



İLKOKUL BÜLTENİMİZ

LİSE BÜLTENİMİZ

HAFTALIK VELİ BÜLTENİ – 22 MAYIS 2020

İçindekiler

- Tüm Velilerimizin Ramazan Bayramını Kutluyor, Sağlık Ve Mutluluklar Diliyoruz..... 1
- 19 Mayıs Gençlik Ve Spor Bayramımızı Kutladık 2
- Eğitimde İzlerimiz..... 3
- 19 Mayıs Geleneksel Sanat Sergimizi Online Olarak Gururla Gerçekleştirdik 5
- Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Birimi..... 5
- Öğrencilerimizden Bir Toplum Hizmeti 6

✚ TÜM VELİLERİMİZİN RAMAZAN BAYRAMINI KUTLUYOR, SAĞLIK VE MUTLULUKLAR DİLİYORUZ.

Sayın Veliler,

Ramazan Bayramı'nızı kutlar, tüm sevdiklerinizle sağlıklı, mutlu, nice bayramlar dileriz. 19 Mayıs Atatürk'ü Anma, Gençlik ve Spor Bayramı'mızı Lise'mizin hazırladığı tören ile coşkuyla kutladık. Okulumuzun Halk Oyunları ekibine ve Lise öğrencilerimize performansları için çok teşekkür ediyoruz.

Okul sekreterliği tarafından sizlere link olarak gönderilen formları en geç 05 Haziran 2020 Cuma gününe kadar eksiksiz olarak doldurmanızı önemle rica ediyoruz. 05 Haziran 2020 akşamına kadar kayıtları yenilenmeyen öğrencilerimizin yerine kontenjan dahilinde sınavla öğrenci alınacaktır. Tüm kayıt evraklarını eksiksiz dolduran velilerimizin 15-19 Haziran 2020 haftasında kendilerine randevu verilen saatte okulumuza gelip, evraklarını imzalamalarını ve böylelikle 2020-2021 Eğitim ve Öğretim Yılı için kayıt işlemlerini tamamlamış olacaklarını önemle hatırlatırız. Velilerimizin kayıt evrakını imzalamaya gelirken mutlaka maske takmalarını, kampüste güvenlik bölgesinden içeri girişte güvenlik personeli tarafından ateşlerinin ölçüleceğini alınan bu tedbirler nedeniyle bizlere yardımcı olmalarını önemle hatırlatırız. Uzaktan eğitim ile sürdürdüğümüz derslerimiz 28 Haziran 2020 Cuma gününe kadar devam edecektir.

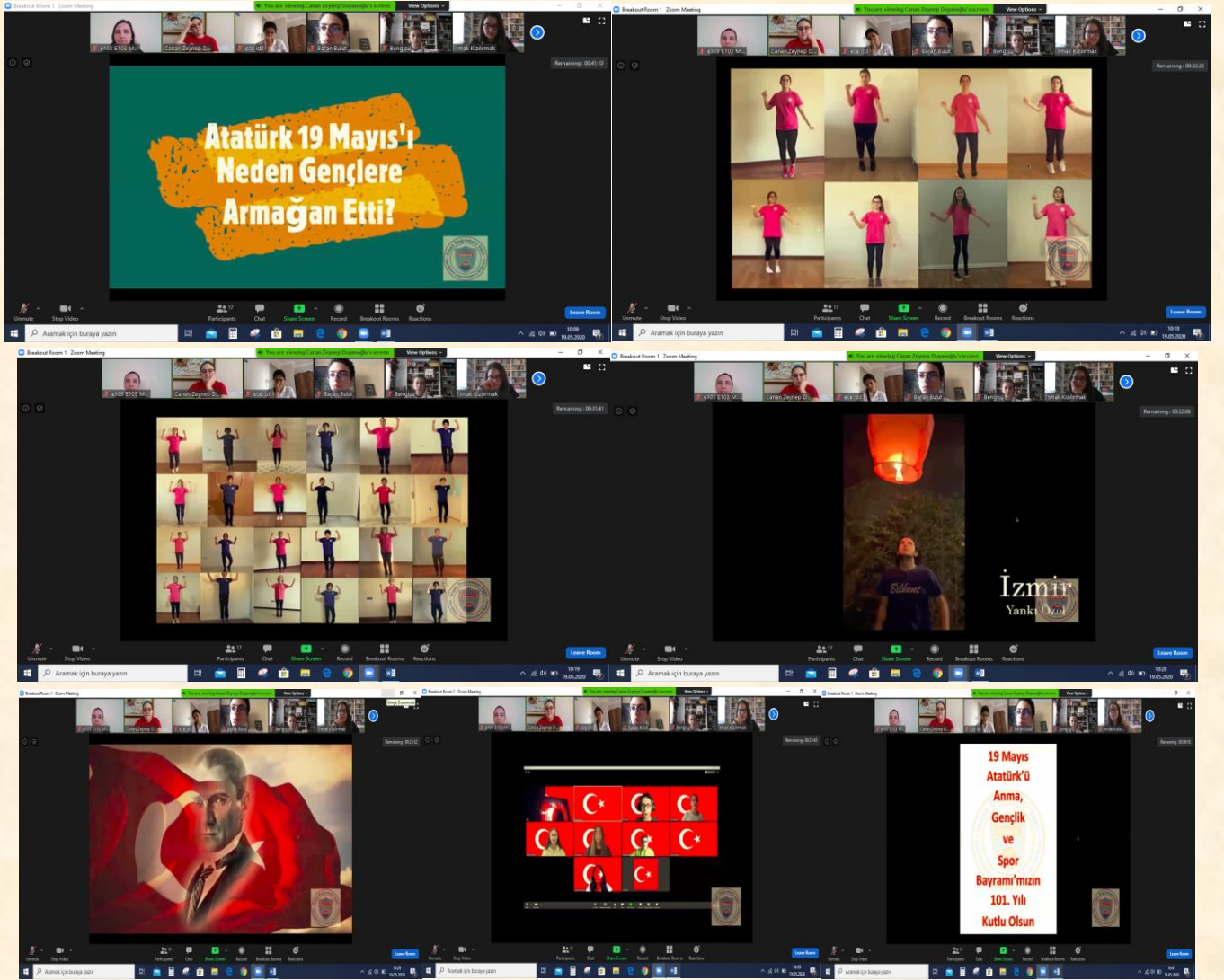
Bilgilerinizi rica ederiz.

Saygılarımızla

İDV Özel Bilkent Ortaokul Yönetimi

19 MAYIS GENÇLİK VE SPOR BAYRAMIMIZI KUTLADIK

Mustafa Kemal Atatürk'ün gençlere armağan ettiği 19 Mayıs Gençlik ve Spor Bayramını coşku ile kutladık. Kutlamalarımızdan bazı kareler.



BEDEN VE SAĞLIK EĞİTİMİ

"EVDE KAL ZİNDE KAL"



Sloganından yola çıkarak, içinde bulunduğumuz olağan üstü şartlar doğrultusunda uzaktan eğitim yöntemiyle gerçekleştirdiğimiz zoom platformu üzerinden, 5. Sınıftan 8. Sınıfa kadar tüm seviyelerimizde uyguladığımız antrenman planlarımız ile öğrencilerimizi "harekete geçirmeyi" başardığımızı düşünüyoruz.



Bu süreçte ilk önce öğrencilerimize, bedensel olarak ne kadar güçlü ve sağlıklı olursak, dış dünyanın bize olan yansımalarını, en olumlu şekilde karşılayabileceğimiz konusunda bilinç kazandırdık.



Hareket alanlarımız kısıtlanmış olsa da, evimizde yapacağımız günlük 30 dakikalık egzersizler ile bedenimizi daha sağlıklı, daha güçlü ve daha dayanıklı hale getirebileceğimizi anlattık.

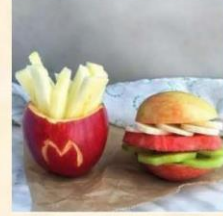


Tüm düzeylerimizin yaş ve seviyelerine uygun antrenman programları ile ev ortamında yapabilecekleri, 30 dakikalık egzersiz programını hep birlikte zoom üzerinden canlı olarak birlikte uyguladık.



Çalışmalarımızı planlarken;

Daha çok vücut ağırlığı ile yapılan çalışmaların yanı sıra kardiyo, kondüsyon, koordinasyon, denge, kuvvet, karın ve sırt kası, küçük ağırlıklar ile kuvvet çalışması, top alıştırmalarına da yer vererek antrenmanlarını çeşitlendirdik.



Bunları yaparken her fırsatta, enerji tüketim miktarımızın azalması nedeni ile, ne yediğimize ve miktarına daha çok dikkat ederek düzenli ve sağlıklı beslenmeyi sürdürme konusunda da bilgi verdik.



Evde kalmanın verdiği rahatlık düzeyi doğrultusunda, sağlıklı ve dengeli büyümeleri için, uyku düzenlerini bozmadan devam ettirmeleri gerekliliğini derslerimizde anlattık.

MYP Beden ve Sağlık Eğitimi dersinin en temel ilkelerinden biri olan,

" Sağlıklı Bir Hayat Tarzı Ve Onu Koruma Bilincini Geliştirmek"

ilkesine de öğrencilerimiz ile birlikte uygulamalı olarak ulaştığımızı düşünüyoruz.

"SAĞLIKLA KALIN"

Değerli Bilkent Ailesi, Sayın Velilerimiz;

Geleneksel olarak her yıl 19 Mayıs tarihinde gerçekleşen, Geleneksel Sanat sergimizi bu yıl da içinde bulunduğumuz güncel eğitim imkanları dahilinde online olarak web sayfamızdan gerçekleştirdik. İlkokul - ortaokul-lise öğrencilerimizin görsel sanatlar derslerinde hazırladıkları etkinliklerden oluşan sergimizin konuları şapka tasarımları -öğrenen profilleri ve sanat, dünya el sanatları, resim sanatı dönemlerine ait yeni yorumlardan ve dünyaca ünlü ressamın tanıtıldığı afişlerden ve lise IB öğrencilerimizin mezuniyet çalışmalarından oluşmaktadır. Sergimizi [okulumuzun web sayfasından](#) takip edebilirsiniz. Sanatla ve sevgiyle kalın.

PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK BİRİMİ

ÖZSAYGI VE ERGENLİK

Kusurların mükemmelliğini ortaya çıkarma sanatı olarak ta adlandırılan “Kintsugi”, kırılmanın aslında bir bozulma veya yok olma değil, yeni bir varoluş biçimi olduğuna işaret eder. Porselen bir kâse, kupa veya sürahi yapıştırıldığında aynı şey olmaz. Ancak bu sanatla gümüş ve altın tozu kullanılarak yapıştırıldığında çok daha değerli hale dönüşebilir.

İlişkiler söz konusu olduğunda: zorlu yaşam olayları, ilişkilerdeki zorlanmalar, hayal kırıklıkları bazen kendimizi incitmemiz bazen çevremizdekileri kırdığımız süreçlere dönüşebilmekte. Kimi zaman ihtiyacımız olan, kendimizle ve ilişkilerimizle hassasiyetle ilgilenmek yoluyla gerçek değeri (değerimizi) açığa çıkarmak olabilir çünkü: önemli olan kırığı onarmaktan da öte gerçek değeri ortaya çıkarmaktır. Anne baba olarak; ergenlik döneminin aslında tam da bu sebeplerle fırsatlar dönemi olduğunu hatırlamak, bu süreçte çocuğumuzun özsaygısını beslemek ve kendisi olmasına izin verirken ona rehber olabilmek önemlidir. Çünkü: zorluklar incitici ve korkutucu olabildiği gibi öğretici ve geliştirici de olabilir.

ÖZSAYGIMA DAİR BEYANIM

Ben, benim.

Dünyanın hiçbir yerinde, bana birebir benzeyen hiç kimse yok. Bazı yönleri bana benzeyen bazı insanlar var, ama bir bütün olarak benimle tıpatıp aynı olan hiç kimse yok. Bu yüzden, benden gelen her şey bana özgüdür, çünkü o seçimi ben, tek başıma yaptım demektir.

Benimle ilgili her şey bana aittir; bedenim, ifa ettiği herşeyle birlikte benimdir; zihnim, düşüncelerim ve fikirlerimle birlikte; gözlerim, gördükleri her şeyle beraber; duygularım, ne olursa, kızgınlıklarım, sevinçlerim, hayal kırıklıklarım, sevgilerim, heyecanlarım; ağızım ve ağızımdan çıkan her bir kelime, kibar, tatlı ya da sert, doğru ya da yanlış; sesim, sert ya da yumuşak ve tüm hareketlerim ister kendime karşı ister başkalarına karşı, bana aittir.

Hayallerim, rüyalarım, umutlarım ve korkularım bana aittir.

Tüm zaferlerime ve başarılarıma, tüm başarısızlıklarına ve hatalarıma sahip çıkıyorum.

Her şeyim bana ait olduğu için, kendimi en yakından tanıyabilirim. Bunu yapabilir ve bu şekilde ben kendimi sevebilir ve beni ben yapan her şeye dostça bakabilirim. Kendim, kendimi, kendi iyiliğim için hareket etmeye ikna edebilirim.

Kendimle ilgili kafamı karıştıran şeyler var, evet. Ve kendimle ilgili bilmediğim çok şey de var. Ama kendime sevgiyle ve dostça bakabildiğim sürece, kafamı karıştıran şeyleri anlamamın ve kendim hakkında daha fazla şey öğrenmenin yolunu bulmak için cesaret bulabilir ve ümit besleyebilirim.

Belli bir andaki görünüşüm ve söylediklerimin kulağa geliş şekli, söylediğim ve yaptığım her şey, düşündüğüm ve hissettiğim her şey, bendendir. Bana özgüdür ve o anda nerede ve ne durumda olduğumu anlatır.

Daha önceki bir zamandaki görünüşüm ve sözlerimin kulağa geliş şeklinin, söylemiş ve yapmış olduğum şeylerin, düşünmüş ve hissetmiş olduğum şeylerin, bazı yönlerimin, sonradan uygun olmadığını düşünebilirim. Uygun olmadığını düşündüğüm şeyleri bir kenarı bırakabilir ve uygun olduğunu düşündüklerime sahip çıkabilirim. Ve kenara bıraktıklarımın yerine yenilerini yaratabilirim.

Görüyorum, duyuyorum, hissediyorum, düşünüyorum, konuşuyorum ve yapıyorum. Hayatta kalmak, başkalarına yakın olmak, üretici olmak ve etrafımdaki dünyaya, insanlara ve şeylere bir anlam kazandırmak için gerekli araçlara sahibim.

Ben, bana aitim ve bu yüzden kendimi işleyebilirim.

Ben, benim ve ben iyiyim.

Virginia Satir

Sağlıklı ve sevgi dolu günler dileğiyle.

Özel Bilkent Ortaokulu Psikolojik Danışma ve Rehberlik Birimi

*Mamen, Maggie. “Şımartılmış Çocuk Sendromu”. Çev. Gülnihal Kafa. İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2016.

ÖĞRENCİLERİMİZDEN BİR TOPLUM HİZMETİ

Ortaokul öğrencilerimiz Dil ve Edebiyat Dersi kapsamında geçirdiğimiz bu zorlu süreç için Çankaya Belediyesi Yetkililerine teşekkürlerini bakın nasıl ifade ettiler.

Saygıdeğer Hâlâ Hizmet Vermekte Olan Fırıncılar,

Umuyorum ki işleriniz iyi, sağlığınız yerindedir. Sizlere ne kadar teşekkür etsek az. Sonuçta, ciddi manâda evimize ekmek girmesini şu zamanda sağlayan sizlersiniz. Bu mektubu yazma amacım da bu: Sizlere teşekkür etmek. Sizlere bir vefa borcumuz var. Bir borç, hele ki vefa borcu, sözle ödenmez elbet ama yine de bir etkisi olur belki yazacaklarımın.

Hayatımızın her alanında “ekmek” kavramına sıkça yer veririz, bereketli topraklar sahibi bir memleket olduğumuz için. “Ekmek teknesi”, “ekmeği taştan çıkarmak”, “kırk fırın ekmek yemek”, “ekmek kapısı”... Hatta “para, geçim” kelimeleri yerine “ekmek” kelimesini kullandığımız da olur. İşte soframızda yeri böylesine büyük olan ekmeği üreten sizler hâlâ çalışmaktasınız ve bu büyük bir onurdur. Bu nedenle size kesinlikle azımsanamayacak bir vefa borcumuz var.

Umuyorum ki bu mektup az da olsa yardımcı olur yorgunluğunuzu dindirmeye. Sağlığınızı korumanız ve güzel günleri görmek, tekrar dışarı çıkabilmek dileğiyle,

Emir Karabağ / İDV Özel Bilkent Ortaokulu / Ankara /8. Sınıf Öğrencisi

Sayın Belediye Başkanım ve Değerli Tüm Çalışanlar,

Bu mektubu, Ankara'nın Çankaya ilçesinde, annesi ile küçük bir evde yaşayan, yaşadığımız dönemin zor şartlarına ayak uydurmaya çalışan bir kız olarak yazmaktayım. Şu anda birçok insan gibi ben de evimdeyim ve sizleri düşünüyorum.

Tamam kabul, bu mektubu belki de rahatça hiçbir sıkıntı olmadan sakince yazmayı isterdim ancak şartlar buna izin vermiyor. Aslında ben de her çocuk gibi biraz sıkılıyorum. Ayrıca evde annemi öpemediğim için bazen aynı evde bile birbirimizi özlediğimiz zamanlar oluyor. Ancak sağlıklı olacaksam ve bir zaman sonra her şey geçecekse, bu sıkıcı anların ve özlemin her şeye değeceğini düşünmekteyim. Aslında kendimden bahsetmek yerine ya da evimde kalıp kalmadığımı anlatmak yerine sizlere ve diğer tüm değerli çalışanlarımıza; tüm milletimiz adına mektubumda teşekkür etmek istiyorum. Teşekkür ederiz. Başta sağlık çalışanlarımız olmak üzere, bakanlıklarımıza, polislerimize, öğretmenlerimize, market çalışanlarımıza, fırıncılarımıza, ekmekçilerimize, belediyemize, evinde kalan yaşlılarımıza, gençlerimize, bu zor dönemde elinden ne geliyorsa yapan tüm insanlara teşekkür ederiz. Birçok reklamda da geçtiği gibi "Baharlar gelecek." Evet, gelecek. Hepimiz sağlıklı bir şekilde dışarıda koşabileceğiz, okul sıralarımıza geri dönebileceğiz, sarılabileceğiz. Ancak sabretmeliyiz. Şiir kitaplarını sevdiğim için değerli şairlerimizden birinin şiirinin bir bölümünü buraya yazmak istiyorum. "Gelecekse beklenen, beklemek güzeldir." Özdemir Asaf bu şiirini sevmek ve özlemek ile devam ettirmiştir. Fakat benim bunu yazma sebebim özlem ya da sevgi değil; baştaki cümlesini şu dönemde güzel günlerin gelmesi bakımından düşününce tam uymasından dolayı yazdım. Millet olarak sizlere güvenimizin tam olduğunu bilmenizi istiyorum. Siz nasıl bize sokağa çıkmama ve sosyal mesafe konusunda güveniyorsanız bizler de sizlerin bu günleri geride bıraktıracacağınız konusunda sizlere güveniyoruz. Hepimizin bir kalbi ver ancak millet olarak beraber olunca tek yüreğiz.

Umarım mektubumu okuduğunuzda daha motive hissetmişsinizdir. Belki umutsuzluğa kapılmıştınız ancak alkışlarımız gibi mektubum da sizi umutlandırmıştır. Bu yoğunlukta bile mektubumu okuduğunuz için teşekkür ederim. Sağlıklı kalın, sizlere ihtiyacımız var, sizlere güveniyoruz. Umuyoruz ki her şey geçecektir. Saygılarımla...

Deniz Tuana Yıldız

Değerli Sağlık Çalışanları,

Ben Begüm Korukluoğlu. İDV Bilkent Ortaokulu'nda 8.sınıf öğrencisiyim; ancak kendimi bu kimliğimle tanıtmak istemiyorum. Ben, bu sağlık savaşında en ön sırada sizlerin yanında savaşan iki doktorun kızıyım. Bu mektubu, salgınla yakın temasta olduğumu ve bu sürecin içinde bulunduğumu bilerek okumanızı istiyorum. Salgının başladığı günden beri yaşanan olayları ve sorunları en yakından takip ettiğim için sizi gerçekten çok iyi anlıyorum. Belki de tüm yaşadıklarınızı bildiğim için size içten bir teşekkürü borç bildim.

Çoğu insan evinde oturup ne kadar sıkıldığından yakınırken ya da uyarıları dinlemeyip sizin hayatınızı hiçe sayarken işe gidip her gün onlarca insanı tedavi etmenin zorluğunu ailem sayesinde biliyorum. Sanki kimse sizi anlamıyor, sağlığını umursamıyormuş gibi gelse de pek çok insanın sizi düşündüğü gerçeğini unutmayın. Ben bilim kurulunda görev alan annem ve Covid hastanesinde çalışan babamdan uzak durmak, sarılmamak zorunda kalan bir çocuk olarak ailenize duyduğunuz özlemi tahmin edebiliyorum. Yaklaşık üç aydır annemle zaman geçiremiyorum ve hastaneden eve yorgun geldiğinde ona güç vermek için boynuna sarılamıyorum. Tüm bu yalnızlığın yanında ön yargı dolu yaklaşımlar ve benden kaçan insanlar kalbimi kırıyor. İnsanların bana korku dolu gözlerle bakması bu zorlu süreçte bana hiç yardımcı olmuyor. Benim yaşadıklarımın katbekat fazlasını yaşayan sizlerin duygularını hayal bile edemiyorum. Umarım ki bu mektup size yanınızda destekçileriniz olduğunu hatırlatır ve az da olsa sizi rahatlatıp yalnızlığınızı hafifletir. Diğer insanlar evlerinde oturup sağlıklı hayatına devam etsin diye kendi canını ortaya koyan, karşılık beklemeden çalışan sizler gerçek kahramanlarsınız. Aynı ülkemizi koruyan kahraman askerlerimiz gibi sizler de bizi bu salgından koruyorsunuz. Tüm bu

çalışmalarınıza rağmen sağlıkta şiddet devam etse de; haksızlıklar yaşansa da insan hayatını her şeyin önüne koyup çalışmaya devam etmek büyük bir fedakârlıktır. Sizlere tüm fedakârlıklarınız için minnettar olduğumu belirtmek istiyorum. Ülkemizde yakınlarını kaybeden, risk altında olan birçok insanla beraber salgınla tanışmayan şanslı kişiler de bulunmakta. Bazen bu insanlar hastalığı ciddiye almayabiliyorlar ve bu durumun sizi derinden yaraladığının farkındayım. Belki dışarı çıkmak isteyen insanların en büyük derdi eve tıklıp kalmak olabilir; ancak sizlere göre bu salgın tüm sınırlarınızı zorlayan ve dinlenmenizi imkânsız kılan bir düşman. Umuyorum salgının ciddiyeti yakın zamanda herkes tarafından anlaşılır ve böylece sizin yükünüz hafiflemiş olur.

Hastanelerde çalışan hemşireler, asistanlar, görevliler, doktorlar ve diğerlerini kurtarmak için kendini riske atan tüm kahramanlar, sizlere sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum. Benimle beraber pek çok insanın arkanızda olduğunu unutmayın. Mektubumu okuduğunuzda desteğimi hissetmeniz en büyük dileğim. Ben kendi açımdan bu salgını atlatmak ve size yardımcı olmak için elimden gelen her şeyi yapacağıma söz veriyorum. Bu zorlu savaşta size tam destek vereceğim ve sorumluluklarımı yerine getireceğim. Dilerim ki benimle beraber tüm vatandaşlarımız bunu yapar. Unutmayın, kötü günlerin de bir sonu ve bulunduğumuz karanlık tünelin ucundan bize göz kırpan aydınlık bir gelecek var. Binlerce insanın desteğiyle biraz daha dayanıp savaşı bırakmazsak bu savaşta zaferi elde edeceğimiz günler yakın. Bir an önce ailemin bana ve sizin de ailelerinize sımsıkı sarılabilmemiz dileğiyle... Sağlık ve umutla kalın.

Saygılarımla,

Begüm Korukluođu

Çankaya Belediyesi Yetkililerine,

11 Mart 2020 tarihinde ülkemize gelen Covid-19 virüsünün hayatımızı bu derece etkileyeceği aklıma bile gelmezdi. Bu pandemiden dolayı 16 Mart tarihinden beri evdeyim. Hayatı hiç bu kadar değişik yaşamamıştım. Ben 8.sınıf öğrencisiyim. Bu yıl benim için sınav telaşı varken bir anda belirsizliklerin ve endişelerimin arttığı bir hayat yaşamaya başladım. Bugüne kadar birçok hastaneye ve doktora gittim, fakat sağlık çalışanlarımızın hayatımızda bu kadar önemli olduğunu pandemi sürecinde daha iyi anladım.

Bizler bu mücadelede üzerimize düşenleri evde kalarak ve kendimizi izole ederek yerine getirmeye çalışıyoruz. Peki ya sizler? Kendi sağlığını bizler için tehlikeye atan pelerinsiz kahramanlar... Belki de hayatınızda en değer verdiklerinizi geride bırakıp daha önce hiç görmediğiniz kişilerin yardımına koşunuz. Geceniz gündüzünüze karıştı. Ne kadar zor bir dönem yaşadığınızı düşünemiyorum. En başında söylediğiniz gibi 'Hizmeti en yüksek düzeyde sunabilmek için kendi sağlığımı, esenliğimi ve mesleki yetkinliğimi korumaya dikkat edeceğime, kararlılıkla, özgürce ve onurum üzerine, ant içerim.' cümlelerinde yolunuza devam ettiniz. Hala ilk günkü özveriyle çalıştığınız, bizler için gecenizi gündüzünüze katarak elinizden gelenden de iyisini yaptığınız için önce kendim ve sonra da milletimiz adına teşekkürlerimi sunuyorum. İyi ki varsınız.

Bu pandemi süresince bizim en iyi şartlarda yaşamamız için çalışan market çalışanlarımız, eczacılarımız, her şeye anında ve kolayca ulaşmamızı sağlayan kuryelerimiz, gece gündüz demeden sokaklarda bizim güvenliğimizi sağlayan polislerimiz... Sizlere ne kadar teşekkür etsem az. Bu dönemde sizin görevlerinizi yerine getirirken ne hissettiğinizi anlamamız çok zor. Belki çok korkuyorsunuz ama ne olursa olsun bizim için çok çalışıyorsunuz. Bu zamanları bu şekilde güvende geçirebiliyorsak sebebi sizlersiniz. Sizlere minnettarız ve bizim için en iyisini yaptığınız için çok teşekkür ederiz.

ECENAZ KARASU

Çankaya Belediyesine,

Ben Irmak Kızılırmak. İDV Özel Bilkent Ortaokulunda okuyan bir 8.sınıf öğrencisiyim. Covid-19 virüsü ülkemizde yayıldıktan sonra diğer belediyelere örnek olacak çalışmalar gerçekleştirdiniz. Ülkemizde vaka sayıları daha yeni yeni duyulurken vatandaşların sıkça uğradığı yerlerde dezenfektan çalışmaları başlattınız. Belediyede kiracı olan; işe gidemeyen esnaftan ve çocukları kreşe giden ailelerden para almadınız. Halkımıza manevi destek olsun diye onlara menekşeler gönderdiniz. Ayrıca tüm bu olaylar sırasında belediye normalde yapılan hiçbir işi aksatmadı. Bunlar için sizlere teşekkür ediyorum. Bu süreçte bizlere yardımcı dokunan başka kişilerden de bahsetmek istiyorum. Öncelikle karantinadaki bu zorlu günlerde hayatlarımızı kolaylaştırdıkları, büyük bir özveriyle geç-gündüz demeden Covid-19 ile uğraştıkları için tüm sağlık çalışanlarımıza teşekkür ediyorum. Gerçekten ayakta alkışlanmayı hak ediyorlar. İnsanlar evde kalsın, yasaklara uysun diye sokak sokak gezip ekmek dağıtan fırıncılara; kimsenin ne yapacağını bilmediği bu günlerde asayışı sağladıkları için güvenlik görevlilerine ve polislere teşekkür ediyorum. Ülkemiz için en iyisini, en hayırlısını düşünen, yapan Sağlık Bakanımıza ve Bilim Kurulu üyelerine teşekkür ediyorum. En çok da insanların sağlığı için günlük yaşantısını bir kenara bırakıp evde kalanlara, halkımızı bu konularda bilgilendirmeye çalışanlara ve sosyal mesafeyi koruyan milletimize teşekkür ediyorum. Türk milleti olarak çoğu zorluğun üstesinden geldiğimiz gibi bu virüsü de birlikte yenip normal hayatlarımıza geri döneceğimize inanıyorum.

Çok teşekkürler.

Irmak Kızılırmak

Haftalık Bültenimizi takip ettiğiniz için teşekkür ederiz...