

Yeni Normal'de “uçtan uca tanımlı” Dijitalleşme

İçindekiler

03

LİDERİMİZİN MESAJI

05

HABERLER

09

ÜRETİMDE SOSYAL MESAFE

10

ÜRETİMDE DİJİTAL OTOMASYON SİSTEMLERİ

11

KİŞİSEL GELİŞİME DESTEK VEREN ÇEVİRİM İÇİ EĞİTİMLER

13

SAĞLIKLI YAŞAM VE HİPERTANSİYONDAN KORUNMA

15

BUNU BİLİYOR MUYDUNUZ?
"İnsanlık Tarihinin Seyrini Değiştiren Salgın Hastalıklar"

E-PAROLA,
Erkurt Holding A.Ş.'nin
ücretsiz yayın organıdır.

Adresi: Minareli Çavuş B.O.S.B. Mah.
Gri Cad. No:16 16140 Nilüfer / Bursa
T: (0224) 314 10 00
e-mail: e-parola@erkurtholding.com.tr
www.erkurtholding.com.tr

İmtiyaz Sahibi: Â. Kerem ALPTEMOÇİN
Yazı İşleri Müdürü: Dr. Nazım SERHATLI
Hazırlık: Erkurt Holding



Değerli Çalışma Arkadaşlarım,

Öyle görünüyor ki Mayıs ayından itibaren kademeli olarak çalışma hayatına geri döneceğiz. Dönerken de pandemi ortamının hayatımıza getirdiği yeni alışkanlıkları taşıyor olacağız. Bunların bir kısmını kanuni zorunluluklar diğer kısmını da sektörel yaklaşımlar ve kurumların kültürleri belirleyecek.

“Yeni Normal” diye adlandırılan bu yeni düzen Erkurt Ailesi’ni nasıl etkiler, ne gibi tehditler öngörülebilir ya da bizim önümüze hangi fırsatları çıkarır konularında, tüm Direktörlüklerin ve Müdürlüklerin hazırladığı çalışmalar tamamlandı. Geniş katılımı ile gerçekleştirilen bu çalışmalarda emeği geçen tüm arkadaşlarıma çok teşekkür ederim. Hem kriz başladığından beri yapageldiğimiz çalışmaların tüm yapıda nasıl algılandığını anlamış olduk, hem yakın gelecekte devam edecek tedbirler ve çalışma ortamlarıyla ilgili bir mutabakatın oluştuğunu gözlemledik hem de daha uzak gelecekte yapılabilecekler konusunda güzel fikirlerin ortaya atıldığına şahit olduk.

Gelen raporları belli başlıklarda toparlayacak olursak;

Genel olarak otomotiv sektörünün ne şekilde evrileceği konusu belirsiz. Özellikle ticari araçlarda seyrek oturma düzenleri araç ihtiyacını artıracakmış gibi görünse de sosyal mesafe kurallarını koruyarak üretime dönecek ana sanayi daha az araç üretecek. Bu da maliyetlerini artıracak. Bir dönem, daha fazla ancak daha ekonomik araç üretme öncelikleri olabilir fakat elektrikli veya hibrit olmayan çözümlerin doğaya olan olumsuz etkileri de düşünüldüğünde sıkıntılı bir tablo bizi bekliyor.

Üretime döndüğümüzde, bizim üzerimize düşen en büyük vazife, temel üretim ilkemiz olan 4 sıfırı hedefleyen verimli üretim anlayışımız olmalıdır. Zira bu durum bize müşterilerimiz tarafından talep edilecek maliyet düşürme istekleri olarak yansıtacaktır.

Kademeli olarak çalışma hayatına geri dönerken, çalışma ortamlarımızda yoğunlaşmalar gözlenecek. Temmuz ayıyla beraber de eski tempomuza yaklaşmayı umuyoruz. Şu ana kadar aldığımız tedbirlerin olumlu olduğunu, arkadaşlarımızdan gelen geri bildirimlerden anlıyoruz.

Ancak, İnsan Kaynakları Müdürlüğümüz aşağıdaki başlıkları işletmelerimizdeki yetkililer ve Sağlık Kurulu’yla görüşerek, uygulanacak prosedürleri oluşturacak:

- Tuvalet Kullanımı Prosedürü
- Soyunma Odalarının Kullanım Prosedürü
- Yemekhane Kullanım Düzeni Prosedürü
- Servis Kullanım Prosedürü
- SG ve Sıhhi Malzeme Kullanım Prosedürü
- Ortak Kullanımda Olan Tüm Araçların Kullanım Prosedürü

Yeni dönemin öne çıkan başlıklarından belki de en önemlisi dijitalleşme. Kâğıt trafiğinin ortadan kalktığı, “tüm süreçlerimizin bütünleşik olarak uçtan uca tanımlı olduğu, dijital olarak izlenebilir yalın bir yapıya ulaşmak” olarak tarif ettiğimiz ana planımıza uygun gelişim, pandemi döneminin ve sonrasında temel kaldıracı oldu.



Yeni dönem, satın alma sözleşmeleri ve sigortalama şartlarını da etkileyecekmiş gibi görünüyor.

Bunlar, yaptıklarımız veya hemen yapmak durumunda olduklarımız. Orta ve orta uzun vadede gelişecek aşağıdaki trendler ve bizim bunlara göre pozisyon alabilmemiz önemli, çünkü kriz sonrası dönemin fırsatları bence bu trendlerin içinde gizli;

- Otomotiv sektöründe yüzey hijyeni önem kazanıyor. Direksiyon, düğmeler, kapı kolları gibi sıklıkla dokunulan yerlerin antibakteriyel özellikte olmasının yanı sıra, klima filtrelerinin gelişmiş antibakteriyel özellik taşıması da ön plana çıkıyor.

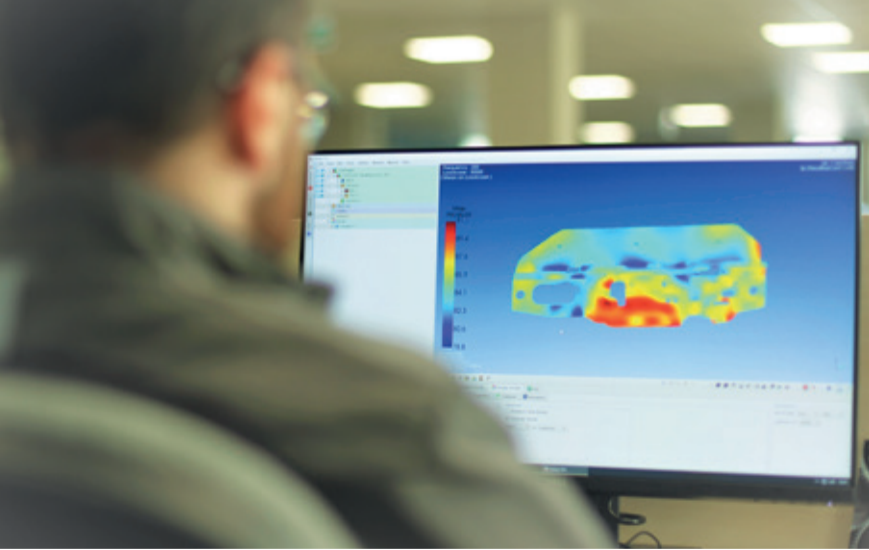
- Online pazarlama üzerine şekillenecek oto aksesuar-yedek parça tasarımı ve hatta motosiklet sektörüne dahi odaklanmalıyız diye düşünüyorum.

Sonuç olarak, ben gelecek dönemin stratejisini şu şekilde tanımlıyorum;

Olabildiğince kendi kendimize yeter olmalıyız. Yapabildiğimiz her ara ürünü bünyemizde yapmanın çarelerini aramalıyız. Bu bize hem kalite hem maliyet avantajı sağlayacak hem de olası tedarik risklerini azaltacaktır.

Kendi yazılımlarımızı kendimizin geliştireceği, dinamik ve yetkin bir Dijital Dönüşüm merkezi olmalıyız. Yani diğer bir deyişle dışa bağımlı olmayan örnek uygulamalar yapabilen bir tasarım stüdyosu gibi yetkin olmalıyız.

Bekalp Kalıpcılık firması, kalıp üreticisi olmanın yanı sıra, zaten yıllardır hedefimiz olan makine ve sistem tasarımına yönelecek ve bizim dönüşüm planımızın en önemli kaldırıcı, diğer bir deyişle mükemmeliyet merkezimiz olacaktır.



Bunların yanı sıra Ar-Ge merkezimiz, bir yandan otomotiv sektöründe “full system supplier” olmak hedefimizin merkezi olan konumunu güçlendirirken, diğer yandan yedek parça-aksesuar sektörüne de ürün geliştirebilen bir yapıya kavuşmalıdır. Ar-Ge merkezimiz, otomotiv dışındaki yakın sektörlerde de geçiş yapmamıza olanak sağlayacak kaldırıcımız olmalıdır.

Yani bu üç bölümümüz; Dijital Dönüşüm, Bekalp ve Ar-Ge, kurum içi girişimcilik modellerinin denendiği, yaratıcı, yenilikçi ve girişimci sıçrama merkezlerimiz olmalıdırlar, muhakkak da olacaklar.

İnsan Kaynakları bünyesinde başlatılan G², Yetenek Havuzu gibi gelişim programlarımız ve Vakfımız bünyesinde yürütülen, çocuklarımıza yönelik gelişim faaliyetlerimiz, gelecekte bizim için çok önemli değerlerin yetişmesine olanak sağlayacaktır

Bu bakış açısıyla “Being Global” olan vizyonumuza sahip çıkıyor, değişen küresel şartları da göz önünde bulundurarak, gerekli stratejik ve taktiksel değişiklikler yapıyoruz. Yetkinliklerimizi ve hedeflerimizi bu duruma göre güncelleyecek ve yeni dönemi hevesle inşa edeceğiz. Unutmayalım ki “Hayat Devam Ediyor...”

Birlikte ve Daima.

Âli Kerem Alptemoçin

Erkurt Holding Yönetim Kurulu Başkanı



ÇEVİRİMİÇİ İŞE DÖNÜŞ TOPLANTILARI

7 Mayıs tarihinde, Yönetim Kurulu Başkanımız Âli Kerem Alptemoçin ve Formfleks CEO'muz Dr. Nazım Serhatlı'nın liderliğinde, çevrimiçi işe dönüş toplantılarının ilki düzenlendi.

Direktör ve müdürlerimizin katıldığı toplantıda, güvenli işe dönüş için alınan önlemler, pandemi süreci ve sektörümüzdeki gelişmeler değerlendirildi.

'Yeni Normal' süreci kapsamında düzenlenen çevrimiçi işe dönüş toplantılarının, tüm ofis çalışanlarının katılımıyla her çarşamba günü gerçekleştirilmesi planlanıyor.

ÇEVİRİMİÇİ EĞİTİMLERİMİZ HIZ KESMEDEN DEVAM EDİYOR

Koronavirüs (Covid-19) pandemisi sürecinde başlattığımız çevrimiçi eğitimlerimize hız kesmeden devam ediyoruz. Mevcut eğitimlerimizi dijital platformlar üzerinden sürdürürken; sağlık, yönetim ve liderlik gibi konularda özel eğitimler de düzenliyoruz.

Tüm süreçlerimizde rehberimiz olan Sürdürülebilir Erkurt Yönetim ve İmalat Sistemi (SEYİS) eğitimlerimizi, MS Teams üzerinden 6 ayrı oturum halinde 79 kişi ile gerçekleştirdik. 3 yeni oturumla 70 çalışanımıza daha ulaşacağız.

Bugüne kadar toplam 173 kişi ile 270 saat çevrimiçi eğitim gerçekleştirdik. Aynı zamanda yenilediğimiz eğitim platformumuz aracılığıyla da tüm saha çalışanlarımıza yönelik çevrimiçi eğitimlere başlayacağız.



VAKFIMIZ 3D TASARIM EĞİTİMİNİ EVLERE TAŞIYOR

Alptemoçin-Bekler Eğitim ve Endüstriyel Gelişim Vakfı öğrencileri, uzaktan eğitimle evlerinde üç boyutlu tasarım yapmayı öğreniyor.

Yaşları 9-18 arasında değişen çocuklar, vakıf öğretmeni eşliğinde öğrendikleri Tinkercad üç boyutlu tasarım programıyla harikalar yaratıyor. Bardaktan gemiye, pinpon topundan Eyfel Kulesi'ne kadar hayallerini tasarıma dönüştüren çocuklarımız, çizimlerini 3D yazıcıdan çıkararak sergilemek için gün sayıyorlar.

Her gün verilen çevrimiçi eğitimlere, algoritma ve robotik kodlama programlarıyla devam edecek olan çocuklarımızın hedefleri büyük. Bu programlarda kendilerini geliştiren ve robotik yarışmalarda "Biz de varız!" demeye hazırlanan çocuklarımıza, yolunuz açık olsun diyoruz.



YÜZ KORUYUCU MASKE TESLİMATLARIMIZ DEVAM EDİYOR

Sağlık çalışanlarına destek kapsamında ürettiğimiz koruyucu maske teslimatlarımızı Bursa dışına da taşıdık.

Bugüne kadar Türkiye genelinde 20 hastaneye, 14 bin adet yüz koruyucu maske ulaştırdık.



Mudanya Devlet Hastanesi - Bursa



Mudanya İlçe Sağlık Müdürlüğü - Bursa



Nilüfer İlçe Sağlık Müdürlüğü - Bursa



Sakarya Üniversitesi Eğitim ve Araştırma Hastanesi



Sakarya Yenikent Devlet Hastanesi



Trabzon İl Sağlık Müdürlüğü

ENTÜBASYON KABİNİ ÜRETİYORUZ

41 yıllık üretim tecrübemizi sağlık çalışanları için değere dönüştürmeye devam ediyoruz.

Yüz koruyucu maskelerden sonra, ürettiğimiz entübasyon kabinlerini de hastanelere ulaştırmaya başladık.

Şirketimizde tasarlayıp, kalıbını ve ekipmanlarını kendi bünyemizde hazırladığımız kabinlerin de üretimini tamamlıyoruz.



İŞE GÜVENLE DÖNÜYORUZ

Salgının hafiflemesinin ardından, uygulanacak “yeni normal” süreç üretime de yansıdı. Ana sanayi kuruluşlarının üretime geçmesiyle çalışanlarımız da üretim sahalarına dönmeye başladı. Çalışanlarımızın işe dönüşlerini güvenle gerçekleştirmek için İnsan Kaynakları ve İş Sağlığı ve Güvenliği ekiplerimizle iş öncesi ve sonrası eğitim sürecini uygulamaya aldık.

İletişim birimimizin hazırladığı bilgilendirme filmini ve broşürünü işbaşı öncesinde çalışanlarımıza ulaştırdık. İşbaşı yapan çalışanlarımızın yeni sürece uyum sağlamaları ve uygulanan sağlık önlemleri konusunda bilgilendirilmesi için İSG uzmanlarımız ve eğitim birimimizin koordinasyonu ile sahada tek nokta eğitimleri düzenledik.



SAĞLIKLA ve GÜVENLE ÇALIŞIYORUZ

Salgın hastalıkla mücadele kapsamında Duraner Kimya ile iş birliği yaparak ilk etapta 2500 litre ürettiğimiz el dezenfektanlarını, çalışanlarımıza ve ailelerine dağıtmaya başladık. 4-10 Mayıs İş Sağlığı ve Güvenliği Haftası'nda, iş güvenliği ve sağlık konularına farkındalık oluşturmak için “Sağlıkla ve Güvenle Üreterek Başaracağız” sloganı yazan etiketlerle, tüm çalışanlarımıza 1 litrelik el dezenfektanları dağıttık.



ÜRETİMDE SOSYAL MESAFE

Covid-19'un ülkemizde olduğu öğrenildikten sonra hayatımız hızla değişmeye başladı. Bu değişim iş yapış şeklimize de yansıdı. Covid-19 salgınından kendimizi ve çevremizdekileri korumak için sosyal mesafe kavramını işimizi yansıttık. Bu doğrultuda, üretim alanlarımızdaki rotalar ve üretim süreleri yeniden şekillendi.



Üretim, İSG ve Metot bölümleri tarafından, diğer bölümlerin de desteğiyle Formfleks bünyesindeki tüm işletmelerimizde çalışanlar arasındaki sosyal mesafeyi korumaya yönelik düzenlemeler gerçekleştirildi:

- Formfleks Bursa merkez işletmemizde, 356 hazırlama ve BJA montaj hatlarındaki Poka-Yoke masaları 180° döndürülerek operatörler arası sosyal mesafe sağlandı.

- Jet 9 ve Jet 6 operasyonlarında rota değiştirilerek operatörler arasındaki mesafe 2 metrenin üzerine çıkarıldı.

- Yatak hattında çalışan ütü ve kılıf giydirmeye operatörlerinin arasına paravan konuldu.

- Alt-üst yatak ilk montaj hattı ve BJA zımba masalarında, zımba aletinin ortak kullanımını engellemek için her iki hatta da ikinci zımba aleti temin edildi.

- Formlama 7, Frekans 6, Yatak Hattı Ütü ve Kılıf Giydirmeye, Linear 4, Jet 4 ve Frekans 4 (iki kişinin çalışması gereken alanlar) proseslerinde, operatörlere tulum ve maske temin edildi.

- Formfleks Erkurt Şube FİİG hattında, hazırlama masalarında karşılıklı iki operatör çalışırken, sosyal mesafeyi sağlamak için operatör sayısı bire indirildi.

- FİİG hattındaki preslerde ve ön göğüs hazırlama alanında rotalar yeniden düzenlenerek operatörler arasında sosyal mesafe sağlandı. Ayrıca preslerde operatörlerin çalışacağı alanlar tanımlandı.

- Formfleks Erkurt Şube Membran Grubu, kesim hattı dikey preslerinde karşılıklı çalışan operatörlerin rotası değiştirilerek, operatörlerden birinin hazırlama masasının önünde çalışması sağlandı.

- Keçe ve halı üretilen H200 presinde operatör sayısı iki kişiyken, sosyal mesafeye uyumu sağlamak için bir kişiye indirildi.

- Rotary'de yan yana çalışan üç operatör için paravan konuldu ve operatörlere siperlik temin edildi.

- Asfalt çekim hattı, istif operasyonunda çalışan iki operatörün rotası değiştirilerek sırayla istif yapmaları sağlandı ve siperlik temin edildi.

- Taysan Şube, ekstruder hattı istif alanında çalışan operatörlerin rotası değiştirildi. TPO iten iki operatöre maske ve siperlik temin edildi.

- Taysan Şube'deki keçe hattı boy kesiminde çalışan operatörlere tulum, maske ve siperlik temin edildi. Üretim Operatörü ve Kalite Operatörlerinin ortak masa kullanması nedeniyle tulum ve maske temin edildi.

- Tekstil Grubu'nda yer alan Cemre Şube'nin Asselin ve Apre hatlarında lüvert sarımı operasyonu tek operatöre düşürüldü ve siperlik temin edildi.

- Formfleks Adapazarı işletmemizdeki poliüretan hattı parça serme operasyonunda çalışan operatörlere tulum ve maske temin edildi.

- Poliüretan hazırlama hattındaki masaların yönleri değiştirildi. IP dış kabuk hazırlama bölümündeki fikstürler uygun mesafeye taşındı.

- Formfleks Gölcük işletmemizde, Busmat montaj ve sıralama operatörlerine tulum ve maske temin edildi.

Mayıs ayı itibarıyla işe dönüş ve yeni normalleşme sürecine başladık. Güvenli işe dönüş için, çalışanlarımıza işe döndükleri gün, sosyal mesafeli çalışma şekli tüm detaylarıyla anlatıldı. Sosyal alanlarda da sosyal mesafeye uygun düzenlemeler yapıldı. Önümüzdeki işe dönüş sürecinde, bizler, sosyal mesafeye uyumun takipçisi olacağız. Sosyal mesafe konusunda çalışmalarımızı devam ettireceğiz. Bu konuda önerileriniz veya tespitleriniz olması halinde, bunları işletmemizdeki Üretim, İSG ve Metot uzmanlarına iletmeniz veya öneri kutuları aracılığıyla bizlere ulaştırmanız, sürece sizlerin de değerli katkılarda bulunmanızı sağlayacaktır.

“Yeni Normal” hayatımızda; yeni çalışma düzeni ve sosyal alanlarımızda, birlikte üreterek ve sosyal mesafeyi koruyarak, sağlıkla kalmanızı temenni ediyorum.

Şahiste Aydın Çağıl
Formfleks Kıdemli Metot Uzmanı

ÜRETİMDE DİJİTAL OTOMASYON SİSTEMLERİ

Endüstri 4.0, içinde bulunduğumuz rekabetçi ortamda şirketlerin varlığını sürdürebilmesi ve ayakta kalabilmesi için önemli bir strateji olarak düşünülüyor. Endüstri 4.0 ile, bir yandan müşterilerin sürekli gelişen ihtiyaç ve isteklerini anlık olarak cevaplayabilen, diğer yandan ise birbirleriyle iletişim halinde bulunan otomasyon sistemlerini geliştirme gereksinimlerini de ortaya çıkartıyor.



Yakın gelecekte imalat operasyonlarımız kendini yönetip iyileştirebilen, makine-makine ve makine-insan iletişimini gerçekleştirebilen altyapılara sahip sistemler tarafından yönetilecek. Bunun doğal sonucu olarak da üretim kalitesi ve verimliliği sürekli artacak, bu da rakip firmalar arasında pozitif ayrışmalara sebep olacak.

Erkurt Holding olarak biz de bu süreçte üretim sahalarımızda dijital dönüşüm projelerini devreye alıyoruz:

- **MAS 3.0 Projesi:** Üretim miktarları sahaya yerleştirilen PLC'ler tarafından toplanarak ve haberleşme protokolleri kullanılarak MAS sistemine aktarılıyor. Bu bilgiler MAS sisteminde işlenip verimlilik hesapları yapılıyor. Bununla beraber iş yüklemesi olmayan, arızalanan makinelerin çalıştırılması aynı PLC'ler aracılığıyla engelleniyor. Böylece kayıtsız ve hatalı üretimin önüne geçiliyor.

- **Kamera ile Poka-Yoke Kontrolü:** Projenin amacı, operatör tarafından yapılan kalite kontrol hatalarının elimine edilmesi ve son kontrolü yapılan ürünlerin kayıt altına alınmasıdır.

- **Forklift Yetkilendirme Sistemi:** Yetkin olmayan çalışanın forklift kullanımını engelleyerek olası iş kazalarını önlemek ve forklift operatörlerinin verimlilik takibini yapmak amacıyla Formfleks Bursa lokasyonunda Forklift Yetkilendirme Sistemi devreye alındı.

- **Gölcük Raf Sistemi Projesi:** Projenin amacı, PLC-ERP haberleşmesine dayalı malzemelerin yerleştirileceği raf adreslerini belirleyerek operatöre bağlı hataları önlemektir Aynı zamanda raf sorgulama özelliğiyle de zaman kayıplarının önüne geçiliyor.

Bununla beraber içinde bulunduğumuz pandemiyle mücadele sürecinde Dijital Dönüşüm Müdürlüğü olarak, çalışanlarımızın sosyal mesafe kuralıyla çalışmalarını sürdürebilmeleri için, RTLS tabanlı bluetooth ya da RFID gibi teknolojilerden faydalanarak fabrika içindeki çalışanın konumunun belirlenmesi, sosyal mesafeye uymayan çalışanların kollarının tagler vasıtasıyla titreşimle uyarılması ve sosyal mesafe raporlarının kayıt altına alınıp, ilgili yöneticilere iletilmesiyle ilgili bir proje üzerinde çalışıyoruz.



Yine, yeni tip Koronavirüs'ün belirtileri arasında olan vücut sıcaklığının ölçülmesi için, pilot bölge olarak belirlenen Formfleks Bursa'da, personel giriş kapısına termal kamera montajı yapıp, çalışanların vücut sıcaklıkları çalışma ortamına girmeden ölçülecek ve olası COVID-19 bulaşımının önüne geçilecektir.

Yaşam Işık

Erkurt Holding Kıdemli Otomasyon Sistemleri Geliştirme Uzmanı

KİŞİSEL GELİŞİME DESTEK VEREN ÇEVİRİM İÇİ EĞİTİMLER

Eğitim teknolojilerinden faydalanarak bireysel öğrenmeyi destekleyen uzaktan eğitim, aslında bize yaşam boyu eğitim imkânı da sunuyor. Uzaktan eğitimin, yüz yüze eğitim ile kıyaslandığında pek çok avantajının bulunduğu, bilimsel çalışmalarla da kanıtlanıyor.



İçinde bulunduğumuz zorlu pandemi koşullarında, evde kaldığımız süreyi kendimizi geliştirerek faydalı hale getirebiliriz. Bunun için paylaşacağım beş web sitesinin linkini ve özet detaylarını aşağıda bulabilirsiniz.



1) Bilge İş

Bilge İş, ODTÜ'ye bağlı ve ülkemizle birlikte Avrupa Birliği tarafından finanse edilen bir kuruluş. Bu platformda verilen eğitimlerin tamamı ücretsiz. Bilişim konularındaki eğitimler çoğunlukta, fakat proje yönetimi ve tasarım konuları da dâhil olmak üzere farklı teknik eğitimler de mevcut. Eğitimler için süre kısıtlaması yok. Eğitimlerde, ilerleme durumunu gösteren bir çizelge ile tamamlanan ve tamamlanmayan bölümler aktarılıyor. Geçmiş derslere dönmek mümkün. Hemen hemen tüm eğitimlerde ödev ve sınav tekrarları ile değerlendirme yapılıp, aynı hafta içinde geri bildirim yapılıyor. Son sınav bitişinde sertifika PDF formatında paylaşılıyor.

<https://bilgeis.net/>

2) İstanbul İşletme Enstitüsü

Eğitim konuları kişisel gelişim, yabancı dil, iş hayatı eğitimleri gibi farklı kategorilere ayrılıyor ve tüm eğitim dokümanları indirilebiliyor.

Her 2 haftada 1, en fazla 3 eğitim aynı anda alınabiliyor ve eğitim başladıktan bir hafta sonra sınavı oluyor. Sınav sonrası başarılı olunması durumunda ücretsiz olarak tebliğ edilebilecek bir sertifika numarası veriliyor. Ancak fiziken sertifika talepleri ücretlendiriliyor. Bu platformdaki eğitimlerin tamamı ücretsizdi, ancak son zamanlarda bazıları ücretlendirildi.

<https://www.iienstitu.com/>

3) Elginkan Vakfı Uzaktan Eğitim Merkezi

Bu platformda 1985 yılında faaliyete başlayan Elginkan Vakfı'nın hem yüz yüze hem de uzaktan verdiği eğitimler bulunmakta ve eğitimlerin tamamı ücretsiz. Mevcutta Manisa ve İzmit olmak üzere iki farklı şehirde yüz yüze yapılan kurslar ve seminerler, web sitesi üzerinden paylaşılan programlarla halka sunuluyor. Pandemi sebebiyle sadece uzaktan eğitimle seminer ve kurslara devam ediliyor ve bunlar da yıllık planlar doğrultusunda veriliyor. Sitede paylaşılan tüm dokümanlar indirilebiliyor. Kurslar genellikle bilgisayar programlama ve Catia, SolidWorks gibi 3 boyutlu tasarım konularını içeriyor. Seminerler daha çok işletmeye yönelik ve kişisel gelişim konularında düzenleniyor. Kurs ve seminerlerin sonrasında ise e-posta adresine PDF sertifika gönderiliyor.

<https://www.elginkanuzem.org.tr/>



4) Udemy

'Academy of you' sloganıyla iki Türk girişimci tarafından kurulan ve 100.000'in üzerinde online kurs içeren Udemy'nin, dünya çapında 40 milyondan fazla öğrencisi mevcut. Bu platformda genellikle ücretli eğitimler var ancak belirli zamanlarda eğitimlere çok uygun fiyatlar uygulanabiliyor. Ücretsiz eğitimler de düzenleniyor ve tüm dokümanlar indirilebiliyor. Eğitim sonunda PDF sertifika paylaşılıyor, indirilen eğitim dokümanları ve videolar, sitede kendi sayfanızda da kaydediliyor.

<https://www.udemy.com/>



5) Coursera

Coursera, Stanford Üniversitesi'nden Bilgisayar Bilimleri Profesörü Andrew Ng ve Daphne Koller tarafından kurulmuş, çeşitli alanlarda ve konularda kitlesel çevrimiçi açık ders ya da herkes tarafından yararlanılabilen, ücretsiz çevrimiçi eğitim veren bir sosyal girişimcilik kuruluşudur. Onu benzerlerinden ayıran en önemli özelliği, birçok kursun üniversiteler tarafından resmi onaylı olarak verilmesidir. Ayrıca Coursera, maddi durumu yeterli olmayanlar için, finansal yardım başvurusu yapıldığında ücretli kursları bedelsiz verebiliyor.

<https://www.coursera.org/>



Bireysel bilgi, beraberinde örgüt bilgisini de geliştirir. Örgütlerse bilgi kaynağına ulaşmak için, iç kaynakları kullanır ya da dış kaynakları içselleştirir. Bunun için, birer ferdi olduğumuz Erkurt ailesine ve kendimize katma değer sağlarken, bir taraftan da öğrenilmiş bilgiyi paylaşabiliriz. Mevcut dokümantasyon yönetimi programımız QDMS'in 'Dış Kaynaklar' kısmında, aldığımız eğitimlerin dokümanlarını paylaşarak diğer çalışma arkadaşlarımızın faydasına sunabiliriz.

Ürün ve hizmet kalitesi sağlarken bireysel kalite gelişimine de odaklanarak, SEYİS'te de yer alan "işimize ve kendimize nasıl değer katabileceğimize" sorusuna yanıt bulma yolunda ilerleyebiliriz.

Nihan Şumnulu

Formfleks Kalite Uzmanı

Kaynaklar:

- Bernard, R., Abrami, P., Lou, Y., ve Borokhovski, E. (2004). A Methodological Morass? How We Can Improve Quantitative Research in Distance Education. *Distance Education*, 25(2), 175-198.
- Bilgiç, H. G., Doğan, D. ve Seferoglu, S. S. (2011). Türkiye'de yükseköğretimde çevrimiçi öğretimin durumu: İhtiyaçlar, sorunlar ve çözüm önerileri. *Yükseköğretim Dergisi*, 1 (2), 80-87. [doi:10.2399/yod.11.080]
- Aydın, C. H. (2001). Uzaktan eğitimin geleceğine ilişkin eğilimler. *Elektrik Mühendisliği*, 41(419), 28-36.
- Doğan, H.B. (2004). Yükseköğretim Kurumlarında Web Tabanlı Uzaktan Eğitim Programları Bileşenleri: Uygulamalar ve Sorun Alanları , Hacettepe Üniversitesi, Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Anabilim Dalı, Doktora Tezi.
- Karataş, Serçin. (2003) Yüzyüze ve Uzaktan Eğitimde Öğrenme deneyimlerinin Eşitliği, *Eğitim Bilimleri ve Uygulama*, 2(3), 91-104.

SAĞLIKLI YAŞAM VE HİPERTANSİYONDAN KORUNMA

Son yıllarda yaşam koşulları, beslenme düzeni ve strese bağlı artış gösteren hipertansiyon hastalığı, ülkemizde her 3 kişiden birinde görülüyor. Uzun süre belirti vermeden ilerleyerek beyin, kalp, böbrek ve damar sistemine hasar vermesi sebebiyle "sessiz düşman" olarak da anılıyor. Hipertansiyonun tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de önemli ve yaygın bir halk sağlığı sorunu olduğunu dile getiren İşyeri Hekimimiz Dr. Mustafa Numan Ural, "17 Mayıs Dünya Hipertansiyon Günü" nedeniyle alınabilecek önlemleri bizlerle paylaştı.



Yaşam kalitesi ve süresini olumsuz etkileyebilecek kadar yüksek olan arteriyel kan basıncı değerlerine yüksek kan basıncı (hipertansiyon) denir. 18 yaş ve üzerindeki kişilerde kan basıncının optimal 120/80 mmHg'nın ve normal 130/85 mmHg'nın altında olması gerektiği bildirilmiştir. Hipertansiyon, dünyada ve ülkemizde yaklaşık olarak üçte bir (1/3) oranda gözlemlenen ve yaşla birlikte artış gösteren kronik bir hastalıktır.

Genetik faktörler, cinsiyet, şeker hastalığı, şişmanlık, sigara ve alkol kullanımı, stres, yetersiz fiziksel aktivite, aşırı tuz kullanımı, sağlıksız beslenme alışkanlıkları ve yaşlılık başlıca hipertansiyon nedenleridir.

Her yaşta görülebilen hipertansiyonun sık rastlanan belirtileri baş dönmesi, baş ağrısı, kalp ağrısı, kulak çınlaması, nefes darlığı, çift veya bulanık görme, burun kanamaları ve düzensiz kalp atışlarıdır.

Hipertansiyon kontrol altına alınmazsa inme, kalp krizi, kalp hastalığı, böbrek yetmezliği, bilinç bozukluğu, körlük ve damarlarda anevrizma oluşmasına neden olmaktadır.

Hipertansiyonun tedavisi ve sağlık kontrollerinin düzenli olması, hastalığın sebep olabileceği komplikasyonları engeller. Bununla birlikte, hipertansiyon hastalarının yalnızca %53'ünde ilaç tedavisine başlanmakta ve tanı koyulan hastaların %27'sinde yüksek tansiyon kontrol altında alınmaktadır. Bu durum, hastanın yaşam tarzında yapacağı değişikliklerle tedavisine önemli katkı sağlayacağını göstermektedir.

Hipertansiyon gelişimini önlemek için; tütün ve alkol kullanılmaması, tuz tüketiminin azaltılması, sağlıklı beslenilmesi ve düzenli egzersiz yapılması yeterli olacaktır.

Avrupa Kardiyoloji Derneği, kılavuzunda, hipertansiyonda özel bir endikasyon olmadığı sürece ilaç tedavisi uygulanmaması gerektiği belirtilmiştir. Başlangıçta diyet ve yaşam tarzında değişikliklerin yapılması önerilmektedir.

Elbette bu karar, ilgili uzman hekim tarafından alınmalıdır. Sekiz hafta süren ve belirli bir beslenme düzeninin uygulandığı "Hipertansiyonu Durdurmak Üzere Besinsel Yaklaşımlar (DASH)" çalışmasında, meyve ve sebze yönünden zengin, yağsız süt ürünleri içeren, yağ ve kolesterol yönünden fakir, proteini hafif artırılmış bir diyetle, erişkinlerde yüksek kan basıncının düşürüldüğü belirlenmiştir. Alkol ve sigara kullanımının hipertansiyon riskini artırdığı bilinmektedir. Ayrıca sigara hipertansiyondaki ilaç tedavisine karşı direnci artırırken, alkol antihipertansif ilaçların etkisini azaltır ve inme riskini artırır.



Hipertansiyon, kalp yetmezliği ve böbrek hastalığı olan kişiler az tuzlu gıdalar tüketmelidir. Tuz, vücudun ihtiyacı olan çok önemli mineraller içerse de normalden fazla kullanıldığı zaman sağlığı olumsuz etkilemektedir.

Dünya Sağlık Örgütü, günlük toplam tuz tüketiminin 5 gramın altında olmasını önermektedir. Hipertansiyon hastalarında, kan basıncını normal seviyeye düşürebilmek için ortalama beş haftalık tuz kısıtlaması yapılmalıdır.

Sedanter yaşam, kalp hastalığı ve hipertansiyon riskini artırmakta olup hipertansiyonun gelişme riski, düzenli fiziksel aktivitesi olanlara göre %20-50 daha fazladır. Bu nedenle hipertansif hastalar, haftada en az 3-4 gün, 30-45 dakikalık tempolu yürüyüşler yapmalı ya da yüzmelidir.



Obezite ile yüksek kan basıncı arasında da anlamlı bir ilişki vardır. Şişman hipertansiflerde hiperlipidemi, insülin direnci, sol ventrikül hipertrofisi ve diyabet sıklığı fazladır. Bu nedenle 5 kg'lık bir kilo kaybı bile hipertansif hastaların çoğunda anlamlı kan basıncı düşmesine yol açar. Ayrıca kilo kaybı sayesinde antihipertansif ilaçların sayısı ve dozu da azaltılabilir.



Sonuç olarak, doğru beslenme ve yaşam tarzı değişiklikleriyle bireylerin hipertansiyondan korunması daha kolay olacaktır. Bu doğrultuda, aktif çalışma hayatında bulunan bireylerin de hipertansiyondan korunması, çalışma yaşamının ve iş gücü veriminin artmasına doğrudan katkı sağlayacaktır.

Tüm dünyada Covid-19 pandemisi nedeniyle tekrar hatırlanan sağlık farkındalığının, önümüzdeki süreçte hipertansiyon gibi diğer kronik rahatsızlıklar için de oluşturulması, çalışma dünyası için yeni projeler ve hedefler getirmektedir.

Dr. Mustafa Numan Ural İşyeri Hekimi

Kaynaklar:

- WHO-ISH Guidelines Subcommittee. 2003 WHO/International Society of Hypertension statement on management of hypertension. J Hypertens. 2003.
- Türk Kardiyoloji Derneği. Ulusal Hipertansiyon Tedavi ve Takip Kılavuzu, 2000.
- Moore T et al. The DASH Diet for Hypertension, Pocket Books New York. 2001; 3-9.
- Mancia G, Fagard R, Narkiewicz K, Redon J, Zanchetti A, Böhm M, et al. Task Force for the Management of Arterial Hypertension of the European Society of Hypertension and the European Society of Cardiology. 2013 ESH/ESC Practice Guidelines for the Management of Arterial Hypertension. Blood Press. 2014;23(1):3-16.
- Sengul S, Akpolat T, Erdem Y, Derici U, Arici M, Sindel S et al. Turkish Society of Hypertension and Renal Diseases. Changes in hypertension prevalence, awareness, treatment, and control rates in Turkey from 2003 to 2012. J Hypertens. 2016;34(6):1208-17.
- Rossi A, Dikareva A, Bacon SL, Daskalopoulou SS. The impact of physical activity on mortality in patients with high blood pressure: a systematic review. J Hypertens 2012; 30 (7): 1277–88.
- Kjeldsen SE. Guidelines Committee: 2003 European Society of Cardiology Guidelines for the management of arterial hypertension. J Hypertens 2003; 21 (6): 1011-53.

BUNU BİLİYOR MUYDUNUZ?



İnsanlık Tarihinin Seyrini Değiştiren Salgın Hastalıklar

Günümüzde insanlık bir yandan Koronavirüs pandemisiyle savaşırken diğer yandan da “Hayat Devam Ediyor” diyerek bu yeni yaşam şekline adapte olmaya çalışıyor. Tıpkı günümüzde olduğu gibi geçmişte de insanlık tarihi, büyük ölümlere neden olan salgın hastalıkların ardından bir şekilde yoluna devam etti. Dünyada milyonlarca insanın hayatlarını kaybetmesiyle sonuçlanan büyük salgınlar ve ardından meydana gelen değişiklikleri sizler için derledik.

Okuyacağınız yazıdan sonra göreceksiniz ki tüm salgınlar bir şekilde bitiyor ve insanoğlu hayatına devam ediyor. Ancak asıl önemli olan, dünyadaki her olguda olduğu gibi yaşanan bu zor durumların insanoğluna ne kattığı ve hangi konuda farkındalık yarattığıdır.

Jüstinyen Vebası (M.S. 541-750)

6. yüzyılda, Bizans İmparatoru Jüstinyen’in zamanında başlayan -ve imparatorun adıyla Jüstinyen Vebası olarak anılan- hıyarcıklı veba salgınının, o zamanlar belki de tüm dünya nüfusunun yarısına denk gelen 30-50 milyon arasında insanın hayatını kaybetmesine neden olduğu düşünülüyor.

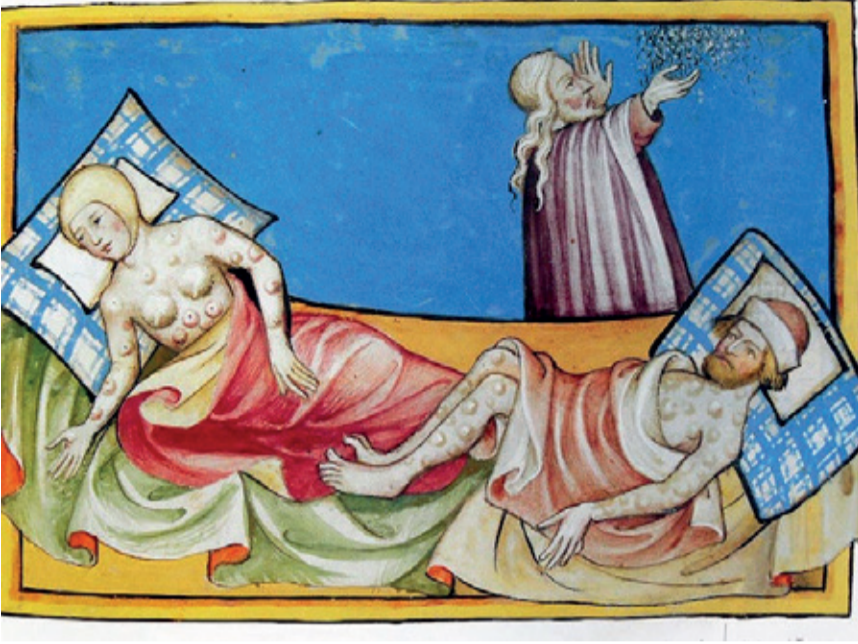


Bu salgın sonucunda ticaret büyük ölçüde durdu, imparatorluk bir hayli zayıfladı ve bunu takiben Bizans; Orta Doğu, Kuzey Afrika ve Asya’nın bazı bölgelerindeki topraklarının rakip devletlerin ele geçirmesine müdahale edemedi. Veba, imparatorluğu vurduğunda, Jüstinyen Roma İmparatorluğu’nun Doğu ve Batı kısımlarını birleştirme sürecindeydi. Ancak veba bunun gerçekleşmesine izin vermedi ve Jüstinyen döneminin sonunu getirdi.

Bu salgın tarihe; dünyanın yarısını öldüren, Roma İmparatorluğu’nun birleşmesini engelleyen ve Karanlık Çağ’ı başlatan bir dönem olarak yazıldı.

Kara Ölüm (1347-1351)

1347-1351 yılları arasında, hıyarcıklı veba hastalığı Avrupa'ya yayılmış ve 75-100 milyon arasında insanın hayatını kaybetmesine neden oldu.



Önce Asya'da başlayan salgın, hemen ardından Avrupa'ya ulaştı ve o kadar etkili oldu ki Avrupa nüfusunun 1347'den önceki seviyelerine dönmesi, 200 yıldan fazla sürdü.

Tarihte "Kara Ölüm" olarak anılacak salgının ardından, köleliğin gözden düşmesi başladı. Nüfusun azalmasıyla sosyal hareketlilik artarak işçi sınıfının imkânları genişledi. Feodalite parçalanmaya başladı, bu da Batı Avrupa'yı daha ticaret odaklı ve nakit bazlı bir sisteme geçmeye zorladı.

Bu felaket, kültürel olarak birçok insanı mistisizme yöneltti. Avrupa'da bağnazlık ve hedef gösterme eylemlerinin sonucunda birçok azınlık katledildi.

Çiçek Hastalığı (15. – 17. Yüzyıl)

Avrupalılar, 1492'de Amerika kıtasına ilk geldiklerinde yanlarında bir dizi yeni hastalığı da getirmişlerdi. Bunlardan biri, enfekte olanların yaklaşık %30'unun hayatını kaybetmesine neden olan bulaşıcı çiçek hastalığıydı ve Amerika'da yaklaşık 20 milyon insanın canını aldı.

Salgın, Avrupalıların yeni boşalan alanları kolonize etmelerine ve geliştirmelerine yardımcı oldu ve küresel ekonomiyi değiştirdi. Hayatta kalan az sayıda insan, elde kalan arazileri yeterince işleyemediği için çok büyük alanlar -tahmini 560 bin kilometrekare, neredeyse Kenya büyüklüğünde bir yer- ormana veya çayıra dönüştü. Bitki ve ağaçlardaki bu muazzam büyüme, karbondioksit seviyesinde azalmaya ve dünyanın geniş bölgelerinde sıcaklığın düşmesine sebep oldu.

Bilim insanları, volkanik patlamalar ve güneş aktivitelerinin azalmasıyla beraber, bu olayın, dünyanın pek çok yerinde sıcaklığın düştüğü "Küçük Buzul Çağı" adı verilen dönemin başlamasına neden olduğuna inanıyor.



Kolera (1817-1823)

İlk kolera salgını Hindistan'ın Jessore şehrinde başladı ve bölgenin büyük bir kısmından sonra komşu bölgelere de yayıldı. Bu salgın, milyonlarca insanın hayatını kaybettiği yedi büyük kolera salgınının ilkiydi. Yedi salgında toplam 4.6 milyon kişi hayatını kaybetti. Osmanlı Devleti'nde, Eylül 1847'de Trabzon'da ortaya çıkan salgın, alınan bütün karantina önlemlerine rağmen İstanbul'da da görüldü ve ardından Karadeniz sahilini ve tüm İstanbul'u kuşattı, oradan Rumeli'ye, Balkanlar'a ve Anadolu'ya yayıldı.



Kısa sürede tüm dünyaya yayılan kolera, 1910 yılında neredeyse Osmanlı topraklarının tamamında görüldü; bu salgın, 5.688 vaka ve 5.377 can kaybıyla sonuçlandı.

Günümüzde, Dünya Sağlık Örgütü, kolera "unutulmuş salgın" adını vermiştir. Ancak kolera her yıl 1.3 ila 4 milyon kişiye bulaştığı ve yılda 21-143 bin arasında insanın hayatını kaybetmesine sebep olduğu bildiriliyor. Kolera, belirli bir bakteri ile kontamine olmuş yiyecekte ya da sudan kaynaklanıyor. Bugün hâlâ, gelir eşitsizliği ve sosyal gelişim eksikliğinden etkilenen ülkelere ezici bir şekilde zarar veriyor.

İspanyol Gribi veya H1N1 (1918-1919)

İspanyol Gribi olarak da bilinen 1918 influenza salgını, 21. yüzyılın başlarında, H1N1 virüsünün yaklaşık 500 milyon insanı enfekte etmesi sonucunda ortaya çıktı. Salgın, dünya çapında 100 milyondan fazla insanın ölümünden sorumluydu.



1918 sonbaharında başlayan bu salgında kaybedilen insan sayısı Birinci Dünya Savaşı'nda kaybedilenlerden daha fazlaydı.

Salgın esnasında, Birinci Dünya Savaşı sona ermişti ve viral salgınlarla başa çıkmak için hiçbir uluslararası resmi protokol yoktu. İlerleyen yıllarda, salgının nasıl gerçekleştiğini ve nasıl önlenebileceğini anlamaya yönelik yapılan araştırmalar, halk sağlığında iyileşmeler yaşanmasını sağladı.

Hong Kong Gribi veya H3N2 (1968-1970)

İspanyol Gribi'nden elli yıl sonra, başka bir grip virüsü olan H3N2 dünyaya yayıldı ve dünya çapında 1 milyon kişinin hayatını kaybetmesine sebep oldu.

1968 salgını, 20. yüzyılda meydana gelen üçüncü grip salgınıdır. Diğer ikisi 1918'deki İspanyol Gribi ve 1957'deki Asya Gribi salgınlarıdır. Asya Gribi'nden sorumlu olan virüsün, geçirdiği mutasyonla, 10 yıl sonra "Hong Kong Gribi" adı verilen H3N2 salgınıyla tekrar ortaya çıktığına inanılıyor.

1918'deki İspanyol Gribi salgını kadar ölümcül olmasa da H3N2 de son derece bulaşıcıydı ve Hong Kong'da bildirilen ilk vakadan 2 hafta sonra 500.000 kişi enfekte olmuştu. Salgın, küresel sağlık topluluğunun, aşıların gelecekteki salgınları önlemedeki hayati rolünü anlamasına yardımcı oldu.



HIV/AIDS (1981 – Günümüz)

Bilinen ilk HIV/AIDS vakası 1981'de bildirildi. Hastalık bugün hâlâ insanları enfekte etmeye ve can almaya devam ediyor.



1981'den bu yana 75 milyon insan HIV virüsüne yakalandı ve bunların 32 milyonu hayatını kaybetti. Günümüzde bilinen kesin bir tedavisi olmayan, kan ve cinsel yolla bulaşan bir hastalık olan HIV/AIDS, her yıl -özellikle Afrika'da- milyonlarca insanı etkilemeye devam ediyor.

Kesin bir tedavisi olmamasına rağmen, antiretroviral ilaçlar HIV virüsünü kontrol altına alıyor ve virüsün ilerlemesini önemli ölçüde yavaşlatıyor. Bu da enfekte olmuş kişinin bu alternatif tedavi yöntemiyle yaşamını sürdürmesine izin veriyor.

SARS (2002-2003)

2002-2003 yılları arasında Asya ve Kanada'da etkili olan şiddetli akut solunum yolu sendromu (SARS), yedi Koronavirüs'ten birinin (SARS-CoV) neden olduğu bir hastalıktır.



Kasım 2002 ve Temmuz 2003 tarihleri arasında Hong Kong'da başlayan SARS salgını neredeyse pandemi boyutuna geldi ve dünya çapında 8.422 vaka ve 916 can kaybı görüldü. Sars virüsü, haftalar içinde Hong Kong'dan 37 ülkeye yayıldı ve Dünya Sağlık Örgütü, hastalığa bağlı ölüm oranını %10,9 olarak açıkladı.

Günümüzde SARS'ın yayılması tamamen önlenmiş durumdadır.

Domuz Gribi veya H1N1 (2009-2010)

2009 yılında, ABD'de yaklaşık 60 milyon insanı enfekte eden ve 575 bin can kaybına yol açan yeni bir virüs formu ortaya çıktı.

Domuzlardan insanlara geçtiği tespit edildiğinden "Domuz Gribi" olarak adlandırıldı. H1N1; virüsle ilişkili ölümlerin %80'inin 65 yaşın altındaki insanlarda meydana gelmesi nedeniyle tipik grip salgınlarından farklıydı.

H1N1, bir viral salgının 21. yüzyılda dahi ne kadar hızlı yayılabileceğini ve ek hazırlıklara ihtiyaç olduğunu gösterdi.

**Ebola (2014-2016)**

Demokratik Kongo Cumhuriyeti'nde görülen salgın, ilk kez Ebola Nehri yakınındaki bir köyde ortaya çıktığı için hastalığa Ebola ismi verildi.



Virüs insanlara vahşi hayvanlardan geçti, insandan insana bulaşarak ilerledi ve enfekte ettiği 30 bin insanın 11 bininin hayatını kaybetmesine sebep oldu.

Görülen çoğu vaka Gine, Liberya ve Sierra Leone'de meydana geldi.

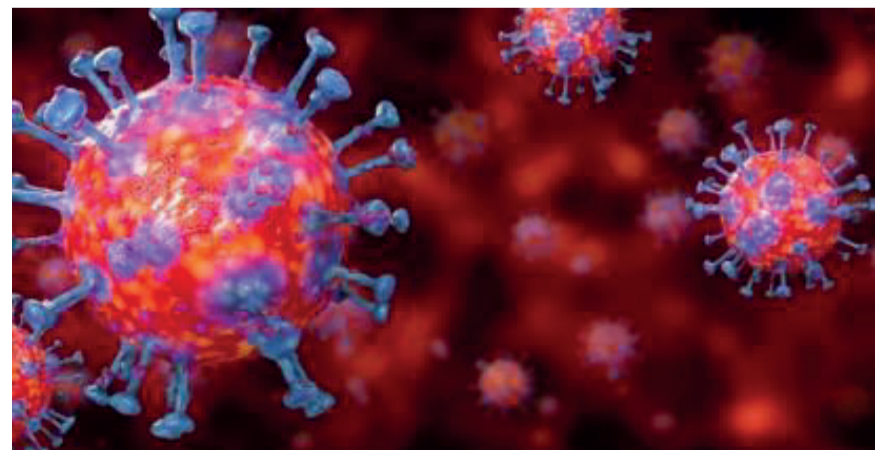
Dünya Sağlık Örgütü, Ebola salgınındaki son hastanın da taburcu edildiğini ve salgında sona yaklaşıldığını duyurdu.

Koronavirüs veya COVID-19 (2019-günümüz)

2019 sonlarında, Çin'in Wuhan kentinde ortaya çıktı. Yüksek ateş, öksürük ve sonrasında gelişen zatürre ile seyreden yeni tip Koronavirüs (Covid-19), hızla yayılarak tüm dünyayı etkisi altına aldı.

Dünya Sağlık Örgütü, 11 Mart tarihinde salgının pandemi boyutuna geldiğini ilan etti.

8 Mayıs itibarıyla dünya genelindeki vaka sayısı 3.7 milyonu aştı ve 265 binden fazla insan salgından hayatını kaybetti. Virüsün enfekte ettiği 1.2 milyon kişi hastalığı atlatarak iyileşti. Bilim insanları, Koronavirüs'ün, küresel nüfusun %40-70'ini enfekte edebileceğini söylüyor.





Sağlıkla ve Güvenle Üreterek Başaracağız.

4-10 Mayıs
İş Sağlığı ve Güvenliği Haftası

bekalp

Yazışma Adresi: Minareli Çavuş Bursa Organize Sanayi Bölgesi Mah.

Gri Cad. No:16 16140 Nilüfer / Bursa / TÜRKİYE

T: (0224) 314 10 00 e-mail: e-parola@erkurtholding.com.tr www.erkurtholding.com.tr



in erkurt-holding



erkurtholding



erkurt-holding



erkurtholding.com.tr



Bislikte ve Daima