

PANORA

Eylül 2013  
Oyun ve Eğlence

# BOĞUK

Vincent  
**VAN  
GOGH**

Sonbaharla Gelen

**GRİP**

DOĞA VE ÇEVRE YAKUŞI  
1986  
DOÇEV

**DOÇEV**

**HOLLANDA  
Yolculuğu**

PANORA

ÇOCUK

# PANORA ÇOCUK ATÖLYESİ'NDE BU AY

Okullar açılıyor, hazırlıklar başlıyor.

Panora Çocuk Atölyesi Eylül ayında tatlı bir telaş yaşıyor. Atölyelerde okula dönüş hazırlıkları yapılıyor, güzel bir okul sezonu sizleri bekliyor.

1-30 Eylül

Pazartesi

1. Atölye: 13.00-14.00

2. Atölye: 14.00-15.00

Perşembe

1. Atölye: 10.00-11.00

2. Atölye: 11.00-12.00

Cumartesi-Pazar

1. Atölye: 14.00-15.30

2. Atölye: 16.00-17.30



**PANORA**  
ALISVERİŞ VE YAŞAM MERKEZİ

Bu eğlenceli içeriklerin nasıl oluştuğunu merak ediyor musunuz?

Düşünüp-taşınıp akıllar-fikirler üreten **Başak Akyüz** araştırıp, ilham perileri geldiğinde metinleri yazıyor ve eğlenceli, öğretici sanat uygulamalarını ekliyor.

**Deniz Baktır** moda çekimleri ve mağaza indirimlerini sizler için organize ediyor. Yorgun düşünp dinlenmeye çekdiklerinde

**Pınar Yılmaz** bütün yazıları okuyup düzeltmeleri yapıyor. Reklam ajansımızdan

**Neslihan Başkaya**'nın hayal gücüyle birleşen sihirli elleri, görselleri oluşturuyor. Umarız siz de okurken keyif alıyorsunuzdur.

# içindekiler



**gezi**

Hollanda 3  
Bisikletle Gezi Keyfi 5



**farkındalık**

DOÇEV 10



**sanat**

Van Gogh 12



**kendin yap**

Portre Uygulama 14



**bilim ve teknoloji**

Meteor Yağmuru 16



**mutfak**

Meyveli Pizza 18



**atölye**

Panora Çocukları 19



**sağlık**

Sonbaharla Gelen Grip 24



**nasıl**

Pisa Kulesi 26



**öneriler**

Alışveriş Önerileri 28



**oyun**

Resimdeki 7 Fark 34  
Sudoku-Çengel Bulmaca 35

Origami 36

Boyama 38

Cevaplar 40

Panora Alışveriş ve Yaşam Merkezi'nin ilanidir.

**indirim**

# Kuponu kes indirimini kap

**PANÇO**  
BABY CARE

Panora Çocuk İndirim  
Kuponu ile yapılan  
alışverişlerde  
**%5 indirim.**

31 Aralık 2013'e kadar geçerlidir.



**bebeğim**

Panora Çocuk İndirim Kuponu ile  
yapılan alışverişlerde  
100 TL ve üzerine **%5,**  
200 TL ve üzerine  
**%10 indirim.**

31 Ekim 2013'e kadar geçerlidir.



Panora Çocuk İndirim Kuponu  
ile yapılan alışverişlerde Çocuk  
Menüsü alana  
külâh dondurma  
hediye.

31 Aralık 2013'e kadar geçerlidir.



Panora Çocuk İndirim  
Kuponu ile yapılan fotoğraf  
çekimlerinde  
**%10 indirim.**

31 Aralık 2013'e kadar geçerlidir.



**bebek**



Panora Çocuk  
İndirim Kuponu ile  
yapılan  
150 TL ve üzeri  
alışverişlerde  
**%10 indirim.**

31 Aralık 2013'e  
kadar geçerlidir.

İndirim STOKKE ve BLOOM marka ürünlerle  
geçerli değildir. İndirimli veya kampanyalı  
ürünler ile bu indirim birleştirilemez,  
kullanılamaz.



Panora Çocuk İndirim Kuponu  
ile yapılan 100 TL ve üzeri  
alışverişlerde  
**%5 indirim.**

31 Ekim 2013'e kadar geçerlidir.





# HOLLANDA

Yel  
Değirmenlerinin  
Ülkesi  
Hollanda'dayız.



# HOLLANDA

**Kıta:** Avrupa

**Nüfus:** 16.684.328

**Para Birimi:** Euro

**Resmi Diller:** Hollandaca

**Başkent:** Amsterdam

**Yüzölçümü:** 41.528 km<sup>2</sup>



Panora Çocuk ülke kartlarını biriktirerek kendi koleksiyonunuzu oluşturabilirsiniz.





Hollanda denince aklımıza; laleler, tahta ayakkabılar, yel değirmenleri, masalsı evler ve bisiklet geliyor.

# Bisikletle Gezi Keyfi

Amsterdam

PANORA

GOÇUK



Gezimize büyüleyici lale tarlalarından başlayalım.

### **Hollanda'ya laleler nasıl geldi? En güzel ve en çok çeşit laleyi nerede buluruz?**

Bir söylentiye göre; 1562'de İstanbul'dan kumaş getiren bir gemi, Anvers Limanı'na yanaştığında, şehrin tüccarlarından birine gelen kumaş balyaları arasında lale soğanları da vardı.

Anversli tüccar, kumaşların yanındaki lale soğanlarını Osmanlı soğanı zannetti. Soğanların çoğunu yedi. Kalanları da bahçesine ekti. Bahar geldiğinde, bahçedeki sebzelerin arasından göz alıcı laleler fişkırdı.

Bir başka söylentiye göre; Avusturya elçisi Osmanlı'da görev yaptıktan sonra ülkesine dönerken yanında lale soğanlarını da götürdü. Bunları sarayın bahçe bakımından sorumlu olan arkadaşı Carolus'a verdi. Carolus, 1593'te lale soğanlarını da yanına alarak Hollanda'ya gitti. Laleler de bu şekilde Hollanda'ya girmiş oldu.

Şimdi, yüzyıllar içinde bir çılgınlık boyutuna ulaşan lale yetiştiriciliğinin ne kadar ilerlediğini göreceğimiz Amsterdam yakınındaki Lisse'de bulunan Keukenhof Lale Bahçeleri'ne gidiyoruz. Burası her yıl Mart

ile Mayıs ayları arasında açık. Bu görkemli renk cümbüşü, ülkemizden çıkan lale soğanlarını bavulunuzun bir köşesinde geri getirme isteği yaratacaktır.

### **Amsterdam'a bu kadar yakınken ikinci durağımızı hiç düşünmeden seçebiliriz.**

Adını; içinden geçen Amstel Nehri'nden alan Amsterdam, ülkenin başkentidir. Kanallar şehri olarak da bilinen şehir, bu yönüyle Venedik'e benzer. 50'den fazla müzeye sahip olan Amsterdam'da birini seçmek oldukça zor gözüküyor, biz bu ay sanat köşemizde inceleyeceğimiz Van Gogh'un müzesinin yolunu tutuyoruz. Bu müze Hollandalı ressamın eserlerinin sergilendiği en büyük müzedir. Müzeden çıkıp şehrin sokaklarında yürümeye başladığımızda kartpostallardan fırlamış gibi görünen masalsi evler ve kanallar bizi karşılıyor. İsterseniz şehrin her noktasında bulunan bisikletlerden belli bir ücret karşılığı faydalanabilirsiniz.

Sonraki durağımız Dam Meydanı. 17.000 m<sup>2</sup> üzerine kurulu bu meydan aynı zamanda Hollanda'nın ulusal meydanı ve Amsterdam'ın en eski bölümü. Bu meydana 2. Dünya Savaşı'nda ölenler anısına yapılan özgürlük anıtını, Madame Tussaud Mumya







Müzesi'ni görebilirsiniz. Etrafında , hatıra eşyalar satan dükkanları bulabilirsiniz.

Biz alışverişten önce Madam Tussaud Müzesi'ne girelim. Müzede bulunan ünlülerin balmumu heykellerini gerçeklerinden ayırt etmek oldukça zor. Çekeceğiniz fotoğraflarla gezi dönüşü ne çok ünlüyle tanıştığınız şakası yapabilirsiniz.

### Tahta ayakkabılar ve Hollanda peynirinin izini sürelim....

Minik evleriyle ilgi çeken Hollanda balıkçı köyü; Marken'e gidiyoruz. Marken aslında bir adayıdır. İç deniz doldurulup yol yapılmıştır.

Marken yolculuğunda amacımız Hollanda'nın simgelerinden tahta ayakkabı ve peynir imalatını görmek olacaktır.



Tahta ayakkabıya klompen deniyor. Yapımını öğrenmek 5 yıl kadar sürüyormuş ve babadan oğula, usta çırak yoluyla bu gelenek devam ediyormuş. Ayakkabıların yapımı 1,5 saati buluyor.

Klompen eskiden tarla işçilerinin ve çiftçilerin kullanması amacıyla yapılmış. Kullanımı yayılan klompenin renginden



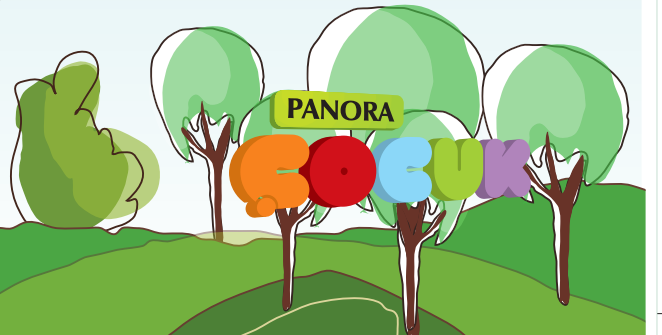
ve modelinden kişinin evli veya bekar olduğu, mesleği gibi özellikleri anlaşılırmış.

Hollanda peynirine ise gouda deniyor. Sütü mayalayıp sularını bırakması için preslere koyuyorlar. Bu şekilde kurumaya bırakıp, kuruduktan sonra da balmumu ile kaplıyorlar. Bu lezzetli peynirden bol bol yemek için bütün gün atıştırmalıklarla idare etmenizi öneririm.

### Son Durağımız...

Den haag; bizim bildiğimiz adıyla Lahey, Hollanda'nın Amsterdam ve Rotterdam'dan sonra üçüncü büyük şehri. Hükümet, kraliyet binaları, bakanlıklar ve uluslararası adalet divanı bu şehirde. Lahey'de görülecek yerlerden biri Maduradam Açık Hava Müzesi; Hollanda'nın önemli yapılarına ait minyatürlerin bulunduğu bir park. Bu parkı tarif ederken Minyatürk İstanbul'u örnek verebiliriz.

Dönüş yolunda ünlülerle çektiğiniz resimleri, tahta ayakkabılarınızı, tadı damağınızda kalan gouda peynirini, valizinizin bir köşesindeki lale soğanlarını ve hatıralarınızı yanınıza almayı unutmayın...



PANORA

ÇOCUK  
kulübü

# Panora'nın Çocuklara Armağanı

Panora Çocuk Kulübü'nde  
Seni Neler Bekliyor?

Özel organizasyonlara katılabilecek, indirimlerden ve sürpriz hediyelerden faydalanabileceksin. Doğum günü, yılbaşı ve özel günlerinde kendini çok özel hissedeceksin. Panora Çocuk etkinlikleri ve organizasyonlarından ilk önce senin haberin olacak. Bu kart sana Panora Çocuk Kulübü'nde eğlenmenin ve avantajların kapısını açacak...

Üye olmak için yan sayfadaki formu doldurarak, Panora Danışma Bankosu'na bırakmayı unutma.



## PANORA ÇOCUK KULÜBÜ BAŞVURU FORMU

Bu form veli tarafından doldurulmalıdır.

Çocuğun Bilgileri

İsim:

Soyad:

Doğum Tarihi:

Tel:

E-posta:

Ebeveyn Bilgisi

İsim-Soyad:

İmza:



Mutluluk dolu  
kulübümüze  
hepinizi bekleriz.

Panora'da yıl boyunca,  
hiç bitmeyen bir  
arkadaşlık var. Bir  
arada eğlenmenin ve  
öğrenmenin tadını  
çıkararak çocuklar var.



**farkındalık**



**DOÇEV**

**DOÇEV**



Çevre alanındaki çalışmalar, tüm toplum tarafından desteklendiğinde sonuç alınabilen ve uzun süren çalışmalardır. Bu bilgi ışığında DOÇEV, doğal ve çevresel değerlerin korunması ve iyileştirilmesi, toplumda çevre bilincinin yükseltilmesi konularında çalışmalar yürütmektedir. Vakfımız 1996 yılında İsmet Abaloğlu önderliğinde Denizlide kurulmuştur.

### **DOÇEV'İN FAALİYETLERİ**

#### **AĞAÇLANDIRIYORUZ...**

Ağaçlandırma çalışmaları kapsamında DOÇEV tarafından 32 orman oluşturulmuştur. Ayrıca kamusal alanların ağaçlandırılmasına da katkı sağlanmaktadır. 400 bin fidanı toprakla buluşturan DOÇEV, bu alanların bakım çalışmalarını da düzenli olarak yürütmektedir.

#### **ATIKLARI DEĞERLENDİRİYORUZ...**

DOÇEV'in atık yönetimi faaliyetleri toplumda olumlu yansımalar bularak, ülke genelinde katı atık yönetimlerine katkı sağlamaktadır. Uyguladığı kampanyalarla bugüne kadar 5500 ton atık kâğıt, 26 ton atık pil ve 40 ton elektronik atığı toplayarak doğal kaynaklar üzerindeki baskının azalmasına, su ve toprak kirliliğinin önlenmesine yardımcı olmuştur.

#### **ÇEVRECİ BİR NESİL YETİŞTİRİYORUZ...**

Çevresel sorunları aşmak yolunda toplumsal eğitimin önemine inanan DOÇEV, üniversiteye uzanan geniş bir yelpazede eğitimler vermektedir. Görsel ve işitsel yöntemlerle bilgiler sunarak, doğal ve çevresel değerleri tanıtmakta ve ayrıca dönüşüm ve depolama tesislerine geziler düzenlemektedir.



## YABAN HAYATI KORUYORUZ...

Ağaçlık alanlara kuş yuvaları asarak doğal dengenin göstergesi olan kuşların üreme ve barınma koşullarına destek olmaktadır.

## PROJELERİMİZ ULUSLARARASI ÇEVRE FONLARINCA DESTEKLENMEKTEDİR...

DOÇEV'in faaliyetleri, hazırladığı projeler ulusal ve uluslararası çevre fonlarının desteğiyle büyümektedir.

DOÇEV; hükümetlerin, kamunun, yerel yönetimlerin ve kişilerin çevresel etki yaratacak olan plan, proje ve uygulamalarını izlemekte, bu konulardaki görüşlerini kamuoyuna açıklayarak öneriler getirmektedir.

## BİZE NASIL DESTEK OLABİLİRSİNİZ?

DOÇEV faaliyetlerinin ayrıntıları [www.docev.org](http://www.docev.org) sitesinden öğrenilebilir,

DOÇEV GÖNÜLLÜSÜ olarak faaliyetlerine destek verebilirsiniz...

**Çevre Eğitimi:** Çevre eğitim komitesi oluşturabilir, bulunduğunuz yerdeki okullara yönelik çalışmalar yapabilirsiniz. (Atıkların değerlendirilmesi sunumu, broşür, afiş gibi yayınlarımızdan size gönderebiliriz.)

**Atık Pil Toplama Kampanyası:** Atık pillerin doğaya bırakılması, içerdikleri ağır metallerin toprağa, yeraltı ve yerüstü sularına karışmasına ve beslenme zinciri yoluyla canlı bünyesine geçmesine sebep

olmaktadır. Bu yüzden kullanılmış piller toplanarak özel koşullarda etkisiz hale getirilmelidir. Başta okullar olmak üzere kurumlarda ve firmalarda atık pil toplama çalışması yapabilirsiniz. (Bu çalışmada DOÇEV olarak size atık pil kumbaraları ve broşürler gönderir, toplanan pilleri atık taşıma ücretini karşılayarak teslim alırız.)

### Elektronik Atık Toplama Kampanyası:

Yaşamımızın ayrılmaz bir parçası olan elektronik cihaz ve beyaz eşyaların kullanım alanları genişlerken bu cihazlara ve eşyalara ait atık miktarı da aynı hızla artmakta, elektronik atık (e-atık) çöplükleri oluşmaktadır. Elektronik atık toplama kampanyası yapabilirsiniz. (Bu çalışmada DOÇEV olarak size afiş ve broşür gönderebiliriz.)

**Ağaçlandırma Kampanyası:** Bölgenizde fidan bağışi kampanyası başlatarak, ağaçlandırma çalışması yapabilirsiniz.

## Yaşanabilir bir dünyayı paylaşmak dileğiyle...





# Vincent Van Gogh

1853-1890

**Önce bunları öğrenelim:**

**Empresyonizm (İzlenimcilik):** Ressam, doğayı resmederken kendisinde oluşturduğu izlenimleri ve duygusal izleri resmine yansıtmayı hedefler.

**Post Empresyonizm (Ard İzlenimci):** İzlenimciliğin kurallarına tepki olarak doğan bir akımdır. Adından da anlaşılacağı gibi bu akımı takip edenler izlenimcilikten tamamen kopmamıştır. Bazı sınırlamaları aşmak ve resimlerine kişisel tercihlerini katabilmek istemişlerdir.

## Vincent Willem Van Gogh

1853 yılında Hollanda'da doğmuştur. Ard izlenim akımını benimsemiştir. Bazı resim ve çizimleri, dünyanın en tanınmış ve en pahalı eserleri arasında yer alır.

Resim kariyerine 1880'den sonra başlamıştır. Başlangıçta koyu ve kasvetli renklerle çalışan Van Gogh, Paris'te tanıştığı yeni sanat akımlarının etkisiyle canlı renklere geçmiştir. Güney Fransa'da yaşarken kendine özgü resim tarzını geliştirmiştir. Van Gogh, yaşamının son on yılı boyunca yaklaşık 900 suluboya/yağlıboya resim ve 1100 karekalem çalışma üretmiştir. En meşhur eserlerini ise yaşamının son iki yılında yapmıştır. Ancak yaptığı yüzlerce eserden bir tanesini bile satmamıştır. Bugün en pahalı eserlerin ona ait olduğunu düşününce size de çok ilginç gelmedi mi?



**Peki; hiçbir eserini satmadan nasıl mı hayatına devam etti?**

Van Gogh, resim kariyeri boyunca kardeşi Theo'dan aldığı maddi destek sayesinde ayakta durabilmiştir. İki kardeşin arkadaşlığı, 1872'den itibaren birbirlerine yazdıkları mektuplarla belgelenmiştir.

Tüm eserleriyle Van Gogh, 20. yüzyıl sanatını ciddi şekilde etkilemiştir. Fovist sanat akımının ilham kaynaklarından biri olmuş ve empresyonizmin öncüsü kabul edilmiştir.

#### **Hatırlayalım:**

Fovizm: Ressam objeleri eserine bozuk bir perspektifle taşır. Renkler parlak göz alıcı ve cüretkârdır.

Yıldızlı Gece 1889 /Van Gogh



Bu eserinde en ilginç ayrıntı tüm yıldızların gökyüzünde gerçekte olduğu yerlere resmedilmiş olmasıdır.

Teras Kafe 1888 / Van Gogh



Sanatçının en bilinen gece resimlerinden biridir. Paris'te bir kafeyi resmetmiştir.



# Van Gogh Uygulama

## Malzemeler: Guaj Boya Fırça

Amsterdam'daki Van Gogh Müzesi'nde sergilenen Van Gogh'un kardeşi Theo'yu resmettiği tek tablo olduğu düşünülen bu portreyi gelin yeniden yorumlayalım.

Çalışmaya başlamadan önce Van Gogh'un kullandığı canlı renkleri, yağlı boya tablolarındaki dokulu fırça darbelerini inceleyelim.

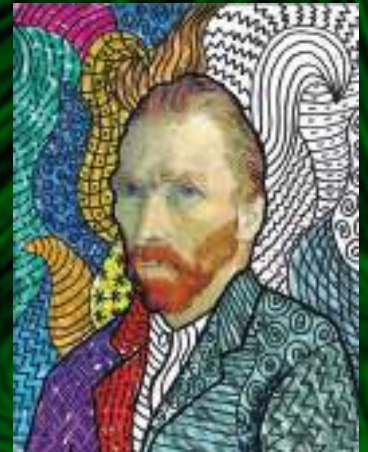


1. Yan sayfadaki örneği renklendirebilir veya portrenin baş kısmını keserek kendi fotoğrafınızı ekleyebilirsiniz.

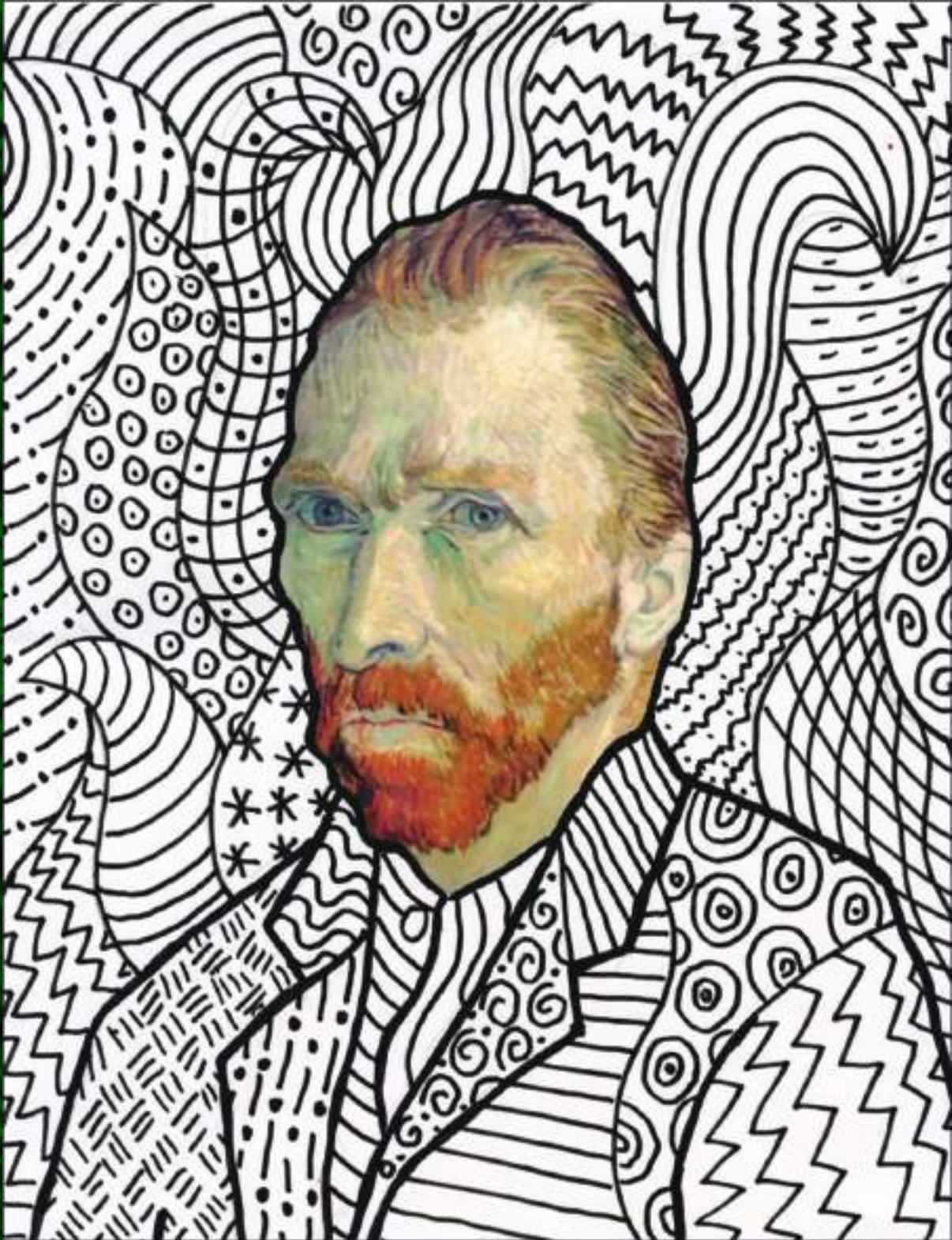
2. Portrenin orijinal renklerini kullanabileceğiniz gibi farklı renkleri de tercih edebilirsiniz.

3. Guaj boya ile renklendirmeniz, fırça darbelerinden oluşturacağınız dokular için işinizi kolaylaştıracaktır. Boyanızı fırçaya sulandırmadan veya çok az sulandırarak alın ve kalın bir tabaka halinde uygulayın.

4. Bu çalışmayı başka portrelerle yapabilir, sevdiğiniz fotoğraflarına da uygulayarak hediye edebilirsiniz.







# METEOR YAĞMURU

Gökyüzünde yıldızları incelemek için teleskop veya dürbün gibi bir alete ihtiyacınız vardır. Söz konusu bir Meteor Yağmuru olunca ihtiyacınız olan tek şey uyku tulumudur. Bahçenizden ya da balkonunuzdan bu büyüleyici yıldız gösterisini izleyebilirsiniz.

## Meteor Yağmuru Nedir?

Meteor; en basit anlamıyla uzay kayası olarak adlandırılabilir. Bu kayalar, Dünya'nın atmosferine girerek hızla düşmeye başlarlar. Bu hız onların ısınmasına neden olur. Yanarak inen kayalar gökyüzünde bir ışık gösterisine dönüşür. Atmosfere aynı anda birçok Meteor girdiğinde ise buna Meteor Yağmuru denir.

## Neden Dünya'nın atmosferine aynı anda birçok Meteor girer?

Kuyruklu yıldızlar da Dünya ve diğer gezegenler gibi Güneş'in etrafında dönerler. Gezegenlerin ve Dünya'nın yörüngesi daireseldir. Kuyruklu yıldızların ise yörüngeleri daha orantısız bir şekil oluşturur. Bu orantısızlık kuyruklu yıldız belli noktalarda Güneş'e yaklaştırır. Güneş'e yaklaştıkça yüzeyindeki soğuk ve buzlu tabaka erir, böylece toz ve kayalar serbest kalır. Serbest kalan parçalar Güneş'in rüzgarıyla itilir ve kuyruklu yıldızın kuyruk kısmı oluşur.



Dünya Güneş etrafındaki yörüngesinde dönerken yıldızın kuyruğunu oluşturan bu taş ve kayalar Dünya'nın yörüngesine girer. Çekim gücüyle atmosfere girerek Meteor Yağmuru oluştururlar.

## Endişe etmeyin!

Bu Meteor yağmurları genellikle küçük toz zerreciklerinden ibarettir. Bunun nedeni büyük parçaların atmosferde yanarak küle dönüşmeleridir. Biz büyük kaya parçalarını görmeye başladığımızda onlar yanarak bize son gösterilerini yapıyor olurlar.

## Meteor Yağmuru ne zaman olur?

2013 yılının geri kalanında gerçekleşecek olan Meteor Yağmurları'nı sizin için araştırdık. Siz de en iyi gözlemlenecek noktaları öğrenip hazırlıklarınızı yaptıktan sonra bu muhteşem gösteriyi izleyebilirsiniz.

21 Ekim: Orionids Meteor Yağmuru. Saat başına 20 Meteor görülecek. İzlemek için en iyi zaman gece yarısından sonra olacak.

17-18 Kasım: Leonids Meteor Yağmuru. Saat başına yüzlerce Meteor görülecek. Her 33 yılda bir meydana gelen bu doğa olayına tanık olacaksınız.

13-14 Aralık: Geminids Meteor Yağmuru. Saat başına 60 Meteor görülecek. İzlemek için en uygun saat gece yarısından sonra olacak.

mutfak



# MEYVELİ PIZZA

## Malzemeler:

1 su bardağı un  
1 yumurta  
3/4 su bardağı süt  
Sıvı yağ  
Labne peyniri  
Kivi - Çilek - Üzüm - Kiraz

## Yapılışı;

Bir kasede un, yumurta ve sütü pürüzsüz bir karışım elde edene kadar karıştırın. Tavanızı yağlayıp ısıtın ve karışımınızdan bir kepçe dökün. Karışımın tavanın tabanına yayılmasını sağlayın. Üzerinde kabarcıklar oluştuğunda çevirip diğer tarafını pişirin. Soğuduktan sonra üzerine labne peynirinizi sürün. Doğranmış meyvelerinizi peynirin üzerine dizin.

Lezzetli olduğu kadar renkli ve eğlenceli bir görüntüsü de olacaktır.

**Afiyet olsun**

atölye

# PANORA ÇOCUKLARI

TASARIM ATÖLYESİ



Asya Yılmaz



Azra Şahin



Bahar Kaba



Büşra Nur Yücel



Cem Kovuk



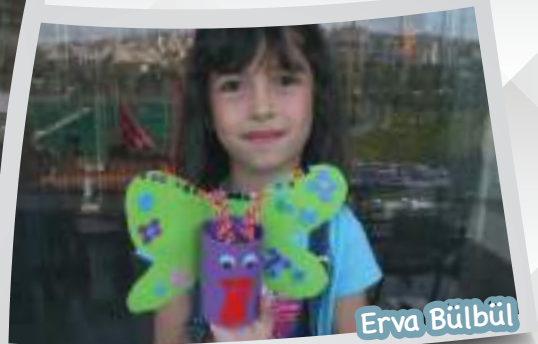
Derinsu Güler



Duru Aydınlar



Emre Ergündüz



Erva Bülbül

PANORA  
ÇOCUK

atölye

# PANORA



Gülsüm Cansu  
Öztürk



Eser-Efe Işık



İpek Akpınar



Mina Göster



Melisa Yaman



Nehir Özdemir



Taha - Ecenur  
Yazgan



Nursu Kocabaş



Ozan Ali Bilgili



Sera - Rana Kiliç

# ÇOCUKLARI



## T-SHIRT ATÖLYESİ



Ada Kaya



Aral Çalışkan



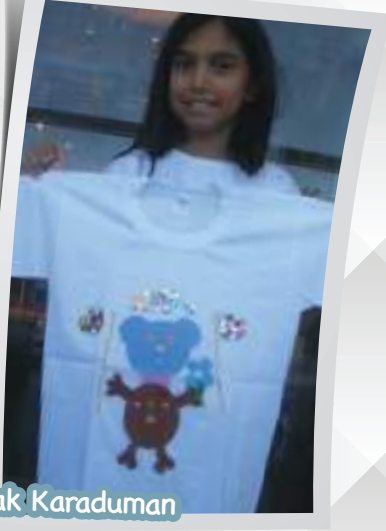
Arhan Yağız Yağan



Aylin Hüseyin



Ayşe Hamzaoğulları



Başak Karaduman



Derin Gürbüz



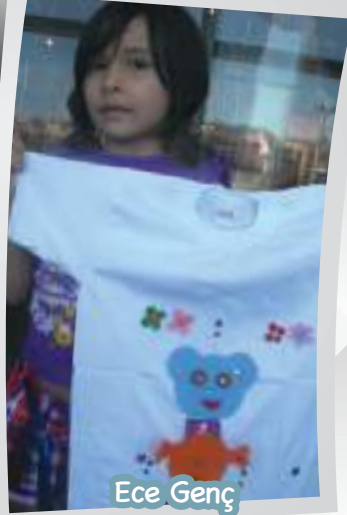
Cansu Genç

PANORA

ÇOCUK



Duru Atalay



Ece Genç



Elif Özcan



Kaya - Lara  
Kurtuluş



Melisa - Merve  
Başer



Elif - Şulenur Erkorkmaz



Mina Göster



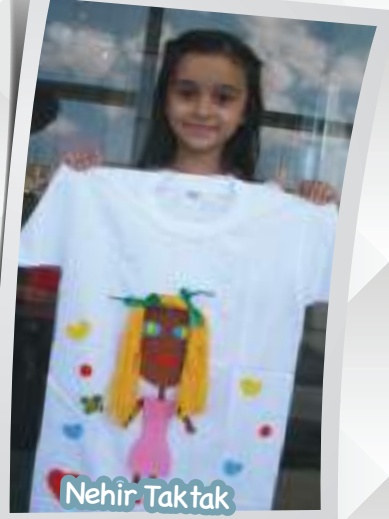
# ÇOCUKLARI



Nehir Demir



Sude - Duru Erkmen



Nehir Taktak



Umut Pekgüçlü



Rüya Uyar



Zeynep Bacak

# SONBAHARLA GELEN



# GRIP



UZ. DR. REYHAN EROL GÜLER

Grip, virüs adı verilen mikroorganizmaların vücudumuza girmesiyle oluşan bir hastalıktır. Gripte görülen başlıca belirtiler, halsizlik, iştahsızlık, hafif ateş, kas ağrıları, burun akıntısı ve öksürüktür. Sağlıklı insanlarda grip yaklaşık bir haftada kendiliğinden geçer. Fakat vücudumuzun savunma hücrelerinin yeterince iyi çalışmadığı durumlarda; yaşlılık, bebeklik dönemi, iyi beslenememe gibi durumlarda grip ağır seyreder. Bazen hastanede yatarak tedavi olmak gerekebilir.

Virüs, öksürük ve hapşırma ile yayılan damlacıklarla, ayrıca öpüşme ve tokalaşma gibi temaslara bulaşır. Ortak kullanılan eşyalar yoluyla da bulaşabilir. Bu nedenle hasta kişilere temas etmekten ve hasta kişilerle ortak eşya kullanmaktan kaçınılmalıdır.

## NE ZAMAN DOKTORA BAŞVURALIM?

- Grip başlayalı bir hafta olmuş, hala iyileşememişsek,
- İştahımız belirgin azalmış, yemek yiyemiyorsak,
- Ateşimiz çok yüksek ve ateş düşürücü şuruplara rağmen düşüremiyorsak,
- Kendimizi yürüyemeyecek kadar güçsüz hissediyorsak,
- Griple birlikte başka hastalığımız varsa, doktora başvurmalıyız.



## GRİBİ GEÇİRMENİN YOLLARI

- Düzenli beslenmek, bol sıvı ve taze sıkılmış meyve suyu tüketmek uygun olacaktır.
- Hastayken dinlenmek çok önemlidir. Gerektiğinden fazla yorulmak, vücudu da yorar. Mümkünse yatarak dinlenmemiz gerekir.
- Doktorumuzun verdiği ilaçları kullanmalıyız. İlaçların düzenli kullanılması grip süresini kısaltacaktır. Örneğin burnumuz akıyor, nefes almakta güçlük çekiyorsak, doktorumuzun verdiği burun spreyi ile burnumuzu açık tutmalıyız. Bu şekilde rahat uyuyabileceğimiz gibi rahat yemek de yiyebiliriz.

## NASIL KORUNURUZ?

- Düzenli el yıkamalıyız. Yemeklerden önce, okuldan eve gelince vb.
- Doktorumuzun uygun gördüğü durumlarda grip aşısı olmalıyız
- Beslenmemize dikkat etmeliyiz. Bol



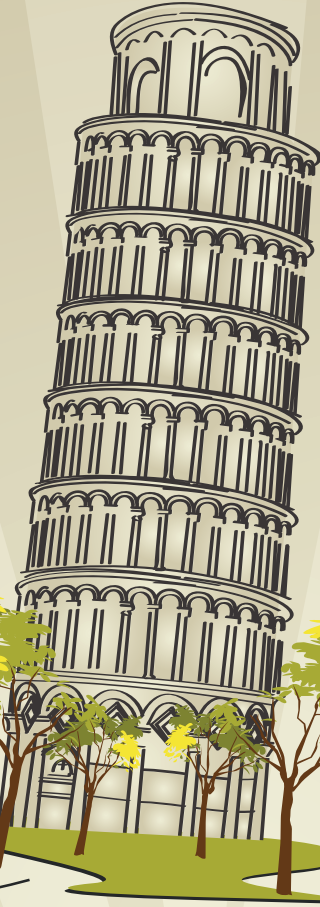
meyve, taze sıkılmış meyve suyu, sebze tüketmeliyiz.

- Düzenli ve yeterli uyumalıyız.
- Sabahları kahvaltı yapmadan dışarı çıkmamalıyız. Düzenli beslenme, vücut direncini artıracaktır. Bu şekilde vücudumuz mikroplarla olan savaşını kolaylıkla kazanacaktır.
- Grip olan kişi, çevresindekilere hastalığı bulaştırmamak için eşyalarını ayırmalı, zorunlu olmadıkça dışarıya çıkmamalıdır. Hastalığın diğer kişilere( evde yaşlı ve küçük bebek varsa) bulaşmaması için maske takılabilir.



PANORA

BOĞUK



İtalya'da bulunan dünyaca ünlü Pisa Kulesi, bu ününü mimari güzelliğinin yanı sıra eğik olmasına da borçludur. 1990 yılında yıkılma tehlikesine karşın kuleye girişler yasaklanmıştır.

# Pisa Kulesi



## Kule NASIL inşa edildi?

Kule; hemen yanında bulunan katedralin çan kulesi olarak planlandı. Projenin kim tarafından yapıldığı bilinmemektedir. 1172 yılında Berta di Bernado adında zengin bir bayanın 60 altın bağışlamasıyla kulenin taşları alındı. 9 Ağustos 1173 tarihinde başlayan inşaat, savaşlar ve maddi sıkıntılar nedeniyle ancak 1350 yılında tamamlanabildi.

## Kule NASIL eğildi?

İnşaatin ilk 3 katı tamamlandığında binanın eğilmeye başladığı fark edildi. Başlangıçtaki küçük eğikliğin önemli olmadığı düşünülerek devam edilmesine karar verildi. Düzeltmek için yere döşenen taşların altına destekler kondu. Ancak bu destek kulenin tam ters yöne doğru eğilmeye başlamasına neden oldu.

Bina eğilmeye devam edince anlaşıldı ki yumuşak olan zemin bu kadar yüksek ve ağır bir bina için uygun değildi. Zemin kum ve kilden oluşuyordu ve yapının ağırlığı bu tabakaların sıkışmasına sebep olmuştu.

## Kule NASIL oldu da yıkılmadı?

Bunun en önemli sebebi inşaatın uzun sürmesi. Eğilme inşaat sırasında başlayarak yavaş yavaş devam ettiğinden ani bir yıkılma gerçekleşmedi.

Bir diğer önemli neden ise yapıda kullanılan malzemeler. Kalker ve kireç taşı, diğer taş ve kaya cinslerine göre eğilme özelliği daha yüksek olan malzemeler. Bu nedenle çatlama ve kırılma meydana gelmedi ve yapıda kullanılan taşlar eğilerek yıkılmayı engelledi.

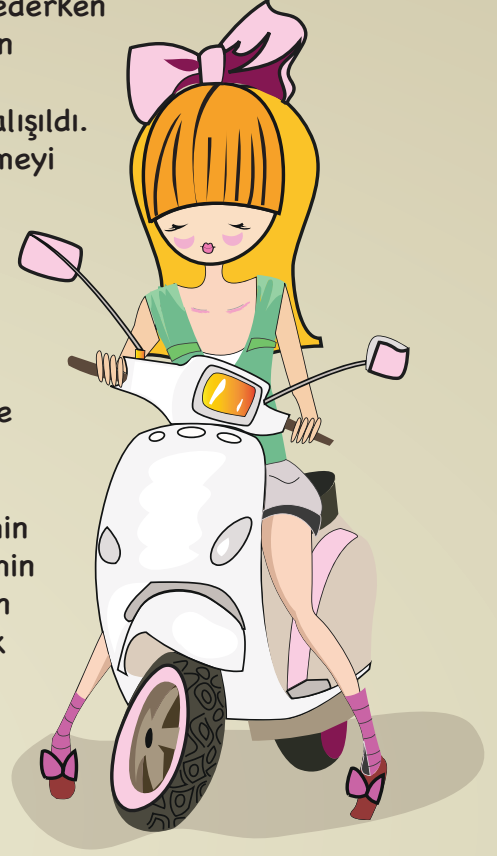
## Gelecekte yıkılması NASIL engellenecek?

Yıllar içinde kulenin yıkılmasını engellemek için birçok proje üretilmiştir. 1934 yılında İtalyan bir mühendis kule tabanına 361 adet delik açarak bunları harçla doldurdu. Yumuşak zemin yapısını güçlü bir harçla destekleyerek sıkışmayı engellemeyi hedefledi. Ancak bu işlem yapılır yapılmaz kule hızla biraz daha eğildi.

1993 yılında kulenin güneye doğru eğilmesi devam ederken kuzeyine 650 ton kurşun asılarak durdurulmaya çalışıldı. Bu bir süre eğilmeyi önledi ancak kesin bir çözüm olamadı.

1995 yılında temelinin güçlendirilmesine karar verildi ve sıvı nitrojen uygulanarak zemin donduruldu. Eğimin tam tersi yönden taşlar azaltılarak düzleştirilmesi denendi. Bu işlemden sonra kule aniden 2 yılda eğildiği kadar tek bir gecede eğildi. Hemen 250 ton daha kurşun kuzey cephesine eklenerek önlem alındı.

Bütün çabalar boşa çıkınca bir daha müdahale edilmemesine ve kaderine terk edilmesine karar verilmişken bir İngiliz mühendis yepyeni bir projeye ortaya çıktı. Projesi; yüksekte kalan tarafın zemininden toprak çıkararak eğilen tarafa eklemektir. 1999 yılında çalışmalar başladı. Kuleye daha fazla zarar vermemek için çok yavaş ve hassas süren çalışma 2001 yılında tamamlandı. Bu işlem sonunda kule 1838 yılındaki eğimine döndürüldü. İncelemeler ve hesaplamalar Pisa Kulesi'nin 300 yıl daha güvenle, dik olmasa da ayakta durabileceğini gösteriyor.



öneriler

PANTOLON: 55 TL (PANÇO)  
GÖMLEK:55 TL (PANÇO)  
AYAKKABI:51 TL (PANÇO)

Arhan  
Gülsüm  
Efe  
ve  
Eyül  
sizin için  
Panora'da  
şıklık avına çıktı



Arhan Berber

Fotoğraflar  
BAYDAŞ  
tarafından  
çekilmiştir.  
Panora -1 katında  
hizmet vermektedir.

# öneriler

PUANTİYELİ ELBİSE: 75 TL (KARAMELA)  
ŞAPKA: 29,90 TL (KARAMELA)  
BANT: 14,90 TL (KARAMELA)  
BEYAZ AYAKKABI: 118,90 TL (KARAMELA)

EŞOFMAN TAKIM : 69,90 TL  
(BEBEK BY PİKKOLO)  
MONKEY-BANANA EV PATİĞİ :  
59,90 TL (BEBEK BY PİKKOLO)

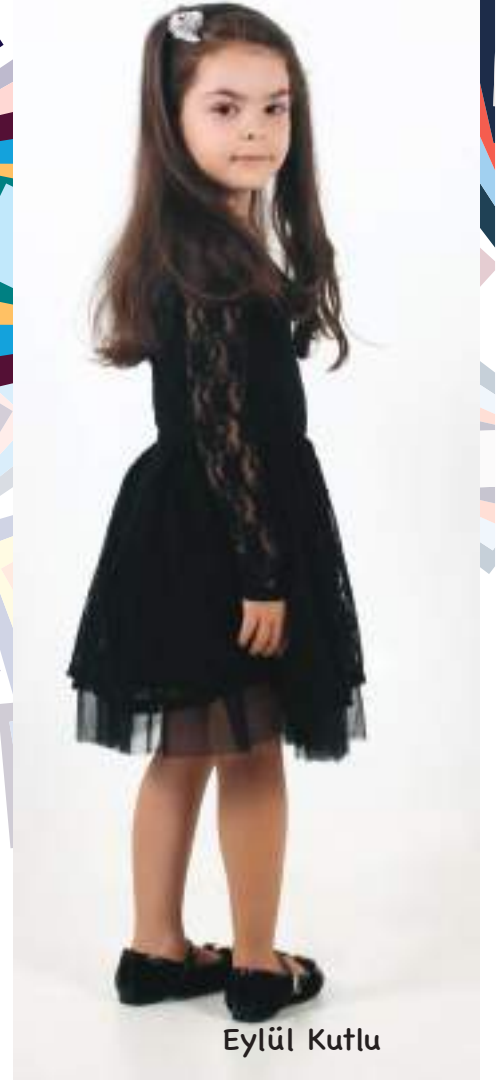
SİYAH AYAKKABI: 159,90 TL (B & G STORE)  
SİYAH ELBİSE: 199 TL (B & G STORE)  
SİYAH TAÇ: 29,90 TL (B & G STORE)



Gülsüm Cansu Öztürk



Efe Özgüven



Eylül Kutlu

# öneriler

FURBY : 199,50 (LOCO POCO)





## öneriler

BEYAZ T-SHIRT: 275 TL (BRANDROOM KIDS)  
PEMBE PANTOLON: 265 TL (BRANDROOM KIDS)  
PEMBE AYAKKABI: 39,95 TL (BENETTON)  
ÇANTA: 124,90 TL (ARMAĞAN OYUNCAK)

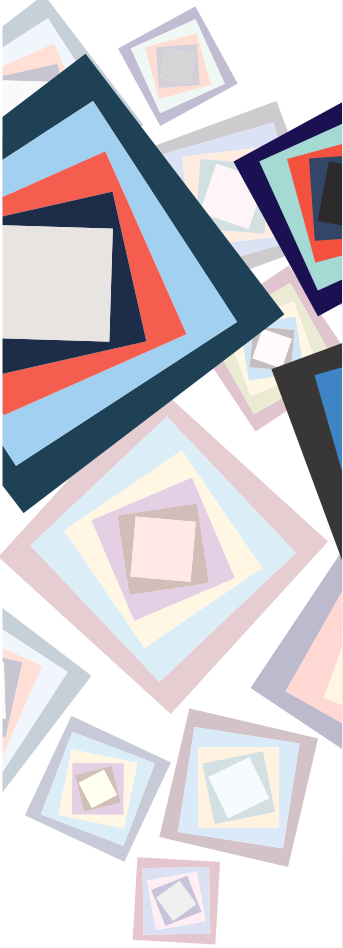


BERMUDA ŞORT :35,95 TL (KAPBULA)  
T-SHIRT :38,95 TL (KAPBULA)  
AYAKKABI :50 TL (KAPBULA)  
ÇANTA: 85,90 TL (KAPBULA)



# öneriler

LACİVERT EŞOFMAN: 50,75 TL (BEBEĞİM)  
T-SHIRT: 35 TL (FULAR HEDİYESİ) (BEBEĞİM)  
YAĞMURLUK: 69 TL (BEBEĞİM)  
NEW BALANCE AYAKKABI: 139 TL (KARAMELA)



öneriler

PANTOLON: 79,95 TL (BENETTON)  
GÖMLEK:49,95 TL (BENETTON)  
AYAKKABI:39,95 TL (BENETTON)



PANORA  
ÇOCUK



# SUDOKU



4		2	1		
	3				
2			6		5
		4			2
				5	
		5	4		6

## Nasıl Oynanır?

Sudoku, 6x6'lık karelerden oluşan kümelerle rakamların yerleştirilmesiyle oynanan bir oyundur. Çözümü mantığa dayanan sudoku, kümelerle 1'den 6'ya kadar rakamların yerleştirilmesiyle oynanır. Her bir rakam, her bir satır, sütun ve blokta sadece bir kez kullanılabilir. Bulmacayı tamamlamak için tabloyu öyle bir şekilde doldurmalısın ki, her satır, her sütun ve her blok 1'den 6'ya kadar bütün rakamları içersin, hiçbir rakam tekrarlanmasın ve eksik kalmayın.

## Çengel Bulmaca



### Soldan Sağa

1. Fovist akımın öncüsü ve empresyonizmin en önemli temsilcisi olan ressam.
2. Hollanda'nın başkenti.
3. Osmanlılardan Hollanda'ya geçmiş bitki.

### Yukarıdan Aşağı

1. Objelerin eserlere bozuk bir perspektifle aktarıldığı akım.
2. Uzay kayasına verilen isim.
3. Hollanda'daki tahta ayakkabıları verilen isim.

PANORA

ÇOCUK

Bulmacanın çözümü 40. sayfada



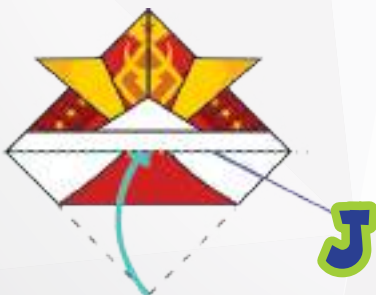
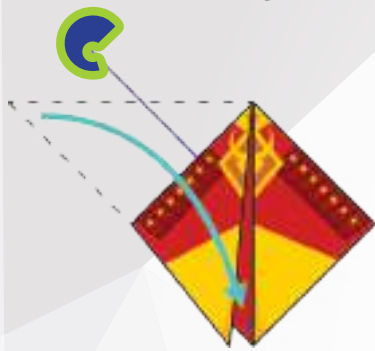
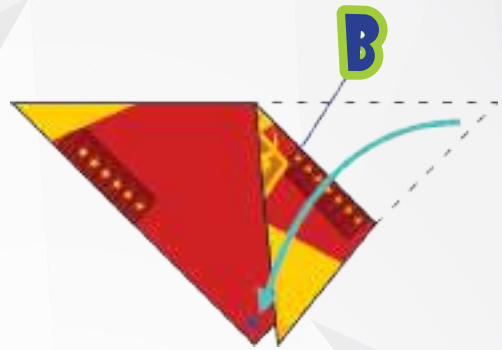
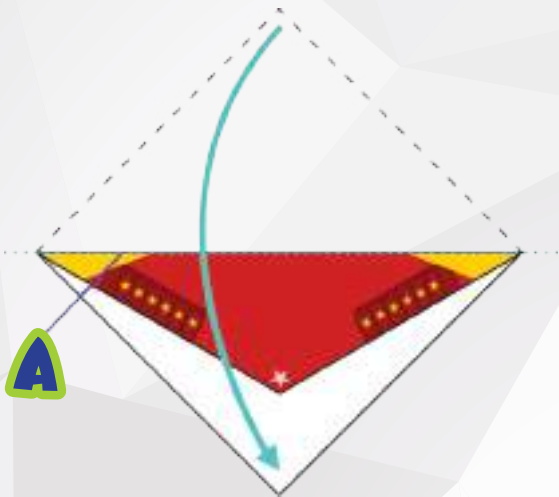
# Samuray Miğferi Origami Yapımı



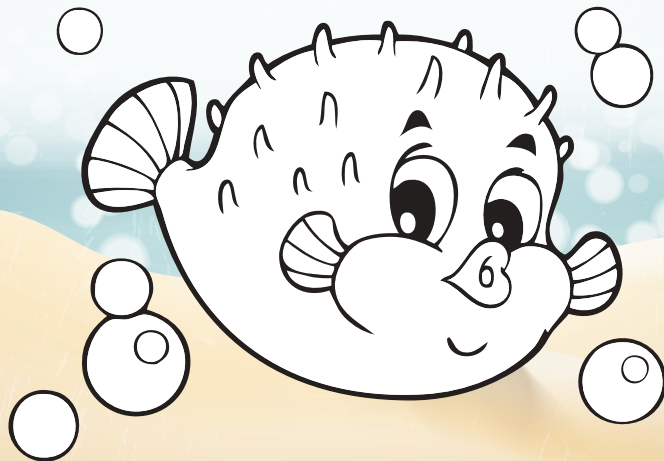
- ✂----- Makas ile kesin
- Tamamen katlayın
- Hafifçe kıvrın

Samuray miğferinin olduğu resmi işaretli yerlerden kesin, yine işaretli yerlerden talimatlardaki gibi kıvrın.





# BOYAMA





**PANORA  
ÇOCUK'TAN  
HABER ALMAK  
İSTER MİSİN?**



ADIM :

SOYADIM :

DOĞUM TARİHİM:

ADRESİM :

TELEFONUM :

e-Mailim :

Çocuklar formunuzu  
Panora danışma bankosuna  
bırakabilir veya bilgilerinizi  
[info@panoracocuk.com.tr](mailto:info@panoracocuk.com.tr)  
adresine e-posta olarak  
yollayabilirsiniz.



**SEVGİLİ ÇOCUKLAR,  
BİZİ FACEBOOK'TAN  
TAKİP EDEBİLİRSİNİZ**

Çocuk  
Atölyesinde  
Çekilen  
Fotoğraflarına  
Ulaş!

**BEĞEN**

Etkinlik ve  
Sürprizlerimizden  
Haberdar Ol!

**BEĞEN**

Fotoğraf, Yazı  
ve Faaliyetlerini  
Panora  
Çocuklarıyla  
Paylaş!

**BEĞEN**

[www.facebook.com/PanoraCocuk](http://www.facebook.com/PanoraCocuk)

# OYUNLARIN ve BULMACALARIN CEVAPLARI

## ÇENGEL BULMACANIN ÇÖZÜMÜ

1 V A N G O G H  
F  
V  
İ  
Z  
2 A M S T E R D A M  
3 L A L E  
3 O  
M  
T  
E  
O  
R  
K  
P  
E  
N

## SUDOKU'NUN ÇÖZÜMÜ

4	5	2	1	6	3
6	3	1	5	2	4
2	1	3	6	4	5
5	6	4	3	1	2
3	4	6	2	5	1
1	2	5	4	3	6

## 7 FARK BULMACASININ ÇÖZÜMÜ



PANORA

ÇOCUK

# PANORA ÇOCUK ATÖLYESİ'NDE BU AY

Sen de Panora'ya Gel,  
Tarzını Göster.

Panora Çocuk Atölyesi Ekim ayında seni  
eğlenceye davet ediyor.. Sen de moda  
atölyesinde yaratıcılığını göstermek  
istiyorsan Panora Çocuk Atölyesi'ne gel.

1-31 Ekim

Pazartesi

1. Atölye: 13.00-14.00

2. Atölye: 14.00-15.00

Perşembe

1. Atölye: 10.00-11.00

2. Atölye: 11.00-12.00

Cumartesi-Pazar

1. Atölye: 14.00-15.30

2. Atölye: 16.00-17.30



**PANORA**  
ALIŞVERİŞ VE YAŞAM MERKEZİ

# Unutma en sevdiğin markalar Panora'da!



Armağan Oyuncak  
Comics & Cartoons Store  
B&G Store  
Bebeğim  
Imaginarium

Brandroom Kids  
Bebek By Pikkolo  
Loco POCO  
Gap Kids&Baby  
Mothercare

Kapbula  
Karamela  
Paço  
Marks&Spencer