KİPAŞ'TAN

MAYIS 2020 SAYISI

Hüzünle Değil, sevinçle, kardeşçe, kutlayacağımız

- NİCE MUTLU BAYRAMLARA -



RAMAZAN BAYRAMIMIZ *Mübarek Olsun!*



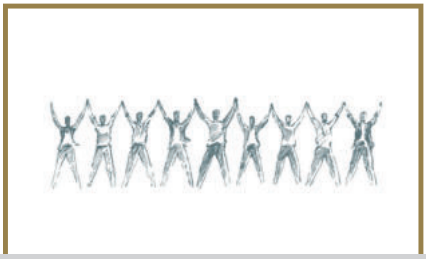
ÜLKEMİZE ENERJİ VERİYORUZ

Grubumuza bağlı Maren Jeotermal Enerji Santrali ve KEN Kipaş Elektrik Üretim A.Ş Türkiye'de Jeotermal üretim yapan şirketler arasında toplam 199 MW üretim kapasitesiyle listede ilk 3'te yer aldı.



SAĞLIK ÇALIŞANLARINA DESTEK

Tekstil alanında ileri teknoloji kullanımı ve uzman kadrosu ile dünyanın önde gelen firmalarına iplik, kumaş ve konfeksiyon ürünleri tedarik eden Kipaş Tekstil işletmemiz de 5 bin koruyucu tulum ve bot üretimi için diğer tekstil firmalarına destek oldu.



TAKIM RUHU

İyi bir takım sadece iyi oyuncularla değil, onları birbirine bağlayan görünmez bağlarla oluşur. Bir takımda bu kimyayı yakalamak için, oyuncuları heyecanlandıran bir amaç birliğine ihtiyaç vardır. Bu amaç birliğini yakalamış, uyumla hareket eden takımlar, bütün imkânsızlıklara rağmen başarırlar.

KAHRAMAN ASLANLARIMIZA TEŞEKKÜRLER,

Tüm dünyayı etkisi altına alan ve pandemi haline gelen Koronavirüs küresel tehdidine karşı devletimizin tüm kurum ve kuruluşları başta olmak üzere, sağlık çalışanlarımız, özel sektör, sivil toplum kuruluşları, basın mensupları ve vatandaşlarımız topyekûn bir mücadele ruhuyla hareket etmektedir.

Kipaş Holding, kurulduğu 1984 yılından bugüne kadar insan odaklı yönetim anlayışıyla, faaliyet gösterdiği tekstil, çimento, enerji, eğitim ve kâğıt sektörlerindeki başarılarıyla Türkiye ekonomisine katkı sağlamayı öncelikli görev edinmiştir.

Bazılarımız evinde bilgisayar karşısında, bazılarımız direksiyon başında, bazılarımız ise üretim tesislerimizin sürekliliğini ve ülke ekonomimizin ihtiyaçlarını karşılamak için gece gündüz, tam bir takım ruhuyla ve omuz omuza görev bilinciyle mücadele vermekte.

Bu vesileyle; çalışanlarımızın emeklerinin her zamankinden daha kıymetli hale geldiğini biliyor, faaliyetlerimizin sürdürülmesinde gösterdikleri takdire şayan fedakârlıkları ve kahramanlıkları için tüm **KİPAŞ**'lılara yürekten teşekkür ediyoruz.

Kipaş Holding Yönetim Kurulu





KİPAŞ HOLDİNG
www.kipas.com.tr

ÜLKEMİZE ENERJİ VERİYORUZ

Uluslararası danışmanlık şirketi Kearney ile enerji sektörünün önde gelen haber ve bilgi kaynağı Enerji Günlüğü tarafından hazırlanan MW100 Türkiye araştırması raporu açıklandı.

Uluslararası danışmanlık şirketi Kearney ile enerji sektörünün önde gelen haber ve bilgi kaynağı Enerji Günlüğü tarafından hazırlanan MW100 Türkiye araştırması raporu sonuçlarına göre grubumuza bağlı Maren Jeotermal Enerji Santrali ve KEN Kipaş Elektrik Üretim A.Ş Türkiye'de Jeotermal üretim yapan şirketler arasında toplam 199 MW üretim kapasitesiyle listede ilk 3'te yer aldı.

Kipaş Grubumuz tarafından konuyla ilgili yapılan açıklamada:

Ülkemizin en zor günlerinde bile çalışmaya ve üretmeye önem veriyoruz. Ülkemizin bu zor günlerinde ülkemiz ekonomisine sağladığımız en küçük katkının bile büyük değer taşıdığı inancındayız.

Ülkemizin enerji ihtiyacını karşılarken doğaya ve çevreye zararı olmayan yenilenebilir enerji üretimlerini tercih ediyoruz. Jeotermal enerjinin; yenilenebilir, sürdürülebilir, tükenmez bir enerji kaynağı olması; Türkiye gibi jeotermal enerji açısından şanslı ülkeler için bir öz kaynak teşkil etmesi; temiz ve çevre dostu olması; yanma teknolojisi kullanılmadığı için sıfıra yakın emisyona sebebiyet vermesi; konutlarda, tarımda, endüstride, sera ısıtmasında ve benzeri alanlarda çok amaçlı ısıtma uygulamaları için kullanabilmesi gibi birçok avantajı mevcut. Bizde bu bilinçle hareket ediyoruz ve ülkemize katkı sağlamaya devam ediyoruz. " ifadeleri kullanıldı.



MAREN / Aydın Germencik



Sağlık Çalışanlarına 5 Bin Bot ve Tulum

Türkiye'de ilk Korona Virüs vakası 10 Mart tarihinde tespit edildi ve sağlık çalışanları o günden sonra izinsiz çalışmaya başladı. Hatta hastanede Korona Virüs bulaşma ihtimali yüzünden evlerine dahi gitmeden global salgın ile mücadele ediyorlar. Kahramanmaraş iş dünyası da büyük bir özveri ile gece gündüz çalışan sağlık personellerimiz için harekete geçti.

Kahramanmaraş Ticaret ve Sanayi Odası (KMTSO) koordinasyonunda, tekstil sektöründe faaliyet gösteren firmaların iş birliği ile sağlık çalışanlarımız için bot ve tulum fabrikalarda üretilmeye başlandı. Tekstil alanında ileri teknoloji kullanımı ve uzman kadrosu ile dünyanın önde gelen firmalarına iplik, kumaş ve konfeksiyon ürünleri tedarik eden Kipaş Tekstil İşletmemiz de 5 bin koruyucu tulum ve bot üretimi için diğer tekstil firmalarına destek oldu. Sağlık çalışanlarımız için üretilen 5 bin adet bot ve tulum Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Uygulama ve Araştırma Hastanesi'ne hibe edildi.

Kipaş Grup ve grubumuza bağlı işletmelerimizle tüm dünyayı saran sosyal ve ekonomik hayatı durma noktasına getiren salgın ile topyekûn mücadele etmeye, ülkemizin ve çalışanlarımızın yanında olmaya devam edeceğiz.



Acil Destek Hattı Oluşturduk

Kipaş Grup bünyesinde tüm şirketlerimizde çalışan personellerimize salgın süresince 7 gün 24 saat destek olabilmek için Acil Destek Hattı oluşturduk.

Korona Virüs önlemleri kapsamında ilk günden bu yana tedbiri elinden bırakmayan şirketimiz, salgınla mücadelede personellerinin yanında yer almaya devam ediyor. Önce Sağlık sloganımız ile başlattığımız Korona Virüs önlemleri kapsamında çalışanlarımızın sağlığı için almış olduğumuz tedbirleri en güvenli şekilde sürdürmeye devam ediyoruz. Sağlık Birimimiz tarafından oluşturulan ve 7 gün 24 saat hizmet verecek olan Acil Destek Hattı ile salgın süresince personellerimiz tarafından yöneltilen sorulara uzman sağlık personellerimiz yanıt verecektir. Personellerimizin hizmetine sunulan Acil Destek Hattı ile bilgi kirliliğinin önüne geçerek doğru bilgileri onlarla paylaşmaya devam edeceğiz.



Zoom Programı Nedir? Zoom Meeting Nasıl Kullanılır?

Korona Virüs salgını karşısında alınan önlemler çerçevesinde pek çok iş yeri evden çalışma sistemine geçti. İş yerinde çalışmaya devam eden ve sosyal mesafe kurallarına dikkat eden iş yerleri ve çalışma yaşamını evden sürdürürken iş arkadaşlarıyla toplantı yapmak, online eğitim ve sunumlara katılarak bağlantıda olmaya devam etmek için kullanılan en yaygın uygulamalardan Zoom hakkında bilmek istedikleriniz yazımızda.

Zoom Cloud Meeting nedir?

Zoom, bulut teknolojisini kullanarak hizmet veren ve kullanıma sunulduğu 2011 yılından beri oldukça yaygın olarak kullanılan bir video konferans aracıdır. Kullanıcılarının sesli ve görüntülü haberleşmesine imkân veren benzeri programlar arasında son zamanların en fazla tercih edilen uygulaması olarak dikkat çeken Zoom'un dünyanın her yerinden 2 milyonu aşkın kullanıcısı bulunmaktadır.

Zoom cloud meeting, Zoom programı kullanılarak yapılan video konferans görüşmesi anlamına gelir. Katılımcıların Zoom hesabı olmadan da görüşmelere katılmasına imkân veren program, yalnız şirket içi değil, müşteri ya da çalışan adaylarıyla yapılacak görüşmeler için de kullanıma uygun, pratik bir araç olarak değerlendirilmektedir. Zoom kullanılarak yapılan bir toplantıya telefonla bağlanmak da mümkündür.

Zoom programını kullanmak için uygulamayı indirmenize gerek bulunmaz, size iletilen linke tıklamak bağlantı kurmanız için yeterlidir. Yine de uygulamayı görüşmede kullanacağınız cihaza indirmeniz işinizi kolaylaştıracaktır. Zoom programı indirmek; Mac ya da PC için Zoom'u sık olarak kullanıyorsanız cihazınıza indirmeniz daha pratik olacaktır. Zoom'u hem bilgisayarınıza hem de akıllı telefon veya tabletinize yükleyebilirsiniz. Dosyayı bilgisayarınıza indirip çalıştırmalısınız, kısa sürede kurulum süreci tamamlanacaktır.

Bilgisayarınıza yüklemek için "Zoom Client for Meetings", akıllı telefon ya da tabletiniz için sayfanın aşağısına inip "Zoom Mobile Apps" başlığının altındaki butonları kullanmalısınız.

Zoom nasıl kullanılır?

Şirketler görüşmelerde herhangi bir kişi ya da süre kısıtlamasına maruz kalmamak için Zoom'un ücretli paketlerini kullanmaktadır. Ancak paralı üyelik kullanmadan ya da programı bilgisayarınıza kurmadan, sizinle paylaşılan link aracılığıyla görüşme yapabilmeniz mümkündür. Sunum, eğitim takibi gibi amaçlarla düzenlenmiş Zoom toplantılarına dinleyici olarak katıldıysanız mikrofonunuzun kapalı olmasını tercih ediniz. Sorularınızı görüşme ekranının alt sırasında bulunan"chat" butonuna tıklayarak iletebilirsiniz.

Zoom toplantısı nasıl yapılır?

Bir Zoom toplantısına katılmak için ilk olarak size gönderilen davet bağlantısına tıklamalısınız. Bu bağlantıya gittiğinizde karşınıza iki seçenek çıkar; Zoom uygulamasını ücretsiz olarak sisteminize yükleyebilir ya da programı yüklemeden "launch" seçeneğinden toplantıya katılabilirsiniz.
Zoom uygulamasını bilgisayarınıza kurup mail hesabınızla oturum açtığınızda davet edildiğiniz toplantıları görebileceğiniz bir sekme bulunur. Bu sekmeyi kullanarak da toplantılara katılabilirsiniz.



- Bir Zoom toplantısı düzenlemek için izlemeniz gereken adımlar
- "Schedule a New Meeting" butonuna tıklayın.
- Toplantının konusunu (Topic), başlangıç zamanını ve ne kadar süreceğini belirtin.
- Eğer düzenli bir toplantı olacaksa "Recurring Meeting" kutusunu seçin. Ne sıklıkta tekrar edeceğini açılacak yeni pencereden seçin.
- Kullanmayı tercih ettiğiniz bir takvim uygulaması varsa işaretleyin.
- Bütün ayarlarınızı yaptıktan sonra "Schedule" butonuna tıklarsanız toplantınız oluşturulur.
- "Copy the invitation" bölümünden çıkan bağlantıyı dilediğiniz katılımcılarla paylaşmanız halinde belirlediğiniz saatte Zoom görüşmenize katılabilirler.

İleri bir tarih yerine hemen bir Zoom görüşmesi başlatmak için uygulamanın giriş sayfasında yer alan **"New Meeting"** butonuna tıklamalısınız. Karşınıza çıkan pencerenin altındaki **"Invite"** butonunu seçmelisiniz. Bundan sonra açılan yeni pencereden ister link paylaşarak ister mail yoluyla görüşme davetinizi yollayabilirsiniz



Melek ERTÖRER ŞİMŞEK
Boya Terbiye Grup Müdürü

KENDİ HİJYEN ÜRÜNLERİMİZİ ÜRETİYORUZ

Tüm dünyayı etkisi altına alan ve pandemi ilan edilmesine sebep olan Covid-19 vakasının Türkiye'de ortaya çıkması 11 Mart'tır.

İlk vakanın ülkemizde görülmesi üzerine alınacak tedbirler içerisinde kişisel hijyenin ön plana çıkması ile Sağlık Bakanımız Sayın Fahrettin Koca ve tüm sağlık kuruluşlarından gerekli bilgilendirilmeler ve uyarılar yapılmıştır.

Boya Terbiye İşletmesi olarak Kipaş ailesinin bu zorlu süreçten en az zarar ile sıyrılabilmesi için ne yapabileceğimizi düşündük. Tüm Türkiye'de dezenfektan taleplerinin artması ile tedarik sorunu ve fiyat artışları baş gösterdi. Çalışanlarımızın kişisel hijyen ve temizliğini düşünerek mühendislik bilgisi ve iş tecrübelerimizi de kullanarak başlangıç olarak (19 Mart) ilk el dezenfektanımızı ürettik.

İnsan sağlığı ile ilgili olduğundan riskli olan bu üretimimizi, Sağlık Müdürümüz Sayın Demirhan Öksüz Bey'in de onayı ve teşviği ile el dezenfektanı ve akabinde çalışma alanlarımız ve toplu kullanım yerleri için ortam dezenfektanımızı üretmeye başladık.

Bizim bu çalışmaları yapmamızdaki temel amaç devletimize bir nebze yardımcı olup, Kipaş Grup'a bağlı tüm işletmelerde öncelikli olarak çalışanlarımızın sağlığını ön planda tutarak, Kipaş'ın ekonomisine katkıda bulunmak adına kendi hijyen ürünlerimizi üretmekti.

Yine sağlık birimimiz ile ortak çalışarak el ve ortam dezenfektanı ile yetinmeyip yine kişisel temizlik için bol köpüklü sıvı sabun ve koruyucu yüz maskelerimizi yaptık. Bu süreç içerisinde 3000 lt el dezenfektanı, 66.000 lt ortam dezenfektanı ve 1000 kg sıvı sabun ürettik. Sağlık birimimizin talebi doğrultusunda üretmeye devam etmekteyiz.

Yaptığımız bu çalışmalar doğrultusunda, bunları başarmanın gururu içerisinde olup emeği geçen herkese teşekkür ederiz.

Temennimiz o ki ülkemiz bu zorlu süreçten bir an önce kurtulur ve bizler Kipaş Ailesi olarak eski sağlıklı günlerimize döneriz.





Sinem ŞAKALAR
İSG Grup Müdür Yardımcısı ve
Yemekhane Operasyon Müdürü

Çin'in Wuhan kentinde ortaya çıkan ve ülkemizi de etkileyen Korona Virüs ile ilgili şirketimizin İSG kapsamında almış olduğu önlemlerden kısaca bahseder misiniz?

Öncelikle İSG Grup Müdürümüz Dr. Demirhan ÖKSÜZ tarafından Kipaş Grup ve grubumuza bağlı işletmelerimizde sağlıklı ve güvenli çalışma ortamının oluşturulup sürdürülmesi ve COVİD-19 bulaşma riskinin azaltılması amacıyla bilgilendirme toplantısı gerçekleştirildi.

Ayrıca Yönetim Kurulu Üyemiz Hikmet Gümüşer başkanlığında kurulan Acil Eylem Kurulu'nun kararıyla yapılması istenen önlemler İSG birimimizce titizlikle sürdürülmekte ve denetlenmektedir.

Personellerimizin güvenli ve rahat ulaşımı için şirketimiz tarafından tedarik edilen servislerimiz her vardiyada dezenfekte edilmekte olup her araç için el dezenfektanı verilmektedir. Ayrıca servis araçlarında bulanan TV ekranlarında Sağlık Bakanlığı COVİD-19 bilgilendirme videoları yayımlanmakta ve personellerimizin sosyal mesafeyi koruyarak servise biniş – inişleri için bilgi verilmektedir.

Tüm işletmelerimizin ana giriş kapılarında temassız ateş ölçer bulunmakta olup Mensucat ana giriş kapısında ise termal kamera ile çalışanlarımızın vücut ısı ölçümleri yapılarak girişleri sağlanmaktadır. Ateşi yüksek bulunan çalışanlarımız sağlık birimlerimizdeki doktorlarımız tarafından muayene edilmekte bir sorun yok ise işletmeye girmelerine izin verilmektedir. Olası bir durum karşısında ise personellerimizin hastaneye sevki sağlanmaktadır.

Mücbir sebepler dışında ziyaretler, toplantılar ve eğitimler ertelenmiştir. Ayrıca kargo araçları ile nakliye kamyonları ana girişlerde dezenfekte edilerek işletme içerisine alınmaktadır.

Çalışanlarımızın kişisel cep telefonlarına sms yolu ile bilgilendirici mesajlar gönderilmekte ve çalışanlarımız konuyla ilgili uyarılmaktadır.

Çalışanlarımızın sağlığı ve güvenliği bizim için çok önlemli. Ekibiniz bu doğrultuda çalışanlarımızı nasıl bilgilendirdi? (Ortak kullanım yerlerine afişleri asıldı mı? Maske nasıl kullanılır? Sosyal mesafe neden önemlidir? vb konularda)

Sağlık Bakanlığı'nın COVİD-19'a ait bilgilendirme afişleri bastırılarak işletmelerimizde ortak kullanım alanlarına asılmış olup el broşürleri çalışanlarımıza tek tek dağıtılmıştır.

El hijyeni konusunda bilgilendirme afişleri asılan tüm ortak kullanım alanları için sıvı sabun, kâğıt havlu, el dezenfektanı tedariği düzenli olarak yapılmaktadır.Tüm ortak kullanım alanları araç ve cihazlar günlük dezenfekte edilmektedir.
Ayrıca hasta teması olan, il dışı yurt dışı seyahat eden veya edenlerle teması olan, astım, diyabet, hipertansiyon, kalp hastalığı, epilepsi, hepatit gibi kronik hastalığı olan çalışanlarımıza bilgi kayıt formları düzenlenip evde izole olmalarına dair taahhütname alınarak izne gönderilmeleri sağlanmıştır.






Temizlik ve hijyenin ön planda tutulduğu şirketimizde ortak kullanım alanı olan yemekhanelerde alınan önlemler nelerdir? (Sular, çatal – kaşıkların ambalajlı olması, oturma düzeni vb hakkında)

Yemekhanelerimiz düzenli olarak dezenfekte edilmektedir. Yemekhane personeline gerekli hijyen eğitimi verilerek sık sık denetlenmektedir. Sağlık Bakanlığı'na ait COVİD-19 afişleri tüm yemekhanelerimizin salon, lavabo ve tuvaletlerine asılmış olup televizyon bulunan yemekhanelerimiz de ise bilgilendirici videolar yayımlanarak personellerimiz bilgilendirilmektedir.

Yemek süreleri uzatılmış olup yemekhane yoğunluğunun azaltılmasına, yemekhane sıralarına 1'er metre aralıklar ile işaretleme yapılarak yemek alma esnasında sosyal mesafenin korunmasına özen gösterilmiştir. Masalar arası mesafe artırılarak en fazla 2 çalışanın yemek yiyebileceği oturma düzenleri ayarlanmıştır. Böylelikle yakın temasın önüne geçilmiştir. Ayrıca tek kullanımlık peçeteler ve baharatlıklar kullanılmaya başlanmış olup ambalajlı sular, ambalajlı çatal-kaşık-buçak kullanılarakta hijyen sağlanmıştır. Şirketimiz çalışanları hariç misafirlerimizin yemekhanelerimizi kullanmaları engellenmiştir. Ayrı alanda yemek yemeleri yâda kumanya tarzı yemek verilmesi sağlanmıştır.

Bu çalışmalar doğrultusunda sağlık birimimizdeki sağlık personellerimizin çalışma saatleri düzenlenerek sayıları artırılmıştır. Böylelikle çalışanlarımıza sağlık konusunda gerekli yönlendirme, bilgilendirme ve muayene konusunda daha iyi hizmet verilmektedir.

İSG ve Sağlık Birimi olarak personellerimize kişisel koruyucu malzeme desteği sağlıyor musunuz? (El dezenfektanı, maske,eldiven vb)

Koruyucu maske tedariki (N95, cerrahi maske ve kendi üretimimiz olan kumaş maske) sağlanarak çalışanlarımıza dağıtılmaktadır. Ortak kullanım alanlarında el dezenfektanı bulunmaktadır ve düzenli olarak değişimi yapılmaktadır.

Sağlık Birimimiz tarafından oluşturulan Acil Destek Hattı hakkında bilgi verir misiniz?

Çalışanlarımızın sağlığına gösterdiğimiz önem nedeniyle COVİD-19 ile ilgili her türlü soruya cevap vermek ve destek almak amacıyla İSG tarafından Kipaş Acil Destek Hattı oluşturulmuştur. Destek hattımıza şirket cep telefonunuzdan ulaşmak için 1222 'i işletme içi tuşlu telefonunuzdan ulaşmak için 751222'i cep telefonunuzdan ulaşmak için 0549 833 48 22'i tuşlayınız.

Son olarak eklemek istediğiniz bir şey var mı?

Belirtiğim tüm önlemler Kahramanmaraş ve şehir dışındaki tüm lokasyonlarımız da uygulanmıştır ve uygulanmaya da devam edecektir. Bu vesileyle bünyemizde görev alan tüm sağlık çalışanlarımıza teşekkür ederim ayrıca 12 Mayıs Hemşireler Gününü tebrik ederim.





Yaşam Dengesi ve Mutluluk

İş-özel yaşam dengesi, yaşam doyumu ile yakından ilgilidir. Çalışanların zamanlarının büyük bölümünü geçirdikleri iş ortamında olumsuz duygular yaşamaları, yaşam doyumlarını düşürmekte, bu durum özel hayatlarını da olumsuz etkilemektedir. Böylelikle iş-özel yaşam dengesi, iş-özel yaşam çatışmasına dönüşüp mutluluğu gölgelemektedir.

Dan Buettner tarafından National Geographic'in dünya çapında yürüttüğü araştırmada(2) mutluluğu etkileyen altı alan ortaya çıkmıştır. Bu alanların neredeyse tamamı aşağıda görüleceği gibi doğrudan veya dolaylı olarak çalışma hayatı ile ilgilidir:

- İçinde yaşanılan toplum
- İş ortamı
- Sosyal hayat
- Finansal koşullar
- Ev (barınma koşulları)
- Benlik algısı

Çalışma hayatı birçok açıdan insanın yaşam doyumu üzerinde etkilidir. İş ortamı bir yandan sunduğu sosyal çevre ile doyumu etkilerken, diğer taraftan sağladığı finansal koşullar da barınma koşullarını (kişinin içinde yaşayacağı evin niteliği ve sosyal çevresini) belirler. Bütün bunlar da doğrudan veya dolaylı olarak benlik algısı üzerinde etkisini hissettirir.
Yaşam doyumu, çevre koşullarından etkilenir. Ancak, sadece çalışma alanlarında yapılacak fiziki düzenlemelerle insanları mutlu etmeye çalışmak, bugünün bilimsel gerçekleriyle bağdaşmaz. Çünkü son yıllarda mutluluk konusunda yapılan araştırmalar, mutluluğun kaynağını daha çok beyinden ve buna bağlı düşünce biçiminden aldığını göstermektedir. Sonja Lyubomirsky "Nasıl Mutlu Olunur?" adlı kitabında da bu durumu şöyle dile getirmektedir. Mutluluk duygusunun yüzde kırkı düşünceler, davranışlar ve karakter tarafından belirlenir. Yüzde ellisi de kişiliği şekillendiren genetik yatkınlıkla ilgilidir. Çevre ve dış koşulların etkisi ancak yüzde on dolayındadır.
Bu görüşü destekleyen farklı bulgular da vardır. Çok az sayıda insanın başına gelebilecek, piyangodan büyük ikramiye çıkması gibi olumlu, ya da kol-bacak kaybı gibi olumsuz yaşantılardan yaklaşık altı ay sonra insanların, olay öncesi kendi yaşam doyum düzeyine geri döndükleri bilinmektedir.
İş hayatı ve çalışmak, insanın para kazanmak ve hayatını sürdürmek için katlandığı bir şey olmamalıdır. Çalışmak insana kimlik kazandırır, işe yaradığını hissettirir ve gücünün sınırlarının nereden geçtiği konusunda fikir verir. Kurumlar kar etmek için, insanlar mutlu olmak için yaşar. Bu durum geçen yüzyılda bir çelişki gibi algılanmıştır. Hiç şüphesiz günümüz dünyasında ve vardığımız bilinç düzeyinde, çalışanlara hayatlarının sadece işten ibaret olduğunu düşündürmek ve onlardan yaşamları pahasına performans beklemek insani ve ahlaki değildir.

İş hayatı hem günün büyük kısmını, hem de en dinamik ve enerjik bölümünü kapsar. Sevdiğimiz insanlara ve seçtiğimiz etkinliklere en yorgun olduğumuz dönem kalır. Kişi anlam duygusu yaşadığı bir işte çalışıyor ve akşam eve döndüğünde uzlaştığı ve bağdaştığı biri tarafından karşılanıyorsa cenneti dünyada yaşıyor demektir.

Ekonominin sıkıştığı dönemlerde, herhangi bir işte çalışmak bile memnuniyet verici olabilir. Ancak bir işin uzun dönemde verdiği doyumun elde edilen gelirle doğru orantıda olmadığını herkes bilir. Yapılan araştırmalar kişinin sınırlarını zorlayan, ancak yeteneklerini ortaya koymasına imkân veren ve başarı duygusu yaşatan bir işin insanların mutluluğu üzerinde etkisinin olduğunu ortaya koymaktadır. Uzun dönemde kişinin anlam bulduğu ve değerleriyle uyumlu bir iş; iyi bir ücret, gösterişli bir çalışma odası ve kartvizitteki parlak bir unvandan çok daha fazla doyum vermektedir.

İşinizin mutluluğunuz ve yaşattığı anlam duygusu üzerinde nasıl bir etkisi olduğu konusunda fikir sahibi olmak için şu sorulara vereceğiniz cevaplardan yola çıkabilirsiniz:

- Bu iş benim için neden önemli?
- Ortaya çıkacak sonuçlara benim katkım ne?
- Burada beni heyecanlandıran bir şey var mı?
- Bu iş beni geliştiriyor mu?
- Bu iş bir ölçüde de olsa hayattaki varlık nedenimle bağlantılı mı?
- Çalışmadığım veya işte olmadığım zamanda işi düşünüyor muyum?
- Bu iş bana gurur veriyor mu?
- Çalıştığım yerde en iyi arkadaşım diyebileceğim bir veya iki kişi var mı?

Bu sorulardan en az dört tanesine gönül rahatlığıyla doyurucu cevaplar veremiyorsanız, büyük ihtimalle sadece "ekmek parası" için çalışıyorsunuz demektir. Bu da gün içinde çalışma saatlerinin bitmesini beklediğiniz, pazartesi gününden başlayarak hafta sonunu gözlediğiniz sonucunu doğurur. Bu durum ruh sağlığı açısından olduğu kadar, yaşam doyumu açısından da yıkıcıdır ve istenmeyen birçok sonuç için zemin hazırlar.

COVİD-19 Tedbir Sürecinde Atık Yönetimi



Yıldız DOĞAN
KÇS Kipaş Çimento
Çevre Yönetim Mühendisi

2019 Aralık ayında Çin'in Wuhan kentinde ilk kez ortaya çıkan Korona Virüs salgını tüm dünyaya yayılmaya devam ederken, Türkiye olarak mücadelemiz 2020 Mart ayı itibariyle başlamıştır. İçinde bulunduğumuz bu süreçte sağlıklı şehirlerde yaşayabilmek için hijyenin önemi ile birlikte Çevre Sağlığı hizmetlerinin de önemi ortaya çıkmıştır. Virüs salgını nedeni ile çevre sağlığı ve kişisel hijyene yönelik hassasiyetin ve zorunluluğun arttığı bu dönemde Atık Yönetimi de bu sürecin en önemli parçalarından birisidir.

Covid-19 salgını ile mücadele kapsamında kullandığımız tek kullanımlık kişisel koruyucu maske, eldiven ve benzeri hijyen malzemelerinin kullanımı sonucu oluşan atıklarının bertaraftı konusunda uyulması gerekli kurallara yönelik Çevre ve Şehircilik Bakanlığımızın 2020/12 sayılı genelge yayınlamıştır.

Bu kapsamda;

COVİD-19 TEDBİR SÜRECİNDE ATIK YÖNETİMİ

- Sadece Korona (Covid-19) sürecinde tedbir amaçlı kullanılan maske, eldiven, hijyen malzemesi vb. atıklardan oluşuyor.
- Bina giriş, çıkış veya ortak kullanım alanlarına konulan gri renkli kapaklı ekipmanlar etiketlenerek depolanmalı.
- Atık kovasındaki poşetin ¾ 'ü dolduktan sonra ikinci poşete konulmalı ve ağzı sıkıca bağlanarak, 72 saat sonra ilgili belediyeye diğer atık adı altında teslim edilmelidir.
- Revir ve sağlık kuruluşlarında korunma amaçlı kullanılan eldiven, maske, önlük ve tedavi amaçlı kullanılan diğer atıklarından oluşuyor.
- Kesici delici aletler sarı tıbbi atık kutusu, diğer eldiven, maske vb. malzemeler kırmızı tıbbi atık torbasına konularak depolanmalı
- Oluştuktan sonra max. 48 saat bekletilerek sözleşme imzalanan lisanslı firmaya haber verilerek teslimi sağlanmalıdır.

NOT : Vatandaşlarımızı sokaklarda gelişigüzel atılmış, herkes için sağlık riski oluşturan, tek kullanımlık maske, eldivenler ile ilgili duyarlığın, kullandıktan sonra diğer atıklardan ayrı biriktirilmesi ve bertarafının, atık yönetimi sürecinde kişisel sorumluluklarının yerine getirilmesinin, merkezi ve yerel idareler tarafından atıkların toplanması ve bertarafına yönelik toplama ekipmanı ve sistemi kurulması ve atık yönetim ve denetim sürecinin etkin yürütülmesinin yaşamsal önemini bir kez daha vurguluyoruz.

Vatandaşlarımızın sokağa çıkarken kullandığı tek kullanımlık maske eldiven gibi koruyucu ekipmanların taşıyabileceği enfekte özellik taşıma riski nedeni ile evsel atıklarla karışması ya da gelişigüzel atılması çevre ve insan sağlığı açısından risk oluşturmaktadır. Diğer taraftan gelişigüzel atılması halinde bu malzemelerin yağışla birlikte akışa geçerek yağmur suyu kanalları, ızgaralar, kanalizasyon sistemleri gibi çevresel altyapı bileşenlerine de zarar verme riski bulunmaktadır.

Çocuklarla Evde Verimli Bir Şekilde Nasıl Çalışabiliriz?

Hepimizin bildiği üzere ülkemizde Korona Virüs tedbirleri kapsamında sosyal düzeni, eğitimi ve iş hayatını etkileyen birçok önlem alındı. Okullar eğitime online olarak devam ederken birçok iş yeri de evden çalışma (home ofis) uygulamasına geçti. Yani hem çocuklar hem de bazı ebeveynler bir süre evde!

Öncelikle unutmayın ki bu süreçte çocukların gün içinde birçok kez "Anne, baba sıkıldım!" demeleri ve sizden ilgi beklemeleri çok doğal. Çocukların sizinle zaman geçirme isteğini anlayıp bir yandan da kendi işlerinizi nasıl yürüteceğinizi düşünüyorsanız hiç merak etmeyin, her şeyin bir çözüm yolu var! O halde, çocuklar evdeyken kendi işlerinizi nasıl yetiştirebilirsiniz ve onlarla vakit geçirmek için neler yapabilirsiniz keşfetmeye başlayalım.



Güne Onunla Beraber Başlayın

Korona Virüs salgınının bir getirisi olan "evde kal" günleriyle ile birlikte aile bireylerinin evde birbirini anlaması ve doğru bir şekilde iletişime geçmesi eskisinden çok daha önemli. Bir yanda çocuğunuz, bir yanda sorumlu olduğunuz işler sizi beklerken öncelikle çocuğunuza bu yeni durumu uygun bir dille anlatmalısınız. Buna ek olarak çocuğunuzla konuşup gün içinde beraber oyun oynayacağınız zamanları kararlaştırmanız, ona beklemeyi ve sabırlı olmayı öğretebilir.

Hep birlikte kuracağınız bu yeni düzende çocuğun da evde belli rutinleri olduğunu bilmeniz gerekir. İş ve çocuk arasındaki dengeyi tutturmak için onunla aynı zamanda uyanmaya ve beraber kahvaltı etmeye özen gösterin. Kahvaltı sonrasında 15 dakika bile olsa beraber oyun oynamak hem sizi hem de çocuğunuzu fazlasıyla mutlu edecektir.

Çocuğunuzla Dönüşümlü Olarak İlgilenin

Ebeveynleri olarak ikiniz de evden çalışıyorsanız işiniz çok daha kolay olacaktır. Çünkü bu şekilde çocuğunuzla dönüşümlü olarak ilgilenip birbirinize destek olabilirsiniz. Örneğin: Siz evde önemli bir telekonferans yaparken eşiniz o sırada çocuğunuzun öğle yemeğini hazırlayabilir. Eşiniz çalışırken siz moladaysanız da çocuğunuzun ihtiyaçlarını bu sırada giderebilirsiniz. Böylelikle iş bölümü yaparak çocuğunuzla ilgilenmiş olursunuz.

"Oyunlaştırma" Yöntemini Mutlaka Deneyin

Mesai saatleri içindesiniz ve bir yandan çocuğunuz sizinle oyun oynamak istiyor. Bu durumu ona yeni görevler vererek biraz daha kolaylaştırmanız mümkün. Tabii bunu yaparken çocuğun olayları algılama biçimine de dikkat etmeniz gerekir. Örneğin: Direkt olarak "Ben işlerimi bitirene kadar sen odanı topla" demek yerine "Oyun oynama vaktimiz yaklaşıyor. Odanı oyunumuz için hazırlamaya ne dersin?" şeklinde bir yaklaşım onu bu yeni görevine daha hızlı alıştıracaktır. Ayrıca bu şekilde çocuğunuz yeni sorumluluklar kazanmaya başlayıp gelecekte de odasını toplamaya devam edebilir.
Bunların yanında hem iş hem ev işi yapıp bir yandan da çocuğunuzla oyun oynamanız gerekiyorsa ev işiyle oyun saatini birleştirerek yaratıcı çözümler bulabilirsiniz. Mesela çamaşırların aile üyelerine dağıtılması konusunda ondan postacı olmasını rica edebilirsiniz. Böylelikle o postacı olarak çamaşırları doğru odalara bırakırken siz de ev işlerinizi halledip çocuğunuzla vakit geçirmiş olursunuz.

Biraz Daha Anlayışlı Olun

Anne ve babasını ilk defa bu kadar uzun süre evde gören bir çocuk ne zamandır biriktirdiği soruları sormak için can atacaktır. Bu zamanlarda "İşim var!" deyip onu geçiştirmek yerine arada bir de olsa sorularına cevap vermeyi mutlaka deneyin. Çünkü aldığı cevaplar, merakını biraz da olsa frenlemenize yardımcı olur. Böylelikle dikkatinizin fazla dağılmamasını da sağlamış olursunuz. Bunun yanında siz işinizle ilgilenirken ona dikkatini verebileceği uğraşlar sunabilirsiniz.

Sonuç olarak evde çocuklarla yapılacak aktiviteler konusunda ebeveynleri eskisinden çok daha fazla özenli olmaları gereken bir süreç bekliyor. Bu dönemde çocuğunuzla doğru iletişim kurup ona yaratıcı çözümler sunduğunuzda her şey çok daha kolay olacaktır!





Kipaş Kağıt Dezenfekte Makinası

Ülkemizde ve Dünyada Covid 19 salgını nedeniyle tüm insanlar sıkıntı yaşamakta. Bazı insanlar kendilerini karantinaya alırken bizim gibi ülke için kritik sektörlerde çalışanlar çalışmak ve üretmeye devam etmek zorunda.

İşletmemiz tarafından salgının ilk zamanları çalışanları virüsten korumak için tüm birimlerimize dezenfektanlar, eldivenler ve maskeler dağıtıldı ve bu şekilde virüsün yayılmasının önüne geçilmeye çalışıldı. Ancak alınan bu tedbirler sadece ellerimizi ve yüzlerimizi koruyordu. Vücudumuzun geri kalan kısımları virüse karşı açık durumdaydı. Bu durumu aşmak için Elektrik Otomasyon Biriminden ben, Mekanik Biriminden Murat Bey ve İnsan Kaynaklarından Akif Bey bir araya gelerek çalışanlarımızı daha iyi nasıl koruyabiliriz diye istişare ettik. İnsanlar eve giderken veya evden gelirken kıyafetlerinde virüs taşıma riskine karşı tüm vücutlarını dezenfektan edebileceğimiz bir makineye ihtiyacımız olduğuna karar verdik.

Elektrik Otomasyon Birimi olarak bir günlük çalışma neticesinde dezenfektan makinasının dizaynını yaptık ve imalata başladık. Dezenfektanın içine konulan tank ve dağıtım kollektörü Mekanik Birim tarafından yapıldı. Geri kalan kısımları da Elektrik Otomasyon Biriminde yapılarak devreye alındı.

İlk başlarda tek makine olarak düşünülen sistem memnun kalınması ve giriş çıkışlarda yoğunluk olması nedeniyle ikincisi de yapılarak kullanıma sunuldu. Artık çalışanlarımız evlerine içleri rahat bir şekilde gidecek. Bu zorlu günleri birbirimize destek olarak ve sağlığımıza dikkat ederek atlatacağımızdan eminim.

Muhammed KONAK
Kipaş Kağıt Elektrik Otomasyon Şefi



- Korona Virüs salgını sebebi ile Sağlık Birimimiz tarafından el dezenfektanı ve maske dağıtılarak personellerimizin olası tehlikelere karşı korunması desteklenmektedir.

- Kipaş Tekstil olarak, Pandemic özellik gösteren COVID-19 virüs salgınına karşı Ar-Ge merkezimizde uluslararası partnerlerimizle hastane kıyafetleri ve yatak kumaşı olarak kullanılabilecek değişik özelliklerde koruyucu kumaş geliştirmesi yapıyoruz.

- Cumhurbaşkanımızın başlatmış olduğu " Biz Bize Yeteriz " kampanyası doğrultusunda Kipaş Grup olarak 1.5 milyon, Kipaş Grubu iştiraki olan Akedaş olarak da 1 milyon lira kampanyaya destekte bulunduk.

- Servislerimizde bulunan televizyonlara yüklenen videolar ile personellerimiz şirketimiz ile ilgili güncel haberleri izleyebilmekte ve bilgi sahibi olabilmektedir.

- Kipaş Grup ve grubumuza bağlı tüm işletmelerimizde mesai sonrası tüm ofislerde, lavabolarda, ortak alanlarda dezenfekte ilaçlaması yapılmaktadır.

- Şirketimizin giriş ve çıkış kısımlarına termal kameralar yerleştirilmiş olup sağlık personellerimiz tarafından ısıölçerler ile personellerimizin ateşleri düzenli olarak ölçülmektedir.

- Yemekhanelerde yemek saatleri 10:30 - 14:30 olarak esnetilerek kalabalık bir şekilde yemek yemenin önüne geçilmiş olup her masaya iki personel oturacak şekilde düzenleme yapılmıştır.

- Personellerimizin kullanmış olduğu servisler belirli aralıklarla dezenfekte edilmektedir.

- Servis iniş binişlerinde tek sıra halinde yakın temas olmayacak şekilde hareket edilmesi konusunda sağlık personellerimiz tarafından çalışanlarımız bilgilendirilmektedir.

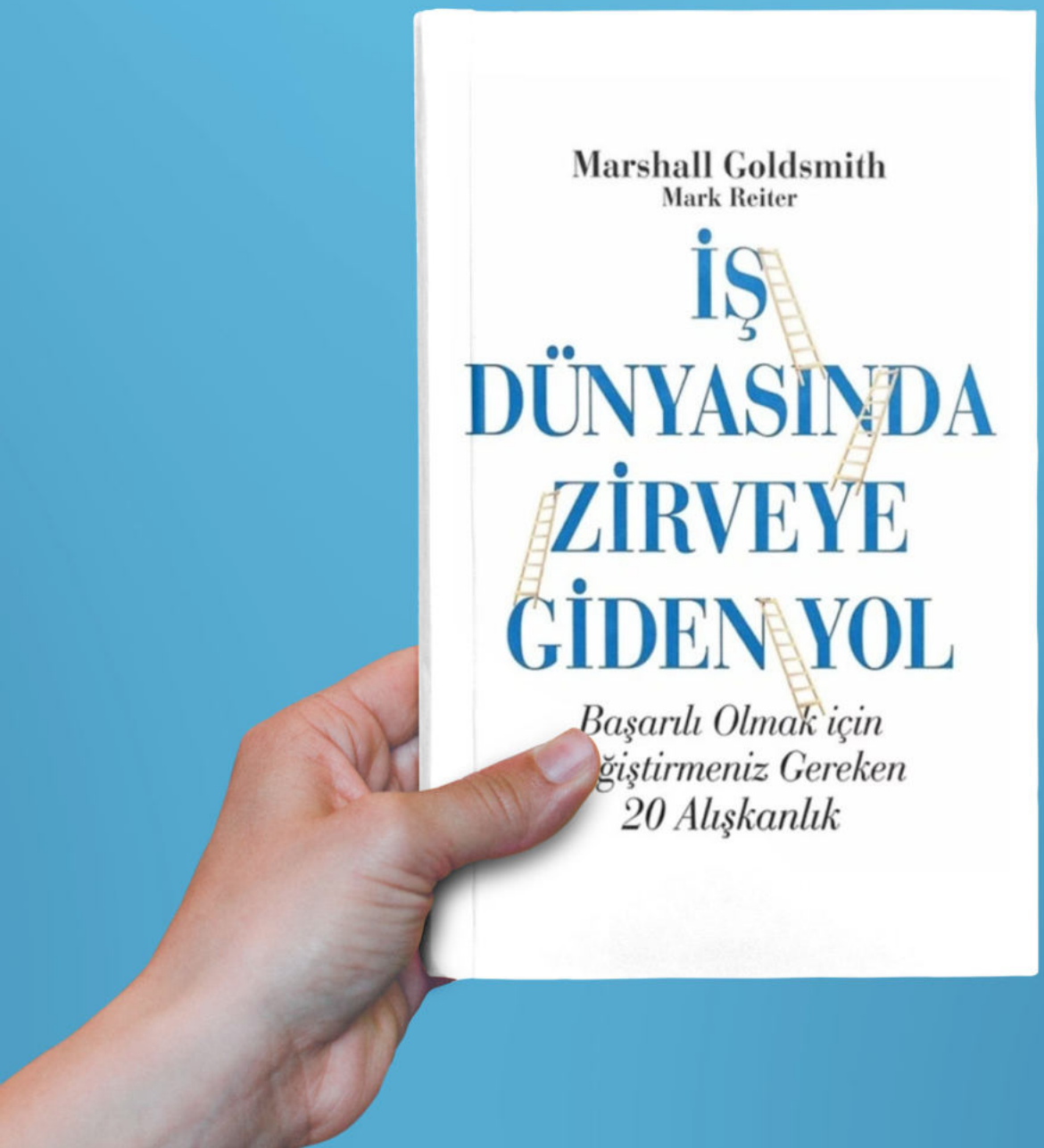
- Günlük personellerimizin cep telefonlarına konuyla ilgili bilgilendirici otomatik mesajlar atılmaktadır.

Marshall Goldsmith

İş Dünyasında Zirveye Giden Yol

Farz edin ki 95 yaşındasınız ve ölüm döşeğindesiniz. Son nefesinizi vermeden önce, size büyük bir hediye veriliyor. Zamanda geriye yolculuk yapabilme yeteneği, şu an bu satırları okumakta olan kişiyle konuşabilme şansı, iş yaşamında daha başarılı olması ve daha iyi bir hayat sürmesi için ona yardımcı olabilme şansı. 95 yaşında sizi hayatta nelerin olup olmadığını artık anlamışsınızdır. Bu bilge "İhtiyar Siz"in, bu satırları okumakta olan "Siz"e tavsiyeleri neler olurdu?

Acele etmeyin ve soruyu iki açıdan cevaplayın: Kişisel tavsiyeler ve mesleki tavsiyeler. Bir kâğıda, "İhtiyar Siz"in "Genç Siz"e söyleyeceği özetleyen kelimeleri karalayın. Bu kelimeleri yazdınız mı gerisi kolay. "Zirveye Giden Yolu" tanımladınız bile. Şimdi sıra bu kitabın sayfalarını karıştırıp tüm bu yazdığınız şeyleri nasıl hayata geçireceğinizi öğrenmekte. Öncelikle kitapta iş yaşamında başarılı olmamız için değiştirilmesi gereken alışkanlıklardan bahsediliyor



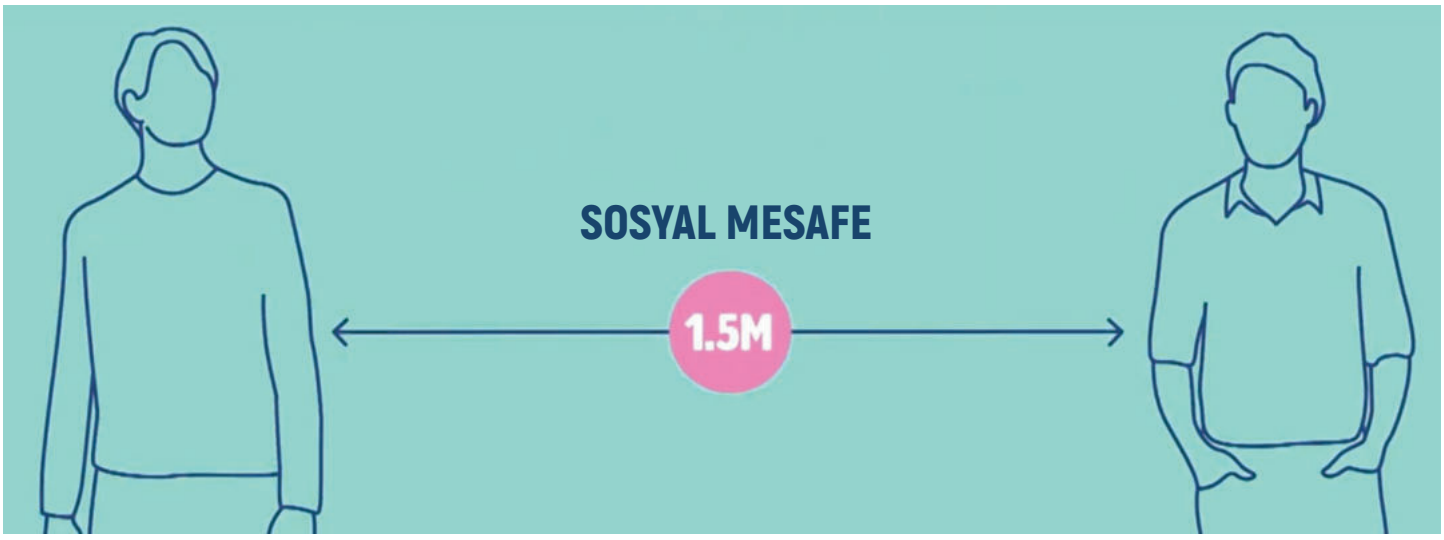
Sosyal mesafe nedir? Neden önemlidir?

COVIDE-19 salgınıyla, ülkemiz de dâhil olmak üzere toplamda 154 ülke yoğun bir mücadele içerisinde. Kalabalıkların ve insanlar arasındaki mesafenin kısaldığı kimi alanların kapatılması kararıyla, oldukça radikal değişimlerin yaşandığı bir zaman dilimi içerisinde yaşıyoruz. Birçoğumuz evden çalışma sistemine geçerek sosyal mesafeyi benimsemiş olsa da, kimi günlük ihtiyaçlar ve raf ömrü uzun gıdaları temin edebilmek için dışarıyla temas halindeyiz. Uzmanlardan gelen öneriye göre, fiziksel temasla selamlaşmadan sosyal mesafeyi korumak çok önemli. 1918-19 grip salgını süresince, insanlar arasında aralıklı mesafeler oluşturarak çevresel bir düzenlemeye gidilmesi virüsün yayılmasını büyük oranda engellemişti. Çoğunlukla halka açık toplanma alanlarını ve okulları aylarca kapatarak insanların arasındaki mesafeyi çizen yasaklamalar, virüsün bulaşmasını ve ölümcül sonuçlarını etkin bir şekilde düşürdü. Kulağa seküler hayatın dinamiklerini benimsemiş ve oldukça iç içe yaşayan kimi insanlar için aşırı da gelse, uzmanlar tarafından yapılan son duyurulara göre, sosyal mesafeyi koruyarak yaşamak salgının ileri boyutlarını önlüyor. Yapılması gerekenler arasında "sosyal mesafe" başı çekiyor. COVID-19 ağız ve burundaki damlacıklarının etrafa saçılması ve bu yüzeyle temas eden kişinin solunum yoluna virüsü taşımasıyla yayılım alanı buluyor. Bu yüzden hasta ya da henüz teşhis konmamış taşıyıcı pozisyonundaki kişilerle aradaki mesafeyi en az dört-beş adım, bir metre tutarsak virüsten etkilenme olasılığı oldukça sınırlı kalıyor. Özellikle yerel sağlık merkezlerinin duyurularını takip ederek, kişisel hijyen standartlarını benimseyerek ve sosyal mesafeyi koruyarak toplum sağlığını koruyabilmek mümkün. Bu basit ancak işlevsel yöntem, yaşam kültürümüze kimi açılardan aykırı da dursa gelecek için oldukça önemli.

Sosyal Mesafeyi Korumak İçin Ne Yapılmalı?

- Büyük toplanmalarda yer almayın.
- Tükenmez kalemler gibi sık paylaştığınız nesnelere dikkat edin.
- Trafiğin ve toplu taşımaların yoğun olduğu saatlerde diğer insanlara çok yaklaşmamaya çalışın.
- Yoğun saatlerde market ve çamaşırhane gibi yerlerden uzak durun
- Okullara, spor salonlarına ve sinemalara gitmeyin, kapalı alanda kalabalığa karışmayın.
- Tokalaşmayın ve sarılıp öpmeyin.
- Mümkün olduğunca evde kalın.
- İşe gidenler için; servislerde ve yemekhanelerde tek oturun. Ofisleri havalandırın. Maske kullanın. Kişiler ile aranızdaki mesafeye dikkat edin. Toplantılarınızı internet uygulamaları üzerinden gerçekleştirin.

Bunlar, ilk bakışta bireysel ve önemsiz tedbirler sanılabilir. Ancak virüsün yayılımını önlemede "orantısız" bir etkiye sahip olabilir ve bir salgını felakete dönüşmeden durdurabilir.



İki Şehrin Hikâyesi

Salgının Çin'deki Vuhan ve Guangzhou'daki seyri, sosyal mesafenin önemine dair önemli bir hikâye anlatıyor.
Virüsün aralıkta ilk kez tespit edildiği Vuhan'da yetkililer, 8 milyonluk şehri karantinaya almak için 6 hafta bekledi. Ancak liman kenti Guangzhou'da yetkililer hızlı davrandı ve ilk vakanın görülmesinin ardından okulları kapattı, büyük toplanmaları yasakladı. Bu hızlı eylemler sayesinde yaklaşık 80 bin kişinin enfekte olduğu ülkede, virüsü kapan Guangzhou sakinlerinin sayısı 300'ü geçmedi. 10 Mart'ta Harvard Üniversitesi'nin çevrimiçi olarak yayımladığı ancak henüz hakem onayından geçmeyen bir araştırmada Guangzhou'daki ölüm oranının Vuhan'ın yüzde 4,5'lik oranına kıyasla yüzde 0,8 olduğu belirtilerek sosyal mesafenin önemine vurgu yapıldı.



Sosyal İzolasyon Zamanınızı En İyi Şekilde Kullanmanız İçin 6 Önemli Tavsiye

Yeni Tip Koronavirüs (COVID-19 adıyla bilinen) salgın dünyayı ve ülkemizi etki altına almış durumda. Kendimizi ve çevremizdekileri virüsün olası etkilerinden korumak adına alabileceğimiz en büyük tedbir; halk sağlığı uzmanlarının da önerdiği üzere "Sosyal izolasyon" uygulaması. Sosyal izolasyon uygulamasını hayata geçirirken evlerimizde geçireceğimiz zamanı en iyi şekilde kullandıracak tavsiyelerimiz.

1.Ekran Sürenizi Kısıtlayın

Gün boyunca evde oturmak beklenildiği üzere zaman zaman sıkılmanıza ve telefonunuzu alışılagelmişten çok daha fazla elinize almanıza neden olacak. Aşırı derecede telefon, bilgisayar ve tablet kullanmak, omuz, boyun ve baş ağrılarına sebep olmaktadır. Bu nedenle sizlere ilk önerimiz telefon ve bilgisayarlarınızda geçirdiğiniz zamanın yerini kitap okumak, müzik dinlemek, meditasyon yapmak gibi farklı bir aktivite ile doldurmanız.

2. Yeteri Kadar Hava Aldığınızdan Emin Olun

Kendimizi ve çevremizdekilerin sağlığını riske atmamak adına sosyal ortamlardan olabildiğince uzak duruyoruz. Fakat zamanımızın çoğunu kapalı alanda geçirmek vücudumuzun havadan alınması gereken faydaları alamamasına bu nedenle sindirim sistemimizin bozulmasına ve bağışıklık sistemimizin çökmesine yol açar. Uzmanlar sosyal ortamlardan uzak durduğunuz, kalabalığın içerisine girmediğiniz takdirde günde yürüyüş yapmanızın, bahçeyle uğraşmanızın her hangi bir sorun teşkil etmediğini savunmakta. Bu nedenle sizlere önerimiz zamanınızın bir kısmını kendinizi ve çevrenizdekiler için bütün tedbirleri alarak temiz hava almanız yönünde.

3. Gününüzü Planlayın

Bütün gün evde oturmanın getirdiği rahatlık gününüzü sandığınızdan çok daha verimsiz hale getirebilir. Özellikle bugünlerde evden çalışmak durumundaysanız sizlere önerimiz kendinize bir yapılacaklar listesi oluşturmanız ve gününüzü planlamanız yönünde. Planlarınıza güne başlayacağınız saati ve günlük almanız gereken uykuyu belirleyerek başlayabilirsiniz. Günlük rutininizi Toggl, Todoist, Harvest gibi uygulamaları ya da ajandanızı kullanarak daha etkili hale getirebilirsiniz.

4. Zamanınızı Kendinizi Geliştirmek İçin Harcayın

Yaşadığımız durum ne kadar can sıkıcı olsada birçoğumuz okullarımız, sınav takvimlerimiz ve işlerimiz yüzünden kendimizi geliştirmemiz için ihtiyacımız olan zamanı bulamıyoruz. Bu nedenle aklınıza uzun zamandır takılan online bir kurs varsa başlayabilir, yabancı dilinizi geliştirebilir ya da farklı bir hobi edinebilirsiniz. Yapmanız gereken tek şey ilgi alanınız ile alakalı online kursları araştırmak ve günlük rutininizde bu kurs için saat belirlemek.

5. Pozitif Kalın, Duygularınızı Paylaşın

Günlerce evde kalmak, sevdiklerinizden ve sosyal hayatınızdan ayrılmak sizleri panik ve korkuya sürükleyebilir. Bu dönemi bedensel sağlığınızın yanı sıra zihinsel sağlığınızı da koruyarak atlatmanız için en büyük önerimiz pozitif kalmanız ve duygularınızı olabildiğince sevdiklerinizle paylaşmanız. WhatsApp, Instagram, Twitter, Skype gibi sosyal medya kanallarını kullanarak sevdiklerinizle iletişime geçmeniz özellikle zihinsel sağlığınızı korumanızda önemli bir yer oynamakta.

6. Egzersiz Yapın

Spor salonlarınız ve ekipmanlarınız yanı başınızda olmayabilir fakat bu düzenli olarak egzersiz yapmanıza engel değil. Telefonlarınıza çeşitli spor uygulamaları indirerek, videolar izleyerek ya da her gün 1 saat yürüyüş yaparak günlük egzersizlerinizi tamamlayabilirsiniz. Egzersizlerinizle birlikte düzenli beslenerek, bol meyve-sebze ve su tüketerek bağışıklık sisteminizi daha güçlü hale getirebilirsiniz.

Eğlenin!

Kulağa farklı geldiğinin farkındayız, fakat durumu kendi içinizde basitleştirmeniz, halk sağlığı uzmanları tarafınca verilen tavsiyelerin dışına çıkmadan kafanızı dağıtacak şeylerle meşgul olmanız özellikle mental sağlığınızı pozitif yönde etkileyecektir. Karantina altındaki İtalya halkının balkonlarından ve pencerelerinden birlikte şarkılar seslendirerek karantinanın yarattığı umutsuzluğu kırma yolundaki mücadelelerini hatırlatarak **Ülkemiz ve dünyamızda virüsün en kısa sürede kontrol altına alınmasını diliyoruz.**

COVID-19 Nasıl Bulaşır?

Maalesef virüs, çok kolay ve çabuk yayılmaktadır. Asıl ve bilinen yolu; damlacık yoluyla bulaşmasıdır. Virüs, hasta veya enfekte kişinin öksürmesi, hapşırması veya konuşması ile çevreye yayılan damlacıkların; direkt solunum yoluyla ve/veya bulaşmış yüzeylere temas eden kişilerin ellerini ağız, burun ve göze temas ettirmesi sonucu endirekt yolla bulaşmaktadır. Ayrıca hasta kişinin eliyle dokunduğu yerlerden (kapı kolu, merdiven korkuluğu, bardak vs) virüs bulaşabilmektedir. Şimdiye kadar gıda yoluyla bulaşma bildirilmemiş olmakla birlikte, besinlerin iyi pişirilmesi gibi önlemleri almakta ve dikkatli olmakta fayda vardır.

Virüs bulaştıktan sonra hastalık genelde 2 ile 14 gün sonra ortaya çıkmaktadır. Sıklıkla da 3 ile 6 gün içinde bulgular ortaya çıkmaktadır. En sık görülen bulgular yüksek ateş, halsizlik, kas ağrısı, boğaz ağrısı, iştah kaybı, bulantı, kusma, ishal, öksürük ve nefes darlığıdır (Tablo 1). Hastalık sıklıkla akciğerlerde ağır bulgular oluştursa da vücudun her yerine yayıldığından, bahsedilen bulgular dışında farklı bulgularla da ortaya çıkabileceği unutulmamalıdır. Hastalık daha ciddi komplikasyonlar oluşturabilmekte hatta ölüme neden olabilmektedir. Genelde ani başlangıç görülmektedir. Elimizdeki bulgulara göre; Covid-19 enfeksiyonunda ölüm oranı % 2.2 ile 3.5 arasında değişmektedir.

Genel Bulgular	Diğer Bulgular
- Ateş (38 °C ve üstü) - Yorgunluk - Kuru öksürük	- Nefes darlığı - Kas ağrıları - Boğaz ağrısı - Burun akıntısı - Bulantı, kusma, ishal - Akciğer radyolojik bulguları



Dr. Ramazan KARANFİL
Kipaş Holding İşyeri Hekimi

KORUNMA (Ne Yapmalıyız?)

Dünya sağlık örgütünün (WHO) önerileri şunlardır.
Korunma 1: Ana kuralları hiç unutmamalıyız!

- Ellerini yıka
- Alkol İçeren Antiseptik Kullan
- Yüzüne Dokunma

Korunma 2:

- Kişiler arasında en az 1 metre mesafe olmalı
- Öksürürken ve hapşırırken dirsek iç yüzü ile ağız ve burnunu kapat veya kağıt mendil kullan ve çöp kutusuna at
- Evde kal
- Sigara içmekten kaçın
- Seyahat etme, toplu yerlerden kaçın

Virüsün genomunun etrafında membran olduğu için, bunu etkileyen sabun ve alkollu sıvılara karşı hassastır. Korunma için ellerimizi sabun-su ile ve alkol içeren (%70 ve üzeri) antiseptik solüsyonla yıkamamız büyük oranda koruma sağlamaktadır. Bu nedenle öncelikle ellerimizle yüzümüze dokunmayacağız ve sık sık ellerimizi sabun-su ile yıkayacağız.

Sabun-su olmadığında ya da aktif çalıştığımız durumlarda alkol içeren solüsyonlarla ellerimizi sık sık temizleyeceğiz. Bazı durumlarda da maske kullanmamız gerekebilir. Ancak maskenin her zaman koruma sağlamadığını ve yanlış kullanıldığında daha zararlı ve riskli olduğunu akıldan çıkarmamalıyız.

Maske Kullanımı

Maskelerin koruyuculuk özelliği olsa da asla tek başına yeterli değildir. Azami korunmaya dikkat etmeliyiz. Asla maskeyi taktıktan sonra burun altına ve boyuna indirme, oynatma, elinle düzeltme.. !

Ana kural :

El yıka → Maske tak → Çıkar → El yıka

- N95/FFP2, N99/FFP3 standartlarındaki maskelerin koruyuculuk özelliği yüksektir. Ancak bu maskelere her zaman ulaşılamaması ve yeterli miktarda olmaması kullanımlarını kısıtlamaktadır. Bu standartta maskeleri kullansanız dahi yine tam koruma sağlamak zordur. Ek önlemler asla ihmal edilmemelidir.

- Sıklıkla kullandığımız cerrahi maskeler tek başına koruyucu değildir. Asıl kullanım amacı kendimizi korumak değil, hasta kişinin virüsü yaymasını engellemeye çalışmaktır. Maskeler doğru kullanılırsa faydası olur, ancak yanlış kullanılırsa hiç kullanmamaya göre daha zararlı olabilirler.

- Tek kullanımlık maskeler kullanıldıktan sonra çöpe atılmalıdır. Yıkanabilir maske kullanıyorsanız çok daha dikkatli olmalısınız. Maske riski bir durum oluştuğunda hemen normal kullanımda günlük yıkanmalıdır. Şartlar müsaitse maskeler sık değiştirilip sık yıkanmalıdır. Maske kullanıldıktan sonra mutlaka ortamdan izole edilmeli ve kapalı poşet içinde tutulmalı ve yıkanmalıdır.

Eldiven Kullanımı

Maske gibi, eldiven kullanımı da yararlıdır, ancak yanlış kullanımı daha çok zararlıdır. Eldivenin koruduğuna inanmak ve rahat davranmak riskin artmasına neden olur. Çünkü el ile eldivenin virüsü taşıma özelliği aynıdır. Eldivenler tek kullanımlıktır. Kullandıktan sonra mutlaka çöpe atılmalıdır. Eldivenler asla yüz bölgesine temas ettirilmemelidir. Eldivenler, iş bitiminde herhangi bir yere dokunmadan çıkarılıp çöpe atılmalı ve eller yıkanmalıdır.

VÜCUT DİRENCİNİN YÜKSEK TUTULMASI

"Kaliteli ve sağlıklı yaşam, imkânlara değil çoğu zaman size bağlıdır"

İnsan, biyopsikososyal bir varlıktır. Tam iyilik hali için, biyolojik beden, ruhsal durum ve sosyal ilişkiler ayrı ayrı sağlıklı ve dengeli olmalıdır. Bunlardan bir tanesinin bozuk veya hiç olmaması tüm vücut sağlığımızı etkiler.

Genellikle insanlar, sağlık için maddi imkânların iyi olması gerektiğini düşünürler. Bir şeyler yapmak için ya da sağlıklı olmak için bazı şartların oluşmasını beklerler. Bir şeyler olmasını beklemeden, elimizdeki şartları değerlendirerek kaliteli yaşamı, sağlıklı kalmayı ve buna bağlı vücut direncini yüksek tutmayı başarabiliriz.

Vücut direncini yüksek tutmak ve sağlıklı yaşam için ana kurallar:

Bunlar, sadece koronavirüsten korunmak için değil genel vücut sağlığını korumak içinde elzemdir.

1. Uyku kalitesi: Yeterli miktarda ve doğru zamanda uyumalısınız. Düzenli olması önemlidir.
2. Dengeli beslenme: Alacağımız besinlerin kanbonhidrat, yağ ve protein açısından yeterli olmalı ve gerekli vitamin ve mineralleri içermelidir.
3. Egzersiz: Günlük, düzenli olarak yaşınıza ve bedeninize uygun egzersiz yapmalısınız. Çünkü insanın biyolojik yapısı hareketsiz yaşama uygun değildir.
4. Stres kontrolü: Aşırı stresten uzak durmalısınız. Az veya yeterli stresin de faydalı olduğunu unutmamalısınız.

Bu önerilere eklemeler yapabilirsiniz. Sosyal durumun düzenlenmesi, iş düzeni, ilişkiler gibi faktörlerde vücut direnci üzerine etki yaparlar.

SONUÇ

"Düşmanla en iyi mücadeleyi, onu tanıyarak yapabilirsiniz"

Genel olarak hayatın bir bütün olduğunu, kendimiz kadar çevremizin de önemli olduğunu unutmamak gerekir. Sağlıklı olmak kadar hayatı devam ettirmekte esastır. Bu nedenle sizin sağlığınız kadar çalıştığınız işyeri de önemlidir. Bu zor zamanlarda sorumluluk almalı, hem kendimizi hem de çalıştığımız yeri korumalıyız. Bu nedenle koronavirüs hakkında doğru bilgiler edinmeli, doğru ve etkili mücadele etmeliyiz.

Esas olan virüsten korunmaktır. Eğer bunu başaramaz isek, vücudumuzda virüsle savaşacak güç olmalıdır. Mücadeleye vücut direncimiz yüksek olarak hazır olmalıyız.
"Korona Günlerini" en az zararla atlatmayı dileyerek, koronasız günlerde daha hoş sağlık bilgileri ve hayata dair yazılarla buluşmak üzere...
Sevgi ve Saygılar.

SÖZLÜK VE AÇIKLAMALAR:
WHO: World Healthy Organization
Pandemik hastalık: Dünya genelinde yaşayan tüm insanların sağlığını tehdit eden bulaşıcı hastalıklara verilen bir isimdir.
COVID: Coronavirus Disease.
SARS: Severe Acute Respiratory Syndrome (Ağır Akut Solunum Sendromu)
MERS: Middle East Respiratory Syndrome (Orta Doğu Solunum Sendromu)
Komplikasyon: Bir hastalığın (enfeksiyon) devamı sırasında organ veya dokularda oluşan başka patolojik olaylar veya hastalıklar.
(Viral) Genom: Virüsün DNA veya RNA şeklindeki tüm kromozomları.

Corona Virüs Salgınında Ruh Sağlığımız ve Aile İlişkilerimiz

"Dünyada hızla yayılan ve ülkemizde de görülen Corona Virüs salgınının yol açtığı korku ve panik ruhsal sağlık için de risk oluşturuyor. Bu salgının ne kadar süreceğinin ve nihayetinde ne kadar yıkıcı olacağının yarattığı belirsizlik ve bunun sonucunda en kötü durum senaryolarına aşırı odaklanmanın neden olduğu stres, korku ve kaygının en iyi panzehiri doğru bilgidir."
Tetikte olmanız için içinizden gelen bir uyarı olan "endişe", yaklaşan gerçek bir tehlike için sizi uyarır ve tehdit öğesi ile baş etmeniz için panik yapmadan önlemler almanızı sağlar. Dost olan endişe sizleri çözümler ve stratejiler üretmeye yönlendirir. Dost olmayan ve kontrolden çıkan endişe olarak bilinen "kaygı" (anksiyete) ise, sizi tekerleğin içinde dönen hamster gibi yapar, sürekli aynı gerçek dışı döngüde dönüp durursunuz ancak hiçbir gerçekçi çözüm üretmezsiniz. Ilımlı duygusal bir stres yaratan endişe kafanızın içinde, daha ciddi bir duygusal stres yaratan kaygı ise bedeninizde gerçekleşir. Kaygı ataklarının en iyi ilacı kişinin kendi çarpık gerçeklik algısı yerine gerçek gerçekliği ve bilimsel verileri hâkim kılması ve beden farkındalığını arttırmasıdır. Bu nedenle Corona Virüs salgını hakkında bir fikriniz ve bilginiz yoksa doğru kaynakları okuyarak bilinçlenmelisiniz. Unutmayın, bilgisizlik sizde daha fazla korku ve kaygı yaratır. Lütfen asılsız haberlere inanmayın, gereksiz kaygıya sürüklenmeyin, önlem alın ama panik olmayın. Hayatınızı felce uğratan Corona Virüs değil gereksiz panik ve bilgisizlik olacaktır. Bir süre normal günlük hayatınızı yaşamaya devam edemezsiniz ama hem rehavete düşmeden hem de paniğe kapılmadan sağlığınız için gerekenleri yapabilirsiniz. Sorgulanmamış ve gerçek dışı olan inançlarınızla ve bunların bir sonucu olan korku ve kaygılarınızla, kendi kazdığınız kuyuya düşmemeniz ve panik olmamanız ama Corona Virüs için de önlem almanız gerekir. Hepimiz grip olduk ve emin olun Corona Virüs salgını da kuş gribi, domuz gribi ve diğer grip salgınları gibi geçecek ve geçmişin tozlu raflarındaki yerini alacak.



Unutmayın, hiçbir virüs, korku, kaygı ve gereksiz panik kadar hızla buluşamaz, yayılamaz ve mutasyona uğrayamaz. Lütfen Corona Virüs korkusunun ve kaygısının Corona Virüs gerçeğinden daha büyük olmasına ve paniğe dönüşmesine müsaade etmeyin, gelişmemizi engelleyen batıl inançların ve kör taassubun karşısında olun. Corona Virüs salgını nedeniyle bir süre normal günlük hayatınızı yaşamaya devam edemeyeceğiniz gerçeğini kabul edin ama hem rehavete düşmeden hem de paniğe kapılmadan sağlığınız için gerekenleri yapın: Düşünce ve hislerinizin farkında olun, düşünceleriniz için kanıtlarınızı inceleyin ve olası farklı yorumları değerlendirin, yoga, meditasyon, nefes ve gevşeme egzersizleri yapın, hobi edinin, müzik dinleyin, film izleyin, spor yapın, sağlıklı beslenin, bol sıvı alın, stresten uzak durun, uyku düzenine dikkat edin, kapalı alanları sık sık havalandırın, mecbur kalmadıkça kalabalık ortamlara girmeyin, asansör yerine merdivenleri kullanın, riskli durumlarda ellerinizi sabunlu suyla yıkayın, yüksek alkollü kolonya ve diğer el dezenfektanlarını kullanın, burnunuza tuzlu su ile lavaj yapın, ağzınıza ve boğazınıza mikrop öldürücü sıvılarla gargara yapın, maske takın, kıyafetlerinizi değiştirin, tokalaşmayın, öpüşmeyin ve sarılmayın, papatya, yeşil çay, şerbetçiotu, sarı kantaron, kediotu, lavanta gibi gerginliğinizi ve kaygınızı azaltarak sakinleşmenize yardımcı olacak olan bitkisel ürünleri sık kullanın, günlük tutun ve çevrenizden destek alın, ateş, halsizlik, öksürük ve nefes darlığı gibi hastalık belirtileri başladığı zaman mutlaka maske takarak bir sağlık kuruluşuna başvurun.

Corona virüsü, "her şerde bir hayır vardır" dedirtircesine bize hayatımıza çekidüzen vermeyi, ihmal ettiklerimizin, vazgeçtiklerimizin önemini, fiziksel ve ruhsal sağlığın tüm maddi değerlerin üstünde olduğunu çok çarpıcı bir şekilde adeta yüzümüze sert bir tokat atarak hatırlattı. İçinde bulunduğumuz durum, her yaştan, ırktan, kültürden tüm insanları "Corona Mektebi"nin öğrencisi yapıyor ve bize şunları öğretiyor: "Kendine gel; sipariş gündemlerle uğraşırken kendini kendinden sürgün etmiştin... İçine doğru yürümeye başla... Kendinle yalnız kalmayı öğren. Başkalarının gözünden nasıl göründüğünü görme fırsatını yakala... Herkes gibi olarak var olmayı öğrettiler sana; bu vesileyle hiç kimse gibi olabileceğini öğren... Öncelediklerini ertele, ertelediklerini öncele... İhtiyaçlarını yeniden tarif et... Yakın akrabalarınla tanış... Başkaları için bir şeyler yapmaya başla... Yakın ilişkilerini yenile: Yeniden ebeveyn ol; sil baştan eş olmayı dene... Nesne ilişkilerini nicelik üzerinden değil nitelik üzerinden kur... Hayatı keşfet; az şeyle mutlu olmak mümkün... Basit şeylerdeki büyüyü gör; suyu yeniden tat, nefeslerini derin al, ekmeğe hürmet et... Varoluşsal bir deneyimdir; varlığını fark et; var edildiğini gör... Hayret ve minnet duygularını keskinleştir..." Ve son olarak; sadece Corona Virüsten korunmaya çalışın, sanki Corona Virüsten hasta olmuşsunuz gibi başkalarına bulaştırmamaya da çalışın...



Damla Sakızlı Lor Tatlısı

Damla Sakızlı Lor Tatlısı Tarifinin Püf Noktası
Lor peyniri ile bir tatlı hazırladığımız için kullanacağınız lor peynirinin kesinlikle tuzsuz olması gerekiyor. Tuzsuz lor bulamazsanız sütü limon ve yoğurtla kestirerek kendiniz de hazırlayabilirsiniz. Ayrıca pek çok şerbetli tatlıda olduğu gibi bu tatlıda da tatlının sıcak, şerbetin ise soğuk olması gerekiyor.

Damla Sakızlı Lor Tatlısı Tarifi Nasıl Yapılır?

1. Şerbetin biran önce soğuması için öncelikle şerbeti hazırlıyoruz. 4 su bardağı toz şeker ve 4 su bardağı suyu bir tencerede kaynatın.
2. Kaynamaya başladıktan sonra içerisine 2 dilim limonun suyunu ve 2 dilim limonu atın ve bu şekilde 5 dakika daha kaynattıktan sonra tencerenin altını kapatıp, şerbeti soğumaya bırakın.
3. Derin bir kabın içerisine hamuru için gerekli olan tüm malzemeleri; lor peynirini, yumurtayı, unu, irmiği, kabartma tozunu ve zeytinyağını alıp güzelce yoğurun.
4. Damla sakızını bir kaşık yardımıyla ezip toz haline getirin ve hazırladığınız hamura katıp biraz daha yoğurun.
5. Hazırladığınız hamurdan ceviz büyüklüğünde parçalar kopartarak avucunuzla yuvarlayın ve yağlı kâğıt serilmiş fırın tepsisine yerleştirin.
6. Hafifçe ele yapışan bir hamur elde edeceğiniz için hamuru şekillendirirken elleriniz ara ara ıslatmanız işinizi kolaylaştıracaktır.
7. Tüm hamuru şekillendirip tepsiye dizdikten sonra önceden ısıtılmış 180 derece fırında, üstleri kızarana dek yaklaşık 30 dakika pişirin.
8. Tatlı fırından çıkar çıkmaz, soğumuş olan şerbeti üstlerine dökün ve tatlının şerbeti çekmesi için soğuyana kadar bekleyin.
9. Tatlınız soğuduktan sonra üstlerini toz Antep fıstığıyla süsleyin ve arzuya göre damla sakızlı dondurma ile servis edin.

Damla Sakızlı Lor Tatlısı Tarifinin Servis Önerisi
Damla sakızlı dondurma ile birlikte servis edilirse şahane olur!

Damla Sakızlı Lor Tatlısı Tarifi İçin Malzemeler

- 250 gram tuzsuz lor peyniri
- 1 adet yumurta
- 6 yemek kaşığı un
- 4 yemek kaşığı irmik
- 1 yemek kaşığı kabartma tozu
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 adet damla sakızı

Şerbeti için:

- 4 su bardağı toz şeker
- 4 su bardağı su
- 2 dilim limon

Üzeri için:

- 2 yemek kaşığı toz Antep fıstığı



Afiyet olsun.

Kipaş Grup ve İşletmelerinde İSG Tarafından Koronavirüse Karşı Alınan Önlemler

- ·Farkındalığını artırmak ve salgının yayılmasını önlemek adına tüm çalışanlarımızın kişisel cep telefonlarına günlük sms aracılığı ile gerekli uyarılar ve bilgilendirmeler yapılmaktadır.
- ·Personel taşıyan tüm araçlarımızın dezenfekte işlemleri her vardiyaya yayılmış; tüm araçlarımıza el dezenfektanları dağıtılarak herkesin kullanması noktasında teşvikler sağlanarak sürdürülebilir hale getirilmiştir.
- ·Personel taşıyan araçlarımıza bilgilendirme ekranları tedarik edilerek, Sağlık Bakanlığı bilgilendirme videoları ekranlara aktarılmış bilginin ve önlemin yaygınlaşması sağlanmıştır.
- ·Tuvalet ve lavabolara yeterli miktarda sıvı sabun, kâğıt havlu, el dezenfektanı tedarik edilerek çalışanların kullanımı sağlanmıştır.
- ·Ellerin nasıl yıkanması gerektiği ile ilgili tüm işletmelerimizde çalışanların rahatlıkla görebileceği uygun alanlara bilgilendirme levhaları ve afişler asılmıştır.
- ·Yemek süreleri uzatılarak belirli saatlerdeki yoğunluklar azaltılmıştır. Oturma düzeni gözden geçirilmiş bir masada en fazla iki kişinin karşılıklı çapraz oturması sağlanmıştır.
  ·Masa sayısı azaltılarak, masalar arası mesafe artırılmıştır. Sosyal mesafenin korunması adına zemine 1mt aralıklarla işaretlemeler yapılarak yakın temas önlemi alınmıştır.
- ·Hijyen faaliyetleri kapsamı genişletilerek artırılmıştır. Temas olabilecek baharatlıklar ortamdan kaldırılmış tek kullanımlık baharatlara geçilmiştir. Şirket çalışanları hariç yemekhane kullanımları engellenmiştir. Çözüme yönelik kumanya ya da ayrı alanlarda yemek hizmeti faaliyetleri başlatılmıştır. Çatal ve kaşıklar tek kullanımlık kâğıtlara konularak hizmet sağlanmıştır.
- ·Çalışanları bilgilendirmeye yönelik bazı yemekhanelerde ekranlı bilgilendirmeye geçilmiş ve tüm yemekhanelere uyarıcı levhalar ve afişler asılmıştır. Yemekhanelerde görevli personellere gerekli eğitim ve uyarı sıklığı artırılmıştır.
- ·Tüm çalışanlarımıza selamlaşma sırasında tokalaşma ve sarılmadan kaçınmaları adına gerekli bilgilendirmeler yapılmıştır.
- ·Farkındalığını artırmak ve salgının yayılmasını önlemek adına tüm çalışanlarımızın kişisel cep telefonlarına sms aracılığı ile gerekli uyarılar ve bilgilendirmeler yapılmıştır.
- ·Ateş, öksürük veya Cov-19 belirtileri gösteren kişilerin izole edilerek İl Sağlık Müdürlüğü 'nün belirlediği sağlık kuruluşlarına sevkine yönelik organizasyonlar geliştirilmiştir.
- ·Fabrika girişlerinde sosyal mesafenin korunması adına zemine 1mt aralıklarla işaretlemeler yapılarak yakın temas önlemi alınmıştır.

Kipaş Grup İSG Ekibi





Kipaş Mensucat R6 İSG Ekibi



Kipaş Mensucat OSB İSG Ekibi

- Tüm şirketlerimizde sağlık personeli sayısı artırılmıştır.
- Tüm şirketlerimize ateş ölçer tedariği sağlanarak kapı güvenlikten başlayan önlem parametreleri geliştirilmiştir. Tüm çalışanlarımız vücut ısı ölçümleri yapılarak işletmelere alımları sağlanmıştır.
- KKD (Kişisel Koruyucu Donanım) tedariği sağlanarak risk altında bulunan kişilerin kullanması sağlanmıştır.
- Tüm şirketlerimizin her vardiyasında kapı güvenlikten giriş yapan ziyaretçilerin, misafirlerin, şoförlerin vb. sağlık beyan formları ile beyanı alınarak tanıya yönelik vücut ısıları kontrol edilerek şüpheli durumların İl Sağlık Müdürlüğü 'nün belirlediği en yakın sağlık kuruluşlarına yönlendirilmesi sağlanmıştır. Mücbir sebepler dışında ziyaretlerin, denetimlerin ve taşere edilen işlerin ertelenmesi sağlanarak üçüncü tarafların farkındalığı artırılmıştır.
- Tüm çalışanlarımıza Sağlık Bakanlığı'nın yayınladığı el broşürleri dağıtılmıştır.
- Tüm lokasyonlarımız da ortam ve el dezenfeksiyonu faaliyetleri sürekliliği sağlanmıştır.
- Kronik rahatsızlığı olan ve 65 yaş üzeri çalışanlarımızın sağlık özlük dosyaları incelenerek, beyan alınarak ve bilgilendirilerek gerekli izinler sağlanmıştır.
- Yurtdışı/ yurtiçi seyahatler gerçekleştiren veya bu kişilere herhangi bir teması olan çalışanlarımız için temas öyküleri kayıt altına alınarak karantinaya yönelik yönlendirme ve izinler oluşturulmuştur. Bu süreçte kurum içi yurtdışı ve yurtiçi iş seyahatleri iptal edilmiştir.
- Eşi veya birinci derece yakını sağlık personeli olan ve sürekli hastane teması olan çalışanlarımız için gerekli yönlendirme, bilgilendirme ve izinler sağlanmıştır.
- Kurum içi tüm eğitim ve toplantılar iptal edilmiştir. Zorunlu toplantılar için sesli ve görüntülü iletişim imkânları sağlanmıştır.
- Kipaş Mensucat Merkez ana giriş güvenlik kapısına termal kamera konulması için karar alınmış, girişe gerekli düzenlemeler yapılmış ve tedariği sağlanmıştır.

Kipaş Denim İSG Ekibi



KÇS Kipaş Çimento İSG Tarafından Koronavirüse Karşı Alınan Önlemler

Dünyayı ve Ülkemizi etkisi altına alan ve Pandemi haline gelen Covıd-19 salgınının yayılımını engellemek ve kontrol altına almak adına yapılan çalışmalara KÇS Kipaş Çimento olarak destek veriyoruz. Hastalığın ülkemizde görülmeye başladığı ilk günden itibaren, koronavirüs salgınına karşı Acil Durum Eylem Planımızı güncelleyerek önlemlerimizi almaya başladık.
Ülke olarak içinde bulunduğumuz bu süreçte çalışanlarımızın ve ailelerinin sağlığını korumak öte yandan işimizin sürekliliğinin devamını sağlamak adına birçok önlem aldık.
Aldığımız önlemlerden bazıları;

- İşyeri Hekimi tarafından birim amirlerine "Koronavirüs Hakkında Bilgilendirme ve Önlem Alma Eğitimi" verilerek şirket içi bilincin yükseltilmesi sağlanmıştır.
- Tesise girişlerde, herkesin ateşi ölçülerek kontrollü bir şekilde içeriye alınması sağlanmıştır.
- Kronik rahatsızlığı bulunan ve risk grubunda bulunan personellere izin verilmiştir.
- İzin dönüşü personeller sağlık birimine yönlendirilerek gerekli kontroller yapıldıktan sonra çalışmalarına izin verilmiştir.
- Şehir dışından gelen personellerimiz belirli bir süre karantina sonrası işbaşı yapması sağlanmıştır.
- Giriş ve çıkışlarda parmak okuyucu sistem yerine kart okuma sistemine geçilmiştir.
- Giriş ve yemekhanede sosyal mesafe kuralları dikkate alınarak işaretlemeler yapılmıştır.
- El yıkama ve hijyen ile ilgili lavabolara levhalar asılmıştır.
- Bina girişlerine el ve ayak dezenfektanı konulmuştur.
- Maske kullanımı ile ilgili tesis genelinde bilgilendirme broşürleri asılarak çalışanlar bilinçlendirilmiştir.
- Tesis genelinde kullanılan tıbbi maskelerin sahayı kirletmemesi hem de olası bulaşmayı önlemek için maske atık kutuları konulmuştur.
- Ofisler, lavabolar, soyunma odaları, duşlar vb. ortak kullanım alanları günlük olarak dezenfekte edilmektedir.
- Servis araçlarının sayısı arttırılarak araç içi sosyal mesafe uyumu ve oturma düzeni sağlanmıştır.
- Servislerde el dezenfektanı ve kolonya bulundurması zorunlu tutulmuştur.
- Servis araçlarında, ofislerde vb. kapalı alanlarda birden fazla personelin bulunduğu her ortamda maske takılması ve sosyal mesafenin korunması zorunlu tutulmuştur.
- Yemekhanede sosyal mesafe dikkate alınarak oturma düzeni yapılmıştır ve yemek saatlerinde düzenlemeye gidilmiştir.
- Kullanılan su, tuz vb. ihtiyaçlar tek kullanımlık olacak şekilde verilmeye başlanmıştır.
- Yemekhaneye giriş-çıkışları güvenlik ve sağlık personelleri tarafından kontrol edilmekte ve yemekhaneye giren bütün personellere el yıkama zorunluluğu getirilmiştir.
- Yemekhanede bulunan parmak okuma sistemi yerine kart okuyucu sisteme geçilmiştir.
- Covid-19'dan korunma önlemleri kapsamında Sağlık Bakanlığı tarafından yayınlanan 14 kural sesli olarak yemekhanede dinletilmiştir.
- Covid-19 ile ilgili ülkemizin bir yoğun bakım ünitesinde çekilen kısa belgesel niteliğinde çekilen film ile Koronavirüsün insanlara vermiş olduğu zararları gösterilerek algı oluşturulmuştur.

NOT: Aldığımız bu önlemler kapsamında yapılan uygulamaların işleyişleri İSG birimimiz tarafından rutin olarak kontrol edilmektedir. Bu süreçte özellikle personellerimizin maske kullanımı, sosyal mesafe ve hijyen kurallarına uymaları konularının üzerinde ciddiyetle duruyoruz. Ülkemizin yaşadığı bu olağandışı dönemin en kısa sürede atlatılarak, hepimizin sağlıklı bir şekilde normal yaşantısına dönmesini temenni ediyoruz.



Servis Dezenfaktanı



Girişlerde Ateş Ölçümü



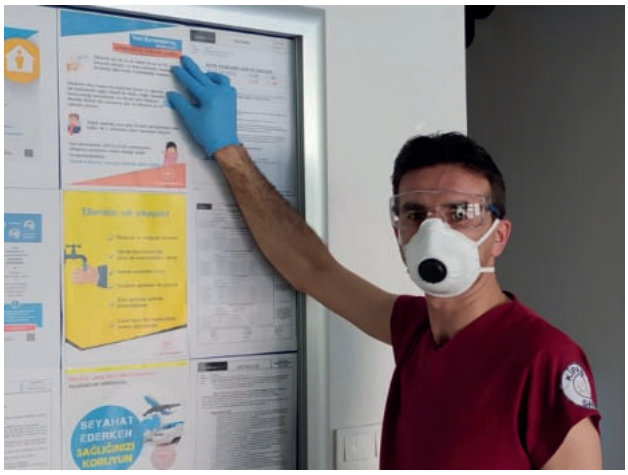
KÇS Kipaş Çimento İSG Ekibi

Kipaş Kağıt İşletmelerinde İSG Tarafından Koronavirüse Karşı Alınan Önlemler

1-) Şirketimizin tüm giriş çıkışlarında 7/24 termal kamera ve ateş ölçerler ile personellerde dâhil herkes kontrol edilmektedir. Ayrıca aralıklarla tüm fabrika gezilerek İSGB personelleri çalışanların ateşlerini kontrol etmektedir.
2-) Girişe sosyal mesafe çizgileri çizilmiştir. Tüm personel kendi tasarımımız olan üst dezenfektanı ile giriş çıkışlarda her an otomatik dezenfekte edilmektedir.
3-) Şirketimize dışarıdan giriş yapacak olan araç, araç personeli, var ise taşınan yük dezenfekte edilip tüm kontrolleri sağlandıktan sonra kabul görmektedir.
4-) Tüm birimlere ve şirket girişlerine el dezenfektanları, tek kullanımlık eldiven, maske, tulum ve gözlükler teslim edildimiştir. Kontrolleri ise düzenli olarak yapılmaktadır.
5-) Sağlık Bakanlığı'nın yayınladığı yurt dışı ziyaretçileri ile ilgili genelge harfiyen uygulamaktadır.
6-) Yurt içi ve yurt dışı seyahatler ve ziyaretçi girişleri askıya alınmıştır.
7-) Tüm şirket geneline konu ile ilgili bilgilendirme broşürleri asılmıştır. Ve buna ek olarak tüm personelimize hem mail hem de sms ile bilgilendirme yapılmıştır.
8-) Zorunlu işe giriş olması veya iş kazası sonrası eğitimler (sosyal mesafe kuralına göre tek tek eğitimler veriliyor) dışında toplu eğitimler İSG kurul kararı ile 3 ay ertelenmiştir.
9-) Tokalaşmak, sarılmak vs gibi tüm yakın temaslar yasaklanmıştır. Ofislerde ve otomasyon odalarında fazla sandalyeler kaldırılmıştır. Sosyal mesafeyi hatırlatıcı levhalar yapılıp ilgili yerlere bırakılmıştır.
10-) Yemekhaneler de tek kullanımlık materyaller kullanılmaya başlanılmıştır.Yemekhane girişlerine dezenfektanlar yerleştirilmiş olup ekmekler tek tek ve yeteri kadar verilmektedir. Sosyal mesafe çizgileri çizilmiş olup masalarda sandalyeler 2'ye düşürülmüştür. Personellerin çapraz oturulması sağlanmıştır.
11-) Kronik rahatsızlığı olan personeller ve hamile çalışanlar ile 60 yaş üstü olan risk grubundaki personeller izne gönderilmiştir.
12-) Yemekhanelerde ve personel giriş çıkışlarında sosyal mesafe kuralı uygulanmıştır.
13-) Tuvalet ve lavabolara teması azaltmak adına sensörlü lambalar ve musluklar yapılmıştır.
14-) Tüm servislere el dezenfektanı verilmiştir. Ayrıca bilgilendirme broşürleri asılmıştır ve azami yolcu kapasitesi mümkün olduğunca uygulanmaya çalışılmıştır.
15-) Kalabalık çalışmayı önlemek adına dönüşümlü olarak tüm birimler personellerini yıllık izne göndermiştir.
16-) Pandemik influenza Covid-19 acil eylem planını hazırlayarak uygulanmaya başlanmıştır. Gerekli kontroller yapıldıktan sonra ek olarak bir sonraki acil eylem planına da eklenecek ve gerekli çalışmalar yapılacaktır.
17-) Hem Sağlık Bakanlığı hem de diğer devlet kanalları ile acil eylem kararları ve genelgeleri harfiyen de uygulanmaktadır.
18-) Çalışanların her türlü durumda sosyal mesafeyi koruması sağlanmıştır.
19-) İşletme girişlerine dezenfekte havuzları yerleştirilmiştir.
20-) Tıbbi atık sınıfında olan maskelerin çevreye değil özel hazırladığımız maske toplama yerlerine atılmasını ve 72 saat burada bekletip sonrasında çöp konteynırına atılması sağlanmıştır.
21-) Tüm ofisler ve kapalı alanlar elektrikli ilaçlama makinesi ile en fazla 2 günde bir defa olmak üzere idari işler personelleri tarafından ekstra dezenfekte edilmektedir. Böylece buhar halinde yayılan dezenfektan her tarafa ulaşmakta ve riski azaltmaktadır.
22-) Söke ve Bozüyük şubelerimizde bulunan parmak okutma, tedbirler kapsamında kartlı sisteme geçmiştir.

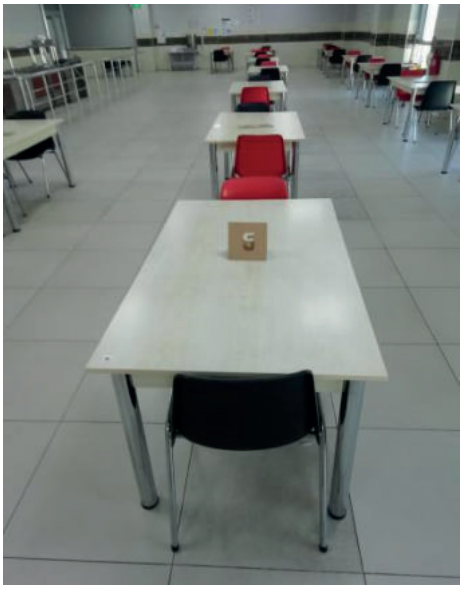


KİPAŞ Kağıt, Maren ve Bozüyük Alınan Önlem Fotoğrafları













Bu yaptıklarımızın tamamı diğer şubelerimizde de yapılmaktadır. Ek olarak Maren Kağıt ve Bozüyük şubelerimizde ekstra yapılanlar aşağıdaki gibidir.

- Tüm personelin ve ziyaretçi,tedarikçi vb.kişilerin giriş ve çıkışlarda ateş ölçümleri yapılmıştır.
- Enfeksiyon riskine karşı tüm personele tulum,eldiven ve cerrahi maske temin edilmiştir.
- Tüm işletme,ofisler ve servisler günlük dezenfekte edilmektedir.Ayrıca tüm bölümlere dezenfektanlar monte edilmiştir.
- Yemekhane sosyal mesafe kuralına göre düzenlenmiştir,masalar kişiye özel numaralandırılmıştır.
- İşletme içerisinde bulunan tüm panolara Covid-19 afişleri asılmıştır.



Takım Ruhu Parayla Satın Alınamaz

Bir şirketin başarılı olması için nitelikli çalışanlara ihtiyacı vardır. Eğer insan sermayesi yeterli değilse şirket ne kadar maddi kaynağa sahip olursa olsun başarılı olamaz. Futbol, basketbol takımlarının da başarısı oyuncu kalitesiyle doğru orantılıdır. Bugün dünyanın en başarılı futbol takımları, en değerli oyunculara sahip olanlardır. Başarıyı belirleyen faktörler arasında iyi bir yönetim, iyi bir strateji, maddi imkânlar ve elbette şansın da payı vardır.

Çoğumuz bu etmenlerin bir araya gelmesinin başarıyı getireceğini düşünürüz. Sezon başında en iyi oyuncuları kendi bünyesinde toplayan kulübe şampiyon gözüyle bakılması bu nedenledir. Şirketler için de böyledir, en nitelikli çalışanları bir araya getiren şirketlerin de başarılı olacağı varsayılır. Ama bütün bunların yanı sıra başarıyı belirleyen en önemli faktörlerden biri de takım olabilmektir. Kişisel gelişim uzmanı Chris Wiedener hepimizin hayatımızın her anında, rollerimiz değişse de aslında her zaman bir takımın parçası olduğumuzu söyler. Ailemiz de çalışma arkadaşlarımız da ait olduğumuz sosyal gruplar da aslında tam anlamıyla birer takımdır ve biz her takımda farklı bir rolü üstleniriz.

Takım ruhu, insanların egolarını ikinci plana atıp takımın başarısı için mücadele etmesiyle elde edilir. Takım üyelerinin, aynı zamanda hem birey olmaları hem de takımlarıyla tek vücut olmaları gerekir. Takım olmak demek, aynı değerleri paylaşıp ortak bir hedefe kilitlenmek demektir.

Başarılı olmak için maddi imkânlar, nitelikli insanlar, güçlü bir lider ve şans gereklidir ama takım üyelerini birbirine bağlayacak bir "amaç birliği" yoksa başarılı olmak mümkün değildir. Amaç birliği sadece bir hedefe kilitlenmekle elde edilmez. Bir şirketin satış hedefi ya da bir takımın ligi birinci sırada bitirme hedefi bir "amaç" değildir. Hedefe varmak, bir performans ölçütüdür. Amaç ise bir insanın veya bir takımının bir hedefe ulaşmasının arkasında yatan nedenle ilintilidir. Amaç, insanın inançları ve değerleriyle ilgilidir. Hedefler ölçülebilir ama amaç ölçülemez. Amaç daha derinde olan ve insanın varoluşuyla ilgilidir. Hedeflere ulaşmak hatta geçmek bile mümkünken insanlar bütün ömürlerini somut sonucu olmayan bir amaç uğruna harcayabilirler.

İyi bir takım sadece iyi oyuncularla değil, onları birbirine bağlayan görünmez bağlarla oluşur. Bir takımda bu kimyayı yakalamak için, oyuncuları heyecanlandıran bir amaç birliğine ihtiyaç vardır. Bu amaç birliğini yakalamış, uyumla hareket eden takımlar, bütün imkânsızlıklara rağmen başarırlar. Çok pahalı yıldız oyunculardan oluşan takımlar, kendilerinden beklenen başarıyı gösteremezken onların yarısı değerindeki takımların onlardan daha başarılı olmalarının sebebi bir amaç birliğine ve bir takım ruhuna sahip olmalarındandır. Vasat oyunculardan oluşan bir takımın, sahaya koyduğu mücadele gücü, inanç, dayanışma, motivasyon gibi özelliklerin yarattığı etkiyle çok kaliteli futbolculardan oluşan bir takımı yenebilmesi bu nedenledir. İmkânları son derece kısıtlı şirketlerin, bütün yokluk ve zorluklara rağmen başarılı olmaları, çalışanların kendilerini işlerine adayacak bir amaç birliğini yakalayabilmiş olmalarındandır.

Takım ruhu, parayla satın alınamaz. Para, insanların işlerini yapabilmeleri ve hayatlarını sürdürmeleri için bir araçtır ama onları bir takım yapmaya yetmez. İş dünyasında olsun, sporda olsun bir amaç birliğine varıp fark yaratan takımların dünyanın her yerinde takdir görmesi, parayla satın alınamayan bir başarıyı ortaya koydukları içindir.

Chris Wiedener, bir takım olmanın ortak özelliklerini şöyle sıralıyor:

1. Her şeyden önce bir takımı ortak bir hedefe yönlendiren etkili bir lider lazımdır.
2. Takım içinde "Birimiz hepimiz, hepimiz birimiz için" duygusunun hâkim olması gerekir.
3. Takımdaki herkesin birbirini hep "daha iyiye", "mükemmeli yapmaya" cesaretlendirmesi, olabilecek en iyi sonucu almak için desteklemesi ve kamçılaması gerekir.
4. Sıra dışı başarılar, büyük bir adanmışlıkla mücadele eden takım oyuncularıyla elde edilir.
5. Takım üyelerinin rollerinin açık ve net bir şekilde belirlenmiş olması takımın işleyişini kolaylaştırır.



DR. Özer BAŞARA
Kipaş Holding İSG İş Yeri Hekimi

Corona (COVİD-19) Virüsünün Dünya Sağlık Örgütü tarafından küresel salgın olarak kabul edilmesiyle oluşabilecek risklere karşı KİPAŞ Grup bünyesinde Yönetim Kurulumuz adına Hikmet GÜMÜŞER başkanlığında oluşturulan Acil Eylem Kurulu'nun, Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı ile Aile-Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı İşçi Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü'nün COVİD-19 için yayınladığı tüm genelgelerinin ivedilikle uygulanması yönünde aldığı kararları, KİPAŞ İSG Grup Müdürü Dr. Demirhan ÖKSÜZ ve Müdür Yardımcımız Sinem ŞAKALAR'ın oluşturduğu organizasyon ile tüm işletmelerimizde çalışanlarımızın sağlığını korumak için gerekli önlemleri alarak uygulamakta ve yapılan uygulamaları titizlikle denetlemekteyiz.



DR. A. Serdar OĞUZHANOĞLU
OSB Kipaş Mensucat İş Yeri Hekimi

Corona(COVID-19)pandemisinin bir solunum yolları hastalığı olduğu ve bu hastalığın solunum yoluyla veya bir başka taşıyıcı yolu ile yine solunum organlarına bulaştığı biliniyor.
Dünya Sağlık Örgütü tarafından küresel salgın olarak kabul edilmesiyle oluşabilecek risklere karşı Sağlık Bakanlığı'nın almış olduğu kararlar doğrultusunda bizlerde Kipaş Grup bünyesinde Acil Eylem Kurulu'nun COVID-19 için almış olduğu tüm kararları uygulamaya başlamış bulunuyoruz.

Bu doğrultuda OSB işletmelerinde yeni tıp Corona Virüsün(COVID-19) yayılmasını önlemek için başlatılan sosyal izolasyon kuralını personelimiz için 3 hafta uyguladık. Bu sürenin sonunda toplu taşıma servislerinde kurallara uygun sıkı tedbirler aldık. Yemekhaneler, duşluklar ve giyinme odalarında yapılması gereken tedbir ve kuralları titizlikle hayata geçirdik. Giris, çıkış, ve işe başlama durumlarını takip ederek vardiyaları kontrol altına aldık. İl dışı ve yurt dışından gelenler için 14 gün izolasyon süresini takip ederek kişileri gözlemledik. Hastalık belirtilerini taşıyan kişilerin iş yeri hekimi tarafından yapılacak olan ilk muayeneden sonra gerek duyulması halinde en yakın sağlık kuruluşuna sevkinin sağlanması adına çalışmalarımızı devam ettirdik.

Bağışıklık sistemi hastalığı, diyabet, kalp, akciğer hastalığı gibi kronik hastalığı olan çalışanlarımızı korumaya aldık. OSB Kipaş Mensucat İşletmemizde şu ana kadar sıkıntılı bir duruma rastlanmamıştır ve vakamızda yoktur. Çalışanlarımızın sağlığı bizim için kıymetlidir. Bu hususta ben ve çalışma arkadaşlarım elimizden gelen gayreti sarf etmeye devam edeceğiz. Sizlerde kurallara uyarak bize destek sağlayabilirsiniz.
Saygılarımla sağlıklı kalın.



DR. Özgür ERSOY
Kipaş Kağıt İş Yeri Hekimi

Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı ile Aile-Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı İşçi Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğünün COVİD-19 için yayınladığı tüm genelgelerinin ivedilikle uygulanması yönünde aldığı kararları, KİPAŞ İSG Grup Müdürü Dr. Demirhan ÖKSÜZ ve Müdür Yardımcımız Sinem ŞAKALAR'ın oluşturduğu organizasyon ile kağıt işletmelerimizde de çalışanlarımızın sağlığını korumak için gerekli tüm tedbirleri uyguladık.
Sürecin başında kronik hastalığı olan ve 60 yaş üstü çalışanlarımızı izole olmaları için evlerine gönderdik. Bunun yanında çalışma ortamındaki yoğunluğu azaltmak için çalışanlarımızın bir kısmına yıllık izinlerini kullandırdık. Fabrikamızda stratejik noktalara yeterli düzeyde antiseptik malzeme bulunmasına özen gösterdik.
Yemekhanelerde ve atölye dinlenme alanlarında çalışanlarımıza bu salgınla ilgili eğitimler verdik. Kapı giriş ve çıkışlarında ateş ölçümünün yanında hemen her gün sahada çalışanlarımızı yerinde ziyaret ederek; Corona Virüs hastalığının klinik bulgularını sorguladık. Personellerimizi konuyla ilgili bilgilendirdik.

Zorlu bir süreçten geçtiğimiz şu günlerde gayretle ve özenle çalışmaya devam ederek personellerimizin yanında olacağız. Lütfen sizlerde kurallara uyarak bizim yanımızda olun.



KORONA VİRÜSE KARŞI ELLER NASIL YIKANMALI

6 soruda el hijyeni ile ilgili merak edilenler

El yıkama, kendimizi ve sevdiklerimizi Korona Virüs (COVİD-19) gibi enfeksiyonlardan korumakta ve mikropların yayılmasını engellemekteki en önemli adımlardan. Ancak sık el yıkamanın vücudumuzun en büyük organı olan ve bağışıklık sisteminin önemli bir üyesi olan deride çeşitli sorunlara yol açabileceği belirtilmektedir.

Deri dış dünya ve vücudumuz arasında etkili bir bariyer görevi görür. Tahriş edici ve alerjen maddeler ile mikropların deriden geçişine engel olur. Pek çok işlevinin arasında doğal nemlendirici yağlar ve mikropların deriye tutunmasını engelleyen çeşitli maddeler üretmek de yer alır. Deri hijyeni ve bakımının, derinin bu işlevleri yerine getirmesine destek olacak şekilde yapılması önemlidir. Hijyen sağlarken deri sağlığını da korumak, uygun temizleyiciler ve nemlendiriciler kullanmak gibi bazı tedbirlerin alınması ile mümkün olabilir.

1) Tırnakların mikrop taşımakta rolü var mı?
Tırnakların altında çeşitli mikroplar barınabilir, bu nedenle tırnakları kısa kullanmak gerekir. Tırnakları keserken kanatmamak ve batık oluşumuna yol açmamak için düz kesmek önemlidir. Ojeler, özellikle soyulduklarında altında mikrop barındırabildiklerinden, bu dönemde oje kullanmamak daha doğru olacaktır.

2) Eller nasıl yıkanmalı?
Etkili el yıkama, en az 20 saniye boyunca, sabunla kapsamlı bir yıkama anlamına gelir. Parmakların uçları, araları ve üstleri, avuç içleri, ellerin yanları, başparmaklar, tırnakların altı, el bilekleri de dâhil olmak üzere tüm yüzeyler sabunla köpürtülmelidir. Sabunun iyice durulandığından da emin olmak gerekir.

3) Su hangi ısıda olmalı?
El yıkarken çok sıcak veya çok soğuk su kullanmak derinin kurumasına yol açar. Bu nedenle eller mutlaka ılık su ile yıkanmalıdır.

4) Hangi sabun kullanılmalı?
Sabun içeriğinde bulunan sürfaktanlar (yüzey aktif madde) mikroplarla eş zamanlı olarak derinin doğal yağlarını da uzaklaştırarak, derinin kurumasına ve bariyer görevinin bozulmasına neden olur. Standart sıvı sabunlar, kalıp sabunlara göre daha fazla deterjan içermeleri nedeni ile daha çok tahriş edici özelliktedir. Antibakteriyel sabunların ise, normal sabunlara göre bir üstünlüğü bulunmamaktadır. Ayrıca sabunlar yapıları gereği alkali özelliktedir, oysaki deri pek çok işlevini ancak nötral veya asit pH'da gerçekleştirebilir. Sentetik sürfaktanlardan oluşan sabunsuz temizleyiciler ve pH değeri dengelenmiş olan temizleyiciler etkili hijyen sağlarken, derinin doğal yağlarına zarar vermezler.

5) Yıkama sonrası eller kurulanmalı mı? Nasıl kurulanmalı?
Mutlaka kurulanmalı. Islak bıraktığımızda, buharlaşma sırasında deriden su kaybı artacağından, deri kuruluğu gelişir. Deride fiziksel hasar oluşumunu engellemek için de ovalama ve sürtme hareketlerinden kaçınmak gerekir. Bu nedenle eller temiz bir havlu ile tamponlama (havlunun yavaşça deriye bastırılması) hareketi yaparak kurulanmalıdır.

6) El yıkama sonrası el dezenfektanı veya kolonya kullanmak gerekir mi?
Su ve sabun ile yıkama etkili bir hijyen sağlar, yani el dezenfektanı veya kolonya uygulamak gerekmez. Hatta bu tip uygulamalar, derinin daha fazla kurumasına ve tahriş olmasına neden olur.

Bu bayram büyüklerimizi ziyaret edemeyeceğiz, büyük sofralara oturup hep birlikte yemekler yiyemeyeceğiz, doya doya sarılıp birbirimizi öpemeyeceğiz, çocuklar kapı kapı dolaşıp şeker toplayamayacaklar. Nerde o eski bayramlar diyerek iç geçireceğiz özlemle. Ama birlikte hareket ederek, inanarak ve kurallara uyarak daha büyük bayramlara imza atacağız Daha iyi anlayacağız birbirimizin değerini, daha sıkı sarılacağız, rahat nefes alabilmenin mutluluğunu yaşayacağız, ayağa daha güçlü kalkacağız. Birlikte başaracağız.

Kurumsal İletişim Birimi olarak Ramazan Bayramınızı en içten dileklerimizle kutlarız.

RAMAZAN BAYRAMIMIZ

Mübarek Olsun!

BİZE ULAŞMAK İÇİN

0549 828 72 23

751912 (Şirket İçi)

www.kipas.com.tr

ik@kipas.com.tr