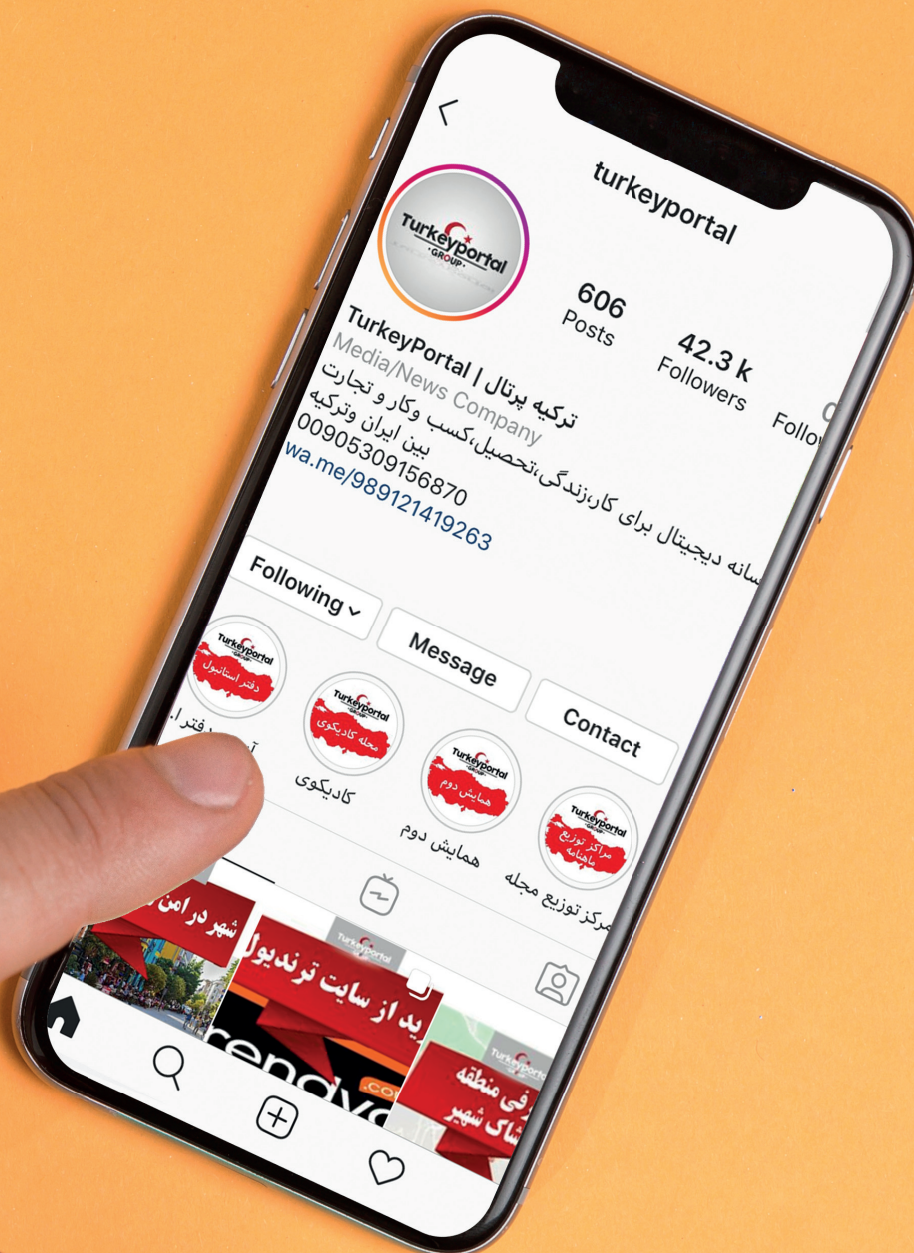


با همراهی در شبکه اجتماعی ترکیه پرتال
می توانید از اطلاعات جذاب و دیدنی
کشور ترکیه لذت ببرید



//// فهرست مطالب

معرفی ماهنامه.....	۳
سخن سردبیر.....	۴
ماه نگاه اجاک.....	۶
کدام نوع اقامت برای من مناسب تر است؟.....	۸
ورود به دنیای مدلینگ.....	۱۴
کاراندیز سوییس در شمال ترکیه.....	۱۶
تانتونی.....	۲۲
معرفی اپلیکیشن موویت.....	۲۳
نبض پزشکی در ترکیه.....	۲۴
نحوه خرید خودرو توسط اتباع خارجی در ترکیه.....	۴۲
اسکی در ترکیه.....	۴۴
افسردگی قبل مهاجرت.....	۴۸
فرصت ها و تهدیدها در حوزه ارز دیجیتال و بیت کوین.....	۵۰
از هر دری خبری.....	۵۲
نقشه مراکز تاریخی استانبول.....	۵۴
سال ۲۰۲۰ چه در انتظار شماست.....	۵۶

//// قسم اللغة العربية

تعرف على المجلة.....	۵۲
كلمة مدير مجموعة بورتال التركية.....	۵۳
اي نوع من الإقامة يناسبني؟.....	۶۴
كاراندیز سوییسرا في شمال تركيا.....	۷۰
التتونی.....	۷۵
تفوق الطب في تركيا.....	۷۶
کیفیه شراء سيارة من قبل الاجانب في تركيا.....	۸۰

معرفی ماهنامه

ماهنامه پیش روی شما، حاصل تلاش، تحقیق و کار همکاران ما در بخش های مختلف گروه رسانه ترکیه پرتال است تا با ارائه اطلاعات درست و دقیق، پرتال ارتباطی معتبری باشد در مورد زندگی و تجارت در ترکیه و دیگر کشورهای منطقه.

هدف ما در این مجموعه این است که بتوانیم ضمن فراهم نمودن بستری جهت آشنایی با فرهنگها و مناطق مختلف، زمینه ساز روابط تجاری مفید و موثر نیز باشیم. همچنین این ماهنامه، با توجه به تفاوت ها و اشتراکات بین مردم منطقه خاورمیانه، قصد ایجاد فضای مناسب برای همکاری های چند جانبه و تعاملات متقابل در این منطقه را نیز دارد.

امید داریم که تلاش هایمان مورد توجه شما مخاطب گرامی قرار بگیرد.

آژانس: ترکیه پرتال

صاحب امتیاز و مدیر مسئول: رضا حسینی

همکاران تولید محتوا: میلاد اختری - مسعود رسولی

مترجم و ویراستار: آرزو عبدی

طراح گرافیک و صفحه آرا: امیر حسینی

مترجم بخش عربی: وسام هشام اسد

ویراستار بخش عربی: اسرا کورتولموش



www.turkeyportal.ir

سخن سردبیر

به نام حضرت دوست

یک ماه دیگر نیز گذشت و با شماره جدیدی از ماهنامه با شما عزیزان همراه هستیم. ماهی که گذشت برای همه ما با ناآرامی همراه بود. ارتباط ما نیز برای چندین روز با شما مخاطبان که دلیل وجود ما هستید، مختل شد. دلشوره ها با به گوش رسیدن زمزمه‌هایی در خصوص تغییر قوانین اقامت توریستی در ترکیه دو چندان شد تا ما و همکاران ما را به تکاپوی هرچه بیشتر برای یافتن راه‌حل‌های جایگزین جهت ارائه به شما هم وطنان بیاندازد تا بتوانید همچنان اقامت خود را تمدید کرده و در ترکیه در کنار ما بمانید. طبق تجربه چندین ساله ما در این خصوص، چندی پس از تصویب قوانین مهاجرتی، ماده و تبصره‌های مربوط به آن نیز اعلام می‌شود تا از سفت و سختی آن قوانین بکاهد و به جمع بیشتری، امید ماندن بدهد. تیم ترکیه پرتال نیز در حال بررسی‌های همه جانبه در این خصوص است تا با خبرهای خوش در شماره‌های بعدی به استقبالتان بیاید.

از اینها که بگذریم جا دارد از ته دل دست مریزادی نثار تمامی همراهان مجله ترکیه پرتال کنم. شما خوانندگان گرانقدری که با استقبال پرشورتان از حاصل تلاش دست اندرکاران تهیه این ماهنامه، غبار خستگی را از تن تک تک مان می‌شوید. حقیقت را گفته باشم، به دست آوردن توجه و اقبال این حجم از مخاطب در این زمان کم در تفکر نمی‌بود و تحقق آن را به رسیدن چاپ مجله به شماره‌های دورقمی پیش‌بینی می‌کردم. اما همین که خبر رسید در مکان‌های توزیع مجله، متقاضی دریافت تعداد بیشتری از آن شده‌اند، خدا را سپاس گفتم که توفیق خدمتی اینچنین خواستنی به شما هم وطنان دوست داشتنی سرزمینم را نصیب من و همکارانم گردانید. ناگفته نماند که همگی می‌دانیم کم و کاستی‌ها همچنان به قوت خود باقی است. با این حال از طرف خودم و همگی همکارانم به شما خوانندگان گرانقدر مجله این قول را می‌دهم که با تلاش روز افزون و با تمام قوا به پیش تاخته تا آنچه در شأن شما حقیقت جویان و خوانندگان فهیم است فراهم آوریم.

در شماره پیش رو به طور مفصل به انواع اقامت در ترکیه و نیز پزشکی و سلامت در ترکیه پرداخته ایم. در بخش عربی نیز مطالب فوق را به همراه دیگر مطالب مفید جهت استفاده همراهان عرب ساکن ترکیه آورده‌ایم. بخش ترکی هم عمدتاً اشاره به فرهنگ و آداب و رسوم ایرانیان و همچنین مراحل ثبت شرکت در ایران توسط خارجی‌ان دارد.

امیدوارم این شماره نیز همانند شماره‌های قبلی ماهنامه مورد توجه شما همراهان قرار گیرد. فراموش نکنید که نظرات شما در رابطه با ماهنامه ترکیه پرتال در ادامه راه هدایتگر ما خواهد بود. در آخر یادآور می‌شوم که تیم تولید محتوای ترکیه پرتال همواره از ایده‌ها و صداهای جدید استقبال می‌کند. بنابراین شما دوستان عزیزی که دستی بر قلم دارید و مایلید به عنوان نویسنده میهمان با ترکیه پرتال همکاری داشته باشید، تعلل نکرده و با ما ارتباط برقرار کنید. متون منتخب، با نام شما در مجله انتشار خواهد یافت.

رضا حسنی

مدیر گروه ترکیه پرتال



جهت درج آگهی در مجله ترکیه پرتال با ما در تماس باشید

Tel : +90 (212) 854 30 42

GSM : +90 (530) 915 68 70

E-mail : info@turkeyportal.net



Turkeyportal



Turkeyportal



Turkeyportal

این ماهنامه در شبکه های اجتماعی ترکیه پرتال نیز قابل دسترسی است.

ترکیه پرتال هیچگونه مسئولیتی در قبال آگهی های تبلیغاتی درج شده در ماهنامه ندارد

OCAK 2020

Pt	Sa	Ça	Pe	Cu	Ct	Pz
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

دی ۱۳۹۸

ش	ی	د	س	چ	پ	ج
	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳
۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰
۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷
۲۸	۲۹	۳۰				

۱ اجاک (ژانویه)
اولین روز سال ۲۰۲۰ میلادی

۱ اجاک ۱۹۲۹
گشایش نخستین مدارس دولتی ترکیه با سیستم حروف لاتین

۱۴ اجاک ۱۹۲۳
در گذشت مادر آتاتورک در ازمیر

۲۲ اجاک ۱۹۳۲
رونمایی از اولین قرآن به زبان ترکی در استانبول

۴ دی
میلاد حضرت مسیح (کریسمس)

۵ دی
سالروز زمین لرزه ی بم در سال ۱۳۸۲

۱۱ دی
ولادت حضرت زینب سلام الله علیها و روز پرستار

۱۱ دی
جشن آغاز سال نو میلادی

۲۰ دی
سالروز قتل امیرکبیر به دستور ناصرالدین شاه قاجار

OCAK 2020

دی ۱۳۹۸



تقویم میلادی

رومی‌ها با گذشت زمان (حدود ۱۶ قرن) در دوره‌ی پاپ گرگوری متوجه شدند که عید پاک (که مربوط به زنده شدن عیسی مسیح است و از آن به عنوان رستاخیز مسیح یاد می‌کنند) مدام به داخل زمستان کشیده می‌شود در حالی که این عید در ابتدای بهار برگزار می‌شده است. در سال ۱۵۸۲ میلادی به فرمان پاپ گریگوری سیزدهم، کمیته‌ای از منجمان و ریاضیدانان، عهده‌دار اصلاح تقویم شدند.

این گروه برای رفع این نقیصه با به کارگیری شیوه‌ای نوین موفق شدند تقویم قبلی را تصحیح کنند. این تغییر، که توسط پزشکی از اهالی ناپل به اسم لیلیوس ارائه شده بود، مورد تأیید پاپ نیز قرار گرفت. طی شیوه‌ی ارائه شده، تنها سال‌هایی کبیسه هستند که مضرب ۴۰۰ نیز باشند. مثلاً: سال ۱۹۰۰ کبیسه نیست ولی سال ۲۰۰۰ کبیسه است؛ به این ترتیب هر ۴۰۰ سال سه روز از تقویم کم می‌شد و همچنین در همان سال تقویم ده روز به جلو کشیده شد. البته این تصحیح اعتراض بسیاری از مردم را برانگیخت، زیرا آن‌ها گمان می‌کردند به این ترتیب، ۱۰ روز از عمرشان کم شده است! آن‌ها در مقابل اقامتگاه پاپ جمع شدند و فریاد برآوردند: «۱۰ روز ما را به ما برگردانید». برای حل شدن این اختلاف، مقرر شد که از آن سال به بعد، هر ۴ سال یک بار، یک روز به فوریه اضافه شود، به جز سال‌هایی که بر عدد صد بخش‌پذیر بودند.

این تقویم در سال ۱۵۸۲ بوجود آمد و بیشتر کشورهای کاتولیک این اصلاحات را پذیرفتند، ولی در دیگر کشورها این کار به تدریج انجام شد. در انگلستان تا سال ۱۷۵۲ اصلاح تقویم را نپذیرفتند، اما در این سال چون تقویم آن‌ها ۱۱ روز با سایر کشورهای اروپایی اختلاف پیدا کرده و این تفاوت مشکل‌ساز شده بود، اصلاح تقویم پذیرفته شد. در روسیه هم تا سال ۱۹۱۸ تقویم قدیمی میلادی (قبل از تقویم گریگوری) معمول بود. جالب این‌جاست که این عدم پذیرش تقویم جدید، موجب اختلاف وقایع‌نگاری در این کشورها شد. برای مثال انقلاب اکتبر روسیه، در واقع با تقویم آن روز کشور، در ماه نوامبر اتفاق افتاده بود! ترکیه در سال ۱۹۵۲ به جمع استفاده‌کنندگان از این تقویم پیوست. تا سال ۱۹۲۹، جمع پذیرندگان این تقویم به تدریج تکمیل شد. البته بعضی از کشورها (مانند افغانستان، ایران، اتیوپی، نپال) این تقویم را به عنوان تقویم رسمی کشورشان به رسمیت نمی‌شناسند.

20

21

22

23



کدام نوع اقامت برای من مناسب تر است؟

ترکیه گرچه زیرساخت های لازم برای پذیرش مهاجران را ندارد اما چندین سال است که میزبان خارجیانی زیادی است که برای کار و زندگی به این کشور می آیند. برای اخذ اقامت ترکیه راه های متفاوتی وجود دارد که هر فرد خارجی بسته به شرایط زندگی و کار خود می تواند از طریق آنها بطور موقت یا دائم ساکن یکی از شهرهای این کشور بزرگ شود. در این شماره از ماهنامه قصد داریم صفر تا صد روال انواع اقامت ها را بررسی کرده و اطلاعات کاملی را در اختیار خوانندگان گرامی قرار دهیم. بطور کلی انواع اقامت در ترکیه به دو دسته کوتاه مدت و بلند مدت تقسیم می شوند که برخی از اقامت های کوتاه مدت مانند اقامت از طریق خرید ملک، قابل تبدیل به اقامت بلند مدت و یا حتی شهروندی هستند.

Türkçe English Deutsch Русский العربية



اقامت توریستی ترکیه (از طریق اجاره ملک):

اقامت توریستی ترکیه راحت ترین و کم هزینه ترین نوع اقامت در این کشور محسوب می شود که می توان آن را با اجاره خانه دریافت نمود. بطور کلی روند دریافت این اقامت سختگیرانه نیست و مسئولان از اواسط سال ۲۰۱۸ قانون اخذ اقامت توریستی ترکیه را آسان تر کرده اند. اما در عین حال پروسه ریسک ترین نوع اقامت است چرا که حتی با ارائه کلیه مدارک خواسته شده، ممکن است اداره مهاجرت درخواست شما را قبول نکند (البته با دلایل منطقی) و شما را به اصطلاح ریجکت کند. این موضوع بستگی به شرایط مختلفی از جمله تعداد درخواست اقامت توریستی در آن زمان دارد. در این نوع اقامت از طریق اجاره ملک می توانید درخواست اقامت ۶ ماهه تا ۲ ساله دهید ولی این لزوماً به معنی تأیید مدت زمان درخواستی شما جهت اقامت در ترکیه نیست و بنا بر ملاحظه اداره مهاجرت برای شما مدت زمان اجازه اقامت صادر می شود. برای مثال ممکن است در خواست شما دو ساله بوده باشد ولی اجازه اقامت شما برای ۶ ماه صادر شود. شاید سوال کنید چطور می توان این اقامت را دریافت کرد؟ و یا چقدر هزینه دارد؟ برای دریافت این نوع از اقامت باید در سایت رسمی اداره مهاجرت ترکیه فرمی را پر کنید که به آن فرم دریافت راندوو می گویند. سپس در روز مقرر با در دست داشتن مدارک زیر به شعبه تعیین شده مراجعه کنید.

در زمان تهیه این مطلب (دسامبر ۲۰۱۹) آخرین تغییر قانون تمدید اقامت توریستی به شرح زیر اعمال شده است :

بر اساس مصوبه جدید در مورد بند «e» ماده یک قانون «۳۱/۲۴۵۸ اتباع خارجی و حفاظت بین المللی» در باره اخذ و تمدید اقامت موقت توریستی در ترکیه، اتباع خارجی به

اجازه اقامت ترکیه (کوتاه مدت)

- در ماده ۳۱ الی ۳۳ قانون اتباع خارجی و حفاظت بین المللی، مقررات اجازه اقامت ترکیه بصورت کوتاه مدت تنظیم گردیده است. این اجازه اقامت عمدتاً شامل موارد زیر است:
- اتباع خارجی که با هدف تحقیقات علمی به کشور آمده اند.
- اتباع خارجی که در ترکیه دارای املاک و مستغلات می باشند.
- اتباع خارجی که قصد تأسیس کار و یا ارتباط تجاری دارند.
- اتباع خارجی که قصد شرکت در برنامه آموزش ضمن خدمت را دارند.
- اتباع خارجی که با اهداف آموزشی در چارچوب برنامه تبادل دانشجو و یا تفاهم نامه هایی که ترکیه یک طرف آن می باشد و موارد مشابه به کشور آمده اند.
- اتباع خارجی که با هدف گردشگری در ترکیه اقامت خواهند داشت.
- اتباع خارجی که در ترکیه درمان خواهند گردید. به شرط آنکه فاقد هریک از بیماری هایی که برای سلامت عمومی تهدید به شمار می آید، باشند.
- اتباع خارجی که باید بر اساس درخواست و تصمیم مقامات قضایی و یا اداری اقامت ترکیه را داشته باشند.
- اتباع خارجی که شروط لازم برای اجازه اقامت خانوادگی را از دست داده و اقامت آنها به اقامت کوتاه مدت تبدیل خواهد گردید.
- اتباع خارجی که قصد شرکت در دوره های آموزش زبان ترکی را دارند.
- اتباع خارجی که به واسطه نهادهای دولتی قصد آموزش، تحقیق، کارآموزی و شرکت در دوره های آموزشی در ترکیه را دارند.
- اتباع خارجی که ظرف شش ماه از تاریخ فارغ التحصیلی خود از آموزش عالی دوباره به ترکیه مراجعه نموده اند.
- افرادی که قصد کار در ترکیه را ندارند اما در قالب و مقدار تعیین شده از سوی هیئت وزرا قصد سرمایه گذاری دارند و همسر خارجی وی و همچنین فرزند خود وی و یا فرزند همسر وی که زیر هجده سال بوده و نیاز به مراقبت دارد.
- اتباع خارجی شهروند جمهوری ترک قبرس شمالی

انواع اقامت کوتاه مدت ترکیه

- اقامت توریستی از طریق اجاره ملک
- اقامت از طریق خرید ملک (قابل تبدیل به اقامت دائم)
- اقامت از طریق ازدواج (قابل تبدیل به شهروندی)
- اقامت از طریق سرمایه گذاری وثبت شرکت (قابل تبدیل به اقامت دائم یا شهروندی)
- اقامت دانشجویی
- اقامت از طریق استخدام (قابل تبدیل به شهروندی)
- اقامت بشر دوستانه (شرایط خاص)



اقامت ترکیه از طریق خرید ملک

بنا بر قانون شماره ۶۴۵۸ که در تاریخ ۱۱/۰۴/۲۰۱۳ در روزنامه های رسمی جمهوری ترکیه منتشر شده است، اتباع خارجی با خرید ملک می توانند اقامت یک یا دو ساله این کشور را گرفته و تا هشت سال این اقامت را تمدید کنند. پس از پنج سال، در صورت تمایل و چنانچه بیش از ۴/۵ سال از این مدت را در خاک ترکیه بوده باشند، می توانند برای دریافت اقامت دائم اقدام نمایند.

خرید ملک در ترکیه حساسیت های خاص خود را دارد. این راه برای کسانی که قدرت مالی مناسبی دارند آسان ترین راه گرفتن اجازه اقامت در ترکیه می باشد. به وسیله دریافت این اقامت، کل اعضاء یک خانواده (همراه با فرزندان زیر ۱۸ سال خود) می توانند اجازه اقامت در ترکیه را بگیرند. برای دریافت این اقامت علاوه بر مدارک ذکر شده در بالا، تأمین موارد زیر نیز الزامی است.

- سند ملک Tapu
- نوماراتاژ Numarataj (تأیید آدرس و پلاک ثبتی در شهرداری)
- تاپو دوام بلگه سی Tapu Devam Belgesi (ثبت اطلاعات و جزئیات سند در هر سال)

اقامت ترکیه از طریق ازدواج

یکی از راه های اخذ اقامت دائم در کشور ترکیه، ازدواج است. اتباع خارجی از طریق ازدواج با تبعه ترک می توانند طی مدت سه سال با توجه به شروط تعیین شده تابعیت ترکیه را بگیرند. هنگامی که شما با شخصی که ملیت ترک دارد ازدواج می کنید می توانید بعد از سپری کردن ۳-۵ سال زندگی مشترک به صورت متوالی، اقامت دائم آن کشور را درخواست

جز شهروندان کشورهای عضو سازمان همکاری توسعه و اقتصادی (اتریش، بلژیک، کانادا، دانمارک، فرانسه، آلمان، یونان، ایسلند، ایرلند، لوکزامبورگ، هلند، نروژ، پرتغال، اسپانیا، سوئد، سوئیس، ترکیه، انگلیس و آمریکا، ایتالیا، ژاپن، نیوزیلند، فنلاند، استرالیا، جمهوری چک، مجارستان، مکزیک، کره جنوبی، لهستان و جمهوری اسلواکی)، اتحادیه اروپا، فدراسیون روسیه و جمهوری خلق چین از یکم ژانویه سال ۲۰۲۰ اقامت موقت گردشگری را به مدت یک سال اخذ خواهند کرد.

مطابق این طرح جدید، متقاضیان تمدید اقامت موقت توریستی تنها می توانند حداقل پس از گذشت یک سال از پایان مهلت اقامت یک ساله توریستی خود دوباره به دریافت این اقامت مراجعه کنند.

به گفته مسئولین اداره مهاجرت ترکیه، مراجعت هایی که قبل از تاریخ یکم ژانویه ۲۰۲۰ انجام گرفته است، ولو تاریخ رجوع آن ها بعد از این تاریخ نیز موکول شده باشد، مورد ارزیابی قرار خواهد گرفت.

بر این اساس، اتباع خارجی از جمله شهروندان ایران می توانند پس از پایان مهلت اقامت موقت توریستی، طبق مقررات موجود بین کشور متبوع و ترکیه به کشور ورود و خروج کنند. اتباع خارجی در هر ۱۸۰ روز سال مجموعاً می توانند ۹۰ روز در ترکیه اقامت داشته باشند.

در همین زمینه متقاضیان در صورت پایان مهلت اقامت توریستی شان و حائز بودن شرایط لازم می توانند از موارد دیگری مانند تحصیل، مالکیت اموال غیرمنقول یا اجازه کار که در سایت «www.goc.gov.tr» نیز اعلام شده است، اقامت ترکیه را اخذ کنند.

مدارک لازم جهت اقامت توریستی در قانون جدید:

- قرارداد اجاره خانه به مدت حداقل یکسال به نام شخصی که قصد اخذ اقامت دارد یا دریافت برگه از هتل که به همین مدت زمانی اشاره کند. (این آدرس توسط اداره امنیت چک می شود.)
 - بیمه سلامتی یکساله
 - فرم درخواست راندوو (وقت مراجعه جهت تحویل مدارک به اداره مهاجرت)
 - تأیید اجاره نامه توسط دفترخانه (نوتر)
 - اصل و کپی پاسپورت
 - ۴ قطعه عکس مخصوص کارت اقامت
 - دریافت شماره مالیاتی (vergi numarası) از اداره مالیات
 - فیش واریز مبلغ مورد نظر اداره مهاجرت
- در ادامه مأمور اداره مهاجرت «بنا به تشخیص خود» می تواند مدارک دیگری را مثل عدم سوء پیشینه از ایران و ترکیه، گردش حساب بانکی و غیره از شما درخواست کند. بهتر است بدانید که این مدارک به نسبت تعداد درخواست اقامت توریستی، کم و زیاد می شوند و حتی گاهی تهیه آنها سخت و پرهزینه است.

بعد از تأیید دریافت کل مدارک به شما رسید داده شده و از شما می خواهند تا دریافت پیامک تأیید یا رد مدارک صبر کنید. سپس در صورت تأیید، بین یک تا سه ماه کارت اقامت از طریق پست به دستتان خواهد رسید.

فرما در صورتی که به تخلص شخص نیاز داشته باشد اقدام به گرفتن اجازه کار برای او خواهد نمود. پس از گرفتن اجازه کار (که حدوداً ۲ - ۳ ماه طول خواهد کشید) فرد می تواند شخصاً اقدام به اخذ اجازه اقامت در ترکیه نماید. در حال حاضر شانس یافتن کار در کشور ترکیه برای مهاجران مناسب نیست. هرچند در حال حاضر برخی از خارجی‌ان از طریق کارهای خدماتی مانند پرستاری در خانه و غیره اقامت کاری از دولت ترکیه دریافت نموده اند.

اقامت دانشجویی

اخذ پذیرش از مؤسسات آموزشی و پذیرفته شدن در دانشگاه های ترکیه، پیشاپیش ملاک اخذ اقامت دانشجویی ترکیه خواهد بود. همچنین برای گرفتن این نوع اقامت می توان با ثبت نام و شرکت در کلاس های آموزش تومر و دریافت گواهی اشتغال به تحصیل چه از دانشگاه ها و چه از مؤسسات معتبر تومر نیز اقدام کرد. بدیهی است که اقامت دانشجویی فقط تا اتمام زمان تحصیل اعتبار دارد.

اجازه اقامت بشردوستانه ترکیه

مقررات اجازه اقامت بشردوستانه در ماده ۴۶ و ۴۷ قانون اتباع خارجی و حفاظت بین المللی به شماره ۶۴۵۸ تنظیم گردیده است. همچنین مقررات اجازه اقامت بشردوستانه در ماده ۴۴ آئین نامه اجرایی قانون اتباع خارجی و حفاظت بین المللی ذکر گردیده است.

برای کدام اتباع خارجی اجازه اقامت بشردوستانه تنظیم می گردد؟

- در صورتی که برای کودک مزایای بسیاری به همراه داشته باشد.
- در صورتی که در خصوص ایشان حکم به اخراج از کشور و یا ممنوعیت ورود به ترکیه صادر گردیده باشد و این اتباع خارجی از کشور اخراج نگردند و یا خارج شدن آنها از ترکیه معقول و ممکن نباشد. در صورتی که بر اساس ماده ۵۵ قانون در خصوص فرد خارجی حکم به اخراج از کشور صادر نگردیده باشد.
- در صورتی که بر اساس ماده ۵۳، ۷۲ و ۷۷ قانون در برابر امور انجام گرفته به مراجع قضایی مراجعه گردد، در جریان ادامه امور بازگرداندن فرد مراجعه کننده به اولین کشوری که بدان پناهنده شده بود و یا به کشور ثالث.
- در صورتی که فرد خارجی به دلیل مسائل اضطراری و یا جهت حفظ منافع کشور و یا از جهت امنیت عمومی و نظم عمومی باید وارد ترکیه گردیده و به اقامت وی در ترکیه اجازه داده شود اما به دلیل وجود موانع در صدور اجازه اقامت امکان دریافت سایر انواع اجازه های اقامت را نیز نداشته باشد.
- در صورت وجود شرایط فوق العاده، اجازه اقامت بشردوستانه تنظیم خواهد گردید.

کنید. لازم به ذکر است در این مدت مسئولان مربوطه تحقیقات لازم را به عمل می آورند که ازدواج شخص واقعی باشد. در صورت صوری بودن ازدواج، اقامت دائم به فرد تعلق نگرفته و حتی امکان دیپورت کردن شخص هم وجود دارد.

اقامت ترکیه از طریق سرمایه گذاری (ثبت شرکت)

اقامت از طریق سرمایه گذاری به این صورت است که فرد خارجی با ثبت شرکت و فعالیت در ترکیه می تواند پس از ۵ سال اقامت دائم ترکیه را بدست آورد. در نظر داشته باشید فعال بودن شرکت در مدت ۵ سال برای اخذ این اقامت الزامی می باشد. با این نوع اقامت شخص یا اشخاص مؤسس شرکت می توانند برای خود و کارمندان درخواست اجازه کار داده و طبق قوانین تجارت ترکیه مشغول به کار شوند. این نوع از اقامت برای تجار و صاحبان مشاغل که دارای تخصص و یا تجربه کاری بوده و مقید به فعالیت های سالم تجاری هستند مفید خواهد بود. این اقامت به شرطی به افراد تعلق می گیرد که اجازه کار اخذ کرده و حداقل ۵ کارمند ترک را در استخدام خود داشته و هزینه بیمه و حقوق آنها را برای حداقل ۵ سال متوالی پرداخت کنند.

* نکته بسیار مهم اینکه به هیچ عنوان فقط جهت اخذ اقامت، اقدام به ثبت شرکت نکنید. چرا که هزینه های بعد از ثبت شرکت به مراتب بیشتر از هزینه ثبت آن هستند و تنها در صورتی که شرکتی سودآور و فعال داشته و اجازه کار برای شما صادر شده باشد، ثبت شرکت توجیه منطقی دارد.



اقامت ترکیه از طریق استخدام (اقامت کاری ترکیه)

شرط لازم و کافی برای اینکه فردی بتواند اقامت ترکیه را از طریق استخدام بدست بیاورد این است که یک شرکت ترکیه ای فرد را بعنوان پرسنل پذیرفته و استخدام کند. برای کسب این نوع اقامت، فرد خارجی باید از تخصص ویژه ای برخوردار باشد و در زمان ارائه درخواست شرکت ترکیه ای برای همکاری، طبق آمار وزارت کار و رفاه ترکیه نباید شخصی که پاسپورت ترکیه را دارد با همین تخصص بیکار باشد. افرادی که مدارک دانشگاهی و تخصص کافی دارند می توانند به صورت حضوری و یا مکاتبه ای در کشور ترکیه در زمینه تخصص خود به یکی از شرکت ها و یا کارخانه های خصوصی تقاضای کار در ترکیه را داده و برای خود شغل مناسب پیدا کنند. در این صورت کار

می گردد؟

افرادی مشمول ماده ۲۸ قانون شماره ۵۹۰۱ می گردند که یا دارای یکی از انواع اجازه اقامت بوده باشند یا پناهجویان و دارندگان وضعیت حفاظت ثانوی بدین ترتیب برای خود شخص و

۱. همسر خارجی وی
۲. فرزند خارجی زیر هجده سال خود و یا همسر وی
۳. فرزند خارجی نیازمند مراقبت خود و یا همسر وی

اجازه اقامت خانوادگی داده خواهد شد.

در صورتی که فرد خارجی که درخواست اجازه اقامت خانوادگی نموده است دارای بیش از یک همسر باشد، تنها برای یکی از همسران اجازه اقامت خانوادگی تنظیم خواهد گردید. اما برای تمام فرزندان فرد خارجی، اجازه اقامت صادر خواهد گردید. در درخواست اجازه اقامت خانوادگی برای کودکان، در صورتی که پدر و یا مادر دارای حق حضانت در خارج از کشور باشد، اخذ رضایت هر یک از آنها الزامی می باشد. اجازه اقامت خانوادگی نیاز به اجازه اقامت دانشجویی و حق آموزش در مراکز آموزشی ابتدائی و راهنمایی را تا سن هجده سالگی تأمین می نماید.

اقامت بلند مدت ترکیه

در ماده ۴۲ الی ۴۵ قانون اتباع خارجی و حفاظت بین المللی به شماره ۶۴۵۸ مقررات اجازه اقامت بلند مدت برای خارجیان تنظیم گردیده است. همچنین در ماده ۴۰ و ۴۳ آئین نامه اجرائی قانون اتباع خارجی و حفاظت بین المللی مقررات اجازه اقامت بلند مدت توضیح داده شده است.

اتباع خارجی که برای مدت حداقل هشت سال بدون وقفه با اجازه اقامت در ترکیه سکونت داشته و یا دارای شروط تعیین شده از سوی سازمان سیاست های مهاجرتی باشند، با تأیید وزارت خانه، مقدور است که از سوی استانداری ها برای آنها اجازه اقامت بلند مدت صادر گردد.

افراد دارای اقامت از طریق خرید ملک، از طریق ثبت شرکت و ازدواج و استخدام طبق ضوابط و شرایط می توانند شامل این قانون شوند.

اما برای پناهجویان عادی، پناهجویان مشروط و دارندگان وضعیت حفاظت ثانوی، اجازه اقامت بشردوستانه و حفاظت موقت، حق مراجعه جهت اجازه اقامت بلند مدت تعیین نگردیده است.

اقامت از طریق اخذ شهروندی

از ابتدای سال ۲۰۱۸ میلادی، دولت ترکیه به منظور جذب بیشتر سرمایه های خارجی و ارزآوری بیشتر برای اقتصاد این کشور، اقدام به آسان کردن روش های اخذ شهروندی نمود. در این راستا و بر اساس قانون، هر تبعه خارجی که قادر باشد ملکی به ارزش ۲۵۰ هزار دلار امریکا در ترکیه بخرد (غیر قابل فروش به مدت ۳ سال) و یا مبلغی به اندازه ۵۰۰ هزار دلار امریکا را در یکی از بانک های ترکیه به مدت ۳ سال سرمایه گذاری کند (به این سپرده طبق اصول بانکی سود هم تعلق می گیرد) و یا باعث کارآفرینی برای لااقل ۵۰ نفر از شهروندان ترکیه شود، می تواند با توجه به قوانین شهروندی، دارای تابعیت ترکیه شود. این تابعیت شامل کلیه حقوق شهروندان ترکیه بوده و همانند یک تبعه ترک دارای پاسپورت ترکیه خواهد شد.

لازم به ذکر است که وکلای مهاجرتی ترکیه تفاسیر متفاوتی از قانون شهروندی (غیر مستقیم) دارند. بعضی اینگونه اظهار می کنند که به جز خارجیانی که با اقامت توریستی در ترکیه زندگی می کنند، سایرین بعد از ۵ سال به شرط آنکه بیش از ۴ سال و ۶ ماه در خاک ترکیه اقامت کرده باشند و در صورت دارا بودن شرایط مورد نیاز، می توانند برای اخذ شهروندی ترکیه اقدام کنند.

دیگر راه های اقامت در ترکیه

در ماده ۳۴ الی ۳۷ قانون اتباع خارجی و حفاظت بین المللی به شماره ۶۴۵۸، مقررات اجازه اقامت خانوادگی تنظیم گردیده است. همچنین در ماده ۳۰ و ۳۴ آئین نامه اجرائی قانون اتباع خارجی و حفاظت بین المللی، مقررات اجازه اقامت خانوادگی توضیح داده شده است.

برای کدام اتباع خارجی اجازه اقامت خانوادگی ترکیه تنظیم



برای ورود به ترکیه برای اتباع بیشتر کشورهای دنیا در فرودگاه ویزای سه ماهه توریستی صادر می شود. اما اگر شما بخواهید بیش از این مدت در ترکیه سکونت کنید نیاز به دریافت کارت اقامتی ترکیه چه اقامت کوتاه مدت یا توریستی و چه بلند مدت دارید. به این کارت اقامت که نشان دهنده سکونت شما در ترکیه است کیملیک گفته می شود. کیملیک در واقع کارت اقامتی شما در ترکیه است و شماره آن مثل کد ملی در بسیاری از کارهای اداری به کار می آید.



شرکت توران ازمیر

مجموعه تخصصی مشاوره
در زمینه تحصیلی، حقوقی،
مالی و سرمایه گذاری

www.turanizmir.com

صفوی +905538344410

هدایتی +905318452248



جابه جایی ارز
مجهز به دستگاه کارت خوان عضو شتاب
اخذ اقامت ترکیه
خرید و فروش و اجاره آپارتمان
خرید و فروش اتومبیل
ثبت نام دانشجویی
تدریس زبان ترکی
مترجم
تهیه بلیط پرواز از کلیه شرکت های هواپیمایی

www.iranianetr.com

+90 312 417 3003 Office
+90 553 014 7904

+90 552 556 1976 Mohammad Hejri



ایرانیان در ترکیه

Atatürk Blv, Atahan Apt
No 117/19 Kat 5
Kızılay, Çankaya/Ankara
0312 417 3003

ورود به دنیای مدلینگ

ورود به دنیای مدل ها، شاید برای بسیاری از نوجوانان و جوانان آرزویی بلند پروازانه باشد. به خصوص که با اینترنتی شدن دنیا و دسترسی به شبکه های اجتماعی، تعبیر رویاها غیرممکن به نظر نمی آید. در کشور ترکیه هم به خصوص از سال ۲۰۰۰ به بعد به این صنعت بسیار پرداخته شده و بانوان و آقایان و حتی کودکان بسیاری از این راه امرار معاش کرده و یا به صحنه های بین المللی راه یافته اند. این صنعت رشد چشمگیری در جهان داشته و تا تدریس در دانشگاه هم پیش رفته است. اکنون در بسیاری از دانشکده ها و یا کالج های معتبر دنیا، رشته مدلینگ آموزش داده می شود. اما متأسفانه این شغل سختی های منحصر به فردی دارد که کمتر مورد توجه قرار می گیرد. رژیم های غذایی سخت، ساعات کم خوابی و بیخوابی ممتد، سرپا ایستادن های طولانی و البته تبعیض های نژادی و جنسیتی از جمله مشکلات این حرفه است. از طرفی، عدم اطلاع رسانی صحیح، باعث به وجود آمدن جذابیتهای کاذب در این زمینه شده است. جوانان مهاجر زیادی در ترکیه نسبت به این شغل علاقه مند بوده و درصدد کسب اطلاعات و چگونگی کار در این حیطه هستند. با ما همراه باشید تا در این باره بیشتر به شما بگوییم.



آموزش هایی که در یک آژانس مدلینگ به مدل ها داده می شود کاملاً تخصصی هستند. این آموزش ها عبارتند از: نحوه ی صحیح تمرینات ورزشی و بدنسازی، ارائه رژیم های غذایی متناسب با شاخصه های فیزیکی شخص و مبحث شخصیت سازی یک مدل که سهم بسزایی در رفتار حرفه ای و موفقیت او دارد. حتی طرز بیان و نحوه ادای کلمات نیز در این حیطه موثر و مفید است. یادگیری نحوه صحیح شیک پوشی هم یکی از مواردی است که به شدت باید به آن پرداخت و مدل ها باید نکات آنرا رعایت کنند.

چند نکته برای مدل شدن:

مدلینگ یک تجارت است بنابراین مقتضیات بیزینس را دارد. برای این کار نیاز به تلاش زیاد، صرف وقت، پشتکار و صبوری دارید. موفقیت در این حوزه هرگز بلافاصله اتفاق نمی افتد. شخصیت دوستانه و کاملی داشته باشید و در مصاحبه ها، بهترین عملکرد خود را ارائه دهید. خودتان باشید و با اعتماد به نفس جلو بروید. آراسته اما ساده باشید.

به پوست و موی خود رسیدگی کنید. کمترین استفاده از لوازم آرایشی را داشته باشید و هرشب پوست خود را تمیز کنید. لوازم آرایش به فرسایش زود هنگام پوست کمک کرده و شما را غیر طبیعی جلوه می دهند.

از یک رژیم غذایی سالم پیروی کنید. به طور مرتب ورزش کنید و از سیگار و الکل دوری کرده و ساعات خواب کافی داشته باشید.

هرچه بیشتر در مصاحبه های شغلی شرکت کنید، شانس خود را بالاتر برده اید. برای یک مدل تجربه های فراوان نیاز است تا به آمادگی کامل برسد.

اگر با یک آژانس مدلینگ همکاری می کنید بهتر است از ابتدا قرارداد خود را به درستی مد نظر قرار دهید و زیر بار فشارهای نا متعارف نروید. پرداخت دستمزد، میزان مالیات، مقدار کمیسیون، ساعات کاری و نحوه همکاری باید با جزئیات دقیق در قرارداد ذکر شده باشند.

برای داشتن عکس های حرفه ای نیازی نیست حتماً به عکاس های متبحر با قیمت های گزاف مراجعه کنید. فقط کافی است بهترین ژست بدن خود را بشناسید و با دوربین موبایل از خودتان عکس های مختلف بگیرید. بدیهی است که در مراحل بعدی و پس از مصاحبه های اولیه تهیه عکس ها و جلوه های حرفه ای در پیشرفت شما نقش به سزایی خواهند داشت.

بدن و ذهن خود را قوی کنید. یک مدل علاوه بر قوای بدنی، نیازمند سیستم تفکر مناسب با شرایط نیز هست. به طور مثال توانایی حل شرایط بحرانی و یا روش کنار آمدن با خلف وعده ها.

با عضویت در سایت www.modelmanagement.com شما می توانید از آخرین فرصت های شغلی در این حیطه با خبر شوید.

مدل یا مانکن شدن MODELING

اصولاً به ۲ شاخه تقسیم می شود:

Photomodel یا مدل عکاسی

shirtmodel یا مدل لباس

مدل ها در زمینه های مختلفی در جهان مورد استفاده قرار می گیرند مثلاً:

تبلیغات، سازمان های غیر انتفاعی، مجلات، امور مربوط به مد و فشن و ...

اصولاً برای مدل شدن نیاز به اندام زیبا و صورت قشنگ نیست. به خصوص که مدت زمانی است که معیار زیبایی دچار تغییرات روز به روز شده و جذابیت ها تعاریف متفاوتی دارند. اما آنچه که مشخص است، برای تبلیغ یک برند لاك ناخن مهم نیست قد شما چقدر است، بلکه داشتن دست هایی زیبا کفایت می کند. یا به واسطه تبلیغ خمیردندان، استانداردهای بدن به کار نمی آیند. بدین ترتیب شاخه های متعدد در این صنعت هستند که عناصر زیبایی متفاوت و متنوعی را می طلبند. بنابراین برای مدل شدن فقط نیاز دارید بدانید در چه شاخه ای مفید خواهید بود.

قد و وزن مناسب برای مدل های لباس بر اساس نوع استفاده از آن ها متفاوت است.

برای آقایان:

قد: ۱۸۵ تا ۱۹۰ سانتی متر

وزن: ۷۳ تا ۸۲ کیلو (بر اساس قد)

برای خانم ها حد اقل:

قد: ۱۷۵ تا ۱۸۰ سانتی متر

وزن: ۵۵ تا ۷۰ کیلو (بر اساس قد)

واضح است چنانچه فردی دارای جذابیت های ظاهری بوده اما در چهارچوب این استاندارد اندامی نباشد می تواند مدل عکاسی یا همان PHOTOMODELING را تجربه کند.

آژانس های مدلینگ:

آژانس های مدلینگ Modeling Agency مؤسساتی هستند که با جمع آوری و استعدادیابی و آموزش تعدادی از افراد مستعد جهت کار مدلینگ، فعالیت های آنها را تحت پوشش قرار داده و به آنها برای ورود به دنیای مدلینگ کمک می کنند. در کنار آژانس های مدلینگ گروه دیگری نیز تحت عنوان مدل بوکرز Model Bookers یا کارگزاران شخصی فعالیت می کنند که اشخاص را در یافتن کار و معرفی به مؤسسات بزرگ کمک کرده و قراردادهای ملاقات آنها را تنظیم و بر اساس نرخ قرارداد دستمزد دریافت می کنند. یک مدل می تواند به صورت شخصی نیز به انجام فعالیت های مدلینگ بپردازد اما فعالیت از طریق یک کارگزار مدلینگ سبب می شود تا علاوه بر بالا رفتن سطح کاری، شانس وی در ورود به دنیای مدلینگ و آشنایی با برندها ی معتبر افزایش یابد که این امر نقش مهمی در صنعت مد و پوشاک دارد.

کارادنیز

سوییس در شمال ترکیه



ترکیه از لحاظ تقسیمات جغرافیایی به پنج منطقه تقسیم می شود که شامل مناطق اژه، مرمرة، آناتولی، کارادنیز و آک دنیز است. هر کدام از این سرزمین ها آداب و رسوم، فرهنگ، زبان و لهجه منحصر به فردی دارند. برای اینکه بیشتر با فرهنگ مردم ترکیه آشنا شویم، بهتر است منطقه به منطقه به بررسی اجمالی زندگی و آداب ساکنین آن بپردازیم. برای شروع در این شماره منطقه کارادنیز را انتخاب کرده ایم.

دامداری

یکی از عوامل موثر و مهم در اقتصاد این منطقه فعالیت های دامداری آن است. عواملی چون گستردگی پوشش گیاهی در بخش های ساحلی، فراوانی علف های کوهی در بلندی ها، پستی و بلندی ها و هوای مرطوب منطقه شرایط را برای پرورش چارپایان مساعد نموده است. پرورش دام هایی همچون گوسفند و بز در بخش های داخلی منطقه در حاشیه دشت ها رواج دارد. همچنین دریای سیاه واقع در شمال این منطقه از جهت مید ماهی بسیار غنی است بطوریکه هشتاد درصد پرورش ماهی در سطح ترکیه، از طریق دریای سیاه صورت می گیرد. پرورش زنبور عسل نیز مدتیست در منطقه گسترش یافته است، بویژه عسل حوالی ریزه Rize و آرتوین Artvin مشهورند.

صنایع

قند و شکر، پاکسازی فندق، شیلیات و صنایع مربوط به الوارسازی، مس و ذغال سنگ از جمله صنایع فعال در منطقه کارادنیز هستند.

جمعیت

جمعیت کل منطقه حدود ۷/۵ میلیون نفر است و تراکم جمعیت در مناطق میانی و شرقی و به ویژه در بخش های ساحلی بالاست. دشت های ساحلی و مناطق صنعتی و معدنی دارای جمعیت انبوه هستند. تقریباً شصت درصد جمعیت منطقه را مردم روستا نشین تشکیل می دهند. لذا این منطقه در مقایسه با دیگر مناطق ترکیه دارای بیشترین جمعیت روستا نشین می باشد. مهمترین مراکز شهری در نوار مرزی منطقه واقع اند که شامل سامسون Samsun، زونگولداک Zonguldak و ترابزون Trabzon می شوند.

سفره کارادنیز

خوردن صبحانه برای مردم کارادنیز بسیار مهم است و منوی صبحانه کامل و غنی آن، زبانزد است. تنوع انواع محصولات لبنی از جمله دلایل محبوبیت این وعده غذایی است. همچنین ماهی یکی از ارکان اصلی منوی غذایی نهار و شام منطقه کارادنیز است و انواع ماهی ها در این منطقه مید و خورده می شوند. پیده مخصوص کارادنیز نیز بسیار مشهور بوده و مورد استقبال مردم دیگر نقاط ترکیه است. هامسلی پیلو Hamsili Pilav از معروفترین غذاهای کارادنیز است که شامل ماهی هامسی Hamsi به همراه پلو و بادام زمینی است که به شکل زیبایی تزیین می شود. با این ماهی غذاهای مختلفی درست می شود که هامسی کوفته سی و هامسی بلغوری از آن جمله هستند. آکچابات کوفته سی Akçabaat Köftesi، میهالاما Mihlama و دلمه برگ کاهو Karalahan Dolması از دیگر غذاهای مشهور و لذیذ منطقه کارادنیز هستند.

فرهنگ و آداب و رسوم

مردم ساکن کارادنیز به لوطی منشی و مهمان نوازی معروفند. افرادی خونگرم و مهربان اما کمی محافظه کار. ساکنین این

کارادنیز به معنای دریای سیاه است و شامل سرزمینی است که بر پهنه شمالی کشور ترکیه به طول بیش از ۱۱۶ کیلومتر، کنار کرانه دریای سیاه و بین دشت ساکاریا Sakarya تا مرز گرجستان کشیده شده است.

این منطقه در برگیرنده ۱۸ استان است و شهرهای ترابزون Trabzon، ریزه Rize، سامسون Samsun، زونگولداک Zonguldak، بلو Bolu و گیره سون Giresun، از مهمترین شهرهای این قسمت از ترکیه هستند. این منطقه جلگه ای و سرسبز به دلیل پرباران بودن و همجواری با کوه های بلندی مانند کوه کاچار Kaçar و ایغاز Ağaz، موقعیت آب و هوایی ویژه ای دارد که حاصلخیزی خاک و مرطوب و شرجی بودن هوا، از ویژگی های این قسمت از کشور ترکیه است. زیباترین مناطق جنگلی ترکیه را می توان در کارادنیز یافت. هرچند که نوار ساحلی این منطقه به نسبت جنوب ترکیه کمی مهجور مانده است، اما بنادر و پلایه های ساحلی بسیاری مکمل زیبایی های کوهستان های سرسبز و جنگل های پرباران این قسمت از خاک ترکیه هستند.

به دلیل تفاوت آب و هوا بین نقاط ساحلی با مناطق میانی کارادنیز، در محصولات زراعی این منطقه تفاوت های زیادی دیده می شود.

زراعت

بارندگی زیاد در تمام فصول در منطقه، مانع رشد محصولات زراعی (چون گندم و جو، چاودار، عدس و پنبه) است. در مناطق ساحلی، کاشت ذرت جای غلات را گرفته است. در زمستان در بخش شرقی منطقه دریای سیاه، هوای نیمه گرم زمستانی رشد محصولاتی چون فندق، چای، مرکبات و زیتون را آسان می سازد. بارش کمتر باران در مناطق میانی ضمن کاستن از انبوهی جنگل ها، موجب پربارشدن محصولاتی چون غلات و چغندر قند می شود. هفتاد درصد از اهالی منطقه کارادنیز از طریق زراعت امرار معاش می کنند.

مهم ترین محصولات کشاورزی منطقه کارادنیز:

فندق، بیشتر در ترابزون Trabzon و گیره سون Giresun کاشت می شود. هشتاد و پنج درصد کل تولید این محصول در سطح ترکیه در این منطقه صورت می گیرد. چای، در نوار مرزی بین گیره سون Giresun تا گرجستان و در اطراف ریزه Rize بطور انبوه کاشته می شود. کل تولید چای در سطح کشور در همین منطقه انجام می گیرد. برگ توتون، بیشتر در بخش میانی منطقه (سامسون Samsun، آماسیا Amasya و اطراف توکات Tokat) و همچنین در غرب در اطراف دوزجه Düzce نیز کاشت می شود. سیزده درصد تولید آن در سطح ترکیه، از همین منطقه تأمین می گردد. ذرت، در طول سواحل منطقه کارادنیز کشت می شود. مزارع چغندر قند نیز در اطراف آماسیا Amasya، توکات Tokat و کاستامونو Kastamonu است. مزارع کتان بیشتر در اطراف کاستامونو Kastamonu و پس از آن در حوالی سینوپ Sinop و زونگولداک Zonguldak یافت می شود. لوبیای سویا در اطراف اردو Ordu و گیره سون Giresun کشت می شود. زیتون نیز در دره رودخانه چوروح Çoruh کاشته می شود. کشت مرکبات هم به سبب هوای نیمه گرم زمستانی این منطقه در حوالی ریزه Rize صورت می گیرد و کشت کیوی نیز اخیراً در اطراف ریزه Rize و ترابزون Trabzon آغاز شده است.



است که به خصوص برای قایق سواران رفتینگ، مقصدی کم نظیر و مفرح است.

برای انتخاب محل اقامت در کارادنیز طیف گسترده ای از هتلهای شیک گرفته تا مهمانپذیرهای روستایی پیش روی گردشگران خواهند بود. از سری هتل های ردیسون بلو و شرایتون و رامادا در ترابزون و سامسون و دیگر شهرهای مهم منطقه گرفته تا کلبه های کوچک جنگلی در بلو Bolu و زونگولداک Zonguldak و کاستامونو Kastamonu، آماده سرویس دهی به علاقه مندان کشف کارادنیز هستند.



منطقه به دلیل مواجهه کمتر با توریست ها و گردشگران خارجی، به نسبت شهرهای بزرگ ترکیه، کمی سنتی تر و متعصب تر و به همین نسبت هم زلال تر هستند. اگر گذارتان به کارادنیز بیفتد متوجه خواهید شد که این مردم صمیمی، آنچه را دارند به مهمان تقدیم می کنند و اهل تشریفات و بزرگنمایی نیستند.

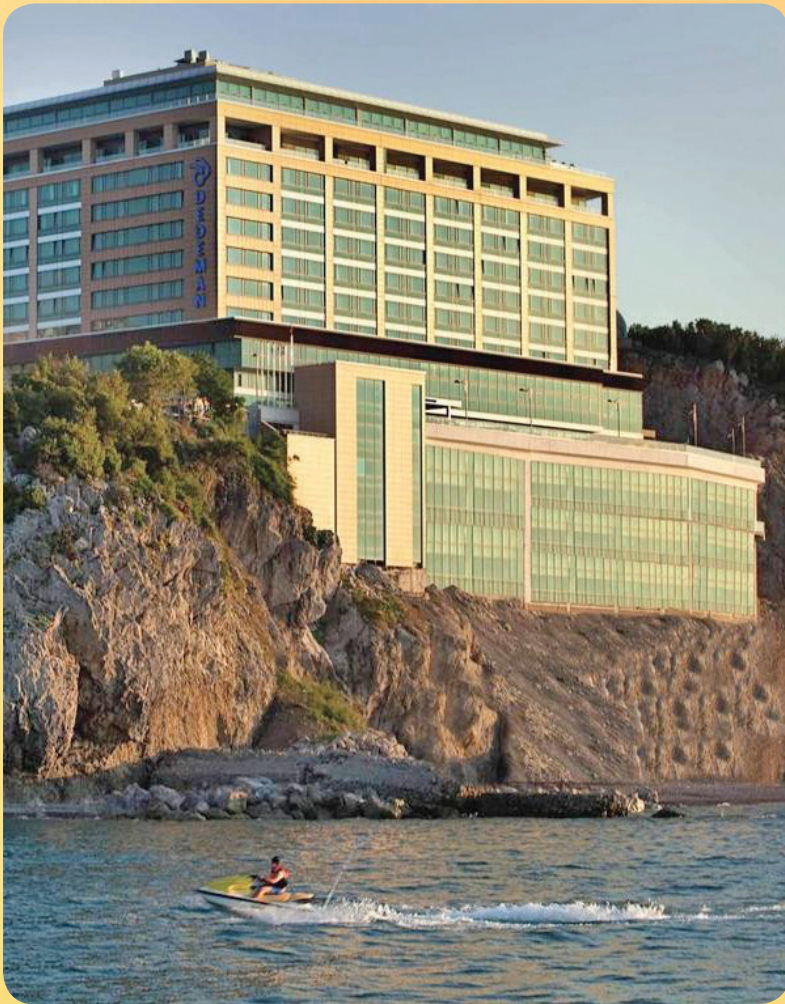
ازدواج، داشتن فرزند و احترام به بزرگان و اقوام دور و نزدیک، از اصول فرهنگی کارادنیز است. ازدواج، تولد و بارش باران جشن گرفته می شوند و سنت نجوای اسم در گوش نوزاد همچنان پابرجاست. دعا و رقص باران، و همچنین خوش یُمی عروسی که در روز بارانی به خانه بخت می رود، همگی نمادی از پاسداشت و احترام به باران هستند. لباسهای سنتی کارادنیز از پارچه هایی با نام Alpaca آلیپا و Aktek آکتک، دوخته می شوند و زنان و مردان معمولا جلیقه های سیاهی از جنس مخمل یا ساتن به تن می کنند. کمربند چرمین به خصوص برای مردان از لوازم لباس سنتی است.

کارادنیزی ها، زبان ترکی را با اختلاطی از قفقازی و لازی صحبت می کنند که از قدیمی ترین لهجه های این زبان است. ساز کمانچه، ساز محبوب این سرزمین شمالی ترکیه است و هُرن Horon، نه تنها یک رقص گروهی زیبا، بلکه یک فرهنگ است که در قلب مردم جای دارد. این رقص علاوه بر داشتن لباس مخصوص، دارای نشانی از پرچم ترکیه بر روی سینه رقصنده است تا ارادت او را به وطنش نشان دهد.

توریسم و جهانگردی

زیبایی های طبیعی، در رأس پتانسیل توریستی منطقه دریای سیاه قرار دارد. پوشش گیاهی متنوع و همجواری کوه و دریا، خنکرمی و مهمان نوازی مردم منطقه، باعث جذب توریست های داخلی و خارجی زیادی شده اند. با این حال کارادنیز به نسبت بقیه مناطق توریستی ترکیه، کمتر بین خارجیان معروف و شناخته شده است.

دریاچه اوزون گول Üzüngöl و صومعه سوملا Sumla در ترابوزان، منطقه بیلاقی آیدر Ayder، غارهای کاراج Karaca در گوموشخانه Gümüşhane، دریاچه گولجوک Gülcük و حمام های آبگرم در بلو Bolu، تراس شیشه ای ساfranbolu در کارابوک Karabuk، قلعه Rize و بیلاق پوکوت Pukut و مسجد کوه قبله Kible Camii در ریزه، تنها تعدادی از دیدنی های جذاب کارادنیز هستند. رودخانه پرآب و خروشان چوروح Çuruh هم از جمله ویژگی های منحصر به فرد کارادنیز



هتل ددمان زونغولداک

Dedeman Zonguldak

اگر برای اقامت به دنبال هتلی لوکس و خدمات با کیفیت می گردید که مشرف به سواحل دریای سیاه باشد، هتل ددمان زونغولداک انتخاب درستی خواهد بود. این هتل با ۲۰۴ اتاق و ظرفیت حدود ۱۴۰۰ نفر، ۴ رستوران و ۲ استخر، سالن بدنسازی، ماساژ و حمام ترکی، مجموعه کاملی از امکانات رفاهی مورد نیاز یک سفر خاطره انگیز به غرب کارادنیز را مهیا می کند. اتاق های استاندارد و سوئیت های بزرگ با منظره دریا و جنگل، رستوران های روباز و سرپشته برای همه فصول سال به همراه بار و کافی شاپ، سالن کنفرانس و مراسم عروسی، پلاژ ساحلی برای تابستان و همچنین دسترسی مناسب به جاذبه های منطقه، دست به دست هم داده اند تا گردشگران علاقه مند به اقامتی لوکس در کارادنیز را راضی و سرحال بدرقه کنند.





کلبه های طبیعی هیندیا

Hindiba Doğa Evi



اگر برای سفر به دنبال آرامش در طبیعت و زیبایی های جغرافیایی جنگل های سرسبز می گردید، سری به بلو Bolu بزنید و با رفتن به مگن Mengen خود را به ضیافتی چشم نواز دعوت کنید. کلبه های چوبی هیندیا در دل جنگل ساخته شده اند تا به مسافران خسته از هیاهو و ترافیک، طعم اقامت در طبیعت را یادآوری کرده و تنش و استرس زندگی شهری را از تن و روان مسافران دور کنند. زندگی در میان طبیعت با محصولات پرآمده از طبیعت و محیط طبیعی، می تواند بسیار مفرح و جذاب باشد. اتاق های دو تا چهارنفره، همراه با منوی غذایی سرشار از محصولات تازه و طبیعی، همراهی با شیوه زندگی روستایی و در نهایت بهره مندی از هوای پاک و محیط آرام جنگل، امتیازات ویژه این هتل جنگلی است. برای اقامت در این هتل به دلیل محدودیت جا لازم است که حتما اتاقتان را از قبل رزرو نمایید.



تانتونی (Tantuni)

این خوراک از غذاهای سنتی منطقه جنوب شرقی ترکیه و بخصوص شهر مرسین (Mersin) و اطراف آن است که در همه جای ترکیه محبوب و مورد استقبال است. این غذا که بصورت گوشت قرمز یا گوشت مرغ پیچیده در نان لواش تهیه می شود، یکی از آسانترین خوردنی ها برای تهیه در منزل است. در واقع تانتونی اسم ظرفی است که این غذا بر روی آن آماده می شود که عبارت است از یک سینی بزرگ از جنس استیل یا آلومینیوم. در روش سنتی تر حتی از سینی چدنی هم برای حرارت بیشتر استفاده می شود. تانتونی علاوه بر اینکه لذیذ و خوش خوراک است، زمان زیادی نیز برای پخت لازم ندارد و به همین جهت بسیاری از بانوان ترکیه آن را در منزل تهیه کرده و برای خانواده سرو می کنند. بنابراین حتی اگر در منزل سینی تانتونی ندارید، می توانید در یک ماهیتابه بزرگ مواد مورد نیازتان را آماده کنید.

زمان آماده سازی: ۲۰ دقیقه

زمان پخت: ۳۰ دقیقه

لم آشپزی: هرگز مواد را زمانیکه خیلی داغ هستند بر روی نان لواش نریزید چون آنها پاره می کند. برای نان های فانتزی نیز بهتر است از قبل کمی داخل آنها را چاشنی دلخواه بزنید.

مواد لازم برای ۲ نفر:

۳۰۰ گرم گوشت گوساله یا گوسفند (قسمت های کمی چرب)

دو عدد فلفل سبز متوسط

۱ عدد پیاز بزرگ

۲ عدد گوجه فرنگی کوچک

۲ قاشق روغن زیتون

۱/۴ قاشق نمک

۱/۴ قاشق سماق

۱/۴ قاشق فلفل قرمز ساییده شده (شیرین یا تند)

۱ قاشق جعفری خرد شده

۲ لیوان آب

۲ عدد نان متوسط (لواش)

۱ عدد لیمو

ابتدا گوشت را شسته و در اندازه های بسیار کوچک خرد می کنیم. سپس آنها را درون قابلمه ریخته و آب را تا جاییکه روی آنها را بگیرد می ریزیم و می گذاریم بپزد تا آب آن از بین برود.

ماهیتابه را روی گاز داغ کرده و روغن را در آن بریزید. پیازها را ریز کرده و به روغن داغ اضافه کنید. قبل از طلایی شدن پیازها، گوشت را به آن اضافه کرده و هم بزنید. نصف فلفل قرمز را به هم بزنید. فلفل سبز و گوجه فرنگی را هم خرد کرده و همراه با نمک و فلفل به مواد اضافه کنید. اجازه دهید تا آب غذا تبخیر شود. حالا جعفری خرد شده را اضافه کرده و کمی تفت دهید. زیر گاز را خاموش کرده و سماق را به مواد اضافه کنید. نان های لواش را چند ثانیه بر روی مواد قرار دهید تا کمی از بخار غذا به خورد نان برود. حالا کمی از مواد را وسط نان ریخته و روی آن آبلیموی تازه بریزید و نان را لوله کنید.

این غذا را در کنار ترشی دلخواهتان نوش جان کنید.



اپلیکیشن



این اپلیکیشن یکی از بهترین و محبوب ترین نرم افزارهای مسیریاب نه فقط در ترکیه، بلکه در دنیا است. با نصب آن شما می توانید به تمام آدرس های ثبت شده در شهر محل اقامت خود و حتی خارج از آن دسترسی داشته باشید.

علامت آن یک قطره بزرگ قرمز و خندان است. بعد از نصب، می توانید یک پروفایل شخصی تعریف کرده و به عنوان پیش فرض، آدرس منزل یا محل کار خود را وارد کنید. در غیر اینصورت نیز این نرم افزار مکان شما را پیدا کرده و در صورت جستجوی یک آدرس، شما را از جایی که هستید به سمت مقصد راهنمایی می کند.

در صفحه اول یک جمله هر دفعه روی صفحه ظاهر می شود که مقصد شما را سوال می کند. با تایپ مقصد و فشردن دکمه سرچ، ابتدا روی نقشه، مسیر کلی نمایش داده می شود و در یک باکس قرمز رنگ از شما می خواهد که نحوه دسترسی را مشخص کنید. با انتخاب این باکس، انواع راه های دسترسی - اعم از پیاده یا با ماشین شخصی یا با وسائل نقلیه عمومی - و طول زمان رسیدن به مقصد نشان داده می شود. با انتخاب مسیر مورد نظر، در صفحه بعدی به شما نشان می دهد از کجا شروع کنید، سوار چه وسیله ای بشوید، چند ایستگاه بروید، در کدام ایستگاه پیاده شوید یا تعویض خط کنید و چقدر منتظر وسیله بعدی باشید. حتی در صورت نیاز، می توانید گزینه راهنمایی در لحظه را فعال کنید که همراه با صوت و روی نقشه، شما را راهنمایی می کند.

همچنین در صفحه اول این نرم افزار، بالای صفحه علامت سه خطی هست که با فشردن آن مشخصاتی که در مورد خود داده اید و گزینه های راهنما نشان داده می شوند. در قسمت تنظیمات (Setting)، شما با انتخاب شهر محل اقامت و تعیین نوع وسیله و امکان خبر رسانی، می توانید از خدمات کامل این نرم افزار استفاده کنید. بطور مثال، در صورت فعال بودن اطلاع رسانی (Notification)، چنانچه مسیری بسته باشد یا خطی تغییر کرده باشد، به اطلاع شما خواهد رسید.

این اپلیکیشن به تازگی گزینه های جدیدی را به زبان ترکی نیز فعال کرده است که حتی می توانید از هزینه وسیله مورد نظر خود آگاه شوید. همچنین امکان دسترسی آفلاین به نقشه هم در این اپلیکیشن وجود دارد.



نبض پزشکی در ترکیه

ترکیه از جمله کشورهای است که در حوزه پزشکی و سلامت روندی رو به رشد و گسترش دارد. ترکیه امکان ارائه خدمات بهداشتی و درمانی، معاینه پیشرفته با تجهیزات و فن آوری های مدرن، خدمات رسانی سریع و با قیمتی مقرون به صرفه دارد. با استفاده روزافزون از فناوری در بیمارستان ها و مراکز درمانی ترکیه، بسیاری از روش های درمانی که قبلاً دستیابی به آنها دشوار به نظر می رسید، اکنون به راحتی قابل دسترس می باشند. به ویژه، گسترش جراحی روباتیک در سراسر کشور مدت زمان درمان را کاهش داده و همچون سایر حوزه های درمانی رضایت بیمار را افزایش داده است.

از آنجاییکه این کشور قصد دارد ظرف ده سال آینده به یکی از قطب های برتر اقتصاد دنیا و به خصوص منطقه خاورمیانه تبدیل شود، سرمایه گذاری های کلان و متنوعی را بر روی پروژه های عمرانی، درمانی، توریستی و حتی فرهنگی انجام داده است. پیش بینی می شود که در قرن پیش رو گردشگری سلامت در ترکیه با توجه به موقعیت سیاسی و ژئواستراتژیک ممتاز این کشور، تبدیل به یکی از مهمترین حوزه ها با ارزش افزوده بالایی گردد. ترکیه کوشیده است تا با ایجاد بستر مناسب و فضای بهینه، همگام با ارتقای سطح خدمات پزشکی و سلامت برای شهروندان خود، محیط ممتازی را نیز برای جلب توریست و تحکیم ساختارهای زیربنایی جذب توریست ایجاد کند.

ازجمله فعالیت های ویژه این حوزه، ایجاد و تجهیز بیمارستان های مدرن، راه اندازی کلینیک های تخصصی، گسترش شبکه خدمات درمانی، بهینه سازی روش های ارائه این خدمات، استفاده از تکنولوژی های سخت افزاری و نرم افزاری و ایجاد انگیزه های شغلی در بین پزشکان، متخصصان، دستیاران، پرستاران و حتی دانشجویان رشته های پزشکی است.



قرار گرفته و از خدمات رایگان این مراکز استفاده کند. خدماتی مانند: معاینه، تزریقات و آزمایشگاه، معاینات سالیانه زنان و متخصصین نوزادان شامل خدمات این مراکز هستند. از جمله امتیازات این مراکز ارائه سرویس به مهاجرانی است که قانوناً و با داشتن اجازه اقامت در کشور ترکیه زندگی می کنند.

بیمارستان های کشور ترکیه

اگرچه نیست اگر بگوییم بیمارستان های این کشور جز برترین بیمارستان های جهان به شمار می آید. به طور کلی در کشور ترکیه حدود هزار و دویست بیمارستان دولتی و خصوصی وجود دارد. بیمارستان های دولتی در عین مدرن و مجهز بودن، دارای ظرفیت بالایی پذیرش بیمار هستند. بیمارستان های خصوصی نیز مانند یک هتل پنج ستاره به مراجعین و خانواده های آنها خدمات درمانی ارائه می دهند و همه آنها علاوه بر اینکه از پیشرفته ترین دستگاه های پزشکی بهره مند هستند، خدمات جانبی مانند مترجم و پرستار همراه را نیز در لیست خدمات خود دارند. از بهترین بیمارستان های موجود در ترکیه می توان به بیمارستان های آمریکایی موجود در این کشور (آمریکان هاستانه سی Amerikan Hastanesi) اشاره داشت. معمولاً بیمارستان های آمریکایی هزینه های زیادی دارند اما امکانات پزشکی آنها کم نظیر است. به عنوان مثال بارزترین آنها در استانبول - منطقه شیشلی - واقع است. اگر به دنبال هزینه ی مناسب تر و در عین حال خدمات و امکانات بالا هستید، بیمارستان خصوصی آجی بادام (Acibadem) نیز می تواند پیشنهاد دیگری باشد. این بیمارستان خدمات بسیار مناسبی را به طور ویژه در اختیار خارجیان قرار می دهد.

بیمارستان بیلکنت در آنکارا (Ankara Bilkent City Hospital) بزرگترین بیمارستان اروپا و سومین بیمارستان بزرگ دنیا است که به تازگی در آنکارا گشایش یافته و شامل ۳۸۰۰ تختخواب است. این بیمارستان یکی از لوکس ترین بیمارستان های دنیاست که خدمات ۵ ستاره به مراجعین خود ارائه می دهد.

انواع بیمه ها

شهروندان ترک در سیستم درمانی این کشور تحت پوشش بیمه خدمات درمانی به نام SGK و یا SSK هستند. این خدمات هزینه های درمان را از ۸۰ الی ۱۰۰ درصد پوشش می دهد. از طرفی نیز بیمه های تکمیلی و شرکت های خصوصی بیمه حضور دارند که به دلیل سیستم اقتصاد باز، نرخ های متنوعی برای ارائه خدمات خود اعلام می کنند. به خصوص که خارجیان برای دریافت اجازه اقامت در ترکیه نیاز به این دارند که تحت پوشش یک شرکت بیمه خدمات درمانی باشند - حتی اگر خدمات کاملی هم ارائه ندهد. درواقع این قانون یک سیستم تقویت شرکت های بیمه خصوصی است و بس. اتباع خارجی به دو صورت می توانند خود را بیمه کنند و تحت پوشش بیمه قرار بگیرند:

درمان و پزشکی در ترکیه

در ترکیه چهار بخش در زمینه ارائه خدمات پزشکی فعال هستند:

۱. بخش دولتی
۲. بخش خصوصی
۳. خدمات درمانی دانشگاهی وابسته به بخش دولتی
۴. خدمات درمانی دانشگاهی وابسته به بخش خصوصی

ترکیه که در سال ۲۰۰۳، ۱۴۲ بیمارستان خصوصی داشت اکنون با رشد بیش از دو برابری این رقم را به بیش از ۵۵۰ بیمارستان رسانده است. با این حال باید گفت در این کشور ۷۵ درصد خدمات بهداشتی و درمانی از سوی دولت و دانشگاه ها ارائه می شود و تنها ۲۳ تا ۲۵ درصد این خدمات از سوی بخش خصوصی ارائه می شود.

با توجه به پرداخت سوبسیدهای دولتی، خدمات درمانی در این بخش تقریباً رایگان بوده و استفاده از امکانات این بخش برای شهروندان ترکیه در دسترس و آسان است. نظام بیمه ترکیه با کمک بیمه های ملی و بیمه های خصوصی برای تأمین رفاه مردم تلاش می کند و جالب اینجاست که دولت رقمی بیش از ۸۰ درصد هزینه های دارویی مردم را متقبل می شود؛ که این موضوع در جلب رضایت عمومی از نظام خدمات درمانی این کشور تأثیر بسزایی دارد.

بخش خصوصی نیز با توجه به سرمایه های جذب شده، در زمینه درمان های نیازمند تکنولوژی مدرن و خدمت رسانی های گاه لوکس، در زمره بهترین ها قلمداد می شود. بیمارستان های بزرگ و شیک با همکاری پزشکان و تیم های زبده پزشکی، تکنولوژی به روز و خدمات جانبی مانند مترجم در بخش خصوصی ساماندهی شده اند. بطور کلی سیستم خدمات درمانی ترکیه از نوع همگانی است. به این مفهوم که مطب های خصوصی به ندرت مشاهده می شوند و عمده تمرکز حضور پزشکان در بیمارستان ها و کلینیک های تخصصی است. بیمارستان ها به سیستم یکپارچه نرم افزاری وصل هستند و اطلاعات بیماران بر روی این سیستم قابل دسترسی است. پرونده پزشکی به معنای پوشه کاغذی وجود نداشته و در نهایت چنانچه الزام به انتقال پرونده پزشکی شخص باشد، امکان دریافت همه اطلاعات بر روی یک سی دی وجود دارد.

خدمات پزشک خانواده

از سال ۲۰۱۰ در ترکیه خانه های بهداشتی تأسیس شده که برای بهبود سطح درمان در این کشور طرح پزشک رایگان خانواده را پیاده کرده اند. در این خانه های بهداشت معمولاً یک پزشک و یک پرستار برای هر خانواده وجود دارد. این سیستم چند سالی است که به میان خانواده های ترک راه پیدا کرده است و هر خانواده می تواند تحت پوشش مراکز بهداشت منطقه محل زندگی خود



**هدفگذاری ترکیه برای
صنعت توریسم پزشکی،
تا سال ۲۰۲۳ حدوداً
دو میلیون توریست و
درآمد ارزی ۲۰ میلیارد
دلار است. این در حالی
است که درآمد ارزی
فعلی ترکیه از این
راه سال گذشته چهار
میلیارد دلار بوده است.**

تمایل به درمان در حوزه هایی مانند قلب و عروق، جراحی سرطان و ارتوپدی دارند. بیشتر گردشگرانی که به قصد مداوا به ترکیه می آیند به ترتیب از جمهوری آذربایجان، آلمان، بریتانیا، گرجستان و از ایران هستند. کشورهایمانند اسپانیا، هلند، بلغارستان، فرانسه، روسیه، آمریکا، ایتالیا، یونان و سوئد نیز پس از آن قرار می گیرند. بر اساس آمارهای اعلام شده، بیشترین بیمارانی که برای درمان به ترکیه مراجعه می کنند در حوزه های پیوند مغز استخوان، جراحی پلاستیک، جراحی ترمیمی و زیبایی، چشم، گوش و حلق و بینی، جراحی کودکان، رادیولوژی مداخله ای، آنکولوژی، جراحی مغز و اعصاب، پیوند عضو، جراحی عمومی، جراحی مربوط به اطفال، جراحی قلب و عروق، ارتوپدی، پروتز و جراحی شکستگی قرار دارند. ترکیه همچنین در زمینه گردشگری پزشکی برای سالخوردگان و توان جویان نیز خدمات گسترده ای ارائه می کند.

تنوع و کیفیت بالای ارائه خدمات درمانی موجب شده است که کشور ترکیه از مسیر گردشگری سلامت، درآمد بیشتری به نسبت گردشگری طبیعت کسب کند؛ طوری که به گفته توران بوزگان، رئیس انجمن استراتژی های بهداشتی و سیاست های اجتماعی ترکیه، سرانه هزینه اتباع خارجی که برای درمان به ترکیه می آیند، نسبت به کسانی که برای گذراندن تعطیلات به ترکیه سفر می کنند تقریباً ۱۰ برابر بیشتر است. ارائه خدمات بهداشتی با کیفیت بالا و زمان انتظار کمتر از مزایای گردشگری سلامت در ترکیه است.

به گفته این فعال گردشگری سلامت در ترکیه، سالانه نزدیک به یک میلیون و ۱۰۰ هزار نفر با هدف درمان به ترکیه می آیند. گردشگری سلامت در قالب گردشگری پزشکی، گردشگری معلولان و سالمندان و گردشگری آب درمانی مطرح است. ترکیه در هر سه مورد فوق قابلیت گسترش و توسعه را دارد.

گردشگری آب درمانی Termal Tourism

ترکیه بهشت چشمه های آب گرم است. این کشور از لحاظ منابع ترمال (چشمه های معدنی) رتبه هفتم دنیا و اول اروپا را داراست اما نیاز به تبلیغات و معرفی بیشتری

۱. بیمه دولتی: این بخش مختص اشخاص و سرمایه گذارانی است که در کشور ترکیه ثبت شرکت کرده و اجازه کار دریافت کرده باشند و یا در یک شرکت ترک استخدام باشند که در این صورت کارفرما با پرداخت حق بیمه سالیانه می تواند برای آن شخص ذکر شده بیمه دولتی دریافت کند.

۲. بیمه خصوصی توسط شرکت های خصوصی: این روش رایج ترین و آسان ترین کاری است که اتباع خارجی برای بیمه شدن استفاده می کنند. در نتیجه برای دریافت اقامت ترکیه به هر طریق دیگری غیر از سرمایه گذاری و کار باید از این طریق نسبت به دریافت بیمه اقدام کرد.

**ترکیه در راستای ارتقای نظام خدمات
درمانی خود و ارائه خدمات ارزان به
مردم کشورش بر روی مالیات حساب
ویژه ای باز کرد تا دولت توانایی
این را پیدا کند که حدود ۸۰ تا ۱۰۰
درصد هزینه های درمانی مردم خود
را پرداخت کند.**

گردشگری سلامت Health Tourism

اینکه بیماران از نقاط مختلف دنیا حاضر می شوند که برای درمان به ترکیه بیایند، نشان از پیشرفت ترکیه در گردشگری سلامت دارد. فاکتورهای متعددی ترکیه را در زمینه گردشگری پزشکی در سطح بین المللی جذاب کرده است. ترکیه، علاوه بر قرار داشتن در سطح استانداردهای اروپایی به نسبت کشورهای توسعه یافته در خصوص امکانات درمان، این خدمات را با قیمت هایی تا ۴۰-۶۰ درصد مناسب تر ارائه می دهد. به عنوان مثال، قیمت عمل جراحی بای پس در آمریکا است حدود ۱۲۵۰۰۰ دلار است در حالی که همین عمل جراحی در ترکیه در حدود ۲۵۰۰۰ دلار می باشد.

زیرساخت های پیشرفته بیمارستان، پزشک و کارکنان بهداشت و بسیاری از بیمارستان های خصوصی تحت نظارت کمسیون مشترک بین المللی (JCI) معتبر آمریکا نیز سبب ترجیح بیمارستان های ترکیه می شود. همچنین زمان انتظار در ترکیه نسبت به کشورهای پیشرفته کوتاه تر است و به نیازهای بیماران در مدت زمان کوتاهی پاسخ داده می شود. ترکیه با ۴۸ بیمارستان بین المللی، دارای استاندارد و شرایط (JCI) بوده و در رتبه ششم جهان قرار دارد.

در ترکیه کاشت مو و سایر عمل های زیبایی بیشتر مورد استقبال افراد میانسال است در حالی که بیماران مسن تر

داوینچی را دارد اما ترکیه نیز یکی از پیشرو ترین کشورها در زمینه جراحی رباتیک با داوینچی ۳ میلیون دلاری است. داوینچی با تحرک خود در ۷ محور، به جراح کمک می کند و حرکاتی را که مچ دست انسان نمی تواند انجام دهد با چرخاندن ۵۴۰ درجه به دور خود به انجام می رساند. این ربات دارای سیستم تصویربرداری سه بعدی با رزولوشن بسیار بالا است. داوینچی با دقت و ظرافت مخصوص به خود جراحی های حیاتی در بیشتر زمینه های پزشکی به خصوص قلب و عروق، اورولوژی، جراحی عمومی، جراحی سر و گردن و حتی زنان و زایمان را انجام داده و این فرصت را به بیمار می دهد که سریعتر به زندگی نرمال خود بازگردد.

حدود ۳۰۰۰ داوینچی در ۵۳ کشور دنیا مشغول به کار هستند که به لطف فن آوری فضایی به اتاق های عمل راه پیدا کرده اند. ترکیه نیز از سال ۲۰۰۴ به این فن آوری روی آورده است.

هر ماه به تعداد بیمارستان هایی که درخواست استفاده از ربات داوینچی را دارند اضافه می شود و تا کنون علاوه بر شهرهای بزرگ، تنها در شهر استانبول ۱۸ بیمارستان به این ربات مجهز شده اند. در ترکیه در سال ۲۰۱۳، بیش از ۸۰۰ عمل با داوینچی انجام و این آمار در سال ۲۰۱۷ به ۱۵۰۰ عمل ارتقا پیدا کرده است.

امروزه بیش از ۹۰ درصد عمل های مربوط به پروستات در ترکیه از طریق داوینچی انجام می شود و افق های پیش رو در جراحی مغز و اعصاب، ارتوپدی و جراحی ستون فقرات نیز بسیار روشن است. به خصوص در بیمارستان هایی که مراجعان زیادی از کشورهای دیگر دارند، جراحی های فوق تخصصی توسط این ربات بسیار مورد توجه است. بیشترین تعداد داوینچی را کشورهای زیر در اختیار دارند (این آمار تا سال ۲۰۱۷ است):

ایالات متحده: ۲۰۰۱

ژاپن: ۱۰۵

انگلستان: ۹۱

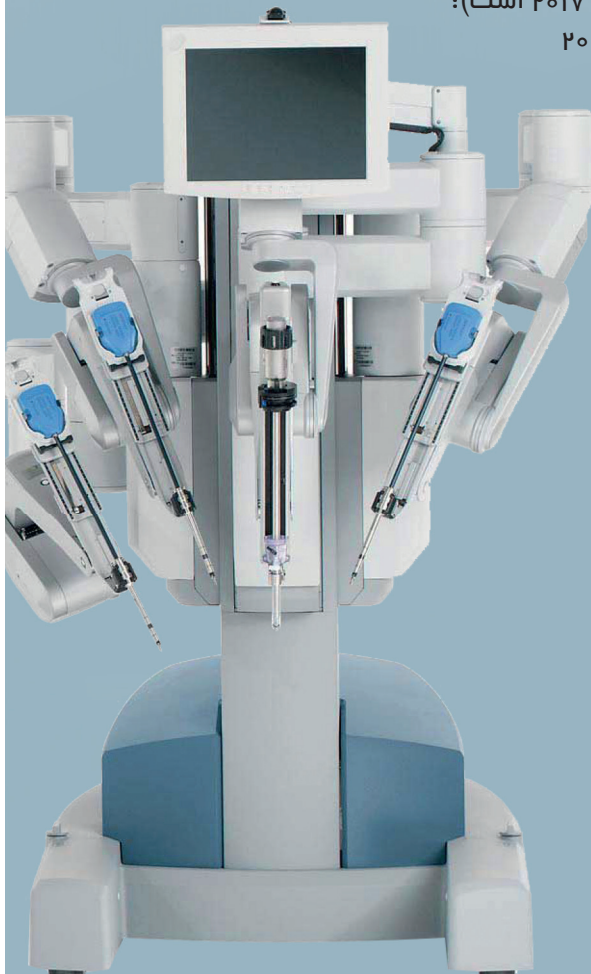
ایتالیا: ۶۶

فرانسه: ۶۳

آلمان: ۶۱

ترکیه: ۲۱

یونان: ۸



دارد. این آب ها، تسکین دهنده جسم و روح، ضد التهاب و یاری رسان دستگاه ایمنی بدن هستند. به لطف چشمه های معدنی، بسیاری از بیماری های اسکلتی عضلانی، روماتیسمی و بیماری های پوستی قابل درمان هستند. در ترکیه ۱۸۰ آبگرم معدنی وجود دارد که بعضی از آنها با در اختیار داشتن اقامتگاه های مدرن و لوکس می توانند در جذب توریست بسیار سودمند باشند. بیشترین زمان مورد استفاده از چشمه های آب معدنی در اروپا ۱۲۰ روز در سال است درحالیکه این مقدار در ترکیه به ۳۰۰ روز می رسد. به همین دلیل ترکیه برنامه های تبلیغاتی گسترده ای را به منظور معرفی پتانسیل بالای خود در این زمینه آغاز کرده است. شرکت های بیمه خدمات درمانی کشورهایمانند سوئد، دانمارک، نروژ، هلند و آلمان به بیماران خود استفاده از منابع آب درمانی ترکیه را پیشنهاد می دهند. مهمترین مراکز آب درمانی ترکیه عبارتند از: یالوا (Yalova)، چاناک کاله (Çanakkale)، کوتاهیا (Kütahya)، ازمیر (İzmir)، افیون (Afyon)، سیواس (Sivas) و غیره.

انقلاب سلول های بنیادی به عنوان اختراع قرن در حوزه درمان

هم اکنون در ترکیه درمان با سلول های بنیادی به عنوان اختراع قرن، توسط پزشکان متخصص و بیمارستان ها در معالجه ۱۴۵ بیماری و به بهترین شکل ممکن انجام می شود. سلول های بنیادی بلوک های ساختاری بدن هستند. تمام سلول ها با بلوغ سلول های بنیادی تشکیل می شوند. درمان با سلول های بنیادی، به معنای جایگزینی سلول های آسیب دیده و مرده با سلول های بنیادی است. سلول های بنیادی به دلیل ساختاری که دارند، اثر بهبودی سریعی نشان می دهند، کبودی نیز کمتر است و حتی از سوراخ هایی که در بدن ایجاد می کنند اثری دیده نمی شود. بنابراین، بسیاری از بیماران می توانند در مدت زمان کوتاهی سلامت خود را بازیافته و به انجام فعالیت های روزانه خود بازگردند.

روش های درمانی با سلول های بنیادی بخصوص در زمینه های اختلال نعوظ در بیماری های ارولوژی، ناراحتی های مفاصل، زانو، شانه و بازو در ارتوپدی، جراحی پلاستیک و درماتولوژی جهت جوان سازی صورت و پوست با موفقیت انجام می شود. حتی امروزه از سلول های بنیادی تولید شده از بافت چربی بدست آمده در طی فرم دهی بدن توسط لیبوساکشن برای رفع مشکلات نعوظ در مردان، مشکلات زانو و مفاصل و همچنین برای جوان سازی صورت و پوست استفاده می شود. از آنجا که روند کاربرد و بهبود درمان های سلول های بنیادی بسیار کوتاه است، برای گردشگری سلامت بسیار مناسب است.

داوینچی، ربات جراح

از روزی که ناسا ربات پزشکی خود، داوینچی را به دنیا معرفی کرد تا امروز بیش از ۳ میلیون عمل جراحی راه دور در دنیا انجام شده است. آمریکا بیشترین تعداد دستگاه های



<< سمیرا پرتابی

کارشناس آنستزیولوژی - تریکولوژی
(مشاور زیبایی و کاشت مو در استانبول)

ممنون از بابت توضیحات جامع و بسیار کاملی که فرمودید. کمی هم در مورد زمینه کاری و تخصص خودتان بفرمایید. دوست داریم بدانیم آنستزیولوژی - تریکولوژی به زبان ساده چه هستند؟

آنستزیولوژی همان تخصص در بیهوشی و تریکولوژی تخصص اختلالات مو و پوست سر هستند. از آنجاییکه کاشت مو نیاز به تخصص و در عین حال زیبایی شناسی و تجربه دارد، برای موفقیت در آن، نیاز به یک تیم حرفه ای است. به گزارش MEDIA MAGAZINE، ترکیه در عمل پیوند و کاشت مو رتبه یک دنیا را دارد. اینروزها هنگامیکه درباره کاشت مو صحبت به میان می آید، ترکیه اولین کشوریست که به ذهن افراد خطور می کند. بیشتر متقاضیان کاشت مو در ترکیه از کشورهای عربی و اروپایی هستند و در سال ۲۰۱۹ باعث درآمد ارزی حدود ۱/۵ میلیارد دلار بوده اند. کلینیک ها و مراکز زیادی در سرتاسر ترکیه اقدام به این عمل می کنند، اما این دلیل نمی شود که یک متقاضی بدون اطلاعات و آگاهی به هر مرکزی که سرراش دید مراجعه کند.

اما توصیه شما به عنوان یک متخصص این حوزه چیست؟

موارد ویژه و مهمی وجود دارند که متقاضی قبل از حضور در ترکیه باید مد نظر قرار بدهد. بطور مثال برنامه ریزی دقیق یا اقدامات قبل از عمل و کارهای ضروری دیگر.

ضمن سپاس از شما، در شماره های بعدی منتظر توضیحات تکمیلی شما خواهیم بود.

ادامه این مصاحبه را لطفا در شماره های بعدی ماهنامه دنبال کنید.

۱۵%

همراهان گرامی ترکیه پرتال جهت استفاده از تخفیف ویژه ۱۵ درصدی خدمات خانم سمیرا پرتابی و دریافت کد تخفیف، لطفا با شماره +۹۰۵۳۰۹۱۵۹۱۵۳ تماس حاصل فرمایید.

نباید یک هواز سرشاکم شود

توریسم پزشکی، یکی از نوظهورترین زمینه های گردشگری در دنیاست. چندین سال است که بسیاری از کشورهایی که زیرساخت و بستر مناسب برای پذیرش و اجرای درمان های پزشکی و پیراپزشکی را دارا هستند، اقدام به جذب توریست های نیازمند درمان کرده اند. ترکیه، یکی از پیشگامان این حیطه است.

از آنجاییکه همراهان گرانقدر ترکیه پرتال خواهان و پیگیر اطلاعات موثقی در زمینه های پزشکی بوده اند، مناسب دانستیم در نشست مصمیمانه با کارشناس آنستزیولوژی - تریکولوژی سرکارخانم سمیرا پرتابی، پاسخ بخشی از سوالات شما عزیزان را پیدا کنیم.

ضمن تشکر از حضور شما در دفتر ترکیه پرتال، در ابتدا خواهش می کنم به عنوان یک کارشناس بفرمایید تعریف توریسم پزشکی چیست و جایگاه آن در کشور ترکیه چگونه است؟

خواهش میکنم. بنده هم ممنونم از مجموعه ترکیه پرتال. توریسم پزشکی به سفری گفته می شود که با هدف درمان بیماری و یا انجام عمل های جراحی به کشوری دیگر انجام می شود. بنابر اطلاعات داده شده توسط سازمان جهانی گردشگری OWT، این صنعت از اوایل دهه ۹۰ میلادی در پی افزایش تجارت بین الملل و تغییر برابری نرخ ارزها، ابتدا در آسیا رشد پیدا کرده و از آن به بعد هرساله بیش از ۲۵ درصد در کل جهان رشد داشته است. علت این رشد هم برمی گردد به تسریع روند رو به کهنسالی در جهان که نیاز به درمان را بالا می برد. طبق آمار، هرساله حدود ۱۱ میلیون نفر توریست پزشکی در دنیا به نقاطی غیر از کشور مادری خود سفر می کنند.

ترکیه هم یکی از برترین مقاصد توریست های پزشکی در جهان است. مواردی که باعث جذاب بودن این کشور برای جلب توریست های نیازمند به درمان شده است عبارتند از:

- جاذبه های گردشگری و توریستی فراوان
- وضعیت جغرافیایی و تنوع آب و هوایی
- دسترسی راحت
- نرخ برابری ارز با توجه به کاهش ارزش لیر نسبت به دلار و یورو
- مراکز درمانی مدرن و مجهز
- اقامت و هزینه های روزمره ارزان به نسبت اروپا و امریکا
- و از همه مهمتر دانش و تجربه درمانی متخصصان که روز به روز به دلیل افزایش مراجعان در حال رشد است.

درواقع توریستی که با هدف درمان وارد ترکیه می شود، علاوه بر خدمات پزشکی، معمولا مایل است از امتیازات و جذابیت های گردشگری ترکیه نیز استفاده کند.

راه های ارتباطی



Kashtemoo.istanbul



Kashtemoo_istanbul



Samirapartabi@gmail.com





انجام چه کارهایی در دوران بارداری ضروری است؟

- برای تأمین کلسیم بدن، شیر و لبنیات، برای تأمین پروتئین نیز ماهی، مرغ و حبوبات و جهت ویتامین ها نیز مصرف سبزیجات و میوه ها ضروری است.
- به جای ۳ وعده اصلی غذایی باید ۵ وعده غذایی کوچک میل کنید.
- برای جلوگیری از یبوست باید غذاهای فیبردار مانند سبزیجات تازه و سبز و مایعات زیادی مصرف کنید.
- برای تقویت ماهیچه ها و تسهیل زایمان باید ورزش کنید. مادرانی که مشکل پزشکی خاصی ندارند، ۳ الی ۵ بار در هفته به مدت ۳۰ الی ۴۰ دقیقه می توانند ورزش های سبکی از قبیل پیاده روی، پیاده روی سریع، شنا، آهسته دویدن و غیره را انجام دهند.
- مادران در این دوران باید از سینه بند نخی استفاده کنند.
- باید حداقل ۲ الی ۳ لیتر آب در روز بنوشید تا از التهاب دستگاه ادراری خود جلوگیری کنید.
- باید از دندان های خود مراقبت کنید، حداقل دو بار در روز با یک برس نرم دندان های خود را مسواک بزنید.
- هفته ای یک بار خود را وزن کنید و وزن خود را ثبت کنید.
- زود به زود حمام کنید.
- ۸ ساعت در شبانه روز بخوابید.
- از انجام حرکات شدیدی که خستگی زیادی به همراه دارد، خودداری کنید.
- از کشیدن سیگار و مصرف الکل خودداری کنید، از محل هایی که سیگار می کشند دوری کنید.
- از مصرف نوشیدنی های اسیدی و پر کالری مانند نوشابه خودداری کنید و در صورت امکان آب میوه های تازه مصرف کنید.
- از گن یا کمربند هایی که بدن را محکم نگه میدارند استفاده نکنید.
- کفش های پاشنه بلند نپوشید.
- از افراد بیمار دوری کنید.

اگر شما هم از مادران آینده هستید و به دنبال پیدا کردن جواب سوالات خود پیرامون حاملگی



**سالم و در نهایت تولد کودکی
سالم هستید با پیشنهادات
ونکات پزشکی دکتر بهرام
بارلاس، متخصص زنان و
زایمان همراه باشید.**

تغذیه در دوران حاملگی

تغذیه، در هر دوره زندگی از اهمیت جداگانه ای برخوردار است. یکی از شرایط لازم برای بارداری سالم و دوره شیردهی، تغذیه مناسب مادر است. تغذیه در دوران بارداری موضوعی است که باید مورد توجه قرار گیرد زیرا هم رشد نوزاد و هم نیازهای مادر را برآورده می کند. خانمی که در وزن مناسب باردار می شود، باید در اواخر بارداری افزایش وزن تقریبی ۸ الی ۱۲ کیلوگرم مشاهده شود. افزایش وزن در دوران بارداری باید در سه ماه اول ۱ الی ۲ کیلوگرم باشد و در ماه های دوم و سوم ۵/۵ تا ۱/۵ کیلوگرم باشد. نوع و میزان پروتئین، کربوهیدرات و عناصر چربی موجود در مواد غذایی متفاوت است. تغذیه متعادل و متنوع در دوران بارداری از اهمیت بالایی برخوردار است. در این دوره، مصرف متناسب از انواع غذاهای طبیعی و تازه پیشنهاد می شود.

در رژیم غذایی روزانه مادر، مصرف شیر و فراورده های لبنی برای رشد استخوان، چشم و دندان کودک لازم است. گوشت، ماهی، تخم مرغ، لبنیات و حبوبات خشک شده نیز برای عضلات، سیستم گردش خون و رشد مغز کودک ضروری است. همچنین ویتامین ها نیز باید از طریق مصرف میوه و سبزیجات تازه فصلی تأمین شده و حداقل ۲ الی ۳ لیتر آب در روز نوشیده شو



- اگر بیشتر از ۱ کیلوگرم در هفته اضافه وزن دارید
- اگر تورم روی دست ها، صورت و پاها شروع شده باشد
- اگر فشار خون شما از ۱۴ بیشتر و از ۸ کمتر باشد
- اگر فکر می کنید شکمتان به اندازه کافی در حال رشد نیست
- اگر در حرکات کودک در شکم که از ۴ ماهگی شروع میشود کاهش وجود داشته باشد، به صورتیکه در روز کمتر از ۱۰ بار این حرکات را احساس کنید و یا بیش از نصف روز کودک بی حرکت باشد
- اگر ریزش هایی به شکل شیر بریده و یا سوزش و خارش دارید
- اگر ضعف، سرگیجه، تنفس سبک دارید طوریکه قدرت خارج شدن از رختخواب را نداشته باشید
- اگر سوزش و مشکل در ادرار، تکرر ادرار، درد شدید کمر و پهلو دارید
- فوراً با پزشک خود مشورت کنید.

در انتظار برای به دنیا آمدن کودک

بارداری دوره ای نیست که پر از مشکلات و دشواری باشد که با بی حوصلگی برای به پایان رسیدن آن انتظار بکشید؛ بلکه دورانی است که در آن مادر با عشق و هیجان مقدمات لازم برای پرورش کودک را فراهم می کند. سعی کنید از استرس دوری کرده و این دوره را تا حد ممکن با آرامش بگذرانید چرا که آرامش و شاد بودن شما در این دوره بر روی رفتار و سلامت روان کودک شما بعد از تولد تأثیر می گذارد. هر روز با کودک خود صحبت کنید، او را دوست داشته باشید که عشق شما را احساس کند، به موسیقی آرامش بخش گوش دهید و به یاد داشته باشید که او شما را می شنود. به یاد داشته باشید که شما از لحظه بارداری وارد فرایند جدیدی شده اید و به غیر از سلامت خودتان مسئولیت سلامت یک زندگی دیگر را نیز بر عهده دارید. دیدگاه خود را نسبت به زندگی مرور کنید، اگر تا به حال با بدبینی همراه بوده، زمان آن رسیده است که آن را تغییر دهید.

- غذاهای آرد دار، چرب، شیرین و شور را مصرف نکنید.
- از مصرف غذاهای سرخ کردنی بپرهیزید.
- از انجام معاینه با اشعه ایکس یا از توموگرافی که ممکن است آسیب قابل توجهی به کودک شما وارد کند، خودداری کنید.
- بدون مشورت با پزشک از هیچ دارویی استفاده نکنید.

معاینات پزشکی

به محض اینکه متوجه شدید که باردار هستید، پزشک خود را انتخاب کرده و به معاینات منظم بروید. مادری که هیچ فاکتور تهدید کننده سلامتی ندارد، باید به طور ایده آل تا هفته ۳۲ هر چهار هفته یکبار و از هفته ۳۲ تا ۳۶ هفته ای دوبار برای معاینه به پزشک مراجعه کند. اگر مشکلی وجود داشته باشد، نباید تا کنترل بعدی منتظر ماند و باید فوراً به پزشک معالج مراجعه شود. باید در هر کنترل، معاینات و سونوگرافی انجام داده و نتیجه را با خود همراه داشته باشید. هدف از کنترل پزشک، مداخله در بارداری طبیعی نیست بلکه تشخیص مشکلات و برطرف نمودن آنها است. سؤالاتی را که می خواهید از پزشک خود بپرسید بنویسید و با پرسش مستقیم از پزشک خود، جواب آنها را بگیرید.

در چه صورت باید حتماً به پزشک مراجعه کرد؟

- اگر حالت تهوع و استفراغ شدید دارید
- اگر درد کشاله ران وجود دارد
- اگر نیاز به استفاده از هر نوع دارویی دارید
- اگر جمع شدگی پی در پی و سفتی در شکم شما وجود دارد
- اگر ریزش های صورتی یا قهوه ای رنگ دارید
- اگر دفع مایعات دارید تاحدی که لباس زیر شما را مرطوب کند
- اگر احساس پری در مقعد می کنید
- اگر احساس سردرد، درد شکمی و اختلال بینایی دارید

پس از تولد کودک

تا زمانی که هیچ ضرورت پزشکی که سلامتی مادر و نوزاد را تهدید کند وجود نداشته باشد، زایمان طبیعی باید انجام شود و نه سزارین. درد زایمان یکی از مفیدترین دردها برای مادر و کودک است. زنان باردار که آموزش می بینند آمادگی های لازم را کسب کرده و بسیار راحت کودک خود را به دنیا می آورند و پس از تولد اذعان داشته اند که برخلاف آنچه به آنها گفته می شده است، تحمل درد بسیار راحت تر بوده است.

به خاطر داشته باشید که برای سلامت شما و کودکستان باید حداقل دو سال پس از تولد، از بارداری مجدد خودداری کنید. چرا که تمام وقت و توجه شما بعد از تولد باید روی کودکستان متمرکز باشد. در صورت غفلت حاملگی های ناخواسته اتفاق می افتد که این امر بر سلامتی جسمی و روحی مادر تأثیر منفی می گذارد. بنابراین، با پزشک خود در مورد نحوه پیشگیری از بارداری قبل و بعد از زایمان صحبت کنید تا بهترین روش را برای شما تعیین کند و در اسرع وقت بعد از فارغ شدن، روش مورد نظر را بکار ببندید.

بهترین ماده غذایی برای کودک شما شیر مادر است. این به خودی خود تمام نیازهای وی را برآورده می کند و آنتی بادی های موجود در آن از کودک در برابر بیماری محافظت می کند. تغذیه با شیر مادر نه تنها پیوند عاطفی بین شما و کودک شما را تقویت می کند، بلکه از شما در مقابل سرطان پستان در آینده نیز محافظت می کند. مادران شیرده خونریزی بعد از زایمان کمتر دارند و بدن آنها سریع تر فرم بدن خود را بازیابی می کند. تا شش ماهگی کودک را فقط با شیر مادر تغذیه کرده و پس از آن تا ۱/۵ الی ۲ سالگی در کنار تغذیه با جامدات به شیردهی ادامه دهید.





شناخت نقاط ضعف و قوت، فرصت ها و تهدیدها، گزارش های امکان سنجی واقعی، برنامه ریزی استراتژیک صحیح و حذف ابهامات تا بیشترین حد ممکن، زمینه سرمایه گذاری مطمئن را برای شرکای تجاری خود فراهم می کند. لطفاً برای بهره مندی از مزایا و خدمات ما، با ما تماس بگیرید.



Website:
www.pigeonvest.com



Linkedin:
[pigeonvest-medikal](https://www.linkedin.com/company/pigeonvest-medikal)



Instagram:
[pigeonvestmedical](https://www.instagram.com/pigeonvestmedical)



Twitter:
[pigeonvest](https://twitter.com/pigeonvest)

WhatsApp / Telegram / Viber:
+905533522298
+905523456502

15%

همراهان گرامی ترکیه پرتال جهت استفاده از تخفیف ویژه ۱۵ درصدی و دریافت کد تخفیف، لطفاً با شماره +۹۰۵۳۰۹۱۵۹۱۵۳ تماس حاصل فرمایید.

شرکت سرمایه گذاری و مشاوره پزشکی PIGEONVEST مرجع مطمئن شما برای گردشگری سلامت و سرمایه گذاری های سلامت!

موسس PIGEONVEST



عمر اردن موسس این شرکت و رئیس فدراسیون گردشگری سلامت و تجارت بین الملل در منطقه استانبول.

شرکت PIGEONVEST در زمینه
• ارائه فرصت های سرمایه گذاری
به استارتاپ ها و کمک در روند
توسعه کسب و کار

• مشاوره بین المللی به مشتریان محلی و بین المللی در
خصوص سرمایه گذاری
• درمان های منحصر به فرد بر اساس تکنولوژی های
جدید

• برگزاری آموزش های کاربردی از راه دور
فعالیت می کند. این شرکت که با بسیاری از شرکت های چند ملیتی همکاری می کند، دری به سوی پزشکان، کلینیک ها و بیمارستان های خارج از کشور گشوده است. شرکت سرمایه گذاری و مشاوره پزشکی PIGEONVEST افتخار دارد که بخش های بهداشتی بسیاری از کلینیک ها و بیمارستان ها را توسعه داده است. این شرکت، مدیریت فرآیندهای مربوط به بیمار، انجمن و آموزش را در فدراسیون گردشگری سلامت و تجارت بین الملل بر عهده دارد.

خدمات شرکت PIGEONVEST

خدمات سلامت؛ با ارائه روش های نوین درمانی، و با استفاده از شبکه بیمارستانی و پزشکان متخصص خود، خدمات گردشگری سلامت را با کیفیتی عالی به مشتریان خود ارائه می دهد.

خدمات روابط عمومی؛ با شرکای بین المللی و شبکه آژانس خود، فعالیت های تبلیغاتی بسیاری از پزشکان و بیمارستان ها را در عرصه بین المللی فراهم آورده است. خدمات سرمایه گذاری و مشاوره؛ با مشاوره دادن به افراد و شرکت های علاقمند به سرمایه گذاری در بخش سلامت در ترکیه، فرصت های سرمایه گذاری مطمئن و سودآوری ایجاد می کند.

از فرصت های سرمایه گذاری سودآور PIGEONVEST در زمینه سلامت بهره مند شوید!

در ترکیه فرصت هایی عالی برای سرمایه گذاری در زمینه سلامت وجود دارد. با این حال، بیشتر اوقات، سرمایه گذاری ها در بخش سلامت به دلایل عدم امکان سنجی مطالعات، تعریف استراتژی های اشتباه و فقدان اطلاعات در این حوزه با شکست مواجه می شوند. شرکت سرمایه گذاری و مشاوره پزشکی PIGEONVEST، با تحلیل بازار و

لیزر اندولیفیت و درمان با استفاده از سلول های بنیادی

جراح زیبایی، پلاستیک و ترمیمی دکتر اوریم اوچکونکایا (Dr. Evrim Uçkunkaya)

دکتر اوریم اوچکونکایا در سال ۱۹۷۸ در استانبول متولد شد. وی در سال ۲۰۰۲ از دانشکده پزشکی دانشگاه ییدی تپه به عنوان پزشک فارغ التحصیل شد و در سالهای ۲۰۰۴ تا ۲۰۰۶ در شهر کلن در کشور آلمان، در «Praxisklinik im Haubrichforum» در کنار دکتر وینفرد گوتبرود و دکتر ساواش اوچکونکایا، در زمینه جراحی عمومی و جراحی پلاستیک مشغول به کار شد. پس از آن در سالهای ۲۰۰۶ تا ۲۰۰۹ نیز در بیمارستان Dreifaltigkeits در همان شهر در زمینه جراحی پلاستیک و زیبایی با دکتر دیرک ف. ریشتر همکاری کرد. در سال ۲۰۱۰ به درجه تخصص در جراحی زیبایی پلاستیک و ترمیمی رسید. پس از اخذ تخصص در حوزه میکرو جراحی و جراحی دست در سالهای ۲۰۱۰ تا ۲۰۱۴ در کلن آلمان در بیمارستان خیابان آگاتا در کنار دکتر اولریش فابیان، به جراحی پلاستیک، زیبایی و ترمیمی مشغول شد. دکتر اوریم اوچکونکایا در ماه مارس ۲۰۱۴ به ترکیه بازگشت و به عنوان



متخصص جراحی پلاستیک، زیبایی و ترمیمی در مرکز بهداشت و زیبایی سردار ارن Serdar Eren، بیمارستان ماسلاک آجی بادم فعالیت خود را از سر گرفت. دکتر Evrim Uçkunkaya از نوامبر ۲۰۱۵، در مطب شخصی خود در خیابان Nişantaşı Valikonağı مشغول به کار بوده است.

لیزر اندولیفیت چیست؟

لیزر اندولیفیت یک فناوری لیزر بدون عمل جراحی و ایجاد زخم، تحت تأیید FDA برای فرم دهی صورت، اصلاح فرم چانه، سفت کردن ناحیه غبغب و گردن واز بین بردن پف و کیسه های زیر چشم است. لیزر اندولیفیت یک درمان بدون نیاز به بیهوشی و روش های جراحی دشوار با استفاده از تکنیک خنک کننده هوا و بدون محدودیت سنی است. این روش، با بالا بردن گرمای زیر پوست، منجر به تشکیل کلاژن و شکسته شدن چربی های جمع شده در زیر پوست، سفت شدن پوست و نهایتاً فرم دهی به خط چانه صورت می شود. علی رغم فوری بدست آمدن نتیجه در این روش که بدون نیاز به برش و بیهوشی است و تنها ۴۵ دقیقه طول می کشد، تأثیر آن بلند مدت و دائمی است. از آنجا که این عمل باعث ایجاد اثری و کبودی نمی شود، افراد می توانند زندگی طبیعی خود را بلافاصله از سر بگیرند.

- این عمل در کدام نواحی بدن مورد استفاده قرار می گیرد؟

این روش درمانی برای لیفت صورت، آب کردن غبغب، فرم دهی خط چانه، از بین بردن کیسه های پلک تحتانی،

افتادگی پلک فوقانی، لیفت ابرو، کشیدن خطوط گردن، کشیدن پوست، چین و چروک اطراف بینی و لب، خطوط ماریونت و مشکلات عدم تقارن، شکستن چربی های جمع شده در زانو، سفت شدن پوست اضافی جمع شده روی زانوها و درمان سلولیت استفاده می شود.

• درمان با سلول های بنیادی چیست و در کدام نواحی بدن مورد استفاده قرار می گیرد؟

درمان با سلول های بنیادی روشی است که برای به تأخیر انداختن پیری، از بین بردن اثرات پیری، احیای جوانی پوست و بازگرداندن خاصیت ارتجاعی پوست مورد استفاده قرار می گیرد. این روش همچنین در درمان جای جوش و زخم، زخم های بهبود نیافته و سوختگی ناشی از دلایل مختلف مؤثر است. کاربرد سلول های بنیادی در ناحیه صورت، گردن و دکلته، جوانسازی دست، آرنج و سر زانو، درمان جای زخم و سوختگی، بزرگ کردن سینه و باسن، برجسته سازی گونه ها و خطوط چانه و از بین بردن ریزش مو بسیار مؤثر افتاده است.

• درمان با استفاده از سلول های بنیادی چگونه انجام می شود و خطرات آن چیست؟

با استفاده از سلول های بنیادی بدست آمده از چربی های حاصل از روش لیپوساکشن، اکنون می توان به نتایج دائمی دست یافت. از آنجا که سلول های بنیادی بخشی از بدن ما هستند، هیچ گونه خطر بروز آلرژی وجود ندارد. با به کار بردن این روش در ناحیه مورد نظر، بدون وجود خطر آلرژی، پس زدن و واکنش بدن به ماده خارجی، روند جوانسازی آغاز می شود. برای اطلاعات بیشتر با ما تماس بگیرید.



همراهان گرامی ترکیه پرتال جهت استفاده از تخفیف ویژه ۱۵ درصدی و دریافت کد تخفیف، لطفاً با شماره +۹۰۵۳۰۹۱۵۹۱۵۳ تماس حاصل فرمایید.

Website:

www.pigeonvest.com

Whatsapp/Viber/Telegram:

+905523456502

اسکولیوزیس، ناهنجاری سه بعدی ستون فقرات



متخصص ارتوپدی و آسیب شناسی، دکتر احمد اوزیازگان
(Dr. Ahmet ÖZYAZGAN)

دکتر احمد اوزیازگان در سال ۱۹۷۸ در قاضی آنتپ به دنیا آمد. وی فارغ التحصیل دانشکده پزشکی دانشگاه استانبول است. دکتر احمد یازگان که در حوزه های درمان از طریق سلول های بنیادی، معاینه ارتوپدی عمومی، آسیب های ورزشی و جراحی ورزشی، میکرو جراحی، جراحی های مربوط به صدمات جنگی، جراحی پلاستیک، جراحی ستون فقرات (اسکولیوزیس و فتق)، درمان های بیومولکولار و درمان با پلاسمای غنی از پلاکت (Prp)، کیتزیولوژی و تحلیل راه رفتن، الیزاروف (افزایش عضو) و تغییر شکل، عمل های جراحی بسیاری در داخل و خارج از کشور انجام داده است، در حال حاضر در مطب خود اقدام به پذیرش بیمار می کند.

● اسکولیوز (انحنای ستون فقرات) چیست؟

اسکولیوز مشکلات جدی به خصوص در بیماران جوان به وجود می آورد. در دید از عقب و جلو، یک ستون فقرات نرمال هنگام صاف ایستادن باید روی یک خط مستقیم باشد. اما در دید از پهلو، منحنی های فیزیولوژیکی وجود دارد. بیماری اسکولیوز، انحنای ستون فقرات در سه سطح مختلف است. سطح اول انحنای ستون فقرات به سمت راست یا چپ است که در هنگام مشاهده از جلو یا عقب مشاهده می شود. سطح دوم نیز مربوط به انحنای به جلو یا عقب است از حد طبیعی فیزیولوژیکی فراتر باشد. سطح سوم نیز، چرخش در ستون فقرات است.

اسکولیوز به تغییر شکل ستون فقرات در سه سطح مختلف گفته می شود. در سنین مختلف به روش های مختلفی دیده می شود. این خمیدگی غیر نرمال در هر سنی از بدو تولد تا مرگ در بیماران قابل مشاهده است. اسکولیوز حتی به طور مادرزادی نیز وجود دارد. این انحنای هنگامی اتفاق می افتد که در روند رشد ستون فقرات بخشی از آن شکل گرفته و بخشی از آن شکل نمی گیرد. بعضی اوقات این اتفاق در نیمی از ستون فقرات رخ می دهد. گاهی اوقات دو استخوان روی یکدیگر سوار شده و به هم جوش می خورند. گاهی اوقات نیز استخوان اضافی ظاهر می شود و موجب انحنای در بالا و پایین ستون فقرات می شود.

انحنای مادرزادی یک مشکل بسیار جدی است. در روند رشد کودک تا رسیدن وی به بلوغ، حتی تا زمانی که رشد قد ادامه دارد انحنای جدی رخ می دهد.

● درمان با سلول های بنیادی چیست، چه مدت طول می کشد و چه زمانی اثرات آن شروع می شود؟

سلول های بنیادی توانمندترین سلول هایی هستند که بدن، اندام و بافت های ما را تشکیل می دهند و در صورت لزوم می توانند به سلول های دیگر تبدیل شوند و یا تکثیر شوند اما هنوز تبدیل به خون، استخوان، غضروف، تاندون، رباط، عصب، مو، پوست و غیره نشده اند. استفاده از سلول های بنیادی در پزشکی زیبایی و جراحی همچنان در حال گسترش است. سلول های بنیادی در بسیاری از قسمت های بدن یافت می شوند. بسیار از آنها که مشتق از مغز استخوان هستند در خون و در استخوان های بزرگ هستند. همچنین غنی ترین منبع سلول های بنیادی بافت چربی در ناحیه شکم محسوب می شود. هنگامی که آسیب بافتی در بدن رخ می دهد، هنگامی که بافت جدید لازم است، این سلول ها برای رسیدن به منطقه آسیب دیده فعال شده و ترمیم و بازسازی بافت را انجام می دهند. اولین اثرات مثبت درمان با استفاده از سلول های بنیادی مشتق شده از بافت چربی از ۳ هفته پس از درمان دیده می شود. درمان با استفاده از سلول های بنیادی تحت شرایط اتاق عمل و با بی حسی عمومی طی عمل مینی لپوساکشن انجام می شود. در این عمل ۱۰۰ الی ۱۵۰ سی سی از بافت چربی گرفته می شود و مجدداً در شرایط استریل سلول های بنیادی و بافت های چربی از یکدیگر جدا شده و بافت غنی ای از سلول های بنیادی بدست آمده که آماده تزریق به محل درمان می باشد. در شرایط امروز، گرفتن چربی از بیمار، سانتیفریوژ آن و تزریق مجدد آن تقریباً ۱/۵ ساعت طول می کشد. درمان از طریق سلول های بنیادی، حتی بدون نیاز به ماندن در بیمارستان، کمک شایانی به بیماران مبتلا به مشکلات مفصلی می کند.

سن ایده آل برای جراحی اسکولیوز در کودکان چیست؟

سن ایده آل جراحی برای دختران ۱۳-۱۴ سال و برای پسران ۱۵-۱۶ سال است. اما ممکن است این سنین با توجه به خصوصیات رشد فرد متفاوت باشد.

بعد از عمل روند بهبودی چگونه است؟

۶ هفته اول با پوشش یا بدون پوشش نگه دارنده، بیمار باید تحت مراقبت باشد. فعالیت های طبیعی روزانه مانند پیاده روی و نشستن انجام می شود، اما حرکاتی مانند حرکات ناگهانی و خم شدن محدود است. شش هفته دوم، تا پایان سه ماه به کمرهمچنان باید حرکات ستون فقرات با دقت انجام شود. با این حال فعالیت هایی مانند سفر، بیرون رفتن، رفتن به مدرسه آغاز می شود. بعد از ماه سوم شخص می تواند شنا کند، اما تا پایان ماه ششم باید حرکات با دقت هر چه تمام تر انجام گیرد. نهایتاً فرد بعد از یک سال کاملاً به زندگی عادی برمی گردد. لطفاً برای اطلاعات دقیق تر با ما تماس بگیرید.

۱۵ %

همراهان گرامی ترکیه پرتال جهت استفاده از تخفیف ویژه ۱۵ درصدی و دریافت کد تخفیف، لطفاً با شماره ۹۰۵۳۰۹۱۵۹۱۵۳+ تماس حاصل فرمایید.

Website:

www.pigeonvest.com

Whatsapp/Viber/Telegram:

+905523456502

آیا در سنین بالاتر عواملی دیگری در اسکولیوز دخیل هستند؟

اسکولیوز در دوره بلوغ در دختران ۶ الی ۸ برابر بیشتر از پسران بروز می کند. به دلیل دلایل بسیاری از نارسایی رشد در ناحیه ای از ستون فقرات رخ می دهد. دلیل رخداد آن هم انتقال یک محرک از ناحیه ای از مغز است. اینکه این محرک در خصوص چه نوع هشدار از سوی مغز صادر شده است هنوز اثبات نشده است. در نتیجه، ستون فقرات به نوعی خم شده و ناحیه انحنای اصلی تشکیل می شود. هر خانواده می تواند برای تشخیص و درمان این بیماری تکنیک های ساده ای را بکار برد. بسیاری از والدین علائم اسکولیوز را خیلی دیر متوجه می شوند. در انحنای پشت، اغلب به دلیل حرکتی که به آن چرخش گفته می شود، در پشت بدن، دنده ها برآمدگی ای شبیه کوهان شتر ایجاد می کنند. پدر و مادر این برآمدگی در پشت کودکان را به هنگام عوض کردن لباس و یا در زمان حمام به راحتی می توانند مشاهده کنند.

چه موقع باید اسکولیوز جراحی شود

اسکولیوز اگر بیش از ۴۰ درجه باشد، جراحی می شود. اگر رشد اسکولیوز فعال ادامه یابد و یا زاویه آن بیش از ۴۰ درجه باشند، اسکولیوز باید با جراحی اصلاح شود. ممکن است با بالا رفتن زاویه و افزایش انحنای اسکولیوز، جراحی دشوارتر شود. زاویه های بالاتر از ۸۰ درجه ممکن است به دو مرحله جراحی نیاز داشته باشد. پس از جراحی بسته به عادت جراح، طول و مساحت اسکولیوز و همچنین سن فرد ممکن است استفاده از پوشش های طبی جهت محکم و بی حرکت نگه داشتن ناحیه پشت و کمر تجویز شود. در سنین زیر ۱۵ سال و در مواردی که زوایای انحنای کم است ممکن است نیازی به استفاده از این پوشش ها نباشد. اما در مواردی که از کمر تا دنبالچه تحت عمل قرار می گیرد و سن و وزن بیمار زیاد است، یک الی یک و نیم ماه از این پوشش ها استفاده می شود.



جراحی افزایش قد و عمل پروتز زانو با هدایت رباتیک



متخصص ارتوپدی و تروماتولوژی، دکتر آیدین آرسلان (Dr. Aydın Arslan)

دکتر آیدین آرسلان در ۱۵ اکتبر سال ۱۹۷۸ در شهر زونگولداک ترکیه به دنیا آمد. در سال ۲۰۰۲ پس از فارغ التحصیل شدن از دانشکده پزشکی انگلیسی زبان دانشگاه حاجت تپه، تخصص خود را در حوزه ارتوپدی و تروماتولوژی در سال ۲۰۰۸ در بیمارستان آموزش و تحقیقات نمونه آنکارا به پایان رساند. او بین سال های ۲۰۰۹ تا ۲۰۱۶ در بیمارستان دولتی مالاتیا مشغول به کار شد. در سال ۲۰۱۶ به استانبول آمد و ابتدا در دانشگاه آلتین باش و سپس در دانشگاه گلشیم مشغول به تدریس شد. دکتر آرسلان در حین فعالیت به عنوان عضو هیئت علمی، در بیمارستان خصوصی نیز به طبابت مشغول بود. وی به عنوان معاون رئیس هیئت مدیره مرکز پزشکی الیت استانبول همچنان در مطب خصوصی خود در بشیکتاش به پذیرش بیماران ادامه می دهد.

از عمل افزایش قد نترسید!

برخی از انسان ها در مقطعی از زندگی خود به بلند قدتر شدن فکر می کنند. جراحی افزایش قد، یک عمل ارتوپدی است که می تواند در بازوها و همچنین پاها اعمال شود. کشیدگی قد بعد از عمل نیاز به زمان معینی دارد. در ضمن، با انجام تمرینات لازم و اقدامات احتیاطی در برابر خطرات مشکلی پیش نمی آید. پس از اتمام جراحی و فرآیندهای بعد از عمل، قد مجدداً کوتاه نمی شود. زیرا این رویه در ناحیه استخوانی به طور دائمی کشیده می شود. در انجام عمل های افزایش قد بر روی بیماران مناسب، کشیدگی بین ۸ تا ۱۵ سانتیمتر حاصل می شود. روش های افزایش قد، مدتی طولانی است که در ترکیه در حال اجرا می باشد. این روش ها با جراحان با تجربه، تیم متخصص و مواد با کیفیت با موفقیت انجام می شود.

عمل پروتز زانو با هدایت رباتیک

وضعیت آسیب دیدگی در ساختارهای غضروفی در مفصل زانو با گذشت زمان، ساییدگی زانو گفته می شود. اگر ساییدگی خفیف باشد، از روش هایی به غیر از جراحی استفاده می شود. اما اگر به سطح پیشرفته ای رسیده باشد و غضروف کاملاً از بین رفته باشد، به شدت کیفیت زندگی بیمار را تحت تأثیر قرار داده و نیاز به جراحی پروتز زانو دارد.

در کنار تکنولوژی های پیشرفته، نوآوری های مطلوب بسیاری به حوزه سلامتی وارد شده اند. به خصوص توسعه تکنولوژی های جراحی موجب راحتی بسیاری در

حین عمل و همچنین فرآیندهای بعد از عمل فراهم آورده است. یکی از این پیشرفت ها جراحی رباتیک است که متأسفانه به دلیل هزینه بالای آن، در بسیاری از مناطق ترکیه یافت نمی شود. فناوری جراحی رباتیک در بسیاری از بیماران آرتروز با هزینه کم و ایمنی بالا با موفقیت اعمال می شود. در انجام جراحی پروتز زانو با استفاده از ربات، اقدامات درمانی برنامه ریزی شده در محیط رایانه بطور کامل توسط ربات جراح اعمال می شود. از آنجا که پروتز در موقعیت ایده آل قرار می گیرد، سایش یا شل شدن پروتز دیرتر اتفاق می افتد؛ یعنی عمر پروتز طولانی تر می شود.

جراحی پروتز زانو با باز کردن یک برش ۱۰ سانتی متری در جلوی زانو انجام می شود. سطوح مفصل آسیب دیده برداشته شده و با پروتزهایی که کار مفصل زانو را تقلید می کنند، جایگزین می شوند. مواد قرار داده شده مانند مفصل اصلی عمل می کنند و بدین ترتیب کیفیت زندگی بیمار را افزایش می دهند. روز بعد از جراحی پروتز زانو با هدایت رباتیک، بیماران می توانند راه بروند. با این حال، چند هفته طول خواهد کشید تا به فعالیت های عادی بازگردند.

عمل جراحی افزایش قد

عمل افزایش قد، یک جراحی ارتوپدی محسوب می شود که می تواند در پاها و همچنین بازوها اعمال شود. در این جراحی از فیکساتور خارجی (دستگاه بیرونی) برای افزایش فضای خالی بین انتهای استخوانی که دو قسمت شده استفاده می شود. به تدریج در این فضای خالی، استخوان جدید تشکیل می شود.

روند بهبودی بعد از عمل افزایش قد

بیمار می تواند در اولین روز بعد از عمل با فشار آوردن روی پا راه برود. مرحله دوم درمان پس از سفت شدن و بهبودی استخوان حاصل می شود و به تدریج بیمار می تواند عصا را کنار بگذارد. پس از اینکه بافت استخوانی جدید به طور کامل بهبود یافت، به اندازه دیگر استخوان ها محکم خواهد شد. معمولاً بیمار با دردهای شدید بعد از عمل رو برو نشده و با مسکن های ساده به راحتی قابل کنترل می تواند باشد. به دلیل انجام برش های کوچک، احتمال باقی ماندن جای عمل حداقل است. روند بهبودی در هر بیمار متفاوت است. به خصوص، مرحله دوم درمان در بعضی از بزرگسالان می تواند بیشتر طول بکشد. روند بهبودی در کودکان به نسبت کوتاه تر است. در طی این فرایند می توان از حمایت فیزیوتراپی استفاده کرد. نگه داشتن مفاصل بصورت انعطاف پذیر و افزایش قدرت ماهیچه ها به روند بهبودی بیمار کمک می کند.

لطفاً برای اطلاعات بیشتر با ما تماس بگیرید.

آیا در جراحی افزایش قد از قسمت دیگری از بدن استخوان برداشته می شود و قد تا چه حد می تواند بلندتر شود؟

در عمل افزایش قد از قسمت دیگری از بدن استخوان برداشته نمی شود. از توانایی بدن در تشکیل استخوان های جدید استفاده می شود. قد را می توان ۸ تا ۱۵ سانتی متر افزایش داد. اگر برای کمتر از ۸ سانتی متر افزایش قد برنامه ریزی انجام شود، یکی از استخوان های ران یا ساق برای جراحی کافی است. اگر کشیدگی برای بیش از ۸ سانتی متر باشد، در هر دو استخوان باید جراحی انجام شود. روند افزایش قد مرحله به مرحله انجام می شود. بنابراین، این فرآیند را می توان با کمک فیزیوتراپی آسانتر کرد. در عین حال، به دلیل اینکه عضلات، رباط ها، عصب ها، عروق و سایر بافت های نرم به استخوان ها چسبیده شده به طور خودکار با کشیدگی سازگار می شوند.

عمل افزایش قد در چند سالگی باید صورت گیرد؟

جراحی های افزایش قد از سن ۳-۴ سالگی به بعد قابل انجام است. برای کودکان، تعداد جراحی با توجه به کوتاهی قد محاسبه شده و مشخص می شود. اگر کوتاهی قد خیلی زیاد باشد، درمان در دو مرحله برنامه ریزی می شود.

۱۵%

همراهان گرامی ترکیه پرتال جهت استفاده از تخفیف ویژه ۱۵ درصدی و دریافت کد تخفیف، لطفاً با شماره +۹۰۵۳۰۹۱۵۹۱۵۳ تماس حاصل فرمایید.

Website:

www.pigeonvest.com

Whatsapp/Viber/Telegram:

+905523456502

اختلال نعوظ، درمان با سلول های بنیادی و امواج صوتی

متخصص ارولوژی، دکتر دنیز دهنی

(Dr. Deniz Dehni)



دکتر دنیز دهنی در سال ۱۹۷۸ در الازی ترکیه متولد شد. دکتر دهنی در سال ۲۰۰۴ از دانشکده پزشکی دانشگاه آنکارا فارغ التحصیل شد. وی در سال ۲۰۱۰ دکترای ارولوژی خود را در بیمارستان آموزش و تحقیقات آتاتورک آنکارا به پایان رساند. دهنی به ترتیب در بیمارستان آموزش و تحقیقات آتاتورک آنکارا در گروه علوم ارولوژی (۲۰۰۵-۲۰۱۰)، بیمارستان دولتی Ergani (۲۰۱۰-۲۰۱۲)، بیمارستان موفقیت (۲۰۱۲-۲۰۱۶)، بیمارستان اروپا (۲۰۱۷-۲۰۱۸) و بیمارستان Ota Jinemed (۲۰۱۸-۲۰۱۹) مشغول به کار بوده است.

هورمونی در این راستا مورد بررسی قرار می گیرند. ناگفته نماند که سابقه جنسی نیز باید مورد در نظر گرفته شود. این سؤالات ممکن است بسیار خصوصی باشد، اما برای تشخیص صحیح و درمان ضروری است.

• آیا درمان با سلول های بنیادی در مشکل اختلال نعوظ مؤثر است؟

سلول های بنیادی باعث تقویت بافت های در معرض مشکل می شود. این روشی است که عضو می تواند دوباره به عملکرد خود بازگردد.

• درمان اختلال نعوظ با امواج صوت (شاک ویو تراپی)

این روش که درمان با موج صوتی با شدت کم نامیده می شود، از سال ۲۰۱۰ بارها در معالجه ناتوانی جنسی مورد استفاده قرار گرفته است. با استفاده از این روش عروق جدیدی توسط امواج صوتی تشکیل می شود. بخصوص برای افرادی که شدت این بیماری در آن ها کم و متوسط است و جهت حل مشکل خود داروهای خوراکی مصرف می کنند و بیمارانی که درجه نعوظی بین ۶۰٪-۸۰٪ دارند با موفقیت اعمال می شود.

این روش همچنین در ترکیب با سایر روش های درمانی برای بیمارانی که اختلال نعوظ شدید دارند نیز مفید بوده است. درمان در شش جلسه با دو بار در هفته شروع می شود. با توجه به کنترل انجام شده در پایان یک ماه می توان تعداد جلسات را به ۱۲، ۱۸ یا ۲۴ افزایش داد. بیمار در طول درمان هیچگونه دردی نخواهد داشت. این روش عوارض جانبی شناخته شده ای ندارد و با اطمینان خاطر برای تمامی بیماران قابل استفاده است.

لطفاً برای اطلاعات بیشتر با ما تماس بگیرید.

• اختلال نعوظ و دلایل بروز آن

اختلال نعوظ و دلایل بروز آن
نعوظ فرآیندی است که به دلیل عوامل جسمی، هورمونی و روانی اتفاق می افتد. نعوظ، را سفت شدن آلت تناسلی مردانه می دانند. اگر این سفتی به اندازه توانایی برقراری رابطه جنسی نباشد، به اصطلاح پزشکی اختلال نعوظ نامیده می شود. این رویداد یک اختلال عملکردی است. تمام این فرآیند توسط هورمون مردانه تستوسترون کنترل می شود.

این حالت به دلیل برخی مشکلات روانی معمولاً در سنین جوانی اتفاق می افتد. اما در مردان میانسال، اغلب یک اختلال ارگانیکی سبب بروز آن است. بیماری های قلبی عروقی می تواند منجر به اختلال نعوظ شود. از دیگر دلایل آن می توان به موارد زیر اشاره کرد: بیماری قند (دیابت)، آسیب عصبی در ناحیه آلت تناسلی یا لگن، عمل جراحی در ناحیه لگن (جراحی پروستات و مثانه)، پرتودرمانی در ناحیه لگن، سطح تستوسترون پایین در چاقی مفرط، سیگار کشیدن، کلسترول بالا، فشار خون بالا و کم تحرکی از جمله عواملی هستند که می توانند منجر به اختلال نعوظ و بیماری قلبی عروقی شوند. بنابراین، این بیماری ممکن است علامت اولیه ای از یک بیماری پنهان قلبی باشد و مردان با اختلال نعوظ باید از نظر سلامت قلب ارزیابی شوند. اختلال نعوظ همچنین ممکن است با بزرگ شدن خوش خیم پروستات همراه باشد. مشکل نعوظ در افراد دارای شکایاتی مانند تکرر ادرار در روز و یا در شب و احساس فشار هنگام ادرار کردن شایع تر است.

• مناسب ترین نوع درمان برای اختلال نعوظ چه می تواند باشد؟

برای انتخاب مناسب ترین روش درمان، لازم است علت اختلال نعوظ به طور صحیحی تشخیص داده شود. عادات دارویی، سیگار کشیدن یا مصرف الکل، جراحی های انجام شده قلبی، بیماری های قلبی و عروقی و اختلالات



همراهان گرامی ترکیه پرتال جهت استفاده از تخفیف
ویژه ۱۵ درصدی و دریافت کد تخفیف، لطفاً با شماره
+۹۰۵۳۰۹۱۵۹۱۵۳ تماس حاصل فرمایید.

Website:

www.pigeonvest.com

Whatsapp/Viber/Telegram:

+905523456502

نحوه خرید خودرو توسط اتباع خارجی در ترکیه

وقتی برای اقامت ترکیه اقدام می کنید و در یکی از شهرهای این کشور زیبا ساکن می شوید، نیاز به تهیه لوازم زندگی دارید. کم کم از حالت مسافر به مقیم تغییر وضعیت می دهید و لوازم مناسب برای آسایش و رفاه خانواده و خودتان را فراهم می کنید. یکی از این ملزومات زندگی خودرو است. گرچه در شهرهای بزرگ ترکیه شبکه حمل و نقل عمومی بسیار گسترده و در دسترس عموم مردم است، اما گاه ممکن است به خصوص برای گردش و تردد به اماکن تفریحی و خارج از شهر، داشتن وسیله شخصی مفید باشد. در ترکیه تنوع برندها در خصوص وسیله نقلیه زیاد و قیمتها بسیار متفاوت است اما روال خرید خودرو بسیار ساده است.

نکته اصلی که در هنگام خرید خودرو باید مد نظر داشته باشید این است که در ترکیه، ماشین های پلاک خارجی نیز وجود دارند که به دلیل معافیت از مالیات قیمت پایین تری دارند. اما این خودروها در بازار خرید و فروش، مشتری زیادی نداشته و به دلیل داشتن پلاک خارجی، فروش آنها به سختی میسر است. بنابراین دقت لازم در خرید خودروهای پلاک آبی را مبذول دارید.

خرید خودرو صفر کیلومتر:

چنانچه مایل باشید خودرو صفرکیلومتر بخرید، می توانید ابتدا از سایت کمپانی تولید کننده، نوع و مدل ماشین را انتخاب کرده و حتی نظرات دیگر خریداران را نیز بررسی کنید. در صورت پسندیدن خودرو می توانید با مراجعه به نزدیکترین نمایندگی کمپانی آن ضمن اطلاع از شرایط و نحوه خرید، شماره حساب شرکت فروشنده را دریافت کرده و مبلغ را به حساب موردنظر واریز و با در دست داشتن رسید پرداختی واصل کارت اقامت (کیملیک) یا پاسپورت دوباره به نمایندگی فروش خودرو مراجعه کنید. لازم به ذکر است که صفر تا صد روال به نام کردن، بیمه و خدمات جانبی از طرف شرکت فروشنده انجام شده و خریدار فقط پرداخت هزینه ها را به عهده دارد. در نهایت هم خودرو، پلاک شده تحویل شما داده می شود. پیشنهاد می کنیم جهت بیمه کردن ماشین بلافاصله اقدام کنید.

* شما می توانید با پاسپورت نیز خودرویی را خریداری کنید اما باید ویزای شما بیش از ۲ ماه اعتبار داشته باشد.

خرید خودروی کارکرده:

چنانچه بخواهید خودرو کارکرده و یا دست دوم تهیه کنید، بهتر است از نمایشگاه ها خرید کنید نه اشخاص. نمایندگی های کمپانی های معروف، قسمتی برای فروش خودروهای دست دوم

خود دارند که از همه نظر کارشناسی و بررسی شده و معایب احتمالی ماشین به اطلاع شما می رسد و چنانچه نقص فنی وجود داشته باشد، کمپانی نسبت به رفع آن اقدام کرده است. بعد از انتخاب ماشین و پرداخت مبلغ از سوی شما، کمپانی کارهای لازم را برای خرید و ثبت و دریافت پلاک انجام می دهد.

اگر مایل باشید ماشین را از نمایشگاه یا شخص بخرید، علاوه بر اینکه این حق برای شما لحاظ است که همراه با یک کارشناس از ماشین بازدید داشته باشید، می توانید گارانتی تضمین ۳ ماهه خودرو را نیز بخواهید (در این صورت قرارداد فروش شامل بندی خواهد شد مبنی بر اینکه چنانچه تا ۳ ماه در موارد فنی مثل میزان کارکرد اتومبیل، خلاف گفته های فروشنده ثابت شود، اتومبیل قابل عودت و حتی هزینه کارشناس نیز به عهده فروشنده است.)

بعد از توافق با فروشنده، با پاسپورت و کارت اقامت به همراه فروشنده و یا نماینده قانونی ایشان، به دفاتر اسناد رسمی (Noter) مراجعه می کنید. قرارداد فروش توسط دفترخانه تنظیم شده و پس از تسویه کامل مبلغ، قرارداد به امضاء فروشنده و خریدار می رسد. همزمان، بعد از پرداخت هزینه دفترخانه، کارت جدید خودرو که به نام شما صادر شده است را تحویل می گیرید. به یاد داشته باشید که هزینه دفترخانه معمولاً به عهده خریدار است ولی در صورت توافق می توانید این مبلغ را به عهده فروشنده بگذارید.

تبریک می گوئیم اتومبیل از این به بعد به شما تعلق دارد.



اسکی در ترکیه

ترکیه کشوری است که در هر چهار فصل سال برای توریست ها در زمینه های مختلف جذابیت دارد. این کشور علاوه بر شهرهای مشهور مدرن و تاریخی، سواحل زیبا و مناطق گردشگری متنوع، دارای طبیعتی چهار فصل است که گردشگران مخصوص به خود را دارد. بسیاری از این علاقه مندان کسانی هستند که شیفته طبیعت زمستانی ترکیه و یا علاقه مندان حرفه ای ورزش های زمستانی به خصوص اسکی هستند. رشته کوه آناتولی که از شرق به غرب ترکیه کشیده شده، مانند کوه های آلپ در اروپا، امکان توسعه و ایجاد پیست های استاندارد اسکی را داشته و از این ویژگی خود به نحو مطلوبی استفاده کرده است.

در فصل زمستان مناطق مختلفی از ترکیه پذیرای گردشگران و ورزشکاران داخلی و خارجی هستند چرا که علاوه بر پیست های اسکی مناسب و اقامتگاه های زمستانی دلخواه، به دلیل ارائه خدمات رفاهی ارزانه تر نسبت به اروپا، مسافران زیادی مایلند بخشی از فصل سرد سال را در این کشور سپری کنند. در این شماره به معرفی مشهورترین پیست های اسکی و اقامتگاه های زمستانی ترکیه پرداخته ایم. لازم به ذکر است که تمامی این پیست ها مجهز به خانه اسکی و امکانات اجاره وسایل و استفاده از مربی هستند. همچنین اکثر آنها مجهز به امکانات اسکی در شب نیز هستند.

ULUDAĞ



پیست اسکی اولوداغ (بورسا)

این پیست قدیمی ترین پیست اسکی در ترکیه می باشد که در فاصله ۳۶ کیلومتری از شهر بورسا در دهکده توریستی آلپین واقع شده است. بهترین فصل برای اسکی در این منطقه از ابتدای ماه دسامبر تا پایان ماه آپریل و طول کل مسیرهای اسکی در این پیست ۲۰ کیلومتر، و طولانی ترین مسیر آن ۲۰۰۰ متر است. با شروع فصل سرما، هتل های بسیاری در این منطقه آماده خدمات رسانی به مسافران هستند و اکثر آنها از ابتدای فصل بارش رزرو می شوند. این پیست شرایط جغرافیایی بسیار مناسبی برای انواع اسکی ها دارد و علاوه بر اسکی امکاناتی نظیر استو بورد، بیگ فوت، پاتیناژ، موتورسواری روی برف نیز در آن وجود دارد. به پارک ملی اولوداغ هم از طریق جاده زمینی و هم از طریق تله کابین می توان رفت و آمد نمود. Le Chalet Yazici و Karinna Hotel از جمله هتل های برتر این منطقه هستند. چنانچه مایل به استفاده از پیست نبوده و فقط جهت لذت از مناظر طبیعی راهی این منطقه باشید، کلبه های جنگلی نیاز شما را برآورده خواهند کرد. Karinna Orman Köşkləri و Uludağ Orman Köşkləri از جمله اقامتگاه های مورد استقبال طبیعت دوستان هستند.



PALANDOKEN

پیست اسکی پالان دوکن (ارزروم)

این پیست که در منطقه ارزروم ترکیه واقع شده است، از نظر بسیاری از اسکی بازان بهترین پیست اسکی در ترکیه می باشد. این منطقه هتل های خوب با امکانات مناسب رفاهی دارد که اسکی بازان را راغب می کند در این هتل ها اقامت داشته باشند. پیست اسکی پالان دوکن ترکیه ۵ ماه در سال قابل استفاده می باشد که معمولاً از اواخر نوامبر این زمان شروع می شود. این پیست دارای مسیرهای متنوعی است و ملقب به طولانی ترین پیست ترکیه نیز هست. ارتفاع آن بین ۲ تا ۳ هزار متر از سطح دریا می باشد. Sway Hotels و Hotel Polat Erzurum از بهترین هتل های این منطقه هستند.

Kartepé



پیست اسکی کارتپه (استانبول)

این پیست نزدیک محبوب ترین شهر توریستی ترکیه یعنی استانبول واقع شده است. در سفر به استانبول آن هم در فصل زمستان، این پیست می تواند یکی از فاکتورهای تنوع در گشت و گذار در این شهر باشد. این پیست معروف به پیست آموزشی یا دانشجویی، بیشتر مناسب افراد تازه کار در فراگیری اسکی بوده و به نوعی پاتوق دانشجویان از دانشگاه های مختلف در زمستان به حساب می آید. این پیست در منطقه کوجاللی (Kocaeli) در شرق استانبول قرار گرفته و برای کسانی که مایل نیستند به ورزش اسکی بپردازند هم منطقه مطلوبی به حساب می آید. The Green Park و Hotel NG Sapanca نیز بهترین هتل های منطقه هستند. در عین حال کمی دورتر از پیست اسکی کلبه هایی برای استراحت و لذت از طبیعت زمستانی پذیرای شما خواهند بود. Sapanca Taş Ev و Guzel Evler Family Resort از جمله مکان های محبوب گردشگران هستند.



Saklikent

پیست اسکی ساکلی کنت (آنتالیا)

این پیست در نزدیکی شهر محبوب و توریستی آنتالیا قرار گرفته و لذا برای علاقه مندان به آنتالیا زمستان هم جذاب است. گاهی حتی می توان بعد از اسکی در این پیست با دوساعت رانندگی در ریای مدیترانه شنا کرد. به علت آب و هوای گرم آنتالیا زمان استفاده از این پیست نسبت به سایر پیست ها کمتر بوده و تقریباً یک و نیم الی دو ماه از آن می توان استفاده کرد. با این وجود این پیست به علت معماری و طراحی جذاب خود، طرفداران خاص خود را دارد. به دلیل نزدیکی به شهر آنتالیا هتل مناسب و توریستی در نزدیکی این پیست نبوده و ممکن است خانه های زمستانی نزدیک آن بیابید.

Kartalkaya



پیست اسکی کارتال کایا (بلو)

اگر از علاقمندان دریا هستید و اسکی نیز ورزش محبوب شماست حتما پیست اسکی کارتال کایا دریای سیاه ترکیه را انتخاب کنید. این پیست در نزدیکی شهر بلو و با قرار گرفتن در کنار دریای سیاه ترکیه یکی از جذاب ترین پیست ها برای اقامت زمستانی می باشد. فاصله این پیست تا بلو ۴۵ دقیقه است و در مجموع ۱۲ پیست به طول ۲۰ کیلومتر دارد. Hotel Kartal و Grand Kartal Hôtel هتل هایی هستند که خدمات رسانی خوب و ممتاز دارند. همچنین به دلیل زیبایی های منحصر به فرد طبیعت منطقه، اقامتگاه های جنگلی دلپذیری آماده خدمات رسانی به مسافران هستند. Hotel Villa Neva و Gazelle Resort & Spa از بهترین های منطقه هستند.



Elmadag

پیست اسکی الماداغ (آنکارا)

مرکز اسکی الما داغ در محدوده استان آنکارا و در دامنه شمای الما داغ قرار دارد. یکی از امتیازات آن نیز نزدیکی آن به مرکز شهر است. این پیست در ۱۸ کیلومتری آنکارا قرار دارد. از مرکز شهر می توان به وسیله وسائط نقلیه دانشگاه و یا خصوصی به مرکز اسکی رفت و آمد نمود. این پیست به خصوص پاتوق زمستانی اکثر دانشجویان مقیم آنکارا است. اسکی در این پیست بسیار راحت و از نوع آسان انجام می شود چراکه شیب تند ندارد. هتل های این منطقه خیلی شیک و ممتاز نیستند چرا که بسیار به آنکارا نزدیک است و لزوم چنین هتل هایی در این پیست احساس نمی شود. همچنین پیست های دیگری مانند ارجیس در کایسری، ساریکامیش در کارس، ایلگاز در کاستامونو و بوزداغ در ازمیر هم پیست های مشهور ترکیه و مقصد ورزشکاران بسیاری هستند.

افسردگی پس از مهاجرت



مهاجرت، یکی از سخت ترین تصمیمات زندگیست که قطعاً برای انجامش به شجاعت و اراده خاصی نیاز است. درواقع یکی از پرریسک ترین انتخاب های آدمیزاد در طول دوران زندگیش قلمداد می شود که آینده اش را به این تصمیم گره می زند. اینکه آدمی از خانه و کاشانه و موطن خود جدا شود، هزاران خاطره را پشت سر گذارد و یک چمدان بردارد و تن به راه بسپارد، هزار و یک دلیل منطقی و بی منطق می خواهد. شروع کردن از صفر و یا حتی گاهی زیر صفر، در جایی که زادگاه آدم نیست، سخت و گاه طاقت فرسا است اما ناشدنی نیست.

ضربه، دلتنگی است. بعد غربی و سپس پشیمانی و بعد
اول دلتنگ خانواده می شویم؛ بعد دوستان و خانه مان؛ بعد شهرمان و بعدتر حتی دلتنگ بوها و مدهای آشنا.
هر محنه برایمان یادآور کسی یا چیزیست که پشت سر جا گذاشته ایم و آمدیم، هر صدایی، هر عطری
یادمان می افتد که ما «غربییم» و اینجا دور از بقیه با کلی مشکلات در جنگ و ستیزیم. اجازه کار و اشتغال و درآمد، بلاتکلیفی برای اقامت، مدرسه بچه ها، ندانستن زبان، تفاوت فرهنگ، و هزاران مشکل بزرگ و کوچکی که هر خانواده مختص خودش تجربه می کند، کلافه مان می کند و روزی ده بار فکر بازگشت به مغزمان خطور می کند.
یادمان می افتد که ما شهروند درجه اول نیستیم. و حیف از مملکت خودمان و
.....

شروع ماجرا از جاییست که تصمیم به مهاجرت، تبدیل به عمل می شود.
قبل از مهاجرت وقت زیادی صرف جمع آوری اطلاعات و دوندگی های قبل از حرکت می شود، با این وجود، هفته های اول مقیم شدن پُر است از هیجان و حیرانی. کشور جدید، شهر جدید، منزل نو، فرهنگ نا آشنا و جذابیت های دیداری و شنیداری، ماه های ابتدایی اقامت را پرسرعت و مهیج می کنند. سوال و جواب های مبهم و اکثراً نادرست، کارشکنی های آشنا و غریبه، روال کارهای اداری، پرس و جوی مدرسه و ترتیبات ثبت نام، خریدهای بیجا و به جا و ده ها کاری که گیج و خسته مان می کنند، مثالی از تجربه های ابتدایی مهاجرت هستند که در بسیاری از مواقع چون داغ از هیجان هستیم، بوی سوختن را حس نمی کنیم.
اما بعد از گذشت مدتی، ضربه ها شروع می شوند و اولین

بها نه ها و غر زدن ها شروع می شود:
 «چرا این ها یه جوری هستن؟»
 «چرا این ها اصلا انگلیسی بلد نیستن؟»
 «چرا زبان ترکی اینقدر سخته؟»
 «چرا مخارج اینقدر سنگینه؟»

پررنگ کردن کاستی ها و ضعف ها و مقایسه با کشورهای دیگر، دردی را از ما دوا نمی کند.

– وابستگی های مالی و دارایی های به جا مانده در ایران را به حداقل برسانیم. آدمی که هیچ چیزی جا نگذاشته، به عقب هم نگاه نمی کند.

– به یاد داشته باشیم که کسی برای ما نامه فدایت شوم نفرستاده و ما با میل و انتخاب خود اینجا هستیم پس کسی که باید منعطف تر باشد، «ما هستیم».

– در پی یادگرفتن زبان، هنر، حرفه و یا کاری جدید باشیم که برای ورود به اجتماع میزبان و درآمد زایی امتیاز ویژه ای باشد. – تمام احساسات خود را در دفتری بنویسیم و گاهی برگ های عقب تر دفتر را بازخوانی کنیم.

– تفاوت ما با درخت، توانایی تحرک ماست و قدرت عوض کردن زمینمان. چنانچه زندگی در هرجا برایمان غیرقابل تحمل باشد، گزینه های دیگری نیز وجود دارند.

– برای آرامش ذهنی خود، راهکاری پیدا کنیم. قدم زدن در طبیعت، نقاشی، موسیقی، عبادت، مطالعه، رقص، ورزش، گپ با دوستان و هرچیزی که باعث شود کمی سبک تر شویم کمک می کند به آرامش برسیم.

– مهمترین نکته اینکه: چنانچه خانوادگی مهاجرت کرده ایم، زمان بسیار خوبیست برای ابراز احساسات و عواطف به همسر و فرزندان. قدر خانواده را بیشتر بدانیم و حالا که روزگار فرصت مغتنمی نصیبمان کرده که کنار هم جمع باشیم، از دورهم بودن لذت ببریم.

به شما پیشنهاد می کنم وقتتان را صرف یادگیری کنید. هرچیزی که به شما کمک کند که زمان فکر کردن و غصه خوردن کمتر داشته باشید. از یادگیری نقشه شهر و ایستگاه های مترو شروع کنید.

هرشب قبل از خواب یا هرروز صبح بعد از بیدار شدن، موهبات زندگی خود را بشمارید – حتی در حد اینکه قادر هستید از تخت بلند شوید و یا توانایی دوش گرفتن دارید – و برای آنها شکر گزار باشید. از زیبایی های شهر محل اقامتتان لذت ببرید و خود را به دست روال زندگی بسپارید. دید خود را گسترش دهید و قسمت روشن قضایا را بهتر ببینید. توکل کنید و بدانید که آسایش کف خیابان های هیچ شهری نریخته است. این شما هستید که باید آنها را به دست بیاورید.

و در نهایت اینکه

مهاجرت در ذات خود امتیازات زیادی دارد که هرچه زمان بیشتری بگذرد بیشتر متوجه آنها خواهید شد، پس به خودتان فرصت بدهید. برای به دست آوردن هرچیزی، باید بهایی پرداخت. دستاورد، هرچه عظیم تر باشد، کائنات مبلغ گزاف تری از شما مطالبه خواهند کرد. روزهای خوش قطعاً در پی تصمیمات درست و صبر خواهند آمد.

و هزاران چرا ی دیگر، آمیخته به بغض غریبی که برای هیچکدام جوابی جز قطرات اشک از سر دلتنگی نداریم. روزها بی هدف و شب ها بی خواب و پر اضطراب سپری می شوند تا ما یک گام دیگر به افسردگی بعد از مهاجرت نزدیکتر شویم. مشکلی که گریبان بسیاری از ما را گرفته اما خودمان از آن بی اطلاعیم و دائم اشک می ریزیم و با هر تلنگری بغضمان منفجر می شود. هرشب منتظر طلوع آفتاب می مانیم اما روز که شروع می شود، به دنبال شب کردن آن هستیم.

اما، این دوران، یک مرحله طبیعی از نقل مکان کردن به یک فرهنگ دیگر است که بیشتر مهاجرین آنرا تجربه کرده اند. آنهایی که انتخاب کردند بمانند، پیروز این میدان خواهند بود و این مدت هم مانند همه دوران های سخت، بالاخره سپری خواهد شد و به سر خواهد رسید، اما عکس العمل ما تعیین کننده چگونه سپری شدن این روزگار سخت خواهد بود. لازم است به یاد داشته باشیم، در طی این مسیر اولین و سخت ترین ضربه را بچه ها و به دلیل حساس تر بودن تجربه می کنند – و به همان اندازه هم زودتر از بزرگسالان، محیط جدید را می پذیرند – و هرچقدر که ما هوشیارتر باشیم و آگاهتر، این شوک برای آنها قابل تحمل تر خواهد بود. آنها به درستی از چشمان ما اضطراب و نگرانی را دریافت می کنند و با ذهنی دور از منطق به تفسیر آن می پردازند و ما ناگهان شاهد عکس العمل های عجیب و متفاوتی از جانب آنها خواهیم بود.

پس،

برای بهتر سپری کردن این دوران سخت که معمولاً سال اول مهاجرت را در بر می گیرد، پیشنهادهایی وجود دارد تا بتوانیم هم به خودمان و هم به اطرافیانمان کمک کنیم و این مدت را از آنچه که هست سخت تر نکنیم.

– قبل از اقدام به مهاجرت، اطلاعات درست و منسجمی از علائم افسردگی بعد از مهاجرت داشته باشیم تا اگر نشانه ها به سراغ ما آمدند، لااقل بتوانیم زود تشخیص بدهیم و از یک مشاور کمک بگیریم.

– بپذیریم که باید از این مرحله گذر کنیم و خود را به دست سیلاب اشک و بغض نسپاریم.

– اطرافیان خود را از بین کسانی انتخاب کنیم که این مرحله را گذرانده اند و ضمن درک احساسات ما، توانایی همراهی و همدلی داشته باشند.

– احساسات را در درون خود حبس نکنیم و در مورد آنها با آدم های امن حرف بزنیم.

– دلایل مهاجرتمان را پیوسته با خود تکرار کنیم و یادآوری کنیم که هدف از این کار چه بوده و چرا به آن تصمیم برای مهاجرت رسیدیم.

– در مورد فرهنگ و سنت های کشور میزبان بیشتر مطالعه کنیم و از رسوم و آداب معاشرت آنها بیشتر باخبر باشیم و در صورت تمایل همگام با آنها باشیم.

– حالا که اینجا هستیم، دنبال امتیازات و زیبایی ها بگردیم.

فرهت ها و تهدید هادر حوزه ارز دیجیتال و بیت کوین (قسمت اول)

که هیچ فردی مالک هوا نیست بیت کوین هم مالکی ندارد. این کاربران در سراسر جهان هستند که به شبکه متصل می‌شوند و آن را با هم کنترل می‌کنند. در آن زمان هیچ کس این ارز و این تکنولوژی را جدی نگرفت و هر واحد بیت کوین ۱ دلار بود. با گذر زمان و اهمیت بلاک چین و عرضه و تقاضای بیت کوین، شاهد رشد قیمت آن بودیم تا جایی که در سال ۲۰۱۷ قیمت هر واحد از بیت کوین نزدیک ۲۰ هزار دلار رسید. یعنی اگر در سال ۲۰۰۹ با مبلغ ۵۰۰ دلار ۵۰۰ واحد بیت کوین خرید کرده بودیم در سال ۲۰۱۷ می‌توانستیم ۵۰۰ بیت کوین را با قیمت ۲۰ هزار دلار به راحتی بفروشیم یعنی ۵۰۰ واحد بیت کوین ضربدر ۲۰ هزار دلار مساوی است با ۱۰ میلیون دلار!

پس از سال ۲۰۱۷ قیمت بیت کوین نزولی شد تا جایی که در انتهای سال ۲۰۱۸ قیمت هر بیت کوین به ۳۵۰۰ دلار رسید. برخی افراد بر این اعتقاد بودند که بیت کوین به آخر عمر خود رسیده است. برخی دیگر شروع به سرمایه‌گذاری با قیمت ۳۵۰۰ دلاری کردند و همین لحظه که در حال نوشتن این مطلب هستم قیمت هر بیت کوین به ۷۵۰۰ دلار رسیده است. شاید سوال کنید اگر قیمت هر بیت کوین ۷۵۰۰ دلار است آیا من می‌توانم ۵۰۰ دلار بیت کوین داشته باشم؟

هر بیت کوین دارای واحد های کوچکی به نام ساتوشی است یعنی هر ۱۰۰ میلیون ساتوشی برابر است با یک بیت کوین، بنابراین اگر قیمت بیت کوین ۷۵۰۰ دلار باشد و شما قصد خرید ۵۰۰ دلار بیت کوین دارید پس شما می‌توانید مقدار ۰.۰۶۶ بیت کوین داشته باشید. بعد از تولید و خلق بیت کوین ارز رمزنگاری اتریوم و ریبیل وارد بلاک چین شد و در ادامه تا این لحظه بیش از ۳۰۰۰ ارز رمزنگاری وجود دارد. ولی فراموش نکنید که بسیاری از این ارزها نامعتبر بوده و اصلا برای سرمایه گذاری مناسب نیستند.

اگر تمایل دارید که لیست تمامی ارزهای رمزنگاری به همراه تعداد حجم بازار را مشاهده کنید به سایت www.coinmarketcap.com مراجعه کنید و فراموش نکنید که همه ارزهای رمزنگاری شده در دنیای بلاک چین معتبر نیستند و بسیاری از آنها با تفکر و چشم انداز جمع آوری پول های مردم راه اندازی و خلق شده اند. در حال حاضر یکی از معتبر ترین آنها بیت کوین است که تعداد کل بیت کوین ها در دنیا تنها ۲۱ میلیون واحد بوده و تا این لحظه حدود ۱۸ میلیون از آن استخراج شده و دارای صاحب هستند.

محمد هلاکوئی

کارشناس و تحلیلگر ارز رمزنگاری

این روز ها کلمه ارز دیجیتال و بیت کوین بسیار به گوش می‌رسد و شاید سوالات زیادی در این خصوص در ذهن شما باشد. در این مطلب کوتاه سعی ما بر این است که به نکات کلیدی و مهمی در این خصوص اشاره کنیم.

کلمه کریپتوکارنسی Cryptocurrency از دو لغت Crypto به معنای رمزنگاری و Currency به معنای ارز تشکیل شده است. بنابراین بهتر است بجای کلمه ارز دیجیتال از کلمه ارز رمزنگاری شده استفاده شود چرا که ارز هایی همچون بیت کوین، ارزهای رمز نگاری شده در دنیای بلاک چین می‌باشند. کلمه بلاک چین هم برای شما نا آشنا است؟ پس در ادامه با ما همراه باشید تا در خصوص این موضوع نیز بیشتر بخوانید.

بیت کوین یکی از معروف ترین ارزهای رمزنگاری شده است که در این روزها در دنیا غوغایی به پا کرده است.

چرا در این چند سال بیت کوین طرفداران زیادی را در این حوزه کسب کرده و روز به روز تعداد حامیان و استفاده کنندگان بیت کوین اضافه می‌شود؟

بیت کوین می‌تواند بدون وجود واسطه هایی همچون بانک، تراکنش های مالی را انجام دهد. اجازه دهید برای روشن تر شدن این قضیه مثالی بزنم. فرض کنید شخصی با نام A قرار است مبلغ مشخصی را به آقای B از حساب بانکی انتقال دهد. این کار توسط موبایل بانک و یا دستگاه خودپرداز و یا اینترنت بانک و یا حضوری در شعبه های بانک انجام می‌شود. در این انتقال واسطه ای با نام بانک وجود دارد که تمامی داده ها و اطلاعات را در سرور اصلی بانک نگهداری کرده و به عنوان یک واسطه عمل می‌کند. در دنیای بلاک چین شخصی که قرار است مبلغ خاصی را از طریق بیت کوین از شخص A به شخص B انتقال دهد می‌تواند بدون هیچ واسطه ای و به صورت همتا به همتا این کار را انجام دهد و در این انتقال هیچگونه واسطه ای وجود ندارد. ضمن اینکه این انتقال در سطح بین المللی نیز قابل انجام است.

بلاک چین چیست؟

در کلمه Blockchain لغت Block به معنای بلوک و Chain به معنای زنجیره می‌باشد. در واقع بلاک چین بستری برای نگه داری اطلاعات بصورت زنجیره ای بوده که یکی از مهمترین ویژگی های آن شفاف بودن اطلاعات و امنیت بالای آن می‌باشد.

در سال ۲۰۰۹ شخص یا آقا و یا خانم و یا تیمی با عنوان ساتوشی ناکاماتو ارز رمزنگاری شده بیت کوین را در بستر بلاک چین معرفی کرد. تا این لحظه هیچ کس نمی‌داند که ساتوشی ناکاماتو کیست و اینکه چه کسی مالک بیت کوین است. باید به شما بگویم همانطور



از هردی خبری

ایرانیان رده دوم خرید مسکن در ترکیه را به خود اختصاص دادند

در ماه اکتبر بیشترین میزان خرید مسکن را به ترتیب شهروندان عراقی، ایرانی، روس و آلمانی انجام داده اند. شهروندان عراقی در این مدت ۵۹۷ واحد، ایرانی‌ها ۵۳۶ واحد، روس‌ها ۲۹۲ واحد، آلمانی‌ها ۲۲۵ واحد و کویتی‌ها ۱۸۲ واحد مسکونی در ترکیه خریداری کرده اند. همچنین شهروندان عراقی در ۱۰ ماه نخست امسال ۶ هزار و ۱۲۴ واحد، ایرانی‌ها ۴ هزار و ۱۶۰ واحد، روس‌ها ۲ هزار ۲۳۱ واحد، شهروندان عربستان سعودی ۱۸۴۰ و افغان‌ها ۱۶۱۳ واحد مسکونی در ترکیه خریداری کرده اند.

اداره مهاجرت ترکیه از اپلیکیشن خود رونمایی کرد

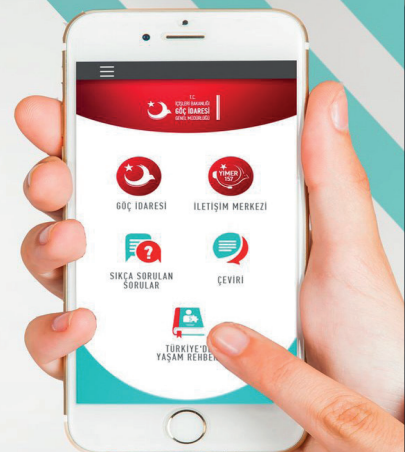
این اپلیکیشن برای کمک و اطلاع رسانی به پناجویان و مهاجرین ترکیه و توسط اداره مهاجرت ترکیه طراحی شده و در اختیار عموم قرار گرفته است. از مهمترین امکانات این اپلیکیشن می توان به موارد زیر اشاره کرد:

- چند زبانه بودن
- پرسش و پاسخ متداول
- امکان ارسال و درخواست و پیگیری فرم های مربوطه
- ترجمه از چند زبان به زبان ترکی به صورت متن و کلمه
- اطلاعات و اخبار مربوط به قوانین اقامتی
- و سایر اطلاعات مربوط به اقامت و پناهندگی در کشور ترکیه

6
Dilde

**Hiç Bir
Yabancı
Türkiye'de
Yabancı
Kalmayacak!**

Göç İdaresi Mobil Uygulaması



آخرین تغییرات قانون تمدید اقامت در ترکیه

بر اساس مصوبه جدید در مورد بند «e» ماده یک قانون «۳۱/۶۴۵۸» اتباع خارجی و حفاظت بین‌المللی» در باره اخذ و تمدید اقامت موقت توریستی در ترکیه، اتباع خارجی به جز شهروندان کشورهای عضو سازمان همکاری توسعه و اقتصادی (اتریش، بلژیک، کانادا، دانمارک، فرانسه، آلمان، یونان، ایسلند، ایرلند، لوکزامبورگ، هلند، نروژ، پرتغال، اسپانیا، سوئد، سوئیس، ترکیه، انگلیس و آمریکا، ایتالیا، ژاپن، نیوزیلند، فنلاند، استرالیا، جمهوری چک، مجارستان، مکزیک، کره جنوبی، لهستان و جمهوری اسلواکی)، اتحادیه اروپا، فدراسیون روسیه و جمهوری خلق چین از یکم ژانویه سال ۲۰۲۰ اقامت موقت گردشگری را به مدت یک سال اخذ خواهند کرد.

مطابق این طرح جدید، متقاضیان تمدید اقامت موقت توریستی تنها می توانند حداقل پس از گذشت یک سال از پایان مهلت اقامت یک ساله توریستی خود دوباره به دریافت این اقامت مراجعه کنند.

به گفته مسئولین اداره مهاجرت ترکیه، مراجعت‌هایی که قبل از تاریخ یکم ژانویه ۲۰۲۰ انجام گرفته است، ولو تاریخ رجوع آن ها بعد از این تاریخ نیز موکول شده باشد، مورد ارزیابی قرار خواهد گرفت.

بر این اساس، اتباع خارجی از جمله شهروندان ایران می توانند پس از پایان مهلت اقامت موقت توریستی، طبق مقررات موجود بین کشور متبوع و ترکیه به کشور ورود و خروج کنند. اتباع خارجی در هر ۱۸۰ روز سال مجموعاً می توانند ۹۰ روز در ترکیه اقامت داشته باشند.



درخت آرزوها

فرودگاه جدید استانبول معماری و طراحی زیبایی دارد و به عنوان یکی از بزرگترین و زیباترین فرودگاه های جهان شناخته می شود. به تازگی در این فرودگاه درختی به نام درخت آرزوها قرار داده شده است. توریست ها و مسافران آرزوهای خود را بر روی کاغذهای رنگی نوشته و به این درخت متصل می کنند. آرزوهای افراد مختلف از نقاط مختلف کره زمین و به زبان ها، فرهنگ ها و عقاید مختلف بر روی این درخت جالب و جذاب قرار گرفته است. هدف از این کار، خلاقیت و نوآوری در کنار نزدیک کردن فرهنگ ها به یکدیگر است و چه مکانی بهتر از فرودگاه برای آشناسازی فرهنگ ها می توان یافت. این کار زیبا می تواند باعث شور و شغف در مسافران شده و خاطره ای زیبایی از استانبول در ذهن آن ها بر جای گذارد.



افزایش مالیات ثروتمندان در ترکیه باهدف تأمین بودجه دولت

مجلس ترکیه به منظور افزایش درآمدهای دولت برای تامین بودجه و تحقق رونق اقتصادی ۵ درصدی سال آینده، قانون جدیدی وضع کرده و در آن، نرخ مالیات ثروتمندان این کشور را افزایش داد. طبق گفته حزب حاکم، این قانون با هدف افزایش مالیات ثروتمندان و کاهش مالیات افراد با درآمد پایین تصویب شده است. در این مصوبه جدید، نرخ مالیات افرادی که بیش از ۵۰۰ هزار لیر (۸۸ هزار دلار) در سال درآمد دارند، از ۳۵ درصد به ۴۰ درصد افزایش یافته است. همچنین طبق این قانون خانه هایی که ارزشی بیش از ۵ میلیون لیر دارند، مشمول مالیات بر خانه های باارزش (valuable residence tax) می شوند. بدین ترتیب، مالکان خانه هایی به ارزش ۵ تا ۷/۵ میلیون لیر ۰/۳ درصد، ۷/۵ تا ۱۰ میلیون لیر ۰/۶ درصد و خانه هایی به ارزش بیش از ۱۰ میلیون لیر، باید یک درصد از ارزش خانه را مالیات پرداخت کنند.



بازگشت ماهسون

ماهسون کیرمیزیگول بعد از ۱۳ سال به صحنه باز می گردد. این خواننده محبوب و جنجالی ترکیه که طرفداران بسیاری دارد، اعلام کرده است که مشغول تهیه آلبوم موسیقی جدید خود است و به زودی با طرفدارانش دیدار خواهد کرد. او در مصاحبه ای عنوان کرد که بعد از آلبوم دینله "Dinle" در سال ۲۰۰۶، به کارهای سینمایی پرداخته و چون نمی تواند دو کار را با هم انجام دهد بنابراین فقط تمرکزش را بر روی سینما گذاشته است. اما دلش برای میکروفون به دست گرفتن تنگ شده و دوباره به استودیوی ضبط صدا برگشته است. هنوز اسم آلبوم جدید ماهسون معلوم نیست و باید دید آیا ماهسون می تواند موفقیت های قبلی خود را تکرار کند.



نقشه مراکز تاریخی شهر استانبول

LEJANT / Legend

Mevcut Hatlar / Lines In Operation

- | | |
|---|--|
| M1A ینی کایی - آتاتورک هانوالیمانی خط مترو | T1 کاباتاش - باغچیلار تراموا |
| M1B ینی کایی - کرانلی خط مترو | T2 تکسیم - تونل تراموا |
| M2 ینی کایی - حاجی عثمان خط مترو | T3 کادیکوی - فدا تراموا |
| M3 کرانلی - المپیات - باشاک شهیر خط مترو | T4 توپ کایی - مسجد سلیم تراموا |
| M4 کادیکوی - تاواشان تپه خط مترو | F1 تکسیم - کاباتاش مترو |
| M5 اوسکودار - چکمه کوی خط مترو | F2 کادیکوی - تکسیم مترو |
| M6 لونت - یغزایچی - اوهریسوسونو خط مترو | F3 سیران تپه - وادی استانبول مترو |
| TF1 ماچکا - تاشکیفنا تله فریک | Marmaray هانکالی - گیزه قطار شهری |
| TF2 ایوب - پیراوتی تله فریک | Ataköy مترو بوس |



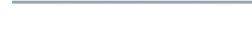
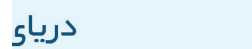
نقشه را می توانید از طریق کد QR دانلود کنید

دریای سیاه

حاجی عثمان

دارا

آتانو



نمادها



فرودگاه

پایانه اتوبوس رانی

قطار سریع السیر

پل ها

تونل مارمارا بغاز

راه های ارتباطی



مسافرین محترم شما می توانید خطوط ریلی را به صورت الکترونیکی استفاده نمایید.



اطلاعات زمان ورود سیستم حمل و نقل عمومی را می توانید از نسخه الکترونیکی یا نمایشگرهای موجود در ایستگاه ها مطلع شوید.



ALO 153



SMS 1530



/metroistanbul_



/metroistanbulas



/metroistanbul_



0552 153 00 34



/metroistanbul



www.metro.istanbul

فرودگاه جدید استانبول



خطوط در دست احداث

- M1B** کرازی باغجیلار - هالکالی اوزات ماسی خط مترو
- M3** باکرکوی ای.د.ا و و کایشهر اوزات مالاری خط مترو
- M4** تاوشان تپه - س.گ.ه و توزلا اوزات مالاری خط مترو
- M5** چکمه کوی - سلطان بیلی اوزات ماسی خط مترو
- M7** کاپاتاش - ماحوت بی - اسنیورت خط مترو

- M8** بیستانیجی - دُلولو خط مترو
- M9** ایکیتللی منایی - آتاکوی خط مترو
- M10** پندیک - س.گ.ه خط مترو
- M11** گایران تپه - استانبول هاوالیمانی (فرودگاه جدید) خط مترو
- M12** گز تپه - اومرانیه خط مترو

- M13** پینی دوغان - هاستانه خط مترو
- F4** هیسارتوسو - آشیان خط مترو
- T5** امین اونو - علی بی کوی تراموا

ایستگاه

ابتدا - انتهای خط

خطوط متقاطع

پل های تنگه بغاز
Fatih Sultan Mehmet Köprüsü

سال ۲۰۲۰ چه در انتظار شماست

زودیاء، قوچ

سال ۲۰۲۰ برای متولدین زودیاک (برج حمل) سال تعادل خواهد بود. حتی اگر بلندپرواز باشید، در مورد اهداف خود واقع بینانه تر عمل خواهید کرد. ثبات در تمام جنبه های زندگی شما، به ویژه روابط شما مشاهده می شود. تغییر و فرصت های جدید در حرفه شما، شما را در این سال به خود مشغول می کند. متولدین برج حمل، همه چیز به نفع شما خواهد بود اما برای انجام اولین حرکت باید ابتکار عمل را خودتان به دست بگیرید.

تاوروس ، گاؤں

سال ۲۰۲۰ پیش بینی یک سال آرام و پایدار برای متولدین این ماه است. شما امسال آماده تسویه حساب خواهید شد. این سالی است که باید انتخاب های مهمی در آن انجام شود. این انتخاب ها می تواند در زمینه روابط یا شغل شما باشد. اما از آنچه تصمیم می گیرید مطمئن باشید. همیشه در مورد سرمایه گذاری های مالی، برای پیشنهادات افراد خبره آماده باشید.

گمینی ، دوقلو

در این سال پرتراوت خواهید بود اما شما باید امسال سرعت خود را تنظیم کنید. اگر احساس کنید بیش از حد می کنید، فعال تر باشید. و اگر زندگی خیلی سریع به نظر می رسد، آن را کند کنید. زندگی عشقی شما سرگرم کننده و پرشور خواهد بود. پول در شرایط تثبیت خواهد بود و شغل شما بیشتر اوقات سال را به خود اختصاص می دهد. سال ۲۰۲۰ بهترین زمان برای بهبود جنبه های مختلف زندگی شما است.

کنسر، خرچنگ

متولدین این ماه باید برای تغییرات آماده باشند. پیش بینی های اخترشناسی برای سال ۲۰۲۰ می گویند که پیشرفت عشق و کار در طالع خرچنگ ها قرار دارد. اما اینکه تصمیم بگیرید فرصت ها را انتخاب کنید یا اجازه دهید آنها بگذرند، کاملاً به شما بستگی دارد. درگیری در محل کار نیاز به حل و فصل دارد. رعایت جزئیات ریز و درشت در زندگی به شما کمک می کند تا بر همه مشکلات در سال ۲۰۲۰ غلبه کنید.

لئو، شیر

زندگی پر از پیچ و تاب برای لثو در سال ۲۰۲۰ خواهد بود. شیرها برای رسیدن به رویاهای خود امسال پر از نشاط و آمادگی هستند. اما شما نیز منطقی خواهید بود و می دانید چه موقع تیر را به هدف بزنید. شما برای امتحان کردن غذای جدید، تجارت جدید و روابط جدید آماده خواهید بود. تغییر شغل یا پیشنهادات جدید نیز ممکن است مورد توجه شما واقع شود. در کل، سال ۲۰۲۰ یک سال لذت بخش برای شیرها خواهد بود.

ویرگو، دوشیزه

متولدین این ماه که ممکن است فردی عملگرا باشند، می توانند تصمیمات بسیار پرتحرکی در سال ۲۰۲۰ بگیرند. این ممکن است منجر به روابط بد یا ورشکستگی و مشکلات در محیط کار شود. یا حتی برخی از معاملات مالی دارای ضرر و زیان است. بهتر است که قبل از انجام هر گونه تعهد جدی در سال ۲۰۲۰، بیشتر فکر کنید. ۲۰۲۰ یک سال راکد نیست، اما در عین حال، تصمیمات هیجانی اتخاذ نکنید.



لیبرا، ترازو

کاپریکورن، بز

امسال شما در تلاش برای آرامش و آسایش خواهید بود. شما از اجرای مسابقه دویدن به دنبال خواسته ها خسته شده و آماده استراحت هستید. روش های جدیدی را برای مدیتیشن و تمرین آگاهی ذهن بیاموزید. تعطیلات نیز برای سلامتی روانی شما مفید خواهد بود. وقتی با خود در صلح هستید، می توانید از فرصت هایی که در سال ۲۰۲۰ به شما ارائه می شود، نهایت استفاده را ببرید.

آکواریس، دلو

سال ۲۰۲۰ سال اثبات توانایی های شما است! سالی برای از بین بردن شک و تردید دیگران نسبت به شما است. امسال در اوج خلاقیت خود خواهید بود. بنابراین بیشترین استفاده را از آن داشته باشید. به عزیزان خود نشان دهید که می توانید همسر و والدی کامل باشید. بگذارید تخیل و ایده های نوآورانه تان، خود در محل کار صحبت کنند. فقط با این انرژی یافت شده جدید کنار بیایید و به یاد داشته باشید که برای روزهای بارانی صرفه جویی کنید.

پیسکس، ماهی

۲۰۲۰ سال هیجان و ماجراجویی برای ماهی ها خواهد بود. شما به اندازه کافی شجاع خواهید بود که در برابر تغییرات منعطف باشید و چیزهای جدیدی را در زندگی امتحان کنید. حتی ممکن است باردار شوید. شغل شما برایتان الهام بخش خواهد بود. شما در زندگی راحت هستید، بنابراین اجازه ندهید که تصمیمات تکان دهنده راحتی شما را خراب کند.

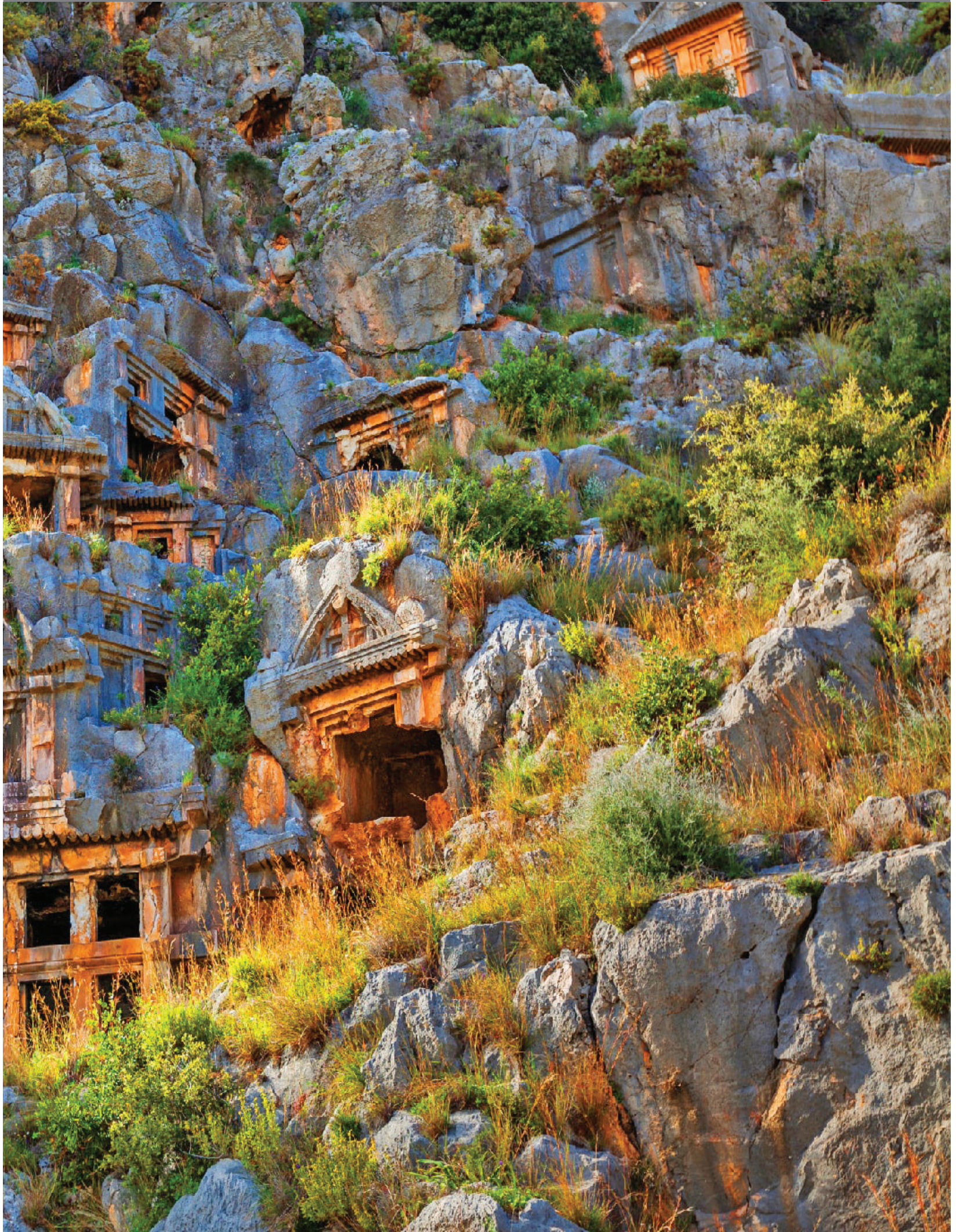
سالی نسبتاً آسان در پیش خواهید داشت. سالی برای لذت بردن و خوشحالی است. مسئولیت های زیادی در قبال خانواده یا شغل خود نخواهید داشت. جهت آمادگی برای سال های آینده ذهن خود را آرام و جوان سازی کنید. افراد مجرد از معاشرت و انتقال از یک رابطه به رابطه دیگر لذت خواهند برد. فراموش نکنید که اوقات خوبی را با والدین، همسر و فرزندان خود سپری کنید.

اسکوپیون، عقرب

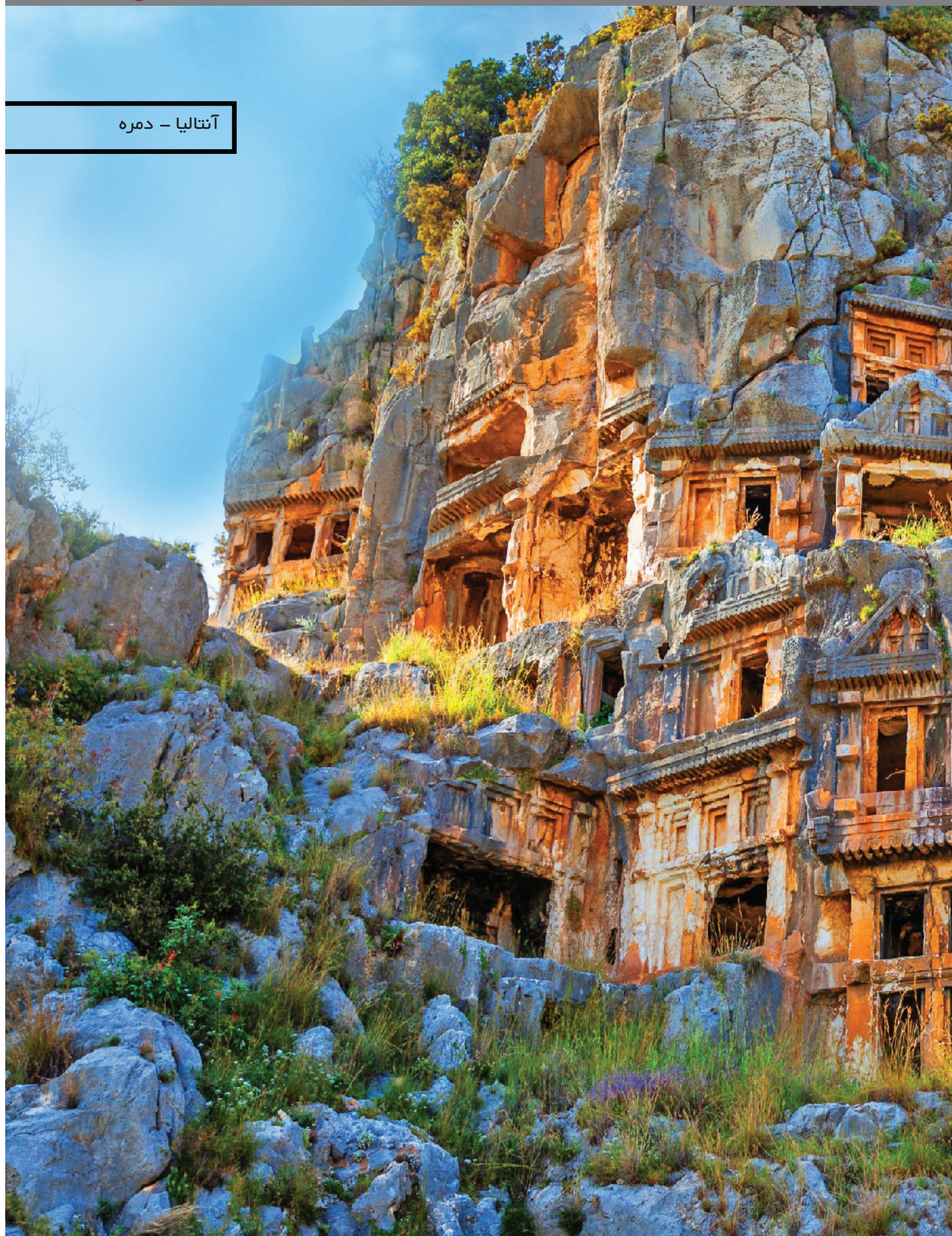
سال پیش رو یک رهایی برای شما اتفاق خواهد افتاد. شما از بیشتر محدودیت های زندگی خود احساس راحتی خواهید کرد. این زمان خوبی برای تمرکز بر یادگیری یک سرگرمی جدید یا بهبود مهارت های کاری شما است. از انرژی مثبت خود استفاده کنید و به دیگران برای پیشرفت در زندگی کمک کنید. شما می توانید انتخاب کنید که چه کاری را انجام دهید یا ندهید.

سگیتاریوس، تیروکمان

ممکن است مجبور به اتخاذ تصمیمی زودرس باشید. زمان خوبی برای رها کردن خاطرات تلخ گذشته و پاکسازی جنبه های مختلف زندگی شماست که شما را آزار داده است. اما برای رسیدن به موفقیت، باید صبور باشید. ممکن است در سال آینده بسیار اجتماعی و برای ملاقات با افراد جدید آماده باشید. اما اجازه ندهید که این موضوع به روابط موجود شما تاثیر کند. ممکن است سود مالی بزرگی برای شما اتفاق بیوفتد اما احتمال دارد، حتمی نیست.



آنتالیا - دمره



قسم اللغة العربية

بورتال التركية





اتصل بنا لوضع إعلان في المجلة

Tel : +90 (212) 854 30 42

GSM : +90 (530) 915 68 70

E-mail : info@turkeyportal.net

ليس لدى تركيه برتال أي مسؤولية حول إعلانات مندرجة في المجلة الشهرية



بإمكانكم مشاهدة هذه المجلة في صفحات مواقع تواصل إجتماعي تابعة لبوابة تركيا

GİRİŞ تعرف على المجلة

المجلة التي بين يديك، نتيجة لشهور من الجهود والبحث وعمل زملائنا في أقسام مختلفة من المجموعة الإعلامية بوابة تركيا، حتى يصير مصدر موثوق للحياة والتجارة في تركيا وبلدان أخرى في المنطقة، من خلال توفير معلومات دقيقة ومفيدة. هدفنا في هذه المجموعة هو أن نسعي لتوفير مجال علاقات عمل تجارية، مفيدة وفعالة أثناء تعرف على الثقافات المختلفة. أيضا، هذا المجلة، تعتزم على خلق جو مناسب للتعاون متعدد الأطراف والتعاملات الثنائية، في ضوء الاختلافات الثقافية و القواسم الثقافية المشتركة بين الدول المجاورة. نأمل أن تساهم جهودنا في تزويدكم بمعلومات مفيدة وأن يلفت إنتباهكم ورغبتكم.

كلمة مدير مجموعة بورتال التركية

اقدم تحية طيبة من صميم القلب الى جميع الزملاء في المجلة التركية واليكم قرائنا الاعزاء لتحييكم الحار بجهود المشاركين في اعداد هذه الشهرية والذي يجلي عن كل واحد منا غبار التعب، وللحقيقة لم اتصور ان نصل الى هذا العدد من المتابعين في هذه المدة القصيرة فقد كنت اتوقع ان نصل في طباعة هذه المجلة الى عددين . ولكن بمجرد علمي بأن اماكن توزيع المجلة تطالب بأعداد اكبر شكرت الله سبحانه لأنه وفقني وزملائي لخدمة ابناء وطني الاعزاء . ولا بد من القول بأن جميعنا يعلم أن أوجه القصور والعيوب لا تزال قائمة. ومع ذلك و نيابة عني وعن جميع زملائي في المجلة أهدكم أيها القراء الاعزاء بأننا سنسعى جاهدين لنقل الحقيقة اليكم .

في العدد السابق تحدثنا بشكل مفصل عن أنواع الإقامة في تركيا وكذلك الطب والصحة في تركيا وقدمنا في القسم العربي من المجلة المقالات ذاتها بالإضافة الى مواضيع اخرى تفيد العرب الساكنين في تركيا . وفي القسم التركي اشرنا الى الآداب والرسوم الايرانية بالإضافة الى مراحل تسجيل الشركات الاجنبية في ايران.

واتمنى ان يلقي هذا العدد من المجلة الشهرية اهتمامكم متابعينا الاعزاء كما كان في الاعداد السابقة

ولا تنسوا ان ترسلوا إلينا تعليقاتكم حول المجلة لانها تفيدنا في الوصول الى الطريق الصحيح. وفي النهاية، لابد من التذكير ان فريق الاعداد في مجلة البوابة التركية يرحب بأفكاركم واقتراحاتكم لهذا يمكنكم اصدقائنا الاعزاء الذين لديهم رغبة بالتعاون مع مجلة البوابة التركية بعنوان كتاب ضيوف التواصل معنا حيث ستنشر المجلة كتاباتكم بأسمائكم.

رضا حسني

مدير مجموعة بورتال التركية



اي نوع من الإقامة يناسبني؟

على الرغم من أن تركيا لا تمتلك البنية التحتية اللازمة لاستيعاب المهاجرين، إلا أنها ولسنوات عديدة استضافت الكثير من الأجانب الذين جاؤوا إليها للعمل والعيش فيها، فهناك عدة طرق للحصول على الإقامة في تركيا والتي تسمح لأي أجنبي بالإقامة مؤقتًا أو دائمًا في إحدى المدن الرئيسية في البلاد وفقًا لظروف معيشته وعمله. وسنقدم في هذا العدد من الشهرية معلومات كاملة للقراء الأعزاء عن إجراءات الحصول على كافة أنواع الإقامة في تركيا من الصفر إلى ١٠٠. بشكل عام تقسم الإقامة في تركيا إلى قسمين إقامة قصيرة وإقامة طويلة حيث يمكن تحويل بعض الاقامات إلى إقامة طويلة الأجل أو حتى الحصول على الجنسية وذلك عن طريق شراء عقار.

Türkçe

English

Deutsch

Русский

العربية



وهذا يعتمد على ظروف مختلفة مثل عدد طلبات الإقامة السياحية في ذلك الوقت حيث يمكنك التقدم بطلب للحصول على إقامة من ٦ أشهر إلى ٦ سنوات من خلال استئجار هذه الممتلكات، لكن هذا لا يعني بالضرورة تأكيد طلب، وسيتم إصدار تصريح إقامة لك وفقاً لتقدير مصلحة الهجرة. ربما تكون قد قدمت بطلب إقامة لمدة عامين ولكن يمكن أن يصدر تصريح الإقامة لمدة ٦ أشهر فقط وقد تسأل كيف تحصل على هذا الإقامة؟ أو كم تكلف؟

للتقدم بطلب للحصول على هذا النوع من الإقامات يجب عليك الدخول على الموقع الرسمي لإدارة الهجرة التركية وملاء نموذج يسمى نموذج RANDOW. وفي اليوم المحدد راجع المركز المحدد لك حاملاً معك كامل المستندات المطلوبة.

المستندات اللازمة للحصول على الإقامة السياحية حسب القانون الجديد:

١. عقد إيجار لمدة عام على الأقل بأسم الشخص الذي يعتزم الحصول على الإقامة أو استلام إيصال من الفندق لنفس الفترة (يتم التحقق من هذا العنوان من قبل مكتب الأمن)
٢. تأمين صحي لسنة واحدة
٣. نموذج من استمارة RANDOW (وذلك عند مراجعة الهجرة لتقديم المستندات)
٤. تأكيد من مكتب التأجير (كاتب العدل)
٥. صورة ونسخة من جواز السفر
٦. أربع صور شخصية خاصة بطلب الإقامة
٧. الحصول على رقم الضريبة من Vargi numurasi
٨. وصل من المبلغ الذي تم إيداعه بناءً على طلب إدارة الهجرة
٩. وعلاوة على هذه المستندات قد يطلب مسؤول الهجرة «بناءً

إقامة قصيرة المدة :

- ١) الأجانب القادمين إلى البلاد في سبيل البحث العلمي
- ٢) الأجانب الذين يمتلكون عقارات في تركيا
- ٣) الأجانب الذين يعتزمون إقامة علاقات تجارية أو إنشاء مصالح تجارية
- ٤) الرعايا الأجانب الذين يعتزمون المشاركة في البرامج التدريبية
- ٥) الأجانب الذين قدموا إلى البلاد بهدف التعلم في إطار برنامج تبادل الطلاب بحسب الاتفاقيات مع تركيا وما شابه ذلك.
- ٦) الأجانب المقيمين في تركيا لغرض السياحة
- ٧) الرعايا الأجانب الذين سيتم علاجهم في تركيا شريطة ألا يكون لديهم أي أمراض تشكل تهديداً للصحة العامة
- ٨) الأجانب الذين يجب أن يكون لديهم تصريح إقامة بناءً على طلب السلطات القضائية أو الإدارية في تركيا
- ٩) الأجانب الذين فقدوا الشروط اللازمة لتصاريح الإقامة العائلية لذا سيكونون مقيمين لفترات قصيرة.
- ١٠) الأجانب الذين يرغبون في حضور دورات اللغة التركية
- ١١) الرعايا الأجانب الذين يسعون للحصول على التعليم والبحث والتدريب والمشاركة في الدورات التركية بالتنسيق مع المؤسسات الحكومية
- ١٢) الأجانب الذين عادوا إلى تركيا في غضون ستة أشهر بعد تخرجهم من الدراسات العليا.
- ١٣) الأشخاص الذين لا نية لهم للعمل في تركيا ولكنهم يعتزمون الاستثمار طبقاً للمبلغ الذي حدده مجلس الوزراء
- ١٤) الأجانب الذين لديهم زوجة أو طفله وتقل أعمارهم عن ١٨ عاماً ويحتاجون إلى رعاية
- ١٥) الرعايا الأجانب في القسم الشمالي في قبرص والتابع لجمهورية تركيا

أنواع الاقامات قصيرة المدة :

١. الإقامة السياحية من خلال استئجار الممتلكات
٢. الإقامة عن طريق شراء الممتلكات (وهذه الإقامة قابلة للتحويل إلى إقامة دائمة)
٣. الإقامة عن طريق الزواج (وهذه الإقامة قابلة للتحويل إلى الجنسية)
٤. الإقامة من خلال الاستثمار وتسجيل الشركة (قابلة للتحويل إلى الإقامة الدائمة أو الجنسية)
٥. الإقامة الطلابية
٦. الإقامة عن طريق العمل (الجنسية قابلة للتحويل إلى الجنسية)
٧. الإقامة الإنسانية (عند توفر الشروط الخاصة)

تعتبر الإقامة السياحية التركية واحدة من أكثر أنواع الإقامة ملائمة كما أنها منخفضة التكلفة ويمكن الحصول عليها ببساطة عن طريق استئجار منزل. وبشكل عام، يعتبر الحصول على هذه الإقامة ليس صعباً حتى أن المسؤولين الاتراك في أواسط عام ٢٠١٨ جعلوا أمر الحصول على هذه الإقامة أكثر سهولة لكن في الوقت نفسه يعد هذا النوع من الإقامة أكثر مخاطرة لأنه حتى مع توافر كل المستندات المطلوبة قد ترفض إدارة الهجرة طلبك (طبعاً لأسباب معقولة)



التركية. هذه الإقامة ستكون ذات فائدة كبيرة ومفيدة للتجار ولكن تُعطى بشرط ان يتم توفير العمل ل ٥ موظفين أترك على الأقل ودفع تأمينهم ورواتبهم لمدة خمس سنوات متتالية على الأقل.

*ملاحظة مهمة جدا: تحت أي ظرف لا تسجل الشركة من اجل الحصول على الإقامة فقط نظراً لأن تكاليف تسجيل شركة أكبر بكثير من تكلفة التسجيل فقط. إذا كانت الشركة مربحة ونشطة وتم إصدار تصريح العمل للأشخاص فإن تسجيل الشركة له ما يبرره.

الحصول على الإقامة في تركيا عن طريق العمل (إقامة العمل التركية)

الشرط اللازم والضروري لحصول الشخص على الإقامة التركية من خلال العمل هو أن الشركة التركية تقبل وتوظف الشخص كموظف لديها. وللحصول على هذا النوع من الإقامة، يجب أن يتمتع الأجنبي بخبرة خاصة. وعند التقدم بطلب للحصول على عمل في تركيا و وفقاً لوزارة العمل والرفاه التركية، يجب ألا يكون الشخص الذي يحمل جواز سفر تركي عاطلاً عن العمل بنفس الخبرة. ويمكن للأفراد الحاصلين على مؤهلات وخبرات أكاديمية كافية التقدم للحصول على وظيفة في تركيا شخصياً أو عن طريق المراسلة مع إحدى الشركات أو المصانع الخاصة في تركيا وإيجاد وظيفة مناسبة لأنفسهم. فإذا كان الأمر كذلك الرجاء الاعتماد على خبرة الشخص المتخصص و سوف تحصل على تصريح للعمل، وبمجرد حصولك على هذا التصريح الذي قد يستغرق حوالي

على تقديره الخاص» مستندات أخرى مثل عدم وجود خلفية سيئة عنك في إيران وتركيا اوعمليات الحساب المصرفي إلخ.

من المهم أن تعرف أن الحصول على هذه الإقامة متعلقه بعدد طلبات الإقامة السياحية، وقد تكون القيمة متذبذبة يعني تقبل الزيادة والنقصان وأحياناً قد تكون باهظة الثمن ومكلفة.

بعد التأكد من استلام جميع المستندات الخاصة بك ستحصل على إيصال وسيُطلب منك انتظار تأكيد أو رفض الرسالة النصية القصيرة و إذا تمت الموافقة ستلقى بطاقة إقامة لمدة شهر إلى ثلاثة أشهر عن طريق البريد.

الإقامة في تركيا عن طريق شراء العقارات

بموجب القانون رقم ٦٤٥٨ بتاريخ ٢٠١٣/٤/١١ المنشور في الجريدة الرسمية لجمهورية تركيا، يمكن للأجانب المالكين عقارات الحصول على تصريح إقامة لمدة عام أو عامين وتمديد فترة الإقامة لمدة تصل إلى ثماني سنوات. ويمكنهم التقدم بطلب للحصول على إقامة دائمة إذا رغبوا في ذلك وإذا كانوا على الأراضي التركية لأكثر من ٤-٥ سنوات. امتلاك العقارات في تركيا له حساسياته الخاصة ولكنه أسهل طريق للحصول على الإقامة لمن لديهم وضع مالي جيد ومن خلال الحصول على هذه الإقامة يمكن لجميع أفراد الأسرة الواحدة (مع أطفالهم دون سن ١٨ عاماً) الحصول على تصريح إقامة في تركيا. بالإضافة إلى المستندات المذكورة التالية:

١. وثيقة ملكية
٢. تأكيد العنوان ولوحة التسجيل في البلدية
٣. تسجيل تفاصيل العقار في كل سنة

الحصول على الإقامة في تركيا عن طريق الزواج

يعتبر الزواج أحد طرق الحصول على الإقامة الدائمة في تركيا كما يمكن للأجانب الحصول على الجنسية التركية عن طريق الزواج من المواطنين الاتراك بعيش مشترك يتراوح من ٣_٥ سنوات، وفقاً للشروط المنصوص عليها في الجنسية التركية عندها تتقدم بطلب لتحويل الإقامة الى إقامة دائمة في هذا البلد .

و تجدر الإشارة إلى أنه خلال هذا الوقت تجري السلطات المختصة التحقيقات اللازمة لإثبات أن زواج الشخص كان زواجا حقيقيا وفي حالة الزواج الوهمي لا يتم منح الإقامة الدائمة فحسب بل هناك إمكانية لترحيل الشخص خارج البلاد.

الحصول على الإقامة في تركيا عن طريق الاستثمار (تسجيل الشركة)

الحصول على الإقامة في تركيا عن طريق الاستثمار تعني أنه يمكن للأجنبي الذي يمتلك نشاطا تجاريا في تركيا الحصول على إقامة دائمة في تركيا بعد ٥ سنوات من دوام هذا النشاط. ومع هذا النوع من الإقامة يمكن للشركة أو مؤسسي هذه الشركة التقدم بطلب للحصول على تصاريح عمل لأنفسهم وموظفيهم والعمل وفقاً لقوانين التجارة

الإقامة لمدة طويلة الأجل في تركيا

في المواد ٤٢ إلى ٤٥ من قانون الرعايا الأجانب والحماية الدولية رقم ٦٤٥٨ تم وضع قواعد لإصدار تصريح إقامة طويلة الأجل للأجانب في المادتين ٤٠ و ٤٣ من اللائحة التنفيذية لقانون الرعايا الأجانب والحماية الدولية كما تم شرح قواعد منح تصريح الإقامة طويلة الأجل: الأجانب الذين أقاموا في تركيا لمدة ثماني سنوات على الأقل دون انقطاع و خضعوا لمتطلبات إدارة الهجرة وبموافقة الوزارة يمكن منحهم تصريح إقامة طويل الأجل.

الأفراد الذين يمتلكون عقارات او شركات تجارية او متزوجون من أترك يمكنهم الحصول على هذا النوع من الاقامات وفقا للقواعد والضوابط.

لكن بالنسبة لطالبي اللجوء العاديين وطالبي اللجوء المشروطين وأصحاب وضع الحماية الثانوية فلا يستطيعون التقدم بطلب للحصول على تصريح الإقامة طويلة الأجل.

الحصول على الإقامة عن طريق الحصول على الجنسية

منذ بداية عام ٢٠١٨، سهّلت الحكومة التركية الحصول على الجنسية من أجل جذب المزيد من رؤوس الأموال الأجنبية والمزيد من الفائدة لاقتصادها. ووفقاً للقانون فإن أي أجنبي قادر على شراء عقار بقيمة ٢٥٠,٠٠٠ دولار أمريكي في تركيا (غير قابل للبيع لمدة ٣ سنوات) أو ايداع مبلغ ٥٠٠,٠٠٠ دولار أمريكي في أحد البنوك التركية واستثمارها لمدة ٣ سنوات (هذه الوديعة تشملها الفائدة طبقاً للمبادئ المصرفية) أو إنشاء مبادرة عمل تشمل ما لا يقل عن ٥٠ مواطناً من حاملي الجنسية التركية، يحصل الأشخاص الممنوحين هذه الجنسية على جميع حقوق المواطنين الأتراك وستتم معاملتهم كمواطنين أترك بجواز سفر تركي.

وتجدر الإشارة إلى أن محامي الهجرة الأتراك لديهم العديد من التفسيرات المختلفة لقانون الجنسية حيث يذكر البعض منهم أنه وباستثناء الأجانب المقيمين في تركيا يمكن للأجانب الإقامة في تركيا لأكثر من ٥ سنوات شريطة أن يكونوا مقيمين في تركيا لأكثر من ٤ سنوات و ٦ أشهر عند ذلك ومع توفر الشروط اللازمة يمكنهم الحصول على الجنسية التركية.

طرق أخرى للحصول على الإقامة في تركيا
*تصريح إقامة عائلة تركية:

في المواد من ٣٤ إلى ٣٧ من قانون الأجانب والحماية الدولية تم تحديد الأحكام المتعلقة بتصاريح الإقامة العائلية كما تم شرحه في المادتين ٣٠ و ٣٤ من اللائحة التنفيذية لقانون الرعايا الأجانب والحماية الدولية ولوائح تصريح إقامة الأسرة.

لأي فئة من الأجانب يُمنح تصريح الإقامة العائلية؟

الأشخاص الخاضعين للمادة ٢٨ من القانون رقم ٥٩٠١ والذين لديهم إما تصريح إقامة أو طالبي لجوء وأصحاب وضع الحماية الثانوية

٢ - ٣ أشهر يمكنك التقدم بطلب للحصول على تصريح إقامة في تركيا شخصياً. حالياً فرصة العثور على وظيفة للمهاجرين في تركيا ليست مناسبة ولكن وعلى الرغم من ذلك، يقوم بعض الأجانب حالياً بتقديم بعض الخدمات مثل التمريض في المنزل وقد حصلوا على إقامة العمل من الحكومة التركية.

الحصول على الإقامة في تركيا عن طريق العلم

القبول في المؤسسات التعليمية والالتحاق بالجامعات التركية سيكون شرطاً أساسياً للحصول على إقامة طالب في تركيا ويمكنك تقديم طلب للحصول على هذا النوع من الإقامات عن طريق التسجيل في فصول تعليم Tomer والحصول على شهادة توظيف من جامعة Tomer والمؤسسات المعتمدة. ومن البديهي ان تنتهي إقامة الطالب مع نهاية الدراسة.

تصريح الحصول على الإقامة الانسانية في تركيا

وردت شروط تصريح الإقامة الإنسانية في المادتين ٤٦ و ٤٧ من قانون الأجانب والحماية الدولية، كما إن شروط تصريح الإقامة الإنسانية المذكورة أيضاً في المادة ٦٤٥٨ من اللائحة التنفيذية لقانون الأجانب والحماية الدولية.

لأي فئة من الأجانب يتم تنظيم تصاريح الإقامة الإنسانية؟

١. للأطفال ذوي المواهب المتعددة،



٢. إذا تم ترحيلهم من البلاد أو كانوا ممنوعين من دخول تركيا ولم يتم طردهم من تركيا اوفي حال لم يتم طلب طرد الأجنبي لان طرده غير ممكن بموجب المادة ٥٥ من القانون .

٣. إذا أُحيلت إلى السلطات القضائية وفقاً للمواد ٥٣ و ٧٢ و ٧٧ من قانون القضايا أثناء إعادة الشخص العائد إلى البلد الأول الذي كان فيه لاجئاً أو إلى دولة ثالثة

٤. إذا طُلب من الأجنبي دخول تركيا لأسباب طارئة أو لحماية مصالح البلاد أو لأغراض الأمن العام والنظام العام ولكن يُسمح له بالإقامة في تركيا في ظل وجود صعوبات في إصدار الاقامات الرسمية.

٥. في حالة الطوارئ يتم ترتيب تصريح الإقامة الإنسانية.

ما هو كيمليك؟

في المطار يتم إصدار تأشيرة سياحية لمدة ثلاثة أشهر لمعظم مواطني العالم لدخول تركيا. ومع ذلك فإذا كنت ترغب في الإقامة في تركيا لفترة أطول فسوف تحتاج إلى الحصول على بطاقة إقامة تركية سواء كانت قصيرة الأجل أو سياحية أو طويلة الأجل. تسمى بطاقة الإقامة هذه كيمليك والتي تشير إلى إقامتك في تركيا كيمليك تمثل بالفعل بطاقة الإقامة في تركيا وتشبه البطاقة الشخصية وتستخدم في العديد من المكاتب الرسمية.

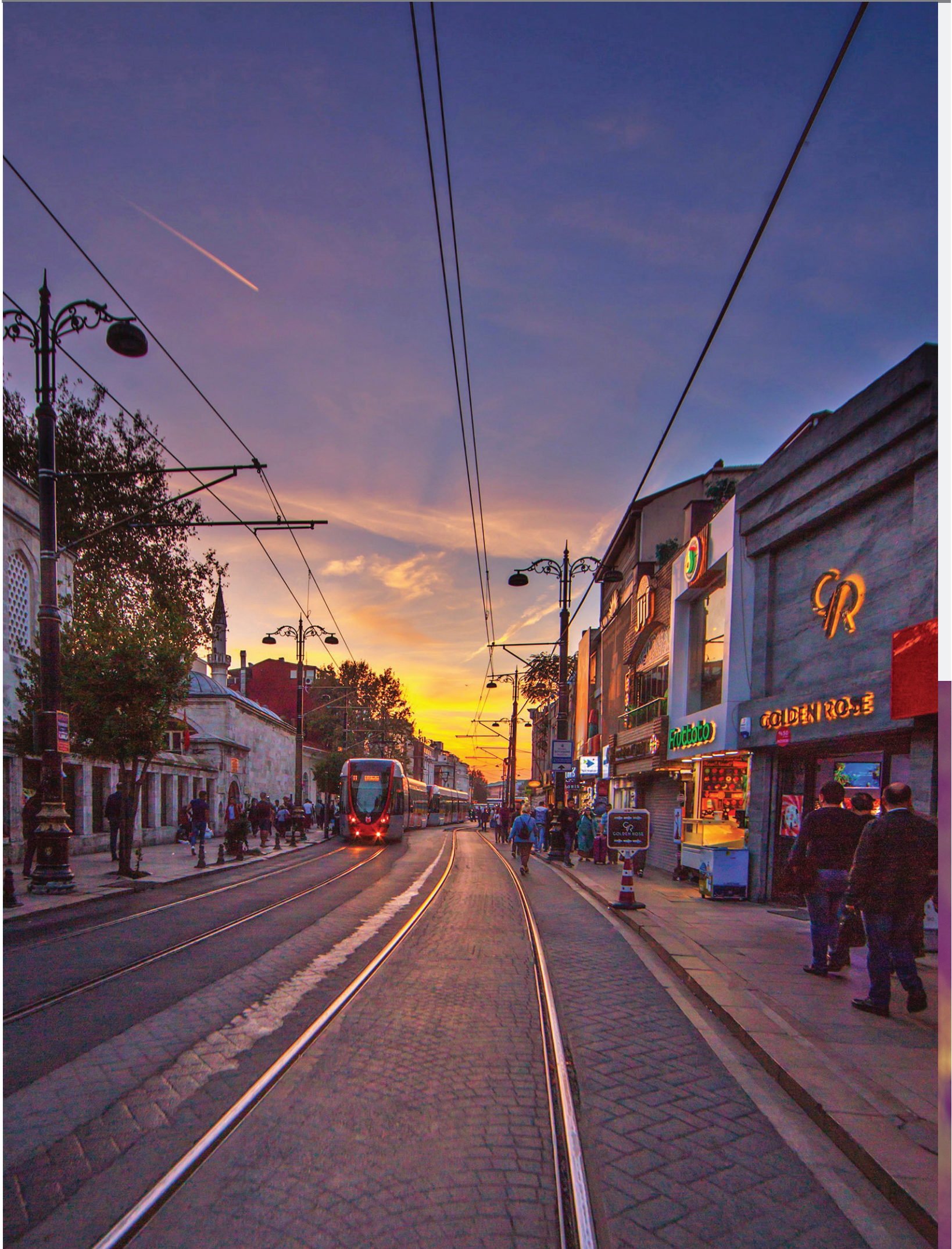
وبهذا الترتيب:

١. الشخص نفسه
٢. زوجته الأجنبية
٣. طفله الأجنبي دون الثامنة عشرة من العمر أو زوجته / زوجها
٤. الطفل الأجنبي الذي في حاجة إلى رعايته أو زوجته عندها سيتم منحه تصريح الإقامة العائلية.

إذا كان الأجنبي الذي تقدم بطلب للحصول على تصريح الإقامة العائلية يمتلك أكثر من زوجة عندها سيتم منح تصريح الإقامة العائلية فقط لزوجته واحدة كما تمنح الإقامة إلى جميع أطفاله الأجانب والحصول على تصريح إقامة عائلية للأطفال إذا كان الأب أو الأم يحق لهما الحضانة مشروط بالحصول على موافقة كل منهما.

تصريح الإقامة العائلية بحاجة أيضا إلى تصاريح الإقامة الطلابية للحصول على الحق في التعليم من الابتدائية والثانوية وحتى سن الثامنة عشرة.





كارادينيز سويسرا في شمال تركيا



تقسم تركيا جغرافيا إلى خمس مناطق هي : إيجة ومرمرة والأناضول وكرادينيز وأك دنيز. ولكل واحدة من هذه الأراضي عاداتها وتقاليدها وثقافتها ولغتها ولهجاتها الخاصة والفريدة، وللتعرف على ثقافة الشعب التركي من الأفضل أن نتناول عادات وتقاليده كل منطقة. وفي هذا العدد اخترنا لكم منطقة كرادينيز.

الساحلية ووفرة الأعشاب في المرتفعات والأراضي المنخفضة والمناخ الرطب في نمو الثروة الحيوانية. وتعتبر تربية الماشية مثل الأغنام والماعز أمر شائع في الأجزاء الداخلية من المنطقة على هامش السهول. كما أن البحر الأسود الواقع في شمال هذه المنطقة غني بالأسماك بحيث تشكل ٨٠٪ من الأسماك المستزرعة في تركيا. كما انتشرت تربية النحل أيضاً في المنطقة ويعتبر العسل المنتج على أطراف ريزه وأرتفين من أشهر أنواع العسل.

الصناعة

تنشط في منطقة كارادينيز صناعات كصناعة السكر وإزالة قشر البندق وصيد الأسماك والأخشاب والنحاس والفحم.

عدد السكان

يبلغ إجمالي عدد سكان المنطقة حوالي ٧,٥ مليون نسمة والكثافة السكانية في المناطق الوسطى والشرقية وخاصة في المناطق الساحلية عالية. السهول الساحلية والمناطق الصناعية وأماكن التعدين بها أعداد كبيرة من السكان ويشكل سكان الريف حوالي ٦٠ في المئة من سكان المنطقة. لذلك ومقارنة بالأجزاء الأخرى من تركيا تضم هذه المنطقة أكبر عدد من سكان الريف وتوجد أهم المراكز الحضرية في المنطقة الحدودية وتشمل على سامسون وزونجولداك وترايزون.

مائدة كارادينيز

يعتبر تناول وجبة الإفطار من الأمور المهمة للغاية لدى شعب كارادينيز لذلك تكون قائمة الإفطار كاملة وغنية ويعتبر السمك من أساسيات وجبة الغداء والعشاء فجميع أنواع السمك التي يتم اكلها يتم صيدها في المنطقة ويعتبر كباب كارادينيز من أشهر الاكلات التي تلقى أهمية لدى جميع الناس في مختلف المناطق التركية. كما تعتبر اكلة حامسيلي بيلاو احد اكثر الأطباق الكارادينيزية شهرة والتي تتكون من سمك الحمسي مع الرز المزين بالفستق. ويصنع بهذا السمك العديد من الاكلات مثل حمسي كوفته وحمسي بالبرغل وتعتبر اكلات اكبابات كوفته وورق الملفوف الاحمر من الاكلات الشعبية المشهورة واللذيذة التي تشتهر بها منطقة كارادينيز.

الثقافة والعادات والتقاليد

يشتهر شعب كارادينيز بالأمانة وكرم الضيافة ومواطنيها نبلاء وطيبين ومع ذلك فهم شعب نوعا ما محافظ وبسبب قلة التعامل مع السياح كما هو الحال في مختلف المناطق التركية فأن سكان المنطقة أكثر تعصبا للتقاليد وبالتالي أكثر شفافية. فإذا وصلت إلى كارادينيز ستلاحظ أن هؤلاء الأشخاص مخلصون جدا ويقدمون ما لديهم للضيف فهم بعيدين كل البعد عن الشكليات والتظاهر. ومن بين المبادئ الثقافية الرئيسية لسكان كارادينيز الزواج وإنجاب الأطفال واحترام كبار السن والأقارب ويتم الاحتفال بالزواج والولادة والأمطار ويمارسون تقاليد الهمس في أذني الطفل حديث الولادة وتعتبر الصلاة والرقص في المطر وكذلك الزفاف في اليوم الماطر دليل على الحظ السعيد. ويبدى سكان كارادينيز احتراما كبيرا للمطر. أما ملابس السكان في كارادينيز فهي مصنوعة من قماش باسم الباجا او اكاتك ويلبس الرجال

منطقة كارادينيز وتعني البحر الأسود والذي يتكون من أرض تمتد لأكثر من ١١٦ كيلومتراً على الحدود التركية الشمالية على ضفة ساحل البحر الأسود بين سهل ساكاريا حتى الحدود الجورجية. وتعد هذه المنطقة واحدة من ١٨ مدينة التي يتشكل منها هذا الجزء من تركيا والمدن هي ترايزون و ريزي وسامسون وزونجولداك وبلو وجيرسون وهذه المنطقة ذات طبيعة خضراء وذلك بسبب هطول الأمطار الغزيرة وقربها من الجبال العالية كجبال كاجار واغاز، كما يتمتع هذا القسم من تركيا بموقع مناخي ومائي خاص بسبب رطوبة تربتها وهواها المعتدل وتعتبر كارادينيز من أجمل المناطق الحراجية في تركيا على الرغم من أن الخط الساحلي لهذه المنطقة مهجور قليلا مقارنة بمنطقة جنوب تركي الا ان خلجانها واطالاتها الساحلية تكمل جمال الطبيعة الجبلية الخضراء وغاباتها الممتدة لهذا الجزء من التراب التركي .

فبسبب اختلاف المناخ بين المناطق الساحلية والمناطق الوسطى في كارادينيز، هناك فرق كبير في المحاصيل في هذه المنطقة..

الزراعة

هطول الأمطار الغزيرة في هذه المنطقة في مختلف فصول السنة أدى الى منع نمو المحاصيل (مثل القمح والشعير والشيلم والعدس والقطن). ففي المناطق الساحلية يتم زرع الذرة بدل الحبوب. وفي الجزء الشرقي من منطقة البحر الأسود يعمل الهواء الدافئ في فصل الشتاء على نمو منتجات كالبنديق والشاي والحمضيات والزيتون. وفي المناطق الوسطى يؤدي انخفاض هطول الأمطار التقليل من حرائق الغابات كما يساهم في نمو محاصيل الحبوب وبنجر السكر. ويعيش ٧٠٪ من سكان كارادينيز على الزراعة.

اهم المحاصيل الزراعية في منطقة كرادينيز:

البندق: يُزرع معظم البندق في ترايزون و جيرسون ويشكل ٨٥٪ من إجمالي إنتاج تركيا من هذا المحصول الشاي: يُزرع بكميات كبيرة على طول الحدود بين جيرسون و جورجيا وحول منطقة ريزي ويعتبر الانتاج التركي من الشاي ناتج من هذه المنطقة.

ورقة التبغ: ويزرع التبغ غالبا في المناطق الوسطى مثل (سامسون، أماسيا وحول توكات) وفي الغرب حول منطقة دوزجه وتساهم هذه المنطقة بنسبة ١٣٪ من إنتاج تركيا يأتي من التبغ.

الذرة: تُزرع على طول سواحل منطقة كارادينيز.

بنجر السكر: تقع مزارعها على أطراف أماسيا وتوكات وكاستامونو

الكتان: تقع معظم مزارع الكتان على أطراف مناطق كاستامونو وسينوب وزونجولداك.

الصويا: يزرع على أطراف جيرسون وارمو

الزيتون: يزرع في وادي نهري تشروه

الحمضيات: بسبب الطقس الشتوي الدافئ تزرع الحمضيات على أطراف منطقة ريزه.

الكوي: بدأت زراعته حديثا على أطراف ريزه وترايزون.

الثروة الحيوانية

تعتبر الانشطة في مجال الثروة الحيوانية أحد أهم عوامل اقتصاد هذه المنطقة وساهم الغطاء النباتي في المناطق

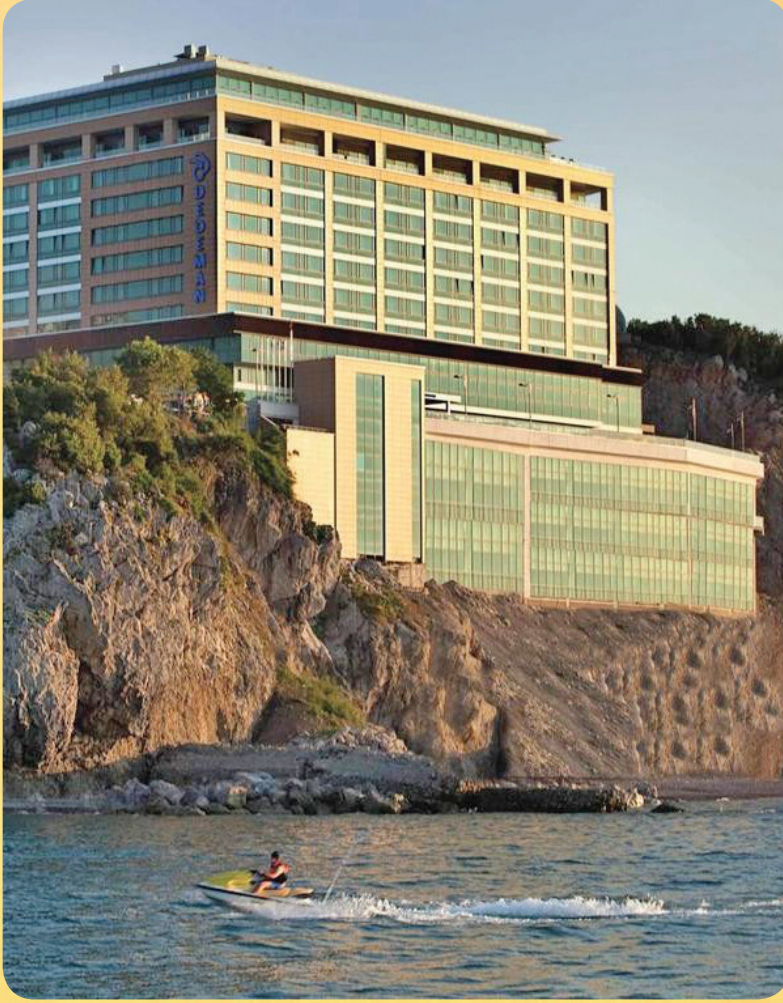


والنساء في العادة سترة سوداء من قماش المخمل يا الساتان ويعتبر حزام الخصر الجلدي من اهم حاجات اللباس الشعبي للرجل . ويتحدث سكان كارادنيز اللغة التركية بمزيج من القوقازية واللازية والتي تعتبر من اقدم لهجات هذه اللغة كما يعتبر الكمان آلة شائعة في الشمال التركي كما ان هورون ليست مجرد رقصة جماعية جميلة بل هي أيضاً ثقافة تقع في قلب الناس. وهذه الرقصة بالإضافة الى لباسها الخاص تحتوي على رمز العلم التركي على صدور الراقصين لإظهار إخلاصهم لوطنهم.

السياحة :

قوة الإمكانيات السياحية لمنطقة البحر الأسود تكمن في الجمال الطبيعة فالنباتات المتنوعة والقرب من الجبل والبحر وحرارة الضيافة من قبل السكان المحليين جذبت العديد من السياح المحليين والأجانب الا ان نسبهم اقل من المناطق التركية الاخرى لأن كارادنيز ليست معروفة جيداً عند السياح الاجانب. هناك عدد ليس بقليل من المعالم السياحية الجذابة الموجودة في كارادنيز وهي بحيرة اوزن كول ودير سوملا في ترابوزان ومنطقة بيلاقلي ايدر ومغارات كاراجا في كوموشحانه وبحيرة كوجولوك وحمامات المياه المعدنية في بلو وتراسات بلو في كارابوك وقلعة ريزه وبيلاق بوكوت وجامع جبل القبلية في ريزه وانهار جورج الخاصة بركوب القوارب والتي تعتبر من الوجهات الجمالية للسياح وللاقامة في كارادنيز هناك امام السياح مجموعة واسعة من الفنادق الفخمة والحانات الريفية ومن الفنادق الفخمة فندق ريدسون بلو والشيراتون ورامادا في ترابزون وفي المدن الرئيسية الخرى يوجد اكواخ في الغابات في بلو مثلاً وزونجولداك وكاستامونو حاضره.





فندق ديديمان زونجولداك

Dedeman Zonguldak

إذا كنت تبحث عن فندق فخم وبخدمات عالية الجودة وذات اطلالة على ساحل البحر الأسود، فإن فندق ديديمان زونجولداك هو الخيار الأمثل حيث يضم الفندق ٢٠٤ غرفة ويتسع لـ ١٤٠٠ شخص وفيه ٤ مطاعم ومسبحين وجيم وصالونات للتدليك وبالإضافة لحمام تركي. ولقضاء رحلة لا تنسى في غرب كارادينيز، يوفر هذا الفندق مجموعة كاملة من وسائل الراحة اللازمة: غرف فخمة وأجنحة كبيرة مطلة على البحر والغابات ومطاعم خارجية وداخلية ولجميع الفصول بالإضافة الى بار ومقهى وأماكن للمؤتمرات وحفلات الزفاف على شاطئ البحر خاصة لفصل الصيف بالإضافة الى تأمين الوصول إلى المناطق السياحية في المنطقة وكل ذلك من أجل كسب رضا السياح المهتمين بالإقامة الفاخرة





الأكواخ الطبيعية في هينديبا

Hindiba Doğa Evi



إذا كنت تبحث عن الهدوء في الطبيعة وجمال الجغرافيا الطبيعية للغابات الخضراء عليك الذهاب الى بلو وميغن للتمتع. تم بناء أكواخ هينديبا الخشبية في قلب الغابة من أجل المسافرين الذين سئموا وملوا من الاختناقات المرورية والذين يرغبون بالشعور بطعم الراحة وتخفيف التوتر والإجهاد والابتعاد عن قلق الحياة الحضرية فالعيش في الطبيعة مع المنتجات الطبيعية وبالطريقة الريفية أمر ممتع وجذاب. وتشمل خدمات هذا الفندق على غرف مزدوجة أو رباعية مع قائمة طعام طازجة وطبيعية كما يتميز بوجود الغابات النقية والهادئة وأسلوب حياة ريفي. وبسبب قلة المساحة ومحدوديتها في هذا الفندق ستحتاج إلى حجز غرفتك مسبقاً.



التنتوني (Tantuni)

تعتبر اكلة التنتوني من الطعمة التقليدية في المنطقة الجنوبية الشرقية من تركيا وخاصة في منطقة مرسين وما حولها وتلقى قابلية كبيرة في جميع المناطق التركية، ويعتبر هذا الطبق المكون من اللحم الاحمر او لحم الدجاج المفروم من اسهل الطعمة التي تعد في المنزل. وجاء اسم تنتوني من اسم الطبق الذي تطبخ فيه هذه الاكلة وهو عبارة عن صينية كبيرة مصنوعة من الفولاذ المقاوم للصدأ او الالمنيوم.

اضافة الى كون هذه الاكلة لذيذة ومن الطعمة المميزة، فهي لا تحتاج الى الكثير من التعب لتحضيرها واعدادها لهذا تقوم العديد من النساء التركيات بأعدادها في المنزل وتقديمها للعائلة، ولكن لا تقلقي اذا لم يكن لديك صينية تنتوني لأنه بإمكانك اعداد هذه الاكلة باستخدام المقلاة الكبيرة.

مدة التحضير: ٢٠ دقيقة

مدة الطهي : ٣٠ دقيقة

تحذير مطبخي: عندما تكون المكونات حارة لا تصبها على الخبز لأنه سينهار ويتفتت اما بالنسبة إلى بعض أنواع الخبز الفاخرة فيمكنك إضافة القليل من التوابل إليها قبل الصب وحسب الرغبة.

المقادير التي نحتاجها لشخصين

١. ٣٥٠ غرام من لحم العجل او الغنم (الاقسام التي تحتوي على الدهن)

٢. حبتين من الفليفلة الخضراء المتوسطة الحجم

٣. بصلة كبيرة

٤. حبتين من الطماطم الصغيرة الحجم

٥. معلقتين من زيت الزيتون

٦. ربع ملعقة ملح

٧. ربع ملعقة سماق

٨. ربع ملعقة فلفل احمر مطحون حار او حلو

٩. ملعقة بقدونس مفروم

١٠. كأسين من الماء

١١. ٢ عدد من الخبز المتوسط

١٢. ليمونه واحدة

أولا نقوم بغسيل اللحم ثم نقطعه قطع صغيرة جدا ثم نضعها في وعاء ونضعها تغلي حتى يتبخر الماء في الوعاء ثم نضع المقلاة على الغاز ونتركها لتسخن عندها نضيف إليها الزيت ومن ثم البصل ونحركهم حتى يصبح لون البصل ذهبيا بعدها نضيف اللحم ونخلط المكونات ونضيف إليها نصف فنجان من الماء ونقوم بتحريكه بين الحين والآخر ثم قطعي الفلفل الأخضر والطماطم واضيفي لهم الملح والفلفل الاحمر ثم ضعيهم فوق المكونات واتركيهم حتى تختفي المياه بعدها اضيفي البقدونس المفروم وحركيه قليلا عندها اطفي النار تحتها واضيفي السماق الى المكونات ولكي تختفي اي سائل ضعي قطعة الخبز على وعاء الطبخ لعدة ثواني . بعد ذلك اسكبي المكونات وسط الخبز واضيفي له عصير الليمون واجعلي الخبز بشكل اسطواني .

والى جانب هذا الطعام يمكنك تناول المخللات حسب الرغبة ومحتين



المستشفيات التركية

لا نبالغ اذا قلنا ان إن المستشفيات في هذا البلد من بين أفضل المستشفيات في العالم و بشكل عام يوجد في تركيا حوالي ١٢٠٠ مستشفى بين عام وخاص في تركيا وتتمتع المستشفيات التركية الحكومية بأحدث الأجهزة الطبية المتطورة كما لديها القدرة على استيعاب المرضى حيث توفر المستشفيات الخاصة للمراجعين والمرضى و عائلاتهم مثلاً فنادق من فئة الخمس نجوم بالإضافة الى الخدمات الطبية المتنوعة بالاستعانة بأحدث الأجهزة الطبية كما تقدم هذه المستشفيات خدمات جانبية أخرى كالمترجمين

وعند ذكر أفضل المستشفيات في تركيا لابد من الإشارة الى المستشفيات الأمريكية في تركيا (American/Amerikan Hastanesi). صحيح ان المستشفيات الأمريكية غالية الثمن لكن الخدمات الطبية التي تقدمها فريدة من نوعها. وعلى سبيل المثال تقع أبرز المستشفيات الأمريكية في مدينة إسطنبول (منطقة شيشلي). فإذا كنت تبحث عن خدمات طبية مميزة أسعار معقولة وجودة عالية، فإن مستشفى Acibadem Private Ajami قد يكون الخيار الأمثل، حيث يقدم هذا المستشفى خدمات طبية جيدة للغاية وخصوصاً للأجانب. ويعتبر مستشفى بيلكنت أنقرة أكبر مستشفى في أوروبا وثالث أكبر مستشفى في العالم والذي افتتح مؤخراً في أنقرة ويتضمن هذا المستشفى ٣٨٠٠ سرير حيث يعتبر هذا المستشفى من أرقى المستشفيات في العالم ويقدم خدمات خمس نجوم لمراجعيه.

انواع التأمينات

يتضمن نظام الرعاية الصحية في تركيا تغطية المواطنين الأتراك بخدمات التأمين الصحي SGK أو SSK، وهذه الخدمات تغطي ٨٠ - ١٠٠٪ من تكاليف العلاج. ومن ناحية أخرى، هناك شركات تأمين تكميلية وشركات تأمين خاصة بسبب نظام الاقتصاد المفتوح تقدم أسعاراً مختلفة مقابل خدماتها وخاصة وأن الأجانب يحتاجون إلى التسجيل في شركة تأمين صحي من أجل الحصول على تصريح الإقامة في تركيا. (حتى لو لم تقدم الخدمات كاملة) وفي الواقع يعتبر هذا القانون هو نظام لتعزيز شركات التأمين الخاصة وأكثر من ذلك. يمكن للأجانب تأمين أنفسهم بطريقتين:

١- التأمين الحكومي: هذا القسم مخصص للأفراد والمستثمرين القادمين للعمل في تركيا وتم توظيفهم أو تم السماح لهم بالعمل في شركة تركية حيث يمكن لصاحب العمل الحصول على تأمين حكومي لعامله المدرج في القائمة عن طريق دفع القسط السنوي.

٢- التأمين الخاص من قبل الشركات الخاصة: وتعتبر هي الطريقة الأكثر شيوعاً والأسهل حيث يستفيد منها

العلاج والطب في تركيا

في تركيا هناك أربعة قطاعات نشطة في مجال الرعاية الطبية:

- ١- القطاع العام
- ٢- القطاع الخاص
٣. الخدمات الصحية الجامعية التابعة للحكومة
- ٤- خدمات الصحة الجامعية التابعة للقطاع الخاص

امتلكت تركيا في العام ٢٠٠٣ ما يقارب من ١٤٢ مستشفى خاص، أما الآن بلغ هذا العدد الضعفين من خلال التطور الجاري؛ وصل عدد المستشفيات الخاصة الى أكثر من ٥٥٠ مستشفى. وتجدر الإشارة إلى أنه في هذا البلد يتم توفير ٧٥٪ من الرعاية الصحية والخدمات الطبية من قبل الحكومة و ٢٣ - ٢٥٪ فقط من الخدمات يتم توفيرها من قبل القطاع الخاص.

ونظراً للاهتمام والدعم الحكومي المقدم للقطاع العام، فإن الرعاية الصحية في هذا القطاع مجانية تقريباً مما يجعلها في متناول جميع المواطنين الأتراك. يعمل نظام التأمين التركي على توفير الرفاهية للناس بمساعدة شركات التأمين الوطنية والتأمينات الخاصة. ومما يثير الاهتمام أن الحكومة الرقمية تغطي أكثر من ٨٠٪ من نفقات الدوائية للشعب مما يؤثر بشكل كبير على رضا الناس عن نظام الرعاية الصحية في البلاد.

ويعتبر القطاع الخاص بفضل الاستثمارات العاملة في هذا المجال من بين الأفضل في مجال العلاج وذلك من خلال الاستفادة من التكنولوجيا الحديثة وتوفير الخدمات الفاخرة. كما تتميز المستشفيات الكبيرة والأنيقة بوجود أطباء وفريق طبية ماهرة ووجود تقنيات حديثة وخدمات المساعدة مثل المترجمين العاملين في القطاع الخاص.

بشكل عام يمكن القول ان نظام الرعاية الصحية في تركيا شعبي ويعني ذلك انه من النادر رؤية أي عيادات خاصة؛ حيث يعمل الأطباء حصراً في المستشفيات والعيادات المتخصصة. المستشفيات التركية متصلة بعضها من خلال نظام برمجي متكامل تتوفر فيه جميع المعلومات عن المرضى، وهذا لا يعني عدم وجود ملف طبي ورقي للمريض، ففي حال كان من الضروري نقل الملف الطبي للشخص فيتم ذلك من خلال إعطائه قرصاً مضغوطاً يحتوي على جميع المعلومات.

خدمات طب الأسرة

منذ عام ٢٠١٠ تم تأسيس المراكز الصحية في تركيا للرقي بالخدمات العلاجية وتم تنفيذ خطة طبيب الأسرة المجاني. ويوجد في كل مركز صحي كالعادة طبيب واحد وممرضة لكل أسرة. وامتد هذا النظام ليشمل جميع العائلات مع اختلاف أماكن سكنهم وأصبح بمقدور كل أسرة الاستفادة من الخدمات المجانية التي تقدمها هذه المراكز الصحية. تشمل الخدمات الفحوصات والحقن والفحوص السنوية للأمراض النساء وأخصائي الأطفال حديثي الولادة. كم تقدم هذه المراكز خدماتها للمهاجرين القانونيين الذين يمتلكون تصاريحات الإقامة ويعيشون على الأرض التركية

الأجانب للحصول على التأمين، إذ أن الحصول على تأمين بأي طريقة أخرى غير طريقة الاستثمار والعمل من شروط نيل تصريح الإقامة في تركيا.

لتحسين نظام الرعاية الصحية وتقديم خدمات رخيصة لمواطنيها فتحت تركيا حساب ضرائب خاص حتى تتمكن الحكومة من دفع ٨٥-١٠٠% من النفقات الطبية لشعبها.

السياحة الطبية

قدوم المرضى من جميع أنحاء العالم إلى تركيا من أجل العلاج يؤكد على تطور تركيا في مجال السياحة الطبية، ومن الطبيعي أن يختار السياح الطالبين للعلاج البلدان التي تقدم الخدمات بجودة عالية وبسعر مناسب وعلى عكس التصور السائد فإن السائحين القادمين من أجل السياحة العلاجية حريصون على الالتزام بمعايير اللجنة الدولية المشتركة (JCI). حيث تمتلك تركيا المعايير والشروط الدولية (JCI) فهي تمتلك ٤٨ من المستشفيات الدولية وتحتل المرتبة السادسة عالمياً. وتشير الإحصاءات إلى أن سياح العلاج في تركيا يأتون إليها من أجل العمليات الجراحية العامة وأمراض النساء والعلاج الإشعاعي وجراحة العيون بالليزر وأمراض الفم وعلاج العقم وأمراض القلب والأوعية الدموية وزرع الأعضاء كما تقدم تركيا أيضاً خدمات واسعة في مجال السياحة الطبية لكبار السن والمعاقين.

إن التنوع الكبير في الخدمات الصحية التي تقدمها تركيا جعل منها مصدراً كبيراً للربح أكثر من السياحة الطبيعية ووفقاً لرئيس الجمعية التركية للصحة والسياسة الاجتماعية لتوران بوزغان فإن الأجانب الذين يأتون إلى تركيا من أجل العلاج أكثر بعشر مرات من الأجانب الذين يأتون إليها من أجل قضاء العطل. فالخدمات الصحية التي تقدمها ذات جودة عالية ومدة انتظار قصيرة وهي من أهم مزايا السياحة الطبية في تركيا.

ووفقاً للناشطين في مجال السياحة الطبية في تركيا فإن حوالي مليون و مئة ألف شخص يأتون إلى تركيا سنوياً من أجل العلاج. وتشمل السياحة الطبية السياحة العلاجية وسياحة للمعاقين وكبار السن والسياحة الحرارية، فتركيا قادرة وبشكل كبير على التطور والتوسع في كل ما سبق.

وتصبو تركيا من خلال قطاع السياحة الطبية للوصول إلى مليوني سائح بحلول عام ٢٠٢٣ وبمردود من عائدات النقد الأجنبي تصل إلى ٢٠ مليار دولار فقد بلغت عائدات تركيا من النقد الأجنبي في العام الماضي ٤ مليارات دولار

السياحة الحرارية

تحتل تركيا المرتبة السابعة في العالم والأولى في أوروبا من حيث المنتجعات التي تتضمن الينابيع الحرارية ولكنها بحاجة إلى المزيد من الإعلانات للتعريف عنها فهناك ١٨٠ ينبوعاً معدنياً في تركيا يمكن لبعضها ان يكون مربحة جداً، فمن خلال توفير أماكن إقامة حديثة وفاخرة يمكن جذب العديد من السياح. تستفيد أوروبا من الينابيع المعدنية ١٢٠ يوماً في السنة في حين تستفيد تركيا منها ٣٠٠ يوم. لهذا السبب أطلقت تركيا مجموعة واسعة من الحملات الإعلانية لعرض إمكاناتها العالية لهذا تنصح شركات التأمين الصحي في بلدان مثل السويد والدنمارك والنرويج وهولندا وألمانيا مرضاها باستخدام الموارد الحرارية التركية

ومن أهم المراكز الحرارية في تركيا هي: يالوا، جاناك كاله، كوتاهيا، ازمير، افيون، سيواس.....





كيفية شراء سيارة من قبل الجانب في تركيا

عندما تعتزم الحصول على الإقامة في تركيا والعيش في احد مدنها الجميلة يجب عليك تحضير الوسائل اللازمة لراحتك وراحة عائلتك فأنت ستنتقل رويدا رويدا من حياة المسافرين الى حياة المقيم ومن اهم هذه الوسائل هو شراء سيارة، فعلى الرغم من أن شبكة النقل العام في المدن الكبيرة واسع جداً وفي متناول الجميع لكن من المفيد ان تمتلك وسيلة نقل شخصية لأنه من الممكن ان تحتاج للتنقل داخل المدينة او خارجها للوصول الى الاماكن السياحية والترفيهية. توجد تركيا العديد من العلامات التجارية ومعارض السيارات وتختلف الاسعار من مكان الى اخر ولكن رغم ذلك فأنا عملية شراء السيارة امر بسيط للغاية.

القاعدة الاساسية التي يجب عليك مراعاتها عند شراء سيارة هو أنه في تركيا توجد لوحات ترخيص أجنبية منخفضة السعر وذلك بسبب الإعفاء الضريبي. لكن هذه السيارات ليس لديها حركة بيع وشراء في السوق لأنه من الصعب بيعها بسبب لوحة الترخيص. لذلك كن حذرا في شراء السيارات ذات اللوحات الزرقاء.

شراء سيارة جديدة .. صفر كيلومتر:

إذا كنت ترغب في شراء سيارة جديدة عليك أولاً اختيار نوع وطرز الشركة المصنعة للسيارة من موقع الشركة ويمكنك ايضا الاطلاع على آراء المشترين الآخرين. وعند الاقتناع بالسيارة يمكنك مراجعة اقرب وكيل لهذه الشركة للاطلاع على الامور اللازمة كطريقة الشراء. وعند الحصول على الحساب المصرفي للشركة ووضع المال في حسابها وحصولك على اتصال بالمبلغ المدفوع ومع احضار تصريح الإقامة وجواز السفر عليك مراجعة الوكالة مرة اخرى. وهنا من المهم التذكير بأنه عند شراء سيارة صفر كيلومتر فأنا الشركة البائعة تتكفل بنقل الملكية والتأمين وجميع الخدمات الضرورية وعلى المشتري فقط دفع المال وعندها تسلم اليك السيارة مع الترخيص . وهنا نقترح عليك ان تقوم في نفس الوقت بتأمين السيارة. ويمكنك ايضا شراء السيارة بواسطة جواز السفر شرط ان تكون مدة الفيزا اكثر من شهرين.

شراء سيارة مستعملة

إذا كنت ترغب في شراء سيارة مستعملة فمن الأفضل أن تشتريها من صالات العرض المخصصة وليس من اشخاص وحول ذلك يوجد العديد من كلاء شركات السيارات المعروفة

التي تخصص قسما لبيع السيارات المستعملة ويقدمون لك شرحا حول السيارة وحالتها الفنية مع ذكر عيوبها وحتى ان وجدت هذه العيوب فأنا الشركة تقوم بإصلاحها لك. بعد اختيار السيارة ودفع المال تقوم الشركة بجميع الأمور اللازمة لعملية الشراء والتسجيل والحصول على الترخيص.

ويحق لك، إن كنت ترغب في شراء سيارة من المعرض أو من شخص، إحضار خبير معك للكشف على حالة السيارة ويمكنك طلب ضمان للسيارة لمدة ثلاثة اشهر (وهذا البند مذكور في عقد البيع هو انه خلال مدة ثلاثة اشهر وفي حال وجود اي خلل في عمل السيارة او اي اختلاف مع كلام البائع يمكنك اعادة السيارة وتحمل البائع أجر الخبير)

بعد الاتفاق مع البائع، تذهب انت والبائع أو ممثله الى كاتب العدل القانوني حاملا معك جواز السفر وتصريح الإقامة حيث ينظم المكتب عقد البيع. وبعد اكتمال الاجراءات يوقع البائع والمشتري على العقد. ستحصل على بطاقة السيارة الجديدة باسمك في نفس الوقت بعد دفع رسوم المكتب. تذكر أنه في العادة يتحمل المشتري رسوم المكتب ويمكنك تركها على البائع اذا ما تم الاتفاق معه على ذلك.

..... نبارك لك السيارة من الان فصاعدا اصبحت ملكك.



