

E-Dergi

Ekim 2025

KESiAD

Kemalpaşa Sanayici ve İş İnsanları Derneği

*"Cumhuriyeti biz kurduk, onu yükseltecek
ve yaşatacak olan sizlersiniz."*



0232 877 07 27



kesiad@kesiad.org



kesiad.org

YÖNETİM KURULU



Yönetim Kurulu Başkanı-Yeşim IŞIKLI
Minos Makina



Başkan Yardımcısı
Zafer ÖZKEN
Schock Metal



Başkan Yardımcısı
Sevil YÖNDEM
Eko Endüstri



Başkan Yardımcısı
Tuğba KİRİŞ
Özteknik A.Ş.



Genel Sekreter
Burcu KOCAMAN
Çalık Makina



Sayman
Can ARDİTTİ
Renksan Paints
Coatings

İYİ Kİ KESİA

ÜYELERİMİZ

Kemalpaşa Sanayici ve İş İnsanları Derneği



Üye
Levent AKÇALI
Levent Akçali Bilişim



Üye
Zeynep SATOĞLU
Lotus Technic



Üye
Mustafa ÖZDURAN
Garanti Zeytin Zeytinyağı



Üye
Remzi Serhat İŞBECER
Demaksan Makine



Üye
İbrahim SEZEK
Kaan Havalı Kırıcı Makina



Üye
Sebahattin DÖNMEZ
Dönmez Varil



Üye
Fehmi Özkan Dökmetaş
SEP Mühendislik



Üye
Canan BIÇAKÇI
Kontrol+P Dijital
Baskı Sistemleri



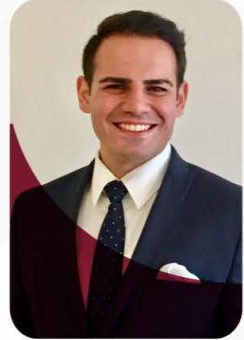
Üye
Erçin ŞAHİN
Erenli Sac Profil Kauçuk



Üye
Onur PUĞ
Onur Puğ Avukatlık Bürosu



Üye
Filip MİNASYAN
Efe Endüstri



Üye
Gürhan GÜVEN
Fersan Fermantasyon Ürünleri

D'ımız Var!



Cumhuriyetin Işığında 102. Yıl

Cumhuriyetimizin ilanının üzerinden tam 102 yıl geçti...

Gazi Mustafa Kemal Atatürk'ün "Türk milletinin karakterine ve âdetlerine en uygun idare" diyerek bizlere emanet ettiği Cumhuriyet, yalnızca bir yönetim biçimi değil; özgürlüğün, eşitliğin, çağdaşlaşmanın ve bağımsızlığın en büyük simgesidir.

Cumhuriyet, milletimizin azim ve kararlılıkla verdiği mücadelenin en kıymetli meyvesi, geleceğe bırakılmış en anlamlı mirastır. Bizlere düşen görev, bu mirası sadece korumak değil; aynı zamanda daha da güçlendirerek gelecek nesillere aktarmaktır.

Bugün bizler, Cumhuriyet'in değerlerini yaşatmak ve Atatürk'ün gösterdiği çağdaş uygarlık yolunda ilerlemek sorumluluğuyla yolumuza devam ediyoruz. Her alanda olduğu gibi, iş dünyasında da dürüstlük, eşitlik ve ilerleme ilkelerini ön planda tutarak ülkemizin kalkınmasına katkıda bulunmayı görev biliyoruz.

İş dünyasında, eğitimde ve sosyal yaşamda attığımız her adımda Cumhuriyetimizin ilke ve kazanımlarını rehber edinmekten büyük gurur duyuyoruz. Çünkü biliyoruz ki Cumhuriyet, yalnızca bir yönetim biçimi değil; aynı zamanda bizlere yön veren bir yaşam felsefesidir.

Bu anlamlı günün 102. yılını büyük bir gurur, coşku ve minnetle kutluyor; bu eşsiz mirası bizlere armağan eden başta Gazi Mustafa Kemal Atatürk olmak üzere tüm silah arkadaşlarını ve kahramanlarımızı saygı, rahmet ve minnetle anıyoruz.



*Türk milletinin istidadı ve kati kararı
medeniyet yolunda durmadan, yılmadan
ilerlemektir. Türk milletinin karakter ve
adetlerine en uygun olan idare,
cumhuriyet idaresidir.*

K. Atatürk

İÇİNDEKİLER

4

CUMHURİYETİN IŞIĞINDA 102.YIL

7

ETKİNLİKLERİMİZ

10

TOPLANTI VE ZİYARETLER

11

EKONOMİ KÖŞESİ

Çin ve Avrupa Parayı Yeniden Tanımlıyor

12

TEKNOLOJİ KÖŞESİ

Birleşen Teknolojiler, Katlanan Sonuçlar: Endüstride Dijital Gelecek

14

HUKUK KÖŞESİ

İşe Yeni Başlayan Kurumlar Vergisi Mükelleflerinin Hak Ve Ödevleri:
Vergi Uyumu Ve Elektronikleşmenin Etkileri

16

SAĞLIK KÖŞESİ

OMAD: Günde Tek Öğün Beslenme Modeli

17

KÜLTÜR SANAT KÖŞESİ

18

BASINDA KESİAD



Krea Makina çalışanlarına yönelik düzenlenen “Bağımlılıkla Mücadelede Yeşilay Eğitimi” başarıyla tamamlandı. Eğitimde; bağımlılık türleri, korunma yöntemleri ve sağlıklı yaşam alışkanlıkları üzerine kapsamlı bilgilendirme yapılarak, farkındalık oluşturulması hedeflendi.

Sağlıklı ve bilinçli bir toplum için yürütülen bu kıymetli çalışmalara verdiğimiz desteği sürdürmeye devam edeceğiz.



KESİAD Başkanı-Yeşim IŞIKLI

Ekehukuk ev sahipliğinde, Ramada Hotel’de gerçekleşen toplantımıza Kemalpaşa Belediye Başkanı Mehmet Türkmen, Kemalpaşa Milli Eğitim İlçe Müdürü Ogün Derse, Kemalpaşa Vergi Dairesi Müdürü Oktay Pembe, KOSBİ Bölge Müdürü Salman Eldeş, BAYOSB Bölge Müdürü Figen Akdemir, KESİAD geçmiş dönem başkanları, KESİAD üyeleri ve çok sayıda sanayici katıldı.

Türkiye ekonomisinin küresel gelişmeler ve iç dinamiklerin etkisiyle zorlu bir dönemden geçtiğini vurgulayan Yönetim Kurulu Başkanı Yeşim Işıklı, Merkez Bankası verilerine göre imalat sanayi kapasite kullanım oranının gerilediğine dikkat çekti. Yüksek enflasyon, finansmana erişimde yaşanan sıkıntılar, ham madde ve enerji maliyetlerindeki artışın tüm sektörleri etkilediğini söyleyen Işıklı, “Sanayimiz ağır maliyet baskılarına rağmen üretmeyi, istihdam yaratmayı ve katma değer oluşturmaya devam ediyor. Ancak yüksek ve değişken girdi fiyatları ile hızla artan iş gücü maliyetleri çözüm bekleyen en öncelikli konularımız arasında” dedi.

PERŞEMBE KAHVALTISI

İyi Ki KESİAD'ımız Var!



Selçuk Turgay AZAK



Gönenç DEMİR



Muhammed Mustafa EKE



Şevket Kaan YINANÇ

Öngörülebilir ekonomi politikası, güçlü hukuk devleti anlayışı ve yapısal reformların yatırım ortamı için vazgeçilmez olduğuna işaret eden Işık, "Sanayici ve iş insanlarının cesaretle yatırım yapabilmesi için hukukun üstünlüğü ve adaletin tesis edilmesi yalnızca ekonomik istikrarın değil toplumsal güvenin de temel dayanağıdır. Yargı bağımsızlığının korunması, eşitlik ilkesinin tavizsiz uygulanması, bugünü olduğu kadar yarını da güvenle planlamamız için en kritik unsurlardır" dedi.

Toplantıda Vergi Müfettişi Selçuk Turgay Azak, mükelleflerin vergiye gönüllü uyumunu artırmaya yönelik yürüttükleri çalışmaları anlatarak vergi işlemlerinde rehberlik boyutunun önemine dikkat çekti. DEÜ İşletme Fakültesi Dekan Yardımcısı Dr. Gönenç Demir, şirketlerin finansal yeniden yapılandırılmasının işletmelerin uzun ömürlü olması için kritik bir araç olduğunu ifade ederek, Türkiye'deki şirketlerinin ortalama ömrünün 7 ila 12 yıl arasında olduğuna dikkat çekti.

Etkinlikte davetli konuşmacılardan Ekehukuk Danışmanlık Ofisi Kurucusu Muhammed Mustafa Eke, konkordatonun bir sebep değil sonuç olduğunu, şirketlerin yaşadığı nakit akışı bozulmalarının bu süreci tetiklediğini söyledi. Ekehukuk Danışmanlık Ofisi'nden Şevket Kaan Yinanç ise bankacılık tecrübelerinden yola çıkarak sorunlu krediler ve firmaların konkordato süreçlerinde yaşadığı zorluklar hakkında bilgiler verdi.

TOPLANTI VE ZİYARETLER

İyi Ki KESİAD'ımız Var!

Kemalpaşa Sanayici ve İş İnsanları Derneği yönetim kurulu toplantısı Ramada Otel'de gerçekleştirildi.



KESİAD Yönetim Kurulu Saymanı Sn. Can Arditti'nin doğum günü kutlaması gerçekleştirildi. Kendisine nice mutlu başarılı yıllar dileriz.



Vakıfbank Kemalpaşa OSB Şube Müdürü Sn. Dündar Cenker Kıyıcı ve Vakıfbank Kemalpaşa OSB Şube Müdür Yardımcısı Sn. Ali Fatih Ölmez tarafından KESİAD'a ziyaret gerçekleştirildi.



Kemalpaşa Sanayici ve İş İnsanları Derneği yönetim kurulu toplantısı Ramada Otel'de gerçekleştirildi.



Krea Makina çalışanlarına yönelik "Bağımlılıkla Mücadelede Yeşilay Eğitimi" başarıyla gerçekleştirildi.



Kemalpaşa Sanayici ve İş İnsanları Derneği yönetim kurulu toplantısı Ramada Otel'de gerçekleştirildi.



Bornova Kent Konseyi tarafından KESİAD'a ziyaret gerçekleştirildi.



Geleneksel Perşembe Kahvaltımız "EkeHukuk" sponsorluğunda Ramada Otel'de gerçekleştirildi.





Prof. Dr. Serpil KAHRAMAN
Yaşar Üniversitesi Ekonomi Bölümü Öğretim Üyesi

Dünyanın para ile olan ilişkisi son yirmi yılda büyük bir dönüşüm geçiriyor. Cep telefonlarımızdan birkaç dokunuşla yaptığımız para transferleri, internet üzerinden anında gerçekleşen alışverişler ve artık yalnızca ekranda gördüğümüz rakamlar, bankacılık sistemini kökten değiştirirken paranın da klasik “kâğıt ve madeni” halinden uzaklaştığını gösteriyor. Geleneksel bankacılık, mevduat toplamak ve bu mevduatı kredi olarak kullandırmak üzerine kurulu. Ancak dijitalleşme bu sistemi hem daha hızlı hem de daha rekabetçi hâle getiriyor. Bugün artık şubeye gitmeden hesap açmak, saniyeler içinde para transferi yapmak mümkün. Mobil bankacılık uygulamaları ve internet şubeleri sayesinde bankalar fiziksel şubeler yerine cep telefonlarımızda yaşıyor. Bu durum, bankaların maliyetlerini düşürürken müşteri beklentilerini de yükseltiyor; insanlar işlemlerinin anında ve ucuz olmasını bekliyor.

2009’da Bitcoin’in ortaya çıkışıyla “dijital para” kavramı yeni bir anlam kazandı. Bitcoin ve onu izleyen binlerce kripto para, herhangi bir merkezi otoriteye bağlı olmadan çalışıyor. İşlemler, blok zinciri adı verilen şeffaf ve dağıtık bir defterde kaydediliyor. Ancak düzenleme eksikliği bu piyasayı hâlâ riskli kılıyor. Kripto paraların yükselişi merkez bankalarını da harekete geçirdi. Çin’in dijital yuani, Avrupa Merkez Bankası’nın dijital euro planları bunun örnekleri arasında. Çin’in geliştirdiği dijital yuan, yani e-CNY, dünya finans sisteminin geleceğine dair en somut adımlardan biri olarak dikkat çekiyor.

Çin Halk Bankası tarafından ihraç edilen bu para, kâğıt yuanın bire bir dijital karşılığı ve tamamen devlet güvencesi altında. Pilot uygulamalar ilk olarak Shenzhen ve Suzhou gibi büyük şehirlerde başladı; toplu taşımadan market alışverişine, çevrimiçi ödemelerden kamu faturalarına kadar geniş bir alanda test ediliyor. Telefonunuza indireceğiniz resmi cüzdan uygulamasıyla, banka hesabınız olmasa bile saniyeler içinde ödeme yapabiliyor ya da para transfer edebiliyorsunuz. Bu yönüyle e-CNY, klasik banka kartlarının ve nakit paranın yerini alabilecek kadar hızlı ve pratik bir sistem sunuyor.

Avrupa Merkez Bankası da benzer bir yol haritasıyla dijital euro için hazırlık yapıyor. Hedef, Avrupa genelinde güvenli ve düşük maliyetli ödemeler sağlamak ve kıta içindeki para transferlerini tek tıkla mümkün kılmak. Kripto paraların yükselişi ve özel ödeme platformlarının güçlenmesi karşısında bu iki büyük ekonomik bölgenin attığı adımlar, para politikası üzerinde yeniden kontrol sağlama çabasının bir parçası olarak görülüyor.

Para yüzyıllar boyunca altından kâğıda, oradan da ekrana doğru evrildi. Bankalar ve merkez bankaları bu dönüşümün merkezinde yer almaya devam ediyor ancak rollerini yeniden tanımlıyorlar. Dijital paralar hem fırsatlar hem de riskler barındırıyor: daha hızlı ve ucuz ödemeler, daha geniş finansal erişim sağlarken veri gizliliği ve siber güvenlik gibi yeni sorunları da beraberinde getiriyor. Önümüzdeki yıllar paranın hikâyesinde yeni bir sayfa olacak gibi görünüyor.



Doğukan ÖZEL

Aegeis Bilişim Teknolojileri Teknolojiden Sorumlu Yönetici

Şirketler tarih boyunca rekabet avantajı elde etmek için sorumluluk alanlarını yeniden tanımladı. Bir dönem lojistik, satış veya pazarlama gibi birimlerin outsource edilmesi, hem maliyetleri azaltmak hem de verimliliği artırmak için tercih edilen bir yöntemdi. Bu yaklaşım, firmalara uzmanlıkla yönetilen dış hizmetlerden yararlanma fırsatı sundu; ancak aynı zamanda kontrol kaybı, iletişim sorunları ve kalite risklerini de beraberinde getirdi. Yine de iş dünyası, bu modelle uzun yıllar ciddi avantajlar yakalayabildi.

Daha sonra aynı eğilim, dijitalleşme dalgasıyla birlikte teknolojiye kaydı. Önce bilgi teknolojileri (IT) alanında, ardından operasyonel teknolojiler (OT) tarafında firmalar kendi bünyelerinde geliştiremedikleri çözümleri dışarıdan almaya yöneldi. Birçok şirket, teknoloji üretmekten ziyade onu alıp kurmakta bile zorlanırken, bu süreci outsource firmalarla yürütmeye başladı. Kurulumlardan eğitime, operasyonun yönetiminden güncellemelerine kadar teknoloji sağlayıcıları artık yalnızca bir tedarikçi değil, sürecin aktif bir parçası haline geldi.

Bugün artık geldiğimiz noktada hep derler ya beş sene sonra ne olacak göremiyoruz.

Ben size o bilinmez geleceğe bir pencere açmak istiyorum. Çoğu zaman bu geleceği net bir şekilde görmek mümkün olmuyor doğru, çünkü belirsizlikler fazla. Ama bazı eğilimler bize açıkça gösteriyor; Nesnelerin İnterneti, yapay zekâ, sanal ve artırılmış gerçeklik, giyilebilir teknolojiler, yeşil enerji ve fintech çözümleri herkes duydu belki bir seviyeye kadar uyguluyor ama 5 sene sonrasına gitmek istediğimiz asıl kritik olan şey şu, tek bir teknolojiyi uygulamak değil. Asıl fark, bu teknolojileri birlikte kullanabilmekte yatıyor. Bir kelime oyununda harfleri ne kadar çok yan yana getirirseniz, ortaya çıkan anlam da o kadar güçlü olur. Endüstride de aynı şekilde, firmalar teknolojileri ne kadar çok birleştirebilirse, aldıkları verim de o kadar katlanarak artıyor.

Çoklu Teknolojilerin Gücü: Bir Vaka İncelemesi

Bunu sahada test etme fırsatımız oldu. Bir müşterimiz, üretim hatlarındaki iyileştirme fikirlerini denemek istiyor; ancak risk almak veya süreci durdurmak istemiyordu. Geleneksel yöntemlerle bu mümkün değildi. İşte tam da bu noktada farklı teknolojilerin birleşimi devreye girdi:



-IoT ile makinelerden anlık veriler çekildi.
-Analiz teknolojileri bu verileri işleyerek anlamlı hale getirdi.
-Sanal gerçeklik ortamında bir dijital ikiz kurularak, fikirler risksiz şekilde test edildi.
-Yapay zekâ bu dijital ikizde yapılan her değişikliği 2 yıl ileriye taşıyarak, olası sonuçları öngördü.

Sonuçlar: 3 hafta içinde 172 iyileştirme önerisi test edildi, geleceğe dair performans simülasyonları görüldü ve en verimli 10 öneri sonraki 3 haftada üretime entegre edildi. Bu yaklaşım sayesinde kaynak israfı önendi, zaman tasarrufu sağlandı ve verimlilik üst seviyeye taşındı.

Bu vaka bize şunu gösterdi: Tek bir teknolojiyle ilerlemek sınırlı sonuç veriyor; ama farklı teknolojileri aynı platformda birleştirmek çarpan etkisi yaratıyor. Kazanımlar adeta 2-4-8-16 şeklinde katlanarak artıyor.

Gelecek İçin Kaçınılmaz Yönelim

Bundan sonraki dönemde, firmaların iki yönde pozisyon alması kaçınılmaz görünüyor:

1. Outsource iş modeli ile teknoloji üreticileri ve sağlayıcılarından destek almak,
2. Firma içinde operasyonel teknolojiler birimleri kurarak, dışarıdan alınan bu çözümleri yönetmek, yönlendirmek ve stratejik hale getirmek.

Çünkü tek başına teknolojiye sahip olmak yetmiyor; onu entegre edecek, yönetecek ve geliştirecek iç yapının da olması gerekiyor.

Önümüzdeki 10 yıl içerisinde verimlilik artışı, kaynak kullanımının optimizasyonu ve sürdürülebilirlik adına en kritik faktör, bu teknolojilerin bilinçli, çoklu ve uyumlu şekilde uygulanması olacak. Outsource ile uzmanlığı dışarıdan almak mantıklı bir adım olabilir; ancak asıl fark, bu uzmanlığı kendi operasyonel yapınızla ne kadar doğru bir şekilde bütünleştirebildiğinizde gizli.

Sonuçta mesele, “tek bir teknolojiyi kullanmak” değil, farklı teknolojileri bir araya getirerek katlanan bir değer üretmek. Geleceğin kazanan firmaları, bu entegrasyonu en iyi yapanlar olacak.



Arzu KÜLAHCIOĞLU ALTINTOZ
Avukat

Türkiye’de işe yeni başlayan kurumlar vergisi mükelleflerinin sahip oldukları hak ve yerine getirmekle yükümlü oldukları ödevler bulunmaktadır. Mükelleflerin vergiye gönüllü uyumunun artırılmasına yönelik düzenlemeler, elektronik tebligat ve e-belge sistemleri gibi dijitalleşme süreçlerinin etkileri bu yazımızda incelenmektedir. Ayrıca yazımızda, mükellefler için sağlanan vergi avantajları ve uyumsuzluk halinde uygulanacak yaptırımlar da değerlendirilmektedir. Vergi, devletlerin kamu hizmetlerini finanse edebilmesi için en temel gelir kaynağıdır. Bu nedenle mükelleflerin vergi kanunlarına uyum göstermesi, mali disiplin ve ekonomik düzen açısından büyük önem taşır. Türkiye’de işe yeni başlayan kurumlar vergisi mükellefleri için hak ve yükümlülüklerin açıkça belirlenmesi, vergi sistemine güvenin artırılmasında kritik bir rol oynamaktadır.

Mükelleflerin Hakları

Vergi sisteminde mükelleflerin yalnızca yükümlülükleri değil, aynı zamanda çeşitli hakları da vardır. Bunlar arasında pişmanlıkla beyan, cezaların indirilmesi,

uzlaşma, dava açma, tecil ve taksitlendirme, %5 vergi indirimi ve şikâyet yoluyla başvuru gibi mekanizmalar bulunmaktadır. Bu haklar, mükelleflerin idare karşısında korunmasını ve olası uyuşmazlıkların yargıya taşınmadan çözülmesini sağlamaktadır.

Mükelleflerin Ödevleri

Mükelleflerin yükümlülükleri çok boyutludur. Başlıca ödevler şu şekilde özetlenebilir:

*Bildirim Yükümlülüğü; işe başlama, iş bırakma ve adres değişiklikleri gibi durumların süresinde vergi dairesine bildirilmesi zorunludur.

*Defter Tutma ve Belge Düzenleme; Vergi Usul Kanunu çerçevesinde defterlerin beş yıl süreyle saklanması gerekmektedir.

*Elektronik Uygulamalar; E-Fatura, E-Defter, E-Arşiv gibi sistemlere geçiş, mükellefler için zorunlu hale gelmiştir.

*Beyannameler; Kurumlar vergisi, KDV ve Muhtasar beyannameler elektronik ortamda gönderilmelidir.



Ozan KESER
Vergi Başmüfettişi

*Gerçek Faydalanıcı Bildirimi; Şirketleri fiilen kontrol eden kişilerin bildirilmesi zorunludur.

Dijitalleşmenin Rolü

Vergi uygulamalarında dijital dönüşüm, özellikle e-Tebliğat ve Dijital Vergi Dairesi uygulamalarıyla hız kazanmıştır. Bu sistemler, mükelleflerin işlemlerini 7/24 güvenli biçimde yapabilmesine imkan sağlamaktadır. Böylece hem idare için denetim kolaylaşmakta hem de mükelleflerin işlem maliyetleri azalmaktadır.

Vergiye Uyum ve Teşvikler

Vergiye gönüllü uyumun artırılması amacıyla %5 vergi indirimi gibi teşvikler uygulanmaktadır. Ancak bu indirimden yararlanabilmek için mükelleflerin belirlenen koşulları sağlaması gerekmektedir. Bu durum, dürüst mükelleflerin ödüllendirilmesi prensibine dayanmaktadır.

Yaptırımlar

Belge düzenlememek, eksik veya yanıltıcı bildirimlerde bulunmak ya da elektronik belge zorunluluklarına uymamak halinde Vergi Usul Kanunu uyarınca özel usulsüzlük cezaları uygulanmaktadır. Bu cezalar, vergi kayıp ve kaçaklarının önlenmesi amacıyla caydırıcı bir mekanizma işlevi görmektedir. Türkiye’de işe yeni başlayan kurumlar vergisi mükellefleri için getirilen hak ve ödevler, vergiye gönüllü uyumun artırılması ve dijitalleşmenin teşviki açısından büyük önem taşımaktadır. Özellikle elektronik belge ve tebliğat uygulamaları, vergi yönetiminde şeffaflık ve etkinliği artırmaktadır. Bununla birlikte, cezai yaptırımların caydırıcılığı ile teşvik mekanizmalarının dengeli kullanılması, vergi sisteminin adalet ve etkinliğini güçlendirecektir.

OMAD: GÜNDE TEK ÖĞÜN BESLENME MODELİ

İyi Ki KESİAD'ımız Var!



Berna ÇOBAN DİNLER
Diyetisyen



Günümüzde beslenme alışkanlıkları hızla değişiyor. Modern yaşam temposu, yoğun iş hayatı ve sağlıklı yaşama olan ilgi, bireyleri farklı beslenme modellerine yönlendiriyor. Bu modellerden biri de son yıllarda adını sıkça duyduğumuz OMAD (One Meal A Day) yani günde tek öğün beslenme yaklaşımıdır.

Yoğun çalışma temposu ya da yaşam tarzımız sebebiyle yemek süreleri bazen yorucu gelebilir. Böyle durumlarda ise öğün atlamaya veya öğün sayısını düşürmeye çalışabiliriz.

Öğünlerle alakalı yaşanan bu sıkıntı çoğu bireyi aktif yaşamda aralıklı oruç gibi saat aralıkları daha uzun ve öğün sayısı az olan beslenme şekillerine yöneltmektedir.

Aralıklı orucun farklı saat aralıkları ve çeşitleri olmakla birlikte belki de son dönemlerde adını sık sık duymaya başladığımız one meal a day (OMAD) günün yalnızca 1-2 saatlik dar bir zaman diliminde, tüm günlük kalori ve besin ihtiyacının karşılanmasına dayanır. Gün içerisinde ihtiyaç duyulan kaloringin tek seferde alındığı bir beslenme şekli son zamanlarda popüler olmuş durumdadır.

OMAD, kulağa pratik gelse de bu yöntemin avantajları olduğu kadar, göz ardı edilmemesi gereken riskleri de vardır.

- Günün büyük kısmında yemek hazırlığı ve öğün planlaması gerektirmediğinden özellikle yoğun yaşam tarzına sahip bireyler için kolaylık sağlar. Her gün aynı saatlerde yemek yeme zorunluluğu, düzenli bir ritim kazandırabilir.

- 8 haftalık klinik gözlemler, OMAD uygulayan bireylerde yaklaşık %4 oranında kilo kaybı görüldüğünü ortaya koymuştur. Araştırmalar, kısa vadede OMAD'ın insülin duyarlılığını artırabileceğini, yağ kütlesinde azalma sağlayabileceğini ve kan basıncını düşürebileceğini göstermektedir.

- Ancak günlük kalori ve besin öğelerinin tek öğünde karşılanması uzun vadede güçtür. Lif, protein, vitamin ve mineral alımında yetersizlik riski yüksektir. Bazı bireylerde sindirim problemleri, şişkinlik, cilt sorunları ve hormonal dengesizlikler ortaya çıkabilmektedir.

- 6 ay boyunca gözlemlenen deneklerin, 3 öğün yiyen deneklere göre yağ kütlesinde, kortizol konsantrasyonlarında azalma ve açlıklarında, LDL kolesterolde ve kan basıncında önemli bir artış görülmüştür. Çalışmalardan elde edilen sonuçlara göre OMAD diyetini birkaç haftadan daha uzun süre yapmak kalp hastalıkları ve tip-2 diyabet sorunlarını artırmaktadır.

Sonuç olarak sürdürülebilirliği ve kalori ihtiyacını karşılama konusunda zor bir diyet olan OMAD, özellikle fazla kalori alınan dönemlerden sonra kısa süreli bir dengeleme yöntemi olarak fayda sağlayabilir. Ancak uzun vadeli ve sürdürülebilir bir beslenme modeli değildir. Bu nedenle denemeyi düşünen bireylerin mutlaka bir beslenme uzmanı eşliğinde ilerlemesi gerekmektedir.

Beslenmede asıl önemli olan, bireysel ihtiyaçlara uygun, sürdürülebilir ve dengeli bir yaklaşımı benimsemektir.

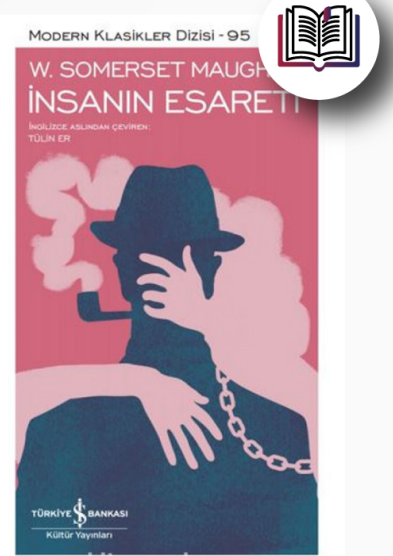


DOKUZUNCU HARİCİYE KOĞUŞU - PEYAMİ SAFA

Peyami Safa'nın Dokuzuncu Hariciye Koğuşu, 15 yaşındaki isimsiz bir gencin bedensel hastalığı, ilk aşk deneyimi ve toplumla çatışmaları üzerinden bireyin iç dünyasını derinlemesine irdeleyen kısa ama yoğun bir romandır. Anlatıcı, dizlerinden süregelen rahatsızlığıyla hastanede ve günlük yaşamda sürekli sınanırken; paşanın kızı Nüzhet'e duyduğu karşılıksız aşk onu hem umutlandırır hem de hayal kırıklığına sürükler. Hastalık, yalnızca fiziksel bir acı değil, aynı zamanda kimlik, özgürlük ve aidiyet arayışının simgesine dönüşür. Safa, bireyin iç gözlemlerini merkeze alarak Türk romanında psikolojik çözümlemeye öncülük eden bir eser ortaya koyar; böylece Dokuzuncu Hariciye Koğuşu, hem gençliğin kırılma anlarını hem de toplumsal baskıların birey üzerindeki ağırlığını güçlü bir dille aktarır.

İNSANIN ESARETİ - W. SOMERSET MAUGHAM

W. Somerset Maugham'ın İnsanın Esareti (Of Human Bondage), doğuştan ayak sakatlığıyla hayata dezavantajlı başlayan Philip Carey'nin çocukluktan yetişkinliğe uzanan serüveninde, özgürlük arayışı ile tutkularının esareti arasında yaşadığı çatışmaları anlatır. Philip'in başarısız aşk ilişkileri, sanat ve meslek seçimleri, dostlukları ve hayal kırıklıkları üzerinden bireyin hayatı anlamlandırma çabası işlenir. Roman, bireyin kendi tutkularına, zaaflarına ve toplumsal baskılara tutsak oluşunu gösterirken; aynı zamanda özgürlüğün, anlamın ve olgunluğun bu çatışmaların içinden çıktığında bulunabileceğini vurgular. Maugham, derin psikolojik çözümlemeler ve realist anlatımıyla bu eseri, modern edebiyatın en güçlü "büyüme romanlarından" biri haline getirmiştir.



GELENEKSEL 6. BÜYÜK EFES BAĞ BOZUMU FESTİVALİ

Türkiye'nin birçok bölgesinden benzersiz şarap bağlarını şarap severlerle buluşturan, bağ bozumu sezonunun kutlandığı festival 6. kez sizlerle! Gustobar iş birliğiyle yemyeşil bahçemizde düzenlenecek festivalde; canlı müzik, workshoplar, taze makarna istasyonu, zengin büfeler ve tadımlar eşliğinde birbirinden keyifli anlar sizi bekliyor.

Yer : Swissotel Büyük Efes

Tarih : 18-19 Ekim 2025

Saat : 16.00

✓ Ucuz ve kaliteli enerji
✓ Çevre ile barışık üretim
✓ Ucuz navlun ve lojistik olanakları

Ekonomi Finans **Gündem** OSB'ler ve Serbest Bölgeler Künye İletişim Foto Galeri

8 Eylül 2025

İzmir İş Dünyası 9 Eylül'ü Kutladı

Gönderen: admin / 0 yorum

İzmir iş dünyası temsilcileri, yayınladıkları birer mesaj ile 9 Eylül İzmir'in Kurtuluş Günü'nü kutladı. Ulu Önder Mustafa Kemal Atatürk ve silah arkadaşlarını saygı, sevgi ve minnetle anan İzmir İş Dünyası, ilk kurşunu atan Hasan Tahsin ile başlayan millî mücadelenin, İzmir'in kurtuluşu ile zafer ile sonuçlandığını belirttiler.

KESİAD Yönetim Kurulu Başkanı Yeşim Işıklı:

"Cumhuriyetin kazanımları korumak borcumuzdur"

Hasan Tahsin'in ilk kurşunuyla başlayan millî mücadele, 9 Eylül'de İzmir'in kurtuluşuyla taçlanmıştır. İzmir, hem kurtuluşun hem de kuruluşun simgesidir. Cumhuriyetin kazanımlarını korumak ve kadınların iş yaşamında daha güçlü var olmasını sağlamak, bu mirasa olan borcumuzdur. 9 Eylül aynı zamanda bir milletin özgürlük tutkusunun da ilanıdır. Ulu Önder Mustafa Kemal Atatürk ve silah arkadaşlarını minnetle anıyor, İzmir'in kurtuluşunu kutluyorum.

Son Yazılar

> İSTANBUL ADANAYI ADANALILAR DA İSTANBULLULARI AĞIRLADI
> EGİKAD 17. Yılı Kutladı
> Run Up Mistral İzmir ikinci kez yapıldı
> Mistral Carrera'ya 3. Expo

8 Eylül 2025

İzmir İş Dünyası 9 Eylül'ü Kutladı

Gönderen: admin / 0 yorum

İzmir iş dünyası temsilcileri, yayınladıkları birer mesaj ile 9 Eylül İzmir'in Kurtuluş Günü'nü kutladı. Ulu Önder Mustafa Kemal Atatürk ve silah arkadaşlarını saygı, sevgi ve minnetle anan İzmir İş Dünyası, ilk kurşunu atan Hasan Tahsin ile başlayan millî mücadelenin, İzmir'in kurtuluşu ile zaferle ulaştığını belirttiler.

KESİAD Yönetim Kurulu Başkanı Yeşim Işıklı:

"Cumhuriyetin kazanımları korumak borcumuzdur"

Hasan Tahsin'in ilk kurşunuyla başlayan millî mücadele, 9 Eylül'de İzmir'in kurtuluşuyla taçlanmıştır. İzmir, hem kurtuluşun hem de kuruluşun simgesidir. Cumhuriyetin kazanımlarını korumak ve kadınların iş yaşamında daha güçlü var olmasını sağlamak, bu mirasa olan borcumuzdur. 9 Eylül aynı zamanda bir milletin özgürlük tutkusunun da ilanıdır. Ulu Önder Mustafa Kemal Atatürk ve silah arkadaşlarını minnetle anıyor, İzmir'in kurtuluşunu kutluyorum.

GÖZLEM

EKONOMİ VE POLİTİKAYA
YÖN VERENLERİN GAZETESİ

DOLAR 41.57 ₺ -48.68 ₺ GBP 55.74 ₺ 3PY 27.830

İzmir 19°

Haberlerde ara...

EKONOMİ YAŞAM SPOR POLİTİKA GÜNCEL YEREL KÜLTÜR SANAT SAĞLIK İŞ DÜNYASI DÜNYA GÖZLEM'DEN ÖZEL HABERLER

Ana Sayfa > İş Dünyası > İzmir İş Dünyası 9 Eylül'ü Kutladı

İzmir İş Dünyası 9 Eylül'ü Kutladı

8 Eylül 2025, 22:03 Gözlem Gazetesi

A Yazı Ayrılan

Okuma Süresi: 15 Dakika
Toplam Okunma: 1770

İzmir iş dünyası temsilcileri, yayınladıkları birer mesaj ile 9 Eylül İzmir'in Kurtuluş Günü'nü kutladı.



Paylaş:

KESİAD Yönetim Kurulu Başkanı Yeşim Işıklı:

"Cumhuriyetin kazanımları korumak borcumuzdur"

Hasan Tahsin'in ilk kurşunuyla başlayan millî mücadele, 9 Eylül'de İzmir'in kurtuluşuyla taçlanmıştır. İzmir, hem kurtuluşun hem de kuruluşun simgesidir. Cumhuriyetin kazanımlarını korumak ve kadınların iş yaşamında daha güçlü var olmasını sağlamak, bu mirasa olan borcumuzdur. 9 Eylül aynı zamanda bir milletin özgürlük tutkusunun da ilanıdır. Ulu Önder Mustafa Kemal Atatürk ve silah arkadaşlarını minnetle anıyor, İzmir'in kurtuluşunu kutluyorum.

GÜNDEM SİYASET EKONOMİ SPOR İZMİR SAĞLIK DÜNYA NERDEYSE GÖRÜŞME BİREKLERİ

Ana Sayfa > Ekonomi

İzmir İş Dünyası 9 Eylül'ü kutladı

İzmir iş dünyası temsilcileri, yayınladıkları birer mesaj ile 9 Eylül İzmir'in Kurtuluş Günü'nü kutladı. Ulu Önder Mustafa Kemal Atatürk ve silah arkadaşlarını saygı, sevgi ve minnetle anan İzmir İş Dünyası, ilk kurşunu atan Hasan Tahsin ile başlayan millî mücadelenin, İzmir'in kurtuluşu ile zafer ile sonuçlandığını belirttiler.

Oluşturulma Tarihi: 08.09.2025 16:27 Güncellenme Tarihi: 08.09.2025 16:27 Kaynak: BÜLTEN

İzmir iş dünyası temsilcileri, 9 Eylül İzmir'in Kurtuluş Günü vesilesiyle yayınladıkları mesajlarla şehri ve ulusun bağımsızlık mücadelesini kutladılar. Ulu Önder Mustafa Kemal Atatürk ve silah arkadaşlarına duyulan minnetle İzmir İş Dünyası, İzmir'in kurtuluşunun sadece bu şehri değil, tüm ülkeyi özgürlük kavuşurken yolunda bir dönüm noktası olduğunu vurguladılar.

KESİAD Yönetim Kurulu Başkanı Yeşim Işıklı: Cumhuriyetin kazanımları korumak borcumuzdur

Hasan Tahsin'in ilk kurşunuyla başlayan millî mücadele, 9 Eylül'de İzmir'in kurtuluşuyla taçlanmıştır. İzmir, hem kurtuluşun hem de kuruluşun simgesidir. Cumhuriyetin kazanımlarını korumak ve kadınların iş yaşamında daha güçlü var olmasını sağlamak, bu mirasa olan borcumuzdur. 9 Eylül aynı zamanda bir milletin özgürlük tutkusunun da ilanıdır. Ulu Önder Mustafa Kemal Atatürk ve silah arkadaşlarını minnetle anıyor, İzmir'in kurtuluşunu kutluyorum.

GÜNDEM EKONOMİ SİYASET SAĞLIK HABAİN SPOR KÜLTÜR-SANAT BİLİM VE TEKNOLOJİ

Haberler > Genel > İzmir İş Dünyası 9 Eylül'ü Kutladı

Yayınlanma: 09 Eylül 2025 - 12:49

İzmir İş Dünyası 9 Eylül'ü Kutladı

SON HABERLER

Folkart, "Yıldırım Aras" serisine başlıyor
Süper Loto'da 6 milyar bir tahvil büyük heyecan...
"Ulu Baş Yolu"nu dünyadaki herkes tanımalı
Sahiplerinde Ata Ekmekçi ve Armut Şenliği
Kamalgazda yollarlar hız kesiyor

EGEMENLİK - İzmir iş dünyası temsilcileri, yayınladıkları birer mesaj ile 9 Eylül İzmir'in Kurtuluş Günü'nü kutladı. Ulu Önder Mustafa Kemal Atatürk ve silah arkadaşlarını saygı, sevgi ve minnetle anan İzmir İş Dünyası, ilk kurşunu atan Hasan Tahsin ile başlayan millî mücadelenin, İzmir'in kurtuluşu ile zafer ile sonuçlandığını belirttiler.

KESİAD Yönetim Kurulu Başkanı Yeşim Işıklı:

"Cumhuriyetin kazanımları korumak borcumuzdur"

Hasan Tahsin'in ilk kurşunuyla başlayan millî mücadele, 9 Eylül'de İzmir'in kurtuluşuyla taçlanmıştır. İzmir, hem kurtuluşun hem de kuruluşun simgesidir. Cumhuriyetin kazanımlarını korumak ve kadınların iş yaşamında daha güçlü var olmasını sağlamak, bu mirasa olan borcumuzdur. 9 Eylül aynı zamanda bir milletin özgürlük tutkusunun da ilanıdır. Ulu Önder Mustafa Kemal Atatürk ve silah arkadaşlarını minnetle anıyor, İzmir'in kurtuluşunu kutluyorum.

İŞ DÜNYASI YAŞAM GÜNDEM SİYASET SPOR SAĞLIK YEREL DİĞER

Şehitlik Grub'un Yangın Açıklaması Başkan İlgiden: "Samimiyetimizle Herkesi... Erzurum Gazeteciler Cemiyeti'nden İK

Ana Sayfa > Gündem > İzmir İş Dünyası 9 Eylül'ü Kutladı

İzmir İş Dünyası 9 Eylül'ü Kutladı

İzmir iş dünyası temsilcileri, yayınladıkları birer mesaj ile 9 Eylül İzmir'in Kurtuluş Günü'nü kutladı. Ulu Önder Mustafa Kemal Atatürk ve silah arkadaşlarını saygı, sevgi ve minnetle anan İzmir İş Dünyası, ilk kurşunu atan Hasan Tahsin ile başlayan millî mücadelenin, İzmir'in kurtuluşu ile zaferle ulaştığını belirttiler.

Yayınlanma: 08.09.2025 15:04 Güncellenme: 08.09.2025 15:04 Google News

KESİAD Yönetim Kurulu Başkanı Yeşim Işıklı:

"Cumhuriyetin kazanımları korumak borcumuzdur"

Hasan Tahsin'in ilk kurşunuyla başlayan millî mücadele, 9 Eylül'de İzmir'in kurtuluşuyla taçlanmıştır. İzmir, hem kurtuluşun hem de kuruluşun simgesidir. Cumhuriyetin kazanımlarını korumak ve kadınların iş yaşamında daha güçlü var olmasını sağlamak, bu mirasa olan borcumuzdur. 9 Eylül aynı zamanda bir milletin özgürlük tutkusunun da ilanıdır. Ulu Önder Mustafa Kemal Atatürk ve silah arkadaşlarını minnetle anıyor, İzmir'in kurtuluşunu kutluyorum.



CUMHURİYET BALOSU'NA

Davetlisiniz

Cumhuriyetimizin coşkusunu birlikte yaşamak için sizi de aramızda görmekten onur duyarız.

Yeşim IŞIKLI

KESİAD Yönetim Kurulu Başkanı



25 Ekim 2025
Cumartesi/19.30



La Vie Nouvelle

Kıyafet Kodu: Koyu renk elbise

Cumhuriyetimizin 102. yılını coşku, gurur ve birlik duygusuyla kutlamak için KESİAD Cumhuriyet Balosu'na davetlisiniz. Atalarımızın bize emanet ettiği bu eşsiz mirası yaşatmak, Cumhuriyetimizin ışığını gelecek nesillere aktarmak için aynı sofrada, aynı heyecanla bir araya geliyoruz.

Kıyafet Kodu: Koyu renk elbise

Tarih: 25 Ekim 2025 Cumartesi **Saat:** 19.30

Adres: La Vie Nouvelle

Etkinliğimiz yemeklidir.



**Dubai'de Gayrimenkul
ve Yatırım Fırsatları**



KEMALPAŞA SANAYİCİ VE
İŞ İNSANLARI DERNEĞİ

KAHVALTI ETKİNLİĞİNE Davetlisiniz



Yer: Ramada Otel - Kemalpaşa / İZMİR
Saat: 09.00

Ayrıntılı Bilgi İçin 
0232 877 07 27

Web Sitemizi Ziyaret Edin 
kesiad.org

E-posta Ulaşımı İçin 
kesiad@kesiad.org

Katılım sınırlıdır. Link üzerinden kayıt oluşturunuzı önemle rica ederiz.

"Mansions & Homes" Sponsorluğunda Gerçekleşecek Olan Geleneksel Kahvaltı Etkinliğinde Sizleri Aramızda Görmekten Mutluluk Duyarız.

Tarih: 16 Ekim 2025 Perşembe **Saat:** 09.00

Adres: Ramada Otel - Kemalpaşa / İzmir

ZUBEYDE HANIM
EĞİTİM KURUMLARI
ANAKULU / SINIF / BEYKULU / KURULU YERLERİ

İNSANLIK SANATI

Duygu Eğitimi Düşünce Eğitimi Davranış Eğitimi

İYİ OKUL, İYİ İNSAN, İYİ TOPLUM
DEĞERLERİMİZLE BÜYÜYORUZ



ZUBEYDE HANIM ÇİÇEKLİKÖY

Matematik Sanat Felsefe Köyü

ZUBEYDE HANIM
EĞİTİM KURUMLARI



0232 332 1881 info@zubeydehanim.com.tr

ZUBEYDE HANIM
EĞİTİM KURUMLARI
SINIFKULU / SINIFKULU / OKULKULU / SINIFKULU / SINIFKULU

Tüm Yıl

"SINIRSIZ KAYNAK"

İLE EĞİTİMDE HEP BİR ADIM ÖNDE!



ZUBEYDE HANIM
EĞİTİM KURUMLARI

ÇİFT

ÖĞRETMENLE
DİLDE EĞİTİM
KAT GELİŞİM

Ana Sınıfı 1. Sınıf 2. Sınıf 3. Sınıf

İngilizce Konuşan Kampüs

Bilingual Education
Bright Generation

BEBG Modeli ile
Çift Dilli Eğitime
Yeni Bir Bakış!

0232 332 1881 info@zubeydehanim.com.tr

Buca Kampüsü Çeşmelik Kampüsü Buca Merkez Anaokulu Tınaztepe Anaokulu



İlker
AKÇAY



KESİAD ÜYELERİNE ÖZEL

(Aileler Dahil)

Özel Sağlık, Tamamlayıcı Sağlık veya Kasko Poliçelerinde
poliçe tutarlarının % 5'i kadar **Migros Hediye Çeki Fırsatı!**



Şirket çalışanlarına bireysel ya da aile sağlık poliçelerinde Migros Hediye çeki verilecektir.

Prim tutarı 10.000-29.999₺'ye kadar 1.000₺ Hediye Çeki Fırsatı!

30.000₺ ve üzeri poliçelerde 2.000₺ Hediye Çeki Fırsatı!

Kampanya Allianz'dan tanzim edilecek yeni poliçelerde geçerli olacaktır.

Endüstriyel üretim konusunda;

-inşaat all risk poliçelerinde üyelere **%15 indirim** uygulanacaktır.
(sigorta şirketi fark etmeksizin)

-İşyeri ve fabrika poliçelerinde Allianz poliçelerinde **% 5 indirim** uygulanacaktır.
(yangın poliçelerinde)

-Üyelerin şirket çalışanlarına yönelik grup tamamlayıcı ve özel sağlık sigortalarında,
kişi sayısına bağlı olarak **%5 ila %25 oranında indirim uygulanacaktır.**

İLETİŞİM: İlker AKÇAY 0505 828 68 05

akcaysigorta.ilkerakcay

ilkerakcay.com

273/3 Sokak No:4C Mansuroğlu Mh. Bayraklı/İzmir

ilkerakcay20@gmail.com



Batı Optik Olarak KESİAD Üyelerine ve 1. Derece Yakınlarına Uygulayacağımız İndirim Oranları

- GÜNEŞ GÖZLÜKLERİNDE **NET %20 + %10**, OPTİK ÇERÇEVEDE **NET %20 + %10**,
- OPTİK CAMLARDA **NET %50** VE KONTAKT LENSTE **%15 İNDİRİM** UYGULANACAKTIR.

*Mağazalarımız Dünyanın En İyi İki Cam Üreticisi Essilor ve Zeiss Camlarının Yetkili Bayisidir.

*Ürünlerimiz %100 Orjinal ve Garanti Belgesi İle Verilmektedir.

*Bu indirim Kendisi ve 1. Derece Yakınları İçin Geçerlidir.

NOT: BATI OPTİK TARAFINDAN YAPILAN DİĞER KAMPANYALARLA BİRLEŞTİRİLEMEZ.



BATI OPTİK İLETİŞİM

MERKEZ ŞUBE: İNÖNÜ CADDESİ NO:773 DENİZMEN / POLİGON-İZMİR TEL: 0232 285 1 444

BORNOVA ŞUBE: MUSTAFA KEMAL CADDESİ NO:73/A BORNOVA-İZMİR TEL: 0232 343 77 55

ÜÇYOL ŞUBE: HALİDE EDİP ADIVAR CADDESİ NO:51 EGEPOL HAST. KARŞISI ÜÇYOL-İZMİR TEL: 0232 256 66 65

UŞAK ŞUBE: FESTİVA AVİM TEL: 0276 231 69 63

AYVALIK ŞUBE: KIRLANGIÇ AVİM TEL: 0266 5025820

www.batiopatik.com.tr

f batiopatik



ISO KALİTE BELGELERİ

Detaylı Bilgi İçin



0(507) 871 43 56 - 0(552) 205 19 11



www.baranbelgelendirme.com





GALERİCİLİK BELGESİ

**GALERİCİLİK BELGESİ İÇİN LİSE
MEZUNİYETİ ŞARTI 1.03.2025 TARİHİNE
KADAR KALDIRILDI.**

Bu durumda olan adaylar belge başvurusu
yapabilir.

Bu süreden önce başvuru yapanlar, gerekli
belgeleri tamamlayarak galericilik **MYK**
mesleki yeterlilik seviye 5 sertifikasını
alabilirler.

Detaylı Bilgi İçin



0(507) 871 43 56

0552 205 1911



www.baranbelgelendirme.com



KESİAD ÜYELERİNE ÖZEL

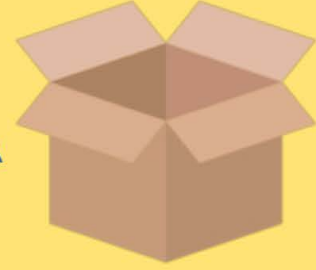
İyi Ki KESİAD'ımız Var!

KESİAD ÜYELERİNE ÖZEL

2,60 €/KG AVRUPA

EKONOMİ SERVİS

30 KG ÜSTÜ GÖNDERİLERDE BAŞLANGIÇ FİYATI
BEYANNAME AÇMAYA GEREK YOK, MİKRO İHRACATA UYGUN



NAQEL EXPRESS İLE

3,5 €/KG ORTADOĞU

EKONOMİ SERVİS

30 KG ÜSTÜ GÖNDERİLERDE BAŞLANGIÇ FİYATI (UAE-SA-QATAR...)
BEYANNAME AÇMAYA GEREK YOK, MİKRO İHRACATA UYGUN



AMERİKA ÖZEL FİYATLAR

SPECIAL OFFER FOR USA

Koli Ölçüsü Box Dimensions	Amerika USA
40x60x40 (20 Kg)	€ 130
80x50x20 (16 kg)	€ 110
80x50x30 (24 kg)	€ 145
80x50x40 (32 kg)	€ 190
80x50x50 (40 kg)	€ 240
20x70x70 (20 kg)	€ 130

www.postexpres.com
info@postexpres.com
sales@postexpres.com



Tel : +90 850 305 26 50
WP : +90 850 305 26 50
GSM : +90 544 674 80 18

" KESİAD ÜYELERİNE ÖZEL TANIŞMA FIRSATI !"

İşinizi büyütmenin sırrı, sofranızın bereketinde!
KESİAD üyelerine özel bu fırsatı kaçırmayın!



TABSAN
Tabldot Sanayi

Oliverta
Grup

☎ 0533 816 49 96

(!) Kampanyamız stoklarla sınırlıdır.

" GELİN TANIŞ OLALIM !"



KESİAD'A ÖZEL BU FIRSAT KAÇMAZ:
178 TL + KDV yerine 140 TL + KDV



(!) Kampanyamız stoklarla sınırlıdır.

TABSAN
Tabldot Sanayi

Oliverta
Grup

☎ 0533 816 49 96



KidzOne Kemalpaşa'dan KESİAD ÜYE FİRMA ÇALIŞANLARINA ÖZEL **%15 İNDİRİM**



**TÜRKİYE'NİN İLK
GELİŞİMSEL OYUN VE
DANIŞMANLIK MERKEZİ
KEMALPAŞA KIDZONE**

- HAREKET VE DUYU
BÜTÜNLEME
- İŞİTSEL ALGI OYUNLARI
- DUYUSAL OYUNLAR
- EBEVEYN AKADEMİSİ
- DOĞUM GÜNÜ
ETKİNLİKLERİ
- PSİKOLOG DESTEKLİ OYUN
TAKİP RAPORU



Baby One
6-12 Ay



Kidz
One 24-
30 Ay



Tiny One
18-24 Ay



Music-Gym-Art
5-10 yaş



Kidz One
30-36 Ay



Kidz Academy
3-5 Yaş



Tiny
One 12-
18 Ay

KidzOne Kemalpaşa
0543 257 0 525 - izmirkemalpaşa@kidzone.com.tr
Şehit Er İsa Türkmen Cad. Sekiz Eylül Mah. No:17 Kemalpaşa/İzmir



Kampanya 01.11.2025 tarihine kadar KidzOne Kemalpaşa Merkezimizde geçerlidir.

KESİAD Üyelerine Özel,

Fitness Üyelik
Masaj Hizmetleri
Günübirlik Tesis
Kullanımlarında
%20 indirim



RAMADA
HOTEL & SUITES BY WYNDHAM
KEMALPASA İZMİR





ÜRETEEN KEMALPAŞA BÜYÜYEN EKONOMİ

BİZE ULAŞIN



0232 877 07 27



kesiad@kesiad.org



kesiad.org



Ulucak İstiklal Mah. 9218 Sok. No:14/3 Kemalpaşa/İzmir