

HEYBE

**“SİMYA’NIN HEYBESİ”
KOCAELİ SİMYA KOLEJİ
AYLIK KÖK DAVRANIŞ
DERGİSİ**



israftan

kaçıma/

tutumluluk

Lorem Ipsum is simply dummy text of the printing and typesetting industry. Lorem Ipsum has been the industry's standard dummy text



SİMYA
KOLEJİ



Tutumluluk herhangi bir konuda bir şeyin yeterli olacak seviyede kullanılmasıdır.

AYLIK KÖK DAVRANIŞ BÜLTENİ

EKİM 2023 SAYISI

İSRAF NERELERDE OLUR?



**İSRAF ETME
DÜNYA DOYSUN !!!**

İsraftan kaçınmak ve tutumluluktan bahsedebilmemiz için öncelikle israfın ne olduğunu öğrenmemiz gerekir. İsrafın ne olduğunu bilmeyen kişiler bu konuda herhangi bir önlem alamaz. İsraf eldeki olan bir şeyin gereksiz yere fazla kullanılmasıdır.

Tutumluluk ise herhangi bir konuda bir şeyin yeterli olacak seviyede kullanılmasıdır. İhtiyaç duyulandan fazla kullanılan her şey israfa girer.

İsrafı sadece su ve enerji israfıyla sınırlandırmak doğru olmaz. İsrafın birçok çeşidi vardır.

İsraflar sadece ekonomik olarak düşünülmemelidir. Her konuda israf illa ki bulunur. Zamanın bile bir israfı vardır. Bir işe olması gerekenden daha fazla zaman ayrılıyorsa bu bir israftır. Herkes bu konuda yeterliliği sağlayarak israfı önlemiş olur.

İnsanlar elindeki maddi ve manevi her şeyin israfını yapabilir. Her şeyi yeterince kullanmak israftan kaçınmakta etkili olan bir durumdur. Bir şeye ederinden fazla zaman ayırmak veya para vermek israf örneklerinden biridir. Hayatımızda bu gibi durumlar yaşasak da, gereksiz fazlalıklara dikkat etmeliyiz. Herkes her konuda fazlalıklardan ve aşırılıklardan kaçınmalıdır. İsrafın önlenmesi için herkesin yeterli olan seviyeyi kendisi belirlemesi gerekir. Kısaca her şey olması gereken seviyede olmalıdır.



İSRAF ÇEŞİTLERİ

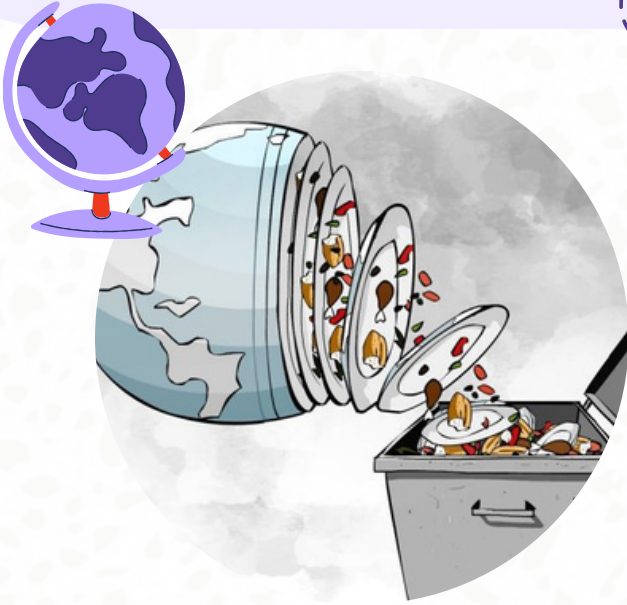
İsraf çeşitleri şu şekilde sıralanabilir;

- Zaman israfı
- Nimet (yemek,ekmek) israfı
- Mekan israfı
- Eşya (kağıt, kırtasiye,kıyafet) israfı

EKİM 2023

DIKKAT

GÖZÜN DEĞİL KARNIN
DOYSUN, YEMEĞİN
YİYECEĞİN KADAR
OLSUN!!



ÇÖPE ATTIĞIN
YİYECEĞİN DEĞİL
GELECEĞİN!

İHTİYACIN OLANI SEÇ,
İSRAFIN ÖNÜNE GEÇ.

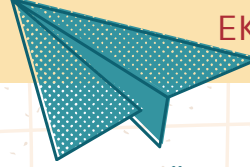


BİLİYOR MUYDUNUZ



AYLIK KÖK DAVRANIŞ BÜLTENİ

EKİM 2023 SAYISI



- Türkiye kişi başına düşen gıda israfında dünya üçüncüsü oldu.
- Her gün 6 milyon ekmek çöpe atılıyor!
- Çöpe atılan ekmeklerle köprü olur, okul olur, yol olur. Ülkemizde bir yılda israf edilen ekmeklerle yüzlerce okul yapılabilir.



Ağaçlarımız Çöpe Gidiyor..

- Türkiye kağıt tüketiminde dünya sıralamasında 16. sırada yer almaktadır.
- Bir kişinin bilinçsizce kağıt kullanımı yılda 7 ağacı yok eder.
- 1 ton kağıt atığın geri kazanılması 17 ağacı kesilmekten kurtarır.



Enerjimizi Verimli Kullanalım

- Saç kurutma makinalarının %90'ı gereksiz çalışıyor ve buzdolaplarından 6 kat fazla enerji tüketiyor.
- Prizlerde boşa takılı kalan fişler tüketimi %5 arttırır.
- Elektrikli süpürgelerde düzenli yapılan filtre temizliği %10 tasarruf sağlar.

Sularımızla Birlikte Tükenmeyelim

- Her on kişiden biri temiz su kaynaklarına erişemiyor.
- Su tüm canlılar için gereken besinlerin yetişmesi ve devamlılığı için şarttır.

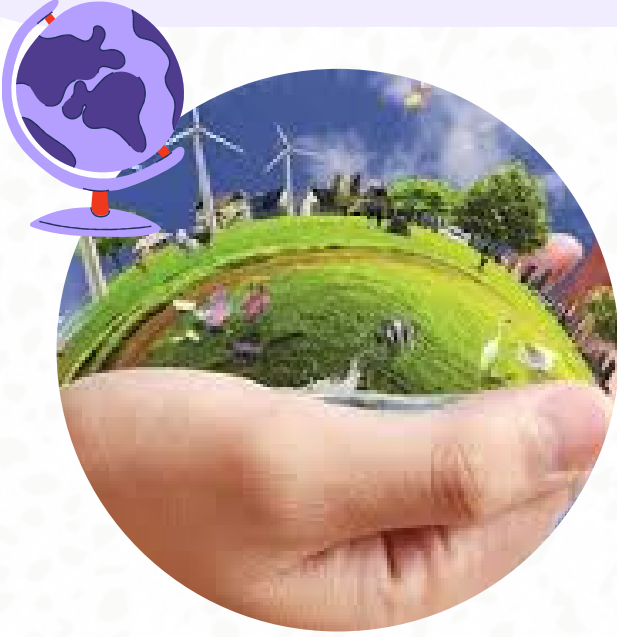
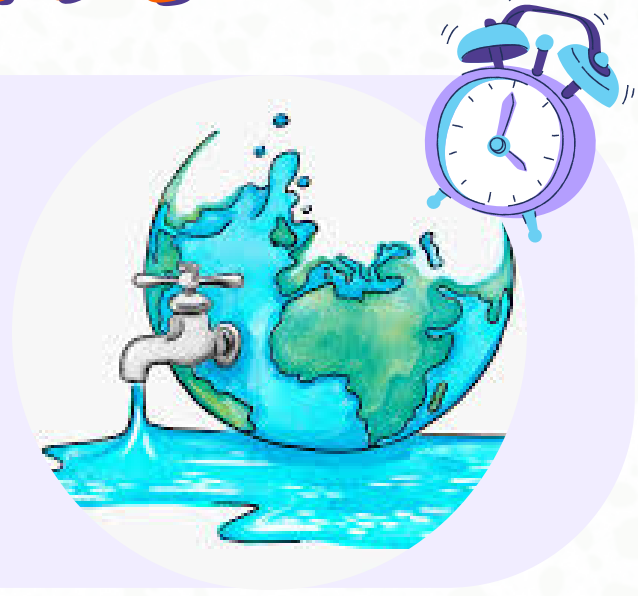


SU HAYATTIR, HAYATIMIZI İSRAF ETMEYELİM.

EKİM 2023

DİKKAT

*SULAR BOŞA AKMASIN
GELECEĞİMİZ
KURUMASIN.*



**GEREKSİZ HARCANAN
ENERJİ KAYBEDİLEN
EMEKTİR.**

**SU BİTERSE
BİZ DE BİTERİZ!**



DOĞRUSUNU SEÇ!!



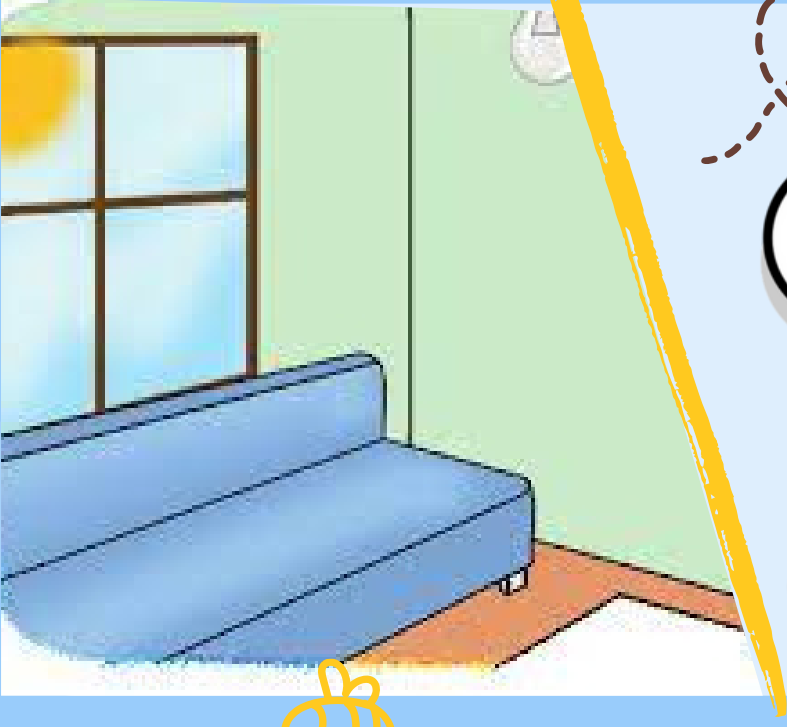
Ellerimi yıkarken
sabun köpüğüyle
oynamak çok
hoşuma gider.

Dişlerimi fırçalarken
çeşmeyi kapatır,
ağzımı çalkalayacağım
zaman suyu tekrar
açarım.

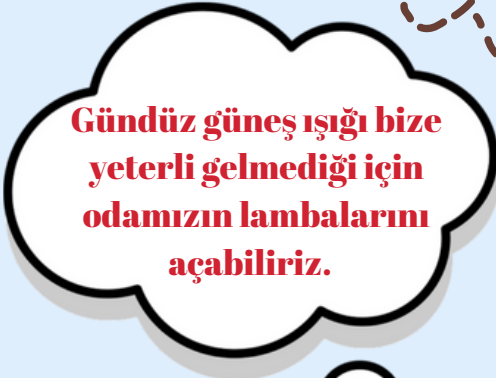


Sence hangi çocuk daha doğru
davranıyor?

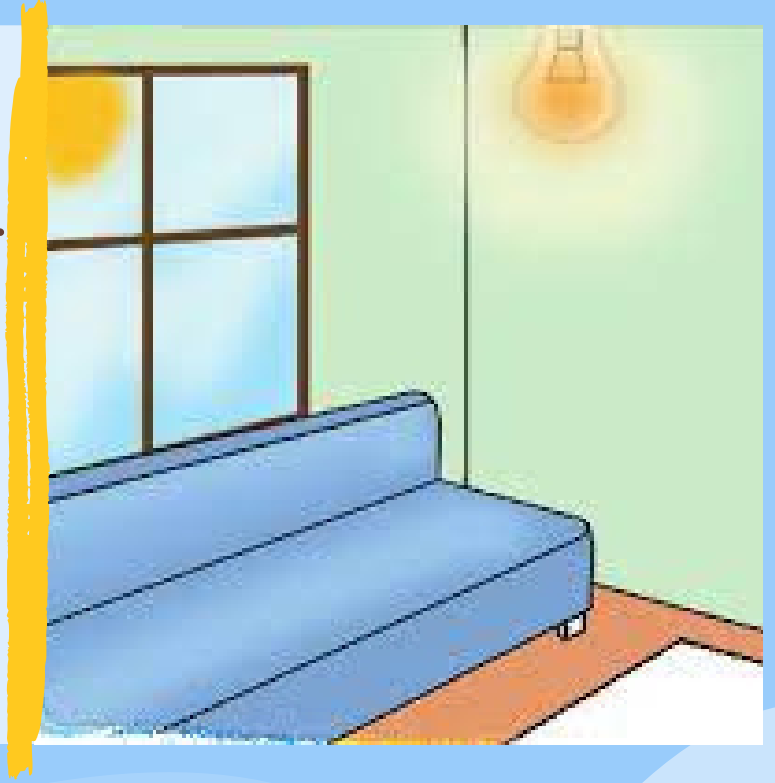
DOĞRUSUNU SEÇ!!



Gündüzleri güneşin ışığı odamızı aydınlatmak için yeterlidir.



Gündüz güneş ışığı bize yeterli gelmediği için odamızın lambalarını açabiliriz.



Sence hangi resim daha doğru?

DOĞRUSUNU SEÇ!!



Tabağımdaki yiyeceği o an sevemesem bile mutlaka yerim ğünkü bana faydalı olduğunu bilirim.

Karnım aĝ olsa bile yemeklerimi bitirmem ve tabağımda bırakırım.



Sence hangi resimdeki ğocuk doğru tercih yapıyor?

EKİM 2023

DIKKAT

ZAMANIN İÇİNDE
KAYBOLMAYANSA ONU
SİZ YÖNLENDİRİN!



EĞER GÜN İÇİNDE BİR TÜRLÜ
ZAMAN YETMEDİĞİNDEN
YAKINIYORSAN BİL Kİ ZAMANINI
ÇOK KÖTÜ YÖNETİYORSUN.

KALİTELİ BİR YAŞAM SÜRMEK
İSTİYORSANIZ ZAMANI NASIL
ÖLDÜRECEĞİNİZİ DÜŞÜNMEYİN ONU
NASIL KAZANACAĞINIZIN PLANLARINI
YAPIN.





SIMKOÇTAN MESAJ VAR!

AYLIK KÖK DAVRANIŞ BÜLTENİ

EKİM 2023 SAYISI

SIMKOÇ BÜŞRA ÖZMEN

Çalışan, çalışmayan veya öğrenci herkes zamanını akıllıca planlamak ve kullanmak zorundadır.



Zaman paha biçilmez bir kaynaktır. Belirli bir ritimle amansızca akar gider. Geçen zamanı geri döndüremeyiz. Zaman demokratik bir şekilde paylaşılan bir kaynaktır. Hepimizin günde 24 saati, her haftada yedi günü vardır. Zamanı satın alamayız, biriktiremeyiz, ödünç alamayız, çalamayız, hiçbir şekilde değiştiremeyiz. Tek yapabileceğimiz, sahip olduğumuz zamanı en iyi şekilde değerlendirmektir.

Zaman yönetimi, zihinde oluşan planların günlük yaşama dökülerek gün ve gün gerçekleştirilebilmesidir (Cüceloğlu,1999: 287).

Zaman yönetiminde temel düşünce günün her küçük diliminin daha iyi planlanmasının, bireyin daha verimli hareket etmesini sağlayacak olmasıdır. Zaman yönetimi, acil olmakla birlikte o kadar da önemli olmayan günlük olayların baskısından kaçınmak için, önceliklerin ortaya konulmasını da savunur.

Zaman yönetimi aslında bir öz yönetimdir, yaşadığımız olayların kontrolünü sağlamak; bireyin kendisini yönlendirerek olayları yönetmesidir. Yaşadığımız olayların ne kadarı bizim istediğimiz gibi gerçekleşiyor? Ne kadarının oluşmasını biz belirleyebiliyoruz? Olayların meydana gelmesindeki etkilerimiz nelerdir? Bütün bu soruların cevabı, bizim zamanımızı yönetebilmedeki başarıımızı göstermektedir.



ZAMANI PLANLAMAK

Zor olandan kolay olana doğru işleri yapmak,

- İşleri planlanan güne ve saate göre yaparak, sistemli oluşturmak,
- Bir işi bitirmeden diğerine geçmemek,
- Eldeki işe tüm enerji ile sarılmak,
- Yaratıcılıkla ilgili faaliyetler için zaman ayırmak,
- Rutin işlerden kaçınmak, yenilikçi ve bazen esnek olmak,
- Gereksiz ayrıntılardan uzak durmak,
- Eğlenceyi zamanla sınırlamak,
- Engellenmeden çalışabilecek saatleri belirlemek,
- Çalışmayı engelleyen faktörleri saptayarak ve bunları ortadan kaldırmak için önlemler almak.

EKİM 2023

DIKKAT

*BURUŞTURUP KENARA
ATTIĞIN SADECE BİR
KAĞIT DEĞİL!!*



**DAHA AZ KAĞIT,
DAHA ÇOK HAYAT!**

**AĞAÇLAR KAĞIT,
KAĞITLAR ÇÖP
OLMASIN..**



OKULDAN HABERLER

7.SINIFLAR BU AY BİZİM İÇİN RESİM
YAPTILAR

İŞTE KAZANAN

1. ÇINAR GÜVEN KAHVECİ
7/B

