

1

5 HAZİRAN
DÜNYA ÇEVRE
GÜNÜ

Birleşmiş Milletler, 1972'de Stockholm'de düzenlediği zirvede, 5 Haziran'ı "Dünya Çevre Günü" olarak kabul etti. O tarihten bu yana her 5 Haziran'da çevre duyarlılığını artırmak, ekolojik sorunlara dikkat çekmek üzere farklı etkinlikler yapılıyor.



2

BİSİKLETLİ KADINLAR

@bisikletlikadin

Bisiklet kullanarak çevreye faydalı ve dünyanın kurtulmasına yardımcı olabileceklerine inanan kadınların bir araya gelerek oluşturduğu, bisiklet kullanımını yaygınlaştırmayı amaçlayan Bisikletli Kadınlar İnisiyatifi'ni takibe alın. Haydi kadınlar, pedal çevirelim!



DÜNYAMIZA SAHİP ÇIKALIM!

Çevre kirliliği, nükleer felaketler, şehirleşme oranı, susuzluk gibi etkenlerin doğal dengeyi altüst ettiği karamsar tabloda ekolojik bilinçle yürütülen birçok eylem ve proje, yaşanabilir bir dünya için hala bir umut olduğunu gösteriyor.

Beslenmeden sağlıklı yaşama, tarımdan ekonomiye, nükleerden hukuksal düzenlemelere, temiz bir toplum yolunda nasıl sürdürülebilir adımlar atıldığını 15 maddede hep birlikte görelim. **YAZI:** SELİN MİLOŞYAN

3



ARABAYI BIRAK BİSİKLETE GEÇ!

Buğday Derneği bisiklet kullanımının çevreye sağladığı faydaları şöyle sıralıyor:

1. Bisiklet gürültü çıkarmadığından ses kirliliğine neden olmaz.
2. Bir arabanın park ettiği alana sekiz bisiklet sığabilir.
3. Bisiklet kullanımının artması otoyol ihtiyacını azaltırken daha çok park ve açık alan yapımına önayak olur.
4. Bir arabanın kilometre başına karbon salımı 150 gramken, bisiklette bu miktar en fazla 20'dir. Bisiklet hava kirliliği ve küresel ısınmaya sebep olmaz.
5. Bir bisiklet yolunun yapım maliyeti, normal bir kara yolu maliyetinin yüzde 10'una, otoyol maliyetininse yüzde 2'sine denk gelir.
6. Motorlu taşıtların sayısı arttıkça kara yolu yapımı da artar ve bu yollar, verimli toprakların da içinden geçerek tarım ürünlerine, peyzaja ve faunaya zarar verir.
7. Bisiklet ayrıca stres, tansiyon, bel ağrıları, obezite ve şeker gibi rahatsızlıklara iyi gelirken 30 dakikada 600 kalori kaybettirir.



Karlie Kloss



4

BİR TIK'LA AĞAÇ DİKİN!

2009 yılından beri hizmet veren, Google'a alternatif, ekolojik arama motoru Ecosia'nın 3 milyona yakın kullanıcısı bulunuyor. Her yeni aramadan ve sonuçların sergilendiği sayfadaki reklam alanlarının gösterilmesinden elde edilen gelirin yüzde 80'i Afrika'daki ağaç dikimi projelerine ayrılıyor. Ecosia 2020 yılına kadar bir milyar ağaç dikmeyi planlıyor.

ecosia.org



5

ELLE Türkiye Yayın Yönetmeni Işın Görmüş, Alexander Kokoskeriya ve Oben Budak, Jotun Yeşil Adımlar mobil uygulamasıyla yürüdüktan sonra hatıra fotoğrafı çekiyorlar.

ADIMLARINIZI AĞACA DÖNÜŞTÜRÜN!

[@jotunturkiye](https://www.jotun.com.tr)

Jotun, Jotun Yeşil Adımlar mobil uygulamasıyla herkesi yürümeye davet ediyor. İnteraktif ve kullanıcı dostu uygulamayla kullanıcılar, henüz yeşile boyanmamış, yani daha önce hiç yürünmemiş yollardan yürüdükçe her dört kilometre için bir ağaç dikilmesine; yeşile boyanmış yollardan yürüyenlerse her altı kilometre için bir ağaç dikilmesine katkı sağlıyor. 15 Mayıs-31 Temmuz 2017 tarihleri arasında devam edecek proje sonunda Jotun, uygulamada 50 bin kilometre yolun yürünmesini ve 10 bin ağaç dikmeyi hedefliyor. *Linkler şöyle:*

iOS cihazlar için: appsto.re/tr/d6sujb.i

Android cihazlar için: goo.gl/18fBkt



6

GÜNDE 30 ML BUĞDAY ÇİMİ SUYU İÇİN!

Petiçim kurucusu, buğday çimi üreticisi ve yoga eğitmeni Petek Erim bu mucizevi içeceğin faydalarını bizlerle paylaşıyor:

"Buğday çim suyuyla 20 yıl önce New York'ta yaşarken bir organik dükkanda tanıştım. 1,5 sene hiç aksatmadan tükettim ve bir mucizeyle karşı karşıya olduğumu gördüm. Buğday çimini satın almanın ne kadar zor, üretici sayısının ne kadar az olduğunu öğrendikten sonra partnerim Erdal Ertuğvat'la 2016'da Petiçim'i kurduk.

SONSUZ FAYDALARI VAR!

Çim suyu adeta bir klorofil bombası; kanın oksijen taşıma kapasitesini yükseltiyor. Böylece hücre yenilenmesini sağlayarak pek çok hastalığın önlenmesine yardım ediyor. Tüm dokuların ve organların yenilenmesine destek olduğu gibi vücutta birikmiş kimyasal ilaç artıklarının ve toksik birikimlerin atılmasını sağlıyor.

GÜNDE 30 ML TÜKETİLMELİ

Buğday çimini filizlendirip tepsilerde ekiliyor ve sonra her gün sulayarak çimlendiriyoruz. Yaklaşık bir haftada istenen boya ulaşıyor, sonrasında da hangi şekilde tüketileceğine göre hazırlıyoruz. Amerika'dan aldığımız çim suyu sıkma makinemizle soğuk sıkım yapıyor ve isteyenlere taze sıkılmış olarak adrese teslim ediyoruz. Dondurulmuş olarak da aylık ve haftalık paketlerimiz var. Günde 30 ml kadar tüketilmesi öneriliyor. 30 ml buğday çimi suyunda yaklaşık 1,5 kg yeşil yapraklı sebzenin besin değeri var."

peticim.com, @peticim2016



YOGA KAMPINDA BUĞDAY ÇİMİ SUYU

ÇİM SUYU & YÜZ YOGASI "WORKSHOP" LARI DÜZENLEYEN PETEK ERİM, BU YAZ SONU EKİMDE KAŞ SHANTI GARDEN'DA MEY ELBİ VE DENİZ BAĞAN'LA "YOGA KAMPİ VE BUĞDAY ÇİMİ SUYU" ATÖLYELERİ GERÇEKLEŞTİRECEK.

shantigardenkas.com



8

DAHA YEŞİL BİR DÜNYA İÇİN ÖNERİLER

Ekolojik Yaşam Uzmanı Güneşin Aydemir, giderek kirlenen dünya ve tükenen kaynaklar çerçevesinde kurtuluş yolu için farklı projelerden bahsediyor:

1. Onarıcı Tarım ve Onarıcı Toplum

Onarıcı Tarım (Regenerative Agriculture), insan için gıda üretirken ekosistemleri, toprak ve su varlıklarını, her türlü canlı çeşitliliğini korumanın ötesinde iyileştiren her türlü teknik, yöntem, uygulama ve araştırmayı kapsayan geniş bir yelpaze. İnsanın insan dışı doğayla ve diğer insanlarla kurduğu ilişkiyi gözden geçiren, sürecin tohumdan sofraya bütün aşamalarına radikal boyutta yenilikler getiren, bir anlayış. Bu konuda Anadolu Meraları (@anadolumeralari) ve Türkiye Permakültür Araştırma Enstitüsü'nü (permacultureturkey.org) inceleyebilirsiniz.

2. Gıda Toplulukları ve 'Türetim'

Organik tarımın da kapitalizmin bir çeşidi olduğunu düşünen veya organik sertifikalara güvenmeyen, aynı zamanda da sağlıklı ve gerçek gıdaya ulaşmak isteyen biri misiniz? Gıda toplulukları tam da bu amacı taşıyan hevesli tüketiciler için güzel bir seçenek. Bu noktada 'türetim' kavramı gündeme geliyor. Türetim, üretim ve tüketim kelimelerini tek bir kavramda birleştiriyor. Artık üretici ve tüketici yok, ikisini kapsayan üretici var. Bir üretici, kendisine sunulan ürünle yetinmez, ürünün peşine düşer, üretim süreci hakkında bilgilendirir, hatta üretime katılır. Bazı durumlarda doğrudan kolları sıvar ve üretime girer. Gıda toplulukları onarıcı toplumun en önemli bileşenlerinden. Gıda toplulukları midesine düşkün bir grup insanın belli bir niyet çerçevesinde bir araya gelmesiyle başlıyor. Çoğu kez sadece yeme içmeyle kalmıyor, işin ucu birlikte komşuluk yapacakları eko köyler kurmaya kadar gidiyor. Detaylı bilgi için Buğday Ekolojik Yaşamı Destekleme Derneği'nin hazırladığı gidatopluluklari.org sitesini ziyaret edin.

3. Doğa Oyunları Evi

İnsan doğanın bir parçasıdır deyip duruyoruz. Öyledir şüphesiz ama bunu ne kadar anlıyoruz? Doğa bize sadece su, aş, enerji ve hammadde sağlamıyor, aynı zamanda sağlıklı bir zihne sahip olmamız için gereken 'denge'yi de veriyor. Elbette şehirlerde doğayı fark etmek oldukça zor. Ama imkansız değil. 'Doğa Oyunları Evi' (@dogaoyunlarievi) bize her an doğa farkındalığı sağlayabileceğimiz fırsatlar sunuyor."

Güneşin Aydemir

"KİRLİ ENERJİDEN ÇIKMA ZAMANI"

Greenpeace Akdeniz İklim ve Enerji Kampanyası Sorumlusu Avukat Deniz Bayram, Türkiye'nin yenilenebilir enerjiye geçiş yapmasının önemine değiniyor:

"Bugün Türkiye'de maalesef üç nükleer santral projesi gündemde ve ülkemizin her yerinde kömürlü santral projeleri planlanıyor. Planlanan santraller devreye alınırsa Türkiye dünyada Rusya, Çin ve Hindistan'dan sonra tehlikeli ülkeler kategorisine girebilir.

Greenpeace, devletleri ve şirketleri yenilenebilir enerjiye geçiş yapmaya çağırıyor. Maalesef yenilenebilir enerji konusunda hükümetin hazırladığı hedefler, sahip olduğumuz potansiyele oranla çok düşük. Kömür değil, güneş Türkiye'nin öncü enerji yatırımı olmalı. Nükleer ve kömürlü santraller, insan yaşamına ve doğaya karşı büyük bir tehdit. Dolayısıyla her bir yurttaşın şunu söylemesi gerekli: 'Kirliliğinden çık, yenilenebilir enerjiden yana yüz 100 dönüşümü, enerji dönüşümünü gerçekleştir, gezegeni ve yaşamı koru.'

greenpeace.org/turkey/tr

Deniz Bayram



10

SAĞLIKLI İÇECEKLERE BUYUR!

@juiceup

INN (Institute for Integrative Nutrition) Sağlık Koçluğu sertifikası bulunan Selen Sonar'ın kurduğu Juice Up'ın gözde detoks içecekleri aşağıda:

Juice Up Yeşilin 50 Tonu:

İçerik: Karalahana, ıspanak, marul, salatalık, elma.
Etki: Antioksidan, detoks ve kilo kontrolü.

Juice Up Organik Yeşil:

İçerik: Organik karalahana, organik pazı, organik ıspanak, organik marul, organik salatalık, organik yeşil elma.
Etki: Antioksidan, detoks ve kilo kontrolü.

Juice Up Deli Dolu:

İçerik: Ananas, salatalık, marul, ıspanak, klorofil, aloe vera, chia tohumu.
Etki: Sindirim sistemi, detoks, cilt yenilenmesi ve yağ yakımı.



ARILARI NASIL YAŞATABİLİRİZ?

bugday.org

Buğday Derneği tarafından yürütülen, AB Erasmus'un desteklediği "Arıları Yaşatalım" (Live and Let Bee) projesi, Türkiye'de doğa, arı ve insan dostu arıcılık yöntemlerinin yaygınlaşması için çalışırken, sayıları hızla azalan arıları yaşatmak için çaba gösteriyor. Söz, projede çalışan Yasemin Kireç'te:

"Arı deyince aklınıza sadece bal mı geliyor? Oysa arılar, gıdamızın en az üçte birinin üretiminin ardındaki alçak gönüllü ekip. Biyo çeşitliliğin devamı da onlara ve diğer tozlayıcılara bağlı.

Hollanda, Makedonya ve İngiltere'deki ortaklarla yapılan çalışmaların amacı, geleneksel ve doğa dostu arıcılık bilgisini yaygınlaştırmak, farkındalığı artırmak. Bu dört ülkede ekolojik arıcılık yapan çiftlikler geziliyor. Arıcılar deneyimlerini paylaşırken farklı coğrafyalar, iklimler, bitki örtüsü ve pestisit kullanım koşullarında yapılan uygulamalar gözlemleniyor. Mevcut ekolojik arıcılık yöntemleri incelenerek belgeleniyor. Tüm bu bilgiler hobistler (kendi ihtiyaçları için bahçe yapanlar) ve üreticilerin faydalanabileceği, dört dilde hazırlanan bir web sitesinde paylaşılacak. 2017'nin sonbaharında İstanbul'da geniş katılımlı bir eğitim ve Ekolojik Arıcılık Konferansı düzenlenecek."



Yasemin
Kireç

Neyir Turalı

Zeynep Beyli

12



ATELIER RAW'LA TANIŞIN, TEMİZ BESLENİN!

@atelierraw

Neyir Turalı ve partneri Zeynep Beyli temiz ve katkısız bir dünya yaratmak için kurdukları Atelier Raw'u şöyle anlatıyorlar:

"Sürdürülebilir bir canlı gıda zinciri hayal etik. Kurutma, marinasyon, fermantasyon, çimlendirme, aktivasyon, ekstraksiyon gibi gıdanın doğasına aykırı olmayan, onun besin değerlerine zarar vermeyen, aksine yükselten bir işleme şekli, 'raw food'. Besin değerlerini tam olarak koruyan 'raw food', sindirim sistemini yormadan çalıştırıp enerji veriyor. Temiz besleniyor ve açlık ataklarına son vermiş oluyorsunuz. Sonuç; anti-aging, alkali, doğal, arındırıcı ve onarıcı bir beslenme stiline ulaşabiliyorsunuz.

Atelier Raw olarak şu an üç farklı konuda hizmet veriyoruz.

1. Atelier Raw paketli atıştırma: Glütensiz, şekersiz, süt ürünü içermeyen, çiğ ve katkısız tatlı atıştırma, kraker ve tohumlardan oluşan 11 farklı paketli ürünümüz var. Bunlara hem atölye marketten, Kanyon köşemizden, online sayfadan, getir.com, aradolu.com ve çok yakında tazedirekt.com gibi sayfalardan ulaşabilirsiniz. Temiz beslenmenin lüks ve ulaşılamaz bir konsept olduğu algısını bu gibi ürünlerle de değiştirmeyi hedefliyoruz.

2. Atelier Raw katı ve sıvı arınma menüleri: Toksin atmak, hafiflemek, alkali beslenmek için tasarlanmış katı ve sıvı menüler var. Katı menüyü en az üç gün, sıvı menüyü istediğiniz kadar deneyimleyebilirsiniz.

3. Atelier Raw Wellness Community: Atelier Raw'un temiz ve sağlıklı yaşamayı isteyenler için bir "community" (topluluk) markası haline gelmesini istiyoruz. Etler'de panel ve workshop'larla katılımcıları devamlı bilinçlendiriyoruz."



Ek Biç Ye İç'in Akmerkez'in çatısında uyguladıkları tarım projesinden bir kare. Ekip burada bir sürü ürün yetiştiriyor.



13

ÖNCE ÜRETİN SONRA YİYİN!

Taksim Meydanı'nın göbeğinde konumlanan Ek Biç Ye İç, kendi üretilen menüsüne koyduğu organik ürünleri ve sürdürülebilir projeleriyle şehrin göbeğinde yeşil bir vaha. Program müdürü Ayça İnce anlatıyor:

"Biz İstanbul'da sağlıklı, keyifli ve sürdürülebilir bir hayat tarzı peşindeyiz. Ekip biçmek, yiyip içmek ve paylaşmak bizim için bu hayalin parçaları. O yüzden logomuz Ek Biç Ye İç, kartvizitlerimizin arkasında da Paylaş yazıyor. İç ve dış mekanlarımızda ve davet eddiğimiz alanlarda şartlar elverdiğince ekip biçiyoruz; kendi yetiştirdiklerimizi ve yakın çevremizden topladığımız organik ürünleri misafirlerimize sunuyoruz. İç ve dış mekanımızda hidroponik-aquaponik ve toprağa dayalı sistemlerde salata ve 'wrap'lerimizde kullandığımız marul ve aromatik otları yetiştiriyoruz. Hem karbon ayak izimizin düşük olması açısından mümkün olduğunca yerel hem de vücudumuza ve doğaya zarar vermemesi açısından olabildiğince organik ürünler tercih edilmesi konusunda ısrarcıyız.

Yiyip içme kısmı dışında ekip biçmeye ve paylaşmaya yönelik projeler de yürütüyoruz şehrin farklı yerlerinde. Bunlardan bizim için en heyecan verici olanlarından biri Akmerkez terastaki tarım projemiz. Akmerkez yönetimi aslında oldukça büyük bir alanda üretim yapmamıza olanak sağlıyor. Burada, şehir içinde nasıl verimli ve sürdürülebilir üretim yapılabileceğini gösteriyoruz. Ayrıca yerel üretim ve sürdürülebilirlik üzerine atölye ve söyleşiler düzenliyoruz."

@ekbicyeic



Ek Biç Ye İç ekibi



ÇEVREYLE İLGİLİ HUKUKİ DÜZENLEMELER

Çevre ve Orman Hukuku Anabilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi Avukat Tuğba İmal Özcan, güncel çevre sorunlarını hukuki bir çerçevede ele alıyor:

Binalarda Enerji Kimlik Belgesi Alma Zorunluluğu

"Bu belge, binalarda enerjinin ve enerji kaynaklarının etkin ve verimli kullanılması, enerji israfının önlenmesi ve çevrenin korunmasını sağlamak için düzenlenmiştir. 1 Ocak 2020'ye kadar binanızın enerji kimlik belgesini almanız gerektiğini unutmayın!"

Plastik Poşet Kullanım Yasağı

"Kullanımı her geçen gün artan plastik alışveriş poşetlerinin hızlı bir şekilde çöpe dönüşmesi, hafif ağırlıkları nedeniyle etrafa yayılarak çevre kirliliğini önemli ölçüde artırması ve geri dönüşüm oranlarının çok düşük olması sonucu bazı önlemler alınmaya başlandı. Yasa taslağı bu haliyle yasalarsa 1 Ocak 2019 itibarıyla plastik poşet kullanımı ücretli hale gelecek."



Tuğba İmal Özcan

KÜÇÜLMEMEYE DAİR

15

YENİ İNSAN YAYINEVİ TARAFINDAN YAYIMLANAN, "YEŞİL EKONOMİ; KÜÇÜLMEK GÜZELDİR" KİTABI, YEŞİL EKONOMİ MODELİYLE İLGİLİ TAM YEDİ MAKALEDEN OLUŞUYOR. MAKALELER, REFAH VE ADALETİN ANCAK KÜÇÜLEREK ELDE EDİLEBİLECEĞİNE DİKKAT ÇEKERKEN, DAHA AZ TÜKETEREK DAHA ADİL VE EŞİT BİR TOPLUM YARATILABİLECEĞİNİ, KÜÇÜLMENİN İNSANLARIN DOĞAYLA BARIŞ İÇİNDE YAŞAYABİLECEKLERİ BİR HAYAT TARZINI DOĞURACAĞINI ANLATIYOR.



yeniiinsanyayinevi.com