bu konuda toplumu bilinclendirmek istediklerini kaydetti. Yıldırımakın, "Özellikle de yarınların sahibi sevgili cocuklarımız ve gençlerimiz için hareketsizliğin önemini gündeme getirmeye calısıyoruz. Bakın bu hastalık sadece insanları değil, hayvanları da tehdit ediyor. Kalp ve damar hastalıkları konusunda en önemli mücadele, insanları bilinclendirmek." dedi. Törende, Sakarya'daki bir okulda engelli öğrencisini sırtında taşıyarak spor yaptıran beden eğitimi öğretmeni Yahya Celep, Mersin'de kayak yarışından kazandığı para ödülü ile ihtiyac sahibi öğrencilere 89 bot alan 15 yaşındaki ortaokul öğrencisi Göksu Yeşildağ ve Gaziantep'te down sendromlu kardeşine kendini adayan ve bu amacla bir dernek kuran Bengü Aslanpay'a ödül verildi. AA

Haber Vaktim 8.4.2017

Habertük 8.6.2017





Kalp dostu tenis turnuvası

ULUSLARARASI 6. Geleneksel Türk Kalp Vakfı Tenis Turnuvası, Exotic isim sponsorluğunda gerçekleştirilecek. Turnuva ile ilgili Akatlar Clubsporium'da basın toplantısı düzenlendi. Türk Kalp Vakfı Mütevelli Heyeti ve Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven ile Onursal Başkanı Çetin Yıldırımakın'ın da hazır bulunduğu toplantıda, turnuvaya yurtdışından da katılımlar olacağı belirtildi. 8 ile 70 yaş aralığında sporcuların boy göstereceği turnuva 11-20 Mayıs tarihlerinde Akatlar Clubsporium'da yapılacak. ■ İsmail ÖZ

Korkusuz
23.4.2017

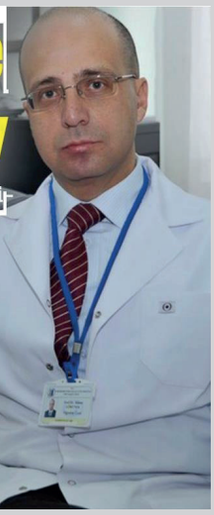


NTV
26.4.2017

Kırkpınar dergi
Mayıs 2017



Prof. Görenek'e önemli bir görev



Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Kardiyoloji Anabilim Dalı Öğretim Üyesi Prof. Dr. Bülent Görenek, Türk Kalp Vakfı Ulusal Kalp Sağlığı Danışma Kurulu üyeliğine seçildi. 1975 yılında kurulan Vakfın kalp hastalıklarının önlenmesi ve halkın aydınlatılması konusunda önemli çalışmalara imza attığı bildirildi. 4'TE

Milli İrade 1
22.2.2017

Klass 1.6.2017





Davet / Party

QUALITY of magazine

Geleneksel turnuvada renkli final

A colorful finale for the annual tournament

6 Uluslararası Geleneksel Türk Kalp Vakfı Tenis Turnuvası, Exotic isim sponsorluğunda 11-21 Mayıs tarihleri arasında Akatlar Clubsporium tesislerinde gerçekleşti. Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven ve Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkan Yardımcısı ve Turnuva Genel Koordinatörü Neşet Müldür'ün de hazır bulunduğu, birçok seçkin ismin katıldığı ödül törenine, dereceye giren tenisseverlere kupaları takdim edildi.

The 6th International Annual Turkish Heart Foundation Tennis Tournament was organized at the Akatlar Clubsporium on May 11-21, sponsored by the Exotic. The succesful tennis lovers were given their cups during a ceremony where the Chairman of the Advisory Board of the Turkish Heart Foundation Kenan Güven and its Advisory Board's Vice-Chairman as well as its Tournament Central Coordinator Neşet Müldür were present while many distinguished names participated.

Dursun Özbek, Neşet Müldür, Kenan Güven

Turan Fatuoğlu, Mevlüt Dursun Özbek, Cengiz Durmuş, Selçuk Ural, Kenan Güven, Neşet Müldür

162 Quality of magazine Haziran 2017

Quality 1.6.2017

Klass 2 Mart sayısı



Türk Kalp Vakfı'nın Lazzoni Hotel'de Türk Kalp Vakfı Tıp Merkezi için Ekokardiyografi (Kalp Ultrasonu) cihazının alınma fon sağlamak amacıyla gerçekleştirdiği şık gala yemeği Türk Kalp Vakfı Mütevelli Heyet ve Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven ve İcra Kurulu Başkanı Neşe Sert'in ev sahipliğinde gerçekleşti. Muhteşem gecede Kenan Güven ve Neşe Sert konuklarını kapıda karşılayarak geç boyunca misafirleriyle özel olarak ilgilendi.



GÜNÜN KONUĞU

KENAN GÜVEN - TÜRK KALP VAKFI YÖNETİM KURULU BAŞKANI

BEN DE GENÇLİĞİMDE AMATÖR OLARAK FUTBOL OYNADIM

Bein Sports TV 16.02.2017

Ortadoğu 17.4.2017



"Kalbin İçin Olta At" etkinliği



İSTANBUL Sarıyer Belediyesi ile Türk Kalp Vakfı, Kalp Sağlığı Haftası kapsamında "Kalbin için olta at" etkinliği düzenledi.

Kireçburnu Haydar Aliyev Parkı'nda gerçekleştirilen etkinliğe Sarıyer Belediye Başkanı Şükrü Genç, Türk Kalp Vakfı Başkanı Kenan Güven, kalp hastaları ve aileleri ile çok sayıda vatandaş katıldı.

Burada konuşan Genç, beslenmeye dikkat edilmesi ve işlenmiş gıdalardan uzak durulması gerektiğini söyledi.

Özellikle boyalı besinlere dikkat edilmesi gerektiğini vurgulayan Genç, "Bu yiyeceklerde çok ciddi problemler var. Bunlara eğer dikkat edersek damarlardaki tıkanmaları engellemiş oluruz. Sarıyerliler diğer yerlerde oturanlara göre biraz daha şanslı. Çıkıp yürüyebilecekleri, temiz hava alacakları alanlar çok fazla." ifadelerini kullandı.

Türk Kalp Vakfı Başkanı Güven ise, kalp ve damar hastalıklarının öneminin son zamanlarda daha çok arttığını dile getirdi. (A.A.)

Quality 1.5.2017



Geleneksel turnuvada geri sayım

Countdown for the traditional tournament

Altıncı Uluslararası Geleneksel Türk Kalp Vakfı Tenis Turnuvası Exotic isim sponsorluğundaki basın toplantısı, Akatlar Clubsporium tesislerinde gerçekleşti. Toplantıya Vakfın Yönetim Kurulu üyelerinin ve sponsor firma yetkili isimlerinin yanı sıra ünlü sanatçı Reyhan Karaca da katıldı.

Reyhan Karaca'nın Tenis Hocası Korhan Akın ile gerçekleştirdiği gösteri maçı ilgiyle izlendi. Ayrıca, 11-20 Mayıs tarihleri arsında Clubsporium tesislerinde yapılacak olan turnuvaya katkıda bulunan isimlere plaketleri verildi.

The press conference for the 6th International Traditional Turkish Heart Foundation's Tennis Tournament sponsored by Exotic was organized at the Akatlar Clubsporium. Members of the foundation, representatives from the sponsoring corporations as well as the famous singer Reyhan Karaca participated at the meeting. Reyhan Karaca and her tennis trainer Korhan Akın's exhibition game was watched with great interest. Plaques were given to the contributors to the tournament, which will be held at the Clubsporium facilities on May 11-20.

60 Quality of magazine Mayıs 2017

PEDALLAR KALPLER İÇİN DÖNDÜ

Kalp Sağlığı Haftasında bisiklet kullanmanın sağlık için önemine dikkat çekmek üzere **'Pedallarımız kalplerimiz için dönüyor'** etkinliği düzenlendi.



■ Kalp Sağlığı Haftası kapsamında Türk Kalp Vakfı ile Bisiklet Severler Derneği işbirliğiyle Türkiye'nin çeşitli yerlerinin yanı sıra Eskişehir'de de bisikletin ve sağlıklı yaşamın kalp sağlığındaki yerine dikkat çekmek amacıyla etkinlik düzenlendi. Espark Alışveriş Merkezi önünde toplanan yaklaşık 30 bisikletli, 'Pedallarımız kalplerimiz için dönüyor' isimli etkinlikte şehir içinde 9 kilometrelik güzergahta tur attı. Çekilişle 2 matara ve bisiklet kilidinin hediye edildiği turda, sağlığın ve kalbin gündeme gelmesi çabalanarak farkındalık oluşturuldu.

GÜNDE YARIM SAAT BİSİKLET SÜRÜLMELİ

Düzenledikleri bisiklet turuyla ilgili bilgi veren Bisikletliler Derneği Eskişehir temsilcisi Hakan Özhan, "Bisikletliler Derneği; bisikletin sivil toplum hareketini oluşturmak, bisiklet kültürünü yaymak ve geliştirmek, bu konularda yasal düzenlemeleri sağlamak, güvenli yollar, park alanları yaptırmak üzere kurulmuş ulusal bir dernektir. 29. Kalp Haftası nedeniyle Türk Kalp Vakfı ile Bisikletliler Derneği işbirliğiyle İstanbul, Sakarya, Bilecik, Kayseri, Samsun, Kahramanmaraş, Bergama, Gülşehir ile birlikte Eskişehir'de de düzenledik. Yol güvenliğimizi sağlayan emniyet müdürlüğü ekiplerine, sponsorlarımıza ve katılan herkese teşekkür ederiz. Sağlık Bakanlığı, kalp sağlığımız için günde yarım saat bisiklet sürmemizi öneriyor. Sağlığımız için herkesi bisiklete binmeye, yerel yönetimlere ise standartlara uygun bisiklet yolu yapmaya, eskileri de revize etmeye davet ediyoruz. Sağlığımız için, ulaşım için, çevre için, ekonomi için, turizm için bisikleti öneriyoruz. Kurum ve kuruluşlarla her türlü proje ve etkinlik işbirliğine açığız" dedi.



Sonhaber
11.4.2017

Kalbiniz bayram etsin



Diyetisyen Merve Saatçi, "Kalbini seven bayramda yediklerine dikkat eder. Tatlı yerine meyve tüketir" dedi.



YAKLAŞAN bayram öncesi uzmanlardan art arda beslenme uyarıları geliyor. 17 saatlik oruç süresinin ardından normal yemek düzenine geçişte dikkatli olunması gerektiğini söyleyen **Türk Kalp Vakfı diyetisyeni Merve Saatçi, "Bayramda aşırı miktarda yemek yemek, kilo artışına yol açacağı gibi kalp sağlığını da olumsuz etkiler"** diyor. Saatçi şu önerilerde bulunuyor...

■ **ÖĞÜN** aralarını en az 2, en fazla 4-5 saat olacak şekilde düzenleyin.

■ **KÜÇÜK** tabaklar kullanmak hem midenizi hem gözünüzü doyurur.

■ **ŞEKERLİ** besinlerin hızlı acıktırdığını ve şişmanlattığını unutmayın.

■ **BAYRAM** ziyaretleri öncesinde hafif bir yemek, ikramlarda daha kontrollü davranmanıza yardımcı olacaktır.

■ **KABIZLIK** gibi sindirim sistemi rahatsızlıklarına karşı günde 4-5 porsiyon sebze-meyve tüketin.

■ **ÇAY,** kahve, meşrubatı abartmayın, günde 8-10 bardak su için.

■ **ÖZELLİKLE** yaşlılar ve tansiyon hastaları gün boyu kahve ve çay tüketimlerine dikkat etmeli. Günde 2 fincandan fazla kahve tüketmekten kaçınmalı.

Takvim 22.6.2016



Takvim
22.4.2017

Türk Kalp Vakfı Tenis Turnuvası

Genci yaşlısı herkes bu turnuvada olacak

■ **13 YILDIR Türkiye Tenis Federasyonu**'nun takviminde yer alan, **6. Uluslararası Geleneksel Türk Kalp Vakfı Tenis Turnuvası**'nın **Exotic** isim sponsorluğundaki basın toplantısı Akatlar Clubsporium tesislerinde gerçekleşti. Turnuvaya 18-70 yaş aralığında, **İngiltere, Almanya** ve başka ülkeler de olmak üzere yurtdışından da katılımların beklendiği belirtildi.

Tenis Dünyası
23.6.2017



TÜRK KALP VAKFI

TEŞEKKÜR

11 Mayıs – 21 Mayıs 2017 tarihleri arasında gerçekleştirilen **ULUSLARARASI GELENEKSEL TÜRK KALP VAKFI & EXOTIC SENYÖR TENİS TURNUVASI;** isim sponsorumuz **EXOTIC,** turnuvamıza ev sahipliği yapan **AKATLAR CLUB SPORIUM,** Ana sponsorlarımız **POINT HOTEL, BANAT, KAFKAS MÜCEVHERAT, MERMERLER, İNTERPAR ve PRONTO TOUR** un katkılarıyla sona ermiştir. Turnuva; yetfi ve yetkinci yaklaşık 400 teniscinin katılımıyla tenis sporuna büyük katkı sağlamış, yasalı ve görsel basının da dikkatini çekmiş, renk ve heyecanı da dorukta çıkarmıştır.

Sporun kalp damar sağlığına olan önemli ve olumlu etkisini vurgulamak amacıyla organize edilen tenis turnuvasına yardımlarını ve ilgilerini esirgemeyen aşağıda isimleri yazılı tüm kişi, kurum ve kuruluşlarımıza teşekkürlerimizi sunarız.

TÜRKİYE TENİS FEDERASYONU Bşk. Sn. Cengiz Durmuş'a,
CLUB SPORIUM Yön. Krl. Bşk. Sn. Sefket Çerçi've İcra Kurulu Başkanı Sn. Sedat Yokuş'a,

SPONSORLARIMIZ, EXOTIC Yönetim Krl. Bşk. Başkanı Sn. Özbek Özşahin'e, **POINT HOTEL** Yönetim Krl. Bşk. Sn. Dursun Özbek ve Gen. Md. Sn. Cihan Yılmaz'a ve tüm ekibine, **FATİH BELEDİYE** Başkan Yardımcısı Sn. Necati Sohi'ye, **CEM OFSET** Onursal Başkanı Sn. Oktay Duran'a, **BANAT A.Ş.** Gn. Md. Sn. Önder Kaya ve Sn. Arzın Yıldırım'a, **KAFKAS MÜCEVHERAT** Yön. Krl. Üyesi Sn. Tolga Kınga'a, **MEDYA PANO** Yön. Krl. Bşk. Sn. İrfan Karakaş'a, **İNTERPAR OTOMOTİV SAN.** Sn. Mehmet Başaran ve Şn. Namık Kırman'ya, **MERMERLER ŞİRKETLER GRUBU** Yön. Krl. Bşk. Sn. Yüksel Memner'e, Sn. Kemal Pensentel'ye, **STUDIO ITALY** Yön. Krl. Bşk. Sn. Korkut Demirağ'a, **İSOM** Yön. Krl. Bşk. Sn. Dr. İsmail Yılmaz ve ekibine, **BANU NOYAN EVENT & ORGANİZASYON** Başkanı Sn. Banu Noyan'a, **YNG GRUP** Başkanı Sn. Hakan Yangın'a, **BONART AJANS** Başkanı Sn. Arif Karacal'ya ve tüm ekibine,

Tenis sporunun tanıtımına katkıda bulunan; DOĞUŞ YAYIN GRUBU Yön. Krl. Bşk. Sn. Erman Yerdelen'e, **GÜNEŞ GAZETESİ** nden Sn. Ayberk Hürakp'a, **SÖZCÜ GAZETESİ** Gn. Yay. Yön. Metin Yılmaz'a, **ALEM DERGİSİ** Haber Koordinatörü Gözde Yörükoğlu'na, Haber Müdürü Hasan Yüksel'e, **KLASS DERGİSİ** Gn. Yay. Yön. Sn. Muammer Kapucuoğlu'na, **QUALİTY DERGİSİ** Gen. Yay. Yön. Sn. Salih Koçoci'ye, **CAROUSEL INSTYL DERGİSİ** Sn. Seçkin Aydın'a, **TENİS DÜNYASI DERGİSİ** Gen. Koord. Sn. Bülent Gürkan'a, Sn. Evren Özüyener'e, **KORT DERGİSİ** Gen. Yayın. Yön. Sn. Tolga Yeroğlu'na.

Şahsi ve özel katılımları ile destek olan; Sn. Reyhan Karacan'ya, Sn. Sevilay Öztürk'e, Turnuva Baş Hakemi Sn. Ahmet Sert'e, Akatlar Club Sporium Genel Müdürü Sn. İsmail Çerçi'ye, Spor Koordinatörü ve Turnuva Direktörü Sn. Korhan Akın'a, Sn. Nazlı Uzunoğlu'na, Sn. Murat Manav'a turnuvayı izlemeye gelen ve yakından takip eden ve turnuvaya katılan tüm tenisseverlere,

Nejat MÜLDÜR
Turnuva Genel Koordinatörü
Yönetim Kurulu Başkan Yardımcısı

Kenan GÜVEN
Türk Kalp Vakfı
Yönetim Kurulu Başkanı



Stela Penciu bu yılki turnuvayı da çifte şampiyonlukla bitirdi.



Dursun Özbek, Kenan Güven, Cengiz Durmuş ve Nejat Müldür ödül töreninde.

Hürmüs Atar'ı 6-2'lik iki set sonunda geçti. Önceki yıllarda Çiğdem Türkyılmaz ile çiftler şampiyonlukları yaşayan Stela Penciu, bu yıl yeni partneri Şebnem Tezel'le birincilik kupasını kaldırdı. Penciu/Tezel çiftçi çekişmeli 40+ çift kadınlar finalinde 1 nolu seribaşı Ayşe Sertap Akdere/Fidan Kırbaç Özbakır ikilisini 4-6, 6-3, 10-8'lik setlerle mağlup etti.

40+ tek erkeklerde 1 nolu seribaşı Osman Avcu yine Olivier Vanneste'ye takıldı. Avcu müthiş çekişmeli geçen finalde Vanneste'ye 7-5, 7-6 (2) yenilerek ikincilik kupasıyla yetindi.

70+ tek erkekler kategorisinde Akın Bener son iki yılda olduğu gibi bu yıl da birincilik kupasını rakiplerine bırakmadı. Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkan Yardımcısı ve Turnuva Genel Koordinatörü Nejat Müldür, 65+ çift erkekler kategorisinde partneri Cafer Şen ile birincilik kupasına uzandı. Yurtdışında elde ettiği başarılı sonuçlarla adını duyuran Ruhan Esen de 65+ tek kadınlar kategorisinde finalde Yeşim Atasagun'u 6-4, 3-6 ve 6-2'lik setlerle yenerek şampiyon oldu.

RENKLİ ÖDÜL TÖRENİ

Türk Kalp Vakfı Turnuvası'nın ödül töreni 21 Mayıs akşamı Club Sporium Akatlar'da gerçekleşti. Türkiye Tenis Federasyonu Başkanı Cengiz Durmuş ve Galatasaray Kulübü Başkanı Dursun Özbek'in de katıldığı törende konuşan Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven, sporun sağlık için ne kadar önemli olduğunu vurgulamak amacıyla yıllardır bu turnuvayı düzenlediklerini söyledi.

Turnuva genel koordinatörü Nejat Müldür de 18-70 yaş aralığındaki teniscilerin katıldığı uluslararası organizasyonu bu yıl Lüksemburg, Almanya ve Hindistan'dan gelen oyuncular olduğunu açıkladı.

Türkiye Tenis Federasyonu Başkanı Cengiz Durmuş da TTF olarak Türk tenisinin dünyada yükselmesi için çalıştıklarını belirterek, "Senyör tenisinin bu noktada çok önemli katkısı var. Tenis oynayan anne ve babalar çocuklarına da örnek olarak bu sporun gelişmesine olanak sağlıyorlar. Türk Kalp Vakfı'na tenise sağladığı katkılarından dolayı teşekkür ediyorum" dedi.

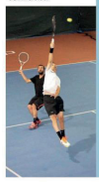
Organizasyonda dereceye girenlere kupa ve hediyeleri TTF Başkanı Cengiz Durmuş ve Galatasaray Kulübü Başkanı Dursun Özbek tarafından verildi.

TÜRK KALP VAKFI TURNUVASI ŞAMPİYONLARI

Tr-21 Mayıs 2017, Club Sporium Akatlar

KADINLAR	
18+ Pelek Naz Yaver	
40+ Selin Pesinli Atakan	
45+ Stela Penciu	
50+ Ayşe Özdil	
65+ Ruhan Esen	
Yeni Başlayanlar: Hatice Bulut	
ÇİFT ERKEKLER	
40+ Stela Penciu/Şebnem Tezel	
ERKEKLER	
18+ Hakan Özmeral	
35+ Sedat Yalçınkaya	
40+ Olivier Vanneste	
45+ Metin Mete Öz	
50+ Metin Güzel	
55+ Cüneyt Genç	
60+ Ersin Ortman	
65+ Mehmet Yalçın	
70+ Akın Bener	
Yeni Başlayanlar: Ersin Özsen	
ÇİFT ERKEKLER	
18+ Murat Kırtepe/Ademi Özmeral	
35+ Mehmet Bulak/Ferhat Tuna	
50+ Tevfik Eroskay/Selçuk Tecimen	
65+ Nejat Müldür/Cafer Şen	
KARIŞIK ÇİFTLER	
35+ Nesim Bardavit/Nur Sonuzu	
45+ Korhan Akın/Fidan Kırbaç Özbakır	

Ergün Zorlu/Serkan Avcı çiftli 18+ çift erkekler-de birinci oldu.





Kalp sağlığı için TENİS

6. Uluslararası Geleneksel Türk Kalp Vakfı Tenis Turnuvası basın toplantısı, Akatlar Clubsporium'da gerçekleşti. Vakfın Başkanı Kenan Güven'in konuşmasıyla başlayan tanıtımda organizasyona katkı sağlayan isimlere plaket verildi.

Sözcü Pazar 23.4.2017



Geleneksel randevu

Türkiye Tenis Federasyonu'nun takviminde yer alan Uluslararası Türk Kalp Vakfı & Exotic Senyör Tenis Turnuvası'nın tanıtım toplantısı turnuvaya ev sahipliği yapan Akatlar Clubsporium'da gerçekleşti. Türk Kalp Vakfı Mütevelli Heyet ve Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven, Türk Kalp Vakfı Onursal Başkanı Çetin Yıldırımakın, Cem Ofset Onursal Başkanı, Türk Kalp Vakfı Mütevelli Heyet ve Danışma Kurulu Üyesi Oktay Duran, Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkan Yardımcısı Nejat Müldür, Clubsporium Yönetim Kurulu Başkanı Saffet Çerçi, Exotic firması Yönetim Kurulu Başkanı Özbek Özşahin ve sanatçı Reyhan Karaca'nın katıldığı basın buluşmasının ardından Karaca'nın Tenis Hocası Korhan Akın ile gerçekleştirdiği gösteri maçı izlendi.

Tenis Dünyası 1.5.2017



29. Kalp Haftası'nda hedef farkındalığın artırılması!

İSTANBUL İl Sağlık Müdürü Prof. Dr. Kemal Memişoğlu, Türk Kalp Vakfı tarafından düzenlenen 29. Kalp Haftası resmi açılış törenine katıldı. 29. Kalp Haftası etkinlikleri kapsamında düzenlenen toplantıya İl Sağlık Müdürü Prof. Dr. Memişoğlu'nun yanı sıra, Türk Kalp Vakfı Onursal Başkanı Çetin Yıldırımakın ile TKV Mütevelli Heyeti, Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven, sağlık çalışanları ve dernek üyeleri katıldı. Törende, Kalp Haftası sebebiyle mevcut farkındalığın artırılması hedeflendi. Bir hafta sürecek olan etkinlikte, halka kalp damar hastalıklarına karşı uyarma çalışmaları yapılacağı belirtildi.

Sözcü 15.4.2017

Kalp Vakfı'ndan tarihi imza

TÜRK Kalp Vakfı ile Marmara Üniversitesi Hipertansiyon ve Ateroskleroz Eğitim Uygulama ve Araştırma Merkezi arasında tıbbi protokol imzalandı. Bu protokol sayesinde Türk Kalp Vakfı bünyesindeki hastaların, Marmara Üniversitesi'nde yapılan muayaneleri sırasında alınan verileri araştırmalarda kullanılabilecek. Bu veriler ise anonim şekilde tutulacak. Araştırmaların sonuçları ise zaman içinde kamuoyu ile paylaşılacak.



Sözcü 22.4.2017

Vatan makaron 23.5.2017

KALP İÇİN TENİS OYNADILAR





KALP Haftaları programı içinde, 13 yıldır Türkiye Tenis Federasyonu'nun takviminde yer alan, sporun kalp damar sağlığına olan olumlu ve önemli etkisinin vurgulandığı, 6. Uluslararası Geleneksel Türk Kalp Vakfı Tenis Turnuvası, Exotic isim sponsorluğunda 11-21 Mayıs tarihleri arasında Akatlar Club Sporium tesislerinde gerçekleşti. Sunucu Sevilay Öztürk'ün sunumuyla gerçekleşen turnuvanın açılış konuşmasını Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven yaptı.

29. Kalp Haftası'nda etkinlikler düzenlendi



Mahmut Nalbant

42 yıldır Hizmet veren Türk Kalp Vakfı, 8-15 Nisan tarihleri arasında düzenlenen 29. Kalp Haftası nedeniyle çeşitli etkinlikler düzenledi. Sütlüce Lazzoni hotelde bir basın toplantısıyla çalışmaları hakkında bilgi veren Vakıf Başkanı Kenan Güven, vakıfa katkılarından dolayı kişi ve kuruluşlara plaketlerini taktim etti..

KALBİ OLUPTA SEVEMEYEN ÇOK...

Kalp Vakfına yaptığı desteklerden dolayı plaket verilen yılmaz Ulusoy yaptığı konuşmada "kalbi olupta sevemeyen çok, kalbi olupta bakamayan çok.. Bir insan kalbini iyi kullanmıyorsa önce ailesine sonra insanlığa faydalı olamıyorsa o kalp iyi kalp değildir" dedi..

Yılmaz Ulusoy'a teşekkür plaketi Türk Kalp Vakfının onursal Başkanı Av Çetin Yıldırımakın ve Türk Kalp Vakfı Mütevelli Heyet ve Yönetim Kurulu başkanı Kenan Güven tarafından verildi...Yılmaz Ulusoy'a bir yıl önce Türk Kalp Vakfı tarafından "İyi Kapli" ödülü verilmişti..

Yeni Çağrı 13.4.2017

Takvim 2.4.2017

Yenigün 11.4.2017

Pedallar kalpler için döndü

Kalp Sağlığı Haftası kapsamında Türk Kalp Vakfı ile Bisikletler Derneği işbirliğiyle Türkiye'nin çeşitli yerlerinin yanı sıra Eskişehir'de de bisikletin ve sağlıklı yaşamın kalp sağlığındaki yerine dikkat çekmek amacıyla etkinlik düzenlendi. Espark Alışveriş Merkezi önünde toplanan yaklaşık 30 bisikletli, 'Pedallarımız kalplerimiz için dönüyor' isimli etkinlikte şehir içinde 9 kilometrelik güzergahta tur attı.

Çekilişle 2 matara ve bisiklet kilidinin hediye edildiği turda, sağlığın ve kalbin gündeme gelmesi çabalanarak farkındalık oluşturuldu. HM



Kalbin için durma harekete geç

KALP-DAMAR hastalıkları hayatı tehdit ederken; 8-15 Nisan tarihleri arasında kutlanacak **29. Kalp Haftası** nedeniyle bir dizi etkinlik düzenlendi. 42 yıldır kalp sağlığına karşı farkındalık yaratmak için çalışmalar yapan **Türk Kalp Vakfı** (TKV) da, **'Kalbin İçin Durma Harekete Geç'** sloganıyla herkesi kalbini korumaya davet etti. Hafta nedeniyle çocukları fiziksel aktiviteye teşvik etmek, seminerler vermek, bisiklete binmek, **'kalbin için olta at'** gibi etkinlikler düzenleyen TKV, bilgilendirici ve bilinçlendirici çalışmalarını sürdürecek. 6 Nisan Perşembe günü Sütlüce Lazzoni Hotel'de Türk Kalp Vakfı Onursal Başkanı Çetin Yıldırımakın, Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven ile iş, spor ve cemiyet hayatının ünlü isimlerinin katılımıyla düzenlenecek toplantıda, **'İyi Kalpli Ol Ödülü'** sahiplerine verilecek.

Kalp dostları buluştu

Milliyet Cadde
11.6.2017

Türk Kalp Vakfı, geçtiğimiz hafta Portaxe'te iftar yemeği düzenledi. Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven ve İcra Kurulu Başkanı Neşe Sert'in ev sahipliğinde gerçekleşen davete, iş ve cemiyet dünyasından tanınmış isimler katıldı. Organizasyonun sonunda konuşma yapan Güven, geceye katılan, destek veren herkese teşekkür etti.



Şamdan 1
14.6.2017



KALP DOSTLARI İFTARDA BULUŞTU

TÜRK KALP VAKFI, GELENEKSEL İFTAR DAVETİNİ GEÇEN HAFTA GERÇEKLEŞTİRDİ. DAVETE, **TÜRK KALP VAKFI** YÖNETİM KURULU BAŞKANI KENAN GÜVEN VE İCRA KURULU BAŞKANI NEŞE SERT EV SAHİPLİĞİ YAPTI

Türk Kalp Vakfı, geleneksel hale getirdiği iftar davetini geçen hafta gerçekleştirdi. Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven ve İcra Kurulu Başkanı Neşe Sert'in ev sahipliğinde gerçekleşen iftar davetine, vakıf üyeleriyle, cemiyet hayatından yardımsever isimler katıldı. İftarda bir araya gelen 'kalp dostları' ilahiler eşliğinde oruçlarını açtı. Daha sonra Türk Kalp Vakfı Başkanı Kenan Güven, bir konuşma yaparak vakfın faaliyetlerini anlattı. Başkan, konuşmadan sonra da iftarın gerçekleşmesine destek olanlara teşekkür plaketi verdi.
-MELİH TÜRK

NEŞE SERT

GÜNEZ TYANAK

KENAN-HAYAT GÜVEN

BEGÜN AKSOY-MURAT ERKIN

56 • ŞAMDAN PLUS

Yeni Çağrı
16.4.2017



'Kalbin İçin Olta At'

KİREÇBURNU Haydar Aliyev Parkı'nda gerçekleştirilen Kalp Sağlığı Haftası kapsamında "Kalbin için olta at" etkinliğine Sarıyer Belediye Başkanı Şükrü Genç, Türk Kalp Vakfı Başkanı Kenan Güven, ile çok sayıda vatandaş katıldı.

Tenis Dünyası
1 23.6.2017

İyi kalpli tenisçiler

EXOTIC ANA SPONSORLUĞUNDA DÜZENLENEN TÜRK KALP VAKFI TURNUVASI SENYÖRLERİ 13. KEZ BULUŞTURDU. 11–21 MAYIS TARİHLERİNDE CLUB SPORIUM AKATLAR'DAKİ TURNUVAYA 400'ÜN ÜZERİNDE OYUNCU KATILDI.

Evren Özlüyener

Türk Kalp Vakfı'nın Kalp Haftaları programı içinde düzenlediği geleneksel turnuva 11-21 Mayıs tarihleri arasında Club Sporium Akatlar'da düzenlendi. Altı yıldır Uluslararası Tenis Federasyonu takviminde yer alan Grade 3 turnuvada 23 kategoride toplam 400'ün üzerinde tenisçi korta çıktı.

Exotic'in isim sponsorluğunda gerçekleşen organizasyona bu yıl Fatih Belediyesi, Point Otel, Kafkas Mükevherat, Banat, Cem Ofset, Medya Pano, İnterpar Otomotiv, Bonart Ajans, ISOM Ortopedi Merkezi ve Gürpınar Su destek verdi.

Bu yıl 13. kez düzenlenen Türk Kalp Vakfı Turnuvası'nda beş kategori ulusal düzeyde gerçekleşti. 48 oyuncunun yer aldığı yeni başlayan erkekler kategorisinde Ersin Ozen, 15 tenisçinin kortа çıktığı yeni başlayan kadınlarda ise Hatice Bulut ilk sırayı aldı. 18+ tek erkeklerde Hakan Özmeral finalde 1 numaralı serbaşı Maksut Erkam Abdik'i 6-1, 6-4'le geçerek şampiyon oldu. 18+ tek kadınlar finali ise seribaşılarını buluşturdu. 1 nolu serbaşı Petek Naz Yaver, mütteş çıkışmeye sahne olan final maçında 2 nolu serbaşı Afra Hülya Karagöz'ü 2-6, 6-1 ve 10-5'lik setlerle geçerek mutlu sona ulaştı. 18+ çift erkekler finali de turnuvanın en heyecanlı maçlarından birine sahne oldu. Eski milli takım oyuncularını buluşturan mücadelede Adem Özmeral/Murat Kırtepe ikilisi Ergün Zorlu/Serkan Avcı çiftini 7-6(1) ve 7-6(4) mağlup ederek zirveye çıktı.

STELA PENCIU KLASİĞİ

Türk Kalp Vakfı turnuvalarını çifte şampiyonluk kupasıyla tamamlamayı alışkanlık haline getiren Stela Penciu bu yıl da seriyi bozmadı. 45+ tek kadınlar kategorisinde yarı finalde 1 nolu serbaşı Ayşe Demirkol Turan'a sadece tek oyun veren Penciu, finalde de 2 nolu serbaşı



Türk Kalp Vakfı turnuvasında kupa kazanan oyuncular ödül töreni sonunda TTF Başkanı Cengiz Durmuş ve Galatasaray Başkanı Duran Özbek'le objektiflere poz verdi.

78

Yurt Gazetesi
17.4.2017

Oltalar kalp sağlığı için atıldı

İSTANBUL Sarıyer'de oltalar bu kez kalp sağlığına dikkat çekmek için atıldı. Sarıyer Belediyesi ve Türk Kalp Vakfı'nın ortaklaşa düzenlediği 'Kalbin İçin Olta At' etkinliği Kireçburnu'nda bulunan Haydar Aliyev Parkı'nda yapıldı. Çok sayıda vatandaşın katıldığı etkinlikte Sarıyer Belediye Başkanı Şükrü Genç de denize olta attı. Katılanlara ekmek-balık ikram etti. İstanbul Boğazı'nda önemli bir konuma sahip olan Sarıyer'de yaşamanın kalp sağlığı açısından da bir ayrıcalık olduğunun altını çizen Genç, "Uzmanlar tıbben konuşuyor, ben gönül sevgisi olarak konuşacağım. Bana göre kalp ilaçlarının başında gönül sevgisi geliyor. Yaşamın her alanında bu kadar stres varken bizim yapmamız gereken şey sağlığımıza dikkat etmektir" dedi. Türk Kalp Vakfı Başkanı Kenan Güven kalp hastalarına açık havada bulunmayı önerdiklerini dile getirerek, "Balık tutmak kalp sağlığı için faydalı bir spor" derken, Prof. Dr. Yıldız Tümerdem kalp sağlığı için faydalı olan Omega 3'ün balıkta bulunduğunu hatırlatarak, "Balık tutarak hem spor yapın hem de kalbinizi koruyun" dedi. Etkinliğe katılanlara balık ekmek ve helva ikram edildi.



Nese BERBER

ARTI RÖPORTAJ

Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven:

İYİ KALPLİ OLALIM



FOTOĞRAF: SAFAK GÜVEN

Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven "Kalp hastalıkları- da ölüm oranı, kanser hasta- larından daha fazla. İnsanlar kanseri daha çok zannede- bilir ama biz bunu söyleyin- ce şaşırıyorlar. Kalp hastalığı kontrol edilebi- lir bir hastalık. Kalbinizi kontrol ettirdiğinizde, hem yaşamınız daha kaliteli oluyor hem de kalbinizi kontrol altında tutmuş oluyorsunuz. Dikkat ederse- niz yaşamınızı daha uzun ve sağlıklı sür- dürebilirsiniz. Biz bunu halka anlatmaya ça- lışıyoruz. Kalp hastalığı teşhis ve tedavi edile- bilir." dedi.

Kenan Güven, çalışma hayatında unun pörsür iint düzey yönetici lik yaptı. Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulunda 1991 yılından bu yana üye, Yönetim Kurulu Sayman, Başkan Yardımcılığı gibi görevlerde bulunmuş, 2016'da gerçekleştirilen Olağan Mütevelli Heyet Genel Kurulu'nda, Mütevelli Heyet ve Yönetim Kurulu Başkanı olarak seçilmiş, 25 yıldır gönüllü olarak yer aldığı Türk Kalp Vakfı'na başkan seçilmiş. Kalp üzerine bir röportaj yapacaksam, önce- lik kaygıma bir bakıma- mın gerekti- ğini söyledi bana başkan ve tabii söylediğini yaptım. Kalp için gerekli bütün sağlık taramasından geçip başkan ile röportaja başladım. Şimdi daha iyi anlıyorum.. Kalp için bunca şaylı bunca sır söylenir durur ama gerçekte kalbimizin değerini gerçekten bilir miyiz? Ona gereken önemi gösteriyor muyuz? Kenan Doğulu şarkısında ne demiş: "Cansın canan bulunca insan tamamdır" Tatlı dil yılanı deliğinden çıkartır/Bunca şair yanılmış olabilir mi? Ne yaparsan yap aşk ile yap/Ne dediğin değil nasıl dediğin olay... Aşılar kaygılar acılara kadar **kalpten gülerken** Kalanı detay gerisi kolay" şarkı sözündeki gibi herşeyi kalpten yaparak aşk ile yaparak anlamını ve yerini buluyor... **'Kalpten gülelim,** kalbimizi bunu bizsinler.. **İyilik yapalım, iyi kalpli olalım'** diyor Türk Kalp Vakfı Yönetim Kurulu Başkanı Kenan Güven ve Vesilelikle için sorularımı yanıtlıyor.

Kalp Vakfı ne yapar?

Dünyanın ve özellikle Türkiye'nin ne- ker seviyede en fazla ölüme sebebiyet veren sağlık meselesi olan kalp damar hastalıkları konusun- daki farkındalık yaratma çalışmaları, ülkelerin asgariye indirilmesi yolunda insanlarımızın motive etme, bilinçlendirme ve uyarma gö- revimiz. Türk Kalp Vakfı, 1975 yılında kurulu- şu, bize şehirlerin çeşitli nedenlerle aldığı göçler, büyük şehirlerdeki yatay ve dikey yerleşimlerin artması sonucu yeşil alanların hemen hemen azalması ve sokak ve caddi- lerin üretilememesi neticesinde, özellik- lerine kanar mahallerde artık bırakın kullanılmayı- tıkanma noktasına geldiği ve çocuklarımızın sağlıklı ve güvenli oyun alanlarının kalmadı- ğını görüyoruz.

Bu sorunun zamanla psikolojik sorunları da beraberinde geti- mesi ile birlikte çocuklarımızın üstündeki etkileri ve tahri- batı da çok fazla olmaktadır. Oyun alanlarının ve imkân- ların yeterli olmaması onları evlerde TV'lerin ve internetin başına kilitlenmesine sebep olduğunu hepimiz üzülerek görüyoruz. Bu hareketsizlik neticesinde, çocuklarımız maalesef bazı sağlık ve psiko- lojik sorunlar ile tanışıyorlar. Bu hastalıkların başında da fiziksel aktivite eksikliğine bağlı olarak genç yaşta kalp ve damar hastalıkları ortaya çıkmakta..

Türk Kalp Vakfı, bir Sivil Top- lum Kuruluşu olarak, bu çalışma- nın sonuçlarını devletimizin her kademesine ve bazı büyük bele- diyelerimize göndererek bu konuda da farkındalık yaratma çalışmalarını başlattık. Çalıştığımız her yere de giderek bu sorunu anlatmaya devam ediyoruz, etmeyede devam edeceğiz.

Kurduğundan bu yana sadece halkımızdan sağlanan yardım ve bağışlarla dünyanın ve özellikle Türkiye'nin nekse seviyede en fazla ölüme sebep olan kalp damar hastalıkları konusunda aralıksız hizmet sunuyor. Kalp Vakfı, merkezinde aynı zamanda hasta sağlık hizmeti veriyor. Burada doktorlarımız, öğretiyelerimiz var. Vakıf olarak orbey profesyonel bir kurulmuş bir danışma kurulumuz var. Neler yapacağımızı birlikte karar veriyoruz.

Kalp hastalıklarında ölüm oranı maalesef çok küçük yaşlara indi. Bunlara şahit oluyoruz. Biz erken teşhisin çok önemli olduğunu ve doktor kontrolünün önemli olduğunu halkımıza anlatıyoruz. Mesela spor yapmanın doğru şekli- ni anlatıyoruz. Doktor kontrolü ile spor yapmak önemli..

Görevlilik bir iş olan vakıf işine nasıl girdiniz?

Yıllar önce annem ölmüştü de evde dua okurum kapı çalıyor, trefmin kapısı açıyor, amca kapıda üç üç iki sizi soruyor' diyor bana. "Bayrun dıyorum" gülmüyor o zaman daha Kalp Vakfı'nda değilim.. "Bayrun çocuklar içeri girin" dedim. Kardeşlerim kalbinin delik olduğunu ve ameliyat ettirmediğini söylemiş doktorlar ve benden yardım istemeye gelmiş ler.. 28 sene önceden bahsediyorum.. Hasta çocuk ilgilisi, ben evmalarını aldım önderdim Vakıfdaki bir arkadaşımdan da destek istedim..

O arada bir bağışçı parlı bağış yapmış hemen çocuğu İstanbul'a getir dedi arkadaşım. Çocuğu getirttik iki saytin gitc.. Tedi yaşında bir çocuk, hemen ameliyatını yaptık.. 10 yaşına kadar Haseki Hastanesinde kaldı. Sonra geldim Vakıfa beni bu vakıfta alın dedim. O çocuk sayesinde ben bu vakıfa girdim.



FOTOĞRAF: SAFAK GÜVEN

ŞEHİRDEKİ ÇOCUKLAR PROJESİ

TÜRK Kalp Vakfı tarafından yürütülen "Şehirdeki Çocuklar" projesinin ana hedefi Büyükşehirlerin düşük gelirli semtlerinde yaşayan 07-12 yaş grubundaki çocukların fiziksel aktiviteye erişimini artırmak ve fiziksel aktivite konusundaki farkındalıklarını artırmaktır. Erken yaşlarda sağlıklı alışkanlıklar edinmek, bir ömür boyunca sağlıklı kalmak için elzemdir. Büyük bir şehirde aktif olmak zor olabilmektedir. Projenin özel amacı ise; çocukları fiziksel aktivite ve daha hareketli olmaları konusunda gerek motivasyon gerek bazı futbol olmak üzere spor yoluyla pratik imkânlar ile teşvik etmek ya da günlük yaşamlarındaki alışkanlıklarında değişiklikler yapma konusunda bu çocukları ikna etmek olacaktır. Şehirdeki Çocuklar Projesi, bir Sivil Toplum Kuruluşu olarak, bu çalışmanın sonuçlarını devletimizin her kademesine ve bazı büyük belediyelerimize göndererek bu konuda da farkındalık yaratma çalışmalarını başlattık. Çalıştığımız her yere de giderek bu sorunu anlatmaya devam ediyoruz, etmeyede devam edeceğiz.



BONART AJANS

biz farklıyız...



KATALOG ÇEKİMİ MEKAN ÇEKİMLERİ DERGİ TASARIMI
KURUMSAL KİMLİK WEB TASARIM YARATICI FİKİRLER
SOSYAL MEDYA YÖNETİMİ

